

最新电焊工技术比武心得体会(模板8篇)

心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会下面是小编为大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

电焊工技术比武心得体会篇一

疫情的严峻形势让今年的春节假期非同寻常，不见了往日的人流喧闹和熙熙攘攘，打开窗子，入耳的是防疫宣传广播，看见的是仿佛画中的安静楼阁，再向远处望一望，有一群社区疫情防控人员穿梭在楼宇之间，他们是社区的“守门员”，用爱与担当筑起小区的安全屏障。

当你打开小区的门，迎面的是一群忙碌的身影。小区疫情防控人员在忙着量体温、忙着消毒、忙着发宣传单、忙着办通行证……他们24小时轮流守护，有时几小时不喝一口水，泡面就是一顿饭。在东北大地他们是钢铁战士，零下三十度的天气，冻坏了手脚，冻不坏小区守护者的坚定意志；在严重疫区他们是越艰险越向前的无畏勇士，用无私奉献保卫人民安全，用责任与担当践行初心使命。每一个守候为的是防控不留死角、全力织密社区的防护网，用他们的赤诚之心换小区居民的在家安心。

当你打开小区的门，看见的是一个个焦急的眼神。防控人员焦急居民的不听指令、不讲大局，焦急他们的不理解、不珍惜。

小区守护者门急切防护的是每个“门”的安全，他们是党员、是公务员、是职员、是志愿者，岗位上他们无畏无惧，坚守“大门”，回到家他们是爸爸、是妈妈、是儿子、是女儿，

是家里的支柱，他们知道保护好每一个“门”，才能保护好每个家的安全，才能在春暖花开时与家人团聚共享战“疫”的胜利。

当你打开小区的门，听见的是一声声关心的劝阻。小区防控人员每天要苦口婆心劝阻居民尽量回到安全堡垒，最大限度做到疫情不扩散。有的群众听到了劝阻，知道那是爱与守护，宅在家里不出门添麻烦，有的群众听到了劝阻，却觉得是限制与枷锁，对防控人员质疑指责，拒不配合。出门不戴口罩、出门只为遛狗、出门放松心情等等的群众还有很多，他们不理解出的这道“门”是防控人员日日夜夜、一点一点筑起的安全“门”，病毒无情人有情，对于无数前线抗“疫”战士的付出与牺牲，谁还忍心再开那道“门”。

防控疫情，人人有责，小区大门内外的你与我，都要为战“疫”贡献自己的力量，坚持落实习总书记重要指示，把防控力量向社区下沉，加强社区各项防控措施落实，使所有社区成为疫情防控的坚强堡垒。

电焊工技术比武心得体会篇二

网球运动起源于法国。早在12—13世纪，法国的传教士就常常在教堂的回廊里，用手掌击打一种类似小球的物体，来调节呆板的教堂生活。渐渐地，这种活动传入了法国宫廷，并很快成为贵族们的一种娱乐游戏。当时，他们把这种游戏叫“掌球戏”。14世纪中叶，这种游戏便传入了英国。当时这种球的表皮使用埃及坦尼斯镇所产的最著名的绒布—斜纹法兰绒制作的，英国人就将这种球称为“tennis”[]“tennis”也就成了网球运动的专用语。时至今日，网球运动已从王室贵族走到了千家万户。成为人们日常锻炼的一种方式。

同大多数的体育活动一样，网球对现代人的生活起着不可或缺的作用。

（一）网球成为现代社会闲暇生活的重要内容

作为闲暇生活的重要组成部分，网球具有自由性、个人性、情感性和群体性的特点。球可以使人在充满愉悦与和谐的气氛中，达到锻炼身体、促进健康、恢复体力、调节心理、陶冶情操、激发热情、培养品格、满足精神生活及享受人生乐趣等目的。

（二）网球是人们社会交往的重要途径

行社会交流的重要方式。

（三）网球是调节情感和缓解社会压力的重要手段

在现代社会，工作和生活节奏加快，人们的精神负荷、心理压力加大，肌肉缺乏运动，营养过剩，导致体重增加、体力下降、肌肉力量减小，出现了“心理压抑综合症”、“无气力无感情症”等“亚健康”状态。网球运动可以有效地调节人们的情感，缓解工作和生活带来的压力。从而有效的缓解社会压力。

电焊工技术比武心得体会篇三

音乐与舞蹈学院 13级音乐学（闽台合作）洪淑云 130504033

时光飞逝，转眼间一学期丰富多彩的体育生活已经结束了。这学期我选择了“羽毛球”这项相互进行击球对抗的球类体育运动项目，尽管我是一个初学者，以前从未打过羽毛球，但凭我对这项运动的热爱以及在老师的淳淳教导下，我渐渐的入了门。

通过这一学期的学习与训练，我学到了很多与羽毛球有关的专业知识。不仅掌握了许多羽毛球的基本技术，也锻炼了身体。受益匪浅。我自认为还是个爱运动的人，又比较喜欢球类。

这学期选了羽毛球以后才知道自己的动作居然那么不正确,通过一个学期的学习自己改掉了不少错误的动作,也锻炼了身体,丰富了课余生活,感觉选择羽毛球是个正确的选择。我想下学期的课可能更富有挑战性,我会积极锻炼积极动脑努力提高自己的技巧。选择羽毛球课,其实这才是我第一次正式的接触到羽毛球。一项简单的娱乐活动这下子倏的多了些许严肃。拿着漂亮轻薄的金属球拍走向体育馆的样子还真有点像那么回事。然而羽毛球毕竟是羽毛球,作为一项体育运动羽毛球训练有他艰苦的一面。大的运动量和高技巧性的确对我这样一个体质本身不大好的女孩来说是很难的。但是羽毛球同样是充满了它与生俱来的吸引力。应该说这绝对是一项充满着智慧的运动。正是因为被其深深吸引,我也才能始终未言放弃,在这条不太容易的路上和我的好朋友们,以及我们的可爱得羽毛球老师一起努力着。不是为了有朝一日成为世界冠军,只是既然选择了就要坚守住这份心里的挚爱,也守住年轻人这颗不言放弃的心。

短短一学期恍然而逝。应该感谢老师您,能用这种年轻的方式和我们交流,用这样富有青春气息的方式将我们引入羽毛球的世界。倘若不是这样我恐怕早已沉没在艰辛的运动过程之中早就失却了兴趣和信心。不是说过一条快乐的路永远不会让人厌烦,不是吗?同时在体育场里,有暖融融的气氛始终将我包围着,这样的感觉真的好。如今,每天早上约上若干好友一起去打球已成了我生活的习惯。这是我第一次将一项运动作为自己的一项习惯来看待。除了身体在运动后的舒畅之外,还有心灵的放松。我想这都要感谢您对我们考试得严格要求,才使得我这么认真地去对待羽毛球,去培养自己对体育运动的兴趣。我想仅仅这短短一个学期,我已经深深爱上了羽毛球。

大学里开羽毛球这门课真的很好,在进行体育锻炼的同时让我对羽毛球有了更多的了解。这样不仅丰富了我的大学课堂生活,让我有了积极向上的斗志,坚忍不拔的意志。我本是一个不喜欢运动的学生,以一种应付的态度对待以往的体育

课。但您的授课使我爱上了体育，爱上了羽毛球。我崇拜您精湛的技术，欣赏您幽默的授课方式。我不仅在课上抓紧时间练习，在课下也经常和同学们进行交流。现在我虽然在技术上还有很大差距，但我争取在下一个学期有一个新的风貌。总之，羽毛球课是我们忙碌的学习生活中的一个很好的调剂与放松。通过一学期的学习，在认识了更多的朋友的同时，我掌握了更多的技术，从不会打羽毛球到现在打球水平有了很大的提高，身体也得到了锻炼。它使我有收获。

通过这一学期对羽毛球的刻苦学习与训练，培养了我的竞争意识和进取精神。羽毛球这种运动特有的对抗性及强负荷性的锻炼方式，有助于培养我充满自信，不畏困难，顽强拼搏，积极进取的精神！在练习打羽毛球的过程中，让我充分理解了与搭档相互配合的默契，我们在尊重对手的同时，别人也会尊重你，这样的球才接得稳，达得好。这一点又对培养我们协作，忍让和谦虚等优良品质大有益处，有利于树立正确的人生价值观。

这学期羽毛球的学习已经告一段落了，在我回首这些练球的每一堂课时，我都能感受到这项运动魅力所在——使人始终保持着朝气蓬勃的精神状态，为我增添了不少的生活情趣。

电焊工技术比武心得体会篇四

非常感谢辅导员给我这次机会，让我参加这次系里组织的活动，参观了铁道大酒店和新世纪大酒店的技能大赛。

这次技能大赛给我留下了很深刻的印象，近距离接触酒店精英的比赛，这比我在书本上学到的多的多，很多书本上虽有文字记载，但是学会就又给忘记了，这次虽然不是亲自操作实践，但是也是近距离学习知识，很有感触。

首先，我们去的都是老师心目中的好学生，我们也都是身体力行，决不丢学院的面子。我为了这次活动向同学借衣

服，借腰带，借皮鞋。虽然有点麻烦，但是心里真的非常高兴一定要穿戴整齐，这是我学到也身体力行的礼仪课，尊重别人，别人同样也会尊重你，更何况我不是代表自己，我的行为举止都与我们的学院有密切关系，给我们学院争光才对，这也是自己的责任，所以我在观看比赛的时候认真坐在椅子上改掉以前喜欢跷二郎腿的习惯，学习老师教给我们的正确坐姿，说实话真累，尤其是到新世纪出现的审美疲劳，但是仍然坚持住，我自认为我做的比较好。

看那些比赛选手的精彩表演也让我有很多想法，记得老师给我们一次实训课，那就是中式铺床，我费了很大的劲才完成。而这次看到新世纪的选手代表那种流利的动作，只用了三分钟就搞定，这种技能需要长时间的锻炼，那时候我就想，如果我实习进入客房部，我要严格规定自己铺床时间，我相信只要努力，我一定能赶上她。以前我认为西餐摆台的三种酒杯按照这种顺序：水杯、红葡萄酒杯、白葡萄酒杯摆放的，我认为这样安全些。但是看了这场比赛，我才发现自己错了，而且错的很大。真正的顺序是：白葡萄酒杯、红葡萄酒杯、水杯。这样更安全而且摆放姿势相当优美。

看过铁道大酒店和新世纪大酒店选手的精彩表演之后，我们从中能评价出双方的不足，如铁道酒店的西式摆台动作就不如新世纪摆台动作正确，端托盘、拉椅子等。我们从中对比加上老师给我们讲的提炼出更有利我们掌握的和注意的，这对我们来说是非常有利的。

总体的观后感就是无论身在酒店的哪个部门，我们都要予以重视，要用心做好，无论你是在餐饮部还是在客房部，我们都要严格要求自己，让自己做的出彩。

我会记得这次大赛。

最近，学校组织全校师生观看了央视新闻推出的《大国工匠》，其讲述了8位国家高级技师用他们的双手匠心筑梦的故

事。

他们是平凡的劳动者，在平凡的工作岗位上，他们默默坚守，孜孜以求。他们文化不同，年龄不同，但都有一个共同的闪光点——敬业奉献，脚踏实地，勤勤恳恳，专注坚持，精益求精。

“宝剑锋从磨砺出”，一把好剑要经过多道工序的磨砺敲打才能形成，当然，一个成功的人背后背负的也都是挫折和历练。著名作家冰心曾说过：成功的花儿，人们只惊羡它现时的明艳然而当初她的芽儿浸透了奋斗的泪泉，洒遍了牺牲的血雨。如火箭“心脏”焊接人高凤林他用了35年的专注和坚守，创造了别人认为不可能的可能，他让我们懂得了当前我们缺失的是专注和坚守。

我们没能专注的学习，也没能守住曾经那份坚持，大学生活的自由，让我们许多人失了追求，丢了勤奋，少了磨砺。前些天，我们无意间聊到了高考，身边的一位男同学说：“高考的结果，只是让你选择了一个不同的地方玩英雄联盟。”是啊，若如你失了8位前辈那种几十年如一日的坚持，专注和勤恳，就算是高考状元又如何，还不是平平淡淡过了几年的大学生活。

人生，因为追求而具有连城的价值，追求，因为奋斗才得以实现。正值青春年少的我们，怎么能被自由束缚，怎能因自由而忘了追求，丢了斗志，大学是自我成长的地方，它给予我们的自由只是我们成长道路上的插曲，太贪恋自由，你就忘了约束，忘了约束，你就没了坚持，没了坚持，我们拿什么去筑梦。

我们缺失的正是这种大国工匠所拥有的专注和坚守，他们凭着专注和坚守，靠着传承和专研，成为国宝级的顶级技工，成为一领域不可或缺的人才。他们是平凡的劳动者，却凭着不平凡的坚持和精神，成了一个不平凡的人。

在绚烂多彩的人生舞台上，我们不应该依恋自己狭小的自由天地，而是珍惜现在，努力学习，汲取他们那种刻苦坚持的精神，把他们的精神应用到我们的专业课学习中来。

生命的价值不在于你拥有什么，决定你生命重量的是你为了这个世界的美好和进步奉献了什么，虽然我们做不到像他们一样成功，但是现在的我们至少能为创造一个优异的成绩而努力。

在上周四晚自习辅导员组织我们观看了今年五·一特别节目《大国工匠》宣传片，传递着一种正能量，看后感良多。

“大国工匠，匠心筑梦”，相比他们的梦，我们的梦是多么的微不足道。他们为了梦想付出的汗水是我们的十倍、百倍之多。对比我们这些新一代的筑梦者来说，这是多么令人惭愧的一件事。就拿中国航天科技集团一院火箭总装厂高级技师高凤林来讲，他是发动机焊接第一人，他给火箭焊“心脏”，毫米，是火箭发动机上的一个焊点的宽度；秒，是完成焊接允许的时间误差，高凤林如此高超的焊接技术，不得不让人折服！

这些“大国工匠”基本都是奋斗在生产第一线的杰出劳动者，他们以他们的聪明才智为我们的时代、社会做出了突出贡献，让我们不得不为之叹服，为之激动，为之点赞。

我以后一定加倍努力学习，学习他们的刻苦精神。扎实学习专业课知识，以创造出一个优异的成绩而努力，更是为了我的梦想而努力。

今天，在老师的组织下，我们观看了特别节目《大国工匠》。一边看，我的脑海中一边想象着自己的未来。

大国工匠，讲述了一群从没有上过名牌大学，但却对专业技术充满着执着与热情的国家一线一级技工！他们钟爱自己的技

术，对自己所从事的职业充满着骄傲与自豪，在他们各自从事的职业领域里，也绝对是国家级的瑰宝，行业里的翘楚。航天科技集团运载火箭技术研究院特种熔焊接工——高凤林，从事35年火箭发动机焊接工作。我想到自己今年刚满20岁，我的心里也是一阵震惊，从事工作35年，这得需要多么强大的毅力与坚持不懈啊！但最让我感到惊奇的是国家高级工艺美术技师——孟剑峰，他那精巧的篆刻技术，不仅继承了老一辈和古时候的扎实基础，而且还在现代科学技术下的今天，不断创新改造。在北京apec会议上，他所打造的“和美”纯银丝巾果盘，着实让外国友人看到中国传承已久的高超技艺。另外，中国船舶重工集团公司702研究所的顾秋亮对仪器组装“丝”的境界也着实让我惊叹，在中国，目前来说也只有顾秋亮能做到这一点。中华造船集团技术保障焊工——张冬伟，焊接技术达到一百分之一百。南车青岛四方机车车辆股份有限公司高级技师——宁允展，中国研磨技术的鼻祖□crh380a的首席研磨师。钳工——胡双线，30年，打造零件，达到百分之百的惊人记录。中国宣纸高级技师——周东红，30年来，每张纸重量误差不超过1克。港珠澳大桥钳工——管延安，虽然只有初中文化，但他自学成才，成为这项工作的第一人。

人生的价值是什么？我们应该如何创造自己的价值呢？从《大国工匠》中，我获得的是一种对职业，对技术的一份坚持与热爱，唯有对自己所干的，所从事的职业保持着一颗不懈努力，永不言弃的心，才能对得起自己的未来，才能更好的回馈整个社会！

电焊工技术比武心得体会篇五

为期一个多月的xx大学校篮球赛落下了帷幕，活动总体上还算圆满，从学校领导到广大学生都普遍认可这次活动，活动的开展也收到了很好的效果，充分的.活跃了校园文化建设，营造起了一种浓郁的篮球竞技氛围，为我校体育竞技活动的进一步开展打下了良好基础。

此次篮球联赛，广泛地涉及到了学生生活的方方面面，各学院领导与团委老师相当重视本次学生联赛，有的学院在校内学生篮球联赛开赛之前专门在本院进行了院级篮球赛，一方面选拔出了好队员，另一方面积累了很多比赛经验，为篮球赛的顺利举办提供了一定保证。在此次篮球赛上，我院篮球健儿奋勇拼搏，同学们积极呐喊助威。

我们xx学院男篮以小组第一的成绩出线，并打进了四强，女篮也进入了八强，这是值得我们自豪与骄傲的。我院在比赛中士气高涨，配合默契，战术调整准确到位，队员们也尽了他们最大的努力。

我们在此次活动中有很多风采，比如，女篮xx□xx战胜国交学院，男篮xx□xx战胜xx院等等，这都彰显了我院篮球队的实力。我院的啦啦队们更是热情洋溢，成为一道靓丽的风景线，为我院篮球队鼓舞了士气。

但比赛中还存在一些问题，首先，在比赛中出现走步频率较高，打击了队员信心，而且投球命中率有待提高。这些问题在对xx学院一战中表现的尤为明显。前2分钟，我们采用联防战术暂时领先，可是后来机电学院的快攻、抢断、连进三分球越打越猛，使我院很被，后来我方果断叫暂停，使局势有所好转。下半场我院积极调整战略，但被xx学院识破，最终以xx□xx败北。

其次，观众呐喊组织性不够强，且呐喊声不敌对方，不能给队员很好地心理支持。虽然这一次我院没有争得季军，但是我们的篮球队员靠着顽强拼搏的精神和团结的力量，已取得很大的进步，因此，我们没有灰心丧气，而是在比赛结束的时候为自己自豪的鼓掌。我们坚信来年我们一定会创造辉煌的！

因为我们是不屈不挠的体育部在整个系列赛中担当着为篮球

队服务为院队呐喊助威的责任，整理来说做的还算合格，但是在带领大家呐喊助威这一环节上出现了失误，导致赛场气氛压抑，影响了赛场上队员的发挥。

经过这次篮球赛的洗礼，体育部成熟了许多，体育不会把这次比赛积累的经验运用到以后的学生会各项工作中，做好本部门的本职工作的同时，协助其他部门开展相关工作。

电焊工技术比武心得体会篇六

相信大家或多或少都听过甚至见过钓鱼比赛，今天，我们班也轰轰烈烈的举办了一场别具一格的钓‘鱼’比赛。

赛场上，总共有24条‘饲养的鱼’——制作的瓶盖上带有竖立铁丝环的饮料瓶。比赛人员分成六组，每三组同时进行比赛，最早用钓竿钓完前面8只‘鱼’的队伍获胜。

比赛开始了，组长率先出战，俗话说得好：老将出马一个顶俩。可是组长并没有像我们所期望的那样首战告捷，反而过了许久也没有丝毫战果。听着其他组接连不断的欢呼声，我们心中充满了焦急。

万般无奈之下，我们只好更换马李娅去‘征战沙场’。马李娅沉住了气，眼睛死死地咬住了铁环。只见她操纵钓竿，使钓钩缓缓移动到了铁环周围，近了，近了，更近了，就在钓钩触碰铁环的一刹那，就在千钧一发的一瞬间，她果断收起了钓钩，太棒了！‘鱼’上钩了！

轮到我了，我万分紧张地拿起了钓竿，身上就像背了一座大山，压得我喘不过气来。我的实践能力一向很差，常常名落孙山，这次如果在关键时刻掉链子，拖全组后腿，肯定会成为千古罪人，说不定还会‘遗臭万年’。而且连女生都不如，岂不是没面子？想到这，我愈发感到‘压力山大’。但也只能硬着头皮上了。我把钓竿用力一甩，钓钩在瓶子周围

摇摆不定，我刚想依葫芦画瓢，仿照马李娅的方法。突然，我略微感到钓钩似乎碰到了什么，便用力一拉，嘿，‘鱼’上钩了。

后面的组员受到了我和马李娅胜利的鼓舞，一路过五关斩六将，势如破竹。我们犹如砌墙的石块一一后来居上。取得了第一名的好成绩。

我们继续钓着‘鱼’，整个校园中都弥漫着我们的欢声笑语。

电焊工技术比武心得体会篇七

历时两天的教育理论读书汇报会已经结束了。很高兴，我得了9.57分，在全县61名演讲者中排第十名，对这个成绩，我还算很满意的。

说实话，我这个人，平时不太爱表现自己，无论行不行的事儿，我都往后缩。但如果是交待给我的事情，只要你交给我了，我就一定会全力以赴，尽我所能。我知道这样的性格说好也不好，尤其是这次演讲中，从同仁们的各个精彩表现中，我也发现自己的很多不足之处，意识到自己的不足才能进步，我知道我离进步应该不远了，呵呵。

从各个参赛的选手的认真准备、激情演讲中更加深了我对认真、执着、爱岗、敬业的理解。更深刻地感受到了作为教育工作者的伟大与为人师的幸福。感动于刘校长、李校长和黄主任对我们各位选手的信任与赏识。我这次演讲的题目就是，因为有她们对我的赏识，而成就了我今天演讲的成功。赏识真是有一种神奇的力量，能给人勇气，能给人信心，促使我们去走向成功。

每一位成功者的背后都会有一些默默无闻的付出者，我也不例外，如果没有领导们同事们的鼓励，也不会有我们今天的成功。

谢谢你们，我的同事们，在我前进的路上有你们对我的帮助，真是好感动！我会将这些感动化为一种力量，全身心地投入到我的学习和工作中。为我加油吧！

做为一小人，做为一小的教师，我一定要学会努力地“向前冲”无论前面迎接我的是暴雨还是狂风，我不怕，因为我一小人，因为我是乐观向上的一小女子。

电焊工技术比武心得体会篇八

天气渐渐变暖，春天来了。在这个春暖花开的日子，我们初一年级开展了一个小比赛——拔河。

同学们在听到这个消息时，可是兴奋得了不得。可是人数有限，每班男女各二十人，剩下的人怎么办？还有一个重要的任务等待着他们去执行呢，拉拉队队员可少不了呢。缺了他们也不行啊，不要为自己不能参加比赛而感到自卑，拉拉队照样是非常重要的。

激动人心的拔河比赛终于开始了，首先是一班和二班进行较量，拉拉队员们大声的为自己的班级喊着“加油！”我是一名拔河运动员，在赛场上拼了命的向后拉动绳子，手心的疼痛算得了什么？看看每个人的脸上，都是很痛苦的表情，谁不想为自己的班集体多出一份力？人人都希望自己的班级可以获得胜利，就是这样的一种急切的心，让这根绳子，前后的动着，这跟又长又粗的绳子啊，聚集了多少同学的力量，而这些力量拧在一起，就汇成了一个团结的班集体。

虽然并没有在这次比赛中获得第一名的成绩，但是我们并不伤心，因为我们都尽力了，尽力就没有什么遗憾的。老师们也很高兴，脸上都露出了灿烂的笑容。

这次比赛获得的不单单是乐趣，还缓解了开学这么长时间的压力。并让我们更加深刻的感受到了，班集体的温暖，这种

浓浓的爱。为自己的班集体努力，为自己的家贡献出一份力量！

尽管这力量是很藐小的，但汇集起来却是无边无际的大海。