

# 最新周记小学生 周记禁毒心得体会(优秀9篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

## 周记小学生篇一

近期，学校组织了一次以“禁毒心得体会”为主题的班会活动，通过个人周记的方式，让同学们记录自己的思考和感受。我也认真进行了总结和反省，深感禁毒的重要性，在日常生活中要远离毒品，以保持健康的身心。下面我将实际案例和个人经历结合，写出自己对禁毒的心得和体会。

首先，我对于毒品的危害认识更加深刻。在我的记忆中，曾经有一个以前和我很要好的同学因为误入毒品的泥沼而逐渐与我疏远，我深感毒品对人的摧毁力。在我的周记中写到，毒品不仅会影响人的身体健康，还会破坏家庭和社会的和谐。我看到了曾经善良优秀的同学变得面容憔悴，精神恍惚，甚至背离了原本的道德底线。这样的案例让我对毒品的毒害有了更加真实的认知，也强烈警示自己远离毒品的危害。

其次，我认识到要远离毒品需要坚强的意志力。在我写作的过程中，我聆听了一位曾经沉迷于毒品的人康复后的经历分享。他告诉我们，毒品的折磨远比一般人想象得可怕，戒毒需要极大的意志力和毅力。在他的榜样启迪下，我深深明白了要想远离毒品，需要从内心深处产生强烈的自我救赎意愿，保持决心和坚定的意志。在面对外界的诱惑时，我要时刻提醒自己：禁毒是保护自己的最好方式，坚持自我健康。

此外，我还在周记中总结了朋友的力量。人际关系对于形成正确人生观起着重要的作用。在我的周记中，我回忆起一次和好友聚会时，一位同学受到毒品诱惑，我们及时制止了他的行为，并不断给予他正能量的支持和帮助。最终，他坚定地拒绝了毒品，意识到了自己的错误。这个小小的事件让我明白，身边真正的朋友不会被毒品所蒙蔽，他们是我们的坚强后盾，是我们走出毒品泥沼的力量源泉。

最后，我也在周记中提到了如何保持良好心态。在生活中，面对各种诱惑，保持积极的心态和正确的人生观十分重要。观念决定行动，心态决定结果。我在周记中引用了一句口号：“追求快乐要靠健康，远离毒品是我庄严承诺。”这句话成为了我心中的箴言，他提醒我要时刻保持良好的精神状态，坚定自己的信念。只有保持积极向上的心态，我才能充分发挥个人的潜力，远离毒品的诱惑，真正实现人生的幸福与快乐。

通过这次班会活动，我对禁毒有了更加明确和深入的认识。毒品的危害不仅仅在于个人身体的摧毁，更在于对家庭和社会的破坏。要远离毒品，我们需要坚强的意志力和正确的人生观，要与正能量朋友保持良好的人际关系，同时保持积极的心态。通过这次周记活动，我深入思考，实现了对禁毒问题的个体化理解，也更坚定地决心保持远离毒品的信念。我希望通过自己的努力和影响，能够倡导更多的人珍爱生命，坚守禁毒底线，共同创造一个健康和谐的社会环境。

## 周记小学生篇二

第一段：引言（关于禁毒的重要性）

禁毒工作是一个严肃而重要的社会问题。近年来，随着社会的发展，禁毒工作变得越来越紧迫。青少年是禁毒工作的重点对象，他们的成长与未来决定了国家的未来。为了让青少年远离毒品的诱惑，我参与了一项禁毒周活动，并在活动的

过程中有了一些心得体会。

## 第二段：认识毒品的危害

禁毒工作的第一步是让大家深刻认识毒品对个人和社会的巨大危害。通过参加禁毒周活动，我了解到毒品的种类和对人体的严重伤害。毒品不仅破坏了身体健康，还会引起社会问题。在活动中，我们观看了一些真实的毒品案例，听取了专家的解释和受害者的亲身经历。这些令人震惊的事实和感人的故事深深地触动了我。

## 第三段：禁毒心得（个人体会）

在禁毒周活动中，我意识到远离毒品是我个人的责任。作为一名学生，我要时刻警惕身边的毒品诱惑，坚决拒绝毒品。同时，我还要积极向身边的同学宣传禁毒知识，帮助他们正确认识毒品的危害。通过我的努力，希望能够影响更多的人，传播禁毒的理念，让更多的人远离毒品。

## 第四段：学校、家庭与社会的合作

禁毒工作需要学校、家庭和社会的共同合作。学校应加强禁毒教育，加强对学生的关爱与引导，让他们能够树立正确的价值观和人生观。家庭是青少年成长的重要环境，家长要加强对孩子的关心和教育，营造良好的家庭氛围。社会也需要给予更多的关爱和关注，营造一个禁毒的社会氛围。只有大家共同合作，才能够取得禁毒工作的持久成果。

## 第五段：展望未来

通过参与禁毒周活动，我对禁毒工作有了更为深刻的认识，也积累了一些相关的知识和经验。对我来说，这只是禁毒工作的一个开始，我将继续秉持远离毒品的信念，将禁毒的理念传播出去。我相信只要大家共同努力，禁毒事业一定会取

得更好的成绩，我们的社会也会变得更加健康和美好。

总结：

通过禁毒周活动，我认识到禁毒工作的重要性，深刻了解了毒品的危害，并得到了一些禁毒心得和体会。禁毒工作需要学校、家庭和社会的共同合作，只有大家通力合作，才能有效预防和打击毒品问题。展望未来，我将继续努力，为禁毒事业贡献自己的力量，为社会的健康发展贡献一份力量。

## 周记小学生篇三

耳边静的可怕，只有偶尔的翻书声，长长的灯管殷勤的将光从屋顶倾泻而下，铺满在一张张摞着高高书塔的桌上，流过初中的电线里流来，流向高中的课堂。恍惚间就成了高中生了，恍惚间就成了大孩子了。一切都像梦，但却有那么真实。梦想中的社团，超现实的作业，半梦半醒间，最初的星期匆匆划过。

“坐在一中的教室里，翻着新的课本，听着新的老师讲课”，这是军训时最大的愿望亦是初中四年的愿望，在开课的第一天成了现实。我依然清晰的记得那天心底的欣喜与温暖，幸福的彩泉盖也盖不住，拼命的溢出，在嘴角泛起圈圈的涟漪。高中的一切都是那么的新奇，一整天都沉浸的在欢乐里，就算是有六七张的讲义要做，第一次在小吃街买饭，第一次上晚自习，第一次回家时能看见星星的愉悦却以将它重重淹没、温暖、融化，成为快乐的一部分洋溢在嘴角上。

第一次感觉到什么是度日如年。晚自习的亲情加入使得高中的课程这部三年连续大剧的每集时长大大加长。若只是你觉得度日如年那可能还真的没什么，但要是清晨起来完全全的把周三当成了周五那就真的有点恐怖了是吧。一周下来，只是一周下来，我却觉得像是过了整整一个月且毫不夸张的腰酸背疼腿抽筋。日子的突然加长着实让我这个在初四时却习

惯了早睡晚起的悠闲生活的孩子相当的难受。周末没假期，晚上回家时都能看星星，晚上洗澡头发干不了，早晨刚露彩云就得起，课上困得要死，下课就趴在桌上补觉……真的是觉得一下有些应付不了。记不全的笔记，超快的讲课速度，听不懂的专业术语，大批量的知识内容……确实觉得就在崩溃的边缘。阳光不再温暖，日子变得阴霾，高中在一瞬间变得如此可怕。

已经习惯了一到周五就开始放松身心，准备好好享受周末，可突然想起这是在高中了，周六有自习了，原本阳光灿烂的脸庞瞬间变得阴云密布。老师们布置的作业写满了整整一黑板，发下来的一打试卷，不用说，这一定是为了周六一天的自习而精心准备的。眼睛一闭一睁，周六就来了。原本以为没老师看，一定会乱哄哄的自习居然居然那样安静，震惊，惊喜，嘴角又浮出了一抹笑意：呵，看来我们真的是长大了。一瞬间觉得教室的灯光似乎明亮了许多。笔尖在试卷上跳跃着，旋转、伸展，就像是冰上的芭蕾舞，轻盈且优雅。课间第一次停下笔，却听到了满耳愉悦的笑声，同学课下的疯闹，课上的认真，这一切的一切不正是我所憧憬着的么。梦想又开始变得真实，还是说我一直就在这如梦般的现实里。

伴着下课铃的响起，结束了这一周的记忆，我不想将它忘却，于是选择记录，将它们化作内心深处的星光，一点点将黑夜照亮，当它们铺满整片夜空时，我相信星空下定会是一片不输星光的辉煌。

## 周记小学生篇四

今天，我们学校开展秋游活动啦！同学们那高兴劲简直无法形容。

我们从学校出发，一路上，同学们累得筋疲力尽了，可还是有说有笑，我们互相鼓励着。“工夫不负有心人”，我们终于到达了目的地——得月山庄。

进入山庄有一种别样的感觉————凉爽，真是避暑的好地方！

我和同学们商量到山上采集标本。山上到处是野花，采都采不完，我不知采哪朵好，白的如雪、黄的赛金、粉的像霞……“你们看这是什么虫子？”一个同学惊奇地叫起来。只见这条虫子是绿色的，胖胖的身子，两只眼睛好像是谁给它画上去的。没仔细看我还以为是蛇呢！虽然我不知道这是什么虫子，但我给它取了个名字叫“胖胖蛇”，好听吧！

告诉你吧，我还在山上看到了一块大石头，上面刻着一个“佛”字。我怀着好奇的心情爬了上去，往下看，呀！真危险！一不小心就会摔下来。

……

## 周记小学生篇五

### 第一段：引言（150字）

在禁毒教育活动中，每周都有一次写周记的任务，通过写周记表达对禁毒活动的思考和体会。在这个过程中，我逐渐认识到毒品对人体的危害性，并深切体会到了禁毒的重要性。在接下来的几段中，我将从自身经历、家庭影响、社会责任、个人建设和团队合作五个方面，分享我的禁毒心得体会。

### 第二段：自身经历（250字）

通过禁毒教育的学习，我了解到了各种毒品的危害和吸食毒品的后果。这让我回想起一个亲戚吸毒的事例。那个亲戚曾经是非常有前途的年轻人，但他因为吸食毒品而失去了工作和家庭。每次看到他憔悴的面孔和无望的眼神，我都为他十分惋惜。这个亲身经历让我深切认识到吸毒对一个人的摧毁力，更坚定了我走远离毒品的决心。

### 第三段：家庭影响（250字）

在家庭中，父母一直强调我要远离毒品。他们告诉我，毒品不仅会对我的健康和未来造成极大的伤害，还会给我的家庭带来一系列问题。他们用邻居家的孩子吸毒失败的例子来警示我。这让我懂得了家庭的重要性，明白了自己对家庭的责任和义务，也让我更坚定地抵制毒品的诱惑。

### 第四段：社会责任（250字）

作为一个公民，我认为我们应该为禁毒事业贡献自己的力量。我参加学校的禁毒志愿者团队，为禁毒宣传活动提供帮助。通过口头宣传和制作宣传资料，我向同学们普及禁毒知识，让他们明白毒品的危害。我也参与社区禁毒活动，通过和社区居民互动，让他们了解禁毒政策和如何预防毒品的滥用。这样的参与让我体会到了自己为社会做出贡献的重要性，让我更加坚定地承担起禁毒的社会责任。

### 第五段：个人建设和团队合作（300字）

在禁毒教育活动中，我学会了如何对抗毒品诱惑。通过了解毒品的危害性，我知道了毒品只会给自己带来短暂的快感，却会让自己付出沉重的代价。同时，我也参与了各种体育活动和爱好，通过锻炼身体和培养自己的兴趣爱好，让自己的生活充实起来，减少了对毒品的兴趣和需求。

在禁毒教育活动中，我加入了禁毒志愿者团队。通过与团队成员的合作，我学会了团结和合作。在我们的共同努力下，我们成功地开展了多次禁毒宣传活动，向更多人传达了禁毒的重要性。团队合作不仅让我学会了倾听和沟通，更懂得了集体的力量。这让我切身体会到，只有通过个人的努力和与他人的合作，才能更好地推动禁毒事业的发展。

### 总结（100字）

通过参与禁毒教育活动和写周记，我逐渐认识到毒品的危害性，并深切体会到了禁毒的重要性。自身经历、家庭影响、社会责任、个人建设和团队合作这五个方面，让我更加坚定了远离毒品的决心。在未来的岁月里，我将继续努力，为禁毒事业贡献自己的力量，助力社会禁毒工作的发展。

## 周记小学生篇六

周记是一种常见的写作形式，不仅可以帮助写作者记录自己的生活感悟，还可以让读者了解作者的心境与思考。作为一名从事写作工作的人，我也常常写周记，从中得到了很多心得体会。在这篇文章中，我想分享一些我个人的心得体会，希望能够对读者有所启发。

### 第二段：探索写作习惯

写周记可以培养一个好的写作习惯。每天或每周定时打开笔记本，写下自己的想法和感受，可以逐渐养成一个良好的写作习惯。我发现，写作是需要长期积累和坚持不懈的。而写周记可以让我保持写作的频率，并且让我有一个写作的锻炼场所，可以不断提高写作技巧和创作水平。

### 第三段：反思自我成长

写周记可以让我反思自我成长。通过写下自己的感受和体会，我可以更加清晰地认识自己，认识自己的优点和不足。同时，当我回顾之前的周记时，我也能够看到自己的成长轨迹。这种反思能够让我更好地掌握自己的方向，规划未来的发展。

### 第四段：放松压力

写周记可以让我放松压力。生活中的烦恼和压力时常令人焦虑和不安，而写周记给了我一个表达自己的出口。当我在写周记时，我感到自己的情绪在释放，心情也逐渐变得平静和

轻松。写作让我有一种极致的安静，让我感到轻松、宁静和满足。

## 第五段：记录美好生活

写周记也可以记录美好的生活。随着年龄的增长，自己经历的好事坏事不断增加。写周记可以让我记录自己生活中的幸福和美好，让我牢记那些让我感动和快乐的瞬间。同时，它也能够让我看到生活的美好与意义，从而更好地享受生活。

总结：

写周记是一个有益的习惯，它可以培养长期的写作习惯，让我们更加清晰地认识自己，反思自己的成长进程，缓解压力，记录美好的生活。每个人都可以根据自己的需求，自由选择写周记的时间和内容，享受写作带来的乐趣。我相信，只要坚持写，写作会成为我们生活中美好的一部分。

## 周记小学生篇七

科技馆，相信大家都去过。昨天，爸爸妈妈带我去了科技馆。在大大的馆里，我最喜欢生物万象这个地方。

我们一进去，就被眼前的景象吸引了。高大的铁树，幽幽的小径，还有山洞，竹林，兰花，简直就像热带雨林，我们在其中探险，我们沿着幽静的小径拾级而上，两旁高大的树还有美丽的花在风的吹拂下，发出沙沙的声音，好象在欢迎我们，接着，我们穿过了水波粼粼的小池塘，又来到了竹林。成片的竹林让我心旷神怡。我们在竹林里的椅子上坐下，吃这东西，闻着竹香，真舒服。可刚出竹林，我就毛骨悚然了。在我的眼前出现了一个山洞，在山洞的上面写这“蝙蝠洞”三个大字。我两腿发软，不敢进去。心想：进去了，不就要被蝙蝠吃了吗？在洞口，我就能听见蝙蝠的声音，我更不敢进去了。爸爸妈妈哄我骗我，最终，我是鼓足勇气，塞住耳朵，一口

气跑进了山洞。当我跑出山洞后，一摸头，都吓出汗了！妈妈见了笑着说：“胆可真小。”

我们参观了各个展馆都有趣无比，还让我学了知识，我喜欢科技馆！

## 周记小学生篇八

晚上，月儿正圆，姑姑从西安赶回家，终于与家人团聚。她和叔叔回来时，竟大包小箱提了五六盒月饼，还不算单位发的，什么米琪、安琪、正宗的广式、武式月饼是应有尽有。大家在一起赏月。

可觉着有点无聊，我和妹妹想出了一个高招，便拿着笔当话筒，对着大家：“谈闲话不如干点实际的，现在我们开个晚会。”妹妹说：“咱们来玩七敲八过十五圆，谁输谁就出个节目！所谓七敲八过十五圆，就是咱十口人，一人报一数，到七时敲桌子，八时喊过，十五时用手等个圆。”

窗外，月亮圆得像个玉盘，万家欢乐无比，人们沉浸在八月十五的月色中……

## 周记小学生篇九

今年春节，爸爸回老家陪奶奶过年了，我和初一要上班的妈妈一起过年，细心观察的我发现妈妈有点孤单，我绞尽脑汁地想着让妈妈开心地笑。然后，我就想到我的拿手特长——“画画”。于是，我找来蜡笔和纸张，开始构思起来我的新年佳作。

妈妈在厨房里忙碌地做年夜饭，我就想让妈妈在新的一年里心想事成，马上封侯。于是，我用橙色画出了一个椭圆，用绿色在椭圆上画一条碧绿的枝叶，上面写上“心想事成（橙）”。我去拿给妈妈看。妈妈一看，脸上马上露出了笑

脸：“画的太好了！”我一听，心花怒放，决定再画一张。随着我边画妈妈边夸奖，我画画的积极性倍涨，灵感也越来越多，不知不觉地，我已经画了好多种画了，最有含义的是马上面有只猴，这叫“马上封侯（候）”。我还想起爱运动的爸爸，把他画成了有着虎头人身的吉祥物，做着各种潇洒的动作，有打篮球的、打排球的、踢足球的，这叫“虎虎生威”，希望爸爸在新的一年里身体更加健康结实跟老虎一样。

不知不觉到了新年交接的午夜零点，窗外响起阵阵鞭炮声，我突然感觉爸爸不在身边我们好没意思，不像一个真正的家，于是我就画了一个幸福的“全家福”，画幅里大红的灯笼高高挂起、鞭炮挂着噼里啪啦响着、一个福子写在房子中间，并且福字我把它倒着写，这叫“福到了”。一家三口露着幸福的笑容。哎呀！奶奶更得画进来了，她是爸爸最惦记的人啊！爷爷刚刚去世她伤心哪也不去住，于是我又把慈祥的奶奶加在了中间，妈妈发现后立刻对我赞不绝口，夸赞说这才是真正的“全家福”。

“这么多画，放哪好呢？”我不解地问妈妈。

“贴在墙上吧！”妈妈说。

于是，我们把各种各样的画贴在一座墙上。我还把这座墙命名为“年画”墙。

用画画祝福新年，真是别有一番滋味。