

2023年演讲培训活动总结(实用5篇)

总结是对某种工作实施结果的总鉴定和总结论，是对以往工作实践的一种理性认识。相信许多人会觉得总结很难写？以下是小编精心整理的总结范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

演讲培训活动总结篇一

人要学会感恩，不仅是感恩帮助过我们的人，也要感恩我们身边的每一个人和每一件事。感恩是什么？孝敬父母、听从教导是对父母的感恩；认真学习、遵守纪律是对老师的感恩；团结互助、共同进步是对同学的感恩；爱护财物、讲究卫生是对劳动者的感恩；爱护花草、节约用水是对大自然的感恩；“为中华之崛起而读书”是对人民、对祖国的感恩。

可是，在物质生活快速发展的今天，我们的一些中学生出现了价值迷失、道德失衡、以丑为美、以耻为荣的现象。为了帮助广大青少年学生树立正确的世界观、人生观、价值观，懂得感恩，从小立下宏伟志向，长大报效祖国，为早日实现中华民族的伟大复兴而奋斗；同时为了展示我校师生的普通话演讲风采，激发学生学习兴趣，营造校园学习氛围，因此我校特举办了本次“我的中国梦——感恩励志演讲比赛”活动，希望广大师生用心去感悟，用心去领会，将感恩励志落在实际行动中。

一、活动主题

“我的中国梦——感恩励志”演讲。

二、内容要求

演讲稿采取自由命题方式，内容必须紧紧围绕“感恩励志”的主题，联系实际，积极向上，弘扬正能量，取材新颖，突出

亮点。

1、感恩：感恩父母、老师和他人的；感恩社会、党和祖国的。

2、励志：歌颂青春、赞美奋斗和自强不息的；从小树立远大理想，勤奋学习的；胜不骄败不馁的等。

三、参与对象

双丰初级中学全体师生。

四、演讲时间与地点

预赛：11月5日下午3点，物理实验室。

决赛：11月12日下午3点，学校舞台。

五、奖项设置

学生：一等奖1名、二等奖2名、三等奖2名(以上均为奖杯)，优秀奖5名(荣誉证书)。

教师：纪念奖1名(奖杯)。

六、活动要求

1. 各班参赛人数不少于2名，全校不少于12名，根据预赛得分选出前10名学生进入决赛，另选派1名教师直接参与决赛，参赛人员信息于10月20日前报团支部。

2. 参赛选手必须遵守比赛规定，按时参加比赛。比赛前半小时集中进行抽签，按抽签序号确定比赛顺序。

3. 演讲必须使用汉语普通话，采用站立式脱稿演讲(预赛可带稿，但原则上不提倡)。

4. 每位选手的演讲时间4~7分钟，时间不足或超出的，计时人员应当及时向评委报告。

6. 评委必须坚持客观、准确、公正的原则，严格按照评分标准进行评分。有异议的由评委组组长裁定。

7. 决赛中每位选手演讲结束后，评委当场打分亮分，主持人按评委顺序依次宣读选手得分，并公布上一位选手的最终得分(从第二位选手起)。

附：1. 工作人员名单

2. 评分细则

__初中团支部

__年10月15日

演讲培训活动总结篇二

一、活动目的：

为了把德育目标落在实处，本学期我校中年级组十一月份的德育活动主题是“文明礼貌、诚实守信”。文明礼貌、诚实守信是中华民族的传统美德，一个文明礼貌、诚实守信的人可以赢得别人肃然起敬的眼光，得到信任，获得成功。开展本次演讲比赛的目的在于树立同学们文明礼貌、诚实守信的榜样，培养学生良好的道德品行。让同学们懂得文明礼貌、诚实守信本身就是一种资本，激励同学们事事讲文明，时时讲诚信。让文明礼貌、诚实守信与我们相约，与我们同行。

为深化德育活动主题，强化学生自我修养的自觉性，中年级组按照校领导要求在年级组范围内组织本次主题演讲比赛。让学生通过演讲的形式，进一步树立诚信意识，强化诚信观

念，规范诚信行为，提高文明素养，培养学生诚实守信的`优良品德，从而扎实推进我校学生的道德教育和行为规范教育，促进学生思想道德素质的全面提高。

(一)主办单位：两河小学德育处

(二)承办单位：两河小学中年级组

(三)演讲主题：“明礼诚信做文明学生”

(四)、参赛对象：中年级组全校学生

二、比赛安排：

1、比赛时间：11月12日即周四下午第三、四节课比赛。

2、比赛地点：四二班教室。

3、主持人：王心茹曹玉婷

4、评委小组：王建李勇何鹏王发兴罗贤英

5、计分员：冯乔

6、会场布置：蔡晓红

三、赛前准备：

1、向全组师生发出“明礼诚信做文明学生”的倡议，大力宣传“文明礼貌、诚实守信”主题。

2、班级召开主题班会，以“明礼诚信做文明学生”为主题，届时各班选出三名参赛选手。

3、各班选手由本班语文授课教师进行指导。

四、演讲内容和要求：

- 1、演讲内容要求围绕“明礼诚信做文明学生”的主题展开。体裁不限（诗歌除外）。主题鲜明、观点明确、文字简洁，具有较强的创新性、严肃性和时代感。
- 2、表达形式多样，选手可以从各种角度叙述诚实守信对社会、对校园、对个人的作用。
- 3、决赛演讲要求普通话标准，语言流畅，演讲技巧娴熟。具有较强的感染力。每位选手的演讲时间限时3-5分钟以内。（超时或时间太短酌情扣分）

五、演讲比赛方式：

- 1、赛程设置：分初赛和决赛。初赛由各班级自行组织，并推荐3-5名优秀选手参加年级组的决赛。
- 2、演讲顺序由选手抽签决定，周四中午12： :00准时抽签。
- 4、评分取其平均值；
- 5、从第二位选手开始主持人现场宣布成绩；
- 6、参赛选手演讲3-5分钟。
- 7、至最后一名选手演讲完毕后，进行名次统计。

六、奖项设置

- 一等奖1名颁发奖状及奖品。
- 二等奖2名颁发奖状及奖品。
- 三等奖6名颁发奖状及奖品。

七、比赛评分标准100分值

- 1、演讲内容：紧扣主题，主题鲜明、深刻，格调积极向上。（30分）
- 2、语言表达：演讲语言自然流畅，富有真情实感。声音洪亮，口齿清晰，普通话标准，语速适当，讲演动人，落落大方，具有感召力（30分）
- 3、形象风度：衣着整洁，仪态端庄大方，举止自然、得体，体现朝气蓬勃的精神风貌。（20分）
- 4、综合印象：由评委根据演讲选手的临场表现做出综合演讲素质的评价。（10分）
- 5、会场效果：演讲具有较强的感染力、吸引力和号召力，能较好地与听众感情融合在一起，营造良好的演讲效果。（1分）

两河小学中年级组

教育效果：演讲效果出奇好！学生合作，能力不可小窥，每一小组选出并指导出来的小选手颇有演讲者的风范。

让学生通过演讲的形式，更进一步树立诚信意识，强化诚信观念，规范诚信行为。附演讲稿：

诚实守信做文明学生

四二班

同学们，你们看，碧绿的大海里，鱼儿在自由自在地遨游；你们听，蔚蓝的天空下，鸟儿在欢快地鸣唱??哦！这个世界最生机盎然的就是生命！正是这一条条鲜活的生命啊，让我们的整个地球也鲜活起来。我一直喜欢那一首歌：《在我生命中的每一天》，歌中唱道：“看时光飞逝/我祈祷明天/??

每当那熟悉的旋律响起，我就感到生命的可贵。每天清晨，当朝霞映红了我的双颊，当树上的小鸟叫醒了我的梦想，我知道新的一天又开始了。我感谢我的爸爸、妈妈——是他们给予了我宝贵的生命，是他们让我感受这美丽的地球。我还要感谢我的爷爷、奶奶，他们的慈爱像阳光一样照亮了我心灵的每一个角落！是啊，生命就像一朵花，生命之花是绚烂的，也是脆弱的，稍不珍惜就会枯萎，凋零。同学们，让我们吸取生活中教训，珍爱生命中的每一天。看时光飞逝，我祈祷明天，愿我们每个小小的梦想，都能够慢慢地实现！从现在开始，从我们做起：不要因贪玩，而是去了宝贵的生命，健康成长，让生命之花永远绽放！

人人讲“诚信”，世界更美好

四二班

老师、同学们：大家好！

可一看，她的眼圈红红的，显然哭过了，原来，这一天他的爸爸妈妈要她去奶奶家，她也很想去，但觉得同我的约定更重要，为了说服爸爸妈妈，她还同大人发生了争执。从那次以后，我俩的关系更亲密了。

一个人只有讲诚信，别人才会称赞他、尊重他、亲近他、信任他，有困难时才会帮助他。否则，他将是一个孤独的人。同学们，让我们都来讲诚信吧，从身边的每一件小事做起：譬如，昨天你答应过老师要努力学习；今天早上你答应过爸妈要认真听讲，你就一定要做到。只有我们人人讲诚信，时时讲诚信，这个世界就会充满真善美，我们的世界就会更美好！

谢谢大家！

诚信，一朵永不凋零的花

四二班

大家对“诚信”二字都不陌生,那么就请听听这个故事吧!

一个叫孟信的人,家里很穷,无米下锅,只有一头病牛,诚信,一朵永不凋零的花作文。一天他外出,他的侄子将牛牵到集市上卖了。孟信回来后非常生气,责备他的侄子不该把病牛卖给人家,并亲自找到买主将钱如数退还,牵回了自家的病牛。透过历史的烟尘,我们清楚地看到孟信手中紧紧牵住的绝不是一头生病的黄牛,而是一条健康与高尚的道德纤绳,它将一个人的人品、修养引入了纯洁的圣地。这就是诚信的力量。

有人说,在现代社会,商品经济风起云涌,道德沦丧如决堤之水,诚信缺失也就随之泛滥成灾。我们谁都无法否认市场经济中存在严重的诚信危机,但我们更无法否认诚信永远像一朵不凋零的鲜花,它芬芳宜人,它高雅迷人,一直吸引着完美的灵魂向它靠拢。

年5月份,《扬子晚报》刊登过这样一条新闻:安徽滁州一位50多岁的老农民来到南京,等他打算回家时才发现口袋里的钱买车票还差5元.他在南京举目无亲,在万般无奈之下,他向玄武区某民警借了5元钱,5元钱,也许谁也不会放在心上,更何况是一个被人们认为素质低下的农民借去的呢?但第二天一大早,这位农民就将5元钱给这位民警送来了.这是一个很简单的故事,没什么曲折离奇、扣人心弦的情节,但它透露出来的质朴,折射出来的诚信,却不能不震颤人的心灵,它在拷问每一个在诚信危机重压下的人们,难道我们真的就应该背信弃义、惟利是图,视诚信如粪土吗?难道我们就真的应该将诚信摧残得面目全非、无地自容吗?诚信是耀眼璀璨的阳光,他的光芒普照大地;诚信是广袤无垠的大地,他的胸怀承载山川;诚信是秀丽神奇的山川,他的壮丽净化人的心灵;诚信是最美丽、最圣洁的心灵,他让人问心无愧、心胸坦荡。同学们,让我们守住诚信的阵地,笑看诚信之花的绚丽绽放!

班主任归纳总结：

1、诚实待人，文明礼貌，以真诚的言行对待他人、关心他人，对他人富有同情心，乐于助人。严格要求自己，言行一致，不说谎话，作业和考试求真实，不抄袭、不作弊。

2、守时、守信、有责任心，对自己、对家庭和社会负责的意识，做一个负责的人。言必信，行必果。遇到失误，敢于承担应有的责任，知错就改。

3、遵守各种社会公共法规、教育法规和学校的各种纪律、规章制度

附演讲稿：

2记得在元旦前夕，为了让教室的环境布置更漂亮些，我请求妈妈抽空到班上来帮帮忙，妈妈答应第二天中午过来。谁知，第二天一早就纷纷扬扬地下起了鹅毛大雪，不一会儿，大地就积起了厚厚的冰雪，天地间一片白色，银装素裹的冰雪世界煞是好看，同学们开心极了。不过，路上的行人可没那么轻松了，雪大路滑，一不小心就会摔个嘴啃泥。我的心越来越不踏实，我既希望看到妈妈的身影，又担心妈妈在路上不安全。到了中午时分，老师带我们去演播厅拍录像，刚到楼下，我一眼就看到一个大雪人出现在我们面前：她的头发、眉毛、衣服全是白的，连眼镜的玻璃片都是白的，她就是我的妈妈呀，她不管天气的恶劣，如约地来了！我还看到了一个别人不易察觉的细节——妈妈的一个膝盖又脏又湿，样子好狼狈，可她的脸上堆满了笑容，我真想扑上去拥抱她，为她送上一点温暖，可我还是转过脸去不再看她，因为，我不想让她看到我流泪的样子。同学们，你们和自己的家人之间可能也有类似的故事，你们也被深深地感动过，这就是母亲对孩子的诚信。不要以为诚信只是大人的事，其实，诚信无时不在，无处不在，诚信就在你我的身边。

演讲培训活动总结篇三

一、活动目的：

为激发学生的学习兴趣和全面提高小学生演讲与口才的综合素质，为小学生创设才艺表演的平台，我校结合在学生中开展的读书活动，举行讲故事演讲大赛。

二、比赛时间和地点：

时间：4月8日下午地点：校园

三、参加对象：

各班2人

四、比赛要求：

1、故事内容健康、高雅，格调清新、明朗，充分体现积极进取、健康向上的精神风貌；

3、参赛选手服装要朴素、大方、端庄；

4、参赛选手必须在5分钟内脱稿独立完成，普通话标准，表情丰富。

五、评分标准：

故事内容30%、普通话20%、流畅10%、表情20%、感染力20%。

六、奖励办法：

一二五年级各设一等奖2名，二等奖2名

三四年级设一等奖1名，二等奖1名

七、评分办法

各班出一名评委，要求客观公正打分，计名次和，低着优胜。

一、指导思想

感恩教育是少先队体验教育中的重要内容之一，队员从小学会感恩，有利于培养学生健康全面向上的思想道德意识。结合我校3月份学习力行《弟子规》“入则孝”主题活动，我校决定开展“力行《弟子规》感恩回报做文明小学生”的演讲活动。

二、具体安排

- 1、全校各中队推选1名队员参加演讲活动。
- 2、要求：演讲脱稿，时间不超过3分钟。

三、评分细则

内容：**【鼓励原创】**1、主题鲜明，思想性强。2、文字简洁流畅，结构严谨，立意新颖。3、内容积极向上，具有教育意义。

语言：1、普通话运用标准。2、脱稿并表达流畅，声音洪亮，有力度。3、语调自然优美，抑扬顿挫。

感情：1、情感充沛，有激情。2、感染力强，能引发共鸣。

仪表：2分1、台风稳健，表情自然大方。2、服装整洁，恰当使用肢体语言。

脱稿：1分

四、比赛形式：

初赛：班级内开展主题队会，进行演讲初选，选拔一名队员代表班级参赛。（完成时间3月25日）。报名时间截止：3月25日。

复赛：比赛分两部分一是学生演讲，时间：3月25日、26日下午课外活动在阶梯教室进行复赛，比赛顺序现场抽签决定。3月29日升旗仪式上进行演讲展示（抽签）。二是班主任上交活动典型发言材料，说一说班级“入则孝”活动开展情况（现场抽一名老师在升旗仪式上发言）。两项成绩之和为最后成绩。

注：评委打分保留小数点后一位数字，最后得分保留小数点后一位。比赛打分满分10分，评委打分以8.00分为基础分。

四、评委：

演讲培训活动总结篇四

演讲与口才培训怎么总结呢?小编为大家整理了有关的内容，欢迎参考下面

室友参加了演讲与口才协会，我便问他，这肯定要上台演讲，你不怕演讲吗?其实这也正是我所顾虑的，室友的话让我很振奋，“正是由于怕才去选它，如果一点挑战性都没，每次就去听了讲然后考试那样的课有什么意思呢。

我觉得很有理再想想自己，于是我选了这课，并打算在这课上好好练练自己，口才倒不重要，要想练好口才决非一日之功，贵在坚持，所以我初步目标是能锻炼在大家面前讲勇气，确实如何迈出这第一步是很难的。

上了这节课才发现其实自己先前的顾虑还是多余的，不过第一次上台做自我介绍确实鼓足了好大勇气，一直拖到最后才上台，上台后心情又是久久不能平静，还是没做好介绍，毕竟以前都未有类似经历，所以十分紧张。

是相对来说也没有第一次那么紧张了，但是或许是由于没有准备充分的缘故，上去演讲差不多成了读演讲稿了，现在想来，很是惭愧啊，就算不是自己写的稿子，我还是应该在课余时间好好读熟，这样讲的时候才能脱口而出，但每次都一忙的借口没去实现了。

这样一个演讲与口才课更多是给你提供一个说的机会，一个场合，短短几次课不可能让你的说话水平有个实质性提高，但是你可以去多讲，站在台上，你可以想想自己站在一个很重要的场合，你在上面做公众演讲，在平时，这样的机会还是很难得的，所以我觉得这个课的最大意义也在此，因此我觉得，不过是什么原因，这个课还是很有必要坚持下去，老师我很满意，虽然说实在话，第一次课对张老师有那么一点失望，因为一开始我以为这门课的老师肯定会是一个普通话十分好的老师，可惜的是严老师的话中带的口音还是挺重的，但是后来我觉得鉴于这门课最重要的意思所在，老师不一定非要有很标准的普通话，而需要有个很负责任的心很对学生的教导，我觉得这点我对张老师很满意。

演讲它侧重于人们在大庭广众面前的口语表达能力。

口才指人说话的才能，它侧重于日常生活中人们的口语表达能力。

在今后的人生中我们必须很好的学会这方面的能力我们才能走的更顺。

颜老师最后一节课给我们的教诲我觉得很是好，虽然以前也在其他地方看过类似的，但是听了这些话，心中还是难免有

丝凝重，为自己的散漫，为自己的不思进取，为自己曾经失之交臂的机会。

颜老师其中的俩句话是：“责任高于一切，成就源于一切”、“机遇只给有准备的人”，我想我会记住这句话的。

1月12日、13日两天，公司举办了以“演讲与口才技巧培训”为主题的培训班。

说实在的，星期五收到邮件的时候，心里是有一些不情愿的，在本应该休息的周末，却要象学生一样坐在那里听课，光想一想就觉得累。

但是，当颜永平老师站在讲台上讲出第一句话时，我就知道，这两天的“学生”光阴绝不会白白虚度。

两天的时间，我被颜老师声情并茂的演讲震撼着、激励着；被学员们的情感感染着、激励着。

从这次短暂的培训中，我收获的不仅仅是知识，还有一种积极向上的精神，一种乐观豁达的生活态度，一种永不放弃的力量。

拥有良好口才的人是自信的，拥有自信的人就是拥有希望的人，拥有希望的人一定是幸福的。

这次培训，我有如下几点体会：

一、良好的口才对于生活在现代社会的人来说非常重要

这一点颜老师在讲课的最开始就多次提及，自古以来，口才在政治和历史中就扮演着重要的角色，有许多关于口才的故事久久流传，有许多拥有良好口才的人家喻户晓。

而在当今社会，随着信息化的日益发展，人与人之间的交流也日益增多，更要求说话要说到点子上，要一针见血，要精益求精，否则无异于浪费别人的生命也在浪费自己的生命。

口才与生活的各个方面息息相关。

小到与亲人、朋友、同学、同事的日常沟通，大到关系到个人事业成败和国家兴衰的会晤、谈判等，良好的口才都是成功的关键。

有许多人，满腹经纶却不能用语言表达，所以只能默默无闻的度过一生，带走的是内秀，留下的是遗憾。

举个例子，近年来比较火爆的公务员考试，很多在笔试中成绩优秀的考生，却在面试中被无情的淘汰，我想主要的原因就是输在了口才上。

显而易见，如果两个人的水平差不多，那么用人单位肯定会选择仪表端庄、举止大方并能够巧妙的回答考官问题的那一位。

所以，如果你才华横溢，就锻炼自己，不要让自己输在口才这条起跑线上。

二、给我印象最深刻的部分：关于“语言激情化”和“态势语言”的训练

我一直认为，演讲是为了“煽情”的，只有演讲者能让听众随着他的思路、他的感情起伏进退，那才能算是一个成功的演讲。

演讲绝对不是单纯的说话、背诵或是阅读——针对这一点，颜老师详细讲解了语言训练的基本技巧，包括语言语音的规范训练、正确的呼吸训练和良好的共鸣训练等，听了这些讲解，

有种恍然大悟的感觉，原来生命中的这三十来年，我一直在用不正确的方法说话，看来真要好好训练一下了。

在这部分讲解中，给我印象最深刻的是关于“语言激情化”和“态势语言”的训练，颜老师采取了自己亲身示范和与学员们互动的方式进行讲解，让大家在笑声中检阅了自己，收获了知识。

同样的一段文字，在颜老师读来就充满了感情色彩，让你不得不随着他慷慨激昂，快乐悲伤；同样的一个动作，由颜老师做来，就是浑然天成，毫不做作。

而对于我们来说，往往是声音放不开，表情不自然，说话忘了加动作，加上动作又忘了说话，但是大家都表现的十分踊跃，口才是训练出来的。

戴尔·卡耐基说过：“没有天生的演讲家”，颜老师也给我们讲了他自己的故事，谁能想到，现在在台上滔滔不绝的演讲的人小时候竟然患有口吃的毛病。

可见，正确的、持之以恒的训练十分重要。

三、在“销售口才与表达技巧”中感悟到的为人处事的方法

星期天的上午，颜老师给我们讲解了“销售口才与表达技巧”，我始终认为自己的口才不是很好，我的语言表达能力甚至都比不上自己的文字书写能力，所以我不适合做销售工作，也没有这方面的兴趣。

但是听了颜老师的讲解和学员们的实战模拟，我倒是从中感悟到了一些为人处事的方法：

第一，仪表美对一个人来说，很重要。

随着社会的发展、物质水平的不断提高，心灵美已经不是评价一个人的唯一标准。

得体的服装加上得体的行为和美好的品质，这样才能构成一种和谐的美。

第二，我们无时无刻不在推销自己。

我们自己也是一种商品，我们是自己的销售经理。

当我们初次与陌生人相会，当我们去应聘一个心仪已久的工作，甚至是日常生活中我们跟家人、朋友的沟通，都是一种推销，推销自己的品质，推销自己的思想，推销自己的能力。

第三，做人要有一种积极的生活态度。

做销售最重要的是勇于接受挫折，做人也是如此，只有越挫越勇的人才能获得最后的成功。

四、提高口才不是通过这一次短暂的培训就能做到，不是一朝一夕的事，需要长时间的努力。

两天的培训，老师讲的演讲与口才方面的知识很多，我们经过两天的“实战”演练，也确实发生了一些改变，每个人都变得精神焕发了，但是要想在两天之内把学员培养成出色的演说家是不可能的。

我想培训的意义也不在于此，正如俗语中所说：“师傅领进门，修行在个人”，只有把所学的理论知识与实践结合起来，多想多练，才能使自己的口才得以提升。

我欣赏颜永平老师总结的“八多”，即“多看、多听、多问、多写、多思、多学、多记、多练”，这不但适用于提高自己的口才和演讲水平，也能提升自己的气质和自信，古人所

谓“腹有诗书气自华”的人，应该就是把这“八多”认真的付诸于行动的典型代表。

在学习、工作和生活中如果能做到这“八多”，那么获得成功也就是指日可待的事情。

当培训圆满结束，走进傍晚暖暖的阳光中，我的心情也象这晚春的阳光一样，温暖中酝酿着无尽的热情。

在这两天的培训中，从颜老师身上，我看到了一个优秀的演讲家所具备的气质和风范；从同事们身上看到了积极乐观，不轻言放弃的勇气和精神。

我想用我今天学到的知识和今后生活、工作中的不断实践，去给自己人生再增加一道亮丽的风景。

今天醒得特别早，我想应该是我心情有点激动吧，大一的时候上过“竹铭计划”课程，我学到了有关图片处理的技术，于是这次怀着有点兴奋地心情迎接课程，昨晚睡的时候，着重地暗示了自己记得早起，于是6点半就醒了，7点起来了。

到了课室，已近有很多人坐在课室了，看来很多同学都是十分感兴趣、是有心来学习的。

课程正式开始了，老师首先让陌生的我们做互动活动，让我们相互柔肩，其实是个“陷阱”，因为我们做完后，她就马上说我们之间有了“肌肤之亲”了。

接着又来了一个雷人的举动，请了一位自愿做“试验品”的女同学(a)上去，然后又请了5位不怕“牺牲”的勇士上去，让后五位(b)分别和第一位对话，大概的内容是:b:同学你好，好像在哪里见过你哟(这句可以自由发挥，随便编)，我好喜欢你耶(这句必须说);a:...(自由发挥)。

对话过程中，我就有点后悔当时没有快点冲上去，锻炼一下，可是一切都来不及了，只能捶胸跺足了。

“实验”取得圆满成功，我们又每个人都上去向大家问好，目的在于锻炼作为演讲者向观众打招呼的姿势、表情等，之后老师就滔滔不绝的讲了将近1个半钟，主要是内容是作为演讲者的态势、表情、举止等问题，老师讲得很好，可是我能听进去的不多，因此当老师说了一句，“如果你们不实践、不上来讲的话，这门课你是什么也学不到”的时候，我就来劲了，因为我就是喜欢实践，而不是只是听。

让人心情难以平静的即兴演讲开始了，当我还在犹豫是否第一个上场的时候，就有好几个争着冲上去了，结果我和耶稣(我的好伙伴)只能排到第n位和n+1位上去抽话题进行演讲。

每位同学演讲后，老师都会仔细耐心的点评，说出优缺点，这对我们的演讲水平的提高是非常有帮助的，比如我，老师点出的那些缺点，我一点也没有感觉出来，如果没有他人的指出，也许一辈子都不会发现，也就无从说起改正、进步了。

快接近12点的时候，还有5位既高兴(奇迹来了，居然这样也被我躲过一劫了)又遗憾(哎，又缺少一次锻炼机会了)的同学没有机会上去演讲了，因为还要选举出7位胜利者，进行颁奖呢。

当颁完奖，我和耶稣正准备以一百米速度冲向饭堂(早上只吃了一点点)时，班长突然蹦出一句，“记得写至少500字的心得哈”……就这样，4个小时的课程就结束了，期待下周的课。

安康杯竞赛活动总结报告

中学生社会实践活动总结范文

解放思想大讨论活动总结

爱国卫生月活动总结

拓展训练活动总结

演讲培训活动总结篇五

使会员基本了解、学习演讲的一些基本技巧，切实提高会员的演讲水平。培养会员的兴趣爱好，丰富课余生活，纠正会员在演讲，朗诵等方面的错误。

我们的语言，我们的魅力

;朗诵艺术团1级新会员

时间： 1月3日

地点□e教15

宣传： 负责人： 宣传部

方式： 11月活动预报，海报(手绘版，贴于前往商苑的展板)与通知

(1) 总负责人： 团长，团支书

(2) 协调者： 由副团带领分管部门负责

(3) 执行者： 各部部长

a□策划部负责活动策划书和找资料(音频，示范资料，讲解资料)□ b□组织部负责借教室和负责打印材料。

c□各部部长及副部负责通知会员。

d□团长负责联系培训人。

e□秘书处负责签到。

f□组织部负责维持秩序

g□科技部负责照相

1、播放一段演讲音频。

2、培训部部长开始进行演讲培训。

3、鼓励会员根据资料积极上台演讲(也可即兴演讲)，让下面的人指出他/她的优点和缺点，相互纠正，相互学习。

4、尾声，总结。

团长、一个理事会成员、两个会员写总结

清理场地

1、保持教室干净，切勿大声喧哗。

2、要求到底理事会成员必须出席，如有事须向团长请假。

院社团服务中心

朗诵艺术团