

# 最新初中开学第一天心得体会 初中生开学第一课心得体会(模板7篇)

学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会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。

## 初中开学第一天心得体会篇一

受苦的人看看比自己更苦的人的历程，心里就平静了。哪怕明天的面包还在空中，有了转移，肠鸣音就要缓和一点。

看了廖智，汶川大地震失去女儿和双腿的女子，紧接着失去婚姻。人生的打击堪称灭顶，她没有倒下，经历了难以相见的苦痛，她站起来了，失去了双腿仍然可以跳出一曲生命的炫舞，她做到了。

柴静采访她，从头到尾几乎没见她有过酸楚，镜头展现的是笑靥如花，这么爱美爱笑的女子，其实苦难写在后面，更深层埋藏着。但是她一直用笑来应对这东西。苦难不是活下去的理由，快乐才是。当她经过艰难的努力，克服了种种不适，适应了假肢，抵御了疼痛，从轮椅里站起来，直立，行走，舞蹈。她轻盈的身姿依然能锤击出震撼人心的力量，一曲鼓舞，鼓舞了多少人斗志。人来到世上，第一声就是啼哭，哭是敲门砖，以后伴随成长会有很多次的哭。但是，哭过了，还有什么，更吸引人的是这个字——笑。笑，本是人活着的基本表情，有哭就有笑，但是总有些悲哀，叫人忘记了笑的模样。一帆风顺当然可以尽情欢笑，峰回路转，风雨之后见彩虹，这时的笑容就是彩虹般的美丽。

活着该是什么样的？廖智来告诉你。她经历汶川大地震了，

失去了很多，5年后的雅安庐山地震，她忙碌在废墟，她是地震支援人员，一个戴着假肢奔走在灾区的弱小女子。大雨浸泡中，脚被泡得发胀，她若无其事。甚至还在事后开玩笑——还是假的好。她拔掉假腿，检查因为泡水有生锈的担忧。她坐在废墟里，依然爱美。拍下照片，的确很像张柏芝。传到微博被大举转发。因为美女更吸引人。她有点恼火，却也满足。这是标准的爱美女子心理。如果对于自己的美，没有欣赏和唱和，她觉得遗憾。而得到很多关注，却又觉得不是因为纯粹的自己而无奈。于是又是一声笑，呵呵。

廖智很漂亮，我不喜欢跟随潮流，也用“最美”啥的语言赞美，凡事以来就用上这个“最”字，看现在动不动就冠以“最美”，是不是来得太陡峭，修饰得没有回转，都最美了，还有什么解读和品味的意义。世间苦难万千，各有其苦，没有最苦，只有更苦。美也如此，因此也无所谓最美。想起这个神话传说，是关于凤凰涅槃的。

传说中，凤凰是人世间幸福的使者，每五百年，它就要背负着积累于人世间的所有不快和仇恨恩怨，投身于熊熊烈火中自焚，以生命和美丽的终结换取人世的祥和和幸福。同样在肉体经受了巨大的痛苦和轮回后它们才能得以更美好的躯体得以重生。这段故事以及它的比喻意义，在佛经中，被称为“涅槃”。

凤凰在大限到来之时集梧桐枝于自焚，在烈火中新生，其羽更丰，其音更清，其神更髓。

这世上有好多人是能够笑着诉说苦难的？廖智算一个，她是一只涅槃的凤凰。

## 初中开学第一天心得体会篇二

开学的第一课无疑是一个新的开始，它标志着一个全新的学年的开启。对于每个学生而言，这一课程至关重要，它不仅

能够帮助我们了解新的学习内容，还能够带给我们新的思考和启示。在本文中，我将分享我在开学第一课中得到的学习心得体会。

首先，在开学第一课中，我学到了学习的重要性。老师告诉我们，学习是我们成长的根本，只有通过不断地学习，我们才能够取得进步，去追逐我们的梦想。通过学习，我们能够掌握新的知识，提高自己的技能，并且培养良好的学习习惯。因此，在开学第一课中，我明确意识到，只有将学习放在第一位，才能够在学业上取得好成绩。

其次，在开学第一课中，我也意识到了自我管理的重要性。老师告诉我们，在学习的道路上，我们要有清晰的目标和计划，并且要保持良好的时间管理和自我调节能力。这样，我们才能够避免拖延和浪费时间，合理安排学习和休息，并坚持不懈地去追求自己的目标。因此，我在开学第一课中下定决心，要加强自我管理，充分利用时间，让每一天都充实而有意义。

第三，在开学第一课中，我学会了团队合作的重要性。老师告诉我们，在学习的过程中，我们要学会和他人合作，相互帮助，共同进步。团队合作不仅能够互补自己的不足，还能够培养沟通和交流的能力，增强自己的团队意识和团队协作能力。通过团队合作，我们能够完成更多的任务，学习到更多的知识，并且培养自己的领导能力。因此，在开学第一课中，我决心积极参与团队合作，与他人携手并进，共同实现我们的学习目标。

第四，在开学第一课中，我学会了积极面对困难和挑战。老师告诉我们，学习的道路上充满了艰辛和挑战，但只有勇敢面对这些困难，我们才能够克服它们，取得成功。在面对挫折和困难时，我们不应该退缩和放弃，而是要坚持下去，相信自己的实力和能力。通过克服困难和挑战，我们才能够培养出坚韧不拔的品质，成为真正的强者。因此，在开学第一课

课中，我下定决心，要坚持不懈地面对困难，勇往直前，迎接挑战。

最后，在开学第一课中，我还学到了珍惜时间的重要性。老师告诉我们，时间对于每个人而言都是宝贵的，只有合理利用时间，我们才能够更好地学习和成长。我们不能够浪费时间在无谓的娱乐和游戏中，而应该把时间用于学习和提高自己。因此，我在开学第一课中明确意识到，要珍惜时间，做一个高效率的学习者，让每一分钟都有价值。

总之，开学的第一课给了我许多学习心得和体会。通过这一课程，我明确了学习的重要性，意识到自我管理和团队合作的重要性，学会了积极面对困难和挑战，并且领悟到了珍惜时间的重要性。我相信，只有充分运用这些心得和体会，我才能够新的学年中取得更大的成功。

## 初中开学第一天心得体会篇三

开学第一课对于我们学生来说，意义重大。它标志着新的学期开始，我们将迎来新的学习挑战和成长机遇。我在这次学习过程中有了一些心得体会，让我对学习充满了信心和动力。

首先，开学第一课教会了我如何制定明确的学习目标。在课程开头，老师常常会询问我们这个学期想要达到何种成绩或目标。这使得我开始思考自己的学习期望，并逐渐意识到远大的目标需要细小的计划来实现。于是，我将目标拆解成每周、每月的具体任务，同时设立了奖励机制来鼓励自己。这样的明确目标和详细计划让我在学习过程中不再感到迷茫，能更好地投入到学习中去。

其次，开学第一课提醒了我要保持学习的专注力。在开学初期，我们通常还会感到对新学期的热情，但日复一日的学习可能会使我们逐渐失去激情。然而，老师在第一课上强调学习的重要性，并提醒我们理解学习对个人价值的意义。这让

我深刻认识到学习不仅是为了应付考试，更是为了拓展自身的思维能力和知识面，提高解决问题的能力。于是，我开始在学习时关闭手机，不再被周围的干扰所影响，并利用一些学习方法提高效率，如番茄工作法和制定学习时间表。这让我能够更专注地学习，取得更好的成果。

再次，开学第一课教会了我如何面对学习中的困难。当遇到困难时，许多学生容易感到泄气，并产生放弃的念头。但老师在第一课上强调了学习的坎坷是正常现象，并希望我们能够保持积极乐观的态度。她鼓励我们寻找多种解决问题的方法，鼓励我们主动向同学、老师请教。我深深地理解到，学习的路上不可能一帆风顺，但只要坚持下去并持续努力，就一定能够战胜困难，取得成功。这一点给了我很大的信心，让我学会把困难当做是一个成长的机会，激发了我继续学习的动力。

此外，开学第一课还教会了我如何与同学建立良好的学习氛围和友谊。在开学初期，我们会有许多新同学加入，大家之间的友情还处于发展的初期。开学第一课给我们提供了一个交流和互动的机会，让我了解到每个人都有不同的优点和长处。我学会了欣赏和尊重他人的努力，并乐于与其他同学分享学习心得。通过互相帮助和支持，大家的学习氛围变得积极向上，团结友爱，提高了整体的学习效果。

最后，开学第一课还教会了我珍惜时间的重要性。老师在第一课上提醒我们不要浪费时间，要善于管理自己的时间。时间是宝贵的资源，只有善用时间，才能提高学习效率。我开始制定学习计划和时间表，避免拖延症的产生，确保每天有充足的时间来学习和休息。通过这样的时间管理，我发现自己能够合理利用碎片时间来进行学习，提高学习效率，并且有更多的时间来参加活动和锻炼身体。这真正意义上帮助我实现了“时间就是金钱”的认识。

总之，开学第一课是我们新学期最重要的一课，它为我们指

明了学习的方向和目标。通过这次学习，我学会了制定明确的学习目标，保持专注力，面对困难，与同学建立良好的关系，以及珍惜时间。这些心得体会让我对学习充满了信心和动力，也为我在新学期的学习道路上指明了方向。我相信，只要坚持下去并持续努力，我一定能够取得更好的成绩和优秀的表现。

## 初中开学第一天心得体会篇四

周四，我们观看了《开学第一课》，我感觉受益匪浅。今年，开学第一课的主题是梦想。

第一课，王亚平老师为我们讲述了她的故事，十年前，也就是20xx年，她作为一个小观众，到经过不懈努力，终于成为了一位牵动13亿中国人梦想的第二位中国女航天员。在演讲结束时，王老师告诉我们：“梦想就像宇宙中的星尘，看似遥不可及，但只要努力，一定能够触摸的到！”

在第一节课结束的时候，撒贝宁老师为我们讲述了一个故事：在八一少年跳伞队，有一名女孩叫付丽娟，她是一位农村来的少年，她的年龄几乎低的令我们难以置信——她只有13岁！她是队里最小的队员！当我听到她的年龄，我简直惊呆了！13岁！而且，她的经历也让人难以置信。每天早上早经历好几个小时的长跑。而且还要做很多的训练。当时我惊呆了，那些动作，就是将我的身体的柔韧度扩大100万倍，我都做不出来。

第二课，电影明星章子怡我为我们讲述了她的故事，我开始以为，章子怡会讲述她的明星事业，可事实恰恰相反，她自己讲述了一个关于学习的小小故事。

章子怡讲述道来：在她第一次参加国际电影节时，就因为语言不通，丧失了许多机会，她当时有一个梦想：用英语向所有人交流自己的感受。最后，她告诉我们：在我们人生的每

一个阶段，都不要丢掉梦想，它是你迷茫的时候一盏明亮的灯，它会为你指明方向；它是你在黑夜里枕边的一本书，为你开启黎明；它是每一个你想要放弃的时候，伸向你的一只手，拉你一把送你一程，让你重新获得动力，永不放弃。

第三课，钢琴家郎朗讲述了自己的梦想，他的梦想就是源于童年的一个梦想，就是很汤姆一样，弹钢琴，最出，它只是一个梦想，可是后来，他经过28年勤奋且不懈的努力，他变成了享誉世界的钢琴家。郎朗告诉我们：当你热爱一件事，甚至把它当成自己一辈子的梦想，并为这个梦想拼命努力的时候，你就找到了你人生真正的精彩。

## 初中开学第一天心得体会篇五

开学第一课，是每一个新学期中最让我期待的一节课。它往往不仅仅是一节普通的课程，更是一次心灵的洗礼、一次对知识的重新理解和发掘。在这次开学第一课中，我收获了很多，不仅受到了启迪，也得到了对学习的新认识和新体会。

首先，这次开学第一课让我深刻意识到了学习的重要性。在课上，老师向我们讲述了一位科学家的故事，这位科学家以其才华和对科学的热爱为人所称道。他的探索精神、刻苦努力和执着追求，都使我对学习充满了新的敬意。我明白了，只有通过不断学习与探索，我们才能够更好地理解世界，实现自己的人生价值。

其次，开学第一课让我认识到了学习的目标和方法。在课上，老师告诉我们只有明确学习的目标才能更好地规划我们的学习路线。这让我想起了在以往的学习中，我常常迷失在各种任务和繁杂的知识中，感到茫然和无力。而通过确立学习目标，我可以有条不紊地去学习，提高效率。此外，老师还介绍了一些学习方法，如积极主动、细心思考、善于总结等。这些方法让我感到很受启发，我意识到只有找到适合自己的学习方法，才能更好地发掘自己的潜力和提高自己的学习能

力。

第三，开学第一课让我明白了学习需要坚持和质疑。在课上，老师鼓励我们不仅要坚持学习，还要勇于质疑。我想起了在过去的学习中，我常常遇到困难就迅速放弃，不敢质疑老师的观点。而现在，我明白了只有通过不断地质疑和思考，才能够更好地理解知识，发现问题所在，找到解决问题的方法。我决心以后在学习中不再轻易放弃，要坚持不懈地进行质疑和思考。

第四，开学第一课让我意识到了学习需要与他人合作。在课上，老师进行了小组讨论，每个小组都有一定的时间来解决问题和讨论观点。通过和同伴的交流和讨论，我学到了很多新的观点和方法。我明白只有与他人合作，才能够站在更高的地方，看到更广阔的天地。这不仅需要我们学会倾听，也需要我们学会沟通和合作。而通过这次开学第一课，我意识到了这一点，决心以后要更加积极主动地与同学们合作，共同进步。

最后，开学第一课让我明白了学习需要注重实践。在课堂上，老师安排了一些实践活动来巩固所学知识。通过亲身实践，我更好地理解了书本上的知识，也更加深入地感受到了学习的乐趣。我明白了只有将所学知识运用到实践中，才能体会到知识的真正价值和意义。所以，我决心以后要注重实践，通过实践来巩固所学知识，提高自己的能力。

总而言之，这次开学第一课让我受益匪浅。我学到了学习的重要性，明确了学习的目标和方法，认识到了学习需要坚持和质疑，意识到了学习需要与他人合作，同时也明白了学习需要注重实践。我相信，只要我在以后的学习中坚持这些思想和方法，一定能够取得更好的成绩并不断提高自己的学习能力。



## 初中开学第一天心得体会篇六

祖国，对于每个人的一生来说，就犹如一个无法替代的神圣图腾。

犹如母亲和老师，对我们来说都是十分重要的，她们传授给我们一生成长所必需的各类知识，亦或是教导我们为人处事，亦或是解惑传道。对于她们，我们唯有热爱和感激。而对祖国，我们更是有着无比的崇敬和时刻愿意奉献的一颗虔诚的赤子之心！因为无论我们身居何处，在什么时候，心中随时会浮现庄严耸立、不可动摇的崇高华表和—一个能包容万物、厚实温暖怀抱的神圣形象——那就是祖\*\*亲。

随着时间的推移，我们从书本上、从课堂上，知道了我们的祖国是如此的地大物博、人杰地灵：五千年的悠久历史、九百六十万平方公里的广阔疆土，世人具晓：令人惊讶的“四大发明”、绵延万里、工程浩大的巍峨长城、神秘莫测、壮丽雄伟的北京故宫，但也饱受了常年战火的蹂躏以及外虏的侵略等，这一切都展现着祖\*\*亲饱经沧桑的脸和那坚强不屈的身躯。就是因为我们的祖辈心中怀着对祖\*\*亲的挚爱，为了祖国的繁荣和富强，“国家兴亡，匹夫有责”是先辈们的豪言壮语，面对破碎的河山、哭泣的母亲，多少革命先烈舍家业，抛头颅洒热血，前赴后继，与祖国同甘苦共命运，用鲜血和生命，使母亲挣脱锁链，获得新生，才有了我们今天富足而宁静的生活，才有了我们今天屹立在世界强国之林的伟大祖国。

## 初中开学第一天心得体会篇七

时间总是匆匆而过，生命的步伐也在欢快地舞蹈。转眼间又是一年的开学季，同学们的心情早已激动万分，渴望回到学校继续学习之旅。然而还有些同学依然沉浸在假期里，心态没来得及转换，这就需要他们赶紧调整好自身状态，不然对于自己也会有所不好的影响。

开学了，面对新学期的开始，想必很多同学都有属于自己的全新目标与计划，并且也在逐步地开展计划，有所行动中。目标对于每个人来说都十分重要，倘若缺乏目标，那么生活会是毫无意义可言。身为祖国未来希望的莘莘学子们，不仅要为祖国的发展作出自身贡献，且自己的未来人生道路也不能没有目标前行。所以开学了，同学们一旦制定好目标，就必须全力以赴，努力实现属于自己的目标。

随着开学，同学们可以高高兴兴地回校上课之外，还要完成一项任务，那就是要观看《开学第一课》。对于这一公益节目，相信很多同学都知道，并且这是一个教育意义的节目。今年的主题是“少年强，中国强”，难以忘怀的，新型冠状病毒感染的肺炎疫情肆虐全国，深深牵动着14亿国人的心，为了中国人民的生命健康，无数白衣战士勇往直前奋战，而在基层，也有很多人以自己平凡的坚守，希望可以凭着自己的力量为抗疫付出自己的贡献。他们伟大的精神值得每个人所敬佩，是我们学生学习的榜样。

凉风微拂，秋意盎然的九月又到了，今天是九月一号，正好是全国公益性节目《开学第一课》播出的日子。如同往年一般，晚上八点的时候我跟家人准时坐在了电视机下收看节目，今年《开学第一课》的主题是“少年强，中国强”。

虽然我只是个小学生，但是在父母的带领之下，我很早就知道《开学第一课》这档节目了，也成为了它的忠实粉丝，今年我再一次跟它相聚了。《开学第一课》对于我一个学生来说，影响是无比巨大的，让我从一个调皮捣蛋的小男孩成为现在一个有责任心的“小男人”。

每年《开学第一课》总是会讲述一些名人事迹，让我们学习他们身上的精神。就好比今年的前往疫情一线的医护人员们，如果没有他们舍己为人般的奋斗，恐怕我现在无法安心的坐在这里写作文额，而是时刻在担心着自己会不会感染病毒。

而这些人的精神也感染到了我们这些学生，让我们从现在坚定意志，励志将国家崛起作为自己的梦想，并且为之付出努力。只有我们每个年轻人明白少年强则中国强，国家才有强大的可能性，只有我们年轻人知道自强不息，国家才能强盛变强，我们才能不受战乱的侵扰。我们年轻人要学习最先进的科学技术，反哺到国家身上。

也不用担心生活在和平年代的我们，没有报效祖国的机会。当我们遵守交通法则，不闯红灯的时候，其实已经是在为祖国做贡献了；看到有不法分子在搞破坏的时候，我们马上打电话报警，其实也是在为祖国做贡献了，生活中这样的小事情其实还有很多的。

我们不一定要做出什么轰轰烈烈的事情才能算得上是为祖国作出贡献，生活在和平年代的我们，只需要安份守己，做好自己的事情，作为学生每天努力学习，其实对于国家来说，你的贡献已经是很了不起的了。

一个国家之所以能强大，靠的不是某个人的丰功伟绩。而是我们无数普通人的贡献。正是因为有了无数中国人的奉献，我们国家才能成长到今天的地步。