

2023年寒假自律生活心得 寒假心得体会(模板5篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。相信许多人会觉得范文很难写？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

寒假自律生活心得篇一

拓展自身的知识面，扩大与社会的接触面，增加个人在社会竞争中的经验，锻炼和提高自己的能力，以便在以后毕业后能真正走入社会，能够适应国内外的经济形势的变化，并且能够在生活和学习中很好地处理各方面的问题。通过参加一些实践性活动巩固所学的理论，增长一些书本上学不到的知识和技能。不要简单地把寒假社会实践作为挣钱或者是积累社会经验的手段，更重要的是借机培养自己的创业和社会实践能力。

1、负责做好“步步高”品牌点读机的推销工作：

新华书店责任有限公司使我们遂宁市最大的书店，坐落于市中心，与各大学校都有着密切的合作关系。到这个熟悉的地方实践，我的心里不免欣喜。由于内部职员完善，符合大学生实践的工作并不是很多，于是我被安排到了电子柜来推销点读机。中学时候我就用的是这个国产品牌的电子词典、复读机等电子产品，所以对其质量是完全信得过的，心里的疑虑都打消了。而点读机的操作简单，经过简短的培训我就可以直接上岗推销了。新华书店4楼就是少年宫，很多小学生、中学生来这儿学习乐器、绘画，所以根本不会缺少客源，我需要做的就是跟来咨询的家长们详细的介绍我所推荐的产品。因为之前做过详细的了解，对家长们提出的疑问都能做出令家长满意的解答。

2、提供广播、书籍导购服务：

新华书店之所以被我们称为书城，很大程度取决于其广阔的面积、以及繁多的服务柜台。而前来消费的几乎都是家长和自己的孩子，走散了的是常有的事情，而前门柜台收银的姐姐们时常是忙不过来，加上我上班的时间不长，于是下班后的我自愿接替了广播的任务。走散的小朋友们找不到家人都很慌乱，我一边要安抚小朋友们，一边还要仔细询问他们的名字。这活说起来似乎很简单，但是真正操作起来并不是很容易的事情。很多小朋友只是在哭，并不能安定下来等待家属认领。所以我还要陪小朋友们玩耍。很多小朋友都不是那么买账的，尽管我被哭的心烦意乱，但还是没有忘记自己的责任。所以每次都能及时的让小朋友的家长认领自己的小孩。

因为自己在上中学的时候经常来新华书店买书、看书，所以即便是繁多的服务柜台也能够了如指掌，当前来消费的顾客们不能及时找到自己所需要的产品的时候，我都会积极上去帮顾客找到，也受到了顾客的一致好评。

能完成自己分内的事情，细心解答家长们的疑问；在照顾小孩的时候能够做到耐心细致，使得自己的耐力得到了很好的锻炼；能做到热情不计报酬，无偿对顾客提供基础服务。

短短一个月的实践工作很快就结束了，这期间，我收获了很多以前没有实实在在接触到的社会知识，意识到了服务行业的艰辛，挣钱的不容易，同时也有了了不少自己的感悟心得。在这里也粗略的总结了一下。

实践，就是把我们在学校所学的理论知识，运用到客观实际中去，使自己所学的理论知识有用武之地。只学不实践，那么所学的就等于零。理论应该与实践相结合。另一方面，实践可为以后找工作打基础。

通过这段时间的实习，学到一些在学校里学不到的东西。因

为环境的不同，接触的人与事不同，从中所学的东西自然就不一样了。要学会从实践中学习，从学习中实践。而且在中国的经济飞速发展，又加入了世贸，国内外经济日趋变化，每天都不断有新的东西涌现，在拥有了越来越多的机会的同时，也有了更多的挑战，前天才刚学到的知识可能在今天就已经被淘汰掉了，中国的经济越和外面接轨，对于人才的要求就会越来越高，我们不只要学好学校里所学到的知识，还要不断从生活中，实践中学其他知识，不断地从各方面武装自己，才能在竞争中突出自己，表现自己。

在新华书店里，别人一眼就能把我认成是一名正在读书的学生，我问他们为什么，他们总说从我的脸上就能看出来，呵呵，也许没有经历过社会的人都有我这种不知名遭遇吧！我并没有因为我在他们面前没有经验而退后，我相信我也能做的像他们一样好。

我的工作是在步步高柜台做推销工作，每天早上9点钟到下午4点半上班，虽然时间不是很长，但热情而年轻的我并没有丝毫的怠慢，加上我对步步高产品的了解与热爱，我觉得这是一种激励，明白了人生，感悟了生活，做我喜欢做的事，接触了社会，了解了未来。

在电子柜里虽然我是以介绍为主，但我不时还要做一些工作以外的事情，有时要做一些清洁的工作，在学校里也许有老师分配说今天做些什么，明天做些什么，但在这里，不一定有人会告诉你这些，你必须自觉地去完成，而且要尽自己的努力做到最好，一件工作的效率就会得到别人不同的评价。在学校，只有学习的氛围，毕竟学校是学习的场所，每一个学生都在为取得更高的成绩而努力。而这里是工作的场所，每个人都会为了获得更多的报酬而努力，无论是学习还是工作，都存在着竞争，在竞争中就要不断学习别人先进的地方，也要不断学习别人怎样做人，以提高自己的能力！

记得老师曾经说过大学是一个小社会，但我总觉得校园里总

少不了那份纯真，那份真诚，尽管是大学高校，学生还终归保持着学生的身份。而走进企业，接触各种各样的客户、同事、上司等等，关系复杂，但我得去面对我从未面对过的一切。记得在我校举行的招聘会上所反映出来的其中一个问题是，学生的实际操作能力与在校理论学习有一定的差距。在这次实践中，这一点我感受很深。在学校，理论的学习很多，而且是多方面的，几乎是面面俱到；而在实际工作中，可能会遇到书本上没学到的，又可能是书本上的知识一点都用不上的情况。或许工作中运用到的只是很简单的问题，只要套公式似的就能完成一项任务。有时候我会埋怨，实际操作这么简单，但为什么书本上的知识让人学得这么吃力呢？这是社会与学校脱轨了吗？也许老师是正确的，虽然大学生生活不像踏入社会，但是总算是社会的一个部分，这是不可否认的事实。但是有时也要感谢老师孜孜不倦地教导，有些问题有了在课堂上地认真消化，有平时作业作补充，我比一部人具有更高的起点，有了更多的知识层面去应付各种工作上的问题。

作为一名新世纪的大学生，应该懂得与社会上各方面的人交往，处理社会上所发生的各方面的事情，这就意味着大学生要注意到社会实践，社会实践必不可少。

毕竟，4年之后，我已经不再是一名大学生，是社会中的一分子，要与社会交流，为社会做贡献。只懂得纸上谈兵是远远不及的，以后的人生旅途是漫长的，为了锻炼自己成为一名合格的、对社会有用的人才。

在实践期间我最影响深刻的还是在电子柜台上上班的时候自己遇到的一件事：那天，一个衣着很简朴的小女孩来到了我所在的柜台看着我所推荐的点读机，看着宣传单上点读机屏幕上色彩诱人的卡通人物的讲解，眼里满是艳羡，以我往常的经验，没有家长随同的小女孩会买下点读机的几率很小很小。正巧那时候我不是很忙，就招呼了小女孩，打开了机器教她如何玩，期间也了解了小女孩的一些情况。原来小女孩是随

同父母出来打工的，父母就在书店不远处的拆迁工地上劳动。看着小女孩开心的神情，我心里不免犯酸，作为一个外来务工人员的孩子，可想而知，这个小女孩的童年是怎样的单调。虽然没有好的学习条件，小女孩却根本没有不满情绪，和我聊天的字里行间都是对爸爸妈妈的爱、对生活的热爱。我被这个小女孩的乐观感染了，心里的烦恼都烟消云散，我和小女孩还约定好在我实践的这一个月每天都可以来我这里学习英语。实践结束的日子也不远了，小女孩也随爸爸妈妈回老家过年了，若说我还有什么遗憾，也就是没能多帮助小女孩一点了，希望他们一切安好！希望一切外来务工人员们都健康、平安！

很多在学校读书的人都说宁愿出去工作，不愿在校读书；而已在社会的人都宁愿回校读书。我们上学，学习先进的科学知识，为的都是将来走进社会，献出自己的一份力量，我们应该在今天努力掌握专业知识，懂得感恩，懂得去回报社会，明天才能更好地为社会服务！

系别：电子工程系

班级：微电xx-1班 姓名：谢代鸿 学号：106501

寒假自律生活心得篇二

要说起我寒假里有什么感受，那真是享之不尽，回味无穷，收获不小呀！

每逢寒假，教师们都要给学生布置寒假作业，旨在让学生过年学习两不误。校长也应站在促进教师自身发展的高度，考虑给教师布置点寒假作业，让教师在轻松愉快的春节里“乐有所获”，今年中心完小正式以文件形式规定开学之时必须上交一份心得体会，首先我很乐意赞成这样的做法，我把这样的生活看成是一种提升自我素质的一次机会，所以我的寒假生活过得有意义而充实。

首先我对自己的寒假生活做了一个作息时间表，尽力要求自己按着计划来，思想在假期不能有松懈的痕迹，做为21世纪的新型教师，我们有着更为挑战的“难题”在等着我们去克服和解决。我的第一计划就是读书：在假期我读了这样几本书，我国著名美学家宗白华先生的《〈美学散步〉》，

《〈教师职业道德的建构与修养〉》只阅了一部分，还有我最喜欢和佩服的魏书生先生的《〈班主任工作漫谈〉》，当然我还在网上书籍上翻阅了一些教育教学理论、中外名画欣赏和怎么样为人处世的相关知识，更有意义的是使我再次认识到：上课是一门艺术，除了有一定的知识结构外，还要有一些技巧和方法。要善于引导学生自己去学，真正成为课堂的主人。而其中的经典理论知识使我受益匪浅，茅塞顿开。

我在美学中悟出了怎样去欣赏美和发现美的一些道不出的财富，师德中我再次教育和怎样释放我的道德底线，在

《〈班主任工作漫谈〉》中我领悟了教育的魅力，再次细嚼了教育中的智慧，教育的平等和自我奋斗的苦乐经历，最后我再总结这几本书到底给了我什么样的教育，使我再次感受知识间联系的乐趣，也让我感受奋斗的激情。

计划中的第二任务就是：继续学习说普通话，作为基层教育工作者，我们是孩子模仿最有利的对象，他们对老师有着很神秘的向往，为了孩子的明天，我们说一口流利、标准的普通话是极其重要，我在网上下载了一些语音教程，进行了静心的学习，感觉真的很好，我相信通过长时间的学习积累，直接可以帮助我在教学中的清楚准确表达我要向学生传达的信息。

最后就是重拾我学生时候的爱好：我重新整理了学习书法的资料，临写范贴是我不变的学习方式，学习书法对我们小学教师有着不可忽视的重要性，一是可以了解传统文化的魅力所在，二是可以在学习书法的同时可以静养自己的身心，使自己的思维就像练字时的那样心平气和，保持冷静清醒的头脑。

以上就是填充我寒假大部分时间的具体工作，虽看似枯燥，但是只要你进入状态，你就会体味其中乐此不疲的兴奋。

对寒假应有着特殊的见解和去使用它，因为职业的特点，教师平时一心扑在教育教学上，忙忙碌碌，往往无暇顾及亲情，校长不妨温情地提醒教师：亲近爱人和孩子，问候老人和亲属。

布置点家访作业，可以安排教师有针对性地对部分学生进行家访，与家长交流学生的情况，共商家教策略；征求家长对学校教育的建议；宣传有关教育的新政策。

我的寒假是开心和快乐的，也有不少收获，可以这样形容是五彩缤纷的。

就这样，离开学的日子越来越近了，寒假生活的点点滴滴，美好的时光，到这里也该结束了。接下来就是更用功把工作做好。把在寒假生活里所发生的美好时光，全都存进去我的脑海里，让他们变成一个回忆！也把我的寒假生活画下了一个完美的句点。

在寒冷的冬天里，我收获了如此多的“果实”，我已心满意足了，不！不足！也许还有更多果实等我去采摘。

寒假自律生活心得篇三

*月**日，天气一改前几日的温和，变得格外的冷，不知不觉每个人都又加上了厚厚的外衣，但再冷的天气也驱散不了我们每个参加社会实践活动同学心中的热情。此次的实践活动任务是服务济宁银座购物广场，主要的活动有三个，分别是：1、电梯口导购。2、超市分装购物袋。3、采访管理人员。我很荣幸的参加了前两项活动。

先说说导购吧，由于去的比较晚，我并没有从头至尾的完成

这项工作，所以感受不是多么强烈，只是听同行的马敬文讲述了工作的经历。她告诉我，导购是一项十分累而又十分有挑战的工作。为什么这么说呢？首先，你必须对商场十分的熟悉，其次，你还要考虑到你将面临形形色色的顾客，而且面对每位顾客时都要面带笑容，鞠躬问候像“欢迎光临”、“您慢走，欢迎下次光临”之类的话，做起来有时难免显得畏手畏脚。但庆幸，我们都顺利地完成了这项任务。

她显得心有所思但却不影响工作，仍然是熟练的收款。

我也陷入了沉思……

很快，下午的工作结束了，说不上辛苦，只是感觉收获了不少，以至于现在写这篇小记得时候还心有余悸。人生的旅途漫漫，即无法预见将来也无法改变历史，只能抓紧现在，抓紧脚下，一步一步地踏实前进。真的是要从那个姐姐身上学到点什么，正像她说得，不要给人生留下遗憾，不要到失去了才后悔当初！我们现在正是人生中最艰苦的时刻，但每个人又必须坚持，必须清楚，如果不好好珍惜现在，将来就要面临更艰苦的岁月。

这可能就是社会实践所能带给我们的最珍贵的东西吧，我喜欢这样的活动！

我很高兴也很荣幸有机会加入社会实践基地，我是一个乐于实践乐于展现自己的人，对于社会实践这种提升自己素质、培养自己能力、服务社会、服务学校的活动十分积极，十分向往。因此，我很希望能给我一个加入的机会，来品味这种美好与喜悦，从而展现自我，体现自己的价值，为这样优秀的集体争光添彩！

寒假自律生活心得篇四

在这年与年的过渡之中，不知不觉我又长大了一岁。我们终

于在校园生活的辛酸苦辣中结束，迎来了新的一年，新的希望。而这个寒假，更是我们心与心的交换的最佳时刻，现在就更随着我的心一起穿越那些已流逝的生活吧！

假期生活像一块五彩斑斓的鹅卵石，少了几分紧张气氛，多了份安宁和愉快。春节将至，我随着爸爸妈妈回到了老家，陪爷爷一起过年。其实爸爸妈妈是不用回老家的，回到老家，定会有很多繁琐之事，而且严冬还会过去，凛冽的寒风定会又一次袭击我瘦不禁风的身体，我每每一想，心中就变得发抖，那种凉意，直通我的心坎。但是爸爸认为爷爷一人在家，甚是孤独，做儿女的必须要尽到孝道。我明白爸爸这样做，是为了在我们这些孩子面前树立榜样，做一个感恩之人，回报那些为你无私付出的人，不仅是父母，更多的是社会吧！于是，就这样，我们踏上了返乡之旅。

展望这个时代，金钱利益的社会，老一辈人的辛苦付出又换来了什么？人们常说父母对于我们的爱是十分，而我们回报的却极少。是啊！我们也该醒悟了，人不应该忘根。

伴随着新年钟声的敲响，一家人在享受着团圆的欢乐，欢饮达旦共同祝福新年。过去的一年正在悄悄的在我们的欢声笑语中载入过去的史册……。而这个年，教育了我太多学校没有的知识—每个人都要怀着一颗感恩之心，将爱在子子孙孙中传递下去。幸福如花，而在感恩中所建立的幸福会永远不会凋谢、残败。因为这朵花瓣中寄托者“但愿人长久，千里共婵娟”的美好祝愿；满含着“独在异乡为异客，每逢佳节倍思亲”的丝丝眷恋。

人世间没有不觉的'风暴，感恩有其不老的风情。幸福之花开在感恩枝头，那一丝血肉亲情如阳光般耀眼，灼灼其华。

在乡下的星空之中，有一种令人淡忘尘世一切的清纯与惬意。我不说这片星空的美丽，因为没有人可以领略到这种诗意。令我咏起了杜牧的“天阶夜色凉如水，卧看牵牛织女星”的

孤独深情。当我语气断落时，星星突然变成了满天萤火虫，在我的身边如天使般轻盈的飞舞着，我心中荡起了一种莫名的感动。那晚的繁星，却阻止不住夜的漫长，可依然会吟唱那古老的歌谣，转眼绮户，思绪早已穿越到了神话时代，心早已抵达了广寒宫，与嫦娥为伴，与玉兔为友……在故乡的几个晚上，都是在漫天星光中不断的联想中度过，早已将城市的繁华和喧嚣抛到了脑后。

寒假自律生活心得篇五

今天，是我们假期的第一天，期望已久的假期终于来了，告别了一个学期的紧张学习，终于可以轻轻松松的休息一下，睡个懒觉了。

不知不觉卧室里透过一缕阳光。啊随着一声哈欠我从梦中醒来。伸伸懒腰，睁开朦胧的双眼。懒洋洋的穿上衣服，一副无精打采的样子。吃完饭后，帮着母亲端下餐具，倚在墙上看起了《喜羊羊与灰太狼》。

我听见外面吵吵嚷嚷的，我出门一看，原来是我远在甘肃的阿姨来了，带着她的宝宝和牛牛，宝宝已经上一年级了，比走的时候已经长高了以大截，至于那可爱的小牛牛吗，我还是第一次见，我马上来了精神头，连忙请她们进来坐下。

坐下之后，小牛牛好不安稳，一会跳着跳那，一会蹦来蹦去，还和我玩起了捉迷藏。玩着玩着他往后倒，一不小心倒到了盆上，来了个日光浴，哎呀，小牛牛，你想要洗澡澡也不至于这么着急吧！走过了，我带你洗澡去。这个小牛牛洗澡也不安稳，弄了我一身水。我只好让阿姨来给他洗了。

太阳不知不觉已经西下，阿姨也带这他们回家了，我也度过了一个快乐的寒假第一天。