# 最新石家庄《开学第一课》心得感悟体会(六篇)

来源：网络 作者：月落乌啼 更新时间：2024-08-28

*当在某些事情上我们有很深的体会时，就很有必要写一篇心得感悟，通过写心得感悟，可以帮助我们总结积累经验。优质的心得感悟该怎么样去写呢？下面我给大家整理了一些心得感悟范文，希望能够帮助到大家。石家庄《开学第一课》心得感悟体会篇一五千年的辉煌历史...*

当在某些事情上我们有很深的体会时，就很有必要写一篇心得感悟，通过写心得感悟，可以帮助我们总结积累经验。优质的心得感悟该怎么样去写呢？下面我给大家整理了一些心得感悟范文，希望能够帮助到大家。

**石家庄《开学第一课》心得感悟体会篇一**

五千年的辉煌历史，多么令人敬仰。你的至善至美，你的博大精深，你的自强不息，你的坚韧顽强，无一不令我们钦佩，无一不值得我们去深深爱你。

汩罗江畔，以为文人归去，从此，汩罗江畔的墨香和正气升腾了千年;马背上，一位巨人纵横欧亚诸国，他戎马倥偬，征战一生，为你书写了最大的版图;宫殿中，一位诗人潇洒自由，贵妃研磨，力士脱靴，他秀口一吐，便是半个盛唐。从此，整条长江就诗意奔腾。你孕育了这么多才人、伟人，如此伟大的你，怎能不值得我们深深去爱?

当列强瓜分，联军肆虐的时候，你咬紧牙关，用血肉之躯承受枪林弹雨，你流了无数汗、无数血，但仍屹立不倒;当日本侵略时，你团结统一，用血肉筑成新的长城，你坚持不懈，并赢得了最后的胜利;当胜利时，你从零开始，不断钻研，不断探索，不忘人民，为人民服务，让我们过上如此好的生活。你于危难中坚持，你于平凡中进取，如此顽强的你，怎能不令我们深深去爱?

听，一声巨响，一阵欢呼，那是原子弹爆炸的声音，那时人们的欢呼声;看，一个身影在田间忙碌，在实验室里忙碌，后来，他培育出了杂交水稻，为世界做出了巨大贡献，为你争了光;闻，你是否闻到爱的味道?那是无数人为灾区捐款，援助时爱的味道，那是郭明义无数次献血时爱的味道;仰望天空，我看到了神舟飞天、嫦娥奔月……这背后，他们付出了很多，放弃了很多。我们都爱你，因为你值得我们深深去爱!

你既有“安能摧眉折腰事权贵，使我不得开心颜”的豪情，也有“在天愿作比翼鸟，在地愿为连理枝”的柔情;你既有“长风破浪会有时，直挂云帆济沧海”的远大志向，也有“但愿人长久，千里共婵娟”的美好祝愿;你既有“天下兴亡，匹夫有责”的赤胆忠心，也有“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”的赤子情思……如此灵魂深邃的你，怎能不令我们深深去爱?

你是如此伟大!我们爱你，爱你的青松品质，爱你的红梅品格，爱你飘扬的旗帜，爱你的硕果累累。你想一位母亲，把所有的一切都给了儿女，自己毫无保留。祝你永远年轻，永远快乐!

我们都深深爱着你，中国!

**石家庄《开学第一课》心得感悟体会篇二**

走进花博会，就像走进了花的海洋，各种千姿百态、五彩缤纷的花儿很快映入我的眼帘，令我目不暇接、眼花缭乱。花的品种很多，有常见的牡丹、向日葵、芙蓉;也有闻所未闻见所未见过的蝴蝶兰、长寿花……有的花儿含苞欲放;有的花儿才刚冒出一个骨朵儿;有的花儿正热烈地开放着…这些五颜六色的花儿仿佛让这个花博会显得完美无缺。不过，大概只有会留心观察的人才能发现这十全十美的地方还存在不足——不文明。

当人们在花丛里的参天大树旁拍照的时候，是否注意到脚下娇小嫩弱花儿已经被夺走了生命;当孩子们正在翠色欲流的美丽草地里嬉戏玩耍的时候，又是否注意到那刻着“小草也有生命，请你脚下留情”的木牌?

有人说，小草那么小，那么多，死掉几根又怎么样呢?虽然小草非常多，但试问大家，如果全世界的人都这么想的话，那么这个世界上恐怕就再也没有小草这个名字了。

也有人说，就算我们爱护、珍惜花草树木，又得不到什么好处，凭什么要这样?我相信，说这话的人一定是个贪得无厌的家伙!为什么?因为他连做人的基本道德都不会，更谈不上为社会做贡献了!花草树木的好处固然很多，而其中最难能可贵的就是不管在什么样的环境下这些植物都能够顽强地生存下来。但是，这些顽强的植物的生命，往往都毁在了人的手上。

走进花博会，就像走进垃圾的广场。这就是仿佛完美无缺的花博会另一面的不足——不环保。

这次去花博会，我见到了一些令人吃惊的场面：本应清澈的湖面上漂着一个个垃圾袋，大概人们天生不会去找垃圾桶;本应洁净的路面上散落着一张张废纸、一袋袋垃圾，说不定这些人都不懂环保二字的意思吧…

地上不知道谁扔了一块香蕉皮，成千上万的人们从它旁边走过，有谁想过要把它捡起来?美丽的人工湖上漂过一个个垃圾袋，数不胜数的人从湖边走过，有谁想过要把它们捞起来?郁郁葱葱的草地上散落着几个易拉罐，又有谁曾经把它们扔进过垃圾桶里?举手之劳，我们能做的还有很多…

人类，你们知道吗?你们不仅污染了祖先留下的那个地球，还正在破坏你们子孙后代的地球!

人类，你们什么时候才能觉醒?又什么时候才能做到环保和文明?

**石家庄《开学第一课》心得感悟体会篇三**

9月1日，开学第一天。老师布置我们回家看《开学第一课》。

吃完晚饭，看看时间已经到了开播《开学第一课》我马上打开电视，认真的看了起来。

看完以后，感觉到下面几点：

一、孝：孝顺父母，孝顺长辈。是父母给了我们爱，给了我们知识，也让我们学会了怎样孝敬父母。

我最欣赏的是那两位父子，一个儿子，自己改装了一辆摩托车，就搭着自己的父亲去中国各地名胜古迹旅游，趁他现在腿脚

还利索，在一路上有苦、有笑，不过这也值得。

另一位让我欣赏的是一个儿子，他的父亲是”秦勇“曾经是虎豹乐队的主唱，后来生了一个儿子”大珍珠“，他四岁的时候有脑障碍，治疗的最佳时期是12岁以前，他不懂得表达自己的喜、怒、哀、乐，但他的\"父王\"秦勇爸爸，不但没有放弃自己的儿子，还更有耐心的去教他，他比别的小朋友学一样东西要难一千倍，一万倍，甚至最简单的系鞋带都要花了一年的时间。

父母给予了我们许多，我们将来也要回报父母，给予他们更多，让他们过得更加幸福!现在起，就要做个好孩子。

**石家庄《开学第一课》心得感悟体会篇四**

举世瞩目的北京冬奥会胜利开幕了，最让我印象深刻的中国自由式滑雪运动员谷爱凌夺冠的比赛。

决赛时，谷爱凌前两轮落后法国选手，在最后一轮的时候。她做出了之前前所未有地向左偏轴转体1620，获得全场最高分96分，问鼎冠军。

谷爱凌不执着于结果，享受过程的灿烂笑容让我想到了我自己。

有一段时间，我非常不乐意去参加足球比赛，害怕自己会输，又找不到赢的办法，只想做逃兵。是爸爸妈妈一直鼓励我，告诉我过程比结果更重要，要享受比赛。于是我尝试放松心情，降低目标。训练的时候我认真听教练的话，专注落实训练内容;比赛的时候我努力拼搏，奋力拼抢，与队友团结配合……每次训练或比赛回到家，爸爸都会问我，儿子今天开心吗?是的，我不再纠结于输赢，我的心态越来越好。

有一次踢比赛，对手3:2反超我们，眼看比赛就要结束了，可是我沉住气，不慌乱，在接到队友的传球后，冷静地射门——球进了。最后1分钟，我帮助球队扳平了比分。最终经过点球大战中我们以7:6赢得了比赛。

比赛不会有常胜将军，冠军不是考量队员的唯一标准。可以输，但不能认输，比赛可以输，精神不能输，成绩可以落后，志气不能落后。不论是什么比赛，不要太在意结果，过程比结果更重要。

**石家庄《开学第一课》心得感悟体会篇五**

对于如何保持热情，谷爱凌给出了答案——平衡。她说，同时做全职学生和专业运动员是自己决定的。“如果没有滑雪，学习可能会变得非常没有意思。如果我想到下周就要去滑雪了，那现在就应该好好去学习。而在滑雪的时候，我就应该好好享受它，因为上周我一直在期待。”

谷爱凌强调，在做其中任何一件事时，她都会尽力保持专注。高效地完成后，再干净利落地切换到下一件事。

专注、高效的习惯带来另一种正循环。谷爱凌有一个令人惊讶的数据——现在，她每天仍会睡够10小时!

“我每天能够做这么多事，是因为睡得好，有非常多能量。”这个理念，也是母亲教会她的。

成功背后，有谷爱凌超出常人的努力。

谈到自己是如何在学校和训练场间无缝切换的，谷爱凌说：“从家到太浩湖的雪场有4小时车程，我学会了在车上写作业，在车上睡觉，车上换衣服，车上吃饭。”

她的sat考试是在训练转场间隙参加的。短暂的时间和瑞士陌生的交通，使她在进考场前，不得不先在雨中奔跑了一公里多。

疫情期间，她一度无法和教练会合，“只能找朋友们的教练，一个人问一个问题。”没有健身房，她就坚持在家做自重训练，并坚持跑步……

谷爱凌始终表达着一个观点——这些经历让她的人生变得有趣，对此她十分享受。

世界冠军、学霸、时尚达人、美食家……这个充满能量的姑娘大胆地向这些角色靠近。这令人羡慕、惊艳，但却不必惊讶。因为十七岁，正是一个拥有无尽可能和天马行空的灵感的年纪。

谷爱凌平常爱和朋友们一起玩儿。“20\_\_年，我觉得最遗憾的事情就是学校的毕业舞会取消了!”她希望在上大学后，能交到更多朋友。

她表示，即便拥有许多成功的标签，但并不希望别人对她的印象陷入刻板。“我不希望我的朋友一想到我就是滑雪运动员，我更想他们觉得我是一个朋友，我是爱凌。”

谷爱凌表示一定会好好备战北京冬奥会，在她看来，这是目前最应专注的事。从她母亲发来的视频中可以看到，她正在不断挑战更高难度的动作。

“我希望很快就能回到中国，和大家一起滑，雪道上见!”谷爱凌发出了邀约。

**石家庄《开学第一课》心得感悟体会篇六**

都说我们中华民族是个优良传统，文明的国家，这话是对了。但是在日常生活中谁又能真正做到呢?我国最近举国上下都在流行着社会核心价值观，这价值观中中有十二个词，其中包含着“文明”!那我们有没有践行呢?

社会中常常存在着一些难改的现象，如交通问题，教育问题，公共设施问题。当然也有处理不了的问题，如撞车，超速，还有乱停车等现象。而某一学校却这样处理了这一现象。

由于学校门口接送孩子的停车乱像问题影响了社会秩序，还包含一些安全隐患。为解决这一现象，某所学校把家长在校门口乱停车问题与孩纸们的“三好学生”关联起来，还把家长乱停车与学生与班分相关联;这一做法使乱停车现象得到整治。该校的这一做法真是可以啊，为了孩子们的“三好学生”家长肯定乖乖听话，安全停放车辆。这一做法既保证了交通道路，使得社会秩序恢复稳定状态，又使得孩子们的安全得到保障，这可谓两全其美!

这个做法让孩子们知道了要遵守社会秩序做个文明人的道理，又让家长也懂得了维护社会秩序。从我做起，还给孩子们做个好榜样，对孩子们的影响波为深远啊!这一种是行动的文明。还有另一种是语言的文明，对孩子的教育，应该从小抓起，不然长大以后，就不能轻易改变了。所以家长们要注意自己平时的言行举止，因为孩子的模仿能力很强!

学校肯定也会要求学生们要做懂礼貌的好孩子。我们中国的传统美德也有体现这一点。在小学，初中，高中，都流转有小学生美德标准，上面会写有见到老师要问好，要讲卫生懂礼貌。可未必能学好呢!近日某校的一名学生火了!该学生与当丛与老师大打出手，原因竟是因为一块橡皮。据说是因为学生出口成脏引起了老师的怒火，那天在下课时间，该学生在楼梯上下行走，而老师在上楼梯过程中只因手上拿东西过多，导致橡皮滑落，于是便叫该学生帮忙捡起，该学生不但不帮忙反而兴栽乐祸，惹起老师的怒火，因而开始争吵在争吵过程中，该同学大爆粗口老师进行反驳，便对老师大打出手……

其实，我想问：少年，是谁给你那么大的胆子这样做?平时的小学生守则哪去了?后来经过“强制教育”，该学生“改邪归正”了。如果在少年时都学不好了，那么还指望长大能改好吗?所以我们要学会尊重他人，懂礼貌，做个文明学生!

文明很重要，一个人的个人形象能决定一个人的一生!不管在行为上还是在语言上，我们都要自觉实践社会核心价值观，做一个合格，文明的好公民!

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找