# 最新开学第一课心得体会秋季(优质13篇)

来源：网络 作者：静谧旋律 更新时间：2024-06-28

*当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。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。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。开学第一课心得...*

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。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。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

**开学第一课心得体会秋季篇一**

从20xx年开始，每年的9月1日8点都会上开学第一课，主题都是选取当年最重要的事件。今年是红军长征胜利80周年。“开学第一课”的主题是“我们祖先的旗帜”。围绕“长征精神”，带领大家重温红色记忆，传承长征精神，接过先辈的旗帜，不改初心。来到未来吧！“红军不怕远征难，万水千山只当理所当然；山满细浪，乌蒙满泥球。金沙江拍云崖暖，大渡桥隔铁索寒；有了山，有了千里雪，我更开心。三军之后，我将尽我所能。”这首《七律》。《长征》是伟大的毛主席在二万五千里长征后，用感情写成的一首七律诗。长征是一部用鲜血和勇气书写的史诗，是一次充满集体英雄主义献身精神和希望的无与伦比的行动。

开学第一节课，我们邀请了几位经历过长征的老红军。他们的平均年龄超过100岁。革命年代，他们用自己的双脚走出长征，用自己的意志书写长征精神。在今天的和平年代，他们向我们讲述长征的动人故事，弘扬“信念坚定、勇敢无畏、坚忍不拔、百折不挠”的长征精神。99岁的老人胡正贤先生讲述了长征途中“红军千里眼、百依百顺”的通信兵的故事。他每天都背着通讯箱联系部队和战友，确保胜利。当年没有汽油、柴油维持电台发电，就用提炼的猪油、黄油让发电机工作。终其一生，他一直坚定两个信念，一是“追随红军”，二是“为国鞠躬尽瘁”。

嘉宾何灵生讲述了他的父亲将军的故事。何闫冰被毛主席称为“唯一不用行军礼的将军”。他的右臂被子弹打断绑在木板上后，嘴里咬着一条毛巾，在没有麻药的情况下忍着疼痛坚持了两个小时，用木工锯完成了手术。贺龙元帅对战士们说:“这是贺闫冰的骨头，这是红军的硬骨头！”

104岁的红军老爷爷秦华礼，讲述了长征中遇到各种困难仍坚持学习无线电技术的故事。解放后，周恩来总理亲自任命他为南京邮电大学校长，为中国邮电事业做出了巨大贡献。如今，邮电大学每年都要举行长跑比赛，弘扬长征精神。9月1日星期五，晚上9点，我和奶奶看了cctv-1播出的学期第一课。今年开学第一课，著名主持人董卿、撒贝宁当起了“班主任”，带领大家向前辈学习如何坚守中国传统文化。

艾伦、柯洁、郎朗、夏天集体上线，我们最爱的小哥哥leo带领大家一起唱《班歌》！公开课的教室独特新颖，舞台布置成开放的“卷轴”形状，两边是卷起的书边。在“书卷”下面，是两排32套桌椅。届时，来自世界各地的32名小学生将坐成一排，在舞台上与主持人“老师”互动，十分有趣。在《开学第一课》中，郎朗带着他的两个高贵的弟子出现了。著名钢琴家郎朗用53根手指和一位来自意大利的神秘访客现场演奏，让我们目瞪口呆！一个10岁，一个12岁。他们将与来自意大利的机器人比赛钢琴，演奏曲目《野蜂飞舞》。

这个意大利机器人叫做teo。与人类不同，teo有53个手指，几乎覆盖了键盘的一半，所以它可以非常快地演奏任何钢琴曲。机器人真的很神奇。我想好好学习科学文化知识，长大后做更好的中国机器人。96岁的北大教授许渊冲是开学第一课最年长的嘉宾。从事文学翻译工作60余年，译作涵盖中、英、法等多种语言。他被誉为“唯一一个把诗歌翻译成英语和法语的人”。《诗经》、《李白诗选》、《红与黑》等中外名著，在流传国外或传入中国之前，都是由许渊冲翻译的。他还获得了北极光杰出文学翻译奖，这是国际翻译领域的最高奖项之一。

远程视频演绎《武》“开学第一课”还特别邀请了最近爆红网络的《战狼2》的导演、主演。他通过远程视频与中小学生分享自己对“武”的理解。leo唱的主题曲:曾经的少年已成栋梁。今年《开学第一课》主题曲的演唱者是由童星成功转型的演员leo。他是看着《开学第一课》长大的。几年前，那个正在写《开学第一课》的孩子已经成为一名优秀的青年演员。

这节课，主持人吴镇魂将带领大家开始一场武术接力赛，包括梅花桩测试平衡，踢气球测试腿功等。螳螂拳、太极拳、八极拳三种传统武术的传承人也将来到课堂，向学生介绍传统武术的神秘和魅力。

长征，那是当年震惊全世界的一次行动。中国工农红军爬雪山过草地。没有食物也是很常见的。为了生存，他们吃草根和树皮，多少英雄牺牲在荒芜的草原和雪地里。最终20万大军只剩下辽辽3万，都以顽强的生命力和意志活了下来。

因为有红军战士的精神，长征才能成功，长征的成功使革命有了历史性的变革，才能有今天的幸福生活。虽然长征已经成为历史，但我们不能忘记它的自我牺牲和团结精神。日常生活中那种精神也是不可或缺的。当学生有困难时，我们应该及时帮助他们。我们不能只顾自己的利益而置之不理。它是我们祖国的花朵。只要我们有这种精神，我相信在未来，我们会开出最灿烂的花朵，为祖国的建设做出巨大贡献，我们的国家一定会变得更加强大。我们一定要记住长征精神不能忘记，它永远在我们心中。

**开学第一课心得体会秋季篇二**

九月四日的晚上，我看了开学第一课。开学第一课的节目分为“孝”“礼”、“爱”三个篇章，以“强”为尾声。其中有两个故事给我留下了深刻的印象。第一个故事是一位叔叔改造了自己的摩托车，因为父亲晕车，不能坐车去旅行，所以趁着年迈的父亲腿脚还利索，用自己亲手改造的摩托车带着父亲去周游全国，让父亲的晚年过得开心愉快。从中我感受到了这位叔叔对父亲的一片孝心。第二个故事是一位著名的摇滚歌手——秦勇，因为他的儿子在四岁时查出有病，于是秦勇毅然放弃了自己的音乐理想，在家照顾生病的儿子，陪着儿子快乐地一起长大。从这两个故事中我体会到：父母的爱是世界上最伟大的爱，是天底下最无私的爱。长大了，我们一定要孝敬父母，回报父母，做一个有孝心的孩子。第二个篇章是“礼”。我们中国自古以来就是礼仪之邦，我们应该继承我们中华民族的传统美德，做一个有礼貌的孩子。

第三个篇章是“爱”。我们要做一个有爱心，乐于助人的好孩子。

通过《开学第一课》的观看，我深深地领悟到：我们是祖国的花朵，是父母的希望，我们从小就要做一个有孝心、有礼貌、有爱心、自强不息的人。长大了才能回报祖国，回报父母!

**开学第一课心得体会秋季篇三**

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。

**开学第一课心得体会秋季篇四**

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。

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。

**开学第一课心得体会秋季篇五**

自20xx年起，每年9月1日开学之际中央一台8点开讲《开学第一课》，主题都是针对当年最重要的事情选定的。今年是红军长征胜利80周年，《开学第一课》主题为“先辈的旗帜”，围绕“长征精神”，带领大家一起重温红色记忆，传承长征精神，接过先辈的旗帜，初心永不改，加油向未来!“红军不怕远征难，万水千山只等闲;五岭逶迤腾细浪，乌蒙磅礴走泥丸。金沙水拍云崖暖，大渡桥横铁索寒;更喜岷山千里雪，三军过后尽开颜。”这一首《七律。长征》是伟大的毛主席在经历了两万五千里长征后，心生感慨写下的七律诗。长征这是用热血和勇气谱写的史诗，这是一次充满了集体英雄主义献身精神和希望的举世无双的行动。

在开学第一课的课堂上邀请了几位经历过长征的老红军，他们平均年龄已超过百岁。在革命岁月里，他们用自己的双脚踏出了长征路，用自己的意志谱写了长征精神。在今天的和平年代，他们给我们讲述长征中的动人故事，弘扬“信念不移、勇往直前、百折不挠、坚持不懈”的长征精神。已99岁高龄的胡正先老先生，他讲述的是长征途中“红军的千里眼和顺风耳”通信兵的故事，每天背着通讯箱联系部队、联系战友，保证打胜仗，当年在没有汽油、柴油维持电台发电的条件下，采用提炼的猪油和牛油等土方法让发电机工作。他一生就坚定两个信念，一个是“跟着红军走”，一个是“为国家尽个人的力量”。

嘉宾贺陵生讲述了父亲贺炳炎将军的故事。贺炳炎被毛主席称为“唯一一个不用敬军礼的将军”，他被子弹打碎右臂后被绑在木板上，嘴里咬着毛巾，在没有麻药的情况下忍痛两小时，用木工锯子完成了手术。贺龙元帅举着他锯下的骨片对战士们说：“这是贺炳炎的骨头，这是红军的硬骨头!”

104岁的老红军秦华礼爷爷讲述了在长征中，克服各种困难坚持学习无线电技术的故事。解放后由周恩来总理亲自任命他为南京邮电大学校长，为中国的邮电工作做出了巨大的贡献。如今每年邮电大学校庆时都开展长跑运动会，弘扬长征精神。9月1日星期五，晚上九点，奶奶和我一起看了中央电视台综合频道(cctv-1)播出的开学第一课。今年的开学第一课，著名主持人董卿、撒贝宁化身“班主任”，带领大家从前辈们身上学习对中国传统文化的坚守。

任嘉伦、柯洁、郎朗、吉克隽逸集体上线，还有我们超级喜欢的吴磊小哥哥带领大家唱响“班歌”!公开课教室别致新颖，舞台被布置成一个打开的“书卷”造型，两侧是卷起的书边。在“书卷”下，是两排一共32套课桌椅。到时，32名来自各地的小学生将排排坐好，和台上的主持人“老师”互动，非常有趣。在《开学第一课》中，郎朗携带他的两位高徒亮相。著名钢琴家郎朗竟和一位来自意大利拥有53根手指的神秘来客一起现场合奏，让我们目瞪口呆!一位10岁，一位12岁。他们将与来自意大利的机器人比拼钢琴弹奏，弹奏曲目是《野蜂飞舞》。

这个意大利机器人名叫teo。与人类不同，teo有53根手指，几乎覆盖大半个键盘，所以可以非常快速地弹奏任何钢琴曲。机器人真厉害，我要好好学习科学文化知识，长大了制造更好的中国机器人。96岁“诗译英法第一人”，讲述长达六十余年翻译人生96岁的北京大学教授许渊冲是本次《开学第一课》最年长的嘉宾。他从事文学翻译长达六十余年，译作涵盖中、英、法等语种，被誉为“诗译英法唯一人”。《诗经》、《李白诗选》、《红与黑》等中外名著都是经许渊冲的翻译后才得以流传国外或引进国内的，他还曾荣获国际翻译界最高奖项之一的“北极光”杰出文学翻译奖。

吴京远程视频诠释对“武”的理解《开学第一课》还特别邀请了最近刷爆互联网的《战狼2》的导演兼主演吴京，他通过远程视频的方式与中小学生分享他对“武”的理解。吴磊献唱主题曲：昔日少年，已成栋梁。今年《开学第一课》主题曲的演唱者是由童星转型成功的演员吴磊，他是看着《开学第一课》长大的。几年前还在写《开学第一课》观后感的孩子，现在已经是一名优秀的青年演员。

武以振魂在这节课上，主持人将带领大家做起武术闯关接力游戏，包括考验平衡的梅花桩、考验腿功的踢气球等。螳螂拳、太极拳和八极拳等三门传统武术的传承人也将来到课上，为同学们介绍传统武术的奥秘和魅力。

长征，它是一次当年令全世界震惊的行动，中国工农红军爬雪山过草地。没有饭吃也是很平常的事，为了生存，他们吃草根，啃树皮，有多少英雄好汉牺牲在那荒无人烟的草地和那皑皑白雪中。最终，二十万大军只剩下廖廖三万人马，他们都是靠着顽强的生命力和意志而活了下来。

因为有了红军战士那种精神，长征才能成功，长征成功就让革命有了一次历史性的转变，我们才能有今天的幸福生活。长征虽然已成为历史，但它那舍己为人，团结互助的精神我们不能忘记。日常生活中那种精神也是不可缺少的，同学有困难，我们要及时给予帮助，不能只顾自己的利益，对同学置之不理。我们是祖国的花朵，只要有了这种精神，我相信，将来我们一定开得最鲜艳，为祖国建设做出巨大贡献，我们国家肯定会更强大，一定要记住，长征精神不能忘，它永远在我们的心中。

**开学第一课心得体会秋季篇六**

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。

**开学第一课心得体会秋季篇七**

每个学期的开始，我们都会看《开学第一课》，每次都让我有所收获，有所感动。今年的《开学第一课》更使我感慨万千。

与刘洋的见面，我探索了太空的无穷奥秘;邓丽老师的经历让我明白：美就是给予;吴斌叔叔的事迹让我知道：美是帮助，也是责任。

女宇航员刘洋跟我们见了面，她说：太空的美，我们无法比拟，无法想象，只有见到后，才知道什么叫无限，才感受到它的宽广，太空上独特的失重，能轻而易举做在地球上无法做到的动作。例如：“一阳指”、“飞檐走壁”等等。让我浮想联翩。我知道太空的许多奥妙需要我们去探索，去发现，她激励着我们要勤奋学习，让太空的美为人类服务。

邓丽老师在海拔1800米的山峰上独自教学一所小学，她把美丽而宝贵的青春留在山区。这让我想到了我们的张老师，她总是用美的语言、美的行为教育我们、感染我们、熏陶我们。她总是牺牲自己的休息时间给我们讲解难题，我们十分感动，所以我们要以更优异的成绩回报老师的教导。这节课让我明白了美就是给予。

然而，吴斌叔叔的事迹让坚强的我流下了感动的泪水。让我想起那个艳阳高照，酷暑难当的夏天，我在公汽停靠点等车，过了好一会儿才看到公汽从远处缓缓驶过来，这时站点已站满了人，我一溜烟儿的挤上了车，找了个座位坐下来，这时我透过玻璃窗看到一位头发花白的老奶奶想上车，几次都被别人挤到了外面去了，看到这一幕我连忙从后面门下车跑到老奶奶身边说：“奶奶，我扶你上车，”我一边双手在后面顶着老奶奶的腰，一边大声的喊：“请让让，让老奶奶先上车，”终于费了九牛二虎之力，帮老奶奶上了车，把自己的座位让老奶奶坐下，奶奶摸着我大汗淋漓的头说：“你真是好孩子，”我笑眯眯的说：“这是应该的，”车上人都向我投来赞许目光，这也让我明白了，帮助人是快乐的，也告诉我们美是帮助，也是责任。

看完开学第一课，让我知道了太空的美是为人类服务的;美是给予;美是互相帮助。更让我明白了生活中不是缺乏美，而是缺少善于发现美的眼睛。

**开学第一课心得体会秋季篇八**

团校开学第一课让我收获颇丰。在这堂课上，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。在这堂课上，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！

**开学第一课心得体会秋季篇九**

秋天的脚步渐渐逼近,对于农民来说它是个果实丰收的季节,对于老师来说他是个开始育人的季节,对于学生来说它是个收获知识的季节,对于我来说它是个萌生梦想的季节.

在今年的金秋九月,我带着梦想踏进了初中的大门.今天我怀揣着一颗激动的心,观看了《开学第一课》,这节与众不同的课让我学到了很多,也领悟到了很多.

从航天员王亚平身上我学到了需要无限的努力,从八一跳伞队付丽娟身上我学到了梦想需要坚持与汗水,从舞蹈老师廖智身上我学到了梦想需要勇气……每个人在每个不同的阶段都会有梦想,梦想需要浇灌,需要毅力,需要奋斗.梦想是让人坚持下去的动力,梦想是让人生出彩的必不可少的条件,当然,实现梦想也并非一朝一夕,它需要长期不断的努力和一颗时刻做好准备的心.

梦想,一个看不见,摸不着的东西却带给人们无穷的正能量.

我也有梦,我梦想将来成为一名像冰心、鲁迅、琼瑶、杨红樱这样的著名作家,将自己对社会、对人生的感悟都写下来,写给众人看.我热爱文学,喜欢散文的隽永,杂文的深邃,诗歌的清新.喜欢琼瑶《烟雨蒙蒙》的浪漫,喜欢蒙格玛丽《绿山墙的安妮》的无穷幻想,喜欢马克吐温《汤姆·索亚历险记》的神妙外出……书本充实了我们的人生,所以我也没想成为一名写书人.

但我知道光有热爱是远远不够的,它需要日复一日,年复一年的拼搏与奋斗,我也会朝目标努力.

今天的《开学第一课》既令人难忘,又叫人沉思;既令人叹服,又叫人惊讶.

《开学第一课》教给我们梦想的力量让我们一生受益,会伴随我走向未来.看着窗外的小雨渐渐停了,还出现了彩虹,我似乎看到了我梦想成真的那一天,心里都是满满的幸福.

相信梦想,让梦想的力量伴我们成长!

**开学第一课心得体会秋季篇十**

新冠疫情在2024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。

**开学第一课心得体会秋季篇十一**

这天，是9月1号，是开学的第一日，我们在学校里观看了视频《开学第一课》，主题是《幸福》。看了开学第一课，我受益匪浅。

幸福是什么?幸福是感受父母无私的奉献，是真挚的爱，幸福是感恩、是分享、是快乐的传递，对于一个山区的孩子来说，幸福却如同格林童话。

女孩孟佩杰8岁时，母亲瘫痪在床上不能动，然而恶魔并没因此止住脚步，反而变本加厉，不久后父亲便丢下他们，撒手人寰。

生活的重担就无情的落在了佩杰的身上。从此他便每一日不到六点钟就起床，开始照顾母亲，喂母亲吃饭，母亲是吃上热腾腾的饭菜了，可他为了上学不迟到，只能一边跑一边啃着凉馒头，一路小跑来到学校。放学时又跑到菜市场去买最便宜的菜，带回家做饭，来回往返，一日不明白要跑多远的路，但这些对他来说都是微不足道的，他只有一个信念，那就是“尽自我最大的努力，照顾好母亲”。

白驹过隙，这样的日子一过就是12年，坚持了4000多个日日夜夜的他，从未有过怨言。想想自我以前的所作所为，突然觉得自我好不孝，但又好幸福。

孟佩杰的事迹让我感动，另一个叫刘浩的小男孩让我佩服。刘浩今年10岁，4岁开始学电子琴，7岁开始学钢琴，也许你觉得这没什么稀奇，但是，刘浩，看不见!虽然是个盲童，但是他很自信、自强不息、不自卑，他这么坚强是因为有个坚强的妈妈。刘浩的妈妈把五线谱翻译成盲谱，一针一针中诠释出母爱的伟大!

看了这一课，我感受到了幸福。幸福是感恩、奉献，有爱就有幸福，帮忙别人能让自我更快乐。我高呼着幸福宣言：我要成长，我要乐观，我要自信，我要超越，我要感恩……过好自我的幸福生活。

**开学第一课心得体会秋季篇十二**

今天是9月1日，我观看了《开学第一课》公益节目，内心有比较多的感慨，在新学期开学，能够通过这样的方式来增长见识，也是我们作为学生的主要学习方式之一。

开学第一课的目的，就要让我们接触课堂上学习不到的知识，让我们在愉快的氛围中度过。

这次的主题是关于抗疫的，看到所有人都在为抗疫做贡献，我认为新时代的青少年，我们不仅要当追梦者，也要肩负祖国建设未来的重任。

虽然我们现在年纪小，还不能完全独当一面，但我们要抱有远大的志向，决不能辜负祖国的栽培。

俗话说:少年强，则中国强;少年富，则中国富。

在这场民族复兴的接力棒比赛中，需要我们每个人共同完成，让我们一起迎接未来的挑战吧！

**开学第一课心得体会秋季篇十三**

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！

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn