

# 2023年小学实验的心得体会和感悟(优秀5篇)

演讲作为人类一种社会实践活动，它必须具备以下几个条件：演讲者、听众、沟通二者的媒介以及时间、环境。我们想要好好写一篇演讲稿，可是却无从下手吗？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。

## 家风演讲稿孝俭勤篇一

中华文化遗产千百年，历久弥新，恩泽了无数炎黄子孙，之所以中华文化博大精深，源远流长沿传千百年不绝，是因为其核心“孝”道，孝作为各大世家的家训家风，是弘扬中华传统美德和传承优良家风必不可少的，传承中华文化必以“孝”道为核心。

还记得央视一套的一则公益广告吗？劳累一天的年轻的母亲，晚上给自己的孩子洗完脚，又大汗淋漓地端着一盆水给自己的婆婆洗脚。孩子没有睡觉，跟在后面偷偷看到了，就仿效着也端着一盆水走向这位年轻的妈妈。

人间自有真情在，那窄窄的楼道，那不太稳健的脚步，还有那微波荡起的水花，孩子纯真的笑脸，再加上那句稚嫩的童声：“妈妈，洗脚。”多么温馨与幸福啊。年轻妈妈满脸的疲惫瞬间化成世间最美的笑容，人间的真情与天伦之乐的幸福展露无遗。

看看，关爱老人与儿童。“妈妈，洗脚”这稚嫩的童声依然回荡在我们心中，成了“孝心”的代名词，“中华美德，代代相传”也成了我们行动的指挥棒。

父亲，为人父要关爱伟德儿子，形成子承父志的家风，这也

是构建和谐家庭达成“家和万事兴”的基本途径。

百善孝为先。孝作为中华文化的根源，有千年的渊源。子曰：“弟子入则孝，出则悌。”家风主要是伟德后人成为栋梁之才，然做人必先学孝，羔羊尚且跪乳，乌鸦尚懂反哺，人若不孝，何以万物灵长自诩？古人较为重视家风的作用，培养子女以孝为核心的伦理道德体系，更兼以悌、忠、信、礼、义、廉、耻，让继承的后人懂得进取，胸怀凌云，心系国家民族之荣辱，会为社会创造价值，为人民谋福。这也正是我们当代面向社会主义现代化建设所需要的。

一个国家必须要有自己的国魂，一个民族必须要有自己的精神，才能把全民族的智慧集中起来，形成无比强大的精神力量和物质财富。承继传统美德弘扬民族精神，倘若我们都重视家风的作用来重振家风，那么社会主义核心价值观将会得到弘扬，社会风气将会蔚然成风，让我们手拉手、心连心共同把文明美德传承下去，弘扬我们的民族精神，让中华民族这朵美丽的生活之花开遍世界的每个角落！

## 家风演讲稿孝俭勤篇二

大家好！

家风的传承，承载着一个民族的思想延续，承载着一个民族的文明教育。在中国，人们喜欢以家训的方式传承家风，或者说，家训是中国人期望家风长久流传的最主要表达方式。那么，就让我们穿梭于古代和现实之间，体味家训中传递的家风。

家风教育伴随文明产生

中华文明上下五千年，现在有文字记载的家风教育大概就是西周初年周文王（姬昌）、周公（姬旦）的家训了。在《尚书》中，我们可以读到周公告诫侄子周成王（姬诵）的一篇

诰辞。文中，周公告诫成王不要贪图安逸享乐，不要荒废政事，要安定民心。“知稼穡之艰难”，这样的家风教育至今还在延续着。

在《说苑反质》中，记载着这样一个故事，春秋时期齐国的晏婴病重时写下家训，藏于柱中，要妻子等儿子长大后拿给他看。这份家训嘱咐儿子布帛不可用尽，用尽了就无法再做衣服；牛马不可将其力气用尽，用尽了就无法再使用牛马耕田驾车；任事者不可对其过分苛刻，否则就无人帮你做事了。由此看来，“成由勤俭败由奢”的家风教育早在两千多年前就有了。

“夫君子之行，静以修身，俭以养德。非淡泊无以明志，非宁静无以致远。夫学须静也，才须学也。非学无以广才，非志无以成学。淫漫则不能励精，险躁则不能治性。年与时驰，意与岁去，遂成枯落，多不接世。悲守穷庐，将复何及？”这是诸葛亮《诫子书》中的名句。

在诸葛亮的思想观念里，人要注重加强道德修养，要不断学习，要清心寡欲，要静思反省，要不急不躁。他把自己这些思想和行动指南以家训的形式传递给他的儿子，希望这能成为诸葛家风。可能连诸葛亮自己都没想到，他的这些教诲成了一代又一代人的家训家风，影响至今。

### 颜之推教子“威严而有慈”

北齐颜之推的《颜氏家训》被称为“篇篇药石，言言龟鉴”的家训专书，是我国封建社会流传最广、影响最深的家训之一。

“凡庶纵不能尔，当及婴稚，识人颜色，知人喜怒，便加教诲，使为则为。”也就是说，在教育孩子问题上，他要求家人在婴儿能识得别人的脸色、懂得别人的喜怒时，就对其加以教诲。颜之推还说：“父母威严而有慈，则子女畏慎而生

孝矣。”意思是父母既威严又慈爱，子女就会敬畏、谨慎，从而产生孝心了。“人之爱子，罕亦能均，自由及今，此弊多矣。贤俊者自可赏爱，顽鲁者亦当矜怜。有偏宠者，虽欲以厚之，更所以祸之。”大意是，对于子女，父母不能偏爱，不应厚此薄彼。通过这些语句，颜家家风跃然纸上。

颜之推身历三朝，对世事沧桑、人情世故体会很深，因此在《颜氏家训》中，他教育其后人要“少欲而足”、“无多言，无多事”、“虑祸养生”等。这些家训既有封建社会的局限性，也有其积极的一面。

《颜氏家训》后，家训著作渐多，差不多每个朝代都有一些代表性家训产生。如唐代李世民的《帝范》，宋若莘的《女论语》，李恕的《戒子拾遗》；宋代司马光的《训俭示康》，陆游的《放翁家训》，袁采的《袁氏世范》，陆九韶的《居家正本制用篇》；明代姚舜牧的《药言》，杨继盛的《杨忠愍公遗笔》，何伦的《何氏家规》，孙奇逢的《孝友堂家规》；清代爱新觉罗玄烨的《庭训格言》，朱柏庐的《朱子家训》，张英的《聪训斋语》，汪辉祖的《双节堂庸训》，郑燮的《家书十六通》，曾国藩的《教子书》，甘树椿的《甘氏家训》，邹歧山的《启后留言》等。这些家训，影响深远，对中华文化思想的传承有着重要意义。

司马光的《训俭示康》也是被历代人们称道的家训，这是写给他的儿子康的家训。

司马光的家训别具一格，首先说明自己是怎样的人：“吾本寒家，世以清白相承。吾性不喜华靡，自为乳儿，长者加以金银华美之服，辄羞赧弃去之。二十忝科名，闻喜宴独不戴花。同年曰：‘君赐不可违也。’乃簪一花。平生衣取蔽寒，食取充腹亦不敢服垢弊以矫俗干名，但顺吾性而已。众人皆以奢靡为荣，吾心独以俭素为美。人皆嗤吾固陋，吾不以为病。”大致意思是说，他本来出身贫寒，一代一代都继承着清白的家风相。他生性不喜欢豪华奢侈。他一向穿衣只求抵

御寒冷，吃饭只求饱肚子，也不敢故意穿肮脏破烂的衣服以表示与一般人不同，以此取得人们的赞扬。许多人都把奢侈浪费看作光荣，他却把节俭朴素看作美德。

实际上，这就是司马家的家风。司马光的父亲司马池曾任州县官和天章阁待制，为人廉洁，干一辈子，家无余财。这样的家风影响了司马光，司马光也是“以清白相承”，并认为“侈，恶之大也”。

在《训俭示康》中，他举出历代许多“成由勤俭败由奢”的例子，教育他的儿子司马康“汝非徒身当服行，当以训汝子孙，使知前辈之风俗云”，要求他的儿子把勤俭持家的家风传给下一代。

### 曾国藩家书传家风

曾国藩是晚清一位极具争议的人物，既有中兴名臣的美称，又有“卖国贼”的恶名。但说到近代家训，绕不开曾国藩，有人说曾国藩的家书在家训方面超过《颜氏家训》。

曾家是望族，曾国藩的祖父曾留下了八字家训：“猪、蔬、鱼、书、早、扫、考、宝。”读书、种菜、养鱼、喂猪，为居家之事；起早、打扫洁净、诚修祭祀、善待亲族邻里，是治家之法。道光年间，曾国藩做了京官，其父亲在给他的家书中写了三戒，即“节欲、节劳、节饮食”。

读《曾国藩家书》，就像在听一位长者在和你聊家常，从读书成才，修身养性，到为人处世，甚至到养花养草，无所不谈，在闲聊中展现出曾家家风。

中国被称为礼仪之邦，古人讲忠孝仁义礼智信廉，讲勤俭持家，重视家庭伦理，这些在今天仍有可汲取的营养。一代代的家训，传承和发展了中华民族的文化。

## 家风演讲稿孝俭勤篇三

大家好！

在家里，最勤劳的要数妈妈。每天早上，她都早早地叫我起床，为我准备好美味的早餐，送我上学，然后到公司认真工作。下班后，已经是晚上了，妈妈刚回来还来不及喘一口气，就立刻进入厨房，做香喷喷的晚餐给我吃。晚餐过后，妈妈又放弃了自己那短之又短的休息时间，而是开始做家务，只见她拿起拖把不辞劳累地拖地板，即使是一些很难打扫到的角落她都不放过，打扫好之后，觉得有些地方不够干净，就再过去辛苦地拖，就是满头大汗也不休息一会儿，一定要把房间打扫得一尘不染。

有一天，我还没等妈妈叫醒我就起床了，我看见我的房间已没了昨日的狼藉，取而代之的是一片井井有条的景象。这时，劳累的妈妈出现在我眼前，一瞬间，我全明白了，脑海中浮现出妈妈那一丝不苟地整理房间的样子，情不自禁地打心眼儿里赞叹妈妈，妈妈真是我的好榜样！

我的爸爸也是“勤劳分子”。他在地工作，总是没日没夜地出差，服务一个个客户，就是在寒风刺骨的冬天，爸爸仍劳心劳力地做着自己的任务。在公司里，有时会有些重活累活，爸爸都抢着做。因此，爸爸还获得了“十年荣誉员工”称号呢。这还不是因为勤劳吗？我为有这样子的爸爸而自豪！

在爸爸妈妈的耳濡目染下，我也学会了勤劳这一中华美德。我会做一些力所能及的家务事，帮妈妈分担一些辛苦。爸爸拖着疲惫不堪的身体回来后，我会给他捶背，让爸爸休息休息。

有一次，临近期末考试了，我拿起书，废寝忘食地复习起来，夜深了，可朗朗的读书声仍在房间里回荡，过了好久，我才上床睡觉。期末考试时，我觉得题目都十分简单，就行云流

水地写起来，而且越写越有劲。考完了试，我觉得这次考高分三个手指捏海螺——十拿九稳。果然不出所料，我取得了全班第一的好成绩。这都是勤劳带来的成绩啊！

我的家风，勤劳之风！希望这良好家风传到各地，让每个人都学会勤劳，用双手让未来更加美好！

## 家风演讲稿孝俭勤篇四

大家好！

小到家庭、大到国家都有属于自己的一种风气。家风正了，那么一个家庭的思想品德也就正了，家庭的风气正了一个国家也将繁荣昌盛，可见家风有多么重要。家训也就是中国传统文化的重要组成部分，也是家谱中的重要组成部分，它对个人的修身、齐家也有着重要的作用。

岳母在岳飞的背上刻下“精忠报国”四个大字，这四个大字的家训也就时时驱使着岳飞上进，最终岳飞也没有辜负岳母的期望，成为了保家卫国的大将军。我们家的家训用简练的话语来总结就是朴素、坚强、自力更生。朴素是不奢华、节俭的意思，奶奶一家很简朴，一直是勤勤恳恳的劳作着，从没有享受过奢华，在他们眼里只要勤恳简朴就够了。正是这样一种朴质而不造作的美造就了他们的美好品德。

坚强是很重要的，在遇到困难时往往能带你打破困难黑暗的往往是坚强，他将带你迎接希望的蓝天。有一次，我掉到了坑里，不讲义气的朋友们早就跑远去看好戏了，我虽然焦急不已但是我想到了爸爸妈妈一直告诉我的要坚强，于是我坚持不懈的攀爬着，最后终于爬了上来，让伙伴们大吃一惊。正是坚强，给了我别样的生活。还有一点是极其重要的，那就是——自立，自立是一种良好的品质，一种可贵的精神，自立自强可以在身边做起，从小事做起，如：自己洗衣服，自己穿衣物，自己叠被子，自己整理房间等等，在妈妈和爸

爸的耳濡目染我也学会了自立，妈妈可是因此夸了我好几次。我也很感谢我的父母，正是这三条家训，让我变得越来越好，所以我把我们家的三条家训分享给同学们，希望同学们都能学到这些优良的品质。

让我们学会自强自立吧，学会坚强，努力奋斗，相信有一天成功的花是为我们绽开的！良好的家风可以使我们可以更好的在社会上立足，良好的`家训也可以使我们更好地为成功的道路垫下基础，所以我们应该学习这些良好的家风，继承优秀的家训，改正不良的习惯，在长辈的带领下，一同坚守这些好习惯，让它刻在每个人的心中。

谢谢大家！

## 家风演讲稿孝俭勤篇五

大家好！

我半岁时，我家从四川搬到了荆门，刚到荆门，日子十分窘迫。爷爷、奶奶打起了退堂鼓，想回老家。太爷爷沉默良久，说了一番话：“当年的延安，缺衣少粮，开展了大生产运动，多年下来，根据地军民不仅没有饿垮，反而越来越团结、强大。现在条件比那时强多了，只要我们自力更生、艰苦奋斗，还怕不能闯过难关？”一番话拨云见日，让一家人定下心来在荆门安家落户。

5岁时，太爷爷去世了，换成爷爷给我们讲太爷爷的革命经历，讲革命时期那些自力更生、艰苦奋斗的故事。这几年爷爷渐渐老了，爸爸又成了讲述者。他们将自力更生、艰苦奋斗的精神牢牢记在了心里，经过这些年的努力，我们家盖起了楼房，开上了汽车，日子越过越好。

别人家的客厅挂的是优美的风景画，而我家客厅挂的是“自力更生、艰苦奋斗”几个大字。每当在学习和生活中遇到困



难时，这几个字便浮现在我的脑海中，指引我战胜困难。

说干就干，我买回面条、青菜，鸡蛋等，学着妈妈的样子煮面条，做米饭，炒青菜……吃着自己做的美食，心里美滋滋的。几天后，爸妈回来了，听到我的思想情况汇报，高兴地直夸我长大了。

是的，自力更生，艰苦奋斗已成为我们家的家风，我会让它一直传承下去！

## 家风演讲稿孝俭勤篇六

大家好！

每当周围的'朋友说起他们愉快的童年经历，我总会在一旁羡慕不已。他们的童年里有动画片，有芭比娃娃，有脚踏车，还有董浩叔叔、月亮姐姐和金龟子，而我的童年里，留下最深印象的恐怕就是堆满书架的书了。

小时候，爸爸对我而言，是严厉、不可反抗的象征。每当我打开电视想和其他小伙伴们一样看看动画片时，爸爸就会训斥我，只允许我看新闻，禁止看动画片。爸爸的话就像一把锋利的刀悬在我的心头，虽然心里还惦记着动画片，却不敢明目张胆的在家里看了。没有了动画片，新闻有太枯燥，没办法的我只能另寻其他的乐子来打发时间了。于是便瞄上了我家书架上一摞子的书，从此，我就和书结下了不解之缘。

最早读的一摞书是妈妈买的，书的种类很多，有《唐诗宋词元曲三百首》，《商海智谋宝鉴》，《十万个为什么》，《三十六计》等等，听妈妈说，当初买这些书有一部分是给爸爸看，因为爸爸要做生意，需要一个像葵花宝典般有用的书籍作指导，还有一部分是给我看的，因为妈妈知道知识的重要性，希望我长大以后能成为一个不求有大智慧，但求有小聪明的人。那些书都很厚，一开始让我望而却步，可是转

念想想生活没什么乐子，难道要去看枯燥的令人想睡觉的新闻吗还是算了吧，只能拿起书来乖乖地看起来。没想到，书里的故事那么精彩，虽然有些看不懂的字词，也有暂时因为阅历低而不理解的地方，但书里一个个鲜活的精彩的故事和人物深深地吸引了我。

等家里的书都读完了，我也看书成瘾了。妈妈就会带着我去超市的图书专区或是书城任我随意挑选自己喜欢的书阅读，从那时起，我开始接触了中外名著。《格列佛游记》、《名人传》、《复活》、《傲慢与偏见》、《雾都孤儿》、《包法利夫人》等等等等，这些书带我进入一个个不一样人物的世界，让我体会了很多我那个年龄所体会不到的人生感悟。

家里的报纸《扬子晚报》是妈妈每天推崇我看的。除了一些益智的九宫格、填词之外，还有繁星。连载里的美文是我每次必看的。妈妈要求我要养成摘抄优美句段的好习惯，一开始我不以为然，觉得实在是太浪费时间了，可是在妈妈的威逼利诱下，我不得不开始慢慢填充我的摘抄本，渐渐的，我发现我的作文水平越来越高了，写作文再也不用担心肚子里没有货了，尝到了好处，我便对这个好习惯安之若素了。

等我慢慢长大了，要上中学了，妈妈对我更加严格了，她经常给我背诵古文的任务，让我实在是生不如死。那些晦涩难懂的古文，因为我心里的抗拒，变得特别难背，每次都是凭着我的快速记忆能力强行背诵，从来没有理解过文章的含义。过了几年那些曾经背后的文章在中学的课本里出现了，老师也讲解过它们的含义了，我才发现自己学起来是那么轻松。

现在我长大了才慢慢发现，原来那些小时候爸爸妈妈所“强迫”我看的那些书，将会是我一生的积淀，而这种崇尚读书，尊重知识的家风家教也将会贯穿我的一辈子，并带给我的子女。

## 家风演讲稿孝俭勤篇七

大家好！

待人真诚，言而有信，助人为乐，拾金不昧是中华民族的传统美德，也是维系现代社会的纽带。

从小，爸爸妈妈就教我要讲诚信，不要撒谎，要爱亲者，不敢恶于人，敬亲者，不敢慢于人，还要助人为乐，拾金不昧。

妈妈怕我不听话，就定了家规，总共十条。

一是要讲诚信，不能撒谎。

二是要助人为乐，拾金不昧。

三是捡到东西要交给老师。

四是要为班级做好事。

五是要孝敬父母亲等。

在吃饭时，不能发出声音，而且还要长辈先动筷，我们小辈才能动筷，还有就是进房时要敲门，获奖时不能太骄傲等，多么的规矩。

在我印象最深刻的是那次，那是个冬天，我和邻居约定好去后山堆雪人，那天清晨，寒气逼人，天寒地冻，最先带来冬天信息的应该是雪了，出门回头望望自己家亮着的窗户，只见玻璃上结着冰花，烟囱口流出的烟油子冻成了两根黄色的冰柱。低头一瞧，地上有残存的积雪，白茫茫一片。环顾四周，都是光秃秃的，没有草更没有花。那些枯枝败叶早被无情的西北风不知刮到那个角落去了。我感觉太冷了，就又回家睡觉了，而她却在冰封雪地的后山等着我，她一直等到太

阳红彤彤时才回去。后来我才记起要去后山，可她来找我了，那时她脸冻的彤红，她说：“你一点都不讲诚信，你为什么不去？”我不知怎么解释，只好把头埋的低低的。

后来，我跟她道过歉了，她原谅了我，我觉得很惭愧，现在我知道不讲诚信的后果。

如果不是父母对我的教育，我就会不讲诚信，我觉得父母像大地一样哺育我，使我有一个良好的习惯，我就像一颗幼小的小草被大地哺育着。

我的演讲结束，谢谢大家！