# 2023年表演活动心得(汇总5篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。相信许多人会觉得范文很难写？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 表演活动心得篇一

我是一个走在新社会的少年，在社会主义的旗帜下长大，感受时代的变迁，感受着我们这些新时代的少年们所经历的同样的有教育意义的活动。

五一运动会前夕，我们积极响应学校号召，为五一这个有着深远意义的节日的运动会做着团体操的彩排与练习。

回想先辈们在历史中的五月一日，那些有着一腔热血的爱国青年们，将他们的血和泪洒在了我们这片华夏土地上。我的心便怀着一种敬佩和感动的情愫。

不否认，我们在彩排团体操的时候，汗如雨下般把我们的体力汗水洒在了操场上，在炎炎烈日下，在蒙蒙细雨下，但我们依然风雨无阻。为了纪念那个节日，我们无悔的把体力和精力奉献到团体操当中。

而学校的每一位教师，我们的解惑授业的恩师们，依然从未有过一句怨言，带着我们一遍又一遍的排练，力求每一个细节做的完美。

从创梦到圆梦，每一个动作都有着特殊的含义，意味着我们这些未来的祖国栋梁，正在向着我们中华民族伟大复兴之梦前进着，并且执行着。

团体操，是一项团体性活动，从中我感受到了，在我们排练

到正式表演的这段时间。增强了我们班集体，乃至学校集体的团结性，统一性，严肃性，活泼性。增强了我们的凝聚力，让我们懂得，团结的力量是伟大的，是令人敬畏的。

我希望我们这一代的每一位少年，每一位青年，能积极相应这种意义深远的号召，让我们沐浴在这种团结的思想之下，把我们的祖国的未来，建设的更加繁荣富强。

## 表演活动心得篇二

20xx年3月1号，在联校教研组的组织下，我有幸观摩了一些数学名师的优秀课例，感受颇深。他们的课既没有刻意华丽的语言，也没有刻意的教具，但那幽默风趣的语言、超凡的教学机智，处处体现着教学艺术的魅力，使我久久为之震撼！

吴冬冬老师的《长方体正方体的认识》，对教材的挖掘深度以及教学设计的新颖都给我留下了深刻印象。吴老师通过立体的课件、动态的画面配合学生的亲自动手实践（切土豆），最后得出结论。真正体现了“知识的获得建立在学生经历的过程之上”的理念。

薛铮老师的《积的变化规律》，整堂课充分发挥学生的主体作用，在教师的引导下，让学生根据情境问题列出的算式发现问题：因数和积，谁变了？它是怎样变的？为什么会这样变？然后组织学生观察、讨论，发现规律，总结规律。让学生置身于具体的问题情境当中，突出了教学的实效性。

章雅玲老师的《垂直与平行》别出心裁，自制了一个长方体纸箱，在纸箱的正面画了一组平行线，让学生认识了这组平行线后，突然，章老师用小刀在平行线间切了一刀，然后旋转了起来，两条直线立刻呈现在了不同的平面上。短短的几分钟，通过这动态直观的演示，学生轻松理解了“同一平面内”这一难点，真是眼见为实，耳听为虚。

俞正强执教的《用字母表示数》一课，在课堂中就地取材，在纸袋里装粉笔，用课堂上学生和教师的岁数、会场的人数，甚至拿自己秃顶的头发来启发学生，学生在俞老师诙谐幽默的课堂语言中不间断的思考着.....尤其是他经典的反复问话“小朋友你今年几岁？”、“一共有a人，小朋友30人，那么大人有多少人？”，使课堂上欢声笑语不断。虽然没有课件，但精彩程度不逊于年轻老师有课件的课堂。

总之，这次观摩活动使我受益匪浅。我将把这次活动中的收获运用到今后的教学实践中,争取与名师一路同行，拾遗一路花香。

## 表演活动心得篇三

经过两年的表演学习，我终于明白了什么才是真正的表演。表演来源于生活，生活就是艺术取之不尽用之不竭的宝藏。引用一句俗语，却是真理——艺术来源生活观察人物练习比动物练习更深入了一步．它需要我们真正进入人物内心就这样．从解放天性练习到观察动物再到观察人物练习．我们经历了一次科学的有趣的卓有成效的又不失痛苦深刻的系统训练实实在在的体会到了观察的重要性，生活的重要性。对动物和人物的观察使我们必须具备细致的观察力，敏锐的感受力，深刻的理解力；组织练习使我们必须具备丰富的想象力，开阔的创造力，而展现练习时我们又必须具备专注的注意力，恰好的表现力，生动的模仿力，快捷的适应力．准确的判断力，坚定的信念感，和在舞台上应该具备的真实感，适应感．节奏感．幽默感。观察人物要从人物的内心，再到人物的语言，再到人物的动作特点，再到人物的职业特点，再看此人物对待其它人的不同的态度，自己再试着与人物进行由浅人深的接触，试着成为朋友，让这个人物在自己的心里永远扎上了根。

大二这一年的表演课进入了小说、电影、电视剧的改编阶段。进入这个阶段的基础就是要求我们必须对小说、电影、电视

剧都有大量的积累，然后再从有意义的、具影响力的作品中选择自己有兴趣的进行改编。在锻炼了我们如何将原作中相对完整的一件事、有意思的人物关系、有立意的中心事件和丰富、具体的规定情境浓缩在舞台上来体现的同时，也锻炼了我们如何从组织自我的行动过渡到组织角色的行动。

小说、电影、电视剧都给我们提供了规定情境、人物关系等，我们对规定情境的开掘、对人物理解程度的深浅直接关系到在舞台上组织角色行动的准确与否。最初我们交的作业不是完完整整的切下电影中的一段，就是将改编混乱的小说搬上舞台，不是故事情节交代的`没头没尾的不完整，就是信息量不足、太平面化，在角色的塑造上也丢掉了自我，更没有把握好人物的欲望去完成舞台上的最高任务，也没有将鲜活、丰满的人物展现出来。实话说这个阶段没有一个角色的感觉能在我身体、思想中流动起来，我很遗憾，我也在寻找原因，是不是因为太理性了？所以在了解了作者或导演的意图后，对自己饰演的人物要从多种渠道中进行了解，就像观察生活一样从他们的职业特点、外形特点来深入了解他们的内心特点（思维逻辑的特点），通过我们的想象使他们的音容笑貌在我们脑中更加清晰。现在诞生在我们身上的角色都会带有我们自身或多或少特有的形体、语言、思维逻辑的习惯特点，所以拉近自身和角色的距离是十分必要的，但又不能模仿角色外在的一言一行，所以就要用自己所能理解的角色的说话方式、行动、思维逻辑方式进行生活和创作。

老师说过表演是实践的艺术．只有通过多次排练、演出．我们才能得到专业上的提高这些实践是要靠理论支持的。短短两年，我无论在表演专业技巧上，和对“表演”二字的重新认识与理解上．及对生活的全新体验．都有了很大程度的提高。感谢老师们，这两年你们被我们的顽皮和任性肯定“折磨”得挺“痛苦。但我们会让你们的这种“痛苦”得到倍计的回报，我们也会用自己的成果证明你们是无悔的付出。

# 表演活动心得篇四

这要从我的出发点说起，因为我的目的是要培养孩子对音乐的兴趣，钢琴玩起舒服，就安静地坐在那儿，不伤手不费气而且入门简单，四五岁的孩子拿个玩具键盘半小时能弹出小星星的主旋律，如果换了小提琴，半小时还搞不清楚脖子该怎么歪呐!其次，说得更深层一点，钢琴作为"乐器之王"，是表现力最强的一种乐器，而且还是多声部乐器，对孩子理解旋律、和声和曲式结构有天然的视觉听觉优势，要知道，大部分作曲家都是在钢琴前完成大型交响乐创作的。

难题来了，什么时候开始学?但凡大家叫得上名字的一些钢琴演奏大师级人物，基本上不会是5岁之后才开始学，一般是4岁，甚至3岁。

比如逃逃学钢琴的音乐学校校长，一位牛得找不到北的神女子，华盛顿邮报评价"罕见的、完美无瑕的钢琴天才"，就是从3岁开始学琴的。

所以，如果想往专业上发展，建议可以早点开始。

但不管什么时候开始，前提是要你"准备好"。

一是准备好环境，环境是指"音乐环境"，如果孩子在一个完全没有音乐环境的情况下，突然让孩子学习某样乐器，这样一来孩子上手会变得很难，容易产生挫败感，毁了孩子的兴趣。

要营造音乐环境其实并不难，你可以多哼歌给孩子听，或者多在家里放放音乐，带孩子参加有音乐相伴的其他活动等。

二是准备好心理，这心理包括孩子，也包括父母。

逃逃是5岁半才开始学钢琴的，当时我们经常在家自己玩电钢

琴，他在一边看得眼馋，认真地给我说他想学，我也认为他已经可以坐得住了，才送他去学校。

孩子准备好了，父母也要准备好，你要问自己，真的准备好每周风雨无阻地接送他上课了吗?真的准备好花时间花精力陪他进入音乐的世界吗?我有个朋友在国内教钢琴，她给我说过，在学琴的过程中，很多时候不是孩子不坚持，而是家长坚持不下来了。

一开始学就买琴，太破费?如果条件允许，当然一开始就给孩子买架钢琴最好。

不过对大多数人来说，那玩意又大又重又贵，万一孩子学不下去，还真挺可惜的。

逃逃开始学琴后一年多，回家都是用电钢琴练习，最近我们才给他买了一架立式钢琴。

尽管专家说两者根本就不是一种乐器，用电钢琴会"坏手型、坏耳朵"，但对不打算走专业的小盆友来说，我觉得问题不大。

而且从逃逃的实践看，也没那么严重，他还是学得好好的，参加了两次比赛评级，都是最高一档，评委老师的评价也挺高。

所以学琴不在于配备多高级的器材，而是得培养孩子浓厚的兴趣。

崩溃了，孩子不愿意练琴?如果你某天发现孩子偷懒不愿意练琴，先不要着急。

作为一位琴童家长，这种情况太普遍太正常了，千万不要抱怨不要郁闷。

我有个表哥，也就是逃逃的表舅，小提琴演奏家，现在广州交响乐团。

有次在多哈亚运会演出后，我们当地的记者采访了他，然后刊登了大篇"胡话"，大半篇幅在讲他小时候练琴多勤奋多认真。

但了解底细的我们知道，他小时候曾经也为了躲避练琴在马桶上一坐就是大半个小时呐。

练琴是门苦差事，家长要做好投入大量时间和精力的心理准备，如果你听说哪家孩子不用监督还每天好好练琴，那要么是家长在吹牛，要么这孩子是下一个莫扎特。

学琴之路，贵在坚持，而这种坚持，需要家长和孩子一起。

这一年和逃逃斗智斗勇，我总结了不少心得:1、上课做笔记，耐心陪练每次上课老师都会讲一些要点，家长最好做下笔记，平时陪练的时候提醒孩子注意，需要很细致，很耐心，放慢节奏分解，鼓励他的每一个小进步。

2、家长也要懂点乐理 千万不要拿自己"没有音乐细胞"做借口，其实乐理并不难，这跟音乐细胞八竿子打不到关系。

音乐是有逻辑的，只有很好的理解音乐逻辑，才能更好的去感受音乐，辨别和评价音乐。

家长懂点乐理知识在陪练的时候会用到，否则容易被忽悠。

3、不赶进度，可以慢但不要错 每首练习曲，无论是孩子，还是家长，都希望能赶紧练熟。

有时候我们会和孩子约定今天练几遍，但在这个途中，如果发现错误，必须及时纠正，否则练得越多，改起来越痛苦。

我跟逃逃经常这样，开始我开了个比较大的数，比如10遍。

但练到3、4遍的时候，我发现有些问题，就会和他商量，剩下几遍不用弹了，专门把有问题那一两个小节再着重练练就好。

这些问题怎么发现?那就靠家长自己的乐理知识和上课时的笔记了。

孩子感觉到自己的进步时，会很有成就感，因为的确比之前弹的更好听了。

到了这个状态，他往往还会自发地多练习几遍。

琴童家长应该都有相同的体会，让孩子练琴，一开始从0到1那几分钟特别困难，但只要练进去十多分钟，后面就会比较顺畅。

其实大人也一样，周一早上心情跌到底谷，到了周二周三工作状态就出来了。

所以，这是正常现象，我们要理解孩子。

4、间断后捡回来很难逃逃暑假回国，将近两个月没有碰琴，回来后花了一个月的时间才恢复到暑假前的水平，而且很困难，强烈的挫败感让他曾一度对钢琴有点抗拒。

所以，最好不要有超过一两周以上的间断。

5、如果可能，也陪孩子一起学 逃逃坚持学琴，很大的功劳在于逃爸的陪学，当然他个人也很感兴趣。

一起学习的好处就不用说了，相互攀比，相互刺激，可以"四手乱弹"，可以有很多欢乐。

# 表演活动心得篇五

我和爸爸妈妈去海洋公园看海狮表演。

海狮的身体乌黑发亮，嘴前长着两颗又长又锋利的牙齿。

根据教练的介绍，它们的祖先生活在陆地上，经过进化后变成了在水中生活的动物。它们游泳的本领很高，在水中能轻松捕鱼。海狮是一种非常聪明的动物。哦，关于它，还有这么多奇妙的知识！

开始表演了。教练吹口哨，把手里的球扔得高高的。海狮像箭一样快地跳了上去把球顶住，然后把球投到球篮里。好的，教练奖励它一条小鱼。海狮吃完鲜美的鱼后，兴高采烈地再投了几个球，教练又奖给它几条小鱼吃。接下来教练让它咬住一支笔，然后在纸上画画，小海狮这时可变成了小画家了。观众都热烈地为海狮鼓掌，海狮也跟着鼓掌。涨狮还表演了倒立、空中飞跃等特技。

海狮可真是又聪明又可爱的动物呀。

扣人心弦的海狮表演2

宁波雅戈尔动物园的海狮表演场，风景还真不错！那假山，怪石嶙峋；那池水，清澈见底；那小草，青翠欲滴；那大树，枝繁叶茂；那小花，竞相开放……令人觉得仿佛到了仙境。观众一落座，海狮表演就开始了。

第一个节目是海狮套圈。驯养师喂了海狮几条小鱼后，便拿来了一大堆的圈子，然后他将圈子一个一个小心翼翼地投向空中。海狮用它那油光发亮的“四肢”撑地，滑了过去，靠脖子的伸缩、摆动，将圈子一个个套在了脖子上。表演赢得了阵阵掌声，它也不停地在胸前拍“手”鼓掌。

第二个节目是海狮钻圈。钻圈，虽然我看多了，不过今天的表演还真引人注目。驯养师命令海狮下水。说是迟，那时快，只见海狮从水中一跃而起，水花像瀑布一般落下。它以飞快的速度收起“机翼”穿过圈子，冲入水中。蓦地，它又像跳跳球似的`弹了上来，再穿过另一个圈子。

紧接着，第三个节目－－海狮顶球开始了。驯养师将球放在海狮的鼻子上，（我认为是鼻子），海狮一下子就稳住了球，摇摇晃晃地过来向我们拍“手”示好。忽然，驯养师推了它一下，球掉了，逗得我们哄堂大笑。没想到，它迅速跳下水把球又顶了起来，前后就一眨眼工夫，这真让我们惊叹不已。

在欢乐的游玩中，我真切地感受到人与自然、动物的和谐美。