

# 最新文体活动心得(实用5篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 文体活动心得篇一

文体竞赛是青少年最常参加的一项活动之一，它不仅仅可以锻炼身体，更可以提高自身的综合素质。通过参加这些比赛，我们可以学到很多知识和技能，也可以结交到更多志同道合的朋友。在参加文体竞赛的过程中，我有了很多的收获和体会。

### 第二段：准备

作为一名参赛者，充分的准备工作是非常重要的，一定要在比赛前坚持长时间的练习和磨炼。在打球、跑步、游泳等现场竞技项目时，要多加加强练自己不擅长的方面，勇于面对困难，克服心理压力。同时，在文化类比赛方面，提前阅读并掌握相关知识，进行模拟考试，跟同学、老师进行交流，才能在比赛中表现出色。

### 第三段：比赛

在正式比赛开始前，要保持信心，掌控好自己的情绪状态，并认真听取裁判老师的规则说明。比赛中，要充分发挥自己的实力，紧张、专注、自信地投入到比赛中去。同时，要具备良好的合作和沟通能力，在团体项目中，要有集体荣誉感，互相协作并克服困难，赢得最后的胜利。

### 第四段：成果

比赛结束后，不管是获胜还是失败，都要认真总结自己的经验教训，及时发现和纠正自己的不足。如果获胜了，要谦虚、低调的表现自己；如果失败了，不要灰心丧气，要勇于接受挑战，并努力迎接下一个更大的挑战。在参加文体竞赛过程中，我们不仅可以获得自己的个人成果，同时也可以为学校和社会创造更大的荣誉。

## 第五段：总结

总之，文体竞赛可以为我们提供多种宝贵的经验和机会，不仅可以提高我们的综合素质和竞争力，更可以让我们体验到团队合作的力量和友谊的温暖。在参加文体竞赛的过程中，我们要认真学习，积极参与，勇于挑战自我，奋发向前，才能在这个竞争激烈的时代中立于不败之地。

## 文体活动心得篇二

四川汶川大地震，让许多同胞蒙难，也让国人悲痛不已。全国人民众志成城抗击灾难，其中一支重要的力量，就是“80后”甚至“90后”的年轻人。他们在地震现场无私救人，他们全力以赴奋不顾身地投入到抗震救灾的行动之中，捐款、献血、当志愿者。灾难之日、国难之时，他们把生的希望留给别人；他们热爱自己的祖国和同胞，用自己的实际行动，展现着坚强和成熟，书写着责任和担当，传递着爱心和希望。在他们身上，深刻体现了中华民族的未来和希望。

一刹那的生死巨变，让年轻的一代表现出了爱国爱家的情怀，表现出了团结互助的力量，表现出了吃苦耐劳的品格，表现出了不畏艰险的精神，表现出了沉着坚强的品性。灾难让这个年轻的群体经受了人生中最严重的考验。没有慌乱和躲避，他们勇敢、独立和坚强的青春形象，令国人为之动容，令世界刮目相看。

在逃生还是救人的生死抉择面前，很多青少年表现出了超乎

平常的无私和无畏。成都市温江区玉石乡实验小学12岁学生陈浩，在地震发生时很快跑下楼梯，马上就可以到达安全地带了，却看见一个女孩处在危险之中，他转头向回跑，把女孩推开，自己却被埋在了厚厚的瓦砾之中。

北川一中高一学生晏鹏本来已经被甩出教室，但他又返回教室，想救出困在里面的同学，然而，在他进入教室时，楼房继续垮塌，17岁的晏鹏被埋在废墟中。什邡市师古镇\*\*中心小学教学楼轰然倒塌的时候，该校一年级女教师袁文婷为了拯救学生，一次又一次冲进教室，柔弱的双手抱出了一个又一个孩子。当她最后一次冲进去后，楼房完全垮塌了。今年，她26岁。

在抗震救灾的队伍中，年轻人是生力军，他们不畏艰险，一直奋战在救灾的最前沿。我们看到，年轻的解放军、武警、消防战士，在极其恶劣的条件下，肩扛手刨，在废墟中救出一个又一个被掩埋的生命。他们在余震不断，随时有生命危险的情况下，英勇探路，艰难到达重灾区，为受灾群众送去生命的给养。我们看到，年轻的医护人员，冲在第一线，奋力救治伤病员。我们看到，年轻的新闻工作者，不顾个人安危，深入灾区和救援现场，获取第一手资料，在第一时间把灾情告诉中国和世界。我们看到，年轻的志愿者，不怕苦不怕累，参加现场救人，为受灾群众服务，搬运物资，维持秩序。我们还感受到了年轻一代面对灾难的理性和成熟。“80后”作家韩寒自己出资组建了一个小团队，在大规模救援队伍进入前就踏进了条件艰险的灾区。他以自己的亲身经历，向大家呼吁灾区需要帐篷和医疗人员，并理性地告诫大家不要随便涌入灾区，避免危险和给救援“添乱”。

在经历了家园被毁、痛失亲人的惧怕和悲伤后，中国年轻的一代真切感受到生命的可贵与厚重，领悟到亲情的可贵和人生的责任，明白了人生的许多艰难险阻要独自去承担，不能畏惧困难，更不能消极等待。克服困难的过程，也使年轻一代汲取了巨大的精神能量，在自救的同时，他们懂得了关心

和帮助别人。面对灾后的废墟和等待救援的同胞，他们更深刻地理解了同情和回报。经过灾难，他们更加勇敢、热情、自觉。

少年强，则中国强。中国的有志青少年是祖国的未来，民族的希望。壮哉，青少年！

## 文体活动心得篇三

近日，我参加了学校的文体竞赛，深有体会。在这次比赛中，我不仅收获了荣誉，还收获了许多宝贵的经验和教训。下面，我将从五个方面详细阐述我的心得体会。

### 一、赛前准备

参加比赛前，要认真准备，注意安排好自己的时间。我在比赛前学习了很多，准备了许多资料，并且和老师及同学们交流与学习。最重要的是，我认真梳理了比赛内容和要求，明确了比赛的重点，这也是我能够获得好成绩的重要原因之一。

### 二、比赛心态

比赛无论成败，重要的是要保持平静的心态，不要因为紧张而犯错。比赛是检验自己能力的机会，平心静气地对待，会更加得心应手。我的一些同学在比赛中紧张过度，影响了发挥，从而导致比赛成绩偏低。

### 三、技能和表达能力

文体竞赛需要一定的技能和表达能力，尤其是对于语言类的竞赛，如演讲、朗诵。对于我而言，由于缺乏练习，语言表达方面还有很多不足，但比赛也给了我一个充分锻炼的机会。在比赛过程中，我认真倾听评委的建议和意见，认真总结和反思，不断提升自己的表达能力。

## 四、检讨和改进

赛后的检讨和反思同样非常重要。我在比赛结束后，与同学们和老师们一起探讨比赛中存在的问题和不足。通过与他人交流，我了解到自己的缺点，也知道了自己的优势。接下来，我将加紧练习和提高自己的不足，以便更好地完成下一个比赛。

## 五、比赛收获

除了得到了荣誉和奖励外，通过参加文体竞赛，我获得了许多宝贵的经验和知识。文体竞赛不仅锻炼了我的语言表达和思维能力，还增强了我的自信和勇气。更重要的是，通过比赛，我认识了许多优秀的同学和老师，与他们一起讨论和交流，收获了许多宝贵的人生经验和启示。

总之，文体竞赛是一个展示自我的舞台，通过比赛，我们不仅能够展示自己，还能够提升自己，在比赛的过程中获得更多的成长和收获。希望我的经验能够帮助到更多的同学，一起共勉，共同进步。

## 文体活动心得篇四

（马忠林）

一转眼，来市大数据局驻派支撑工作已有6个月的时间了。我很荣幸我能被派去大数据局做派驻支撑工作，在大数据局工作的这段时间，我收获颇丰。下面我将从几个方面谈谈我这段时间来的心得体会。

一、谦虚好学，取他人之长补己之短，努力提高业务能力。

“谦虚使人进步，骄傲使人落后”这是我们在小学就接受的

教育。谦虚是美德，人类如果失去谦虚，那么自信就会变成自大。自大就是自满，自满就会失败。因为我们还年轻，没有多少经验，所以比较容易骄傲和急躁，办事也总是急于求成。而大数据局这边的同事都很优秀，他们有着较强的业务处理能力，尤其在公文写作这一块，作为理科生出身的我能够与他们共事，这无疑是一次非常好的学习机会，事实也证明了的确如此。而且大数据这边的同事和领导都很有耐心，每每遇到问题他们都会细细为我解答，让我在短时间内学会了文件处理格式。与此同时，在这边工作也让我认识了很多的前辈，前辈们业务能力强，工作效率高，对后辈们也是关怀备至。他们有的虽是领导，却不会倚老卖老；他们有的虽很优秀，但不会高高在上。他们始终保持着一颗虚怀若谷待人接物。要知道，没有一个人有骄傲的资本，因为不论过去你取得了多少骄人的成绩，即使是在某一方面的造诣很深，也不能说是已经彻底精通，因为知识是无穷的。谁也不能够认为自己已经达到了最高境界而停步不前，趾高气扬。如果是这样的话，则必将很快就被同行赶上和超过。所以，在实际的工作中，我们一定要谦虚谨慎，戒骄戒躁，求真务实，脚踏实地的做好每一件事。

## 二、脚踏实地，求真务实

想当初刚来大数据局派驻服务工作的時候，这边的工作流程和写文件格式真的让我很苦恼，我是一个粗糙的理工男，对于文字工作真的是一窍不通。让我印象最深的是第一次写公文，我感觉非常吃力，因为之前没写过文稿，也不懂公文的格式，这让我感到非常吃力。一做完手头上的工作我就到网上去学习公文的写法，但是琢磨了大半天还没半点头绪，于是我又参考大数据局文件，依葫芦画瓢，花了一整天的时间才完成第一篇文稿，虽然交付领导的时候领导指出了很多问题，但是看着自己的成品，内心还是很开心的。我以为自己第一次写文件写得那么糟糕，领导肯定对我很失望，但是领导不仅没有对我大失所望，反而对我非常信任，后来又让我写了很多稿件并能够耐心指导我。经过领导的耐心指导和自

己的不断努力，我慢慢熟悉了简单的公文写作。我知道我现在掌握的公文写作还只是皮毛，但是我会不断地学习，用行动去证明我不是一个粗糙的理科生，我也可以是一个文艺青年。

在大数据局工作，我还学会了与人相处这门艺术，而尊重是和谐共处的前提，也是新时代青年应有的基本素养，尊重他人更多体现在会议中。所以每一次开会我都会认真听领导讲话，如领导要求每个人都要发言，则待领导发言完毕，再发表自己的想法。令我震惊的是在我发言的时候，领导也是非常认真的在听，即使我说的又什么不妥当的地方他们也不会贸然打断，而是等我发言结束再一一指出不足之处。在这过程中，我学会了如何去倾听，和思考自己的不足，再不断的提高。同时我也明白了要想得到他人的尊重，自己就要学会尊重他人。

一年之计在于春，2020的伊始本是一个美好的春天，但新冠肺炎疫情的到来却让天地间黯然失色，庆幸的是，人间真情令世间再度恢复了生机。各地医生护士争相请战武汉，警察战士维护公共秩序，快递行业义务运送物资，全国人民出资出力……我原以为我们不是医生护士，也不是警察战士，对于疫情我们能做的就是不为国家添麻烦。但是公司在疫情期间积极响应需求，在第一时间火速开通玉林市红十字会医院应急隔离病房项目网络；充分发挥“互联网+”5g科技手段。免费为各单位提供天翼云会议服务，确保会议“零接触、高效、快速”开展；派驻单位—玉林市大数据发展和政务服务局的领导、同事疫情期间为做好各项服务工作，疫情期间坚守岗位，别人放假，他们上岗，别人休息，他们却不断发布防控疫情方案……以上的事迹让我深深意识到，每一个行业都有自己的价值，虽然疫情期间我有时候只是在派驻单位正门值班站岗，引导、帮助办事群众填写广西健康码，看似微不足道的工作，但是只要我坚守岗位，也可以发光发热，为这个社会爆发自己的能量！

我也知道这样做还远远不够，我深知作为一名电信的员工，派驻在玉林市大数据发展和政务服务局的意义。我不仅需要做好派驻单位的支撑工作，尽可能的多学习和充实自己，还需要尽可能的挖掘商机，挖掘潜在客户，为公司谋利益，给公司创造更多的价值。我会时刻记住自己的使命，在以后工作生活中我会加油的。争取更大的进步。

## 文体活动心得篇五

文学作为一门艺术，深受人们的喜爱和追捧。而文体学作为一门研究文学形式与样式的学科，对于我们进一步理解和欣赏文学作品有着重要的意义。在学习文体学的过程中，我不仅对不同的文学体裁有了更深入的了解，还对文学的创作技巧和内涵有了更清晰的认识。本文将从对文体学的初次了解、对不同文体形式的学习、对文学构思和写作的启发、对文学作品的解读和鉴赏上述五个方面进行总结和归纳，分享我对文体学的心得体会。

初次接触文体学的时候，我对文学的了解还只停留在简单的小说、诗歌和散文等基本层面。然而，通过学习文体学这门课程，我才真正意识到文学的多样性和丰富性。文体学不仅让我了解到小说、诗歌、散文等常见的文学体裁，还介绍了戏剧、寓言、科学小说、报告文学等各种具有特定形式和特点的文学形式。我发现每一种文学形式都有其独特的表现方式和创作规则，这让我对文学的理解更加全面和深入。

在学习不同文体形式的过程中，我通过分析和比较，发现了它们之间的异同点。例如，小说注重情节和人物塑造，要求联想、想象和推理，故事情节复杂，篇幅较长；而诗歌则以抒发情感和表达意境为主，注重音韵和节奏的韵律感，语言简练、形象生动；而散文则以叙述为主，注重说明和议论，以散文家对客观事物的个人感悟和思考为主线，通常篇幅较短。通过对这些不同文体形式的学习和理解，我深刻体会到



了文学的多样性和独特之处。

文体学不仅让我了解了文学形式的多样性，还使我对文学的构思和写作有了更深远的启发。在学习文体学的过程中，我发现每一种文学形式都有其独特的创作要点和技巧。例如，小说的创作要求情节紧凑、人物形象突出，需要有合理的情节构思和丰富的人物内心活动；而诗歌则更注重用充满音韵美的语言凝练出精彩的意境，需要注意韵律和节奏的运用；散文则对观察力和思考力有较高的要求，需要从生活中的点滴细节中抓住人们共同关注的话题并发表自己的独立观点。这些创作要点和技巧的学习和掌握，对于提升自己的文学创作能力有着重要的启发意义。

通过对文体学的学习，我不仅对文学的形式和技巧有了更深入的了解，还能从中阅读并解读文学作品。在阅读文学作品的过程中，我能够根据文体的特点和结构分析文章的结构和样式，并揭示其中的深意和寓意。例如，通过了解戏剧的剧本结构和舞台表演特点，我能够更好地欣赏戏剧作品，并理解其中的角色关系和情感交织；而通过对报告文学的学习，我能够更加深入地了解现实生活中的一些问题和现象，并思考如何透过文学作品揭示其中的真相和内涵。文体学的学习使我不仅能够阅读，还能深入解读和鉴赏文学作品。

在文体学的学习过程中，我不仅深化了对文学的了解和认识，还培养了对文学的热爱和欣赏能力。通过学习不同的文学形式和创作方法，我能够更好地欣赏和领略文学作品中的艺术之美，并对文学创作有更深入的理解。文体学的学习使我对文学充满了好奇和兴趣，让我更加热爱并追求文学艺术。

总之，文体学的学习给我带来了广阔的文学视野和丰富的学术知识。通过对不同文体形式的学习和分析，我能够更全面、深入地理解和欣赏文学作品；通过对文学构思和写作的学习和启发，我能够有更多元的创作思路和技巧；通过对文学作品的解读和鉴赏，我能够更好地理解作品的内涵和思想。文

体学的学习不仅丰富了我的文学知识，还培养了我对文学的热爱和欣赏能力。我相信，在今后的学习和生活中，文体学将继续为我提供更多的启发和帮助。