

社区民警个人述职报告 社区民警述职报告 (模板10篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编为大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

冬至演讲题目篇一

上午好！

今天我国旗下讲话的题目是：搞好冬季校园安全，创建文明和谐校园。

一、交通安全 冬季有时道路结冰，路面较滑，有时还有大雾天气，加上冷空气，使人体关节的灵活性较差，反应相对缓慢。所以在上学、放学路上要注意交通安全。

二、校内安全 在校内要注意安全，不做危险的游戏，不追逐打闹。打扫卫生时，清洁用水 不要滴撒在路面上，更不能随意乱倒。同学们上下楼梯要有序，要养成上下楼梯靠右行走的良好习惯，防止校园拥挤踩踏事故。

三、消防安全 冬季， 天干物燥， 火灾隐患很大， 大家要自觉做到：

不带不玩打火机， 烟花、 爆竹等易燃易爆物品， 以免发生意外。在教室里，不得擅自使用电器设备。放学之后，请随手关掉电器。

同学们，让我们共同努力，创建和谐校园、平安校园！让我们在国旗下共同祝愿，祝愿我们的校园真正成为全校师生安

全的港湾，和谐的乐园！

冬至演讲题目篇二

早上好！

今天(12月22日)是我国农历中一个非常重要的节气——冬至。说起冬至，有些同学嘴馋了，因为这一天，按照习俗，家家户户是要吃汤圆的。

冬至是我国汉族一个传统节日，至今仍有不少地方有过冬至节的习俗。早在二千五百多年前的春秋时代，我国已经用土圭观测太阳测定出冬至来了，它是二十四节气中最早制订出的一个。时间在每年的阳历12月21日至23日之间。

冬至是北半球全年中白天最短、黑夜最长的一天，过了冬至，白天就会一天天变长。冬至过后，各地气候都进入一个最寒冷的阶段，也就是人们常说的“进九”，我国民间有“冷在三九，热在三伏”的说法。

现代天文科学测定，冬至日太阳直射南回归线，阳光对北半球最倾斜，北半球白天最短，黑夜最长，这天之后，太阳又逐渐北移。

在我国古代对冬至很重视，冬至被当作一个较大节日。冬至过节源于汉代，盛于唐宋，相沿至今。曾有“冬至大如年”的说法，而且有庆贺冬至的习俗。《汉书》中说：“冬至阳气起，君道长，故贺。”人们认为：过了冬至，白昼一天比一天长，阳气回升，是一个节气循环的开始，也是一个吉日，应该庆贺。

现在，一些地方还把冬至作为一个节日来过。北方地区有冬至宰羊，吃饺子、吃馄饨的习俗，南方地区在这一天则有吃汤圆、长线面的习俗。今天是冬至，希望大家今天也能吃到

热气腾腾的汤圆。

我的讲话完毕，谢谢！

冬至演讲题目篇三

大家好！

今天我演讲的题目是《回归传统节，感受冬至日》。

20xx年12月22日凌晨1：11，阳光恰好直射在地球的南回归线上，北半球开始进入白天最短、夜晚最长的一天。是的，明天就是24节气中的冬至。冬至节在我国有2500年的历史。

这一节令在现代人看来，可能仅仅是划分时间的标记，甚至一个无关紧要的日子；然而在我国传统社会里，冬至具有的人文意义可能盛于新年：殷周时期，冬至一直排在24个节气的首位，称之为“亚岁”；从汉代以来，每年冬至都要举行庆贺仪式，高峰时期朝廷休假三天，君不听政；民间歇市三天，欢度节日。唐人以“小岁”称冬至；宋人甚至有“肥冬瘦年”之说；其热闹程度不亚于过年。

为什么冬至的影响这么大呢？究其原因，首先是先民们最容易直接观察到这些气象的变化，毕竟这一天昼最短、夜最长，太阳升得最低；也因此，冬至的极寒对于先民们是最危险的。而过了冬至，阳气反生，下一个循环就开始了。老人又过了一个寒冬，孩子又长了一岁；太阳要高起来了，冰雪要化下去了；天要亮起来了，水要动起来了因此，冬至是轮回的起点，是值得庆贺的大吉之日。

春种夏长、秋收冬藏。古人在年年的轮回中品味出自然规律，他们以节令作为标志，按照亘古不变的土地的法则安排着自己的活动。然而在现代，在这个我们已经离土地很远的时代，在这个气候混乱、难以寻觅规律的时代，在这个冬的极寒已

经不再能造成任何威胁的时代，冬至，和其他的节令一样，似乎要离我们远去了。我们在人工安排的时间表中丢失了轨迹、丢失了规律；在充满目标的生活里忘记了安静，忘记了家。然而，气候、土地在我们的血液里留下的痕迹，绝不是能够轻易磨灭的。还总是应该有这样一个时节，让天气肃敛，让人心安定，让游子回家。

走在校园的小路上，感受着冬至的气息。我醉心于中华传统文化的氛围，更热切地盼望每个中国人都能谨记自己的历史使命，传承中华优秀传统文化！

谢谢大家！

冬至演讲题目篇四

大家早上好！

今天我国旗下讲话的题目是《回归传统节，感受冬至日》

阳光恰好直射在地球的南回归线上，北半球开始进入白天最短、夜晚最长的一天。是的，明天就是二十四节气中的冬至。冬至节在我国有两千年的历史。杜甫的《小至》中也有云：“天时人事日相催，冬至阳生春又来。岸容待腊将舒柳，山意冲寒欲放梅。”古人认为，自冬至起，天地阳气开始兴作渐强，代表下一个循环开始，是大吉之日。据记载，人们最初过冬至节是为了庆祝新一年的到来。

如今过了两千多年，在这浓厚的历史文化背景下，冬至仍散发着不可抗拒的魅力。古人有诗云：“家家捣米做汤圆，知是明朝冬至天。”吃汤圆是过冬至的传统习俗，冬至的汤圆又叫“冬至团”，民间更有“吃了汤圆大一岁”之说。

走在校园的小路上，感受着冬至的气息。我醉心于中华传统文化的氛围，更热切地盼望每个中国人都能谨记自己的历史

使命，传承中华优秀传统文化！

以上就是我今天国旗下讲话的内容，谢谢大家的倾听！

冬至演讲题目篇五

今天我演讲的题目是——论长跑锻炼的好处。

寒冷冬至，北风萧瑟，清冷街头，稀疏人迹，抬头看空荡荡的枝头，一股莫名的伤感油然而生，枯黄的干叶在寒风中打着旋飞舞落下，似翩翩的舞者，只留下孤单的枝头在冷清的季节打颤发抖。

清晨，闹钟在狂震，此刻你是否有种把它摔下去的冲动？冬天的被窝真诱人，真想温暖还可能继续停留。所以面对一次次的冬至长跑锻炼，你退缩了，你偷懒了，你逃避了。孰不知你逃开的，不仅是跑步训练，还有关于你毅力的磨练，体格的锻炼。

让我们来听听专家怎么向我们阐述健身长跑的好处吧！

有关专家表示，长跑可提高呼吸系统和心血管系统机能，科学实践证实，较长时间有节奏的深长呼吸，能使人体呼吸大量的氧气，吸收氧气超过平时的7—8倍就可以抑制人体癌细胞的生长和繁殖。其次长跑锻炼还改善了心肌供氧状态，加快了心肌代谢，同时还使心肌纤维变粗，心收缩力加强，从而提高了心脏工作能力。

更重要的是，长跑能陶冶人的性格，锻炼吃苦耐劳，战胜困难的意志。

有关资料还显示，长跑能健脑，冬至气温较低，在冷风晨雾中长跑，会刺激机体保护性反应，血液循环加快，脑部血液流量加速，调节大脑体温中枢功能，从而供给大脑更多养分，

提高学习效益，还对大脑记忆功能有增进作用，而且长跑使人情绪乐观饱满，有助于增进食欲，加强消化功能，促进营养吸收。

同学们，听了以上这些，你是否打算在以后的晨练长跑中偷懒逃跑呢？

冬至演讲题目篇六

大家好！

你们知道我国的二十四节气吗？“春雨惊春清谷天，夏满芒夏暑相连，秋白露秋寒霜降，冬雪雪冬小大寒。”这是我国的《二十四节气歌》，想必大家一定还能脱口而出吧。在这二十四节气中，有一个非常重要的节日，那就是冬至。今天我国旗下讲话的主题是《回归传统节，感受冬至日》。

冬至这天阳光恰好直射在地球的南回归线上，北半球开始进入白天最短、夜晚最长的一天。老师们，同学们，下一周即将到来的12月22日，就是我国24节气中的冬至。

早在二千五百多年前，我国已经测出冬至来了，时间在每年的阳历12月21日至23日之间。冬至这一天，北半球白天最短，黑夜最长。根据冬至的阴晴冷暖可以预示未来的天气：冬至阴天，来年春旱；冬至晴，新年雨，冬至雨，新年晴；冬至无雨一冬晴；冬至有雪来年旱，冬至有风冷半冬。

据记载，周秦时代以冬十一月为正月，以冬至为岁首过新年。也就是说，人们最初过冬至节是为了庆祝新一年的到来。如今过了2500多年，在这浓厚的历史文化背景下，冬至仍散发着不可抗拒的魅力。同学们，不知道以往每年的冬至日你们是怎么过的呢？你们知道冬至这天有哪些风俗习惯呢？古人有诗云：“家家捣米做汤圆，知是明朝冬至天。”在我们江南地区，吃汤圆、吃米团是过冬至的传统习俗，冬至的汤圆

又叫“冬至团”，民间更有“吃了汤圆大一岁”之说。北方地区有冬至宰羊，吃饺子、吃馄饨的习俗。冬至吃饺子，是不忘“医圣”张仲景“祛寒娇耳汤”之恩。至今还有“冬至不端饺子碗，冻掉耳朵没人管”的民谣。

既然冬至意味着难熬的严冬的到来，人们为何又要大加庆祝呢？这是个很有意思的问题。东西方在这个问题上有着惊人一致的智慧。在西方，诗人雪莱说——“冬天来了，春天还会远吗？”在东方，老子说——物极必反，哀极必兴，否极泰来。是啊，人生的拐点往往在最低点开始攀升，只要我们牢记最可宝贵的希望，就如过了夜最长，昼最短的冬至，尽管气温日降，但毕竟昼渐长，夜渐短，终将春回大地。

漫步校园，让我们静静地感受这即将到来的冬至的气息吧！我们醉心于中华传统文化的氛围，更热切地盼望每个中国人都能谨记自己的历史使命，传承中华文化。

谢谢大家！

冬至演讲题目篇七

大家好！今天我演讲的题目是——冬至。

北风吹着，但是我们不觉得冷，心里暖洋洋的，因为冬至日快要来了。冬至是我国农历中一个非常重要的节气，也是我国汉族一个传统的节日，时间在每年的阳历12月21日至23日之间。冬至是北半球全年中白天最短、黑夜最长的一天，过了冬至，白天就会一天天变长，冬至日还被人们称为“安身静体”的节日，在这一天，人们都会互赠好礼，相互拜访，将抛开所有的烦恼，快快乐乐的过完这一天。而现在，我们将迎来了冬至，家家户户准备了饺子混沌，羊肉汤，人们相信吃了这些食物后，他们整个冬天都不会感到冷了，耳朵也不会冻了。冬至是二十四节气中，人们最重视的节日，我们要将中华民族的文化延续下去。过完冬至，意味着人们的

年龄将大一岁，在我的眼里，冬至就成了一个成长日，在这一天，我们要反思自己的过去，思考我们的未来。

我们是祖国的未来，祖国的未来靠我们，所以我们必须勇敢的担起这一职责。对我们来说，我们只有不断的学习，追求进步，才能真正成为祖国未来的接班人。同学们，让我们从现在做起，热爱我们的祖国，树立远大的目标，热爱家庭，孝顺父母，尊敬师长，团结同学。让我们从现在开始磨练自己，让我们从身边的每一点小事做起，我们必将成为一个自强不息，具有远大理想、人格健全、品德高尚的接班人。

最后，在这美好的冬至日，在这美好的成长日里，我给大家送上我最真挚的祝福，祝愿老师们身体健康，工作顺利，祝愿同学们开开心心，取得好成绩，祝愿我们的祖国更加繁荣昌盛，我的演讲结束了，谢谢大家！

冬至演讲题目篇八

大家好！

今天我演讲的题目是《回归传统节，感受冬至日》

12月22日凌晨1：11，阳光恰好直射在地球的南回归线上，北半球开始进入白天最短、夜晚最长的一天。是的，昨天就是24节气中的冬至。冬至节在我国有多年的历史。古人对冬至的说法是：阴极之至，阳气始生，日南至，日短之至，日影长之至，故曰“冬至”。杜甫的《小至》中也有云：“天时人事日相催，冬至阳生春又来。岸容待腊将舒柳，山意冲寒欲放梅。”古人认为，自冬至起，天地阳气开始兴作渐强，代表下一个循环开始，是大吉之日。据记载，周秦时代以冬十一月为正月，以冬至为岁首过新年。也就是说，人们最初过冬至节是为了庆祝新一年的到来。

如今过了2500多年，在这浓厚的历史文化背景下，冬至仍散

发着不可抗拒的魅力。不知道同学们在这个周末有没有吃汤圆呢?古人有诗云：“家家捣米做汤圆，知是明朝冬至天。”在我们江南地区，吃汤圆是过冬至的传统习俗，冬至的汤圆又叫“冬至团”，民间更有“吃了汤圆大一岁”之说。

走在校园的小路上，感受着冬至的气息。我醉心于中华传统文化的氛围，更热切地盼望每个中国人都能谨记自己的历史使命，传承中华优秀传统文化！

谢谢大家！

冬至演讲题目篇九

大家好！今天我演讲的题目是——冬至。

北风吹着，但是我们不觉得冷，心里暖洋洋的，因为冬至日快要来了。冬至是北半球全年中白天最短、黑夜最长的一天，过了冬至，白天就会一天天变长，冬至日还被人们称为“安身静体”的节日，在这一天，人们都会互赠好礼，相互拜访，将抛开所有的烦恼，快快乐乐的过完这一天。而现在，我们将迎来了冬至，家家户户准备了饺子混沌，羊肉汤，人们相信吃了这些食物后，他们整个冬天都不会感到冷了，耳朵也不会冻了。冬至是二十四节气中，人们最重视的节日，我们要将中华民族的文化延续下去。过完冬至，意味着人们的年龄将大一岁，在我的眼里，冬至就成了一个成长日，在这一天，我们要反思自己的过去，思考我们的未来。

我们是祖国的未来，祖国的未来靠我们，所以我们必须勇敢的担起这一职责。对我们来说，我们只有不断的学习，追求进步，才能真正成为祖国未来的接班人。同学们，让我们从现在做起，热爱我们的祖国，树立远大的目标，热爱家庭，孝顺父母，尊敬师长，团结同学。让我们从现在开始磨练自己，让我们从身边的每一点小事做起，我们必将成为一个自强不息，具有远大理想、人格健全、品德高尚的接班人。

最后，在这美好的冬至日，在这美好的成长日里，我给大家送上我最真挚的祝福，祝愿老师们身体健康，工作顺利，祝愿同学们开开心心，取得好成绩，祝愿我们的祖国更加繁荣昌盛！

我的演讲结束了，谢谢大家！