

# 给小学生体测心得体会 小学生军训心得体会 体会(汇总7篇)

在撰写心得体会时，个人需要真实客观地反映自己的思考和感受，具体详细地描述所经历的事物，结合自身的经验和知识进行分析和评价，注意语言的准确性和流畅性。那么心得体会怎么写才恰当呢？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

## 给小学生体测心得体会 小学生军训心得体会汇总篇一

很快的，很快的，我们的军训生活结束了。我不知道自己应该是开心，还是悲。

这学期的5月，我们五年级迎来了一年一度的军训。

开始，我以为军训很苦，后来我发现军训只要你用心去学，其实不苦。

第一天，学校的小喇叭上通知：五年级的同学到一号楼门前集合。我们到一号楼门前就看见五个教官来到我们学校，他们个个都很精神，他们派了代表来发言。我们后面的同学都说希望这个发言的教官当我们的教官，没想到他真的当了我们的教官。我们认识了教官，教官叫孟可可，别的资料教官没跟我们说。这一天，教官叫我们学了立正、跨立、稍息、蹲下。

第二天，教官嗓子哑了，幸好我们还算听话，不然教官嗓子可能会疼得很厉害。我们一下课就去找教官玩，之前我们觉得教官很严厉，后来我们觉得教官很友好。我们还要到了教官的qq号。这一天，我们学习了踏步走和起步走。

第三天，教官说，教官的队长要来，让我们好好表现。第三

节课教官的队长来了，他说：“军训要先学会站，才能学别的。”所以教官的队长让我们班站军姿十分钟，我们对着太阳站的，我的鼻子都脱皮了。但是我们还是很快乐！

第四天，是我们又开心又伤心的一天。开心是因为我们要摆脱军训的日子了。伤心是因为我们要和教官离开了。下午，我们去了教官他们的部队，我们英语情景剧的只参观了一点，就回了。我们比完了，到操场上看见了教官们，教官说要给队长看我们训练的怎么样，我们很好的走着，因为这是教官和我们的最后一天。我们和教官在一起的日子不多，就四天，但是 we 和教官的友谊很深了。我们舍不得教官。教官要走时我们都哭了。教官他们走了我们回到教室还在哭，因为我们控制不了自己的眼泪。

四天的军训，我们有酸甜苦辣，也有伤心、开心。

军训能使我们养成不畏困难的精神。

我爱军训！

## 给小学生体测心得体会 小学生军训心得体会汇总篇二

体育，作为学校课程的一部分，对于小学生的成长和发展至关重要。体测作为对学生身体发育情况的一种评估方式，不仅能够反映学生的身体素质水平，还有助于激发学生对健康生活的意识和兴趣。我们班最近进行了一次体测，我从中获取了许多宝贵的经验和感悟。

首先，体测让我体会到了健康的重要性。体测的一项重要内容是身高和体重的测量。通过测量，我发现自己的身高和体重与标准值相比稍有偏差。这让我意识到自己在身体发育上的不足，并激发了我改善身体状况的决心。我从体测中明白到，只有保持良好的身体状况，我们才能更好地学习和生活。

其次，体测让我认识到了运动对于身体健康的益处。体测中的项目包括跑步、跳远、引体向上等多个项目。通过这些项目的测试，我发现自己跑步速度不够快、跳远的技巧还需提高等问题。体测让我明白到只有通过锻炼和训练，我们才能提高自己的体能水平，从而增强抵抗力，预防疾病。因此，我决心在日常生活中积极参加各种运动，不仅能够提高身体素质，还能培养出坚持和毅力的品质。

此外，体测也让我认识到了身体状况与心理状态之间的联系。在体测过程中，我发现自己因为对成绩的紧张而焦虑不安，进而影响了测试结果。这让我领悟到，心理状态对于身体素质的发挥起着重要的作用。只有保持积极的心态，我们才能更好地发挥我们的潜力，取得更好的身体测评成绩。因此，我决心在日常学习和生活中注重调整自己的心态，保持平静和乐观，以应对各种挑战。

最后，体测让我明白到了团队合作的重要性。体测的过程中，我和同学们互相鼓励、互相支持，共同完成各项测试。这种团队合作的经历给予我深刻的启示，只有通过团队协作，我们才能充分发挥每个人的优势，取得更好的效果。今后，我将更加注重与同学们的合作，学会倾听他人的意见和建议，共同努力取得更大的进步。

总之，通过这次体测，我深刻体会到了健康的重要性，认识到了运动对于身体健康的益处，领悟到了心态对身体素质的影响，并明白到了团队合作的重要性。作为一名小学生，我将通过这次体测的心得体会，不断提升自己的身体素质，坚持积极的心态，与同学们一起合作，共同努力成长。

## 给小学生体测心得体会 小学生军训心得体会汇总篇三

《将相和》选自我国古典名著《史记》，在第五遍读完这个故事时，我的感触颇深，受益匪浅。文中勇敢机智、顾全大

局、不计前嫌的蔺相如和勇于认错的廉颇一次又一次深深地打动了

我。这篇文章共分为三个故事：完璧归赵、渑池之会和负荆请罪，其中给我印象最深刻的是“负荆请罪”。它主要讲了蔺相如在渑池之会上立了功，赵王封他为上卿，比廉颇的职位高，廉颇很不服气，因此经常与蔺相如作对。蔺相如不仅不计较这些，还谦虚的处处忍让廉颇，使廉颇觉得惭愧不已，便背上荆条来向蔺相如请罪。从此，他们俩同心协力保卫赵国，建设赵国。

故事中，廉颇以小人之心对待蔺相如，蔺相如却以国家利益为重，因为他知道，如果他们俩闹不和，秦国必然会来攻打赵国。正因为蔺相如不计较廉颇对他的羞辱，甚至还把廉颇当成朋友，最后终于使廉颇认识到错误，并与蔺相如一起齐心协力保卫赵国。由此可见将相和睦相处对国家安危至关重要。

这篇文章让我懂得了一个深刻的道理——团结就是力量。俗话说：“三个臭皮匠，顶个诸葛亮。”只要齐心协力，就能把事情做得更好。在平时生活中，对于“团结”，我可是有着深刻的体会。

最后，当演员们一起上台谢幕时，台下响起了雷鸣般的掌声。那一刻，我终于明白了“团结就是力量”这句话的含义。

我坚信，团结就是力量，只有大家同心协力，才能把事情做到最好！

## 给小学生体测心得体会 小学生军训心得体会汇总篇四

每个人的一生中之所以能不断提高，与其始终如一的学习是分不开的，所谓活到老学到老，庄子说，吾生也有涯，而知

无涯。知识是没有穷尽的，坚持学习让人始终处于不败之地。反之，没有知识的不断补充和积累，人便会落后于时代。歌德说过，谁落后于时代，就将承受那个时代所有的痛苦。特别是在现今知识爆炸的年代里，不能接触新的知识便会被时代所淘汰。

伟大的文学作家茨威格曾经说过：“书籍是任何一种知识的基础，是任何一门学科的基础的基础。”让我们仔细认真的每一本书，为我们的学习打好坚固的基础。

书是困难时的一双手，是干渴时的一股甘泉，是机器上的一台发动机。或是说，只有他才能使我们的血液流动，促进心脏的呼吸，只有他才能使我们活在这个世界上，我们要“读好书、好读书、读好书”把冰心的言论铭记在心。

记得那时一次暑假，让我与书结下了一段不解之缘，一段难以忘怀的岁月。

在书店，我购买了一本《杨红樱科学童话全集》。在这本书里，以一个个小动物来叙说地球上的每一个生物。“神犬探长”、“青蛙博士”、“波卡”、“小洼人”、“米奇”、“鸵鸟巴巴”，以一个个特殊身份来叙说出地球上的每一个动物。不仅这些，还有密切关系着的食物链，每一个动物的生活习性，正是我们拥有一个可爱的地球母亲，才找来了许许多多的生灵。

正是因为我们的生活这样，所以我们更要保护我们这可独一无二、璀璨而又闪亮的明珠“地球”。在我们的身边，破坏地球母亲的实际随处可见，到处乱扔垃圾、随地吐痰、乱砍乱伐树木、工业污染，每当这些人一活动，我们的地球母亲便会受到一次严厉的打击。前一段时间，中国出现干旱，就是因为水循环被遭到恶劣的遏制、严重的打击，使地球无法降雨，干旱面积越来越大。让我们发出内心的呐喊，让地球不再变得的乌烟瘴气、黑色渲染。只要我们每个人进一份力，

十三亿中国人的心声将一同想起，一起飞舞！让我们保护环境吧！让地球重还旧貌，但还要旧貌变新颜，到处莺歌燕舞，更有潺潺流水。同学们，行动起来吧！不只是你、他、她而是十三亿坚强不屈的中国人民！让我们再次站起，把我们大家庭——地球搞得干干净净，不再有任何的瑕疵，真正成为全中国、全世界的一颗闪闪的红星。让我们行动起来，不被恶劣的环境所屈服，站起来！当国旗再次升起的时候、国歌在此再次响起的时候，那就是我们见证辉煌的一刻！

同学们，让我们行动起来，不被垃圾熏倒，使我们再次占领高地！同学们，站起来，穿过这道障碍，这时，历史将由我们来焊接，历史的诗篇将由我们谱写，胜利的明天属于十三亿坚强不屈的中国人民！所以我们要倡导并支持读书，读万卷书行万里路，做一个称职的教师，以带动教育事业的蓬勃健康的发展！

## **给小学生体测心得体会 小学生军训心得体会汇总篇五**

看看老师，还是老样子；再看看同学，也还是老样子；再看看自己，也没啊！

我不想再次名落孙山了。（我是不是太杞人忧天了啊）不过，还是不能太放松的啊！

开学前，我为再见到同学而感到高兴；开学后，我为成绩而感到郁闷。不过，还是比较开心的啦！

## **给小学生体测心得体会 小学生军训心得体会汇总篇六**

开学第一天，丁老师说谁没有写完作业时，我很高兴，因为我的作业都认真完成了，没有一项落下，而且书写也比较认

真。

回想起这个充实而愉悦的假期，我的心似乎还在那里，时不时的都会笑起来，因为在那里，发生了很多有意思的事。

举期里干的第一件事就是先把作业写完。写完作业才能干其他事情，因此，我列了一张计划表：语文：每天预习一单元的课文，每两天发一篇作文（如有特殊情况，等情况过去后再发），每天写三天的“每日五句”，每天干一件力所能及的家务，每天至少读半个小时的课外书。数学：每天写五页“数学寒假作业”。英语：每天抄写两个单元单词，默写两个单元的“let' s taik”□

虽然在放假后的几天中，我每天都“遨游在作业的海洋”，每天“废寝忘食”的写，“别人喝咖啡的时候”，我也在拼命的写，想着写完作业就能无忧无虑、快快乐乐的玩。终于“功夫不负有心人”，在距离过年还有一天的时候，我顺利“遨游完了作业的海洋”，找到了出口，完成了各科作业。疯狂的开始happy了起来。

过年的那天上午，我手里掂着“洗劫”超市的“战利品”大步流星地向家走去。下午，我一觉睡到七点半，起来后，嘴里吃着香喷喷的饺子，眼睛望着电视里回家途中的人们，幸福感油然而生。

大年初一的下午，妈妈带着我去文体中心玩。我先玩了一个“套圈”，十个套圈，我套中了六条小鱼儿，可开心了。接着我们又玩了“砸小动物”，五个沙包，我们只砸中了一个小动物。但是“失败乃成功之母”，下次再接再厉嘛。我们又玩了“射气球”、“打地鼠”、吃了“冰糖葫芦”、“章鱼小丸子”、“棉花糖”等等好多好吃的，我可开心了！

大年初二的下午，妈妈带我去南阳逛街。到南阳后，我的天

呀！广场上人山人海的，马路上车辆川流不息。我们好不容易挤进了超市，发现里面也是人山人海的。妈妈突然想上厕所了，好不容易找到厕所后，发现里面也都是人。唉，这春节出去真是受罪啊！

大年初四的下午，我手里拿着《爸爸去哪儿》的电影票，如释珍宝一般。哼着不知名的歌曲，一路小跑地来到电影院。买了一大桶我的最爱——爆米花。就满怀欣喜的进了场等待着电影的开始。啊，可爱的kimi“捧场王”天天我来了！

初六的上午，我揉揉惺忪的睡眼，伸了一个很大的懒腰，慢吞吞的离开了温暖的被窝，洗漱完毕后，我便飞奔到朋友家，与她一起happy。我们先玩了一会儿电脑，又玩了一会儿游戏。不知不觉中便到了十一点，我依依不舍的与她再见。唉，为什么美好的时光总是过得这么快呀！

## 给小学生体测心得体会 小学生军训心得体会汇总篇七

今天晚上，我和妈妈一起去逛街。（不是很远的地方）

街上人山人海，非常多人，连过路的地方也有很多人！妈妈正在一个小摊子那儿挑衣服，又看了看四周，小声的对我说：“刚才有人想抢我的钱包！”我害怕了，抓紧妈妈的袋子，警(谨)慎起来！

妈妈在“礼加诚”买了一大袋果冻，又在外面买了袋石榴。

我们有来到惠万家门口，发现有一家“冰粥”店，就在这儿要了一碗“冰粥”，妈妈说要买手电筒，让我在这里边吃边等她，我吃得只剩下一点冰水了，妈妈才出来，我们高高兴兴的回家了！

脑海里翻滚。