

比赛个人心得体会(优质8篇)

军训心得是对自己在军训过程中所遇到的困难和挑战进行分析和总结的重要途径。下面是一些成功人士的工作心得分享，希望可以给大家带来一些启示和思考。

比赛个人心得体会篇一

学年度工作将要结束了，在这一年中我较好的完成了体育教学任务和领导交付的各项工作。现在我将本学期的工作情况总结如下。本学期我担任象棋兴趣辅导教学工作，在教学中我遵循新课标的理念，以学生为本，带着象棋的无穷魅力走向学生，让学生在学学习象棋的过程中更多的是学会学习的方法，顺利的完成了本期的学习任务。

本期的学习重点分三大块，棋谱记录、开局原理及实践活动。在各部分的教学教学中我采用不同的教学手段和教学方法，在整体的教学实验当中，让学生的认知教学从实际的生活经验当中来，这样既可以让学生的更加易于理解，同时让学生学到的是有用的棋艺，更加体会到学习象棋的乐趣，从而更加愿意去学习象棋，增加学习象棋的自信心。

学生无论是棋艺水平，还是学习兴趣从高到低的层次都有，那么对待不同的学生我积极使用不同的教学方法，让不同的学生在象棋的学习上有不同的发展，课堂教学中，对于各层次的学生均给予关注。

对待差异，我积极地改进教学方法，使象棋深入到每个学生的心里。为了达到这个目标，我积极运用多媒体教学，用电脑代替教学用的大棋盘，让丰富多彩的多媒体吸引学生。

作为象棋这一新型学科的教师，本学期我通过自学象棋棋艺知识，不断进行业务学习，积极参与到学校象棋校本课程研

究中去，并把象棋做为现代教育技术应用方案。这些成绩都是过往的，我要更加努力，不断进取。

同时面向全体学生，热爱、尊重、了解和严格要求学生，不歧视、挖苦他们，循循善诱，诲人不倦；要求学生做到的，自己首先做到，以身作则，为人师表。牢固地树立了爱岗敬业思想。在工作中，始终保持饱满的工作热情，克服困难，与体育组的同事团结协作，积极搞好体育教学和训练，模范地履行了一名小学教师的职责和义务。

积极参与分院和教研组组织的教学研究活动，提高了自身业务技能，有力地促进了自己的教学工作。活动课的教、学、练三者是一个有机的整体。俗话说：施教之功，贵在引导。教师的教学艺术在很大程度上就是他引导水平的体现。只有教师正确而巧妙的引导，才能在学生的学习中起到“引爆”作用，实现认知、情感、行为三者的统一，获得教学最佳效果。根据《新课程标准》的内容，结合学生的年龄特征，有针对性地进行教学，充分调动学生的学习兴趣，提高体育运动技能，培养学生顽强拼搏的意志品质。象棋教学，学生开始的时候什么也不会，对象棋也是知之甚少，为此我制作了象棋的课件，通过多媒体的手段向学生展示象棋的历史，介绍象棋的基本知识与基本的技术，使学生很快地接受了象棋这项活动。在教学的过程中采用教师示范学生模仿加互相帮助学习的方法开展象棋的练习。多表扬多鼓励，树立他们的信心，也激发了学生的练习兴趣。

课间的操场上追跑打闹的学生少了，处处都是学生练习象棋的身影。从而达到了锻炼学生身体，磨练意志，提高身体素质的目的。取得了比较好的效果。在训练中，根据学生的年龄特点和身体素质能力，制定了合理有效的科学训练方法，重点培养学生的意志品质，狠抓队员的基本功训练，要求每个队员动作规范，从小养成良好的动作习惯。运用了多种多样的工作方法，保证同学良好的学习环境，关注每一个学生的状况，全面了解学生情况。班级学习气氛浓厚，同学互帮

互助，圆满完成活动任务。在活动中受的了老师和家长的好评。经今后还将继续努力，把这项工作做得更好。

我用我的心去教诲我的学生，我用我的情去培育我的学生，我无愧于我心，我无悔于我的事业。让我把一生矢志教育的心愿化为热爱学生的一团火，将自己最珍贵的爱奉献给孩子们，相信今日含苞欲放的花蕾，明日一定能盛开绚丽的花朵。

比赛个人心得体会篇二

朋友，每当蝉鸣荔熟、稻花飘香的时候，请到我的家乡来，来看看富有民族特色的龙舟比赛吧！

龙舟比赛那天，大街小巷到处悬挂着醒目的标语，插着鲜艳的彩旗。眉开眼笑的`人们穿上节日的盛装，潮水般地涌向峒河两岸。此时，人声鼎沸，彩旗飘扬，好一派节日的气氛。

看，三颗红色信号弹腾空而起。十几条龙舟头咬尾，尾接着头，从上游鱼贯而下。两岸顿时沸腾起来，锣鼓声、鞭炮声、欢呼声，谱成了一曲动人的交响乐。每条龙舟颜色各异，龙头千姿百态，张着犄角，睁着双眼，栩栩如生，犹如条条真龙在戏水。龙舟上的健儿穿着红背心，头上用白毛巾扎成英雄结，个个如同出征的战士，显得格外精神。

“轰隆隆”礼炮一响，十几条龙舟像离弦的箭在水面飞行。岸上的人们欢欣鼓舞，击掌喝彩。龙舟你追我赶，力争上游，谁也不甘心落后，那奋勇争先的场面激动人心、催人奋进。每条龙舟上的指挥员站在船头，随着铿锵有力、节奏鲜明的锣鼓声，双手挥着葵扇，双脚不停地上下跳动，使出浑身解数。划桨健儿使尽平生气力，木桨上下飞舞，动作整齐一致，劈风斩浪，向前奋进。敲锣打鼓者一边打鼓，一边呐喊助威。

看龙舟比赛，每一条龙舟都牵动着千万观众的心。我的心就像大海里的波涛时起时伏，变幻莫测。龙舟比赛夺标的那种

精神，不正是我们所需要的精神么？它是中华民族的财富！

龙舟健儿不辜负观众的重望，他们沉着、镇定，挥着肌肉鼓鼓的臂膀，拼命划着。他们创造出与众不同的划桨法：木桨入水角度小，深度浅，频率快。有一条龙舟遥遥领先，成了群龙之首，终于夺魁。他们团结奋斗的精神深受人民的敬仰，激起了雷鸣般的欢呼声。

就这样，龙舟比赛在欢乐的气氛中结束了，但那催人奋发的锣鼓声仍在我的耳边回荡，那拼搏向上的情景还在我眼前闪现。朋友，请到我的家乡来，来看看富有民族特色的龙舟比赛吧！

比赛个人心得体会篇三

从小时候到现在，我学会了很多东西，比如：下军旗、干家务、吹笛子等，但对我印象最深刻的我学会了下象棋。

记得有一天，我看大人们下象棋，感到有意思，就经常看。时间长了就对它有了浓厚的兴趣，于是我让爷爷教我下象棋，爷爷笑着对我说：“要想学会下象棋，就要会背‘车走直、马走日、跑打隔子象飞田、小卒过河才拐弯’的.口诀。”我惊讶地说：“啊！这么麻烦呀！”从第二天起，我每天早晨都要背五遍，三天后，我兴高采烈地对爷爷说：“我已经背会了，下面干什么呢？”爷爷不紧不慢地说：“好，下面我们开始下象棋。”

第一局，爷爷让我车马炮，我先下，我看了看局面，却不知怎样下。爷爷又教我怎样开局，怎样进攻与防守。我渐渐熟悉了，可是还没走几步，就被爷爷“将死”了。我有点灰心丧气，这是爷爷语重心长地对我说：“你首先要喜爱象棋，其次要有勇气，即使屡战屡败也不要垂头丧气，另外还要善于思考，总结经验，这样才能慢慢地学会下象棋。”听了爷爷的话，我心情好了许多。第二局，，爷爷还让我车马炮，

就当我还差一步棋就可把爷爷“将死”时，爷爷忽然把我“将死”了。爷爷又说：“不要光想把别人将死，要首先保护好自己。”通过这两局，让我对象棋的兴趣有增加了不少，从此，我没事就天天和爷爷下，爷爷有事我就自己和自己下，一局、两局、三局。两百局，当第两百零一局时，我终于把爷爷“将死”了，我高兴、兴奋、自豪。总之我非常开心，因为我终于把我的象棋老师“将死”了。爷爷也很高兴，但还是提醒我说：“不能骄傲自满，要知道学无止境！”

同学们，你们会下象棋吗？有时间我们可以相互切磋切磋，相互学习共同提高哟！

比赛个人心得体会篇四

为了能够加强爱好象棋同学间的交流，提高同学快速判断能力，我班第十四周星期二利用第3，4节自习课时间举行了象棋比赛。

在这次比赛中，共有20名同学参加，通过抽签定出第一轮比赛阵局，依次比赛，采取淘汰制，胜者晋级，进入比赛，决出前四名。在这次比赛中，有4名女选手参加，给我们的这次活动增加了一个亮点，对我们每一个成员都是一个莫大的鼓舞。

正所谓棋逢对手，势均力敌。所有参加比赛的选手都能够充分发挥他们的聪明才智，认真、镇静的完成每一步。不仅是在意志上，而且还在心智和体智上都得到了锻炼。最终黄明亮同学获得了第一名，黄海龙同学获得第二名，李可成同学获得第二名，李文创获得第四名。

比赛虽有胜负，但友谊才是第一位，同学们友谊更深了，这是最大的收获。这样的比赛使他们的思维更完善，毅力更坚强，心情更平和。

当然这次比赛也有一点瑕疵，就是有的同学对象棋太不了解，部分很快就被对手打败了，望同学们以后多点关注有着悠久的历史象棋，在生活中处事也要想下象棋那样谨慎。

记得稳重！

比赛个人心得体会篇五

2018年12月14日，为响应湖北省武汉市东西湖区消防大队的号召，加强公司消防队员业务技能，展现公司义务消防队的风采，益海嘉里(武汉)粮油工业有限公司积极参加了本次消防业务技能比武竞赛。

本次消防技能比赛，是东西湖消防大队主办，各二级以上防火单位及各办事处、社区参与，比赛时间是2018年12月5日-14日，参赛地点在原吴家山消防中队。

14日上午，公司人事行政部(安保组)组织了6名保安队员参加了比赛，也是比赛的最后一天，今天参加比赛的有29个企业单位和社区。比赛分为三个项目：灭火器的扑救演示、室内消防栓1卷消防水带的连接、室外2卷消防栓2卷消防水带连接实操，我们的参赛选手成绩分别取得了4.37s□9.75s□16.59s的好成绩，在单日比赛中2个单项名列第一。现将本次活动过程及总结展示如下：

一、消防官兵讲解比赛规则及演示操作

消防官兵演示灭火器使用方法

消防官兵演示消防水袋连接

消防官兵讲解室外消火栓使用方法

宋汉青，李杰配合使用室外消火栓

二、公司选手参赛集锦

高乾池熟练使用灭火器

吴美宁快速连接两卷消防水袋

公司参赛选手合照留影

三、活动小结

通过比赛的形式检验了我公司应急队伍的消防应急救援能力和技能，同时也展示了良好的公司形象和保安人员(义务消防员)消防技能风采，通过全体参赛选手的消防技能展示赢得了参赛单位的尊重和现场评判员的喝彩。在本次比赛中我们取得了优异的成绩，这离不开保安人员的日常训练，作为公司应急救援的核心力量，我们仍需百尺竿头，更进一步，用熟练的消防业务技能和责任心，保卫我们益海嘉里人共同的“家”。

“喻儿喻儿喻儿……”警报一声声地响起。“全体师生们请注意，全体师生们请注意！一层中门厅起火，现在正在组织灭火，请大家迅速撤离，请大家迅速撤离！”“哟，着火啦？”“不是，是知春里小学在组织消防演习呢，你看，满楼道浓烟滚滚，呛得人上气不接下气，而且还什么也看不见，我在里面，还被绊了呢。”“这多亏有老师的带领，迅速撤离，要是慢了的话，还不出危险啊？”“刚才真把我呛死了，到处都是黄烟，哎，你的鼻子怎么变黄了？”……这是我们今天，也就是十一月九日的一次消防演习的上半时段，如果想听下半时段，就接着听吧。

在我们撤离了“着火的”教学楼后，来到了操场，看消防员叔叔为我们表演怎样使用干粉灭火器。首先，消防员叔叔准备好了两个放着木块的大铁盆，拿出其中的一个铁盆放到中央，先把油倒上，然后拿起打火机，对着木块一点，火就靠

木块上的油，燃烧了起来，消防员叔叔先把保险销用力拔了出来，然后又把另一个保险拔掉，拿起喇叭口，对着火焰一喷，火马上就被扑灭了。好多老师和保安叔叔都对灭火器来了兴趣，都去亲自试了试，都把火一喷就灭，让我们越看越有趣，我都想亲自上去试一试那个干粉灭火器了。最后，保安叔叔还给我们讲了十一月九日是我国的“消防日”，我想，这可能就是为什么消防演习要在今天举行的原因了吧。

我看了这次消防演习后，知道了：火，虽然给我们的幸福生活带来了温暖，但是，如果不正确应用它的话，又会给我们的社会带来很多灾难，因为，火灾的也是数不胜数的。如果大家从现在开始如果还不注意防火的话，那么，往小了说就是一个家庭被火舌卷进肚里；往大了说呢，那么，后果是不可预料的。

最后，请大家以后注意防火，共创和谐社会，共同重视火灾，让火灾永远不会在地球上发生！

比赛个人心得体会篇六

为了能够加强爱好象棋同学间的交流，提高同学快速判断能力，我班第十四周星期二利用第3，4节自习课时间举行了象棋比赛，。

在这次比赛中，共有20名同学参加，通过抽签定出第一轮比赛阵局，依次比赛，采取淘汰制，胜者晋级，进入比赛，决出前四名。在这次比赛中，有4名女选手参加，给我们的这次活动增加了一个亮点，对我们每一个成员都是一个莫大的鼓舞。

正所谓棋逢对手，势均力敌。所有参加比赛的选手都能够充分发挥他们的聪明才智，认真、镇静的完成每一步。不仅是在意志上，而且还在心智和体智上都得到了锻炼。最终黄明亮同学获得了第一名，黄海龙同学获得第二名，李可成同学

获得第二名，李文创获得第四名。

比赛虽有胜负，但友谊才是第一位，同学们友谊更深了，这是最大的收获。这样的比赛使他们的思维更完善，毅力更坚强，心情更平和。

当然这次比赛也有一点瑕疵，就是有的同学对象棋太不了解，部分很快就被对手打败了，望同学们以后多点关注有着悠久的历史象棋，在生活中处事也要想下象棋那样谨慎。

记得稳重！

比赛个人心得体会篇七

学年度工作将要结束了，在这一年中我较好的完成了体育教学任务和领导交付的各项工作。现在我将本学期的工作情况总结如下。本学期我担任象棋兴趣辅导教学工作，在教学中我遵循新课标的理念，以学生为本，带着象棋的无穷魅力走向学生，让学生在学象棋的过程中更多的是学会学习的方法，顺利的完成了本期的学习任务。

本期的学习重点分三大块，棋谱记录、开局原理及实践活动。在各部分的教学我采用不同的教学手段和教学方法，在整体的教学实验当中，让学生的认知教学从实际的生活经验当中来，这样既可以让学生的更加易于理解，同时让学生学到的是有用的棋艺，更加体会到学习象棋的乐趣，从而更加愿意去学习象棋，增加学习象棋的自信心。

一、 关注差异

学生无论是棋艺水平，还是学习兴趣从高到低的层次都有，那么对待不同的学生我积极使用不同的教学方法，让不同的学生在象棋的学习上有不同的发展，课堂教学中，对于各层次的学生均给予关注。

二、改进方法

对待差异，我积极地改进教学方法，使象棋深入到每个学生的心里。为了达到这个目标，我积极运用多媒体教学，用电脑代替教学用的大棋盘，让丰富多彩的多媒体吸引学生。

三、积极参加学习

作为象棋这一新型学科的教师，本学期我通过自学象棋棋艺知识，不断进行业务学习，积极参与到学校象棋校本课程研究中去，并把象棋做为现代教育技术应用方案。这些成绩都是过往的，我要更加努力，不断进取。

四、认真参加学校组织的各项政治理论学习，关心时事政策，严格执行教育方针，尽职尽责，教书育人；同时面向全体学生，热爱、尊重、了解和严格要求学生，不歧视、挖苦他们，循循善诱，诲人不倦；要求学生做到的，自己首先做到，以身作则，为人师表。牢固地树立了爱岗敬业思想。在工作中，始终保持饱满的工作热情，克服困难，与体育组的同事团结协作，积极搞好体育教学和训练，模范地履行了一名小学教师的职责和义务。

五、刻苦钻研业务技能，努力提高教学工作的质量。积极参与分院和教研组组织的教学研究活动，提高了自身业务技能，有力地促进了自己的教学工作。活动课的教、学、练三者是一个有机的整体。俗话说：施教之功，贵在引导。教师的教学艺术在很大程度上就是他引导水平的体现。只有教师正确而巧妙的引导，才能在学生的学习中起到“引爆”作用，实现认知、情感、行为三者的统一，获得教学最佳效果。根据《新课程标准》的内容，结合学生的年龄特征，有针对性地进行教学，充分调动学生的学习兴趣，提高体育运动技能，培养学生顽强拼搏的意志品质。象棋教学，学生开始的时候什么也不会，对象棋也是知之甚少，为此我制作了象棋的课件，通过多媒体的手段向学生展示象棋的历史，介绍象棋的

基本知识与基本的技术，使学生很快地接受了象棋这项活动。在教学的过程中采用教师示范学生模仿加互相帮助学习的方法开展象棋的练习。多表扬多鼓励，树立他们的信心，也激发了学生的练习兴趣。

课间的操场上追跑打闹的学生少了，处处都是学生练习象棋的身影。从而达到了锻炼学生身体，磨练意志，提高身体素质的目的。取得了比较好的效果。在训练中，根据学生的年龄特点和身体素质能力，制定了合理有效的科学训练方法，重点培养学生的意志品质，狠抓队员的基本功训练，要求每个队员动作规范，从小养成良好的动作习惯。运用了多种多样的工作方法，保证同学良好的学习环境，关注每一个学生的状况，全面了解学生情况。班级学习气氛浓厚，同学互帮互助，圆满完成活动任务。在活动中受的了老师和家长的好评。经今后还将继续努力，把这项工作做得更好。

六、一份春华，一份秋实，在教书育人的道路上我付出的是汗水和泪水，然而我收获的却是那一份份充实，那沉甸甸的情感。我用我的心去教诲我的学生，我用我的情去培育我的学生，我无愧于我心，我无悔于我的事业。让我把一生矢志教育的心愿化为热爱学生的一团火，将自己最珍贵的爱奉献给孩子们，相信今日含苞欲放的花蕾，明日一定能盛开绚丽的花朵。

比赛个人心得体会篇八

今天，骄阳似火，太阳炙烤着大地，在柏油马路上踩一脚就会出现一个浅浅的脚印，整个世界像是在电饭煲里似的，热极了！

我和爸爸一起乘车去竺山湖看赛龙舟。一路上，两旁的树木高大挺拔，绿树成阴。过了半小时左右，我们终于来到了竺山湖，我戴好太阳帽，拿起望远镜，向湖里观看。现在是半决赛前，有一些人在水中拉着水艇上的绳子表演节目，精彩

极了!可是有几个人在表演时摔到了湖里，还好水不深，真是有惊无险。

比赛终于要开始了，六条龙舟在湖面上一字排开，运动员们个个精神抖擞，似乎浑身上下都是力量。随着一颗红色信号弹冲上天空，六条龙舟像离弦的'箭一样，冲出了起点，向终点狂奔而去。六条龙舟你追我赶，不相上下。湖中央水花翻腾，六条龙舟像是一条条蛟龙从湖底冲到了湖面，很是壮观。渐渐地，渐渐地，江苏队划到了最前面。湖湾里响起了震耳欲聋的欢呼声，呐喊声一浪高过一浪。只见几十名划船手，一起高喊：一、二、三、划，一、二、三、划，……铿锵有力的号声回荡在太湖的上空。伴随着有节奏的喊声，船手们双手紧握船桨，抡起胳膊，咬紧牙关，满脸涨得通红，使劲划着，船桨不停地在水面翻滚，胳膊不停地船身两侧旋转，像是两排快速旋转的飞轮，击打出千姿百态的水花。擂鼓的龙头，甩动着粗壮的臂膀，双手有力地敲打着大鼓，更加卖力地给船手们鼓劲。终于江苏队一鼓作气，勇往直前，获得了第一，直接进入了决赛，真是我们江苏人的骄傲啊!由于天气太热，我和爸爸只好提前回家，我依依不舍地走了。

“江苏队，加油!但愿你能得冠军。”