

2023年朗诵户外拓展实训 朗诵心得体会 会(大全5篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

朗诵户外拓展实训篇一

朗诵是一种通过声音和语调来表达情感、传递信息的艺术形式。作为一种训练演讲能力、培养表达能力的方法，朗诵在学校和社会中都得到了广泛的应用。对我而言，朗诵不仅仅是一种演讲技巧，更是一种情感和思想的释放，使我在表达中获得了独特的体验和收获。

首先，朗诵给了我一个展示自我的平台。在朗诵时，我可以选择符合自己喜好和个性的作品，通过声音和表达方式来展示自己的内心世界。有时，在台上朗诵时，我会感受到很大的舒展和释放，这让我能够更好地了解自己，并展现自己的独特魅力。例如，有一次我选择了一篇优美的诗歌进行朗诵，我将自己完全沉浸在诗意的世界中，感受到了诗歌的美妙与深远，同时也让观众体会到了我的情感和艺术表达。

其次，朗诵培养了我的语言表达能力。在朗诵中，准确地发音、把握好语调和节奏都是至关重要的。通过不断的练习和尝试，我学会了如何运用声音来准确表达思想和情感。这使我在日常生活中的交流中更加有自信，能够清晰地表达自己的观点和想法。同时，朗诵也提高了我对语言美感的敏感度，让我更加欣赏和理解各种不同风格的文学作品。

再次，朗诵加深了我对文学作品的理解和感悟。通过不断朗读和理解文学作品中的意境和情感，我能够更好地领悟作品

背后的深意，并将之融入到朗诵中去。在朗诵过程中，我会通过语调、情感和声音的运用来传达作品的内涵和思想。这种理解和感悟不仅仅是对作品本身的诠释，也是对人生和情感的思考和表达。例如，在朗诵一首关于友情的诗歌时，我深刻地体会到了真诚友情的珍贵和重要性，这使我更加重视和呵护身边的友情。

最后，朗诵让我体验到了与观众共鸣的喜悦。在朗诵时，我会时刻关注观众的反应和情感。当我朗诵的声音和情感传达到观众的内心时，我会感受到强烈的满足感和喜悦。这种与观众的情感交流也成为我对朗诵产生兴趣和热爱的动力之一。通过朗诵，我深刻地领悟到了声音的魔力和表达的力量，它可以唤起人们内心深处的情感和共鸣，带来与他人心灵相通的瞬间。

总之，朗诵是一种既能够展示自我的艺术形式，又能够培养语言表达能力和理解文学作品的方法。通过朗诵，我不仅仅得到了表达思想和情感的机会，也在表达中不断成长和进步。朗诵给予我独特的体验和收获，使我在声音中感受到了情感的释放和与他人共鸣的喜悦。朗诵，正是通过声音和表达让内心得以沟通和传达，成为我生活中不可或缺的一部分。

朗诵户外拓展实训篇二

友谊，是人类最纯洁的感情，是天空中两颗星的邂逅，即使匆匆擦过，也会闪出明亮的光华；友谊，是心海中两叶小舟的偶遇，虽不会永远相伴，却能彼此留下难忘的印象。

既然友谊如此美好，为何我们不珍惜它呢？我发现有些行为，实在是给圣洁的友谊蒙上了虚伪的灰尘。比如过生日送礼就是其中的一种。这几天连续有同学过生日，也就连续有“送礼”、“贺生日”的。朋友过生日，送点东西表示庆贺，本来无可非议，但生日礼物逐步从幼年时的铅笔、橡皮到现在的金卡、玩偶，从几分钱到几十元，变化不能说不大，档次

的迅速提高实在令人担忧。并且，我们现在的生活水平还没达到能花几十上百元买礼物送同学的地步。青少年好胜心强，看见别人送得好，自己就要送得更好，越比越高，以至不顾实际大手大脚地花钱。

友谊不是送礼就能得来的，像这样大手大脚地送礼物，仿佛不是在倾诉友情，而是在攀比礼物。我并非不主张送礼，作为朋友，在这样一个值得纪念的日子里庆贺一下是应该的，但不必送这些浪费钱财的东西，即使不送东西说声祝福，对方也不会不领情的。

友谊坐等，等不来；乞求，求不来；逼迫，它不仅不会产生，还可能向其反面发展。吝啬的人不会有朋友，卑鄙的人更不会有友谊。友谊不能斤斤计较，也不是患得患失。只有在真诚付出的条件下，它才能天荒地老；只有在互勉互谅的培育下，它才能天长地久。

俗话说：“千里送鹅毛，礼轻情义重。”我想这才是友谊与送礼之间的真正意义所在吧。

谢谢大家！

朗诵户外拓展实训篇三

首段：一个人通过朗读和朗诵可以表达内心情感，同时也可以展示自己的语言表达能力和情感交流能力。而朗诵心得体会就是通过朗诵的过程中产生的体验和感悟，是一种对内心的思考和体验的总结。在这篇文章中，我将分享我朗诵的心得体会。

第二段：朗诵对于我来说，是一种情感的表达和释放的方式。在朗读诗歌和散文的时候，我会进入作者创作时的情景，用声音和表情诠释文字中的情感。在朗读的过程中，我会体验到一种与作者心灵对话的感觉，有时甚至能感到他们的愤怒、

忧伤或喜悦。通过朗读，我能够更深入地理解作品的内涵，并将其中的情感传递给观众。

第三段：朗诵不仅仅是对作品的理解和表达，同时也是对自身语言表达能力的一种锻炼。通过朗读不同类型的文学作品，我可以更加熟悉和掌握一定的词汇和语法结构，使自己的表达更加流利和准确。在练习朗读的过程中，我也能够感受到自己的声音调节和情感表达能力的提高，这对于日后的演讲和交流都有着积极的影响。

第四段：朗诵也是一种情感交流的方式。在朗读的时候，会有观众和听众，我们的声音和情感能够直接传达给他们。在这个过程中，我意识到自己的声音和情感能够影响到他人，能够在他人心中引起共鸣。这让我更加珍惜朗诵这种形式，通过把握情感的表达和节奏的控制，我可以将作品的魅力传达给观众，并启发他们对于生活和文学的思考。

第五段：通过朗诵心得体会，我深刻体会到朗诵的魅力和意义。朗诵不仅是对作品的诠释，更是对内心情感的释放和表达。它通过语言的力量激发人们内心深处的共鸣，让听众能够更加深入的理解作品背后的情感。朗诵不仅仅是一种技巧的训练，更是能够让人们感受到作品的魅力和力量的一种表达方式。

结束段：朗诵心得体会并不只是对朗诵技巧的总结，更是对自己对待文学和情感表达的态度上的回顾。通过朗诵，我更加热爱文学，更加珍视文字背后的情感，也更加重视自身的语言表达能力。朗诵给我带来了无尽的乐趣和成长，我相信，通过朗诵的练习和体验，我将不断进步，用更加优美的语言和情感带给观众更多的喜悦和思索。

朗诵户外拓展实训篇四

世界上所有的玫瑰，也不能比拟友情的芬芳与美丽。朋友，

是这个世界上最令人愉快的东西。友谊，更是这个世界上不能缺少的东西。

友谊是雨中的伞，是黑夜里的灯火，是扬帆航船途中的风，是崎岖山路上的扶手，友谊是一间不上锁的房间，你随时可以敲门进入；友谊也是一把钥匙，能帮你打开心灵之门。

然而，茫茫人海之中，朋友弥足珍贵，友谊并非唾手可得。试想一下，如有银钱经手的事，你信得过的朋友能有几人？在你人生失意之中雪中送炭的朋友能有几人？你出门在外之时对于你的家人肯加照顾的又有多少？你得意的时候和你称兄道弟，而在你走入困境之时能让友情长久维持者，又有几人？世界上是有朋友的，但不是随意可得，而是像沙里淘金一样难得。而朋友一旦真铸成了友谊，便会金石同坚。所以，我们应该像珍惜金子一样地珍惜朋友，珍惜友谊。

是的，友谊是锦上添花，更是雪中送炭，友谊是阳关大道上的携手远足，更是崎岖攀登路上的相互搀扶。

友谊是一棵树，要用真诚和挚爱去浇灌，用信任和宽容去栽培。嫉妒和猜疑是毒药，会使友谊之树根枯叶焦，失去生命的绿色。

友谊是推心置腹的交谈，是默默无声的关怀。友谊是不求回报的付出，是无拘无束的平等交流。友谊是理解，是尊重，是从一颗开放的心走进另一颗开放的心。友谊是驱逐孤独和绝望的动力。

朗诵户外拓展实训篇五

等待

那一缕凄婉的夜光抚慰我的心。

我喜欢在黑夜里沉思，
喜欢在一个人的时候
捕捉灵魂失落的感伤。
曾经破碎的希望
已经慢慢地风化掉了，
我只能在静默中消融俗世的烦躁，
而潮湿的空气总会打湿我的脸。
如果我只是你手中玩弄的陀螺，
那么可不可以让我一直随着你旋转？
那如车轮一样的飞旋，
是否还能碾碎我一世的悲哀？
是的！
我承认我已经停不住脚步，
我在你的呵护中驶向崭新的一天！
……
我听到你随风寄来的哀怨，
阵阵刺痛穿透我的神经，
又一次撞疼了心灵的疤。

疼痛让我变得有些麻木，
我想在沉默中掩盖所有的忧伤，
闭上双眼，闭上双眼.....
我在磕绊中慢慢停住旋转的脚步，
摇曳的身躯开始变得沁凉。
我知道我又将被冷落在世界的一角，
那残存的一丝光亮，
在生命的最后倏忽了一下熄灭了。
我开始悲哀，
被撕裂的绞痛
还在幻想你能重新为我疗伤。
我想去触摸那不属于我的东西，
再一次竭尽全力的挽留你。
也许我一直都是静止的，
只因那一次你吞噬了我的魂，
我才在漩涡中打转。
听不进俗世的喧嚣，
我愿随风飘荡，

带着无限的幻想，

还有我的思念，

我对你的眷恋，

还有我的疼.....