

中医医籍心得体会总结 中医医学学习心得 心得体会(精选5篇)

演讲稿要求内容充实，条理清楚，重点突出。在社会发展不断提速的今天，演讲稿在我们的视野里出现的频率越来越高。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。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。

体育演讲稿分钟篇一

大家好！今天我演讲的题目是《在实践中理解新课程》，很荣幸，能够跟上这次全国范围内新课程改革的浪潮，更有幸的是，在我刚踏上工作岗位的同时，新课程在同一年实施了。可以说，我是与新课程一起走进了体育课堂。这就要求我带给学生的，也必须是最最新的课程理念。4年快过去了，我在这4年实践中经历过迷茫，也品尝过甘甜，但更多的是一种幸福，因为我在自己的教育实践中与新课程共同成长。

新课程的实施，必须要求教师改进教育策略，提高教学效率，促进学生的学习收获，提高师生的互动，让学生在轻松愉快的学习环境中学到有用的本领。在这4年的教学探索中，我对新的课程标准有以下几点感悟。

根据“健康第一”的指导思想，新课标确立了体育与健康课程的性质、目标、内容、标准和评价体系，将体育与健康课程的性质定义为“以身体锻炼为主要手段，以增进中学生的健康为主要目的”的一门课程，它突出了健康是目标。

新课标更为彻底的摒弃了，以前我国基础教育课程那种“学科中心论”的教学模式，更充分地突出了学生是教学中的主体，这同素质教育的理念是一致的，将“以书本为中心，以教师为中心，以课堂为中心”转向以学生发展为中心。就我

们学校体育而言，强调了以增强学生的体质，又必须在“健康第一”的指导思想下，促进学生的身体健康、心理健康和社会适应能力。

终身体育要贯穿人的一生，有一种传统的思想观念是学校教人、家庭养人、社会用人。而现实证明对人的教育仅仅依靠一个时期，一个方面的力量是难以完成的。学校、社会、家庭是体育教育的三个渠道。而作为我们体育教师因该从学校体育这方面去培养学生的终身体育意识。

教师在教学过程中，应该引导学生用1-2分钟的时间来评价自己，在学习的过程中所取得的成绩。培养学生对自己的学习情况进行评价，引导学生互相评价。这样既可以使教师更好地了解学生的学习情况，同时，自我评价、相互评价有助于学生对学习活动的自我期待，提高学生自学、自练、自评的能力，增加学生之间交往的机会，形成良好的体育与健康观，养成良好的锻炼习惯。

未来的路还很长，唔将上下而求所。希望带给学生们是难忘的童年，因为，他们有着快乐的体育课堂。

我的演讲完毕，谢谢各位评委老师！

体育演讲稿分钟篇二

大家好！

我今天非常高兴能够参加班上的这次班干部竞选活动。我这次竞选的目标是担任班级体育委员。

一、自己要具有良好的体育条件，取得过优秀的体育成绩；

三、嗓音要洪亮。

我觉得我自己就具备上述要求，是一个很合格的体育委员人选。因为上小学时我每学期的体育成绩都非常优秀，每次参加校运会都取得了优异的成绩。参加过不少的体育项目，每个项目都得过奖，例如：小学六年级的运动会上，1500米取得了第一名。在刚刚结束的秋季运动会上，我1500米和800米都得了年组第一名。这不仅为班级体育争得了荣誉，而且也证明了我体育方面的不容争辩的实力！另外，我一贯地乐于助人，关心班集体，具有很强的集体荣誉感。还有一点，就是我的嗓音非常洪亮，因为我在小学时就是一名很优秀的体育委员，在这个职位上积累了一定的经验。假如我能够当选，我一定会更加努力。请大家多多支持我，给我投上你宝贵的一票吧！

谢谢

体育演讲稿分钟篇三

大家好！

在这里，我想说：“我们唯一的目的都是想更好的`为同学们服务，和大家一起分享我们的努力和你们的选择。

我叫xxx□希望这个名能在不久的将来能与体育部紧紧联系在一起。

不仅仅是让大家记住这个名，而是让我为体育部的将来做出贡献。

我相信每一个热爱体育的人都足以担当这份工作，但我不仅拥有热情，更会勤奋地工作，认真倾听大家的心声。

上学期我成功竞选为校学习实践部的一名干事，并在跆拳道社担任副社长兼宣传部部长的职务。

通过这段时间的工作，我有了很大的进步。

在五年的跆拳道学习中，我真正领悟到什么叫做跆拳道精神，那就是永不言弃，刚柔并济，虚心求教，还有最重要的一点就是团队精神。

我会把这些精神带到工作中来，做到与众不同。

下面是我的设想。

(1) 我们可以和与体育有关的社团进行联谊，让大家参加自己喜欢的社团。

(2) 还可以与校外的俱乐部联系，给大家提供训练的机会，成为真正的体育高手。

(3) 可以请教练来我校进行表演与授课。

(4) 我还设想可以在校内招聘瑜伽教练，开设一些属于经管学院的社团，例如瑜伽社，太极社。

(5) 还可以与求索计算机协会联系，进行网游竞技，在3d虚拟空间里挑战对手，娱乐自己。

不管结果如何，我都会忠心祝福经管学院学生会茁壮成长！

体育演讲稿分钟篇四

大家晚上好！

很荣幸地站在这里参加本届学生会干部竞选。我要竞选的是体育部部长一职。来这里竞选学生会体育部部长并不是为了追逐一个学生会职位的头衔，而是为了能主动地承担起一份责任，一份为学校建设而贡献自己力量的责任。虽然我很清

楚，我的竞争对手都是来自各个班级的精英，实力不可小觑，但我相信自己的能力，所以我选择了站在这里。

我是来自**班的，在大一的时候我担任的是班级的学习委员，同时也加入了一些其他的社团和部门。通过一年的锻炼以后，我感觉到作工作没有最好，只有更好。学生会是一个展示自我的舞台，也是一个服务大家的平台。在这里可以不断地挑战自己，学习很多平时不会的东西，同时可以更好的为同学们服务。

也许有人会质疑你以前干的都是和学习有关的事情，为什么现在想要来挑战体育部呢？对此我想说的是干学生工作，更多的是要靠一份激情和热爱，用积极的态度去面对才能真正的干好学生工作。或许不同的部门要面对的时不同的问题，但是他们处理问题的原则是一致的。在以前的工作中我学会了怎样为人处世、怎样学会忍耐，怎样解决一些矛盾，怎样协调好各成员之间的关系，怎样处理好与其它部门之间的关系，怎样动员一切可以团结的力量，怎样提拔和运用良才，怎样处理好学习与工作之间的矛盾。所以我想虽然之前在体育部得到的锻炼比较少，但是这不会成为我挑战它的阻碍。我会用我的热情去弥补这一切不足，不断地向其他同学学习，保证自己能够尽快地适应体育部的工作。

在平时的生活中，我热爱运动，喜爱篮球、足球、排球等一系列体育活动。我积极参加班级，学院和学校组织的各项体育活动。曾经在五四火炬接力比赛中为我们院获得了团体第四名的成绩。通过这些接触，我了解到，体育部作为我院的日常管理部门之一，它的任务就是组织学院各项体育活动，同时协助学院其他部门对学院的一些日常事务进行管理。它的宗旨是为广大同学服务，丰富同学们的课余生活，促进学院学生以及班级之间的交流，让同学们在繁忙的学习生活之后，得到一定的体育锻炼，并从中获得快乐，放松身心，而我也一直在朝着这个方向努力。

假如我能够成功的当选，我要在工作中落实如下几点：

一、首先我要进一步完善自己，提高自己各方面的素质，要进一步提高自己的工作热情，以饱满的热情和积极的心态去对待每一件事情；要进一步提高责任心，在工作中大胆创新，锐意进取，虚心地向别人学习；要进一步的广纳贤言，做到有错就改。

二、我始终坚持自己的事情自己处理的原则：认真仔细对待每一件事，用一颗平常心，及时发现问题，公平公正地处理问题。一个部门不是独立的个体，需要所有成员的努力。其他人提出的问题，我会耐心地为他们解决，对成员的工作时刻进行督促帮助，提高部门成员的工作素质，确保工作的顺利进行。对于学院其他的事务，如有问题，我也会及时大胆提出合理的建议，促进学院管理的的进一步发展。

三、我要本着服务同学的宗旨，真真正正的为同学们干实事，合理的安排体育活动，丰富大家的课余生活，避免大家一味的沉迷于网络游戏。积极锻炼，有了好身体才能好好地学习。

四、我要正确处理好学习、工作、生活三者之间的关系。吃苦耐劳，集思广益，模范带头，处处以身作则，不断提高学习和工作能力，保证学习不掉队，服务工作不落空。抓住机遇，无愧于自己，无愧于各位，莫让年华付水流。

竞争给优胜者带来欢乐，但同时又给失败者带来痛楚，但我想无论我竞选成功与否，我都坦然处之，因为一个懂得竞争真谛的人绝不会因为某次失利而耿耿于怀。我知道，再多灿烂的话语也只不过是一瞬间的智慧与激情，朴实的行动才是开在成功之路上的鲜花。我想，如果我当选的话，一定会言必行，行必果。

谢谢大家的支持。

谢谢！

体育演讲稿分钟篇五

谈起体育，你会想到什么？是强身健体吗？是一场精彩的比赛吗？一个只能带来强身健体和一场只论输赢比赛的体育未免太苍白了，简单平常的运动带来更高层次的东西到底是什么？如果说读书让我学到的是如何认识世界，那么体育却让我看到了如何认识自我，改变自己。前者拓展我的认识，后者提升我的境界。体育传递给人们的是一种精神，一条信念，一个梦想和一种美的享受。

遥想乔丹当年的英姿，至今仍历历在目，令人心潮澎湃。他那一字一字的拔地而起，轻盈地漫步在空中，自由的舒展、收缩双臂，最后再一记大力灌篮。那一次次空中的停留，为我们留下了一幅幅美丽的画面。人们明白了：原来篮球是可以被施以魔力；原来人类是可以自由飞翔的；原来nba中，并非只有人高马大的“怪兽”，也有举止优雅的“艺术家”的。也许，这就是现在青少年们为何模仿乔丹的着装、球风、举止，甚至吐舌（乔丹的习惯动作）。常言道：“爱美之心，人皆有之。”乔丹就是美的化身。他告诉了人们：体育存在美。

这就是体育，精彩激烈的同时，它不会忘记将美奉献给每一个人。

也许有些女孩子不喜欢体育，理由是看拳击太血腥，看田径一个个面目狰狞冲刺太无聊，看f1赛车高速撞击护栏太恐怖。那她就是太不了解体育了。此时不妨去看看艺术体操、花样滑冰、双人跳水，它们会向你展现体育的魅力。如此想来，“小贝”被那么多美女追，“库娃”被那么多帅哥迷，乔丹被那么多少年捧，姚明能成为中国篮球的化身，也就不足为奇了。因为他们向全世界展示了体育之美和体育的精神。他们自己是美丽的化身，更是美丽的使者，他们将美带进每个人的心里，告诉人们，体育带给人们的，不止是“更快、

更高、更强”，还有美永存其中！

老师，同学们，让我们感受体育运动，高举体育精神，在校运会上尽显自己的风采吧。

体育演讲稿分钟篇六

今天，我们又一次迎来了学校的体育节。

体育节项目各种各样，有60米100米200米400米800米跑；有垒球铅球；有跳高跳远……许多田径比赛。

跑步的同学像一只只猎豹，跳高的同学像一只只小兔，跳远的同学如同一只只袋鼠。

我先比60米跑。比赛前，我的心怦怦直跳，特别紧张。短跑只有一眨眼的时间，一定要很快；长跑比耐力，要坚持到最后。

陈老师的话让我充满了力量。当枪声一响，大家就像一艘艘火箭，迅速跑起。由于我蹲踞式助跑很少练习，所以起跑比她们慢。幸亏我跑得快，双脚快速踢，双臂摇摆，逐渐追上来了。跑道边，全是为运动员加油的呐喊声。

冲过终点，陈老师告诉我说：“第一名！”她的脸上满是笑容。

垒球我也比。本来看大家扔得又高又远，顿时觉得没希望了。但是，既然参加了，就要奋力一搏。我手拿垒球，身体往后倾斜，手使劲一挥，球就飞出去了。

我的努力换来了成功——裁判在比赛结束后，说：“3608第二名！”

这次比赛让我明白了：重于参加，不看排名，但比赛时，一定要努力。