# 开学第一课的心得与体会(优质14篇)

来源：网络 作者：清香如梦 更新时间：2025-04-03

*在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧开学第一课的心得与体会篇一开学季，是每一个学子都期待的时刻。无论是踏入新学期的高中生，还是...*

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

**开学第一课的心得与体会篇一**

开学季，是每一个学子都期待的时刻。无论是踏入新学期的高中生，还是迈入新人生阶段的大学新生，都怀揣着对未来的憧憬和期望。开学第一课是迎接新学期的重要仪式，此时此刻，我相信每一位学子都有很多的思考和感悟。下面我将分享我在第一课上的心得体会。

在迎接新学期的第一课上，我被老师的演讲深深打动。老师首先向同学们提出了一个问题：“你们对这个学期有什么期待？”这个简单的问题引发了我们的思考。我们开始反思自己在过去的学期中取得的成绩，时刻提醒自己要有新的目标和要求。老师还告诉我们，“只有持续不断地追求进步，我们才能取得更大的成功。”这句话深深地激励了我，让我更加坚定了追求进步的决心。

在第一课上，我也学到了“生活就是不停地学习”的道理。老师告诉我们，“学习永远不止步。”无论是在学校还是在社会上，只有不断地学习和进步，才能赢得更好的未来。这一点让我意识到，自己要抓住每一个机会去学习，不仅要在课堂上认真听讲，还要通过各种途径去积累知识。只有不断地学习，才能跟得上时代发展的步伐。

开学第一课上，我还受到了一种激情，那就是对知识的追求。老师告诉我们，“对知识的追求是人类最伟大的追求之一。”无论是科学知识、文学知识还是艺术知识，都值得我们去追求和学习。我觉得知识是一种力量，通过学习知识，我们能够拥有更广阔的视野和更深刻的理解，使我们的思维更加开阔，能够在日常生活中更好地发挥作用。

开学第一课后，我意识到了自己的责任和使命。老师说：“作为学生，我们有责任和使命去努力学习，为实现自己的人生目标做好准备。”这句话使我深受启发，让我明白了自己不能辜负家人的期望，更不能辜负自己的付出。我明白了自己肩上的重担，要为自己的梦想而努力奋斗，要用实际行动来告慰父母的辛劳。

综上所述，第一课开学心得体会使我收获颇丰。在这一堂课上，我受到了激励、启迪和使命感。通过这次开学第一课，我明确了自己的学习目标，明白了努力学习的重要性，并对知识的追求充满了激情。我相信，只要我坚持努力学习，追寻知识，肩负起自己的责任和使命，就一定能够实现自己的人生目标。开学第一课的心得体会将伴随着我度过新学期的每一天，让我在学习中不断成长与进步。

**开学第一课的心得与体会篇二**

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，取得更多的成就和成功。

**开学第一课的心得与体会篇三**

随着优美的小提琴声，我们进入了第一节主题班会《》，这节课给我留下了深刻的印象。

这节课来了许多老师有李连杰、刘伟、章子怡等等。这次《》的主题是“梦想”所以这节课有许多梦想和没有实现的梦想。李连杰叔叔的公益梦让我很感动，可最让我感到的是一个叫刘伟的大哥哥，他是一个没有双手的人，可偏偏就热爱上了钢琴。每当悠扬的钢琴声响起时，我虽然不知到这是什么曲子，但我知道他在追求梦想，实现梦想。

看了这一节课，我觉得每个人都应该有梦想，好好学习，去实现梦想。

**开学第一课的心得与体会篇四**

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。

**开学第一课的心得与体会篇五**

今天是，一个假期没见过面，同学们都特别兴奋，各自抱团讲个不停。有一些同学在讲着自己的假期奇遇，一个同学讲得太高兴，甚至爬上了桌子，桌子和板凳发出了“吱吱”的呻吟声；有一些同学正在大声讨论着自己哪些题做了出来，哪些题还没有做出来。还有那么一两个同学突然惊呼起来，“呀，这个作业我忘做了！”……此时的教室就好像一壶即将要烧开的热水，到处都是冒泡声。而同学们又好似一群活蹦乱跳的猴子，早已忘了纪律为何物！

这时，老师抱着一叠厚厚的新书走进了教室。老师像一块吸铁石，把同学们的注意力都给吸了回来。上课了，教室里瞬间安静下来，好像断了电的热水壶，刚才还在咕咕作响，此刻却悄无声息了。同学们目不转睛地盯着讲台。老师拿起一根粉笔，在黑板上写起了要求，黑板上响起了“咯吱咯吱”的粉笔磨擦声。开始发新书了！“咔嚓，咔嚓”老师用剪刀剪断了捆绑新书的绳子。教室里传出了蚕宝宝啃桑叶一般的“沙沙”声，那是爱护新书的同学，一拿到书就小心翼翼地写起名字来；“哗，哗！”——那是忍不住好奇，一拿到书就迫不及待开始翻阅的声音；“唉！”有的同学拿到新书居然叹了口气，“今年的课本好难呀，都看不懂，我得花好长的时间来预习了。”教室里虽然不吵，却充满了各种细小的声音。

“呼，呼！”——有个引人注目的同学，她把发下来的所有新书都闻了一个遍！她似乎想从带着淡淡油墨味的纸张中，闻出书本是不是还有树叶的清香，就像一只可爱的小狗，想闻出肉骨头的味道。她竟然用她那灵敏的嗅觉，闻出了她最喜欢的语文课的语文书闻起来是香的，然而，她讨厌的一些课的书居然都是臭的。

“啪啪！”老师轻拍手掌，示意她要发言了。教室里立刻又恢复了往常的平静，我们也做好了准备要开始新一期的学习了。

**开学第一课的心得与体会篇六**

今天，老师和我们一起看了《》，这一课是在长城上上的。

一开始，节目中的老师先自我介绍，然后请出的是李连杰老师给我们施展了功夫，我真为他的功夫着迷啊。

我喜欢弹钢琴，所以最崇拜刘伟老师。他弹奏完他那难度高、时间长而优美的音乐时，我简直陶醉其中了，我找到了我的梦想，我的梦想是成为刘伟老师那样的人。

课上还请来了李中华老师，他是一名飞行员。他介绍了自己飞行多年的许多感受。

这堂课的主题是“我的梦，中国梦”，通过这堂课我知道了想实现自己的梦想就要付出不懈的努力。坚持梦想，永不放弃。一定会达到成功的彼岸。

**开学第一课的心得与体会篇七**

充实又快乐的暑假已经过去，迎来的是一个崭新的秋天，一个崭新的开始。分班结果已经尘埃落定，新的班主任走进了教室大门。那一刻，还有些许躁动的心突然净了下来。我意识到，高二，真的来了。

金老师给我们提了八个关键字：众生平等，立德树人。在这八个关键字下，衍生出了五个词语：善良、正直、诚信、担当、责任。在这其中，老师也给出了很多实例来进行更深一步的讲解。我印象最深的一句话就是“让人们因我的存在而感到幸福”。

金老师给的这五个词对于我来说很精准。这些正是目前阶段我对这句话的所有理解。一个善良的人，不会因为自己的行为给别人添麻烦，他会用更高标准要求自己，努力做到自己所能达到的最高高度。

“人生是一场修行。今日的因，必有昨日的果。”人生是场修行，短的是旅行，长的是人生。今天坐在五班，是因为高一的自己努力过。接下来的两年，我将会努力提高自己，真正做到让他人因为你的存在而感到幸福，尽力将这两年的果做到不留遗憾，取得满意的果。希望两年后的今天，也能坐到自己心仪大学的教室里。

教的并不是单纯的知识而是做人。学习先学做人只有将人做好了才会做好学问。

**开学第一课的心得与体会篇八**

随着新学年的到来，信阳市中学生开学第一课于202\_年9月1日启动。第一课传递了许多有意义的信息和主题，并帮助我们了解如何在新的学年中更加顺利地展开学习生活。这篇文章将以五段式的方式，讨论我们所学到的内容以及如何应用到日常学习和生活中。

第一段：“在新的开始中，充满期待”

第一课的标题为“在新的开始中，充满期待”，这告诉我们在新的学年中，我们应该拥有开放心态，迎接新的挑战。我们应该看到目标并努力追求它们。这激励我们不断进步，为未来的自己铺路。

在生活中，当我们受到一些新的事物时，我们往往会感到紧张和不安。这时我们应该从课堂中学到的经验中受到启发，尝试克服不必要的担忧。我们应该鼓励自己试着去了解和体验新事物，并朝着目标努力奋斗。

第二段：“勇于尝试，积极向上”

第二段谈到了“勇于尝试，积极向上”的主题。在新的学年中，我们将迎来更多的机会，我们应该勇于去尝试并推进自己的学习进程。我们也需要保持积极的态度和精神，让自己走向更高的层次，而不是只满足于现状。

我们应该如此对待我们生活遇到的困难，面对困难时保持积极的态度，并先尝试解决它们，不要轻易退缩。这种勇气和决心，可以让我们很容易地实现反复尝试，迎接挑战，从而实现我们的梦想。

第三段：“传承文化，珍爱自然”

第一课中，我们还学习到了另一个重要的观点：传承文化，珍爱自然。传承文化意味着我们应该传承和发扬我们民族的文化。与此同时，珍惜自然环境，开拓环保意识，是我们担任社会责任，在当今社会里最重要的事情之一。

应用到日常生活中，我们应该通过文学、电影等载体传承文化，也在自己的力所能及的范围内，节约能源、保护环境等环保方面做好自己的事情，这是我们每个人的责任和义务所在。

第四段：“科技升级，创新发展”

第一课中还指出，“科技升级，创新发展”迎接新常态的重要方面，新时代的学习也需要善于创新。我们应该学会如何使用现代技术来提高我们的学习效率和创造力，并将这些新的知识与现实生活融为一体。

在我们的日常生活中，经常接触到新技术和软件，我们应该积极迎接这些变化，并理解如何完善它们，从而更好地适应未来的发展。

第五段：“改变自己，创造未来”

最后，第一课告诉我们，改变自己，创造未来是非常重要的。当我们发现自己的不足时，我们应该引导改变自己，继续完善自己。这样我们才能更好地迎接未来，创造成功的人生。

以上五个方面是新的一年应该注意的学习重点，它们都是我们生活中可以运用到的，由此，我们可以更好地适应未来，追求更高的成就。可以说，第一课教授了给每一个学生们的宝贵财富，每个学生都应该珍惜。让我们在新的学年中，展现自己的独特风采和成就。

**开学第一课的心得与体会篇九**

今天我和爸爸妈妈一起守在电视机前，一起观看《》节目，今天的主题是：“父母教会我”。

这一期节目我看到了许许多多父母为了孩子付出心血，所以我们以后要好好的孝顺父母。

节目中我最难忘的就是“骑着摩托去旅行”。六年的时间，走了十几万公里的路，父子俩先后游览了河南、陕西、山西、河北、安徽等多个省份的名胜古迹。本来老爷子不想去北京，结果他们最后还是开着他们的摩托车去了北京，老爷爷还高兴的喊着：“北京好！北京好啊！”他儿子还在摩托车后面特别加了一个靠椅，让老爷爷能舒坦点旅行。他儿子的孝心感动了我，孝顺自己的父亲，不仅关心他体贴他，更是为了带爸爸去看看外面的世界，长途跋涉带父亲去游览名胜古迹。

时间都去哪了？让我们好好珍惜每分每秒，好好陪陪我们的爸爸妈妈。

今天我们升入初中，进行了每个初中生的必修课——军训，在军训上，我认识了很多朋友，认识了老师，况且还在军训中学到了很多，军训结束之后，多彩的初中生活就要开始了，我们要开始适应新的生活，也要认识更多的朋友。

看了这一期《》，我知道了以后要多多和父母沟通，关心一下父母，多陪陪父母，不要和父母顶嘴，惹父母生气，这是我看《开学第一期》最深的感受。

**开学第一课的心得与体会篇十**

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。

**开学第一课的心得与体会篇十一**

南体开学第一课，是每一个新学期的开始，也是一个全新的学习旅程的起点。对于我来说，这不仅是一个课程，更是一次心灵的洗礼和成长的机会。通过这堂课，我获得了许多关于学业和生活的宝贵经验，同时也感受到了自己在成长和改变中的重要性，下面将从我的学习态度、学习方法、学习目标、学困问题以及解决方法五个方面展开讨论。

首先，我的学习态度在这堂课中得到了深刻的反思和加强。在课堂上，老师强调了积极主动的学习态度的重要性。在以往的学习中，我常常抱着消极的态度对待学习任务，感到厌烦和无聊。而这节课上，老师告诉我们，积极主动的学习态度是成功的基石，只有真正爱上学习，善于发现学习的乐趣，才能激发自己的学习动力，取得优秀的成绩。所以，我决定从今天起改变我的学习态度，将学习视为一种享受和成长的过程，用积极主动的态度投入到每一门课程中。

其次，学习方法也是我在这节课中得到了重要的启示。老师分享了一些学习方法和技巧，让我们更高效地掌握知识和提升学习能力。例如，老师提到了制定学习计划的重要性，以及如何合理分配时间和安排任务。另外，老师还介绍了一些记忆和复习的方法，如做思维导图、制作复习卡片等。通过这堂课，我意识到学习不仅仅是靠死记硬背，而是需要用正确的方法去学习。所以，我决定以后要根据自己的实际情况和学习目标，采用合适的学习方法，提升自己的学习效果。

第三，这节课让我重新明确了我的学习目标。在课堂上，老师让我们思考并制定个人学习目标。通过简短但深入的自我审视，我了解到高中学习对我来说是一个重要的阶段，决定要以此为契机提升自己的学术和综合素质。我将努力提高自己的学习成绩，争取在各个科目中超过自己的极限。另外，我希望培养自己的独立思考能力和创新精神，尝试不同的学习方法和探索个人兴趣领域。

第四，这堂课引发了我对学习中的困扰和问题的深思。在和同学们的互动中，我发现我并不是唯一一个遇到困难的人。有的同学在理解数学概念上遇到了困难，有的同学在写作文方面感到困扰。而我自己也发现了我在英语口语和写作方面的不足之处。通过这次的课堂交流，我意识到面对困难不应该退缩和放弃，而是要勇敢面对并采取行动。于是，我决定积极向老师求助，寻找解决学习困难的方法。

最后，这堂课为我提供了解决学习问题的启示和方法。通过老师的指导，我了解到要解决学习问题，首先要分析问题的原因，找到问题所在，然后制定合理的解决方案。我决定在面对学习问题时，要勇于承认自己的不足，并积极主动地寻找解决问题的方法和途径。另外，我还将充分利用学校提供的资源，如图书馆、讲座和辅导班等，获取更多的学习资料和帮助。

通过这次南体开学第一课，我不仅明确了学习的目标和方向，也学到了许多关于学习和成长的重要经验。我相信只要我坚持积极主动的学习态度，运用正确的学习方法，解决学习难题时勇于面对和解决问题，我一定能在新的学期中取得出色的成绩，并实现自己在学术和个人发展上的突破。

**开学第一课的心得与体会篇十二**

生活就像《第一课》里说的：“做自己喜欢的事，就是最好的。成长的路上，总会有烦恼。”生活的路上和成长的路上，总是有烦恼，没有烦恼的成长是无趣的人生。

主持人撒贝宁说：“人生的扣子，一开始就要扣好，父母就是从小教我们扣好第一颗扣子的人。”这句话说得好，人从小就要养成好习惯，父母就是第一个教我们养成好习惯的人。所以，今年《开学第一课》的主题就是“父母教会我”。

第一节课的班主任张泉灵老师，说：“这节课的主题就是‘孝’。”老师郑渊洁跟我们讲了一个故事：有一次，他买了一台电视，开车运回。儿子郑亚旗问：“爸爸，这是去哪儿？”郑渊洁说：“去姥姥姥爷家。”郑亚旗说：“这不是我们的吗？”郑渊洁说：“这世上，姥姥姥爷没几年了，让他们多看一下新鲜事物吧！况且，将来我们看原子弹电视的机会都有。”所以，“孝”字是向爸爸妈妈学来的，爸爸妈妈是我们的好榜样。

《时间都去哪了》里说得“生儿养女一辈子，满脑子都是孩子哭和笑。”父母的人生被儿女浪费了，慢慢地流逝了。儿女悄悄地离开了父母，慢慢地也开始老去。

父母教会我们做人的好习惯，好品德……好多好多，成千上万，乃至于上亿。父母教会我们的太多了……(宋彪)。

**开学第一课的心得与体会篇十三**

开学第一课对于每一个在南体学习的学子来说，都是一个令人期待的时刻。作为一个新生，我对南体的向往和期望使我格外兴奋。在这一次开学第一课中，我获得了许多宝贵的心得体会。首先，我明白了南体所要传达的教育理念和办学宗旨；其次，我认识到自己在学术上和个人发展上的不足之处；第三，我学到了如何正确对待成功与失败；最后，我意识到要想在南体取得优秀的成绩，需要付出更加努力的努力。这次开学第一课让我有了一个完全不同的视角，改变了我的思维方式，激发了我继续努力的动力。

首先，在开学第一课中，我深刻理解了南体的办学理念和宗旨。南体注重培养学生的综合素质和创新精神，强调实践能力和团队合作意识的培养。这让我明白了南体培养学生的目标不仅仅是取得好成绩，更是要能力和实践能力的综合型人才。

其次，开学第一课让我认识到了自己在学术上和个人发展上的不足之处。在课堂上，老师与我们分享了他们的学习经验和成功的路径，这让我意识到自己在学术上的不足之处。我发现自己在知识掌握和学习方法上还有很大的提升空间。同时，在个人发展方面，我也发现了自己对团队合作和沟通能力的不足。这让我明白我需要不断努力学习和提升自己，以适应未来的发展需求。

第三，开学第一课让我学到了如何正确对待成功与失败。在课堂上，老师与我们分享了他们的成功经验和失败教训。他们告诉我们成功不是偶然的，而是通过不断努力和坚持取得的。他们也鼓励我们要勇于面对失败，从失败中汲取教训，并改正错误。这让我明白了成功需要坚持和努力，而失败并不可怕，只要能够从失败中吸取教训，并不断调整自己的步伐，就能够取得更加辉煌的成绩。

最后，开学第一课让我意识到要想在南体取得优秀的成绩，需要付出更加努力的努力。南体是一个优秀人才的摇篮，每一个在这里学习的学子都要全力以赴。在开学第一课中，老师向我们介绍了南体的学科特色和专业优势，让我深感兴奋。但同时，我也明白了要想在这样一个竞争激烈的环境中脱颖而出，必须要付出更多的努力和时间。这次开学第一课让我对自己的学习目标和计划有了更加清晰的认识，也给了我一个明确的方向，激发了我继续努力的动力。

总而言之，这次开学第一课给了我许多宝贵的心得体会。我明白了南体的教育理念和办学宗旨，认识到了自己的不足之处，并学会了正确对待成功与失败。最重要的是，我意识到要想在南体取得优秀的成绩，需要付出更加努力的努力。这次开学第一课让我深感荣幸和自豪，也让我更加坚定了自己在南体努力学习的决心。我相信，只要我能够不断努力，勇敢面对困难和挑战，我一定能够在南体取得令人骄傲的成绩。

**开学第一课的心得与体会篇十四**

这学期的主题是：美在身边。美，俊俏的容貌，优美的语言，飞流直下三千尺，疑是银河落九天。诗句的美。没太多太多了，其实美不需要我们一样一样去找，因为生活中处处有美，那就需要我们打开心的世界去发现。

天空的颜色是淡蓝的，代表着幸福、悠闲，抬头仰视它，触摸它的蓝色，好像神幻一样。喜欢森林，因为它很美，一片绿色，犹如一颗闪耀的绿宝石座落在大地，呼吸它新鲜的空气，心情立马心旷神怡。阳光洒在身上，温暖的让人闭上眼睛，美的让人流连忘返。这是大自然的美，很简单的美，没有任何修饰，一切美在自然中。走在公园里，看着天边的夕阳好美。“你看，那天上的夕阳美吗？”是一位男人说的。我顺着声音望去，只见一对夫妇，那两双尽力风雨的手紧紧地握在一起。女人甜蜜地笑着，温柔地说：“嗯，好美！”“那我以后每天都来陪你看好吗？”男人有轻声问。女人娇声回答：“好！”他们看着夕阳一直落下才离开。望着那对夫妇不舍的表情，我看到了夕阳在他们心中永恒存在着，想到了千年不变的古话：执子之手。与子偕老。这是爱情的美，很浪漫，很和谐的美。

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！