

最新大学生参赛心得体会(大全5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。心得体会是我们对于所经历的事件、经验和教训的总结和反思。以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

大学生参赛心得体会篇一

对于这个比赛，在大一的时候我们都听老师、学长学姐说起过很多，说是什么大学生中的“奥斯卡”。我们的专业与社会课题调查有很多重合的地方，所以我们相对于其他有些专业的学生有较多专业的知识，因此我们便参加了这个比赛。其实最开始我们都是抱着试一试的心态参加的，认为对于这种全国性的大型，我们并没有很大的实力在比赛中拿个什么名字和奖项，但是一方面我们又觉得这个比赛和我们的专业有很大的联系，我们应该借用这个专业性的比赛来增强我们的专业能力，学习和收获到更多的东西，另一方面回报并不是一次两次努力都能得到的，第一次不行，多准备几次，多尝试几次，一步一步去积累经验和能力。参加这次比赛，我们的实践和精力有限，因此准备时间比较仓促，相对于同时参加比赛的同学院队伍，我们的调研范围就显得比较小，只是局限在江西财经大学，也就是样本的代表性比较小，但是考虑到现实问题，我们在我们可以做到的范围内尽力做到最好，虽然我们只是在江财取样，但是我们通过比例计算尽力将样本覆盖到每个专业和年级和性别。在后期的报告撰写阶段，也是整个过程中最难熬的阶段，那段时间感觉非常的忙碌和紧张，只好挤出睡眠的时间来不断的修改我们的报告，终于在经过连续几个熬夜后，我们的最终报告成果出炉了。看到眼前一万多字的调研报告，第一次觉得如此的有成就感，觉得我们付出的那么多心血都是这值得的了。

在院赛中，我们见识到了很多优秀的队伍以及非常专业和有

灼见的评委老师，在对比过程中，我们发现了许多我们不足的东西，比如我们的选题不够精确、问卷不够明确化、样本太小等等，同时也从别的组学习到如何选好题、如何写好一分报告书。从评委老师的点评和建议中，我们明白了一个关键点：选题非常重要，所谓好的开头等于成功的一般，选题决定后续的方向，起着航标的作用。入选团队名单出来后，我发现入选的选题有一些共通点，它们的社会实用性、与社会热点的结合性以及创新性很强。就比如此次院内评选第一轮中得分最高的团队，他们的选题与新出台的二胎政策紧密相关，具有很大的社会热点性。尹忠海院长也提到，选题应该结合自身的专业优势，关注社会现象，同时遵循“近小实”的原则，近即贴近现实，贴近我们的学习和生活，贴近我们的学科背景；小即切口宜小，从小事，小问题，小现象中研究，做到以小见大；实即是在，课题实在，对人们的现实生活具有实在的意义或启发。

经过了这次比赛，我们不光学习到太多关于专业技能的东西，我们也明白一个优秀的团队对于一个项目有多么的重要。我们作为一个团队一起参加比赛，那么我们每一个人都应该为此负责并为此努力，当然其中也必须要有一个很有组织领导的能力的领导者，不仅可以在团队决策是引导大家作出明智的判断，同时还能激发每一个团队成员的上进心和贡献力。一个优秀的团队应该分工明确，各有所长，在我们团队，我们每次的任务都是根据每个人的能力和特点来安排的，尽力让每一个任务都做到最好，让每一个成员都得到锻炼和发挥。

调研是一个长期的过程，是需要我们的倾心付出才会有所收获的，它是实实在在需要你亲身经历的东​​西，并不是你在网上搜搜现成的，随随便便就能做到的事情。耐心、态度、坚韧，都是需要的品质。我们团队会一直不断改进自己、不断学习充实自己，一直坚持下去。

大学生参赛心得体会篇二

第一段：引言（150字）

近年来，随着社会的发展和老龄人口的增加，越来越多的老年人选择重返校园，踏上大学学习的道路。然而，大学生涯并不仅仅是坐在教室里听课，更多的老年大学生选择参加各类比赛，展示自己的才华和能力。本人作为一位老年大学生，亦参加过几次不同的比赛，这些经历让我深刻感受到了参赛的重要性和收获。下面，我将通过五段式的文章，分享一些我参赛的心得体会。

第二段：锻炼身心（250字）

参加比赛不仅是一次对才艺的展示，更是锻炼身心的最佳途径。在参加比赛的过程中，我丰富了自己的社交圈子，结交了很多志趣相投的伙伴，并且从中收获到了很多的友谊与快乐。此外，比赛也是心理素质训练的好机会。面对比赛的紧张氛围，我逐渐克服了紧张和胆怯，培养了自信心和应变能力。参赛还需要精心准备，反复排练，这不仅培养了我的时间管理和组织能力，还加强了我的耐力和毅力。

第三段：展示才华（250字）

参赛的最大意义在于展示自己的才华和能力。通过比赛，我有机会将自己的特长和热爱展现给更多的人。无论是参加歌唱比赛，还是演讲或书法比赛，都是我向世界展示我有所成就的机会。在这个过程中，我深感到自己的努力是有价值的，同时也受到了他人的认可和鼓励。在比赛过程中，我也看到了其他老年人的才艺和努力，互相学习、交流，激发出彼此的创造力和灵感。

第四段：拓宽视野（250字）

参加比赛还能够拓宽老年人的视野。随着社会的快速发展，新技术、新理念层出不穷，年长者往往容易与时代潮流脱节。然而，参加比赛却能让让他们接触到更广阔的世界，了解到更多不同领域的知识和动态。是否成功并不重要，重要的是能够在比赛中感受到时代的活力和进步，激发自己的求知欲望和学习动力。通过比赛，老年人不仅能够保持活跃的思维和身体状态，还能够与年轻人进行交流，传递自己的经验和智慧。

第五段：人生充实（300字）

参赛的经历让我的人生变得更加丰富多彩。比赛为我提供了一个展示自己的平台，也让我找到了人生的价值和动力。通过参赛，我不断挑战自我，克服困难和挫折，不断追求进步和完美。参赛的喜与悲，胜与败，都让我更加坚定自己的人生态度和人生追求。参赛也让我明白人生的意义在于不断学习和成长，在于敢于付出和挑战，在于积极参与社会活动和交流。我相信，无论多年后回顾人生，参赛的经历将成为我最美好和值得回味的记忆。

总结（100字）

通过参加比赛，我锻炼了身心，展示了才华，拓宽了视野，并让我的人生更加充实。我希望通过我的亲身经历，能够鼓励更多的老年人积极参与到社会活动中来，展示自己，丰富人生，创造一个更加和谐、多元的社会。

大学生参赛心得体会篇三

金子般的阳光在云缝间闪烁，勾勒出如流水般浮动的线条。我凝视着车水马龙的街，川流不息的路，默念：北纬三十度，上海，我来了。

在比赛的这几天，我切实体会到一次不同的经历。就像是在

索然无味的生活中加了几勺佐料，一下子酸甜苦辣咸齐聚心头，个种滋味只有自己能够领会。

再者，我觉得更多的是对自我的磨砺。本来我是羞涩不安的，在人群中向来是默默无闻的。但是通过这次比赛，我觉得锻炼了我的口头表达能力，提升了我的自信。令我印象颇深的是口试的时候，隔着一扇大门，我的心砰砰直跳，简直要蹦出嗓子眼了，我手脚冰凉，脑袋一片放空，整个人像是灵魂出窍一般。但真正推开那扇沉重的木门时，我的步伐并没有想象中的凌乱无力，如履薄冰，反而益加坚定。我想这得归功于评委老师唇角弯起的一抹笑容，令我绷紧的肌肉松缓下来，我一下忘记了我们是评委与选手的身份，反而觉得是长辈在向小辈关怀询问，我那颗做高速运动的“心脏”终于减了速，就像是唠家常一般落落大方的做自我介绍。每次，语言有些磕绊时，抬起眼睑，望一眼评委，就会发现他也温柔的注视我，瞳孔里闪烁着鼓励信任的光芒，我就会立刻放轻松。经过这次口试，我收获了许多，我敢于张口去说，自信昂扬的说。我想，这是我人生道路上的一笔意外之财。（语文迷）

还有，经过这次比赛，我也看到了自己的不足和别人的长处。在笔试中我发现自己存在着书写潦草，时间安排不合理的缺陷，这使我在以后也会引以为戒。另外，别的选手也是文思敏捷，出口成章，和他们切磋比拼，我想我也学到了很多。

最后感谢组委会，带队老师，和一起比赛的同学们，谢谢你们，我收获了许多许多，而那些有梦的同学们希望你们也能行动起来，实现自己的梦想！

上一篇：心声

下一篇：拥有单纯是幸福

大学生参赛心得体会篇四

“挑战杯”大学生创业计划竞赛是融合了知识学习与人格培养，培养强劲的社会竞争力与国际竞争力、就业竞争力与创业竞争力的竞赛。

一、参赛要求：

参赛者根据自身的素质和能力组成优势互补的竞赛小组，提出一个具有市场前景的产品或服务方向（具体来源包括：参赛小组成员参与的发明创造、专利技术等课外制作；经授权的发明创造或专利技术，引用其产品；或是一项可能研究发现的 概念产品或服务方向），并围绕这一产品或服务完成一份具体、完整、深入的商业计划，以吸引风险投资，并投入实际运作。

二、竞赛的项目有以下几个方面：

§ 某种高科技产品

§ 某种具有广泛市场，能给人们带来极大方便的制作或产品

§ 某种全新的服务理念

某种可以实现的概念产品

三、项目的来源：

§ 它可以是个人项目：比如说团队成员参与的发明创造、专利技术等课外制作，也可能研发实现的概念产品，或者是一种全新的服务。

项目也可以是 § 他人授权项目：

经授权的发明创造或专利技术（提供具有法律效率的书面授权许可）

四、项目的选择标准：

- 1、高科技。
- 2、新创意
- 3、有市场
- 4、高效益
- 5、低风险

总之，产权明晰，拥有技术与工艺的创新性，具有快速增长和巨大的市场潜力和可持续的竞争优势。

创业计划竞赛要求参与者组成优势互补的竞赛小组，提出一个具有市场前景的产品/服务，围绕着一产品/服务，完成一份完整、具体、深入的创业计划，以描述公司的创业机会，并提出行动建议。创业计划聚焦于特定的策略、目标、计划和行动，对于一个非技术背景的有兴趣的人士应清晰易读。创业计划可能的读者包括：希望吸纳进入团体的对象，可能的投资人、合作伙伴、供应商，顾客，政府机构。

大学生参赛心得体会篇五

作为一名老年大学生，我参加了一场全区的大学生知识竞赛。这次参赛经历对我来说是一次新的挑战 and 机会，也是我在学习路上的一次重要历程。作为一名老年大学生，我参赛的初衷是为了不断磨砺自己的知识技能，向更广阔的社会展示老年人的风采，同时也想通过这次比赛与其他年轻学子切磋的机会，促进老年人与年轻人的交流与沟通。

第二段：准备工作+面临困难

参加竞赛前，我积极准备，认真复习了各门学科的知识，并收集了一些参赛经验。然而，在准备的过程中，我也面临了一些困难。首先，由于时间有限，我很难跟上年轻人的学习节奏；其次，有些新的科技和知识对我来说非常陌生，理解起来较为困难；再次，由于年纪大了，记忆力也有所下降，记住和应用大量的知识对我来说是一大挑战。

第三段：感受与改变

在比赛过程中，我深刻体会到了年轻人的学习和思维方式。他们以快速的学习速度理解和应用新知识，具备灵活的思维模式。这让我开始反思自己的学习方式和思维习惯是否也需要改变。于是，在比赛中，我积极与年轻队友合作，学习他们的学习方法，并尝试将这些方法应用到自己的学习中。通过与年轻队员的交流与合作，我不仅获得了新的知识，也提升了自己的学习能力。

第四段：团队合作与人际关系

参加这次竞赛的过程中，我深切体会到了团队合作的重要性。在团队中，我们相互鼓励，互帮互助，共同攻克难关。每个人都发挥自己的优势，在交流和讨论中互相借鉴经验和互相补充不足。这种紧密的合作关系不仅提升了团队整体的竞赛水平，也让我深刻感受到了团队合作的重要性。在这个过程中，我在人际关系方面也得到了很大的成长，通过与队友的交流，我学会了更好地与人沟通和合作，在增进团队凝聚力的同时，也打开了与年轻人交流的桥梁。

第五段：总结+感悟

通过参加这次竞赛，我意识到年龄并不是衡量一个人能力和潜力的唯一标准。虽然在竞赛中我面临了诸多困难，但自己

努力并克服了这些困难，取得了不俗的成绩。这次参赛的经历不仅让我了解到自己的不足，也让我意识到老年人也可以不断学习和进步。同时，通过与年轻人的交流与合作，我更加深刻地认识到，老年人与年轻人之间的交流与沟通是双向的，年轻人可以从老年人身上学到很多的知识和智慧。

【总结】

这次参加知识竞赛的经历让我成长了许多，不仅提高了自身的知识水平和学习能力，还深化了与队友和年轻人的交流与合作。作为一名老年大学生，我将继续努力学习，不断充实自己的知识储备，为社会做出更多贡献。同时，我也希望能激励更多的老年人积极参与到学习中和社会活动中，展示老年人的智慧和风采，为构建和谐社会作出更多的贡献。