

奇妙的影子语言教案(大全6篇)

演讲稿首先必须开头要开门见山，既要一下子抓住听众又要提出你的观点，中间要用各种方法和所准备的材料说明、支持你的论点，感染听众，然后在结尾加强说明论点或得出结论，结束演讲。那么你知道演讲稿如何写吗？以下我给大家整理了一些优质的演讲稿模板范文，希望对大家能够有所帮助。

心态的演讲稿篇一

你们都知道珍珠是怎么形成的吗？珍珠是一种蛤蜊，由体内含有营养物质的沙粒包裹而成。多勇敢啊！

但是，我只会抱怨别人。“数学怎么这么难？为什么有人脑子这么好？”“这个问题好难，别写了！我傻到不会。”在学习方面，我只能逃避困难，抱怨别人，抱怨自己为什么生来这么笨。我觉得我应该向青蛙学习！保持良好的心态，不要抱怨别人！

霍金面对困难，他不怨天尤人，探索宇宙奥秘，写出了《时间简史》；海伦凯勒面对困难，她不怨天尤人，开始了文学创作之旅，写下了《假如给我三天光明》；面对困难，贝多芬没有抱怨别人。相反，他在音乐的海洋中游泳，写了许多世界著名的歌曲。

是什么让他们创造了一个又一个奇迹？我觉得是个好态度！面对疾病，他们没有放弃生活的希望，也没有抱怨别人！很多抗癌成功的人也是！

我曾经看过一个故事，讲的是一个女孩得了癌症，但是她克服了。她是一名高中生。她有自己想去的城市，想考的大学，很爱她的父母。她不想死！面对疾病，她乐观坚强！她有坚

定的信念！有理想，最重要的是她心态好，她相信奇迹，她相信自己！

目前我们正处于奋斗期，面对困难总是抱怨别人。抱怨为什么学习那么痛苦，为什么数学那么难，抱怨自己不会。那我们为什么这样？因为我们不保持良好的心态，只会怨天尤人。那我们就不能一直抱怨，一直这样抱怨下去！首先，我们要保持良好的心态，告诉自己：“我能行！”“我能行！”面对困难时，不要害怕。克服心理恐惧迈出了一大步！但是我们不能面对困难，一直和他作对。向别人寻求帮助更容易。

不怨天尤人最好的办法就是提升自己的能力！好好学习！不断突破自己！循序渐进，循序渐进。

不经历风雨怎么能看到彩虹！风雨过后总有阳光。面对困难，不要抱怨别人，保持良好的心态！

心态的演讲稿篇二

重视人的全面发展，重视学生完整人格培养、个性充分发展，是21世纪教育的重要内容，也是当今世界各国教育现代化的重要目标和共同趋向。实行素质教育，创建一个良好的班集体，培育学生完整人格，这是班主任肩上责无旁贷的重任。我认为，班主任在有效地进行班级管理的过程中，不能仅靠一个或几个教师严格管理，关键是要教育和指导学生学会自我管理，使每个小学生做到既是管理的对象，又是管理的主体，达到“管，是为了不管”的目的。

一、学生自我管理的意义。

所谓“小学生自我管理”是指小学生自己主动采取的用来控制和协调班集体、小组、个人以及各种环境、物质因素的行为。它主要有以下三个方面的重要意义。

1、实行小学生自我管理是班集体教学的基本要求。自从捷克教育家夸美纽斯在他的《大教学论》中提出“班级授课制”的集体教学形式以来，世界各国的各类教学活动基本上都采用了这一形式。集体教学的优点是可以提高工作效率，但其不足之处是难以顾及到集体中每一位成员的具体情况。自我管理是小学生自我教育的一个重要因素，它弥补了集体教学模式中管理上的不足。

可以说，班集体教学的顺利进行离不开小学生的自我管理。数十名学生组成的一个班级，光靠班主任、科任教师几个人的力量，是无法取得较好的管理效果的。引导全班的每一位同学，发扬主人翁精神，个个都成为班集体管理工作的积极参与者，班集体方可能成为健康完整的有机体。

2、引导小学生自我管理，可以提高他们自我教育的能力。从根本上说，儿童能否受到良好的教育，有内外两个方面因素的影响。而引导小学生自我管理正是其内部因素发挥积极作用的重要途径，使学生在更好的环境中接受教育。

3、引导自我管理，可以培养儿童独立的个性。教育的最终目的是培养社会所需要的合格人才。合格二字有着无比深广的含义。怎样才算是合格人才呢？那就是具备现代化的、合理的智能结构，还应该具备独立完善的个性的人才。“独立”不仅指不依赖父母，有较强的生活自理能力，更重要的是指不迷信书本，具有开拓创新的思维能力。在班级管理中有效地实行自我管理，有利于儿童认识自我，了解他人，明确人与人之间的合作关系，为培养“社会化”人才打下了坚实的基础。

二、小学生自我管理的引导。

班主任除了要锻炼自己的班级管理能力外，还应该善于引导小学生进行自我管理。

1、强化小学生自我管理的意识。

自我管理的直接动力来源于小学生自我服务，行为自律的需要。真正的自我服务、自我管理是儿童发自内心的行动，具有明确的目的性和计划性，因此，引导自我管理首先要强化自我管理的意识。

一方面，我们要对“小太阳”们进行生活学习的独立性教育。我在朝会、少先队活动中宣传“自己的事自己做”，并举行各类小竞赛激趣，强化意识。课外，我又主动与家长联系，使学生获得更多的培养独立性的机会，保证了学校、家庭、社会影响的一致性。

另一方面，我又爱护学生自我管理的积极性，经常进行成就强化。一般说来，少年儿童的心灵是纯洁无暇的，他们乐于遵守纪律，乐于配合教师的工作，也乐于为集体服务。只要教育得法，每个孩子都会成为班级管理的积极参与者。那么究竟该如何调动积极性呢？基本的途径是给予正面强化。例如我实行了每周两天的“无批评日”制度，使学生不断体验到成功的快乐，巩固了进行自我管理的意识。

2、在活动中培养小学生自我管理的能力。

引导自我管理，根本上在于培养自我管理的能力。教育是要将“捕鱼”的本领传授给学生，不是直接将“鱼”给他们，即通常所说的“授之渔”，而不是“授之鱼”。培养自我管理的能力，必须要有一定的途径，在目前的小学教育中，正式的课堂教学一般不包含培养自我管理能力的要求，于是，丰富多彩的课外活动就成了培养自我管理能力的渠道。首先要制订严密的活动计划，其次要充分调动学生活动的积极性，教师只能给予学生一定指导，而不能一手包办整个活动，而且还应该尽量使每一位学生都得到锻炼的机会。最后要重视对活动结果的评价。强调其活动的深远意义，致使其长期发挥效力。

综上所述，作为一名小学班主任，应该认真抓好班级管理工作，充分发扬民主，让全体学生积极参与管理，千方百计调动他们的积极性和创造性，培养他们独立自主的精神和自我管理的能力，逐步完成由教师管理向学生管理的过渡，真正扮演好引路人和协调者的角色。

心态的演讲稿篇三

今天，我很高兴和我的朋友们交流。我今天上午的题目是：塑造阳光心态。

我们现在面对的是怎样的环境？我们的财富在增加，但我们的满意度在下降；我们拥有的越来越多，幸福却越来越少；我们的交流工具越来越多，但是深入的交流越来越少；我们认识的人越来越多，但是真诚的朋友越来越少。现在的人拿起筷子吃肉，放下筷子骂女人。还有人说他老人家年纪大了。当时他家境贫寒，叮当作响，但心情特别好；现在家里什么都有，该响的都心情不好。有一首歌叫《今天是个好日子》，是_。歌词是这样的：今天是好日子，赶上盛世就可以享受太平。这些歌大家都可以唱，但是那些对歌词思考很深的人需要有人提醒。我在东北农村长大。小时候经常玩迷巴记这个游戏。地面坑坑洼洼的，别人很容易扇。我的一个小学同学告诉我，当时我的愿望是找一个具体的地方玩粉丝吧，但现在我发现到处都有玩粉丝吧的地方。他问我，现在是新千年吗？他的话提醒了我，我发现现在的人真的天生幸福。为什么这么说？第一，你现在想吃什么就吃什么；第二，现在想玩什么就玩什么；第三，现在想去哪就去哪。在这种情况下，如果我们不知道幸福，这是人生的一大遗憾。《清明上河图》大家都看过，描绘了北宋都城宋朝的繁华。现在这种情况比比皆是。如果说那种情况是盛世，那现在就是盛世。生在这样一个幸福的环境里，如果你不知道什么是幸福，你的人生就白白浪费了。我们的父辈，那时候努力生活，努力工作，希望有今天，今天却不知道什么是幸福。

那里怎么了？想了想，发现我们的心态有问题。我想提醒我的朋友们，只有心情好的时候才能欣赏到好的风景，好的花应该得到好的回报。我今天上午的演讲是让我的朋友们树立积极的价值观，获得健康的生活，释放强大的影响力。如果你的心是火，你可以释放光和热。如果你的心是一块冰，它会融化或者是零。

今天的朋友都是中层领导。要让一方受益，首先要让自己受益。只有当你充满热量时，你才能释放热量。如果你想充满热量，你的家庭首先要充满温暖，这样你才能专心工作。良好的态度影响个人、家庭、团队、组织，最终影响社会。好的态度让你成功，坏的态度毁了你。

心态到底有多厉害？一个教授让九个人做实验。教授说，你们九个人听我的命令，走过这座蜿蜒的桥，不要掉下去，但是掉下去没关系，下面还有一点水。九个人听明白了，哗啦哗啦走了过去。走后，教授打开了一盏黄色的灯。透过黄色的灯，九个人看到桥下不仅有一点水，还有几只蠕动的鳄鱼。九个人吓了一跳，庆幸刚才没有摔倒。教授问，现在你们谁敢走回去？没人敢走。教授说，你要用心理暗示，想象自己走在坚固的铁桥上。经过长时间的诱导，三个人终于站了起来，愿意试一试。第一个人颤抖，走路的时间是第一个人的两倍；第二个人在发抖，中途坚持不住，吓得躺在桥上；第三个人被吓得三步后爬了下来。教授这时打开了所有的灯，才发现桥和鳄鱼之间有一张网，。说要知道有网络，我们已经过去了，还有几个人来了。只有一个人不敢离开。教授问他，你怎么了？我担心网络不够强大。这个实验揭示的原理是：心态影响能力。另一位教授做了一个更残酷的实验。他把一个死刑犯关在一个房间里，蒙住死刑犯的眼睛，对死刑犯说，我们要用另一种方式让你死，我们要割断你的血管，让你的血滴死。然后教授打开水龙头，让死囚听到滴水声。教授说，这是你的滴血。第二天早上，当我们打开门时，每个人都知道发生了什么。死刑犯死了，脸色苍白，鲜血淋漓。其实他一滴血都没流。他被吓死了。这个实验揭示的原理是

心态影响生理。所以心态好，生理健康，能力增强；心情不好，生理差，能力差。心态的力量如此之大，从内到外影响着你。

一个女人和她的老师吵架。她一吵架就生气。她一生气就生气十天半月。老师说请不要生气。她说，不行，我要气死你。她气得有一天发现肚子疼就去医院检查，癌症的地方都是癌症。她死了。会为谁而死？我没有给任何人看。我只是给对方一个合法的理由去换另一个。很多人就是想不开。他们会给谁看？所以说好心情来表现自己。

心态的演讲稿篇四

英国著名文豪狄更斯以前说过：“一个健全的心态比一百种智慧都更有力量”。这句不朽的名言告诉我们：有什么样的心态就会有怎么样的人生，那么一个人要想成就一番事业，首先就务必树立成就的心态。也就是说，先要立志。要敢于去梦想，这样才有实现的可能。首先是要激发起自己成功的欲望，在内心深处认定自己就是一个老板，既然认定自己就是一个老板，就要从言谈举止、学问见识、交际礼遇等方面来提升自己，完善自己，最后成就自己。

此刻很多人，在传统行业中举步危艰，生活过的很难很难，但又不敢去选取别的行业去搏一翻，他觉得未知的东西也很难。

世上无难事，只怕有心人，无认做任何事情，应对任何挑战，就看你自己是不是一个有心人了？当一个看到期望而失去信心时，是极端痛苦的，极端悲哀的，所以一个人最大的资本就是期望，最大的破产就是绝望，面临二十一世纪，人类最大的陷阱是“满足现状”。

莫彷徨了，朋友们，只要我们能充满自信和勇气，敢于梦想，敢于给自己定位，敢于冲破阻挠，我们就必须会梦想成真，

必须会成就一番前所未有的事业。

心态的演讲稿篇五

今天我演讲的题目是：创文明城市，建美好家园。

曾经发生过这样的一件事情，铭刻在我的记忆中，时刻在鞭策着我的言行，那是去年夏天的一个傍晚，天气闷热，在广场乘凉，路过垃圾箱的时候，随手把手里的空饮料瓶一扔，没想到扔到了垃圾箱外边，我当时没在意，继续往前走，“妈妈。这个姐姐乱扔垃圾，不爱护环境卫生”——稚嫩的声音如同六月的惊雷划破了长空，在我耳旁惊响，尴尬的转过身，看到的是一双天真无邪的眼睛，那充满童真的目光里写满了不解和疑惑，如同麦芒一样扎在我的脸上，当看到孩子的小手正拿着我扔出的瓶子扔进垃圾箱的时候，当孩子的母亲一边露出对孩子赞赏的目光一边向我透出歉意微笑的时候，我的脸红了，我被孩子的行为深深的打动了，也为自己的行为感到深深的自责！孩子的行为向我们诠释了一个讲了不知多少遍，却都从来没有认真去实践的言论，那就是爱护环境卫生，从我做起！只有从自己身边的小事一点一滴做起，从自己做起，投身创卫，才能美化我们的家园。

作为城市的一员，作为这座城市的主人，我们每一个人都应该积极响应市委市政府的号召，齐心协力，共同奏响这曲争当创卫先锋的凯歌！——“花香蝶自来”城市的环境卫生搞好了，城市的品位和层次提高了，就可以吸引和聚集大批的人才，使他们乐于在这座美丽的城市工作、生活，才能得到更多投资者和创业者的青睐，才能大力促进招商引资，更进一步加快我市改革开放和经济建设的步伐。

我爱生我养我的这片黄土，我爱我美丽的家园，让我们积极行动起来，从我做起，从现在做起，就一定能够做好各项工作，创建文明城市的目标就一定能够实现。让我们用爱心去关注我们周围的变化，用我们的热情去传播创卫的理念，用

我们的行动去肩负创卫的重任。我相信：那时的古城西安一定会天更蓝、水更绿、花更艳、人更美！

我的演讲完了，谢谢大家！

心态的演讲稿篇六

今天很快乐和朋友们作一个交流，我今天上午要讲的专题是：塑造阳光心态。

此刻大家面临的是一个什么样的环境呢？我们的财富在增加，但是满足感在下降；我们拥有的越来越多，但是快乐越来越少；我们沟通的工具越来越多，但是深入的交流越来越少；我们熟悉的人越来越多，但是真诚的朋友越来越少。此刻的人是拿起筷子吃肉，放下筷子骂娘。还有人说他老人家哪个时代多好，那时家里穷得叮当响，但是心情特殊好；此刻家里啥都有，该响的都响，就是心情不好。有一首歌叫[今天是个好日子]，是_唱的，歌词是这样的：今天是个好日子，赶上盛世咱享太平。这些歌大家都会唱，但是深入思量歌词的人需要有人提醒才会呈现。我是在东北农村长大的，我小时经常玩扇吧叽的游戏，地面坑坑洼洼不平，吧叽一扇下去翘一个角，很简单被别人扇过来。我的一个小学同学跟我说，那时我的心愿是能找到一块水泥地玩扇吧叽，此刻发明到处都是能玩扇吧叽的地方。他问我，此刻是不是到了太平盛世了。他的话提醒了我，我发明此刻的人真是生在福中不知福。为什么这么说呢？第一，此刻想吃什么就能吃到什么；第二，此刻想玩什么就能玩到什么；第三，此刻想去哪儿就能去哪儿。在这种情况下，我们假如还不知道幸福，那真是人生的一大遗憾。大家都看过清明上河图，描绘的是北宋时期汴梁繁荣的景象，此刻这种情况到处都是。假如那种情况是太平盛世，此刻更是太平盛世了。生在这样一个幸福的环境中，假如不知道什么是福，你这一生就白过了。我们的父辈那时生活艰难，辛勤工作，期望有今天，到了今天我们却不知道什么是福。

那里出了 问题？我思前想后发明是我们的心态出了 问题。我要提醒朋友们，好心情才干欣赏好风光，好花要有好心赏。我今天上午的讲座，就是要让朋友们建立起积极的价值观，获得健康的人生，释放出强劲的影响力。你内心假如是一团火，才干释放出光和热，你内心假如是一块冰，就是化了 也还是零度。

今天来的朋友们都是些 中层领导，要造福一方，首先要造福自己。你自己内心充满热量，才干释放热量。要想让自己充满热量，你的家庭首先要充满温馨，这样你才干把精力放在工作上。良好的心态影响个人 家庭 团队 组织，最后影响社会。好的心态让你成功，坏的心态毁灭你自己。

心态具有 多大力量呢？有 一个教授找了 九个人作实验。教授说，你们九个人听我的指挥，走过这个曲曲弯弯的小桥，千万别掉下去，不 过掉下去也没关系，底下就是一片水。九个人听明白了 ，哗啦哗啦都走过去了 。走过去后，教授打开了一盏黄灯，透过黄灯九个人看到，桥底下不 仅仅是一片水，而且还有 几条在 蠕动的鳄鱼。九个人吓了一跳，庆幸刚才没掉下去。教授问，此刻 你们谁敢走回来？没人敢走了 。教授说，你们要专心理暗示，想象自己走在 坚固的铁桥上，诱导了 半天，最终有 三个人站起来，愿意尝试一下。第一个人颤颤巍巍，走的时间多花了一倍；第二个人哆哆嗦嗦，走了一半再也坚持不 住了 ，吓得趴在 桥上；第三个人才走了 三步就吓爬下了 。教授这时打开了 所有的灯，大家这才发明，在 桥和鳄鱼之间还有一层网，网是_的，刚才在 黄灯下看不 清晰。大家此刻 不 怕了 ，说要知道有网我们早就过去了 ，几个人哗啦哗啦都走过来了 。惟独 一个人不 敢走，教授问他，你怎么回事？这个人说，我担心网不 结实。这个试验揭示的原理是心态影响能力。又有 一个教授做了一个更加残忍的试验，他把一个死囚关在 一个屋子里，蒙上死囚的眼睛，对死囚说，我们打算换一种方式让你死，我们将把你的血管割开，让你的血滴尽而死。然后教授打开一个水龙头，让死囚听到滴水声，教授说，这就是你

的血在滴。第二天早上打开房门，大家都知道发生了什么事情，死囚死了，脸色惨白，一副血滴尽的模样，其实他的血一滴也没有滴出来，他被吓死了。这个试验揭示的原理是心态影响生理。所以心态好，生理健康，能力增强；心情不好，生理差，能力差。心态就具有这么大的力量，从里到外影响你。

一个女士和先生吵架，一吵架就生气，一生气就气十天半个月。先生说求求你了，别再生气了。她说，不行，我要气死给你看。她就这样经常生气，等到有一天她发觉肚子痛，到医院一检查，该长癌的地方都是癌。她死了，死给谁看啊？没给谁看，只是给对方一个正当的理由，让对方再换一个。很多人就是想不开，气死自己给谁看啊？所以说好心情给自己看。

心态的演讲稿篇七

光靠实践经验的积累是远远不够的，还需要理论和实践的紧密结合。作为班主任，你可以从“勤俭持家”四个方面来管理自己的班级。

“勤奋”是班主任工作的前提。

俗话说“努力就没有难”。(1)经常联系。班主任要做好班级管理，首先要深入学生，多方面了解学生，掌握他们的思想和性格，与学生形成和谐的师生关系和朋友关系，与学生交流和交谈，加强师生之间的精神交流，减少教育中的阻力，还可以设立班主任邮箱等方法收集信息。经常表扬。俗话说“与其长时间奖励你，不如奖励你。”表扬学生好的方面，并通过这种积极的鼓励，形成良好的班级风格，激发大家的向善意识，达到班级管理的目的。

“严”是班主任工作的基础。俗话说“严是爱，松是害”。这些都充分说明了严格的必要性。所以，要想做好班级工作，

教育好学生，一定要严。严于律己，严于学生。同时要做到“严而不严，严而适度”。

“精”是班主任工作的关键。1、小心点。学生的思想工作一定要细致，才能让他们动心，让学生明白老师的意图。2、仔细想想。面对一些问题，学生经常会犯错误，所以他们应该反复思考：为什么会出现同样的错误？如何杜绝？经过深思熟虑，我敦促自己想出一些更好的解决办法，从而从根本上改变学生屡犯的现象。3、细节管理。针对学生的各种情况，应该进行详细的管理。

心态的演讲稿篇八

我认为，会生活的人才能更有效的学习。

如果在生活上遇到什么困难，一定要及时向父母倾诉。家长一定会尽全力来排解心中的烦恼。因为父母是我们最亲的人，是我们在世界上最坚强的后盾，他们永远都希望我们好，而且是为了我们可以倾其所有。

这三点总体来说就是要将学习的心态调整到最好！

首先从作息时间说，因为作息是休息的重要保证。只有好的作息，才能让学习更加有效率。不管是平时轻松的时候，还是考试时紧张的时候，都一定要保证早睡早起的习惯。

另外很重要的一点就是，下课后一定不要闷在教室里学习，因为上完了一节课已经很疲惫了，神经需要得到调节才能在下课时一直保持兴奋状态。可以利用这段时间出去走走，或看看远处，或者和同学一起做一些游戏。这样不仅对调节神经状态有好处，而且还能缓解学习的巨大压力。而与此异曲同工的还有下午下课一直到晚上上晚自习的一段时间。但这一个多小时的时间不一定要全用在学习上，可以去操场溜达溜达，在缓解学习压力的同时又锻炼了身体，而不至于把

身体拖垮了，身体才是革命的本钱嘛。

其实学习最重要的两点是学习方法和学习心态。这两者相辅相成，缺一不可，只有做到这两点的平衡，才能最大程度地提高学习成绩和质量。

既然选择了远方，便要风雨兼程。愿大家把握好自己的命运，最终到达梦想升起的地方。

心态的演讲稿篇九

是的，是的，是的，它是新的一天，它是与众不同的一天；和它的光明的一天！和最重要的，它是为你开始新生活的开始，你要去哪里，做出新的决定，采取新的行动，结交新朋友，你的生活，并采取一个史无前例的水平，在你的头脑小号眼睛，你可以清楚地看到你想拥有的东西，你打算去的步伐；你渴望发展的关系；你渴望达到（励志）的立场，可以听到你的笑声，欢乐和幸福的一天，一切发生时，你的梦想，你可以看到你周围的人微笑时的神奇时刻罢工，你可以感觉到你的脸已经红了，你的心脏跳动快；和你的血液被赶了过来，你的身体；你生命的每一个单一的角落！

你知道这一切都是现实，只要你有信心，热情和坚定的！你是热情；你是坚定和有信心的效忠！

在追求卓越（动摇），毕竟，你永远不会动摇，你是最好的，你应该得到最好的！

我必须这样做！我能做到！我会做！我会成功！

我必须这样做！我能做到！我会做！我会成功！

我必须这样做！我能做到！我会做！我会成功！