# 开学第一课班会 云南开学第一课心得体会(优质19篇)

来源：网络 作者：星月相依 更新时间：2025-04-10

*在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。开学第一课班会篇一第一...*

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**开学第一课班会篇一**

第一段：引言（100字）。

云南开学第一课作为一项新创举，旨在通过一堂特殊的课程教育，引导学生树立正确的人生观、价值观和世界观。作为云南一所高中的学生，我也有幸参与了这一激动人心的活动。在这堂特殊的第一课中，我深切感受到了云南的独特魅力和教育的深远影响。

第二段：情景描述（300字）。

云南开学第一课的一大亮点是以特色文化为主题。这次我们的主题是“云南民族文化的传承与发展”。课前，老师们为我们准备了一些影像材料，展示了云南的风土人情和各少数民族的民俗文化。特别让我印象深刻的是少数民族优美的歌舞表演。在这之后，我和同学们被分成小组进行讨论。通过合作学习，我们深入了解了云南少数民族的文化，增加了彼此之间的了解和尊重。

第三段：思考与启迪（300字）。

云南开学第一课让我反思了自己的价值观。在这堂特别的课程中，我们不仅站在普通学科知识的高度思考问题，更从文化的角度审视自己的生活和未来。云南民族文化深厚而独特，对于云南的学生来说，这是一份无价的财富。我们要学会从传统文化中汲取力量，传承发展，为我们的人生增添色彩。只有明确了自己的文化根基，我们才能在自己的人生道路上更加坚定和自由。

第四段：影响与展望（300字）。

云南开学第一课对我自身的影响是深远的。在课堂上，我不仅仅是一个接受知识的学生，更是一个思考问题的人。我发现云南民族文化融合了多种不同的因素，包括地理、环境和历史。这种融合和包容的精神，让我认识到人类文化的多样性和价值。今后，我将更加关注云南的文化和历史，传承并发扬好云南的优秀传统。同时，我还将更加积极主动地学习各民族的文化，增强自己的综合素质和跨文化交流的能力。

第五段：总结（200字）。

云南开学第一课是我人生中一次难忘的经历。通过这堂课，我看到了云南的独特魅力和教育的深远影响。它让我从文化的角度审视自己的生活和未来，并提供了一个了解和尊重他人文化的机会。云南开学第一课对我意义重大，它不仅让我更好地了解云南，也启发了我更深入地思考人生的意义和价值。我相信，在未来的学习和生活中，我会继续积极探索云南的文化，努力成为一个有思考力和跨文化交流能力的综合型人才。

**开学第一课班会篇二**

信阳开学第一课是学校每年开学的重头戏，它不仅是对全体师生的一次启示，更是对新学期确定的教学目标的一次阐释。在这次课程中，校长和教师们会慷慨激昂地演讲，分享他们的教育理念和经验，激发学生的学习热情和责任感。在这种氛围下，本人本学期的目标和计划更加清晰，为自己增添了新的动力。

第二段：深刻感受。

在教育课堂的鞭策下，我们一直在追求学术上的追求和技能上的增长，却忽视了荣誉和尽责的意义。在这次的信阳开学第一课中，校长的讲话和老师们的征求意见，印象最深的是他们熟悉的话题，即“追逐荣耀对于个人和整个学校的意义是什么？”这是一个很深刻的话题，引起了我们对学生荣誉的关注，而这并不是之前的讲授所能做的。

第三段：行动计划。

作为一个学生成长22年的年轻人，我更清楚自己未来的人生方向和目标所在。我对自身的积极意愿和热情可以很好地支持我所坚信的荣誉和责任观。在我即将开启的学期中，我会把学习作为主业，像老师和学长学姐们学习好硬核学科，同时也会加强现代应用软件的应用，提高自己的综合素质。我希望这个学期我能够在课堂上表现出色，完成自己计划和目标，并且积极组织学生会和参加不同类型的联谊交流等社交活动。

第四段：个人体验。

这次信阳开学第一课让我感触特别深，因为这是在一个特殊的时间上，一种新的学期开始，同时也让我对自己的方向和目标有更加清晰的认知。这次开学第一课让我重新审视自己，思考我的未来，更加强调学生的荣耀和尽责，不仅仅关注学术成绩，更关注我们对学生荣誉意义的理解。这次的开学第一课让我感到一份思考的精神和对自己的态度和目标的重新审视。

第五段：总结。

信阳开学第一课是学校每年开学的重头戏，同学们和老师们都会从中得到很多的启示。信阳开学第一课最重要的意义是让每个同学领悟到荣誉和尽责性的重要性，从而进一步提高自己的学术水平和能力，并增强勇气与自信。在过去的几年中，我有机会参加了一些课程和讲座，信阳开学第一课中的心得体会是一个新的起点，它让我追寻自己的荣耀和使命，更加精神饱满和认真努力。我相信只要坚持不懈，我一定能够实现自己的目标，成为自己想成为的人。

**开学第一课班会篇三**

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。

**开学第一课班会篇四**

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。

**开学第一课班会篇五**

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。

**开学第一课班会篇六**

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!

**开学第一课班会篇七**

生活就像《第一课》里说的：“做自己喜欢的事，就是最好的。成长的路上，总会有烦恼。”生活的路上和成长的路上，总是有烦恼，没有烦恼的成长是无趣的人生。

主持人撒贝宁说：“人生的扣子，一开始就要扣好，父母就是从小教我们扣好第一颗扣子的人。”这句话说得好，人从小就要养成好习惯，父母就是第一个教我们养成好习惯的人。所以，今年《开学第一课》的主题就是“父母教会我”。

第一节课的班主任张泉灵老师，说：“这节课的主题就是‘孝’。”老师郑渊洁跟我们讲了一个故事：有一次，他买了一台电视，开车运回。儿子郑亚旗问：“爸爸，这是去哪儿？”郑渊洁说：“去姥姥姥爷家。”郑亚旗说：“这不是我们的吗？”郑渊洁说：“这世上，姥姥姥爷没几年了，让他们多看一下新鲜事物吧！况且，将来我们看原子弹电视的机会都有。”所以，“孝”字是向爸爸妈妈学来的，爸爸妈妈是我们的好榜样。

《时间都去哪了》里说得“生儿养女一辈子，满脑子都是孩子哭和笑。”父母的人生被儿女浪费了，慢慢地流逝了。儿女悄悄地离开了父母，慢慢地也开始老去。

父母教会我们做人的好习惯，好品德……好多好多，成千上万，乃至于上亿。父母教会我们的太多了……(宋彪)。

**开学第一课班会篇八**

第一段：团校开学第一课给我带来了深刻的启示和思考。这次团校开学第一课的主题是“培养优秀青年，建设社会主义现代化强国”，内容涵盖了团员青年成长、培养、教育和社会主义现代化建设等方面。在这次开学第一课中，我深切感受到了中国共产党对团员青年的高度重视，也深刻认识到了我们身为团员青年的责任和使命。

第二段：在这次团校开学第一课中，我了解到了中国共产党对团员青年的培养重点。党要求我们团员青年要加强理论学习，要了解党的基本理论、基本路线、基本纲领和党的决策部署，要树立正确的价值观和世界观。同时，党还要求我们要加强实践锻炼，要积极参与社会主义现代化建设，为实现中华民族伟大复兴的中国梦而努力奋斗。

第三段：团校开学第一课中，我对团员青年的家庭教育有了更深刻的理解。开学第一课中特别强调了家庭教育对团员青年的重要性。我们作为团员青年要牢记家庭的养育之恩，要尽孝道，要向家人学习，要在自己的成长之路上坚定地走好每一步。

第四段：在这次团校开学第一课中，我也意识到了作为团员青年，我们应该发扬优秀的传统。开学第一课中，我们学习了一些优秀的团员青年的事迹，他们在各个方面都具有良好的品质和表现，对我们团员青年有着很好的榜样作用。看到这些先进事迹，我深感自己的不足之处，也更加坚定了自己努力追求卓越的决心。

第五段：通过这次团校开学第一课，我深刻认识到了作为一名团员青年的责任和使命。党对团员青年的重视，要求我们要立足岗位、扎实工作，要为国家和人民的发展贡献自己的智慧和力量。我将牢记党的教诲，在今后的学习和工作中努力学好本领，为实现中国梦而奋斗。

通过这次团校开学第一课，我进一步明确了作为团员青年的责任和使命。我将用实际行动践行党的要求，努力学习，锻炼自己，在实现中国梦的伟大征程中发挥团员青年应有的作用。

**开学第一课班会篇九**

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。

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。

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。

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。

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。

**开学第一课班会篇十**

幸福是什么?幸福在哪里?当我看了《》后，我明白了许多，也从中更深的了解到了幸福的含义。

“要相信自己，幸福就在身边!”这句话是年仅十岁的盲童刘浩所说的话。我很喜欢刘浩那种乐观、开朗和自信的性格，他并不觉得自己眼睛看不到就是不幸的，他认为自己仅仅只是眼睛看不到东西而已，其它和别人都是一样的，什么事情都能干。就是靠着这种乐观和坚强不息的精神，刘浩最终站到了国际大赛的舞台上。刘浩还很孝顺，知道妈妈为他受了不少累，他说自己现在长大了，要帮妈妈分担一些，让妈妈不再那么的辛苦，多么知道感恩的孩子，我要向他学习!

“多鼓励，多赞美你的孩子，只要他今天比昨天有进步，那他就是第一!”李娜阿姨的这句充满激情的话语深深地刻在了我心中，是呀，有时父母或是老师那一句不轻易的赞美和表扬，的确是会让我们欣喜万分，让我们更有自信心，更相信自己一定行，一定能够做得更好。

“坚持梦想，坚持去做，你就一定能够成功!”这是邓亚萍阿姨的话，她的个子不是很高，所以一开始练球的时候呢，教练并不看好她，但是阿姨很自信，认为自己就是有打乒乓球的天赋，她坚信只要自己努力去做了，付出了，就一定能够成功，最终她成为了世界冠军。后来退役后，邓亚萍阿姨选择了到清华大学去读书，由于她从小训练打乒乓球，所以文化课的基础很差，但是阿姨认为任何事情只要从现在去做都不算晚，只有努力坚持，并且坚守自己的理想和梦想，一步一个脚印，脚踏实地的去做，自己就一定能行，就一定能够成功......

《》深深鼓舞了我，并且告诉了我，幸福是积极乐观的生活态度，幸福是一份好心情，幸福需要我们细细地去体会，其实幸福它就在我们身边。

自评：今天看了《》，让我懂得了：要学会自信、乐观、努力、超越，只要今天比昨天有进步，你就是第一，你就是幸福的!

**开学第一课班会篇十一**

让我最震撼的是一个大哥哥叫刘伟，他在十岁的时候因为电击失去了双臂。但他在十七岁那年，听到了优美的琴声，下定决心要学会钢琴。那个大哥哥他苦苦的练习，天天练，月月练，年年练，最终弹好了钢琴。在开学的第一课的大屏幕里出现了大哥哥用脚弹钢琴的一段视频，他在弹《童年的回忆》，我都不会这一首曲子。

大家还谈论了自己的梦想，而且，一个叔叔为了完成自己的梦想，差点失去了自己的性命。我觉得梦想好像一幅准备参赛的画，你不用心地去画它，不用心灵来思考，不认真地画每一笔，不仔仔细细地检查它是否有漏洞，它怎么能参赛，更别提获奖了。如果做不到这些，就像是一棵树枯死了，一朵花凋残了！

。

**开学第一课班会篇十二**

自从新冠疫情发生以来，人们的生活方式和工作方式都遭受到了极大的影响。随着疫情逐渐得到控制，各行各业的人们开始陆续回归到办公室和学校。在这个非常时期，企业和学校也开始变得非常不同，他们不得不采取各种措施来保障员工和学生的安全。他们需要重新适应周围环境，学习新的工作和学习方法。因此，复工开学第一课是非常重要的一课，它能够帮助大家顺利走出人生又一个新的起点。

第二段：收获与启示。

对于企业而言，复工开学第一课让我更加重视员工的健康和安全。受疫情影响，企业需要重新设计工作流程和员工之间的距离。在我公司，公司安排了和员工的健康有关的常规清洁和消毒活动，并配备了足够的口罩和防护设备。此外，我们也利用上班时间了解员工有什么需求或建议，以促进员工参与度和拥抱变化。

对于学生而言，开学之初是一场新的挑战。因为我的职业是教育工作者，我对疫情后的新的教育方式非常关注。令我欣慰的是，学校为了确保学生的安全，采用了现代远程教育技术。这让学生和家长可以更加安心地进行网上学习。同时也为我提供了更多的教学工具和方法，启发我在教育工作中更加创新和灵活。

第三段：新的工作方式。

疫情对于企业的影响是深刻而长久的。对于我的公司而言，由于我们的业务大部分依赖面对面接触和交流，首先我们的办公室地方要重新设计，以按照更高的安全和卫生标准进行布置。其次，我们选择开放式办公室，更好地促进员工之间的交流和合作。这种新工作方式虽然需要一段适应的过程，但在经过一段时间后，我们发现新的工作方式实践是非常顺利和有效的。

第四段：疫情下的教学改变。

作为一名教育工作者，我认为远程学习是一种必须适应的新模式。疫情让我们了解到新基础设施可以让老师与学生在线下与线上之间更快捷地进行交互和联系。简而言之，这是一种学习不间断的教育形式。通过远程教育，我发现学生可以使用音频和视频来参与和交流授课。老师可以实时回答学生的疑问，同时也可以采用灵活的方式展现课程内容，使得抽象的概念更加生动。

第五段：结语。

综上所述，在这个特殊的时期，开学复工第一课为我们提供了很多启示和机会。我们发现，疫情期间我们可以利用这一时机实现教育和企业改革，实行更多创新和灵活的想法，同时也体现出我们要关注员工和学生的健康和安全。虽然疫情影响了我们的每个方面，但我们已经开始适应这种新的改变，并学习如何更好地适应它们。我们期待未来，继续前行，开创新的道路！

**开学第一课班会篇十三**

这学期的主题是：美在身边。美，俊俏的容貌，优美的语言，飞流直下三千尺，疑是银河落九天。诗句的美。没太多太多了，其实美不需要我们一样一样去找，因为生活中处处有美，那就需要我们打开心的世界去发现。

天空的颜色是淡蓝的，代表着幸福、悠闲，抬头仰视它，触摸它的蓝色，好像神幻一样。喜欢森林，因为它很美，一片绿色，犹如一颗闪耀的绿宝石座落在大地，呼吸它新鲜的空气，心情立马心旷神怡。阳光洒在身上，温暖的让人闭上眼睛，美的让人流连忘返。这是大自然的美，很简单的美，没有任何修饰，一切美在自然中。走在公园里，看着天边的夕阳好美。“你看，那天上的夕阳美吗？”是一位男人说的。我顺着声音望去，只见一对夫妇，那两双尽力风雨的手紧紧地握在一起。女人甜蜜地笑着，温柔地说：“嗯，好美！”“那我以后每天都来陪你看好吗？”男人有轻声问。女人娇声回答：“好！”他们看着夕阳一直落下才离开。望着那对夫妇不舍的表情，我看到了夕阳在他们心中永恒存在着，想到了千年不变的古话：执子之手。与子偕老。这是爱情的美，很浪漫，很和谐的美。

**开学第一课班会篇十四**

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。

**开学第一课班会篇十五**

随着新学期的到来，开学第一课也是同学们迎接新学期的重要日子，这一节课通常由班主任主持，对同学们展开了新学期的规划、目标和要求，同时也给同学们带来了许多启示和反思。下面我将分享我对开学第一课的一些心得体会。

首先，这节开学第一课许多班主任都强调了同学们的努力与付出，他们强调了相信自己、不放弃的态度，唤醒了我们的内心激情和自信心，是我们迎接新学期的良好状态。

其次，在这个学期里，班主任要求我们要更加注重自己的心情状态，注重身心健康，不要过分沉迷于学业、考试而忽略了自身的状态。他们让我们要学会自我调节、保持情绪稳定，这对于我们这些学子来说，尤为重要。

此外，班主任还倡导我们积极参与各种活动，努力把自己的个性优势发扬光大，同时也要增强自己的交际能力，拓展自己的社交圈子。这一方面，可以帮助我们拓展视野、增加人脉，另一方面也可以增强我们的沟通能力与表达能力。

同样重要的是，班主任在开学第一课也提到了要强化我们的学习能力。他们鼓励我们要更加努力，积极学习，不怕吃苦，要牢记班主任的教导，勤勉于修身、进德、助人、自立，这样才能在今后更好地拥有未来。

最后，开学第一课还提到了班级的集体荣誉，班主任希望我们能够团结协作，互相尊重与理解，并且诚实守信，维护班级的良好形象与名誉，这样才能够更好地发挥我们自己的团队优势，共同推进班级的进步与发展。

总之，开学第一课虽然短暂，但是对于我们同学来说，它是一次非常重要的启示。班主任在这一节课中，给了我们有关努力学习、关注自己的身心健康、增强个人特长与交际能力、班级团结协作与维护班级荣誉的非常实用与有益的指导与建议。我们要从中汲取力量、收获希望，认真践行，让我们在新的学期里获得更大的进步与收获！

**开学第一课班会篇十六**

我用心地观看了《》这堂课，感受非常深刻。六十年前，无数的前辈们为建立这个国家抛头颅洒热血，那些见证了六十年历史的建筑，那些城市变化的痕迹……今天，美丽的祖国风光，美好的家乡，丰富多彩的校园。你感受到爱了吗？你看到爱了吗？你为爱付出了吗？不妨和我一起回顾爱的风雨历程。

爱是什么？爱是分享。当自己的同桌不会写作业的时候，用心讲解，告诉他这是怎么做的，这就是分享了自己的学习成绩；当同学不开心的时候，你去安慰、帮助她，就是分享了同学之间的友谊；当爸爸、妈妈不舒服的时候，递上药、水，这就是和妈妈分享了体贴、懂事。爱是分享，当你把自己的快乐、很多美好的事情，给家人讲出来一起分享的时候，它的价值才是最大的.体现，我觉得分享是一件最幸福的事。只有我们团结互助、和谐友爱，我们这个大家庭才会和睦相处、蒸蒸日上。爱，让中国更美。

爱是什么？爱是力量。毛主席曾经说过一句话：“星星之火可以燎原。”我们燃烧的是什么？一定是爱的火，一方有难，八方支援。改革30年来，我们国家从贫困逐渐走到发展，我们不仅仅只需要物质上的丰富，还要有大爱精神食粮。在灾难面前，爱是度过难关强大的武器，在平常时期，爱是建设祖国持久的动力，让我们每一个人都成为爱的源头，付出爱、传递爱，小爱就能汇成大爱，大爱中国，从小爱做起。爱，让中国更强。

爱是什么？爱是承担。家是最小的家，国是最大的国，我们要热爱自己的祖国，首先要尽心尽责地爱自己的家和国，要做一个能顶起任何困难的人，这就是爱和责任。爱，让中国更大。

爱是什么？爱是荣耀。荣耀来自于强大的祖国，荣耀的背后是真心地付出与无私地奉献，还要有敢于拼搏的毅力；少年强，则国强；做一名自强、自尊的中国人，用荣耀来爱自己的祖国。

我们要爱自己的祖国，让她明天更加灿烂、辉煌；我们要爱自己，更要爱身边所有的人，让我们在爱里成长吧！

**开学第一课班会篇十七**

我们昨天看了《》，最让我感动的是廖智姐姐，她最让我感动的是：她没有像其他的残疾人一样，坐上轮椅，而是装上假肢。廖智姐姐在《》里说：“我当时站了起来，那时，本来应该开心的，因为我终于能站起来了。可是，我却一点儿都开心不起来。因为我当时太痛了，我痛得快拧成一团了，这时我心里想：如果这样的话，那我的舞蹈梦可能就破灭了。”当时瘳智讲到这里时，正在写观后感的我已经哭了，她居然为了她的舞蹈梦，宁愿不坐轮椅，也宁愿忍受着戴着假肢的痛苦，也要让自己的舞蹈梦成真！

我觉得今年的《》很有意思，也很感动人，也是有时候有些地方很好笑，有些地方很吊人胃口也很有趣。

我特别喜欢今年的《》。

**开学第一课班会篇十八**

开学第一课，是每一个新学期中最让我期待的一节课。它往往不仅仅是一节普通的课程，更是一次心灵的洗礼、一次对知识的重新理解和发掘。在这次开学第一课中，我收获了很多，不仅受到了启迪，也得到了对学习的新认识和新体会。

首先，这次开学第一课让我深刻意识到了学习的重要性。在课上，老师向我们讲述了一位科学家的故事，这位科学家以其才华和对科学的热爱为人所称道。他的探索精神、刻苦努力和执着追求，都使我对学习充满了新的敬意。我明白了，只有通过不断学习与探索，我们才能够更好地理解世界，实现自己的人生价值。

其次，开学第一课让我认识到了学习的目标和方法。在课上，老师告诉我们只有明确学习的目标才能更好地规划我们的学习路线。这让我想起了在以往的学习中，我常常迷失在各种任务和繁杂的知识中，感到茫然和无力。而通过确立学习目标，我可以有条不紊地去学习，提高效率。此外，老师还介绍了一些学习方法，如积极主动、细心思考、善于总结等。这些方法让我感到很受启发，我意识到只有找到适合自己的学习方法，才能更好地发掘自己的潜力和提高自己的学习能力。

第三，开学第一课让我明白了学习需要坚持和质疑。在课上，老师鼓励我们不仅要坚持学习，还要勇于质疑。我想起了在过去的学习中，我常常遇到困难就迅速放弃，不敢质疑老师的观点。而现在，我明白了只有通过不断地质疑和思考，才能够更好地理解知识，发现问题所在，找到解决问题的方法。我决心以后在学习中不再轻易放弃，要坚持不懈地进行质疑和思考。

第四，开学第一课让我意识到了学习需要与他人合作。在课上，老师进行了小组讨论，每个小组都有一定的时间来解决问题和讨论观点。通过和同伴的交流和讨论，我学到了很多新的观点和方法。我明白只有与他人合作，才能够站在更高的地方，看到更广阔的天地。这不仅需要我们学会倾听，也需要我们学会沟通和合作。而通过这次开学第一课，我意识到了这一点，决心以后要更加积极主动地与同学们合作，共同进步。

最后，开学第一课让我明白了学习需要注重实践。在课堂上，老师安排了一些实践活动来巩固所学知识。通过亲身实践，我更好地理解了书本上的知识，也更加深入地感受到了学习的乐趣。我明白了只有将所学知识运用到实践中，才能体会到知识的真正价值和意义。所以，我决心以后要注重实践，通过实践来巩固所学知识，提高自己的能力。

总而言之，这次开学第一课让我受益匪浅。我学到了学习的重要性，明确了学习的目标和方法，认识到了学习需要坚持和质疑，意识到了学习需要与他人合作，同时也明白了学习需要注重实践。我相信，只要我在以后的学习中坚持这些思想和方法，一定能够取得更好的成绩并不断提高自己的学习能力。

**开学第一课班会篇十九**

每当奥运会来临，世界各地的人们都沉浸在这个体育盛事中。而今年，我有幸作为一名在校学生参加了由学校组织的开学第一课奥运心得体会活动。这次活动让我深深地感受到了奥运精神的伟大与无穷魅力，也给我留下了深刻的体会与启示。

第二段：友谊第一，竞争第二。

在参与开学第一课奥运心得体会活动的过程中，我观察到了运动员之间的友谊和竞争，并从中汲取到了很多的正能量。不管是场上还是场下，运动员们都能保持积极向上的态度。他们在比赛中互相帮助、鼓励，并且在赛后能坦诚地向对手表示祝贺和敬意。这无时无刻都在提醒着我们，友谊是奥运会最重要的竞技精神，而竞争只是锦上添花。

第三段：坚韧不拔，永不放弃。

参与开学第一课奥运心得体会活动让我看到了运动员们的坚韧不拔和永不放弃的精神。无论面对怎样的困难和挑战，运动员们总能够积极面对，不屈不挠地追求胜利。正是他们的顽强拼搏精神，才造就了无数的奥运的传奇，也给我树立了坚持不懈的信念。

第四段：团结合作，共创辉煌。

在开学第一课奥运心得体会活动中，团队合作也是不可忽视的一部分。我看到了每个运动项目都离不开团队合作，只有通过团结一致，才能够创造出最好的成绩。这让我明白到，无论在学习还是生活中，团结合作是非常重要的，只有没有依附在个人利益上的团结合作，才能够成就更为辉煌的事业。

第五段：个人成长，自我突破。

通过参与开学第一课奥运心得体会活动，我不仅提高了自己的体育素养，也在个人成长和自我突破方面受益匪浅。在这个过程中，我深刻体会到了运动带给我的快乐和成就感，也明白到了只有通过不断努力和突破自己的极限，才能够实现更大的成就。这样的体验让我对自己的潜能充满信心，也让我更加深刻地认识到只要付出努力，就一定会有回报。

结尾：

总之，参与开学第一课奥运心得体会活动让我对奥运精神有了更加深刻的理解与体验。友谊第一、竞争第二，坚韧不拔、永不放弃，团结合作、共创辉煌，个人成长、自我突破，这些都是我参与活动后的收获和领悟。我相信，在今后的学习和生活中，这些宝贵的经验和收获将继续对我产生积极的影响，推动我不断前进。我也希望通过自己的努力和付出，能够为祖国的体育事业贡献自己的一份力量。

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！