# 开学第一课的心得与体会(模板10篇)

作者：梦想起航 更新时间：2024-03-31

*每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？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。开学第一课的心得与体会篇*

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？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**

今天晚上，我和妈妈一起收看了中央电视台的《开学第一课》节目。这次的主题是“父母教会我”。我最喜欢的`作家郑渊洁为我们带来了“孝”这个主题。他告诉我们，孝顺是从父母那里学到的，爸爸妈妈对上一辈孝顺，小朋友就会对爸爸妈妈孝顺。有一次他带儿子去买了一个平面电视，送给了孩子的爷爷奶奶。3岁的儿子不懂，说：“我也想看新电视呀！”郑渊洁就教育他说：“爷爷奶奶年纪大了，咱们肯定比他们活得长，以后咱们会有机会看原子弹电视！”后来有一次父子一起吃饭，有两只大对虾一人一只，由于虾很贵，郑渊洁把自己那只也让给了儿子。没想到儿子往他面前一推，说：“爸爸你吃吧，我将来能吃原子弹虾！”

我就想到，这个暑假姥爷生了很重的病，妈妈每天都去医院，有时还会住在医院，所以没时间照顾我。她说：“我小时候每次生病，姥爷姥姥都会没日没夜的照顾我，现在他们年纪大了，也很容易生病，我应该去照顾他们。”现在我知道了，妈妈就是在尽孝心。所以我也要孝顺爸爸妈妈，我决定，就从帮妈妈做家务开始。

**开学第一课的心得与体会篇三**

东奥开学第一课，虽是暑期班的第一堂课，但也是未来学习的开端。在这一堂课上，我收获了很多，提高了对学习的认知，对日后的学习也有了更好的规划和期待。

第一段：开课仪式，一份坚持与负责

开课仪式是这场盛会的第一环，也是一份坚持与负责。东奥教育多年如一的为学员们提供了优质的教育资源和服务，让我们这些参与到学习中的学员深感温馨和感动。他们不仅提供最精湛的授课教师，更搭建了良好的教育环境，从让我们快速认识同班同学到教育某学科，每个细节都极其精彩。

第二段：学习规划，更好认识自我

在规划这部分的教学中，老师让我们深刻认识到规划的重要性，规划使我们能更好的认识自己，让认知更全面。尽管在这之前我都有一个清晰的学习计划，但是在明确计划的过程中仍然让我受益匪浅，让我从很多方面更好的认识自己和自己的学习目标。

第三段：学生分享，通过分享更深入地了解

在这个阶段，我们有机会看到许多成功的学长学姐和他们的经历。他们分享他们成功的经验，与我们分享他们的学习方法和思考模式。通过聆听他们的分享，让我深深地感到学习是一个连续的过程，每个人都有自己独特的方式和成长轨迹。如今，我更加明确学习目标，更懂得自己的时间管理和个人能力的积累。

第四段：教师教授，全新的学科视角

老师的授课非常深入，让我深刻认识到了学习目标和教学方法，同时让我认识到了我可能在未来学习中遇到的问题，帮助我以更好的方案指导我的学习。如，如何更好的挖掘课程的核心思想、触类旁通学习、找到适合自己的学习方法等。

第五段：课程小结，成长体验和思考

在这节课的结尾，我们很幸运地聆听到了教师对这次课堂的总结，让我们更好的领会本次课程的核心，收获更多的知识和思考。在这次体验中，我更全面的认识到一些学习方法和规律，也初步了解了一些学科的基础，为我的未来的学习奠定了坚实的基础。

总之，东奥开课第一课是我人生中难忘的初体验，在这次体验中我获得了新的认知，新的启示，也认识到了自己的潜力与不足之处。在接下来的时间里，我将会为自己制定更清晰和明确的学习规划，努力学习，不断提升自己。

**开学第一课的心得与体会篇四**

生活频道的《》开始了！第一是围绕着雾霾来袭，过年你放炮了吗？这个主题来讲的！张老师让我们看了一下2015年除夕夜的pm2。5值与2014年除夕夜的pm2。5值，2014年的pm2。5明显比2015年的pm2。5少多了，2015年除夕夜的pm2。5之所以多，是因为过年时，尤其是1点之后，人们开始燃放烟花爆竹的较多，燃放一挂鞭炮，就会产生许多pm2。5，比燃放烟花爆竹之前增加了4倍！如果，每家每户都燃放烟花爆竹，那么，pm2。5就会大量增加，污染空气，也伤害我们的身体！张老师又给我们看了一些地方的pm2。5值，职工医院和世纪公园的pm2。5明显比其他的地方的都要多，因为那里住的居民多，燃放烟花爆竹的也就会多一些，pm2。5自然也就会增加了！西北水源是几个地方里pm2。5之最少的，因为，附近住的居民少，燃放烟花爆竹的人就少，pm2。5也就随之减少！

第一课讲完了该讲第二课了！第二课主题是谁污染了我们的空气？首先，污染源就有许多，比如，开私家车排放的汽车尾气，农村焚烧秸秆冒出的烟说完污染源，接下来玩儿了一个游戏，连连看将污染物与污染源连线，一种污染源理会散发许多污染物，比如，pm2。5（细颗粒物）、no2（二氧化氮）、臭氧把污染源分成了几大项，燃煤烟尘、工地等3项。空气污染程度也分了等级，共6级！1级天是蓝天白云的，2级是比较朦胧的，3级是很朦胧，天不在那么蓝，4级是有一点点的雾，天是浅灰的，5级已经是雾霾了，但不太大，天是银灰的，6级几乎已经已经看不到人了！天像要下雨似的！天阴沉沉的！12月份十几天重污染，什么也看不到，aqi到了500，爆表了！好几天过后，石家庄盼来了一个一级天，蓝天白云！又提了几个保护环境的建议，我也跟着想了几个！

第三就是改善空气质量，我们能做点儿什么？

不知不觉中，生活频道的《》就讲完了，这次让我们知道了一些保护环境的知识，我们应该少开私家车，多步行或坐公交，尽量按照上面的做，减少pm2。5。我还知道了原来空气质量也能按级别来说，污染物有许多，只是不知道而已，一个污染源就会排出许多污染物，伤害我们的身体，更伤害我们的环境！

**开学第一课的心得与体会篇五**

2024年9月6日，东京奥运学校开学了。这所专为运动员和体育从业者服务的学校，不但有优秀的师资力量和教学设备，还专注于培养学生的体育素养和综合素质。在开学典礼上，我们参加了第一堂“东奥开学第一课”，探讨了体育精神和奥林匹克精神的内涵和作用。这次课程让我深刻地认识到了体育与健康的关系，明白了奥林匹克精神在当今社会中的重要价值。

第二段：体育精神的内涵和作用

我们的老师在课程中向我们介绍了体育精神的内涵和作用。体育精神是指运动员的敬业精神、拼搏精神、友谊精神和公平竞争精神等，它是人们在体育活动中表现出来的一种精神状态和品质。体育精神在推动人体健康、拓展个性、促进社会和谐方面发挥着巨大的作用。一个国家的体育水平和竞技成绩的好坏，往往与国家的经济和文化实力、民族的精神面貌和集体和个人的体育兴趣直接相关。

第三段：奥林匹克精神的价值和意义

在奥林匹克运动会上，观众和运动员都把奥林匹克精神视为最宝贵的财富，而奥林匹克精神的灵魂就是“更快、更高、更强、更公平”。奥林匹克精神是人类智慧和文明的结晶，是人类文明进步的标志。它通过体育运动，促进了国民精神的提升，提高了人们的自我价值和认知水平，推进了人类全球化发展。

第四段：体育与健康的关系

在今天的社会中，健康已经成为人们关注的重要问题。体育运动不仅能磨练强健体魄，还能促进各个器官系统的协调性，有利于身体健康。外表美观、能力强的身体可以在遵循规律的前提下，去展示自己。同时，人们在体育运动中也不断培养着平衡、表达、沟通等良好人际关系维持着全面发展与心理健康。

第五段：总结

在这次“东奥开学第一课”中，“体育精神”和“奥林匹克精神”被新老师生共同呼唤，我也受到很大的启发。体育会促进人们身体和心理的健康，促进社会的和谐发展，奥林匹克精神则代表着人类文明的进步和智慧，其思想远远超越了竞技场上的求胜执著。我在今后的学习和生活中，会更加注重体育运动和体育精神的培养，为自己、家庭、社会和国家的发展尽一份力量。

**开学第一课的心得与体会篇六**

开学第一课是每个新学年必不可少的环节，它不仅是对新生和老生的迎接，更是一种教育意义上的启示和启发。在这个过程中，我不仅和我的同学们一起感受到了新学期的气氛，也更深入地认识了自己，同时也更加明白了自己在这所学校的角色和职责。

第二段：认识自己

在开学第一课中，在老师的演讲和问答环节中，我给自己定下了新学期的目标，更加清楚地认识到自己的缺点和优点。老师的话让我明白了，不论是在学习还是在人际交往方面，重要的是要保持谦虚、学习和进步的态度。

第三段：认识同学和教师

开学第一课也是一个认识新同学和教师的好机会。在这个过程中，我结交了许多新的同学，学会了与不同人相处的方法，并建立了更多的人际关系。同时，我也认识到了我们的教师们是一群富有耐心、与我们共同成长的人。

第四段：明确角色和职责

通过这样一次开学第一课的体验，我更加明确了自己在这所学校的角色和职责。我认识到，学生应该以积极的态度学习，负责完成自己的任务，并提高自己的成绩和能力，同时还要洁身自好，积极维护校园文明。

第五段：总结

总之，开学第一课是一次充实而美好的体验，这个过程让我认识到了自己，并更好地了解了我的同学和教师，同时也明确了自己在这所学校的角色和职责。我相信，在今后的日子里，我会一如既往地保持自己的积极态度，不断提高自己的知识和能力，迎接更加美好的未来。

**开学第一课的心得与体会篇七**

今天下午放学的时候，虞老师对我们大家说：“同学们，今天晚上17：30-19：00要看《》。你们知道了没有?”同学们说：“知道了。”放学后，我背起书包飞快地向家里跑去。我到了家，把书包随手一扔，就对妈妈说：“妈妈，我回来了。”我一说完，就朝厨房跑去。到了厨房，我狼吞虎咽地把米饭给吃完了，吃完了我就飞快地朝电视跑去，打开电视机，等了一会儿，《》就开始了。我津津有味的看着电视。里面有一位“最美妈妈”和一位“最美女儿”的一对母女。女儿对妈妈的关心一直坚持了xx年。她们的行为把全场的观众都感动哭了;有一个班的学生要离开教他们3年的老师，告别了，他们都舍不得老师，然后就哭了，这就代表了师生情。我忘了告诉你们这个主题就是幸福。我原想幸福只是吃饱了，喝够了，穿得好，就好了。

现在我才知道，只有互相帮助、团结一致、关心父母、互相关爱，这才是世界上最最幸福的。

**开学第一课的心得与体会篇八**

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九**

在这秋风送爽，丹桂飘香的日子里，我们迎来了新的学期，按照以往的规矩，我在家里看完了”“。这个节目共分成了三个部分：”孝“、”礼“、”爱“，在这三个部分中，我最喜欢”爱“这个部分。这个部分主要讲了一位父亲对孩子的爱。

就在我5岁那年，父亲教我骑车，那时的我很好强，干什么事都想着要拿第一名，当我刚跨上车便摔了下来，我不由分说便大哭起来，哭声中充满了自责和委屈。这时，一双温暖的手把我从地上抱起来，我猛地抬头看见了父亲，我哭着说：”我……我总是失败，我不玩了！“父亲听了，沉默了片刻，他捉了只蚂蚁，又拿了块石头放在蚂蚁的前面，说：”你猜，蚂蚁怎么过去？“”把石头撞飞不就过去了！“我天真地答道，”不对，蚂蚁并没有这么大的力气，但是它们拥有智慧的头脑，它们懂得寻找自己的路线，这一点你要向它们学习哦！“爸爸的话让我懂得了坚持，让我变得更有恒心……，原来父亲与父亲之间是有相同之处的，那就是有一颗爱子女的心，真是可怜天下父母心呀！

2014，让我有了一些感想：父母为了自己的孩子煞费苦心，我们做子女的是否该帮父母分担些家务呢？我们子女要对父母报有一颗感恩之心，是他们把我们带到这美丽的世界，他们让我们懂得了做人的道理，让我们感恩”哺育“我们的父母吧！爱父母就早些说出来，不要再犹豫了！

**开学第一课的心得与体会篇十**

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。

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com