

## 心得分享一：

为人师表，任重道远，被人用以衡量的道德准绳要比常人来得高，常常被冠以似是而非的光环，甚至必须拥有超人的能力，即除了教学以外尚得具备“多”技之长。孔夫子可以因材施教乃在于学生是为求学拜师而来，是愿学；现时代的学生良莠不齐，好些可是为向父母有所交待而被逼上学，是勉为其难地学。其中小小的差异即可让教师大大地累。

长远的教育规划是什么？教育制度在我国，是一朝天子一朝臣的局面，每有新部长上位，就要有所改革，哪怕好与不好，不求变就似乎没在办事似的。教育什么时候变得如此儿戏？教师与学生又什么时候从无所适从到渐渐麻痹？我们的免疫系统越来越强，这是好事，还是坏事？教育，关系乎文明的发展、民族的延续、国家的兴亡、人类的生存等，在我国乃至许多国家，这么神圣的工程，却往往被忽略。

教育是神圣的，办教育更需要有所坚持，或许许多教育工作者都经过了几回“见山是山，见山不是山，见山又是山”的阶段。人们常说，教师不是有“钱途”的职业，要有前（钱）途，就不要当教师。这种处境跟文化人是一样的，文化人也常慨叹，如果不当文化人，那该多好。这个社会是如此地亏待教育者、文化人。可是，是什么样的使命，让我们肩挑起了担子就再也放不下？是的，是为了上一代的延续，是为了下一代的传扬，是这个充满时代及民族的使命感让我们继续坚持下去，哪怕是没有前途或钱途，承传的工作总得有人做。前人种了树，就要由后人来灌溉，百年树人这回事我们或许还没有做得很好，但不继续下去，就无法把根留住。尤其我们的华教，一路风雨兼程地走来，更是多少前辈流了血汗坚持保住的，这重担绝对要继续挑下去，不能卸下。

此次前往中国参加培训，享有中国国侨办的礼遇与厚待，实在感激万分。有关当局为感谢海外华侨一直以来辛苦地留住中华文化的根而给予回馈，这更是让我感到惭愧。我们何德何能就这么轻易地接受全免的教师培训班？我们凭什么在那里接受“回报”，凭什么无条件地“乘凉”？不是的，我们必须种更多的树，让后来者有更大的树林乘凉，在更大的树荫下继续承传这回事。学以致用与受授，道理一样，希望我们能把所学的，传授下去。感谢我国教师会总会全体同仁的用心安排，感谢中国国侨办及青岛大学华文学院各单位的苦心策划，希望这样的课程培训计划能继续下去，让更多教师，乃至更多学生受惠，谢谢。

海，是古文明的发源地，而四大古文明至今尚兴盛发展的是黄河文明。而如今，我们深信有海的地方就有华人，更冀盼世代代下去，有水的地方就有中华文化的根。

## 心得分享二：

这是我第一次参加海外培训班。就像小孩一样，兴奋地迎接这个期待已久的“充电”机会。感谢国侨办、青岛大学华文教育基地及教总的悉心安排与照顾。在这短短的21天里，虽在寒冬却感到无比的温暖：“武”衣抢眼保暖、美食健身饱腹、住宿宽敞温馨、课程先紧后松，样样齐备，处处周到。教授导师们竭尽心力使课程完善，教具齐全，为的是让学员们在短期内获得最大的收效。单凭各单位的用心及苦心，我觉得能参与此班，实乃有幸。

普通话正音，乍听之下，也许觉得太普通了吧。但是，经历了三个星期的培训，觉得普通话一点儿也不普通。她是包括了语音（以北京语音为标准音）、词汇（以中国北方话为基础方言）、语法（以典范的现代白话文著作为语法规范）三方面，所以学语言，就得确实从根基着手，长期在该环境及状态下，学习、累积成果。然而，时间太短了，要学习的范围太多了；我才刚刚适应寒冷的天气、为刚掌握的皮毛而兴致勃勃时，我们已进入最后一周，要准备测试了。

此次的培训，有以下的观察与得着：

### （一）理论 VS 实践

从一些学员口中得知，基本的语音概论，皆已涵盖在国内的师训课程中，所以我不妨来个大胆的推测：我国的华语正音应该是大好前途，我们的学子们也应该都能说出一口漂亮标准的华语，因为师训毕业的老师们皆从事教育，尤其在国立的中小学任教。为着这样的前景，实在让人感到欣慰。

这次的培训，对我而言是珍贵的。因为在这里开始了我正音的基础学习——声母和韵母的发音部位、方法，还有儿化、轻声、音变。特别在朗读、朗诵方面，更是让我耳目一新。原来朗读可是非常优雅的，而语气、停连是情感的催化剂，念着念着，眼泪竟不知不觉地落下。

虽然只有短期的集训，也许还没入门，但是教授老师们的用心、爱心，学员们的认真、彼此勉励，我深受感动，也从中取经不少。

具备了基本理论，就得试着学以致用，惟有真正实践出来，才算真知；平日“正”得不准的“音”，就得尽力去改善，说出正确的，才算是力行。现在惟有鞭策自己在平日说话沟通时要注意平翘舌、轻声，说话要说得清楚，注意吐字归音。基本上，所学的这些都是我日后教学的“法宝”。

华语正音，不再是只在参加演讲、辩论、诗歌朗诵或口才训练时才使用的“加分工具”，乃是我们闲暇时候聊天沟通的语言。所以，正视华语正音是必要的，更是势在必行。

### （二）书面 VS 口语

上了几堂课后，我发现即使我可以写出正确的汉语拼音，不代表我可以正确发音。为我误人子弟多年而深感惭愧内疚。

我花了一段时间来纠正舌面前音（j q x）、韵母“ao”“ian”“iang”“iong”“ie”“ia”等等的复韵母的发音。“x”而不是英文的“c”；复韵母的发音讲究动程，所以舌位的高低位置在发音时就显得非常重要。天啊，前 a 央 a 后 a 几乎是我的梦魇！不过，总得克服它才能达到学习目标。

钦佩老师们专业的听力，也谢谢老师们给与引导纠正。上声调值不到位是我所面对的难题之一。每次的辅导训练，我最害怕读上声字。妙的是，当着老师的面，似乎很快就可以模仿读对了，但是自己练习时总是怯生生地问同伴“是这样读的吗？”“我读对了吗？”。看来惟有注意动程并加以熟练，那就不会害怕舌头找不着位置了。

### （三）人地生疏 VS 情同手足

在国内不认识的人，竟在青岛同班，所以能够认识这么多的老师是我宝贵的收获。

我们交流的不只是正音的内容，还有我们对教育的热忱、人生的疑惑。哪怕年龄或教导的科目不同，我们依然可以分享许多教学上的趣事、面对顽皮学生所应对的法宝，偶尔还会说说国内的政治。感冒时，大家都会倾箱倒篋地互送所带来的药。

一起用餐、一起上课、一起玩乐，面对同样的平翘舌问题、同样让人紧张的测试，但是我们还是可以学得很认真，玩得很尽兴。车上的你一言，我一语，竟也活生生地带上台，亲爱的同学们，用一句在培训班里使用率最高的口头禅：倍儿棒！认识你们，真好！

### 心得分享三：

“我这里有到中国参加培训班的申请表格，你有兴趣吗？”那是普通话正音班，我很感兴趣！如果申请成功，这也是我生平第一次在冬天出国！距离申请截止日期还有两天，匆匆忙忙准备好所需文件，以快邮递上。静心的等了一阵子后，我申请成功了！

在上海转机，再飞到青岛。在转机的过程可是用跑的，因为只有四十五分钟的时间必须重新办理登记手续和登机。抵达青岛迎来的是凉风习习，还有一张张的笑脸。班长刘伟娜还高歌一曲《万水千山总是情》，很令我意外，怎么她会唱这一首歌，好温暖！班长们提早来接我们，一路上一览青岛流亭机场到我们下榻的酒店——世纪文华酒店，这是一间四星级的酒店！很快的照了全体照，然后分配房间，下榻行李。

手捧着一本装订好的讲义。精美的设计封套，全面的资料、讲义，翻一翻里面的内容和课程表，让我非常感动。我们手上的讲义，可是花了很多时间、人力、物力，动员了好几位大学教授的意见来编排课程，真是用心。承办单位也很体贴，安排了巴士载送，还有早晨的太极拳训练和晚上的辅导课，让我最感意外的是，这 21 天的课程里，还穿插了好几个旅游景点！

每一天都有班主任的陪伴。青岛的天气和我们家乡的天气真的是天渊之别。青岛的天气冷，晚上更冷。承办单位很细心的为我们准备苦干颗粒，对感冒很有效。我一旦觉得自己不舒服，就在临睡前喝一剂，很舒畅。每一天的膳食真的是丰富得不得了，至少十道菜肴，没人能饿着肚子。但是，当我想起世界上还有很多人因为缺乏粮食而受难时，心里想，若这些食物能交到他们手上，那该多好啊！

承办单位温馨安排的太极班，若不是因为早上的天气太冷，我想它的效应应该是很不错的，毕竟运动是好的，尤其穿插于长时间的静态听课。但是看一看年长师傅那红润的脸色，还一脸笑容的教导，不由得令我佩服他们的耐寒功力。可能是自己就很怕冷吧？

我们有幸获得当局安排到青岛的著名景点参观，如奥运博物馆、奥帆基地、五四广场等。设施先进的博物馆，再加上体贴的小姐从旁讲解，不仅让我敬佩中国的进步。我在马来西亚小学开始接触汉语拼音已经是小学的事了。有幸当年从一年级到三年级都让教导有方的谢良玉老师教导，我觉得自己的语音掌握得还好，至少清楚知道所认识的中文字的汉语拼音的拼写。参加了这次的课程，我很高兴我对于汉语拼音有更深一层的认识。汉语拼音的发音、发

音部位、发音器官等，认识更多。在此我还弄清楚了后鼻音的正确发音，舌面音的正确发音、轻声词、儿化词……大家认为最难念的 X，也在多天的练习和教授的指导下，看见大家有很大的进步，太感动了！

贴心的承办当局还为我们准备了精心挑选出来的模拟试题，作为我们的练习工具。我们几个新认识的朋友，一有时间就围在一块儿练习、纠正。几个朋友在一起练习、聊天、说笑、分享各种不一样的事件，真是人生一大难事啊！

课程里还包括了朗读这个部分。教授们的展示，让我们大开眼界。周教授不时播映他准备的映画，加上他自己的感性旁白，真是太美了！徐文波教授的表情加上生动的即场的示范，令我刮目相看。王峰教授的深情朗读，淡定的表现显示其沉稳的情操。教授们的真情演说，再加上详细的资料作为后盾，让我们更能掌握其中的要点。

朗读部分的模拟文章，我觉得很多都很感性。简单的字句，带着深深的感情。当中最令我印象深刻的是：文章的大意是：

纽约常因为大雪而很多商店会停止营业。唯有公立小学，仍然开放。只见黄色的校车，艰难的在路边接孩子，老师则一大早就口中喷着热气，铲着车子前后的积雪，小心翼翼的开车上学去。每逢大雪而小学不停课时，都有家长打电话去骂。妙的是，每个打电话的人，反应全一样——先是怒气冲冲地责问，然后满口道歉，然后笑容满脸地挂上电话。原因是，学校告诉家长：在纽约有许多百万富翁，但也有不少贫困的家庭。后者白天开不起暖气，供不起午餐，孩子的营养全靠学校里免费的中饭，甚至可以多拿些回家当晚餐。学校停课一天，穷孩子就受一天冻，挨一天饿，所以老师宁愿自己苦一点儿，也不能停课。。。。。

短短的一篇文章，却令我很多省思。我们因为上课天数多时，而埋怨。我们因为食物不好吃，而埋怨。我们因为很多生活中的小事而。。。。。很多想要学的学生正咬紧牙关，迈向自己的目标前进。相比之下，很多马来西亚的孩子们很幸福了。

承办单位还带我们前往孔子的故乡——曲阜。那里真的是闻名不如一见。我们被安排住宿与一所很有规模的酒店，环境相当有味道、古色古香。只见酒店四处有着雕刻师傅在用心的为顾客刻字。有的用电工具刻字，有的则用手工刻字。很多人因为孔子的关系慕名而来，四周围都有人兜售着有关孔子的书籍。冷天下谋生的人，我很是敬佩。偶尔会有马车奔驰而过，犹如我在电视剧见过的情景。我有幸尝试了削面，就是师傅搓了一大块像大木瓜形状的面团，再用纯熟的手法很快地将面条一条一条细细的切下，再用塑料纸把它包好，以免干了，影响口感。冷天下，享用着一碗热腾腾的面条，是多么的温暖！

我们也有幸爬上泰山。山下大风吹着，好像在和我说此行不易。在大伙儿的陪伴下，我们乘着小巴随着蛇形的弯曲小路直奔半山。车边的风景，很是漂亮。红红、黄黄的叶子、树干。偶尔窗外迎来几位壮士挑水而过。幸福的我们再从半山乘缆车攻顶。一看到山顶的叶子好像被冰条包着，煞是好看！我们也脚踏世界上最高的一条街——天街。高处望下的感觉实在太爽了！山顶果然比山上暖和很多。在这里，我们谋杀了不少的菲林。

考试终于到了。大家都很紧张考试的考题，自己是否能应付等等。我抽到的号码比较前头，所以不必看着身边等候考试的考生一个个离我而去的画面。我们是采用抽题的方式来进行这次的考试。我很快就掠过第一项的 100 个字、第二项的 50 个词。一看到第三项的题目：我最尊敬的人。我心里只想着自己的妈妈。妈妈，一个我再也熟悉不过的角色了。三分钟的

命题，我娓娓道出没有精心设计、修饰的字句。看着教授满意的点点头，脸带微笑，我很是高兴。

在等待其他考生考试的当儿，我在校园内四处走走。走在校园的路上，看着静止的湖面，享受着微微吹来的冷风，回想起自己在大学的生活。我也进入校园内的邮政局。我觉得邮局卖的明信片不贵，一套只要两块钱人民币。相比之下，邮费就比较贵了，大概要 4.50 人民币。我买了几套明信片作为手信，也帮朋友买了一些邮票。我再往校园的另一端走去。一进大门有一个大的交通圈，再上去就是图书馆。图书馆的后面有一座建筑物。底层是男性洗澡的地方，再上一层是女性洗澡的地方。来这里洗澡的人都要比我们来得开放，就像日本人泡汤的状况，一丝不挂。除了澡堂，也有一些卖服装、小饰品的商店。

最后一晚的晚宴，是我们最疯狂的。我们唱着我们的歌《普通话正音班》。唱着的当儿，我的脑子里满是一些天来的经历，真的好像发了一场梦。每天早起，吃着自助餐，披上羽绒服，戴上冷帽、围巾，带好讲义直奔青岛大学上课，乘着巴士回来酒店进午餐，再回去上课，打太极拳，再上课，再回去酒店进晚餐，隔一天，则有晚间的辅导课。我们几个人搭车前往书城购书，在麦凯乐商场享受新鲜面包、到对面家的广场吃着中国式麦当劳，在利群夜市搜罗衣物、小饰品。。。。。。几位老师们在台上表演、歌唱。最搞笑的是，老师们以教授们的特征来了一段戏剧表演，逗得我们大伙儿大笑。也弄得教授和主办当局哭笑不得。大伙儿眼前只想尽情合照、谈笑，不屑眼前的美食。大家很开心的过了这个晚上。

天下没有不散之筵席。时间在告知大家是该踏上归途的时候了。大伙儿把自个儿的行李搬上巴士，我们向青岛挥手说再见。

我很感恩我有这个机会前往青岛大学参与正音班的培训。我很感谢马来西亚的教总的连线，感谢中国青岛国侨办的招待，感谢所有一起陪伴我的老师们，感谢我屋友的帮忙，我才有这么美好的回忆！

#### 心得分享四：

我是通过一个朋友得知海外研习课程的消息，当时有位朋友打电话告诉我，他参加了普通话正音班的课程。我非常感兴趣，但是截止日期已到。我心想可能没有机会参与这个课程了。但我朋友叫我尝试联络佩贞看看是否还有空缺，我赶紧行动。结果很幸运的，还有空缺。我可以参加这项课程了，心理非常高兴，因为自毕业以来，很久没有上课了，现在有幸能到青岛大学参加正音班真是好极了。虽然已经被入取了，但仍然害怕这课程会因 H1N1 而改期或取消之类的。

在出发前，我们需到教总开会。这次的会议上，佩贞和我们讲解了一些有关出发前的须知。除此之外，教总还替我们办 Visa。我觉得教总处理得很不错，至少我们不是个自办理 visa。唯一让我感到担忧的是每天早上都要打太极拳和那排得满满的课程表。但是我和自己说：“时间长代表我们所学的东西多，我的目的是学习，所以是物有所值的！”我的心理有个疑问，为什么武汉教学法的课程没有我们的来得紧密？对于早上七点就打太极拳我也是很害怕，因为一想到在寒冷的冬天打太极拳就毛骨悚然了。还是换一个想法，对自己说打太极能让身体更健康。

等了三个半月左右，我们终于要起飞到青岛了。大家一起在吉隆坡国际机场集合。当时听说有些没来开会的朋友没有自行办理签证，他们没办法和我们一起飞往青岛了，因此很庆幸自己有去开会，所以不需自行处理签证。

到达青岛后，承办当局很贴心。他们先安排我们到一些著名景点走走逛逛，先认识一下青岛，一解我们的好奇心。之后就是一连串的课程等着我们了。这次的课程果真是先苦后甜。在还没上课之前，我们进行了摸底课程。这次的摸底，让我明白到自己一直以来都存在的发音问题。

第一次的太极拳练习让我非常难受，因为天气实在太冷了。由于早上的太极拳练习结束后只有很短的时间让学员做准备，大家都很忙之下赶去上课。因此，有人建议说要提早半小时进行太极课。我的天啊！七点打太极已经很冷了，要是提早半小时不就更冷吗？果然不出我所料，天气非常冷。冷到我都快要受不了了，就这样感冒了！才上课第二天，我就有种想要逃的感觉。但是做事半途而废不是我的作风，所以我坚持要把它上完。接着，又有人建议把太极的时间改到下午，我感到非常高兴。因为下午的时刻有太阳，天气不会太寒冷。再加上早上的时间也不会太仓促了。

很感谢主办当局和承办当局为我们的付出。很快的三个星期的课程已经结束了。在上了这些课程后，我觉得自己的说话能力被提高了。还有周教授的课和徐文波老师的课都是我最爱上的课。周教授对于用声方面很有研究，他一再提醒我们要好好保护自己的嗓子，这也让我惊觉自己的用声方法是不正确的，所以常会有失声的情况出现。至于徐文波教授所教的语气的轻重和语气的停顿也非常管用。当我们在课堂上，这些技巧都是非常好用的。

经过了长时间的训练，当然少不了测试。我在测试时的表现有点缺场，我想成绩因该也不佳，但我已经尽力而为了。我很庆幸能够顺利完成这课程。参加这课程的总结就如我们在歌词中所唱的“来自东马，来自西马，……”

当我们需要的时候，各个单位都尽量给与我们配合。最后，我感谢主办当局为我们的付出，感谢承办当局的用心，我们都专心的学习，因为我们为的就是长进。希望以后还能有机会参加更多的海外课程。

## 心得分享五：

在朋友和丈夫的鼓励下，终于鼓起勇气，参加了这个“华校教师普通话正音班”。对于这个培训班本抱着来玩玩的态度，因为据朋友所说，这一类的课程并不辛苦，也不会有压力。

平时在校执教的日子，是极其忙碌的，忙碌了一整年后，终于等到学校的年终长假，心里本是满怀高兴，但一放假便得收拾行旅，离开家园、儿女及丈夫踏上培训的路途，心里的确有万分的不愿意。

抵达目的地后，对于住膳都觉得很满意，但在了解了上课时间及方式后，便觉得懊悔万分，知道每天要上课到晚上九时，更是心里有万般的不甘，真是身心灵疲惫不堪，加上气候

很寒冷，第二天便病倒了。真的有度日如年之感，它并不是我想象及经历过的好玩。

与同道沟通了之后，得知大家都有同感，后来跟领导反映了之后，时间才得以调整，那就是隔一天上一次晚课，这才让我宽心了一些。在有晚课的日子里每晚都要九时过后才能洗澡，回到旅店已有气无力了，心想哪有人上课一整天的，早出晚归，比从事任何职业都苦呀！加上得知要有测试，心里的压力又来了，真希望这一切赶快结束，回到我原来的地方。

时间过得真快，一转眼，测试的日子就来到了，对于这次的考试，并没抱着太高的期望与压力，本以为测试之后，就有好日子过了，但了解了之后，原来并不是如此，还有太极要表演，节目要呈献，心得要发表。这真是太累了，一定有很多人觉得我很不长进，但我不管这么多了。可能中国人原本就是刻苦耐劳的一群，所以决定这算不了什么。

所有的课上完了之后，总结得失，才惊觉收获可不少，在发音及朗读上，惊觉自己还差得远呢，老师所能及的让我惊叹不已。自己要在短短的几天里要有大改变那是不可能的，最可贵的是自己在过去十多年里读错 j、q、x 被纠正了过来，但虽知道这几个符号的读音，但在真正读字的时候，正确的音又不见了。原本的错误的读音又出来了，觉得好沮丧及灰心。

有老师安慰我们，叫我们不要感到失意，说什么又不是要做播音员，把 **chi** 读成 **ci**（吃）对日常生活不会有什么影响，但我们知道身为老师最好是不要犯错，所以自己是应该再接再厉，以不辜负老师的苦心。

最开心的是出游，去科技馆，爬崂山，去泰山都让我们雀跃不已。科技馆的设施，让我们大开眼界，相比之下马来西亚所拥有的真是望尘莫及，觉得中国学生真是太幸福了，中国能在培养人材方面取得佳绩是理所当然的。爬崂山真是太棒了，沿途风景优美让人耳目一新，风景与我们的马来西亚是有别的。来了中国几天都没有流过汗，终于在爬崂山时能流一些汗，真是太好了。通过爬山，也能再次让我考验自己的体力。原来我还不是老态龙钟，还能一气呵成，成了其中一位最先抵达山顶的人。

至于孔庙、孔府及孔林更是意义非凡，起初是赞叹场地之大，中国任何一个旅游景点都是以亩为单位，要走完林园的每个角落，在一天之内是不可能的，在参观这三个与孔子有关的场所中，让我仿佛回到两千多年前，仿佛孔子就在这当中，让我对古人的生活方式与思想有少许的认识，真是百闻不如一见。

对于泰山之旅，真庆幸自己有幸亲自目睹泰山的庐山真面目，山景优美是大家有目共睹的。最难得的是还能在山顶上看到还没溶化完的积雪，这可是我生平第一次目睹天然雪景，让我印象深刻，曲阜真是古色古香的古城，我喜欢曲阜。

非常感谢中国政府在我们身上所花费的财力与精力，我们一定要把普通话发扬光大以不辜负同胞们的一片苦心。

## 心得分享六：

记得在六月底，报名截止日期快结束时，在 2006 年台湾研习班结识的朋友，积极鼓励我参加青岛的普通话正音班培训。其实，当时 H1N1 流感尚处在极严重的水平。我的先生并不同意让我参加，但是我凭着对神的信心，作出决定，因此不断地为此事而祷告。

感谢主，让我们一伙儿浩浩荡荡能够在 11 月 24 日平安的抵达青岛，下榻于四星级的世纪文华酒店。我们真是庆幸能够获得青岛大学华文教育基地承办此培训班，在蒋丽院长及副院长的精心策划下，安排了普通话正音班及多媒体两种培训。

由于我未放假前，已开始生病，喉咙发炎，声音在 11 月 13 日已完全沙哑，看了医生，拼命熬了一些降火的凉茶来喝，至临行那天又再看一次医生。来到这儿，同房首日更因热水器不能操作而着凉感冒了。她非常担心及生气，还说万一感染了流感 H1N1，死在这里真是倒霉透顶。我听了也非常焦虑，怎么办呢？她还有了提早回去的念头呢！幸亏，在看过医生后，休息了半天，药物也非常有效，让她能够继续留下完成培训。

话说回来，这趟的培训，我首先要感谢国务院侨办拨出这么大笔的巨款，承办单位青岛大学的华文学院蒋丽院长及其他几位领导包括凌玲、伟娜及赵刚老师，给了我们热情又一流的招待。除此之外，还安排了一流的教授和讲师，一流的住宿，一流的膳食，一流的旅游胜地，让我们非常感恩。此外，蒋院长还安排我们到科技馆、啤酒馆参观，更安排我们到孔子的故乡——曲阜去游三孔和泰山。虽然蒋院长精心策划的这一系列课程过于紧凑，许多学员疲惫不堪，有的甚至病倒了，可是她的苦心肯定令我们毕生难忘。在这儿，我向她鞠躬，忠心地一声感谢。

另外，我想趁这个机会，建议承办单位，能够的话别将课程编排在晚上。我曾于 2006 年和 2008 年参加过类似的培训班，这两个培训班的上课时间都只到 5 点，晚上都让大家自由活动。所以我希望将来参加的课程，不要有晚上的课。另一点是，希望星期天也尽可能不要上课。我觉得这一天应该是休息日，虽是集训，但这天也上课，无形中剥夺了老师们与家人的欢乐时光。再说，对于身为基督徒的我，也盼望能够在这天去教堂做礼拜，见见这里的弟兄姐妹。去年在天津的培训班，我和另外几位基督徒是请了半天假去做礼拜。其实我觉得这样并不太好，因为会让承办当局为难，所以若让大家在星期天休息就再好不过了。

最后，我感谢这次学习的机会，让我学习了正确的声母发音，纠正了 j，q，x 及平翘舌音的错误。我会把学到的心得回国后应用在华文学会活动中，训练学生朗读、朗诵、演讲等方面。

## 心得分享七：

类似的课程常听说，只是一直以来都苦无机会参与，终于这一次有机会参与了。盼望了很久，终于等到了这一天的到来。在机场见到全马各地的老师，大家一出口已是一口流利的华语，让我觉得有点惊讶，不过也让我觉得是个学习的好机会。

经过几个小时的飞行，终于来到目的地——青岛。起初还以为只是个小岛，可是来到这里后，才发现这里很美呢！首先，我们来到了酒店，是间四星级酒店，环境清幽，房间舒适，服务员态度又好，顿时觉得承办当局对我们太好了，一切为我们设想周到。尤其在这里的每一餐都几乎是十几样菜的，都把我们撑得太饱了。

其实，刚拿到课程表时真的吓了一跳的，实在不明白为什么还要上课到晚上，甚至连星期日都没能休息，当时就觉得很压力了。后来才明白承办当局是为了不浪费大家的时间，希望大家能争取时间学习更多。不过后来还是体谅我们来自远方，又不能耐冷，而减少了晚上的辅导训练课。最让我感动的是，承办当局总会体谅我们要面临普通话测试的压力，而在我们晚上没课时，安排许多节目让我们减压，例如：烤地瓜、足疗等等，实在让我印象深刻。

刚知道有普通话测试及学员水平摸底时，心里难免有些压力，不过真正进行时，却感觉还不赖，因为老师都会根据我们的问题加以讲解及纠正。接下来的每一天，承办当局都安排了很多专业及尽责的老师来为我们上课。几乎每位老师都让我们觉得他们太棒了！他们循循善诱、不厌其烦地为我们讲解，真的让我们获益良多。以前从不发觉的错误，来了训练后，才知道，并且改正过来了，所以说，虽然课程安排有些紧密，可是无疑的，我从中学习到了很多，比我想象中的还多。每一位老师都是那么地优秀，最让我印象深刻的是徐文波老师、周继圣教授和王峰老师。徐文波老师是那么地活泼开朗，脸上总是挂着那大大的笑容，尤其朗读课文时那充满感情与表情的样子，实在让人着迷。王峰老师说话温柔，柔软细细地让人觉得很舒服，她的专业与耐心，不厌其烦地一直为我们讲解及解决问题，她给我们的感觉——她就是棒！周继圣教授说话时就很容易让人集中吸引力，而且幽默地让人感觉轻松，而且最记得他一直教我们如何保护我们的嗓子及各种方法，也是个超棒的老师。

最难忘的一天，应该是大家面临普通话测试的这天吧！大家都很压力，拼命一直复习。不过当考完后，大家那轻松及松了一口气的样子，真想举杯庆祝啦！虽然过程中的紧张及压力让我把在学堂上学习的一些都给忘了，不过总算过去了！不期望能考到很好很好，至少我尽力了！

昨天刚从泰山回来，虽然路途遥远，可是我觉得很值得，因为那里实在太美丽了，最难得的是可以看到遍地的雪，觉得特别兴奋，我想回到沙巴，我会想念这里的一切，想念这里的朋友，想念和大家一起的回忆！

## 心得分享八：

以前，每一年的学校年终假期都会听到身边的同事说，他们将会参加由教总主办的海外培训班，到台湾去学习，顺道游玩。那个时候总是很羡慕他们。今年，我终于有机会参加类似的课程。但不是去台湾，而是去了中国青岛。老实说，对于“青岛”这个地方真的很陌生，从来没听说过，也不晓得那是个什么地方，只听同事说，它是沿海的，靠近韩国。

到了出发的那一天，我们都来到吉隆坡国际机场集合。经过了十多个小时的航程，其中包括转机，终于来到了青岛。承办单位找来了专车载我们到世纪文华酒店，这间酒店就是我们这 21 的“家”了。

到了第三天，王峰教授为我们进行了普通话水平测试及水平摸底。测试后才发现，自己说了二十多年的普通话有很多的语音是不正确的，例如：二、j、q、x、前后鼻音、平翘舌等。心想，这剩下的十多天是苦练的时候了。

这里的教授，每一位都很有经验，也非常专业，其中最让我欣赏及佩服的是徐文波教授。她教了我们很多绕口令、口部操，还有说话时的嘴型应该如何。

有一天，王峰教授叫我朗读短文，朗读后，她说我读得不是很好，因为当时我有很多生字不会读，而且常停顿或回读。当时，心里真的有点难过。后来，我真的把所有的短文都朗读过，一次读不好，就读几次，不会读的字就查词典。在这十几天里，应该是我人生中查词典最多的一次吧！到了今天，我一遇到不会读的字，就翻查词典。现在翻查词典已成了我的习惯。

这次的行程，除了上课以外，承办单位还带我们去参观许多名胜地，如：五四广场、奥帆基地、即墨路小商品市场、青岛啤酒博物馆等。让我最难忘的却是两天一夜的曲阜泰山之旅。我们在曲阜看到许多的古建筑，进入城内，需要穿过一道很宏伟壮观的城门，就像看古装连续剧时，人们常说：“进城了！”。当下真的让我深深感受“进城”是怎么一回事儿。第二天，我们一早就去登泰山。泰山真的很美，在那儿让我亲眼目睹了“云海”，真的很美很美！除此之外，我也有幸看到雪景！

总的来说，这 21 天的旅程真的令我很难忘，真是超值的！希望下次还有机会参加这些课程。

## 心得分享九：

参加此次正音培训班是因教总给我捎来的讯息，仔细阅读短讯里头的几项课程后，毫不犹豫地决定选择正音培训班，丝毫不去理会二十一日之久，更不去担心培训地点之遥远，只因正音培训课程是符合教学工作所需。

决定之后，在繁忙的教学工作里，得抽空打印出申请表格、填写表格、准备报格所需的文件、校方签名、申请教育局的批准、寄出申请表格等等，真是忙得不亦乐乎。

表格寄到教总，然后就是等待教总的消息。获得教总拨电通知被录取参加此次正音培训班时，心情是紧张又兴奋不已！兴奋一番后惊醒了，就开始担心自己能不能跟得上培训，又获知培训后得经过测试，担心是不是会空手而归！更何况地点是离开家乡那么只遥远！

担心归担心，既然申请了所需要的正音培训，就准备去吧！所以，一个月一个月、一个星期又一个星期、一天又一天，准备了必需品，买了机票（从家乡往吉隆坡国际机场），就在11月23日当天下午，乘搭五时半的班机到吉隆坡国际机场。

到了机场，经过六七个小时漫长的等待，等到了集合时候。最后，在凌晨三时多，在家人都进入梦乡时，飞机才起飞往中国上海飞去。

在上海机场，又经过一轮匆匆忙忙，没有喘气机会的追追跑跑，好不容易赶上了青岛的班机。那时，虽然已接近目的地，但却让我深感要参加正音培训还真是不简单！很害怕正式培训时会是更惊心动魄的。

终于抵达目的地，承办当局真的用心良苦，第一天就让学员参观青岛名胜。第二次旅游又参观了青岛啤酒博物馆，再接下来的旅游是参观了李沧科技馆、崂山景区，最值得留念的是参观了孔子家乡曲阜及泰山。本以为是单单上课，但是却有机会参观名胜地！

提到上课，正式开始上课后，才真正了解此次培训，最终是要面对一场要求严格之极的普通话测试，文凭还注有所获测试等级，这真是极大的挑战及压力！因为生长在马来西亚的我们，多数生活在方言区，要在这短时间里讲一口准确、清晰又优雅的普通话，真的是不简单，况且语音是环境的反射！所以，带着重重的压力，战战兢兢的心情在12月9日下午面对这一场测试。

承办当局真的是用心安排这次的培训班，还让学员在学习中不忘健康，请了太极师傅前来教导学员耍太极。每堂课，教授们也尽力指导学员准确的普通话发音，感谢诸位教授的用心教导，让学员满载而归。总而言之，此次前来青岛培训，要深深感谢诸位教授、班长、宾馆工作人员、导游，还有一同前来参加培训的同道，感谢大家出现在我的生命中。

## 心得分享十：

我会参加这次的培训班，缘起于今年六月份时我参加了一个阅读教学营。主讲的老师是一位中国的特级老师—杨屹。在该课程中，我看到了老师的教学法，同时也有机会看到很多中国老师的教学观摩影片。看完后，我发现教学的成果不一定在于有多么特别或非常活泼的教学法，反而，我看到了“语言的魅力”！同样的教学，一个中国老师教，一个本地老师教，可是我看到的效果完全不一样。一口标准而流利的华语，就是我们身为语文老师应该和必须具有的条件。所以，为着普通话水平测试，我参加了这个培训班。

一开始看到培训班的时间表时，我的感觉是：好满呀！但是转念一想，又觉得反正我的目的是学习，那么上课紧密一点也没关系。开始上课后，就让我觉得有点吃不消。因为课程真的排得很紧密，间中的休息时间，基本上只能够让我们吃个饭，顶多再睡个觉，就得发车去上课。本来我告诉自己，上课时一定不可以打瞌睡，可是休息不足的我，还是逃不过睡魔的魔掌。这一点，让我深感对不起为我们认真讲课的教授们。后期的课程编排有所调整后，让我觉得比较好。

课程方面，安排的课都是我们所需要的，这点让我无可挑剔。后来，承办当局还为了大家的需要，让我们去参访学校，我也很感动他们的用心。不过，我觉得因为我们这次的培训班不在于教学法上的培训，参观学校其实可以只是纯粹的参观学校的设施就好了，不一定要进班看教学。因为我观察到几点：第一，为了配合老师们原本在校的教学需要，需要安排什么老师看什么班级，这点就给了校方和华文学院一个大麻烦了；第二，老师们在班上看教学最少需要 40 分钟，导致我们的参访的时间变得很赶，反而没有机会真正和校方交流，了解他们的教学理念；第三，因为老师们本来都没有心理准备去看学生上课，到最后反而去质疑校方或学生的程度或什么的，我觉得这点非常不好。所以我建议此类培训班如要参访学校的话，应该注重在认识学校的软硬体设施和交流教学理念就好了，不必进班看教学，除非有“正音”的学生课程培训，就值得我们一看吧！

关于衣食住行，真的也无话可说了。承办当局真的费尽心思，我也真的很感动。住的酒店非常好，膳食方面也很好！其实在膳食方面，让我看到的是“浪费”！这三个星期以来可真的是折了很多福气呀！建议可以完全用自助餐的形式啦，虽然看见还是有浪费，但至少已把浪费减到最低了吧？为了不让老师们对食物感到食物，我觉得其实随性可以更换用餐的地点。比如说这两天在酒店用餐，隔两天就到华文学院用餐，再可能有时可以让我们在大学里用餐，甚至有时吃外卖也行。虽然要做到以上这点其实有点麻烦，但是如果都能尽量满足的话，不是皆大欢喜吗？关于要发车去上课的事情，本来觉得如果可以住在用走就可以到的地方很好，但知道武汉团的老师们就是用走的去上课后，才知道原来我们很幸福，不必吹着寒风去上课，如果真这样的话，就更多人病倒了。而且如果是走路的话，要点算人数其实更难。所以我的结论是，这样的方式应该是最好了。

这次的课程在青岛主办，让我们有机会到美丽的青岛一游，真的太值得了！但是据闻此类课程每年会换地方主办，这点就让我觉得有点可惜。因为青岛大学是第一次办，不足的地方当然有很多，但是他们没有让下一回办得更好的机会，好像有欠公平！如果换地方承办是必要的，也许可以两三年一换，这样会比较好吧！

我对这次的课程可以打上 5 颗星。基本上，都看到大家的普通话有显著的进步，我自己虽然进步不多，而且语音上的问题也还没完全纠正过来，但是这是一个开始，至少我知道了自己语音上的问题在那里，以后无论在说话或者教学上，都会有所警惕和注意。在最后一天

的学员们总结分享上，我看到了大家对普通话的执着，有的还讲到流泪了，真的太令人感动了！所以呢，我觉得这次的培训班是成功的！当然，这只是一个开始。我建议教总可以凝聚我们班老师们的力量，再做一些后续课程，这样的话必能有效的提高马来西亚的普通话水平！

## 心得分享十一：

二十一天，说长不长，说短不短的课程，对于我来说心里非常地挣扎。那是因为要“抛夫弃子”到青岛来学普通话正音培训班。

刚到青岛，让人难以想象的是承办当局热情的招待和妥善的安排。感觉上有如好久不见的姐妹，印证了孔子所说的“有朋自远方来，不亦乐乎！”

来自马来西亚各方的老师在普通话正音培训班里学到了好多知识，受益无穷。讲师们都博学多才，最令我感动的是讲师们认真投入的态度，真诚地教导，每一位都那么的精彩。我仿佛回到校园时代，深怕听不见讲师的每一堂课。偶尔太累了，周公找我，都要死撑着。

听了徐宏力副校长的讲座，对中国文化圣人孔子有更深一层的认识。王峰教授所教的声母和韵母发音的部位、技巧，让我有如遇着了贵人，才发现自己发音部位错用了好多年，还误导了学生呢！周教授常让我们捧腹大笑因为他在教学上以生动、幽默、科学、简易的方法教导我们。无形中，以后在教学的路上，也能以这样的方式去引导学生。最难忘的是他那厚实的嗓子朗诵出一篇一篇优美的作品给我们听。大家都深深地被吸引了，心里崇拜极了。

说到朗诵当然少不了另一位高手徐文波教授。她教了我们好多关于朗诵的技巧。她用那充满感情的嗓子朗读不同的篇章，是多么的感人。每一堂课都是那么的精彩。

当然不忘其他的讲师，他们每一位的敬业乐业，对华语了解透彻，让我佩服得五体投地。在中国，不仅仅是讲师，就连小学生朗读都那么好。那天，我们学员在蒋院长盛情带领下到了嘉峪关小学观摩，那儿的设备和师资真的好棒。课堂的教学法都以学生为主，也比较注重学生的思维。好像李沧科技馆能与学校配合把实验馆做好。

承办当局真的好用心，除了上课以外，还安排了时间去享受足疗，让我们消除疲劳。除了之外，我们还去了当地的夜市、超级市场和观赏当地旅游胜地如：崂山、八大关等。让我最难忘的是泰山的雪景。

曾经听人家说能当一位老师是自个儿修来的福气，很有福报，我们真的有福报，这一趟来学习普通话正音班培训，不仅是课程上的培训，还学习了教授们那种不屈不挠、认真投入、关怀、乐于助人等高尚的品德，真如徐文波教授说的身为老师一定要有爱人之心，助人之意。

很好，就要结业了，在此结识了一班朋友，是我们的缘份。让我们对自己的母语有着深厚的感情的心更坚定，身为老师的我们更要把它发扬光大。

## 心得分享十二：

这是我第一次参与教总举办的活动。报名参加也是抱着试试的心态，因为本身只是一名幼教教师，也不是教总的会员，却没想到会有机会被录取跟随教总带领的团到中国青岛参加“普通话正音培训班”。

有句话：“在家日日好，出门朝朝难。”这次千里迢迢从马来西亚到中国青岛来接受培训，以为会很辛苦，可是却非常意外的丝毫没有这样的感觉，反而有的是许许多多的感动。从第一天走出青岛机场时，立即受到承办当局的热情欢迎和接待。站在机场外的停车场等候车辆安排时，虽然迎面吹来的是冷冷的风，可是心里却是被他们的热情暖了。

承办当局及蒋丽院长的细心不仅于课程的安排而已，他们怕我们吃腻了酒店的食物，安排大家到华文学院去用餐；怕我们上课辛苦，安排大家去享受足疗，还在酒店前烤地瓜，非常的贴心。我们的班主任凌玲老师和伟娜老师日夜为我们的团而奔忙，细心地照顾我们的饮食起居，其实啊，她们还比我们累呢！承办当局对我们的关怀和照顾可说是无微不至。

承办当局安排前来为我们上课的老师教授都是一些经验资深丰富的教授和老师，他们精彩的讲课和对我们耐心的教导，也使我们十分的感动。其中最为我欣赏的是风趣的周继圣教授、表情丰富声音动听的徐文波教授和和蔼可亲的王峰教授。这次培训的内容十分丰富，除了必修的普通话正音教学，还有很多的讲座课程、普通话测试辅导和文化考察活动等等，这也包括了太极拳。

徐宏利副校长的讲座《中国文化的普世智慧》，虽然只是短短的2个小时，但徐校长却可把《论语》中的精华道出。这讲座让我领会到教育是一种开发，教育不是一味的“给”，而是把孩子有的智慧开发出来。

教学生动风趣的周继圣教授让大家日日期盼上他的课。除了汉语拼音方案、教学的原则和技巧，周教授还传授了他的《周氏金言》：“中文很好学，发音很容易，汉字不难写，语法很简单。”；《周氏蛤蟆音》和《周氏舌唇操》：“ba（唇）da（舌尖）jia（舌面）ga（舌根）”是周教授要老师们每天早上上课前练习嗓子开声的方法。周教授的教学原则“寓教于乐”，不要折磨学生，就是形成他的课堂永远都笑声不断的原因。

徐文波教授的朗读教学、欣赏与实践课又是一个学员们期盼的课和教授。我们喜欢上徐文波教授的课，她的汉语发音十分正确和优美，我们听她朗读美文时有一种听音乐的感觉。她以艺术性的眼神、手势、表情、动作和甜美动听的声音来教学，深深的吸引了大家的注意力，成为众人瞩目的焦点，引领大家一步一步地走向学习目标。

上了这些课以后，才知道原来自己说了三十多年错误满口的普通话，离标准普通话还有很大距离，平翘舌音分不清，发音不到位，读音不准确，轻声儿化都没有，甚至有的字读了十几年了，忽然才发现自己一直都读错了。每个人也都有自己难以纠正的问题，有人跟我一样基本的声韵母都发不准，且自己听不出来，也分辨不出来；有人z、c、s、zh、ch、sh不分；有人说话鼻音或方音很重；而最叫我们又气又好笑又头痛的是最简单的j、q、x。尤其是j、q、x里的x我们永远都发音不到位，我想在培训期间若在青岛听到有人一直在发j、q、x的音，那一定是我们马来西亚的老师了。原来要真正掌握标准的普通话发音要从最基本的舌和唇开始，然后再由每个声母到韵母一个个去练习发音。普通话水平测试当天大家都尽量把所学到的表现出来，我拿到的题目其实很简单，可是由于紧张的缘故我的表现并不理想，

取得的成绩也只是二等乙。如果有机会，我会再重新报考，希望可以取得更理想的成绩。

读万卷书，行万里路。在这三个星期紧凑的培训课程期间，承办当局还用心地安排了一系列的旅游让我们去松弛一下紧张的心情。其中也包括了到青岛顶尖的嘉峪关小学参访。我们的游览景点有奥运博物馆与基地、五四广场、八大关、即墨路市场、青岛啤酒博物馆、李沧科技馆、崂山景区游及前往孔子故乡曲阜-游三孔和五岳独尊的泰山（幸运的我们刚好欣赏到下过雪的泰山雪景）。

通过这次的普通话正音培训，我得到的体会非常深刻。作为一名幼教华文教师，学好普通话尤为重要，因为小朋友们的普通话基础就是由我们幼教开始。我会把所学到的普通话正音正确的用于今后的课堂上，教给更多的学生，也不吝啬地与其他没上过普通话正音培训的老师们分享。

最后，我衷心的希望教总往后会有更多的国外考察和培训课程开放给幼教的老师参与。

### 心得分享十三：

倍儿棒！倍儿棒！倍儿棒！青岛之旅，不枉此行。

在林枚蓁老师的推荐下，我参与了中国 青岛普通话正音培训班。飞机从马来西亚直飞中国上海，再转飞青岛。前后接近十二小时，我们终于抵达了。华文学院来了几位年轻的负责老师，满脸笑容地迎接我们。住进了国侨办为我们准备的四星级酒店，三个星期的培训也正式开始了。

第一天的上课摸底，足以把我们的水平摸个一清二楚。原来自以为华文还好的我们，原来已犯了二十多年的错。我们懂的是理论，真正的实践却差距甚大。底被摸清后，正式的正音训练也接二连三的来了。责任心重的讲师们，深怕我们学不好，时时刻刻给予我们指导。看着我们的学习情况，他们可说是又惊又好笑。

一直以来被认为简单的声母、韵母、轻声词、儿化韵、前后鼻音等汉语拼音，学起来是多么困难啊！多年的错误发音法，一时三刻要纠正，可比登天难啊！虽然学习困难，但我们越学越有兴趣。在课室里，来回酒店的路程，上下楼梯，或经过各路牌和标志时，我们都不忘读一读，拼一拼。我们也把讲师所教的方法一一记下，每日复习。这无形中提升了我们的汉语水平，进步了。

我真敬仰那些教导我们正音的教授和老师们，他们各有一套教学法。他们确实专业，博学多才。我们搞不清的呼音法经他们的提点，很快便上手了。回国后，我也不忘把老师所授之法发扬光大。这次的正音班改变了我对汉语拼音的看法，我从没兴趣直到兴致勃勃。我再也不把汉语教学当作是一堂闷课，反而想运用教授们的创意教学教导学生。希望一批一批发音标准的学生能被栽培出来，那真是太棒了！

这趟的学习之旅令我获益良多，我可说是满载而归。从没想过自个儿有机会爬上崂山和泰山，也从没想过能到孔子之乡参观及参拜，这真是难忘之旅。我诚心谢谢中国国侨办为我们所作的一切。学习虽然苦了些，但欢乐却连连不断。我有机会认识来自四面八方的老师，

大家从陌生至熟悉，互相指导互相学习，认识他们真开心。

这十二月的长假我过得很有意义和感动，希望接下来的日子能参与教总主办的海外学习班，提升自己的文化，为教育尽一份力!!

#### 心得分享十四：

我非常满意这次的普通话正音培训。青岛大学的师资卓越，乐业敬业，让我受益匪浅。

承办当局安排学员住在世纪文华酒店，地点适中。二人一房，空间非常宽敞、舒服。那儿的服务员彬彬有礼，食物种类很多，但煮法单调，令我非常怀念马来西亚的美食。

承办当局安排的上课时间太紧凑，令学员非常疲倦，经过反馈后，有所改善。

第一次的旅游，到奥运博物馆、奥帆基地、五四广场，时间非常短促，只能走马看花，非常可惜。

周继圣教授是卓越、一级棒的讲师，他的幽默，教学法浅显易懂，让学员一学就会，学员们可以简易、有效地教导学生，我给他 100 分。  
周继圣教授无私地把自己所懂的和学员分享，让学员受益不浅，周教授也公开自己的 blog，让学员继续提升自己。

徐文波教授的教学活泼生动，让学员能掌握朗读的技巧，指导学员如何朗读不同的作品，我给他 100 分。

蒋丽院长和蔼可亲，有求必应，让学员感到很满意。

12 月 5 日参观啤酒博物馆，让学员们了解啤酒的历史，能品尝青岛啤酒的醇香美酒，令人齿颊留香。

12 月 7 日，学员们有机会参观青岛市李沧科技馆，让学员们大开眼界，希望教总能联络此科技馆，并把他们的理念，落实在马来西亚，以让我国的学生，有机会做更多的科学实验，启发学生的潜能，造就发明家。

学员们有机会爬崂山，欣赏山光水色，呼吸新鲜的空气，松松筋骨，从中减压，非常感恩。

12 月 9 日，举行测试，学员们被安排在 3 班，第一班在 3 楼，第二班在 4 楼，第三班长 5 楼。美中不足的是，没有相同的准则，3 楼和 5 楼的考生，可以翻词典，有指导员指导，时间超过 20 分钟。4 楼的考生，进入考场后，才拿到试卷，少过 10 分钟准备，没有指导员指导，希望有关当局关注其事。

12 月 10 日，蒋丽院长安排我们参观学校，学校的校风、设备、学生自学的态度、教师的献身，令我们非常感动。他们是名副其实的卓越学校，并不如马来西亚的卓越学校，只是虚

有其表。

12月11日，我们被安排参观孔子故乡，了解其生平事迹。6本有关孔子的书籍，售价人民币10元，物廉价美。

总而言之，这是一个非常棒的学习课程。谢谢教总的安排，谢谢佩贞。

## 心得分享十五：

我很开心能够参加这次的普通话正音培训班。去年我无法参加普通话培训班，所以我一直在关注培训班的事情。当我朋友告诉我有这项培训班时，我马上就报名参加了。

第一天我就带着期待的心情到机场集合。在机场看到那么多老师为了参加这项培训班而聚集在一起，心情是开心的。大家都在介绍自己的名字与所服务的学校以增加彼此的认识。这是我第一次与那么多不熟悉的团员参加同一项培训班，其实还挺紧张的。到了凌晨，我已经很累了，不过还是满心期待。到了隔天早晨，我们抵达了上海浦东机场。由于我们得在短时间内转机，必须以很快的速度办理手续再到登机口登机。这时候的情形很混乱，有些老师都不知道该走去哪里，包括我，因为前方没人带领。我们只好自己到处问机场的工作人员，才能顺利登机。坐在飞往青岛的飞机上，我才放松下来。

抵达青岛的那一刻，我的心情是有点儿激动的，也感受到了天气的寒冷。记得在巴士上，刘伟娜老师高歌了一曲广东歌。我们所住的酒店很豪华，设备都很齐全。酒店的工作人员都很友善。第一天我们就与各位青岛的老师做交流。老师们都很和蔼可亲，把我们想学的、想知道的知识记录下来，以便能在班上指导我们。这一天我已经很累了，很快就睡着了。第二天就是开课典礼。我们也在酒店门口拍了富有纪念性的全体照。下午，青岛大学安排我们到外去参观青岛一些地方。青岛真是个美丽的城市，让我印象深刻。天气的寒冷也让我饱尝苦头。

第二天我们就开始上课了。行程很密集，有点儿吃不消。上课的内容都注重语音的部分，有助于提升我们在语音方面的知识。上了很多课，我发现到自己的语音有诸多错误，以前都在误人子弟。在此培训班里，每天都在训练自己的发音，以发出比较正确的发音和咬字。每一位青岛的老师都很用心的为我们解答，帮助我们、指导我们发音。虽然每一晚回到房间都已经疲惫不堪，不过一想到自己在一天内学习了很多知识，累也值得了。由于天气的寒冷，让我们这些来自热带地区的人有些不适应，许多老师都感冒了。在那么寒冷的天气里打太极拳真是让我毕生难忘。每一回打太极拳都让我饱尝寒风刺骨的苦头。回到房间，我都会上网查看我们到底在多少度的天气打太极拳。

青岛大学安排的户外活动都让我很开心，崂山之美、海边风情、李沧科技馆的用心、孔子的故乡、壮观的泰山、著名的嘉峪关小学等等都让我印象深刻。最感动的是青岛大学安排了足疗让我们放松心情。这是我第一次做足疗，感觉很特别。我们上了很多课程，偶尔出门参观也让心情平衡了一些。

最重要的一天到来了，我们得参加普通话水平测试。大家都非常紧张。我在测试前已经感冒了，不过还是继续上课，希望不要影响我的学习。可是接近了测试的那一天，我已经病

倒了，只好在测试的前一堂课缺课。努力了那么久，却在测试前生病了，觉得对不起自己。测试的老师说感冒是不会影响测试的水平，不过在头脑并未完全清醒的情况下测试还真是挺难过的。我终于体会到以前朋友在考试时生病的难过了。虽然我的测试成绩并未如我所愿，不过我还会继续努力达到我的目标。

总的来说，这项培训班让我学到了许多语音的知识。对于这项培训班，我很满意。我认识了很多新朋友，以后都可做交流，我的资历尚浅，有许多事情都得向这些老师学习学习。回到马来西亚，我得继续努力把自己的发音练好，好好地教导我的学生。感谢承办单位青岛大学的负责人、教总的所有负责人以及所有促成此培训班的人，让我得以参加此培训班，丰富我的人生。

## 心得分享十六：

我很开心能有机会参与此次的普通话正音班。11月23日在机场集合，第一次看见这么多老师出现在机场，再加上可能是经验不足，在一片混乱之下还是顺利地登机了。更糟的是到了上海转机的时候，大家似乎都糊里糊涂地不晓得该在哪儿登机，而且大家都四处走散，我们都不晓得应该跟着哪位老师才好，一心赶在一个小时内转机，在又乱有累之余还真的是很不满意这样的安排和希望有个负责任或有经验的领队，至少有人指引而不是大家四处乱走，像只无头苍蝇。

到了青岛，承办单位安排的住宿真是让人宾至如归，非常舒适，而且地点也适中，非常方便。膳食方面也还能符合本地人的胃口。很快的，我们就有机会见到领导，也和导师们交流以获得最适当的课程。第一次出游，我们到了五四广场、奥帆博物馆、天后宫，可惜天色已暗，再加上天气寒冷，我们只能在车上欣赏栈桥的夜景。之后，我们还到麦凯乐享用晚餐及逛街，相隔不远有间很大的书城，真是应有尽有。

隔天一早就开始了我们第一堂的太极拳课，在清晨的冷风吹的情况下练习，真的是很不习惯，开始佩服老师能在单薄的衣服下带领我们学习。当天，我们还分班进行了普通话的摸底测试，当晚也学了剪纸，非常有趣，唯独老虎太高难度了。

接下来的日子，我们都穿梭在青岛大学和世纪文华酒店之间，上课、吃饭、上课、睡觉。一系列紧凑的课程真的让我们在最短的时间内学了最多的新知识，不足的是我们始终不是铁打的，有好些人因此而病倒了。

在这一系列的课程中，我们都受到最好的导师们的熏陶，尽量以最标准的普通话，也都抓紧时间学习。从温文婉约的王峰教授到生动活泼的徐文波老师，都在她们的专业教导下获得很好的教导。此外，周继圣教授的专业和风趣的指导，也让我们印象深刻，他主张保护嗓子，教了老师们保护嗓子的方法及如何训练我们的唇舌，真让我们大开眼界。

至于让我们非常不适应的太极拳课也在要求下换去下午进行，而每晚得上的辅导课也更改成相隔一天才上课，这样的安排让我们都松了一口气。除此之外，蒋院长为了让我们没有上辅导课的夜晚有活动，还特意安排烤地瓜、足疗、逛街等活动，让我们夜晚过得有意义。

之后，我们还有机会去即墨路逛街、参观啤酒博物院和工厂，晚餐还到天幕城去，天幕城真是个特别的地方，有很多艺术展示。我们也有幸到李沧科技馆参观，里面有很多实验供人们进行，而且设备齐全，真是个学习和发掘个人兴趣的好地方。我觉得马来西亚也可以拥有一个设备完善的地方，供小朋友到那里学习和进行实验。

我们也有机会品尝农家宴和渔家宴。我们也到崂山区去爬崂山，崂山的风景宜人，还可以看到海景。除了崂山，我们乘坐五小时的大巴去到曲阜-孔子的故乡。我们参观了孔庙、孔府和孔林。隔天我们再乘搭一小时的大巴前往泰山。泰山因两天前刚下过雪，让我们这群来自热带国家的人有幸看到满山雪景，真是不虚此行。我想很多人都拍了很多很多的相片。

我们还到了青岛最好的小学—嘉峪关小学参观，从马路上的乐谱到天文室、音乐室、扇子操都让我们大开眼界。小朋友们的彬彬有礼及在课堂上积极上课的态度，老师们有效的教学法都值得我们去学习。

天下无不散之筵席，我们的课程来到了结业典礼，也是领取普通话测试成绩的一天。当天，大家都穿上传统服装，在没有压力及临别依依的情况下拍下了许多照片当做纪念。快乐的时间总是过得特别快，在一片欢愉的气氛下结束了我们的欢送晚宴。

我一直很感谢承办当局用心地安排最适当的课程和最好的导师们来教导我们，令我们获益不浅。膳食与住宿方面也是令人非常满意，酒店的服务人员也都给予最好的服务。

在这次的正音班当中，我们学习了很多专业的知识，包括如何正确的发音和如何有效的保护嗓子等等。当然更重要的是有机会参与普通话测试，这样才能有效地了解我们学习的成果。总的来说，这次的普通话正音班的一切安排是值得被赞赏的。

## 心得分享十七：

按照国务院侨办主办，由青岛大学承办的海外华文教师普通话正音培训班，再由马来西亚教总的安排和我校的校长李毅强先生的鼓励，我有幸参加了在青岛大学为期二十一天的培训。

此次培训，我仿佛一下子又回到了学校，教学内容上的精心编排，课外活动上的周密部署，教授们的言传身教，无一不体现出国侨办和青岛大学对我们这批学员的高度重视和培养我们的良苦用心。学海无涯，通过参加此次普通话正音培训的学习，我又一次感受到学习带来的快乐和遗憾。感到快乐，是因为学习让我们进一步开阔了视野，拓展了思路，使自己的语音基础和其知识有了一定程度的提高；感到遗憾，学习的时间有限，要学的东西太多，此次培训班只是让我触摸到知识的边角。

此次培训不忘游乐，承办当局也安排我们登两座中国闻名遐尔的山，那就是崂山和泰山。第一座登的是一座令人神往、非常神秘的崂山。崂山的地域辽阔，面积达到四百四十六平方公里，景点甚多。沿途还可看到右侧深崖下海边蹲伏一块极大的“青蛙石”，酷似一只随时跃起的青蛙。山海相连，山光海色，正是崂山风景的特色。

接着是登泰山游曲阜。泰山是五岳独尊，是中华民族的神圣之山。它让我懂得了什么是坚持到底，什么是努力不懈。其实，当人们在攀登人生颠峰的时候，体力、毅力都需要不断的锻炼，才能获得发展，就如此次的培训一样，坚持到底就是胜利！山东曲阜的“三孔”——孔府、孔林、孔庙驰名中外，它是中国思想家、教育家、儒家创始人孔子的故乡。那里有丰厚文化沉淀、悠久历史、宏大规模、丰富文物珍藏，以及科学艺术价值。它的宏伟壮丽也歌颂了古人的崇高思想文化。我们游曲阜孔子故里，能够强烈地感受到中华文化气息。徘徊在庄严肃穆的古迹中，深刻地感觉到孔子并没有死，他仍然活在我们每一个中国人民心目中。每一个人的肉体生命必有死，但只要其人有深厚的德性修养，于世有大贡献，其人的精神生命则可与世长存，永垂不朽。泰山是五岳独尊，而曲阜是天下读书人心中的圣城，由此可感受到中国悠久的历史文化，这两处景点都是世界文化遗产。

通过此次培训，使我的知识得到了进一步的丰富和充实，不仅使我提高了语音水平，找到了自身差距，明确了努力方向！我决心在今后更加用心学习，用不解的努力来争取更大的进步。

## 心得分享十八：

我是以满怀感恩之心来写这心得，感恩教总、承办当局、两位班主任，因为他们，我们得以有机会参加这对我们的教育有重大帮助的课程。

上了这课程，我才知道我在以非常不准确的普通话“误人子弟”，而这一误竟长达二十几年，想想确实冒了一把冷汗。很希望当局能继续主办这课程，让更多老师受惠！

很感恩，承办当局做出有效的安排，在师资方面，可说是个个经验丰富，爱心满满的老师，不厌其烦的给予指导，让我们在完全没有压力之下，一步一步的找出自己的缺点，一步一步的纠正过来。我肯定把我所学贡献给下一代，才不会辜负当局的苦心，老师的爱心。王峰老师的关心，徐文波老师的风趣，周继圣老师的“情书”都让我们期待。有机会的话，当回来再叫您们一声“老师，我想你，好想你!!!”

两位班主任，辛苦你们了，这二十几天，辛苦了你们这几位小姑娘，唯一能回报你们的是欢迎你们来我们马来西亚，一个热情国家，免费当你们的导游。

当接到时间表时，有种想打退堂鼓的感觉，天啊，这么长的上课时间啊？后来一想，既来之，则安之吧，刚开始上课时，天气又冷，上课时间长，又水土不服的不禁想起家乡来了，偷哭了一阵，好想马上回到温暖的家乡！幸亏，我们贴心的蒋院长，马上做出了贴心的安排。情况就改变了，带着感恩的心，平静的心上完了课！感恩蒋院长，愿您永远健康！

感恩班长骆丽丝，领队佩贞，组长美芳的付出！

最后感谢全体学员，感谢大家这几天来的互相帮助、支持、关怀，让我能得以在如此温馨的环境下完成课程！希望有机会再相遇！

“天下无不散之筵席”，让我以这句“分离是为了再相聚”为这课程划上美丽的休止符吧！

愿大家身体健康，幸福快乐！

## 心得分享十九：

很开心来到青岛，这里的老师都很好，有我们温柔的沈香韵老师、活泼爽朗的徐文波老师、亲切的王峰老师、充满魅力的周继圣老师以及发音标准的薛玉章老师。这几位老师都很好，我还很喜欢我们的班主任——凌玲老师。她每一天都忙到半夜三更，但是仍然对我们招呼周到，细心带领。

很开心来到青岛，这里是一个很美丽的地方，沿途有一排排的绿树丛林、充满特色的建筑。这里的曲阜更是孔子的家乡！我还很开心可以在这里看到许多的贝壳，还有一块钱就能买到大马罕见的海星。

很开心住在世纪文华酒店，这里的地点很好，不靠近闹市，但是，交通方便，可以让我搭车去书城，让我买许多的绘本、百科全书，还有走几步路就到的水果摊和早市集。但是，不能够到青岛曲阜路的天主堂进行弥沙是令我感到遗憾的。

很开心自己可以到泰山照相，到崂山欣赏美景，以及做课外参访。仿佛除了来上课以外，我们成了观光团，感觉很好！我喜欢这里的居民，都爱卫生，不随地吐痰，也不“粗声粗气”。人家说山东人都很热情，这一句话确实不假。

很开心知道自己的发音错在哪里，并且认真纠正。虽然不能够真正纠正过来，但是总算稍有进步。尤其是轻声词、儿化韵，大致上都明白了。只是翘舌音、平舌音得多下功夫。老师们说正音是“名正言顺”的，身为老师的我应该回国去影响其他的老师操一口流利的普通话。

光阴似箭，21天不知不觉又过去了，收获很大，除了满行李的书还有带回了主办当局的热情与亲切，班老师的细心照顾，朋友之间的情谊，中国老师敬业乐业的精神和笑容满满的司机

回国后，我会来个师资培训环节，让所有的老师都感受到此培训的好处，并鼓励他们前来参加这种培训课程。

## 心得分享二十：

学校一放假，就要出发到青岛的普通话正音培训班了。我抱着期待的心情前往中国青岛，为的是提升自己的语音水平。起初，有点依依不舍离开家乡到寒冷天气赴华研修，但想到不要白白浪费假期而应该在假期中充电和充实自己才是正确的。

到了青岛，主办单位的工作人员和班主任很热情地欢迎我们。到了酒店，给人舒服的感觉，询问下才知道那是我们未来三个星期的住所，是四星级的酒店。设备齐全和饮食方面都合意。在座谈会上，每位主办单位和承办单位的领导都很亲切感和友善。

安排外游的地方太多了，最后真正参观的地方，只是奥运博物馆、奥帆基地、五四广场和天后宫。最失望的是没参观到闻名的八大关、鲁迅公园和栈桥。

虽然非常荣幸能邀请到国家太极拳三级裁判员的李建业师傅来教导我们二十四式杨氏太极拳，但是晨练的时间太早了，我们一时无法适应寒冷的天气还在户外晨练，实在太可怕了，仿佛在受折磨。幸好之后有关单位将学习时间调整至下午，让大家能够用心学习。

我很开心，在剪纸课里有机会学会了其中一项中国的传统文化——手艺剪纸，亲手剪出双喜字。我会把这手艺带回国教导学生，也让他们享受其中。

正式上课天，每位学员得以测试和认识自己的发音，找出错处加以纠正。这次的培训班让我获益不浅，也让大家增广见闻。在培训班上，学会了很多关于汉语拼音，如：声母的发音、韵母的发音、声调、音变等。我们也学了关于朗读的技巧，如：备稿六步、对象感、内在语、停连重音、情景再现、语气和节奏等。

参观啤酒博物馆，真是百闻不如一见，真令人惊叹！青岛啤酒的历史悠久，这让我们对中国的啤酒历史有所认识与了解。青岛啤酒非常顺喉，让人回味无穷，一杯接一杯，不醉不归，大家都喝得好开怀，暂时把普通话水平测试抛到云外，放松一下。

参观青岛市李沧科技馆，让我们获益不浅。我们还亲自下手做实验，原来问题比答案更重要，过程比结果更精彩。当我们分工合作成功完成实验，大家开心得雀跃万分。之后，去闻名的崂山，那里的风景怡人，我们排除困难一直往上爬。当抵达终点时，心中有难以形容的感受和喜悦。

在此真心感谢主办单位中国海外交流协会、承办单位青岛大学和协办单位马来西亚华校教师总会。让我们有时间去参访当地的学校，在参访中我们看到设备齐全的一流学校，教师尽责，学生有礼又可爱。

普通话正音测试后，心中的大石就放下了，轻松了下来。我们去世界文化遗产孔庙、孔林和孔府，觉得荣幸有机会到此一游。隔天我们去爬泰山，终于登上了山顶，一望无际的云海，顿时感到自己是如此的渺小，世界是那么大，人生的挫折又算得了什么。当时回想能顺利登上泰山，之前的辛苦都是值得的了。

## 心得分享二十一：

这次参加普通话正音培训班共有几得：

### 1.汉字的演变

院方应学员的要求，特别请了一位对汉字演变有深入研究的专家给我们这一群学员上课，让我太感动了。这一堂课让我学习到汉字的演变。从远古到今，汉字从无文到图文，再到文字，是一段漫长的演变啊！汉字的演变却和生活习习相关。到现今依旧可以看到和感受到当时的生活习性。能把这门学问究习得如此的透彻，还真不容易。不过看了图文并茂的古书，让我觉得如此枯燥的学科，竟然鲜活了起来，原来从不同的角度看汉字就有不同的感观。

### 2.声母的发音

自以为容易的声母发音，原来并不容易。别看它就那么几个声母，让我发起来，还真是四不像。讲师发 zh，我发 z；讲师发 j，我发 q。没想到啊！没想到，我教华文科这么久，

竟然错了那么久，真惭愧啊！不过能来参加这次的课程，让我有机会纠正自己的错误，还不算太迟。我还有几十个炎夏可以纠正自己，不误导莘莘学子，真是太好了！再加上讲师们的谆谆善导，让我更有自信展示所学。

### 3.备稿与对象感

之前备稿的时候，从不考虑对象感。最多就是以自己所学来备稿。原来对象感也有分年龄层次、知识成度及场合，而我一般上都是整体带过。难怪之前对着一班小学二年级生讲课，学生都对我行“磕头礼”。啊！原来我忘了讲课的时候，内容必须符合他们的程度啊！想想自己怎么就忘了这基本的要求呢？这次的课程，提醒了我已忘了每一样科目必须从基本层面教起。而且为人师表必须先自我充实，而不是敷衍了事，为一份薪水而做，这样只会误人子弟。身为教师必须敬业乐业，也必须保持快乐的精神。这一次的课程再次唤醒我身为教师的崇高精神。

### 4.观摩学校

据我所知，中国学子不容易教。一不打，二不骂，和马来西亚的教学法完全不同。可有一点我不明白的是，教师都喜欢用“麦克风”教学。给我的感觉就像对着机器说话一样。如果是周围环境所逼的话还可以理解，可我发现好像不是这样的。我唯一感兴趣的事是班级管理特别好。

最后，我感谢院方，院方的周到和细心让我感觉贴心。另外我也非常感谢教总给了我这次机会。

## 心得分享二十二：

### 前记

经过一连串时间的讨论及准备后，我和另外两位同事终于踏上普通话正音班的旅程。三个星期的“磨练”下来，我对这次的学习作了简单的总结。

### 内容：

#### ①课程

内容有深度亦有广度，每位老师对深度与广度的掌握及发挥虽不尽相同，但大体上都还不错。所谓广度，就是有些课题（例：汉字的演变）只是大略教，来到语音时，就要求其深度及精度。不过，每天8小时的密集上课，十几天下来，让我深感疲累，对学习后期的测试也备感压力，甚至有无力感，因为无法抽空复习，体力也不允许哩！

#### ②老师们

他们专业的态度及专业的知识让我由衷羡慕，也迫切希望从中学习以期提升自己的专业水平。

李蔚然：很特别的，我对她特别有印象，她的亲和力深深吸引了我。每次看到她，心中总是开心不已，哈！

王峰：原来是一位长得娟秀的可爱老师，还以为是男老师哩。感觉她就像我们的班主任，很关心我们在青岛市的生活。她的亲切深得我们的喜爱。她的专业知识也是让我由衷佩服的，

现在她已是我接下来的学习对象了。

徐文波：一位非常具戏剧性的老师，全身充满演戏的细胞，随着不同内容的朗读篇章，会立刻摆出各式的表情，可爱极了，传神极了。上她的课，听着她朗读的美妙声音，再加上丰富的脸部表情，真是一种享受哩！

周继圣：一位非常有教学经验的老师，由于曾在南部生活 18 年，所以比较了解我们发音的缺点所在。是一位勇于发表自己想法的老师，值得赞赏。

### ③同学们

对我来说，全部老师都比我更认真学习，这让我倍感压力。老师们的背景不尽相同，所以身为独中教师的我，常常被华小老师问起独中的情况，三个星期下来已交流了不少话题哩。我觉得我跟老师们应该为马来西亚的正音做些什么的。

小记：老师们真的超喜欢照相、买东西，还有讲话聊天。哈！

### ④青岛市

从来没想到青岛市已那么现代化，是一个有规划发展的城市，是一个不像中国城市的中国城市。欧式建筑物林立，旧时与现代并肩耸立，市内整齐清洁，人民亲切朴素，交通不拥挤，海边美景无与伦比，对我来说，青岛市还蛮适合人居住的。

### ⑤冬天

来到青岛市后我们讨论最多的应该是青岛的冬天吧！如何穿得暖而不生病，对我们来说，可是一件大事呀！从里到外的大小衣物，随着时光的飞逝，气温越来越冷，衣物也就越添越多。0—10℃的气温，对常年处在超高温马来西亚的我们，真的似一个“遥不可及”的“数目”，它让我们每天担心，我们从来不曾这么“关心”每一天的气温与风力状况。

### ⑥测试

这无形的“压力巨掌”一直“陪伴”我们渡过青岛市的每一天。为了它，我们每天“费尽唇舌”苦练正音。原以为这只是一般的测试，万万没想到老师们（学员+老师）都用百分之百的心力去备测，这无形中产生了无比的紧张气氛，特别是临测前，情况更甚。测试结束，我们有短暂的放松开心，之后，认真的老师们又开始担心成绩，唉！不过，除了我之外，哈！

### ⑦曲阜

怎么也没想到我在曲阜遇到了“孔子”，这位对我来说既熟悉又陌生的大人物。车子一驶进曲阜时，我就惊见孔夫子的影子，顿时热泪满眶，仿佛等这一刻我已等得太久太久了。好喜欢曲阜古色古香的街道，由于多了一位大圣人，这市镇就变得格外珍贵。

### 后记

打道回府之际，心中一直在思考回家后如何把这次的所学，学以致用。我希望我一定要坚持敬业乐业的精神。我想，很快的，自己会很想念山东的一切。

**心得分享二十三：**

有一天，在报章上看到教总于今年主办海外培训课程的消息，我就决定报名参加普通话正音培训班，希望借此找出自己发音的缺点，然后加以纠正和改善。结果很荣幸我被录取了，非常感激青岛大学给我人生这一个舞台。

虽然说岁月不留人，我年纪已经很大了，要达到普通话正音培训班的目标，是很难达到的。结果我把培训目标放低，我必须经过这次的培训课程，然后自己在接下来的岁月加以磨练，一定能成功。天下无难事，只怕有心人。希望能持之以恒，有一天，一定能讲出一口不错的华语。

普通话正音培训班课程编排得非常好，尤其是辅导班，对我这位差的学员非常适用，因为只有经过老师的个别纠正和个别发音，我才能真正的领悟到自己的弱点和错误。

我们的第一堂课是普通话水平测试。很遗憾，校方没有照学员的程度和测试成绩来分班。我认为若能够按照程度分班，这样在辅导班才能于个别程度教学，因材施教。

汉语拼音的培训由基础教起，分成声母、韵母的个别发音。可是我已说了四十多年的华语，不可能在这三个星期里纠正过来，但我会持之以恒，“天下无难事，只怕有心人”，希望有一天能讲一口不错的华语。

晚上我的辅导班对发音不好的学员非常照顾，让我可以知道自己的发音缺点和发音的不足，而让我加以注意和纠正。我不时听到老师说很辛苦，其实我认为辅导班是正音培训班不可缺少的一环，应该要保留这一节课。

徐文波老师的朗读教学非常棒。她把文章的情境朗读出来。希望主办当局能把教授的讲稿载录给我们每一位成员，作为日后的参考和教学资料。

大家都怕最后的正音测试，可是我认为测试能够让我们知道自己的正音水平在那里，经过测试我们可以自己加以检讨和对症下药，找出缺点加以温习。

参观学校也是其中的一节课，学校安排了一堂国学观摩课，可是只有 40 分钟的教学，个人认为这很难让我真正的看出中国老师的教学。弟子规的教学虽好，可是要加以检讨，并配合我国的情景，所以我认为这很难办得成功。

打太极拳能强身健心，这也是中国的传统武术，应该加以发扬光大。每次我打太极拳都抱着零的开始，我打的是 108 式太极拳，要培养心情平衡才能打完 108 式太极。美中不足的是我们 60 多位学员只有一位师父在指导，所以很多学员都跟不上，希望承办单位能多安排几位师父来指导。

参观的景点都是名胜地，很有代表性，曲阜和泰山代表着中国，这些景点真是代表我们的中国，非常有意义。

晚上有两三天的空档，我们有机会购物，这里的东​​西价廉物美，也使我们这些外国“留学生”多认识这里的风土人情，也是非常有意义的。

主办当局真是用心良苦，把这次的培训班办得尽善尽美，非常好，有苦有乐，有忙有闲，

有得无失。

天下无难事，只怕有心人。经过了这次的培训，这一个过程，我一定非常珍惜，好好的学习，持之以恒。

## 心得分享二十四：

从知到被录取参与普通话正音培训班后，心里觉得很开心，因为我有机会与来自各州的老师们一起交流和分享学习心得，更可以有机会去认识中国青岛这个美丽的地方。

中国是我第一次踏进的国家，妈妈有叮咛由于青岛是沿海的城市，又逢十二月，天气会转冷，时时要我注意身体，而且我又是怕冷的人，怕一时难适应气候的转变。

11月23日，从家乡槟城州乘搭飞机到吉隆坡国际机场与其他的老师集合，到了集合地点让我碰上了另外两位同道，当时心里踏实了很多，脸上也露出了喜悦的样子。

11月26日，开始上课的这段时间，让我感觉到每位教授都是博学多才、能唱能吟，教授们耐心地教导，真的让我受益不浅。

要说得一口标准的普通话正音，说难真的有难度，说易却不是那么容易，特别是许多技术、细点要相当的留意。读是口要张大点，那么音才会发得稳又准，而且也要发到位，不是含糊的带过。这也让我明白许多教学问题的解决方法，也让我了解了轻声、儿化、平舌、翘舌、朗读的技巧、说话的技巧等。

正确的舌头位置？老师们都用手为舌示范让我们明白正确的发音方法，简单易懂。在此培训班中，也让我了解到舌头的每个部分的名称及如何发出正确的音、韵等。

四十多年的不正确发音到现在要纠正过来，让我感到压力，总觉得听觉不佳，怎么也听不出正确的发音。小强老师的不放弃，让我渐渐地将错误纠正过来，这让我更加用心去学习不轻易放弃。虽然过程不简单，但在老师的细心教导下，我更应该努力学习，这样才不会辜负老师的教导。

周教授的轻松教学中，让我深感老师要因材施教，要多称赞，多鼓励，不轻言放弃，而且常要保有正确及积极的思维。如此才会发觉每一位学生都有自己的闪光点。周教授也叮咛大家要注意自己的嗓子，并教导我们保养嗓子的方法。

从这次的学习中，让我了解到年龄不是问题，只要有心和勇于面对，一切事情都可迎刃而解。下一次我会表现得更好，永远保持我可以做得更好的态度和观念。

这次的培训班，最大的收获为学习到正确的发音及认识了各州的老师们，这份友谊将永留心中。欣赏了美丽如画的崂山和泰山，感受了山东人的热情好客，这些回忆将永留心中。

青岛我会再来，而且会带来了其他的朋友同尝美食和旅游。

## 心得分享二十五：

参加此次的培训班，让我见识了青岛人的热情。从承办当局所安排的膳食、住宿、活动、课程到苦甘颗粒等，处处显出他们的热诚与细心。似乎要在短短三个星期内，不但让我们都能掌握普通话的发音，也能深入了解中华文化，可见承办当局的苦心。

王峰教授所教导的声母、韵母、儿化韵、变调等都确实实让我认清自己的发音弱点，并找到正确的发音方法。王峰教授总是那么耐心地个别纠正学员的弱点。她知道我们对普通话测试感到压力与紧张，不断地安慰我们，为我们打气，叫我们以平常心去应考。除此之外，她也热心地给我们介绍青岛的名胜地与这里的饮食文化。

徐文波教授充满活力的教学常常感染我们，使我们能有精神地从她的教导中学习朗读的技巧。她叫我们读文章要去感受它，让情景再现，使受者能体会文章所要表达的各种情绪和感情。她不但范读给我们听，也指导我们朗读各篇考题三的文章，希望我们在测试时读得更好。

幽默风趣的周继承教授把枯燥的《汉语拼音发展史》与《汉语拼音方案》等课说得令我们听得哄堂大笑，但却十分容易吸收他所讲的内容。他还教我们如何保护自己的嗓子，因为教师常用嗓子，而不正确的发声会损害嗓子。周教授以亲身经验，以简单有效的方法教学生 j q x 的发音。

孟鸥教授则准备了丰富的教材，从甲骨文至楷书，让我们认识汉字的演变。她所准备的 power point 中各个朝代文物上的文字让我们大开眼界。

史冠新院长所介绍的《汉语言》十分简易明白。他向我说明汉字由繁体字如何简化为现今的简体字。他也教导汉语书写规范化和拼音书写规范化，让我对汉字有更深入的认识。

在此次培训班里我认识了来自马来西亚各地的教师，这也可算为一种收获，想想，在自己的国家反而没有机会见面的人，却在异乡碰上了；而且一起学习，一起生活，一起玩乐，是多么难得啊！

承办当局所安排的游览让我们能亲睹青岛的风光，如五四广场、奥帆中心、啤酒博物馆、李沧科技馆、崂山景区等。特别铭记于心的是承办单位还安排了足疗，让我们除了体验中华文化也能松弛身心。除此之外，剪纸课程、太极班等，足以体会到承办当局用心良苦。另外，我感怀于心的是能被安排去游览孔府、孔庙和孔林，走一遍历史之路，而且还有幸亲睹泰山之美。

我藉此感谢承办当局的接待和安排，特别安排了最棒的教授们来教导我们。更要感谢教总安排此次的培训。最后，也要谢谢两位不辞劳苦，一直陪伴我们的两位老师和蒋丽院长的忍耐和包容。

## 心得分享二十六：

在这之前，青岛在我的脑海中，是遥远的，是陌生的。有幸在同事的执著下，我们才有幸赶上此海外华文教师培训班的列车。

2009年11月23日下午7时，我们抵达了吉隆坡国际机场。约午夜12时，我们与其他六十余位来自全马的教师会面，开始展开了我们二十一天的青岛之旅。

我们一团人难得在南中国海的上空度过了24日的凌晨。我们也难得在睡眠惺忪下享用热腾腾的稀饭。

24日上午，我们抵达了青岛流亭国际机场，由凌玲和伟娜等人欢迎热烈我们的到来。伟娜还高歌一曲，并说了一句：“欢迎你们回到祖国”，这句话令大伙儿为之一振，感到好温馨、好亲切哦！我们的根、命脉始终与这块土地密切相连啊！

25日早晨，到酒店餐饮部享用早饭。拿着餐盘定眼一看，天啊！竟然和昨天的菜肴相识。我的心里在盘算着：早餐、午餐和晚餐的菜式虽然丰富，口味也不错，但要是餐餐如此，我应该是无福消受呀！

接着是徐宏力副校长主持的讲座会，看看讲题：中国文化中的普世智慧。徐教授是一位学识渊博、融汇古今的文人。徐教授满口论语，虽条条耳熟能详，却能从中敲醒咱们心中的顽石，启发新思维，囊括了新领悟。徐教授的其中一席话，至今还在我耳际环绕：身为教师的应该要温故知新，温故知故的教学法应该淘汰。

是的，非常惭愧的，一直以来，我的教学手法可说是一成不变。总以为按部就班、认真地把课程教好，必能问心无愧，对于学生和家也有所交代。徐教授真的了不起，能在短短的两个小时内，惊醒了我们这些梦中人。

王峰教授，一闻其名，原以为是一位高大雄壮的男教授。怎知王教授一踏入课堂，是一位温柔斯文的女教授啊！王教授还有一把动听的嗓子，听她讲课，是一种享受。除此之外，王峰教授也有一对灵敏的耳朵，能一下就听出学员们发声部位的问题所在，并且耐心地纠正问题。每当小休时刻，学员总爱围绕在王教授身边，王教授也不厌其烦地一一为学员解答问题。

蓄长发、面带笑容、声音洪亮的徐文波教授是最受学员们欢迎的教授之一。徐教授以活泼、风趣的教学方式教学，常引来哄堂大笑。徐教授的肢体语言丰富，音质也富有情感，尤其是在朗诵美文：杏林子的《朋友和其他》及莫怀威的《散步》时，徐教授真性情流露，深深地打动了我们的心坎。思念之绪涌上心头，纷纷低头红着眼。

风度翩翩，中气十足的周继圣教授曾周游列国、累计了多年教学经验。周教授以最简单易懂的方式教学，使我们茅舍顿开。周教授也传授了他的周家护喉心得“蛤蟆功”，是我们受益不浅啊！周教授有一可爱之处，每当获得大众的赞美时，就会羞涩像个小男孩儿似的红着脸、低着头、捂着嘴暗笑。如此可爱的神情，会让我们永远怀念的。

至于另一个令我敬佩的长者，是蒋院长。她为人亲切好客，笑容可掬。事事都亲力亲为，并要求完美。蒋院长非常紧张这次国办海外华文教师语音培训班。她要求一切学员的住宿、膳食、培训班师资、户外活动考察活动及各名胜地参观展览，都精心安排妥当。身为大马教师也被蒋院长的诚意打动。蒋院长的客气可亲、处事鞠躬精粹将使我们永远铭记于心。

总而言之，这次在青岛的三周培训班让我获益良多、语音教学方面也大有收获。如果下次还有机会，我一定在重游青岛！

## 心得分享二十七：

感觉这趟的学习之旅实在是不枉此行！除了享受有关当局妥善安排的食宿、出游之外，还深深感觉这是我有生以来首度接触中国的正音训练。这让我学习了许多，也希望日后仍有机会继续进修有关教学上的技巧。毕竟身为教育工作者，实在不想“误人子弟”，期望自己不仅在这短短廿一日中学习，回国后也能通过带回国的语音书藉自修，往后教学相长，在教学的道路上走得越来越带劲，而不是越来越疲惫，越教越乏力，没有热诚。

其实，十分感谢教总为马来西亚的教育工作者提供了各种各样的培训。让教师们从沉闷的工作中，日复一日的重复教学，有机会检讨与学习教学法，而不至于在闭门造车的情况中，看不到教学法有何改善。我极度渴望日后能够有时间、有心力与环境再度参加类似的培训班，让我在日后的教学工作中，不仅自己得益，也影响我所带领的其他教师与学生，给予许多人正面的影响力。

很高兴看见来自全马各地的教育工作者，不论是年长的或是拥有无数青春的少艾，都带着一颗赤诚的心，敞开的胸怀来学习。我肯定这短短的廿一天，带给我们的除了是许多美好的旅游经历之外，还有着更加有意义的作用，把国侨办的一番苦心，出经费，出力，以及无数的心思，再把中华这么优秀的文化传承给华族子弟。

希望我们不只是教书，而也教会学生更好的学习态度与主动学习的兴趣，觉得学习华文是一种乐趣，而不是为了学习而学习，为了考试而温习！甚至是为了父母老师的要求而勉强自己混日子地上课而毫无得益。

坦白说，经过这次的正音训练，我才发觉自己的发音离标准有那么大的一段距离。但通过有系统的训练技巧，我热切盼望日后通过实际的操练，有机会能够在未来的日子考获更高的普通话等级。虽然，这次我对自己的表现并不太满意，觉得虽然老师、教授们的教导十分有深度，又能够深入浅出而不至于沉闷，甚至十分生动活泼，唯自己天资不高，吸收与消化能力有限，能发挥出来的更有限了。

其实，我深深觉得这次课程的结束，并不是为我们的学习画上了句号，而是一个开始。让我们在回国后，在这自己的教学领域中，通过周教授及其他有关当局的远程教学一再操练自己，“百尺竿头，更进一步”，从而让自己与学生都从中得益。这才不辜负主办当局的苦心，许许多多的教育工作者正面地影响许许多多的学生，桃李满天下，发扬中华悠久的文化传统。

最后，对国务院侨办、教总、青岛大学华文学院的妥善安排致以万二分的谢意，衷心地祝福所有学员，感恩有缘相识、相知、相遇每一个人，每一位教师。

## 心得分享二十八：

三个星期的培训对我来说是意义重大的，学习是不断循序渐进的过程，学好普通话更是一个长远的过程，一个终身奋斗的过程，学好普通话不仅有助于一个人素质的提高，自身的气质、性格、禀性的培养均起到了很大的作用，而且也能很好地适应现今这个社会，满怀信心地迎接挑战。

学习普通话要持之以恒，不能三天打鱼，两天晒网，这样的学习会延误学普通话的长进。我们要注意平时说话习惯，以便正规的普通话成为我们的习惯。发音准确是与听音、辨音的能力有关，所以要提高语音的分辨力。要学好普通话，一定要掌握发音部位，然后反复练习直至完全到位为止。在掌握了正确发音的基础上，还要通过反复练习，达到完全熟练的程度。朗读在此培训中显得重要。朗读在语文教学、文化生活和宣传工作中有不可低估的作用。通过朗读优秀的作品，可以更具体地学到艺术语言的表达技巧，丰富自己的词汇，提高自己运用语言的能力。朗读也是养成正确发音的重要途径。

参观了五四广场，才知道 2008 年第 29 届奥运会和 13 届残奥会帆船比赛在这里举行。为了迎接奥运会帆船比赛和打造“帆船之都”，青岛市政府把北海船厂整体搬迁到黄岛区的海西湾，并将国际帆船中心建成青岛市独具海上运动特色的建筑区域，充分体现“绿色奥运、科技奥运、人文奥运”的理念。曲阜是一个典型的旅游型的城市，到处灰墙白地的，街上铺的是汉白玉的石砖，显得古朴；停在路边的仿古马车，让我觉得像是活在古代。曲阜很干净，车不太多，路很宽，到处都有孔府酒家或者艺术馆的牌匾，听说城里有一半人都姓孔。

我希望我还有机会学习，不只是正音的学习，而是多方面的学习。所谓“活到老，学到老”，所以我会珍惜生命中的每一分，每一秒，继续地学习。

## 心得分享二十九：

要把读书当乐趣，若把它当成负担，那读书便是一件苦差了。一开始的心态不对又怎能使接下来的路好走？徐宏利副校长提出这么一个论点“教孩子产生问题，而不是塞给孩子答案；教育的最终目地是要让孩子带着问题毕业，不好只教孩子背着答案毕业。”他还为这一论点做了个简单的方程式来解晰。 $L=D+Q$ ；learning 学习 = previous knowledge（过去所学的知识）+Insight Question（具有洞察力的提问）。这一方程式用一句话来概括就是：开发孩子，不要一味只交给他知识。

温故而知新，可以为师矣。论语，为政第二，第十一句。学习，就是学会了再复习的缩写。学会了就要不断的复习，使之成为生活的一部分。那么，运用起来就会挥洒自如。而且，重复的练习会把之前所忘记的、忽略的一并烙在脑海。对一门学问的深度，一定要比广度重要。目前，中国的文化与西方的文化起了一些不太容易融合的观点。对此，有必要进行研究，因为西方人用着寻找敌人的文化，而东方文化却是寻找朋友一起合作的思想。然而最出乎意料的是，一位获诺贝尔和平奖的西方人竟提出了这样的一个震惊全中国的伟大看法“要解人们的心灵，就要到2千多年前学习孔子的思想。”不过，从别个角度来看，西方人的逻辑文化思考方式，终有一天会演算到这一步，只视乎他们能不能放下他们民族自尊而已。而中国本身又如何追回被自己放弃多年的精神？期待中国飞跃！！

好学积极不是天生的，而必须要靠后天科学式的培养。我们80后一代所教导出来的孩子没有“不耻下问”只会“羞于发问”。有这种心态的可能性有两种，依我看来，第一是含蓄，第二是自信心不足。含蓄是一种个性问题，有些人天生比较谦卑，这个没有什么好讨论的。第二个才是重点。有人羞于发问，是因为担心自己所问的问题没有水准，引人发笑。再仔细想想，有这种想法的本因，就是因为知识的积累不足，进而没有自信去面对社会。所以，教育在我国是一种处于模糊不清的状况，不中不西。因此我们本身就要有自己一套的方式以做为教导的基础。学习时间表的安排，古籍的讲解等都必须要有个非常认真的安排。那么，只要有了这一套练习，基本的自信心问题就解决了。

在这次的学习中，认识了许多名人。老师非常认真的介绍一些著名的诗篇和文章。其中一篇诗让我很感动，就是毛泽东的《咏梅》。语言是一种情感的表露，应用得当，组合得美，那么语言就是活的，有生命力，就能为人类服务了。

不同的老师有不同的学习之外，其中有几个名句让我感触良多。“没有及不及格的问题，只有用不用心的问题”，“别把成绩当成学生进步的负担，让学生感到很快乐是老师最快乐的事”。

华罗庚先生说：“能把最难的用智慧使其容易明白，再用通俗的语言使大众更容易明白。世上人的智慧各不相同，多好的孩子都有缺陷，多糟的孩子都有亮点。”所以，若世上的大道理能像华先生的方式来教导，就是一位好老师。

此次上课所学的东西实在太多了，有机会一定会再来学习。

## 心得分享三十：

青岛普通话正音班是我参与教总的第三次国外教学观摩、培训团。三趟都留下不同的感受与记忆。出发之前，我只知道自己将面对一项测试，我以为普通话测试不外是讲“华语”而已，所以不曾担心。可笑的是，当测试摸底后才惊觉原来自己讲错了几十年，原来自己在生活中对“有边读边，无边读中间”的无所谓就这样晃了三十七年。

身为华人，我悔改。

身为国中生，我方惊觉原来自己只学了母语的那么一点点。

身为一所私立幼儿园园长，我才知道幼教中的母语发展与母语师资培训原来单薄的那么可怜……

背负着不同背景、不同种族的马来西亚华裔后代，如果此时此刻尚不注重自己的母语发展，我们的下一代会是如何看待母语？此趟学习课程对于曾进入师训的小学老师或许只是一场复习，但对于站在幼教领土上的我们可谓大开眼界、获益良多。我深信，在马来西亚，向我如此学艺不精的幼教语文老师大有人在，如果我们在孩子学习黄金期的黄金朝代里忽略并不正视母语的规范，我们的母语发展会否更滥？当下的我们不就成了民族的叛徒？我并非欲夸大炫耀词汇，我只是开始正视自己的弱点与陋习，我必须坦然面对自己的错误，更希望更多与我同站在幼教领土上的老师们都勿误我华族子弟。

不管台湾或中国，教总所搭建的这座桥梁义务慎重道远，感恩你们的争取与付出。

此趟学习虽然较累，但尚深能体会承办当局的注重与协调；唯是最后接下的承诺（cd 与讲义）不能实践较令人遗憾，像是有种来去冲冲、两手空空的感觉。

大家都非常珍惜每一个学习机会，但在人事之间，难免有意见不同、需要沟通以达共识的时候。如何凝聚所有人的心力，共同全力以赴，的确是非常重要的事。有鉴于此，时时分享彼此间的感受或能有效的互相关怀，强调以“和”的精神面对，才能真正团结人心、发挥强大的力量。

终，仅以此静思语彼此分享：好事，需要你、我、他共同来成就。所以，不要有你、我、他的成见。

## 心得分享三十一：

这是我第一次参加教总举办的培训班。完全出乎意料之外，没想到此次参加国侨办华文教师普通话正音培训班，真是获益不浅。也让我乘机了解本身的普通话水平。

经过这一次的培训班，我才明白北京话与马来西亚华人的普通话为何有所不同。而且，我也可以乘机得知发正确普通话的几个诀窍。譬如：口步操——练习（学习）蛤蟆叫，利用舌头前端顶口腔的两侧，按摩口腔内侧——上下、左右转圈圈。还有，原来学习念 ba、da、jia、ga——对发一口标准的普通话也有所帮助。

让我觉得感动的是几位教授的宝贵经验分享。谢谢教授们毫不吝啬的与我们（学生）分享他们身为教师的宝贵经验。谢谢他们将心比心，让我们知道：老师们是靠“口”吃饭的，教导我们如何去保护本身的嗓子。还有，他们是完全理解我们身为教师所面对的问题。要我们知道如何去爱惜自己。应为懂得爱惜自己的人，才懂得去爱护及珍惜他人。

王峰教授、周继圣教授以及徐文波教授真是非常了不起的教授。王峰教授亲切，对我们循循善诱、笑容可掬、雍容华贵，真是我的偶像。周继圣教授的朗诵真是让我大开眼界。他的教授方式与指导让我们一点即通，简易却又容易被接受，为人幽默且风趣，让我们笑场连连，学习风气非常好。徐文波教授的笑容真是漂亮，说话铿锵有力、魄力十足。她的自信也让我非常地崇拜。

没忘了我们的太极拳老师。非常感谢年迈的老师不在乎寒冷的气候，锲而不舍的指导我们太极拳的步骤。虽然这是我第一次接触太极拳，但是感觉却非常棒。谢谢老师对我们的苦口婆心，也很感谢国侨办此次的安排，让我有机会接触太极拳。

国侨办此次的日程安排的确非常紧密且充实。为了让我们在普通话测试中得以获取佳绩，他们真是用心良苦。非常感谢他们给予我们贵宾式的招待——舒适的住宿环境与美味佳肴。满汉全席是好，如果可以稍微地斟酌分量，那会更好，且不浪费食物。三个星期的培训说长不长，说短不短，却让我多少体验且了解中国北方人的饮食文化。

12月9日（星期三），这一天真是让我有点紧张，因为我们的普通话测试竟然提前一天进行。测试以后，想乘此机会一览青岛大学的风貌，只可惜这儿的天气与大马的气候不同，才下午四点多，天色却已渐渐的昏暗了，让我只好打消此念头。不过，我走进了青岛大学里的小超市，买了一支冰棍儿尝尝。不错，味道还不赖呢。

当天晚上，难得不需要上晚课，所以与朋友结伴，决定乘搭巴士——304号到八大关、中山公园、鲁迅公园、栈桥观光。来到了武胜关路，下了巴士，我们就沿途一面走、一面欣赏路旁的景色。当然，我们也不忘利用照相机为我们留下纪念性的一刻。不知是否夜已深了，路上的行人不多，冷风直吹，把我们冻得直发抖。沿途中，我们无意中发现康有为的故居。于是，我们大胆地往前迈开几步，寻找康有为的大宅院。终于，皇天不负苦心人，我们走到了康有为故居的大门口，但是大门却深锁着。可是，我们还是在门口往里头一探究竟，以满足我们的好奇心（虽然一无所获，因为天色已非常暗了）。接着，沿路走出大马路，来到青岛市的派出所大门口拍照留念，还欣赏了就在附近的小鱼山。小鱼山——就是一座位于小山丘上金碧辉煌的建筑物。在闪闪灯光的点缀下，这座建筑物显得雄伟极了。走了好长的一段路，经过了海边，我们终于来到了栈桥，听着桥底下传来的海浪声，一波接一波地，轻轻地拍打着岸边，那声音实在太美妙了，让我打从心底觉得舒适且平静。那一夜，其实还蛮冷的，但是并不能打消为了挣得一分一毫，在栈桥上讨生活的小贩们。我的眼光让摆在地摊上的几个可爱小木偶吸引住了，在小贩阿姨的“鼓吹”下，我一口气买了四个。

12月12日（星期六），这是我毕生第一次踏在泰山的雪地上，感觉棒极了。山脚下，大多数的人都被冷风包裹着，冻得直发哆嗦。坐在巴士上，沿途环绕泰山几圈，又乘坐山上的缆车，再走一段路，几经波折，终于来到了泰山的顶峰。山上那遍地雪花的景色实在诱人，把第一次接触雪花的我给吸引住了。在山顶上遥望远处的山脉，俯视山下的美丽景色，那漂亮的云海真是让我觉得不枉此行。那景色实在太妙了。非常感谢上天巧妙的安排，让我并非与冰天雪地的泰山擦身而过。

## 心得分享三十二

在报名截止日期前一天通过庄丽鸽老师的接引获知这项由中国海外交流协会主办，青岛大学华文教育基地承办，马来西亚华校教师会总会协办的普通话正音培训班。当时还真的搞不清楚什么是“正音”，就跟随大队赶在截止日期当日下午呈上报名表格和相关资料。

在临行前的一个星期才知道青岛是中国最美丽的一个城市。由于此行并没有抱着任何的期待，所以我总觉得这就是我和青岛在很多世以前就有一个承诺，那就是我与青岛有个约定……

这开营欢迎仪式当天，我深深被徐宏利副校长的讲座给吸引了，中国的崛起，其开放之领域和速度是超越我所想象的。更让我赞叹的是中国选择“和平发展”，宣扬其丰富的中华文化，把汉语和儒家思想通过孔子学校推广至全世界。

说到学校，有一个不可不提起的观光地点，那就是青岛嘉峪关学校。抛开其先进设备不说，其老师们活泼和正向教学方式绝对是我需要追逐的精神。

“正音培训班”是这次青岛之旅的关键。经讲师的说明之后，了解到“正音”就是“汉语拼音”。心底想汉语拼音就是汉字发音的方式，不解为什么需要有国家级的测试。学汉语拼音就好，为何还会有如此严厉的测试。无论如何，经过分析之后，了解到中国语言和方言繁多，有必要用统一的语言来凝聚各个民族。反观我国马来西亚，华语（就是中国的普通话）是华族的母语，虽然我们大部分的华族都热爱华语和中华文化，但是学习华语并非必然性的，我们同时需要应付马来语（马来西亚国语）和英语。鉴于生活条件各异，大环境的需求也各异，所以保持学习“正音培训”的心情也大大的不同。对个人而言，这次“普通话正音培训”让我有机会以科学的方式纠正汉语拼音，那就是了解和掌握发音部位，再拼出正确语音。至于声调音变和儿化的发音就需要长时间的运用。这意味着正音培训和测试的结束是我实践和学习普通话正音的开始。

在学习过程中，让我感动的是讲师们的用心，他们正向的教学方式是我来青岛必须带回国的教学心态。另一项激起我内心涟漪的是朗读短文。从小就很少接触文学作品，虽然有尝试读过一些文学作品，但就是提不起共鸣。这一趟却偷偷的为好多篇短文流泪，如《二十美金的价值》，《父亲的爱》，《和时间赛跑》，《金子》，《朋友和其他》，《散步》和《我的母亲独一无二》。这也说明了诠释文学作品需要情感，也更需要表达的技巧，所以在周继圣教授和徐文波老师的课里，我可是受益不浅呢！

至于观光景点，从奥帆基地，即墨路，青岛啤酒博物馆一直到曲阜三孔和泰山，无不让我惊叹不已的。

最后我要感恩主办当局如此贴心的安排，让学员们度过这三个星期的学习生活。深深祝福您们。

## 心得分享三十三

要写心得，就要问自己所发生和经历过的有否“得心”？这一点，我要再次向中国侨办及教总致谢，并送上大姆指赞颂。培训班不止得了我的心，还将我的心紧紧地拴在传承中文的事业上。我告诉自己，要加倍努力！

回想着三星期里熟悉的面孔，有感动的、要学的实在太多了！我想，须以徐文波教授所传授的“归堆儿、抱团儿”方式来一一述说。“学习是一堆、感觉是一团”，没错，正是如此！

在学习上，教师与学生是唇齿相依的。在这培训班里，我学到了许多，都是与教授们息息相关啊！第一天的讲座会上，徐宏力教授连贯性地介绍《论语》中的部分精髓，让我猛然醒觉，要将书橱中尘封已久的《论语》取出细读，以期取得温故知新的效果。

周继圣教授稳重沉静地教导语音，还语重心长地劝导我们要照顾嗓子，并传授“发音蛤蟆功”以保护我们的“铁饭碗”——声带，令我们深感铭中。在课堂上偶尔被称赞时，周教授还会露出小男孩儿的羞涩，妙极了！

王峰教授温柔淡定地解说声母、韵母的正确发音及发音部位，让我深入地了解口腔里外发音的运作及过程，而这是我从不注意也没弄懂的，我想其他的老师也有同感吧！如果没有参加此培训班，我想我会一直“无知”下去，多可悲啊！幸好我参加了！另一点值得赞许的是，王教授将教学的哲理轻轻地带进语音课里。我最记得她说：“让我们头疼的孩子，才真正需要我们教师更多的精力啊！”我绝对认同，也彻底信服！

徐文波教授多采的肢体语言，加上清脆悦耳的音色，总让我如痴如醉。上课时，她列举实例，配合精湛的解说，把朗读的窍门，逐项传达给我们，即使在午餐后上课，仍然能精神奕奕，这功力可不小啊！在课堂上，她所教导的绕口令，让我们做了许多口部操，对发音的帮助可大呢！我们可乐此不疲！

另外，孟欧教授所分享的汉字发展史、史冠新院长的语言文字规范化，让我们对文字的认识有深一层的了解，受益不浅！

参观嘉峪关小学，更是我们学习里加插的重要一环。学校的规划、设备、上课时师生的互动，令我印象深刻。虽说那只是走马看花似的赶场，却让我有点舍不得踏出那校门。

归堆儿说完了，就该抱团儿——讲感觉了！对于华文学院的关照，尤其是蒋丽院长及所有的负责人员的安排——丰盛的餐饮、舒适的住处及特意为我们安排的水果。每咬一口苹果，一股暖流盈满心头，甜至心底。刻意安排的足疗，更是让我们受宠若惊，大家都乐在其中，感恩。泰山、崂山、曲阜、青岛之旅，让我们经历了愉悦的旅游。虽说未能一一尽游，但我坚信：“留下遗憾，才会再来！”

除此之外，也有一些事项需要加以改善。太极拳的练习时间及地点，对于我们南方人来说，难以消受。时间方面可以增加，地点则固定在一处比较理想。青岛大学的卫生间，卫生意识有待改善，以免上课时被扑鼻而来的“气味”打扰。这是一个令人十分关注的问题。上课及演练的时间太长，而中间的休息时间太短，我了解这是承办当局用心良苦、恨铁成钢！然而对我们而言，却是身心疲惫，以致成效被打折扣。希望当局能多加关注。关于饮食，丰富得令我们觉得浪费。如能减少菜肴的分量，更为上佳。

总的来说，游乐是一时，学习是一生！我衷心希望参加课程培训的所有学员能一小步一小步地向前移，加上华文学院及周教授所设计的远程教学，在马来西亚这片国土上，开拓普通话正音的一大片天空。虽然我们都清楚，前路难行，但信心却必须永在！

## 心得分享三十四

承蒙中国国务院侨务办公室及中国海外交流会协会的资助，马来西亚华校教师会总会的协办，使我们 67 位来自马来西亚各州的在职教师，有机会到达青岛大学华文教育基地，揣摩普通话的各种发音及正音课程。在大家对承办当局心存感激之余也异外的珍惜此次的学习机会。

对于此次的课程，承办当局做了完善的安排，完整的编排了语音班的各项主要课程。课程包括：普通话拼音方案与发音器官、普通话正音、朗读技巧、普通话水平测试培训等。

我个人认为朗读技巧是较吸引学员的课程。两位主讲的导师：周继圣教授及徐文波讲师；他俩都各具自家风采与魅力，倍受学员们喜爱与欢迎。周教授有着独特的天赋，一口迷人的好嗓子，入戏的浓厚感情，加上精湛的朗诵技巧，再加上穿着得体讲究，顿成为了好多学员心目中的偶像。徐文波讲师熟练各种朗读理论及技巧，加上其教学认真，再配上讲课时优美的肢体语言，在我们学员中倍受欢迎，私底下更给他封了个“明星讲师”的雅号。另外值得一提的是辅导语音的王峰教授，讲课时的认真，亲切的态度，也叫人不禁肃然起敬。

对于此次课程的编排，明显地看出承办当局的用心良苦，对课程的密集不难感觉到那股“恨铁不成钢”的伟大情怀。不得不提的是那位不怒而威，精悍的蒋丽院长，她对我们学习态度要求异常严谨，大家都感觉到她对我们的关爱与期望，所以一群学员就不得不半推半就的尽量的配合。如此一来，就有些违背了大部分学员们远赴青岛的第一目的：原是为了青岛那“小欧洲”的雅号慕名而来，也为了一游驰名的泰山而来的。然而，在毕业典礼的盛典里，师生欢聚一堂，呈现出一片欢乐圆融的氛围，让在场的每一人，仿如庄家在庆祝，在享受着一场大丰收的喜悦！我想这一场中国与马来西亚的文化交流活动，已经不需要言语的说明了，只感觉到的是：人人心田里满园花香，硕果遍地；信手拈来满手留香呢！

最后希望学员们都能本着虚心向学，共同揣摩钻研，将在青岛所学到的标准语音，活泼教学方案学以致用，让中华文化能在马来西亚这块肥沃的土地上绽放异彩！

## 心得分享三十五

这是我第一次参加教总主办的培训班。从报名那天起就满心期待这一天的到来。在 11 月 23 日中午从家里出发，转了三趟飞机，终于在 11 月 24 日中午抵达青岛的流亭机场。迎接我们都是冬季的冷风及热情的班主任。

一上巴士，可爱热情的刘伟娜老师的第一句话是“欢迎你们回到祖国”，这句话令我深受感动。回到旅馆，安顿好行李后便用了丰富的午餐。接着便是座谈会。

第二天早餐过后是开课欢迎仪式，接下来的是由许宏利副校长主讲的第一堂课。他的讲题是《中国文化中的普世智慧》，内容主要关于《论语》的中心思想。午餐后，主办当局为我

们安排了半日游，让我们一睹青岛市这海湾城市的面貌。晚上则带我们到麦凯乐商城购物。这才知道中国的物价是如此的高，也足以证明市民的购买能力是超强的。

第三天开始正式上课，课程排得密密麻麻的，虽然精力有点超支，但还是满心感谢主办当局的一番苦心，所安排的课程都对我们非常实用，所有的讲师教授都非常优秀。经过普通话水平测试及学员水平摸底之后，才发现我们都犯上许多发音上的错误。想要在短时间内纠正过来可不是一件简单的事。幸好负责教导的老师们都很有耐心且非常有经验。经过多次的学习，总算知道窍门了。当然，要真的掌握普通话正音还需要多多练习。

虽然在这段日子，每天都没时间好好休息，但学员之间却建立了深厚的友谊。大家一同学习、用餐、购物、出游。每天都是欢欢喜喜的。当有人病倒时，其他学员都会关心及递药的。

在最令人担心的普通话测试结束后，大家更是乐开怀了。12月11日，大家前往曲阜游三孔，隔天再前往泰安登泰山去。当我们看到山顶上白茫茫的一片时，真是乐不可支，“谋杀”了不少菲林。

从泰山回来，隔天便是结业仪式了。这意味着我们即将返回马来西亚了。虽然很思念马来西亚的亲人，但想到大家相聚了那么久，要分开了，难免有点依依不舍。

很想对主办当局说声谢谢。感谢蒋丽院长的细心安排，感谢凌玲和伟娜的协助。祝福大家。

## 心得分享三十六

首先，我非常感谢坤成中学校长给我机会参与这次在中国青岛大学举办的普通话正音培训班。参与这次的培训是因为自觉自己的语音方面需要提升，所以当我获悉教总有提供老师到中国培训的消息时，特感兴趣及觉得机会难得。为期三周（11月24日至12月14日）的培训班确实让我获益不浅，不但可以学习普通话正音，也能从中增广见闻，到青岛的一些著名旅游景点去参观。我也觉得很高兴可以认识到一些来自不同学校的老师们，当中有幼儿园老师、小学老师及独中老师。另外，还要感谢劳苦功高、尽心尽力教学的教授们，细心指导以让学员们可以尽量在短短的三个星期内掌握普通话正音。

11月24日早上飞机抵达青岛的流亭机场。青岛大学派了几位代表迎接我们，准备了巴士及专车载我们前往世纪文华酒店，即三个星期所住宿的地方。晚上用餐的时候，有个集体座谈会，蒋丽院长大略介绍三个星期的流程安排，然后周继圣教授与沈香榭教授和学员们一起进行交流，以征询我们对于培训的意见及要求。第二天早上，进行开营欢迎仪式，全体老师们穿上正式服装出席。当天，青岛大学副校长徐宏力教授给予学员们“中国文化中的普世智慧”讲座，以《论语》中的一些篇章为我们讲解中华文化的精髓。接着，大家一起在酒店外合照留念。午餐时分，主办当局热情招待我们，食物非常丰富。用过午餐后，导游带我们去参观五四广场、奥运博物馆、奥帆基地等。傍晚，到天后宫膜拜。晚上，我们便逛麦凯乐商场及吃晚餐。麦凯乐商场附近有个书城，那里所售卖的书本多不胜数，看得眼花缭乱。11月26日早上大约七时，大家在酒店外练习太极拳。太极拳是由一位即年老又经验丰富的李师傅教导我们。在寒冷的气候下练太极拳，真是人生中的第一次体验。手脚、脸感觉到冰冷颤抖着，口中还可以“冒烟”呢！可是只见师傅衣着单薄，却神态自如，真令人佩服。练完太极

拳后，我们就享用早餐，接着乘坐巴士前往青岛大学上课，开始第一天的普通话正音课程。

青岛大学的环境优美，校园范围广大，最令人难忘的是在草原中竖立着一个巨大的孔子塑像。第一天上课，我们就得进行一个普通话水平测试及学员水平摸底。70位老师被分成四组进行。测试的项目分别是：读单音节词100个、读双音节词50个、朗读一篇短文及命题说话。测试完后，老师替我们各自分析所犯的发音问题如：j、q、x、平翘舌音、前后鼻音等。经过这次的摸底，发现原来自己有些发音的地方需要纠正，感到非常压抑及有挫折感。在酒店用完晚餐后，我们又回到大学上剪纸课。我觉得很高兴，因为第一次学中国民间剪纸。老师展示了一些她亲手剪出的精美作品，教我们学剪双喜。原来剪纸有几种技巧，其中是转纸不转剪刀、从内往外剪、从上往下、从左往右等。上完剪纸课后，便回酒店就寝。

基本上，上课的时间大同小异，类似集训。早上上理论课，下午训练发音、晚上上辅导课重复复习朗读。除了上普通话正音课外，我们也被安排上孟鸥老师“汉字演变”的讲座，史冠新教授“现代汉语规范化问题”讲座，周翠英副教授“语言要素教学的有关问题”讲座。周继圣教授是我最钦佩的教授。他幽默风趣，不但教我们汉语拼音的理论，也教我们保护嗓子的方法及教学法。另外，徐文波老师也鼓励我们多听、多练，这样朗读时才能带出散文中的优美情感。周六晚上我们都不必上课，记得有一晚，我们到利群夜市去逛。那里的夜市有点像茨场街，非常热闹，大道两旁都是档口，档口边有许多小商店。

后来，第二个星期的时间表稍有调整了，即每隔一天晚上才有辅导课，这是为了让学员们有更多的空档时间。而太极拳也改去下午进行了。11月30日（周一）晚上，华文学院为我们安排了烤地瓜活动，在酒店外进行。当天，还有国侨办的大人物出席呢。华文学院派了专车载了烤地瓜的烤炉，让我们大开眼界。原来像一个橱柜般的烤炉可以烤出美味的地瓜来，真令人惊叹。这是我第一次吃烤地瓜，又大又甜，带点烧烤味的地瓜，美味极了。尤其是在寒冷的天气下，吃着热腾腾的地瓜，感觉真好。12月2日（周三）晚上，我们在华文学院用餐，那里的食物比起酒店的食物好吃得多，也许都吃腻了酒店的食物，又或许较适合我们的口味。用完餐后，我们去逛丽达购物中心。周五的晚上，我们便到一间足疗中心接受足疗。这项足疗活动是由蒋丽院长精心特意为我们安排的。

12月5日（周六）下午，我们去逛即墨路小商品店，接着参观啤酒博物馆。在啤酒博物馆里，我们了解到青岛啤酒的悠久历史背景、制作过程等。当天，我们每人还可以品尝到青岛啤酒。12月7日（周一）用完早餐后，我们一团人前往青岛市李沧科技馆去参观。这科技馆设备齐全，有个“ok吧”实验范围，提供四年级至六年级的小学生进行实验。实验范围中，可见到各种各样的实验用品，架子上摆放了许多实验小册子，墙上挂了指示牌、挂图等。参观完毕后，我们到崂山景区去游玩。崂山的景色非常漂亮，空气清新，奇怪的是到处都是岩石为主。

12月9日（周三）正式进行普通话测试，在考试前一天晚上，贴心的王峰老师给予我们考试前的提醒，还请了两位学员示范考试的情形。周三的测试从下午二时开始至晚上大约七时才结束。当时，分成三个考场进行测试，考场内有两位经验丰富的测试员，一位考生应考，另一位备考，气氛十分紧张。另一位则在考场外等候。每位老师们都非常珍惜剩余的每一分、每一秒，一直不断复习朗读，以期望考到佳绩。而我当然也不例外，努力冲刺。可是在进行测试时，顿时感到格外紧张，心跳加速，命题说话时还停顿一会儿，所幸最后硬着头皮继续把话说完。

测试完毕的另一天，我们到青岛嘉峪关小学去参观。那里的学生们看到我们一团人时，

都很有礼貌地向我们点头说声“客人好”，令人感动万分。当天，我们参观小学的科学馆、天文台、管乐室及图书馆。然后，我被安排进入五年级三班的课室观摩同学们上课的情形。同学们上课时都很专心，主动积极发问问题。原来，同学们都有预习的习惯，手中都有学习单，遇到不明白的地方时举手发问。老师是用电脑教学的，专业地教导学生，令人钦佩。此外，我还观察到课室里的墙壁上贴了“我是品格少年”班级达标榜，看来似乎是鼓励学生要做个品格优良的好学生。除了观摩，还观赏到全体同学练习扇子操的情形，场面非常壮观，也带有中华气息。我觉得这次的观摩确实让我大开眼界，获益不浅，老师精彩的教学情况，同学们的积极好学态度，令我印象深刻。如果参访小学的时间可以延长一些的话，那可能会获得更多。

12月11日（周五）早上大约六时，我们乘坐巴士前往曲阜游三孔即孔庙、孔府及孔林。从青岛至曲阜（孔子圣人的故乡）需大约五小时车程。这三个地方都让我见识不少。12月12日（周六）早上我们去游泰山，幸亏我们去的当天没有下雪，我们乘坐缆车登到泰山。在泰山上，到处可见到一片片雪白的树木，还可望到远处的云海，非常美丽。12月13日（周日）早上，进行交流总结。每位学员们都必须发言讲出自己对于这三个星期培训的感受。接着，我们到体育馆去表演太极拳，当时还有记者到现场摄影及采访。傍晚，我们回酒店换上传统服装出席结业仪式。结业仪式完毕后，主办当局举行晚宴与我们饯行。在晚宴中，老师们呈现了戏剧及一起在台上唱歌，大家都很尽兴地度过这一晚。

三个星期的培训眨眼间就结束了，非常难忘也让我获益无穷。如果以后教总还有举办类似的培训课程，我一定会踊跃报名参加。因为觉得“读万卷书，不如行万里路”，通过培训不但可以提升自己，也可以开拓视野。最后，我要再次地感谢教总、中国国侨办、承办当局、教授们，谢谢！感恩。

## 心得分享三十七

“欧洲”——青岛，青岛啤酒原产地，这是我选择这次课程后，朋友给我的一个介绍。为此，期待的心也渐渐加深！虽然是学习的课程，我期望轻松学习，边学习的当儿可趁机会到该地游玩，毕竟这是身为老师的我们享有的假期。

三个星期一转眼就过去了，对这个课程的感觉不会太喜爱也没有后悔，因为从这个课程中，我果然提升了自己的普通话水准，尤其是从青岛回来后，在教学当中给了更大的帮助，我也多加注意标准的语音教学。至于对它没有多少留恋是因为课程太紧凑了，让我当时身在青岛非常想赶紧结束它。

在青岛大学中上课犹如身在大学体验大学的读书生涯，我像个小蜜蜂转来转去，感受着大学冬天的气息。不过，大学里的卫生状况有待改进。在此，很谢谢承办单位安排了许多非常有经验的教授。我可以从中感受到他们循循善诱地教导。有温柔细语的王峰教授，有多才多艺的周继圣教授，有知识广泛的孟鸥教授，有生动教学的徐文波教授……我对孟鸥教授的印象特别深刻因为她让我对汉字的由来有了基本的认识和产生兴趣，非常投入于她的课堂教学中，而美文朗诵需多加练习才可抓到其诀窍。其中一堂剪纸课可说是可有可无，因为我们只是根据有关图片剪纸。太极拳是一个不错的运动，唯时间短，无法全记下所有动作，做出优美、标准的动作，达到师傅的要求。测试预备课，让我们有机会不断地练习，以标准的读音读出字词。当中，我觉得教授的更换有助于不同素质的我们，我们可以从教授们的指导中找出一个窍门，标准地发音。我本身也对沈香韞教授的发音指导特别受用。

酒店住宿是我最喜欢的地方，非常的舒适、干净和漂亮，两个人同房最为合适；特加的足疗是一大享受；华文学院的菜色虽然只是家常便饭，却让我胃口大开。最可惜的是，我们没办法也没时间去一些重要的旅游景点，如：八大观、极地海岸……但我和朋友却逛了几个夜市，毕竟晚上的时间也只有夜市可去。青岛的消费比起其它省来得高和贵，所以我们多数只买了一些手信给朋友。

其实，我还是非常感谢董教总给予马来西亚老师这些机会到国外学习，提升我们的华文水平，不忘保存本地华文文化，让老师以正确的华文教导下一代。没有了董教总的维系，或许华文文化会在马来西亚的社会中逐渐没落。谢谢！

## 心得分享三十八

从来不曾奢望会到中国参加任何课程，尤其是像我如此被动和俗事缠身的人。多亏一位同事邀约同行才促成一桩美事和难忘的回忆。

未上课前，我有一个肤浅的想法，以为普通话正音班培训课程不难学习，即使儿化韵和轻声词掌握不好，其他方面总还行吧！谁知一踏入青岛大学，聆听名师的专业指导才知道自己已经犯了多少年的错误。如今想起真是赧颜！其实我何等幸运有机会接受国家级和省级的老师的教导，真是一日受教终身不忘啊！

承蒙一向重视国际交流合作和海外华文教育发展的中国国务院侨办，以及提供优质培训的青岛大学联手精心策划才能让普通话正音班顺利进行，我身感恩泽铭中。

徐副校长和我们分享中国文化中的普世智慧，字字珠玑。当中值得深思的是：教育的责任是开发合作的长处。老师正如催化剂，除了提供知识更要激发孩子的潜在能力。还有一句更为精辟：如果温故而只知故，则是不合格的老师。说这些话是暮鼓晨钟也不为过！

这二十一天一直伴着我们，对我们的起居生活给予无微不至的关心是青岛华文学院蒋丽院长。她力求完美，事事尽心尽力，每位学员都能感受得到。为了照顾我们的口味，间中还特地安排我们到华文学会用餐。她还特地安排我们体会青岛的特色文化之一——足疗。她对我们的关照真是无以复加了。

这里的老师都非等闲之辈。当中印象深刻的有三位。王峰教授个子娇小，态度平易近人，她负责教导我们发音。这发音里头真是一门大学问。王老师很细心耐心地逐一纠正我们唇齿舌的正确摆放位置。可怜的是我到现在还未真正的掌握“j q x”呢！

徐文波教授的教学一样引人入胜，每一个人都喜欢上她的课。徐教授表情十足声音洪亮，凭着丰富的经验教导我们掌握朗读散文的技巧。一篇散文我读起来平淡无奇，但经她口中出来竟如此生动，文中的情景跃于纸上！说真的，上她的课如沐春风，一点也不枯燥。

周继圣教授更是大家敬慕的长辈。我想信大家都爱听他的朗诵。我从他那儿学会发咽音（蛤蟆功）休声的重要。原本严肃的讲题如“普通话的教学技巧和原则”，经老师信手拈来的例子，就能让我在笑声中领悟不少当中的意义。我也想能够进入这样的境界。这是理想也是目标。

学习之余，承办当局也带我们参观青岛风景区。我对充满欧美风情的八大关，占尽地利的海洋文化，历史悠久的中国啤酒厂等都留下深刻的印象。然而曲阜的游三孔，也让我有不同的感受。也许受了徐校长的影响，我有一种想通过《论语》深刻了解一代伟人的思想的渴望。回国后，我会从新学习《论语》。

相聚二十一日，大家由陌生到熟络，甚是难得。有学习充实的日子，有欢乐轻松的时刻，也有如临大敌的时刻，如今细细回味，肯定成为往后的美好回忆。

别了青岛，别了师长，让我们每一个人背着神圣的使命，回去传播华文教育。

## 心得分享三十九

在还没参加培训班之前，我就觉得自己的普通话说得不标准。因此当我从教总的网页中得知培训班的消息后，我就选择了普通话正音培训班。

在教学中，我常常感到教语音很困难。教师本身对于语音发音的各种理论都未能掌握，也不明白，那要怎么说，学生才会明白呢？参加了培训班之后，我才知道原来大部分的马来西亚老师也和我一样，面对相同的问题，那我们的华裔子弟怎能说得一口流利、标准的普通话呢？因此，我毫不犹豫地参加此培训班。

这次的培训使我有一种不虚此行的感觉。青岛大学华文院所委派的导师都是富有经验的老师。他们不但能说得一口流利且标准的普通话，也能通过我们的说话，找出我们自身的发声问题，从而纠正我们的发音。

在经过王峰老师摸底过后，我才知道原来我的普通话发音不但有平翘舌的问题，平舌音也存在极大的问题。经过王峰老师的示范与解说，我学会了平翘舌的发音。但不管王峰老师和周继圣教授怎么说，怎么教，我还是不明白平舌音的发音。后来徐文波老师教了一个方法，就是先发 i，再发 j、q、x，我才慢慢学会。我非常感谢导师们百折不挠，反复地帮助我们正音。

此外，汉字的历史我听得多，普通话的历史我倒是第一次听。通过周继圣教授的解说，我才知道了普通话的发展过程。风趣幽默的周教授不但以科学的角度说明普通话的教学，还告诉我们保养嗓子的方法，就是练“蛤蟆功”和练“八大家嘎”。当时我心里想着，这要去哪练？不知道的人，还以为我在中国撞邪了呢？但徐文波老师说对，要学就不要怕丢脸。回去后，我会把我所学告诉同事们，让他们和我一起做，那不就一举两得了。

这次除了培训，承办单位也安排了各种活动。他们为了使我们感受中国的传统文化，便安排我们去爬崂山和泰山。那儿的风景宜人，处处都富有诗意，尤其登上泰山后更能体会古人之言“登泰山而小天下”。此外，我们也品尝了道地的饺子，感受了传统足疗，可见当局是如何的用心，想让我们有回家的感觉，圆我们的寻根之梦。

在参访李沧科技馆和嘉峪关小学时，我深深体会到中国对教育的看重。馆内完善的器材实用又先进，并不逊于我国，甚至比我国做得更好。如果可以的话，我国教总应该像嘉峪关小学学习，建立一个资料库，吸纳各华文老师所创作的教学资料，以供全国老师参阅。

很快的，三个星期的培训即将结束。我觉得这次的培训使我获益不浅，但我觉得时间太仓促了。每天赶着上课，赶着吃饭的日子，真累！因为要学的东西太多了。要真的帮助我们正音，不是短短的21天就能解决的事情。此外，由于时间的不足，我们也只学了美文朗诵的技巧，并没有真正实践，实在是太可惜了！有机会，我想再参加有关朗诵的培训，使自己在培训学生参加诗歌朗诵或演讲时，更有自信。

离别依依，谢谢每位参与筹办这次活动的有关当局。别了，青岛！

## 心得分享四十

最初报名参加普通话正音培训课程时，并未真正了解课程的实质内容与培训方式。当时报名参与这课程，纯粹抱着一边学习一边旅游的心态。直至从网上获取课程表，才惊觉课程不如想象中的轻松，但无论如何，还是带着兴奋的心情踏上中国青岛这片充满异国风情的土地，毕竟这是第一次到这里来。

11月24日中午，我们终于踩在青岛的土地上。在机场，我们受到承办单位派来接机的伟娜老师的欢迎，我们立即感受到青岛人的热情。抵达酒店，我们获得承办单位热烈的欢迎、殷勤的招待。这贵宾似的接待却是我们始料不及的。承办单位的热情与热忱，让我们感动不已。晚上的讲座，更让我们深深体会到主办单位与承办单位对课程设置的精心与用心。除了语音课程、多场相关的讲座，还安排了太极拳课程，让我们在这三个星期内尽量多学些东西，以便学成后带回国造福下一代。承办单位在膳食与住宿方面更做了妥善的安排，不仅让我们住得舒适，每日更有丰盛的佳肴美食。对于主办单位与承办单位的用心与完美的策划，除了深受感动与感激外，也不禁自我承诺得好好学习，非得提升自己的普通话水平不可，以不辜负主办单位与承办单位的用心。

在第二天游览了青岛市后，紧接着的就是密集的培训课程。每天上午上课，下午进行训练，晚上则是辅导训练。虽然理解这是主办单位的苦心安排，期望我们能真正受惠，但每天从早到晚长时间的上课，再加上无法适应这里寒冷的气候，身体确实无法支撑下去。第三天，身体开始出状况，也许着凉了，每天夜里喉咙疼痛不已，虚火上升，身体发热，感觉极不舒服。虽然每天早晚都喝当地人极力推荐的苦甘颗粒，但身体状况并未见好转。不过，庆幸的是状况也未恶化，即便精神状态不是很好，但一想到主办单位的热忱及对我们的期盼、教授们的用心与认真，精神一下子就为之提了起来，每天坚持踏着坚定的脚步，迈向美丽的青岛大学校园。

对于这次的培训课程的内容，个人感觉是受用无穷的，它不仅让我们的普通话水平获得提升，在教学上也相信能够得以提升。此外，能在这里遇到多名优秀出色的教授，确实令我雀跃不已，深感受惠良多。这也是为何身体状况即使不佳却仍坚持去上课的原因。教授的教学魅力确实无法抵挡。回想当日听到周继圣教授的美文朗读，自己简直就陶醉在他的声音当中，真的恨不得能把他的声音给带回国。另外，徐文波教授在讲解文章朗读的技巧时，更让我留下深刻的印象。她生动的示范、清楚的讲解与指导，提高了我对文章朗读教学的兴趣与信心。我想回国后，我一定会怀念周教授与徐教授那令人沉醉的迷人嗓音，科学、生动、活泼及幽默的课。

此外，徐宏力副校长开讲的“中国文化中的普世智慧”也令我深深着迷。这一讲，加深了我们对中华文化的认识，对古圣先贤有如此的智慧升起深深的敬意与敬佩，也更为热爱中华文化，对中华文化的智慧与博大精深深感骄傲。

总的来说，此趟培训，我们是获益良多的。在这里所获得的知识，不仅让我们在知识上获得提升，对往后的教学也有极大的帮助。在此，真诚地感激主办单位、承办单位及给予我们指导的教授们及老师们。

## 心得分享四十一

青岛普通话正音班，在大家的期待和不舍中，暂时画下了休止符。

期待，是因为离家太久了——三周！如果一日不见如三秋，那么三周不见呢？三周不见如山丘——感觉沉重，距离遥远。深知回国后，重重的任务，像重重的浪涛，重重的压过来，感觉当然沉重。那距离遥远呢？距离虽然是一种美，但距离有时候也可以造成分离！

不舍又是怎么回事？

那不是三言两语的工夫！

确实，我们有太多的不舍。犹如我在歌词里边写的：主办当局的爱心，教师领导的用心，我们专心。。。。真的，大家都很开心。

身为班长，让我有机会进入核心，了解到主办单位——中国海外交流协会的诚意。提到主办当局，不禁让我想起一个小插曲。2009年12月1日，首次见到其领导汤师长——一位衣着得体，谈吐诚恳，态度亲切的女士。她专程从北京飞往青岛，与普通话正音班和多媒体班的几位代表，进行交流。她渴望了解我国在教育文化方面的需求，期盼能在一定的程度上，做出贡献。她也深切关怀我们此次培训班的进程，以及学员们在异乡的生活起居，是否舒适妥善。谈话间，一名女侍意外地将热茶倒在汤师长的背上和皮包里。汤师长先是吓了一跳，然后若无其事地站起来，毫无愠色地继续与我们交谈，同时一边处理她皮包里被弄湿的物件。这种修养，何处可见？她不愧是泱泱大国里的大人物！佩服！

为人就该像稻穗，越丰硕越谦躬（恭）。（越高高在上，就得越深入民间，获得民心。）

没忘了承办单位——青岛大学的雄心大志，尤其是该属下华文学院蒋院长的恨铁不成钢。从清早的练功，到午夜的用功，我们必须有铁一般的身子和钢一般的意志，方能成事！

不过，话说回来，蒋院长也不是只懂工作，不顾娱乐的人。在我们抵达青岛的第二天，即11月25日，欢迎午餐后，我们就先去参观了奥运博物馆、奥帆基地和五四广场等沿海风光。

数日后，她让班主任凌玲和助理班主任刘伟娜陪我们参观青岛市李沧少年科技馆、美术馆、博物馆和民俗馆。我们也上崂山景区去走动走动，开阔视野，同时吸取青岛的新鲜空气。入夜，大家共享农家宴。

承办单位当然没忘了带我们到曲阜去拜访三孔——孔府、孔庙、孔林。曲阜是至圣先师孔子的出生地。走在曲阜的大街小巷，你会感受到那浓浓的儒家气息。曲阜属世界文化遗产之一。同一趟，我们有眼识得雪景如画的泰山。

除此，蒋院长还专诚送大伙儿去体验皇帝般的享受——足疗。足疗也是中国悠久的传统文化之一。

蒋院长另一精心的安排，使我们都目瞪口呆。她带我们亲访青岛最好的小学——嘉峪关小学。孩子们对待宾客的礼仪，孩子们上课时的积极反应，孩子们动作一致、气势非凡的千人操，老师们的认真教学与热诚付出，家长们的配合与努力，领导们的策划和推行。。。。在在都叫我们竖起大拇指，自叹不如。

除了外游和参观，我们在青岛大学里上的课，还有负责教导我们的讲师教授们，也都是经过有关当局的精心策划和妥善安排。徐宏力副校长的渊博知识，史冠新院长的谦和，王峰教授的亲切关怀，徐文波教授的专业精神，周继圣教授的磁性嗓音，沈香韞教授的文雅淡定，孟欧教授的详解分析，孙琳教授的认真态度，周翠英副教授的悉心指导，李蔚然老师和于老师的辅导指正。。。。尚有班主任凌玲的关爱和其助理刘伟娜的可爱。。。。都令我们难于忘怀！

因为班长的身份，我有幸参与部分的决策，有机会进行领导工作，有机缘多与老师教授和同学们接触交流，因此又多结识了良师契友，还意外的收了“契女”和“契子”（一笑！）真是人生难得的收获！

勉强要我提一些美中不足之处，就是（一）青岛大学的洗手间的卫生条件不可疏忽；（二）练太极拳时难敌的寒风刺骨；（三）上剪纸课时，在老虎身上挖洞时的痛苦；（四）进行普通话正音测试时的不平制度；（五）食物太丰盛，睁眼看却吃不下肚，也是一种浪费的痛苦；（六）转机数度，奔波劳碌。

回到国内，最要感谢的，当然是协办单位——马来西亚华校教师会总会（教总）多年的付出和努力，这可从领队佩贞的精神感觉出来。要不是教总，恐怕我国华校教师们，难有管道往祖先的祖国，参加培训班或与他国教育文化机构进行交流，增广见闻，开阔视野，同时提升自己的专业素质。

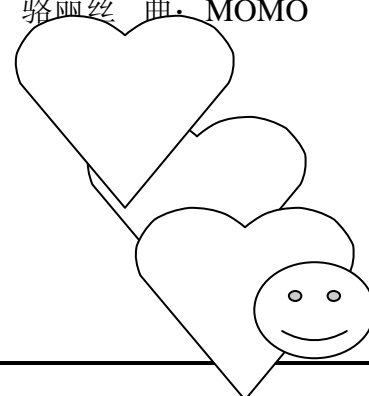
加油！教总。

我无以回报，仅以我在青岛写的一首《爱心正音班》的歌词，来献给伟大的教总。

### 《爱心正音班》

词：骆丽丝 曲：MOMO

来自东马 来自西马  
放下牵挂 有牵又挂  
浩浩荡荡 志气高昂  
为的是普通话正音 为的是长进  
主办当局的爱心 教师领导的用心  
我们专心 大家都开心  
为普通话正音前进！



## 心得分享四十二

这是我第二次参加教总承办的海外培训课程。第一次在台湾，而这一次却在中国青岛。

之前，我对青岛并没多深的认识，还以为青岛是一个岛屿呢！跟身边的朋友提起，他们却只知道青岛啤酒。当飞机快降落在青岛机场时，率先映入眼帘的竟是一望无际的海洋，顿时消除了我乘坐飞机的疲劳。我想，在这个风景优美的地方上课，可真的是人生一大乐事呢！

这次参加普通话正音培训班的目的是为了纠正自己的发音错误，也希望通过普通话水平测试了解自己的普通话水平。我之前还以为学好普通话只需要学好汉语拼音以及掌握发音部位，也以为承办单位只会安排相关的课程，却没料到课程内容是那么的丰富，承办单位精心为我们策划了一项集学习、健身、参观学校及旅游于一身的课程！这一趟学习之旅不仅让我学到满满的知识，同时也让我更贴近中国，对中国文化有了更深的了解。

至于师资的安排更是令我赞叹不已！周继圣教授经验十分丰富，把复杂的汉语拼音方案深入浅出，把沉闷乏味的课题说得如此生动有趣，实在太棒了！教授精彩、活泼的授课方法，使学员们在欢乐的气氛下学习！王峰教授教学态度非常认真，她循循善诱地指导学员们发音。每当学员们遇到挫折时，她都给予正面的鼓励，施于推动力，让我们充满力量地往前进！她犹如黑暗中的一盏明灯，她是一位非常了不起的好老师！此外，徐文波教授也是一位非常称职的好导师。她抓紧仅有的时间，把课程的内容和知识一一传授给我们。最令我难忘的是她那把动听悦耳的声音！简直是到了绕梁三日的境界！听她朗读篇章犹如置身在文章内，不但体会到作者所要表达的情感，更能“看见”文章内的情景！实在太妙了！

国侨办所安排的住宿竟然是属四星级的世纪文华酒店。酒店里设备齐全，房间舒适宽敞，真是一个能让人松弛身心、好好歇息的好地方。至于承办当局为我们准备的膳食可说是相当丰富，同时也富有当地色彩。此外，也让我品尝到鲜美的海鲜，真是让我大饱口福，体重也节节上升！起初，对于我们的口味而言，我们都觉得食物过于油腻了；后来，我们向有关方面提出意见，没料到对方竟然很乐意配合并作出改善。承办单位处处为学员们着想，令我感动不已！

此外，我也很开心能够认识到一班志同道合的朋友。随着一起上课、下课、用餐、出游等，彼此渐渐建立了深厚的感情。由于有些队友未能适应寒冷的气候，结果生病了，大家互相扶持、嘘寒问暖，携手走过困难的时刻。天气是寒冷的，可大家的心紧紧靠拢在一起，再冷的天气还是倍感温暖的！这条学习路上有他们的相伴是多姿多彩的！

我也想趁此机会感谢国侨办，让我们住得好、吃得饱、学得多、玩得痛快！总而言之，我只能用四个字来概括这次的海外培训班，那就是：满一载一而一归！

## 心得分享四十三

自从青岛回来以后，每每翻看照片的同时，心里仍然有股说不出莫名的感动。当初断然决定报名参加这个普通话正音班的那一股热忱的心依然存在。坐在电脑前的我，回想起那一幕幕在青岛的情景，犹如昨日才发生。

在青岛的那一段日子虽短，但那一段回忆却深深地烙印在我心坎里。坦白说，当初收到课程时间安排表时，拎着那份打印出来的时间表，心真的很纳闷。为何课程的编排密密麻麻的？就连喘息的机会也没有？那个时候的我真的有点儿不开心。原本想轻轻松松上课，快快乐乐自由自在地度过长假的心顿时显得很沉重。虽然我抱着想学习的态度报名参加这个班，但同时我是多么地想周游青岛市，看看那里的生活文化的心，却被这张课程表给打碎了。后来，我还是以青岛大学可能是第一次举办这样的课程，而精心为学员们炮制了一个这么丰富的游学课程来安慰自己，好让自己的心好过些。再想想，我们有参加普通话正音测试，所以难免课程的编排有点儿紧凑。的确，这样的思想确实让我不那么难过。

先开始谈谈在青岛的三个星期里，我最喜欢的是那一堂课吧？是太极拳。从以前开始，我总觉得太极拳该是那些老一辈的人或乐龄人士学的吧？其超慢的动作让人看了都觉得闷。加上我这儿学太极拳的都是老人家，所以我不曾想过要学习太极拳。在青岛的第三天就开始要上太极拳班。早晨五点多得从暖呼呼的被窝里爬起来，到酒店前的空地上学习太极拳，当时的心情是兴奋的。顶着寒冷的天气，跟着师傅学习太极拳基本招式，真的冻得鼻子和耳朵都麻了。接着下来的三天晨练，真的把我逼到了绝境。幸好，承办单位了解学员们的辛苦，特地将学习太极拳的时间挪后到下午三点半。师傅并没有教导我们正确的呼吸方法吧？所以我运用了瑜伽的呼吸法，才感受到那股打从身体里面散发出来的气，真的出汗了！我很开心国侨办为我们安排了太极拳班！虽然我只记住了太极拳二十四式里的几个招式，但师傅的鼓励确实是增加了我的信心。

上课的那一段日子，真的令人恨之入骨却又回味无穷。恨的是上课的时间很长，上课的次数很多，就连晚上也得回到大学去上课。多么地累，多么地辛苦。可这么多的埋怨，怎么又令人回味无穷呢？因为教授们的用心、细心、欢喜分享与尽心，确实让我感动万分。如果没有他们的指点，我也不晓得自己的发音错误。如果没有他们的用心备课，找来了这么多的资料，真是让学员们满载而归。但是有一堂课，就那么一堂课，我竟在课堂上睡了三分之二的时间，都怪我自己前一晚的迟睡。我觉得很抱歉。虽然当时确实有常埋怨上课的时间，心里有一丝丝的不开心，但换回来的却是让人留恋的片刻。最终我也体会到承办单位的苦心，为了确保大家都能顺利完成测试而逼得把课程安排得让人有种喘不过气的感觉。可是，我还是不明白为何在测试当天的早上还要上课呢？测试后的那一天，为何还有课呢？让我摸不着头脑。

三个星期很快就过去了。踏上回程的路途，在巴士上，有种依依不舍的感觉。依依不舍，我竟然用了这四个字。原本我还以为除了台湾的那一次，我不会再用了，但是……一切尽在不言中。再会了，青岛。

## 心得分享四十四

在学校的这三年多，校长都安排我教马来语，所以这令我感到我的华语有点退步了。恰巧这时我的一位朋友联络我，问我是否有兴趣参加教总主办的普通话正音研习班。我立刻就答应了，一来可以提升我的普通话正确发音，二来可以到中国的青岛参观。

搭了几小时的飞机，终于抵达了青岛。在去酒店的路途中，沿路美丽的风景已深深地吸引了我。原来青岛是一个这么繁华，空气这么清新的城市。

一直以来都觉得自己的普通话发音没什么大问题，可是上课之后才觉得自己的平面音一直以来都是发错了。除此之外，平舌音及翘舌音也是发音有问题的。身为一位老师，自己的发音问题都还没解决，又如何能正确的教导自己的学生呢？尤其是应用什么方法使学生更容易明白老师的讲解？

这一次的研习班，青岛大学华文学院委派的导师都是很有经验的讲师或是教授。他们不但能说得一口流利标准的普通话，也能通过我们的说话，找出我们个人的发声问题，再纠正我们的发音。经过了每个老师的摸底后，教授们更了解老师们的问题所在。在找出了问题所在后，我们就开始正式上课。

在经过王峰讲师仔细的讲解声母及韵母的发音部位及示范后，老师们就各个尝试发音，讲师再纠正每个老师的发音。这样帮助了我快速地纠正我错误的发音。而徐文波讲师就教我们大家朗读的技巧，例如找出停连的地方、在哪里应该读重音、应用何种语气朗读等等。而且教导我们在朗读中如何使文章中的人物、事件、情节、情绪等在朗读者的脑海里出现。这让我明了原来朗读是需要这么多技巧的。可是因为时间太仓促了，没能再学习朗读多几篇文章，这真是太可惜了。在上周继圣教授的课时，都觉得时间过得特别的快。这因为教授为人风趣，分享了很多他的个人经历，让我们在愉快的气氛中度过。而且周教授还传授了如何保护嗓子的秘方给我们，让我们获益良多啊！

承办当局也安排了我们上剪纸课，让我们接触中国的传统文化。可是因为时间太仓促了，我们也只是接触到最基本的技能而已。除此之外还有学打太极，可是因为太冷的关系，我都不能集中注意力，而且时间也太短了，招式也记不了几招。

除了上课，主办当局也安排了各种活动。例如安排我们去爬崂山、泰山。那两处地方风景宜人，让我有点留连忘返。此外，我们也品尝了道地的饺子及多种美味的佳肴。还有就是我第一次感受了传统足疗，让我可以放松一下上课的疲劳。

我们也参观了李沧科技馆及嘉峪关小学。参观之后让我感到中国政府对教育的重视度。而嘉峪关小学是使用电脑教学，这也让我深刻体会到运用电脑教学的好处。学生的秩序及上课时的态度是值得我们学生学习的。

这次来到中国之前，我的同事就叮嘱我买一些干粮以防备这儿的的食物不合胃口。我回去后就要告诉她这儿的的食物非常美味，而且每一餐都有多达十道菜肴，这可把我吃肥了。她没随我参加这次的研习班是她的损失。

时间飞快而逝，匆匆地三个星期就快过了，有点依依不舍的感觉。在这儿认识了很多老师，我们都交流了不少宝贵的教学经验。这三个星期的时间都过得很匆忙，大家忙着上课、

出游等。虽然大家都忙得累垮了，但觉得一切是值得的。

最后，谢谢承办当局妥善的安排。我会把这次学习的经验及美好的回忆永远存放在我的心里。

## 心得分享四十五

犹记得在七月初于学校看到教总传真过来的培训班资料时，我已很期待参加此普通话正音班。尔后，又听到朋友说青岛很美，曾是德国人统治，是个美丽的海边城市，更加坚定了我要参加的意愿。可是，当要出发到青岛时，才得知青岛的气温偏低，须穿厚衣、棉外套、卫生衣等，噢，当时感到有点后悔！不过，还是劝告自己凡事往好的一面想，乐观面对，把自己的心情调适好，告诉自己以愉快的心情出发。

但，一件意料不到的事发生了。大意的我，第一次出远门，因为不知道要做签证，24/11的凌晨不能和大队一同上飞机。当时的我愣住了！但，不幸中的大幸是，还有另一位同伴和我一样大意，嘻嘻！此外，在教总的秘书长的大力协助与培训班领队的照会下，让咱们快速和顺利地获得签证，并以优惠的价格另购一张机票，我们才得以在第二天与大队会合。

对于主办单位，即国务院侨务办公室和承办单位青岛大学华文教育基地，费了这么大的人力、物力、财力，精心策划了这个培训班，在此要表达的是无尽的感激与感恩。在住宿方面，承办单位让咱们住在坐落于海边，有无敌海景和设备完善的世纪文华酒店。蒋丽院长更体贴的安排服务人员每日送水果给咱们享用。哗，简直是倍儿棒！

承办单位安排前来讲课的教授、讲师也是超赞的。从彼等授课中，让我们深深见识到彼等高深的素质与功力，皆是一级棒的讲师。透过参加培训班，才知道自己的发音有那么大的缺陷与错误，而误人子弟这么多年不自觉，真是罪过。教授们皆毫不吝啬的倾囊相授，清楚说明我们发音上的毛病、弱点，并说出纠正的方法。彼等虽已准备了讲义给我们，但在讲课时，都会再仔细的给予讲解、示范，更分别的指导了我们一些窍门，以提升我们的发音和保护嗓子的方法。开声和快速掌握正确声母、韵母的方法等，真是让我们受益无穷。

其中几位教授，如周继圣教授，讲课时是那么的幽默、生动，并以深入浅出的方法把重点都详细讲解一遍。徐文波教授教学活泼，朗诵时的感情、声音与表情是那么的棒，那么的到味儿。这两位教授的朗读都是倍儿棒的！还有王峰教授，除了细心、耐心的讲课、示范呼吸法外，还和我们分享青岛的名胜、景点等。总而言之，教授、讲师除了授课超赞外，也让我们感受到他们的专业，充分备课，让我们明白在朗读时的要求和所需注意的事项，并加以正确指导。彼等也非常有人情味，知道咱们对测试有恐惧感，也都安慰我们，并给我们演习模拟测试时的情景，再再地提醒我们须特别注意的细节，如阳声、上声念得不正确，前后鼻音平翘舌音掌握等，这使我们得以顺利完成测试。

在这次的培训班，蒋丽院长真是让我们竖起拇指赞“好”的。她所做的安排，真的让我们很感动，如：特别安排我们到嘉峪关小学参观，让我们实地观察及感受到这间学校的严谨校风和完善的设备。嘉峪关小学的师生互动真是倍儿棒，而扇舞的表演也让我们震撼不已！此外，承办单位还特别安排我们去做足疗，给每一位学员送上一件风衣。蒋丽院长在得知我们吃腻了酒店的食物，便安排我们到华文学院用餐，还请我们喝青岛啤酒与葡萄酒，到李沧

科技馆及嘉峪关小学参观时，她都全程陪伴在侧。蒋院长为我们付出的这一切，真的除了感恩，还是感恩。

李沧科技馆的参观，真是让我们眼界大开，那儿完善的科学设备、教材等，让学生自己动手做实验，一句“问题比答案更重要，过程比结果更精彩”，间接的传达了教育的理念。科技馆也展示了学生的优秀作品，以奖励和表扬写出实验过程的同学，这些实验对提升学生的科学知识有着莫大的帮助。到嘉峪关小学去参观，也是让我们赞叹不已！学校的设备齐全不在话下，上课时，老师与学生的互动是那么的好，而且教学不是以教师为主，学生的参与度才最为重要，老师有安心地带动教学，都是值得我们学习的。

除了上课，承办单位也为我们精心安排到旅游景区游走，如到崂山与泰山。当到了有关景点时，除了它们的美丽之外，也惊叹于造物者的伟大和万物的奇妙。当到达顶峰时，才感到自己的渺小，更提醒自己，为人处事须像一个空杯了，随时随地接受新知识。到曲阜游玩则像进入时光隧道，仿佛回到了古代。此外，我们也被安排到青岛啤酒博物馆与啤酒厂参观，更享用了啤酒豆、生啤与熟啤。除了这些，我们也到奥运博物馆、奥帆基地、五四广场、天后宫等景点参观，让我们见识到青岛的文化、繁荣、美丽与清洁。

到了青岛，我们肯定会购物买手信，承办单位也贴心的安排我们到麦凯购物城与即墨路小商品市场等，以选购青岛的特产，我们当然不会空手而归。海产、茶叶、水果等都是青岛的特产。这儿的物品价格也蛮相宜，使得我们购得不亦乐乎之余，又担心行李袋放不下，要买压缩袋，更担心买的东西会超重。无论如何，我们还是大买特买！

由于青岛的气候比较寒冷与干燥，所以让我们这班来自热带国家的老师不那么适应，有些学员更因此而病倒了。

总而言之，我觉得教总主办这项普通话正音班是倍儿棒与物超所值的。当然，我会把我所学得的知识传授出去，也会呼吁同行们多参与此类课程。而以后如有机缘，我肯定会再参加，因这样的培训班除了能提升自己，还可旅游、购物，又可认识新的朋友，何乐而不为呢？

## 心得分享四十六

我会到青岛参加正音培训是奇妙的缘份。

记得一天早上我正享用着我的家乡美里远近驰名的干捞面时，忽然看见包裹干捞面最外面那层的报纸上的大标题“2009年马来西亚华校教师海外研习班”我赶紧读内容，截止日期居然就是当天，而那份报纸是好几个月前的报纸，真奇妙！难道冥冥中自有安排？我毅然决定要到青岛去学习语音，也因为我在教导小学生诗歌朗诵时总是遇到很多关于语音方面的疑问，上网、打电话、查资料都不得要领，才决定亲自去寻找正确的答案。幸运地找到了一个有意与我一同前往青岛的同事——丽珠。

打了几通电话才得知原来教总的名额早已爆满，我们只好决定自己到中国，幸好教总的佩贞非常有爱心，担心我们两个女生自己上路转机会有危险，帮我们要求增加两个位，我和丽珠才能顺利跟着教总的团队到青岛。

到了青岛只觉得特别地冷。到了酒店就被热情地欢迎，感觉到那儿的语言环境与我们的不同，他们说话的语调比较高，我也发觉到有一个老太太说话的语音特别标准，真是字正腔圆，真令我欣赏，原来她就是青岛大学华文学院的蒋丽院长，果然不同凡响，我要好好向她学习。

我在青岛这二十多天真是大开眼界，第一天给我们讲座的青岛大学徐宏力副校长真是出口成章，讲中国文化中的普世智慧，我们听得津津有味，他说了很多论语的道理，令我受益匪浅，尤其是“君子欲讷于言而敏于行”将成为启发我的名言。

青岛大学华文学院的副院长周继圣教授多才多艺，教学时声情并茂，是又风趣又有引导力的好导师。听了他的教学及讲座，学习了许多科学、简易、生动、高效的教学法、周氏独创教学法和保护我们嗓子的自创法门。

徐文波教授感情丰富，才貌双全，她教导备稿与对象感及一系列美文朗诵与欣赏，高层次的手法，七情上面的示范真令我叹为观止，获益良多。

孟鸥老师讲解汉字的演变，令我赞叹汉字的奥妙。

王峰老师、孙琳老师、沈香韞老师、李蔚然老师、史冠新院长、周翠英老师、薛以章老师都是很有内涵，感情丰富，有责任感的好老师。他们尽心尽力地指导我们关于语音方面的知识，竭尽所能地纠正我们的语音。我才惊觉我居然错了那么多年而不自觉。

我觉得承办当局真的是对我们太好了，无论是食、住、行都提供上等的。还安排了参观及旅游，令我们增广见闻，增加见识。

回去学校时，我决定要学以致用，用正确的语音语调给学生上课。要尽力影响学校里的老师和学生在日常生活中使用正确的语音语调说话。第一个计划是每天早上用扩音器教导学生用正确的语音和语调朗读弟子规，也学习弟子规的道理，希望能让学生德、智、体、群、美、劳并重。

## 心得分享四十七

当收到马来西亚教总有关年杪举办几个海外培训班的信息时，我非常惊喜。惊和喜都因为教总会向我捎来这信息。我赶紧上网游览及阅读有关详情。当我看到共有三个以中学老师为对象的培训课程时，我毅然选择了“普通话正音培训班”。

选择“普通话正音培训班”是因为察觉到这类的培训在本国少之又少，再加上觉得自己在正音方面仍有不足，还有很大的进步空间，所以当看到有正音培训班，又是在美丽的青岛举行，便不假思索，连忙填了表格，并游说好友一起报名参加。报名后还需通过遴选，当得知自己与好友都双双入选了，心里非常兴奋，并开始谈论行前各种准备。但是另一方面，那时碰巧 H1N1 流感肆虐，又担心不知是否能够成行。我们就在这种患得患失的心情下等待，直至踏上飞机，心里才感觉到踏实。

抵达青岛的第一个印象是：青岛好美好繁荣好冷！当局安排我们住宿世纪文华酒店，听说那是四星级酒店，让我感到有点受宠若惊。其实从住宿、课程、旅游、观摩、测试、讲座等等的安排，让我处处感觉到承办当局的用心。课程编排得相当紧凑，几乎每天都是从早上

课到晚。除了理论课，也有让我们学习发音的辅导训练，让教授和讲师们能针对我们个别的发音弱点或毛病加以纠正。从课程编排已看到承办当局是那么迫切要让我们学习，似乎恨不得要在这三个星期的时间内把最好最丰富的正音知识教授给我们。我也相信教导我们的教授们都是大学里顶尖的教授。看到他们教学的热忱，让我感到即使课程紧凑而致身体疲累，心里也是非常感恩的。

除了正音课，当局还安排我们学习剪纸和练太极拳。虽然剪纸对我来说很难，练太极拳又因天气太冷而感觉很辛苦，但是因感受到当局的苦心和用心，又看到师傅那么热心和投入地教我们，所以也勉强自己认真学习。直至最后全班同学联合“多媒体班”同学一起表演太极拳时，虽然表演的水平说不上很好，但是看到那百人阵容和同学们认真的表演，心里也着实很感动，因为总算把三个星期以来所学到的都表演出来了。

学习之余，当局也安排我们参观当地的名胜地，例如奥运博物馆、奥帆基地、五四广场、即墨路小商品市场、啤酒厂、李沧科技馆、崂山景区、曲阜和泰山。参观奥运博物馆、奥帆基地让我感受到奥运热的余温，五四广场和即墨路小商品市场使我同时认识了青岛的现代与古典，曲阜的三孔让我仿佛走入周代孔子的时光隧道，与崂山和泰山的邂逅，让我见识了泱泱大国山河风光的不凡气度。唯一遗憾的是，参观啤酒厂的时间实在太匆促，在啤酒博物馆也只是走马看花，许多介绍啤酒历史和发展史的图文都错过了，以致没有办法好好了解这青岛跨国际的辉煌工业。无论如何，此趟青岛之旅无论是学习或增广见闻，都算是满载而归。

这次的培训班只有短短三个星期，但是我学习了很多，尤其了解到原来在讲堂上用标准、规范的华语来教课，是那么充满魅力的。我当然也知道三个星期的培训不可能就能够把我几十年来说话的习惯和毛病完全纠正过来，所以回国后我仍须努力练习，并在华文课堂上营造讲标准规范华语的学习气氛。

参加培训班除了看到教授们的用心和体贴，还感染到了学员们之间的融洽、合作和互相关怀。谢谢教总让我有机会参与这一切。笔墨不能道尽我的心声，我知道这三个星期的培训日子会成为我美好的回忆，我会把它风干了，空闲时拿出来下酒。

最后，套用徐文波老师的一句话：谢谢这一切出现在我的生命里。

## 心得分享四十八

对于能够有机会参加此次“2009年马来西亚华校教师普通话正音培训班”，我满心的感恩及欣慰。当然要感谢教总及青岛大学的安排。

青岛很美，美在它的自然，还有浓厚的人情味。在这里很自然，很舒服。来之前，从亲戚、朋友口中风闻青岛的美；从书本中也是如此。而今亲眼见之，果然名不虚传。

三个星期的培训让我获益不浅。导师们既博学多才，又不吝于施教，时刻都极有耐心地、有恒心地、深入浅出的指导。具体、生动又灵活的教学法，顿时令人茅塞顿开。能够见识大师级的导师与他们相处，确是千载难逢的机会。

在课程中，让我明白了自己的声母和韵母发音都存有错误。除了理论，老师们还给予我

实际的辅导及训练，这更加强了我对发音的认知，也加强了我对诵读及美文鉴赏的能力。我想这是我在往后的教学路上的一大动力。

两次的游山（崂山与泰山）都是“上天作美”！气候非常好。都是有阳光普照的日子。游泰山时还能近距离地看雪景，真是太美妙了。

和团友们相处的日子，感受了许多的欢愉和乐趣，也感染了彼此学习的热忱，非常高兴。回到马来西亚，将下定决心，学习正确的普通话。每一天都学，把以往的错误都纠正过来。

感谢的话，笔墨难以形容。感谢教总的安排，悉心安排，一路对我们的照料及提点。的确要领导、安抚数十人的团体并不是一件简单的事。

感谢国侨办提供这样的学习机会。细心安排，照料周到，无微不至，简直令人受宠若惊。以及感谢王峰老师、周继圣老师、徐文波老师、沈香韞老师、孙琳老师、薛玉章老师、李蔚然老师等人的指导。导师们有爱心的忍耐、包容及谆谆善诱，让学习是快乐的、有效的。

承办单位青岛大学所安排的班主任：凌玲、陈晓芬、刘伟娜等老师更不留余力地给我们照顾。各位院长级，大师级教授的讲座更令人获益不浅。

带着一丝丝的期待而来，装满一袋袋的收获，真是满载而归。此趟行程令我深感激动、温馨、满足及感恩的。

## 心得分享四十九

在2009年11月25日当天，马来西亚华校教师普通话正音培训班以及多媒体训练班的始业典礼仪式，于青岛世纪文华酒店举行。开课仪式首先由青岛大学许宏利副教授致词。他表示，目前海外华文教育得到重视，青岛大学将支持海外华文教育的培训。

第二位致词者是马来西亚多媒体班班长杨欣儒讲师。他感谢青岛大学热情的招待，也感谢青岛大学提供一流的膳宿，一流的培训，让学员包学包会。席间，普通正音培训班，班委秘书罗佩贞小姐也代表马来西亚教总以及培训的教师们感谢国务院侨务办公室以及青岛大学的热情招待。

开课仪式过后，第一个讲座由许宏利副校长主讲“中国文化中的普世智慧”。在这两个小时的讲座里，教授列举了孔子《论语》的学说，然后一一加以讲述。教授认为《论语》最代表孔子思想，它是中国文化的经典和教材。文化的表现是语言，国人之学也是国家之学，因此通过中国语言来传播中华文化。最后，徐教授语重心长地表示，孔子思想是深遂的、永恒的，它不因时代改变而改变。文化的力量比国家的力量大。教师不但要强化中国语言，更加要强化中华文化，让孩子们更全面地发展。

这次的普通话正音班培训的教授和讲师包括：周继圣教授、王峰教授、沈香韞教授、徐文波教授、孟欧讲师、周翠英副教授、李蔚然讲师、史冠新院长、孙琳老师、薛玉香老师等。

11月26日，王峰教授给教师们解说测试简介。之后，由他及沈香韞教授给我们“普通话水平测试及学员水平摸底”。结果的评论是教师们的c, z, s, ch, zh, sh, r发音混淆不清，以及

舌音不到位。教授们要学员们在这方面下苦功。

培训期间，周继圣教授主讲“普通话语音教学的原则和技巧”课中，探讨汉语拼音教学面临的问题，并提及概念科学、教法科学、符合教育学、心理学的原理和规律、在情景交际中学习语言、在语流中学习语音等。周教授语言生动幽默，谈笑风生，教授朗诵的作品如《济南的冬天》，诗歌《三峡》令学员们赞叹不已。

王峰教授的课包括发音部位概况：唇音、舌头、舌面。儿化的发音练习、韵母的发音练习、普通话的声调音变。教授的细腻用心指导，并对学员们在生活上的关照，令人深深感动。

徐文波教授的课，让教师们如浴春风。她的课包括：“备稿与对象感”、“内在与情景再现”、“停连与重音”、“语气与节奏”、“不同题材作品朗读”。教授深富感情的语音和清晰的声调，启发我及大大提升我培养学生在朗读和讲故事比赛方面的技巧。

史冠新教授的《语言、文字、规范化》让我了解世界上的语言和文字的种类，教授也列举了许多规范化的词语。

孟鸥讲师的《汉字发展的八个阶段》、《文字的产生》、《甲骨文与商代祭祀》、《象形文字》等，也令我们获益不浅。

孙琳讲师、李蔚然讲师、沈书韞讲师。他们的认真用心辅导，令我们深深感动。韩老师教导的“中国民间剪纸”，也让我回味无穷。还有二位太极师傅，他俩在寒风中孜孜不倦的教导，让学员们由衷感激。

参访方面，包括了奥运博物馆、奥帆基地、五四广场、天后宫。12月5日，学员们也在下午二时去参观啤酒博物馆，以了解中国啤酒历史，并在天幕城享用晚餐。

12月7日，学员们得以去参观青岛市李沧科技馆。在馆中认识了许多现代科技模型，并了解当地的中小學生可以轮流到馆中做实验。学员们也在现场做起实验来。接着，便到崂山景区游玩，之后，在“石老人”附近的“小渔村餐厅”用晚餐。

12月9日下午二时，学员们带着战战兢兢的心情接受普通话正音测试。

12月10日，学员们到青岛嘉峪关小学参访。在校中，参访了他们的生态馆，馆中有山洞，在洞中可看见热带雨林的动物和植物，如：老虎、鹿、鸟等。长廊上挂着玻璃箱，里面有各种各样的蝴蝶标本。除此之外也参访了该校的管乐团室、图书馆、天文台。另外还观摩了教师的教学。校方也特别安排我们观赏该校全校学生在午间练习的响扇操，场面非常壮观。

12月11日，学员们乘大巴前往曲阜，五个小时后到达曲阜，游孔子庙、孔府和孔林，并住宿于阙里宾馆。12月12日，学员们用过早餐后便前往泰山。到了山脚变乘索道缆车上山，看见山上皑皑积雪，如此美景，让学员无限欣喜赞叹。大家都拍了很多相片，然后便带着依依不舍的心情返回青岛。

## 心得分享五十

对于普通话，最基础的概念，当然是来自教学环境所需，发音正确的汉语拼音汉字。到青岛之前，一直觉得自己说华语只是没有翘舌，音不够高而已。到了青岛才发现，原来这么久以来，错误的发音一直缠绕着自己，而不知道，真是可悲。

到了青岛，被教授“摸底”后，才惊觉原来我们发音最大的问题，是 Ji、Qi、Xi 以及发音不到位。什么是发音不到位？一开始我都没有太大的概念，直到王峰教授主讲的声母、韵母及复元音发音的讲座后，才明白过来。人的口唇以及舌头，就是控制语言发音的最主要器官，如果舌头位子不对，口型不完整，发的音就不完整了。我对着镜子练习了好久才慢慢感觉到自己的舌头的存在，进而慢慢地纠正自己的口型，学习着完整地发出每一个音。这一个转变，需耗时很久，才有显著的效果。

Ji、Qi、Xi、Zi、Ci、Si、Zhi、Chi、Shi 学会了以后，又遇到音调的问题。从小学开始，常伴着我们的四声，原来都是发音有缺陷的。我们的音调像坐缆车，上到半山，不高不低，说话没有用力，使普通话的发音不好听。发现了这一点以后，又专注在学习四声的发音，重新学起发音，一个字一个字认真地念，才慢慢找到音调，纠正发音。老实说，对于上声，我还是得再努力，才可以纠正过来。

好了，还有什么问题呢？轻声，另一道难题，又把我难倒了！原来啊！有些词语是可念轻声也可不念轻声的。轻声的音调，与我们在马来西亚所学的又有所不同，在轻声上，又下了一点功夫。其实只要我们多接触轻声词及平翘舌音，就可以因重复而变得熟悉，自然地发音了。还有其它存在的发音问题，包括 ing、in、iau 等等。

这一趟的青岛培训课程，绝对无心插柳柳成荫的。报名的，是我的同事，我是随大队参加而已。抱着半旅游半学习的心态到达青岛，才发现原来课程如此紧凑。开始时真的很累，尤其是每天早上的太极拳，让人倍感吃不消。直到后来才慢慢感受到先苦后甜的滋味，因下午及晚上的辅导，才可更有效地发现自己的发音缺陷，进而改正个人的问题。

我的建议是，可以将每一堂讲座分开，时间大约是两个小时，在课间安排各小组辅导，下午也是一样，讲座后再辅导，应该可以取得更好的学习效果。晚上上课实在是很累，不管是什么形式，也让人吃不消的。

对于太极拳，我是真的想学，可是就是记不起来。一开始我还期待着可以参考笔记，回去可以慢慢地练习，孰料笔记到我们回来那一天，都没有看到。我们还有机会拿到的吗？不知道了……

这一趟培训班，收获颇大。在明白个人的发音缺陷后，可以汇集教授讲座的知识，有系统地纠正过来。我可以将这一切带回马来西亚，慢慢地纠正自己的发音。不后悔参加了这一个课程，学习很愉快，旅游也很尽兴，值得回味。

谢谢教总及国侨办，因为你们，我才可以有这一段经历，这一个大的改变。希望每一位参加课程的老师，将说正确的普通话成为自己的使命，以自己的力量影响身边每一位同事，创造一个不一样的语言环境。

## 心得分享五十一

一年前，我已开始留意有关在中国举办的培训班，最大的目的当然是美游学之名而趁机出国游玩，尤其我梦寐以求、有着浓浓情意结的中国。去年因为留华主办，我知道时已晚了，今年一闻知董教总接手主办，我马上与其教总师资培训组执行员——佩贞联络以了解有关详情。

今年董教总在武汉及青岛两地各开办两项培训班。几经深虑后，我决定去青岛大学上正音班。我非常感恩，因为我非教总会员，亦非华小或华中、独中教师；我只是在全寄宿学校（此等学校只招收马来学生）教导华语会话，照理是不允许参与的。

在小学时，我就被灌输“多讲华语，少说方言”，从此以后，除双亲外（因为我觉得方言还是属于不可废弃的言语），或是非得用方言沟通，我是绝对会以华语与华人交谈的。但近这四年的教学生活，我惊觉自己的华语水平有每况愈下的状况。因此我决定参与正音班以便不让自己继续“退步”。

首次出国，难免担心水土不服，加上初冬降临。感谢教总在10月末办场行前会议，贴心交待及温馨提醒，致使我稍微放下心头大石。不忘了感恩佩贞愿意替我克换人民币。

从开始打理此远行直到搭上飞机的那一刻，疲劳和紧张的心情才开始有点松弛些。一到达青岛世纪文华酒店会见领导们，然后再接受用心编写的教材后，紧接着的日子却是百感压力的。试想想，我们过着比当学生还更学生的学习生活，几乎天天顶着太阳乘巴士去青岛大学上课；用过晚膳后，也还须顶着月亮再次乘巴士上普通话辅导训练。

寒冷的气候并不会“冰冻”了热心的领导们。华文学院的蒋丽院长明白我们的“痛苦”后，就稍改了晚间课程的安排，让我们有喘口气的空间。感恩她还特地为我们安排了一次免费的足疗（人生的第一次就给了青岛……），而且知道我们爱吃水果，几乎每天都有不同的水果“出现”在我们的房里（之前我还以为是酒店提供的）。她不愧是女中丈夫。

青岛大学华文学院都为我们提供了一流的师资及不错的学习环境，在此我觉得除了感恩外，还是要感恩。徐宏力副校长的中国文化之普世智慧、王峰老师的声母发音及韵母发音、周继圣老师的独特嗓音及护声秘方、徐文波老师的美声朗诵及感情吟读、孟鸥老师的汉字发展之八个发展、周翠英老师的语言要素之教学问题、史冠新老师的语文规范及汉办教育、仇红老师及高雪老师的特别晚间之辅导训练。哦，还有文化课。谢谢教导我们剪纸及太极拳的两位女老师（不好意思，竟然不知道她们的名字）。老师们，你们都倍儿棒！

青岛的确是个“山明水秀”的好地方。我们先去参观奥体中心、奥运博物馆、奥帆基地、五四广场、天后宫、购物中心如麦凯乐商城、青岛书城、利群商城、大润发商城、即墨路小商品市场，就连酒店前的早市也不放过，还有即难忘又令我们大开眼界的李沧科技馆和啤酒博物馆及赞赏有加的嘉峪关学校。游玩崂山及泰山让我更肯定不是身在马来西亚，实在犹如人间仙境、不枉此行了。顿时觉得让自己非常有文化的曲阜也使老师们花了不少钱（因为大家都发现这里的東西太便宜了！）。这些旅游景点都让我忘了测试的痛苦及取到不理想成绩的悲哀（真的）。

除了来到异乡学习之外，我深信经典的一句话：“有缘千里来相会”也非常适用于每一位到青岛的马来西亚教总学员们（这句话是我给每一位让我留笔迹的朋友们）。这“缘”字真是

妙极了，它让我们这一群在小小的马来西亚国土无法结识的都在这青岛上相见欢了。大家惜缘吧……嘻嘻！另外我特高兴的，不但认了一班“干妈妈”、“干姐姐”外，还被她们宠爱，当我是受保护的“小花”，以为我才是 25、26 岁的杏坛新人……哈！她们更误以为我比那“真人不露相”的作曲人室友年轻些。哈哈！其实我蛮妒嫉你的才华的，但现在我心里可以稍微平衡一点了。

岁月如梭。凡人都会在临别依依时刻特别感叹“一寸光阴一寸金”。尤其分手在即，无论大家在上海浦东机场或是吉隆坡国际机场，大家霎时都成了“梁山伯”和“祝英台”，经典选段“十八相送”不厌其烦地重演着。也难怪的，人都是有感情的，更何况我们同在一个屋檐下相处了整整 21 天。

若有缘，再配合天时地利人和，我们 2010 年的培训班再相逢吧……

## 心得分享五十二

我带着兴奋和好奇的心情来到青岛。兴奋是因为普通话正音培训班即将来临，好奇是因为第一次来到青岛。脑海装满了问号，青岛是一个怎么样的地方？当我第一眼看到青岛，我的心情是非笔墨可以形容的。青岛是一个风景迷人的地方，当我沉醉在这迷人的景色中时，迎面来了两位漂亮又时髦的美女。她们就是代表承办单位来迎接我们这团共 70 位来自马来西亚的学员。我们浩浩荡荡往专为我们安排的巴士走去。这时，一阵阵的冷风吹向我的脸部，我浑身都在发抖，马上披上从马来西亚带来的羽绒服。巴士前往世纪文华酒店，一路上美丽的景色进入眼帘。右边是蓝蓝的大海，左边是高低不一的群山，风景明媚。

当我们一团学员抵达世纪文华酒店时，酒店服务员已并列在大门两旁欢迎，让我感受到贵宾式的对待。晚餐可真丰富，桌上摆满了各类的美食佳肴，让我们这些学员享受着道地的美食。晚餐过后，主办单位开始第一个座谈会，主要是征询培训意见和对课程设置的要求。

隔天一大早，各大报的记者也到达开营欢迎仪式地点，让我们受宠若惊。开营欢迎仪式过后就是第一个讲座——中国文化中的普世智慧，内容是解读《论语》。在这个讲座里让我更深一层的了解中国文化。接下来我们就出外参观奥运博物馆，馆里展示历届的奥运奖牌让我大开眼界。

紧接下来是繁重的培训课程。每天清晨，学员必须练习太极拳，但寒冷的天气让大部分的学员都无法好好的学习。太极拳过后学员乘专车到青岛大学上课去。参与培训班的教授每位都很用心的教导我们。有些教授都很年青，但教学相当有经验，深深的让我体会到中国真是人才济济。在这些教授群中，给我印象最深刻的是周继圣教授。周教授的教学法相当实际，我的确获益不少。在此我也想提一提王峰教授，王教授是一位平易近人和善解人意的教授。她不但教导学员语音和发音方面的知识，还为学员介绍青岛的旅游景点和购物广场，可说是一位全面性的教授。

在繁重的培训课程下，我病倒了，请了一天假，虽人躺在床上，但心老是想着课堂的课程。经过了繁重的培训，学员必须进行正音测试。我抱着战战兢兢的心情进入考场。好不容易才把普通话水平测试给考过了。这时的我也想起在国内的亲人和食物，但是数一数还有四天才可回国。

接下来，我们整团学员乘大巴前往曲阜游三孔和前往泰山。在整个旅途中，学员们都相当的兴奋。不知不觉已来到最后一天，大家都忙着整理行李准备回国。在整个培训课程里，我的确受益无穷，尤其是在发音方面，在此我真诚的感激承办单位精心的策划这一次的培训班。

## 心得分享五十三

我很荣幸能参加教总及国侨办所联办的普通话正音培训班。由于处于低优势的情况下（非华文组）我只能侥幸一试，看看自己能否被录取。在接到录取通知书时，感谢之心悠然升起因为得之不易啊！对我来说提升自我语文的能力及水平认知是一项不可豁免的求知欲，我非常期待教总能对在华校执教的非华文组教师开放所有的进修机会。

身为老师，我们应该与时俱进、共同为华教教育作出贡献。尤其是教总所提供进修的机会都应好好把握，不该一味的以玩的心态去看待，所以令我不敢苟同的是听到周边的学员们把参与培训班的重点放在吃、喝、玩、乐，忘记远道而来，身负重任。庆幸的是他们都能够悬崖勒马，为国争光；也有为数不少的学员为锁定目标而来，令人为之一振、雀跃不已。大家都竭尽所能，使出看家本领来应付考试，这时就得尽人事，听天命了。

对初次出国的我是种期待、兴奋与害怕的心理，因为背负着学习的使命感。培训着自己长久以来所用的母语的发音，不禁让心情沉重，也苦思着如何去纠正已经盘根在我们教育的体制下的教学发音。但是还是得坦然面对因为这是难能可贵的好机会，哪能错过呢？

在培训前，自己还觉得自己的普通话还了得，哪知在普通话水平测试及学员摸底的过程中，一开口说话就已经错误百出，不能见人啊！我不止舌头无法到位，语音浑浊甚至鼻音连连，令人汗颜。测试后才发现原来大家都有同样的毛病，令测试老师们心生冷汗，暗暗吃惊如此的水平要如何过关！（这是老师事后所告知的事）虽然如此，老师及教授们在培训当中都很有耐性、爱心、温柔和循循善诱的指导我们每个发音的细节；尽量深入浅出、生动有趣的带出课程的内容，并且举例很有效的发音方法来纠正我们南方人的‘不到位’发音。几经磨练，我们都能在短短的时间内学习到发音的技巧，掌握口腔形式变化，更能够在考试中顺利过关，这都得归功于老师及教授们的教学技巧。此外，我们所接触的朗读训练、语文的规范、汉语拼音方案和发展简史及汉语的演变也让我们获益良多。

总而言之，从始业式开始到结业式的那一刻就可以看得出承办当局的用心，每一个细节都设想周到，甚至大费周章的为我们安排一切的行程。除了语音的培训，也不忘娱乐及观光的元素，让我们大开眼界、为之赞叹。在见识中国科技，教育的发展与风土民情的当儿，也能亲身体验剪纸的艺术和了解青岛啤酒的历史，更能亲临孔子的故居-曲阜一探究竟；亲眼目睹崂山的壮观景色、五岳至尊-泰山的雪景，让我们都流连忘返、回味无穷。承办当局也尽量配合我们的需求，不管是住宿或餐饮让身在异国的我们有如宾至如归的感觉。

## 心得分享五十四

一直以来我都有一个愿望，就是把汉语拼音学好，然后教学生。可是几年来都未能如愿以偿。直到有一天看到教总的通告：青岛普通话正音培训班，我马上报名参加。

未上机前，朋友都吓唬我中国很冷啊，冬天提早莅临一个月，又雪灾啦，你还想去青岛啊！我还是来了。

也幸亏我来了，我突然间觉得自己很重要，是代表马来西亚华文教师来学习的哦！责任好大呀！

从开营欢迎仪式的第一个讲座会开始，就投入学习中。普通话水平测试的结果是我们的华语都受南方方言的影响，嘴巴懒得开大，声母还好，韵母发声不准确。只有齿音，少有翘舌、卷舌音；j q x 的发声更是不对。王峰教授介绍元音、声母、韵母、发声发得好，每个错误她都挑出。

史冠新院长告诉我们汉语的发展与规划，使我们更加了解汉语的历史与发展。周教授的汉语拼音方案及朗诵文章扣人心弦，个个都期待上他的课。徐文波教授更是一流的教学法，准备充足，讲课例子生动，真想多上几堂她的课！原来朗读和朗诵也有这么多的技术与学问。

每当上完课，同学们都会互相纠正语音，上课抢前面的位子坐，都是非常积极的态度。一听到测试的日子快到了，每个人都抱着模拟题来读，可是用了几十年不正确的发音，不能够马上纠正过来，朗读单字、词还可以，说话时老毛病又来了，前后鼻音不分，前齿音也多，翘舌音不见了，唉！王峰老师最明白我们了。

承办当局用心良苦，安排两个太极师傅教我们练习太极拳，只因为人多练拳时间又短，至今还不能记得它的套路。太极拳是中华文化的瑰宝之一，我们辜负了院长的期望。

感谢承办当局安排一趟足疗，使我们疲劳的身心一扫而空。最轻松的是外游，除了加紧学习外，外游这一环是最受欢迎的。风帆博览会、五四广场、海边都留下我们的足迹。青岛啤酒产也是个增广见闻的地方。最了不起的嘉峪关学校的师生扇子操，先进的教学法，设备都是马来西亚华校望尘莫及的。

同学们最感兴趣的是购物了。到处都是冬装，价廉物美，人人都购得不亦乐乎。崂山之行训练脚力，爬上山腰，美丽的石山映入眼帘，冷风习习，好不快活。今天到泰山，亲见雪景，好高兴，让我们照了好多相。每个山头都有不同的景色，都是一个惊喜，白皑皑的雪，好美呀，犹如人间仙境。

昨天参观至圣先师孔子的故居，原来曲阜还保留古色古香的建筑物。孙庙、孔府、孔林俗称三孔。曲阜因孔子而名闻天下，身为教师非拜见三孔不可。

再见了，美丽的青岛、山东省，我会再来的。我也会把普通话正音教校内的同事。

## 心得分享五十五

我这回能参加华校教师普通话正音培训班，应感谢我校副校长的通知，让我知道有一位老师临时退出空出一个名额。由于工作忙碌，没有留意主办当局发出的通告。我曾想过参加类似培训班，但往往碰巧有事而只好放弃机会。这次终能成行了。

11月24日凌晨到达吉隆坡国际机场，发现从四方八面来的同伴许多都是年轻的。我想跟这群年青人一起学习，自己会不会跟不上？既来之，则安之，能吸收多少就多少吧！

第二天，在我们留宿的地方——青岛世纪文华酒店开始了培训班的第一堂讲座。徐宏力副校长为我们主讲“中国文化的普世智慧”，我听得津津有味。他把原本枯燥的内容变得如此有趣。《论语》里有很多好东西，孔子真伟大。

当天午餐后，我们就到奥运博物馆、奥帆基地、五四广场去参观。我开始发现青岛的美。晚餐后，我们在麦凯乐商场吃了一些道地的美食，感觉满意极了！便宜又美味！

11月26日早上，王峰教授主讲《普通话语音概说》，王教授声甜人美，我们都认真听课。她一口动听又标准的普通话，让我听得很舒服。

11月27日，王教授跟我们谈“普通话水平测试及学员水平摸底”后，让我们发现自己的问题。我们认真地跟老师发音，像小学生一样，这让我重温旧梦！

同日下午的课“普通话水平测试模拟训练”由徐文波副教授主讲。徐老师用她宏亮的声音指导我们发音。我希望在她的指导下，我能逐步改正错误的发音，说一口标准的普通话。

11月28日，周继圣教授为我们主讲“汉语拼音发展简史和方案”。周教授讲课幽默，他将丰富的知识传授予我们，我相信我们将他的一套方法带回国去教导学生一定管用。听过他的课后，我好像有点信心应试了。我记得他说：中文很好学，发音很容易，汉字不难写，语法很简单。

下午的课由孟鸥老师主讲“汉字发展”，这位老师对汉字历史的历史有着丰富的知识。我发现汉字真美，有意思！我们的祖先真智慧。

11月29日又见到徐教授了。她让我们轮流发音，一个个指导，纠正错误，让我们受益不浅。

11月30日早上的课“语言要素教学”，由周翠英教授讲课。我听了她的课才发现原来自己对语文的知识还真贫乏。下午，我们再次上周教授的课。风趣的周教授上课时，课堂上总是笑声不绝，原来会打瞌睡的下午课，却让笑声不绝，让课堂变得有趣了。由于时间不足，周教授只能教“重点”。

12月4日早上，徐教授指导我们朗诵短文，她的示范清晰明了，指导我们体会及练习。经过她的讲解，我们才知道朗诵文章也真不简单。

普通话测试终于来临了，尽力而为吧！

测试终于结束了，大家都松了一口气，游泰山去了。我们在古色古香的曲阜住了一晚，很喜欢这充满文化气息的地方。

我们是幸运的一群，登上泰山后，竟能见到美不胜收的雪景。泰山的美与壮丽让许多老师留连忘返。我和同伴原本不愿爬上山顶，最后决定往上爬，才能见到那从未见过的雪景是那么壮观！虽然，脚累得不得了，可是心中却是无限的喜悦。

终于要举行结业仪式了。学员们的声声感谢与赞扬是我们回报主办当局的热心和老师的指导。我们参加这个培训得到如此良好的待遇，感恩所有的讲师、老师及工作人员。大家得到主办当局的厚待，真应了这句话“前人种树，后人凉”。

大家珍重，再见！

## 心得分享五十六

第一天来到青岛，当局就很用心地安排了豪华、舒适的酒店——世纪文华酒店，一间很新、属四星级的酒店。

在开营欢迎仪式后，我们上了一堂很精彩的讲座，许宏利副校长为我们讲《论语》，他很会举例并把《论语》现代化，也就是说《论语》是我们生活的方向与智慧。

之后，我们去了半日游，可是却有了一个难忘的经历。旅程安排了 10 个旅游点，结果因时间的关系，旅行社只带我们走四个点，因冬季的天在五时半就暗下来了。

最后一站到了麦凯乐商场，当局给了我们每人 40 元人民币作为晚餐的费用。可是食物太多又不是很好吃，所以为了不浪费食物我们尽量吃完，也为山东人的食量感到吃惊。

11 月 26 日开始了我们的晨练，每天早上 6:50 在露天的空地上学太极拳，大家冷得直呼不行！不过，还是忍着，咬着牙根，不想坏了当局的美意！

接着连续两三天，都早早学拳，读语音、辅导至晚上九时，回到酒店只有一个“累”字，嘴累、心也很累！大喊吃不消！

经过协调，太极拳改在下午 3 时半，上课延长至 5 时半。因为必须每次都来回用餐，费时又耗力气，变成每天早上八时集合出发，回来酒店用了午餐后（12 时下课），下午 1 时半又集合，2 时再开始上课至下午 5 时半。接着，晚上 6 时半又出发去辅导班，练习早上所学。晚上 9 时结束后，才回酒店休息。幸好，经过协调，隔一天才上辅导课。

在忙着上课的日子里，有温馨、用心的一连串安排，让我们去参观啤酒博物馆和购物，甚至有一天去参观青岛市李沧科技馆和到崂山景区游览。我们也被安排去华文学院用餐，很特别也很丰富！每天或隔一天就有爱心水果送到房间来，那是华文学院为我们特别购买的。

为了去学校参观，考试提前了。普通话水平测试中 12 月 9 日（三）下午 2 时正式开始，分成三组进行，70 人参加这场测试。苦练了两个星期，只为了这一朝！因为是排在第一位进

行测试，所以我非常紧张，临场的表现并不好。讲了二十年的华语，一时要纠正过来，并不容易！单字的测试里有很多不会读的生字，双音节词语朗读时心中也慢慢平静下来。接着是朗读短文，因为上课时有读过、练习过所以也表现得较好。第四部分是说话 3 分钟，题目是《我的愿望》，虽然有说足了三分钟可是内容不充实！

考试结束后，第一次有机会到青岛大学的各角落，走走看看。心中的压力放下后才能真正去看看四周的美景！晚上，我们就自由行去书城买书与手信。

我们在 12 月 10 日早上去位于八大关的喜峪关小学考察。巡视了几个特别教室后，我们就分组到课室去观看老师们教学。之后，我们也在礼堂内观看了一堂很精彩的文学课。

在设备方面，我国的学校是逊色多了，再加上学习的大环境大多不同，课程与节数长短也不一样。不过，一班的学生人数不相上下，大约 40 位同学。

最后一堂课是周继圣教授的语音课堂教学的设计，在上课前，班主任宣布了一个坏消息。大家虽在未来两天里到曲阜和泰山游玩，但返回青岛后的隔日，每个学员必须学以致用，以正确普通话表演 10 分钟的朗诵、绕口令等等。唉，又开始烦了！

在参加培训前，就知道自己的汉语拼音不好，一是因为不常教华文课，二是虽在师训时有学过，但疏于练习已退步。再说之前我是受注音符号的教育，进师训才第一次接触汉语拼音，已差在起点和半途，所以这次的培训很吃力也很压力。再来是没想到所谓的测试是如此“正式”和有水准！很沉重地在心理、生理上协调与适应。

在这次的培训里也发现到，只要不是有关普通话的讲座，我都很喜欢，如有关文化的，规范汉语、教学法等。到了最后，我想我是有进步的，只是我还是没有爱上汉语拼音，普通话也没正音过来，只是会更加用心再去自修这方面的弱点。

最后，我衷心地感谢教总、国侨和青岛大学为我们主办了这次的普通话正音培训班，虽然是苦多于乐，但是我从中获益不少，在个人、教学上都有了进步，谢谢。

## 心得分享五十七

在还没有参加这次的培训班之前，我只认为语音只是华文语文科里的一部分。我在教育界里服务只有 4 年的经验，所以在教学过程中，我并没有仔细地为学生说明和解释正确的语音发音。

在这次的培训班中，我们可以通过承办单位所策划的课程，学习了几项有关语音的技能。青岛大学华文学院也为这次的培训班安排了几位经验丰富的讲师和教授来为我们的授课，令我们受益良多。

王峰教授的讲课内容，如：声母的发音，韵母的发音，声调音变的技能，也让我们更了解正确的发音。王峰教授的课程十分吸引我们，她还耐心地教导我们以丹田运气来发出正确和标准的语音。

除此之外，徐文波教授的讲课也十分有趣。她将她所会的知识都传授给我们。徐教授的

课题比较着重于朗读前应具备的条件，如何利用内在情景再现，与利用不同的语气和节奏来朗读短文。她还示范如何以不同的语气朗读短文更吸引学生的注意力。

还有其他有经验的教授和讲师都不吝指教，将他们的知识传授给我们。我们会将教授们的耐心和用心教导铭记于心，也会将这些宝贵的知识带回国去教导我们的莘莘学子。

这次的培训班让我觉得像是“唐三藏取经”般，这一个学习普通话正音的过程也真辛苦。虽然过程辛苦，但也让我们带着满满的知识回国，这是非常难能可贵的。

在一起生活了 21 天的我们，虽然学习普通话的过程辛苦，但我们却闹了不少笑话。每天的过程都是匆匆忙忙地去上课，匆匆忙忙地赶回酒店吃饭，天天忙忙碌碌地渡过这 21 天。一转眼，我们已快要结束这 21 天的培训课程，虽然这 21 天说长不长，说短不短，但这当中的过程，点点滴滴足以让我们回味久久哦！

除了学习普通话之外，承办单位也为我们准备了几天的观光行程。我们曾去崂山、泰山、青岛奥运博物馆……等几个旅游景点。虽然有些旅游景点让我们感到不满，但事事难两全，所以我也没有太在意这些不愉快的事件。

最后，我想感谢主办单位及青岛大学华文学院各劳苦功高的领导、教授、班主任给予我们细心的照顾，让我们处在人生地不熟的青岛里有着温暖的感觉。此外，我在这里也要谢谢罗佩贞——教总师资培训组执行员，一路陪伴我们一起走过这次的培训班。

至于其他的学员们，我很高兴认识他们及互相交流，谢谢他们出现在我的生命中，让我的教学生涯多了许多的光明灯。千言万语一切只好尽在不言中，只献上感恩及谢谢。

## 心得分享五十八

长达 21 天的培训活动已接近尾声。经过这一次的培训，让我们认识了普通话的面貌，原来我已经讲了四十年不标准的华语。

经由老师们的培训，终于明白了发音过程所须注意的各种技巧。虽然如此，要把自己平、翘舌音发不准的状况纠正过来，并不是一朝一夕所能达致的，不过只要我多努力，相信一定可以给家乡的孩子们做一个好榜样。

和蔼可亲的王峰老师，幽默风趣的周继圣教授，自信爽朗的徐文波老师将让我永远难忘。还有一大清早在大冷天气中授课的太极拳师傅，真的对他们无限感激，只可惜人数太多，地点不适合，导致在后面的学员都看不清楚老师所教的招式。还有，每天清晨在睡眠不足又得受冷的情况下上课，真让人觉得难受，幸好经过班长、老师及蒋院长协调后，情况得以改善。

两位年轻貌美的班主任在生活上给予许多协助，教总执行员佩贞及班长骆丽丝在各方面尽力协调，一切行程顺利进行，也要在这儿表示感谢。这回有缘和组员同甘共苦、互相扶持，希望下回还有缘相见。

在这青岛之旅，除了忘不了有缘人，也忘不了青岛啤酒、崂山之美，更忘不了人生第一次真实体验的小雪景，这雪景真是美极了。希望下一回再到中国可亲身体会雪花纷飞的感觉。

## 心得分享五十九

11月24日启程的这一天，兴致勃勃、满怀期待地出发。在这之前，当我拿到培训班的时间表后，真让我看傻眼了，因为行程安排得非常充实，担心自己无法支撑下去，担心自己因无法适应寒冷的气候而抱恙。但一心要参加普通话正音班，实在不能顾虑太多。

这天，我请了爸爸送我到机场。以往出国都不曾请他护送，这次让我开心又感动，因为爸爸二话不说就答应了。这是我的第一次。

这一次出国，朋友都赞赏青岛是个很漂亮的地方，有着小欧洲之称的城市。踏入小欧洲也不是轻松的旅程，因为要乘搭两趟飞机，而且是在凌晨出发，这也是我的第一次。睡了五个小时，终于抵达青岛流亭机场。

气候很冷，真的有点不适应。心情兴奋与期待，还不知我的同房室友是谁。一小时后终于抵达青岛的“家”——世纪文化酒店。拖着自己的行李，领了房卡就往自己的房间走去，我那漂亮又可爱的室友为我开了欢迎门，我们的集训班就这样开始了。

这次的密集课程内容包括了严肃庄重的开课仪式，每位学员都穿上整齐的套装出席。太极拳训练课富有浓厚的中国文化，即好玩又能锻炼身体。只是开始练习的几天无法抵挡早晨的寒冷刮风天气，但将练习时间调整后就好多了。

青岛的半日游，让我大开眼界，这地方真是太漂亮了，所到之处有奥运博物馆、奥帆基地、五四广场和天后宫。由于冬天的太阳公公很早就下班了，所以我们只能乘车路经著名的八大关和鲁迅公园。

普通话水平测试及学员水平摸底让我好紧张，因为第一次在众人面前被别人测试自己的语音，同伴们的焦点都落在我身上。无论如何，这是一个很好的经验。参观青岛市李沧科技馆时，我像小学生般兴奋。到崂山景区、孔庙、孔府、孔林和泰山游玩，让我们放松了紧张的心情。沿途的风景美不胜收，尤其在曲阜的那两天，走在历史人物的故乡和街道，真是荣幸。古色古香的景色占用了记忆卡的空间。很庆幸在登泰山时，让我们看到难得一见的雪景，兴奋不已。

很快的来到了最后一天，这天的节目也排得满满的，早上除了总结交流，还有太极拳表演，将这三个星期所学给表演出来。晚上的结业仪式和欢送宴更是精彩，每位学员穿上各自带去的马来西亚传统民族服装，那感觉实在太棒了。颁发结业证书后，就是学员呈现表演的时候了，有话剧、歌唱、舞蹈等表演，让在场的嘉宾领导和讲师教授也融入其中。如此兴奋和温馨的局面，让培训班圆满地画上句号。

总的来说，真是不枉此行。

## 心得分享六十

11月23日在吉隆坡国际机场集合，令我感到难受，因为向来自己是早睡一族，要乘搭11月24日凌晨3时25分的航班，对我而言是一项巨大的挑战。但我终于成功熬过这项挑战。

当日抵达上海浦东国际机场，觉得纳闷为何要自己拿着行李再次办理登机手续而不是转接（接驳）的方式，心中正在想或许是中国安检问题吧！

来到青岛，步出青岛流亭机场，再次确认自己又回到中国母亲的怀抱，享受接下来的20天语音训练。主办当局很贴心地在我们抵步的当晚，开了个座谈会，与我们沟通交流一番。

11月25日，许宏利教授（副校长）为我们主讲“读典”，让我大开眼界，毕竟是离开中国，归国服务已有7年了。能够有机会再次上学，更是自己期待已久的梦想。下午的游览，让我真正见识到青岛的美丽，奥帆中心的奥运情，五月风标志更是美丽青岛的新象征。

11月26日，王峰教授的简介导入，才知道普通话水平测试不是一件简单的事。下午让薛玉章老师进行普通话水平摸底，这让我的自信心降落入低谷。原先的自信，就这样打碎瓦解，不到二乙的水平，让我失望极了。

当初抱着学习并测试自己普通话水平的目的来参加这次的培训班，原来自己30多年的发音是不正确的，信心逐渐丧失。当丧失信心的当儿，也是重建正确发音的开端。

剪纸课程的设置，让我有种期待的感觉，但是只有2个小时的学习，让我期待的心情变得失望，只因为老师只教会一丁点的技巧，并没有真正掌握剪纸艺术。

太极课程的设置，我想应该让我们体会并感受太极博大精深的文化，但是美中不足之处，就是大家学习的心态不是很好。

旅游方面，当自己一人走上上清宫的路段，让我体验到有时登高，努力就在自己心中，只要不放弃的心态，必然会有成功的一天。我相信终于有一天我会考到普通话水平测试二级甲等的水平。

泰山曲阜游三孔的体验，让我们沐浴在圣人的氛围更是一大快事。泰山的灵与皑皑白雪，此时此刻我想到我身边缺了一位重要人士。有他的存在，幸福就时时围绕着身旁。

今天，成绩公布了，我并没有考获二级甲等，其实在我心中，我早已准备，我只有二级乙等的水平。在写着当儿，心中并没有太多的忧伤，只是告诉自己今后要更加努力，让自己说一口的标准的普通话。

12月14日，回家的日子在即，心中的不舍不禁产生，自己会有时间与其他同学再次相聚的机会吗？当下，只有再三感激校方、主办当局、承办当局的用心，没有他们协助与支持，我这次青岛之旅将无法成行，谢谢促成此次缘份的所有人。

## 心得分享六十一

这是我第一次参加由教总主办的海外培训班，然而就这么一次已经让我毕生难忘了。上了课之后，我才恍然大悟，原来有很多我不懂的都在此课程一一了解了。所谓天外有天，中国的老师真的倍儿棒！在我第一次接触到周继圣教授时，我真的完完全全被他打败了，因为他的教学题材以及方法不但有趣，而且还很实用，不得不让我对他肃然起敬，真的好崇拜他呢！回想自己只不过教了8年的书，但是已经没有周教授的冲力了，这也是让我汗颜的地方吧！如果我也可以一直坚持像周教授一样，我的部分人生可能也不一样了吧！

徐文波老师也教会了我很多，尤其在朗读方面。在学校里，我负责教导学生演讲，以前有很多东西我以为我很懂，以为我自己已经很好了，哪儿知道听君一席话，原来我才是井底之蛙呢！徐老师上课也真劲，可爱的笑脸，宏亮的嗓子，每位学员都被她吸引住，并专心上课。但在徐老师的最后一堂课里，我已经没办法专心了，因为下午2点要考试，所以我在埋头苦读呢！

其实整体的课程都很好，但时间上的安排就稍微密集了。其实考试当天不应该安排课程，应该让我们好好复习，毕竟每位学员都在为考试而紧张，所以徐老师的最后一堂课想必有很多学员都无法集中精神。

说到考试，当天我还真有点儿紧张，毕竟第一次在中国考试，1级甲、乙等已经是不可能的事情了，所以最后也能处之泰然，在没有压力的情况下进考场。有时候一个人的信念还挺重要的，当我一直对自己说要抽到我要的说话题目时，就这么巧给我抽到了！哈，所以我就滔滔不绝的说，唯独我的语音……唉……

对了，我都忘记提一提膳食了，承办单位给我们准备了非常丰富的菜肴，每次都有十多道菜。但我觉得只要菜肴是美味的，准备几道就已经足够了，毕竟南方和北方的饮食文化有所不同，有许多菜肴不太合我们的口味。坦白说，在中国的日子，我好像也变中国人了，因为我每天都啃馒头，很少吃饭，因为饭每次都比馒头迟来嘛，哈哈！可是我挺喜欢吃馒头了，有些甜有些咸，还真不错！

还记得昨天上泰山，真是个难以忘怀的体验！马来西亚常年夏天，都不曾下雪呢！可是昨天上泰山，泰山上都是白茫茫的雪，真的好让人兴奋！而且我还真的走到顶了呢！

真的谢谢主办当局为我们准备了这么多好玩好看的旅程，这一回，我还真长大了不少呢！

## 心得分享六十二

11月24日下午一时就从家里出发，到槟城飞机场和朋友集合。从槟城到吉隆坡，再到青岛，已是二天的中午。

从飞机上往下看，进入眼帘的是排列整齐的屋子和高楼大厦。没想到青岛市的城市建设和规划，竟如此繁华和充满外国风采。

从机场出来，就有两辆巴士等着载送我们去世纪文华酒店。一阵阵冷风吹来，使我们这些住在热带地区的南方人有些不习惯，冷风刺骨，呼吸也开始辛苦起来，鼻水不听使唤的流下来。心里开始后悔，为什么会选择来青岛而不是去武汉呢？

车子到达世纪文华酒店，拿了行李，就急忙冲进房间以避开寒冷的空气。世纪文华酒店属于四星级酒店，而且还是刚建成不久，所以一切设备都还很新，也很舒服。每一位酒店员工都很有礼貌、服务也是一流的。见到每位学员也会不吝啬地给予笑容向我们问好。

酒店供应的食物也很丰富，每天都有十至十二道菜。虽然各色菜肴的花样不多，煮法也大同小异，但大致上大家都满意。

第二天的开营欢迎仪式由青岛大学副校长徐宏力为我们掀开序幕。徐校长为学员们主讲有关中国文化中的普世智慧。徐校长引用了《论语》里孔子说的名句来述说孔子及儒家思想对中国人的影响。徐校长以幽默风趣的手法把孔子学说诠释出来，令我听出耳油。

第三天，承办当局就带我们游览奥运博物馆、奥帆基地、五四广场、市政府、天后宫等旅游胜地。青岛的天气和马来西亚有差别，所以下午四点多，天色就暗了。我们只好坐在巴士车上游览八大关和有名的栈桥。

隔天早上五点多就起身，冒着寒冷的北风到酒店外的停车场练习打太极拳。只见师傅身穿一件单薄的衣裤，脸带笑容地站在寒风下等我们。师傅已准备教我们这些还带着睡意的徒弟练拳了。

师傅用略带山东口音的华语来为我们上课，虽然师傅以简单并且缓慢的速度来解说太极的每一招式，可是我还是听得一头雾水。只好用“猜字谜”的方法来理解师傅所说的每一句话。

吃了早餐，就乘巴士去青岛大学上课了。哗！校园很大而且四周种满了枫树，那是我最喜欢的树，不对，应该说是它的叶子吧！一下了车，只见教师们一窝蜂地跑去枫树下拾落叶，有些则忙着寻找美景拍照，以便可以拿回国家炫耀。

上课的地点在博学楼，课室蛮大的，大致可容纳80位学生。唯一美中不足的是它的厕所，厕所太肮脏了，而且门栓也坏了，小解时多么怕有人用手推开门。有时候，刚好上课的课室就在厕所旁，一阵阵异味扑鼻而来，影响了上课的心情。

王峰老师为我们做普通话水平测试及学员水平摸底。可能久没有口语测试了，而且本身的普通话也不标准，所以，在摸底测试时，错误百出。

上剪纸课最开心了。听说有学员把老虎的牙也剪掉了。大家听了都笑得前俯后仰。

周继圣教授为我们讲解有关汉语拼音方案。周教授为人幽默风趣，十个句子中，总有八个句子让人听了开怀大笑。周继圣教授的模仿功夫一流。上周教授的课最开心了。

王峰老师就像一个慈母，她会体谅我们的不辞劳苦、远道而来是为了学习普通话，所以建议我们去参观青岛有名的八大关和栈桥。听说王峰老师是在青岛出世并长大的，所以特别热心地介绍她的故乡，好让我们不枉此行。

珠圆玉润，脸上带着笑容，还有一对小酒窝的老师——徐文波。她为我们讲述有关如何用充满感情色彩的语气把一篇文章读出来。上了徐老师的课，使我获益不浅。原来朗读一篇文章不只是朗读出来而已，而是要用各种表情、语气把它朗读出来。不同的感情色彩需要不同的声音形式来表现它，使人听了如置身其中。

十二月七日，我们去参观青岛李沧科技馆，馆里的各种科学仪器让我们看了玩了都感到啧啧称奇。过后就去崂山，爬了一趟崂山，脚开始疼了起来。下楼梯也感到酸痛，下一次，还得爬泰山呢！

这次的培训，可说苦多于乐。当然，未经一番寒彻骨，焉得梅花扑鼻香。

## 心得分享六十三

当我接到普通话正音培训班的消息时，我刚取消了到纽西兰自助旅行的行程。想到能在假期中一面休息，一面学习，也是件不错的事。于是我便即刻报名参加正音培训班。

我的申请被录取后，便开始作准备。虽然年尾的工作超忙，但我每个周末都腾出一些时间到商场采购。我也为了在他乡迎接冬天而准备了足够的寒衣。因为对语音的掌握不足，我连笨重的大词典也一块装入行李。出发前，我的行李箱就快超重了。

出发前，我兴致勃勃的读着佩贞传来的培训班时间表。读完之后，有点傻眼，有点失望。我很想退缩，满满的课程从早上至晚上，我担心自己的精神无法承受，虽然我的外形看起来蛮壮的。因为在收工的前几个星期，为了校务，我们已操劳过度。

想归想，善忘的我还是带着愉快的心情踏上培训班之路。在吉隆坡机场集合时，第一次看到佩贞，很感动也很惊喜，终于看到这么朝气蓬勃的年轻脸孔出现在教总！

开课后，后知后觉的我才惊觉有普通话正音测试这回事。虽然不会很压力，却有点纳闷，觉得测试对我并不重要。我只想多学习正确的语音，可没想过测试。即使要测试，也要经过几趟培训，掌握了才进行，这样比较有意思。

不晓得中国的所有大学讲师是否都这么优秀，但是这次的培训，青岛大学华文学院给我们授课的老师都很棒。他们不但经验丰富，还非常友善、亲切，也非常专业。这使我好多次都不忍心打瞌睡。

一直以为我们的语音只有小瑕疵，毕竟在表达方面，中国或台湾同胞都能理解。教授开

始第一堂课时，才发觉自己的语音不只是不标准那么简单，而是好多音调都是错的！再想到自己把这些错误继续的传授了这么多年，不禁觉得愧疚万分。

进行了语音摸底测试后，渐渐清楚自己的语音水平。这才了解到老师们的用心良苦，花费了这么多时间和精力，只为了掌握我们的语音水平。这种实践性的语音测试，在我国非常罕见，因为并没列入我国师训班的考试范围，我也是第一次经历非正式的语音测试。

经过老师们耐心地指导及一系列的密集训练，我发觉每个学员都进步了不少。如果一开始，辅导时间加以善用，把练习题继续往前推，我想我们进步的程度会更理想。

除了上课时间太密集导致我们没有足够的休息时间，气候的变化也影响了我们的健康状况。第二个星期开始，陆续有学员因身体不适而缺课。我则在第三个星期因鼻窦炎复发而感冒及咽喉疼痛，这导致我连下午的太极课也暂停了数天。测试的前两天，我的嗓子也沙哑了，我服了好多药物也不觉好转。我担心没有嗓子想放弃测试，王峰老师要我坚持，还把她的消炎药让我服食，令我很感动。真的很感激王老师的热心，在最后关头伸出援手，使我成功完成测试。虽然我的成绩不是很优秀，却符合我的水平，能获得二乙，我很满意。

这次的培训，给我的人生留下了几个经典的回忆。我想最深刻的莫过于在寒冬的早晨伴着刺骨寒风耍太极吧！另一个经典是我狠狠地睡了二十个小时。培训全程的二十天，我每天都很累，加上室友经常在深夜或凌晨起来活动，使我每天都睡眠不足。我在回程的上海浦东机场，跟其他学员闲聊时，告诉他们回到家的第一件事就是要痛快的大睡一场。我没想到竟然一口气睡了二十个小时，这是我除了生病以外不可能缔造的记录！

这个城市，的确很美，不只是海边与崂山。青岛，一个最不像中国的城市。建筑风格、城市面貌及市民的文化素质都与其它的中国城市有所不同。连中国其他城市最常见的“吐痰文化”也没在青岛看到，真的很舒服。

整体而言，这个培训课程使我获益不浅，我不排除再次参加。但是，下一次再参加课程前，我一定要先参考培训课程表！

## 心得分享六十四

80年代留学台湾回马，虽然主修的科目与中文无关，但与当地人接触多了，自然会被影响，加上自认中文不差，在地方上演说亦受到赞赏发音优雅，可时代的不断演进，长江后浪推前浪，以中国普通话为基准及董教总与中国的中文教育界紧紧相连的关系，培育了不少中小学能够使用正确拼音的老师。我身在教育界，却不在被培训的教师范围内，加上不知如何学习汉语及找不到知道如何教导我的老师，中文变得不进则退，到了对自己没有信心的地步。

当我回到新民独中，日子和以往一样：语音越来越差，可不知如何补救。直到换了校长，鼓励老师进修，才得到机会赴华进修汉语正音课程。我是相当幸运的，我并非教华文，却得到厚待，是我想像不到的。

赴华学习正音课程的学员共69名。不少学员都觉得奇怪，为何非华文老师却愿意来学习正音？

测试很快到来。我们被分为 4 组。测试的评分共分为：一级甲等、一级乙等、二级甲等、二级乙等、三级甲等和三级乙等。最好的一级甲等，多数由播音员考获。测试结果，只有我得分最少，3 甲，测试员说 2 乙以下要注意，几乎一半以上的字我都读错。我发觉测试员已经是手下留情，她不让我读完（在我之前的都读完）是因为越读错误越多，分数会被扣的惨不忍睹，对我来说恐怕是一个打击。她把分数调到接近中等以示鼓励，这是作为老师的我们应该注意的，就是尽量帮助学生得分。只要成绩不太低，学生对自己就比较有信心。

所有被安排来教导我们的教授均是一流的教授。我特别喜欢两名教授，分别是徐文波和周继圣，他们各有风格，学员在他们的教导之下受益匪浅。

马来西亚的学员有一共同的毛病，就是 j（机），q（期），x（西）发的不好，大家共同的弱点也包括儿化音，轻声，翘舌和平舌，而我的毛病更不必多言。

在教授们的指导下，要发出正确的 j, q, x 首先要从 i（衣）开始，然后，唇舌不动发 j, q, x，果然发的音会比较正确，这是发音的技巧。把学生教得好必须清楚学生所发的音，模仿他所发的音，然后再发正确的音，问他是否可区别两种音节的不同，指点他为何会发这种音节，

后给予纠正，绝不能说他是‘错’的，如以下的例子：

学生：xin（信）。

老师：xing（性）！

学生：xin！

老师：错了！应该念成 xing.

除了以上所述，学员们学会了绕口令的技巧，朗诵和教学前 5 分钟的“暖口”活动，还有如何保护嗓子和学蛤蟆叫以自疗已受伤的喉咙。学会这一点是重要的，因为老师是吃开口饭的。

我喜欢美文朗读，不管我读得好不好，我都会陶醉在朗读中。这次有幸上了徐文波的朗读课又听了周继圣的录音配乐朗读，煞是欢喜！

上了 3 个星期的正音课后，所有的学员都返回马来西亚了，唯独我决定多留一个星期，由老师亲自指点我的语音，当然，我自己必须付给老师一个星期一对一的学费。我不辞劳苦而来，当然也要趁此机会满载而归了！

当我在说话时，根本没有办法区分轻声，后来被告知儿子的子，巷子，亲戚，姑娘，凉快，葡萄，玻璃等后面的字是轻声。儿化音又如何区分呢？就是不重要且加了一些亲切语气的语气，例如聊天儿，小孩儿，锅贴儿，板擦儿，老头儿，玩意儿等。

我发觉马来西亚的汉语缺乏轻声及儿化音是因为第一，我们没有这方面的环境，第二，难于分辨什么时候轻声及什么时候需要儿化音，而北方人是因为他们有这方面的习惯，环境使然，自然上口，不必费心思。

考试到来，每人都被分发读不同的 100 个单音字，50 个双音词，朗读一篇短文以及 3 分钟的命题说话。考试完毕，得知 9 位学员得 2 甲，47 位学员得 2 乙，13 位得 3 甲。对我来说

是自认最差（从测试中可证明），3 甲里头的 13 位的其中一位非我莫数，心里还庆幸好在不是我一个人得 3 甲。

真正的考试成绩揭晓了！我竟然得 2 乙，和 2 甲的分数相差不远，真是出乎我意料，和一些测试时得 2 乙，结果考试成绩揭晓后得分不进且退的华文老师比较，真是令我喜出望外。我想我的进步，或许是当大伙儿去市区购物时，我留在房里啃读，考试当天，大家都读累了，都停下来休息，我还毫无倦意的继续读。。。。。

## 心得分享六十五

从零开始准备冬装，一直到学校假期，终于出发了。

在机场漫长的等待，连平时早就呼呼大睡的时刻，我还在进行着一个又一个的程序。登机了，终于暂时安顿下来。时间已接近早晨，想好好休息一下，但机舱里的冷和狭窄的座位空间，实在无法安稳地入眠。

在飞机上，空中小姐的美丽为极无聊的时刻，增添了色彩。但，实在没想到，她们的服务态度，实在令人不敢恭维。那时我想，再美的脸孔和身材，也都是多余的了。想想马航的服务在国际里榜上有名也是应该的。

一轮又一轮的下机、转机又上机，终于抵达青岛，也迎来了我的第一个冬季。幸好哥哥姐姐早交待好，要我带足厚暖的衣物，要不然可真要挨冷了。

在酒店安顿好后，课程开始了。

学习正音，是我当老师之后的梦想。因为在华文领域里，语法是最感头疼的，而文学对我来说是挺陌生的。只有语音我感兴趣，可能是天生对语言的敏感，所以学习起来，较得心应手。其实，真正接触汉语拼音是在师范学院的时候。那时真的是学得措手不及，因为要在短时间掌握全新的东西。幸好，在实习的时候，就完全可以掌握了。因此看了几个培训班的课程，我不作他想，就决定参加正音班，幸好是满载而归。

从声母、韵母和声调，我好像初生的婴儿，从新开始学习。经过了普通话水平摸底之后，我对自己的发音有了全新的认识，也在心里做了个决定，誓要学好正音。因为在这方面，我对自己有一定的要求，也不容许自己犯不该犯的错误。

知道了自己发音不十分准确，说起话来，头脑就变得混淆。想要改过来，舌头一时达不到要求，心里是又急又慌。

一天又一天的过去，我在车上念着广告牌，在大学校园走路时练着发音，洗澡时在隔间玻璃上边写着声调边练，不知不觉，竟把错误的发音纠正过来了。我真的打从心里高兴，总之这一趟，我志不在游玩，那不是我的兴趣。我非掌握好正音不可，要不然，这三个星期的辛苦都白费了。

学习过程中，接触了五、六位不同的老师。每位老师都有不同的风格，我尽量从他们身上吸取我想要的知识。不同的风格，也就有不同的体会，我会学习他们的好。

另外，我感兴趣的太极拳，却因为缺少招式的名称，而学得不太顺利，毕竟是受过教育的人，学习的时候，总须要文字来协助记忆。很可惜，这几个星期的学习，并不能使我完全把招式记下。看来，回去后，得从录像中再学习了。

明天将出发往泰山，幸好旅程挪后了，要不然密密麻麻的课程，已搞得我头昏脑涨，不足的睡眠，哪有心情欣赏美景啊！

在青岛学习的这三个星期，要感谢两个班主任安排的一切。其实她们的工作量也太重，应再安排一些人轮流接替，减轻工作。我看，这段期间，她们日夜跟随，脸色一天比一天憔悴，看了实在不忍。

培训班即将结束，感谢促成一切的人物。祝福你们。

ERROR: limitcheck  
OFFENDING COMMAND: string

STACK:

66038  
33018  
32512  
33019