# 参赛心得

来源：网络 作者：红尘浅笑 更新时间：2025-05-17

*第一篇：参赛心得赛后感想2024年4月16日是个难忘的日子，2024级建筑工程技术专业的学生，参加全区中职组的建筑CAD比赛。来到银川能源学院已经四个年头，这是第一次指导学生参加全区的技能大赛，我倍感压力。带着这样的心情，我和3个学生一起...*

**第一篇：参赛心得**

赛后感想

2025年4月16日是个难忘的日子，2025级建筑工程技术专业的学生，参加全区中职组的建筑CAD比赛。

来到银川能源学院已经四个年头，这是第一次指导学生参加全区的技能大赛，我倍感压力。

带着这样的心情，我和3个学生一起在建筑工程学院的实训室度过了将近一个月的时间。从学生对CAD软件的一无所知到熟练掌握常用命令的快捷键；从对建筑平面图、立面图、剖面图的感性认识到理性认识；从一开始浮躁的学习气氛到最后关机房门时的依依不舍。

而现在，我正站在机房的门口，焦急的等待着他们，三个小时过去了，我终于看到了我的学生，看到他们的那一刻，我仿佛已经知道了比赛的结果。其实这样的结果是我预料之中的。

参赛的十一个学校当中，唯有我们学校是短期急训，这么短的时间内既要夯实基础，又要训练应试技巧，谈何容易。然而当我看到比赛成绩单，我的学生（袁昌蕾）仅仅一分之差，没能拿到名次时，惋惜之余，新增了些感慨。

工欲善其事，必先利器

在等待学生的时候我和其他学校的指导教师做了短暂的交流，有些单位为了参加这次比赛，提起一年就做着准备。选择好的参赛的学生，进行针对性的培训。

师傅领进门，修心在个人

在培训的过程中，指导教师讲解的内容掌握了，换个包装，又感觉很陌生，其实是学生并没有真正掌握基础知识。并没有做到举一反三。

指定严格的培训计划，按时完成

每次上课都要精心准备培训的内容，并让学生领会到实质。只有这样才能一步一个脚印的往前走。

正确引导，适当鼓励

在指导学习识图的过程中，我发现作为老师要学会换位思考，多站在学生的角度上思考问题，这样有利于引导他们，发现知识漏洞，及时查漏补缺。

作为教师，还需要适当的鼓励学生，学生经过自己的思考，克服困难，老师需要鼓励，但是不是盲目的鼓励，这样会使学生有种飘飘然的感觉。

树立自信心

90后是新生的一代，他们有朝气，富有活力，然而也缺乏韧性和独立性，有点困难，受到点打击，就产生了挫败感。平时练习的过程中，有老师引导，觉得还可以，当上考场了后发现，试题和自己预想的有差距的时候，一下就接受不了这样的现实，连考试的勇气都失去了。在平时的时候要培养孩子们的自信心。

青年教师基本功大赛有感

建筑工程学院

万治清

我有幸参加了建筑工程学院组织的青年教师基本功大赛，赛后有些许感想。首先，比赛使我认识到了加强教学基本功的重要性。要想全面提高教学水平，教师是关键，而教师的基本功又是搞好教学工作的前提条件，只有教师的基本功扎实，才会有质量高的教学。通过这次比赛，我发现了同事的优势，又看到了自己的不足。对于参加比赛的我来说，最大的收获则是在认真准备、积极参与本次大赛的过程中，自己的教学基本功及综合素质得到了检验和提高。

其次，比赛过程中我目睹了其他青年教师的教学风采。这次大赛要求建筑工程学院的青年教师都来参加，以前没有机会观摩同事们的讲课，而今天各个精神饱满、信心百倍，让我感受到了每个人不同的讲课特色。在短短15分钟的教学演示过程中，我看到很多，也学了很多。我“听懂了”他们上课时的教学方法和与学生沟通的方式，这些都是十分难得的经验。同时，我也看到了和担任相同教学任务的同行们之前的差距，相同的知识点，不同的讲解思路，不一样的表达方式，效果竟如此不同。我希望能够在今后的教学工作中取长补短，提高自身的教学水平。

再次，通过这次大赛，我也认识到了自己的一些不足。譬如，在比赛过程中绷得很紧，甚至字都不知道该怎么写，说话时，脑子也有点短路，开始时，语速还快。对此，我暗示自己，要克制，至少看起来不那么明显。另外，尽管我的教案也用心写，但是和优秀的同行们比较起来，就显得粗略了。只有教学内容而没有时间安排，教学目的和要求不够具体，重难点问题提的不够突出。平时教学过程中不太注重教学时间设定，认为教学只要熟悉教学内容，把课程给学生讲懂就行。然而，通过这次比赛，我明白了教学中的每个环节都不容忽视。因此，只有充分设计教学过程中每一个教学环节，才能充分利用课堂时间，把握好教学进程，更好的完成教学任务。

建筑工程学院青年教师基本功大赛随着最后一张照片的拍摄落下了帷幕，但对于我来说却是新的开始。今后我会在每一个教学环节中多动脑筋、多实践、多反思。最后，感谢学院给我们年轻教师提供这样的机会，相互观摩、学习和切磋。

建筑工程学院青年教师基本功大赛感想

1.功在平时，专业知识很娴熟，语言组织能力要强，表达要流畅。2.教案的组织要图文并茂，重难点突出

3.PPT是教学的辅助工具，不仅仅是文字及图片的反应形式，应该具有动画的功能。

**第二篇：参赛心得**

路漫漫其修远兮，吾将上下而求索

——参加首届教师课堂教学大赛活动心得

三汇中学

王

志

学校突然安排到我去参加首届新教师课堂教学大赛活动，说实话，我想过退却，因为我一向对公开课都有种本能的恐惧，尽管我在原学校一直担任理科教研组长，我实在不想去“献宝”，但是我最终还是选择了面对，虽然恐惧并未消失，因为这次活动毕竟给了我成长和锻炼的机会，我相信这次挑战和学习的过程一定会成为我人生中一次难忘的记忆，我坚信 “梅花香自苦寒来”的道理，我告诉自己：如果你是一朵花，就努力地去绽放，哪怕等待你的是枯萎，只要曾经美丽过也就足够了„„

为了准备，我认真领会教学大纲，潜心钻研教材，反复研读各种教学参考资料，并通过以往的教学实践，结合所教学科的教学实际，寻找本学科的内在联系，努力做到吃透教材，然后结合学生实际情况，精心设计适合本班学生具体情况的教案，努力做到科学合理，目标明确，难易适度，内容具体可行，同时利用浅薄的电脑知识日以继夜地学习制作课件„„在这一过程中才发现自己要学的真是太多了，恨不得把自己分成两半用。参加比赛之前，我已经觉得自己在忙碌着，快乐着，成长着，收获着。

尽管大赛已经结束，但其中许多情景至今想起来还沥沥在目，大赛给我留下了许多值得学习和思考的东西。我在一线工作了多年，深切地感到：教师的成长是经过无数次的历练而成长的，当我们努力追求成功的时候，付出的代价是沉重的。但我会以此活动为契机，不断学习，总结经验，在今后的工作中积极主动地投身到教改和课改的洪流中，身体力行，率先垂范，用完美的人格，深挚的爱心，优良的教法，促使学生全面发展、主动学习和健康成长；不断更新教育教学方法，力求改革和创新，探索和开拓新领域，不断提高工作的实效，努力学习业务，潜心教研教改，不断提高自身各方面素质，一如既往地谱写教育教学的新篇章。

路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。

**第三篇：参赛心得**

参赛心得：创业成功需要有备而来

[2025-12-20 13:35:15]

用团队力量打开创业之门

柳斌：这次创业计划大赛给我最大的感受是，团队的合作创造的集体智慧，远远超过了我们每个人的总和。一个能够配合的成功团队，每个人会从不同的着眼点切入主题，每个可行的方案都会被团队反复论证、修缮，最后得以施行。整个过程中，个人的想法被汇总、讨论，同时又有新想法的产生。原本困难重重的问题经过这样的团队合作变得逐渐明朗，最终得以解决。

“零维度”的命名，是在第二次小组会议中决定的。工业材料从大工业时代的三维材料（石材、铁块）到当代的二维材料（膜材料）、一维材料（纤维）到零维材料（纳米材料），是一个维度不断降低、性能不断优化的过程，取名“零维度”寓意我们要秉承这一发展历史。

“零维度”并不像外人看起来那样一帆风顺，例如资金的使用，作为项目的研发者，当然希望能够花费更多的资金用于工艺的优化和设备的采购，然而这些往往会超出项目的财政预算，所以大家时而争执，而后微笑地坐下，绞尽脑汁地对预算进行微调。

最后的答辩并不是我们整个参赛过程中最困难的阶段。尽管站在台上的时候我们手心微微出汗，心跳逐渐加快，但经过这一年来策划书从构思到成文的过程，我们查阅了大量的文献，请教了不少的专家，好多时候，只有孤灯为伴，度过长夜，终于形成了今天的“零维度”。成功的钥匙已经握在我们手上了，我们还会畏惧去打开这扇门吗？

懂得了“信仰“的含义

夏济婷：信仰，在我看来是一个高尚的词语，一直都不太懂其真正的含义，直到迎接“挑战杯”的挑战。团队成立之初，我们积极找遍了整个学院的老师、教授，终于在和几位教授聊过之后，找到了陈红兵教授，他最近研发出一种生长钨酸镉晶体的新工艺。陈教授说我们来得刚刚好，早一两年也没有这个工艺，他最近刚申请了国家专利，获此消息大家欣喜若狂。

回顾参赛过程，我要感谢团队里的每一个人。他们让我感受到团队团结的力量，让我有强大的动

力奋斗下去。要参加答辩，刘冬宁练习发言到嗓子沙哑，每天都要吃很多金嗓子含片，每晚练到很晚才去休息。樊蓉，听其他组员说吃饭都在看创业计划书，并与老师积极联系，从老师那了解到更多有关技术的问题，很好地回答了专家的提问，离我们挑战的目标更进了一步。唐泽平，直接联系学院的财务老师，不放过一个小数点，努力改进我们的财务报告。

大家那么拼，我相信是因为每个人心里都有个信仰。我们要坚持下去，尽自己最大的努力，作出成绩。最终我们取得了不错的成绩，但我们将不断完善我们的项目，我们是一支不断进步的团队，精益求精是我们的追求，我们将一如既往地迎接挑战，自强不息，开拓未来。

学习变得如饥似渴

邹妩琼：在刚开始的时候，面对一大堆零散的资料，我是拿着教科书一个一个地对照寻找有关概念的，那一刻才深刻体会到书到用时方恨少。在参赛的日子里，身边的很多东西几乎都成了我们思路的源泉，尤其在上课的时候，老师提到的很多知识都成了我们项目的重点和亮点，如老师讲的品牌战略、公司的辐射发展模式等知识，平时在我们看来只有考试才用得上的概念，如今都一一派上了用场。这段时间完全可以用如饥似渴来形容。

现在，创业大赛对我来说已经不仅仅是一场比赛了，而是一份事业，一份能让我为之兴奋的事业。我很荣幸地成为了这个阳光创业联盟的一员，很庆幸我们的团队走到了最后，笑到了最后，在这7个月里收获了第一桶金。

磨炼是成长的必经之路

朱墨：这是我第三次参加创业大赛了。第一次参加学院团委组办的创业大赛，我了解了创业的程序，但这些了解仅仅是理论层面的；第二次参加宁波市的创业大赛，我体验了整个公司的具体运作，纠正了很多理想的东西，理论的认识也从模糊发展到了清晰；第三次，我们赢得了投资商的关注。现在，我们第三次参赛项目---无线传感技术受到了有关企业的关注，正通过科技园区和我们接触，准备合作实施这项创业计划。

参加创业大赛，从理想走入现实，从天真走向成熟，参赛给我的人生规划带来了很多启迪，磨炼是成长成功的必经之路。原本准备大学毕业就创业，但是现在我决定毕业几年后再开始创业，因为那

时我的各项储备会更加丰富。

此外，经过几次创业计划大赛，我们拥有了一个很好的团队，团队在课余开展了一些为大学生提供代理服务的项目，取得了良好的效果，营业额最大的一个月可以达到12万元，尽管目前还没有注册成为公司，但是这个项目我们将会很好地传承下去。

创业教育实现了创业梦想

林俭：我们在学院读书时期有《媒介管理学》这么一门课，课程中指导老师就让他们采用公司的模式进行课程学习、项目演练，因此在校期间，就已经磨合了团队，对公司有了认识，这为我们后来的创业提供了很大的帮助。

在《媒介管理学》的课堂上，全班由学生自愿、自主分为若干家公司（每家公司一般有5至10人），上课点名、作业布置、课堂演讲都以公司为单位，学期末对公司有个大致的排名，也评选同学心目中最受欢迎的公司。学生公司的日常表现记入平时成绩，期末考试由学生自己来划重点、模拟考题。现在回想起来，公司化教学模式直接触发了我们创业的想法。

朱鑫元：杀入了决赛,却没有最后赢得满意的奖项，希望此次的经验能对下次参加比赛的同学有所帮助。首先，创业计划应该强调创新，比赛中获得一等奖的作品都有着很强的创新点。而我们也正是因为产品创新性不够而不能吸引评委。其次，对于风险投资与风险资本的退出是评委较为关注的一块，大学生创业是创业构思的初步实践,想赢得风险投资,投资金额不宜过大,并应该有很好的风险对策。此外，最好有产品实物。有产品实物的创业团队确实比较有优势,实物最能说服评委与观众，评委会对你的计划书更感兴趣。还有一点就是，陈述的方式可以创新。这次宁波工商职业学校的陈述方式给人耳目一新。他们的创业计划为户外运动网，所以陈述以轻松活跃为基调，给人以深刻的印象。所以各团队可以结合自己的创业内容，多点自己的特色进行陈述，这样可以给评委和观众留下深刻的印象。

**第四篇：参赛心得**

参赛心得体会

本学期很荣幸能够代表我校参加了由喀什地区教研室组织的第三届物理教学能手大赛，获得了课堂教学一等奖。这次比赛的经历使我对于教学的认识产生了深刻的影响，让我感觉从中受益颇丰，在此仅简要总结一下我的个人感受，希望能对更多今后参赛的老师，有所帮助。

首先，我想简单介绍一下大赛的有关事宜：

大赛分为初中组和高中组，比赛项目主要分为五项，课堂教学、钢笔字、现场论文、实验操作和说课。由于我们在十一中比赛，他们学校的高一年级只有四个班，就把我们高中组分为三大组，抽签来定自己所要讲的课题和班级。然后其他四项所有参赛教师在同一天完成。比赛规则，讲过的选手可以听后面选手的课，高中初中可以互听。

其次说一下我这次最真实的经历和感受。

这次我抽签序号是高中组的第一个，下午抽签第二天早上上课，时间上比较紧张，但时间紧张，自己可不能跟着紧张。我首先了解到上课的班级是十一中的高一一班，我就去找到本班的班主任老师了解这个班的基本情况，再由班主任介绍认识了我第二天的合作伙伴们，因为我怕课堂上冷场，让我一人唱独角戏会很艰难。联络完感情就赶紧想课该怎么上，没带电脑课件是来不及做了，那我就利用我们物理的特点做实验，就赶紧联系他们的实验员找相关的实验器材。回去就开始备课。重要的上课，评委坐在最前面，那肯定紧张，为了克服紧张的心理我上课后就不看他们，只看学生，就会慢慢地放松。只有教师轻松了才可能带给学生轻松的环境，才能与教师更好的配合。在后面几项的比赛中我的感受就是一句话，真是天外有天，人外有人。因为我是第一个，所以有充分的时间去听其他教师讲课，在向其他教师学习的过程中有很多感触、很多启发、很多收获。在这次大赛中涌现出许多优秀教师，可以说每位教师都有各自的特色，听他们讲课可以说是一种享受。下面我把在这次大赛中教师们所展示出的教学特色及值得我们学习的地方总结如下：

1、教态：端庄、大方、从容，衣着得体，情绪积极是这次大赛所有教师都能表现出的良好外在形象。从这点可以看出教师对大赛的重视及良好的自身素质。

2、口头语言表达：表达准确，语言简洁流畅，逻辑严密，更为可贵的是大部分教师的语言表达具有很强的亲和力和感染性，抑扬顿挫、激情洋溢，体现出教师扎实的语言功底。

3、体态语言：即肢体语言和表情。参赛教师的教学热情通过他们的肢体语言和丰富的表情语言表达的淋漓尽致，眼神、表情、动作在他们身上很自然的流露，同时表达着他们的思想感情和教学内容，使听课者忘记了时间、不厌其烦地听了一节又一节课。

如果说以上几点都是教师外在素质的表现，那么，通过教学技术和对教材的理解把握以及对新课改精神的贯彻落实等则进一步体现出参赛教师的内在素质和风采：

4、教学技术：在这次大赛中，最突出的特点就是对教学资源的关注和利用，参赛教师能熟练地运用现代化教学手段，恰当运用网络资源，尤其是多媒体教学和网络技术教学的运用尤为精彩。教师对多媒体和网络技术的运用体现了“选择性”、“针对性”和“实效性”，避免了形式主义，促进了教学活动的进行，增加了课堂容量，使教学内容具体形象、生动有趣，提高了教学效率。

5、对教材的理解和把握：基于对本次大赛的高度重视，在充分准备的基础上，各位参赛教师对教材的理解和把握做到了“准确与深刻”，对各项技能的具体要求体现的尤为明显，从“提出问题”到“分析问题”到“解决问题”，做到了“重点突出”、“深入浅出”，同时也体现了“理论与生活实际相结合、与学生实际相结合、与社会实际相结合”，体现了“学以致用”、“教书育人”的教学原则。

6、对新课改精神的贯彻落实：对新课改精神的贯彻落实主要体现在一下几个方面：突出了学生的主体地位；体现了师生平等、崇尚民主自由的观念；注重师生互动、双向沟通的教学活动；课堂教学形式灵活多样、不拘一格；注重学生体验、实验、活动，鼓励学生质疑、求索、创新；适时使用激励性评价，调动学生的学习热情；能使用绿色语言，建立融洽的师生关系，创建民主和谐的教学氛围。

总之，通过这次大赛，自己长了见识，加深了对新课改的理解，进一步增进了对教师这一职业的的责任和感情；而收获最大的还是从中得到了锻炼，增强了信心，也发现了不足，激发了探索创新的热情。希望各位教师亦能从中受到启发，不断提高自身素质，在教育教学方面走出自己的路子，形成自己的特色，做一个成功的人民教师。

教师：翟甜甜

2025年12月9日

**第五篇：班会课参赛心得**

班会课参赛心得

一机五小 李海花

2025年4月28日上午，我参加了青山区教育局组织的第四届班会课大赛。我的参赛题目是《直面挫折 逆风飞扬》。

从抽到班会课的题目开始，我就进行了紧张地筹备。查找了大量的资料，明白了挫折的含义，弄懂了挫折和困难的区别，然后思考我们班存在的一些面对挫折的消极表现。针对六年级学生的年龄特点，针对本班的实际情况，首先我在大的主题下，确定了一个合适的小主题，然后又设计出了班会的大致流程。最后就是紧张地排练各种节目。因为班会课比赛的时间正好赶上了期中考试，一面要进行复习，一面还要排练各种节目，所以我只好见缝插针，想办法挤出时间来练习。在练习的过程中，不断地发现问题，然后解决问题，几乎是每天一稿，随着日子一天天过去，所有的环节在日渐成熟。

正式比赛的时候，看着后面那么多领导、评委和听课的老师们，我和学生的心情都很紧张，以至于有几处忘词了。但是总体来说，班会的效果很不错，受到了评委和听课教师的一致好评。

班会课结束后，我也进行了认真的反思。总体来说，这节班会课上得比较成功，实现了预期的教学目标，比较好的地方有：

1、目标的制定有针对性，符合六年级学生的年龄特点，过程中的情景剧也是根据目前班级出现的真实情况编排的，案例分析确有真人真事，能切实地帮助学生解决实际生活中存在的问题。

2、活动形式丰富多彩，符合班会课的特点。如今的班会课，一味的简单说教已经起不到很好的教育效果了，这节班会课我设计了丰富多彩的活动形式，有观看图片、讲述名人故事、校园情景剧、小记者采访、李老师大讲堂、案例分析、朗读者、合唱等形式，把班会的主题用这些丰富多彩形式表现出来，寓教于乐，学生潜移默化地受到了教育。

3、整个班会课都有老师的参与，课前的导入，课中的讲述，课尾的总结，起到了引领示范的作用。

4、朗读者这一环节，吕老师深情地讲述真正触动了学生的心灵，起到了教育的效果。

当然，不足之处也很多，因为时间仓促，又赶上期中考试，学生排练节目的时间极其有限，许多节目还有一些瑕疵。另外，由于没有提前调试好课件，课上出现了一些小问题，影响了课堂的效果。还有就是“李老师大讲堂”这一环节之后，应该让学生谈一谈自己曾经在生活中用到过哪些战胜挫折的好办法，而我只是讲完之后就匆匆结束了，没有起到学以致用的目的。后来，经过评委老师的点评，我豁然开朗了，发现了自己的许多不足之处，今后开班会就能更上一层楼了。

总之，这次班会课大赛，带给我满满的收获。虽然一路走来，很辛苦，很煎熬，但收获也是很丰硕的。我又一次进步了，成长了，蜕变了。

2025、5

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！