# 202\_年开学第一课的心得与体会 心得体会之开学第一课(通用9篇)

来源：网络 作者：红叶飘零 更新时间：2025-03-15

*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。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。开学第一课的心得与体会篇一...*

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。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

**开学第一课的心得与体会篇一**

开学一般伴随着雄心万丈的计划，新书新气象，却总以开学第一课敲响序幕。许多同龄人已然走出校门迈入社会，而我们还走在追求知识的路上。那么，开学第一课有何特别之处？它为我们带来了什么？接下来就让我为大家梳理一下个人的心得体会。

第二段：调适情况。

那一年，我上高三，教室里空灵的烟雾不时弥漫着。老师在黑板上写出“高三”二字后，大多数人脸上都露出了无法掩藏的紧张。这个时候，老师的第一句话直接撞进我的心里：“高三就是一场长跑，跑的是你们的能力和耐力。”用一句话，老师让每个人都明白，要想跑过终点，需要身心状态的完美调适。

第三段：目标和信念。

当我们意识到自己已经跑不开高三的潮流时，我们才真正意识到自己必须有一个清晰的目标和坚如磐石的信念。我们不是为了别人，而是自己。老师告诉我们思考一个问题：“你想以有什么样的人生回忆结束自己的人生？”有一个清晰的目标，才能更好地明确自己的方向，让我们真正从内心信念坚定地走过高三这个坎。

第四段：积极主动与勤奋刻苦。

“高三需要勤奋，除了勤奋，我想不出还有什么其他办法能够拯救你们。”老师在讲台上严肃的语气让我听到了她内心的坚定。勤奋意味着不断努力，将所有的时间精力用在学习上。每天有目的的计划，可以在我想要放弃的时候，让我不断坚持下去。勤奋和坚持可以让我们战胜困难。

第五段：感悟与总结。

开学第一课直接刺激了我的思维和思考，让我明确自己的目标和信念。此外，它也让我认识到了学习生活的实际困难和需逐步化解的方法。从那一刻起，我开始写下了自己的清单，反思自己的缺点，计划自己的未来。在这之后，我也逐步认识到真正的积极主动与勤奋刻苦对于成功的重要性。因此，开学第一课给我上了一堂人生的启蒙课，让我在追求未来发光的道路上更警惕，更坚强，更值得期待。

**开学第一课的心得与体会篇二**

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三**

云南开学第一课的心得体会，是每个云南学生在新学期开始的时候都会有的体验。这是一堂特殊的课，不同于平时的任何一节课程。这节课旨在通过培养学生的责任感、团队合作和社会意识，激发学习的热情和动力。在这次体验中，我深刻地意识到了教育的重要性，同时也收获了一些宝贵的经验和启示。

首先，云南开学第一课给了我一个机会，让我思考自己的责任感。在课堂上，我们被分成小组，每个小组都有自己的任务和角色。从组建团队开始，我就感到了自己作为小组一员的重要性。我明白了只有在团队中才能充分发挥出个人的潜力，并承担起自己应尽的责任。当我被指派完成一项任务时，我会努力全力以赴，不辜负团队对我的期望。云南开学第一课让我认识到，只有拥有强烈的责任感，才能做到让团队紧密协作，共同努力。

其次，这次特殊的开学课程还加深了我对团队合作的认识和理解。在这个过程中，我和我的团队成员相互依赖，密切合作，拥有了共同的目标和奋斗的方向。我们经常面临各种挑战和困难，但我们总是能够互相支持，一起面对并解决问题。团队合作不仅能够提高工作效率，还能够培养个人的协作能力和沟通能力。通过这次特殊的开学课程，我理解到团队合作不仅是在学校，还将贯穿一生。

此外，这节课还增强了我的社会意识。在开学第一课的过程中，我们接触到了社会问题和挑战。我们分别选择了一个社会热点话题，进行深入的探讨和研究，并提出相应的解决方案。这些问题涉及到教育、环境保护、贫困等各个方面。通过深入了解这些问题，我明白了自己作为一名学生，应该关注社会、关心他人，并积极参与到解决社会问题的行动中。云南开学第一课激发了我对社会的责任感，让我明白每个人都可以为社会的发展做出贡献。

最后，在云南开学第一课中，我体验到了学习的乐趣和动力。这节课的学习方式与传统的教学方式有所不同，更加注重学生的主动参与和探索。我发现，当我参与到学习的过程中，充分发挥自己的思考能力和创造力时，学习变得更加有趣和有意义。这次体验让我意识到，学习不应该只是为了应付考试，而是应该成为人生的一种习惯和追求。学习是一种无止境的过程，我们应该持续不断地追求进步和完善自己。

总之，云南开学第一课是一节独特而有意义的课程。通过这次体验，我认识到了责任感的重要性，团队合作的力量，社会意识的提升以及学习的乐趣和动力。我相信这些收获和体会将对我的学习和人生产生积极的影响和指导。在以后的学习和生活中，我将时刻铭记并积极践行这些体会，不断超越自我，追求卓越。

**开学第一课的心得与体会篇四**

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五**

今年的是伴随着文理分科完成的。离开了原来熟悉的同学与老师，进入了一个崭新的环境，看到一张张陌生的面孔，不免有些许的无措；但是随着金老师引人入胜的班会，使我不自觉地沉入其中，忘却了周围环境的纷扰。

在高中生活中，学习只是众多标杆中重要的一把，但并不能说明一个人内在的善良与否，品德才是一个学生最应该关注的。康德说过：“有两样东西值得我们仰望终生：一是我们头顶上璀璨的星空，二是人们心中高尚的道德准则。”由此可见品德的重要性。山水田园诗人陶渊明不为五斗米折腰，而是保持心中的高尚，毅然选择了归隐；忧国忧民的杜甫没有被官场所迷惑，而是坚守自己心中的高尚品质，用诗歌诠释自己对国家黎民的忧虑；使者苏武没有因匈奴的威逼利诱投降，而是坚守自己高尚的情操。司马光在《资治通鉴》中提到：“才德全尽谓之圣人，才德兼亡谓之愚人，德胜才谓之君子，才胜德谓之小人。”因此，立德乃树人之本，唯有德才兼备才能成就一个人。

怎样才能做到德才兼备呢？首先，要从善良、正直、责任、担当与诚信五个方面入手。记得在高一刚入学时就听老师说过：“攒人品，赢高考。”这并不是无稽之谈，当一个人真正做到无需提醒的自觉，为他人着想的善良时，便已拥有一个高尚的品格了，胸怀大爱，心无旁骛，成功的机率自然更高。而将“让人们因你的存在而感到幸福”作为为人处世基本准则的金老师，无疑是我们学习的榜样。通过这句话，我也深刻的了解到了金老师的过人之处。对待同学一视同仁的金老师，也让我意识到了平等的重要性。

高二的，不仅让我受益匪浅，老师的一番教育更是宛如正道的光芒一样照亮我前行的道路。

**开学第一课的心得与体会篇六**

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七**

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八**

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九**

充实又快乐的暑假已经过去，迎来的是一个崭新的秋天，一个崭新的开始。分班结果已经尘埃落定，新的班主任走进了教室大门。那一刻，还有些许躁动的心突然净了下来。我意识到，高二，真的来了。

金老师给我们提了八个关键字：众生平等，立德树人。在这八个关键字下，衍生出了五个词语：善良、正直、诚信、担当、责任。在这其中，老师也给出了很多实例来进行更深一步的讲解。我印象最深的一句话就是“让人们因我的存在而感到幸福”。

金老师给的这五个词对于我来说很精准。这些正是目前阶段我对这句话的所有理解。一个善良的人，不会因为自己的行为给别人添麻烦，他会用更高标准要求自己，努力做到自己所能达到的最高高度。

“人生是一场修行。今日的因，必有昨日的果。”人生是场修行，短的是旅行，长的是人生。今天坐在五班，是因为高一的自己努力过。接下来的两年，我将会努力提高自己，真正做到让他人因为你的存在而感到幸福，尽力将这两年的果做到不留遗憾，取得满意的果。希望两年后的今天，也能坐到自己心仪大学的教室里。

教的并不是单纯的知识而是做人。学习先学做人只有将人做好了才会做好学问。

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！