

# 最新原地侧向投掷沙包教学反思 投掷轻物教学反思(优秀5篇)

演讲属于现实活动范畴。它是演讲家通过对社会现实的判断和评价，直接向广大听众公开陈述自己主张和看法的现实活动。优质的演讲稿该怎么样去写呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的演讲稿模板范文，我们一起来看看吧。

## 疫情演讲稿分钟篇一

大家好！

生活在这个缤纷多彩的世界里，不管是谁在人生的旅途中永远不可能一帆风顺，这些词语也仅仅是人们心中美好的愿望罢了。试问，有谁在人生的历练中能一路顺风，没有遇到过阻碍呢？这样的人是不存在的！

人一生中必定会有许许多多的阻碍、艰辛在陪伴我们。人们把他们称作“挫折”。挫折它既可以使人从跌倒的地方重新站起来也能使人永永远远的跌在那个原地，挫折它对意志坚定的人总是抱有一丝恩惠，而对意志不坚的人总是不留情面。挫折是一柄锋利无比的双刃剑可以把你推往成功的宝殿也可以把你送入失败绝望的地狱。挫折它是一本书，对其中意义的理解可以分解出几种不同的意思但唯有一种能帮助你走向成功。

挫折是丰富学识的宝典，你能从其中学习到失败该怎样面对、成功的来之不易、失去后才懂得珍惜，此上种种都是在这本挫折宝典中能够学到的。

老师们，同学们。让我们从现在开始用乐观积极的态度面对挫折，战胜挫折。别让挫折把我们xx[]我们要用我们的意志去使它屈服。把挫折踩在脚下。别让它成为我们人生路上的绊

脚石，我们要让它成为我们人生道路上的垫脚石，帮助我们抵达成功的彼岸。

谢谢。

## 疫情演讲稿分钟篇二

我今天要演讲的题目是节约用水。如今，节约用水已经成为当务之急，重中之重。如果我们还一味的继续浪费下去，20\_\_年，北京就会陷入缺水之中。

国家水利部副部长鄂竟平在刚刚结束的全国节约用水工作会议上指出，由于人口的持续增长，到2030年中国人均水资源占有量将从现在的不足两千两百立方米降至一千七百至一千九百立方米，需要用水量接近水资源可开发利用量，缺水问题将更加突出。

中国是一个严重干旱、缺水严重的国家。淡水资源总量为二十九万亿立方米，占全球水资源的百分之六，仅次于巴西、俄罗斯和加拿大，居世界第四位，但人均不足两千两百立方米，仅为世界平均水平的四分之一、美国的五分之一，是全球十三个人均水资源最匮乏的国家之一。

全球现有十二亿人面临中度到高度缺水的压力，八十个国家水源不足，二十亿人的饮水得不到保证。中国属于缺水大国之一，人均淡水资源为世界人均量的四分之一，居世界第一百零九位，属于全世界十三个严重缺水国家之一。全国六百多个城市中有一半以上城市分别有不同程度缺水，其中严重缺水的有一百一十一个。全国城市缺水总量为六十亿立方米。

节约用水是人类的一场持久战，也许你回说：“节水是政府的事，就算我有心去做，也没有那能力。”其实，并非只有那些轰轰烈烈的大事才叫做节水，我们身边也有许多我们可以做的事情，看到没关紧的龙头把它关上；刷牙时用杯子接水，

杜绝长流水；洗脸洗脚用盆；把广播中的节约小窍门告之家长，这些，都是你可以为节水做的。

不要以为地球母亲依然精力充沛，能量无限，她现在正渐渐地失去力量！积羽成舟，滴水成河，只要我们携起手来，共同努力，就一定能让我们唯一的地球母亲更健康，更年轻，也更加健壮！

## 疫情演讲稿分钟篇三

大家好！

童年是一首歌，那歌里充满了我一串串美丽瞬间的回忆。有生病时奶奶亲吻我额头试体温的瞬间；有在琵琶演出舞台上妈妈为我按下照相机快门拍照的瞬间；有获得英语口语比赛全省一等奖喜悦的瞬间……这太多太多的瞬间都让我难忘。最使我记忆犹新的是得知爸爸那个善意“谎言”真相的瞬间！

那是一个周末，爸爸照例从烤鸭店打包回一只香喷喷、热乎乎的烤鸭。哇！烤鸭上桌了！只见那呈枣红色的烤鸭，油润发亮，一股股肉香扑鼻而来。“开饭啦！”爸爸夹起一块又肥又嫩的烤鸭放在薄饼中间，再加上黄瓜条、萝卜条、葱丝，蘸上甜酱一裹，递给了我。我大咬一口，哇！太美味了！细品起来，在浓浓的鲜香中增添了几丝甜意，那留在唇齿间的味道就如同沉浸在美梦般的梦境里。

这么美味的食物，我可不能独享！于是我学着爸爸的样子给他裹了一卷，送给了他。“别，别！烤鸭里头，我最爱吃鸭架，鸭架就酒、越吃越有！”爸爸边说边把我手里的肉卷挡了回去，然后拿起鸭架，撕吃着上面的一丝丝鸭肉，还不时地吐出一根根小骨头。

从我记事起，每次吃烤鸭，鸭架总是爸爸的独享，那句“鸭架就酒”的话也成了爸爸餐桌上的口头禅！鸭架真有那么好

吃？我必须体验一下！想到这儿，我随手拿起一根鸭架品尝起来。我撕呀，啃呀！舌头被鸭骨头戳破了，手指头也被刺红了！肉呢？少的可怜，而且淡而无味。“爸爸，这哪有纯鸭肉的醇香味道？你怎么说好吃呢？”爸爸看着我笑而不语。妈妈冲着我撇撇嘴：“小笨蛋，你傻呀！”我瞬间猛然明白，妈妈说得对，我真笨呀！鸭架骨头多，肉少得可怜，爸爸是把最好的肉留给了我！这么多年他竟然一直在骗我，不仅骗过了我的眼睛，也骗了我的心。直到今天我才明白了他的良苦用心，我抬头深情地望着爸爸。

在这一瞬间，我感受到了浓浓的父爱；在这一瞬间，我体会到了我是世界上最幸福的孩子！

## 疫情演讲稿分钟篇四

大家好！现在，我为大家演讲的题目是：胸怀祖国爱我家乡。

“生我者父母，养我者祖国。国家国家，有国才有家。”多么的贴切哇！我爱我的祖国胜过一切。从那一草一木、一山一水中饱受母爱。

爱我的祖国——中国。“五星红旗迎风飘扬，胜利歌声多么响亮……”每当我听到这熟悉的歌声，每当我看到那鲜艳的五星红旗，心中就会洋溢着无比自豪的感觉——如今的中国，一个炎黄子孙为之雀跃的民族，神采奕奕，容光焕发。

爱我的家乡——新疆

爱，无需语言表达；爱，让它流进心田；爱，永远埋藏在我心，因为我是中国人、新疆人、巩留人。

## 疫情演讲稿分钟篇五

六月的初夏，是最美的一段风景，淡淡的沁入心田的风，带

来一段最美的回忆，还有那烙在心底的最美的微笑。那时，云淡风轻，头顶着一汪蔚蓝的苍穹，时而飘过一两片薄薄的云，不久便弥散在其中，那骄阳下的时光，到现在都如此令人难以忘怀，不经意的想起这些，却勾起了藏在深处的两个身影。

夏天来了，游泳成为人们玩耍的主调，爸爸也带我去了海边，说是去玩玩，但是，如果早知道是他为了让我学会游泳才去的话，我一定会反抗这种折磨的，可惜啊……一到海边，他便拉着我匆匆换衣服下水，在水中，他犹如一条得水之鱼，翻腾着，溅跃着，看得我一脸的佩服。爸爸看见我如此，嘴角弯起了一个狡黠的弧度，“想不想学学啊？”我便像小鸡吃米般连连点头。

几分钟之后，我品尝了大自然调配的盐水，心里便咚咚地打起了退堂鼓了，刚欲离开时，爸爸一把拉住我，一个劲儿给我按到水里去了，挣扎着好不容易出水时，撞见了爸爸笑盈盈的脸，之间平日的忧虑。劳累老早便一哄而散，只有如孩童般的喜悦。我明白，这是躲不开的“悲哀”。

灿烂的骄阳炙烤着大地，回归大海是最美妙的事，但此时海边的浅滩中有两道人影，似乎是忽视了周围的一切，一个是我，一个当然是爸爸。我渐渐的进入了状态，对各种技巧，各种方法渐渐熟悉起来，爸爸不出所料的一改脸色，转之为严肃，指导着我。但我偶尔会被呛得剧烈咳嗽，这时望向他时，他便会游过来，拍拍我的背，递给我一个微笑，就再次游开，继续指导，搞得我莫名其妙的，嘀咕着真是六月的天，说变就变。不过也总会在这时，有了一种感觉，不知何处而来的感觉，我便以此为动力，致力于练习，在水中翻腾，一次次精疲力竭，化为又一次次的努力，沉浸于此，未曾注意爸爸脸庞上的线条变得越发柔和，上扬的嘴角不住的表达着喜意，构成了于油画《父亲》截然不同的画面。

我忽的一下钻出水面“终于没喝到水了！”忍不住沾沾自喜起

来，然而，下一刻我的表情便凝固了，“水下灵活度太差，继续，到我满意为止。”爸爸的表情再次被严肃取代，看了我一会儿才抛出这句话。我犯着愁，心中叹着[]mygod!这是要培养运动员么?继续吧!我可不想出啥事儿……过了很久了，到现在我常常会回想起当时要走的时刻：我练着练着突然“消失”，再突然从爸爸背后跳出来时，爸爸脸上布满的惊讶，成为了我的一个笑料，而他最后脸上挂满了微笑，让我感觉久违的又“神秘”的微笑，令我找到了之前力量的源头，原来，爸爸对我的爱，甚至宠溺，时时绕在我的身边，那天的学习，让我捕捉到了爸爸深藏于心的最美的微笑。

## 疫情演讲稿分钟篇六

大家好！

爱是一个含义非常广泛的词。爱，爱什么？爱老师，爱朋友，爱玩耍，爱学习，爱音乐，爱舞蹈。但是今天我想说的是爱父母。

最近我妈总说我像刺猬，总说“别吵，别烦我！”难以接近和沟通。她甚至开始质疑我是否还像以前那样爱父母。在她为孩子处于青春期想要叛逆而苦恼的同时，我也有点沮丧。爱，怎么能不爱呢？只是不知道怎么表达，父母也没意识到。我相信你也对父母说过“我爱你”。

随着岁月的车轮滚动，我们从学习语言和学步开始就有了这种爱的支持和鼓励[]x人事开始就有了父母的谆谆教诲。

这个时候世界上最珍贵的就是幸福，最温暖的话语也不过是“我爱你”。

最后，我想说，让爱永远留在心里。

谢谢大家！

## 疫情演讲稿分钟篇七

永远让心中充满期待，永远让梦想与未来相连。我们的心是一首纯净浪漫的歌，是一条五彩缤纷的丝带，是一个跳动不息的音符，是一个充满希望的未来！

带着尘土飞扬的道路，对青春的憧憬，对多彩梦想的追求，我们终于走到了一起。面对未来和自我的挑战，只有让理想在这里飞翔，青春才会变得丰富多彩！

青春如梦，岁月如歌，时光不逝。怎么才能拿回来？青春是人生中不可磨灭的'插曲，注定“不平凡”。它需要我们用灵魂和智慧去解读它，它需要我们用勇气和信心去充实它。当我们收拾好行囊，来到象牙塔平顶山的时候，是我们展现青春，舔色的时候了！

人只活一次，生命本来就脆弱。但是有了理想的支撑，生活才能变得强大。正因为如此，我们走过的漫长而荆棘的路，并没有让我们感到难过。我们用辛勤的汗水驱散痛苦，用坚定的信念在崎岖的路上铺就了一条通向理想的平坦之路。我们要学会珍惜这里的一切，在风雨中成长，在坎坷的泥泞中奋斗，在惊涛骇浪中奋进，在浅滩暗礁上开拓。我相信美好的生活是熊熊烈火。

在生活中，我们可能面临“占有”或“感知”，但无论如何我们必须选择后者。青春的价值不在于每天忙碌或无所事事。它需要我们用心去体验和感受，用理想去选择和培养自己。人生就像一个坐标，时间是纵轴，理想是横轴，人生的目标在这个坐标上运动。生活就像向理想迈进了一步。每一步都会留下不一样的印象，让我们书写人生不一样的篇章！

让我们敞开美丽的心扉，让理想飞到别的地方，不要让理想随着时间的流逝而消逝。用青春去敲打生活的音乐，相信每一个音符都会是一个理想的归宿！青春梦想演讲！理想是勤

劳的人画的画，是智慧的人开辟的天空，是劳动者用汗水和汗水养的花，是执着的人用心培育的情怀！

让青春和梦想成为齐飞

也许你在为生活中的得失而挣扎，也许你在痛苦的边缘徘徊，也许你一直在努力等待，也许你失败了，但请记住，其实这些都很重要，重要的是我们有青春，我们有梦想！

有梦想的青春简单快乐。有梦想的青春在奋进。有梦想的青春，无所畏惧，所向披靡。

来吧，用梦想的翅膀托起青春的心，让青春和梦想成为齐飞！

## 疫情演讲稿分钟篇八

大家好！

人类社会发展的速度早已超乎了我们每个人的想象，卡尔本茨发明的第一台内燃机汽车使我们的出行变得更加方便；美国莱特兄弟则将文明的梦想带上蓝天，人类的交通已经变得越来越便捷；从尤利加加林第一次走出大气层，到阿莫斯特朗在月球上那简单的一小步，人类的足迹早已不再只局限于我们的地球。从古人发明的指南针用于航海，到现在的深海潜水器的不断下潜，地球上唯一不为我们熟知的地方也终将被我们了解。

电灯问世前，有谁能相信有物体在黑夜里发出持续的光亮；电话问世前，有谁能相信有东西可以让远隔两地的人通话；电视问世前，有谁能相信我们可以足不出户了解世间百态；电脑问世前，有谁能相信人们可以在家中做许多以前做不了的事。敢想未必就一定能实现，而不敢想则会停滞不前，没有进步。

人类社会之所以还在以飞快的速度不断发展，就是因为有达



尔文、爱因斯坦……这一类头脑中充满了奇思妙想，并敢于将这些疯狂的想法通过自己不懈的努力变为现实的人存在于我们的社会。

天才的想法总是疯狂的，在那些庸才眼里，天才的想法总是不现实的、不合乎情理。但就是这一类被旁人视为“疯子”的人们，不断地推动着整个社会的发展。

庸才追随历史，天才改变世界，我始终这样认为。