

# 最新家庭生活技能 技能大赛心得体会(优质6篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。相信许多人会觉得范文很难写？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 家庭生活技能篇一

技能大赛时江苏省教育厅职教司组织的一个全省范围，影响比较广泛的大赛，主要面对的是中等职业学校的在校教师、学生，旨在锻炼培养职业学校师生的实践动手能力及实际操作的应用能力。

普高有高考，职业学校有技能大赛。可见在这个大赛上获奖将会得到物质和精神上的双重奖励，艺术类中的环境艺术设计组，则是我所带专业的参赛项目，接校长通知我被选为学生暑期环艺组的教练员，全面负责这个项目的各项培训，集训内容则由我来安排。

由于，我刚参加工作，没有这方面的经验，昨晚上在网上搜索了往年的比赛题目：大体我知道是什么内容，无非是本专业的各项内容：雕塑设计，室内空间设计，景观园林设计等可以手绘，可以电脑制作，时间三个小时，绘在a3纸张或者打印在a3纸张上。

看到这样的题目，我知道对于我来讲，只要稍加练习还是可以去小试一下的，但对于职业学校一年级的学生来讲，对他们来讲，所列的题目完全是个空白，他们在校只是学习了简单的平面构成，色彩构成，及几个软件ps、cad的简单操作，他们甚至完全不知道雕塑该如何去设计，室内如何布局，更别提景观园林那么大而广的概念了，只会绘制简单的桌椅的cad平面图，要我在几个月的时间内，将他们培养出来完全

可以独立设计绘图的能力，我感觉到这个任务非常的艰巨，但不是不可以完成，所以我在有些担心的时候，也充满了信心，那就是凭借我的努力，及学生的悟性和努力，完全还是可以达到可以参加比赛的水平。但对我意味着什么？意味着，下个学期我要花很大的精力在这个方面。

记得上大学的时候，我那位尊敬的王岩松老师，曾经多次叫我参加全国高校毕业生景观设计比赛，鼓励支持了我多少次，我也认真的做了，结果在最后的关头我放弃了，最主要的是因为那时候自信不是太足，况且家里还有自己那段时间有一些事情在处理，所以就放弃了，最后王老师说尽力吧，参加比赛贵在是获得一些经历，而不是完全的在意结果。所以带着一些遗憾我现在极力的鼓励学生能参加就参加，毕竟参加的过程就是一个学习的过程，有的学生上了三年的职高没有参加这一次比赛培训学习到的知识多。更何况它锻炼了学生去面对大场面大比赛的机会。只可惜选拔出来的学生有限，仅仅是那几个人。

暑假已经开始，整天在像一只没头的苍蝇一样，以前制定的计划全部打乱，计划没有变化快，所以想到的事情能尽快做的就尽快做，不要拖，更不能等。我同事的家庭装修还等着我给她设计，这一切的事情等真的赶到一起去的时候会感觉一个人分身都来不及。而学校的工作还要做好，那么我就尽快的制定想好一个完善的集训步骤，时间表排好，需要的材料报学校领取。尽力去做好每一件事情吧。

## 家庭生活技能篇二

去年十月底的市级技能大赛，我被学校指派为艺术插花项目的指导教师，这是我第一次有幸参加技能大赛教师组，也是我第一次接触艺术插花这个项目。我和我的学生一样对此只是停留在听说过“艺术插花”这个层面，可是我和我的学生一样进取应对挑战。在参加市级技能大赛和省级技能大赛后，我们对艺术插花项目有了更深的了解，也有了大的提高。

20xx年3月省上组织了陕西省职业学校技能大赛，我校四名学生参加了这次大赛的艺术插花项目，并取得了较好的成绩，付童同学取得了该赛项一等奖，李亚萍和刘媛取得了该赛项的三等奖，我也所以获得了“优秀指导教师”称号。

经过省、市级技能大赛的选拔，付童同学被选为陕西省艺术插花项目的参赛选手，代表陕西省参加20xx年5月份全国职业院校技能大赛艺术插花项目，我和刘克生主任陪同，一齐参加了这次技能大赛。

一、我作为指导教师，因为刚接手时间不长，所以对全国职业院校技能大赛艺术插花项目比赛资料不熟悉，直到大赛前一周才准确明白了插花项目的比赛题目，第一时间通知了付童同学。

二、我虽然接手了艺术插花项目的辅导工作，可是我毕竟不是学习这个专业的，对这个项目熟悉程度有限，所以在辅导时多注意理论知识的辅导，但实际练习的机会很少。所以学校安排付童在外面的花店练习，而我由于还有课程要带，所以学生在实习的过程中我没有参与。所以学生准备的作品我不熟悉。

三、由于技能大赛是在江苏省举办，距离较远，时间紧，我们的道具准备的有些仓促，上头有些瑕疵。到了江苏省技能大赛场地，我们才准备学生要用的背景树。临到比赛即将开始，我们才刚刚准备好一切。

- 1、背景板上没有覆盖任何东西，显得整个作品有些头重脚轻。
- 2、背景板上有打的孔和螺丝，在作品设计上没研究到整体效果。
- 3、由于路途遥远，花是提前一天就送到了，加上比赛当天下雨，所以有的花束不是很新鲜，有的花蔫了。

4、在比赛前没有充分练习，所以在比赛当天插花过程中发现有些花不够，用别的花代替没有到达预期效果。

应对的措施：

一、提议学校应当对艺术插花和果蔬嫁接项目有专项资金，并且给教师和学生供给长期练习插花项目的场所，才能真正提高教师和学生的插花技能。

二、集训安排要充实可行，并且对学生的作品要督促学生勤加练习，并要走进跟上。这次技能大赛又一次告诉我们，仅凭学生个人实习是不够的，教师必须要先精于此道，才能带好学生。

三、强化自我这方面的知识。期望有机会多参加这方面的培训学习，强化自我的艺术插花技能知识。

总之，这次全国技能大赛艺术插花项目中虽然我们没有取得任何奖项，可是经过这次大赛，使我对艺术插花有了进一步地了解，明白了我们和其他学校的差异，也找到了以后要努力的方向。这次大赛对我们来说是鞭策，鞭策我们发现自身的不足，继续奋进。经过技能大赛我们学习了、见识了、锻炼了、有经验了，相信经过我们不断的努力，在以后的比赛中会有好的成绩！

### 家庭生活技能篇三

短暂的一周培训结束了，然而留给我们的启发及思考却刚刚开始。借此机会来谈谈我的培训心得并提出一些推荐。

培训第一天，7月8日早上，一群充满朝气活力的新员工相聚在院办公楼13楼第一会议室，至此拉开了培训的序幕。从大家的自我介绍中，我们相互了解了对方，并从中看出了大家的激情、团结以及为院发展做贡献的决心；从吴院长的讲话中，

我更加深刻的认识了院发展历程以及光辉业绩，从中看出武汉院蓬勃的生命力及完美的前景，从吴院长的期望和要求中，我们明白自己身上的职责及发展的方向，这也必将激励我们在以后的工作中更加努力，为院作出更大的贡献。从余主任的对院发展战略规划的演讲中，我们明白了院的发展战略及方向；从钟主任的讲解中，我了解到员工职业发展路径以及福利待遇、职称评定等与自己息息相关的事情。

培训第二天，无论是于主任的讲解还是曹主任的讲解都是从设计方面来阐述的，从中我们明白了设计工程及各专业之间协调的重要性，加深了对设计工程及设计理念的理解，更重要的是让我们明白了质量是一个企业生存的根本，无形中向我们敲响警钟：在以后的设计中谨慎、细心、把质量放在第一位。

培训第三天，全天资料为揭老师讲授的项目管理，从中不但使我们学习到一些简单的项目管理知识，也让我们明白项目管理人才培养的迫切性和重要性。使我们明白要成为一个复合型人才，只懂得设计是远远不够的，还要在工作中培养自己项目管理的潜力。所以透过这样聘请社会上一些知名的人士来讲授好处重大。

培训第四天，从周总的讲解中，我们更加明确了学生与职业人士的不同，明确了如何从“学生时代”尽快走上工作岗位，适应工作岗位，最重要的是他提出树立目标的重要性，有了目标才有了努力的方向，工作的激情，这些都将牢记于心。另外张主任的讲解使我们明白了院信息化发展的过程和方向，这些都使我们更快地适应院工作环境。

培训第五天，从财务部的王主任的讲解中，我们了解了财务管理的基本知识及如何报销差旅费等问题；从中建三局有关人员关于消防安全的讲解中，我们明白如何在突发性灾难中的自救与救别人，这些讲解都很重要且必要。更值得一提的是优秀员工刘红英工程师与大家的交流及所提的推荐，让我们

明白了想成为一名优秀的员工务必努力工作，态度踏实，树立一个目标，坚持不懈为之奋斗。总之，此次培训必要且好处重大。

## 家庭生活技能篇四

人生在世，除了物质生活之外，还应有自己的精神生活，而这往往是从读书开始的。“生命里没有书籍，就好像没有阳光；智慧里没有书籍，就好象鸟儿没有翅膀”。一本好书往往能改变人的一生。一个人的精神成长，与他的阅读息息相关；一个民族的精神境界，在很大程度上取决于全民族的阅读水平。作为教师，更应该读书，多读好书。为提高自身教育教学水平，按照学校的安排部署，我认真学习了《教师怎样提升课堂教学技能》一书，从中我得到了一些体会和感悟。

第一、我对在教学中如何突出重点、排除难点、抓住关键有了较为深刻的认识。

在教学实践中，要认真仔细研读《课标》、教材，集中精力深刻揭示教学重点的科学内涵，使学生掌握重点知识的内在本质，彻底摒弃不切实际的照抄照搬现象。对学生难于理解掌握的内容，要明确“难”在哪里，从感性认识入手，最大限度地为学生提供具体形象的内容。对内容深奥的知识，设法通过复习或联系有关知识进行铺路搭桥，同时采取分解化简和分散处理的方式帮助学生理解。对于教材中能使学生学习其他内容起决定性作用的知识，要精心设计、精心安排，争取以最少的时间获得最佳效果，以保证有足够的时间去解决重点与难点。

第二、在教学中要注意语言沟通反馈和语言沟通效果。

教师的教学语言是一种艺术，它是指教师娴熟的运用综合技巧，按照美的规律进行的独创性教学活动。面对新课程改革

下开放的课堂，我们教师在课堂教学中，如何用语言的表达艺术去调控课堂和引导点拨学生？让我们共同努力，希望通过我们的努力，用我们优美生动恰当的语言，使学生享受每一节课，让我们的孩子们喜爱我们那精彩绝伦的动听的语言。

具体的做法可以采取如下的方法首先要倾听学生的心声。师生语言沟通价值无限。多倾听学生的心声，是师生交流的基本条件。倾听学生的理解、观点、思路或构想，或者倾听学生心灵的困惑、学习上的感悟，甚至人生感悟。一个善于倾听学生的教师，必定是能够使学生产生亲近感的教师。

第三、要有一颗热爱学生的心，以情促教。

育人之道，爱心为先。中国台湾教育家高震东说：“爱自己的孩子是人，爱别人的孩子是神。”教育本身就意味着：一棵树摇动另一棵树，一朵云推动另一朵云，一个灵魂唤醒另一个灵魂。所以要实现真正意义的教育，爱几乎是惟一的力量。

人说：读书足以移情，足以博彩，足以长才。书籍是人类智慧的结晶，书是人类进步的阶梯。读书，就是一次与大师的对话，与智者的交流，是一次难得的精神之旅，同时也会让人收获非浅。《教师的教学技能》给了我很多新的启示，我将在自己平凡的岗位上尽职尽责，努力向上，开创一片属于我自己的天空。

## 家庭生活技能篇五

目前的中小学教学存在着一个普遍的问题，那就是：教师教的很辛苦，学生学的也很痛苦，而我们的学生也没有得到应有的发展。而新课程改革要求提高课堂教学效率，全面推进素质教育，那么作为教师的我们不能不作为重中之重的问题来思考。通过学习《教师的教学技能》，深有感触，觉得课堂教学是一个双边活动过程，应营造一个宽松和谐、兴趣盎

然的学习氛围。教与学必须有一个和谐课堂步骤，形成一个完整的教学步骤来实施素质教育，使学生学得积极主动，真正成为课堂学习的主人。达到理想的教学效果。创设情境，形成问题，使学生愿学。情境的创设关键在于情，以情激境，以最好的境、最浓的情导入新课，形成问题。提出的问题要击中思维的燃点，这样不但能对全体学生的认知系统迅速唤醒，从而提高单位时间里的学习效率。学生因情境的巧妙刺激，学习热情激发起来，萌芽学习兴趣，认知系统开始运转。

学地理，用地理，让学生对它始终有兴趣。这就要求地理教师体现出良好的教学技能。

兴趣是最好的老师，激发学生学习兴趣是地理教学中重要的一环，从教学心理学角度上讲，如果学生产生了浓厚的兴趣，对教学将有一个巨大的推动作用。兴趣能激发大脑组织加工，有利于发现事物的新线索，并进行探索创造，学生对学习有兴趣，对学习材料的反映也就是最清晰，思维活动是最积极最有效，学习就能取得事半功倍的效果。

地理学科由于涉及面广，所须记忆的地点、现象、事件纷繁复杂，所以给人的感觉是教起来枯燥，学起来无味，考起来难。为避免陷入此局面，在教学中尽量运用知识性、趣味性、现实性相结合的原则。

知识性是要求学生掌握教科书上地理知识，这也是教学的主要目的。为此教师自己吃透教材，凡要求学生读背的知识教师事先全部掌握(包括图)。趣味性则是为避免课堂教学的单调枯燥，为激发学生的学习兴趣而进行的。活动作为现今地理教学的重要组成部分，如果运用得体，便可激发学生思考地理问题的兴趣，积极去探索，去学习。在地理课中，要把地理知识的学习和地理技能的培养有机地结合起来，以活动带动知识学习和技能培养，让学生动起来。例如在学习《撒哈拉以南的非洲》这一节时，让学生回答“如何帮助非洲摆脱贫困”的建议，把全班分为六个小组讨论，然后分别让六

个小组代表发言，大家评判，好的建议鼓掌鼓励，回答不理想的小组出个节目，这种方法不仅激发了学生的兴趣，培养了学生的能力，增强了学生学习的自信心，而且培养了学生互助合作能力、勇于探究人文的意识。

在教学过程中，充分利用已有的知识基础，引导学生思考课文中提出的问题和现象，并自行设计或补充一些学生较熟悉和感兴趣的地理问题和现象，以展示地理课内容的丰富多彩和智力价值，初步激起学生的求知欲。比如在讲述《印度》一课时，先让学生唱《西游记》歌曲，提问《西游记》中唐僧到西天取经，当时的“西天”是指现在的什么地方——印度。那么你想了解印度吗？从而引起学生的兴趣。俗话说得好“兴趣是最好的老师”，只有学生对学习内容有足够的兴趣，才会产生强烈的探索欲望和饱满的情绪状态，才会自发地调动全部感官积极、主动地参与教学中去。才会使他们产生无穷地渴望和勇往直前的热情。，因而在教学中要学会适时地进行兴趣的激发和积极情绪的调动，促使每位学生都被你深深吸引，促使他们自始至终处于和谐融洽、兴趣盎然地探究氛围。

总之，学生要在地理教师的指导下，自己主动积极的学习，，教师要有意识的创造良好的课堂气氛，充分利用自己的教学技能，发挥学生的主体地位，使他们运用正确的学习方法，顺利掌握知识，体验成功后的乐趣，使学生乐于学习地理，体会学习地理的无穷乐趣，达到理想的效果。

## 家庭生活技能篇六

正文：在父母眼里我们总是孩子，我们总习惯在父母的照顾下成长，却不知如何面对将来独立的生活。但是，这是我们必须要做的，又是不可避免的。所以，用我们的暑假生活来好好体验一下——简单的生活是否简单。

我觉得这次的体验不经是想让我们做儿女的换位体验一下父

母的辛劳，拉近我们之间的距离感，更重要的是唤醒我们对家庭的责任感。例如刚才说到的小误会，其实在我们投入进去的时候就能理解对方。对家庭的责任感就更不用说了。家务从来就没有规定是父母做的，更多的时候应该是作为儿女的我们来承担的。如果说在我们还未懂事之前，父母亲来占时承担者全部的责任。一般是我们可以理解并接受的，但是当我们懂事后，理应渐渐承担起对家庭的责任。也许对我们现在的在校学生来说，还不能马上工作，领工资并给父母每月的花费，但我觉得至少我们可以减轻他们的负担，做家务是一种方式，每星期回家，打扫下屋子，帮忙煮饭，洗洗被子，收拾收拾房间。这些东西对于年轻的我们来说都可以算是一桩小事。所以每个周末，花上几十分钟，让父母休息下吧。还有的方式就是我们可以努力学习，取得好成绩，领取奖学金，这样在每个月的伙食费上，就不用家里里太多的开支。再者就是我们可以利用课余时间做兼职，这样学习，赚钱两不误，又可以为家里节省开支啦。虽然现在我们的羽翼还不足以让我们飞的很高，不过没关系，那我们就在低空努力，好好发挥我们的主观能动性，一点一滴的储存我们对家庭的责任感。

这次的家庭角色体验，可以拉近父母亲与孩子的关系，让孩子多理解到父母的难处，也让父母亲知道孩子的需求。第二，因为现在太多数的孩子都是独生子女，事事都有父母亲操办，孩子的动手性，得不到很好的训练，因此，这也可以作为一个训练孩子的动手能力的方式。第三，我们不得不面对就业，不得不面对自己独立在外生活，没有了父母的日常照顾，也没有人随便给你钱花，所以我们要学会独立生活，学会做家务，煮饭，理财等方面的社会经验，因此，有必要开展这项活动。第四，从这个活动延伸出的一种隐藏的教育课，学会负责，对家庭的负责，对父母的负责，从而养成出到社会工作的时候的责任心。总的来说，同学都是很认真的再做社会实践活动并且以此来提高自己各方面的能力，得到更多的社会经验。所以社会实践还是有一定的存在价值的。

总的来说这次的家庭体验对我来说是成功的。在行动上，我扫地，拖地，收拾房屋，晾收衣服，买菜做饭，学会理财，跟菜贩子砍价，洗刷厕所，洗鞋子，洗地毯，叠衣服等。把平常在阿姨那里观察到的东西，再加上自己的发挥的小聪明结合，总体来说总体来说还是令我自己比较满意的。虽然有的地方妈妈说做得有点差，但他也说我合格了。在者呢，我希望以后我可以继续学习做菜。我希望我能做一桌不仅能令自己满意，更重要的是还要令父母吃了也竖起大拇指。其实我觉得其中的关键我们大家都知道，所谓熟能生巧，失败是成功之母等，都说明我们要在实践中反复练习，反复琢磨，反复获取经验，这样才能做到完善。在思想上，我认为最大的启发就是我们懂得了换位思考以及要勇于承担家庭责任的责任心。知道了很多事情也许父母没有说出来，但是我们自己也要自己关心他们，体谅，谅解他们，如果帮不了的事情，我们要支持他们分担他们其他的事情。让他们专心把问题解决。

通过这几天短暂集中的家务体验后，我发现自己和父母更近了。以前会有很多不理解，或者说误会的地方，现在都已经明白了。比如说父母会从早上一直忙到晚上，偶尔休息的时候在看看报纸，喝喝茶什么。我们看到了就以为他其实很闲，然后如果他叫我们做事情的时候，我们就会反驳他，说他有空看报纸，喝茶，为什么还要我们帮忙。你们都有时间，其实他们可能那时候刚刚忙完，想休息一下。所以在这次体验中，我算是深刻体会到父母的辛苦了。

作为儿女的不仅仅只是帮帮父母，做做家务，也要懂得分担家庭困难，问题等方面的事情，真正做到尽孝。