

2023年划船比赛心得体会 比赛心得体会 (实用6篇)

当我们经历一段特殊的时刻，或者完成一项重要的任务时，我们会通过反思和总结来获取心得体会。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，通过总结和反思，我们可以更清楚地了解自己的优点和不足，找到自己的定位和方向。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。

划船比赛心得体会篇一

作家十二在《不畏将来，不念过去》中写道：一个人老去的标志，绝不是老成稳重、沉默寡言，而是不肯再尝试，不肯再容许自己置身于不熟悉的境地。我想说的是，不畏失败，敢于尝试，你会遇见更好的自己。

尝试去做你害怕的事情，然后你会发现，也不过如此。

每个人都有自己害怕做的事情，害怕做不是自己拿手的事情，别人会嘲笑自己而不敢去做，害怕不会游泳的自己会被水呛到就不敢尝试着把头潜入水中，害怕自己在公众场合发表讲话讲得不好，而不敢发言……但是在现实生活中，往往是去做我们害怕的事情而成就了更好的我们。

一开始听到要参加演讲比赛的消息时，我的内心是拒绝与排斥的。因为从未尝试，因为害怕失败，因为不会，因为不敢，内心打过无数次的退堂鼓。但是，这又是一件必须完成的“政治任务”，所以就硬着头皮上了。为了锻炼我们，关书记要求我们五个人每次周例会的时候都要上去演讲，刚开始我们都是紧张和害怕的，中途也闹过不少笑话，但是却在一次又一次的练习中讲的越来越好，越来越顺畅，自信和大胆逐渐替代了最初的紧张和害怕。

终于到了要上“战场”的时候了，因为之前已经练习了多次，所以信心是有的，但是当我看到前面选手自信精彩的演讲时，心里还是有些许胆怯与紧张的。感谢书记，感谢一起的同事们，给予了我极大的支持和鼓励，最终在比赛中取得了第一名的成绩。这个结果是我意料之外的，之前的我是多么害怕与排斥演讲呀，但是真正做起来的时候才发现并没有我想象中的那么难。所以，不去做自己害怕的事情，你永远不知道自己多有能耐。

现在的我是计划合同部的一员，日常工作中也常常会有很多自己不会做的事情，但是这次演讲经历让我明白了，面对你不会的事情、害怕的事情，要勇于面对。就像我开头所说的：尝试去做你害怕的事情，然后你会发现，也不过如此。

今后的工作中、生活中还会有很多我没有接触过与经历过的事情，但是我不害怕面对他们了，因为尝试，是年轻的我们理所当然的权利；因为尝试，是一切事情的开始；因为尝试，会让我们遇见更好自己！

划船比赛心得体会篇二

这是我继上次的承德学习，第二次去承德聋校，正由于有领导的厚爱，我才有机会参加这次的承德市教学能手比赛。对我个人来讲，这又是一次难得的学习机会，所以我很珍惜！固然，学校领导的殷切希望也给了我很大的压力，之前的一个月，我都在尽我最大的努力去预备，熟习教材、研究说课稿、预备课件素材，我全部身心都投入到了这次的比赛。由于我觉得就我个人的能力来讲，和很多优秀的教师相比，还差一大截呢！

通过这次教学能手比赛，我看到了自己的差距，以下是我的几点心得：

一、教师专业化的成长

这次参加比赛的教师80%都是特师毕业，而且都是各个特殊教育学校能力强、素质过硬的专业教师，和他们相比自己的差距很大。因此今后自己的努力方向，还是要学好专业知识，用专业的理论指导教学，完善自己，提升教师的专业素质。

二、课堂教学水平力求体现新课程理念

这次固然没有听各位参赛教师讲课，但是上次去承德学习，给我们做课的几位教师都参加了，我了解她们的课堂教学环节、教学设计理念、课堂评价等都体现了新课标的教学思想，固然这次肯定也是如此。所以说，今后我们应当和普通学校多沟通，学习先进的教学理念、教学思想，不能再这样停滞不前，时代在进步，我们作为教师更要紧跟时代的潮流，适应当前情势，向新课程改革目标努力。

三、自己的不足及今后的努力方向：

1、手语有待进一步规范。由于我所教的是数学，平时上课用到的手语只是一些数学专业术语，因此课堂教学环节中，教师所用到的语言太浅显，手语有些束缚。所以说，今后我要在手语学习方面多下工夫，力争使自己的手语既规范又漂亮。

2、努力提升自己的素质水平。由因而第一次参加这样的比赛，难免紧张，但更重要的是自己的心理素质差，缺少锻炼。因此平时要欢迎同行教师、教导主任等听自己的课，提出宝贵意见；并且走进他人的课堂“取经”，虚心向有经验的教师请教。

3、多研究说课稿。我们在平常教学中，主要研究教案设计、课堂教学，却忽视了说课这一重要环节。说课是指导教师如何教的题目，其中包括很多教育思想，需要教师浏览各方面的资料，深入研究自己教案的设计意图。所以，今后的课堂教学，我们要以说课为重要的理论根据，真正把我们的教学步入正轨。

4、课堂教学要多研究学生。我们设计的教案不论如何新奇，假如学生不能学会，那我们的课堂教学都是败笔。因此，我们在设计教案是要多研究学生，也就是学生的学情份析，重视分层教学。

总之，在这次的教学能手比赛中，固然取得的成绩不理想，但重要的是参加比赛的进程，由于我全面参与了学习的进程，对今后自己的工作是一个“提升工程”。

划船比赛心得体会篇三

在这个月的二十六号，我校组织举办了一个红歌合唱比赛。我们工商管理系获得了第一名的好成绩，我有幸参加合唱队，与大家共同见证和分享了这来之不易的胜利。虽然比赛已经过去，但回想起来心情还是非常的激动，首先我为自己能够参加这次院里组织的合唱比赛而感到自豪，并且在比赛中我也金老了自己的一份力量，尽了自己的一份应尽的责任。通过此次合唱比赛，我学到了很多东西，增进了与同学之间的友谊，总之收获很大。

比赛都是有些辛苦，这次也不例外。比赛前两个月我们合唱团一直都是利用课余时间练习，我们选择的歌曲是《相亲相爱》，这首歌对于非专业生的我们来说是有一定难度的，大部分同学要不唱不上去，要不就是唱的假声，没几个可以把歌唱的很好。而且在男女同学合唱的部分，总是唱出两个掉，无法融合。为了克服这些问题，我们能做的只有反复听反复练习。

其实，合唱团刚组成的时候，大家对这个比赛并不怎么看好，都觉得是打酱油的活动，而且还有些同学抱怨自己为什么会被选入。所以，每次组织练习，大家都不积极，拖拖拉拉的，总有一大部分人会迟到，练习的过程也是不怎么认真，歌唱的也是稀稀拉拉的，练习的效率就别提了，根本就看不到一点效果。因此，大家对比赛没什么信心，我也一样，觉得比

赛根本级不可能获奖。慢慢的合唱团的人数都减少了十几个人，这也是我感到悲哀的地方。

到最后接近比赛的两个星期，可能是时间少的原因，大家也终于紧张起来，终于开始积极的配合起来。这两个星期是大家练习最认真的时段了。我能感受到大家都在卖命的练习，有几个同学为了不唱假声，为了不影响整体效果，一直都是压着嗓子在唱歌，看着她们那么努力，我也被感动了，也放开了嗓子认真的练习。

比赛的那一晚整个合唱团笼罩着紧张的气氛，特别是看了中文系和教育系的精彩表演后，所有的人都觉的很没底，都很担心比赛。文艺委员说要我们别紧张，要自信。但大家的心还是无法平静下来。在一个同学的建议下，我们大家离开了比赛场地，在场外开始了最后的练习。这次练习是合唱团状态最好的一次，大家都投入。

一等奖的优异成绩令我们没额人都惊讶不已，都不敢相信。我根本就无法描述大家当时激动的心情。本次活动已落下帷幕，但是我们在此次活动中的收获却是自己一生宝贵的经验，相信同学们都有自己的感受，通过这次比赛进一步提高了自己的团结意识。在以后的大学生活中我会积极参加这样的活动，让自己都能学到更多。参与合唱比赛的机会不多，参与合唱比赛获得第一名的机会更少，我将永远记得这次难忘的合唱比赛。

一等奖的优异成绩令我们没额人都惊讶不已，都不敢相信。我根本就无法描述大家当时激动的心情。本次活动已落下帷幕，但是我们在此次活动中的收获却是自己一生宝贵的经验，相信同学们都有自己的感受，通过这次比赛进一步提高了自己的团结意识。在以后的大学生活中我会积极参加这样的活动，让自己都能学到更多。参与合唱比赛的机会不多，参与合唱比赛获得第一名的机会更少，我将永远记得这次难忘的合唱比赛。

划船比赛心得体会篇四

参加比赛的心得体会要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的参加比赛的心得体会样本能让你事半功倍，下面分享【参加比赛的心得体会优秀4篇】，供你

选择借鉴。

周五学校召开了“春季田径运动会”，在所有的比赛项目中，最令人回味的是拔河比赛。为什么这样说呢？我个人感受：一、观看的人数和参加的人数最多；二、把会场的气氛带到最高点；三、最能体现团队精神。

那天首先进入比赛的是我班和302班，场地选在操场的中间。待双方队员准备完毕之后，裁判员一声令下，孩子们一个个卯足了劲，把手中的绳子用力往后拉，只见绳子上的红领巾在两队之间来来回回，比赛进入了僵持阶段，如果此时有一队的队员松懈的话，那么另一队都会赢得这场比赛。由于我班的队员所处的位置草长得不多，地面比较滑，明显感觉得出我班的队员有些力不从心，控制不住绳子，最后还是输掉了这一局比赛。第二局交换场地，没有什么悬念我班轻松赢得了这一局，到了决胜局，为了表示比赛的公平，校长用抛硬币的方式决定双方的比赛场地。结果我班还是站在了先前的地方，孩子们或多或少受到第一局比赛的影响，有人提议要换人，我没有同意，只是要他们尽力网就好，其他的什么都不要想。比赛开始了，我班队员处于劣势，脚开始不听使唤，眼看着绳子快要被对方拉过终点的时候，这时候啦啦队员们也扯开了嗓子，拼命地喊“加油，加油……”，一声高过一声，此起彼伏，在场观看的人都以为302班赢定了，奇迹发生了，此时，我方的队员们一个个都红了眼，有的人脸憋得通红，有的人齜着牙、咧着嘴在叫劲，还有的人双手紧握绳子铆足了劲向自己方向拉。

最后，我们队使出了全力，随着啦啦队的喊声，红领巾一下子移向了我方，最终我班赢得了拔河比赛的胜利，当比赛结束之后，有孩子跑过来，欣喜若狂地对我说：“季老师我们赢了！”孩子说这话的时候浑身充满着自豪感，他的这种表情我还是第一次看到，说来有些滑稽，不是在我的课堂中，却是在比赛的现场。看完比赛之后，我被这群孩子深深感动了，他们的拼搏精神，顽强的意志，集体荣誉感，对比赛的投

入……这些都让我对他们有了新的认识，就连平常调皮不爱学习的孩子今天看来也是那么的抢眼，其实每一个孩子都有他的可爱之处，有些孩子的舞台是在赛场上，有些孩子的舞台是在课堂中，每一个人都有属于自己的舞台，就象郭思乐说的那样，为每个孩子选择适合的教育就如同给他们选择了合脚的鞋子，才能真正体现教育的价值。

只要我们懂得欣赏，每一个孩子都是一道独特的风景。

上周四，我有幸前往郑师附小观摩郑州市小学语文教师素养大赛。来自各地的23位教师给我们奉上了一道精彩的“视听盛宴”，让我受益匪浅，感受颇多。从这些选手身上学到了很多，本人听了16位选手的课，虽然都是短短的20分钟，每一位老师的课都准备得很充分，都是实实在在的，不象以前的公开课追求花样，华而不实，都是站在学生的角度去思考，体现了新课改的精神，都是在教师的引导下高校课堂教学。

通过学习，不仅提升了我的教学理念，也拓宽了我的视野，我会让学到的教育理念真正落实到自己的教育教学实践中去。

一、认真钻研教材。一个好的教师，要想高素质地传道、授业、解惑，必须要具备较强的钻研教材的能力，钻研好教材是教学的重要行为之一，是教师上好课的关键，只有钻研教材深了、透了、广了，才能很好地解决教学过程中的预设和生成之间的关系。研读是语文教教师必备的基本功，阅读教学是“教师、学生、文本对话的过程”，这个三者之间的对话，教师是核心、是灵魂、是首席。唯有教师首先与文本进行深入、细致、广阔、多维的对话，把握文本的精髓，深得文本之精髓，方能在教学中挥洒自如地引导学生与文本进行心灵的沟通。

二、要研究一些“教学案例”。案例是一种理论与实践，培养研究者反思案例是和团队合作能力的研究方法，普通性重于特殊性之中，并通过特殊性表现出来。案例具有典型性和

具体意义。通过对一些案例的分析，可以提高教师的教学能力。

总之，在今后的教学工作中，努力转变教学能力和教学方法。积极思考，精心设计教案，让学生喜欢上语文课，快乐地去学习。力求体现以学生为本，处处为学生考虑，要不断学习，不断反思，提高自己各方面的综合能力，提升自己的专业素养。

在本次知识竞赛使我都学到了很多以前没有学到的知识，具体有以下几点：第一，通过本次活动，我充分认识到，要保持共产党员的先进性，就必须学习好、遵守好、贯彻好、维护好党章，用党章总纲的精神不断加强自身的党性锻炼，把党章的学习作为自身的义务，并以党的纪律时刻来约束自己，从而使自己的党性观念、为人民服务的思想不断得到加强。第二，通过这次活动深刻了解了自身对党政知识的不足，明确了今后的学习方向。认真学习精神，与时俱进，不断提高自身的综合素质。第三，进一步了解了党的历史以及党的基本理论知识，加深了对党的认识，不断提高自身的思想觉悟。第四，此次竞赛活动是一次恰到好处的党的教育活动，强化了我广大党员群众的学习意识，为党支部今后的党建工作打下了良好的思想、理论和群众基础，增强了党组织的凝聚力、战斗力。本次知识竞赛让我学到了很多，也使我认识到了自己存在着很多的不足，那么在今后的生活中我们也必须做到以下几点来体现党员的先进性首先，认真贯彻党的各项方针和政策，积极参加党组织开展的各项知识学习，增加党性修养，提高自身素质。其次，认真学习知识，提高自己的能力，为以后能全心全意为人民服务打下坚实的基础。最后，严格按党员的身份要求自己，体现出党员的先进性，表现出党员应有的责任感！做一个忠于党忠于人民的好党员！

3月30日和31日，我省组织各市县部分数学教师到西安市参加由陕西省教育学会小学数学教学委员会主办的“数学新课程课堂教学大赛”。在短短的两天时间里，观摩了来自陕西省

各个地级市的小学数学优质课，听了专家的点评，与许多同行交流了意见，使我深刻地感受到了小学数学课堂教学的生活化、艺术化。课堂教学是一个“仁者见仁，智者见智”的话题，大家对教材的钻研都有自己独特的见解。通过听课，让我学到了很多很多新的教学方法和新的教学理念。

两天学习，里共听了11节课，在这些优质课中，教师放手让学生自主探究解决问题的方法，整节课，每一位教师都很有耐性的对学生进行有效的引导，充分体现“教师以学生为主体，学生是数学学习的主人，教师是数学学习的组织者、引导者和合作者”的教学理念。执教者的语言精练、丰富，对学生鼓励性的语言非常值得我学习。这些优质课授课教师注重从学生的生活实际出发，为学生创设现实的生活情景，充分发挥学生的主体作用，引导学生自主学习、合作交流的教学模式，让人人学有价值的数学，不同的人在数学上得到不同的发展，体现了新课程的教学理念。

给我印象最深的是这些课在教学过程中创设的情境，目的明确，为教学服务。各位老师采用了卡通形象“喜洋洋”，故事《乌鸦喝水》，实验“捏橡皮泥”等多种情景。其情境的内容和形式的选择都符合小学生的年龄特点。对于小学生来说，颜色、声音、动作对他们有着极大的吸引力，要多创设生动有趣的情境。整个教学过程都紧紧围绕着教学目标，非常具体，有新意和启发性。这些情境让学生体会数学来源于生活并运用于生活，激发学生学习兴趣。这样不但激发了他们了学习的欲望，而且兴趣也被调动起来，于是在自然、愉快的气氛中享受着学习，这便是情境所起的作用。

结合自己以往的教育教学工作，我想在以后分析教材时，要适当舍取一些教材内容，做到灵活运用教材，而不是教教材。在今后的教学工作中一定要发扬成绩，找出教育教学方面的差距，向教育教学经验丰富的老师学习，教坛无边，学海无涯，在以后的教学中，以更加昂扬的斗志，以更加饱满的热情，全身心地投入到教育教学工作中。

划船比赛心得体会篇五

国庆节到了，我们的心中万分激动，当然，各学校的十一歌唱比赛也要开始了。

我们的学校也不示弱，争先恐后的来安排这次歌唱比赛，让我们取得一个好成绩。

这次的歌唱比赛我们学校安排的比赛在下午，上午我们吃完饭，上完课，感觉时间很快就过去了，马上到下午要歌唱比赛了，首先我们搬着凳子下楼，坐在指定的位置，静等我们歌唱比赛的开始。

马上就要开始了，首先是介绍我们的领导有校长，副校长，还有我们的杨主席。介绍完领导就要正式开始了，首先，上场的七三班，他们唱的是歌唱祖国，接着一个个的上场，我的心万分的紧张和激动，我的是9号，经过一首首歌的唱诵，就到我们了，我的第一反应是怎么这么快就到我们了，可能你会觉的这句话搞笑，但我此的都是紧张死了。

到我们上场了，一共有4排，女生前两排，男生后两排，低的在两边，高的在中间，我们经过老师的队形整理，就要开唱了，我们唱的是中国范儿，前几个班唱的都特别庄严，沉重，而我们的歌，一下嗨全场，最后是唱4个班公布一次分数，公布到我们班是以9.65的分数到了第二名，七五班是第一名，我有点不开心，时间马上就过去了，我们的比赛也结束了。

这次虽然没有得第一名，但是我相信我们班一定能更上一层楼的，加油！

划船比赛心得体会篇六

今天进行了一年一度的广播体操比赛，因此我写了一篇心得体会。请大家欣赏。

大家知道我们快要广播体操比赛了，一些人尽力的把广播体操练得非常熟了，而有一些人不顾集体荣誉感，在家一直赖着连广播体操都不会练一练，老师排队的时候把他们排到了最后一排。把那些做得好的人排到了第一排，因为她们一看就是看第一排的。

给我们了，我们班好多人的手脚都软了，但还是把动作做得非常有力。做完了，体育委员一声口令，都齐刷刷的向左转，喊着响亮的口号：四一四一，全县第一，四一四一，永远第一。

回到班里，数学老师让我们给自己鼓掌，声音响亮，过了几分钟还没有停下来，这是集体荣誉感，我第一次见到这样的场面，所以也非常高兴。

这一次的广播体操比赛，让我体会了集体荣誉感的重要性，可能得不到第一，但在我心中，这是第一场最棒的比赛。