

# 中学生用手机承诺书(大全5篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 中学生用手机承诺书篇一

跳绳是人们常见的运动项目之一，它可以锻炼人们的身体协调性、反应能力和耐力等。在初中生活中，跳绳也是一项非常受欢迎的体育活动。在这篇文章中，我将分享一下我在初中跳绳中的心得体会。

### 第二段：初学跳绳

刚开始学跳绳的时候，我觉得这项运动是非常简单的。然而，当我真正开始跳跃的时候，我才发现跳绳的难度远比我想象的要高。起初，我的脚踩不准、不平稳，经常会被绳子绊倒。然而，我没有气馁，而是练习了很多次。随着手脚协调性的不断提高，我开始感到自己越来越熟练了。

### 第三段：优雅跳绳

随着跳绳技能的提高，我渐渐用自己的方式展现出跳绳的美感。我学会了很多花式跳法，比如双脚交叉、龙凤呈祥、后空翻等。每一种花式都需要跳绳者有着很好的身体协调性和反应能力。在锻炼的同时，花式跳也让我体会到了跳绳的趣味和乐趣。

### 第四段：团队合作

在初中课堂上，跳绳运动同样是一项非常适合团队合作的活

动。我们开始尝试合作，互相帮助。例如，在我们班级的体育课上，我们要尽可能地在有限的时间内完成一定数量的跳绳。因此，我们需要相互协作，尽力去完成每一个任务，最终达到团队目标。

## 第五段：收获和建议

在初中跳绳的过程中，我获得了很多收获。首先，我学会了坚持不懈地去练习。其次，我也学会了团队合作，发现了合作的重要性。最后，我发现跳绳是一种非常有趣的运动，让我不断去追求更好的自己。

总结：

总之，初中跳绳是一件非常好的事情，不仅锻炼了我们的身体，还带来了团队合作、趣味等多重收获。希望更多的同学们可以参与到跳绳运动中来，享受跳绳的快乐与成就感。

## 中学生用手机承诺书篇二

冬天，是属于寒风和冰雪的季节，自然中的一切在那一瞬间冰封，生命的脉搏似乎停止了跳动，只有一派宁静寂寥的落寞。

爷爷农场里的无花果树有一棵已经枯黄，一攀即折，但爷爷却坚信，只要它能走出冬天，它就能健康茁壮地成长。事实告诉我，爷爷是正确的。无花果树战胜了冬的冰封，它驱赶了死神的威胁，它走出了冬天，迎来了重生。

自然是这样，生活也是这样。

曾经受过胯下之辱的韩信曾面对的是一个冗长的冬天，没有尊重，只有伤害与磨难的冰刀无情地刺伤着他。得不到尊重，只能被无视的狂风把他一次又一次吹倒，他的冬天很难熬。

但他仍然一步一步坚定地向前走，直到走出冬天，韩信不再是以前的韩信，他的面前是灿烂的春天。

被击败的越王勾践被扔进了冬天的深渊，他背负的是无与伦比的屈辱和无尽的自责，但他并没有选择消沉，要强要报复的火焰在他心中潜滋暗长，那团坚毅的火种让他在冬天不再寒冷，卧薪尝胆的点滴化作一根拐杖支撑着他走出冬天，走向强大。

冬天，是苦难与挫折的代码，它能把人打击得只剩下微弱的心跳，但只要能在冬天坚强咬牙前行，走出冬天，一切都将改变。

5.12地震中失去亲人的孩子，他们不会哭，即使身处寒冬，即使边临崩溃，他们也一定会坚强，不过是在冬天，不过是很寒冷，但只要撑过去了，走出冬天，美好的生活会继续。走出冬天，是对生命的渴望。

走出冬天，是为壮志的实现。

走出冬天，是因生活的畅想。

只有走出冬天，才能迎来春夏。

## 中学生用手机承诺书篇三

我们的初中生活总体来说是很忙碌的。每天的课程、作业、考试让我们感到疲惫不堪。然而，在这样的生活中，我们也有一件轻松而有意义的事情——早读。在早晨未经雕琢的情绪中，早读给我们带来了清新的心境和思维的良性刺激。在这段时间里，我得到了许多有关生活的启示和思考。下面是我的初中早读心得体会。

第一段：早读给我带来了精神上的愉悦

每天早晨六点半，我总是走进学校的大门，看见校园内四处散步的同学们，朝着教学楼走去。虽然天还没有完全亮起来，但我却可以感受到空气中对目的地的期待。早读虽然让多数人感到不易坚持，但我喜欢在这段时间内冥想，思考生活。在大自然中看似单调的凋零状态中，我可以感受到生命力的旺盛。这份精神上的愉悦，成为我面对繁重作业和考试的心理支持。

## 第二段：早读让我更好地认识了自己

在早读期间，我会拿起笔在讲台党旗下写下感想，这些感想并不是什么高深的哲学思考或者史诗般的情感体验，只是一些最平凡最真实最容易被忽略的小事。但却是我深入自己内心的时间。我从文字中看到自己的成长和不足，也从中找到了自己的优点和潜力。在写作的过程中，我会重新思考自己的生命和未来，它让我更加清晰地认识自己。

## 第三段：早读给我带来了对生活的启示

画画、听歌、跑步、旅行... 的确生活中有很多种方式，让你在新的视野中感受到生命美好。早读对于我来说也是一种与众不同的方式。我通过早读感悟到，人生中每一段经历都是独特的，人不快乐不是因为自身的问题，而是自己没有学会感悟生活，善待自己的心灵。早读告诉我，闲暇时光，要好好享受自己的时间，良好的情感状态才能让自己更好地生活，让自己更可爱。

## 第四段：早读让我更加了解自然

早读的氛围相当清新，在这个纷世喧嚣的时代，能够享受生命的荣华富贵，不是我们该追求的事，是生命的平衡和真正的意义所在。在早晨的柔和光线下，我看见了那一片片晨曦中的花草、听见了恬淡的鸟鸣声，仿佛在大自然中也有一份属于我自己的俏皮。每一次早读，我都更加热爱自然，更加

明白人与自然的关系。

### 第五段：早读使我更加有品位

在早晨中看到同学们一本书一本书的在读，也看到教师一遍遍的朗读，这种阅读方式让我深深热爱起读书的习惯。每一次早读，我都能与同学教师探讨人生、情感、生命等话题，获得更多的阅读体验和启示。不知不觉，从早读中获得阅读之快是早读最明显的特点之一，而阅读所带给我的品位，不是之前经历中所能得到的。

总之，早读让我深刻地体验到人生的多彩与奥妙，让我从某种程度上实现了自我修养，拥有了更多的心灵空间。在未来的早晨中，我也期待着早读带给自己更多惊喜和体验！

## 中学生用手机承诺书篇四

随着社会的发展，教育的改革也在不断推进，初中招生显得尤为重要。作为一名初中生家长，我在孩子报名面试的过程中有了一些心得和体会。通过这次招生过程，我认识到了择校也需要谨慎并且注重自身需求和孩子的个性，同时也深深感受到了家长对孩子教育的责任和担忧。以下是我在此次初中招生的心得和体会。

### 第一段：了解自身需求，明确目标

初中招生是一个关乎孩子未来发展的重大决策。在选择初中的过程中，家长应该明确自己和孩子的需求，并且找准求校的方向。有的学生希望重视科研和学科竞赛，因此可以选择重视素质教育的学校；而有的家长更看重培养孩子的综合素质，可以选择注重学生综合素质培养的学校。只有根据自身和孩子的需求，找到学校的定位和特点，才能让孩子有更多的发展机会。

## 第二段：了解学校情况，多角度比较

在初中招生中，了解和比较不同学校是必不可少的。通过多种渠道收集学校的信息，例如参加学校举办的招生宣讲会、参观学校培训班，与家长交流等。此外，网络也是一个有效的获取学校信息的途径。要尽量多了解学校的办学理念、教学设施、师资力量以及学生的整体水平等，这样可以更全面地了解学校的情况，为最后的选择做出更明智的决策。

## 第三段：面试前的准备工作，全方位展示

在初中招生中，面试是一个非常重要的环节。在面试前，有针对性地进行一些准备是非常必要的。首先，要从孩子的兴趣和特长出发，引导他们对面试内容进行思考和准备。其次，在面试中要注重独特性，让孩子在与面试官的交流中展示自己的特点和优势。例如，可以通过自我介绍、展示作品或者提问的方式来突显个性。最后，一定要展示自信和积极的态度，成为面试官眼中的亮点。

## 第四段：理性的选择，考虑多方面因素

在招生过程中，父母要理性地做出选择。不能一味追求知名度或者追逐热门学校，要考虑到孩子的特长、兴趣以及学习情况。应该在影响因素之间做出权衡，避免过于盲目地选择学校。相反，要从孩子的发展需求出发，选取最合适的学校，让孩子拥有更好的学习环境和发展空间。

## 第五段：家校合作，共同促进孩子成长

在初中招生后，家长不仅仅是选择学校的责任，更是为孩子的学习成长提供有力的支持和帮助。与学校建立良好的沟通和合作关系非常重要。要积极参与到孩子的学习中，关注孩子的学习情况、成绩进展以及学业规划。此外，也要鼓励孩子积极参与学校的各项活动，培养他们的综合素质和自主学

习能力。

综上所述，初中招生是一项重要的决策，关系到孩子未来的发展。对于家长来说，除了需要了解自身需求和明确目标之外，还需要全面了解和比较不同学校，做出理性的选择。同时，在面试前的准备工作中要突出孩子的个性和优势，展示自信和积极的态度。最重要的是，在孩子进入初中后，要与学校保持良好的合作关系，共同促进孩子的成长。只有家校合作才能实现孩子的全面发展，让他们在初中阶段取得更好的成绩和发展。

## 中学生用手机承诺书篇五

生活的涵义有时难以让人理解透彻，人生在世，追逐的到底是怎样的生活境界？是平平庸庸，碌碌无为？还是大风大浪，荣华富贵？少一些欲望，你就会发现，生活就像穷人家的一杯茶水，永远不换茶叶，一遍遍的冲泡，使它露出本来的颜色，那就是生活的颜色。

生活是透明的。

生活像被风吹散的烟，喜怒哀乐的感觉挥之不去。你记得第一天上学时，妈妈眼里流露出了不舍和自己排斥学校的哭喊；你记得被老师表扬时，同学们羡慕的神情；你记得与同学吵了一架，又道歉和好的心情；你记得看到自己的成绩单时爸妈欣慰的表情——，一切一切，你都记得。这就是生活。

生活像徐徐弥漫的烟，悲欢离合的情感萦绕指间。没忘记小时候和爸爸顶嘴时挨的一记耳光；没忘记与妈妈关于一件衣服的半天的争吵；没忘记得知姥爷患病时心头的一颤；没忘记姥姥回想逝去的大舅时压抑的哭泣——一切一切，我都没忘记。这就是生活。

再过几天，小姨的宝宝就要出生了，他也将途经我的旅程，

笔尖短暂停留，回想16年前襁褓中的我，不得不感慨光阴的飞速，曾经钦佩于表间齿轮的执着，一点点，一点点地咬合，让人恨不得帮它拨快步伐，触及之时，又敬畏地缩回指尖，生活的车辙，不会因为一个小齿轮的改变而改变，纵然如烟。

生活本来是透明的，但却令人无法抛却。

生活如烟。似逝去，却弥留。

生活，如烟。