# 最新暑假心得体会100字(八篇)

来源：网络 作者：心旷神怡 更新时间：2024-08-28

*体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。暑假心得体会100字篇一暑假...*

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**暑假心得体会100字篇一**

暑假到来了，我们当然要在快乐的前提下——做完暑假作业，才能似情奔放地玩耍，享受着空调下的徐徐凉风，来到大自然去感受大自然的神奇。

暑假作业终于做完了!在一声快乐的喊叫声中，我将把心中的不愉快全都抛之脑后，忘到九霄云外去了，然而，迎接我们的是快乐和惊喜，我跟着妈妈来到西溪湿地博物馆观看4d电影，多么有趣的画面，多么奇特的效果，真是不看不知道，一看吓一跳。

看完了4d电影，我就和妈妈一起到博物馆参观，并参加第二课堂的活动，真是太有趣了，在不知不觉中，已经到了吃午饭的时间了。

吃完午饭，我们便开始了新的旅程，我们去了西湖博物馆，刚进入博物馆，我看见许多动物的标本都栖息在那一块宝地上，有老鹰、蝴蝶、鸳鸯、野鸭、蟒蛇、青蛇、眼镜蛇、猫头鹰等。

接着，我和妈妈往里走，看见了一座杭州的名人的墙：有于谦、岳飞等名人，来到另一个展厅，我们看到了西湖十大景点的介绍以及照片，真是好美啊!我好想亲身去游览一下呢!

时间过得真快呀!已经到了傍晚时分了，我和妈妈在依依不舍中离开了，结束了这次的旅行。

**暑假心得体会100字篇二**

暑假生活如白驹过隙，转瞬即逝，马上就要将近一个月了。虽说这次的暑假与往年大同小异，已准备的旅游计划取消了，但我过得也很充实，共分五部曲。

水汪汪甜蜜蜜的课外书积累

课外书积累就如西瓜一样，每天必不可少。在酷暑难熬的情况下，西瓜是最能解渴的，吃一口，清凉甜蜜，沁人心脾，能滋润人的心田。课外书积累能培养人的意志力，如果坚持下去可以丰富语言，拓展思维，为写作打基础，你也会品尝到成功的甜蜜。

亮晶晶水灵灵的英语

又凉又甜的西瓜是妈妈的最爱，而晶莹剔透，如同珍珠般的马奶 子葡萄最能让我陶醉。在炎炎烈日的盛夏，顺手拿一颗冰葡萄，放进嘴里吮吸，那甜蜜的汁液立刻湿润我干渴的喉咙，顿觉回味悠长。

到“小新星英语”学校学习的确有同感。装有空调的教室，小班化的教学，轻松的教学氛围，在游戏中学习，在甜蜜中成长，真是其乐无穷!

秘密花园式的数学

学数学虽然有些苦涩，但当你突破一个新难关，就等于你闯进了秘密花园，在里面尽情感受大自然的魔力，享受花的芬芳，爱的甜蜜，就好像喝中药一般，苦涩之后，等待的是温馨。

愉快的逛街

逛街好比吃冰激凌。你头顶烈日，漫步街头，看到中意的衣服，好吃的东西，你会禁不住掏腰包，潇洒一回。冰激凌吃后十分“爽”，但也要适可而止哟。

刺激的上网

闲暇之余，上网查资料，聊qq好似吃炸鸡腿一样，酣畅淋漓，毫不拘束，十分痛快。

这就是我简简单单、真真实实的暑假生活，画我爱画的画，看我爱看的书，学我想学的英语，过一个既充实又简单的假期。

的确，简单是含蓄的快乐。

我简单，我快乐。

**暑假心得体会100字篇三**

暑假里我经常会去打羽毛球、游泳和骑自行车。这些运动不仅让我的身体更加强壮，还能提高我的肺活量，让我的乐器练习更轻松，同时我还能得到运动后的快乐，真是“一举三得”啊!

在暑假里各种作业与补习总是少不了的，不用天天上课了，但也不能放松学习，所以暑假伊始我就订好了一系列的学习计划，不仅要完成学校里布置的暑假作业，巩固已学习过的知识，还要按暑假奥数课的进度，做奥数作业，打好奥数学习的基础，还有就是每天要读、背英语，完成英语老师的新概念作业。除此之外，我还要根据每天生活中对点点滴滴的观察，收集各类素材写素材本，制作主题小报和“我来说”的ppt，这些都是最喜欢做的“作业”了。如果做作业、学习困了累了，我就会觉得压力很大，这时我会适当的听听音乐，暂时放松一下自己，这样更能提高学习的效率。

每年的暑假我们全家都会一起去做的一件事情，就是举家旅游。这——次我们选中了湖北有名的避暑圣地——神龙架。在那里，我看到了山清水秀的错落山庄，还有美不胜收的美景奇观。在那里，我还学到了许多动、植物知识，了解当地的历史与自然变迁，还有神秘的“野人”传说，这一切都令我赞叹大自然是有多么的神奇。这次的旅行让我收获良多，而且还有幽默、风趣的爸爸妈妈、多才多艺的外公、勤劳爱运动的爷爷奶奶一起陪伴，我感觉每天都很新奇、快乐!

从神龙架之旅回来后，我就投入了补桥牌课和单簧管的紧张练习中。补桥牌课是因为外出旅游，拉下了几节课，得抓紧时间把漏掉的知识补回来。而每天两小时以上的单簧管练习是为了去北京参加全国比赛而做的准备。之前因为受汪老师推荐去参加了上海特长生的比赛，得了上海市单簧管组的一等奖，所以就有资格代表上海参加北京的全国比赛了，为了能取得好成绩，为上海的单簧管儿童组争光，我只有认真练习。后来我终于去了北京，在北京的钓鱼台国宾馆参加了比赛的开幕式，还看到了宏伟又庄严的天安-门，立体感十足的水立方和形象逼真的鸟巢，以及其它的一些巧夺天工的建筑，最后通过一天紧张的比赛，我们结束了北京之旅，惴惴不安的回到了上海。

在这个暑假即将结束的时候，终于传来了比赛的好消息，我的《苏北调变奏曲》取得了全国管乐类单簧管比赛的金奖，当得知这个消息后，我激动万分，一方面我深深的感受到“功夫不负有心人”这句话的含义，另一方面也为能让我妈妈为我骄傲而感到高兴。

这些就是我精彩纷呈、节奏紧张的暑假生活，你喜欢吗?

**暑假心得体会100字篇四**

每年的暑假我都会去广州的。因为那里有我亲爱的爸爸妈妈和叔叔阿姨。爸爸会带我去好玩的地方玩，妈妈会细心的烧好菜给我吃。叔叔阿姨会教我游戏和知识。

记得那次和爸爸去长隆水上世界回来，妈妈早就做好了一桌都是我平时最爱吃的美味佳肴。每天都有店里的叔叔阿姨在陪我玩很多游戏—报数，猜谜语，脑筋急转弯……让我的暑假每一天快乐和精彩。

我也会在他们很忙的时候，帮他们做一些力所能及的小事。帮忙发放酒水饮料或者电脑输单什么的。每天帮忙当然我也会有累的时候，但是我很开心，因为我能帮忙了，很有成就感。

当然，也更让我体会到爸爸妈妈的辛苦。为了我们家人都能幸福的生活和我更好的学习，他们每天都早出晚归的拼命工作，并且还得与时惧进的不断学习。

同样，叔叔阿姨们也是在百忙的工作中，总还不忘逗我开心每一天。他们勤劳的工作，快乐的精神，时刻都在激励着我，在今后的学习中更应顽强的拼搏和努力。

感谢你们，给了我在各方面不断的成长和进步。我永远的记住了你们，你们的笑脸，你们的精神。你们用行动告诉了我，你们快乐，更给我带来快乐。

爸爸妈妈，我会努力的学习，用最好的成绩回报你们的关爱。叔叔阿姨们，我会在寒假里再来看你们的，请你们等我回来哦。

**暑假心得体会100字篇五**

暑假期间，天气实在太热了，火辣辣的太阳笼照着大地，好像要把所有的东西都熔化掉似的。所以，我们家冰箱里的饮料喝得飞快。

这一天，冰箱里剩下唯一一瓶饮料也被我喝光了。可是，看着窗外白晃晃的阳光，心里实在想吃上一支冰凉的棒冰。

“卖棒冰了!五角一支，小豆棒冰!”突然，从窗外传来一阵吆喝声。“真是我的大救星!”这下我来了精神，拿起1元钱，朝楼下跑去。跑到前面一看，我一下愣住了，竟然是一个比我还小的男孩。我发现他嘴唇干裂，声音沙哑。我把钱给了他，他接过钱给我一支，我转身急忙跑回家，一边跑一边想，让他多5角钱可以自已吃一支。

我正想着，忽然后来传来他的喊声，“小姐姐，等一等。”我只好站在那里对他说：“不用找了，这钱给你。”谁知他满脸通红，把钱塞进我手里气喘吁吁地说：“不是我的钱，我不要，你别瞧不起人，我的压岁钱比你多多了。”“那你为什么出来挣钱?”我奇怪地问。“那是因为我们学校举行了‘手拉手，献爱心’活动，我准备用这些钱捐给那些贫穷的孩子。”他倔强地说完，转身走了。当我目送他渐渐离去的身影后，才发现棒冰已经化掉了，虽然没能吃上棒冰，但心里却甜滋滋的。

现在，每当我听到卖棒冰的吆喝声，我眼前就会浮现出当时的情景。

编辑点评:本子清秀、整洁，犹如海滨小城的街道一样，找不到一点脏……

**暑假心得体会100字篇六**

学校是让我们学习知识的地方，社会更是让我们学习的知识得以实践并加以升华，在社会实践的过程中不仅是学以致用，更多的是增强自身的实践能力，学习到书本上没有的东西，在实践中我们可以不断的磨练自己，增长知识深度和厚度，就像那句话说的“实践是检验真理的标准”。

在这次实践中，虽然我只是简单的文员，但是在这份小小的工作中，我还是收获颇丰，体会到了很多的东西，增强了自己的能力。

在这个不长的实践过程中，我做出了自己的努力，虽然只是简单的整理表格，整理一下文档，办公室的卫生的维护。这些都是很简单的工作，但是在这个实践的过程中锻炼我自己的能力，增强我与别人沟通的能力，增强了我的动手能力，我相信经过不断的社会实践，可以不断的增强我自己的各方面的能力，在实践中不断的学习，不断的充实。

虽然这份工作，偶尔会觉得乏味，但是我始终相信没有小事情，只有把每一件小事都做好，才能更好的成就大事。在这个实践的过程中，我也发现了自己很多的不足，比如，与人沟通的能力还不是很强，不能很好的处理一些突发的状况，不能很好的与同事之间快速的协作磨合。这就要求我，还要更加努力的学习，还要不断的增强自己的综合能力，还要不断的学会协同合作，不断锻炼自己的口头表达能力，交际能力。

这次实践，让我明白了一个道理，只有多出去走走，做多些实践性的工作，才能更好的发现自己的不足之处，才能对应的提高自己的能力，才能扬长避短，才能更好的学以致用。

我们学习有良好的学习氛围和学习环境，通过这次的社会实践，我明白了，在我们还在学校的时候，要多珍惜学习的时光，多学一点知识，这样才能更好的面对，将来工作中可能会遇到的种种问题，这只是一次短暂的社会实践过程，在这个过程中我还不能充分的感受到真正工作的各种问题，艰辛和不易，但是我可以感受到工作给我带来的乐趣，这会让我更加的珍惜接下来在学校的时光，好好读书，读多方面的书，以后多去实践实践。

我相信仅仅拥有知识是不够的，我们还要增强自己运用知识的能力，与别人合作的能力，与别人沟通的能力，与别人交际的能力，自己的动手能力，实践能力。

在学校的时候，充分的吸允知识的同时，也要注重自身综合能力的提高，这样才能更好的适应社会，融入社会的氛围中。

经过这次社会实践，我懂得了很多，我会更加的努力。

**暑假心得体会100字篇七**

暑假里，我和爸爸一起去了海南。有天傍晚，我和爸爸在海边散步，看见天空中出现了火烧云。

先是一缕霞光缓缓地向云朵移来，最后把云朵笼罩了起来，它们就这样穿上了红纱衣，变成了火烧云。火烧云真像是被火烧焦了一样，不一会儿，就映红了碧蓝的天空，光好像又照到沙滩上了。

沙滩犹如童话故事一般，蔚蓝的大海变成金色的了，霞光照在大海上，大海的身体亮晶晶的，好象金子铺满海面;停靠在岸边的白色快艇变成红色的了，散发出神秘的气息;小朋友们搭建的沙雕城堡变成古铜色的了，在沙滩上闪闪发光;一只被主人带来的黑色小狗变成紫檀色的了，它和小朋友们在嬉戏、玩耍;瞭望台上披着白色毛巾的救生员，象一位披着金色铠甲的哨兵正守护着城堡;一棵棵椰子树镶上了红边，勾勒成一个个美丽的、婆娑的剪影。

再看天空，火烧云一直从东边烧到了西边，红彤彤的，天空一会儿半紫半黄，一会儿半红半百合色，还有宝石蓝、香蕉黄、石榴红，更有许多我叫不出名的颜色，似乎是哪个淘气的云宝宝不小心把天上的调色盘打翻了，把天空渲染成如此多彩，装扮得这般美丽。

突然间，天空中出现了一条凶猛的鳄鱼，它头朝西方，张牙舞爪地扑去，仿佛要吃掉那即将落山的太阳。鳄鱼慢慢变大，变成了一只原古的恐龙，连恐龙也来看当下的美景。恐龙的尾巴忽然不见了，看的人正在寻找，大恐龙又变得模糊了。从东边飘过来了一位仙女，我仔细一看，呀!原来是嫦娥，后面还似乎跟着一只可爱的玉兔，接着，嫦娥跳起了楚楚动人的舞蹈，那长长的衣袖和裙带随风舞动。她一边跳舞，一边向天空中撒着花，那红彤彤的云，便是花儿的花瓣。过了一会儿，玉兔不知跑到了何处，嫦娥也不见了，天空中出现了一条海豚，它在云海里，时而玩耍，时而翻跟斗，最后优美地跃入云海中了。

一时恍恍惚惚，这些云又像这个，又像那个，其实什么也不像。我低下头，揉一揉眼睛，沉静一会儿再看，可是火烧云偏偏不等喜爱它的我，悄无声息地下去了。

**暑假心得体会100字篇八**

暑假的一天,在爸爸、妈妈的陪同下,我走进体育馆的大门,我仿佛置身于一个奇妙无比的世界里：水池前,两盆大月季傲然怒放,数百朵小月季环绕簇拥,争气斗艳,真是好一派佳景呵,东边的鲜花白似飘雪,西面的鲜花金黄如金,阳光之下,黄白交映,分外清馨宜人,水池傍边,还开满了雅洒脱,多姿华丽的俏月季,枝头低下来,好像一个脸红的少女.还沉静在遐想中我,突然,听见一声“嘟嘟,快过来呀”,我吓了一大跳,原来是妈妈在叫我,我风一样地跑了过去,妈妈给我报了暑假补习班,有奥数、作文和主持人,我开心极了,因为我最喜欢的就是这些,只是报主持人课的老师没有回来,所以没有上,多少有些遗憾.

不管刮风下雨,还是身体有些不舒服,我都坚持上课,说实话,虽然这个暑假比较辛苦,学习任务比较重,但是苦中有乐,在爸爸、妈妈的鼓励和陪同下,在老师们辛勤的培养下,我逐步攀登知识的智慧宝塔,在智慧的世界里散步,饮着智慧仙泉,品尝智慧之果……

在我们的身边,也曾经有一些小事或正在发生：同学们因为作业多而长吁短叹;因为成绩不好而怨天尤人;两名学生为了一个荣誉而争得不可开交;吃饭插队引起众怒……

这些现象,有的我们曾听说过,有的亲眼见到过,更有的在我们自己身上发生过.面对这些,我可以把它归结于一种原因,即“内心不宁静”.试想,如果我们以宁静的心态去面对每一天,用微笑面对每件事,心中不会再有愤懑与急促,而是坦然与幸福,这正是“不以物喜,不以己悲”的和谐.

售货员收了假钱,她吸取了教训;车主们到咖啡厅商议了赔付事宜,佩服对方的理智成了朋友;仇恨的双方相约恳谈,却发现是一场误会……

我们耐心认真地写了作业,全对;我们努力了,有进步了,便不后悔;大家投了票,虽然只有一个优秀,在我们心中有两个;排好了队,一会子便到了你.

于是,人们见了面都有舒心的微笑,朋友,哪儿都有.一个近乎理想的和谐社会,悄然地建立了起来!

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找