

最新口译比赛心得体会(通用5篇)

心得体会是我们对自己、他人、人生和世界的思考和感悟。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？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。

口译比赛心得体会篇一

说课程是把自己对课程的理解、对学情的把握、对教材的分析、对教学方法的选择和对课程的设计向同行或者专家学者表述的过程。任何比赛都有一定的评价标准。作为参赛选手，首要的是认真学习这个标准，并且按照标准的指示规范自己的说课，这样才能有的放矢，自己做到心中有数。参加说课程比赛前，我拿到了相关文件材料，本次说课程规定时间为20分钟。主要从课程构思、课程设计、课程实现和课程运作四方面来解析一门课程。因此，我以评价标准为纲，但不僵化于教条之内来设计课程。

在了解比赛要求的基础上，我做了充分的准备。由于我说的《计算机英语》是一门新开的专业选修课，自己对计算机专业不是很熟悉，因此第一步我先搜集资料，把手头上有的资料都又重新翻出来，并从网上进行信息搜寻；另外我也充分发挥自身的信息技术特长，潜心制作了说课程课件，自己制作模板，在网络上寻找合适的字体。统一模板字体的色调，在细节中呈现特色。

因为说课程的时间只有20分钟，在这里不仅要把理念充分诠释，在教学设计环境中渗透，而且还要顾及教材、学情等其它板块的呈现。为了让我的说课程更加呈现逻辑性，我把各个板块的关键语句做在幻灯片上，让评委和观众更能够跟着我的思路走。同时在设计中体现关联性。比如我讲到课程实现的时候，与我所讲到的教法结合起来。再次阐明，增强逻

辑性。同时要把教学过程中环节设计的亮点，巧妙地陈述给评委观众，让大家觉得你一直用心在设计。在教学过程中，环节设计意图讲明讲透，语速沉稳缓慢，加以手势表情运用。

常言说：三分戏，七分演。说课程也是如此。作为一门综合性很强的说课艺术，它也贵在创造、贵在灵活、贵在说课者说出自己的特色来，这也正是同样一个内容，不同的说课者会有不同的说课效果的根本原因。语言表达能力在很大程度上决定着说课程的成败。好的说课者语言清晰、音量适中、语速快慢错落，要根据说的内容把握好语言的节奏。让人听得舒服、听得清楚。所以说课时既不能面无表情、平淡呆板，又不能拿腔捏调。另外，说课程一定要注意发挥自己的特长，在不违反说课原则的前提下，努力扩大创造的空间，说出自己的特色。如可以根据具体情况、调整若干说课的若干环节或对某些环节作些拓展，以及设计一些与众不同的精彩的导语和艺术地运用好多种教学媒体等等。

自信是做好一切工作的前提。一个好的说课者展现在大家面前的是自信——自信我们的设计最优，自信我们的表现最佳。因为说课程是说给同行听的，说给领导听的，说的过程不是先知在布道，也不是专家在培训，是介绍自己对教材的理解和教学设想，唤起听者的兴趣，激发他们的思维，探索更合理的教学设计。所以，说课者整洁的仪表、轻松自然的谈吐、恰如其分的体态语言都会给听者视觉和听觉上的美感。努力做到轻松又不眉飞色舞，庄重而又不严肃拘谨。这就要求我们对教材、对教学设计了然于胸，需要我们扎实地基本功和良好的教学素养作支撑。

说课程是一种特殊的教研活动，除用于评比外，更多的时候是教师之间互相研讨、相互切磋，从而使教学设计不断趋于完善的一种教学研究形式。无论目的是什么，说课程都要求教师在一定的高度上对教材对自己的课程设计有一个理性的思考。所以，说课者不但要说“教什么”和“怎样教”，更要说出“为什么这样教”，在讲述教学流程的过程中，要针

对重难点环节谈明白自己理论支撑。以便听者从中看到说者对教材的理解深度以及对教学的认识高度，从而产生共鸣。另外，一定控制好时间。时间就是效率，就是教师掌握教学时间的体现。说课前应该根据规定的时间，对各部分内容所需要的时间大致做一个估算，心中有数。整个说课程过程中力求做到节奏和谐统一，在规定的时间内有条不紊地说完该说的全部内容，切莫时间已到，还冗长陈述。

总之，本次说课程为广大教师提供了一个学习、研讨的平台，进一步提高了教师的综合业务素质 and 教学能力，交流了教学技艺，深化了教法、学法的研究，激发了广大教师对课程研究的热情。通过这次说课，让我深切的体会到了紧迫感，认识到了自己的局限，同时对自己也提出了许多问题去思考。反思之余，我发现自己需要学的东西太多太多。我要不断地充实自己，做一个永不满足的学习者。

口译比赛心得体会篇二

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，我学到了很多的东西，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。文艺委员说我们要别紧张，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。

参加合唱队感想

——405班胡雨萱 我参加合唱团已经快一年了，在合唱团里，我学会了许多音乐的知识，也获得了很多乐趣。还记得那一天，我被荣幸的评为了雪花合唱团的一员。从那时起，我就和44名合唱队员一起投入到了紧张的排练中。

我开始学习合唱，那种感觉是多么美好，不仅可以学会一首首优美的歌曲，还听来了许多有趣而又生动的唱歌技巧。比

如用肚子来唱歌，每次唱歌前要用一段旋律发声，用给一个音唱音阶的方式练音准??让我从中受益很多。

合唱生活并不只是那么轻松，因为要比赛了，排练时间很紧，所以我们放学后都要到合唱教室进行排练。这样的确很苦，不仅每天要排练，还要跟上学习。但想想老师，我就对我这种心里感到羞愧，她在给我们排练时，都是站着的，但是从来没有说过累这个字。在最紧张的几天里，老师一直让我们站着，等排练一结束，有好多同学喊累，我也不例外。但其中我们班的一位同学说的一句让我记忆深刻，她说：“我可知道老师上课有多么累了。”是呀！我们多么应该理解老师的辛苦付出。我们也不应该抱怨它。功夫不负有心人。终于，在我们辛苦的排练下，认真的努力中，我们雪花合唱团终于获得了北区合唱比赛金奖第一名！那时我们多激动呀，几个同学唧唧喳喳的议论着，欢呼着，大家都那么高兴，但老师很冷静讲着我们这次合唱比赛的不足之处，让我们学到了更多,,,原来，老师是想让我们不要骄傲，精益求精，只有这样，才能让我们在市里比赛中发挥出最好的水平。

合唱排练的感想

本届大学研究生合唱比赛即将在10月29号举行，生环学院这次有80多人参加了这次合唱比赛的排练。在这次排练的将近十天里，训练是艰苦的，往往两三个小时结束后大家的嗓子都沙哑了，但训练又像品尝一杯香茗，苦中有甜，体会良多。

每次合唱之前都需要进行开声练习，这样的训练是后续训练的根基，尤为重要，却也最为枯燥。即便如此，同学们仍然热情不减，在训练和选歌过程中做出了积极的参与，每当遇到不懂的声乐问题时，更是踊跃提问、认真学习练唱。

从训练伊始的腼腆到现在的敢于放声歌唱；从原先的生疏、走音到现在对曲调的基本掌握；从原先明显的抢拍拖拍到目前能够基本做到“步调一致”。这些进步都是有目共睹的，

也是我们八十几个同学辛苦练习，团结奋斗的结果。

在这次合唱比赛的排练中，我还认识了生态学，民族生态学，植物学的很多新同学，和他们有一些很好的交流。我想其他同学也和我一样，通过这次合唱比赛的排练，大家都结实了很多新朋友，使得我们生环学院的各个专业的研究生能够互相了解，增进友谊，使得我们生环学院的研究生更加团结，更具有凝聚力。

研究生不因仅仅是局限于在书本和图书馆中的学习，更应该积极与外界接触，挥洒青春的汗水。

当我们每个人把自己当成这个集体重要而又平凡的一分子，为这个集体的荣誉而默默付出，耗费心力的时候，我想这次合唱比赛的目的也就达到了，这是对我们的精神和品格的一次有声的陶冶。

与你共注青春

——记我们一起走过的129（政府管理学院 1200016949 蒋欣佳）

近三个月的排练，每周三次的走进院楼342，每次回到宿舍玩笑而又无奈的对室友说着：“早上好！”，在寒风瑟瑟，路灯熹微的晚上，129是我们结伴回家的身影；从识谱到节奏，从分声部练到合唱，从许多人音准不对，声音不齐，到合唱时跟随指挥的感情起伏、错落有致，129是我们口中日益丰满的旋律。三个月的辛苦。每一次把身体包裹得严严实实的骑车奔赴院楼，但依旧会冻得鼻子通红，然后近两个半小时后又继续鼻子通红的回去；觉得每一周的日子只剩下了两天，叫129和没有129，听着身边的同学和自己的满口抱怨，但依旧会在日程安排上给排练留出一个大而醒目的位置，然后按时在高声部第三排固定的位置等待着排练的开始；排练持续的时间渐渐加长，训练的强度渐渐变大，就算是站的双腿

发酸，合唱时依旧乖乖的站进队列里，就算是后来嗓子发涩，声带疲倦，真诚的劝着同学和自己不要勉强，练声时依旧卖力的拿出最大音量??129占据了我們半个学期的记忆，辛苦，是记忆中的一个重要组成部分。三个月的进步。记得向大师曾经说过，129排练中让他印象最为深刻的是男生们的进步，从根本不会发声、不会识谱，音准一团糟，到渐渐的成型、规范，可以看出男生的用心和努力，这让他十分感动。而身为女高音的声部长，我也有相同的感受。在我们当中，大多数人是没有音乐基础的，又由于我们所选取的歌曲对高音的要求比较高，所以一开始大家存在着各种各样的问题，最明显的就是节奏和发声，所以，当听到我们的合唱渐渐成型，各个声部的声音渐渐融合，我的心情十分激动。凌晨回到宿舍后，过道中总会响起熟悉的旋律，大家相视一笑，洗漱休息了。三个月的快乐和感动。因为129，我们收获了友谊，收获了政管一家亲的温馨。与你们笑闹、一起成长、彼此关心，是对我即将结束的大一上学期最美好的注脚；穿着汉服的程斯姐，加入合唱的伟峰师兄、泉哥、姚萌萌、默神，负责管理组织的望可学长和君然姐，领队丸子姐，为我们排练的翊珊姐、明月姐和指挥、排练、伴奏全能的向大师，以及一切来帮助我們129比赛的师兄师姐，你们对于129排练的认真负责，热情付出，让我感动。

所以，当女生换上长长的红裙，男生们穿上整齐的西装，我们最终登上舞台，唱响属于政管的旋律时，我们便有了厚积薄发的勇气与自信。每一句歌词、每一段乐曲，都如回味般悠远、如圣咏般庄严，在我们的心中激荡。我们知道，我们已然拿出了了最高的水准，最积极的姿态，最夸张的表现力，然而最深切的感情。永远忘不了，在等待主持人报分时，回荡在整个大厅中的“政管、政管”；忘不了，当得知本院的成绩后，自己和周围的同学兴奋到极点的嘶喊；忘不了自己给属于组比赛的同学发信息时的洋洋得意；更忘不了，当我们最终离开百讲之后，突然涌上心头的不舍和伤感。

属于我们的，我们共同努力过的时光，共同拥有过的满足，

共同分享过的荣耀。与你们一起为青春注脚，是我无上的光荣。

口译比赛心得体会篇三

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。由于我班的学生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，有的人齙着牙、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。

口译比赛心得体会篇四

说课程是把自己对课程的理解、对学情的把握、对教材的分析、对教学方法的选择和对课程的设计向同行或者专家学者表述的过程。任何比赛都有一定的评价标准。作为参赛选手，首要的是认真学习这个标准，并且按照标准的指示规范自己的说课，这样才能有的放矢，自己做到心中有数。参加说课程比赛前，我拿到了相关文件材料，本次说课程规定时间为20分钟。主要从课程构思、课程设计、课程实现和课程运作四方面来解析一门课程。因此，我以评价标准为纲，但不僵化于教条之内来设计课程。

在了解比赛要求的基础上，我做了充分的准备。由于我说的《计算机英语》是一门新开的专业选修课，自己对计算机专业不是很熟悉，因此第一步我先搜集资料，把手头上有的资料都又重新翻出来，并从网上进行信息搜寻；另外我也充分发挥自身的信息技术特长，潜心制作了说课程课件，自己制作模板，在网络上寻找合适的字体。统一模板字体的色调，在细节中呈现特色。

因为说课程的时间只有20分钟，在这里不仅要把理念充分诠释，在教学设计环境中渗透，而且还要顾及教材、学情等其它板块的呈现。为了让我的说课程更加呈现逻辑性，我把各

个板块的关键语句做在幻灯片上，让评委和观众更能够跟着我的思路走。同时在设计中体现关联性。比如我讲到课程实现的时候，与我所讲到的教法结合起来。再次阐明，增强逻辑性。同时要把教学过程中环节设计的亮点，巧妙地陈述给评委观众，让大家觉得你一直用心在设计。在教学过程中，环节设计意图讲明讲透，语速沉稳缓慢，加以手势表情运用。

常言说：三分戏，七分演。说课程也是如此。作为一门综合性很强的说课艺术，它也贵在创造、贵在灵活、贵在说课者说出自己的特色来，这也正是同样一个内容，不同的说课者会有不同的说课效果的根本原因。语言表达能力在很大程度上决定着说课程的成败。好的说课者语言清晰、音量适中、语速快慢错落，要根据说的内容把握好语言的节奏。让人听得舒服、听得清楚。所以说课时既不能面无表情、平淡呆板，又不能拿腔捏调。另外，说课程一定要注意发挥自己的特长，在不违反说课原则的前提下，努力扩大创造的空间，说出自己的特色。如可以根据具体情况、调整若干说课的若干环节或对某些环节作些拓展，以及设计一些与众不同的精彩的导语和艺术地运用好多种教学媒体等等。

自信是做好一切工作的前提。一个好的说课者展现在大家面前的是自信——自信我们的设计最优，自信我们的表现最佳。因为说课程是说给同行听的，说给领导听的，说的过程不是先知在布道，也不是专家在培训，是介绍自己对教材的理解和教学设想，唤起听者的兴趣，激发他们的思维，探索更合理的教学设计。所以，说课者整洁的仪表、轻松自然的谈吐、恰如其分的体态语言都会给听者视觉和听觉上的美感。努力做到轻松又不眉飞色舞，庄重而又不严肃拘谨。这就要求我们对教材、对教学设计了然于胸，需要我们扎实地基本功和良好的教学素养作支撑。

说课程是一种特殊的教研活动，除用于评比外，更多的时候是教师之间互相研讨、相互切磋，从而使教学设计不断趋于完善的一种教学研究形式。无论目的是什么，说课程都要求

教师在一定的高度上对教材对自己的课程设计有一个理性的思考。所以，说课者不但要说“教什么”和“怎样教”，更要说出“为什么这样教”，在讲述教学流程的过程中，要针对重难点环节谈明白自己理论支撑。以便听者从中看到说者对教材的理解深度以及对教学的认识高度，从而产生共鸣。另外，一定控制好时间。时间就是效率，就是教师掌握教学时间的体现。说课前应该根据规定的时间，对各部分内容所需要的时间大致做一个估算，心中有数。整个说课程过程中力求做到节奏和谐统一，在规定的时间内有条不紊地说完该说的全部内容，切莫时间已到，还冗长陈述。

总之，本次说课程为广大教师提供了一个学习、研讨的平台，进一步提高了教师的综合业务素质 and 教学能力，交流了教学技艺，深化了教法、学法的研究，激发了广大教师对课程研究的热情。通过这次说课，让我深切的体会到了紧迫感，认识到了自己的局限，同时对自己也提出了许多问题去思考。反思之余，我发现自己需要学的东西太多太多。我要不断地充实自己，做一个永不满足的学习者。

口译比赛心得体会篇五

大学三年在忙碌的学x生活很快就要过去了，今年我很荣幸代表我们学校参加年工业分析技能大赛，也算是给大学生生活增添了一些精彩。

一、感谢我的指导老师，他们是分析生涯中的启蒙老师，具有较强的知识水平和实践能力，充分调动整个团队的积极性，发挥我们的长处，挖掘我们的潜能。能够准确把握宏观的方向也要能够注意到很小的细节问题。鼓励我们，激励我们，严格要求我们。

二、明确的目标和坚定的信念以及不灭的斗志。坚持到最后就是胜利，说的容易但做起来却不是那么回事，很多时候在最需要坚持时，我们往往忘记了这句话。生活最怕没有目标，

做一件事如此，参加一个比赛亦如此。没有一个明确和强烈的目标就很难取得比赛的成功。

三、各方面的支持。很感谢指导老师和学校的支持，在我们遇到困难的时候，指导老师总是耐心的为我们解决。同时，也有我们互相的支持，感觉很累的时候，我总是会收到来自队友的支持。

另外，在比赛过程中通过和其他团队作品的比较，我们认识到了自己的不足，对自己在今后的学x生活工作上也有很大的帮助。再次感谢学校和指导老师的大力支持，我们通过比赛确实收获良多。也相信我们学校会在大家齐心协力之下，创造出更加辉煌的成绩。