# 关于寒假兼职心得体会寒假兼职心得体会寒假兼职心得体会范本(二篇)

来源：网络 作者：紫陌红尘 更新时间：2024-06-17

*关于寒假兼职心得体会寒假兼职心得体会寒假兼职心得体会范本一1. 加强课外阅读。2.闲时多翻翻字典，积累一些生僻字、词语。3. 找一个本子，专门积累课外的古诗词及文言片段。4.拥有自己的现代文摘抄本。5.在完成寒假作业的同时，每周多练一篇习作...*

**关于寒假兼职心得体会寒假兼职心得体会寒假兼职心得体会范本一**

1. 加强课外阅读。

2.闲时多翻翻字典，积累一些生僻字、词语。

3. 找一个本子，专门积累课外的古诗词及文言片段。

4.拥有自己的现代文摘抄本。

5.在完成寒假作业的同时，每周多练一篇习作。

1. 保证每天完成一张卷子，增加掌握的题型量。

2.尽量寻找一些难度系数相对较大的题型，并仔细分析题型考察自己的知识点。

3.从整理笔记入手，坚持把“中考3+1”上总结的知识点自己归纳总结一遍，并在没章后面附上五个以上的练习题。加强自己分析问题以及总结题型的能力。

1.将书上内容吃透，争取多做课外阅读。

2.阅读一些总结性的初中语法书籍。

3.增大词汇量。尽量背诵课本上的一些常用句子。

1. 寻找课外题型。每天做一张卷子，通过参考答案进行改正，对知识点进行归纳(还是按章节的总结)

2.增强笔记的条理性。做到每个知识点都有序可寻，熟记常用公式及原理。

3.熟记物理概念、公式及电路图，搞清课本上的每个实验，系统的把所有知识结合起来运用。

1. 熟记化学元素周期表。掌握几个常用元素的化学性质，做到烂熟于心。

2.熟记化学概念、化学方程式。避免常识性的错误。

3.多接触课外化学题型。保证每天做一份卷子，把握好“中考3+1”上的知识总结。

面对即将来临的中考，大家都感觉到了前所未有的压力。在这种情况下，你更不能放松你自己，而是更不能放松对自己的要求，为自己指定一个明确的目标，才能够更好地前进。刘逸足，相信你自己!你会成功的!

**关于寒假兼职心得体会寒假兼职心得体会寒假兼职心得体会范本二**

愉快的寒假即将开始！在假期里我们做及家长都想孩子玩得开心，一方面让孩子们尽情做些自己喜欢做的事情，另一方面给孩子们补充营养，但专家提醒我们：要把握好孩子娱乐、学习、饮食、休息的适度。为此，我们特别要注意以下几个方面：

第一个方面：不要暴饮暴食。儿童的消化器官及功能还不够完善，过度饮食会引起胃肠道不适。孩子的饮食要做到食物多样化，把握好主次，以谷类为主：多吃蔬菜、水果和薯类、奶类、豆类；吃适量的鱼、禽、蛋、瘦肉；吃清淡少盐的膳食等。对高热量的高脂类食物要特别控制。当然更要注意那些伪劣、过期、霉变、不卫生及儿童不宜的食品。

第二个方面：按时作息。放假的目的，一方面是在严冬酷暑给孩子们一个宽松舒适的环境，另一方面是休养身心。这时候家长们如果对孩子听之任之，任其熬夜，这样对正处于孩子处于生长发育期危害甚大！良好的生活习惯和生理平衡应与在学校幼儿园一样有规律。要明白处于生长旺盛期的孩子，他的许多成长过程在睡眠时完成，有规律的作息可以使孩子缓解疲劳、放松身心、健康成长。

第三个方面：注意风险性高的活动。第四个方面：连续长时间看电视或玩电脑。这是一个极为普遍有特别值得注意的事情。特别那些家长自己就是电视或电脑迷就更应该注意了，您的“言传身教”对于自制力差的孩子影响犹如基因遗传！加之电视电脑的诱惑本来就大，殊不知久看电视可以引起如视力下降、眼睛干燥症、肥胖症等许多疾病。

这里也向小朋友们提一些要求：

1、注意控制看电视的时间，每天不能超过2小时。

2、合理安排自己的作息时间，每天早睡早起，不要做一只赖床的“小懒猪”呦！

3、要坚持锻炼身体，每天坚持2个小时的体育锻炼或户外活动。

4、在玩的同时别忘了学些本领，比如：画画、听故事、讲故事、唱歌、跳舞等。开学后把你学到的本领展示给全体小朋友看。

5、放假在家注意安全，要远离火、开水，注意用电安全；注意燃放烟花爆竹的安全。

6、教育幼儿乘坐公交或私家车时，尤其上下车时注意交通安全。家长不要带幼儿到冰面、野外场所，并减少到公共场所的次数，避免受到伤害。

7、带孩子游玩、参观、进餐时，家长要关注幼儿的安全，谨防走失，并注重对幼儿进行一些应急措施的随时传授。

8、过年你们一定会去做客或请客上门吧，老师希望你们注意礼貌待人，尊敬长辈，友好地对待同伴和比你们小的弟弟妹妹。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！