

2023年青马班第一节课心得体会 第一课 心得体会(优质9篇)

心得体会是对一段经历、学习或思考的总结和感悟。我们应该重视心得体会，将其作为一种宝贵的财富，不断积累和分享。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。

青马班第一节课心得体会篇一

心得体会应由本人根据自身实际情况书写，以下仅供参考，请您根据自身实际情况撰写。

第一课心得体会

第一课是我在大学期间上的第一门课程，也是我人生中非常重要的一个经历。在这门课程中，我学到了很多关于社会、人生、文化等方面的知识，也深刻地认识到了自己的不足和需要改进的地方。

在第一课中，我们首先进行了自我介绍和相互了解。在这个环节中，我认识到了每个人都有自己独特的个性和特点，也让我更加深入地了解了自己。我意识到自己有很多需要改进的地方，比如沟通能力、表达能力等等。同时，我也认识到了自己的优点，比如善于思考、善于总结等等。

接下来，我们进行了课程内容的讲解。在这个环节中，我学到了很多关于社会、人生、文化等方面的知识。比如，我们讨论了人生的意义和价值，探讨了不同的文化背景和价值观对人的影响等等。这些知识让我更加深入地了解人类社会的多样性和复杂性，也让我更加自信地面对自己和他人。

最后，我们进行了课堂讨论和互动。在这个环节中，我们进

行了小组讨论和角色扮演，探讨了一些社会热点问题和文化差异等等。这些讨论和互动让我更加深入地了解不同人群思想和观点，也让我更加清晰地认识到了自己的不足和需要改进的地方。

总的来说，第一课是一个非常有意义和充实的经历。通过这次课程，我学到了很多关于社会、人生、文化等方面的知识，也深刻地认识到了自己的不足和需要改进的地方。同时，我也更加自信地面对自己和他人，更加积极地参与社会生活。我相信，这次课程将会对我未来的学习和生活产生积极的影响。

青马班第一节课心得体会篇二

市政是指政府在城市中进行的管理和决策。作为市政工作者，我们需要掌握相关的知识和技能，以便更好地履行自己的职责。在参加市政第一课的学习过程中，我深刻体会到了市政工作的重要性和复杂性。下面，我将从市政工作的意义、困难与挑战、解决问题的方法、个人素质的要求以及自身的改进方面，展开论述。

市政工作的意义不可忽视。一个良好的城市环境是人们幸福生活的基础，而市政工作就承担着建设和维护良好城市环境的重任。市政工作的意义在于提供人们的日常生活所需的基础设施，如道路、桥梁、排水系统等，为居民提供便利。此外，市政工作还涉及城市规划和管理，保障城市的有序发展和居民的安全。因此，市政工作不仅仅是一种职业，更是一项光荣而神圣的事业。

然而，市政工作也面临着许多困难与挑战。首先，城市的快速发展和人口的增长给市政工作带来了压力。由于资源和人力的有限性，市政工作者需要处理好各种矛盾和问题，确保城市的可持续发展。其次，市政工作涉及的领域广泛，需要具备多方面的知识和技能。从城市规划到环保治理，从交通

管理到公共服务，市政工作者需要具备全面的背景知识和专业技能。此外，市政工作也需要与各方面的利益相关者进行合作，协调各方面的利益关系，确保市政工作的顺利进行。

在解决问题的方法方面，常常需要市政工作者具备科学的决策能力和团队合作精神。市政工作涉及的问题通常是复杂的，需要全面的思考和分析。在制定政策和规划时，我们需要采取科学的方法进行预测和评估，以减少不可预见的风险。与此同时，市政工作者还需要具备良好的沟通和协调能力，与各方面的利益相关者进行有效的沟通和协商，以达成共识并解决问题。只有这样，才能真正解决市政工作中的困难和挑战。

市政工作对市政工作者的个人素质提出了高要求。首先，市政工作者需要具备较高的政治素养和道德素质，为人民服务、为社会公益做出贡献。其次，市政工作者需要具备优秀的组织和管理能力，能够有效地规划和管理市政工作。此外，市政工作者还需要具备较强的应变能力和解决问题的能力，将面临的困难转化为机遇，创造更好的城市环境。

在自身的改进方面，作为一名市政工作者，我应不断提高自身的素质和能力。首先，我会持续学习和积累知识，不断提高自己的专业水平。其次，我要增强自身的沟通和协调能力，与各方面的利益相关者进行积极的互动和合作。再次，我要加强自身的创新意识和问题解决能力，以更好地应对市政工作中的挑战和困难。最后，我要保持积极向上的心态和态度，以乐观、积极的心态面对市政工作中的问题和压力。

总的来说，市政工作的意义重大而挑战艰巨，需要市政工作者具备全面的知识和技能。解决问题的方法需要科学决策和团队合作。个人素质的要求包括政治素质、管理能力和解决问题的能力。作为一名市政工作者，我会不断提高自身的素质和能力，为建设美丽宜居的城市贡献自己的力量。

青马班第一节课心得体会篇三

今天，是9月1号，是开学的第一天，我们在学校里观看了视频《开学第一课》，主题是《幸福》。看了开学第一课，我受益匪浅。

幸福是什么？幸福是感受父母无私的奉献，是真挚的爱，幸福是感恩、是分享、是快乐的传递，对于一个山区的孩子来说，幸福却如同格林童话。

女孩孟佩杰8岁时，母亲瘫痪在床上不能动，然而恶魔并没因此止住脚步，反而变本加厉，不久后父亲便丢下他们，撒手人寰。

生活的重担就无情的落在了佩杰的身上。从此他便每天不到六点钟就起床，开始照顾母亲，喂母亲吃饭，母亲是吃上热腾腾的饭菜了，可他为了上学不迟到，只能一边跑一边啃着凉馒头，一路小跑来到学校。放学时又跑到菜市场去买最便宜的菜，带回家做饭，来回往返，一天不知道要跑多远的路，但这些对他来说都是微不足道的，他只有一个信念，那就是“尽自己最大的努力，照顾好母亲”。

白驹过隙，这样的日子一过就是12年，坚持了4000多个日日夜夜的他，从未有过怨言。想想自己以前的所作所为，突然觉得自己好不孝，但又好幸福。

孟佩杰的事迹让我感动，另一个叫刘浩的小男孩让我佩服。刘浩今年10岁，4岁开始学电子琴，7岁开始学钢琴，也许你觉得这没什么稀奇，但是，刘浩，看不见！虽然是个盲童，但是他很自信、自强不息、不自卑，他这么坚强是因为有个坚强的妈妈。刘浩的妈妈把五线谱翻译成盲谱，一针一针中诠释出母爱的伟大！

看了这一课，我感受到了幸福。幸福是感恩、奉献，有爱就

有幸福，帮助别人能让自己更快乐。我高呼着幸福宣言：我要成长，我要乐观，我要自信，我要超越，我要感恩……过好自己的幸福生活。

青马班第一节课心得体会篇四

第一课心得体会应由本人根据自身实际情况书写，以下仅供参考，请您根据自身实际情况撰写。

我非常荣幸能够参加这次第一课，这是一次非常有意义的学习体验。在这堂课上，我们学习了如何提高自己的思维能力、如何有效地沟通和协作、如何处理压力和挑战等方面的知识。

在这次学习中，我深刻地认识到了思维的重要性。思维是我们人类最重要的能力之一，它可以帮助我们更好地理解世界、解决问题、创造价值。通过学习，我学会了如何提高自己的思维能力，例如通过多角度思考、逻辑思维、创新思维等方法，使自己的思维更加灵活、全面、深刻。

此外，我还学到了如何有效地沟通和协作。在工作中，沟通和协作是非常重要的能力，它可以帮助我们更好地理解同事、领导和客户的需求，更好地解决问题。通过学习，我学会了如何有效地沟通和协作，例如通过倾听、表达、协商等方法，使自己的沟通和协作更加高效、流畅。

最后，我还学到了如何处理压力和挑战。在工作中，压力和挑战是不可避免的，但是我们可以采取一些方法来缓解压力和挑战，例如通过运动、休息、寻求帮助等方法，使自己的情绪更加稳定、积极。

总之，这次第一课是一次非常有意义的学习体验。通过学习，我深刻地认识到了思维、沟通和协作等方面的重要性，并且学会了如何提高自己的能力，使自己更加优秀。我相信，在未来的学习和工作中，我会更加努力地学习和实践，不断提

高自己的能力和素质，为公司和团队做出更大的贡献。

青马班第一节课心得体会篇五

心得体会应由本人根据自身实际情况书写，以下仅供参考，请您根据自身实际情况撰写。

《学会生存》这首歌，我在第一次听到时就被深深地打动了。这首歌的歌词，用简单而富有深意的语言，传达了人类生存的真谛。这首歌是由著名音乐家贝多芬创作的，他通过自己的亲身经历和观察，深入探讨了人类生存的意义和价值。

在歌词中，贝多芬用“学会生存”这个主题，表达了人类在面对困难和挑战时，需要学会如何生存下去。他指出，人类需要拥有坚强的意志和勇气，才能在逆境中生存下去。同时，人类也需要学会如何与他人合作，才能共同生存下去。

在听这首歌时，我深深地感受到了贝多芬的用心和情感。他的音乐，让我在心灵深处产生了共鸣。我意识到，人类在面对困难和挑战时，需要坚持不懈，不断前行，才能走向更美好的未来。

除了贝多芬的音乐，我还有其他的收获。通过这次学习，我意识到，我们应该珍惜生命，热爱生活。在日常生活中，我们应该保持积极向上的心态，乐观面对生活中的一切困难和挑战。同时，我们也应该学会感恩，珍惜身边的人和事，感恩生命中的每一份美好。

总之，《学会生存》这首歌给我带来了深刻的启示和感悟。我相信，在未来的生活中，我会时刻牢记这首歌的歌词和贝多芬的音乐，用它们来激励自己不断前行，不断成长，努力让自己变得更加强大。

青马班第一节课心得体会篇六

市政是一个国家或地区统治者对城市事务的管理和规划。而市政第一课则是市政管理者和相关从业人员接受市政培训的第一课，是他们了解市政工作的基础。在我参加市政第一课的培训中，我深刻体会到市政工作的重要性和挑战。以下是我对市政第一课的心得体会。

首先，市政第一课教会了我市政的基本知识和理念。在课上，我们学习了市政的定义、历史背景和主要任务。市政工作是一个综合性的管理工作，涉及到城市规划、交通管理、环境保护、公共服务等多个方面。市政部门要根据城市发展的需要，制定相应的政策和计划，并通过各种手段来实施和监督。市政理念则是指市政工作的价值观和目标，包括公正、公平、高效、可持续发展等。这些基本知识和理念的学习，帮助我更加全面地了解了市政工作的本质和重要性。

其次，市政第一课提升了我的管理能力和应变能力。在市政工作中，管理能力是非常重要的，因为它涉及到资源的合理配置、人员的管理和决策的制定等问题。市政第一课通过案例分析和模拟实践等方式，让我了解了市政工作中常见的问题和解决方法。例如，在一次模拟项目中，我们需要制定关于新建市政设施的议案。在团队讨论和辩论的过程中，我学会了如何收集信息、权衡利弊、组织团队和做出决策。这些实践经验对于提高我的管理能力和应变能力非常有帮助。

再次，市政第一课增强了我对公共事务的责任感和使命感。作为市政从业人员，我们的工作关乎公众利益的，我们要为市民提供优质的公共服务和良好的城市环境。这需要 we 具备一定的责任感和使命感。市政第一课通过实地考察和专家讲座等方式，让我了解到了城市的问题和挑战，例如交通拥堵、环境污染、社会不平等等。这些问题的解决需要市政部门和公众的共同努力。作为市政从业人员，我们要时刻提高认识，积极主动地为公众服务，为城市的发展贡献自己的

力量。

最后，市政第一课帮助我认识到了市政工作的困难和挑战。市政工作是一个复杂而繁琐的工作，需要各个方面的协调和合作。在市政培训中，我们学习了市政工作中的常见问题和解决方法，例如政策制定、项目实施、监督检查等。这些问题的和方法的学习，给了我很大的启发和帮助。但是，市政工作的困难和挑战还远远不止这些，例如政策的推行困难、利益分配的矛盾、预算的不足等。面对这些困难和挑战，我们要有足够的勇气和智慧，通过不断学习和创新，寻找解决的办法。

综上所述，市政第一课是我对市政工作的一次重要体验和学习。通过这次培训，我对市政的基本知识和理念有了更深入的了解，提升了我的管理能力和应变能力，增强了我对公共事务的责任感和使命感，认识到了市政工作的困难和挑战。我相信，只有不断学习和提高自己，我们才能更好地为市政工作做出贡献，为城市的发展创造更美好的未来。

青马班第一节课心得体会篇七

世界，因为有了爱儿多了感动；世界，因为感动而，而多了感恩；世界因为感恩而多了爱，爱与感恩擦出了一束束美丽的火花，在你我的心中悄然燃起……吃饭时，看到母亲的头上又多了几根根银丝，眼角的皱纹，像一条条浅浅的河流，愈来愈多了。饭后我独自走在小路上，夜，静静地。我抬头凝望，似乎每颗星星上，都镌刻着一个熟悉的字眼——妈妈。

微黄的泛着水汽的苹果，温热的气息已经扑面而来，带着母亲的温暖，像是冬日的阳光，而我醉了的心，悄悄滴再长大。

我并不容易吃生冷的，吃了容易胃疼。也不知什么缘故，偏偏我喜欢吃冬季的苹果，凉津津的职业带给胃的刺激自然是少不了的，妈妈多次提出要把苹果热一热再吃，却总被我一

口否决，加热了就不新鲜了。无奈，妈妈只能给我倒一杯热水，温温我的胃，在我胃疼时便数落边给我跑蜂蜜水。我则挤眉弄眼，丝毫不以为戒。

做完了作业，欣赏着美文，头也不抬的说，我口干，削个苹果。一会便被塞了个热乎乎的东西，我有些惊诧怎么用微波炉加热，妈妈捧了一个水杯，说，没有，是纯天然的、纯手工、可食用。我一时不觉得像微波炉加热的，变大咬一口，不同以往的凉意，相反，温热的仿佛果肉也将要融化。果肉中的汁液在口腔中肆意，所接触到的牙齿似乎也被冷的失去知觉，有种丝丝缕缕的温热萦绕着，仿佛是一个无形的网，秘密的笼罩着他们。虽然要起来不如以往的清脆，可那温吞的、充斥了整个口腔的不再是透心凉的甜，而是想在热水里泡开来的甜，是可以暖心的，温暖地包住整个心房，直到暖意进到最深处，莫名的搓中那心里那一处柔软的地方。我没有像以往那样大口吞咽，而是慢慢咀嚼着，想让甜继续环在心头。微黄的苹果那般可爱，同妈妈一样，像太阳不断给予我的温暖，却没有太阳炎热到令我窒息的温度，而是涓涓式的温暖，一点一点的融化在了心中，覆盖着一层雪，成了感动的泪。突然觉得自己好幼稚。从那个黄苹果开始，我懂得了母亲的温暖，哪怕以后两人之间的距离再远，长大的我也会奋力奔跑，去牵住母亲的手，互相依偎，带给他我的去温暖暖。记忆中，妈妈无数次的深夜陪我写作业，儿时的无数篇童话故事吸引着我，是我对文学别友情，如今我已经能执笔成作了。我要把它写成一本书，来记录我们的生活，送给您。

妈，你辛苦啦，但教会了我以爱相城回报

青马班第一节课心得体会篇八

年的第一课，常常是在新年伊始的一天，在这一天，我们不仅开始新的学习征程，也迎来了全新的一年。回首过去的一年，我不禁感慨万分。去年的我充满期待，满怀憧憬迎接新

的挑战，但我也因此犯了许多错误，经历了许多挫折。然而，这些挫折与错误，却是我成长的源泉，使我更加坚定在新的一年里要有所突破。因此，我对年的第一课抱有极大的期待。

第二段：班主任的激励

正如我所预料的那样，年的第一课确实是给我们带来了满满的动力与鼓舞。班主任首先分享了她个人在去年所取得的成绩和遭遇到的困难，她告诉我们人生的路并不平坦，充满坎坷和挫折，但只要我们保持积极向上的心态，坚持努力，就一定能在逆境中找到成长的机会。她的话让我深受鼓舞，也让我明白无论遇到什么样的困难，都不应该放弃，而应该坚持下去。

第三段：培训师的分享

接下来，一位培训师走进了我们教室。他是一位有丰富经验的长者，他与我们分享了他自己在长年累月间积累的经验和他的调查报告，告诉我们如何面对新的一年，如何设定目标并制定计划。通过他分享的故事和经验，我明白了制定目标的重要性，只有有目标，才能有方向和动力，才能更好地奋斗。

第四段：新的开始

在年的第一课中，我还获悉了许多新的开始。班主任告诉我们，学校将组织一系列的拓展活动，让我们更好地锻炼团队合作能力和解决问题的能力。同时，她还宣布了学校优秀学生的评选标准和奖励计划，希望我们能积极参与其中，争取获得更多的荣誉。这些新的开始让我兴奋不已，我觉得自己有了新的机会和挑战，这也促使我更加努力地学习和成长。

第五段：对新年的展望

年的第一课让我深受启发，也让我充满了对新的一年的期待。我深知新的一年将带给我更多的机会和挑战，我希望自己能够在新的起点上，不断进取，努力进步。我将认真落实班主任和培训师的建议，认真制定自己的规划和目标，在新的一年里，以更加饱满的激情和勇气去面对各种困难，不断超越自我，追求更大的突破。

总结：年的第一课是我迎接新的一年的开始，它带给我了动力、鼓舞和警醒。我明白了去年的挫折和错误是成长的机会，我更加坚定了自己要努力学习和成长的决心。我相信在接下来的日子里，我会不断努力，追求更大的成就，去实现自己的梦想。这是我对年第一课的心得和体会。

青马班第一节课心得体会篇九

昨天晚上7：30分，我和爸爸、妈妈一起坐到电视机前看了《开学第一课》。

今年《开学第一课》的主题是我的'梦，中国梦。是由四个主题班会贯串而成的。

第一个主题班会的主题是我的梦，班长是唱歌非常动听的豆豆，班主任是李连杰叔叔。他们分别说出了自己的梦想。李连杰叔叔的梦想有好多个，主要有武术、电影、公益等。著名的壹基金就是他创建的。他现在的梦想是：怎样用感恩的心往回馈世界，不只是中国。这是怎样博大的一种胸怀呀！

李连杰叔叔说的这句话使我倍受鼓舞：我不知道梦想能走多远，但是一定要有梦想。他说的另外一句话却给我敲响了警钟：我最后悔的一件事就是小时候没有好好学习，以致于在实现梦想的进程中碰到了很多障碍、困难和痛苦。

课间休息时，节目安排了一个关于信任与协作的小游戏搭建梦想长城，是由八个人共同完成的，当偷窃椅子的一霎时，

我提心吊胆，还以为他们会集体摔倒在地呢，结果，令我不可思议的场面出现了：他们竟然没有摔到，用身体连接成的圆圈使他们相互支持，足足维持了五秒钟！

第二个主题班会的主题是坚持梦想，班长是来自青海玉树的才仁旦周，班主任是创建淘宝网和阿里巴巴的马云叔叔。有两个自小失往了双臂的哥哥震动了我的心灵。杨孟衡哥哥在他的奥运冠军梦幻灭后，他没有放弃，回到学校后，开始了加倍努力的学习，终究在今年的高考中以文科第一的优异成绩考取了中山东大学学。刘伟哥哥有一个钢琴梦，他经过量年的辛苦练习，终究能用脚弹出美好的钢琴曲了。马云叔叔在最后的演讲中说到：只有一次次的尝试，才能有机会。一个成功后面，最少有一个错误，没有眼泪，没有汗水是不可能成功的。坚持，永久不要放弃！

第三个主题班会的主题是探索梦想，班长是来自台湾的两个活泼可爱的小姑娘，班主任是试飞英雄李中华，他的蓝天梦一直指引他前行。他说：希看是每个人前进的不竭动力。

第四个主题班会的主题是中国梦，班长是在唐山东大学地震里演那个小女孩的张子枫，班主任是章子怡。在船曲泥石流中遇难的一个小女孩韩璇的爸爸和她的校长也来了。在韩璇遇难后，爸爸用双手将她从泥浆里刨出来，看到爱女浑身是泥，他勇士将女儿的头发洗干净，重新编好了。当节目中展现出那张足以令全球感动的父亲的手的照片时，我也再一次地被感动了，父爱无边呀！

在节目行将结束时，我们用手机发短信捐了五元钱，是从我的零花钱里拿出的。