

2023年辽宁开学第一课体会 辽宁省开学第一课心得(实用20篇)

环保宣传语可以激发人们的环保意识，促使他们采取积极的环保行动。如何倡导环保理念与行动？以下是小编为大家搜集整理的一些关于环保的宣传范文，供大家参考学习。

辽宁开学第一课体会篇一

五月的日历已翻到了最后一页，夏的燥热已充斥满了整个校园，离别的笙箫也即将吹响。

5月31日下午，外文系分团委在王营校区a阶105举办了考研经验交流会。已考上西南财经政法大学法学专业研究生的薛飞飞，四川__语学院和四川大学翻译与翻译理论专业研究生的王x[]汪x[]徐州师范大学对外汉语专业研究生的卢x为自己的学弟、学妹们讲解了如何选择学校与专业以及自己在考研过程中的一些经验和感受，使大家受益匪浅。

考研是一段艰辛、寂寞的旅程，需要坚定的.意志和顽强的拼搏支撑才能走完全程。他们为准备考研却不知从何着手的同学拨开了心中的迷雾，为学弟、学妹留下了联系方式随时准备帮助大家，并鼓励他们坚持自己的理想，走出一片美好的人生！

冰心说，成功的花人们只惊艳它现时的明艳，而当初它的芽浸透了奋斗的汗水，洒满了牺牲的血雨。是的，因为他们努力了，所以今天他们成功了！再过十几天，他们就要离开淮师了，离开自己的母校，开始一段新的旅程。祝他们在新的学习和生活中一帆风顺、万事如意！

辽宁开学第一课体会篇二

我的梦想是当一位厨师，由于我想要做菜给全世界的人吃，也想让流浪街头的人有饭吃，还要经营一家素食餐饮店，专门给吃素的人吃。

这个梦想是我看美食杂志后产生的，我看到厨师们煮出各式各样的菜肴，颜色鲜艳、摆盘讲究，每道菜好像都很可口。平常我也非常喜欢玩模仿厨师的游戏，所以愈加佩服那些大厨，并立志要当一名厨师。

有一次去餐饮店吃饭时，大家刚好坐在厨房旁边，我看着厨师把食材放进锅里，然后大火瞬间从锅里冒出来，菜肴在锅里翻滚数回后，厨师再把调味料一一加进来，三两下的功夫便煮出色香味俱全的食物，那精湛的厨艺真是令我着迷！那一刻我愈加确立要当个很棒的厨师！

想当厨师得先掌握煮东西，还要知晓如何做才会美味。所以我常上网查资料后，再试着训练；记得我首次先煎了一颗蛋，可惜烧焦了，但我不灰心努力的向母亲讨教炒菜的方法，也开始学习起厨师的精神——勇敢尝试开发新菜色。虽然现阶段失败率非常高，但将来我必须要让客人吃得赞不绝口，让大伙认同我是好厨师，我还要在世界各国开餐饮店，做个世界级的大厨。

每一个人多少都会有梦想，相信只须我努力去实践，肯定会达成目的的！所以我要勇敢的去面对将来，不畏艰难的去追寻我的梦想！

辽宁开学第一课体会篇三

2020年，因新冠疫情的蔓延，学生们在家待了半年。虽然拥有越来越完备的线上教学资源，但是在家学习与到校实体学习是两种截然不同的感受。开学第一天，我早早地就来到了

学校门口等待开门。此时已经是早上七点钟，但是门还没有开。这种等待的感觉，让我仿佛回到了过去的生活中。

第二段：校园换新

进入校园里，周围都是异样的感觉。校园里安静的让人有些寂寞，虽然没有人群拥挤，但是当我荡着秋千的那一刻，我感受到了校园前所未有的恬静与美好。一切在以自己的方式回归了正常，这种正常是来自校园的一种信仰与传承。

第三段：老师的寄语

第一课上，老师给我们留下了深刻的印象。不是因为给我们讲了什么新知识，而是因为老师在课上对我们的期望与寄语。我听到了老师对我们的关心与鼓励，以及对未来无限的期望。正是在这种期盼与鞭策下，让我更加地努力学习。

第四段：班级交流

同学们刚进入课堂，都有些生分与陌生。但是在课堂上，我们进行了轻松的自我介绍，这种交流让我们感受到彼此之间的亲近。同学们在交流中发现了自己的相同点与不同点，同时也做好了相互帮助的准备。

第五段：对未来的展望

开学第一课让我懂得了很多东西，这对于我未来的学习生涯有着非常重要的意义。我感受到了一种新奇感与认同感，并且对自己未来的学习与生活有了新的期盼。在未来的日子里，我将会珍惜这段时间，努力学习，为自己的未来打下坚实的基础。

疫情的爆发让我们度过了一段比较特殊的时间，但是在这段时间中我们也得到了成长与启示。等待开学第一课，不仅仅

是期待着能够再次回到校园，更是对自己未来的展望。在这个瞬间里我们更加珍惜现在所拥有的一切，更加清楚自己未来的目标与方向。这次等待，是我们成长与蜕变的过程，是我们一步步迈向未来的过程。

辽宁开学第一课体会篇四

第一段：开学第一课的重要性（引入）

开学第一课作为新学期的开始，对于每个学生来说都是格外重要的。在这课堂上，我们既是接收者，也是参与者，通过这门课程，学生可以迅速适应新的学习环境，并获得必要的信息和技能。因此，每个学生都应该充分重视并对此进行深入思考。

第二段：从校纪校规入手（观点一）

开学第一课往往以向学生传达校纪校规为主要内容。在这课堂上，我们不仅了解到学校的各项规章制度，也明白了它们的重要性。校纪校规是维护学校秩序、培养学生良好行为习惯的基础，它们的贯彻执行直接影响着学校的整体环境和学生的成长。因此，我们应该牢记校纪校规，时刻以规矩立身，力求做一个守纪律、守秩序的好学生。

第三段：关于学习方法的思考（观点二）

开学第一课也经常涉及到学习方法的问题。在这课堂上，老师教给我们很多学习技巧和方法，如如何进行有效的课前预习，如何合理安排时间等等。这引发了我对自己的学习方法的思考。我深刻认识到，学习方法是我们学习的基石，只有找到适合自己的方法，才能事半功倍地学习。因此，我决定从现在开始，不断调整和完善自己的学习方法，提高学习效率。

第四段：珍惜学习机会（观点三）

开学第一课上，学校通常会向学生介绍新学期的课程计划和教学计划。这让我意识到，学习是一种特权，而每个学期的开学第一课则是一个新的学习机会。我们应该珍惜这个机会，努力学习，追求知识。同时，我们也要明白，知识是一种财富，我们要充分利用学校提供的资源和时间，广泛获取知识。只有把握住每一次学习机会，我们才能成为真正有价值的人。

第五段：展望未来的学习生活（总结）

开学第一课结束后，我对将要开始的新学期充满了期待。我将以本次开学第一课作为契机，积极改进自己的学习方法，做一个遵守纪律、有梦想、勇于探索的好学生。我相信，只要我们努力学习，严守纪律，我们一定能收获优异的成绩，度过充实而有意义的学习生活。

（总字数：514字）

辽宁开学第一课体会篇五

每个人都有自己的理想。理想是指路的明灯，有了理想，才有方向；有了理想，学习才有进步，人生才会有价值；有了理想，才会过得快乐；有了理想，生命才会显得如此宝贵。我的理想是当一名光荣的老师。

在上五年级的时候，我就萌生了这个念头。每个人都是在老师的教导下获得知识，如果没有了老师，我们就不会得到好的工作。

如果我当上了老师，我会毫无保留地把知识传授给学生，教会他们做人的道理。老师就像一根蜡烛，燃烧自己，照亮别人；老师就像天空中灿烂的阳光，给学生带来了崭新的一天，老师还像是花园里辛勤的园丁，培养着我们这些可爱的小花

苗。

为了实现这个理想，我还要做出更大的努力，不管这条路有多么坎坷，有多么难走，我都要坚持走下去！从现在开始，我一定要为了这个理想而奋斗。努力学习更多的文化知识，认真完成各科作业，上课时认真听讲。发扬优点，改正缺点，平时多锻炼身体，增强我们的体质。为了自己的理想，努力奋斗吧！老师是一个受人爱戴、尊敬的职业，做老师让我觉得特别有荣誉感，对人民的利益有好处，所以，我想当老师。

我们每一个人都有自己的理想，可每一个人实现理想的方式不同。有一些人努力奋斗，直到理想实现，而有一些人成天做白日梦，不为实现自己的理想而奋斗。我一定会采取实际行动，来实现我心中的老师梦！

辽宁开学第一课体会篇六

理想，谁没有？没有理想的人就好比一只没有翅膀的鸟。有的人理想是成为百万富翁，有的人理想是成为明星，也有的人理想是当一名普普通通的教师……我的理想是与比尔·盖茨一样的一名电脑天才。

为什么会有这样的理想呢？那是因为迈入了21世纪，电脑已是我们生活中一种不可缺少的工具。比尔·盖茨是世界首富，电脑界的领军人物，我十分钦佩他，希望自己也能成为与比尔·盖茨一样的电脑天才。

为了实现我的天才梦，爸爸妈妈特地把我送到了电脑培训班，每周星期天都要训练。

我相信我以后肯定会比比尔·盖茨做得更好、更出色，一定会屹立在比比尔·盖茨更高的山峰。那时，我将为祖国在电脑领域站稳脚步，我们中国人也将用上自己的电脑处理器，用上自己开发的电脑软件，而且还是比微软，比奔腾更好的。

现在我的技术虽然还不错，但离实现天才梦的要求还远着呢！但“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”我一定会用自己的辛勤与汗水去实现我的理想！

辽宁开学第一课体会篇七

幻想着，寻觅着，等待着。其结果可能是不理想的，你不需要付出，不需做任何有意义的事；也可能是很美好的，但一定要用辛勤的汗水来浇灌。

我寻觅。美好的未来到底在哪儿？我到处寻找。我翻开地下的土层，发现有许多小虫在奔波忙碌。再来看看来来往往的行人，我才明白生活的脚步如此之快，我应该学习那些小动物，虽然自己非常卑微，但仍然相信自己能给世界创造美好。而我自己的人生呢？我相信，虽然不能像烟花一样绽放在灿烂的天空中，但总有属于自己的一个季节，而且会越来越精彩！

经历了这么多的事情，我深深地体会到，未来最重要的是——等待！等待未来，不是凭空地等待，而是必须付出艰苦的努力！我们应该努力地克服困难！我曾在书上看到过这么一则故事：里面说道：人大脑的壳是十分坚固的东西，想要把它完整地取下来是非常艰难的事情。但有人想出了一个办法，就是把种子放到脑壳里，给它适宜的温度与湿度，最终，发芽的种子完整地取出脑壳了出来。种子虽然微小，但力量却如此强大！

未来，需要你努力探索，艰苦奋斗。即使你如此微小，也要努力为未来奋斗，不断激发你潜藏的力量！

同学点评：这是一篇以励志为主题的文章。主要写了“我”应该怎样为未来奋斗。文题第一眼就让人觉得十分有吸引力，表达了作者的情感。本文语句通顺，发人深省，感觉写得不错。

辽宁开学第一课体会篇八

作为一名正在读大学的学生，等待开学第一课的心情是复杂的。在等待的时间里，我总结出了一些心得体会，希望能与大家分享。

第一段：心态决定一切

在等待开学第一课的时间里，我发现自己的心态很重要。如果我有着积极向上的心态，那么即便等待的时间很长，我也会保持耐心，并且会做更多的准备工作，比如准备好每门课程的材料和复习资料。相反，如果我的心态不好，我就会变得焦躁不安，无法专注学习，并且会错过一些非常重要的信息和学习机会。因此，好的心态是等待开学第一课过程中非常重要的。

第二段：合理安排时间

在等待开学第一课的过程中，合理利用时间也非常重要。我会制定一个详细的时间表，将每个任务的时间分配到不同的时间段，以确保我有足够的时间完成所有的安排。此外，我也会留出一些时间用来休息和放松。这样做不仅有助于提高效率，还可以确保我在等待开学第一课期间保持良好的身体和精神状态。

第三段：精神调整

等待开学第一课的过程中，也将是一段精神调整的时间。因为在暑假和寒假期间，我们可能会陷入一些不健康的生活习惯，包括长时间看电视、刷手机、吃垃圾食物等。因此，在等待开学第一课的过程中，我们应该学会如何摆脱这些不健康的生活习惯，改变自己的行为方式，保持健康和积极向上的心态。

第四段：提前做好准备

等待开学第一课期间，我们还可以利用这段时间来提前做好准备工作，包括准备好必备的书本、文具、复习材料和笔记本。此外，我们还可以尝试花时间了解一些有关课程的内容，了解老师的授课方式、讲义等资料。这样做可以帮助我们更好地适应新的学习环境、提高学习效率和学习成绩。

第五段：焕然一新的开始

当等到开学第一课开课时，我们会感到一种焕然一新的开始。我们要以全新的心态、更高的自我要求和更严格的学习计划，开启新的学期和新的生活。通过这样的方式，我们可以更好地抓住自己的学习机遇，快速提高自己的学业成绩。

通过上述的五点心得体会，我们可以在等待开学第一课的时间里保持积极向上的心态、合理安排时间，精神调整，提前做好准备，让自己成为一个更好的学生。未来，我们也一定会取得更好的学习成绩，并为自己的未来发展奠定稳固的基础。

辽宁开学第一课体会篇九

开学第一课是每个学期中最特别的一堂课。它不同于其他普通的课程，它的目的不是为了教授新的知识，而是为了让我们认识学校的文化、价值观和规章制度，同时也代表了新的开始和新的挑战。在这样一个特殊的场合，我深刻地意识到自己身为一名学生的责任和使命。

第二段：认识学校的文化

在开学第一课中，我们认识了学校的悠久历史和文化遗产。学校有着独特的校训和校风，同学们也在其中获得了某些宝贵的经验和教训。我们也了解了学校的发展方向和愿景，我

们的素质教育目标是立志于“培养有爱、有责任、有激情、有道德”的现代化人才。身为学生，我们应该学习并拥抱这种文化背景，积极投入到校园文化建设中去。

第三段：了解学校的价值观

开学第一课还向我们展示了学校的价值观和行为准则。学校具有的价值观包括：诚信、敬业、创新和合作等等。这些价值观不仅是我们的学习和发展的重要信念，也是我们生活领域里的重要准则。我们还学习到了学校的行为准则，了解哪些行为是不允许的、哪些是需要尊重和遵守的。通过了解这些准则和规定，我们能够更加了解学校的运作方式，帮助我们更好地融入到学校的生活中。

第四段：认识学校的重要制度

开学第一课中，我们还学习了学校的重要制度：包括学生的学籍管理、课堂纪律、通行和承认的中外文教材等等。同时，我们还了解到学校的教师、学生和家長在学校管理中各有分工。我们自己的表现也会影响到学校的整体形象，我们需要珍惜自己所获得的一切资源，让这些资源为我们的学习和发展提供有力的支持。

第五段：个人的体会与反思

在开学第一课中，我得到了许多新的认识和启示。首先，作为一名学生，我应该了解学校的文化、价值观和制度，这有助于我们更好地投入到学校的文化建设中，从而更好地学习和成长。同时，我们需要了解学校的制度规定，从而在学习生活中更加有序、安心。接着，我深刻地感到作为一名学生，我们不仅要关注自己的学业成绩，还要发现自己的兴趣，选拔自己的特点，珍惜自己的青春和时间，尽可能地获取更多的成长和经历。最后，我还意识到要在校园内与多样性文化相适应，尊重他人的权利和差异，互相帮助，形成和谐的社

会学习环境。

结论：

开学第一课是一个非常重要的契机，让我们对学校有了更清晰、更全面、更直观的认识。我们要把某些东西变成自己的内化的东西，将思想放到行动，从而巩固我们的信仰和理想，同时，也激发我们对于更多知识和技能的探究和追求。我们要与学校的发展同步，以更有发展，更符合自己价值观的方式自我成长和提升。

辽宁开学第一课体会篇十

第一节新学期开始，许多学生都迫不及待地等待着开学第一课。对于许多人来说，这是一个全新的开始，他们可以放下过去，展望未来。对于其他人来说，这是一个机会，他们可以庆祝与好友的重聚，重新开始他们的友谊。因此，我想谈谈关于等待开学第一课的心得体会。

第二段：心情和期望

当我等待开学第一课时，我的内心充满了期待和兴奋。毕竟，我对学习新事物和遇见新朋友感到非常热爱。我还期待着能够在新学期中发现自己的潜力，并成为更好的自己。我相信这是每个学生在新学期开始时期望的东西。

第三段：开学第一课的感受

开学第一课往往被看作是一个展示学校或课程特点的机会。这可能让您感到轻松和令人愉快。但是，确实有时候开学第一课会神经紧张。在这种情况下，我尝试保持积极，让自己有信心，并记住我们只是开学的第一天。此刻，我也会为自己设立一些目标和计划，以确保我在新学期中取得成功。

第四段：新学期的挑战和机遇

每个学期都有自己的挑战和机遇。例如，随着课程的推进，您可能会发现自己在某些学科或主题上遇到更大的挑战。您可能需要额外的努力和更多的时间来理解和掌握这些主题。另一方面，这个新学期也会带来许多机遇。例如，您将会遇到新的人，参加新的活动，并且可以展示自己的才华和技能。

第五段：总结和建议

总之，新学期会带来许多变化，其中包括学术的复杂性，新朋友和新机遇。我们必须保持充满活力和热情，这样就可以迎接新的挑战 and 机会。我建议每个学生在新学期开始时设立一些目标和计划，以便最大程度地利用这个机会。希望在新学期中大家都能取得成功！

辽宁开学第一课体会篇十一

理想是一把万能钥匙，帮助我打开了知识大门；像一个指南针，我们迷茫时，指给我们道路；又像一盏盏灯，点亮了心里的阴霾。

我的理想是在看完电影《攀登者》而来的。我的理想就是攀登珠穆朗玛峰。电影里的情景深深地吸引了我，中国是第一个登上珠穆朗玛峰的国家，可是当时有雪崩，为了救队长，他们不顾录像，扔掉相机，来救队长，我被他们勇于攀登的精神深深地打动了。

攀登珠穆朗玛峰要强壮的身体，不怕困难，于是我就天天早晚都出去跑步，还报了一个可以教我们在珠穆朗玛峰生活下的补习班。那时是个炎热的夏天，我每天都坚持，妈妈刚把我从补习班接回来，我擦干头上的汗珠，拎起书包跑到房间里去，看老师教给我们活下来的办法，刚好在这时爸爸回来了，看我这么辛苦，切好西瓜对我说：“现在天气太热了，

等暑假结束后，我再送你去学习吧，好不好？”我坚决地说：“不好，我一定要天天练，这样我才能如愿实现自己的梦想。”爸爸听了把西瓜给我就走了，我吃着西瓜甜滋滋的，心想我长大后，一定要登上珠穆朗玛峰，为祖国添加一份光彩。

有志者，事竟成，破釜沉舟，百二秦关终属楚；苦心人天不负，卧薪尝胆，三千越甲可吞吴，不管天气有多寒冷多热我也要坚持下去，完成自己的理想。

辽宁开学第一课体会篇十二

开学第一课是每个新学年必不可少的环节，它不仅是对新生和老生的迎接，更是一种教育意义上的启示和启发。在这个过程中，我不仅和我的同学们一起感受到了新学期的气氛，也更深入地认识了自己，同时也更加明白了自己在这所学校的角色和职责。

第二段：认识自己

在开学第一课中，在老师的演讲和问答环节中，我给自己定下了新学期的目标，更加清楚地认识到自己的缺点和优点。老师的话让我明白了，不论是在学习还是在人际交往方面，重要的是要保持谦虚、学习和进步的态度。

第三段：认识同学和教师

开学第一课也是一个认识新同学和教师的好机会。在这个过程中，我结交了许多新的同学，学会了与不同人相处的方法，并建立了更多的人际关系。同时，我也认识到了我们的教师们是一群富有耐心、与我们共同成长的人。

第四段：明确角色和职责

通过这样一次开学第一课的体验，我更加明确了自己在这所学校的角色和职责。我认识到，学生应该以积极的态度学习，负责完成自己的任务，并提高自己的成绩和能力，同时还要洁身自好，积极维护校园文明。

第五段：总结

总之，开学第一课是一次充实而美好的体验，这个过程让我认识到了自己，并更好地了解了我的同学和教师，同时也明确了自己在这所学校的角色和职责。我相信，在今后的日子里，我会一如既往地保持自己的积极态度，不断提高自己的知识和能力，迎接更加美好的未来。

辽宁开学第一课体会篇十三

每个人都有自己的理想。教师，警察，医生，主持人……而我，想当一名歌手。

我知道当一名歌手并不容易，像周杰伦，林俊杰，邓紫棋，张杰那样的歌手，给歌坛产生了很大的影响。我知道他们能当上歌手不容易，每个闪耀的明星背后都要付出很大的努力，才能走上这条路。

从小到大我就喜欢听音乐，唱歌，每天脑子里都会出现那些熟悉的旋律。我在高兴的时候听音乐，有时候还会不知不觉的唱出声来；我也会在难过的时候听音乐，因为我认为听音乐能淡化烦恼，能把不开心的事给慢慢赶走。就这样，我慢慢地喜欢上了音乐。

我一天天在长大，知识一天天多了起来，也懂得了成功是由努力，坚持，天赋组成的。实现梦想=努力+坚持+天赋。失败了，就继续坚持。在哪儿跌倒，就在哪儿站起来，继续走自己的路。

想当歌星的人都有一个梦想，有自己的舞台，可以唱着自己的歌。很多人说我们不务正业，但我们只是用其他同学玩的时间，做着自己的梦。

让我们为了自己的理想加油吧！让我们的祖国更加强大！fighting！

辽宁开学第一课体会篇十四

理想，相信每一个人都有。因为它，可以改变一个人一生，改变一个人灵魂，它在人一生当中，担任着一个重要角色，使一个有理想人会奋力去追求上进，使自己一生过得有滋有味，有意义，死而无憾。

每个人生命都是一只小船，理想是小船风帆。一个成功人士必定有理想，如果没有理想，那永远也成不了器。

伟人之所以伟大，是因为他们有远大理想，他们为了自己理想付出了超出凡人代价，历经无数坎坷却毫不退却。他们身上有着永不熄灭灯：为理想，而奋斗。这并不是一个伟人信念，而是千千万万有巨大成就人士信念。诺贝尔为了实现理想，实验时炸伤了亲人；居里夫人为了理想，冒着寿命缩短危险接近镭。终于，为科学创下了奇迹，为人类做出了贡献，为自己理想踏出了成功阶梯，这是他们理想结晶。世界上重大发明与发现，有时还面临着受到驱逐和迫害风险。

每一个人都有理想，但理想并不是当凭想，而不行动，你有理想，你就应该朝它去奋斗，否则就像一块木头被遗弃了一样。

当然，我也有理想，过去我总是不知道怎样去奋斗，常常在头脑里想着我实现理想后样子很神气，但现在我知道这样是没用的。我明白了：只有根据实际，一步一个脚印去努力做好自己，定下自己近期目标话，才能有去实践自己远大

理想，这样人生才充实有意义，既然是实现不了，当然也就不会抱恨终生。一个有理想人就能成功。

理想是石，敲出星星之火。理想是火，点燃熄灭灯。理想是灯，照亮夜行路。理想是路，引你走向黎明。为理想，而奋斗吧！

辽宁开学第一课体会篇十五

开学一般伴随着雄心万丈的计划，新书新气象，却总以开学第一课敲响序幕。许多同龄人已然走出校门迈入社会，而我们还走在追求知识的路上。那么，开学第一课有何特别之处？它为我们带来了什么？接下来就让我为大家梳理一下个人的心得体会。

第二段：调适情况

那一年，我上高三，教室里空灵的烟雾不时弥漫着。老师在黑板上写出“高三”二字后，大多数人脸上都露出了无法掩藏的紧张。这个时候，老师的第一句话直接撞进我的心里：“高三就是一场长跑，跑的是你们的能力和耐力。”用一句话，老师让每个人都明白，要想跑过终点，需要身心状态的完美调适。

第三段：目标和信念

当我们意识到自己已经跑不开高三的潮流时，我们才真正意识到自己必须有一个清晰的目标和坚如磐石的信念。我们不是为了别人，而是自己。老师告诉我们思考一个问题：“你想以有什么样的人生回忆结束自己的人生？”有一个清晰的目标，才能更好地明确自己的方向，让我们真正从内心信念坚定地走过高三这个坎。

第四段：积极主动与勤奋刻苦

“高三需要勤奋，除了勤奋，我想不出还有什么其他办法能够拯救你们。”老师在讲台上严肃的语气让我听到了她内心的坚定。勤奋意味着不断努力，将所有的时间精力用在学习上。每天有目的的计划，可以在我想要放弃的时候，让我不断坚持下去。勤奋和坚持可以让我们战胜困难。

第五段：感悟与总结

开学第一课直接刺激了我的思维和思考，让我明确自己的目标和信念。此外，它也让我认识到了学习生活的实际困难和需逐步化解的方法。从那一刻起，我开始写下了自己的清单，反思自己的缺点，计划自己的未来。在这之后，我也逐步认识到真正的积极主动与勤奋刻苦对于成功的重要性。因此，开学第一课给我上了一堂人生的启蒙课，让我在追求未来发光的道路上更警惕，更坚强，更值得期待。

辽宁开学第一课体会篇十六

“林尔娟加星！”每一次当我有学习之星还没加时，我总会急忙拿去给记星员林尔娟加上。只有看到我的星被打上了勾，记上表时，我才放下心来。

记得有一次，我上学迟到了。按班里的规定，迟到要扣三颗星。所以我被扣了三颗星。当我看见星表上我的名字有三个一1时，我的心情沉落到了极点。不过，我心想：“不行，我一定要把星加回来！一定！”在语文课上，我回答了一个问题。在数学和英语课上，我又加了四颗星……这一天下来，我一共加了六颗星。我已经把我所扣的星连本带利的加了回来。我高兴的蹦了起来。一下课，我马上去加星。看着我的星一个个加上，我才心满意足地走了。

当我加星的时候，学习之星总不忘在身边提醒我：“骄傲使人落后。谦虚使人进步。要继续加油哦！”当我扣星的时候，学习之星总不忘鼓励我：“失败是成功之母，千万别泄

气。”

学习之星一直是我的骄傲。每当看它印在我的作业本上，书上。我就会有一种说不出的幸福。

“林尔娟，加星！快点！” 又是我为学习之星奋斗的时候！

辽宁开学第一课体会篇十七

有人的理想是当军人，保家卫国；有人的理想是当国际导游，带着旅客到世界各国去旅行，欣赏不同的风景；还有的人的理想是当一名人民教师，为少年们播撒下知识的种子；而我的理想是当一名天文学家，去揭开宇宙的奥秘。

我越探索越觉得宇宙很有趣，对每一个宇宙知识也都非常痴迷，我想当天文学家的想法也日益强烈。

为实现当天文学家的这个梦想，我决定先要把眼睛保护好，这样才能借助天文望远镜去观测宇宙中的星球。

这就是我的理想——当一名天文学家，你的理想是什么呢？

辽宁开学第一课体会篇十八

东奥开学第一课，虽是暑期班的第一堂课，但也是未来学习的开端。在这一课堂上，我收获了很多，提高了对学习的认知，对日后的学习也有了更好的规划和期待。

第一段：开课仪式，一份坚持与负责

开课仪式是这场盛会的第一环，也是一份坚持与负责。东奥教育多年如一的为学员们提供了优质的教育资源和服务，让我们这些参与到学习中的学员深感温馨和感动。他们不仅提供最精湛的授课教师，更搭建了良好的教育环境，从让我们

快速认识同班同学到教育某学科，每个细节都极其精彩。

第二段：学习规划，更好认识自我

在规划这部分的教学中，老师让我们深刻认识到规划的重要性，规划使我们能更好的认识自己，让认知更全面。尽管在这之前我都有一个清晰的学习计划，但是在明确计划的过程中仍然让我受益匪浅，让我从很多方面更好的认识自己和自己的学习目标。

第三段：学生分享，通过分享更深入地了解

在这个阶段，我们有机会看到许多成功的学长学姐和他们的经历。他们分享他们成功的经验，与我们分享他们的学习方法和思考模式。通过聆听他们的分享，让我深深地感到学习是一个连续的过程，每个人都有自己独特的方式和成长轨迹。如今，我更加明确学习目标，更懂得自己的时间管理和个人能力的积累。

第四段：教师教授，全新的学科视角

老师的授课非常深入，让我深刻认识到了学习目标和教学方法，同时让我认识到了我可能在未来学习中遇到的问题，帮助我以更好的方案指导我的学习。如，如何更好的挖掘课程的核心思想、触类旁通学习、找到适合自己的学习方法等。

第五段：课程小结，成长体验和思考

在这节课的结尾，我们很幸运地聆听到了教师对这次课堂的总结，让我们更好的领会本次课程的核心，收获更多的知识和思考。在这次体验中，我更全面的认识到一些学习方法和规律，也初步了解了一些学科的基础，为我的未来的学习奠定了坚实的基础。

总之，东奥开课第一课是我人生中难忘的初体验，在这次体验中我获得了新的认知，新的启示，也认识到了自己的潜力与不足之处。在接下来的时间里，我将会为自己制定更清晰和明确的学习规划，努力学习，不断提升自己。

辽宁开学第一课体会篇十九

2021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。

辽宁开学第一课体会篇二十

第一段：引言及背景介绍（150字）

哈尔滨开学第一课是每年开学之初举办的一项重要活动，旨在为学生们打下良好的学习基础，并传承优秀的文化传统。近日，我有幸参加了哈尔滨开学第一课，经历了一次非凡的心灵洗礼。这次活动的主题是“立德树人、创造未来”，旨在引导学生们从小立德、树人，努力成为有责任感和创造力的新时代青年。下面我将分享一下我在这次开学第一课中的心得体会。

第二段：深刻感悟（300字）

在哈尔滨开学第一课中，我不仅在这座城市领略到了丰富的

历史文化，更重要的是深刻体验到了中华优秀传统文化的魅力。在课堂上，我们学习了孔子的“仁爱之道”，感受到了中国古代伟大思想家的智慧与深邃。在文化活动中，我们借鉴了传统书法的艺术特点，临习楷书，感受到了中国书法的美妙之处。这些传统文化的浸润，让我深入理解了中华优秀传统文化的精髓，并激发了我对中华文化的进一步探索。

第三段：启迪和自我认知（300字）

在哈尔滨开学第一课中，除了传统文化的体验，更重要的是对自身的启迪和认知。活动中，我们进行了一系列团队合作的游戏，增进了与同学们之间的相互了解和信任。在集中讨论环节中，大家就校园问题进行了热烈的讨论，我意识到作为学生，我们有责任为学校发展贡献自己的力量。此外，本次活动还特别强调了创新思维和实践能力的培养，这让我对自己的未来规划有了更清晰的认识。我将更加注重培养自己的创新意识和实践能力，为未来的发展做好准备。

第四段：情感沟通和快乐成长（250字）

哈尔滨开学第一课不仅让我在学习中获得了成长，更重要的是在情感沟通中体会到了快乐和幸福。在活动中，我结识了很多新朋友，与他们开展了合作和交流，建立了深厚的友谊。在深入的讨论中，我们相互传递了自己的经验和思考，彼此交流了对人生价值和追求的理解，这些暖心的时刻使我感到快乐和幸福。同时，活动组织者还为我们安排了一些有趣的游戏和娱乐活动，让我们在轻松的氛围中获得了更多的快乐。我从中领悟到，快乐是一种重要的能量，它能让我们更加积极地面对生活中的挑战和困难。

第五段：总结与展望（200字）

哈尔滨开学第一课是我成长中一次宝贵的经历，我在这次活动中不仅学到了知识，更重要的是获得了自我认知和情感沟

通的机会。通过学习中国传统文化，我对自己的国家和民族有了更深的认同，也更加清晰地认识到自己的责任和使命。我将继续努力培养自己的创新意识和实践能力，为未来做好准备。同时，我也希望能继续保持与同学们的友谊，共同成长、共同进步。哈尔滨开学第一课的心得体会将成为我人生中一段珍贵的记忆，它将一直激励着我不断追求进步和追求卓越。