# 202\_年开学第一课的心得与体会 第一课开学心得体会(优秀18篇)

来源：网络 作者：九曲桥畔 更新时间：2024-10-03

*范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。开学第一课...*

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**开学第一课的心得与体会篇一**

开学季，是每一个学子都期待的时刻。无论是踏入新学期的高中生，还是迈入新人生阶段的大学新生，都怀揣着对未来的憧憬和期望。开学第一课是迎接新学期的重要仪式，此时此刻，我相信每一位学子都有很多的思考和感悟。下面我将分享我在第一课上的心得体会。

在迎接新学期的第一课上，我被老师的演讲深深打动。老师首先向同学们提出了一个问题：“你们对这个学期有什么期待？”这个简单的问题引发了我们的思考。我们开始反思自己在过去的学期中取得的成绩，时刻提醒自己要有新的目标和要求。老师还告诉我们，“只有持续不断地追求进步，我们才能取得更大的成功。”这句话深深地激励了我，让我更加坚定了追求进步的决心。

在第一课上，我也学到了“生活就是不停地学习”的道理。老师告诉我们，“学习永远不止步。”无论是在学校还是在社会上，只有不断地学习和进步，才能赢得更好的未来。这一点让我意识到，自己要抓住每一个机会去学习，不仅要在课堂上认真听讲，还要通过各种途径去积累知识。只有不断地学习，才能跟得上时代发展的步伐。

开学第一课上，我还受到了一种激情，那就是对知识的追求。老师告诉我们，“对知识的追求是人类最伟大的追求之一。”无论是科学知识、文学知识还是艺术知识，都值得我们去追求和学习。我觉得知识是一种力量，通过学习知识，我们能够拥有更广阔的视野和更深刻的理解，使我们的思维更加开阔，能够在日常生活中更好地发挥作用。

开学第一课后，我意识到了自己的责任和使命。老师说：“作为学生，我们有责任和使命去努力学习，为实现自己的人生目标做好准备。”这句话使我深受启发，让我明白了自己不能辜负家人的期望，更不能辜负自己的付出。我明白了自己肩上的重担，要为自己的梦想而努力奋斗，要用实际行动来告慰父母的辛劳。

综上所述，第一课开学心得体会使我收获颇丰。在这一堂课上，我受到了激励、启迪和使命感。通过这次开学第一课，我明确了自己的学习目标，明白了努力学习的重要性，并对知识的追求充满了激情。我相信，只要我坚持努力学习，追寻知识，肩负起自己的责任和使命，就一定能够实现自己的人生目标。开学第一课的心得体会将伴随着我度过新学期的每一天，让我在学习中不断成长与进步。

**开学第一课的心得与体会篇二**

生活中并不缺少美，而是缺少发现美的眼睛。”这句话是法国著名雕塑家罗丹的一句

名言

，也是我非常喜欢的一句话。”

其实这种美不仅仅在于表面，更深的在于心灵。当你走在大街上，看到正在为各种募捐箱里投掷自己的爱心的老人、孩子——这时你感觉到的是不是美呢？当你坐在公共汽车上，看到小学生为老人让座时，老人及周围的乘客对他露出欣慰的笑容——这时你感觉到的是不是美呢？当你看到风雨中被压弯了腰的小树苗被“红领巾”一次次扶起时，你感觉到的又是不是美呢……所以，美是高尚的品德，是每个人所拥有的爱心，美在我的身边。

最近，我还知道了一种新的美。昨天，我在电视上看到了一则报道。一位青年帮助一位老奶奶从歹徒手中夺回了钱包，而自己却被歹徒用刀捅成了重伤。

**开学第一课的心得与体会篇三**

随着优美的小提琴声，我们进入了第一节主题班会《》，这节课给我留下了深刻的印象。

这节课来了许多老师有李连杰、刘伟、章子怡等等。这次《》的主题是“梦想”所以这节课有许多梦想和没有实现的梦想。李连杰叔叔的公益梦让我很感动，可最让我感到的是一个叫刘伟的大哥哥，他是一个没有双手的人，可偏偏就热爱上了钢琴。每当悠扬的钢琴声响起时，我虽然不知到这是什么曲子，但我知道他在追求梦想，实现梦想。

看了这一节课，我觉得每个人都应该有梦想，好好学习，去实现梦想。

**开学第一课的心得与体会篇四**

假期即将结束，临近开学，依稀记得当初说再见时的依依惜别，如今又要迎来开学的大门。开学第一课是我新学期的第一堂课，也是对过去假期的总结和对未来学习生活的展望。回首假期，我充实而快乐；展望未来，我信心满满。开学第一课给了我很多启发和感悟，让我明白了自己的不足和需要努力的方向。下面让我来分享一下我的心得体会。

回首假期，不禁让人感慨万分。假期对于我而言是充实而快乐的，我参加了各种各样的活动，既开阔了眼界，又增长了见识。在假期中，我加入了一个社团，学习了许多新的知识和技能。通过参加社团活动，我锻炼了自己的沟通能力和团队合作精神。此外，我还读了一些有趣的书籍，丰富了自己的知识储备。在我看来，假期是让自己成长的最好时机，只有不断地学习和挑战自己，我们才能变得更加优秀。

展望未来，我满怀信心，对新学期充满期待。开学第一课给了我很多启发和感悟，让我明白了自己的不足和需要努力的方向。首先，我发现我在英语学习方面存在一些问题，特别是听力和口语能力。于是我决定加强听力和口语训练，多听英语歌曲、看英语电影，不断提高自己的听力水平。同时，我还在社交平台上寻找了一个英语学习的伙伴，我们可以互相练习口语和纠正错误。其次，我意识到自己在时间管理方面有待提高。在假期中，我常常因为拖延而没有完成规定的任务，这给我带来了一些压力。因此，我决定制定一个详细的学习计划，并坚持遵守，提高自己的时间管理能力。

在开学第一课中，老师和同学们还分享了他们的学习经验和方法，给了我不少启示。有的同学提到了阅读的重要性，他们告诉我通过阅读我可以提高自己的文化素养和语言表达能力，还可以锻炼自己的思维能力。有的同学强调了课堂笔记的重要性，他们说通过认真做好笔记，不仅可以帮助理解知识，还可以帮助复习和巩固。这些经验和方法给了我很多启示，让我明白了学习是一种态度和习惯，只有坚持不懈地努力才能取得好成绩。

总的来说，这堂开学第一课让我对过去假期有了一个全面的总结，并对未来的学习生活有了明确的目标。我明白了自己的不足和需要努力的方向，也借鉴了他人的学习经验和方法。我相信只要我坚持努力，不断进取，我一定能取得好成绩，走向成功的道路。让我们怀揣梦想，奋发向前，在新学期中创造属于自己的辉煌！

**开学第一课的心得与体会篇五**

信阳开学第一课于9月10日隆重举行，我作为一名新入学的大一学生也有幸参加了此次盛会。这是我们迈向大学生活的第一步，也是我们人生中至关重要的一个时刻。在开学第一课上，学校领导及优秀校友为我们带来了一场精彩的讲述，他们的感悟与经历启示了我对大学生活的一些思考，让我对未来充满希望。

第二段：感悟收获

信阳开学第一课涵盖了各个方面，从学习生活到拓展经验，从精神内涵到人生体验，诸多话题让我受益匪浅。其中，校友们的分享印象深刻，他们的成功经历和切身体验都成为了我们展开自我探索和规划未来的重要依据。我也深受启发，认为作为一名大学生，我们不仅要立足于专业技能，更应该注重实践经验和社交能力的培养，为以后的职业规划做好充分准备。

第三段：求知心态

在听完优秀校友的发言后，我意识到作为一名大学生，要有一颗积极向上的求知心态，把学习当作自己人生中至关重要的一部分，不断充实自己的知识储备和社会经验，做一个全面发展的人才。同时，我也认识到要在日常学习中注重自主思考和批判性思维的培养，不断挑战自我，解决具体问题，提高思维能力和实践操作能力。

第四段：个人规划

在听完开学第一课的精彩演讲后，我开始开始认真思考自己的未来。因此，我考虑强化自身的专业技能和语言能力，通过实践项目和参加竞赛，获取更多相关知识和经验，提高自己的综合素质和职业竞争力。同时，我也会积极参与各类社团活动和志愿服务，提升自己的组织能力和公益意识，为社会做出贡献。

第五段：结语

信阳开学第一课的经历，让我认识到大学生活的重要性和紧迫性，也让我开阔了眼界和视野，让我对未来充满了信心和希望。因此，在未来的大学学习和生活中，我一定会保持积极向上的学习态度，努力拼搏，实现自己的理想和目标，为实现人生价值和社会发展做出贡献。

**开学第一课的心得与体会篇六**

今天我们全班同学一起观看了《》，整场节目，我不是因节目中人的执着而感动，而是因为自己也有着那未经磨砺的梦想而激动。

何谓梦想?我问高山，高山不语，留给我的只有一条羊肠小道，道路十分曲折;我问森林，森林不语，留给我的只有一片茂密的树林一切都显得生机勃勃;我问小鸟，小鸟不语，留给我的只有广袤的天空和自由飞翔的身影。可就是在这无声之中我似乎感受到了什么是成长，什么是梦想......

真正的成长离不开梦想的支撑，只是因为有了梦想，成长才会有意义，有价值。正因为如此，登山者才会征服一座又一座的高山，鸟儿才会在空中自由的飞翔，而我们才会成长的有动力、有方向。

所以，我想说：“成长因梦想而精彩”。

第一个登上太空的宇航员伽伽林，他小时候经常仰望着天空，他觉得天空很美，立志想要登上太空，看看那美丽神奇的宇宙。正是因为伽伽林心中的那份美好的憧憬，使他实现自己的梦想。他的人生也因为这份梦想而与众不同，人类的太空之旅也展开的崭新的一面。历史上也有很多人因为有着梦想奋斗执着而大放异彩，像爱迪生梦想成为一名科学家从而造福了无数人;袁隆平因为想要解决世界上许多人的温饱的梦想一直致力于杂交水稻的实验，终于给几亿人民带来的福音......

而作为初中生的我们，更应该有着属于自己的梦想。带着梦想一起挥洒青春的汗水，播种收获的喜悦。虽然我知道路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。只有现在打好基础，听懂每一道题，认真完成作业。才会离我梦想的高中更进一步，才会离我向往的我大学更近一点。我的梦想很小我，但是我也会将小我的一份力量做一些有意义的事。

实现梦想的过程即为长大，成长因梦想而精彩!

**开学第一课的心得与体会篇七**

今天，老师和我们一起看了《》，这一课是在长城上上的。

一开始，节目中的老师先自我介绍，然后请出的是李连杰老师给我们施展了功夫，我真为他的功夫着迷啊。

我喜欢弹钢琴，所以最崇拜刘伟老师。他弹奏完他那难度高、时间长而优美的音乐时，我简直陶醉其中了，我找到了我的梦想，我的梦想是成为刘伟老师那样的人。

课上还请来了李中华老师，他是一名飞行员。他介绍了自己飞行多年的许多感受。

这堂课的主题是“我的梦，中国梦”，通过这堂课我知道了想实现自己的梦想就要付出不懈的努力。坚持梦想，永不放弃。一定会达到成功的彼岸。

**开学第一课的心得与体会篇八**

今天是，一个假期没见过面，同学们都特别兴奋，各自抱团讲个不停。有一些同学在讲着自己的假期奇遇，一个同学讲得太高兴，甚至爬上了桌子，桌子和板凳发出了“吱吱”的呻吟声；有一些同学正在大声讨论着自己哪些题做了出来，哪些题还没有做出来。还有那么一两个同学突然惊呼起来，“呀，这个作业我忘做了！”……此时的教室就好像一壶即将要烧开的热水，到处都是冒泡声。而同学们又好似一群活蹦乱跳的猴子，早已忘了纪律为何物！

这时，老师抱着一叠厚厚的新书走进了教室。老师像一块吸铁石，把同学们的注意力都给吸了回来。上课了，教室里瞬间安静下来，好像断了电的热水壶，刚才还在咕咕作响，此刻却悄无声息了。同学们目不转睛地盯着讲台。老师拿起一根粉笔，在黑板上写起了要求，黑板上响起了“咯吱咯吱”的粉笔磨擦声。开始发新书了！“咔嚓，咔嚓”老师用剪刀剪断了捆绑新书的绳子。教室里传出了蚕宝宝啃桑叶一般的“沙沙”声，那是爱护新书的同学，一拿到书就小心翼翼地写起名字来；“哗，哗！”——那是忍不住好奇，一拿到书就迫不及待开始翻阅的声音；“唉！”有的同学拿到新书居然叹了口气，“今年的课本好难呀，都看不懂，我得花好长的时间来预习了。”教室里虽然不吵，却充满了各种细小的声音。

“呼，呼！”——有个引人注目的同学，她把发下来的所有新书都闻了一个遍！她似乎想从带着淡淡油墨味的纸张中，闻出书本是不是还有树叶的清香，就像一只可爱的小狗，想闻出肉骨头的味道。她竟然用她那灵敏的嗅觉，闻出了她最喜欢的语文课的语文书闻起来是香的，然而，她讨厌的一些课的书居然都是臭的。

“啪啪！”老师轻拍手掌，示意她要发言了。教室里立刻又恢复了往常的平静，我们也做好了准备要开始新一期的学习了。

**开学第一课的心得与体会篇九**

南体开学第一课，是每一个新学期的开始，也是一个全新的学习旅程的起点。对于我来说，这不仅是一个课程，更是一次心灵的洗礼和成长的机会。通过这堂课，我获得了许多关于学业和生活的宝贵经验，同时也感受到了自己在成长和改变中的重要性，下面将从我的学习态度、学习方法、学习目标、学困问题以及解决方法五个方面展开讨论。

首先，我的学习态度在这堂课中得到了深刻的反思和加强。在课堂上，老师强调了积极主动的学习态度的重要性。在以往的学习中，我常常抱着消极的态度对待学习任务，感到厌烦和无聊。而这节课上，老师告诉我们，积极主动的学习态度是成功的基石，只有真正爱上学习，善于发现学习的乐趣，才能激发自己的学习动力，取得优秀的成绩。所以，我决定从今天起改变我的学习态度，将学习视为一种享受和成长的过程，用积极主动的态度投入到每一门课程中。

其次，学习方法也是我在这节课中得到了重要的启示。老师分享了一些学习方法和技巧，让我们更高效地掌握知识和提升学习能力。例如，老师提到了制定学习计划的重要性，以及如何合理分配时间和安排任务。另外，老师还介绍了一些记忆和复习的方法，如做思维导图、制作复习卡片等。通过这堂课，我意识到学习不仅仅是靠死记硬背，而是需要用正确的方法去学习。所以，我决定以后要根据自己的实际情况和学习目标，采用合适的学习方法，提升自己的学习效果。

第三，这节课让我重新明确了我的学习目标。在课堂上，老师让我们思考并制定个人学习目标。通过简短但深入的自我审视，我了解到高中学习对我来说是一个重要的阶段，决定要以此为契机提升自己的学术和综合素质。我将努力提高自己的学习成绩，争取在各个科目中超过自己的极限。另外，我希望培养自己的独立思考能力和创新精神，尝试不同的学习方法和探索个人兴趣领域。

第四，这堂课引发了我对学习中的困扰和问题的深思。在和同学们的互动中，我发现我并不是唯一一个遇到困难的人。有的同学在理解数学概念上遇到了困难，有的同学在写作文方面感到困扰。而我自己也发现了我在英语口语和写作方面的不足之处。通过这次的课堂交流，我意识到面对困难不应该退缩和放弃，而是要勇敢面对并采取行动。于是，我决定积极向老师求助，寻找解决学习困难的方法。

最后，这堂课为我提供了解决学习问题的启示和方法。通过老师的指导，我了解到要解决学习问题，首先要分析问题的原因，找到问题所在，然后制定合理的解决方案。我决定在面对学习问题时，要勇于承认自己的不足，并积极主动地寻找解决问题的方法和途径。另外，我还将充分利用学校提供的资源，如图书馆、讲座和辅导班等，获取更多的学习资料和帮助。

通过这次南体开学第一课，我不仅明确了学习的目标和方向，也学到了许多关于学习和成长的重要经验。我相信只要我坚持积极主动的学习态度，运用正确的学习方法，解决学习难题时勇于面对和解决问题，我一定能在新的学期中取得出色的成绩，并实现自己在学术和个人发展上的突破。

**开学第一课的心得与体会篇十**

随着假期的终结，新学期的到来让我倍感激动。新的学期代表着新的挑战和新的机遇。在新学期伊始的第一课，老师为我们安排了一堂特别的心理课，让我们思考并分享自己的假期收获和学习计划。这堂课给了我深刻的启示和体会，让我更加明确了自己对于新学期的期望与目标。

首先，这堂说一堂“说学不学”的心理课，让我意识到自己在假期中的浪费与收获。老师要求我们回顾假期中的学习时间和游戏时间，以此来察看我们在学习和娱乐之间的平衡。通过这次自我反思，我发现自己在假期中确实没有用好时间，过多地沉浸在游戏和其他娱乐活动中。这让我意识到，新学期开学后必须要改变这种状态，更加珍惜学习时间，合理安排娱乐时间，让学习和娱乐相辅相成。

其次，这堂课还鼓励我们分享假期中的收获和学习计划。通过听同学们的分享，我了解到每个人对于假期的利用还是不尽相同的。有的同学利用假期时间充电，参加各种培训班和学习课程，丰富了自己的知识储备；有的同学参加社区服务活动，锻炼了自己的社会实践能力；还有一部分同学选择了读书，丰富了自己的阅读量。这些经历让我深受启发，也意识到自己在未来的学习中应该更加注重知识的积累和社会实践的参与。

另外，这堂课也提醒我们制定学习计划和目标，并将其分解成具体的行动步骤。我们不再是盲目地学习，而是要有明确的目标和计划，通过一步步的行动来实现自己的目标。我意识到，只有合理地安排学习时间和计划，才能够更好地提升自己的学习能力和效果，从而在学习中取得更好的成绩。

最后，这堂课让我明白到学习与成长不仅仅只是自我修炼的过程，还需要与他人分享与交流。在课堂上，我听到了许多同学分享他们的学习心得和学习方法，这让我获益匪浅。我意识到学习应该是一个与人互动的过程，通过交流和合作，才能够取得更好的效果。因此，我决定在新学期中积极主动地与同学们交流学习经验和方法，互相促进共同进步。

总结起来，在这堂“假期开学第一课”的心理课中，我体会到了学习与娱乐平衡的重要性，意识到学习与成长需要制定明确的计划和目标，并通过具体的行动来实现，同时也明白到学习需要与他人分享和交流。通过这次特别的课程，我对于新学期有了更加明确的期望和目标，也更加希望通过自己的不懈努力，取得更好的成绩和进步。

**开学第一课的心得与体会篇十一**

今天我和爸爸妈妈一起守在电视机前，一起观看《》节目，今天的主题是：“父母教会我”。

这一期节目我看到了许许多多父母为了孩子付出心血，所以我们以后要好好的孝顺父母

节目中我最难忘的就是“骑着摩托去旅行”。六年的时间，走了十几万公里的路，父子俩先后游览了河南、陕西、山西、河北、安徽等多个省份的名胜古迹。本来老爷子不想去北京，结果他们最后还是开着他们的摩托车去了北京，老爷爷还高兴的喊着：“北京好！北京好啊！”他儿子还在摩托车后面特别加了一个靠椅，让老爷爷能舒坦点旅行。他儿子的孝心感动了我，孝顺自己的父亲，不仅关心他体贴他，更是为了带爸爸去看看外面的世界，长途跋涉带父亲去游览名胜古迹。

时间都去哪了？让我们好好珍惜每分每秒，好好陪陪我们的爸爸妈妈。

今天我们升入初中，进行了每个初中生的必修课——军训，在军训上，我认识了很多朋友，认识了老师，况且还在军训中学到了很多，军训结束之后，多彩的初中生活就要开始了，我们要开始适应新的生活，也要认识更多的朋友。

看了这一期《》，我知道了以后要多多和父母沟通，关心一下父母，多陪陪父母，不要和父母顶嘴，惹父母生气，这是我看《开学第一期》最深的感受。

**开学第一课的心得与体会篇十二**

开学第一课是新学期伊始的重要环节。它不仅仅是教师为了向学生们传授新知识，更是对学生们在假期的享受和欢乐进行界定的时刻。南体开学第一课是一门以身体为主体的体育课程，旨在通过一系列有趣而充满活力的活动，为学生们打开身心的大门，定下一个积极向上的学习态度。对于我们每一个学生来说，参与南体开学第一课不仅仅是对身体的一种锻炼，更是一种心灵的振奋和精神上的激励。

第二段：南体开学第一课所传达的价值观

南体开学第一课的核心理念是学会关爱他人和乐于助人。通过不同的活动，学生们感受到团结合作的乐趣，从中学会尊重、理解和支持其他人。在南体开学第一课中，我认识了许多新同学，他们来自不同的班级和年级，但我们在体育课上都团结在一起。我注意到，无论是与基层社会工作者一起参观社区还是与残疾学生一起参与运动，我们都学会了倾听别人的需求并且愿意伸出援手。这种价值观不仅在体育活动中起作用，更是为我们今后的学习和人生奠定了基石。

第三段：南体开学第一课对身心健康的重要性

南体开学第一课的内容多样且充满乐趣，例如跳绳、游戏、运动等。通过这些活动，学生们可以锻炼身体、提高体质，并培养正确的生活习惯。此外，南体开学第一课还可以增进同学之间的友谊和互相了解，加强团队协作和沟通能力。体育锻炼的益处不仅仅体现在身体上，还会对学生的心理健康产生积极的影响。参与体育活动可以释放压力，提高学习效果，增强自信心和自尊心。因此，南体开学第一课对于每个学生的全面发展和健康成长至关重要。

第四段：南体开学第一课的启示与反思

通过参与南体开学第一课，我深刻体会到体育的魅力和教育的力量。体育不仅仅是课程表上的一门科目，而是一种生活态度和追求。通过体育活动，我学会了坚持、毅力和不放弃的精神，并且培养了积极向上的心态。南体开学第一课还唤醒了我的责任感和使命感，让我认识到每个人都应该为他人做出贡献和帮助。在未来的学习和生活中，我会时刻铭记南体开学第一课的启示，并努力把它们融入到自己的成长中。

第五段：对南体开学第一课的展望

南体开学第一课为我校学生带来了许多挑战和机遇，也为他们的学习和健康做出了巨大贡献。希望学校能够进一步加强南体开学第一课的组织和管理，为学生们创造更多的体育锻炼机会和活动内容。同时，希望学生们能够认真投入到南体开学第一课中，充分享受体育活动带来的乐趣，并将其融入到日常学习和生活中。相信南体开学第一课将越来越好，为我们每一位学生带来更多的成长和收获。

**开学第一课的心得与体会篇十三**

要说难忘的事儿，生活中可多着呢！我现在要讲的难忘的事儿是我们今年开学的第一课，那是我上学以来最最难忘的第一课。

“叮叮叮”上课铃声响了，不过这个上课铃声已经不是我们学校里听到上课铃声了，这个上课铃声是我们的教学软件里发出的上课铃声，铃声还是以前的铃声，然而听见的感受已经完全不一样了。

我们所有的学生都在教务老师的网上提示下，登上了我们的线上课堂，我们一个个小脑袋都出现在了线上课堂的屏幕上。大家因为从没有经历过这样上网课的事情，屏幕上的大家都显得既紧张又兴奋，我看见还有几个调皮的同学对着镜头做了一下鬼脸。不过这些小动作老师都没有怪我们，老师始终都在镜头里微笑着给我们讲开学的注意事项。

我认真听老师讲开学注意事项的同时，我注意到我们的班主任老师今天还化了妆，想必我们的老师对于这样的线上教学也是认真又紧张的对待着的吧。班主任老师讲完之后，我们所有人都各自在家鼓起了掌，这使我们终于感受到一点点在学校上课时的那种并肩通行之感。

我们开学的第一课，由班主任老师讲完之后，剩下的时间是每一个授课老师简短的发言，屏幕一个老师讲完就切换到另一个老师那里，每一个老师也都像我们每一个学生一样，挑选了家里最适合上网课的地方进行着视频连线。当所有的老师讲完，画面又切到班主任那时，我们都被班主任老师的结束语给惹哭了。

班主任老师说我们现在这样的网上教学也算是战争时期的特殊学习，是让我们这些孩子不要忘记前进的特殊学习，说我们也是在用自己的行动战胜无知和愚昧，说得我们一个个都在屏幕里擦起了眼泪。

现在已经距离我们又是好多天过去了，然而的情形还历历在目，时刻提醒着我要好好学习。

**开学第一课的心得与体会篇十四**

团校开学第一课让我收获颇丰。在这堂课上，我们不仅学到了丰富的团旗下的理论知识，还深刻体验到了共青团员的责任与使命。这是我第一次参加团校开学第一课，我被这次经历深深打动，也更加坚定了自己作为一名共青团员应该承担的责任。

第二段：理论知识的学习

在团校开学第一课上，我们学习了团旗下的理论知识，包括团章、团务、团组织等方面的内容。这些知识不仅让我们更加了解共青团的发展历程，还激发了我们对于团组织的热爱和对团工作的责任感。通过学习，我明白了作为一名共青团员，应该时刻以团旗为荣，不断学习充实自己，为实现共产主义的伟大理想而努力。

第三段：团员责任的体验

团校开学第一课不仅是理论知识的学习，更让我们深刻体验到了作为一名共青团员应该具备的责任感。通过团课上的团小组活动，我们展开了一个个充满挑战的任务，例如，组织一次社会主义核心价值观的宣传活动，团结班级同学参与到一项公益活动中等等。这些任务让我真切感受到，作为一名共青团员，我们要承担起为社会做贡献的责任，做一个有担当的社会公民。

第四段：感受与收获

通过团校开学第一课，我不仅在知识上得到了提高，还有了一些宝贵的人生经验。在团组织生活中，我学到了团结合作的重要性，学会了与他人合作，明白了团队的力量是无穷的。同时，我也感受到了团课上的激情与活力，通过与其他同学的交流互动，我获得了启示，也激发了我更大的潜能。这一切都将成为我未来发展的宝贵财富。

第五段：回顾与展望

团校开学第一课是我共青团员生涯中的一个重要节点，是我成长的重要经历。在这堂课上，我不仅从中受益匪浅，更懂得了作为一名共青团员应该怎样去担当。未来，我会继续努力学习，不断提升自己，为实现中华民族伟大复兴的中国梦贡献自己的力量。同时，我也期待着参加更多的团校活动，与更多志同道合的小伙伴们一起成长，一起为我们的共青团事业贡献力量。

总结：

团校开学第一课让我切身感受到了共青团员的责任与使命。通过理论知识的学习和实际任务的体验，我们不仅获得了宝贵的团员知识，还锻炼了我们的团队协作能力。通过这次经历，我对自己的未来有了更加明确的规划，也更加坚定了自己成为一名对社会有用的人的决心。团校开学第一课给予我莫大的勇气和动力，我相信，在充满希望的未来，我一定会成为一名优秀的共青团员！

**开学第一课的心得与体会篇十五**

金秋九月，又是一年开学季，202\_央视的秋季《开学第一课》也如期而至了。这是让全国中小学生期待的节目，也是我非常喜欢的节目，同时也是陪伴我多年的“开学第一课”。那么202\_年《开学第一课》又给我们带来了什么样的主题呢!

随着时间的流逝，终于到了9月1日晚上8点了，202\_年《开学第一课》的主题是理想照亮未来。跟随主持人康辉、撒贝宁的脚步，我们一步步了解了很多东西。同时我还看到了跟我一样差不多大的零零后奥运会健儿，还有抗疫先进人物、英雄航天员等等很多英雄，不过我最喜欢的还是英雄航天员——杨利伟。

看到他我心里很激动，因为他是我心中的英雄，从小到现在都是。如果你们都喜欢看火箭发射的话，那一定知道中国进入太空的第一人就是杨利伟，这是一个很伟大的航天员。他给我们分享了很多关于太空有什么以及航天员要干什么等等，最后还说了一句话：“为了人类的和平与进步，中国人来到太空了。”然而我看的津津有味。

在202\_《开学第一课》中，我都通过这堂课重新认识了自己，当我看到有人为了祖国变得更加美好，更加富强的而努力奋发学习的时候，我觉得自己有点丢脸了。因为平时我老是被爸妈说考试不及格，上课时不时还会讲话、做小动作等等，这些缺点我会改掉，好好学习，只为了向我的榜样们学习，可以为祖国争光，也为感谢父母、老师对我的教导，因此要更加努力学习，希望未来祖国强大的路上有我一份力量。

202\_《开学第一课》有感500字8

炎炎酷暑过去后，新的学期又将来临，新的未知还等待着我们去探索。就在9月1号的晚上，全国直播的《开学第一课》可谓是家喻户晓的央视节目了。告别暑假之后，还有很多人爱玩的心还没有收回来，那么看完202\_央视《开学第一课》之后，心里多少也总算是收了一下了。

在9月1日晚上8点整，央视终于播出了202\_《开学第一课》节目了，今年的主题是理想照亮未来。随后，主持人陆续给我们开展介绍今年《开学第一课》一系列的人物，他们当中有奥运会上的健儿、抗疫先进英雄、英雄航天员、时代楷模等很多代表人物，还有许多为祖国做出伟大贡献的英雄。

节目最先出场的嘉宾是李宏塔爷爷，他跟我们讲述了他祖父的故事，随后就是航天员聂海胜、刘伯明、汤洪波;东京奥运会冠军零零后的杨倩，还有很多的英雄我就不一一说了。

因为在我的心里，他们是伟大的，同时也是感人的，他们可以接受着常人无法忍受的辛苦与无比坚硬的毅力，以及很多高难度的动作，有时候很难想象是什么支撑他们夜以继日，不眠不休，没日没夜的工作?甚至无法理解是什么样的念头支撑他们的意志?看完今年的《开学第一课》我明白了。

无论在哪里，一直都有人在努力建设更加美好的祖国，因为有他们的付出与坚持，我们才看到如今强大的祖国，也许这就是他们努力的信念。而我们也是祖国的未来，祖国的继承人，先辈们的成果给了我们，我们享受其成果，更要明白其中的用意与肩上的使命。祖国的建设还要更多的人去奋斗，如果我们不去，谁去?如果我们不干，谁干?如果可以，我希望强国的路上有我一份力量，吾辈自当强，我一定为之努力学习。

希望祖国会因我们的存在而变得更加繁荣昌盛，富强民主，同时希望爸爸妈妈也因我而感到骄傲，老师因我而自豪。建设祖国，我定当义不容辞，不用什么留取丹青照汗青，只要生命不轻于鸿毛，这样的人生就是我的答案，我的一生，加油少年!

**开学第一课的心得与体会篇十六**

新冠疫情在202\_年以来给人们的日常生活带来了巨大冲击，令许多人的日常工作和学习被迫暂停或者转移到了线上平台。在国家疫情得到有效控制的今天，人们逐渐重回原本熟悉的工作和学校场所。作为复工开学的第一课，我们这群学生和职场人士，不仅要尽快适应熟悉的环境也需要担负很多新的责任。本文就围绕着“复工开学第一课心得体会”展开讨论，谈谈我们的感受和发现。

二、预备工作

刚复工是需要做好一定的预备工作的。在这前，我们需要提前了解公司或学校规定的防疫措施，做好装备的准备，避免途中的意外。并在到达学校或公司后，首先就需要进行防疫教育，提高自我防范意识。此外，我们要保证人际间的情感联系，恢复和谐的交往关系，这将是我们在新环境下保持稳定和发挥能力的关键。

三、适应新环境

适应新环境是我们复工开学的第一步。在疫情期间，我们习惯了在线的工作和学习方式。但是回到线下后，面对的是不同寻常的环境；从人满为患到特殊的安全不透明措施，从更频繁的社交关系到新的学习、工作方式，我们需要更好地适应新环境。适应新环境的最好方法是，要积极地把自己融入其它人群，缓慢地发掘这个环境的特点和规则。对于职场人士来说，可以多和同事交流，了解团队现在的状态；学生要和老师积极沟通，明确学校课程和学习方式，及时地将自己的问题反映到辅导员那里。

四、重新规划生活

以为复工开学代表回归以前的日子，然而这个安全环境已经发生巨大的变化，现实生活和工作或学习都已经发生了很大的逆转。在疫情这段时间里，我们的日常生活也产生了一些改变。 健身和旅游的计划被打断、亲友之间的相聚也进行了很大的调整，但是，结果是获得了一个更仔细地审视自己的机会。因此，对于新的生活方式，我们需要重新规划自己的安排。加强我们的锻炼、发展自己的课外兴趣爱好、培养自己的技能等等，都是如今我们这个时代非常重要的工作。因此我们需要重新审视自己的生活习惯，打造高质量的家庭和社会关系。

五、个人责任

在复工开学后，我们不仅仅需要适应这个新的环境，还需要更多的责任感。我们的行动将直接影响谁，如何把自己的行为对别人产生的影响减到最小，是一道非常重要的考验。因此，我们需要有意识地去控制自己的行为，更加注重人际关系，注意个人的卫生和健康。只有在关注他人和个人责任感上不断的努力和改善，我们才能够真正融入到新的工作和学习环境中。

六、结尾

复工开学后的新环境总体上引人关注，而正确认识和适应这种新环境并不是简单的。我们需要尽快搞清楚呈现这种情况的本质，继续提升自己的能力，在新环境下给自己留下越来越多的空间。同时，我们也要积极调整自己的行为，扛起责任心来，尽好我们的社会公民之责，不断为自己与他人创造美好的未来。

**开学第一课的心得与体会篇十七**

新的学期开始了，一段崭新的征程也开始了。本文百分网小编为大家分享的是202\_年高中开学第一课主题班会教案范文，欢迎阅读!

1.师生相互了解、熟悉，拉近彼此距离，培养学生对语文学科的学习兴趣;

2. 联系现实社会中的具体实例，谈谈语文学习的价值、意义和重要性。

重点：引导学生明白：语文学习除了关系到前途命运，更关乎其生命质量。

同学们，你们好：

新的学期开始了，一段崭新的征程也开始了。这是我们步入高中上的第一课，将要学习的也是我们最熟悉的一个科目——语文。可以说生活有多广阔，语文就有多广阔;画卷有多美丽，语文就有多美丽;音乐有多么震撼人心，语文也有同样的力量。可是我也知道，有很多同学不怎么喜欢语文课，对吗?不管有多少原因，我们还是要面对今后的语文学习。那么，我们现在就应该有了一个共同的愿望——在轻松愉悦快乐的语文课堂中，学好语文。我想，有了这样的一个共同愿望作基础，我们师生共同努力，就一定能轻松的学好语文。但是今天的课，我不讲课文，也暂且不让大家做自我介绍。今天我要给大家讲几个我看到的小故事。它们都是我从报刊资料或者网上看到、听到的，值得我们每个人认真思考。如果你有心，请记住这些故事，这也是写作文的绝佳材料。

第一个故事是《山，你过来》。说的是：有一天，穆罕 默德带着他的40个门徒，在山谷里讲道，他说“信心”是成就任何事物的关键，也就是说“人有信心，便没有不能成功的计划。”一位门徒对他说：“你有信心，你能让这座山过来，让我们站到山顶吗?”穆罕 默德对他的门徒充满了信心地把头一点，对山大喊了一声：“山，你过来!”山谷里响起了他的回音，回声终于消失，山谷又回归宁静。大家聚精会神地望着那山，穆罕 默德说：“山不过来，我们过去吧!”他们开始爬山，经过一番努力，到达山顶，他们因信心促使希望实现而欢呼。

大家知道我为什么要讲这个故事吗?这个故事给了你什么启示呢?(学生的回答五花八门)。我把我的期望告诉了我的学生：这个故事告诉我们做事要有信心。可是我想说，这个故事对大家的启示应该是这样的：新的学习生活，每位同学是一座座山，每个老师更是一座座高峰。聪明人会抬起脚步，自己走到山上，而不是战在那里，等山过来。所以每个同学都应该以最短的时间来完成从初中到高中的过渡，你最早适应了新的环境，你就是最大的胜利者!

第二个故事：有一对父子俩住在山上，每天都要赶牛车下山卖柴。老父比较有经验，坐镇驾车，山路崎岖，弯道特别多，儿子眼神比较好，总是在要转弯时提醒道：“爹，转弯啦!”有一次父亲因病没有下山，儿子一人驾车。到了弯道，牛怎么也不肯转弯，儿子用尽各种方法，下车又推又拉，还用青草诱之，牛一动不动。到底是怎么回事?儿子百思不得其解。最后只有一个办法了，他左右看看无人，贴近牛的耳朵大声叫道：“爹，转弯啦!”牛应声而动。

牛用条件反射的方式活着，而人则以习惯生活。要培养好的习惯来代替坏的习惯，当好的习惯积累多了，自然会有一个好的人生。所以我们应该利用现在这个新起点，养成良好的学习习惯，争取攀登更高的山峰。同学们肯定听过这么一段话“播下一个行动，收获一种习惯;播下一种习惯，收获一种性格;播下一种性格，收获一种命运。”这是美国著名的心理学家威廉詹姆士说的.，其意是说习惯是可以决定一个人的命运。是啊，命运之剑，就握在大家自己的手中，怎样使用它，完全在于你自己。

现在让我们来小结一下：

第一、做事要有信心。面对新学期学习生活中的一座座山，一座座高峰。抬起脚步，自己走到山上，而不是战在那里，等山过来。

第二、要养成好的习惯。

第三、不要把希望寄托在别人身上，你才是你的救世主。

第四、学习不能只记住知识，更重要的是掌握方法，形成能力。

第五、要努力地去帮助别人，要懂得与别人分享。

同学们，我们同在一条大船上生活，别人的好坏与我们休戚相关。别人的不幸不能给我们带来快乐，相反，在帮助别人的时候，其实也是在帮助我们自己。我们个人的进步，离不开集体。我们班级的荣誉，要靠大家来维护;一个人给班级抹黑，就是丢了全班的脸面。想想，我们从四面八方因缘走到一起，走进这个集体。从此，我们生活的轨迹有了一段同行的日子;从此，我们的心有了一份共同的牵挂;从此，我们成了一家人。这是一段多么值得记录的经历!在很多年以后的未来，它将是你人生中一笔最可宝贵的财富。所以，只有人人都热爱这个集体，她才会越来越值得你爱。因而，我相信：我们的班级，一定是会让我们所有人骄傲的集体!

短小的故事缩短了师生间的距离，令学生理解到老师对他们的殷殷期盼，为以后课程的学习起到良好的铺垫作用，授课目标达成。

**开学第一课的心得与体会篇十八**

放飞你的梦想

二、班会的背景

借此次班会，鼓励同学们树立一个明确的、远期的目标，让同学们端正学习态度，摆脱学习涣散的情况，提高我们班的成绩；同时也利用这次活动让同学对以后的人生之路做一个思考。

三、班会的形式

拍卖会、讨论、合唱

四、活动的准备

1、地点：多媒体教室

2、时间：\_\_

五、主题班会的流程

1、举行一个拍卖会(策划书后附具体过程)

2、同学们就自己的梦想展开讨论

3、有老师进行点评

六、策划人：郭萌、徐聪娇

七、拍卖梦想活动

一、主持人发言

各位老师，各位同学，大家好!欢迎参加我们拍卖梦想的主题班会。之所以拍卖自己的梦想，是希望大家通过这次活动认清自己学习的目的，看清自己奋斗的方向，有动力追求自己的目标。在班会开始之前，先来问大家几个问题：你们是否曾在心里问过自己：我的梦想是什么，我该为其做出怎样的努力呢?下面让我们来做一个小游戏。

二、游戏规则

梦想底价为100元，大家可以根据自己的意愿竞标，从中选出一个具有价值的梦想。

三、梦想的内容

梦想一、在校多参加社会实践活动，毕业后自己创业，拥有自己的企业。

梦想二、认真学习专业知识，掌握专业技能，找一份专业对口的工作。

梦想三、谈一场轰轰烈烈的恋爱，为自己找一个好的人生伴侣，过相夫教子的生活。

梦想四、通过自考或其他方式来提高自己的学历(专升本、自考本)。

梦想五、不创业，从基层做起，步步晋升，最终成为一名管理者。

四、同学们就自己的观点你进行阐述、讨论。

五、主持人总结

“要心想攀登，就没有到达不了的高度。成功不是将来才有的，而是从决定去做的那一刻起持续累积的，今天的活动就要结束，就让我们为了理想一起奋斗吧!(音乐：合唱我的未来不是梦)

六、老师进行点评

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！