

2023年演讲的心得体会 读书心得演讲(优质9篇)

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。那么心得体会怎么写才恰当呢？下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

演讲的心得体会篇一

对于名师我们年轻人总是敬仰的多，赞美的多，看看自己也就不自觉的在赞美人家了，有时候赞美是一种文体需要，但有时候赞美却是不自觉的发自内心的，读了华应龙老师的教育随笔，其中的点滴感动，些许感悟，许多的教学机智，确实有学到很多。

特别是华老师愿意站在学生的角度去思考教学，理解学生，陪伴学生，包容学生的错误，用课堂上的融错教学将学生的错误巧妙地转化为课堂宝贵的教学资源，让学生乐学，善学，好学数学，学好数学。

读了到华老师的教育随笔集，看到华老师真的非常受学生的喜爱，以至于学生都不想下课，心里很是羡慕，连华老师自己也觉得遇到不肯下课的学生也是作为教师的一大幸福。

华老师愿意也确实站在了学生的角度去想问题，设计问题情境，甚至是脑袋磕破了也要想方设法应用到“中括号”的教学情境中，开场白中的，我为什么要带个帽子呢？这是个秘密。很快和学生打成一片，教学角度时，想到了更加接近学生生活的滑滑梯情境，通过三个角度迥异的滑滑梯让学生意识到角度的在生活中的作用，这两个例子简直可以直接拿过来用，让人印象深刻，以为优秀的教师总是极认真的对待每一节课，总是在钻研让学生更好接受的教法。

在佩服的同时，我感到羞愧，因为长时间来我没有真正站在学生的角度想问题，提问题，备课的时候总是依赖教案，教参，觉得人家写的不错，拿过来就用，总是想象着学生聚精会神的听我讲解，殊不知底下的脑袋瓜里总流淌着奇怪的主意，常常事与愿违，结果只有我纠结、学生得不到最好的教育，而师生之间应该是平等的，教学相长的，那么我作为其中的主导者，势必需要做出些改变。

陶行知先生说：“我们必须会变成小孩子，才配做小孩子的先生。”“不在其位，不谋其政。一个人的思维取决于他所处的位置。因此，我们有必要真正站到学生那边去，忘却自己的教案，走进孩子的世界，认真倾听，细心体会，努力解读，积极促进，做一个称职的欣赏者、引导者和保护者。”华老师的反思简洁深刻，句句肺腑，如果不是老在学生问题上栽跟头，我也不会特别对这段话有感觉。

另一篇讲述师生关系的文章说的也很精彩，《课上似同学 课下似兄弟》：“笔者认为，课上似同学，乃教学相长的生动体现；课下似兄弟，乃新时期尊师爱生的最佳境界；课上、课下贯穿的一个精髓那就是平等与民主。”

我觉得我总是包办的太多，不肯将主动权还给学生：也许事实是，不是我对学生没信心，是我对自己没信心，总想掌握一切掌控课堂，就哪怕是“让学自主学习”也希望自己能掌握，所以出现当“预设跟生成不对”时，为了把学生的回答往预设上靠，会问很多无谓的“引导问题”，其实只要我能对学生充分的信任，肯放时间，不怕“浪费时间”，学生一定能自己纠正过来，一定能说好的。他就是真的说不好，也大多“意在不言中”了。我不能灰心，课堂是学生们的，迟早一天我要还给他们。

所以说“课上似同学”并不是简单的“放手”，你必须有足够的信心放手之后依然在课堂控制方面游刃有余，你必须有充分的信任相信你的学生能够做好，即使做得不够理想，那

么你也要接受学生的一切真实情况给他修正的机会，你也许会多浪费一些时间，也许会失去讲多道练习题的机会，但这样的课堂却是真实的属于学生们的。

除了能够真正和学生站在一起外，华老师还特别重视学生的错误，把它作为一种融错资源在课堂上加以利用，达到极好的教学效果。

华老师有一句话让我印象很深刻，误导导误就是你导了，他误了，然后他醒了。他醒了是他自己的醒悟，他所得的经验必定比教师外在的传授要深刻许多。这正是对课堂上孩子们的心理变化生动的解读。华老师计算器的例子很精彩，课的开始，学生可能因为对所学内容有所了解而“鄙视”学习内容，华老师起先就问大家，会用计算器吗？大家摩拳擦掌。老师这时候引导学生犯错，让他把自己会的使出来，碰到壁了就会静下来学习，原来还有自己遗漏的知识，等到学到一点东西了，华老师又问大家，会用计算器吗？大家这时候会有所犹豫，当然肯定会有自我感觉良好者认为自己已经会了，结果华老师又让一些人碰了壁，学生们再一次在错误中学到了新的东西，这样学生们在不断的错误中加深了对使用计算器的理解，我真的会了吗？相信经过这一节课的学习，孩子们在回到这个问题的时候会谨慎一点，因为——正像华老师总结的——学无止境。

我也体会到，学无止境，失败是成功之母，错误更是学习的资源。

“问渠那得清如许，为有源头活水来。”我源头的活水就是不断地学习优秀的教师，我现在还远不是一个精彩的老师。

演讲的心得体会篇二

又是一年开学季，下面为大家带来的是斯坦福的开学演讲，一起来看看。

whatareyougoingtodowiththat?

但那不是我提出的问题。这里的“做”并不是指工作，“那”也不是指你的专业。我们的价值不仅仅是我们的工作，教育的意义也不仅仅是让你学会你的专业。

教育的意义大于是上大学的意义，甚至大于你从幼儿园到研究生院的所接受的所有正规学校教育的意义。

我说的“你要做什么”的意思是你要过什么样的生活？我所说的“那”指的是你得到的正规或非正规的任何训练，那些把你送到这里来的东西，你在学校的剩余时间里将要做的任何事。

你是如何从活泼能干的19岁年轻人，变成了只想一件事的40岁中年人？

我们不妨先来讨论你是如何考入斯坦福的吧。你能进入这所大学说明你在某些技能上非常出色。你的父母在你很小的时候就鼓励你追求卓越。他们送你到好学校，老师的鼓励和同伴的榜样作用激励你更努力地学习。

专业化的问题是它只能让你成为专家，切断你与世界上其他任何东西的联系，不仅如此，还切断你与自身其他潜能的联系。当然，作为大一新生，你的专业才刚刚开始。

在你走向所渴望的成功之路的过程中，进入斯坦福是你踏上的众多阶梯中的一个。再读三年大学，三五年法学院或医学院或研究型博士，然后再干若干年住院实习生或博士后或者助理教授。总而言之，进入越来越狭窄的专业化轨道。

你可能从政治学专业的学生变成了律师或者公司代理人，再变成专门研究消费品领域的税收问题的公司代理人。你从生物化学专业的学生变成了博士，再变成心脏病学家，再变成专门做心脏瓣膜移植的心脏病医生。

我再强调一下，你这么做当然没有什么错。只不过，在你越来越深入地进入这个轨道后，再想回忆你最初的样子就越发困难了。你开始怀念那个曾经谈钢琴和打曲棍球的人，思考那个曾经和朋友热烈讨论人生和政治以及在课堂内容的人在做什么。那个活泼能干的19岁年轻人已经变成了只想一件事的40岁中年人。难怪年长的人总是显得那么乏味无趣。“哎，我爸爸曾经是非常聪明的人，但他现在除了谈论钱和肝脏外再无其他。”

还有另外一个问题，就是或许你从来就没有想过当心脏病医生，只是碰巧发生了而已。随大流最容易，这就是体制的力量。我不是说这个工作容易，而是说做出这种选择很容易。或者，这些根本就不是自己做出的选择。

你来到斯坦福这样的名牌大学是因为聪明的孩子都这样。你考入医学院是因为它的地位高，人人都羡慕。你选择心脏病学是因为当心脏病医生的待遇很好。你做那些事能给你带来好处，让你的父母感到骄傲，令你的老师感到高兴，也让朋友们羡慕。

从你上高中开始，甚至初中开始，你的唯一目标就是进入最好的大学，所以现在你会很自然地“如何进入下个阶段”的角度看待人生。“进入”就是能力的证明，“进入”就是胜利。

先进入斯坦福，然后是约翰霍普金斯医学院，再进入旧金山大学做实习医生等。或者进入密歇根法学院，或高盛集团或麦肯锡公司或别的什么地方。你迈出了这一步，似乎就必然会迈出下一步。

也许你可能确实想当心脏病学家。十岁时就梦想成为医生，即使你根本不知道医生意味着什么。你在上学期间全身心都在朝着这个目标前进。你拒绝了上大学预修历史课的美妙体验的诱惑，也无视你在医学院第四年儿科病床轮流值班时照

看孩子的可怕感受。

但不管是那种情况，要么因为你使随大流，要么因为你早就选定了道路，后某天你醒来，你可能会纳闷到底发生了什么：你是怎么变成了现在这个样子，这一切意味着什么。

不是说在宽泛意义的事情，而是它对你意味着什么。你为什么做它，到底为了什么呢。这听起来像老生常谈，但这个被称为中年危机的“有一天醒来”的情况一直就发生在每个人身上。

真正的创新，是创造新的可能性，是创造你自己的生活

不过，还有另外一种情况，或许中年危机并不会发生在你身上。让我告诉你们一个你们的同龄人的故事来解释我的意思吧，即她是没有遇到中年危机的。

几年前，我在哈佛参加了一次小组讨论会，谈到这些问题。后来参加这次讨论的一个学生给我联系，这个哈佛学生正在写有关哈佛的毕业论文，讨论哈佛是如何给学生灌输她所说的“自我效能”，一种相信自己能做一切的意识。

自我效能或更熟悉的说法“自我尊重”。她说在考试中得了优秀的学生中，有些会说“我得优秀是因为试题很简单。”但另外一些学生，那种具有自我效能感或自我尊重的学生，会说“我得优秀是因为我聪明。”

我得再次强调，认为得了优秀是因为自己聪明的想法没有任何错。不过，哈佛学生没有认识到的是他们没有第三种选择。当我指出这一点时，她十分震惊。

我指出，真正的自尊意味着最初根本就不在乎成绩是否优秀。真正的自尊意味着，尽管你在成长过程中的一切都在教导你要相信自己，但你所达到的成绩，还有那些奖励、成绩、奖

品、录取通知书等所有这一切，都不能来定义你是谁。

她还说，哈佛学生把他们的这种自我效能带到了社会上，并将自我效能重新命名为“创新”。但当我问她“创新”意味着什么时，她能够想到的唯一例子不过是“当上世界大公司五百强的首席执行官”。

我告诉她这不是创新，这只是成功，而且是根据非常狭隘的成功定义而认定的成功而已。真正的创新意味着运用你的想象力，发挥你的潜力，创造新的可能性。

但在这里我并不是想谈论技术创新，不是发明新机器或者制造一种新药，我谈论的是另外一种创新，是创造你自己的生活。不是走现成的道路而是创造一条属于自己的道路。我谈论的想象力是道德想象力。“道德”在这里与对错无关，而与选择有关。道德想象力是那种能创造新的活法的能力。

它意味着不随波逐流，不是下一步要“进入”什么名牌大学或研究生院。而是要弄清楚自己到底想要什么，而不是父母、同伴、学校、或社会想要什么。即确认你自己的价值观，思考迈向自己所定义的成功道路，而不仅仅是接受别人给你的生活，不仅仅是接受别人给你的选择。

它意味着不随波逐流，不是下一步要“进入”什么名牌大学或研究生院。而是要弄清楚自己到底想要什么，而不是父母、同伴、学校、或社会想要什么。即确认你自己的价值观，思考迈向自己所定义的成功道路，而不仅仅是接受别人给你的生活，不仅仅是接受别人给你的选择。

比想象力更难的，是按自己的价值观行动的勇气

很多很多的孩子，在操场上等候上课的第一声铃响。小小的手，圈在爸爸的、妈妈的手心里，怯怯的眼神，打量着周遭。

道德想象力是困难的，这种困难与你已经习惯的困难完全不同。不仅如此，光有道德想象力还不够。如果你要创造自己的生活，如果你想成为真正的独立思想者，你还需要勇气：道德勇气。不管别人说什么，有按自己的价值观行动的勇气，不会因为别人不喜欢而试图改变自己的想法。

具有道德勇气的个人往往让周围的人感到不舒服。他们和其他人对世界的看法格格不入，更糟糕的是，让别人对自己已经做出的选择感到不安全或无法做出选择。只要别人也不享受自由，人们就不在乎自己被关进监狱。可一旦有人越狱，其他人都会跟着跑出去。

在《青年艺术家的肖像》一书中，作者詹姆斯乔伊斯让主人公斯蒂芬迪达勒斯就19世纪末期的爱尔兰的成长环境说出了如下的名言“当一个人的灵魂诞生在这个国家时，有一张大网把它罩住，防止它飞翔。你们给我谈论民族性、语言和宗教。但是我想冲出这些牢笼。”

今天，我们面临的是其他的网。其中之一是我就这些问题与学生交流时经常听到的一个词“自我放任”。“在攻读学位过程中有这么多事要做的时候，试图按照自己的感觉生活难道不是自我放任吗？”“毕业后不去找个真正的工作而去画画难道不是自我放任吗？”

这些是年轻人只要思考一下稍稍出格的事就不由自主地质问自己的问题。更糟糕的是，他们觉得提出这些问题是理所应当的。许多学生在高年级的时候跟我谈论，他们感受到的来自同伴那里的压力，他们想为创造性的生活或独特的生活正名。你生来就是为了体验你自己的疯狂的：疯狂地打破常规，疯狂地认为事事皆有可能，疯狂地想到你有天赋之权去尝试。

想象我们现在面临的局面吧。这是对我们个体，对道德，对灵魂的一个重要见证：美国社会思想的贫乏竟然让美国最聪

明的年轻人认为听从自己的好奇心的行动就是自我放任。

你们得到的教导是应该上大学去学习，但你们同时也被告知如果你想学的东西不是大众认可的，那就是你的“自我放任”。如果你是自己学习自己感兴趣的東西的话，更是“自我放任”。

这是那个门子的道理？进入证券咨询业是不是自我放任？进入金融业是不是自我放任？像许多人那样进入律师界发财是不是自我放任？搞音乐，写文章就不行，因为它不能给人带来利益。但为风险投资公司工作就可以。追求自己的理想和激情是自私的，除非它能让你赚很多钱。那样的话，就一点儿也不自私了。

你看到这些观点是多么荒谬了吗？这就是罩在你们身上的网，就是我说的需要勇气的意思。而且这是永不停息的抗争过程。在两年前的哈佛事件中，有个学生谈到我说的大学生需要重新思考人生决定的观点，他说“我们已经做出了决定，我们早在中学时就已经决定成为能够进入哈佛的高材生。”

我在想，谁会打算按照他在12岁时做出的决定生活呢？让我换一种说法，谁愿意让一个12岁的孩子决定他们未来一辈子要做什么呢？或者一个19岁的小毛孩儿？

唯一你能做出的决定是你现在在想什么，你需要准备好不断修改自己的决定。让我说得更明白一些。我不是在试图说服你们都成为音乐家或者作家。成为医生、律师、科学家、工程师或者经济学家没有什么不好，这些都是可靠的、可敬的选择。

我想说的是你需要思考它，认真地思考。我请求你们做的，是根据正确的理由做出你的选择。我在敦促你们的，是认识到你的道德自由并热情拥抱它。

演讲的心得体会篇三

他们在教学工作中都涌动着一片对学生“爱心”，“以真诚去呼唤真诚”“孩子自尊，就像玫瑰花瓣上滚动露珠璀璨而容易跌落们希望尊重和欣赏”

看了报告很受启发和教育在今后教育教学中应该以她为榜样为人师表教书育人

师德建设时代要求也公众对教师要求教师承担社会角色有着与生俱来道德责任也自然有人格、榜样力量要求新时期教师爱国、爱教崇高职业理想要求教师依法执教、敬业奉献、热爱学生、关爱学生、以人为本、以身作则、言传身教、为人师表、教书育人才能真正对未成年人产生深远。

演讲的心得体会篇四

演讲是现代社会中一项非常重要的技能，它可以帮助我们获取联络、促进交流、提高口才等多种好处。而且，在各种各样的场合中，我们都要参加演讲。对于那些经常演讲的人来说，他们可能已经熟悉了演讲的技巧。然而，在演讲前，很多人都会感到非常紧张。那么，在演讲前，我们该如何减少紧张的情绪，在演讲中表现出最好的状态呢？以下是一些我个人在演讲前的心得体会。

第二段：了解演讲需求

在演讲之前，我们需要对演讲的需求进行了解，这有助于我们对整个演讲有个更好的把握。我们需要明确我们的演讲对象，演讲时间、演讲内容，这将帮助我们更好地进行演讲方向的选择，提高我们的演讲效果。在了解演讲需求的同时，我们也需要做好演讲背景的了解，尤其是对所在的行业或者企业进行了解。这将有助于我们更好地把握演讲的主题和内容。

第三段：做好心理准备

在演讲前，我们需要做好心理准备，以便克服紧张的情绪。可以通过深呼吸、放松身体、通过音乐调节情绪等方式来做好准备。此外，我们还需要根据自己的特点制订出适合自己的演讲计划，纳入对话模式，这些都将帮助我们更好地克服自己的紧张情绪。

第四段：关注演讲前的细节

在演讲前，我们需要关注细节，这将有助于我们提高演讲效果。例如，我们可以提前预览演讲场地，熟悉空间、注意场地布置，同时还可以采用多媒体设备来帮助演讲，包括投影仪、视频音频等等。我们还应该在演讲前进行语言、肢体表达的模拟，帮助我们更好地掌握演讲技巧。这将有助于我们在演讲中提高自信心。

第五段：在演讲中表现

在演讲中，我们需要特别关注自己的表现，包括语言表达、肢体表达、语速等等。我们还需要充分调动情感因素，将自己的思想和情感透过演讲传递给听众。在演讲中，我们还可以利用幽默、温情、感人等方式来吸引听众，提高演讲的效果。最终，我们要在演讲过程中，保持镇定、自信，并在演讲结束后进行知识总结，为下次演讲做好经验总结。

结论：

总之，在演讲前，我们需要深入了解自己，了解演讲需求，并做好心理准备，关注演讲前的细节，最终在演讲中充分表现自己。虽然演讲是一项难度较大的技能，但通过刻意练习，我们可以不断提高自己的演讲技能，更好地发挥自己的潜力。

演讲的心得体会篇五

演讲是一种通过口头表达，将信息传递给他人的艺术。无论是在学校、工作场所还是其他公共场合，演讲都是一项重要的技能。通过演讲，人们可以分享自己的观点、传递信息和激励他人。我曾经有机会参加一次关于演讲的培训班，这次经历让我深深地感受到演讲的重要性，并带给我很多宝贵的心得体会。

首先，在演讲时，语言表达能力是至关重要的。无论是在正式的演讲场合还是在日常交流中，清晰流畅的语言表达可以使听众更容易理解和接受信息。通过培训班，我学到了一些提高语言表达能力的技巧。例如，练习口语表达并增强词汇量可以帮助我更流利地表达自己的观点。此外，注意语调和语速的变化，使演讲更具吸引力和说服力。

其次，演讲不仅要具备良好的语言表达能力，还需要有一个清晰明确的主题。在演讲中，一个明确的主题可以帮助我更好地组织思路，使信息更易于理解和接受。在培训班上，我学习了如何确定主题并进行有效的主题陈述。我也学到了如何通过引入、论述和总结来使主题更加突出和引人注目。这些技巧使我的演讲更加有条理和连贯。

此外，在演讲中，有效的身体语言和肢体动作也是非常重要的。通过合适的身体语言和肢体动作，我可以更有效地传达信息，吸引听众的注意力。我在培训班上学到了一些关于身体语言的技巧，如保持良好的姿势、眼神交流和手势运用等。这些技巧使我的演讲更加生动和有趣，并能够更好地与观众建立联系。

最后，一个出色的演讲需要充分的准备和实践。在演讲之前，我需要准备好演讲的内容，并熟悉演讲的流程和要点。此外，通过大量的实践，我可以提高自己的演讲技巧，并克服演讲的紧张感。在培训班中，我有机会进行了多次演讲，这让我

对演讲有了更深入的了解，并提高了自己的演讲能力。

总结起来，演讲是一项需要不断学习和实践的技能。通过语言表达能力、主题明确性、身体语言和肢体动作以及准备和实践的重要性，我对演讲有了更深入的体会和认识。我相信，随着不断的学习和实践，我会在演讲方面取得更好的发展。演讲的魅力在于它可以改变他人的思想和行为，而对于我来说，能够用演讲的方式影响他人是一种无比珍贵的体验。我希望通过自己的努力和不断学习，能够成为一名优秀的演讲者，用我自己的声音传递出积极的信息和动力。

演讲的心得体会篇六

演讲是一项充满挑战的任务，特别是在公开场合，演讲者必须面对着一个陌生的观众。每个人的演讲风格不同，有的人能够信心满满地发表演讲，表现得十分出色，而有些人则会紧张，忘词甚至说错话。我也曾经是其中之一，但随着时间的推移和经验的积累，我学到了一些演讲前的心得体会，希望能够帮助有需要的人。

第一段：思考主题，制定演讲计划

在演讲前，我们需要思考主题，并制定一个明确的演讲计划。我们应该花时间研究主题，了解观众对这个主题了解的程度和信息需求，以及如何呈现自己的演讲。通过更好地准备，我们可以避免在演讲过程中迷失方向或失误。

其次，我们需要编写演讲稿，这极大地提高了我们的自信心和准备能力。一般而言，我们需要对演讲稿进行多次修改和打磨，以确保语言表达清晰，逻辑连贯，让观众更容易理解和接受。

第二段：充分准备，练习演讲

演讲前最重要的是充分准备，并多次练习演讲。练习演讲有助于我们更好地记住演讲内容，形成自然而自信的表达方式，同时能够帮助我们发现和解决可能存在的问题，使得在演讲现场更加从容、自信。

在练习中，我们可以借鉴他人的演讲风格和技巧，学习他们在舞台上的表现方式。同时，我们也需要逐渐形成自己的演讲风格和特点，以在舞台上表情自如、流利自如地出演讲。

第三段：准备好必需品，如音响、投影设备等

在演讲前，我们还需要准备好必需品，比如音响、投影设备等。如果需要，我们还可以在舞台周围放置笔记纸和饮料，来解决在演讲过程中的一些应急情况，如忘词或者喉咙干。

当然，我们在当然需要提前到演讲现场进行测试，以确保所有设备正常运作，避免出现技术故障等突发情况。

第四段：调整状态，保持镇静

演讲前，往往会感到忐忑不安，但我们有许多方法可以调节自己的情绪，比如进行深呼吸、放轻松的音乐、与朋友聊天等。这有助于我们放松身心，进一步提高演讲时的专注和表现。

在演讲开始后，得到观众的认可和赞许时，我们的信心会得到提高，进一步令我们更加自信地发表演讲。

第五段：自我总结，不断改进

演讲结束后，我们需要及时对自己的演讲进行总结和评价，找出成功和失败的原因。我们需要问自己问题，如“我是否成功达到我想要传达的信息？是否让观众感到受启发？是否有更好的可以改进的地方？”通过这些自我审视，我们可以

逐渐改进演讲，进一步提高自己的演讲能力。

总之，演讲是一项需要充分准备和自我调整的任务。我们需要思考、准备、练习、调整，并且不断总结和改变自己，才能变得更加自信、出色。希望我的心得体会对大家有所启发。

演讲的心得体会篇七

第一段：引言（200字左右）

演讲是大学生生活中必不可少的一部分，无论是演讲课还是各种社团活动，都需要我们进行讲话表达自己的观点和想法。如何才能让自己的演讲更为生动有趣呢？最近，我参加了学校的演讲周活动，在这里学到了很多有用的技巧和经验，收获颇丰。下面，请允许我分享一下我的心得体会。

第二段：讲述学习的具体内容（300字左右）

在演讲周期间，我主要学习了演讲的基本技巧和注意事项。比如，在演讲前要进行充分准备，包括研究演讲主题和准备演讲稿件；演讲时要适当运用肢体语言和语音语调；要注意给听众留下深刻的印象，例如通过事例、幽默和感性语言等方式。此外，在演讲时要时刻注意与听众保持互动，通过问题回答等方式与听众建立联系，让自己的演讲更有说服力和感染力。这些技巧和注意事项对我以后的演讲肯定会起到很大的帮助。

第三段：谈论自己演讲的经历（300字左右）

在演讲周的尾声，我参加了一个小组演讲比赛。在准备过程中，我尽力遵循了演讲周中所教的技巧和注意事项，并与我的组员们进行了多次排练，希望能够在比赛中有所斩获。在比赛中，我和我的组员们这些技巧和注意事项都得到了充分的运用，我们表现得十分自信和专业。最终，我们获得了第

一名的好成绩。这个比赛让我深刻地认识到，只要我们全身心地投入到演讲中，运用好演讲技巧，我们就能取得很好的效果。

第四段：总结取得的有效成果（200字左右）

通过演讲周的学习和比赛的经历，我不仅学会了一些新技巧，还更加自信和勇敢了。我意识到演讲不仅是一种技能，更是一种与他人交流的方式。只有当我们能够充分欣赏听众，理解他们的需求，才能够更好地传达自己的观点和想法。演讲周为我提供了一个重要的学习机会，我会将所学到的技巧和经验积极应用到以后的演讲中。我相信，随着不断的实践和磨练，我的演讲水平会更上一层楼。

第五段：展望未来的学习和发展（200字左右）

在未来的学习和生活中，我会继续尝试新的演讲技巧和方法，并不断改进自己的表达能力。同时，我也希望能够成立一个演讲社团，与志同道合的朋友们一起探讨演讲的魅力和技巧，提高大家的表达能力。我相信通过不懈的努力和坚持，我们一定能够成为优秀的演讲家，并为自己的未来发展打下坚实的基础。

总之，演讲周让我获得了很多的收获和体会，帮助我更好地理解演讲的真正意义和魅力。我相信这个经历会更好地帮助我走向成功的道路。

演讲的心得体会篇八

今天有幸坐在一起交流学习名师教学体会深感内疚，虽工作多年，却毫无建树，与名师无法比较，与同行相比也相差甚远，借此机会谈一谈近两个月学习的一点认识。

有幸看了多位全国知名特级教师的课堂教学，以及旁人的介

绍，感触很多。一堂堂优质课都生动地诠释着新课改下的新课堂型，每堂课又不失个人风格、特色，亮点很多。特级教师的课堂风采仍在我脑海中不断浮现，久久回味。我的心中也荡漾着做老师的幸福，那就是在课堂上与孩子们“心灵感应”般的真情对话，呈现出和谐的、焕发生命光彩的课堂，产生着令人震撼的课堂生命力。

细细想来，这一堂堂“自然天成”的课堂教学境界里，该有多少值得琢磨、学习、研究、反思的地方呀。

吴正宪老师善于把一些枯燥的数学内容变为情趣多而意味深长的故事或游戏，以情导知，以知促情。在“求平均数”课刚开始，她便别开生面地向全班提出：“咱们分两组来做拍球比赛好吗？”孩子们自然喜出望外。“怎么比？”眼看每人都来拍球时间来不及，大家提议“选代表”，于是每组派4人（这蕴含着统计中的“抽样”），并当场根据每一代表的拍球个数作了统计。不一会儿，甲组发现本组拍球总数超过乙组，高兴地欢呼起来。此时，吴老师自告奋勇也参加比赛，并把她拍球数加入乙组之中，顿时乙组的总数明显增多，孩子们很不服气，喊道：“这不公平！”（甲组4人，乙组5人）那么，怎样才能公平呢？有的说：“甲组也再加1人。”如果不允许加人呢？矛盾激化了，有个孩子站起来用手比划着说：“把每组几个人拍球的个数匀乎匀乎……。”这一“匀乎”，表明孩子们已从实际问题的困惑中产了“求平均数”的迫切需求，吴老师便水到渠成地引入了“平均数”，随即与大家共同探索求平均数的方法。这种创造性的教学，使学生能真正感悟到平均数的统计意义（当然还是初步的，但是是有价值的），充分体现了数学课程改革的新理念。而我们在教学“求平均数”时，不是从实际出发，而是从问题入手，有什么样的问题，用什么样的方法去解决，似乎完成了教学任务。其实学生印象并不深，掌握得不牢，不活。一旦遇到新的.问题，往往束手无策。对于相同的问题由于没能完全理解而失误，这不得不值得我们深思，吴正宪老师的教学方法值得一学。

首先，让我仰慕的是吴正宪老师的成功。教改文章散见于全国多家教育教学报刊上；不断应邀讲学、作报告，每场报告都引起强烈反响；参加了中国教育电视台“名师讲坛”节目的录制工作；为联合国教科文组织、儿童基金会录制了教学片；曾登上国际数学研讨会的讲台宣读论文……这些成就都是教师所梦想的，其中任何一点都让我向往。有人会说老印又在说谎，年纪那么大了，学历不高，似乎没有什么追求，还在说漂亮话。其实不然，平时嘴上说说消极话，但实际工作从不含糊，人活着不就是为了“名”吗？谁愿自甘堕落，不求上进。

其次，让我深思的是吴正宪的经历。她1954年出生，1970年中学毕业就开始了教师生涯。80年代初开始进行教学改革，十年后取得了巨大成绩。我深深思索：她16岁就开始教书，仅仅中学毕业，学历并不高，更没有受过正规的师范教育，只是通过自己默默地耕耘，虚心地讨教，才换来了今天的丰硕的成果。应该说我们的条件比她要好，可我们还是被禁锢在传统的教学模式之中。自认为教学经验有一点教学方法懂一点，不思进取，按部就班，日复一日，年复一年，二十多年的工作仍无所作为。通过学习对比，不禁使我深感羞愧。也因此激发了我，使我产生了奋斗的激情，人生有终点，学习永相随。

第三，让我惊叹的是吴正宪老师的“大胆”。她有胆量改革教材，不按照教材原有的编排体系进行教学，而根据知识的内在联系和学生的认知规律从新组织教材；她有胆量在一年时间内完成五六年级两年的教学任务，并提前一年参加全区的小学毕业考试。虽然上级有关部门并没要求我们这么做，但我们自己心中一定要有一杆称，知识结构的联系及延伸。我们必须心中有数，每一节课的知识的掌握和积累必将为下一节知识点的理解起铺垫，独立章节的起源来自何方，采用什么的迁移方法唤起学生的兴趣，有待我们去尝试。这就要求我们虚心学习新课改理念，借鉴特级教师的好方法，使自己“活”起来。

最后，我们要做的就是赶紧行动起来，更认真地搞好教学工作，并努力创造各种条件进行教研和教改活动，在学校的统一安排下，独立自主，学名师，赶先进，促进自身教学水平的提高，促进素质教育的发展。

演讲的心得体会篇九

首段：引入与背景。

演讲是人们在现代社会中一种不可避免的现象，无论是个人还是组织，都需要通过演讲来表达自己的思想和价值观。但是，对于很多人来说，进行演讲是一件比较困难的事情。因此，在此文章中，笔者将会分享自己演讲前的心得体会，希望能够对大家有所帮助。

二段：确定演讲主题的重要性。

在进行演讲之前，我们首先要确定自己的演讲主题。演讲主题的确对于演讲的成功非常重要，除此之外，也是我们演讲准备的第一步。需要明确的是，演讲主题应该和自己的兴趣和专业水平相匹配，这样才能让自己在演讲中发挥出自己的特长和优势。

三段：充分进行准备的重要性。

演讲的成功与否很大程度上取决于我们的准备工作。好的准备工作会让我们更加自信和专注，从而更好地传达我们想要表达的思想。在准备过程中，我们需要进行充分的研究和准备，积极寻找资源，以便让我们的演讲更加精彩生动。如演讲需要PPT辅助或幻灯片，可提前准备，更好地展开演讲。

四段：演讲时的信心与表达能力。

演讲时的信心和表达能力也非常重要。信心能够让我们更加

出色地完成演讲而使演讲更加流畅和高效。同时，在演讲过程中，我们需要注意语速和语气的变化，能在恰当的时间点使用不同的语言来表达在吸引听众注意的同时不致于显得单调和乏味。

五段：总结与建议，指明未来方向。

综上所述，演讲前的准备和演讲时的表现，都是决定演讲成功与否的关键。在演讲中，我们要从自己的角度出发，积极寻找资源并充分准备，充满信心地表现和精彩的演讲将体现出我们的特长和优势。对于以后要进行演讲的人们，应该更加注重自己身上的漏洞，坚持不懈地努力提高，不断完善自己，以让自己更加自信。