

课前演讲哲理故事及感悟(实用7篇)

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。大家想知道怎样才能写得一篇好的心得感悟吗？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得感悟吧，我们一起来看看吧。

课前演讲哲理故事及感悟篇一

早上好！

今天国旗下讲话的题目是《端午节，我们的传统节日》

同学们，你们能列举出我国的传统节日吗？

也许，你们早已习惯了圣诞节的狂欢，习惯了在“母亲节”送给妈妈小礼物，习惯了在“父亲节”向爸爸表达感激之情。其实，一年365天，还有许多印有“中国”标签的节日，如春节、端午节、中秋节等。这些传统节日折射着古老的中国文化，象征着丰富的华夏文明，闪耀着龙的传人无穷的智慧。

农历五月初五是今年的端午节。端午节是我国传统的节日的代表。它的历史可追溯到春秋战国时期，至今已有两千多年。端午还被称为端阳、重午、女儿节、龙日等。民间纪念端午节的风俗很丰富，较普遍的庆祝形式有赛龙舟、吃粽子、挂艾草等等。每一项端午习俗背后都蕴涵着深厚的文化内涵留存着独特的文化记忆。

传统节日是一个民族的身份证和文化标签。然后，当我们的生活被高科技元素充斥时，人们也多多少少冷落了传统节日，丢失了对文化传统的记忆。

同学们，一年一度的端午节就要到了。你们想用什么方式纪念这个绵延两千年的传统佳节呢？让我们从今年端午节开始，

重新拾起对中国传统节日的关注，赋予中国传统文化更多的新元素，用自己的力量，拯救传统节日习俗，发展传统节日习俗，创新传统节日习俗，让中国文化逐渐被世界上更多的人接受和认识，毕竟，民族的就是世界的！

课前演讲哲理故事及感悟篇二

大家好！

难忘小学时的幼稚，但又盼望着中学时代的成熟；难忘小学学拼音时的认真，但又期待新知识的灌输；难忘父母在学校门口接我时那熟悉的身影，但又希望自己快快长大。

时光飞逝，新学期的第一周我在新的校园结识着新的同学，学习着新的知识，感受着新的生活。一切都是那么新鲜，还带点幼稚的我们在新的课本中点破新的人生道路。

跨进我梦想的高中，展开双臂迎接我的却是军训的考验，这是让我始料未及的。对于我们这些一直生活在父母双翼下的人来说，无疑是一种考验，一种自我的挑战。可是，樱花如果没有百花争艳我先开的气魄，就不会成为美丽春天里的一枝独秀；荷花如果没有出淤泥而不染的意志，就不会成为炎炎夏日里的一位君子；我们如果没有坚持到底的毅力，就不会成为紧张军训中的一颗亮星。

结束一天的军训，重新坐回教室，提起笔，手竟然抖了。真的，一天下来，胳膊虽然很酸、很疼，训练的时候有几次我都想放弃了，但是，看着我们那年轻的教官，一个二十几岁的小伙子，满脸洋溢着自信的风采，我犹豫了，他也不跟我们一样吗？我要努力，要像他们一样，充满自信，勇敢地面对挑战。

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，这是我对军训的体验，“千磨万仞还坚劲，任尔东西南北风”，这是军训的成

果。在我们从懵懂走向成熟的过程中，军训给了我们很大的动力，它让我清楚地认识到什么叫做责任，什么叫做承担！

山没有悬崖峭壁就不再险峻，海没有惊涛骇浪就不再壮阔，河没有跌宕起伏就不再壮美，人生没有挫折磨难就不再坚强。我相信，年轻的我们会越来越坚强，我们的人生也会越来越精彩！

我的演讲完毕，谢谢大家！

课前演讲哲理故事及感悟篇三

加减乘除，算不尽您作出的奉献！诗歌歌赋，颂不完对您的崇敬！您用知识甘露，浇开我们理想的花朵；您用心灵的清泉，润育我们情操的美果。在这不寻常的节日里，献上我们深深的祝福！

每年，我把第一缕春光和贺卡一起寄给您，我亲爱的老师，愿春天永远与您同在！

阳光普照，园丁心坎春意暖；雨露滋润，桃李枝头蓓蕾红——祝您教师节愉快。

您是园丁，为祖国山川添秀色；您如春雨，润育桃李，神州大地尽芳菲。在这喜庆的节日里，让我献上一支心灵的鲜花，向您表达忠心的祝愿。

用满天彩霞谱写颂歌，用遍地鲜花编织诗篇，也表不尽我们对老师节日的祝贺！

我不是您最出色的学生，而您却是最尊敬的老师。在您的节日里，我要把一份崇高的敬意献给您。

敬爱的老师，您的谆谆教诲如春风，似瑞雨，永铭我心。我

虔诚地祝福您：康乐、如意！

我们从幼苗长成大树，却永远是您的学生。在您花甲之年，祝您生命之树常青。

您因材施教，善启心灵。我们捧着优异的成绩，来祝贺您的胜利！

老师，祝您教育的学生，人才济济，精英辈出。

老师，您是真诚的、善良的、美好的。愿所有同学的心扉都向您敞开。

愿我这小溪的乐音，永远在您深邃的山谷中回响。

课前演讲哲理故事及感悟篇四

前几天看了一期《天下女人》，是关于刘嘉玲的访谈录。作为一位著名艺人，必然要面临比我们普通人沉重得多的压力。谈到如何释放压力，嘉玲说她一般会选择两种方式，一是精心打扮自己，穿上靓丽的衣服使自己心情好转，二是到大自然中去，亲近自然，舒展心情。

每个人都会有这样那样的压力，也都需要适合自己的释压方式。如果还不懂得什么样的方式才能给自己降压，就一定要用心去发现、去尝试。

就我的经验看，释放压力最好的方式就是转移注意力。记得一位朋友在开导我的时候曾作过这样一个比喻：我们看待问题和压力就像看一张白纸上的一个小黑点，如果我们的眼睛死死地盯住这个黑点，就会觉得这个黑点怎么那么黑呀，于是心里满满的都是这个黑点，而如果我们把目光放宽了，放眼整张白纸，这才发现，原来，那个黑点在整张大白纸上原来才那么不起眼的一丁点而已，白纸还是很白的呀！

原来很多时候，我们之所以那么纠结于一个问题，产生某一方面的压力，久久难以释怀，只是因为过于关注它，把所有的注意力都集中在它身上，越是这样，便越觉得它仿佛占满了我们的心房，成了生活的全部，于是，就越觉得压抑和沉重。

感觉到压力或者情绪低落的时候，我通常的做法是，找一些能吸引自己注意力的事情来做。比如：放下手中的工作，去看一些情节跌宕、引人入胜的小说；或者，穿上舒服的休闲服和平底鞋，出去逛逛街，给自己买一件漂亮的衣服或者喜欢的首饰；又或者，想想有什么自己喜欢吃但很久没吃到的美食，然后揣着钱包狠狠地去吃一顿；如果实在抑郁得很，也可以找一两个好朋友，去ktv吼一嗓子，把所有的怨气都吼出去。

总之，只要是舒服的，自己喜欢的，能转移自己注意力的事情，都可以去做。

当时间一点点过去，到了某个时刻，也许你就会发现自己的烦闷的心情已经舒缓了许多，而那些让你烦闷的事情，也或许已经有了新的转机。

课前演讲哲理故事及感悟篇五

大家好！

前不久，我读了一则童话故事，它是英国作家王尔德写的《巨人的花园》。故事讲的是一个巨人看到孩子们在自己的花园里玩耍，很生气，他在花园周围筑起了高墙，将孩子们拒于墙外。从此以后，园里花不开，鸟不语，一片荒凉，春夏秋都不肯光临，只有冬天永远留在这里。

一天，孩子们从墙洞爬进来，春天也就跟着孩子们来了，园里立刻变得生机勃勃。当他把孩子们再次赶出花园之后，花

园又被冰雪覆盖了。后来，在小男孩的启发下，巨人醒悟了，随即拆除了围墙，花园成了孩子们的乐园，巨人生活在漂亮的花园和孩子们中间，感到无比的幸福。

王尔德的这个快乐故事，让我的心久久不能平静，那个巨人，他两次的自私与冷酷给花园带来了冰雪寒冬，让孩子们失去欢乐的同时，他自己也同样孤单寂寞，更享受不到花园里明媚的景色！我们常说：“赠人玫瑰，手有余香”。其实，快乐也一样，给别人快乐，自己也快乐。

我还记得这样几句名言：“把你的痛苦与人分享，你的痛苦将会减少一半；把你的快乐与人分享，你的快乐将增加一倍。”是啊，分享快乐不会使自己损失什么，却能让这个世界充满温情。相反，有了快乐，一个人独乐，最终也不会快乐。

与别人一起分享快乐是一种美德，因为快乐能够传染。其实很多时候，与别人分享快乐，既是给了别人一个机会，也是给了自己一个机会；既给了别人一个好心情，自己也留下了一份好心情。

既然这样，那么请打开你的心灵，真诚地与别人分享吧——自己是一团火，就要想法把别人点亮；自己是一盆水，就要想法把别人洗净；自己是一粒米，就要想法长出更大的稻穗；自己是一弯月，就要想法给夜行人送去清辉。

与人共享快乐，你也会更加快乐！

谢谢大家！

课前演讲哲理故事及感悟篇六

大家好！

今天我演讲的题目是《构建和谐校园，共创美好明天》。

和谐是我国传统文化的精髓，是事物存在的最佳状态，也是一切美好事物的共同特点。实现和谐，是古往今来人类孜孜以求的美好理想和愿望。而调动一切积极因素构建和谐校园正是构建和谐社会的一个重要组成部分，也是一个永恒的主题。

和谐的校园，是社会与学校的和谐，人与环境的和谐，学生与老师的和谐，同学之间的和谐。构建和谐校园，需要我们每个人有一颗善良的心和一个积极主动的心态。

生活在学校中，我们首先要做到的就是保护学校干净、整洁的环境，维护学校的良好形象。这不仅需要值日生每天按时打扫卫生，每个同学自觉做起，不随地吐痰，不乱扔垃圾等，更需要大家懂得自己在校园中代表班集体、在校外代表学校的道理。所以我们要注意自己的形象，做到语言文明，举止端庄，讲礼貌，懂礼仪。在社会树立良好的养正形象，从而打造学校与社会的和谐。

学校中，建立和谐的同学关系，对于我们的学校生活和学习来说，也是非常重要的。关心帮助有困难的同学，让他们感受到和谐校园的温馨。保持良好的心态，宽容待人，用一颗真诚的心去换另一颗真诚的心。同学之间友好相处，从而打造和谐的人际关系。

构建和谐校园需要建立好的学风、好的校风。我们要倡导一种蓬勃向上的团队作风，一种脚踏实地的学习精神，将学风建设的目标指向“理想、团结、自强、成材”。一种团结奋进的班风和刻苦勤奋的学风能促使个人在良好的环境中成长。好的校风如春风化雨，不声不响地吸引每个学子奋勇向前，为了理想而努力拼搏。校风积极向上，从而打造和谐的教育氛围。

和谐，是一个永恒的话题。如果校园是一棵绿树，那么和谐便是树上的枝枝叶叶；如果校园是一片蔚蓝的天空，那么和谐便是空中一排排成群结队的飞鸟；如果校园是一泓清泉，那么和谐便是泉眼中一滴滴甘甜的泉水。

只要我们每一位同学都为此而努力，因自己的力量而使校园更加和谐，我们的养正小学就会拥有更加美好的明天！