

# 最新开学第一课心得(优质6篇)

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。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

## 开学第一课心得篇一

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。

## 开学第一课心得篇二

团校开学第一课让我收获颇丰。在这课堂上，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。在这课堂上，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！

### 开学第一课心得篇三

愉快的暑假结束了，新的学期开始了，一年一度的开学第一课开始了，吃过晚饭之后，我跟爸爸妈妈坐在客厅一守着。每一年的开学第一课我都会有很大的收获，今年也不例外。因为它陪伴了我很多年，从小学一年级到现在，每一次都学到不少新的知识，所以，每一年九月一日我都非常期待，总会早早吃完晚饭，守在电视面前等着它开始。也正因为如此，爸爸妈妈都会夸我是一个爱好学习的三好学生。

今年也不例外，今年的开学第一课主题是少年强，中国强，拉上爸妈跟我一起看，有时候我还会拉上比我的妹妹一起看，我会一边看一边跟她讲里面的人物，跟爸妈一起讨论我学到什么新的知识点等等。这个节日一直陪伴我从小学到现在，一直都没有停过，随后我会按照老师的要求，看完之后把自己的学到的东西记下来，然后把自己的感受写下来，跟同学一起互相分享彼此的观后感心得。老师说这样的话，我们会记得更加清楚，更加深刻，再往后的生活中不会轻易忘记在开学第一课里学过的内容。

来源：网络整理免责声明：本文仅限学习分享，如产生版权问题，请联系我们及时删除。

content\_2());

## 开学第一课心得篇四

团校开学第一课，为我们团校的学员们拉开了新的知识门帘。这节课是团学工作的导论课，它不仅对于我们的团员青年们具有指导意义，而且对于我们未来的工作和学习也起到了奠基的作用。通过这节课，我对团校的学习有了更深刻的理解，并获得了一些宝贵的心得体会。

首先，团校开学第一课为我们明确了团学工作的重要性和使命感。老师在课堂上详细介绍了团学工作的历史渊源，让我们了解到团学工作的亮点和团学工作的使命。作为团员青年，我们要时刻保持对团学工作的热爱和责任感，为团学事业贡献自己的力量。在团校的学习中，我深感到团学工作的重要性，明白了团学工作与自己的发展紧密相连，只有充实自己才有能力为青年们提供更好的服务和帮助。

其次，团校开学第一课为我们带来了团学工作的方法与技巧。在课堂上，老师耐心细致地讲解了团学工作的具体做法和方法，如如何开展团日活动、如何制定计划、如何组织培训等。这些方法和技巧对于我们未来在团学工作中的实践非常有指导意义。在以后的工作中，我会将这些方法和技巧灵活运用，为我们团队的发展和团员青年的成长提供更具效果的方案。

第三，团校开学第一课让我们认识了团学工作者应具备的素质。在团学工作中，不仅要有扎实的知识储备，还需要具备一定的能力和素质。这包括沟通能力、组织能力、协调能力等。通过这节课，我意识到团学工作者需要全面发展自己的素质，不断提升自己的能力，才能更好地为团学工作服务。我会通过持续学习和实践，不断提升自己的素质，为团学事

业贡献自己的力量。

第四，团校开学第一课启发了我对团学工作的思考和拓展。在课堂上，老师鼓励我们要积极思考团学工作中的问题，提出自己的建议和意见。这让我深刻意识到作为团学工作者，不仅要做好团学工作的本职工作，还要有思考能力和创新意识。通过思考和拓展，我们可以找到更好的解决问题的方法，使团学工作更有效、更有影响力。

最后，团校开学第一课提醒我要保持专注和学习的态度。在课堂上，老师强调了学习的重要性，让我们明白只有不断学习和提高自己，才能适应社会的发展和需要。作为一名团学工作者，我们要保持持续学习的态度，不断充实自己的知识和能力。我会利用好团校提供的学习机会，不断提高自己的综合素质和才能，为团学事业做出更大的贡献。

总之，团校开学第一课不仅让我对团学工作有了更深入的了解，也为我以后的团学工作指明了方向。我会牢记这次课上的教诲，不断学习和提高自己，为团学事业贡献自己的力量，努力实现团学工作的使命和目标。

## 开学第一课心得篇五

新冠疫情在2020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。

## 开学第一课心得篇六

《开学第一课》这档节目在每年开学之际都会播出，它已经陪伴我们十年之久了。20xx年秋季开学之际，央视一频道正式播出了今年的《开学第一课》，这一期的主题是“中华骄傲”。

开场歌曲过后，开始上课啦！在这期节目中，我领略到了中国汉字的魅力，而“汉字叔叔”的事迹同样吸引住了我，是什么力量使他一步一步走向今天，和汉字打了四十五年的交道？我想，这不仅仅是他的一种爱好，他是被汉字文化深深吸引着，我为我是一个中国人而骄傲！

我还看到了中华民族文化的积淀——诗词。诗词是何等美妙啊！诗词不仅仅是文化的象征，同时也传达出诗人的心境，一首短短的诗词，竟有如此大的魔力！不仅是诗词，还有散文、汉赋、楚辞、元曲、小说，这都蕴含着作者的思想。节目中的陈渊冲老先生将诗词翻译成多国语言，他说，他是将



一个国家所创造的美，转化为世界的美。那是全人类的精神宝库啊！

在节目中，我见识了真正的武术，刚柔并济，精神抖擞。我知道了大英雄不是总想着输赢，而是用自己强大的力量保护自己以及身边的人。中国功夫是中华民族的“民族魂”！

高科技改变着我们的生活，课上，我见到了真正的机器人，再某方面来说可以战胜人类的机器人！我相信，科学技术才是我们的国家发达、强盛的唯一途径。我突然想到了一句台词：“我们平淡无奇的现在，是他们永远都到达不了的未来。”我在想这句话，它是对的。是科技造就了梦想成真，圆了中国人民的“飞天梦”，实现了“天涯若比邻”的美好愿望，科技创造了未来。但不可否认的一点是，无论是在哪一个时代，想象力和创造力都是不可或缺的，只有足够的能力积蓄才能促进科技发展。

我还感悟到了珍贵、坚固的师生情。我看到了一种锲而不舍的精神，尤其是米斯巴老师说的：“我会教授汉语直到我最后一口气。”这给了我很大的震撼，一位来自巴基斯坦的汉语教授，将毕生精力放在汉语上。这其中能够有米斯巴教授对老师的一份深情，饱含着她对汉语、对中国的热爱，她的执着是最美的花朵！

在节目的最后，我领略了丝绸之路千年的魅力，聆听着各国文化交流使者的吟唱。最后一曲《千年之约》令我久久不能平静，沉醉其中。“一带一路”的建设揭开了丝绸之路的面纱，架起了中外交流的一座崭新的友谊桥梁！

开学第一课下课了，带给我许多启发与思考，我相信，我会做好自己，更上一层楼！