# 大一生活心得体会(优质12篇)

来源：网络 作者：悠然自得 更新时间：2024-07-26

*心得体会是我们对自己、他人、人生和世界的思考和感悟。心得体会是我们对于所经历的事件、经验和教训的总结和反思。以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。大一生活心得体会篇一大学生活是人生中非常重要的一个阶段，...*

心得体会是我们对自己、他人、人生和世界的思考和感悟。心得体会是我们对于所经历的事件、经验和教训的总结和反思。以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

**大一生活心得体会篇一**

大学生活是人生中非常重要的一个阶段，无论学习还是生活都需要一个好的组织来进行管理。在大学中，组织生活会是学生们了解学校、发现问题、提出建议的非常重要的途径。我也参加了大一组织生活会，这是一次非常难忘的经历。今天我就来分享一下我的心得和体会。

第二段：准备工作

在参加组织生活会之前，我做了很多准备工作。首先，我研究了学校的相关规定和制度，了解了自己的权利和义务。其次，我思考了自己要提出什么建议，并和身边的同学进行了讨论和交流，以便更好地准备。最后，我仔细地审视了自己，保证自己的言行得体，举止得体。

第三段：参加组织生活会

组织生活会开始了，我们先由主持人宣布了今天的议程并安排了各项议题的讨论。然后，各个代表上台发言，围绕一些学校或者班级改进的问题提出了一些有建设性的意见和建议。我也有机会上台发言，向学校提出了一些在教学方面的改进意见。

第四段：收获和体会

通过这次组织生活会， 我意识到作为学生，我们不仅仅需要学习知识，更要积极参与学校组织活动，了解学校管理和运作。通过与不同专业的同学交流，我学习了许多新知识，了解了不同学科的发展，更加深入理解了不同学科的重要性。同时，在发言和听取他人的意见和建议过程中，我也锻炼了自己的沟通能力和批判性思维，这将会对我的未来学习和社会生活带来莫大的帮助。

第五段：结束语

总之，参加大一组织生活会是我大学生活中的一个难忘经历。通过这次活动，我深入了解了学校、提出了自己的建议和意见，锻炼了自己的能力。我相信这次经历将会对我的未来产生积极的影响，我也希望其他同学也能够积极参与学校的各种活动，不断提升自己，成为更好的自己。

**大一生活心得体会篇二**

几个月前，我们带着满满的期待来到我们梦寐以求的大学天津科技大学。校园建设也是棒棒哒，步入大学校园，小编已经花了眼，这样的校园不愧是当初每天几个小时睡眠只为大学梦可以实现的我们的努力。

那么大一新生对我们美好的大学生活有木有神马感想呢？我们忙碌的学习课余生活，我们新认识新交往的小伙伴，还有我们对家乡对亲人有木有超级思念呢？那就让小编带大家看看大家的想法吧！

课余生活

半年前，我每天都期待着快快开学，毕竟十几年寒窗苦读只为了这个大学，大学也是迈向未来的第一步，当时我就告诉自己上了大学也要好好学习，毕竟人丑就该多读书，哈哈，来了大学以后，每天的课程的确只有两三节，但是一节更比六节长，这些课程说枯燥也枯燥，但是真正学起来也是很有意思的，高等数学真的让我知道人生有过不去的砍儿，说起来都是伤心泪啊，最重要的是，大学真的是不可以成绩不合格，最终成绩也是平时成绩相关联的，这也督促了我们要时时刻刻不可掉链子，稍不留神就要被打回高三了。大学的课余生活也很是丰富，可以参加各种各样的活动，也增长了我们的`见识。当自己负责某项活动时，对于活动的组织，也无形中锻炼着我们自己的能力。我期待的大学和大部分人一样，每天轻轻松松，时刻都在玩乐之中，但是，我也喜欢这样的生活，可以塑造一个更加优秀的自己。

是啊，小编也喜欢这种每天不断充实自己的生活呢？

新朋友

你来到大学中肯定认识了不少新朋友吧，你对于宿舍生活有没有什么感想呢？

宿舍中的小伙伴每天都在一起学习生活，我也喜欢这样，身边父母不在，也锻炼了我们独立自主的意识，毕竟以后总要自己一个人，不可能时时刻刻都依赖着别人，能够认识这些新朋友我也感到很幸福，每个人各有各的性格，各有各的喜好，也都有着自己擅长的一方面，我也会通过他们学到很多，例如为人处世方法等等，有很多很多。六个人每天在一起说说笑笑，能够彼此磨合自己不好的一面，一起进步，一起走向好的方向，我也相信，认识新朋友真的是一种成长。

见地还真的是蛮深得呢，小编也觉得六个不同的人生活在一起就是缘分。

对家乡对亲人

离开家乡半年，也没有见过亲人，有没有满满的思念呢？那你有没有后悔自己孤身一人到外求学呢?\"

是啊，人总要自己一个人经历什么!

这位同学可是句句话说道小编心里啊，大一生活就是这样，来了不到半年，心中的感想上千万，但是我们依旧喜欢着这样的大学生活，一切都会习惯，所有都会更加美好。

我们都把学生当作自己的孩子。这是宿管们提起自己工作的第一反应。离开家到大学求学的学生们，父母无法伴其左右，宿管便自然而然地成为照顾他们的大家长。

华中农业大学博三寝室可谓是出了名的管得严。

博三宿舍有一个不成文的传统，那便是拒绝一切男生进寝室，男同学不行，甚至男老师也不行。谈起博三寝室，华中农业大学男生们更是调侃：哎呀妈呀，进一次博三太 不容易了，在开学帮忙搬东西时才能有机会进一次。博三的宿管熊阿姨表示，宿舍里都是女生，十分不方便，严格的要求实则是为了保护宿舍的女生们。除了常规 工作，阿姨们还在细节处关爱着学生们。经管院的小慧（化名）曾晒出一个被套，持续一个星期忘记回收。而阿姨便坚持着一个星期帮着她晚上收回早上再晒出，让 小慧感动不已。

熊阿姨是博三寝室的三个楼管之一，20xx年从华中农业大学印刷厂退休后，便一直工作在博三宿舍楼，至今已十多年光阴。

熊阿姨感慨道，即使毕业，许多学生仍会与她保持着联系，假期甚至会邀请阿姨到他们家乡去玩耍。其实阿姨也没啥图的，就是出来进去看见阿姨打声招呼，就感觉很亲了。熊阿姨欣慰地说道。

相比熊阿姨的严肃，荟五寝室的陈大爷倒显得更活泼近人。

陈大爷是荟五的楼管之一， 他今年61岁。前三四个月刚从大巴司机退职下来做楼管。

我在这个岗位上的时间不长，但原来也是从事服务行业，所以可能更容易上手一些。陈大爷略带自豪地说道。

说起陈大爷的有趣，荟五的男生们都深有体会。如若遇上学生喝醉，陈大爷便会和学生谈条件，要么去医院打吊针，要么就睡在地上打闹。荟五的学生们表示，拿他没办法！有趣之余，陈大爷对工作也尽心尽力。他表示，平时检查安全卫生和防火防盗是很有必要的，我们管的严是对孩子们的人生负责。

纵使华发上头，但活力依旧，即时是下雨时，陈大爷也总是不辞辛苦地把宿舍楼门口的地板一遍一遍拖干净。

而在荟四，那位带着老花眼镜，穿着绿棉袄的聂大妈则是通下水管道的好能手。

用一根管通在下水管里，先试着转几圈，然后慢慢放点水，再通一下。反复几次，基本就好了，遇上学生宿舍下水管堵塞，聂大妈总会反复地教导他们，下 水管堵是常事，但要找人上门修就要收是20块钱。孩子们的钱也都是大人辛苦赚的，所以遇到这样的情况，我都会教她们怎么修理。

说起宿管中的夫妻上阵，那要当属荟十四的宿管杜大爷夫妇。

我觉得我们就是荟十四的保安，保护这些孩子的安全是我们的责任。也是她们维修工，平时换灯、修电风扇和吹风机什么的，我都能搭一把手。杜大爷乐呵呵的说。

而杜大爷的妻子胡大妈却打趣杜大爷的别样生活。他呀，什么时候都闲不下来。常常去拖水房的地，也帮忙打理一楼楼洞的卫生。空闲下来竟也读书、看报和练字。说到这儿，杜大爷还不忘补充，我年轻的时候也算是琴棋书画样样精通哩！

宿管啊他们默默无闻地奉献着他们无微不至地呵护着他们是我们的第二个父母。

五年、十年那一群可爱的人儿，

在一栋楼里说着不一样的故事在四季时光里用陪伴抒写着爱。

谢谢你们。

**大一生活心得体会篇三**

大学生活是每个人人生中的重要阶段，而大一则是大学生活中的第一步。在这一年里，我们经历了很多新鲜事物，学习了许多知识，面对了挑战和困惑。通过这一年的学习、工作和生活，我收获了许多宝贵的经验和体会。

首先，我的大一学习生活给我带来了重要的启示。在学习方面，我意识到了自己的学习方法需要不断调整和改进。这一年，我尝试了不同的学习方法，如阅读、讲座和小组讨论。我发现，多元化的学习方法能够使我更好地掌握知识。此外，我还学会了如何合理规划时间，并养成了良好的学习习惯。通过每天定时复习，我不仅能够掌握知识，还能够更好地准备考试。

与此同时，大一的学习也教会了我如何面对挫折和困难。在过去的一年里，我遇到了许多困难和挑战，但我从未放弃。相反，我积极寻求帮助，并与同学一起合作解决问题。通过这些经历，我学会了坚持不懈，并且明白困难是成功的一个必经之路。只有通过不断的挑战和克服，我才能够获得真正的成长和进步。

此外，大一的工作经历也给我提供了宝贵的机会。在大一期间，我参加了许多社团和实习项目。通过这些工作经历，我学到了很多与课堂知识不同的东西。在实践中，我学会了如何与他人合作、沟通和解决问题。这让我认识到，知识不仅仅是在课堂上学习，而是通过实践中的工作和实习获得的。此外，工作经验还让我更加了解自己的兴趣和能力，并为将来的职业发展做好准备。

除了学习和工作，大一的生活也给我留下了深刻的印象。作为一个大学生，在校园里体验各种生活经历是一种宝贵的机会。我参加了许多社团活动、文化节和运动会，结识了许多志同道合的朋友。通过这些活动，我不仅拓宽了自己的人际关系，还发展了自己的兴趣爱好。我发现，只有积极参与校园生活，才能有机会融入大学的大家庭，并从中获得更多的快乐和成长。

总的来说，大一的学习工作生活经历给我带来了许多宝贵的启示和体会。它让我认识到，大学生活是一次综合素质培养的过程，不仅仅局限于书本上的知识。通过学习多元化的学习方法，培养良好的学习习惯，并充分利用实践机会，我能够在大学生活中取得更大的成就。同时，我也明白了人生的成长需要面对挫折和困难。只有通过不断的努力和坚持，我才能够取得真正的成长和进步。因此，我将把这些体会运用到将来的学习、工作和生活中，不断追求自己的梦想和目标。

**大一生活心得体会篇四**

转眼间，暑假就这样结束了，仿佛过了一个很简短的十一国庆节假日，我又回到了学校，一国庆节假日，我又回到了学校，刚来的第一个晚上真的好想回家，有时候突然会想我千里迢迢来这里为了什么，想回家，有时候突然会想我千里迢迢来这里为了什么，答案就是一个好好学习，就是一个好好学习，为了以后能有一份好的工作然后好好孝敬父母。离开的的那天天空飘着细雨，敬父母。离开的的那天天空飘着细雨，就这样我又踏上了北上的路。看着爸妈的身影我想他们在慢慢老去，上的路。看着爸妈的身影我想他们在慢慢老去，而我越长越挺不舍得走的，家是那么的温暖，有那么多亲人在身边，大，挺不舍得走的，家是那么的温暖，有那么多亲人在身边，那种感觉真的很好。再一次走进青葱校园，这一次，那种感觉真的很好。

再一次走进青葱校园，这一次，我们顺利的升入大二，时间真的就像手中的沙子，流出于指缝之间，利的升入大二，时间真的就像手中的沙子，流出于指缝之间，霎那间我们一起走过了懵懂无知，无忧快乐的大一，霎那间我们一起走过了懵懂无知，无忧快乐的大一，仍记得快乐的大一刚入学时，一张张陌生的面孔。

我们一个个穿着军装，刚入学时，一张张陌生的面孔。我们一个个穿着军装，在烈日下苦苦训练，挥洒汗水，日下苦苦训练，挥洒汗水，我们很累很辛苦但军训完后的结果就是除了我们被晒黑了，果就是除了我们被晒黑了，还有那份值得永远回忆的貌似军除了我们被晒黑了人的生活。人的生活。我想我一辈子也不会忘记大学入学的第一堂课—军训，我想我一辈子也不会忘记大学入学的第一堂课军训，军训今年刚来学校便看到那些大一的学弟学妹们军训，今年刚来学校便看到那些大一的学弟学妹们军训，去年我们军训还身在其中，而今年已经变成我们是旁观者了，还身在其中，而今年已经变成我们是旁观者了，多想和他们一起军训啊，多想回到大一那个青涩的时光啊！

一起军训啊，多想回到大一那个青涩的时光啊！可是谁都知道时间是不会倒转的，也不会为你而停留，道时间是不会倒转的，也不会为你而停留，大一新生的入学便标志着我们的成长。我想很多人也会像我一样不想长大，便标志着我们的成长。我想很多人也会像我一样不想长大，姑姑在车站送我的时候姑姑在车站送我的时候说：好日子永远是短暂的；呵呵一句在车站送我的时好日子永远是短暂的；开玩笑的话来形容我们作为学生的生活，的确啊，开玩笑的话来形容我们作为学生的生活，的确啊，从牙牙学语的我们到现在大学生涯已经过了四分之一的我们。语的我们到现在大学生涯已经过了四分之一的我们。

这一路走来，酸甜苦辣尽在其中，走来，酸甜苦辣尽在其中，但是现在回味起自己的高中我想没有几个人会说不怀念的吧！没有几个人会说不怀念的吧！既然我们都已经是别人的学长了，那么就要学会成熟，既然我们都已经是别人的学长了，那么就要学会成熟，这是每个人成长的必经之路，再不想长大这是每个人成长的必经之路，再不想长大的大孩子也要学会成长的必经之路面对现实。长大以后你又会有一种新的发现，面对现实。长大以后你又会有一种新的发现，一切都顺其自然吧！所以，然吧！所以，让我们一起用积极向上的心态一起来面对即将到来的新生活吧！大二我们有好多好多的事情要做，到来的新生活吧！

大二我们有好多好多的事情要做，有好多好多的知识要学，不断的进步，好多的知识要学，不断的进步，与时俱进不要荒废了自己的青春年华。年少努力的话，老大也就不用徒伤悲了。青春年华。年少努力的话，老大也就不用徒伤悲了。我非常高兴大一认识了那么多的朋友，我非常高兴大一认识了那么多的朋友，有了几个很要好的知心朋友，在你们的陪伴下我不再因为想家而孤单，的知心朋友，在你们的陪伴下我不再因为想家而孤单，你们真的让我很感动。有时候真的很开心觉得自己很幸运，真的让我很感动。有时候真的很开心觉得自己很幸运，有了你们这一帮朋友，我很满足。你们这一帮朋友，我很满足。

上大二了，我们仍要在一起奋斗，互相激励对方，上大二了，我们仍要在一起奋斗，互相激励对方，用毛主席的话说就是要好好学习，天天向上，主席的话说就是要好好学习，天天向上，我们一起度过了难熬的期中末考试复习时段，一起讨论各种难题的解答方法，熬的期中末考试复习时段，一起讨论各种难题的解答方法，以及考试完一起互相攀比并开玩笑的嘲笑对方哪一门考得不好，同时羡慕那个同学成绩很棒，不好，同时羡慕那个同学成绩很棒，在家的时候你们都是我的牵挂，我的生活少不了你们。的牵挂，我的生活少不了你们。我们都各自怀揣着自己的梦想在学校在北京努力奋斗着，那么，就让我们一起以饱满的精神状态，来迎接即将到那么，就让我们一起以饱满的精神状态，来的大二新的`生活吧，加油！来的大二新的生活吧，加油！

**大一生活心得体会篇五**

从中学到大学，是人生的重大转折，从踏入大学校门开始，就意味着自己开始了独立自主的生涯，记得李开复老师说过，大学四年要学会：从计划中把握时间，从表达中锻炼口才，从交友中品味成熟，从实践中赢得价值，从兴趣中攫取快乐，从追求中获得力量。

大学是人生的关键阶段。这是因为，进入大学是一生中第一次放下高考的重担，开始追逐自己的理想、兴趣，是第一次离开家庭生活，独立参与团体和社会生活，是第一次不再单纯地学习或背诵书本上的理论知识，而是有机会在学习理论的同时亲身实践。同时这也是一生中许多“最后一次”：最后一次有机会系统性地接受教育，最后一次能够全心建立知识基础，最后一次能在相对宽容的、可以置身其中学习为人处世之道的理想环境。在这个阶段里，我们要认真把握每一个第一次，让它们成为未来人生道路的基石；也逃珍惜每一个最后一次，不让自己在不远的将来追悔莫及。

对于大一的学习，一般以基础知识为主。要注重学习重点与方向的定位与把握，培养树立正确的学习态度，既然选择了这个专业，就要一门心思地去学习，不能只满足于60分万岁。我认为方法、时间和心态是大学学习成功与否的关键。

在学习方法的要求上，比起中学的学习有了很大的变化，要想真正学到知识，除了端正自身态度外，还要适应大学的教学规律，掌握大学的学习特点，选择适合自己的一套方法，可以设想自己在这一学期内要达到怎样的目标、掌握怎样的知识结构、培养哪几种能力等。

其中提高自学能力，在很大程度上决定了能否把知识学通学活，这就需要把握住几个主要环节：预习、听课、复习总结、作业。预习可以把握听课主动权，知识不完全是靠老师教会的，而是在老师的引导下，靠自己主动的思维活动去获取的，而上课专注听讲、及时完成作业则有助于提高效率，达到事半功倍的效果。

在时间安排方面，除了上课、学生工作、社团活动外，其余的时间机动性很大，大学生活越丰富多彩，时间分割的就越细，适当利用零散时间充实自己，把劲儿使在刀刃上，也可以提高学习效率。

再就是心态方面。效率的提高，很大程度上决定于学习以外的其它因素，如人际关系、生活习惯等等，这些都影响着一个人的心境。积极参与各种集体活动，如团日活动，校园文化节系列活动等等，以一种热情乐观的生活态度去对待周围的人和事，营造一个轻松的氛围，对一个人的工作与学习都是很有帮助的。

以上是我个人对大学学习与生活的一些看法，很荣幸能与大家分享，愿学弟学妹的大学生活过得精彩、充实！

大一生活心得体会二：大一生活心得体会（1528字）

同学们青春洋溢的自我介绍仿佛还在耳边。但是当我看到又一批踌躇满志，迎接大学新生活的交大学子出现在眼前的时候，我不得不承认，紧张而充实的大一生活真的就那么离我而去了。我迎来了崭新的大二生活，回顾大一的学习生活和工作，我最大的感受就是大学生活的丰富多彩，同时也深刻的认识到大学里的时间如果不抓紧又是那么容易失去。

最难适应的是学习方式的巨大转变，在大学里，不再会有人像在高中一样敦促你学习，除了你自己以外也没有人能够帮助你，结束了灌输式的学习方式，我有了完全自由的学习时间。然而刚一开始我还是难以适应。甚至有些不知所措的，可是经过一段时间的摸索，我还是适应了这种学习方式。现在我已经能够很好的分配自己的学习时间，在做任何行动之前都会做好计划，用严谨的时间表来控制行动。这样我的学习才慢慢走上正轨。

**大一生活心得体会篇六**

随着时间的推移，我已经度过了我大学的第一年。在这一年中，我经历了许多新鲜而激动人心的事物，也获得了一些宝贵的经验和教训。下面，我将分享我关于大一学习、工作和生活的一些心得体会。

在大一的学习中，我经历了从高中到大学的过渡。最初，我发现大学的学习方式和高中有很大的不同。大学的课程更加深入和广泛，需要更多的自主学习和独立思考。我意识到，要成功地适应大学学习，我需要采取积极的学习方法和策略。首先，我学会了制定合理的学习计划，合理安排每天的学习时间，避免拖延症的发生。其次，我学会了多样化的学习方法，包括阅读、听讲座、参加讨论和实践等。最重要的是，我学会了如何提高自己的问题解决能力和批判性思维能力，通过解决复杂的问题来巩固知识。通过这样的努力，我在大学学习中逐渐取得了进步。

除了学习，我在大一还积极参与了各种工作和实践机会。大学为我们提供了丰富多彩的工作机会，可以帮助我们培养实践能力和锻炼自己。我参加了学生组织，担任过小组长，组织过各种活动。通过这些工作经历，我不仅学到了如何管理团队、组织活动，还锻炼了我的领导能力和沟通能力。此外，我还参加了实习项目，获得了与专业相关的实践经验。这些工作经验不仅丰富了我的简历，还帮助我更好地了解了实际工作环境和要求。通过这些工作和实践机会，我逐渐明确了自己未来的职业目标，并为之努力奋斗。

在大一的生活中，我也积极参与各类活动，丰富自己的校园生活。大学提供了丰富多样的社团和活动，让我们有机会结交朋友、开拓视野。我参加了几个社团，结识了许多志同道合的朋友。在社团的活动中，我尝试了很多新的事物，展示了自己的才能，也锻炼了自己的人际交往能力。此外，我还参加了一些公益活动，关注社会问题，为社会做出一点贡献。通过这些校园生活的丰富经历，我成长为一个更为自信和开放的人。

然而，在大一的学习、工作和生活中，我也遇到了许多困难和挫折。最明显的困难是时间管理和压力管理。大学的学习任务繁重，工作和生活的压力也较大。我常常感到时间不够用，压力太大。但我意识到，要想成功应对这些挑战，我需要学会有效的时间和压力管理。我学会了制定优先级，合理安排每天的任务，克服拖延和浪费时间的习惯。另外，我也学会了寻求帮助，与朋友和老师沟通，寻找解决问题的方法。通过不断尝试和调整，我逐渐克服了困难和挑战，适应了大学生活。

总而言之，大一的学习工作和生活给我留下了深刻的印象和宝贵的经验。通过努力学习、积极工作和丰富生活，我不仅获得了知识和技能，也锻炼了自己的能力和素养。大一的经历让我更加成熟和自信，也为我未来的发展打下了坚实的基础。我相信，在未来的大学生活中，我将继续努力学习和成长，迎接更多的挑战和机遇。

**大一生活心得体会篇七**

从中学到大学，是人生的重大转折，从踏入大学校门开始，就意味着自己开始了独立自主的生涯，记得李开复老师说过，大学四年要学会：从计划中把握时间，从表达中锻炼口才，从交友中品味成熟，从实践中赢得价值，从兴趣中攫取快乐，从追求中获得力量。

大学是人生的关键阶段。这是因为，进入大学是一生中第一次放下高考的重担，开始追逐自己的理想、兴趣，是第一次离开家庭生活，独立参与团体和社会生活，是第一次不再单纯地学习或背诵书本上的理论知识，而是有机会在学习理论的同时亲身实践。同时这也是一生中许多“最后一次”：最后一次有机会系统性地接受教育，最后一次能够全心建立知识基础，最后一次能在相对宽容的、可以置身其中学习为人处世之道的理想环境。在这个阶段里，我们要认真把握每一个第一次，让它们成为未来人生道路的基石；也逃珍惜每一个最后一次，不让自己在不远的将来追悔莫及。

对于大一的学习，一般以基础知识为主。要注重学习重点与方向的定位与把握，培养树立正确的学习态度，既然选择了这个专业，就要一门心思地去学习，不能只满足于60分万岁。我认为方法、时间和心态是大学学习成功与否的关键。

在学习方法的要求上，比起中学的学习有了很大的变化，要想真正学到知识，除了端正自身态度外，还要适应大学的教学规律，掌握大学的学习特点，选择适合自己的一套方法，可以设想自己在这一学期内要达到怎样的目标、掌握怎样的知识结构、培养哪几种能力等。

其中提高自学能力，在很大程度上决定了能否把知识学通学活，这就需要把握住几个主要环节：预习、听课、复习总结、作业。预习可以把握听课主动权，知识不完全是靠老师教会的，而是在老师的引导下，靠自己主动的思维活动去获取的，而上课专注听讲、及时完成作业则有助于提高效率，达到事半功倍的效果。

在时间安排方面，除了上课、学生工作、社团活动外，其余的时间机动性很大，大学生活越丰富多彩，时间分割的就越细，适当利用零散时间充实自己，把劲儿使在刀刃上，也可以提高学习效率。

再就是心态方面。效率的提高，很大程度上决定于学习以外的其它因素，如人际关系、生活习惯等等，这些都影响着一个人的心境。积极参与各种集体活动，如团日活动，校园文化节系列活动等等，以一种热情乐观的生活态度去对待周围的人和事，营造一个轻松的氛围，对一个人的工作与学习都是很有帮助的。

以上是我个人对大学学习与生活的一些看法，很荣幸能与大家分享，愿学弟学妹的大学生活过得精彩、充实！

大一生活心得体会二：大一生活心得体会（1528字）

同学们青春洋溢的自我介绍仿佛还在耳边。但是当我看到又一批踌躇满志，迎接大学新生活的交大学子出现在眼前的时候，我不得不承认，紧张而充实的大一生活真的就那么离我而去了。我迎来了崭新的大二生活，回顾大一的学习生活和工作，我最大的感受就是大学生活的丰富多彩，同时也深刻的认识到大学里的时间如果不抓紧又是那么容易失去。

最难适应的是学习方式的巨大转变，在大学里，不再会有人像在高中一样敦促你学习，除了你自己以外也没有人能够帮助你，结束了灌输式的学习方式，我有了完全自由的学习时间。然而刚一开始我还是难以适应。甚至有些不知所措的，可是经过一段时间的摸索，我还是适应了这种学习方式。现在我已经能够很好的`分配自己的学习时间，在做任何行动之前都会做好计划，用严谨的时间表来控制行动。这样我的学习才慢慢走上正轨。

**大一生活心得体会篇八**

大学，一个充满回忆的年份。

这一年里让我感受到了什么是大学生活，为什么大学就像是一个小社会，为什么我们要来体验大学生活??现在，我终于知道这是为什么了。大学，对有的人来说是把握继续深造的机会，这里可以学到更多知识，可以开阔视野，体验生活；对有的人来说是来享受生活，习惯不上课，习惯乱花钱，习惯变得懒惰。

大一给我印象就是在生活上很迷茫，没有高中那种坚持，那种冲劲。渐渐地烦恼便多了起来，会经常会胡思乱想；在学习上没有了目标，人一旦没了目标就会觉得生活没什么意思，会很堕落，于是有一段时间我一直消沉着，现在想想为什么要跟自己的青春过不去，这样浪费时间，浪费金钱就是不忠不义不孝。

后来经过了考证才发觉自己知识面还很欠缺，很多基础知识都没学好。原来学习不是自己一个人努力就可以学好的，首先要同学之间互相激励，处在这样的环境下会使我们的斗志更坚定不移，才不会觉得生活没有了意义，而是更有前景，更有动力去完成自己的使命。当然自己首先要做好自己的事，好好学习是必不可少的\'，自己没好好学的话，谁都教你不会了，自己努力很重要。

其次同学之间的友谊是很重要的，决定着你的生活状况，如果你和同学间的关系很好，你会生活得很愉快，如果你和同学之间的关系很紧张，你会觉得生活得很辛苦，尤其是寝室里的同学关系，这点我可以借鉴周围的同学来证实这个观点是正确的。除此之外就是个人感情问题，上了大学我们就都是成年人了，虽然说我们都有谈感情的自由，但很多时候觉得这是一件很费时费事的过程。在我们还是拿着父母的血汗钱钱来花的情况下，我们要想想你有什么能耐去谈恋爱，你谈得起吗？当一对恋人闹矛盾的时候，就喊死喊活的，这种情况不仅影响了他们之间的感情，更让周围的同学为他们担心，这是一种很不负责任的行为。

再次就是要积极去参加一些班级，校级，社会的活动，不仅可以认识更多的同学，扩展人际关系，而且可以从中锻炼自己，提升自己的能力。大一时，本人有参加各式各样的活动，例如，去无偿鲜血，为社会做点小小的贡献；到敬老院献爱心，帮助那些需要帮助的老人；班上的大合唱比赛，参加爱心社的手语表演等等。虽然这些在很多人看来都不觉得是什么成就，但是这些可以看出一个人对生活抱的态度，或大或小的事情，只有认真去对待它才会变得重要。

大一结束了，在这期间我学到最多的就是现在社会不是靠成绩好就能一路顺风的，全面发展才是硬道理，实践能力很重要，通过实践我们才能发现自己的不足，才会努力去为自己加油。

**大一生活心得体会篇九**

第一段：引言（150字）

大一是每个大学生的开始，这是一个全新的环境，学习、工作和生活方式都要重新适应。在这一年中，我经历了许多挑战和困惑，但也收获了许多经验和成长。下面我将分享我的大一学习、工作和生活的心得体会。

第二段：学习心得体会（250字）

在大学里，学习是我最主要的任务。我意识到，在大学中，自主学习的能力非常重要。我学会了制定学习计划和目标，并且有意识地遵守和坚持。此外，我发现与同学合作学习也是非常有效的方法。通过与同学们一起讨论问题和交流思路，我从他们那里获得了许多新的见解和灵感。同时，大学里的课程内容要比高中更深入和全面，我学会了更加注重理论和实践的结合，积极参与到实践性课程和实验中去。

第三段：工作心得体会（250字）

大一的时候，我还开始了一些兼职工作。这让我更好地理解了工作的意义和内涵。我意识到工作不仅仅是为了赚钱，更是为了锻炼自己的能力和提升自己的价值。在工作中，我学会了如何与不同背景的人相处，并且用心完成每一项任务。此外，我还学会了把握时间和高效工作，因为我明白时间是非常珍贵的资源。通过工作，我也积累了一些实践经验，这对我以后找到一份理想的工作是非常有帮助的。

第四段：生活心得体会（250字）

在大学的生活中，除了学习和工作，生活技能也非常重要。在大一的一年里，我学会了独立生活和自理能力。我开始自己打理生活琐事，如购物、打扫卫生和煮饭。这让我更加独立和成熟。另外，我也非常注重健康的生活方式。我保持了良好的作息习惯，坚持每天锻炼身体，并且注意营养的摄入。这让我更有精力和体力去应对学习和工作的挑战。

第五段：总结（300字）

大一的学习、工作和生活心得体会让我明白了许多道理和原则。我学到了自主学习的重要性，发现与他人合作的力量，理解了工作的意义和规律。通过生活的经历，我也更加明白了健康的生活方式的影响。我相信这些经验和体会将会对我未来的学习、工作和生活产生积极的影响。因此，我会继续努力学习，不断提升自己的能力，并且保持积极乐观的心态去应对人生的挑战。

**大一生活心得体会篇十**

大学新的生活环境也是需要我重新适应的，如何与宿舍同学和平相处，如何处理与班级同学间的关系，如何适应狭小的住宿空间，如何适应与家乡不同的饮食与作息习惯都成了我新的难题。但是凭借我良好的适应环境的能力，我还是很好的完成了从家里的个人生活到大学集体生活的转变，在所有同学中我相信我是最先适应的一个。

同时我还深深的理解了“大学是个小社会。”这句话的含义。大学给予了每个人平等的展示自己机会，只要你有实力，有才华，再加上那么一点点激情。大学就会给你一片天地，给你一个展示自己的舞台。

我正是抓住了这样的`机会。有幸在大一的时候担任班级组织委员的职务，并且是班级团支部和班委会的一员，大一的班级工作是紧张的忙碌的。组织工作更是要从头做起。但繁重的工作并没有磨灭我为班级做贡献的决心。相反我为能得到这个更多接触认识同学的机会而高兴。

“增强团员意识教育”中我积极学习，并且对每次会议和活动做了详细的记录，为班级的总结提供了翔实的资料。在其后的团日活动中我更是积极为活动出谋划策，提供方案。在全班同学的共同努力下活动获得了成功。在大一下学期的和谐校园活动中，为了班级的需要，我更是担任了摄影师的任务，穿梭在校园的各个角落，寻找美丽的瞬间，记录下来，供大家筛选。再由班级的其他同学做成精美的展板，进行展出。最后在全班同学的努力下以上都活动都取得了巨大的成功，作为活动的策划者之一，我获得了极大的成就感，同时我为能在这样优秀的班集体中生活而感到骄傲。在上学期期末，在整个团支部同学的共同努力下。我们的班集体被评为了乙级团支部。这是对我和整个支部成员的最高评价。

二、对待自己不喜欢、学的比较吃力以及一些课时少的课有种厌烦和畏难心理。在学习的困难面前有时就怕克服困难，比较好懒，认为能胡过就可以了，没有能够认识到所有这些课程的设置，都是我们专业以后所必须的一些基础，没有了这些基础以后的一些主要的课就不容易通过。现在终于知道了，在学习中怕苦是出不了成绩的；三、学习效率不高，虽然我是经常去上晚自习的，但是晚自习上的效率有时不是很高。3个小时的自习时间真真在看书的时间只有2个小时——1个半小时左右，在这样低的学习效率下，虽然花了比较多的时间，但是实际的效果并不是很好的。这些问题我一定会在开学以后改正，提高自己的学习效率和学习成绩。

大一的时光已经过去，有遗憾但更多的是满足，在这个新的学年里，我要吸取大一的经验教训，以更加饱满的热情迎接大二的学习与工作，为大学的生活写下更加绚丽的篇章。

大学一年级，一个充满回忆的年份。

这一年里让我感受到了什么是大学生活，为什么大学就像是一个小社会，为什么我们要来体验大学生活……现在，我终于知道这是为什么了。大学，对有的人来说是把握继续深造的机会，这里可以学到更多知识，可以开阔视野，体验生活；对有的人来说是来享受生活，习惯不上课，习惯乱花钱，习惯变得懒惰。

**大一生活心得体会篇十一**

同学们青春洋溢的自我介绍仿佛还在耳边。但是当我看到又一批踌躇满志，迎接大学新生活的交大学子出现在眼前的时候，我不得不承认，紧张而充实的大一生活真的就那么最难适应的是学习方式的巨大转变，在大学里，不再会有人像在高中一样敦促你学习，除了你自己以外也没有人能够帮助你，结束了灌输式的学习方式，我有了完全自由的学习时间。然而刚一开始我还是难以适应。甚至有些不知所措的，可是经过一段时间的摸索，我还是适应了这种学习方式。现在我已经能够很好的分配自己的学习时间，在做任何行动之前都会做好计划，用严谨的时间表来控制行动。这样我的学习才慢慢走上正轨。

大学新的生活环境也是需要我重新适应的，如何与宿舍同学和平相处，如何处理与班级同学间的关系，如何适应狭小的住宿空间，如何适应与家乡不同的饮食与作息习惯都成了我新的难题。但是凭借我良好的适应环境的能力，我还是很好的完成了从家里的个人生活到大学集体生活的转变，在所有同学中我相信我是最先适应的一个。

同时我还深深的理解了“大学是个小社会。”这句话的含义。大学给予了每个人平等的展示自己机会，只要你有实力，有才华，再加上那么一点点激情。大学就会给你一片天地，给你一个展示自己的舞台。

我正是抓住了这样的机会。有幸在大一的时候担任班级组织委员的职务，并且是班级团支部和班委会的一员，大一的班级工作是紧张的忙碌的。组织工作更是要从头做起。但繁重的工作并没有磨灭我为班级做贡献的.决心。相反我为能得到这个更多接触认识同学的机会而高兴。

“增强团员意识教育”中我积极学习，并且对每次会议和活动做了详细的记录，为班级的总结提供了翔实的资料。在其后的团日活动中我更是积极为活动出谋划策，提供方案。在全班同学的共同努力下活动获得了成功。在大一下学期的和谐校园活动中，为了班级的需要，我更是担任了摄影师的任务，穿梭在校园的各个角落，寻找美丽的瞬间，记录下来，供大家筛选。再由班级的其他同学做成精美的展板，进行展出。最后在全班同学的努力下以上都活动都取得了巨大的成功，作为活动的策划者之一，我获得了极大的成就感，同时我为能在这样优秀的班集体中生活而感到骄傲。在上学期期末，在整个团支部同学的共同努力下。我们的班集体被评为了乙级团支部。这是对我和整个支部成员的最高评价。

二、对待自己不喜欢、学的比较吃力以及一些课时少的课有种厌烦和畏难心理。在学习的困难面前有时就怕克服困难，比较好懒，认为能胡过就可以了，没有能够认识到所有这些课程的设置，都是我们专业以后所必须的一些基础，没有了这些基础以后的一些主要的课就不容易通过。现在终于知道了，在学习中怕苦是出不了成绩的；三、学习效率不高，虽然我是经常去上晚自习的，但是晚自习上的效率有时不是很高。3个小时的自习时间真真在看书的时间只有2个小时——1个半小时左右，在这样低的学习效率下，虽然花了比较多的时间，但是实际的效果并不是很好的。这些问题我一定会在开学以后改正，提高自己的学习效率和学习成绩。

大一的时光已经过去，有遗憾但更多的是满足，在这个新的学年里，我要吸取大一的经验教训，以更加饱满的热情迎接大二的学习与工作，为大学的生活写下更加绚丽的篇章。

文档为doc格式

**大一生活心得体会篇十二**

大一过去了，虽然收获很大，但同时也发现了自己存在很多的不足。现在我就从学习、生活、娱乐和工作这四个方面做总结。

生活上，我基本都可以和同学们友好相处，互助互爱，在班上更是深受同学们爱戴。宿舍里，我们互相理解和迁就，就像一个和睦的大家庭，这为我们创造了一个良好的学习和休息环境。老师们常说，学习首先要学会做人，我一直谨记着这句话，所以，我很认真地处理人际关系，很真诚地和别人交流，并用心聆听别人的`心声。今后，我也会更多地加强和老师、同学们的沟通，让人际关系更和谐。

在娱乐方面，给我最多的是篮球，可以说篮球就是我的精神支柱。篮球给了我激情，赋予了我坚持到底、永不气馁的精神力量。高兴的时候和同学们一起到篮球场上斗牛，不开心的时候一个人在篮球场上挥洒汗水。篮球，让我懂得了团结、责任心的重要性，所以，今后我会加强锻炼自己，更好地完善自我。

工作上，过去一年我很好地配合了班干们开展工作，班干们安排下来的工作我也都一一落实好。新学期，我做了班干，我会做好每一项分配下来的工作，并调动起班上同学们的热情，做好一个带头的作用吧。

综上所述，一个人想要在大学里学有所成，必须给自己定好一个目标，然后以一种乐观的心态朝着目标一步步迈进。人最怕没有激情，激情减退人就开始懒惰起来。新学年新开始，我会重新定位自己，唤起学习的激情，把专业课学好，掌握好技能，把自己锻炼成一个对社会有用的人才。

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