# 高一网课心得体会300字作文(必备10篇)

来源：网络 作者：雾凇晨曦 更新时间：2024-01-12

*高一网课心得体会300字作文1耶！终于到上微机课的时候了，这可是大家最乐意上的课。今天是我们第一次去微机教室上课，大家都很激动。老师让我们首先把沁教云导航点开，按老师的要求填充自己的个人空间。大家都在认真地动手操作。不过，也有个别同学把老师...*

**高一网课心得体会300字作文1**

耶！终于到上微机课的时候了，这可是大家最乐意上的课。

今天是我们第一次去微机教室上课，大家都很激动。老师让我们首先把沁教云导航点开，按老师的要求填充自己的个人空间。大家都在认真地动手操作。不过，也有个别同学把老师的话当做了耳旁风。瞧，我旁边的一位同学就在玩电脑上的纸牌游戏，我走过去告诉老师，但老师可能太忙了，根本不理我，感觉像是没听见我说话，我就只好默默的回到位子上了。

过了一会儿，我的心思也被那个纸牌游戏给迷住了。于是，我也把自己电脑上那个纸牌游戏点开了，趁老师去厕所的时候，我赶快玩了一小会儿。可过了几分钟，我忽然感觉身体后面有一阵冷风吹过，一扭头，竟然是老师来了。我赶忙站起来，手忙脚乱地把纸牌游戏给关了。老师说道：“我没有说过让你们玩游戏，你们就不能玩。第一次就不批评你了，下一次要听我的话，不要自作主张了。不然取消你上课的资格，现在赶紧丰富你的个人空间吧！”

哎哟，吓死宝宝啦！你们可要记住，上微机课千万不要自作主张了，要不然就要像我一样悲惨啦！

**高一网课心得体会300字作文2**

今天，终于迎来了我在学校里的第一堂游泳课。我对这堂课盼望很久了！因为我早已学会了蛙泳，这堂课对我来说太容易了！

我们跟着老师来到了游泳池。我坐在游泳池边等待老师的哨声。哨声一响，我深深憋足了一口气，两臂向前并拢伸直，夹紧两耳，跳入水中。我觉得身体一下子变冷了，耳朵在水中“嗡嗡”作响，听不见任何声音。我顾不上那么多，用力展开双臂，同时迅速抬头换气，再次把头埋入水中，双腿用力往后一蹬“嗞溜”游走了。

周围的同学许多都会游泳，他们奋力往前划，有些还在比赛呢！还有少数同学不会游泳，他在池边学习闷水。

自由活动的时间里，我还自己学了自由泳。我希望学了自由泳能游得更快。

这节游泳课我们游得真愉快啊！

**高一网课心得体会300字作文3**

现在，我们只要静静地坐在电脑屏幕前，认认真真地听老师讲课就可以了。刚开始的时候，我还有点儿不习惯，可能是因为没有老师在现场的“灵魂扫视”而分神吧。但是我很快就进入角色了，因为我们的任课老师按照我们的学习进度设计了非常合理的线上教程，它们不但通俗易懂，而且精彩无比。在不知不觉间，一节课就上完了，我们还乐在其中，舍不得下课。

“你还没发挥出你的正常水平，就想放弃了？”我妈妈在旁边鼓励道，我的好胜心一下子被激发出来，我看着妈妈旁边的那面落地大镜子，突然有了主意：我何不在镜子面前多演练几次，把不好的地方纠正过来，再去拍视频不就好了吗？妈妈对我的想法拍手叫好。当妈妈的V形手势在我面前亮出来的时候，我知道我的视频作业终于成功了，我高兴地跳了起来。

通过这件事情，我懂得了一个道理：天下无难事，只怕有心人。遇到困难，不要轻言放弃，要多想办法，通过不懈努力，才会克服困难，取得成功。

**高一网课心得体会300字作文4**

⒈ 学生情况分析：学生刚刚进入高中，对于物理的学习还停留在初中的认识水平。很多学生认为初中物理好学，从而轻视高中物理的学习。

⒉ 教材分析：我们使用的是教科版《高一物理必修一》是按照新课标的标准编写的教材，教材突出了学生的自主学习及探究式教学的教学模式，强化了学生的主体地位，这对学生的自学能力、逻辑思维能力、抽象思维能力、动手能力等都有了较高的要求。另外，必修一的学习内容是运动学和静力学，是整个物理学的基础。这一部分的学习，有利于培养学生的分析物理情景和物理过程的能力，对学生抽象思维能力、动手能力以及自然唯物主义人生观的培养都有着举足轻重的作用。

1.认真学习20xx版《普通高中物理课程标准》，深刻领会新课程标准的基本精神，以全面实施素质教育为基本出发点，为新高考方案的实施热身，按照新课程标准搞好高中物理教学，使每一个学生的高中物理素养都能得到良好的发展和进步，不让学生在即将实施的新高考方案中折戟。

2.认真钻研教材内容，深刻体会教材的编写意图，注意研究学生的思维特点、学习方法以及兴趣爱好等因素。要依据教材和学生的实际情况深入研究和科学选择教学方法。特别注意在高一学习阶段培养学生良好的学习习惯和思维习惯，切忌要求过高、死记硬背物理概念和物理规律。提高学生的基本素质和基本能力。要逐步地纠正学生在初中物理学习中的不良学习习惯和思维方法。

3.对高一学生来讲，物理课程无论从知识内容还是从研究方法方面相对于初中的学习要求都有明显的提高，因而在学习时会有一定的难度。学生要经过一个从初中阶段到高中阶段转变的适应过程，作为教师要耐心地帮助学生完成这个适应过程。首先要积极培养和保护学生学习物理的兴趣和积极性，其次要注意联系实际，为学生搭建物理思维的平台。第三，要注意知识与能力的阶段性，不要急于求成，对课堂例题和习题要精心选择，不要求全、求难、求多，要求精、求活。同时要强调掌握好基础知识、基本技能、基本方法，强调对物理概念和规律的理解和应用，这是能力培养的基础。

4.加强教研研究，提高课堂效率。要把课堂教学的重点放在使学生科学地认识和理解物理概念和规律方面，掌握基本的科学方法，形成科学世界观。要充分利用现代教育技术手段，提高教育教学质量和效益。

⒌ 学习新的教育教学理念，采用探究式教学的教学模式，强化学生的参入意识，体现学生的主体地位，真正实现“我要学”。

⒍ 重视实验，重视实验能力培养。实验探究的过程，有利于培养学生的动手能力，能再现知识的发现过程，对学生科学的思维方法方式的培养有着不可替代的作用。

1、认真组织集体备课，精编学案。编写高质量的学案是搞好课堂教学的关键，为此搞好集体备课，充分发挥集体的智慧，按教材的要求和考钢的要求，结合我校学生的实际情况认真编写出高质量的学案。设计的知识问题化、问题层次化，设计的习题题要紧扣考纲要求，典型性，针对性强，以基本题中档题为主。

2、抓好课堂效率。上课力求高效，精讲精练，在有限的时间内最大化的提高学生的基本能力和基本技能，提高学生成绩。

3、抓好课前预习及课后及时巩固。落实每个人的作业。单元复习和测试落实到个人，完善课前检查和试卷的单独评讲。

4、 积极组织组内人员多相互进行听课、评课，及时进行反思总结，以相互学习，相互借鉴，可及时发现问题，及时解决问题。

5、加强实验教学，能做的实验一定要做，能分组实验要分组实验，演示实验一定要演示，要认真组织实验，培养学生的实验技能和动手能力。

**高一网课心得体会300字作文5**

今年本该是热闹祥和的一个小康之年，但却因为新型病毒的影响，这个春天有点冷清。我们上学没上几天就改为居家学习了，但是停课不停学，面对新的线上教育模式，也发生了十分有趣的事情。请听我一一道来。

有一次，老师讲完了课，但时间还没到，就想让我们聊一下天，放松一下，便随手连了一个同学的麦，那个同学接是接了，可出现的却是一只哈士奇，这只哈士奇看起来好像不太聪明的样子，除了哈士奇的狗叫声，还有一种打呼噜的声音，这下我们高兴极了，在小群里讨论了起来，有的说：“他不会还没起床吧？”有的说：“有可能，哈哈。”……我们你一句我一句，说得合不拢嘴，这一切都被老师看在眼里，气得直接禁了言。这时同学的妈妈听到了动静，急忙赶过来，知道了事情经过，不好意思的说：“很对不起，我本来想让直播的声音把他吵醒的，可他睡得和猪一样，所以没醒，非常对不起。”那个同学被吵醒了，他伸了伸懒腰，打了个哈欠就被批评了一顿，那个同学感觉非常奇怪，说：“我啥也没做啊，批评我干吗？”他这一波操作下来，也引得我们哈哈大笑。

其实，在疫情的这段时间里，我们受疫情的影响，心情低落，加上长时间盯着电子产品的我们难免会感到乏味，这些平时再平常不过的事，竟然为我们带来了一丝欢乐，让我的心得到一时的放松，让我们脸上多了一丝笑容。

**高一网课心得体会300字作文6**

因为疫情，我们延迟开学时间，但是，不能去学校，不代表不能学习，“停课不停学”，我们全班在老师动员下，积极参与，居家上免费直播课。

网课时间安排合理，每堂课不超过40分钟，早上9点开始，11点半结束，下午2点30开始，4点钟结束，每个周休息两天，让我们有充足的时间休息，保护了眼睛。课后有时间看课外书。

数学课上，老师会给我们讲基础题，让我们背概念，课程进度不快，上新课之前，会上一节复习巩固课，每次都会给我们出一些带有难度的题目，让大家挑战自我，课下，我们质疑老师解答，也会有练习巩固。

还是希望能早日开学，和老师同学们之间不再隔着一层屏幕。希望疫情早日结束，待春暖花开，我们相聚学校。

**高一网课心得体会300字作文7**

因为新型冠状病毒来袭，开学被冷酷地推迟了，没法去学校上课了，我们开启了宅在家里上空中课堂的模式。

我特别兴奋，空中课堂一定很好玩，线上上课。带着这份期待，我七点多就起床了，准备好书本，坐等课程开始。突然一阵熟悉的旋律—国歌响了起来，我不由自主地立正，庄严敬礼!突然特别想念我们的大操场。

晨会结束了，要正式上课了，我紧跟着老师的节奏，一起猜图，认真做笔记。但在老师布置作业时，我突然神游了，皱起眉头，我更加想念我的35位同学和我亲爱的老师们了，有他们在，肯定就不一样了，课堂会更加丰富多彩，生动有趣，还会有同学们的讨论更会平添许多趣事。而现在只有我一个人的房间和讲课老师的声音。“在干嘛呢?认真听，老师都在布置作业了!”妈妈这一声吼把我直接拉回课堂。

不一样的第一课让我很想大家，但是这不一样的课堂是很多老师努力的结果。在疫情前面，在这特殊时期，我们应该倍加珍惜这样的学习机会，相信校长说的，等到春暖花开，我们就能再见了。

**高一网课心得体会300字作文8**

己亥猪年辞，庚子鼠年迎。突如其来的新冠病毒疫情却让20\_年春节变得非比寻常。在全国上下众志成城阻击疫情之时，教育部号召我们广大中小学生“停课不停学”。

我校立即启动了线上学习，当看到科学合理的课程表时，我一扫之前的无助焦躁，再也不怕落在同学们后面了，顿时信心满怀。开学时，我怀着激动的心情进到了直播间。呀，时隔多日，再次看到老师慈祥温暖的脸庞，听到老师抑扬顿挫的语调，感受知识海洋的深奥辽阔，我的心欢喜得无法形容。在课堂上，同学与老师相互提问，连麦互动，使整个课堂充满趣味又不失学习的严谨。

我们有任何疑问都可以得到及时地解决，作业老师也及时地批改。老师在课下积极备课，同学认真完成作业。这都彰显着我们南阳市十三中北校区师生团结一心的力量。在学习期间，各位同学在家积极学习，认真做笔记，完成作业，各位老师更是不辞辛苦为我们直播，甚至每天晚上到深夜还在为我们批改作业，所以我要感谢各位老师的辛苦付出。同时希望各位同学在家努力学习，只争朝夕，不负韶华。待到山花烂漫，疫情退却，我坚信，没有辜负年华的我们一定会相逢一笑，再次整装待发。

**高一网课心得体会300字作文9**

在这次军训中，我们学会了站军姿，走正步……在学习的过程中经历了许多困难，但是都被我们解决了。现在想起来，还回味无穷。在我们解决的问题中，最让我难忘的就是我们班展示我们的军训成果。

在即将结束我们的军训生活的时候，教官告诉我们，我们在第二天的闭营仪式上要展示我们的军训成果，其中要展示我们走的正步和齐步，而且这两个交接要自然。我们听了以后，立刻认真的跟教官学习这个新的走法。我们一步一步地走，确保每一个动作都正确。尽管我们这样刻苦的练习，但是很多同学在两种走法切换的时候，都做还是不对。于是我们的教官又真对这个地方，手把手地教我们。我们一点一点地学，教官也一点一点地教，终于，我们全班的这个问题都搞定了。可是这个搞定了，下一个问题又迎面而来了。这个问题就是我们的口号声不够嘹亮。由于我们之前已经在太阳下站了一个小时了，所以这时的我们都很疲惫，声音喊出来有气无力的。经过一次又一次的“有气无力”，教官终于怒了。我们不希望教官因为我们而发怒，所以一个个鼓起精神，尽自己最大的力喊了出来。虽然喊声不是很大，但是我们尽力了，看着老师露出笑容，我们更加努力了。

一遍又一遍的喊，引得其他班的同学纷纷回头看我们班的同学。

第二天，我们举行了闭营仪式，在仪式上我们超常发挥，嘹亮的口号声以及整齐的踏步声，征服了所以校领导的心。于是，我们班获得了“展示一等奖”。记得当我们的教官知道我们得了一等奖后，笑得好开心，好开心。

经历七天的艰苦磨练，我们在校领导和众老师的监督之下完成了我们这次的军训任务。校长和老师们还亲自检阅了我们高一的这支队伍。我们迈着整齐的步伐，喊着嘹亮的口号，迎着明媚的阳光，脸上充满了胜利的喜悦，走在操场上，接受检阅。此刻，我们每个人的心情都是多么的激动，多么的兴奋啊。

记得刚军训的第一天，同学们都表现得非常懒散，毫无军训之意。甚至感到厌烦。在军训的时候总是左顾右盼，要不就是互相说话，总是心不在焉。也许是不太适应吧，渐渐的，同学们的精神都集中起来了。而且表现的还很认真。教官耐心的教着，同学们耐心的学着，每学完一段之后教官总让休息一会儿。而且还不时地讲个笑话什么的，那气氛好不热闹。而给我印象最深的就是那次学唱军歌。我们两个连的同学呈四方形围坐在一起，教官在中间教我们唱，那氛围相当温馨。甚至于有的同学把这场面比作成了一桌麻将。而我们的歌声就如这麻将，一阵接一阵，不绝于耳，让人回味无穷。

七天，不知不觉就这样匆匆过去了。到了要分离的时候，还真有点儿舍不得。我们已经与教官产生了深厚的情谊，这些天我们共训练同欢笑。如今马上要离别了，心里真不是滋味。七天，虽然是辛苦的，但是现在回想起来觉得挺幸福的。至少这是一次难得的人生体验，而且它还让我真正懂得了^v^天将降大任于是人也，必先苦起心志，劳其筋骨^v^这句花的深刻含义。

我们是初升的太阳，是祖国的希望和未来，所以我们必须要为之奋斗，为之拼搏。

转眼间，期待已久的五天军训就在今天结束了。在教官的指导下，我们的努力下，我们成功了。可响亮的口号依然在心中回荡，教官的身影依然回映在我们的脑海中。虽然军训已成回忆，但那至少是个美丽的回忆。回想…军训的第一天，教官们穿着朴实的军装，喊着嘹亮的口号迈着整齐的步伐向主席台走进时，我突然间感到军人的那种严谨和庄严，我的心中充满了羡慕，那是希望自己是一名军人。每当训练后，我发现军人的含义并不简单，仅仅简单的立正、稍息、向左右转等基本动作。

在军训中要求严格，想做到完美是一种不容易的事，每个动作都要注意细节，才能成功完成。我们都是父母的心肝宝贝，生活中很少吃过苦，而且身上有很多不好的习惯。教官教会了我们严于律己，不怕困难，要勇于挑战自己。教官很辛苦，喊了一天下来，嗓子都哑了，由于我们动作的不规范，教官必须一点点的给我们做示范，他的指导更给我们指明了方向。在军训的这几天里，首先给我的感觉就是一个字^v^累^v^.

也许这是许多同学的共同感受，但现在回想…在累的背后，又有多少有意义的事在等我去发掘，军训让我体会了什么叫^v^坚持就是胜利^v^.在训练场上，预着微微的烈日在苦练，勤练步伐，同学们严肃的做着各种动作那种认真的态度深深地感动了我们自己。我们都说态度决定一切，军训使我们认真的做事。我们从无组织无纪律的毛孩突然间成长为略显成熟且有组织有纪律的高中生。军训也给我们带来了无穷的乐趣，每当我们班对班唱军歌的时候，那种不甘示弱的精神，无不激荡在每个人的心中，教官们风趣的拉歌使我们感受到了快乐。

为期一周的军训生活结束了。这一周的时光说长不长，说短也不短。同学们都怀着极大的热情投入到军训生活中，都期盼着另一种生活……

我们班虽然被分成几份插到其他班级，但这丝毫没有影响到同学们的热情，都用心配合教官的工作。说道军训最重要的就要数教官了。我们的教官被大家评为最帅的教官，事实也是如此，他是教官中的，长的与黄晓明神似，总之就是给我们留下了很深的第一印象。

但是一接触起来才发现他原先是一个个性腼腆的人，说话声音个性小，而且还会脸红，一笑起来有两个浅浅的酒窝，真的是十分可爱，但是作为一个教官，一个军人，这样的腼腆真是急坏了我们，看到其他班的同学和教官一齐训练，聊天，唱歌，而我们这边如此低调真是很郁闷的。其实我们都明白教官其实是一个极好的人呢，他虽然不多说话，但我们心里都明白他处处为我们着想，训练是总是不厌其烦的做示范，为了怕我们晒总是找阴凉地，总是扯着嗓子喊着教我们唱歌，总是因为我们挨骂却还是持续笑脸……虽然你不说，但我们都明白，真的明白……

其实教官你的歌唱的真的很好的，我们都觉得能够去文工团了。尤其是你还会弹吉他呢，当时你说的时候我们还都有所怀疑，但当你真的拿起吉他的时候，我们都被震撼了……虽然我不太了解，但看你的指法就明白你的水平不一般。经过了几天的相处大家都已经很熟了，可能是彼此熟悉的缘故，也可能是很久没碰吉他的缘故，当你专心弹唱的时候我才觉得那才是真的你，那么自由，那么自信……

说了这么多关于教官的事，也该说说我在军训中的所得吧。

其实这次军训与高中军训没有什么本质区别。主要训练了稍息立正跨列，停止间转法，齐步走，跑步走，正步走……这些资料的训练让我们从身体上接触了军事训练。在此次训练中还增加了军歌的学习，教官利用休息时光教我们唱军歌，这是我第一次学这么多军歌，有的甚至连听都没听过。可能是因为我自我是一个十分感性的人吧，每当听教官唱歌的时候眼睛就不自觉的浸满了泪……有的歌慷慨激昂，唱出军人的雄心壮志;有的歌婉转抒情，唱进士兵的内心，每当这时我都会注视着教官的眼睛，仿佛能够透过它望见他们的家乡……

军训在群众会操后正式结束。在会操场上，各个班级都尽的努力，发挥出的水平，为丰富的军训生活画上完美的句号。

军训虽然结束了，教官们也都回到了部队，但是他们将完美的回忆留给了我们，将军人的风采留给了我们，我们也将完美的祝愿送给了他们，也许我们没有机会再见，但这份感情会一向珍藏在我们心中……

**高一网课心得体会300字作文10**

今天我们上微机课了。微机课老师一走进来，我们就得到一个信息——这是一个男老师。他的头发有点长，还有几根白发。我们好奇地想，是喊他叔叔呢，还是喊他爷爷呢？这个问题谁也搞不清。

老师开始上课了说：“我就是你们的电脑老师，我姓赵。”老师强调上课不许说话，不许做小动作。如果谁上课做小动作了，就让他到办公室去一直做，一直做到放学。如果谁上课乱笑或说话了，就让他站办公室一直笑，一直说，说笑到他脸部肌肉僵硬为止！

老师还跟我们说，什么叫信息？信息就是从报纸上看到的，从电视上看到的，从电脑上看到的......那都叫信息。古代人是怎样传递信息的呢？古时候的人用狼烟来表示信息，如果敌人来了就拿儿狼的大便烧，一个地方看见了，另一个地方再接着烧，一直烧到王宫。王宫里就赶紧派兵去打敌人了。送信的话呢，老师说用鸽子送不大方便，如果送到路上遇到一个猎人，一枪射下来，这封信记永远也送不到。有的人呢，就搭一会别人的船或马车来送信；有的人呢，用接龙来送信，一个人骑个马，把信送到一个地方，他就住下来，由另一个人再换一匹马继续送，就这样送到终点为止。

这节信息课真好玩啊！

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！