# 开学第一课心得(实用10篇)

来源：网络 作者：空山幽谷 更新时间：2024-04-24

*范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。相信许多人会觉得范文很难写？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。开学第一课心得篇一暑假的脚步渐渐远去，新的学...*

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。相信许多人会觉得范文很难写？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。

**开学第一课心得篇一**

暑假的脚步渐渐远去，新的学期已经悄悄来到，20\*\*年中央电视台“开学第一课”于9月2日晚在中央一台上演，今年的开学第一课共分四堂课，每一节课都精彩纷呈，第一课“孝”、第二课“有爱”、第三节“礼”、第四课“自强”，自强不息的行为习惯，教育我们，孝敬感恩，团结友爱，文明礼貌传承中华传统美德。

第一节，“孝”，孝敬父母，以身作则，请来的是童话大王郑渊洁讲过的孝敬父母的小故事，在哪个特殊的年代里，买到一个大件电视机，不是搬到自身家里去看，而是送到爷爷、奶奶家，还对自身儿子说：“以后我们看原子弹电视的机会都有”。他儿子从爸爸身上学到“孝”，他让爸爸吃大虾还说：“我将来有吃原子弹虾的时候”。

第二节，“有爱”，黑豹乐队主唱秦勇为了儿子大珍珠的故事，为儿子付出全部的父爱。改变了他儿子的病情。爱，父母、爱自身、爱别人，团结友爱。有付出就有爱的回报。

第三节，“礼”青年歌手容祖儿将为我们上第三节课“礼”。礼貌不是一天能学会的，礼貌待人，“礼”要从小事上点点滴滴做起，好的家教好的习惯，让人受益一生。

第四节，“强”在最后的尾声环节“强”我们听到来自震后藏区孤儿的讲述，在“张爸”的鼓励下，他变得自信坚强，而且有了新的梦想，当志愿者像“张爸”那样用爱去帮助更多像自身一样的孤贫儿童。

看了让我很感动，以后我一定要做一个“有孝心”懂得感恩，“有爱心”“有礼貌”的三好学生。

**开学第一课心得篇二**

这一刻，我等了很久。当开学第一课的美体字在电视屏幕上闪动时，我的心情激动万分，心想：“这一场以‘生活中的美’为主题的节目终于要开始了！”

熟悉的上课铃打响了！三位主持人一边微笑着向大家问好一边宣布节目开始。首先上场的是歌星韩庚，他的歌声不落窠臼，令人印象深刻。第二个上场的是“神九”上的女航天员刘洋，她向我们诉说了在太空中的感想：“地球在太空看是多么的美丽，它如一叶蓝黄相间的置身于辽阔宇宙中的扁舟，散发着迷人的色彩。他是孕育我们的星球，也是我们唯一的家”

我在短片中看到了姚明，这位身高2米26的巨人呼吁我们保护野生动物。在短片中，我看到了健壮的狮子、巨大的犀牛、矫健的猎豹、敏捷的斑马？？这些迷人的精灵正在慢慢灭绝，我们应该好好保护他们。

令我吃惊不已的还有音乐天才刘大成，他给我们表演了吹水管、注射器、花生壳、梳子等等。他的表演让大家惊叹不已，无不佩服得五体投地。我好想悟出了些什么：一个封闭的`物体，在上面钻几个空，使里面气流贯通，就能使其发出声音！

出乎我意料的是奥运会上的游泳冠军焦刘洋跟叶诗文也来到了！她们俩每次训练都要在游泳池里游8000到10000米！我彻底震撼了，奥运冠军每天都要进行如 此艰苦的训练，这得多辛苦啊，他们居然把这都当成了家常便饭！叶诗文说她有时会在游泳池里哭，但是还是咬咬牙坚持了下来。听到了这些，我陷入了沉思：“如果 让我来，我能有这种坚持到底的毅力吗？我能否像他们一样坚持到底呢？”

神九上天、“蛟龙”下海，这是探索美；野生动物们的多样性则代表着生物美；大成用奇特的“乐器”吹出美妙音乐，这则是音乐美美在生活中是无处不在的，只要你有一颗会发现的心！

**开学第一课心得篇三**

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。

**开学第一课心得篇四**

xx年《开学第一课》讲的是父母的教育。父母情如和煦春晖，温柔地照耀我们成长，父母情如涓涓溪流，守护着我们无怨无悔。“开学第一课”节目中，郑渊洁、容祖儿、秦勇等都以身边一些看似细小的事，向大家传递出父母爱之伟大和深沉。我想起我的父母，他们对我的教育又何曾不是春风化雨，伟大而深沉呢!

启蒙我们的有很多人，如：周边的朋友、校园里的老师。我们像刚探出头的嫩芽，需要园丁的精心照料。而老师便是其中的园丁之一，可是除了老师们，还有两个人的对我们的人生起了至关重要的作用，他们就是我们的——父母。

父母是我们的启蒙老师，因为从我们一出生开始，父母不仅是父母，还是我们生活的导师。家长是孩子最重要的启蒙老师。父母与孩子朝夕相处，接触的时间和机会最多，父母的言行无时无刻不在影响着孩子。

每个家庭的教育方式都截然不同，有的家长对孩子过分的严厉，无时无刻管着孩子，不给一点自由的空间，这样的方式很可能培养出十分内向的`孩子，不然就是不敢去想象的孩子;有的家长对孩子太过宠爱，这样就渐渐的变成了溺爱，如果像这样的娇生惯养，一定会培养出许多坏习惯，孩子变得说一不二，想怎样就怎样，如果有一天独自走上社会，有谁会满足你如此之多的需求?但是如果这两种巧妙的结合，各取一点、融合其中，就会变成一个完美的教育方式，而我家就是这样的。

妈妈，用“严母”这个词来代替，再好不过了。她对我的学习、生活等等的一系列东西要求都很严格。平常还经常让我多看课外书。当时的我还不懂这其中的道理，只知道一味埋怨，可现在我终于明白了妈妈的良苦用心;爸爸，用“慈父”这个词来代替，再好不过了。他平常对我无微不至，每天都会询问我开心吗?为什么开心?同时他会抓住我的每一个一点进行表扬与激励，使我更有上进心，更加渴望进步!

妈妈的教育，犹如山一样，表面只是静静的，可在背地里，她无数次的在鼓励我，通过其他的方法，以前，我没能体会到这种教育的方式，可现如今，我已经彻底明白了这种在狂风中依然稳定而沉着的方法;爸爸的教育，犹如水一样，每次都能给我巨大的正能量和向前冲的动力，让我无时无刻都充满信心。他们经常告诉我，做事要小心谨慎、做人要诚实、不可以说谎、要学会宽容、友善、学会尊老爱幼，懂得知恩图报、知道无功不受禄……虽然有时候听到这已经重复几百遍的话觉得很烦，但这一切的一切都是为了什么呢?以前的我总很天真的认为，父母照顾自己的儿女是很应该的，在普通的事。现在坐下静静想想，这是一种十分伟大的精神，这也许是一种责任，一种对孩子的爱，不容置疑。

**开学第一课心得篇五**

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。

**开学第一课心得篇六**

“这里有友爱，这里有分享，还有那无数温暖的鼓励，欢笑写在脸上，自信写在心里，幸福在无私的奉献里!”我跟着电脑里的歌声一起唱。我正在看“开学第一课”，听到这美妙的音乐，我情不自禁的跟着唱了起来。

今年“开学第一课”的主题是“幸福”。这个主题让我有了疑问：幸福是什么?幸福在哪里?，这两个问题一直困扰着我。当我看了一个小短片，我知道了幸福在哪里，幸福是什么;幸福是战争时代孩子们想要的\'和平，幸福是现代孩子们想要的一切美好的东西;幸福其实一直都在我们的心中。其实幸福也可以是一段旋律，在“开学第一课”中，十岁的刘浩给我们演奏了一段充满幸福的旋律。

让我惊讶的是“开学第一课”中竟然还有成龙，这让我觉得不可思议。“开学第一课”中的班会小结说：幸福是积极地生活态度，幸福是一份好心情，快乐成长比成绩更重要!自信、乐观、努力、超越;只要今天比昨天有进步，你，就是第一!

更让我惊讶的是，“开学第一课”中的一段视频，在重庆市偏远的笃坪乡一位姓王的老师，竟然教学生们跳迈克尔的舞蹈，迈克尔是世界舞王，没想到在那种地方也有人崇拜他。

除了这些，就连中国达人秀总冠军卓君也来了，这让我无话可说，“开学第一课”很好看。卓君出场时跳的机械舞，当时我就惊呆了，卓君实在是太厉害了，不愧为中国达人秀的总冠军。

“开学第一课”中班会小结的时间到了，班会小结说：幸福是温暖的关爱，幸福是真诚的赞美;在幸福的世界里，要珍惜身边人、身边事，懂得对生活说感恩。敞开心扉去沟通，世界也会变开阔;用宽容的心待人，让自身更快乐!

杨利伟叔叔也来到了“开学第一课”的现场，杨利伟叔叔说：“无私奉献，帮助别人能让自身更快乐!”这句话我深深地记在了心里。接下来又到了班会小结：幸福是快乐的分享，幸福是无私的奉献;给予越多，得到越多;分享越多，快乐越多!同学少年，胸怀广阔，幸福中国，未来有我!

最后，我欣赏了“开学第一课”的主题歌——第一课!“第一课”为我们带来了一个美好的结束，明年，我还会看——“开学第一课”!

在“开学第一课”中我得到了许多知识，这让我很高兴，“开学第一课”不仅是让我们看的一个节目，更是一个让我们学习的节目!

**开学第一课心得篇七**

梦想，在长城绽放。今天是我们开学第一天，老师给我们播放了“最牛的一课”《开学第一课》，课题为“我的梦，中国梦”。

才仁旦周是最小的.班长，他在舟曲的伟大事迹，让我们终生难忘;辅导员佟健、庞清、房祖名等人通过课间实践活动，打开了许多小朋友的“梦想窗口”;特邀嘉宾老师李连杰、章子怡、李中华、马云教会了我们放飞梦想、实现梦想、追求梦想;无臂男人刘伟、杨梦衡的付出更是人我们刻骨铭心。

是的，成功只会靠近那些既有梦想，又会不断努力的人。同学们，让我们一起为梦想而奋斗吧!

**开学第一课心得篇八**

信阳开学第一课于9月10日隆重举行，我作为一名新入学的大一学生也有幸参加了此次盛会。这是我们迈向大学生活的第一步，也是我们人生中至关重要的一个时刻。在开学第一课上，学校领导及优秀校友为我们带来了一场精彩的讲述，他们的感悟与经历启示了我对大学生活的一些思考，让我对未来充满希望。

第二段：感悟收获

信阳开学第一课涵盖了各个方面，从学习生活到拓展经验，从精神内涵到人生体验，诸多话题让我受益匪浅。其中，校友们的分享印象深刻，他们的成功经历和切身体验都成为了我们展开自我探索和规划未来的重要依据。我也深受启发，认为作为一名大学生，我们不仅要立足于专业技能，更应该注重实践经验和社交能力的培养，为以后的职业规划做好充分准备。

第三段：求知心态

在听完优秀校友的发言后，我意识到作为一名大学生，要有一颗积极向上的求知心态，把学习当作自己人生中至关重要的一部分，不断充实自己的知识储备和社会经验，做一个全面发展的人才。同时，我也认识到要在日常学习中注重自主思考和批判性思维的培养，不断挑战自我，解决具体问题，提高思维能力和实践操作能力。

第四段：个人规划

在听完开学第一课的精彩演讲后，我开始开始认真思考自己的未来。因此，我考虑强化自身的专业技能和语言能力，通过实践项目和参加竞赛，获取更多相关知识和经验，提高自己的综合素质和职业竞争力。同时，我也会积极参与各类社团活动和志愿服务，提升自己的组织能力和公益意识，为社会做出贡献。

第五段：结语

信阳开学第一课的经历，让我认识到大学生活的重要性和紧迫性，也让我开阔了眼界和视野，让我对未来充满了信心和希望。因此，在未来的大学学习和生活中，我一定会保持积极向上的学习态度，努力拼搏，实现自己的理想和目标，为实现人生价值和社会发展做出贡献。

**开学第一课心得篇九**

看完2024年开学第一课，我们被节目的内容震撼了，心情感到无比的激动，今年的主题是《强国复兴有我》，作为国家的接班人，祖国未来的花朵，我们肩负着重担，立志成为国之栋才。

思想奠定格局，而儒家思想作为中国传统文化的基石，对世界文明的影响是重大而深远的。编纂《儒藏》就是要系统整理、总结儒家思想的脉络和精华，以便收藏、保存和利用，推动中华民族文化复兴，让中国思想文化走向世界。这项浩大的文化传承工程任务艰巨，困难重重，但汤一介说了八个字，事不避难，义不逃责。他说：“将中华文化发扬光大，是知识分子应有的对国家对民族的担当与职责。”

从先秦到近代，儒家典籍文献浩繁如海，散布各地。要编纂出内容齐备、文本可靠、阅读方便的大型总集，需要各方通力合作。但到如今我们能翻阅，能深入从中研究到《儒藏》，是付出了多少人的心血与精力。这种精神让人感到敬佩，也更加激励我们勇担文化使命，赓续精神文脉。

汤先生在接受《信报》记者采访时曾说：“之所以提出要编纂《儒藏》，因为受了《佛藏》的刺激。我的.梦想就是让我们的《儒藏》成为全世界最权威的范本，让世界的研究者都用我们的东西。”

中国作为世界文明古国之一，也是唯一延续至今的文明国家，离不开每一位中华文化的守护者，中国从古至今都非常重视文献的整理和编撰，而文献的传承离不开历代有志之士对文脉的守护，也正是因为在不同时期的一批批读书人，他们孜孜以求、殚精竭虑，才有了五千年未曾中断的中华文明。

如今的中华文化交接棒传递到我们这代人的手上，我们唯有奋勇前行，把祖国宝贵的文化遗产保护好、传承好、发展好，才不会辜负先人的托付，让中华文明延续不绝，薪火相传。

这一节开学第一课，传授我们的不仅是知识，还有精神，还有中华传承不息，熠熠生辉的力量。强国复兴有我，有你，有他。

**开学第一课心得篇十**

信阳开学第一课是学校每年开学的重头戏，它不仅是对全体师生的一次启示，更是对新学期确定的教学目标的一次阐释。在这次课程中，校长和教师们会慷慨激昂地演讲，分享他们的教育理念和经验，激发学生的学习热情和责任感。在这种氛围下，本人本学期的目标和计划更加清晰，为自己增添了新的动力。

第二段：深刻感受

在教育课堂的鞭策下，我们一直在追求学术上的追求和技能上的增长，却忽视了荣誉和尽责的意义。在这次的信阳开学第一课中，校长的讲话和老师们的征求意见，印象最深的是他们熟悉的话题，即“追逐荣耀对于个人和整个学校的意义是什么？”这是一个很深刻的话题，引起了我们对学生荣誉的关注，而这并不是之前的讲授所能做的。

第三段：行动计划

作为一个学生成长22年的年轻人，我更清楚自己未来的人生方向和目标所在。我对自身的积极意愿和热情可以很好地支持我所坚信的荣誉和责任观。在我即将开启的学期中，我会把学习作为主业，像老师和学长学姐们学习好硬核学科，同时也会加强现代应用软件的应用，提高自己的综合素质。我希望这个学期我能够在课堂上表现出色，完成自己计划和目标，并且积极组织学生会和参加不同类型的联谊交流等社交活动。

第四段：个人体验

这次信阳开学第一课让我感触特别深，因为这是在一个特殊的时间上，一种新的学期开始，同时也让我对自己的方向和目标有更加清晰的认知。这次开学第一课让我重新审视自己，思考我的未来，更加强调学生的荣耀和尽责，不仅仅关注学术成绩，更关注我们对学生荣誉意义的理解。这次的开学第一课让我感到一份思考的精神和对自己的态度和目标的重新审视。

第五段：总结

信阳开学第一课是学校每年开学的重头戏，同学们和老师们都会从中得到很多的启示。信阳开学第一课最重要的意义是让每个同学领悟到荣誉和尽责性的重要性，从而进一步提高自己的学术水平和能力，并增强勇气与自信。在过去的几年中，我有机会参加了一些课程和讲座，信阳开学第一课中的心得体会是一个新的起点，它让我追寻自己的荣耀和使命，更加精神饱满和认真努力。我相信只要坚持不懈，我一定能够实现自己的目标，成为自己想成为的人。

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