

最新观看演讲比赛心得(模板8篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

观看演讲比赛心得篇一

“感恩是一种态度，也是一种力量。”在2022年全国高校生感恩演讲比赛中，我有幸参加了这场盛会，通过与同学的交流和互动，让我深刻明白了什么是感恩，感恩的重要性，以及如何用感恩的态度去生活和面对未来。

第二段：感恩的重要性

感恩，是一种对生命和磕磕绊绊的过程的赞扬和感激。在这个竞争激烈的社会里，人们往往忽略了自己所拥有的一切，而只盯着比自己更优秀的人。但如果我们能够真正理解感恩的重要性的意义，便能帮助我们更好的生活和工作。感恩可以让我们乐观积极地面对生活，也可以让我们更加地关注身边的人和事。更重要的是，感恩让我们的生活更加美好和丰富多彩。

第三段：比赛经历的收获

参加演讲比赛让我深刻体会了感恩的重要性。在准备演讲的过程中，我不断思考自己的人生阅历和经历，并反思自己的不足之处。同时，也深刻意识到自己身边的人对自己的支持和鼓励。在比赛的舞台上，我用真诚的态度和语言，表达了自己对母亲、朋友、老师和福利社会的感激之情。最终，我成为了受到评委和观众们赞赏的演讲者，并深感自己真的理解了什么是感恩。

第四段：继续发扬感恩精神

在比赛之后，我继续深入思考自己如何更好地发扬感恩精神。我开始尝试更多地和身边的人交流，并关注别人的需要，主动为他们提供帮助和支持。同时，我也努力寻找自己的感恩点，将更多的时间和精力用于感恩身边的一切。我逐渐意识到，感恩不仅仅是一种态度，也是一种行动，一种能够带给自己和别人美好的力量。

第五段：结语

感恩，是一种美好的情感。通过参加比赛，我深刻理解了感恩的重要性的意义，也学会了如何将感恩精神融入到生活中。我希望更多的人能够理解感恩的重要性，用感恩的态度去面对未来的生活和工作。相信只有在感恩的道路上，才能够找到真正让自己和别人幸福的方向。

观看演讲比赛心得篇二

尊敬的各位领导、各位评委：

大家好！我是来自xxx的xx[]今天，很荣幸参加这次演讲活动。

我们正身处改革和发展的历史关键时期，没有血与火的洗礼，没有苦与难的磨砺，没有生与死的考验，但使命高于天，责任重如山。让我们以开展“转作风改文风”主题活动为契机，谨记宗旨，真心为民，用自己的责任和忠诚再展人民公仆的风采，以饱满的热情和昂扬的斗志迎接新的挑战。

“为了人民的嘱托”，每当我想起这句话，心中就会耸立起一座山，奔流着一条河，人大干部的崇高使命感油然而生。然而，我们经常会听到这样一种说法，“人大代表举举手，政协委员喝喝酒”，人大工作是虚的，人大干部是二线干部，为退休过渡而已。客观地说，在这种认识的影响下，人大机

关干部得过且过、不思进取、安于现状、无所作为的现象不同程度的存在，这是对人大职责的一种亵渎，是对人民嘱托的一种淡漠，是政治上的麻木、情感上的疏冷、信念上的动摇。所影响的不仅仅是几个经济指标的下滑或是某个社会问题的沉积，而是党和政府在人民心中的份量，是人民政权深厚根基的稳固，是我们的千秋大业，绝不可等闲视之啊！

一夜东风起，壮歌扫残云。市第十次党代会吹响了新的进军号，“转作风、提效能、促发展”主题活动的开展，让我们思想高度警觉，精神为之一振。回想走过的岁月，我们感慨多多。近年来，区政府对社区卫生服务的加强、对更多就业岗位提供、体育健身场馆的落成使用、区属小学教育若干问题的解决等等等等，这桩桩件件哪一件不都叠映着我们人大机关干部下基层调研的身影，回响着人大常委会领导带领着人大代表监督抓落实的铿锵脚步。我区群众来信来访案件办复率100%，省人大视察组对我区民生工程落实情况给予充分肯定……，这一切，令我们深刻感到唯有转作风、下基层、勤服务、抓落实，我们才能不辱使命，人大工作才大有作为。

也许，大家都知道，我市北城区新建了一所梨树园小学，这为缓解我区部分小学成班额较高、布局不合理发挥了积极作用。但一定少有人清楚，那美丽的校园倾注了我们人大干部和人大代表多少心血和汗水啊！梨树园建小学，这是市、区两级代表普遍关心的民生大事，为落实代表议案、满足百姓期盼，我们的机关干部、人大代表经常放弃节假日进行实地调研、考察。从春到夏，从秋到冬，365个日出日落，我们牵肠挂肚，操碎了心。由于下去多了，老百姓与我们熟悉了，亲近了，把我们当成一家人。我们对老百姓的所思、所想、所盼也了解得更深更透了。一位拄着拐杖家住梨树园的老大妈感慨地对我们说：“我这条腿呀，就是为了赶到老远的市中心小学接放学的孙女儿而摔断的，现在好了，孙女儿就在家门口上学，不用赶着接送了，我呀，也省心多了。”

各位领导、同志们：清代县吏郑板桥常怀忧民之心，他在一

首诗中写道：“衙斋卧听萧萧竹，疑是民间疾苦声”。我们以民生为本的中国共产党人，在“立党为公”先进理念的指导下，集民族优秀品德于一身，更应当时刻把人民的利益放在心上，沉到基层，为民解忧，鞠躬尽瘁，死而后已。这正是我们“转作风、提效能、促发展”的应有之意。让我们按照市第十次党代会提出的要求继续努力吧，这是人民的嘱托，是时代的期盼，是使命的呼唤！

观看演讲比赛心得篇三

上周，我参加了外研杯演讲比赛，这是一场为期两天的比赛。在这个比赛中，我不仅有展示自己的口才和演讲技巧，更重要的是，我学到了很多关于演讲的技巧和心得，收获了许多宝贵的经验。

第一天，是比赛的初赛环节。走进比赛的会场，我看到了许多同学都在焦虑的准备着，有人在背稿，有人在思考如何更好地展示自己。和大家交流后，我发现他们中的大多数都有着同样的困扰——紧张。作为第一次参加演讲比赛，我也感到有点紧张，但我告诉自己要保持冷静，要相信自己的能力。所以，我利用自己之前准备的时间来回顾和演练演讲稿，同时注重调整自己的情绪状态，保持积极乐观的心态。

第二天，是决赛的日子。与初赛相比，决赛的竞争更加激烈，同学们都一展所长，呈现出了各自的风采。这时候，我明显感到压力增大了，但我告诉自己不要被压力打败，而是要将其化作动力。我相信只有保持自信，才能在台上有所表现。于是，我前去观摩了几个参赛者的演讲，从中我学到了很多，使我对自己的演讲有了新的理解。尤其是他们的表情和肢体语言，让我认识到演讲不仅仅是文字演绎，还需要通过各种方法去激发观众的共鸣。

比赛的最后，轮到我上台了。由于经过前两天的演讲和调整，我已经掌握了自己的节奏和状态，有了一定的把握。我站在

台上，向观众们微笑，然后开始了我的演讲。在演讲的过程中，我不但时刻关注着我的话语，还与观众进行了互动，这样能保持观众的注意力。我意识到，演讲要有自信，要有亲和力，这样才能打动观众的心。在演讲结束后，我感到充实和满足，因为我尽了最大的努力，也尽力发挥了自己的潜力。

比赛结束后，组委会进行了评分和点评。他们指出了我的不足之处，同时也肯定了我的进步。在这个过程中，我认识到演讲是一个学习和成长的过程，它需要不断地反思和改进。通过这次比赛，我明白了演讲比赛不仅是为了获取荣誉，更是为了提高自己的沟通能力和表达能力。明白了演讲的重要性，我决定在以后的学习中，更加注重演讲的训练，提高自己的沟通能力和表达能力。

总之，外研杯演讲比赛是一次宝贵的经验，让我学到了很多关于演讲的技巧和心得。通过这次比赛，我不仅提高了自己的演讲能力，也锻炼了自己的心理素质。我相信，无论以后面对怎样的挑战，我都会信心满满，迎难而上，努力成为一个温暖、有力量、有影响力的演讲者。

观看演讲比赛心得篇四

我觉得演讲对每个老师来说都有着积极的意义，有助于锻炼老师的口才和语言表达能力，提升老师的自信心，虽然我们每天都在上课，但和面对成人站在台上演讲根本不是一回事，如果认真的用心投入的去做，对老师的促进作用绝不亚于参加一次公开课。

这是我第一次参加演讲比赛，整个过程对于我来说真的是一种全新的体验。改稿子，背稿子，要一遍一遍的背，有感情的背。现在想来，脱稿其实也不难。只是即使在台下背的多么流利，也必须要有镇定自如的心理素质才能发挥出演讲的水平来，自己在这点上真的差了许多，整个演讲过程错了好几处地方，因为紧张发出的声音都有些颤抖。也许参赛时紧

张是必然的，没有一个人能够在面对比赛时全无紧张之色，她们能表现的那么好是因为她们已然准备充分，可以让她们把内心的怯隐藏起来，我还是没有准备充分，稿子没有牢牢记在心里，一紧张就容易出错，没有办法将我的讲稿所要表达的情感用声音、用动作表达的淋漓尽致。

比赛完，感觉一切都很轻松，回想，自己能参加这次比赛就是件幸事，无论结果如何，自己都享受了过程，又在过程中得到了收获，努力了，尽力了，最起码不让自己留有遗憾。

比赛真的是一个很好的锻炼我们自己的机会，我们都应该珍惜这样的机会，抓住这样的机会，锻炼自己，提高自己，展示自己的风采。

观看演讲比赛心得篇五

近日，我有幸参加了一场关于感恩主题的演讲比赛。这场比赛让我深刻体会到了什么是真正的感恩，也让我更加领悟到感恩的重要性。在此，我想分享一下我的心得体会。

1. 感恩，是比金钱更加珍贵的东西

在这个物质社会，人们往往会忽视感恩的重要性。但是，当我们遇到了一些特殊的人或事情时，我们才会深刻地感受到感恩的珍贵价值。在演讲比赛中，我听到了很多的感恩故事，有的是为了自己的成长而感恩校园老师，有的是为了生命安全而感恩无私的爱心救援人员。这些故事都让我产生了深深的感动，并让我意识到感恩是比金钱更为重要、更加珍贵的东西。

2. 感恩，应该从心底发出

感恩并不是简单地说“谢谢”两个字那么简单，而是从内心深处发出的一种感谢之情。在听到很多选手的演讲时，我深

深感受到了他们心中的感恩之情。他们为了表达自己的感恩之情，付出了很多的汗水和努力。正是因为感恩真正从心底发出，才能更加地感人，也才能让听众更加地被感染。

3. 感恩，能够让人拥有更多的幸福

感恩不仅仅是一种情感，更是一种行为。在演讲比赛中，我听到了一位选手的演讲，他讲述了自己生活中所经历的一段艰难时期，但是因为有了感恩的心态，他并没有陷入绝望，反而更加珍惜自己所拥有的。最终，他克服了困难，走出了低谷。通过他的演讲，我深刻地感受到了感恩的力量，它能够让我们在困境中更加坚定勇敢地面对生活，也能够让我们拥有更多的幸福和快乐。

4. 感恩，让我们更加团结和谐

感恩是一种美德，而美德的传递也能够让人们更加团结和谐。在演讲比赛中，有很多选手讲述了在感恩心态的影响下，他们与家人、朋友和同事之间的关系变得更加融洽。这再次证明了感恩的美德对于人际关系和社会和谐的重要性。因此，我们需要时刻保持感恩的心态，不仅仅是为了自己的幸福，更是为了共同的幸福。

5. 感恩，应该是一种持续的习惯

感恩是一种美德，但它不仅仅是一种心态，更是一种行动。我们需要将感恩融入到日常生活中，在生活中时刻感恩身边的人和事。同时，我们也需要将感恩带入到工作中，感恩每一个帮助我们成长的人，感恩每一个为社会做出贡献的人。只有将感恩融入到生活和工作之中，并把它作为一种持续的习惯，才能让我们持续地感受到它的力量和真正的意义。

总结：感恩的意义很深远，我们不仅要在演讲比赛中发出真挚的感恩之情，更应该将感恩作为一种生活和工作的习惯。

如果能够时刻保持感恩的心态，并将其融入到行动中，我们一定会拥有更加幸福和美好的生活。让我们从现在开始，向身边的每一个人和事说一声感恩！

观看演讲比赛心得篇六

第一段：引言（约200字）

近日，我参加了外研杯演讲比赛，此次参赛给我留下了深刻的印象。这是一次难得的机会，让我能够展示自己的演讲能力，并与其他参赛者交流学习。参加比赛，不仅让我成长了许多，还让我明白到演讲的重要性以及与人沟通的艺术。下面我将分享一下我的心得体会。

第二段：准备与演讲技巧（约300字）

准备是成功的关键。参加演讲比赛前，我花了大量时间准备演讲稿，选择合适的话题并进行深入研究。同时，我通过观看往届比赛的录像，学习其他参赛者的演讲技巧，尤其是他们如何运用肢体语言和声音的变化来吸引观众的注意力。我也发现，一个好的开场白和结尾能够给观众留下深刻的印象。另外，身体语言的运用也非常重要，我在演讲中注重站姿、手势与眼神的运用，以提升演讲的表达力。

第三段：与他人交流（约300字）

演讲比赛是一个与他人交流学习的好机会。比赛中，我遇到了许多优秀的演讲者，与他们的交流让我受益匪浅。我发现每个人都有自己的擅长的领域和独特的观点，通过与他们交流，我扩大了自己的视野，学到了新的知识和理念。同时，在与他人交流中，我也能够发现自己的不足之处，并从他人的建议中得到提高。这种相互学习和交流的氛围让我觉得非常温暖和振奋。

第四段：紧张与突破（约300字）

在比赛前，我感到非常紧张。但是通过准备充分，我逐渐增加了自信心。比赛开始时，虽然紧张仍然存在，但是随着演讲的进行，我逐渐投入其中，并发现演讲并没有想象中那么可怕。通过不断地参加比赛，我学会了控制紧张情绪，提高演讲的自然度和流利度。这种突破让我对自己的能力有了更深的认识，也为我未来的演讲打下了坚实的基础。

第五段：收获与反思（约300字）

参加外研杯演讲比赛，让我受益匪浅。我不仅提高了自己的演讲技巧和表达能力，还学习到了与他人交流的艺术。同时，这次比赛也让我懂得了准备的重要性，以及如何克服紧张情绪。通过比赛，我发现演讲不仅是一种技巧，更是一个表达自我的平台。未来，我会继续努力提高自己的演讲水平，并将其运用到实际生活中，与他人更好地沟通交流。

总结：

通过参加外研杯演讲比赛，我体会到了准备的重要性，学习到了演讲的技巧和沟通的艺术。这次比赛不仅让我成长了许多，也让我更加自信和勇敢。我相信，通过不断地练习和实践，我会变得更加优秀和出色。我感恩这次机会，也期待着未来更多的演讲比赛和交流学习的机会。

观看演讲比赛心得篇七

自己参加了一个家长会演讲比赛，这让我受益匪浅。首先，这次比赛是一个非常好的锻炼机会，让我在演讲方面有了更多的进步。同时，这也是一个交流和分享的机会，让我和其他家长了解家庭教育的重要性和责任。

第二段：准备演讲

首先，准备是演讲的关键。在这一方面，我非常珍惜时间。在比赛前，我花了很多时间研究有关家庭教育的书籍和文章，并自己总结了一些经验和思考。我设计了一个简洁而有力的演讲内容，并练习了数十次，以确保自己的发言流畅，并让观众听从。

第三段：表现演讲

然而，准备仅仅是第一步。在演讲的实际过程中，我还要考虑很多因素。例如，我需要考虑如何与观众建立良好的联系，并通过自己的语调和表现方式来传递自己的观点和思想。在演讲时，我尽量放松自己，并把自己的思想融入到我的语言和情感表达中。这种表现让我们赢得了评委和观众的赞誉。

第四段：倾听其他人的演讲

在这次比赛中，我不仅仅是在发言，我也是一个听众。我认真聆听了其他参赛者的观点和思想，并尽我所能为他们鼓励和支持。通过倾听他人的演讲，我也从中学习了很多，从其他家长的经历和思维中学到了更多的东西。

第五段：总结和反思

最后，我对这次家长会演讲比赛的经验 and 体会非常满意，同时我也回顾了自己的表现。通过演讲，我不仅仅是表达了我的观点和思想，也成为了更好的演讲者和听众。我相信，在家长会中，我们有许多机会与其他家长共同学习、互相支持，并进一步为我们的孩子和家庭做出贡献。

观看演讲比赛心得篇八

在校园里，演讲活动相当普遍。学生们纷纷登台演讲，宣传真理，传播知识，对促进社会主义精神文明建设起到了推动

作用。下面本站小编为大家整理了参加演讲比赛心得体会演讲稿，欢迎大家阅读。

作为一名新学员，很荣幸参加了由列检车间举行的“爱岗敬业，创先争优”为主题的演讲比赛，对于我而言它是一次历练，一个机会，对段而言，它既丰富了职工业余生活，使职工精神文明建设得到提高，也使职工对爱岗、敬业有了更深的理解，更为职工去创先、争优奠定了坚实基础。

能够代表我们乙班去参加这次比赛是主任对我的器重，更是乙班全体兄弟对我的信任，为了集体荣誉去付出、去努力、去拼搏、我愿意！我的心情也是十分的复杂的，这不仅是我的第一次演讲，也是参加工作以来第一次去面对车间领导、那么多的观众去表达自己、展现自己，担心自己做的不好，担心自己不能给集体争光，一切不乐观、不自信的想法随之而来。“没有谁天生就是演讲的，一回生二回熟，不要怕，相信自己、没事”张主任的这句话不断在激励着自己。是啊！不能把时间浪费在这毫无意义的事情上，要摆好心态、要加紧去练习、去思考怎样才能更好的把比赛做好才对。

当我想到能和车间各个班的精英同台竞技、一比高下，又觉得是一件乐事。的确，这些对手都是各有千秋，能和他们由陌生变为熟悉也是这次比赛最大的收获。他们带给我的感动不仅是那句“春节了，人过年，车不过年”，更是列检人员一年四季不管风吹日晒，天寒地冻都依然坚守岗位的那份执着与顽强，每一位选手在舞台上都饱含青春向上的活力，举止动作挥洒自如，更用着慷慨激昂的措辞吸引着台下各位观众的眼球。在比赛中，自己不仅是一名选手，也是一名听众，更是一名学习者，去查找自己的不足、去聆听他们的心声、去学习他们的演讲技巧。题目为“扎根基层做表率，争当一线排头兵”的选手用他真挚的情感很好诠释了列检党支部的每一名共产党员，讲述了他们作风顽强、意志坚定、敢于吃苦的光荣事迹，他们用实际行动赢得了广大职工的尊重、更提高了在职工群众中的威信。每一位选手都带动着观众的情

绪，他们的语言不停地感染着台下观众的内心深处，引起共鸣，引发思考，我不停地在思考着自己，曾经努力过、失败过，坚持过、放弃过，我很清楚的知道的路应该怎么走，尽管前面的路布满荆棘，尽管前路漫漫，要努力的还有很多、很多，但是我相信只要我不放弃，一切都是皆有可能。

比赛结束了，我平时的努力得到了回报，一个很不错的名次，体会到了成功后的喜悦，当然，车间举行这次比赛也得到了很好的效果，不仅使广大职工从思想上、还是认识上都得到了提高，使以后工作更易开展，还给参赛者搭建了一个平台让他们去尽情的展现自我。

在每一次比赛中，总会有收获的，参加比赛后，自身的能力都提高了，所以，我热爱参加比赛。这次的演讲与口才的比赛，我也参加了，收获也挺大的。

我们组在准备演讲稿时，每个人都有自己的任务，分工明确，找资料的，排版的写串联词的，一个不落。“众人拾柴火焰高。”这句话说得一点没错，我们从中感受到了集体的力量。最重要的是，我们了解了演讲的特点，感受到了它的独特魅力，这也是最根本的目标。

在比赛时，一位位选手的表现也十分精彩，他们各展其才，花尽了心思，见解也一个比一个独到。毕竟很多人是第一次演讲，还有些羞涩和不自然是在所难免的。一些选手发表感想时，也都笑着说道自己上来时很紧张，腿一直在抖，但是作为听众的我们，从他们的身体上体会到了一种勇于尝试、挑战自我的勇气和一股不肯服输的劲头，正是这股劲，使得他们的演讲具有感染我们的力量。

总的来说，这次演讲比赛开展得很顺利成功，我们也得到了我们参加比赛的目的，在比赛中收获了不少，团队意识也加强了许多。

历时两天的教育理论读书汇报会已经结束了。很高兴，我得了9.57分，在全县61名演讲者中排第十名，对这个成绩，我还算很满意的。

说实话，我这个人，平时不太爱表现自己，无论行不行的事儿，我都往后缩。但如果是交待给我的事情，只要你交给我了，我就一定会全力以赴，尽我所能。我知道这样的性格说好也不好，尤其是这次演讲中，从同仁们的各个精彩表现中，我也发现自己的很多不足之处，意识到自己的不足才能进步，我知道我离进步应该不远了，呵呵。

从各个参赛的选手的认真准备、激情演讲中更加深了我对认真、执着、爱岗、敬业的理解。更深刻地感受到了作为教育工作者的伟大与为人师的幸福。感动于刘校长、李校长和黄主任对我们各位选手的信任与赏识。我这次演讲的题目就是《在赏识中收获精彩》，因为有她们对我的赏识，而成就了我今天演讲的成功。赏识真是有一种神奇的力量，能给人勇气，能给人信心，促使我们去走向成功。

每一位成功者的背后都会有一些默默无闻的付出者，我也不例外，如果没有领导们同事们的鼓励，也不会有我们今天的成功。

谢谢你们，我的同事们，在我前进的路上有你们对我的帮助，真是好感动！我会将这些感动化为一种力量，全身心地投入到我的学习和工作中。为我加油吧！

做为一小人，做为一小的教师，我一定要学会努力地“向前冲”无论前面迎接我的是暴雨还是狂风，我不怕，因为我是一个小人，因为我是乐观向上的一小女子。