

2023年开学第一课心得体会秋季(通用10篇)

每个人都有自己独特的心得体会，它们可以是对成功的总结，也可以是对失败的反思，更可以是对人生的思考和感悟。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。下面是小编为大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

开学第一课心得体会秋季篇一

随着新冠疫情的全球大流行，校园一度成为了一个封闭的空间，学生们长时间无法返校学习。久别重逢的安全开学第一课成为了学生们心中最为期盼的时刻。在这节课上，我们学到了许多防控疫情的知识 and 技能，深刻体会到了安全的重要性。下面，我将从课程的目标、内容、效果、感悟以及行动计划五个方面来展开叙述。

首先，安全开学第一课的目标是让学生们了解和掌握防控疫情的基本知识和技能。这节课的教学目标明确，旨在提高学生们的疫情防控能力，增强学生们面对疫情的紧急情况下的自救互救能力。

其次，课程内容丰富多样。安全开学第一课的内容紧密围绕着疫情防控展开。老师以生动有趣的教案和案例，全面介绍了疫情传播途径、防控措施和应急处置等相关知识。通过讲解和讨论，学生们对疫情防控的重要性和实施方法有了更深入的了解。

再次，课程的效果显著。通过这节课，学生们对疫情防控有了更加全面和深刻的认识，对防控措施的可行性也有了更好的理解。同时，学生们眼中的校园变得更加安全和亲切，他们也更加重视自己的身体健康和个人卫生习惯的养成。

与此同时，在这堂课中，我们孩子们也有了更深刻的感悟。我们明白了病毒的危害，懂得了防控疫情的重要性，更加乐观积极地面对生活。我们深感父母、老师和政府的辛勤付出，他们为我们的安全默默奉献，我们将更加珍惜身边每一个人。

最后，通过这堂课，我们制定了行动计划。我们决心做好个人防护，不随便外出和聚会。在校园里，我们严格遵守学校的防控措施，勤洗手、佩戴口罩，并及时向学校报告任何不适症状。同时，我们也会主动参与到志愿服务活动中，为疫情防控尽自己的一份力量。

总而言之，安全开学第一课是我们迎来的一堂特殊的课程。通过这堂课，我们明白了疫情防控的重要性，掌握了相关知识和技能，树立了正确的防控意识。在未来的学习生活中，我们将进一步加强自觉防护，为自己和他人的安全共同努力。相信在全社会共同努力下，疫情很快就会结束，我们可以重新回到正常的学习生活当中。

开学第一课心得体会秋季篇二

作为新一代的青年，我们生活在一个先辈打拼出来的和平年代，永不服输，是我们中国人民的传统精神，我们应该发扬先辈他们的爱国和为理想勇于拼搏的精神，只有从小树立自己的理想目标，适应时代发展的要求，振兴祖国的责任感，才能做到点亮自己未来的同时点亮祖国。

观看《开学第一课》就是为了增长我们的见识，作为一名学生，我们是祖国的未来与希望，我们更应该认真打好个人知识基础，提升自身的道德素养，学会树立远大的理想与目标，为祖国作出一份力所能及的贡献。

开学第一课心得体会秋季篇三

开学第一课是每个新学期的开始，它承载着希望和期待。初

二，作为初中学生的我，在这个新学期开始时，也参加了开学第一课。这节课让我收获颇多，给我留下了深刻的印象。下面我将从开学第一课的主题、内容、反思、收获以及展望未来五个方面来谈谈我的心得体会。

首先，我想谈谈开学第一课的主题。每个学期的开学第一课，都有一个特定的主题，以此来引导学生入学。今年的开学第一课主题是“成就未来，从今天开始”。这个主题鼓励我们珍惜时光，从今天开始为未来做准备。这个主题引发了我对自己的思考，让我开始思索快速发展的社会，未来的竞争将会越来越激烈，只有不断努力，才能在这个激烈的竞争中脱颖而出。

接着，我想讲讲开学第一课的内容。这节课让我了解到，作为初中生，学习要紧，自我管理也是十分重要的。老师通过讲解学习方法和时间管理，引发了我对学习的思考。我明白了学习不只是靠机械地记住知识，更多的应该是理解和探究。另外，学会合理地安排时间对于我来说也很重要。话虽如此，但要做到并不容易。我决定制定一个合理的学习计划，逐渐培养自己的学习兴趣和时间管理能力。

然后，我想谈谈对开学第一课的反思。通过这节课，我意识到自己在学习方法和时间管理方面存在一些问题。我发现我经常拖延做作业，浪费了不少时间。同时，我还没有找到适合自己的学习方法，导致学习效果不够理想。这是我需要反思和改变的地方。我决心要改掉拖延的坏习惯，坚持按时完成作业，并且要寻找适合自己的学习方法，提高学习效率。

接下来，我想说说我从这节课中收获到的东西。通过反思，我明白了自己的不足，并意识到只有不断努力和改变，才能取得进步。我还意识到，学习方法和时间管理对于我在学习上的发展至关重要。这让我明白到，学习不仅仅是考试分数，更重要的是积累知识和培养学习能力。同时，我还学到了凡事都要脚踏实地，努力奋斗。只有付出努力，才能实现自己

的理想和目标。

最后，我想展望一下未来。通过这节课，我明白了自己需要在学习方法和时间管理上有所改进。我会努力制定合理的学习计划，充分利用时间，提升自己的学习效果。同时，我也会努力培养自己的综合素质，为未来的竞争做好准备。我希望自己能够不断进步，成为一个优秀的学生，为自己的未来奠定坚实的基础。

总之，开学第一课给我留下了深刻的印象。它让我意识到了学习方法和时间管理的重要性，同时也激励我更加努力地奋斗。通过这节课，我反思了自己的不足，并从中收获了许多有益的东西。未来，我将努力改变自己，提高自己的学习能力，为实现自己的理想而奋斗。

开学第一课心得体会秋季篇四

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。

开学第一课心得体会秋季篇五

2021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。

开学第一课心得体会秋季篇六

我开学到现在，我一直都非常高兴，我觉得我能遵守班规，暗示交作业，和上学期不一样的事我能认真听课，以前优势就说话开小差，现在没有了。我希望班的制度多一项就是，让每个同学都看看周围有没有说粗口的人，有得花就给说出口的扣5分。我一定要提升英语的成绩。

这个学期，来了一个新同学，她的名字和我们以前的那位同学的名字已样，她叫李嘉丽。

现在，同学们改变了很多。午读时，来时自干自的事，很安静，没大吵大闹的。但是这星期我很少拒收回答问题，从下个星期起我要改变自己，积极举手回答问题。我太过安静了。

从开学第一次把作业全交齐了，看起来同学们都很认真。希望每次交作业都有那么齐，让李老师开心多几下。

在老师们布置作业方面我觉得李老师布置作业有点，嘻嘻……不敢说了！没关系，可以长见识，一位临过初一了，

所以在这个学期我一定要努力，考取更好的成绩。

开学第一课主题班会的心得体会篇《开学第一课》的初衷是引导和教育全国的中小学生。随着一年一度的播出和节目主题的影响，开学第一课的意义深远而又感慨万千。不知不觉，9月的金秋又迎来了一个学年，这也意味着央视节目《开学第一课》如期而至。

作为新世纪的年轻一代，我们是祖国的希望，祖国的未来一定属于我们。9月这一期的《开学第一课》，看完让我们感慨万千。所以，看本期的主题《开学第一课》，能让我们深深感受到，我们每个人都以自己是中国人，是中国人的后代为荣。为了更好的生活和未来，作为青少年，我们应该树立远大的目标和理想，努力学习，成为党、祖国和人民需要的人才，努力让我们的生活更有意义。

开学第一课心得体会秋季篇七

今天我观看了中央电视台的《开学第一课》，让我感触深刻，父母为了我们的成长付出了很多时间和心血，首先要懂得感恩父母，生活中很多小细节和礼仪要从小养成。

如：不能剩饭，吃饭不能发出声响，要有他人意识，不能影响他人等。

多去关心关爱身边的每个人，大胆追逐自己心中的梦想！！

开学第一课心得体会秋季篇八

作为一名东奥学子，开学第一课是我们迎接新学期的重要仪式。在这个特别的时刻，我认为这是一个很好的机会来反思我的教育道路，有所收获和进步。

第一段，开学第一课的意义。开学第一课是新学期开始的一

个重要仪式，这个仪式让我们了解到新学期要达成的目标，知道自己要面对的困难。此外，它还可以让我们彼此相识，加深同学之间的交流和情感。

第二段，开学第一课的体验。对我而言，开学第一课是一个非常有意思的体验。在这个仪式上，我们不仅学到了与学术有关的知识，也收获了一些对生活的体悟。在听完校长和老师的讲话后，我更清楚地认识到教育的重要性和我们自己在成长过程中的角色。

第三段，展望新学期。在兴奋与期待之余，我也深知新学期即将带来的挑战。在面对这些挑战时，我想向自己保证：不论遇到什么困难，我都会乐观充满热情地迎接，尽自己最大的努力去解决它们。

第四段，学习与人际关系的重要性。开学第一课也提醒我们要关注自己的学习，强调人与人之间的互相理解和尊重。在我们的学校里，强调学生之间的相互合作和互相支持。这会让我们在新学期中获得更多的成就和收获。

第五段，总结与展望。新学期的开始是一个重要的时间节点，它代表着我们在旧有基础上获得了更新的开始。通过这篇文章，我在学习和人际关系方面学到了很多，也在未来的新学期的期中设置了目标和计划。我相信，在之后的日子里，我们都能够通过不断的努力与提升，一步步实现自己的梦想与目标。

以上是我对“东奥开学第一课心得体会”的表述，我认为，只有在充分的认识和深思后，我们才能更好地迎接挑战和充分发挥自己的潜力。我相信，随着时间的推移，每一个东奥学子都能够不断优化和提高自己的，取得更多的成就和成功。

开学第一课心得体会秋季篇九

云南开学第一课，是我永远难忘的一课。在这次开学典礼上，

我不仅收获了知识，还深受教育，获得了成长。这次经历让我重新认识到学习的重要性，与此同时，我也明白了团结合作的力量。下面我将从三个方面展开，谈一谈关于云南开学第一课给我带来的感悟和体会。

首先，云南开学第一课让我重新认识到学习的重要性。在校园内，我们每天都在学习，但往往很少有机会真正意识到学习的价值。这次开学第一课教育活动，为我们打开了一扇窗，让我们不仅明白了知识的力量，还看到了学习对于个人成长的重要性。在校园内，学习是我们的主要任务，它决定了我们的未来。每个人都有自己的梦想和目标，而学习就是实现梦想的基石。云南开学第一课将学习提升到了一个新的高度，让我们明白了只有努力学习，才能追逐理想。

其次，云南开学第一课让我明白了团结合作的力量。在这次活动中，全校师生齐聚一堂，相互合作完成各项任务，这样的场景给我留下了深刻的印象。在开学典礼上，我们组成小组进行各项游戏和竞赛，只有团结合作才能取得好成绩。通过这次活动，我深刻体会到，团结合作的力量远远大于个人的力量。每个人都有自己的优点和缺点，只有在团队中相互帮助，才能变得更加强大。这次活动让我明白了集体的力量，也增强了我与同学们的友谊，让我更加珍惜集体。

最后，云南开学第一课给我带来了成长。在活动过程中，我们不仅学到了知识，更锻炼了我们的能力和素质。比如在合唱比赛中，我们通过为同学们共同排练和努力，最终取得了不错的成绩。通过这次的合作，我们的合作能力得到了提高，更加了解了如何与他人相处和配合。此外，云南开学第一课还为我们提供了展示自我的机会。每个人都有机会在舞台上展示才艺，这不仅增加了自信心，还提高了自己的表达能力。这次活动让我明白，只有通过实践，才能不断提高自己的能力和素质。

总的来说，云南开学第一课是一次难忘的经历，它教会了我

许多东西。我明白了学习的重要性，团结合作的力量，以及通过活动的锻炼可以提高自己的成长。这次经历让我更加珍惜学习，更加明确了自己的目标和梦想。我将会坚持努力学习，与同学们一起合作，共同成长。我相信，凭借着对学习的认同和对团队的信任，我们一定能够实现我们的梦想，创造更加美好的未来。

开学第一课心得体会秋季篇十

新学期第一天，我们看了“开学第一课”这个节目。

在雄伟的八达岭长城脚下唱起了“我爱你祖国”这首歌。

这个节目非常精彩，也很感人，让我懂得了爱是分享和信任，爱是力量，更是承担，因为有了爱，让四川重建，因粗了爱，使马鹏飞从五岁起就这样照顾奶奶，爱还是荣耀，五星红旗缓缓升起的时候，我的心里无比自豪。

只要我们团结友爱、和谐共处、互帮互助，才能让祖国更加美丽！