

# 寒假回来话感悟演讲稿 寒假的演讲稿(通用6篇)

从某件事情上得到收获以后，写一篇心得感悟，记录下来，这么做可以让我们不断思考不断进步。那么心得感悟该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面是小编帮大家整理的心得感悟范文大全，供大家借鉴参考，希望可以帮助到有需要的朋友，我们一起来了解一下吧。

## 寒假回来话感悟演讲稿篇一

寒假来临，同学们离开生活、学习的母校，回到了父母亲人身边，开始了近两个月的假期生活。为了使同学们快乐、安全地度过假期，学校针对假期安全注意事项强调几点，希望同学们遵守并执行。

1、交通安全：假期有部分学生会在家长的带领下出门，学校要求不坐超员车、无证车。假期学生要遵守交通规则，行走要右侧，横穿马路要注意观察、缓行，在道路上骑自行车要注意机动车辆，不逞强、好胜。

2、用电安全：学生要学会正确使用家用电器，不私自接近电源，要在大人指导下使用电器，不违规使用电器，如用湿手巾擦拭通电电器、湿手摸电源等等，要防止触电情况发生。

3、防火、防爆、防煤烟(气)中毒安全：假期正逢春节期间，接触到各种鞭炮，很多鲜明的实例已经证明，学生接触鞭炮危险性很大，所以学校建议不允许学生自己燃放鞭炮。尤其是男生，要在家长的监护下燃放鞭炮，危险鞭炮如二踢脚、钻天猴等禁止用手燃放。农村家庭都是烧煤锅炉或火炉，作为学生要经常提醒家长注意安全，防止煤烟(气)中毒。学生要做到不私自玩火。

4、户外活动安全：冬季天寒地冻，在外玩耍不要做危险游戏或活动，不靠近有危险的建筑物；不私自外出，要和家长打招呼，没有家长允许不准在外面过夜；不接受陌生人礼物，更不能为陌生人领路，尽量不和不熟悉的人玩耍，提高警惕，防止坏人不轨。假期禁止上网吧进行游戏，要约束自己行为。

5、食品安全与自我保护：不要在路边小摊或者无证无照的小吃店购买食品，不买三无食品，不暴吃食物，注意个人饮食卫生。加强自我防范意识，不随意相信别人，自己在家，遇见陌生人要提高警惕，不随便开门，冷静应对。遇见陌生人尾随或纠缠，应迅速跑向人多或求救。

同学们，人的生命只有一次，学会保护自己，度过一个平安、祥和的假期是我们由衷的希望，在这里我代表学校祝同学们在假期开心、快乐、进步，有更多的成长收获。再见！

## 寒假回来话感悟演讲稿篇二

寒假就要开始了，根据爸爸妈妈的要求，为了能过一个有意义的寒假，为五年级有一个好的开始！我决定拟一个寒假计划！我一定按计划做。

第一条：每天早上6：00起床，晚上9：00睡觉。

第二条：起床跑半个小时的步，然后每天坚持户外活动两个小时。

第三条：每天背诵作文范文精彩片段2段；

第五条：电脑中学习新概念英语第一册半小时/天；

第六条：每周一次跟爸爸妈妈出去活动，活动形式含逛商场，骑自行车郊游，爬山，游公园等；一周可选择性观看自己喜欢的电视节目2小时。

第七条：语文、数学的作业要同步进行。

第七条：每天写一篇小字，如果时间宽松，再练毛笔字每天一张。另外，对于我的压岁钱，我要拿出20%作“流动资金”，30%交学费。”50%捐给希望工程。如果以上我都完成得很好，那以后我就给自己做很多的计划，这样我就能成为一个很优秀的学生。

## 寒假回来话感悟演讲稿篇三

一、度假需要付出。我们经常说索取需要先付出，我觉得享受假期也应该如此。同学们可能认为五个多月都过去了，高一、高二甚至完成了期末考试，主要任务已经完成，剩下这一周应付一下就可以了，准备度假吧。如果真是那样的话，那么等待你的对于高三的学生来说，可能是一场难熬的考试，你啥也不会，会了你也写不对，接下来就是伤心的成绩单，让你无颜面见父老乡亲，而暂时没有了考试压力的高一、二同学，可能会很茫然，不知该干什么，只是希望这一周快点结束。但我要提醒你，课依然在上，如果不是新课，那么就是提高课、综合课，你稍一走神，可能就与人差之千里，况且如不能集中精力，则行为必然松散，稍有不慎，就要违纪，而违纪的后果很可能是学校让你提前进入假期。同学们，如果上述事情发生了，那么你就不是在享受假期，而是假期在享受你。因此，让我们一起珍惜剩下的一周时间，为大家都有一个好的心情去坦然度假。

二、假期需要一个切实可行的计划。除了完成必要的寒假作业外，可能更多的同学只是随波浮沉，想到什么就干点什么，如果是这样，可能又是往日假期的重现，为了假期更有质量，你需要合理的分配时间，完成作业是必要的，抽出时间陪父母也应该是必须要做的，他们辛苦一年，大部分收入消费在你的身上，你在校读书期间又为你思前想后，因此这是你尽孝道的绝佳机会，扫扫地、洗洗碗、洗衣服，捶捶腰背足矣。度假期间，一定要反思本学期自己的表现，特别是做的不到

位的地方，应该及时改进、重修，如果你觉得你是一只笨鸟，那么你为什么先飞呢？预习知识，准备下学期的学习任务也是必不可少的。试着做一下，你可能会让同学“士别三日，当刮目相看”的感觉。另外，我从立体几何教学中，能深深的感受到部分同学的社会实践和生活知识的贫乏，居然没有见过油罐车、无盖的长方体水箱，不能听懂水渠的横截面这样的语言等等，给人的感觉像一个傻瓜，确切地说，你是一个呆子，去劳动、去实践吧。它能培养你的想像能力，改善你的大脑，你很快就会聪明起来。

三、永远记住你的角色。放假期间，玩耍是必不可少的，也是社会实践的一种简单形式，是一种积极休息的有效手段，但是你一定要适度，你的身份依然是一名学生，你不可以放纵自己，大吃海喝，每天看电视、玩网游，你的高考目标还没有实现，太多的学科知识没有掌握，你的晨读习惯、背诵习惯、写日记的习惯千万不要丢掉，丢掉了意味着你严重地破坏了你的生物钟，下学期将有一个糟糕的开始。所以，特别注意有规律的度假。过年期间，更应该注意约束自己的行为，不要因为燃放鞭炮而染上烟瘾，不要因为过节祝贺而学会喝酒，一定要头脑清醒。我想，如果大家能做到上面我的浅见，相信大家会有一个全新的寒假。

最后，祝同学们度过一个愉快的假期！祝我们的每一位亲人身体健康、节日快乐！

谢谢大家！

## 寒假回来话感悟演讲稿篇四

大家好！

我是来自疾控中心的xx□我演讲的题目是“责任重于泰山，疫情就是命令”。

健康——人类永恒的主题。“以民之所望为施政所向”这是李克强总理对人民忠实、对法律忠诚的诠释。作为伟大时代疾控人，我们将沐着十八大春风，不断追求，敢于担当，乐于奉献，为人民健康、为梁平疾控事业厚积薄发而不懈努力。

疾控中心是政府举办的实施疾病预防控制与公共卫生技术管理服务的公益事业单位。主要承担全县疾病预防与控制、突发公共卫生事件应急处置、疫情及健康相关因素信息管理、健康危险因素监测和控制、实验室检测检验与评价、健康教育与健康促进、技术管理与应用研究指导等七项职责共26项任务。作为疾控人，我们为肩负神圣使命而骄傲，又深感人民健康第一而责任重大。“灾害无情、人间有爱”，哪里有疫情，哪里就有突发公共卫生事件应急处置队伍。“头顶星辰日月，身披雨雪风霜，汗水洒进千家万户，脚印踏遍平原山岗”，“爱心筑起健康长城，热血驱散病魔猖狂”，这是我们广大疾病预防控制工作者深入基层、深入第一线、直面危险的真实写照。疾控人以无私奉献、忘我追求的实际行动，深情演绎着一首首动人和谐欢畅之歌，尤其是面对突如其来的疫情，疾控人的无私奉献是值得歌颂的。

作为疾控人，面对疫情是我们义不容辞的责任，正所谓疫情就如圣旨，疫情就是命令！

## 寒假回来话感悟演讲稿篇五

大家好！

上午上班时，爸爸把我带到门店前，要我在其中一个店铺里先工作半天。先做迎宾员，其实，就是跟进店的顾客喊：“欢迎光临”。开始我觉得很无聊，这多没意义呀！接下来，经过不断的尝试和体验我慢慢的懂了，这是对顾客的尊重和体现员工的整体素质。

这时我爸爸也去巡视其他的店铺了，就我一个人站在门口，

左顾右盼，我一方面希望顾客快点来，多来些人，好为店里多多增加收益；但是另一方面我又不希望顾客来，因为我很害羞，又好紧张。我正在胡思乱想的时候，一对夫妇走到了我们的店门口，我赶紧手忙脚乱的一边开门，一边喊着欢迎光临就直接走到了他们自己喜欢的品牌位置那里，服务员阿姨就立刻迎了上来，原来他们是老顾客。阿姨向他们介绍了产品的特点和优点以后，很快就有一人提一袋高档的美国“菲都狄都”品牌的包包出来了，那位爷爷还笑呵呵的摸摸我的脑袋，说我：“好样的！”然后很满意的离去了。

今天我还看到了很多有趣的人，例如，又带著名贵的小狗来没衣服的中年人，又抱着婴儿来买高档包包的阿姨，还有两位顾客，她们试的衣服和和裤子可以堆满的一条大沙发，最后却空手扬长而去了，营业员阿姨对她们还要微笑鞠躬相送。更有一位急急忙忙跑来问厕所的老人，等等，真是“无奇不有”呀！

当然咯，我不管他们是进店购物的还是来问路的，我都向他们说了“欢迎光临”。通过这次短暂的体验，我非常理解做服务行业的叔叔阿姨是多么不容易，他们不管自己的心情是好是坏，都要微笑着面对他人，服务他人。

今天，我的腿虽然站酸了，嘴巴说的有点干了，但是我很快乐，因为得到了大家的表扬，更重要的是受到了很大的启发，也尝到了赚钱的艰辛，同时也感受到了为别人服务的乐趣。

## 寒假回来话感悟演讲稿篇六

大家好！

转眼间寒假过去了，在这个充实的假期里，我也收获了很多。下面我就来我的寒假生活中发生的趣事吧！

年三十那天晚上，鞭炮声此起彼伏。我也不甘示弱，吃完晚

饭，便兴致勃勃地同爷爷和爸爸到楼下去放鞭炮。

我刚走到楼门口，就被一阵响炮声给一个激灵吓了回去，不怕家笑话，说是去放炮，我实际上是看别人放炮。

过了一会儿，妈妈也下楼了，而爸爸这时又恰好刚刚点燃了一串响炮，你说咋就这么巧？妈妈刚把一只脚踏出楼门口，这鞭炮就劈里啪啦地响了起来了，吓得我妈像一阵风似的，一溜烟地蹿了，转眼间跑回了家，而且还捂着耳朵怪叫着。那速度绝对能赶上刘翔了，这会儿让我妈去参加奥运会，说不定能拿冠呢。哈哈！原来妈妈也害怕这震耳欲聋的炮声呀！

怎么样，好笑吧！这就是我的寒假生活！