

# 最新打暑假工心得体会电子稿(通用9篇)

心得体会是我们对自己、他人、人生和世界的思考和感悟。优质的心得体会该怎么样去写呢？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。

## 打暑假工心得体会电子稿篇一

大家好！

光阴似箭，时光穿梭，快乐的假期就要结束了，新的学期已经在向我们招手了，在这个假期里我做了很多有意义的事情，当然也干了不少大人觉得是错误的事情！

进入暑假以来，第一件大事情就是每天的.作业认真按时完成，一天一篇作文，完成以后我会约上几个好朋友一起去人工湖和文体中心玩玩，对了那天我还和朋友同学一起去看了迎新年钢琴演奏会，感觉现场气氛真好，比看电视上的好多了。朋友都不在的时候我就自己看看书，大人说那叫畅游知识的海洋，听听mp3□练练歌，虽然唱得一般。

当然，我每天还是睡觉睡到自然醒的，好不容易有个睡懒觉的机会。

晚上没事的时候，我拉上爸爸打打羽毛球和排球，有时候妈妈不叫去，叫在家里学习，我就说，知识很重要，但是没有一个是强健的身体也没办法学好呀，妈妈一听哑火了，哈哈，这个理由不错吧，连爸爸都说说的对。

新的学期马上到来，我一定会展示我自己的那一面，做到认真学习，端正自己的学习态度，期待下一个暑假的来临。

谢谢大家！

## 打暑假工心得体会电子稿篇二

大家好！

放暑假的第一天我要在家里看电视、玩电脑和玩玩具。放暑假太棒了，可以游山玩水到处旅游。我看到我的朋友我就跟他们七嘴八舌的讨论，回到家的时候，爸爸跟我说：“走！我们全家去富丽堂皇的xx大饭店！”那里有游泳池，但是我不太会游泳，因为我是一只“旱水鸭”，但是你别小看我，我可以画出鬼斧神工的画，叫大家都对我刮目相看。

放暑假是最热的时候，火辣辣的太阳，热呼呼的风，让我每天昏昏沉沉，只想窝在冷气房里。爸爸说在家会浪费电，爸爸准备在休假时带我们全家到处游山玩水。

第一站，我们要到花果山玩，花果山的路上，满山满谷都种着高丽菜，妹妹说为什么不是叫“高丽菜山”？逗得全家哈哈大笑。花果山有美味的梨子可以吃，到时候一定要一箱一箱搬回来与大家分享。

第二站要去果子山，果子山都是水蜜桃，水蜜桃汁多味美，我一定要在那儿疯狂采，疯狂的吃；当然，还要去造访千年神木群，感觉清凉舒畅，爸爸说在这儿修练，隐居也不错呀！我们拼了命的猛摇头，叫爸爸自己留在那儿就好。

哇！放暑假多么的好，每天都可以快快乐乐的玩，是很难得的！妈妈说该做的事一定要先做好，剩下的时间就做我们想做的事情，生活一样要有规律，加上每天运动，还要帮妈妈做家务。所以，我一定会珍惜每一分每一秒，完成我暑假里想做的事。

谢谢大家！

## 打暑假工心得体会电子稿篇三

随着蝉鸣声越来越响，我们也迎来了期盼已久的暑假。

暑假生活是火红的。清晨我跟着爷爷一起晨跑，我还不时跳跃起来，折射出少年的活力；下午，我来到羽毛球室，和同学们打着激烈的比赛。“噔”对方发球了，我握紧球拍注视着乒乓球在空中划过一道优美的弧线，“啪”我用力把这个高难度的发球硬是给顶了回去，同学们的欢呼声和呐喊声在练球室此起彼伏；晚上，穿着溜冰鞋的我在广场上做着优美的动作急速的滑来滑去，偶尔也做一些单腿着地之类的高难度练习；具有活力的体育运动给我的暑假生活添加了绚丽多彩的一笔。

暑假生活是绿色的。在公园的假山上，竹林中，绿树成阴，偶尔有一丝清风徐徐吹来，让人觉得心旷神怡，完全忘了酷暑的炎热。我和小伙伴们在茵茵草地上打着滚嬉闹着……绿色，给我的暑假生活带来了丝丝凉意。

这就是我的暑假生活，我丰富多彩的暑假生活！

谢谢大家！

## 打暑假工心得体会电子稿篇四

大家好！

门一开，我就飞快的跑进去换上衣服，就在门口集合了。水世界是分成两个的一个是室内、一个是室外，我们先去了室内，因为去室外有一点热。

到了室内让我大饱眼福，我看见了一个闯关赛，我就叫叔叔我们一起去闯关了。在我和叔叔共同努力下，我们不但胜利了，还获得了奖品。里面还有一个大大的游泳池，我们穿上

漂浮衣就去了。这个漂浮衣真的太神奇了，你去比你高的水也不会沉下去，反而漂浮在上面。之后我们就去了漂流，躺在那一个泳圈上漂着，真的太舒服了。

我很想去玩那种刺激的项目，但是他们都有标准：体重是45千克以上，身高是一米四以上，虽然我的身高达标了但是体重还没达标，所以不能玩，就只能去玩其他的项目了。

谢谢大家！

## 打暑假工心得体会电子稿篇五

大家好！一年一度的暑假马上就要开始了，我们高兴之余不忘安全。每年暑假前后是中小学生学习安全事故的多发期。其中，溺水死亡主要由于孩子私自下河游泳、到河边玩水、钓鱼或捉龙虾等引起，交通死亡主要由于学生违章骑车、闯红灯、不走斑马线和不及时躲避危险等引起。为了让学生过一个安全、文明、有意义的暑假，今天我们在这里围绕“安全”这个主题，提醒同学们注意几方面的安全问题。

1、要注意防汛、防雷电的安全。现阶段我们正处于梅雨季节，梅雨期表现为多雨天气，并伴有雷电，并可能出现雷雨大风，雷电发生时尽量不要呆在户外；不要把铁器扛在肩上高于身体；要远离铁栏铁桥等金属物体及电线杆；不要呆在山顶、楼顶等制高点上；躲避雷雨不要选择大树下及高楼旁，一般可适当选择一处建筑物或者就近到洞穴、沟渠等处暂时栖身。

2、要注意防溺水安全。禁止到江湖、河塘等地玩耍，以及私自或结伴下河游泳、玩水或捕鱼、捉虾，以防溺水事故发生。

3、要注意交通安全。出行时注意交通安全，自觉遵守交通规则、法规：不在公路上玩耍或追逐打闹，不乘坐无牌、无证等不合格车辆，发现危险来临必须及时躲避；满12周岁的学生要文明骑车，不能骑电动车、摩托车等机动车辆，骑车行路

切不可擅闯红灯或不走斑马线，不逆向行车；未满12周岁的学生不能骑车上路，以防止交通事故的发生。

4、要强化自我管理。不看不健康的电影、录像、书刊；不进游戏室、网吧等限制未成年人进入的场所；在家上网时，也要注意网络安全，在网上，不要轻意给出能确定身份的信息，如：家庭地址、学校名称、家庭电话号码、密码、父母身份、家庭经济状况等信息。

5、要遵纪守法。不打架斗殴，不偷窃，不赌博，不参加迷信邪教活动等。要爱护公物，小区里游乐场所的健身设备、小区的绿化等公共设施要爱护，共同维护社会、家庭的安定和良好秩序，做遵纪守法的小公民。

同学们，生命只有一次，但愿平安伴你一生！最后祝愿我们每个同学都拥有一个平安、文明、健康美好的假期！

谢谢大家！

## 打暑假工心得体会电子稿篇六

你们好。

随着暑假的临近，很多同学已经准备好了泳衣和泳镜，擦亮了车子，就等着假期正式开始，好好过一个暑假。但是由于假期的到来，父母对白天上班有很多顾虑，孩子一个人在家。跑出去玩遇到交通事故怎么办？跌倒和颠簸怎么办？即使孩子待在家里，你担心孩子玩火吗？会触电吗？如果有陌生人敲门，孩子会应付吗？总之，孩子的安全成为父母在假期最重要的事情。

根据家长和学校的这些关注，我在此对学生提出以下要求：

节假日期间，学生外出的机会大大增加，在繁忙的街道上，

交通安全尤其令人担忧。骑自行车时，儿童被悬挂的车辆伤害的情况时有发生。每个假期，都会有一些学生受伤和被抓伤的交通事故。虽然有些事故是意外，不是孩子的错，但如果家长平时能重视孩子的交通安全教育，这些事故和悲剧是可以避免的。

- 1、禁止在道路上骑自行车带人快速超车。
  - 2、高速公路上禁止骑车。
  - 3、骑自行车是禁止做危险动作的。
  - 4、自行车平时要保养，防止零件松动。
  - 5、行走时，必须遵守交通规则，禁止追逐和玩耍。过马路一定要走人行横道，停下来，看着，过。
  - 6、骑行时注意安全。禁止将身体放在窗外。车停了就可以下车，车启动的时候站好。
  - 7、旅行时一定要知道路线，不要跳过栏杆等障碍物，以便快速省事。
  - 8、不要带着禁止携带的易燃物品上车。
  - 9、发生事故时，拨打110、112等。
- 1、不要伸手，一伸手就会被抓住。
  - 2、不要用石头砸火车。
  - 3、严禁偷扣件。
  - 4、严禁拆除和盗窃铁路设施。

- 5、严禁吊起车钩玩耍。
- 6、不得在铁路线路上放置、遗弃障碍物。
- 7、不要擅自打开车门。
- 8、不要在铁路线上行走、坐着或躺着，也不要没有平交道口或人行道的铁路线上通过。
- 9、不得翻越、损坏或移动铁路线路两侧的防护墙、围栏或其他防护设施和标桩。
- 10、不允许钻孔、剥离或起下钻。

夏天天气湿热，学生抵抗力比较低。如果他们吃得不好，很容易引起腹泻、食物中毒或其他消化系统疾病。据了解，现阶段已进入肠道疾病高发期，肠道门诊小病人时有出现，学生夏季应特别注意食品卫生。

- 1、不吃没有安全标志的食物，不吃已经变质的食物，不吃来历不明的东西。有时不吃问题明显的产品，不吃药理毒性未知的野菜等山珍海味。
- 2、喝热水，注意食品卫生。
- 3、警惕有明显异常味道的食物。
- 4、食物中毒后立即多喝水或拨打112急救电话，不要等着看情况。

此外，暑假期间，各种美味的食物诱惑着我们，很容易导致暴饮暴食，损害健康。所以暑假要多注意避免暴饮暴食。

另外，要过规律的生活，放松心态，做好预防，增强抵抗力，少熬夜，多吃清淡健康的食物。品尝美食为主，不宜一次吃

太多或太饱。多吃富含纤维素和维生素的新鲜蔬菜水果，促进肠胃蠕动。同时，要更加注意不要吃街头小吃摊的食物，防止消化道和胃部疾病。

很多家庭都有一定量的各种药物。因为好奇，学生们在父母不在家的时候尽量带他们出去，经常听到吃错药造成的严重后果。所以不能乱吃药，吃错了药会中毒。

暑假期间，由于天气炎热干燥，很容易引起火灾。当一些学生放假后独自在家时，不要玩火。不能划火柴，更不能玩打火机。万一发生火灾，学生们无法自救。别慌。打119报警，然后试图逃跑。不要试图自己灭火。如果烟雾呛到，用湿毛巾捂住嘴，逃离现场。如果你打不开门，挥动一条白毛巾或衣服通过同学们的一些了解，有的同学贪图方便，直接去河沟、鱼塘洗澡，有的同学把河沟、鱼塘当成天然游泳池。因为没有大人照顾，加上游泳技术差，安全意识差，事故发生后不知道如何自救，导致悲剧发生。因此，学生在游泳池或其他地方游泳时，必须有父母陪同。不会游泳的同学不要单独下水，会游泳的同学也不要因为逞能而去深水区或水位较深的地方，以免发生危险。在公园或户外玩耍的学生也应注意不要在河流、水库等地方游泳。这些地方不是正规的游泳池，没有完善的防护设备，也没有救生成员。而且水下情况很清楚，在这样的地方游泳很危险。暑假期间一定要在正规的游泳池游泳，有父母陪伴。不管水质如何，你都应该小心避免溺水。

最近由于天气变化快，大风、暴雨、打雷、冰雹频繁发生，一定要注意出行安全。在恶劣天气的情况下，你不能避免靠近树木、危险建筑、广告标志等。

近年来，各种迹象表明，对青少年的虐待呈上升趋势。所以，如果在假期中发现自己身边或陌生人侵犯了自己的身体和不良语言，要及时向父母举报，避免更多的谩骂。不要羞于开口。你要大胆举报，不要怕别人恐吓，积极寻求保护和支持。



最后，祝大家暑假快乐平安。

## 打暑假工心得体会电子稿篇七

大家好！

爸爸妈妈带我去了大夫山，那里风景可美了！在大夫山里，我们去了烧烤。烧烤可香了，我吃了好多东西，有鸡翅，肉肠，鱼，金针菇……味道好极了！吃完烧烤，爸爸妈妈带我去骑三人单车。骑单车是一件好玩的事，我别提有多高兴呢！

星期六或星期天，妈妈有空就带我去图书馆看书，我们还会约上我的好朋友一起去。我和好朋友都看了好多书，我看了《半个月亮飞走了》、《牛顿》、《柳林风声》……这些都是我爱看的书，我看了这些书，让我明白了，一个人不可能是十全十美的，你做得好，有人会比你做得更好，所以我只要尽力，做最棒的自己就可以了。

平时爸爸妈妈不在家的时候，我也好开心，因为有爷爷奶奶陪伴着我。我在家里看看书，看看电视，画一下画，下一下棋，有时和爷爷奶奶一起逛逛公园，呼吸新鲜空气，锻炼身体。我知道爸爸妈妈是爱我的，爷爷奶奶也是爱我的，所以长大后我一定要照顾好他们。

开心的暑假就要结束了，新学期就要到啦！我要好好学习，争取好成绩！

谢谢大家！

## 打暑假工心得体会电子稿篇八

大家好！

暑假是每个学生都盼望的，特别是暑假，漫长而又有意义，

当然这个暑假是最特别的。

暑假刚开始的几天，我在家很悠闲的玩了几天，后来由于我很闷，便来到了\_\_光学眼镜来参加非常暑假活动，其实对于打工我也是只知其表不知其内，在家里，我准备了一本记事本，想写一下打工的体会，当时的幻想是那样的美丽，可是去了，才发现大不一样。

早上我8：00准时来到了\_\_眼镜店，工作人员给我分配了任务是给顾客开门关门，倒水给顾客喝，心想真轻松这么简单的工作，真是小菜一碟，一开始我站在门口还不感到怎么样，后来站了才有三十几分钟，脚就感到非常吃力，都想放弃了，心想既然来了就要坚持到底，我再向周围一看，这里的工作人员都站着呢，这时我真佩服她们，可能是她们站习惯了，\_\_眼镜店的工作人员很热情，也很热爱工作，对每位顾客都很热情，看到她们这样我还是坚持到底了，圆满结束了一天的非常暑假打工。

一天的暑期实践很快就结束了，在这短短的日子里，让我学到了很多在学校课堂上和书本上所学不到的使用的技术知识，扩大了自己的知识面，对社会的认识也更加深刻，更培养了自己与人沟通的能力，与顾客交流的能力，掌握一些技巧，也锻炼了自己，提高了自我学习与适应陌生环境的能力，培养了自己的独立能力。

我们中学生正处在人生的黄金时代，对于复杂的社会关系，将来的工作和生活，都没有很好的预见性，再加上没有好的文凭，将来想找一份好的工作都会难上加难，所以我们现在应抓紧每一点时间努力学习将来才会有更好的出路，才会有更好的发展，人生之路才会平坦，才会有更高的追求和进步，我们才会有更高的突破和发展。

我们现在的中学生是衣食不愁，靠父母没有过那种穷苦的生活，拿着父母的血汗钱却不知道珍惜，也不明白挣钱的辛苦，

只知道花钱时的顺手。然而只要你真正有了一份自己的工作，才会真正体会到父母的艰辛，才会有有一种奋发向上的动力，才会知道珍惜我们现在拥有的一切。

以前在家中过惯了衣来伸手饭来张口的生活，这次\_\_眼镜店举行的非常暑假活动让我真正尝到了生活的原汁原味。

谢谢大家！

## 打暑假工心得体会电子稿篇九

大家好！

一和大家说起自己的暑假，大家都会兴高采烈的说起来。很显然大家的暑假都过得非常开心。我呢？我呀，当然也不例外。就让我为大家说一说我的暑假生活吧！

今年我的暑假生活很特别，因为我没有报补习班，自从20xx年x月xx日起，开完家长会后我就回到了姥姥家。一回姥姥家，姥姥和姥爷还有“溜溜”就上前迎接我，姥姥和姥爷往往是上前帮我拿东西，而“溜溜”总是在我的脚边蹭来蹭去。可爱极啦！

在姥姥家的这段日子里，有一件事让我“刻骨铭心”，我清晰的记得那天是x月x日的下午我照常和小哥xxx到后院去骑自行车，因为我那时还没有买自行车，所以我就骑小哥的自行车，小哥就骑我姥爷的自行车，我大约骑了25米左右没刹住闸一下子扎在了草丛中。把我的右腿弄了一条11厘米左右的伤痕。小哥见了赶忙把我扶起，然后把姥爷的自行车骑了回去，又跑着回来把我用小哥的自行车驮了回去。虽然很疼但是我还是很快乐。

还记得有一天外面下了一场大雨，“溜溜”在外面我们一家在看电视，都把它在外面的事给忘记了，这时“溜溜”在外

面叫，我们才想起来它在外边。把它领进屋时我们大家都笑了，因为“溜溜”成了一只“落汤鸡”，不应该是“落汤犬”，哈哈。我烧了点热水然后给它洗了个热水澡。

这个暑假还真是有喜有悲。

谢谢大家！