# 2024年好书分享演讲稿 个人经历分享演讲稿(19篇)

来源：网络 作者：梦中情人 更新时间：2024-08-01

*使用正确的写作思路书写演讲稿会更加事半功倍。在日常生活和工作中，能够利用到演讲稿的场合越来越多。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的演讲稿模板范文，我们一起来了解一下吧。好书分享演讲稿 个人经历分享演讲稿...*

使用正确的写作思路书写演讲稿会更加事半功倍。在日常生活和工作中，能够利用到演讲稿的场合越来越多。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的演讲稿模板范文，我们一起来了解一下吧。

**好书分享演讲稿 个人经历分享演讲稿篇一**

爱与被爱、奉献与快乐，都是我生命中最华彩的乐章，每一个音符都伴随着我的热血击打我澎湃的胸膛。所以在护士节到来的时候，我想用最美的形象和最美的语言讲述最美的故事：

清晨的阳光，从五洲金色大厅，斜射进三楼候诊区橘黄色的椅子上，走廊的尽头，站立着一排身穿粉裙的姑娘，或许您从她们身边经过，或许您远远的望着……

她们就像是一朵朵新鲜、娇嫩的花朵静静地绽放着。

每天，护士用整齐的妆容、温婉的语言、文雅的举止打造五洲最亮丽的一道道风景，一个柔柔的微笑、一个同情的眼神、一声亲切的问候，如春风拂去患者内心深处的忧伤，我们为爱与希望提起长明灯，，五洲就像一座风景如画的天使之城，充满快乐与祥和，她的守望者，有着美丽的心灵!有天使的地方，就有最美丽的风景!

女性的一生可以说是妇产科的一生，妇科的检查床和治疗床，女性朋友都很害怕，结合这种现象，妇科开展了治疗护理时的自我介绍，比如做治疗时，护士双手接过治疗单：你好，我是您的治疗护士\_\_\_，您今天的治疗时间是一个小时，我会动作很轻柔，每一步，我都会给您讲解，你有任何不适请及时告诉我，好吗?\_\_年5.12精神科护士演讲稿优秀范文分享

短短的几句话，一下子就拉近了我们和患者之间的距离，减少了患者的陌生感和恐惧感，每次患者都会笑着说:谢谢，听到护士温柔的这样做自我介绍时，我都从病人信任的眼神中感受到一种让我积极向上的力量，心里就向冬日的暖阳，笑容就会不知不觉的在我的脸上荡漾!

\_\_年3月的一天，产科病房来了一位临产的产妇，产程进展不是很顺利，临产8小时后，宫口只开大2公分，产妇和家属本来是希望自然分娩的，但是因为产程的消耗和疼痛，产妇及家属及其的烦躁，家属看着爱人痛苦的样子，心疼的在一旁不停的抽打自己，产妇大声的喊着：“大夫，求求您给我剖了吧!我实在受不了，您救救我吧!您救救我吧!”

看着这种场面，我们迅速一起分析该产妇的产程情况，估计胎儿体重6斤左右，骨盆腔够大，产妇26岁，比较年轻，认为呢还是应该给她自然分娩的机会。医生果断的决定给她行人工破水加强宫缩力，给她心理支持的任务自然就落到了我的身上。我把巧克力一小块、一小块放在孕妇的嘴里，连劝带哄的让她进食以保证体力，带领她在宫缩时练习拉美滋呼吸法，这是一种减轻产痛的方法，开始产妇并不理会我的口令，我说着。

而孕妇却不停的大声哭着，我把手放在她的脸上，轻轻抚摸着她的脸颊，我的眼睛坚定的看着她的眼睛：请你放松，再放松好吗,你的小宝宝马上就要出来，她走出来的每一步，你都会痛，你要和宝宝好好配合、共同努力，请你相信我，看着我的眼睛，你来和我一起做，吸气，慢慢吐气，吸气，慢慢吐气，非常好，吸气，慢慢吐气，你很棒，看着同样是满脸汗水，声音已经沙哑的我，孕妇渐渐的安静下来，慢慢的每次宫缩时能主动配合着我的口令进行呼吸的调整了。

时间一分一分的过去，4个小时后，6斤3两的小公主，顺利出生了!小公主一生下来就睁着一只眼闭着一只眼，那响亮的哭声在我听来仿佛天籁之音，我感觉我手中捧着的是盛开的玫瑰，是旭日东升的太阳，我抱着新生儿，让她的父亲亲吻孩子的额头：告诉他，这是上天送给他爱的礼物。

在那一刻，180的大男人眼泪像珍珠般落在孩子粉红色的还皱皱的小脸上，喃喃自语：我爱你宝贝，我也永远爱你的妈妈。霎那间，一股暖流划过在场的每个人的心田，温暖与感动--在产房蔓延!蔓延!我很感动，为自己、为母亲，我感动于母爱的坚韧，我感动于自己的执着!\_\_年5.12精神科护士演讲稿优秀范文分享

**好书分享演讲稿 个人经历分享演讲稿篇二**

尊敬的领导、亲爱的姐妹们：

大家好!

您见过连绵起伏深远的山吗?您看过汹涌澎湃宽广的海吗?今天，我演讲的题目就是：护士的心——就是那深远的山，宽广的海!

自从南丁格尔那盏小马灯照亮无数伤残战士生命的那一克起，便有无数巾帼志士受到那生命光辉的感召，纷纷放弃优越的生活来到各个需要帮助的人们身边，承担起守护健康守护生命的神圣使命。她们用勤劳的双手和博大的爱心，将人类的至真、至善、至美发挥到了极至，一如春风吹遍世界的每个角落。

我们的职业是被人尊称的“白衣天使”，也许只有同行们才清楚这天使背后的苦和累。工作对我们的要求是苛刻的。白大褂一穿，什么情绪和烦恼都得抛得远远的。在医院消毒水的气味中，我们走过了清纯的少女时代;从血淋淋的伤口边我们走过了炙热的青春年华;在白色的氛围中送走了无数个宁静的夜晚;在爱人的期待和孩子的埋怨中把自己奉献给了一个个伤痛病人。

众所周知我们的工作辛苦，没有固顶的节假日;没有固顶休息时间。工作琐碎，责任重大。有的护士还需要跟麻风患者、精神病患者、传染病患者打交道。我们默默无闻的付出了很多。然而我们却经常遇到委屈和误解。但我们无怨无悔。因为我们深知服务对象是一个个需要人帮助和同情、在病痛中苦苦挣扎的病人。

“医生的嘴护士的腿”，不说别的，就是一个晚上，上急诊班的夜班护士全部走下来的就有四五十里路。腿都跑肿了。也许您不相信，但是请您看看护士姐妹们小腿上那盘曲的静脉曲张，您就明白了。在急诊科曾有一件这样真实的事情：下午快下班了，几声长笛送来了十几名乘坐小公共汽车出车祸的外伤病人。

白班的护士都主动地留了下来，有条不紊地进行着抢救。直到晚上十点才回家。当饿着肚子拖着疲惫身体的小王问：“护士长，我们忙乎了一大顿却遭来一顿臭骂，那个醉汉还差点打着您!”护士长却大度地说：“那对小夫妻新婚燕儿，丈夫看到心爱的妻子伤得那么重，心里太焦急，加上又喝了酒。咱们就不要和他计较了。”象五一这样的长假，大家都留恋在如画的山水和浓浓的亲情中时，我们的急诊科却经常发生着这样的事情。

记得有一件事情我终生都难忘。当时，我为一名气管切开的患者做处置时。他气管套管里不时喷出的血溅了我一身一脸，空气中弥漫着臭味和血腥味。我真有点支撑不住的感觉，可是我忽然间看到，不能开口说话的病人做了一个动作，一个我终生都难忘的动作——病人费力地合拢手指做成作揖状，眼睛紧盯着我，满是无声的感激。那一刻，我被病人感动了，被我的工作感动了，感到这点委屈真的不算什么!

俗话说“三分治疗七分护理”，护理工作在整个医疗过程中占有举足轻重的地位。曾经有一个小脑萎缩的病人，病人原来是一位英语老师，但他连续说三个都不行。这样的病人单纯依靠医疗手段是不行的。我们就着重从心理因素是与他沟通，病人果然取得了较好的疗效。出院后为感谢我寄来了书法作品。我裱好后，拍成照片给他寄回去。让他真心感到护士对他康复的良好祝愿。一直到现在，病人都跟我保持联系，逢年过节都不忘给我寄一张贺卡。\_\_年5.12实习护士演讲稿优秀范文分享

您知道在英镑的背面印有女王伊丽莎白二世和南丁格尔的肖像吗?“燃烧自己照亮别人”，南丁格尔是英雄，是我们护士的骄傲。每一位真正的护士都是天使。我们的职业是这个社会不可缺少的职业，但又不是一种简单的职业。在我们每个人的一生中谁都无法拒绝天使，从您出生到您的生命完结，几乎每个人的生命都和护士有关。当生命悄悄来到每个人的身边，与病魔抗争和搏斗是，与生命同行的是护士。我们是普通的女性，在家里是女儿、妻子、母亲，我们又不是普通的女性，是这个城市时刻与生命同行的人。我们是护士，从开始喊护士小姐到阿姨到已是祖母级别的主任护师，我们坦然接受的称呼是“护士!”。

踏着春天的脚步，“5，12”护士节又来了。我的心情格外激动，我将继续与病人的生命同行，让病人因我的处置而减少痛苦，因我的健康指导而有所收获，因我的安慰而树立信心。我找到了自己的价值，我体会到了平凡中的伟大，选择了护士这一行，我无怨无悔!

各位亲爱的朋友，请看一看那连绵起伏深远的山，看一看那汹涌澎湃宽广的海，那就是我，是我们，是护士，是白衣天使的心!\_\_年5.12实习护士演讲稿优秀范文分享

**好书分享演讲稿 个人经历分享演讲稿篇三**

朋友们：

读过美国著名作家欧·亨利小说《最后一片叶子》的人，想必还记得这句话：“当最后一片叶子落下时，生命就都结束了，我也得离开这个世界而去了。

酷爱生活的女画家约翰西，患了肺炎濒临大限时，“害怕在她轻轻抓着这个世界的手越来越乏力的时候，她会真的像一片轻轻的、纤弱的叶子那样，随深秋的寒凤飘逝而去”。

初读这篇小说时，少年不识愁滋味，对主人公那仿佛病态的痴语我并不以为然，而正是在人类对绿色顶礼膜拜，绿色食品，绿色能源、绿色电脑、绿色冰箱，绿色建筑被人们广为崇尚的今天，重读小说《最后一片叶子》，才感悟到，这分明是一个寓言故事，约翰西的心语，分明是谷世之言，大籁希声。

就在欧·亨利自己的国家美利坚合众国的土地上，不是就有过深刻的历史教训吗?著名总统罗斯福对梅花鹿可谓情有独钟，从这点小小的总统私人利益出发，他便下令对北利亚桑纳州一片茂密的大森林进行大规模扫荡，大批鹿的天敌狮子、狼等食肉动物被捕杀殆尽。四千多只鹿于是生物爆炸一般，呈几何级数迅猛增长，十几万只伸特长脖子的可爱精灵们，吃光了树上的叶子，仿佛只在转眼问，著名的大森林就从地球上消失了，最后剩下的，只有凡头病鹿。鲁迅先生说过，悲剧是把美好的东西毁灭给人看。

在我省南部，有一个美丽的地方，她向来就被人们称为镶嵌在我们这个植物王国皇冠上的一颗绿宝石。她的美丽，当然是绿色赋予的。可是，就在这绿宝石之上，有家红砖厂的大烟囱，不分昼夜地喷吐着氟化物和二氧化硫严重超标的浓烟，致使亩的天然橡胶林受害，三万零五百株橡胶树为之枯死，胶民们虽然怨气沸腾，却眼睁睁地奈何不了它，无独有偶，在同一纬度的广西某地，也上演过惊人相似的一幕，如果说那一幕还有点不同的话，就是红砖厂的废气除了使大面积胶林枯死外，还造成多亩芒果只开花不结果，出现果荒。我们知道，天然橡胶是目前地球上极为少有的自然资源，仅生长在赤过附近，我们也知道，芒果是公认的“水果之王”，那么何以会出现上面那样的情况呢?因为红泥巴变成砖块，只需要几天的时间，远比橡胶芒果来钱要快!

绿色是和平和生命的象征。在很小的时候，我的心便融进了一个绿色的海洋。穿了十凡年国防绿的我，在老山战区那片阳光充足，绿色位浓的亚热带丛林中，度过了人生位美好的一段年华。就是在那样一个空气、阳光、风雨充足的天然大氧吧里，我步入了而立之年。此生最难忘的，能维系裁生命的，大概就只有那特殊的一片绿色了。而事实上，那片我魂牵梦紫的土地至今还不富裕，一些地方生产力水平低下，社会发育程度不高，边民的农事，至今还离不开刀耕火种，纵火烧荒。我曾目赌过两个边民合伙买一盒火柴平分的事，开始想当然地以为他们太穷，买不起一盒囫囵的火柴，后来才发现，在他们的生活里，四季灶膛火不断，一根火柴烧一年，大树小树变成灰。我能给他们的，就是一个毫无用处的忠告：可别把咱的林子都烧光了呀。

我的一个同事的办公桌上，摆着个木制的水杯，是什么木呢?红豆衫。昆明植物研究所的专家们，从世界珍稀植物红豆杉树皮里，提出了炖度达以上的抗癌新药紫杉醇，可没料到的是随后发生的事，竟会令这些专家们痛心疾首，老泪纵横，滇东北相当数量的红豆杉被人剥光了树皮，砍光了枝叶，连树根也被拔走。因为一个商业秘密被公开，克紫杉醇在国际上可卖到万美元，那些人还相信一个神话，红豆杉做成的水杯、容忍，甚至根雕可以防癌。

在昆明世博会期间，谈论这样沉重的话题，或许不大会时宜。知我者谓我心忧，不知我者谓我何求?我们知道，当今世界性的十大环境问题，即气候变暖、臭氧层破坏、生物多样性减少、酸雨蔓延、森林锐减、土地荒漠化，大气污染等，这其中就有项是因绿色植被遇破坏直接导致的。楼房越益越高，生活越来越好，绿色却越来越少，越来越远，有感于此，我曾写下过这样的诗句：烟囱长成了森林/钢筋和混凝土切断了视线/我的瞳孔里就再没有了绿色/那天空的湛蓝呢/那海水的碧绿呢/那河流的清亮呢/那空气的爽朗呢。

人类只有一个地球，我们对这个星球上的生态系统有着永远摆脱不究的依赖性，需要地球源源不断地提供植物和动物的食物，需要有足够厚度的大气层，来保护人类不受过高成过低气温，以及过量紫外线的伤害，需要地球提供足够量的水和氧气来维持生命的存在，而没有了绿色，这一切岂不成了无本之源，好比毛长在皮子上，没有了皮，毛又咋生根?

绿色锐减，吞噬绿色的，正是人类自己，是人类发展模式中那种对自然资源的掠夺性、破坏性开采。人类对绿色的无尽索取仍在威胁着生态平衡，破坏着生态的结构。据(一个保守的数)统计，全世界每年有万公顷森林横遭盲目砍伐，这是个昆明市的面积啊。这已经造成了全球性的“温室效应”，与之相连，全世界每年有近万个物种濒临灭绝，有近万公顷的农田蒙受沙漠化之灾，就连海底也日趋沙漠化，就不必再说那令我们痛心的去年在华夏大地发生长江、松嫩大灾了吧，也不必说我省的泥石流，山体滑坡了吧。如此盲目的行动如果得不到有效的制止和改变，势必爆发可怕的生态危机，而一旦它的爆发起出了人类制的极限，其后果不堪想象。那时，我们都会明白，最后一片落叶将带走人类的命运，也决不是危言耸听。

我们欣喜地看到，可持续发展战略

已经纳入了我目的政府行为，我国已颁布了多部环境保护法，多项环境标准，绿化财政，正威为人们的自觉意识，“天人合一”.更是我们千年的愿望，我想我们应该叫响这样一个口号：绿色就是生产力!我省的金沙江等流域，炊坑代木兮，豆之河之干兮现象也已悄然消失。你可能问我，这一切还保不住你那最后一片叶子吗，那么，我要说的是，你还是去问问我们的《国歌》里，为什么至今还要唱“中华民族到了位危险的时候”这一句吧。诚然，正像我们的抗洪收灾能取得决定性胜利所昭示的那样，我们坚信，人类的本事能够挽狂澜于既倒扶大厦之将倾，但是，常言说的好，人无远虑，必有近忧，居安思危，要防患于朱然。我们怎么能够等到头上见不到日月星辰，满目酸雨纷纷，脚下洪浪滔天，人间无处不飞沙，等到“千山鸟飞绝，万径人踪灭”时，才悔不当初呢?

聪明的作家欧·亨利是以其“欧·亨利式的结尾”著称于世的，那最后一片不凋的叶子，带来的是一个危亡病人的新生。我想，我们也会创造出另一个欧·享利式的结尾，迎来人类新生的。坐以待毙，从来就不是人类的选择，人类既已觉臣，就会在危机面前积极行动起来，把握历史机遇，化压力为动力，保卫绿色，保护我们共有的家圈。

面对现实，我们迎接挑战，展望未来，我们充满信心。

**好书分享演讲稿 个人经历分享演讲稿篇四**

全市的广大护士姐妹们：

你们好!

时光匆匆地走进粉红色的五月，喜悦的心情伴随着坚实的前进步伐，迎来了又一个护士自己的节日——“5.12”国际护士节。

至此，我代表市卫生局向你们——全体常年战斗在护理工作第一线的护士朋友们，致以诚挚的敬意和美好的祝愿，并通过你们传递我们对各位家属的衷心

感谢，祝各位家庭幸福，万事如意!

护理工作是再平凡不过的工作，然而任何伟大的事业都包含于平凡的过程之中。在你们平凡、细微、具体、日复一日的劳作中，一个个虚弱的病体变得强健，一副副痛苦的表情离去，代之为放松、晴朗的笑脸：家庭因为你们而更加快乐、温馨，社会因为你们而更加春意浓浓，生机勃勃。

虽然三班轮转，搅乱了你们的生物钟，虽然失去了一个又一个和家人团聚白天、夜晚;虽然有时身体不适仍得坚持白班、夜班;虽然一次次的被误解，让眼泪偷偷地往肚里咽;

但你们每每想到的是职责，是用自己的付出换来更加美好的人间。护士的岗位是用爱心与责任穿起的生命线，从宣读护士誓言那一刻开始，南丁格尔的“生命之灯”就为护士开辟了闪光的“天使”之路，尊重生命、保障健康是护士永远信守的铿锵诺言!\_\_年5.12优秀护士演讲稿优秀范文分享

护士这个职业，和关爱、和人类健康、和神圣的生命紧密相连。生命在这里升华，康复在这里实现，痛苦在这里被弱化、被驱赶，死亡也往往因为我们而变得无奈。这是一项阳光灿烂、充满爱的事业，是一项和谐社会、推动人类进步的事业。

亲爱的护士，五月的鲜花已为你们开放，五月的乐章已为你们奏响，就让我们手牵着手，肩并着肩，一路耕耘，一路放歌，共同去创造中国护理事业的辉煌明天!\_\_年5.12优秀护士演讲稿优秀范文分享

**好书分享演讲稿 个人经历分享演讲稿篇五**

每当我翻开有意思的书时，我总会开心地笑一笑：可以读书了!

我是非常喜欢读书的，在六岁时，我就开始看书，第一次看的书是一个叫《迪迦奥特曼》的小人书，每到出去散步时，碰到同龄的朋友，我总会和他聊天，聊奥特曼打怪兽的英雄事迹。

慢慢地，我就开始接触童话书了，我的第一本童话书是《安徒生童话》，每当读到精彩的片段，我就会哈哈大笑，笑那愚蠢的皇帝穿着“隐形”的衣裳;笑那白雪公主的继母被上天惩罚成丑八怪的样子。

渐渐地，我又开始接触各种名著、刊物、杂志，我哪一本都看得津津有味，直到结尾为止。下面，我就讲一下我和书的欢乐故事吧!

就在几天前，我在写作业，没有空看书，我多么希望做业可以少一点儿啊!于是，我便以上厕所为名，高兴地把书塞进衬衫里，快速跑进厕所。锁上门等一系列工作都准备好了后，便开始有滋有味的读了起来，熟不知，就进入了人物角色中，一会儿气愤道：郑屠实在可恶。一会儿又感叹道：鲁提辖是条汉子，为民除害，为什么要海捕他?由于太入迷，和小伙伴们玩耍时，以至于拿着田杆对他们说：你们这厮，真是气煞我也，看洒家不用一百杀威棒杀杀你们的锐气!

还有一次，老姨陪我去书店选书，看见那五花八门的图书，我小小的心里立刻兴奋起来。东跑跑，西转转，见哪本好看看你，那本非常好看就拿到手中，老姨看透了我贪婪的心理，便对我说：“只能选一本”。我听到后大失所望，只好把非常好看的看完。拿走了一时看不完的《三十六计》满载而归了

读多书，也令我到了不少的好处和欢乐。在课堂上，如果提到一些关于历史的问题，我几乎都能回答上来。妈妈说我比她懂得还多呢!每当我听到这些话，我都会洋洋得意，我的作文也经常被老师评为优。

读书给我带来的欢乐还有很多很多。以后，我要读更多的书!

**好书分享演讲稿 个人经历分享演讲稿篇六**

尊敬的各位老师、同学们：

大家好!我是初一(1)班的。今天很荣幸能够在这里与大家交流我关于学习的一些浅见。作为学生，学习是要居于首要地位的。它直接决定着我们的未来，因而不容忽视。已经进入初一的我们正面临着诸多这类问题，下面我想就此谈一下我自己的心得。

首先学习要有明确的目的、目标。无论做什么事都要有明确的目的，学习尤其如此。再比如说，我的目标就是努力做好每一件事，认真上好每一节课，绝不松懈怠慢，到期终考试时争取班级前三甲，在年级中也要有一个较好的位置。目的越明确，学习积极性就越高;目标越宏伟，为实现目标所付出的努力就越多，学习意志就越坚强。目标有大目标，小目标，有远期的，也有近期的，小到一节课，大到一生的志向都属于此范畴。小目标要从属于大目标，近期目标要为远期目标做铺垫。确定学习目标要根据一个人的具体情况而定，不能太低，也不能太高。太低不利于意志的培养，太高不仅不利于目标的实现，学习积极性也会受到打击。而后，要想自己不断进步，必须有端正的学习态度。以前我对学习的态度很轻率，上完课就草草丢掉课本了事，做作业也只是忙于应付。但是随着学习任务的日益繁重和学习难度的不断加深，我渐渐感到这种态度使自己根本无法走上学习的正轨。正所谓“态度决定高度”，态度直接影响着我们的学习效果。因此以谨慎、踏实、谦虚的态度来面对学业也是很有必要的。

我们常常有些同学平时很用功很刻苦，但不一定有好的成绩，由此大家也对“一分耕耘，一分收获”产生了怀疑。事实上，问题出在学习效率上。我们不断改进学习方法，目的就是提升学习效率。然而学习方法是因人而异的，提升学习效率也并不轻而易举，这需要长期的积累与探索，借鉴他人的经验也未尝不可，但必须与我们自身实际相接轨。因此我平时会注意以下几点：

一是客观认识自身不足，制定合理的阶段目标。目标可大可小。如“今天早自习背完某节课的知识点”或“本周复习某一章内容”。同时给自己施加一定的压力以完成目标。

二是合理安排学习时间，劳逸结合。而我的学习时间安排是这样的：在早晨不要睡懒觉，而洗漱完毕后，可适当地背一些英语单词或语文课文，但不要背太多。在学校里，每节课下，可适当地休息或与同学玩耍一下，记得要时刻保持充沛的精力去上好下一堂课。所以不必苛求自己日日挑灯夜战，适当的休息与放松是有必要的，要保证自己身体与精神状态的良好。

三是灵活处理知识，不要仅仅依赖于死记硬背。学习得太死板对我们毫无益处，死记硬背对于有些科目是行不通的，记忆要建立在理解的基础上。

四是在实际中，注意变通和调整，勤于发现自身不足。多向别人请教。当然，作为补充，课外知识的积累也是必不可少的。语文方面，广博的阅读积累对我们大有裨益。所以读书也不能被我们荒废。英语方面，听、说、读、写同样重要。我建议大家可以多读些英语书籍报刊，或者看一些英文原声电影等等。把学习和自己的兴趣结合起来。

不过最重要的就是要及时做好笔记与作业。好记性不如烂比头。记笔记是一种良好的听课习惯，好笔记不是全记，不是漏记，不能只听不记，更不能只记不听。可以记在课本上、教学内容附近，这样记录的内容不易丢失，又易和教学内容相联系，既实用，又利于今后复习。布置作业的目的是巩固学习的知识。多数学生为了完成任务，不复习就急于做作业，这不利于知识的巩固。做作业前首先阅读一遍课本内容，和老师讲课的内容对照一下，看一看是否一致。这样做等于及时地复习了一遍，然后再做作业，既快速又能保证作业质量，达到最佳的学习效果。而早读，晚读和晚自习的学习也很重要。住宿生每天都会在教室里安静的写作业或看书，但走读生就不一样了。比如有些同学潦草地写完作业后就立马奔向电视或电脑，有的干脆不写，这种学习习惯是不好的，所以大家要学会约束自己，应该同住宿生一样上好每一节晚读课。

最后，需要我们做到的就是正确对待考试。面对考试，既不要给自己太大的压力，也不要太过功利化。考试前有条理地积极备考，考试后则要善于寻找问题，总结经验，再接再厉。总之，我确信，努力与收获永远是成正比的。

以上就是我本人关于学习的一些经验之谈。希望同学们能够找到属于自己的学习方法，受益终生。谢谢大家。

**好书分享演讲稿 个人经历分享演讲稿篇七**

一学期匆匆的又将过去，回顾这段日子，感觉总在“忙、乱、急”中穿行。下面我针对自己的教育教学工作的得与失,现总结如下：

首先，对高效课堂我想说“爱你不容易”。“高效课堂”其实是很不错的理论，以尽可能少的时间、精力和物力投入，取得尽可能好的教学效果，这是我们每一位教育工作者的追求。对于从事教育教学工作将近20年的教师来说，自己已经形成一定的教学风格与习惯，学习并实践中，一下子就如同要摸着石头过河，战战兢兢。打破以前的思维模式，多在“学”上下功夫。研究学生学习的热情、学习的兴趣、学习的基础，从而确定自己的“教”，教什么、怎么教。好像倒了个，先学后教。在模式的学习应用中，我想重新回到20几岁，刚刚参加工作，要换回当年的热情还真不容易。

“高效课堂”可以概括为：轻负担，低消耗，全维度，高质量。这些理论挺吸引人的，教学中我经常自觉的去运用这个模式，特别是学校组织的“高效课堂”三轮赛讲中，我在第三轮比赛。每一轮中人人有分工，或讲课、或主评、或补充发言，不知不觉中学习、感知模式，期间收获颇丰。我的《多位数乘一位数的乘法(进位)计算》获得很多的老师的好评。

研究学生原本就是我的弱项，以前我更关注的是教材，需要掌握点什么，达到什么目的，而学生怎么才能轻松的学会，他们是怎么学习的，会遇到什么困难常常想的不很多，觉得只要自己讲的清楚透彻，学生听懂就能学好，事实上听懂和学会还是有一定距离的。在平时的课堂教学时，我侧重备自学指导，将教材与学生放在一起去琢磨：学生从书上能看到什么，看不到什么;应该会什么、怎么才能会;设计什么样的活动去帮助学生自学。例如：《多位数乘一位数的乘法(进位)计算》的自学指导：

(一)仔细看书76页例2，完成下列题目：

1、图中的王老师要买，买套，一套本。

问题是————————?

2、用什么方法计算?为什么?

(1分钟后汇报，比一比谁看书最细致)

(二)继续看书

1、重点看三位小朋友的解决方法。

橙色衣服的男孩是算的。

绿色衣服的男孩是用法算的。

女孩是用计算的。

2、试着填一填：

先用3去乘位上的，得，怎么写?

再用3去乘位上的，再进上的，得下的数写在位上。

(2分钟后，比比谁会列竖式计算)

设计时我本着帮助学生看懂书，架起教材与学生学习的桥梁，注意了它的可操作性。更重要的还是后教的环节，这部分自我感觉处理的不够细致，对学生的学情暴露的不够充分，处理起来贪快，就是为了当堂训练的达成。模式的精华就在后教的环节，学生学习的结打通了，当堂练习才更容易达成目标。这会成为我以后继续努力的方向。

其次，大班教学提高质量真不容易。三年级学生正处于过渡期：思维习惯由直观思维向抽象思维过渡;书写习惯由铅笔转向钢笔书写;学习状态由半游戏转向纯粹理性的学习，诸多的转折好像学生得从头去适应，转折不好，学生以后的学习会受很大的打击。由于校舍维修工作的开展两班合并教学，看似教学工作减半，课少了，可任务一点没少，是不是意味着更得高效了呢!事实上并非如此，让老师头疼的问题接踵而至，安静的课堂少了，老师们声嘶力竭的呼喊，学生滥竽充数的、不自觉的越来越多，作业书写潦草，家庭作业总有些“不带的”，有效的办法似乎赶不上“新生”事物的脚步。老师们的感觉很累、很累。怎么办?

好的书写习惯不能丢，1、作业本封面上应写明年级(班)、学生姓名，封面和封底都需保持清洁，包书皮。2、作业本写字迹要端正、清楚、整齐。3、每次作业开始都要写上日期和作业内容。4、作业中的直线要求用直尺画。5、应用题写答语时，要另起一行，先写“答”。

上课专心倾听的习惯要强化。看、听、想、做要做到。注意看老师演示、板书和动作;注意倾听老师的讲解和同学的回答;想所学的内容，自己学会了什么，还有什么与别人不同的见解;动手操作学具和做练习。

发动班上的优生自愿当后进生们的辅导老师，令我欣慰的是优生们表现出非常的踊跃，我问他们为什么那么喜欢当辅导老师，他们说：“老师都那么有信心他们会学好，我们同样有信心。”“我相信在我的辅导下，他一定有很大的进步。”“我想全班同学的学习成绩都是那么好。”于是，我让他们组成“一帮一”小组，并给他们开会，提出“老师”必须履行的职责，主要就是检查“学生”的作业，辅导“学生”掌握课本的基本知识和技能。给后进生根据各自的情况定出目标，让他们双方都朝着那个目标前进。“老师”们确实是非常尽责，而“学生”时刻有个“老师”在身旁指点，学起来也非常起劲。

最后，在自我提高学习中。

在平时的教学工作之余，我喜欢坐下来静静的思考，思考教育教学中出现的问题，思考学生的成长问题，品位着工作中的苦与乐，用自己笨拙的笔法抒写下每一天的感受，用心去体验生活与工作，感悟着其中的快乐。每一次的进步，都像给了我注射了兴奋剂，使我有了向前冲的劲头。我知道，我要用心去品味。

每一学期的结束，其实也就是每一学期的起点，在这之间，我不断的思考，思考自己怎样才能更有艺术的去教育学生，去提高自己的人生价值。知识无止境，因此，我要努力，不为别的，只为孩子们的那双清澈的眼睛，只为自己的那跳动的心。

**好书分享演讲稿 个人经历分享演讲稿篇八**

尊敬的各位领导、各位老师：

大家好!今天上台来，我不是来传授什么经验，而是来向大家学习的。我深深知道，跟在座的很多班主任相比，无论是敬业精神还是管理经验我都自愧不如，要我来谈班主任经验实在有点班门弄斧的味道，但我在班级管理中，遇到了不少难题，经历了很多挫折，有了一些的经验但更多的是需要得到解决的问题，希望能得到大家的帮助，也希望能引起大家对班主任工作的关注和思考。我下面将谈到的是自己在班级管理中的一些不成熟的想法和做法，希望能起到抛砖引玉的作用。我的发言分四部分：一、车到山前，路在何方;二、中途换班有方法;三、新班上路要得法;四、班级文化建设创新法。五、找个理由，爱上班主任工作。

一、车到山前，路在何方

我现在带的这个063班已经形成了非常强的集体荣誉感，和班级凝聚力。班上的事都会有学生去主动去做，还有一套适合的管理方法，班上创办了班刊，也有自己的班歌、班训，……可在十年前，这些都还只是我想象中的事。

97年初出校门又再进校门的时候，常听上了年纪或者没上年纪却有资历的老班主任们抱怨：班主任不好当，尤其是普通班的班主任更不好当。言下之意自然是当班主任的非得要有些能耐，?没有三板斧，就别上水泊梁山。

不幸的是，很快我被逼上梁山，成了一个普通班的班主任。平心而论，我没什么特长，除专业之外，五音不全外加色盲——音乐和美术一窍不通。但我有一个好习惯，那就是喜欢读书，而且愿意吸取书中的精华，加上自己的领悟进行创新整合和内化。

那三年，我和我的学生们都在为了证明自己而不停地探索、奋斗。我不耻上问，虚心地向老班主任们请教。他们也乐意传授：有的说你得?吃?得住学生;有的说你得恩威并施;有的说班主任工作就在于一个?勤?字;有的说要多请家长……至于具体的方法，更是讲了不知有多少，这么多老师的这么多方法，虽说不是包治百病，可班级管理中的常见症状也能够对付了。我当时雄心勃勃：就不信当不好这个普通班的班主任。三年中，我的学生在各种各样的文体活动中都能拿回很多荣誉，可是每学期期考却只有语文科差强人意，其他科都是倒数，我印象最深的是数学科，有一次期考全班有30人是29分以下的。三年后，我带的第一届毕业生只有两人考上县中，虽然另外一个班级也是两个，但对我而言，却无疑是一场?滑铁卢战役?。古人都说：?车到山前，必有路。?我的路在何方?

奋斗三年，我身心俱疲，没想收获却如此惨淡。心灰意冷之下，20\_\_年，我离开了班主任的舞台。我逐渐明白那种?拼搏式教育?在过去可能是被一些人称道的，像这位老师多么负责呀，多么奉献呀，一天从头到尾，真是老黄牛精神等等。但现在我明白光有?老黄牛精神?是远远不够的，还要有科学的头脑。有专家说过，一名优秀的班主任就是一名教育家，要成为一名优秀的班主任首先要从学习开始。于是我利用别人打牌、聊天的时间埋头躲进了书堆，开始学习，学习，再学习;反思，反思，再反思。当我重新走上班主任这个舞台的时候，我开始了一系列的班主任工作改革，并逐步走上了班主任专业化的道路。苏霍姆林斯基说：?如果你想让教师的劳动能够给教师带来乐趣，使天天上课不至于变成一种单调乏味的义务，那你就应当引导每一位教师走上从事研究这条幸福的道路上来。?(b.a.苏霍姆林斯基《给教师的建议》，教育出版社，20\_\_年，第494页)这是说给学校领导听的话，但我自己把自己领导上了?从事研究这条幸福的道路上来?，教学工作需要研究，班主任工作更需要研究，我终于找到了自己出路。

二、中途换班有方法

20\_\_年10月16日，我来到了实验中学，接过了二年级034班的班主任工作。当我了解到这个班级的情况时，我感觉后背有点发凉：上学期期考几乎科科倒数第一，整个班级像一盘散沙。我发现很多同学们桌面都有?留言册?，不是毕业班，写留言干什么?班长黄春晓对我说：?王老师，我们以为要分班了，留言都写好了，你才来!命运好象和我开了一个玩笑，大概我第一届没带好，让我从零做起吧。第一次班会课，我对学生说：?一个学期后，如果我教的语文科比你们原来的差劲，你们把我轰出教室;一个月后，如果我们的班风、学风没有一点改变，或者三分之二的学生不满意我的工作，你们也把我轰出教室。?我知道我将从034班开始扬帆起航，我要为捍卫我的班主任宝座打一场保卫战。

中途接一个陌生的班级，是我们当班主任最头痛的事，当时已是二年级，学生的班风、学风都已成型，怎样才能当好这个班的班主任呢?如何让自己在最短的时间里融入这个班级呢?这些都是我首要考虑的问题。

(一)抓住教育契机。叶圣陶曾说过：?教师之为教，不在全盘授予，而在相机诱导。?这就要求教师能及时的抓住教育的契机对学生进行契机教育。所谓契机教育就是在一种可遇而不可求的机会来临之际，及时抓住这种稍纵即逝的的机会对受教育者实施的教育。在教学中教育契机是经常出现的，跟机遇一样，他是不规则的，是可遇而不可求的。同时又是转瞬即逝的，要及时利用，如果错过时机，效果就不会明显了。作为教师要有敏锐的眼，善于发现;要有迅急的手，善于捕捉;有睿智的脑，善于思考;有勤快的嘴，善于鼓动。11月分学校将举行田径运动会，我感觉契机到来了，我和学生一同提出了?034班，非同一般;奋力拼搏，勇夺桂冠!?的口号，我和学生一起训练，做好了充分准备。运动会期间，我和他们同笑、同哭、同呐喊。在呐喊声中，班级凝聚力增强了;在呐喊声中，集体荣誉感迸发了;在呐喊声中，整个班级凝成一股绳。我们最终夺得了亚军!我终于成为了034班的一员。于是，我再次乘胜追击，下力气整顿班风、学风。一个月后，班风有了很大改观，学风也逐渐好转，语文科20\_\_年秋期考年级第五名(前进了两名);20\_\_年春期考第三名。我终于保住了我034班班主任的宝座。

(二)尊重学生。现代教育的一种新理念——?尊重教育?，这是素质教育思想的一个主要内容，也是一个民主、平等、开放的社会当前和未来发展的必要条件。?尊重教育?的内涵是：教育者要尊重教育和教学规律，受教育者要尊重知识和学习规律;教育者要尊重教育对象身心发展的特点和规律，尊重其人格及个性发展，受教育者要自我尊重，要在一个相互尊重的氛围中生动、活泼、愉快地发展;教育者和受教育者相互尊重，修心养性，教学相长等等。孟子说得好：?爱人者，人恒爱之;敬人者;人恒敬之。?(《孟子离娄下》)尊重不仅是一种礼遇、待客之道，也不仅仅是点头哈腰、鞠躬致礼;更不是以享受到的待遇来衡量的。尊重，是人的一种情感，表达出对他人的肯定，一种发自内心的钦佩。我面对的这个班级，他们最渴望的就是得到别人的认可和尊重。我想作为班主任如果你的学生感受不到被认可与尊重，那么你又怎么去获得学生的认可与尊重呢?我是这样做的：

1、尊重他们对原来班主任的情感。前面他们换过两个班主任，每一个都在他们心中留下了不可磨灭的印记。我对他们说：?你们是这个学校里最幸运的学生，因为别人三年只能拥有一位班主任，而你们拥有了三位!我很乐意听你们说说你们一起度过的快乐时光!我尊重你们原来班主任和你们制定的规章制度，如果要修改，我一定和你们商量。?后来，我们的班级管理制度在商量中得到不断完善。

2、尊重他们对原来科任老师的情感。我上语文，他们原来的语文老师深得他们的喜欢，以至于他们对我到来很不屑。于是，我保留了他们原来的作业习惯、次数，并且每上到一些新内容，我都先询问他们，希望我怎么上等等。经过约两个月的不懈努力，我得到了他们的认可。这个时候，我才慢慢地引导学生向我靠拢。

3、尊重每一个学生的个体感受。学生正处在独立人格形成的时期，都希望受人尊重，也正学着尊重别人。其实尊重很容易做到：得到帮助时道声谢，妨碍别人时道句歉;为演出成功鼓掌，为同学的进步喝彩……但尊重也容易被我们忽视：遭人冷落，被人揭短，恶语触怒他人，讥讽学生弱点……刚站到这个班的讲台上，我犹如一个陌路人，每一个人都用怀疑的目光看着我。第一次写的作文，题目是?老师，我想对你说?，有好几个学生直接说不喜欢我，说我对他们好是想讨好他们，文章下面的内容都是写对原来的班主任和科任老师的思念。我的批语是：?现在你不喜欢我，因为你还不了解我，但我知道你是个坦率、真诚，并且懂得感恩的好学生!我也被你的文章感动了，因为你的文章充满了真情实感。

此外，在开始的两个月里，不管是上课还是班会，我绝口不提成绩，班级成绩不提，个人成绩也不提。他们文体方面表现很棒，我就常拿这个来鼓励他们。直到段考后的一次师生对话的班会课上，班长问我：为什么你从来不问我们以前的成绩，语文考得不好也不骂我们我微笑着说：?既然是‘以前’，那就是历史了，我希望我们034班把历史当做垫脚石，一切从零开始，你们的每一次抬脚都是进步，跨出多少并不重要。语文考不好，我认为应该受批评的是我，不是你们!面对一个陌生的老师，你们能考到这样，已经很难得了!?我还没有说完，掌声已经响起来了，我感受到了被理解、尊重的幸福。文体委员站起来：?老师，因为我们班光文体方面表现好，别班的同学说我们是头脑简单，四肢发达!你不这样认为吗听他说完，我差点笑出来，但我马上察觉，全班没有一个人笑，而且都在用期待的目光看着我。我意识到这是个严重的问题，我深呼吸一下说：一个好学生要求德、智、体、美、劳全面发展，况且身体是革命的本钱，我们拥有了本钱，还怕单车不变摩托吗全班哄堂大笑……在后来的日子里，我放下架子，蹲下身子，深入学生当中，倾听他们的心声，帮助他们，也收获他们的帮助。我的书掉了，a同学帮我捡起，我微笑着说：谢谢你!?;粉笔用完了，b同学跑去帮我拿来，我微笑着说：?谢谢你!?;我脸上沾了粉笔灰，c同学递给我纸巾，我微笑着说：?谢谢你!?……别忘了，尊重别人是一种美德，受人尊重是一种幸福。陶行知先生写过一首小诗：?人人都说小孩小，谁知人小心不小。您若小看小孩小，便比小孩还要小。?可见对学生主体地位尊重的重要性。

(三)与科任教师团结协作，共创和谐。班主任是一个班集体的领导者，更是本班科任教师集体的核心人物，对本班级的一切工作负着主要的责任。

在科任教师集体中，班主任起着举足轻重的作用，对于其中所涉及的人际关系，(包括班主任与科任教师的关系;科任教师与科任教师关系;科任教师与学生关系)都要给予合理的协调。只有积极调动所有科任教师的积极性，整个班级的班风才会蒸蒸日上，班主任的工作才能够全面完成。个别班主任认为，我只管自家门前雪，不管他人瓦上霜。我97做班主任时，我也这样认为：我上语文，我上好这一科，就行了，其他科不好是其他科任老师的责任。有一次，本班英语老师和校长说，她这样做班主任不行，课余时间学生都做语文，上英语课还把语文书拿来看，其他科都不用要了。我觉得很委屈，就去找校长，我说学生喜欢看语文，我有什么办法，课余时间我又没有去看着他们。科任老师也可以让学生喜欢他那一科啊?为什么把责任推到我身上?校长当时也觉得我说的有理，还引用了一句名言安慰我：?不管白猫黑猫，抓到老鼠的就是好猫。?后来，我和科任老师们就各自为政，一齐向学生开炮。结果证明，我只是一个好的语文老师，却是一个失败的班主任。任小艾说过：?学生不会因为你班带的好而课教的差而原谅你;也不会因为你课教的好班带的差而迁就你，教书育人缺一不可。?现在我们既是班主任又是科任老师，到底如何平衡两者，在这个?度?的把握上，的确会左右为难。所以说当班主任难，当一个优秀的班主任难上加难。

班集体是一个整体，各门学科之间的协调配合也非常重要。作为班主任教师，要对学生所学的每一门功课都重视，要充分发挥班主任老师在班集体中的威信，要求学生尊重每一个科任老师，认真听讲，不能形成偏科的意识，要全面发展。因为你是班主任，学生已经倾向你这一科了，你再强调的话，学生很容易出现偏科的。我一般利用班会课，和学生交流他们对科任老师的看法，存在障碍的及时疏导，尽力让学生相信各科任老师的能力，理解各科任老师的苦心，鼓励他们和科任老师共进退。我常对我的学生说：?语文考砸了，我对不起你们;其他科考砸了，你们对不起我!

不仅如此，班主任还要尽力创设一个轻松良好的教学环境，让科任老师能够开心地进入本班上课，保持心情愉快，而且能对本班所出现的意外状况采用关心的态度，不会视而不见，不会视若无睹。在平时班级开展活动的过程中，积极邀请科任老师来参加活动，让每位科任老师产生一种?我们班?的意识，让每位科任教师能有着把自己当做本班集体中的一员的归属感。遇到一些棘手的问题，更是要和科任教师一起商量讨论解决，遇到学生和科任教师发生摩擦，产生矛盾，要及时了解情况，化解矛盾，合理解决所存在的问题。

**好书分享演讲稿 个人经历分享演讲稿篇九**

亲爱的同学们：

你们好!

在前面的几次考试中，我都获得了不错的成绩，这一切首先要归功于我的努力，当然学习方式也是非常重要的。接下来我给各位介绍一下我的学习经验。

第一我觉得要想学习好先得对学习感兴趣。俗话说：“兴趣就是最好的老师。”有了兴趣才会对学习有动力，自然会越学越好。第二，要想搞好学习，必须掌握好正确的学习方法，学会融会贯通，举一反三，这才是最重要的。在学习当中，我们的脑子里必须有三个字——“为什么”!牛顿被树上掉下来的苹果砸到，他问了个“为什么”，于是他发现了万有引力;瓦特看到开水后，壶盖跳了起来，他问了个“为什么”，于是他发明了蒸汽机……，所以说聪明的人懂得说;智慧的人懂得听;高明的人懂得问。最后就是一定要勤奋，这是最重要的，连爱迪生都说“天才需要百分之九十九的汗水”。

也许上面我说的很抽象，具体下来就是上课要认真听课，注意要多独立思考，不懂就要问，要锻炼自己的思维能力。要认真细致地做好老师布置的作业，决不能马虎。还有的是，要做好笔记，课前最好预习，先对课文有初步的了解，这对于接下来的课能更容易地吸收。课后也要进行复习，巩固好老师所讲的知识，打下坚实的基础。古人曾曰：“温故而知新，可以为师矣。”不也是这道理吗?最好要注意劳逸结合。只顾着死读书是没有用的，要让脑子适当地放松一下才行，比如打打球，听听音乐，看看电视新闻等。

以上这些是我个人的学习体会。毕竟学习是因人而异的。但我相信一分耕耘自有一分收获，付出汗水才会收获硕果的!我也会加倍努力，争取在下一次考试中成绩更上一层楼。

最后我想说“你再强也不要和别人比，你再弱也要和自己比，你挑战过了自己，把以前的自己比下去了，你就会收获比别人强。”

我的演讲完毕，谢谢大家!

**好书分享演讲稿 个人经历分享演讲稿篇十**

尊敬的各位领导，各位评委，朋友们：

虎踞龙盘今胜昔，天翻地覆慷而慨。九十年的风雨兼程，九十年的艰苦奋斗，在一派欣欣向荣、万众归心的欢庆景象中，我们迎来了五一劳动节。在这举国欢庆的日子里，我要放发绚丽的梦想，把胸中的感慨尽情抒发。

我叫--，来自--煤气公司，今天我演讲的题目是：辛勤劳动，保一方平安“你的所得还那样少吗?你的付出还那样多吗祝你平安喔祝你平安，让那快乐围绕在你身边，祝你平安喔祝你平安，你永远都幸福是我最大的心愿!”亲爱的朋友们，也许，你还记得这首曾流传甚广的《祝你平安》，它真挚的歌词不仅描绘出我们煤气工人无私奉献、无悔付出的形象，更表达了我们煤气工人对所有用户永远不变的祝愿!

中国有句古话：平安是福。是啊，“平安”两个，写起来虽然简单，做要真的能平安一生却是如此之难!在生产及生活中，煤气是必不可少的生活物资，而在使用不当时或是特定环境中，它又极具危险性!因此，“打造平安煤气”就是摆在所有煤气人面前的一项重大课题!

在我们煤气公司，所有员工都“奉创新为企业发展之魂，视服务为企业成长之本”，想用户之所想，急用户之所急，嘴勤、腿勤、手勤，把“以辛勤劳动为荣、以为人民服务为荣”的荣辱观贯穿工作始终，努力在工作中严把勘察、设计、施工、验收关，检查力求做到“横向到边、纵向到底、不留死角、铺满盖严”，把预防工作做细、做实、做到位，我们几乎把全部心力都倾注到打造“平安煤气”这一工程上。

记得，在今年的春节前夕，我公司值班人员接到辖区内一个用户的告急电话。原来，这个用户家中的灶具已连续两个月冒黑烟，却找不出原因，给生活带来了极大的不便。接到电话后，我公司维修师傅--及地赶到到用户家中，仔细检查了灶具。他将灶具全部拆开、分解后，发现灶具由于长时间没有得到维修，进风阀门已被油垢堵死，这就是造成灶具冒黑烟的原因。-师傅很快就为用户修理完灶具，但他并没有马上离开。他想，马上就过年了，如果用户不明白问题产生的原因，以后还会造成同样的安全隐患，不仅影响生活，而且很可能会酿成事故。于是他向用户详细讲解了灶具的保养和维修知识，以及安全使用煤气的常识，使用户深受感动。

“知荣明耻，创造平安和谐”!为了打造平安煤气，我公司员工以辛勤劳动为荣、以服务用户为荣，将八荣八耻荣辱观深深融入自身服务理念中，并不断用实际行动去践行。不久前的一个夜晚，我公司接到报警电话，在我辖区--路的座楼内有很浓的煤气味。接到报警后，技术员---、巡线员--、维修工--立即赶到现场，在该楼道内进行巡查。经排查后发现煤气味是从4楼一住户室内渗出的。而当时该住户家中无人，情况很险急。为了保证全楼住户的人身平安，我公司职工立机立断，一边紧急联系该住户，一边采取应急抢险措施，疏散周围居民，搞好安全防护。当该住户返回家中打开房门时，大量煤气扑面而来，浓度已达到爆炸极限。情况万分危急，维修师傅---立即冒着生命危险冲进房间打开门窗放散煤气，当煤气浓度下降到安全范围后才开灯检查，原来煤气管线与炉具连接处的胶管脱落了，而用户又粗心大意没有关闭角阀，这才致使大量煤气泄漏。在做了及时正确的处置后，这几位现场工作人员又对该用户及楼口、楼下的用户进行现场安全知识讲解，并对各家煤气设施进行彻底检查，确保安全后才离开。由于我公司人员沉着冷静，处理措施得当，一场恶性煤气事故被及时制止了，他们用自己的勇敢和机智赢得了用户的平安。

“每天都是安全生产的第一天，安全生产只有起点没有终点”，这是我公司全体员工的服务理念，也是我们一直在身体力行的安全信条!追求卓越、全心奉献、回馈社会是我们的诺言，用我们的辛苦换来群众的平安、幸福与欢乐，是我们的执著追求。

“祝你平安喔祝你平安，让那快乐围绕在你身边，祝你平安喔祝你平安，你永远都幸福是我最大的心愿!”我们愿，每一个早晨都与平安相见;我们愿，人生拥有温馨的家园;我们愿，每一颗心灵与平安相连;我们愿，用生命书写辉煌的诗篇!

**好书分享演讲稿 个人经历分享演讲稿篇十一**

每一次学校级别的考试，都是学校对学生情况的一个了解，也是教师对自己学生成绩的了解，知己知彼才能更好的进行教学工作，所以针对此次期中考试的感悟心得体会如下：

1、考务工作：

由于考务人员分工不够细致，致使巡查工作不得力。部分教师的工作态度不端正，致使监考不严。最后导致学生成绩的真实性不强。

2、后勤工作：

由于与后勤人员对接不得力，致使试卷印制出现部分误差，考务用品不完善致使收卷及草稿纸准备匆忙。

3、教师监考安排：

由于未很好的与年级组及领导对接，致使教师安排不妥。部分外出教师及病假教师被安排监考，而部分消假教师确未参加监考。除此以外，还有教师监考量安排不妥，致使部分特殊及老弱教师承担了量大的监考，而年轻体壮的教师确很轻松。

4、学生考场安排：

由于未能及时与领导交流，致使使用什么样的学生考场安排出现误差。

5、考场的安排：

由于对学校的不了解，自己又没有与领导沟通，擅自安排考场，与学校习惯发生歧义。

6、指令发放：

对于发放与教师的任何指令，都必须再三考虑，最后确定无误后方可发布。因为“教师监考表”上时间的错误性，致使部分教师迟到，虽然提醒再三，但还是出现迟到现象。材料发放应注意一套一套的完备性，且必须采用签发形式，否则会出现混乱，为后期工作不增添麻烦。针对以上的失误，现总结学校层次考试如下：

1、考试时间的确认

当每学期进行到快一半时，要向领导提出是否进行期中测验，如领导确认举行期中测验，则提出相对合理的测验时间，安排在周四、周五。如果考试科目过多，请示领导是否增加考试天数，得到领导批示方可进行。

2、考试日程安排

考试日程安排要合理，根据科目天数确定，一般早上12点结束，下午17点结束，根据情况安排，但考试第一天早上第一场考试科目为“语文”，第二天早上第一场考试科目为“英语”，其他科目可以根据时间长短做调整安排。

3、试卷

当考试日程安排好后，要及时通知各教研组组织出卷，出卷范围应达半期进度。出卷教师应选择有责任心强的老师，出卷后要在开考前一星期交到教务处，规定相应教务人员接收。收卷时一定要仔细检查，打出样卷检查无误后方可通过。样卷一式三份，一份交后勤作为印制时间的模板，一份留教务归档，一份在考试期间带入考务办公室防差错修改。

4、人员确定

(1)考务人员的确定，应请示领导，由领导确认人员区分。分为巡查组、后勤组、质检组、播音组、考务整理组、应急处理组等相关组别。

(2)组别职责的确认

巡查组：不定时巡查，督促监考教师不坐监考、不玩手机、不外出离开考场、不定位监考，要求老师认真监考，履行监考职责引导学生填写准考证号、姓名等。

后勤组：应积极配合教务处人员备齐考试所需物品，如草稿纸、胶水、剪刀、卷子印制等工作，并派留一名后勤人员全程参加考试过程，随时做出后勤调度工作。

质检组：认真核对自己负责考场的试卷总和，认真核对试卷是否按要求放置，准考证号是否正确。

播音组：按考试要求播放正确考试指令，如考试过程有特殊情况，应及配合相关人员做出相应播音。

考务整理组：整理考试日程表、考务方案、教师监考表、学生场安排表、考场分布表、试卷的收发、考场布置资料、考勤表等相关资料的制作，并及时与各个小组沟通协作。

应急处理组：在临考前，如果有监考教师突发情况，或考试期间试卷出现问题，或出现一些意外情况，要及时应急处理，确保考试的顺利进行。

5、监考教师

在制作教师监考表前，一定要与学校各个部门沟通，确保考试工作人人参与。同时还要了解特殊情况教师，以确保排监考时能特殊对待。监考表的制作中一定尽力安排平衡监考量，尽力做到监考量相近。

6、考场安排

根据习惯进行，考试以前已经习惯了考场的分排，所以为了避免考试走错考场的情况发生，尽量按曾经考场分布进行安排。

7、学生考场安排

请示领导，征求领导意见，一般安排如下：期中考试或月考等校内考试安排考场使用上一场全校考试的分数进行安排，分数从高到低安排，高分同学在一个考场，低分同学在一个考场。期末考试或参加全县等校外考试，高低分搭配考场。

8、试卷收发

为了节约时间，及及时开考，考卷可以提前布置在相应考场的桌上，但一定要事先告知参加监考的所有教师，必须统一出考，避免部分教师提前带走考卷，致使发卷混乱。

9、试卷存储

考试完成后，应由后勤人员与考务人员交接清楚后放入保管室保管，防止试卷走失情况出现，且也便余统一改卷领卷。

10、改卷组领卷

改卷组派小组内成员到指定地点领卷，是改卷组组长亲领，做好相关领取登记记录。

11、考分登记

改卷小组改卷完闭，各组进行登分，所以要事先分配登分计算机，以便各组等分，登分完成后统一交年级教务人员。年级教务人员进行年级班级考试分析后，交教务，由教务做出本次考试情况分析交相关负责领导阅示。

**好书分享演讲稿 个人经历分享演讲稿篇十二**

读了这本书，我受益匪浅。这本书分为六个部分，分别从家庭，学校，社会生活着手的。十分贴近我们这些即将步入高中的学生，因为我们现在正值青春期，所以总会在学习上，与人相处等方面遇到大大小小的烦恼，而《跨一步，就成功》这本书正像我们的一个朋友一样去开导我们，引导我们。

比如，书中谈写作这一章节给我的感触颇深。曾经的我非常排斥考场作文，因为我认为考场作文总是会禁锢我们的思想，使我们的文章中只有华丽的语句，而缺失了真实的情感，这类的作文不应该得到高分，因为它缺少了“有血有肉”的文章所带给我们的感动。当读了“热笔与冷笔”这一小节后，我似乎对考场作文有了深刻的理解，精心雕琢的是佳作，投入情感的更是精品，这些文章同样都能体现我们的语言功底。

再如，“谈处世”这一章节，从在学校与同学相处，在家中与长辈相处，在社会与他人相处的几个方面谈及。其中并非是在教育我们圆滑，而是婉转，使我不仅对已经遭遇的麻烦一筹莫展，并且对未来走向复杂的社会有了一些铺垫。

这本书除了在内容上会给我们许多帮助，更多的是在它的写作方式上。刘墉在阐述每一个中心前总会举一两个实例来引出自己的观点，使我们更能够深刻的体会。这一方法在谈记忆这一章节里尤为突出，许多的记忆方法是不能够用抽象的定义去传达的，所以用实例说明显得更为生动。当然其中也举了爱因斯坦的例子，使所说的方法更具有说服力。

这本书之所以得到我们的青睐，我想和刘墉所在书中使用的语言密不可分。他不是以一个父亲严厉的口吻在警告孩子哪些事是可以做的，哪些是不可以的，而是以一个朋友的口吻在给我们一些善意的建议。循循善诱的言语使我们这些正处于叛逆期的孩子更能够接受。

没有严厉的呵责，没有过分的溺爱，有的只是自然亲切的言语;没有眼泪，没有任信，有的只是欣然接受。这就是一本好书给予我的收获。

**好书分享演讲稿 个人经历分享演讲稿篇十三**

大家好!我是来自\_\_\_班的\_\_\_。今天真的很高兴能够站在这里与大家交流学习经验，分享学习心得。

不知不觉，我的大学时光已过去两年多了，高年级的我真是不由得感慨时光过的是如此之快。可以说这两年多经历了很多也思考了很多。大学时期可以说是人生最珍贵美好的阶段，大学时期被称为青年对社会的“延缓偿付期”，这不仅是指一种社会的延缓，更是一种心理上的延缓。处在“延缓偿付期”的我们应该好好把握利用这一段宝贵时间，不断学习、探索、总结、反思，储备足够的知识，必要的经验，使自己更加成熟，更有能力有信心去面对我们即将踏入的社会。

而作为学生中的我们依靠什么途径来使自己成长起来呢?其实很简单，那就是依靠学习。在这里，我想要声明的是，学习不仅指学习课本上的知识，还包括方方面面对我们对我们今后发展有用的东西。

首先，我要说的是“心态”，可以说好的心态是学好必不可少的要素，没有好的心态就难以学好，即使学好了也难以考好。可以毫不夸张地说，心态决定一切!良好的心态不仅可以帮你端正学习动机，还会使你在失败时不至于一蹶不振，成功时不至于沾沾自喜。它将会是你前进的巨大动力与勇气。谈到心态，我首先给大家讲一个真实的故事。美国有一个著名的走钢丝表演家叫瓦伦达，他在几十米的高空中走了几十年，创下了杂技生涯的一个又一个奇迹。他是这样总结自己的成功经验的，他说：“我走钢索时，不想目的地，只想着走好脚下的每一步。”然而天有不测风云，瓦伦达在一次重大的表演中不幸失足身亡。事后，他的妻子回顾这段痛苦经历时说：“我预感这次很可能要出事，因为他上场前总不停地说，这次太重要了，不能失败，绝对不能失败，而以前每次成功的表演，他只想着走钢索这件事，而不去考虑这件事可能带来的一切。”后来，人们就把这种不专心做某事，而过度关注这件事的意义，患得患失的心态叫做“瓦伦达心态”。这个故事告诉了我们什么呢?答案很简单，即三个字，“平常心”，在学习中只有保持平常心才能学到真正有用的东西，才能够学好。学习就只是单纯的学，学习只是因为自己的兴趣，是想学，而不是为了攀比，为了拿奖学金。学习就是纯粹的学习，不带任何功利性，不应该患得患失。你要明白，学习的真正目的，只是为了完善自己。

说完“平常心”，再说说关于心态很重要的一点，那就是自信心。在我看来，有了克服困难的信心，就能最大限度的发挥自己的潜能，取得意想不到的成绩。这里，再给大家讲个小故事。1796年的一天，德国哥廷根大学一个19岁的青年吃完晚饭，开始做导师布置给他的每天例行数学题。正常情况下，青年总是两个小时完成这项特殊的作业。像往常一样，前两个题目在两个小时内顺利完成了。第三道题写在一张小纸条上，是要求只用圆规和一把没有刻度的直尺做出正17边形。青年没有在意，像做前两道题一样开始做起来。然而，做着做着，青年感到越来越吃力。困难激起了青年的斗志：我一定要把它做出来!他拿起圆规和直尺，在纸上画着，努力的思考着。当窗外露出一丝曙光时，青年长舒了一口气，他终于做出了这道难题。作业交给导师后，导师当即惊呆了。他用颤抖的声音对青年说：“这真是你自己做出来的?你知不知道，你解开了一道有两千多年历史的数学悬案啊，阿基米德没有解出来，牛顿也没有解出来，你竟然一个晚上就解出来了，你真是天才!我最近正在研究这道难题，昨天给你布置题目时，不小心把写有这个题目的小纸条夹在了给你的题目里。”

多年以后，这个青年回忆起这一幕时，总是说：“如果有人告诉我，这是一道有两千多年历史的数学难题，我是不可能在一个晚上解决它。”这个青年就是数学王子高斯。这个故事告诉我们，很多时候，本不是困难本身有多么难以攻克，而是，我们被困难这个噱头所吓到，丧失了必胜的信心。很多时候，我们不是学不好，只是缺乏学习的信心。说到信心，让我想起了我初中化学老师说过的一句让我至今仍记忆犹新的话。他是这样说的，“你们当中的好多人都是背着书包在上学，当有一天你们把书包垫在脚下，你就会体会到一个新的高度，你就会体会到学习的真谛。”过了这么多年，我越发觉得这话说的有道理，他的言外之意就是告诉我们放下包袱，不再受学习的奴役，而是做学习的主人，以强大的自信心来驾驭知识，让学习为我所用，充分发挥自己的主观能动性，勇敢的去探索，最大限度的发挥自己的潜能。其次，我要说的是“思考”。学习不应该死学，而是应该思考着去学，要学会学习。平时，要观察知识之间的相关性、相似处、不同处，分析对比，提高学习效率，不做无用功。要多反思多琢磨，做到举一反三，不搞题海战术。要聪明的学习，大学吧，不要求你做到课前预习，课后复习，但上课的时间你一定要把握好。课堂上老师长篇大论甚至不惜花费一节课的时间来讲一个知识点，那么你就要注意了，这很可能是他在期末考试中要考的。对于一些老师反复讲解，甚至反复提问的问题，你可要当心了，因为他可是考试眼中的重点，其对你的重要性自然不言而喻了。对于这些东西你一定要彻底弄会。而老师一带而过的知识，你只需大致了解即可。学会思考着去学习，还要求我们把握科学规律，并运用于自身的学习中。

比如，艾宾浩斯遗忘曲线大家都听说过吧，那，又有多少人为我所用呢?在我这么多年应付期末考试的生涯当中，我是真的发现艾宾浩斯是伟大的。考前一周所有要背的东西你都要过一遍，之后一周时间内做到时常复习，哪怕只是读读，上了考场，你就会发现你比你想象的要记得多而且效果好。这里在跟大家分享一个小技巧啊，那就是利用早上刚起床和睡前一小段时间来背东西，效果往往会很好。这是为什么呢?我给大家解释一下。早上刚醒来没有先前输入大脑的东西的干扰，即所谓的“前摄抑制”的干扰，此时此刻输入脑中的信息的完整性、准确性得以有效的保持。同样，晚上睡觉前没有后摄抑制的影响也是这个道理。大家下去可以试试，体会体会啊~

最后，我要说的一个关键词就是“目标”。可以说大一是迷茫期，那怎样快速度过迷茫期呢?最好的方法就是设立目标了。你要想想你将来是工作还是考研呢?此时此刻的你应该有个大致的规划，要尽早的树立你的长远目标。同时，还要着手于现阶段的具体目标，开始准备，一点一滴的积累，促成你最终目标的实现。现在想起来，我的大一还真是迷茫遗憾啊，所以大家要吸取我的教训啊，什么计算机证，各种资格证啊，等等你感兴趣的，你现在就完全可以着手准备并把它拿下，不要非拖到大二大三，因为那时你还有那时的任务。

说了这么多，只是我个人感悟与想法，仅供大家参考。最后祝愿大家有一个充实愉快的大学生活，谢谢大家!

**好书分享演讲稿 个人经历分享演讲稿篇十四**

安全，安全。安全到底是什么?一千个人就有一千个不同的答案，但大多数人向往的答案应该是：没有危险，不受威胁，不出事故。

是的，我们常在电视上或报纸上看到某某人死于哪里，因为什么什么原因……这是不是很熟悉呢?从目前的情况来看，一天中大约有40个中小学生喂不正常死亡，将近一个班的学生在一天中就消失了。这是一个多么可怕的数字啊!一年下来，就会有10000个学生要离开这个美丽的世界，所以，我们应该保护好自己，不受伤害。

安全，我们一定要把它放在心里，放在第一位，它不光是嘴上说说，也一定要把安全牢记在心里。

在学校里，老师们常常告诉我们：“现在天气炎热，不得独自一个人去江边游泳或玩耍，必须由家长陪同，出了事，也好可以帮忙。你看，报纸上，电视上的新闻不是常常报道说，某某同学因为玩耍跌落江边，至今找不到尸体吗?所以，我们更要注意安全，才能美好的生活。”老师也说：“不能在教室里或走廊外追逐打闹，如果以追赶为开心，将会以后悔为伤心啊!我们放学回家，常常会过马路，而有些同学因为与同学逗玩，而出了车祸，再也闭上了眼睛，到头来害人也害己啊!所以，过马路时要两边看，还要走在斑马线内，汽车多，不要急，耐心等待车过去。还要记着告诉爸爸妈妈，千万不要酒后驾车，或者疲劳驾车，这样很容易造成大祸，丢了性命的。”我们学校也开展了一系列活动，如：做安全板报，开展交通安全讲座，安全征文等等。目的就是为了让我们更深入的了解“安全”这个词的含义，它不单单是一个词，更包含了保护自己的意思，更让我们把安全放在心中。

是呀，如果没有安全，失去安全，你又能做得了什么?还能认认真真地坐在教室里读书吗?还能在家里开开心心地做你喜欢做的事，和爸爸妈妈一起生活吗?我可以很肯定的回答你：“不能。”

所以，我们一定要爱惜自己的生命，珍惜仅有一次的宝贵生命，相信自己，相信科学，让我们的生命充满意义，活得精彩，用我们学到的知识保护可贵的生命吧!

**好书分享演讲稿 个人经历分享演讲稿篇十五**

敬爱的老师，亲爱的同学们：大家好!

我是五年级二班的张敬东，很高兴能和大家一起交流学习经验。

我的学习方法，最主要的是抓住上课认真听讲这个环节。集中精力听课，尽力做到心到、眼到、耳到、口到、手到。因为上一节课虽然只有40分钟，可是老师为了我们能听懂，能掌握这节课的内容，要用比40分钟多几倍的时间去准备。在课堂上，老师讲课时，要我们认真听讲，不要讲小话。老师要我们认真听课，目的就是要我们能够全面理解讲课内容，掌握全面讲课内容。所以，只有认真听懂老师讲的课，才能全面领会课文的内容。假如不认真听课，我们自己看书是远远掌握不了的。上英语课更要认真听老师发音。比如：不认真听老师发音，我们就会把发音接近的词分不清楚。例如，上次小考，我们班不少同学，包括我在内，把老师读的fifteen听成fiffy。这说明我还没有真正抓住认真听课这个环节，真正做到“五到”。所以认真听好每一堂课，是非常非常重要的。

还有一点，我上语文课时，我每节课都做课堂笔记，将老师讲的重点记下来。回家做作业前，复习一下课堂笔记本上的内容，回忆一下老师在课堂上讲的重点，然后再开始做当天的作业。

当然，我们还要每天复习当天所学的功课，认真做好作业，假如有时间，最好预习一下第二天要上课的内容。这对第二天听好课也是有帮助的。

其实，我在各方面做得都还不够好，很多同学比我做得更好，学得更好。

上面讲的，只是我今后要去努力做的。

今天，我是来向大家学习的。

谢谢老师，谢谢在座的各位同学。

**好书分享演讲稿 个人经历分享演讲稿篇十六**

大家好，我是来自营业六部的新人刘志勇，我演讲的题目是寿险的意义与功用。

今天我将从生老病死四个方面来和大家探讨人寿保险的意义与功用。

首先是生，在这里，我所指的生是“生儿育女”的生。在座的各位很多已经有了孩子，其他的也会在不久的将来为人父母，当我们的孩子从呱呱坠地的那天起，他就带给了我们无尽的欢乐和幸福，因为孩子是我们生命的延续，看着他们的一天天长大，就像是我们自己再活了一回。“再苦不能苦孩子，再穷不能穷教育”，这就是我们民族得以延续与传承的伟大之处。每个父母都希望自己的孩子健康快乐的成长，将来能有好的工作和幸福的生活。然而，现代社会的竞争已经越来越激烈，为了不让孩子输在起跑线上，我们都会想尽办法让孩子接受最好的教育，然而，现代子女教育费用一再飙升，给每个家庭带来了沉重的负担。据上海社科院调查显示，上海养育一个孩子的直接费用高达49万，教育费用比20xx年前翻了7番，就算是在我们邵阳这样的小城市，将一个孩子送到大学毕业也得花费30万。我妈妈曾经对我说：儿子，我以后养老也不用你管了，你只要将你这些年读书的钱还给我就行了，我咋听之下还以为她在开玩笑，但当我仔细一算，这个数字还真不是一般的大!不知道各位有没有算过?而且随着社会经济发展，这个费用只会水涨船高，相信各位都不希望自己的子女因为没有足够的教育费用而面临失学的境地吧?然而我想请问各位，你们是否已经准备好了这笔巨额的费用了呢?我们应该怎样为子女建立教育基金?这笔教育基金必须具备以下几个特点：一，专款专用;二，保值升值;三，不会因为意外等其他因素而中断。人寿保险就能够很好的解决这个问题，以平安的吉星送宝为例，在孩子出生的时候，每年给孩子存一万，连续存20xx年，到孩子20岁上大学的时候，加上分红和返还，我们将会有15万的教育金，孩子的学费就不用愁了，就算我们在这20xx年内因为意外或者疾病而离开了孩子，无法继续缴纳保费，保险特有的豁免功能，可以让我们免交以后的保费，而且保险合同继续有效，孩子的未来不会受到任何影响，真正做到了无论我们在与不在，我们的爱一直守护着孩子。这就是人寿保险爱与责任的体现!

然后是老，我们每个人都会有年老的那一天，怎么样才能让我们退休的日子要活得更有尊严?

我们年轻的时候拼命的工作，不就是为了能够过上幸福安详的晚年生活吗? 《圣经》中有句话：当你拥有时，上帝会不断给予你，而当你没有时，连你最后一点也会被夺去。一个人到老年时穷困潦倒，不是因为他年轻时做错什么，而是他年轻时什么都没做。每个人都不希望饱经风霜走到人生的暮年还要忍受着生活困顿之苦。

预计到2024年，中国老年人口将达到4.09亿，占人口总数的24.8%。55岁退休的人活到80岁，仅一日三餐就要花费27万多，在中国一直有养儿防老的观念，但是请大家想一想，随着计划生育制度的贯彻执行，越来越多的家庭都会是独生子女，到那时候，一对夫妻将负担双方父母的养老，在加上孩子的成长费用，这将是一笔多么沉重的负担?上有老下有小的生活相信很多人都体会过，难道你想让自己的孩子将来重走你的老路吗?

中国社会制度的转型，使传统的完全依赖国家、单位的养老制度逐渐发生深刻变化，国家对职工生老病死的\"大包大揽\"已成为过去，人们已意识到真正保障自己将来生活的只能是自己。所以人们在年轻时早准备早投入，年老时就可以有充足的生活保障，从而渡过一个\"夕阳无限好\"的晚年。

**好书分享演讲稿 个人经历分享演讲稿篇十七**

老师们、同学们、大家好：

我们都知道，人最宝贵的是生命，每个人的生命都只有一次，每个人都应该珍爱自己的生命，因为我们都生活在一个由亲情、道德、责任、义务等所交织的`密切的关系当中，我们每一个人的生命都关系着一个家庭的幸福，也关系到学校乃至社会的稳定与和谐。因此，我们要时时刻刻把“安全”二字牢记在心中，落实到日常生活和学习中。

生活安全涉及到我们生活和学习方方面面：食物安全、交通安全、火灾火险、溺水等。关注生活安全，要从我们生活、学习中的点点滴滴做起。生活中，食品安全做不好，就会传染疾病，提高发病率，危害人们健康。“病从口入”讲的就是这个道理。因此，我们要养成饭前洗手的好习惯;瓜果生吃要洗净;不随便吃野菜、野果;不吃腐烂变质的食物。夏天不要吃过宿食物，不随意购买、食用街头小摊贩出售的劣质食品、饮料等。

马路不是游戏场所，我们不能在道路上玩耍、追逐、打闹，把它当成“游乐场”，不仅影响交通，而且非常危险。过马路，要遵守交通规则，做到“红灯停、绿灯行”，要走人行横道线。我们要充分认识玩火的危害性和可能带来的严重恶果，无论任何时候都不玩火。身上不要携带打火机、火柴、鞭炮等东西。不要乱摸乱动家里和公共场所的电器设备、开关等。

我们坚决不能到河流、湖泊、水库、水池等地方玩耍或游泳，因为这些地方的水中可能有暗流、旋涡、淤泥、乱石等等，可能会导致我们溺水。

老师们、同学们，一人安全，全家幸福;安全第一，预防为主。生活安全无小事，让我们携起手来，从小事做起，从我做起，人人讲安全，时时讲安全，事事讲安全;愿我们都能远离远离伤害、远离伤痛，珍爱生命吧!

最后我衷心的祝愿老师们工作顺利，同学们学习进步，健康平安!谢谢大家!

**好书分享演讲稿 个人经历分享演讲稿篇十八**

各位老师，同学们：大家早上好!

今天我讲话的题目是：《让我们在不断反思中成长》。

同学们，我们从小到大，从懵懂少年成长为今天英姿勃发的青年，我们经历了无数次的成功，也经历了无数次的失败，我们常常从失败走向成功，在失败与成功的交织中成长。我们时常检点自己的得失，在无数收获的喜悦和失意的苦恼中，我们一次次向成长的目标迈进。我们回顾过去，总是收获良多，我们在反思中成长!

同学们，反思是一种回顾过去、着眼未来的自我审视和批判性思考，是一种自我发展的巨大力量，是一种正能量!这将激励我们不断积累成功经验、克服自身不足、不断向人生的目标靠近。较强的反思能力是优秀学生的重要特征之一，我们作为一中的优秀学子，应该不断发展这种反思能力，那么，如何进行自我反思呢?一要明确学习目标和人生发展目标，没有目标，反思就没有方向，可见目标多么重要;二要以自己为研究对象进行研究，不断反省自我;三要总结自已尤其是要批判自己，即总结经验，修正不足。反思是痛苦的，但收获肯定是巨大的。

同学们，“做一等学问、修一等美德、成社会栋梁”是学校和全体老师对大家的殷切希望，理应成为或已经成为大家的人生发展目标，同学们是否有勇气和决心针对自己人生的发展目标，对自已进入一中后、本学期以来的学习和生活情况做一次淋漓尽致的反思呢?今天我想与大家一起反思一下我们的学习情况。

目前，在同学们中，理想远大、积极上进、刻苦学习的同学大有人在，但高一高二年级，还有些同学上，在学习上，还存在着的一些不好的方面，一是学习的紧迫感不够，上进心不强，如学习没有计划，马虎对待考试，把老师的学习建议当耳边风;二是学习精力不集中，上课不认真听讲，平时在学习上的时间花得少;三是学习常规坚持得不够好，存在抄作业现象，下课后不能按时进教室上课的情况时有发生。同学们，这些现象离“做优秀学生，做一等学问”的要求相距遥远甚至是背道而驰。有类似现象的同学应该好好反思啊!

期末考试离我们不远了，我们要振奋精神，争先创优，投入到紧张的复习中来，我建议大家作如下反思，一是对所学知识进行反思，使所学知识结构化和系统化;二是对学习过程进行反思，心无旁鹜扎实学习，珍惜时间发奋学习，并向老师同学请教，坚决摒弃无效学习和低效学习;三是对学习方法进行反思，做到自主复习、系统复习、重点复习，在学习方法上不照搬别人的学习模式，用心寻找最适合自己的学习方法。

反思是一种自我发现、自我觉醒和自我超越，是引领大家走向成功、成就辉煌人生的阶梯。同学们，让我们一起与反思同行!最后我祝愿大家学习进步，在期末考试和全市高三调考中取得好成绩!

谢谢大家!

**好书分享演讲稿 个人经历分享演讲稿篇十九**

作为一名应届生参加了20\_\_年浙江省的公务员考试，没有在国家公务员考试中练过笔，报名后才开始复习。但我绝对不聪明，甚至有一点点笨，曾因为一道三次方加减1的数列从晚上11点做到凌晨2点。当然，那是开始的时候。最终我以行测83.2分的成绩将后面的对手远远甩开。我想说在前面的话虽然很土，但是，真的非常有用，那就是：成功=勤奋+方法。也许你也是第一次参加考试，也许你已经经历过失败，但这些都不会成为障碍。作为过来人，写下些心得，希望对大家有所帮助。另外，我需要知道，是不是你已经准备好了，这次一定要通过公考，我需要你有这样的决心，因为，下面你将开始魔鬼式的训练，你需要有一个理念来支撑你走下去。天天在这里预祝你成功。

准确了解行测

不知道是谁开始说，公务员考试行测就是考智商的，不需要花多少功夫去准备，全部看平时的积累。行测是做不完的，是一定要放弃很多很多才有可能得到一个不错的分数。行测不拉分，拉分都靠申论。现在有一个想法，就看你敢不敢想。行测是可以拿到满分的。理论上可以。所有题目都是选择题，都很客观，为什么不可能拿到满分?首先对行测要有这样一个意识。题目都不难，慢慢做，真的有可能做全对。当然，不可能出现全对的情形，那是因为受到时间、考试心态、知识面等方面的影响。但这些都不防碍我们朝着全部做对行测的目标去努力。

行测的题目不难，为什么大家都做不对?因为做得不够多。行测的题目是不是真的做不完?答案是否定的，因为练得不够熟。听到说做不完题目的，都是最终没有考上的。没有考上的人多，所以说行测做不完的人也多。总的一句话，行测的高分一定要靠做题，要考100道，平时的练习就要达到10000道。要考150道，平时练习就要达到15000道。明确了要走的路，下面就是方法问题了。

分享一些本人的经验吧：在我看来，公考可以概括为两句话，行测是核心，申论是重点。行测的考试时间是2小时，而题量一般是140道，这两年调整为135道，做过真题的同学应该都清楚，这样大的题量，要在规定时间内，完成所有试题，除了超人，基本是不可能的，这就要求我们必须有所取舍，在规定时间内，尽可能完成尽量多的试题并确保拿分(这点很重要)。这句话引申出来的意义就是，在复习阶段，我们同样必须有所取舍，对于某些部分，

必须完全掌握，确保准确率和成功率，对于某些部分，要有选择的放弃，否则，眉毛胡子一把抓，考试时瞻前顾后，贪心和能力不匹配，成绩就不会好。对于申论，个人的理解能力与阅读能力是很重要的，要想做好申论，像半月谈，人民日报是必备的阅读资料。而我的经验，就是看加练。所谓看，就是每天都要看文章，这样有几个好处：首先是让你广泛了解热点、焦点的社会问题(而这也是申论出题的重点)，到时候遇到材料不会觉得太陌生而无法下笔，其次是边看边学，看看人家的套话怎么说，怎么写官样文章。所谓练，就是把教材中申论的历年真题多以练习，提高自己的申论水平。其实文章的标题很重要，最好能点出论点，这是标准的加分项，如果写成\_\_有感，\_\_漫谈，纯粹是浪费考官时间，所以标题调出论点一定要记住。想要快速而有效的完成看和练，建议有条件的同学到这里用这个软件训练速读，常人的阅读速度为200-300字/分，经过30小时的训练可提高到1000-3000字/分，更可冲击每分钟万字以上的国际段位阅读速度!普通的阅读习惯，阅读后只能记住30-40%;全脑速读法，可记住50-60%;重点文章，可用“超级记忆”中的思维导图法记忆，可记住80-90%，达到不但看得快，而且记得住的效果。

准备材料

1、大量的草稿纸：养成打草稿的习惯。平时的练习，几乎超过一半的题目需要用到草稿纸。不要告诉我以前你都是直接在题本上打草稿，那样的习惯非常不好。题本上空间小，你必须要把字写得很小，并且过程非常简略，这就为失误埋下了伏笔。

2、收藏一个论坛：也许你已经光临过很多关于公务员考试的论坛，也许你从上面也拉过资料，但是，请收藏一个你认为值得收藏的论坛，每天上网都打开它。养成泡论坛的习惯，多与论坛上的考友交流，掌握最新动态。

3、公务员历年真题一套：当然，理论上只要你准备参加公务员考试，历年真题都是有的。但你需要合理利用这套真题。最好的方法是，将真题分成两个部分，最近两年的和以前的。先做以前的题目，感觉一下自己的实力跟考试要求差多少。再将最近两年的真题混到模拟题当中，放到最后做，这样可以检测你练习后的效果。

4、打印机一台：或者，有一个随时可以打印资料的地方。为什么要准备这个呢，因为网络上的资源是非常丰富的，你经常可以在浏览网页的时候看到一些零碎的题目或者经验，在线看或者做会让你的注意力不集中，效果也不好。你需要打印下来，混到题库里一起练习。这样可以取得良好的练习效果。

5、公务员考试题库一套：必须强调题库的重要性。所谓题库，是大量的题目在一起，而答案非常简略，答案通常集中到最后。当然，也有厚的题库有详细的解答。推荐一套题库，360度的。题目有点难度，题量很充足，非常适合集中突破。另外，如何挑选题库是非常重要的，有些题库，虽然很多题目，但是重复率很高，难度也不够，做了等于浪费时间。挑选题库，首先要看的就是图形推理那一块。打开一本书翻到图形推理，如果你一眼就能看出规律，那这套题库是不合格的。?

6、模拟题20套：至少需要20套模拟题，如果有精力，你可以准备更多的模拟题。当然，360度系列的模拟题同样是不错的，个人感觉难度比它的题库更大，因此可以选择难度稍微低点的作为刚考试的模拟题。这里就不好推荐了。但是有一个选择模拟题的标准，首先是看题量要符合考纲要求，其次是题型要完全对应，最后当然是难度了，同样可以参照选择题库的方式，看图形推理的难度。

7、男/女朋友一名：或者，可以经常在你身边鼓励你，智商正常的人一个。超过两个了不合适。理由是，做行测其实是非常枯燥的一件事情。题目有时候很简单，但是你却想了半天想不出来，这时候，如果旁边有一个人，也许，他换一个思维，就想出来了。同时，行测的题目很适合在平时聊天的时候当作话题。此外，找一个伴，可以让你在整个考公路上有一个精神支撑。不要忘了，除了笔试，还有面试这个大关，这个过程很辛苦，有个人陪着，效果会很好。

备战行测

整个备战过程，时间上不好具体把握，短的一个月，长的可以用四五个月，但是都可以分解成以下四个阶段：

1、了解自己的优劣：一般来说，已经参加过考公的人会清楚自己哪些地方比较薄弱，那些地方比较擅长。了解这个，当然是为了下一步的集中突破。如果你是第一次参加考试，或者并不清楚自己的优劣，那么，可以做这样一个测试：拿20\_\_年国家公务员考试行测试题，把每一部分都分出来，开始看着时间做。你需要以尽可能把题目做对为原则。如果这个部分做完，正确率在70%以下，或者时间超过25%，那这个部分就是你的弱项。如果正确率在60%以上并且在试卷要求的时间内完成，那么，这个部分就是你的强项。对于弱项，需要在下一步的集中突破中花大量的时间练习。而强项，可以直接跳过题库练习，在模拟题中练习就可以了。

2、题库集中突破：前面的准备阶段已经选择好了题库，在这个阶段，就需要去做了。如果你以前都是每天做那么几十道，那从现在开始，每天做起码超过150道。只有这样的题量，才能保证你对题目有足够的敏感度。本人仅仅只有一个多月的准备时间，这个阶段每天练习的题量达到400多道，相当于三套模拟题的量。这个阶段练习的总题量将达到整个备战过程题量的80%，请衡量好，并准备好足够的题目。

3、模拟题练习：这个阶段叫做模拟题练习，并不需要你按照准确的时间要求去做。一般来说，选择题量相当的模拟题，尽最大可能去做对题目，不要顾虑时间问题。但是，不要做到一半就停止。做完，看时间，记录超过规定时间多少，然后核对正确率。这两个数字都是衡量你有没进步的标准。一般来说，正确率是不会有太大的提高的，因为经过了题库的魔鬼训练，针对各种题型应该有敏锐的感觉，做对的问题不大，但是时间的把握就会有问题。这个阶段，大概需要10套左右的模拟题，最后的结果大致是保持平衡的正确率，而时间已经非常接近要求甚至已经在要求时间之内。一天一套，其他时间可以备战申论。

4、仿真模拟：到了最后冲刺阶段了，计算好时间。这个阶段，当作你就在现场，一定要在规定时间内把题目做完。这里有个小小的建议，可以适当增加题量进行练习。在最后半个月里，每天算好时间进行这样一次模拟。另外不要忘了准时参加论坛上的模拟行测，那个会让你更紧张，同时又让你多了一次练习的机会，有人给你出题目，有人给你算时间，有人给你校答案，何乐而不为呢?

决战时刻 :

如果你按照备战的4个步骤下来的话，题量一定已经过万了，你的功底可以说足够深了，那么现在你所需要的就是技巧了，考场上的技巧。掌握这个，可以让你更好地发挥出练习中的水平，甚至超常发挥，取得好的成绩。因为我们知道，平时的水平跟考场上的分数往往并不一致，关键就在于考试技巧。

1、关于答题顺序：有很多关于答题顺序的说法，最近的一种是先做图表分析，原因是比较简单而且分值大。但是经过20\_\_年国考和省考的检验，使用这个方法的人都追悔莫及。还有人说先做常识，因为比较简单，不会就蒙，时间也快。但是不知道大家想过没，在你做的第一部分里，你就可能面临很多你不会的内容，需要大量的猜测，此后你做题的心态是怎么样的呢?时间固然重要，但是，心态更重要。我们的目标不是仅仅要在两个小时内把题目做完，而是要在两个小时内尽可能多做对题目，拿更多的分。

现在介绍一种全新的做题顺序，从心理学角度出发，结合实际进行操作的答题顺序：首先，做类比推理。类比推理是仅次于常识判断难度的题目，而且可以说，除非是常识性的类比推理，一般智商的人，都可以很快做出并且做对。这个部分是耗费时间最少的。其次，做语文那部分。也许你会惊讶，这部分是不是要因人而异啊?事实上，无论你语文好或者差，这部分你都逃不掉，而且，中文字谁都看得懂，做对做错一时间都是不知道的，只管往下做，不要去计较对错。这部分，即使语文功底再好，这个部分也是会错很多的。一般语文可以在规定时间内完成。第三，做常识判断。第四，做推理部分的其他题目，诸如图形推理、演绎推理。因为在做了大量的语文题目后，你的思路会打开，做演绎推理的敏感度会提高很多。最后是关于所有理科部分的题目。可以先看下图表分析中有没那种一看就知道怎么做的图表，那就先做。如果一看都是需要大计算量的，就放弃先。然后看数字运算，可以从上到下做，遇到难题就跳过。做完数字运算，再去做大计算量的图表分析。最后回去解决难的数字运算题目。

这个做题顺序需要认真分析运用，结合自己的特点，稍微变动。但总的一个原则还是先做容易的，再做难的。

2、关于涂卡：涂卡方面也有几种说法，一是做一道涂一道。二是做完一部分涂一部分，三是全部做完再涂。首先否定第一种，这种是最浪费时间的。推荐用钢笔或者圆珠笔打草稿，因为那样比较清晰，不容易错。那么如果做一题涂一题，换笔也是浪费时间，而且容易涂错。第三种，全部做完再涂，对于时间充裕的人来说是比较合适的，全部做完了，涂的时候还可以有一次检验的机会，但是对于行测那么紧张的时间，也不推荐。关于做一部分涂一部分，需要有更深刻的理解。涂的那一部分，需要是你全部做完，没有空的那部分，如果你中间有难题跳过了，这个部分就不要涂，防止出现错位。

3、关于如何进行猜测：猜测是需要技巧的，并不是单纯的蒙。最忌讳题目也不看，直接在答题卡上涂答案。曾经有人在答题卡上连涂了10个e，事实上题目中根本没有e这个选项。猜测需要有个方向。一般来说，放到最后进行猜测的题目有两种情况，一是时间不够，二是前面留下的难题。属于是前面留下的难题，你应该有思考过，可以确定一个方向，排除一到两个，那么在剩下的两个里猜测，成功率会高很多。对于时间不够的，一看答案简单的，越简单，是正确答案的可能性越高。二看前后题目的答案，重复的可能性不会很大。所以那种一串都蒙同一个答案的，押中的几率会很低很低。

4、关于放弃：天天的建议是不要放弃任何一道题目。放弃了题目就是放弃了分数。我们要完成的不是两个小时1500道，而是两个小时150道都没有，是完全可能做到的。运用各种猜测的手段，或者在第一遍做的过程中就将其猜测掉，或者在第一遍中做下记号，有机会再回来重新做或者猜测。

5、关于难题：行测无难题。请牢牢记住这句话。你遇到行测中的难题，是因为你平时练习得不够。但是，如果真的在临场遇到了。请使用各种巧妙的方法去解决。首先，多用代入法。既然是选择题，将答案代入原题的要求中，符合的就是正确答案。这个对于答案数字简单，但是题目中数字复杂的尤其适合。其次，多用大胆假设法。假设某个答案是正确的，进行反推，相信自己的感觉。如果推出来错了，至少你在蒙的时候可以肯定排除你推过的那个答案。

写在最后

每年都有几万甚至几十万的人参加公务员考试，但是考上的毕竟是少数。大家都经过了高等教育，拥有差不多的智力水平，所以，更勤奋的人将获得更多的机会。在最后，还是要强调，多做题目，是行测获得高分的最高秘诀。要保持对题目的敏感度，看到题目就有连锁反映，包括如何下手，如何解答，如何得出正确答案。一般，进行到备战的第三步，你就会有一种练习后遗症，走在路上，看到路旁边的树，都能想到关于种树问题的方程及其解答。公务员的工作可以给你一辈子的安稳生活，那么，为这个一辈子的目标，投入那么几个月的疯狂，难道不值得么?如果你看到这里，对所谓的“秘籍内容”失望了，还想去找捷径，仍然没有下决心做上一万道题目的话，那么，放弃吧。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找