# 最热护理知识竞赛心得体会（模板19篇）

作者：星辰之路 更新时间：2024-03-30

*心得体会是一种对自己经验的内省和反思，帮助我们更好地理解自己和他人。以下是小编为大家整理的心得体会范文，供大家参考和借鉴。知识竞赛心得体会知识竞赛融知识性、竞争性、趣味性于一体，举办知识竞赛活动可以极大调动学生积极性主动性，是思想政治理论课*

心得体会是一种对自己经验的内省和反思，帮助我们更好地理解自己和他人。以下是小编为大家整理的心得体会范文，供大家参考和借鉴。

**知识竞赛心得体会**

知识竞赛融知识性、竞争性、趣味性于一体，举办知识竞赛活动可以极大调动学生积极性主动性，是思想政治理论课实践教学的一种重要形式。下面是小编为大家带来的知识竞赛心得体会范文，希望可以帮助大家。知识竞赛心得体会范文1

我国电力工业在改革大潮的带动下继续呈现快速发展的态势，为了配合电力企业改革，深入学习和贯彻国务院国有资产管理的一系列重要决议和部署，推动电力行业尽快按照国有资产监管要求，构建电力企业新型财务管理体制，中国会计协会电力分会举办了“中瑞华恒信杯”国有资产监管知识竞赛，全国各区域电网公司、发电集团公司、辅业集团公司等参加了这次比赛，这是电力体制改革完成后我国电力系统规模最大，规格最高的一次财务技术大比武。

我在这次比赛中，先后经过了甘肃省电力公司和西北区域的选拔赛，成为西北电网赴京参赛的四名选手之一，参加了全国电力系统的比赛，最终取得总决赛团体第二名和个人现场答题最佳表现奖的成绩。

取得这样的成绩是与各级领导的重视和关心分不开的。我和其他几位同志代表刘家峡水电厂参加甘肃省电力公司的选拔赛时，我厂领导和财务部长对此次比赛都很重视，在财务人员较为紧缺，财务工作较为繁忙的情况下，将我们抽出来封闭集训了半个多月，并且在封闭期间还时常来探望我们，给我们缓解压力，鼓励我们要努力学习，提高自我，努力取得好成绩。我从事财务工作时间不长，工作经验不是很丰富，所以我十分珍惜厂里给我的这次学习机会，不能辜负领导和同志们对我的期望。在集训的半个月里，我每天早起晚睡，对参赛的内容——国有资产监管的相关文件、法律、法规及《会计法》、《企业会计制度》、《企业会计准则》的相关内容，从熟悉到理解到记忆。

学习是枯燥、艰苦的，但一想起领导给予我的信任，并且我是代表全厂职工去参赛的，自己就有了动力和信心。9月12日，在甘肃省电力公司的选拔赛中，我们取得了团体第一名，我个人也获得了笔试三等奖。紧接着，我有幸被选为甘肃省电力公司代表队的一名成员参加西北电网公司的选拔赛。

如果说前一阶段的学习只是以记忆为主，了解了表层的东西，那么这一阶段的学习则是深入了解，强化记忆。对于参赛内容的每一个细小环节都要理解透彻，熟练掌握。省公司领导为了让我们更好地，效率更高地学习，特地请来了经验丰富的教授给我们讲课，及时纠正错误。当然，我也没有放过这个学习的好机会，遇到难题及时请教老师，通过一个多月的学习，我感觉自己有了较大的提高。10月12日，在西北电网公司的选拔赛中，我们又取得了团体第二名，我个人也获得了笔试第三名，最佳表现奖和现场最佳风采奖。能取得这样的好成绩是和所有的队员的努力分不开的，和省公司领导、厂领导的支持和关心分不开的。

通过多次的选拔，我又有幸成为西北电网公司代表队的成员之一，准备赴京参赛。网公司领导对这次比赛相当重视，专门请来老师对我们前一段时间的学习作了进一步了解，并为我们最后这半个月的冲刺制定了学习计划。在剩余半个月里，我们主要强化训练，大量做题，并多次进行模拟比赛，领导和老师对我们要求十分严格，每天晚上休息都已经是凌晨一点左右了。在紧张学习之余，网公司领导也十分关心我们的生活起居，十月底的西安已经能感到一丝寒意，他们经常提醒我们要注意身体，每天三餐都安排得很可口，使我真正体会到了我们这个临时组成的大家庭的温暖。

功夫不负有心人，在全国电力系统“中瑞华恒信杯”国有资产监管知识竞赛中，我们大家齐心协力，充分发挥了团队精神，最终取得了团体第二的优异成绩，我个人也在整个团队的协助下，获得了现场答题最佳表现奖。

回顾这两个多月的学习，给我印象最深的是各级领导的关心和支持，在我们遇到困难时，鼓励我们不要放弃；在取得好成绩时，提醒我们戒骄戒躁，要“百尺竿头，更进一步”。我也在这次学习中，提高了理论知识水平，并且认识到了财务工作的重要性。在今后的工作中，我应当将理论与实践相结合，努力提高自己的业务水平，尽早成为一名优秀的财会人员。

知识竞赛心得体会范文2

从八月中旬的浙江赛区选拔赛、九月底的华东赛区选拔赛到十月底的全国国有资产监管竞赛，历时三个月。全国各地的电力企业、单位领导、竞赛选手都投入了巨大的人力、物力、财力，精心组织和积极参与了这次竞赛。我有幸成为经历了整个过程的选手之一，不仅从中学到了大量理论知识，而且领悟到了不少人生哲理。在此，我想谈谈切身的几点体会：

一、通过此次竞赛，我拓宽了知识面。

这次竞赛涉及的知识面相当广，竞赛内容以20xx年5月13日国务院第八次常务会议通过的《企业国有资产监督管理暂行条例》为主线，包含了与其配套的规章《企业国有产权转让管理暂行办法》、《中央企业负责人经营业绩考核暂行办法》、《国有企业清产核资办法》、《上市公司收购管理办法》以及《关于规范国有企业改制工作的意见》、《关于上市公司重大购买、出售、置换资产若干问题的通知》等一系列文件，以及《中华人民共和国会计法》、《中华人民共和国公司法》、《证券法》、《企业会计准则》、《企业会计制度》、《财务成本管理》等相关内容。通过此次竞赛，我学到了平时在工作中接触较少的相关知识，使我对企业国有资产的监督管理的内容、企业国有产权转让的程序、上市公司收购规则、国有企业改制的内容、清产核资的工作程序、中央企业负责人经营业绩考核办法有了深入的了解，对《会计法》、《公司法》、《证券法》以及《新企业会计制度》有了更深刻的理解，并且大大地提高会计处理业务水平，为电力企业执行新《企业会计制度》打好了基础。我也相信这些理论知识将会对我今后工作起到积极的引导作用。

二、通过此次竞赛，我收获了友谊。

本次竞赛参赛范围较广，不仅囊括了全国各电网公司，也包含了各大发电集团及辅业集团。通过竞赛认识了来自全国各地的财会人员，我们不仅交流了理论知识，更培养了彼此深厚的感情。在各个阶段的层层选拔中，那种你追我赶、互相学习、互相帮助的气氛；在生活中互相照顾、互相体谅的情景；临别时的依依不舍的场面依然历历在目。所有的这些并没有因为比赛的告终而淡化，相反地，它却成了我们永恒的记忆，那就是友谊。也许在若干年以后，学到的理论知识可能慢慢淡忘了，但是这份纯真、珍贵的友谊以及那种为了荣誉积极向上、奋力拚搏的精神是不会磨灭的。而这种友谊与精神恰恰是我们要追求的东西，因为那能让我们受益无穷。我相信对于所有的选手来说，比赛的成绩已经成为历史，早已经不重要了，重要的是我们能够拥有这次机会，我们能够相聚在一起。

三、通过此次竞赛，我增强了生活的信念。

谁都知道，比赛是残酷的，淘汰是毫不留情的，而最终的胜利是属于那些锲而不舍的勇士的。此次比赛也不例外。或许在旁观者看来，这类竞赛靠的无非是记忆力、考背功，但是事实并非如此。在这个漫长的过程中，经过了数次的选拔，经过了数次的模拟训练，更需要的是一种能吃苦耐劳的毅力和团结友爱的合作精神。我相信“坚持就是胜利”这句名言。只有坚持到最后，才有机会获得胜利，否则留给我们的只有无法弥补的遗憾。在生活中，我们也应当本着一种锲而不舍的信念，坚持到终点。

四、通过此次竞赛，我增强了工作的干劲。

在比赛中，我除了结识了不少好朋友，也幸遇了不少优秀的领导。给我印象最深刻的一位领导是华东电网公司的王祥富总会计师。在训练过程中，王总没有给过我们什么压力，相反地却是更多的鼓励和支持。他时常谈起自身的体会，用最真实的语调、最平凡的经历教给我们最深刻的道理。王总说起，当初他在单位担任出纳岗位的时候，他时刻不忘学习，利用业余时间看书、看凭证，掌握了单位大部分的经济业务，为了能够学习转账凭证，他主动要求装订会计凭证，以此学习了单位的所有转账凭证。等到他接任会计岗位的时候，已经能够熟练编制会计报表了。这是多么平凡的一件事啊！但是这种抓住一切机会、不断学习的精神，值得我们每一个人学习。联想到自己当初参加工作时的心态，觉得毕业以后并没有发挥的余地，工作枯燥乏味，这也是不少刚刚走出校门的大学生的通病吧！其实工作也好，生活也好，本身都是美好的。之所以我们觉得工作单调、生活平淡，是因为我们缺少发现“美”的眼睛，缺少更多的思考。在我们的工作和生活中，如果缺少思考，没有了思维，那么同行尸走肉又有什么区别呢？王总的话意味深长，让我坚定了一种信念：在以后的工作中要抓住机遇、不断学习，扎扎实实做好每一件事。我相信我能战胜一切困难，无论遇到任何挫折，都会勇往直前、决不气馁。

五、通过此次竞赛，我提高了个人素质。

这次竞赛比的不仅是理论水平。还要比心理素质、比自身修养、比赛场风格。在赛前，教练组专门聘请了专业人员对选手进行形体训练，对选手的语言表达、精神面貌展现等进行了正规的训练。通过这样的系统训练，我大大提高了个人的素质，在语言表达尤其是普通话、现场表演等方面都有了很大的提高。我相信对今后的人生道路又是一笔不小的财富。

最后，我要感谢我的单位领导在比赛过程中对我一如既往地支持，感谢他们给我这个机会；感谢竞赛组委会，感谢他们精心组织这次活动，为我们提供这次展现自我风采的机遇。

知识竞赛心得体会范文3

张家口市新华书店第二届“新华杯”知识技能大赛于20xx年11月16日落下帷幕。

虽然这次比赛我店没有得到任何奖项，但是我们看到了其他各店的闪光点，对于我们来说也为新华书店尽了一份微波的力量。比赛前我们做好了充分的准备，领导牺牲了无数的休息时间，还加班加点，还有同事们辛勤的汗水，百倍的努力，可是结果却大大出人意料，我从心里感到很遗憾，很惋惜！

我店的知竞赛抽签在第三组第五号台，我为一号选手。看着前两组一轮轮的竞赛题，听着都很熟悉，紧张的心情稍稍镇静下来，比赛在有序的进行着，两组比赛下来了，我看到了分数之差只在抢答题上，因为必答题，共答题风险题几乎都是平手，每个店都也回答得很流利。进行完两轮的比赛，时间已经不早了，所以第三轮比赛我们被安排到了下午。因为我和同事都是第一次登台，虽然准备得很充分，可是依然心里没底，吃完午饭，我们便早早的到了赛场，试着熟悉一下那个抢答键，因为我们上台前都很担心这个。

第三组比赛开始了，宣读完比赛规则，坐在那里，我的心怦怦直跳，真的好似大脑一片空白，因为太紧张了，主持人所有的题目都抽签完毕，开始了问与答的这个环节，在等待中，我的心情慢慢的平静下来了，脑海里的东西也开始一点一点的记起来了，心也逐渐的镇定下来了，在默默的等待着主持人的问题。对于每一个号台的1号选手，都肩负着必须答对的这个重任，所以我在心里自己安慰自己，不要紧张，只要把自己平时的水平拿出来就行，回答完主持人的提问后，自己也能感觉到声音很低很低，可是当听到主持人说回答正确时，一颗悬着的心终于落地了，也好似给了我鼓励和勇气。三轮必答题下来，我们都很顺利的完成了，没有丢分。下一轮的抢答题开始了，我们每位选手的紧张心情又开始了，因为即要担心抢，又要担心答。

我只负责答题，而其它两名选手负责按键，由于没有赛场经验，我们也是缕缕犯规，好不容易抢上了一个，而我却给犯了一个不自信的错误，那就是前后回答了两个答案，大概是我回答问题声音太低，主持人让我再重复一篇答案，真是颖心太重，还以为主持人是在提醒我答错了，毫不犹豫的就改了，这就是我不自信，造成我们这个队没有进入决赛，再接下来的抢答中，同事也有点胆怯了，按键的手也开始颤了，因为怕我一再抢上答不对，除了得不上分，还得倒扣分。此时的我大脑“嗡”的一下，刹那间，一句回答错误，让我心灰意冷，整个人都处于麻木状态了，想着大题都在后边呢，赶紧调整自己的情绪，集中注意力听题，完成了后面的共答题和风险题。竞赛完之后，同事说到了我前后两种的答案，我的眼泪不由自主的就涌出来了，对于这种错误，我也不需要解释什么，更无需解释什么，因为一份自信，一份成功，十分自信，那就是十份成功，为什么我却做不到，在这个时候，我也深刻反省了一下自己，为什么就不能自信一点，为什么就这么的不相信自己。

我们没有进入决赛，都心情很失落，我辜负了领导对我的期望，同时让他们也很失望，可是我又何尝不想取得名次呢？我也很心酸，因为以我们赛前准备的充分程度，进入决赛应该是没有问题的，可是这就是意外，让我们想不到，都感觉到很悲愤，更感觉到有点不太公平，抢上的可以答题，而抢不上的除不能答题，犯规还要扣分，我总觉得有点不太合理，即使抢得犯规，也应该以答题为标准，如果答对了，就不应该扣分了，因为犯规扣分有点太冤枉了，竞赛吗？就是以答题的对与错来判断，而不应该总是因为犯规而丢掉分数，这只是我个人的一点小建议。

从这次比赛我颇有感悟，知道我们失败在何处？从失败中吸取教训，从成功中总结经验，虽然付出与回报不是成正例的，可我相信，要想得到回报，那就必须得付出。因为没有人能随随便便的成功，在成绩背后，凝结了同事们的努力，还有领导们们的辛勤汗水，业务知识，平时就该多注重学习，煅烧过硬的本领，才能在赛场上取得好成绩。在这里，我谨代表参赛同事，向所有为这次竞赛付出心血的各位领导道一声：领导，您们辛苦了！

这件事虽然已经过去了，我也明白了很多，机遇都是属于那些有准备的人，所以我们不论做什么事情，都要做有准备之人，打有准备之仗。

**知识竞赛的心得体会**

近年来，随着知识竞赛的兴起，参加知识竞赛的人越来越多。这不仅有利于增强个人的知识面，还能提高个人的应对能力和思维能力。笔者最近参加了一场知识竞赛比赛，收获颇丰。下面，就我对知识竞赛的体会和心得进行总结和分享。

首先，知识竞赛能够拓宽知识面。在比赛中，各种各样的题目让我接触到了以前从未接触过的知识点。比如，在一道地理相关的题目中，我了解到了许多世界其他国家的国情和地理环境。这样的题目不仅让我在比赛中得分，更重要的是在今后的学习生活中也会对我有帮助，使我能够更全面地认识和了解世界。

其次，在知识竞赛中，我学会了如何灵活运用所学知识。平时，我们在学习中往往只是被动接受知识，而在知识竞赛中，我们需要将所学知识应用于实际问题中，考验我们的思维能力。在比赛中，有一道与数学相关的题目，题目难度很大，但是我运用所学的数学知识，进行了一系列的分析和推理，并最终找到了解题的方法。这让我领悟到，知识不仅仅是理论的堆砌，更重要的是如何将其灵活运用于实际问题中。

第三，知识竞赛能够提高我的应对能力。在比赛中，每一道题目都需要在规定的时间内作答。因此，我们不仅需要迅速地理清题目的意图，还需要快速思考和做出正确的选择。同时，在与其他选手竞争时，我们也需要保持冷静和自信，避免紧张和错误的判断。这样的经历不仅让我学会了如何在紧张的环境下冷静应对，更提高了我的应变能力。

另外，在知识竞赛中，争取胜利并不是最重要的。通过比赛，我发现与其他参赛者的交流和相互学习是更加宝贵的财富。在比赛的现场，我认识了许多志同道合的同学，我们相互鼓励，共同进步。在交流中，我学到了其他同学的学习方法和技巧，这对于我的学习也产生了很大的帮助。此外，在与其他选手的较量中，我也看到了自己的不足之处，这激励着我要更加勤奋努力、不断进步。

总之，参加知识竞赛是一种全面而有益的学习方式。通过这种方式，我不仅拓宽了自己的知识面，提高了应对能力和思维能力，还结识了许多优秀的朋友。因此，我会继续参加知识竞赛，并总结经验，不断提高自己的竞赛水平。相信通过这种方式，我会在知识的海洋中不断前行，收获更多的成果与快乐。

**知识竞赛心得体会**

根据《指挥部“安全环保基础年”活动宣传教育工作方案》总体安排，指挥部党委工作部、质量安全环保处、新闻中心共同举办了安全环保知识竞赛活动。各单位高度重视，周密部署，认真组织，自觉把竞赛答题过程作为学习安全环保知识及相关法规，提高安全环保意识及技能，强化安全环保责任，提升员工素质的过程。出现了参赛面广，答卷质量好，参赛人员多的喜人局面。本次竞赛共下发试卷1.9万份，回收答卷1.7854万份，收回率为93.9%。参赛面超过预计目标，答卷及格率为98%，优秀率为85%。领导干部和安全环保管理人员的答题比例达到了99%，广大员工、离退休职工达到了92%以上，评选出了10个优秀答题组织单位，350名优秀答题个人，取得了显著效果。现将竞赛情况总结如下：

一、抓好竞赛组织工作，做到有序进行

指挥部党委高度重视这次知识竞赛活动，把它作为深化安全环保基础年宣传教育工作的一项重要内容。党委副书记魏银广和副指挥佟德安分别批示，要求认真组织好这项活动。党委工作部和质量安全环保处专门召开会议，研究制定活动方案，对竞赛工作作出具体安排，要求各单位充分认识开展这项活动的重要意义，做好广大干部员工的思想动员和参赛组织工作，确保活动顺利进行。党委工作部、质量安全环保处分工协作，密切配合，在查阅大量资料的基础上，结合指挥部安全环保工作现状，精心做好试题的编印工作，1.9万份试题在两天之内分发到二级单位，保证答题活动顺利开展。各单位专门作出部署，要求必须将答卷发到班组，确保全员参赛。钻井二公司为了抢速度，从网上下载试题后，迅速组织加印，并安排专人专车分送试题。录井公司、供水供电处把学习资料、试卷按照员工人数分发到队站，由各支部分发到班组。钻井三公司为保证在海外员工能够和国内员工同步参赛，将试题和参考资料通过电子邮件发给海外员工，保证不留死角，不挂空挡。

二、掀起学习培训热潮，做到寓教于赛

为了防止答题活动流于形式，各单位以此次竞赛活动为契机，及时对员工进行相关法规的学习辅导，加大安全环保知识的培训力度，使参赛过程成为学习知识、讨论问题、提高安全环保思想认识、关心企业安全清洁发展的过程。各单位认真组织员工学习《安全生产法》、《指挥部交通安全管理规定》、《指挥部环境保护管理规定》、《指挥部反“三违”办法》等制度文件，并因势利导，不失时机地强化对员工的安全环保知识教育。录井公司、特车公司组织员工统一观看安全环保教育专题片和安全环保知识展览，通过模拟事故应急处理演习等安全防范措施和方式进行教育，使广大员工进一步熟悉安全生产规章制度，准确掌握安全生产操作内容和流程，提高了员工的安全生产和安全防范意识。钻井一公司组织开展安全环保案例教育活动，让员工对照检查自己是否严格按照规章制度操作，是否有“三违”行为，发动员工深入分析原因，总结经验，举一反三。小车服务中心以《指挥部交通安全管理规定》为主要内容，举办了交通安全专题讲座，使所有驾驶员认识到按规定驾驶的重要性。机械厂举办安全环保知识培训班，强化对新招员工的培训，坚持做到培训合格在上岗。据统计，指挥部有8300多人直接参加了不同形式的培训或学习活动。

三、全员参与竞赛答题,做到保质保量

在竞赛答题过程中，各单位都明确要求不能为答题而答题，更不能安排少数人答题应付交差，要认真组织好竞赛工作。

四、联系实际求实效，活动取得圆满成功

在各级领导的高度重视和广大员工的积极参与下，此次安全环保知识竞赛活动落到了实处，收到了实效。

总之，各单位都能根据实际情况，组织开展竞赛活动，既做到轰轰烈烈，又注意扎扎实实，领导重视带头，工作扎实讲实效，出现了规模宏大、生动活泼的喜人局面。广大干部员工反映，这项活动时机好，主题好，组织发动的好，学习了知识，提高了素质，振奋了精神，鼓舞了士气，获得了很好地教育效果和社会反响。

**知识竞赛心得体会**

我国电力工业在改革大潮的带动下继续呈现快速发展的态势，为了配合电力企业改革，深入学习和贯彻国务院国有资产管理的一系列重要决议和部署，推动电力行业尽快按照国有资产监管要求，构建电力企业新型财务管理体制，中国会计协会电力分会举办了“中瑞华恒信杯”国有资产监管知识竞赛，全国各区域电网公司、发电集团公司、辅业集团公司等参加了这次比赛，这是电力体制改革完成后我国电力系统规模最大，规格最高的一次财务技术大比武。

我在这次比赛中，先后经过了甘肃省电力公司和西北区域的选拔赛，成为西北电网赴京参赛的四名选手之一，参加了全国电力系统的比赛，最终取得总决赛团体第二名和个人现场答题最佳表现奖的成绩。

取得这样的成绩是与各级领导的重视和关心分不开的。我和其他几位同志代表刘家峡水电厂参加甘肃省电力公司的选拔赛时，我厂领导和财务部长对此次比赛都很重视，在财务人员较为紧缺，财务工作较为繁忙的情况下，将我们抽出来封闭集训了半个多月，并且在封闭期间还时常来探望我们，给我们缓解压力，鼓励我们要努力学习，提高自我，努力取得好成绩。我从事财务工作时间不长，工作经验不是很丰富，所以我十分珍惜厂里给我的这次学习机会，不能辜负领导和同志们对我的期望。在集训的半个月里，我每天早起晚睡，对参赛的内容——国有资产监管的相关文件、法律、法规及《会计法》、《企业会计制度》、《企业会计准则》的相关内容，从熟悉到理解到记忆。

学习是枯燥、艰苦的，但一想起领导给予我的信任，并且我是代表全厂职工去参赛的，自己就有了动力和信心。9月12日，在甘肃省电力公司的选拔赛中，我们取得了团体第一名，我个人也获得了笔试三等奖。紧接着，我有幸被选为甘肃省电力公司代表队的一名成员参加西北电网公司的选拔赛。

如果说前一阶段的学习只是以记忆为主，了解了表层的东西，那么这一阶段的学习则是深入了解，强化记忆。对于参赛内容的每一个细小环节都要理解透彻，熟练掌握。省公司领导为了让我们更好地，效率更高地学习，特地请来了经验丰富的教授给我们讲课，及时纠正错误。当然，我也没有放过这个学习的好机会，遇到难题及时请教老师，通过一个多月的学习，我感觉自己有了较大的提高。10月12日，在西北电网公司的选拔赛中，我们又取得了团体第二名，我个人也获得了笔试第三名，最佳表现奖和现场最佳风采奖。能取得这样的好成绩是和所有的队员的努力分不开的，和省公司领导、厂领导的支持和关心分不开的。

通过多次的选拔，我又有幸成为西北电网公司代表队的成员之一，准备赴京参赛。网公司领导对这次比赛相当重视，专门请来老师对我们前一段时间的学习作了进一步了解，并为我们最后这半个月的冲刺制定了学习计划。在剩余半个月里，我们主要强化训练，大量做题，并多次进行模拟比赛，领导和老师对我们要求十分严格，每天晚上休息都已经是凌晨一点左右了。在紧张学习之余，网公司领导也十分关心我们的生活起居，十月底的西安已经能感到一丝寒意，他们经常提醒我们要注意身体，每天三餐都安排得很可口，使我真正体会到了我们这个临时组成的大家庭的温暖。

功夫不负有心人，在全国电力系统“中瑞华恒信杯”国有资产监管知识竞赛中，我们大家齐心协力，充分发挥了团队精神，最终取得了团体第二的优异成绩，我个人也在整个团队的协助下，获得了现场答题最佳表现奖。

回顾这两个多月的学习，给我印象最深的是各级领导的关心和支持，在我们遇到困难时，鼓励我们不要放弃；在取得好成绩时，提醒我们戒骄戒躁，要“百尺竿头，更进一步”。我也在这次学习中，提高了理论知识水平，并且认识到了财务工作的重要性。在今后的工作中，我应当将理论与实践相结合，努力提高自己的业务水平，尽早成为一名优秀的财会人员。

**知识竞赛心得体会**

站军姿，练习转身和齐步让我们汗如雨下;太阳的暴晒让我们的皮肤发痛，给我们难受的体验。

拉歌、学歌时愉快的时光让我们心情舒畅、豪情万丈，给我们欢笑和难忘。

“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤”这句万古流传的佳句被我们在军训中体会，所以可以期待种。种磨炼困苦后的“天之大任”。

**知识竞赛心得体会**

从参加工作到现在已经有三个多月的时间了，在\_\_项目工作的这段时间里，我逐渐由一名刚毕业的学生向一名项目施工员转变。在各位领导和师傅们的耐心指导下，我渐渐地熟悉了一名施工员的工作流程和施工管理方面的一些知识。我时刻提醒自己，工作要认真负责，做到事无巨细，在有限的时间内高质量地完成任务。

前些日子，分公司举办了企业管理手册知识竞赛，我非常荣幸地被领导和同事们推荐参加此次竞赛。作为一名刚刚参加工作的新员工，我对公司的一些管理制度和手册了解不太全面。公司之所以举办此次竞赛，意在培养员工们的自身素质及管理能力。让我们在学习中成长，学习中进步。人是企业之本，只有企业的员工们自身的素质、专业技能、管理水平提高了，企业才有竞争力，才会发展壮大。而领导推荐我这样的`新员工参加竞赛，也是想让我通过学习公司的企业管理手册、系统手册和施工管理手册，来明确自己的工作目标，让我知道自己的工作该做什么，怎样做，如何从质量、技术、安全、成本方面去组织实施，去管理劳务队，去把好工程质量关、安全关。

通过这次比赛，我发现自己准备得不够充分，看到分公司其他项目部的同事们在回答问题的时候是那么熟练，基本上能做到一字不差，而自己在回答问题的时候有些吞吞吐吐。从这一点我发现自身该学习的地方还很多，还需要再下功夫。当天获得个人一等奖的太铁项目经理郝经理说他之所以能得到满分，一是态度，二是技巧。态度决定一切，做任何事情，态度是成功最基本的前提条件。而技巧是决定成败的方法，只有在细节上运用适当的技巧，才会轻松地获胜。

竞赛虽然结束了，但是企业管理手册的学习才刚刚开始，通过本次竞赛，我发现了自己的不足，了解了自身在专业管理方面的薄弱点。在未来的工作中，我会继续深刻学习公司系统管理手册，虚心向领导和师傅们请教，不断地加强自身专业素质，保持认真谦虚的工作态度，全面积极的完成领导安排的工作任务，提高自身的管理能力和水平。比赛的过程也是自己成长的过程，成长的过程也是自身价值体现的过程。感谢分公司能够举办这样一次企业管理手册知识竞赛，为我们提供了展示自我的平台，让我们明白参加工作也要不断地努力学习，不断地充实自己。只有这样才能为\_\_，为\_\_贡献自身最大的能量。

**知识竞赛的心得体会**

第一段：介绍知识竞赛的概念和普及程度（200字）

知识竞赛是一种常见的比赛形式，通过对参赛者知识水平的测试，来决定胜负的方式。这种形式的比赛在学校、社区以及其他各种场合中都非常普及。参与知识竞赛不仅要求对各种知识领域有深入的了解，还需要有良好的应试能力和逻辑思维能力。随着竞赛水平的提升，参与者也有了更高的期望，拥有一定心得和经验是非常重要的。

第二段：知识竞赛给予我的收获（200字）

参与知识竞赛不仅仅是为了获得奖品或者荣誉，更重要的是通过比赛能够拓宽视野、提高自身能力。首先，知识竞赛可以让我接触到各种领域的知识，不仅丰富了我的学识，也增加了我的见闻。其次，在比赛中，我可以与其他优秀的选手碰撞思想，交流心得，拓宽了自己思维的边界。同时，参与比赛还能够加强我的应试能力，培养出良好的心理素质和团队合作意识。

第三段：知识竞赛中的挑战和困难（250字）

参加知识竞赛是一项充满挑战和困难的任务。首先，对各个领域知识的广度和深度要求较高，需要花费大量的时间和精力进行各方面知识的学习和积累。其次，在比赛过程中，时间紧张是一大难题。答题速度和对题目的质量都需要在极短的时间内保证。此外，逐渐提升的竞争压力也是一大困扰，选手之间的胶着战常常需要巨大的心理承受力。

第四段：应对挑战和困难的方法（300字）

在面对知识竞赛中的挑战和困难时，我积累了一些应对方法。首先，我会制定合理的学习计划，将各个领域的知识分块学习，避免遗漏。其次，我会抽取出一些重要的知识点进行深入学习，这样在比赛中会更加有自信。另外，我坚持阅读和积累各种知识，以提高解题速度和思考能力。最后，我会保持乐观的心态，将比赛看作是一次学习的机会，不论成绩如何都能够收获到一些东西。

第五段：总结并展望未来（250字）

通过参与知识竞赛，我已经取得了一定的成绩，也学到了许多宝贵的经验和教训。我明白了学习的道路上需要付出不断的努力和坚持。同时，我也希望未来能够继续参加知识竞赛，通过不断的挑战和努力，提高自己的能力，并且向更高的目标迈进。我相信，只要我坚持不懈，一定能够再接再厉，取得更好的成绩。

总结：知识竞赛是一项具有挑战性的活动，通过参与知识竞赛，我不仅收获了在学习上的成就感，也学习到了如何应对困难和挑战的方法。知识竞赛是一次学习的机会，无论成绩如何，都能够从中获得一些收获和成长。在未来的学习和参赛中，我将继续保持坚持和努力的态度，提高自己的能力，并且追求更高的目标。

**知识竞赛的心得体会**

知识竞赛是一种以测试参赛者对各个领域知识的掌握程度和能力为核心的比赛形式。作为一名参与过多次知识竞赛的学生，我深深感受到这种比赛给我的帮助和启发。在这篇文章中，我将分享我在知识竞赛中所获得的心得体会。

首先，知识竞赛让我深刻认识到知识的重要性。在比赛中，掌握知识并不仅仅是为了获得好成绩，更是为了提高自己的综合素质。比赛中的题目往往涵盖各个领域的知识，包括文学、历史、数学、科学等等，所以要在竞赛中取得好成绩，就必须广泛涉猎知识，并能够将不同领域的知识进行融会贯通。这对于一个学生来说，不仅能够提高自己的学术水平，还能够培养自己的思维能力和逻辑思维能力。

其次，知识竞赛培养了我良好的学习习惯和方法。通过参加知识竞赛，我发现了自己学习的不足之处，比如对某些知识点掌握不够牢固，或者对题目解题思路不明确等。为了弥补这些不足，我开始有意识地调整自己的学习方法。我学会了规划学习时间，制定学习计划，梳理知识框架，逐一解决难点问题。在不断的实践中，我逐渐培养出了良好的学习习惯，比如主动积累知识、定期进行复习和总结、及时解决疑难问题等。这些习惯不仅在知识竞赛中发挥了重要作用，也让我在平时的学习中受益匪浅。

第三，知识竞赛激发了我对知识的热爱和求知欲。在参加知识竞赛的过程中，我遇到了许多有趣的题目和知识点。有时候一个问题的答案引发了我的好奇心，激发起我对这个领域更深入的探索。通过广泛的阅读、资料的查阅和与他人的交流，我逐渐深入了解了这个领域的一些重要理论和实践方法。这种求知欲的激发对于我个人的成长和未来的发展都起到了积极的推动作用。

第四，知识竞赛培养了我团队合作精神和沟通能力。在知识竞赛中，一个人的力量是有限的。只有通过团队的合作，才能更好地应对复杂的题目和挑战。与队友的讨论和交流，让我学会了倾听别人的意见，尊重团队中每个人的贡献。同时，通过与团队合作，我也学会了交流和沟通的艺术，明确表达自己的意见，迅速地解决问题，取得理想的效果。这些团队合作和沟通能力，在日后的生活和工作中都将起到重要的作用。

最后，知识竞赛让我明白了努力和坚持的价值。在知识竞赛中，没有银弹，只有通过不断的积累和努力才能取得好成绩。很多时候，我不得不放弃一些诱惑，坚持学习和训练，花费大量的时间和精力，才能够有所收获。这种经历让我明白了努力和坚持所带来的价值，也增强了我在面对困难和挑战时的勇敢和坚强。

综上所述，参加知识竞赛给了我很多宝贵的经验和启示。通过比赛，我深刻认识到知识的重要性，培养了良好的学习习惯和方法，激发了我对知识的热爱和求知欲，培养了团队合作精神和沟通能力，也让我明白了努力和坚持的价值。这些心得体会将对我今后的学习和成长有着深远的影响。

**知识竞赛心得体会**

下午好！经过大家的共同努力，“劳动知识技能竞赛”活动取得了圆满成功，我做为职工代表首先要向重视和支持“劳动知识技能竞赛”的领导们表示衷心的感谢！向所有获奖选手表示热烈的祝贺！向所有的参赛选手、裁判和全力规划此次活动的行政管理部门的同事们表示衷心的感谢！

在07年年底，我公司在单位领导的全力支持下，行政管理部门的大力配合下，开展了“劳动知识技能竞赛”活动，此次活动分为两个模块：一是各部门各自岗位上的“岗位劳动技能竞赛”，一是全公司的“办公自动化”技能竞赛，此竞赛比是安全生产、综合管理、配合协作，并且挖掘潜力、提高效率、扩展知识面。此活动收到了较好的.成效，有效地提高了生产管理，极大地调动了职工生产经营和优质服务的积极性，全面地考评了职工的技术素质，深受我们职工的欢迎。

此次竞赛中，我的第一模块考的是：“岗位知识技能竞赛”。试卷将我们数字管理中的制度职责、及平日接触的产品知识点全部囊括其中。我看完试卷就明白了公司搞此次竞赛的最终目的，其实重点并不是成绩，而是让我们了解到各自在岗位中所积累的知识有多少，尚存在有哪些的不足之处。此模块考试后我对自己的岗位职责重新审视一遍，并思考每一条职责我是否按要求完成，并且达到合格。

就此我也总结了一下平日工作的状态有7点：遵从、协作、认真、负责、热情、思考、坚持。绝对遵从领导指示，与同事团结协作完成工作，对待工作认真负责，把自己全部热情投入到工作中，在工作中要懂得思考，认为正确就要坚持。但是有时这种坚持就变成了固执，以后我会多加注意。

在第二模块《办公自动化考试》中，我做为部门小组第一名参加了决赛。所有参加决赛的选手都让我很有压力，全是强劲的对手！我最开始的word做得很快，但是在另两个比赛项目中与同事拉出了差距。通过此模块的比赛，我也得知今后要加强对excel和powerpoint的学习，在工作中不光要做好本职工作，还要将“办公自动化”知识完全掌握、融会贯通，才能有能力将工作完成得更出色。

竞赛结束后，就显露出来了五个特点：一是竞赛岗位涉及面广，参赛对象代表性强。二是竞赛项目紧贴企业生产实际，强化技能含量。三是竞赛组织形式进一步创新，注重竞赛实效。四是竞赛工作更趋规范，质量进一步提高。五是竞赛促进人才成长，选拔出了一批在岗位中技能精湛、技艺超群的优秀人才。通过这五个特点，就更加重了竞赛的实际意义。今后我们将会努力弥补不足，在各自的岗位中运用新知识、新技术、新工艺、新方法，加强解决生产实际问题的能力，努力要为公司持续、稳定、健康、和谐发展作出贡献。

**知识竞赛心得体会**

为了更好地引导我院党员和团员深入学习党的基本理论和团的知识，进一步宏扬“爱国、进步、民主、科学”五四精神和“求真、务实、创新、立业”精神，共创我院良好校风。院团委于4月8日和4月13日晚上举行了“党团知识竞赛”。

4月13日从4月8日党团知识竞赛笔试中脱颖而出的六个班进行了决赛。这次比赛题型多样，分别有必答题、抢答题、风险题，竞赛中气氛活跃，这广泛拓展了同学们对党团知识的理解。现场比赛激烈，高潮迭起。必答题相对其它题型简单，抢答题把比赛推向了高潮，选手们抢答非常激烈而充满挑战性的风险题不仅考验了选手们的冒险能力，更看出了他们对党团知识的深刻了解。为使台下的观众也有回答机会，我们为此特定安排了观众题，进行台上、台下的互动。最后，竞赛评选出了一、二、三等奖各一组和一组最佳组织奖并对获奖班级进行颁奖。

当然任何事物都不会是十全十美的，我们此次竞赛虽然举办的较为成功但很多失误。

1、观众一开始来的不多，体现了大家对此次活动的重视程度不够。究其原因是主办方对此次活动的重要性强调的的不够。

2、工作人员不协调，沟通不通畅，出现了步调不一致的情况。

3、抢答题时，由于没有抢答器，造成评委难以判断谁先举手。

4、观众题时，现场比较混乱。

5、时间的把握程度上有所失误，使台下的观众有些急噪甚至离场。如果把时间缩短20分钟至半个小时效果相信会更好。今后我们在工作中会扬长避短，尽我们最大的努力去做好工作，争取更大的进步。

通过此次活动的开展也使我们当代大学生使每一位团员及入党积极分子进一步的巩固和掌握了党团的基本理论和基本知识，也深刻的\'认识和理解了开展保持共产党先进性教育活动。

另外通过这次党团知识竞赛，也使我院广大团员深刻领会党的科学理论，了解和发扬党的优良传统，明确增强共青团员意识主题教育活动的重要意义，明确团员的义务和权利。本次活动加深了同学们对中国共产党和共青团的认识，使同学们深刻地体会到了当代党员和团员的责任和使命，提升了同学们的政治文化素养，全面展现了我院学生的风采。也加深了团员们对中国共产主义青年团的认识，灵活新颖的活动形势也在很大程度上帮助团员们提高了自身的素质，深刻体现了同学们对中国共产主义青年团的热爱，同时也反映出团员恪守职责的一面。

也让每一位团员深刻的明白了要想成为一名合格的共青团员，是对每一个共青团员的基本要求；而自觉地确立团员意识，是成为一名合格团员的前提和保证。每一个共青团员只有牢固确立团员意识，增强团员意识，才能在学习、生活和工作中，时时处处以共青团员的身份规范自己的言行，从而发挥共青团的先锋模范作用。

这次党员竞赛的圆满成功，为我们挑选人员到校知识竞赛打下了良好的基础。我们希望，代表我系参加校比赛的同学能够在新一轮的比赛中脱颖而出，获得更好的成绩！

**知识竞赛**

知识竞赛是一种普及知识的活动，可以让人们了解更多信息、增加知识储备、锻炼思维能力。在我的学习生涯中，我也参加过多次知识竞赛，并从中获益良多。在这篇文章中，我将向大家分享我在这些竞赛中所获得的心得体会。

第二段：准备阶段

在参加知识竞赛前，我通常会做好充足的准备。首先，我会列出比赛要求的知识点并进行分类，依据知识点的难易程度，给自己设定一个合理的备考计划。其次，我会根据所学的知识点，整理出重点并攻克难点。最后，我会适度扩展知识面，比如阅读相关专业书籍或浏览网络课程，以获得更深入的了解和更多的信息。

第三段：比赛过程

在比赛过程中，我会尽我所能发挥出所有的优势，比如快速和准确地读取题目，充分运用逻辑思维和推断能力，有条不紊地解答问题。我发现，与其他选手进行紧张的竞争时，沉着冷静的心态和高效组织的时间管理至关重要。此外，我也会时刻记得掌握好态度，以正能量面对比赛，相信自己的能力，并尽自己最大的努力去拿出最优秀的答案。

第四段：奖项获得

参加知识竞赛，我获得了一些优胜奖项。当然，在赛场上胜利的高兴与荣耀是不会忘记的。然而，我认为从参加感受中感到愉悦、获得经验和增长知识氛围中是更有意义的活动。我持续进行这项活动，并相信自己将会成为一个拥有更多知识和思维能力的人。

第五段：总结

总之，参加知识竞赛是一种有益的方式来提高自己的知识和思维，培养一个健全的思维系统，增强自信心和信念。我发现这种活动在我的生活中成为了一个驱动因素，鼓舞着我不断学习和不断前进。基于我以往的经验，我认为任何人都可以开始参加知识竞赛并收益良多。只需要刻苦准备，积极参与，坚持练习和不断挑战，肯定会取得美好的结果和经验。

**安全知识竞赛心得体会**

安全的号角在时间隧道里回荡，生命的音符在人生轨迹上奏响，生命如花般美丽，有如水般柔弱。生命的历程，有太多的危险，太多的灾难，太多的不测，太多的坎坷，无处不需要安全的呵护。人生只有一条单行道，生命一旦失去永远不可以重来，也许一个偶然的错误，在不经意间就夺取一个生命。

生命无小事，安全无小节，花谢了可以再开，燕子飞了可以再来，但是生命只有一次，一旦逝去，便无法挽回，生命本身就是一种精彩，健康是最大的财富。没有健康，哪来和谐；没有健康，哪来繁荣。无论古时岑参的“马上相逢无纸笔，凭君传语报平安”，白居易的“无论天涯与海角，大抵心安即是家”，还是一句“你好吗”，短短的问候，浓浓的一份关爱，折射出多年以来一个亘古不变的安全心愿。

为了提高大学生的校园安全意识和自我保护意识，营造一个安定和谐的校园环境，集美大学学生自律委员会组织了安全知识竞赛活动。每个学院揣着对安全的渴望和生命的热爱参加了这次安全知识竞赛。

生命诚可贵，人生价更高，只有生命的存在，才能去实现更高的人生价值，珍爱生命，安全第一，是我们社会永恒的话题。

人是最可宝贵的，只有人才能创造财富，才能使世界变得更美好。只有同学们的欢声笑语、活泼身影，才能使我们的校园充满阳光，充满生机。但是人的生命又是非常脆弱的，如果我们不注重安全意识，视安全隐患而不顾，对安全问题措施不及，防范不严，责任心不强，把生命当儿戏，那么造成的后果不堪设想：交通事故猛如虎狼；火灾频频，吞噬了多少生命财产；食品中毒酿成了多少苦酒；疾病染身，游泳溺水，玩耍坠楼等等，造成了多少悲剧。一件件、一桩桩血腥的报道，令人胆战心惊；一幕幕惨剧，目不忍睹。只因为忽视了安全问题——由于安全意识的淡薄，责任心的冷漠，由于玩忽职守，一个个生命如鲜花，在瞬间凋零，带给社会、家庭、亲人的只是悲痛欲绝的心身，沉重的打击，血的教训。到那时，这一切都为时已晚，我们失去的已经太多太多。对生命的关爱，不能成为美丽的词藻，难道只有失去之后才能醒悟！难道我们不该反思，不该惩罚和加罪吗！而我们今后怎样做，不是更令人深思吗！

同学们：血的教训不能再有一次，悲剧不能重演，生命更没有第二次。我们只有懂得一个道理：防患于未然，在人生的道路上走好每一步，处处小心，时时提防，保持警惕头脑，绷紧安全之弦，事事处处想到“安全”二个字，在校内外要注意各种安全，规范程序，严格制度。如寝室内的防火，上、下铺时的安全；走路时小心地滑，上、下楼梯时，勿拥挤，勿滑栏杆，不攀爬登高；打球和活动时防止碰撞摔倒；注意食品卫生，不吃三无食品，不吃临时摊点的食品，不校外就餐；加强体育锻炼，增强体质，防止疾病侵入。珍爱生命，远离毒品。同学之间团结友爱，不打架、不恶语伤人，不闹情绪；特别要注意交通安全，走路行车小心谨慎，注意游泳安全，出门旅游注意各种安全。在社会上发扬见义勇为精神时，要认清自身的能力和条件，采用适当的方法，更不提倡青少年去盲目见义勇为，以免造成自身不应有的严重后果。

自从参加安全知识竞赛后，我更深刻的体会到：美好的人生源于健康，健康要有安全做基础，为了安全，让我们从生活的点滴做起，遵守秩序，按章操作，防范未然，让安全植根于心，让盛开的花朵不在夭折，让温馨不在遗憾，让美丽的校园更加平安。

**HSE知识竞赛心得体会**

为了更好地引导我院党员和团员深入学习党的基本理论和团的知识，进一步宏扬“爱国、进步、民主、科学”五四精神和“求真、务实、创新、立业”精神，共创我院良好校风。院团委于4月8日和4月13日晚上举行了“党团知识竞赛”。

4月13日从4月8日党团知识竞赛笔试中脱颖而出的六个班进行了决赛。这次比赛题型多样，分别有必答题、抢答题、风险题，竞赛中气氛活跃，这广泛拓展了同学们对党团知识的理解。现场比赛激烈，高潮迭起。必答题相对其它题型简单，抢答题把比赛推向了高潮，选手们抢答非常激烈而充满挑战性的风险题不仅考验了选手们的冒险能力，更看出了他们对党团知识的深刻了解。为使台下的观众也有回答机会，我们为此特定安排了观众题，进行台上、台下的互动。最后，竞赛评选出了一、二、三等奖各一组和一组最佳组织奖并对获奖班级进行颁奖。

当然任何事物都不会是十全十美的，我们此次竞赛虽然举办的较为成功但很多失误。1.观众一开始来的不多，体现了大家对此次活动的重视程度不够。究其原因是主办方对此次活动的重要性强调的的不够。2.工作人员不协调，沟通不通畅，出现了步调不一致的情况。3.抢答题时，由于没有抢答器，造成评委难以判断谁先举手。4.观众题时，现场比较混乱。5.时间的把握程度上有所失误，使台下的观众有些急噪甚至离场。如果把时间缩短20分钟至半个小时效果相信会更好。今后我们在工作中会扬长避短，尽我们最大的努力去做好工作，争取更大的进步。

通过此次活动的开展也使我们当代大学生使每一位团员及入党积极分子进一步的巩固和掌握了党团的基本理论和基本知识，也深刻的认识和理解了开展保持共产党先进性教育活动，身为一名共青团员就必须以科学的发展观武装党员的头脑，以“三个代表”重要思想作为自己的行动指南，要不断督促自己讲政治、讲学习、讲正气，保持政治上的坚定与清醒，在思想与行动上自觉与党中央保持高度一致。

这次党员竞赛的圆满成功，为我们挑选人员到校知识竞赛打下了良好的基础。我们希望，代表我系参加校比赛的同学能够在新一轮的比赛中脱颖而出，获得更好的成绩!

**知识竞赛心得体会**

为了鼓励学生积极参与到学院迎评促建的工作中来，更深一步了解学校的办学条件、办学特色，以及办学质量，今天下午3点在西教学楼301教室举办了迎评促建知识竞赛，这次竞赛的参赛对象是08级的学生。学生会纪检部担任了本次竞赛的统筹部门。

活动中，纪检部诚邀了艺管系学生会前任主席彭振佳、现任主席蔡志崧两位同学出席嘉宾。首先由主持人宣布开场并公布竞赛规则。竞赛共分为必答题、抢答题、风险题三大部分。题目都是与学院评建知识相关。第一环节进行的是必答题。比赛开始，气氛一下子紧张起来，先由08会计（1）班开始答题，接着按事先安排好的顺序依次答题……紧接着是第二个环节抢答题，激动人心的时刻到了，这完全考的是大家对学院迎评知识了解的深度和熟悉程度。最后是风险题。整个竞赛持续了将近70分钟。

通过这次活动，不仅让08级的同学更加深入了解我院的各方面知识，也加强了各班成员的团体合作发扬了协调精神，增进了班内同学之间的友谊。

为了鼓励学生积极参与到学院迎评促建的工作中来，更深一步了解学校的办学条件、办学特色，以及办学质量，今天下午3点在西教学楼301教室举办了迎评促建知识竞赛，这次竞赛的参赛对象是08级的学生。

学生会纪检部担任了本次竞赛的统筹部门。活动中，纪检部诚邀了艺管系学生会前任主席彭振佳、现任主席蔡志崧两位同学出席嘉宾。首先由主持人宣布开场并公布竞赛规则。竞赛共分为必答题、抢答题、风险题三大部分。题目都是与学院评建知识相关。第一环节进行的是必答题。

比赛开始，气氛一下子紧张起来，先由08会计（1）班开始答题，接着按事先安排好的顺序依次答题……紧接着是第二个环节抢答题，激动人心的时刻到了，这完全考的.是大家对学院迎评知识了解的深度和熟悉程度。最后是风险题。整个竞赛持续了将近70分钟。通过这次活动，不仅让08级的同学更加深入了解我院的各方面知识，也加强了各班成员的团体合作发扬了协调精神，增进了班内同学之间的友谊。

**HSE知识竞赛心得体会**

很荣幸，能借助来汕头上课这个时间参加中油bp东区安全知识竞赛。

他们的竞赛真是让我大开眼界，什么才是大企业的真正安全管理在他们这次竞赛中可谓体现得淋漓尽致。我参加过几个大企业的安全活动，但我觉得他们是举行得尤为精彩、成功。

竞赛内容设计安排得当，从组团队、编喊口号;选择题、问答题;看图找错;穿ppe及cpr的技能竞赛到安全短片竞赛等等各个环节都充分体现了他们员工很强的安全素质及超前的创造力！

竞赛者们都很优秀，编造的口号很有意义，例如：工作你我他，安全靠大家！我的安全我负责，别人安全我有则！安全靠我们创造，我们靠安全生存！关爱生命，光注安全！等等口号，既体现了他们对安全的重视也体现安全与否对我们的重大影响，更体现了我们国民安全素质提高。

其中最激烈的一个环节是竞赛者穿ppe的比赛，既要快速又要符合标准，有一位女竞赛者5min之内就穿好ppe，这不得不让我佩服！

而从看图找错中更体现了他们员工之间的安全意识之高，在短短5min之内他们就能提前把不安全之处找出来，说实话如果让我来找可能大部分都很难找得出。

对于安全短片制作更是精彩，各参赛队大胆发挥自己的想象力来表达安全之重要，其中最让我难忘的是东莞东区的短片，他们以虚拟、夸张的手段通过cctv―1报道了油站可能发生的各种危险及应注意的各种安全;此外比较有创造性的还有梅州，塑造了一个迷信而不信科学的员工故事，最后画龙点睛突出迷信不能保佑你，只有相信科学才能保证安全。

bp在安全管理方面在国内是在前沿的，是值得我们国企学习的。越是发达的国家、发达的地区，他们的安全体系就越完善。为什么bp能列入全球伍佰强之前几十就因为他们安全管理做得好，准备向世界冲强的企业，注意安全是非常重要的，急救安全是不可忽略的，！

多举行些这样的活动不仅能号召大家注意安全，提高安全意识也能凝聚企业的团结力量及发扬企业团队精神并挖掘人才。而bp最精彩最激烈的安全知识竞赛在于今年的12月份，到时希望有机会再次参加。

**HSE知识竞赛心得体会**

20\_年5月31日，我有幸参加了由同煤集团公司团委组织举办的“不忘初心牢记使命青春勇担当建功新时代”团员青年学习贯彻十九大精神知识竞赛决赛。

决赛共分必答题、共答题、抢答题和风险题四个环节，竞赛现场气氛热烈，大家精神饱满，经过激烈角逐，我与队友团结协作，最终获得了第二名。

这次党的十九大知识竞赛让我感受到了全集团公司青年积极学习十九大精神的热潮,更进一步引导我们广大青年读原著、学原文、悟原理，真正把党的十九大精神学懂、弄通、做实。通过参加此次竞赛活动，以赛促学，加深了我对十九大精神、党章党规、集团公司发展理念、新安全法和团务知识的学习和理解。这既是对我们理解掌握党的十九大精神及党章党规党纪的一次“体检”，又是对当前党的十九大精神及党章党规学习成果的一次巩固提升。

作为企业员工，在今后的工作中，我要言行一致，不仅要深刻学习领会党的十九大精神，还要在实际行动中体现出来，立足本职，把学习成果转化为坚定的理想信念和共同的价值追求，转化为立足本职干事创业的实际行动，对党忠诚，树立坚定的理想信念，严以律己、严守政治纪律和政治规矩，不忘初心、工作上敢于担当，主动作为，为公司做大做强做优作出自己的贡献!

**知识竞赛心得体会**

学科竞赛辅导是一项富有挑战性的工作，对我校来说，要取很好的成绩，确实不容易，要想拿到奖项，就更困难。我所辅导的xxxx届学生在全国物理竞赛中获得省级一等奖1人次。在此我简述自己的做法和体会。

一、组建兴趣小组，为选拔人才打下坚实基础

高一开始选拔一些数理成绩较好的学生，组成物理兴趣小组，对课堂所学的知识进行加深和拓宽，全面提高学生理解推理，分析综合、应用数学工具处理物理问题能力，未雨绸缪，为竞赛作准备。同时利用他们带中差生，大面种提高教学质量。通过一学期的辅导和考查，尖子生已初露头角，最后确立20人作为辅导小组成员：3-5人作为重点辅导对象。

二、抓好基础，强化训练，培养自学能力。

从历届竞赛题来看，切忌过分追求难度较大的题型，必须重视基础知识的训练。为此，我总是编印系统的训练题，对学生进行解题速度的强化训练，在提高学生分析问题，解决问题上下功夫，提高学生的应试能力，对辅导考查中出现的问题当面分析，进行针对性的`讲解和习题训练。赛前进行热身训练，主要是做历届物理竞赛试题和进行模拟竞赛考试，尽管试题不会再考，但对解题的思路、分析方法等思维能力的培养是十分有用的。选一本系统的适合竞赛辅导书，让学生在课外阅读，把书上的难题攻破。对重点辅导对象，要求多看不同的辅导书，阅读《物理教师》、《中学物理》等刊物发表的部分文章，因为这些文章讨论的内容恰是学生容易混淆的问题。这样，学生的基础知识和自学能力都有较大的提高。

三、加强课堂教学渗透，培养学生的思维能力

在平时课堂教学中，应当注意：加强物理知识应用辅导，培养学生良好的思维方式及解题机制。通过习题，例题的引申、变型、多问、多解的训练，达到以不变应“万变”，“懂一题、通一片”。培养学生发散思维能力，透导学生的思维向广度、深度发散。

四、重视解题方法的指导，抓好实验的薄弱环节

选取典型的例题指导学生，运用不同的方法提高解题速度，如极限法、假设法、特殊值法等，培养学生运用数学知识解决物理问题的能力。

五、培养学生良好的心理素质是成功的关键

培养尖子生，不但要使他们掌握更多的物理知识，具备研究物理方法的能力，更不能忽略心理素质的教育。一个尖子生具有良好的心理素质比有丰富的物理知识更重要。首先，我要求学生应用重学习，轻名利，放下包袱，轻装上阵，鼓励学生充满信心，觉得自己有竞赛能力，尽力把题做好，发挥自己应有水平。其次，使学生具有较强的承受挫折的能力。因为竞赛，由于各种原因，部分学生连最低等次奖项都拿不到，作为指导教师，我总是及时做好学生的思想工作，分析失败的原因，帮助学生从失败的阴影中走出来。再次是建立一个以教师为核心的有利于学生成长的集体是非常必要的。两年多的时间里，同学之间既是竞争的对手，又是亲密的朋友，为了形成一个良好的集体，我总是以身作则，调动他们的积极性。平常有空找他们谈心，对学生尊重，用自己言行来影响学生，建立良好的师生关系。

**知识竞赛**

知识竞赛，是顾名思义，一种以知识为基础的比赛活动。作为一种全球性的趋势，它已经被广泛接受并推广，成为体现知识水平的一种方式。在我自己的知识竞赛道路上，我不断收获知识、提升自己的成长，也不断地体会到其中的乐趣与感悟。下面，我将从“知识竞赛激励热情、累积经验、强化实践、改进学习、提高成绩”五个方面，分享我的心得体会。

第二段：知识竞赛激励热情

知识竞赛不同于其他学习方式，它能够通过比赛的形式激励我们的学习热情。在准备比赛的过程中，我们会对各个领域进行更深入的研究，同时还会通过不断地切磋、交流，学习到更多的知识与方法。这些比赛经历也让我们能够更好地理解和把握知识，培养自信心和竞争意识。尤其是在获胜后，能够更加坚定自己的学习方向，并持续保持学习热情。

第三段：知识竞赛累积经验

在知识竞赛的赛场上，我们不仅可以锻炼比赛技巧，还能够累积比赛经验。从参与初赛、复赛、决赛、国际比赛、世界顶级比赛等，我们每一次比赛都能够进一步掌握比赛规则、调整策略和技巧要领，从而在未来的比赛中更为得心应手。同时，我们还可以通过不断地研究自己的失误和缺陷，找到更好的解决方法，形成更加完善的思维体系与技能。

第四段：知识竞赛强化实践

尽管我们在课堂上也会接受到知识输入，但实践是巩固知识最有效的方式。而知识竞赛，则是让我们能够在实践中学习知识、理解知识、巩固知识，对知识掌握程度也能够直观地感受到。亲身参与比赛、应用各类技巧、探究各类问题，不仅提高了我们对课本知识的掌握，更是帮助我们加深对一些理论知识的理解。

第五段：知识竞赛改进学习、提高成绩

通过知识竞赛，我们可以更加深刻地认识到自己的优劣与特点，从而改进自己的学习方法和学习态度。我们可以选择更加有效的学习方式，将知识变为技能，将技能变为能力，实现全面提高。同时，参与知识竞赛还可以加深我们对于知识的理解和领悟，使我们更有信心，更认真学习，从而实现更加优异的学习成绩。

结论

总的来说，知识竞赛在激励热情、累积经验、强化实践、改进学习、提高成绩等方面都能够为我们带来非常有益的作用。尽管在比赛中不一定能够一直胜出，但我们可以从比赛中汲取经验，不断提升自己的内在实力和外在能力。所以，无论是面对学校、地区甚至国家、国际的比赛，我们都应该充满信心和勇气，在知识竞赛的道路上砥砺前行，并取得更加优异的成绩。

**知识竞赛**

在当今社会，知识竞赛越来越受到人们的关注。无论是学校内的课堂竞赛，还是各种知识竞赛节目，在赢得胜利的同时也让参赛者不断学习与进步。在这些竞赛中，我也有着自己的体会。

第二段：竞赛经历

我曾参加了一次校内的课堂竞赛，比赛共有四个题目，平时的常规知识考查与开放性思维答题并存。在比赛前，我充分准备，磨练自己的记忆力与思考能力，还请教老师与同学的经验。在比赛中，我保持平静，认真思考每个题目，最终成功获得第一名。这次经历让我深刻体会到勤奋努力的重要性，也让我意识到自己需要不断充实知识，提高思维能力。

第三段：知识竞赛的好处

知识竞赛对于参赛者是一种良好的学习方式。首先，准备比赛需要投入大量的时间和精力，让我们更加深入地了解和记忆各种知识点和思考方法。其次，竞赛中思维和反应的速度也会得到提高。在规定时间内内完成题目，需要我们在紧张的情况下迅速做出决策与选择，提高了我们的应变能力和思维速度。此外，参加知识竞赛还可以让我们更加深刻地认识到自己的短处和不足，从而更有针对性地学习和提高。

第四段：我将如何实现身体与心智的平衡

参加知识竞赛对于自我提升很有好处，但是如果盲目追求胜利，会导致身体和心智出现不平衡。我认为应该有一个平衡点，既学习竞赛知识，又要注重身体的健康。因为身体是革命的本钱，只有身体健康才能更好地学习知识和参加竞赛。因此，我会尽量保证每天运动的时间，并且控制自己参加竞赛的时间，让自己更加富有精力和活力。

第五段：结语

知识竞赛是一种很好的学习方式和挑战自我的机会，但是它只是学习生活的一部分。我们需要清楚自己的目标和努力方向，控制自己的情绪和压力，在追求胜利的同时也要保护好自己的身心健康。只有这样，我们才能够不断提高自己，走向更为美好的未来。

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com