

# 职业技能大赛心得(通用6篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 职业技能大赛心得篇一

近年来，随着社会的发展，我国家庭暴力现象逐渐暴露，为探讨这一问题DV大赛应运而生。我有幸能够参加这次大赛，从中深刻体会到了家庭暴力的危害和对策。

### 第二段：整体感受

通过多次观影和交流，我深刻认识到了家庭暴力不仅仅是肢体上的伤害，还有情感层面的伤害。这种伤害往往比肢体上的伤害更加难以治愈，严重的甚至直接威胁着人的生命安全。大赛的举办不仅是宣传家庭暴力的危害，更是培养公众意识，希望大家能够拒绝家庭暴力，构建公平和谐的家庭关系。

### 第三段：个人收获

参加大赛，我更加深刻体会到家庭暴力对人的伤害。更加明白了家庭中的暴力不仅有肢体上的，还有更加难以挽回的情感上的伤害。同时，也从中认识到了自己在家庭关系中的不足，更加注重家庭成员的情感交流，尝试构建和谐家庭氛围。

### 第四段：社会意义

作为一项应用型的比赛，家庭暴力大赛具有很强的社会意义。家庭暴力问题不仅存在于社会底层，也存在于各个阶层和各个领域。大赛的举办不仅是为了让每个人认识到家庭暴力危

害，更是为了构建和谐社会，彰显人类的社会文明和进步。

## 第五段：个人价值观的转变

参加家庭暴力大赛，让我重新审视了家庭内部关系的重要性。在自己的家庭中，从来没有扮演过沟通的角色，这也让我时常与家人的情感传递出现沟通问题。参赛过程中，我积极与家人沟通，尝试用心倾听和包容对方的想法。通过这次大赛，我的个人价值观发生了转变，不仅重视家庭成员的外在关系，更重视和家人之间的内心沟通。

总结：

参加家庭暴力大赛，是我一次不可多得的体验。通过这次比赛，我更加深刻认识到了家庭暴力的危害，也更加注重家庭成员的情感沟通和内心交流。作为一个普通家庭成员，我愿意为家庭和睦、和谐、文明的社会进程不断努力。同时我也期待这种关注家庭暴力的氛围能够被更多人认知并传达。

## 职业技能大赛心得篇二

疫情期间，我参加了一场春季课程组织的DV大赛。活动结束后，回顾自己的收获与成长，我深深感受到了这场比赛带给我的益处和启示。以下是我对此的心得体会。

### 第一段：平时积累的重要性（200字）

想要拍摄一部好的DV作品，平时的积累非常重要。我在比赛前其实没有具体的主题构思，过去拍摄的经历却给了我不少启示。我认为拍摄以往的记录可以增强自己的表现能力：不断记录身边的美好事物，用美好记录生活中的点滴；多看一些关于摄影和电影的视频，多阅读相关的书籍，这样有助于提高自己拍摄的视角，把想法表达得更加生动活泼。

## 第二段：侧重表达思想（200字）

拍摄真正好的DV作品，不仅仅包括良好的画面和声音效果，在思想表达上也很重要。我在每个拍摄节目中都时刻准备，力求把自己所想所感表达得更加清晰、感人。我认为，在拍摄中，重要的不是讲故事的方式，而是思考如何让观众产生共鸣，通过观看作品引发共同的思考和情感的交流，带给观众心灵的感召。

## 第三段：团队合作的必要性（200字）

拍摄一部好的DV作品，并不是说一个人就可以独立完成。团队合作是必要的。在DV比赛中，由于每队参赛作品的画面、配乐和台词是由团队成员分工合作共同策划的，所以各自分工和配合都非常紧张和紧凑。团队成员间的相互理解和信任，和统一目标使得我们之间有了无数次的交流与协商，每个人都有各自的强项，而这些强项成为了我们最后获胜的关键因素。

## 第四段：留出创意空间（200字）

拍摄DV作品中，人员最好不要太多，同时我们也要把握好制作时机与人数组成。我们在比赛前的最后一个晚上特别安排了小组内的讨论环节，共享讨论每一个人可以说出自己的想法和创意，而不是像往常那样，静静地听着他人讲述设计，最终凭借着慷慨赞同而达成共识。在这样的团队氛围中，大家不断提出他们的方案，相互借鉴对方的想法寻找灵感，因此，我们的作品更充满创意，从而更容易获得观众的好评和认可。

## 第五段：总结（200字）

通过这次DV比赛，我真正深刻地体会到了作品创作的乐趣，也学到了许多宝贵的拍摄技巧。在团队中，我们互相配合并

相互学习，当想法和想象得到巧妙的转变、实例化，那种获得的满足感是无与伦比的，也是我们最终赢得比赛的原因。相信我们每一个人都能在平凡的日常生活中，在追寻美好的追求中找到动力和动力的方向，拍摄出更卓越的作品。

## 职业技能大赛心得篇三

### 第一段：引入（150字）

随着社会的不断进步和发展，越来越多的人开始重视家庭暴力问题。作为一个公众人物，我们应该承担起宣传抗议家暴的责任。因此，我决定参加DV大赛，并在这个平台上谴责家庭暴力，弘扬正义，同时也体验个人成长的喜悦。

### 第二段：分析（250字）

参加DV大赛的初衷是以一种表达方式来传达心中的真情实感。如果这种说出口的勇敢行动引起了别人对家庭暴力的关注，我就感到满足。录制过程让我受益匪浅，我感到自己的表达和思辨能力都得到了提高。在过程中，我也结交了更多志同道合的朋友。此外，我还在细节操作，如场景设定、服装搭配等方面得到了对细节有追求的素质。在这个过程中，我也有了更多的思考和体验，让我不断提高。

### 第三段：展现（250字）

参赛作品是我真实思想的反映，表达了我对家暴问题的不满，反映了我对那些遭受家庭暴力的人们的同情和关心。视频中通过特定的场景、舞美设计、剧情叙述等表达和进行剖析个人情感和心态的深刻思考，通过对场景的情感控制来发掘表演内心的真实性，使观众获得良好的观赏效果，并且使观众的心灵也会受到洗礼。结果，我不仅排在第二名，还得到了著名导演的认可和一些SNS平台的关注。这样的结果成为我个人在事业和心理上的重要收获。

#### 第四段：感悟（300字）

参加DV大赛的过程中，我深刻理解了一个人可以强大到可以产生影响力的道理，而这种强大并不局限与具体的某个领域，该有坚定不移的信仰与理念。在这个比赛中我并非是为了自己进行战斗，而是为那些受害者加油鼓劲，即“从我自己出发到赞美他人。”我们可以选择宣传暴力还是宣传和平，但我们所拥有的机会到底是多么珍贵，一路走来，我们仍然是未来的主人。通过DV大赛，我这个平凡的人隐隐觉得能为未来的社会，为更多人带去希望和助力。

#### 第五段：总结（250字）

总之，参加DV大赛不仅带来了个人成长的乐趣，更重要地是通过这个平台，让我感受到自己这个人的价值和能力。是的，追求人生的美好和成功，每个人都有不可逾越的困境，每个人都会在前进的进程中碰到挫折，只是不同的人有自己特殊的办法和方法去超越这些瓶颈。而DV大赛则提供了一个美好的平台，让更多有思想、有责任、有信念的普通人，可以抓住此机遇，在未来道路前行的途中，用自己的道义、勇气与力量去承受并且超越人生遭遇的风雨。

### 职业技能大赛心得篇四

如果想到了，那就去做吧。

对于这个比赛，其实我是一直抱着平常心去对待的。决定不参加，其实也只是一念之间的事情。重要的是，你有没有把想法付之行动。

记得我当时也纠结了很久到底要不要参加这个比赛，最后决定要参加的时候已经是5号了，7号就是作品的上交截至时间，我只有两天的时间去完成我的作品。也许有的人会说，这不够时间，不能做出好的作品。但，这真的不够吗？其实时间并

不是最关键的问题，最关键的问题是，你到底想不想做。如果不想的话，就宁愿不要参加，因为我觉得，赶作品其实是一个蛮痛苦的过程，就拿我当时来说，我5号晚上决定参赛，6号晚上熬夜到点，然后第二天又对着电脑对了一整天，终于才在截稿的前十来分钟把作品加上去，如果当时的我没有足够的动力去完成这样的一件事情的话，那是做不下去的。但如果你一旦有了想法，决定了，就要去做，我当时最后是用了两天的时间，做了一份静态的简历作品和一份动态的简历作品，虽然作品并不是设计得十分地好，但也已经是我当时我能做到的最好了。做的过程很痛苦，但作品完成的时候，也很有成就感。

其实我觉得在大学里有很多各种各样的机会，能不能把握住，就看自己本身了。很多事情我们想到了，但觉得不可能，所以就没有去做，但就像有一个老师经常在她的课上对我们说的一样，想到了不去做，永远只能是空想。做了才知道，其实很多事情都是有可能的。

所以，亲爱的各位，有想法了就要赶快去行动，不要到时候才来后悔啊！

## 职业技能大赛心得篇五

为了进一步营造“尊重劳动、尊重知识、尊重人才、尊重创造”的舆论氛围，进一步推进技能技术人才队伍的建设工作，逐步提高员工的理论水平和实际操作本事，到达以赛促学、以赛促产的目的，在“五一”劳动节来临之际由公司工会、人力资源部、项目技术部、公司办公室、运行部、采购供应部联合举办了“公司钳、焊、电工职业技能竞赛”，我有幸参与并主持了这次活动。作为一名主持人，我经历了2天比赛的全过程，有很多切实的感受。

这次活动公司领导给予了高度重视专门成立了竞赛小组，由公司领导彭总亲任组长召开了赛前的小组动员安排分工会，

工作安排具体且细致，小组成员各尽其职，加班加点的为这次大赛做准备，为选手们尽可能搭建完善的施展才能的舞台。

际工作紧密结合，锻炼了技术工人的实战本事。此次竞赛也是一次团结协作、互帮互助的竞赛，在竞赛过程中，选手们“团结作战”，发挥个人水平，取得了优异的团队成绩。经过比赛各队员发现问题互相切磋，赛后交流互谈体会，到达了“互促互帮、共同提高”的目的，提高了员工个人水平促进了企业的发展。

自20xx年以来，公司轻装上阵，经营和管理都步入正轨，尤其是对技术工人队伍的培养和技术工人的待遇都给予了高度的重视和提高，选拔优秀年轻的员工进入技工队伍培养锻炼，从制度上给技术人才的成长开辟道路，如建立技术工人初级工、中级工、高级工职业技术体系，建立健全了技术工人的成长和考核道路。此次竞赛为发动员工广泛参与，不断学习，提高员工职业技术水平，是一次系统学习与提高的机会。公司举办这次竞赛，就是要体现技术人才在企业中的重要作用，就是要让我们的技术队伍更快更好的发展。

作为一名参与者，我十分感激公司领导给了我这次锻炼的机会让我有了一次自我提高、学习成长的机会，给了我一次展示自我的机会，感激关心和支持我的领导，也感激参加比赛的各位选手和辛勤的工作人员、同事们，是你们的共同努力让这次竞赛取得了圆满的成功。让我们记住这次完美而有意义的活动，并以此为契机爱岗敬业在各自的岗位上不断学习勤奋工作，为企业的发展做出自我的'贡献。

## 职业技能大赛心得篇六

近年来，人们对于美篇的需求日益增长，而ps技术的运用恰好能够为我们创造更加精美的视觉效果。为了提高大众对于ps技术的熟练度，促进类似比赛的开展，每年都会举办一些以广大公众为参赛对象的大型ps比赛，为大家提供了发挥

自己创意和技术的绝佳平台。我也曾多次参加这样的比赛，并深深地体会到了其中的价值。

首先，对于一个对于ps技术仍有些陌生的人来说，参加ps比赛是一个非常不错的选择。比赛的题目多样，多以日常生活、考古、历史等为题材，这样的题材可以贴近自己的生活，让自己有更多想象和创意的空间。同时，比赛对于ps水平提出了一定的要求，这也就是说，在参加比赛的过程中，需要得到保证自己ps技术能力的提升，这对于一个刚开始接触ps技术的人来说，可以迅速地提高自己的技艺。

其次，参加ps比赛可以锻炼自己的独立思考能力。在比赛中，主办方通常会为要求比赛的参赛者自己独立提供所需要的素材，因此，参赛者需要在平时大量练习和学习的基础上，以自己的创意和思考，尝试将素材精心处理，以达到比赛的要求。在这个过程中，可以大大地锻炼自己的思考能力，提高自己的创造力和独立思考能力，这对于以后工作和生活中的需要都是十分有价值的。

另外，参加ps比赛也需要斗志和耐心。ps技术的学习和练习并不是一蹴而就，需要的是持之以恒的精神和对于自我的耐心。在参加比赛的过程中，需要不断地尝试和探索，也要逐渐熟悉ps的各项功能和操作，有时还需要在同伴或老师的帮助和指导下才能更快地实践，这需要参赛者拥有一颗不怕困难和挫折的心，更需要有持续不断的耐心和个人斗志，才能成功地完成赛事。

除此之外，参加ps比赛也可以拓宽自己的交际圈子。在比赛中，往往会遇到不同背景和不同水平的ps爱好者，也许自己的操作技巧在异地之人看来并不算什么，但是，可以借此机缘，深入交流和学习的机会也随之增加，自然而然增加了自己对于ps技术的认识和掌握。

总的来看，参加ps比赛所带来的益处有目共睹。锻炼独立思考能力、培养斗志和耐心、扩展社交圈子，以及提升自己的ps水平均是一件值得尝试的事情，这也给了我们更多的发展机会和创造机会。以坚定的心态和专业的态度，参加这样的比赛，相信必将会有所收获，不仅能够让自己更好的掌握ps技术，还可以从中找到乐趣和成就感。