

演讲稿演讲视频(优质9篇)

演讲比朗诵更自然，更自由，可以随着讲稿的内容而变化站位。一般说来，不要在演讲人前边安放讲桌，顶多安一个话筒，以增加音量和效果。那么你知道演讲稿如何写吗？以下是我帮大家整理的最新演讲稿模板范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

演讲稿演讲视频篇一

景象在意识里流转，纪录片唤醒了隐藏了二年的记忆。猛地，觉得那些日子实在是无比珍重的，那些毕业时候就哽咽在喉头的语言，有一股喷涌出来的冲动，让我不得不写下来。不是关于这一部叫《高三》的纪录片的观后感，而是写给我们实实在在经历过的高三日子，以及我们青春里有过的“那些花儿”。

《高三》，从它的拍摄技巧来说，并没有很独特的拍摄技巧，这只是一部平凡的纪录片。之所以获奖，可能是它对于我们每个经历高考的人来说却是一部独一无二的作品。带给我们太多不平凡思考。甚至让我们更多的去关注他的人文和社会价值。一直以来对于拍摄纪录片的导演我都是由衷的敬佩。因为这是一群在真诚说话的人，从这些人我们可以看到一种关注，一种对表现进行深入探讨的精神。现在因为节奏的加快，五花八门的东西已经迷惑了我们的眼睛，而对于掩埋在底下或其他某处真实的社会存在缺少了认识，而我认为这些颇有价值。

这部片子拍摄的是福建省武平县重点中学武平一中2005届高三七班学生在班主任王锦春的带领下紧张校园生活。94分钟的纪录片看下来，整个人都处在一种紧张的气氛当中，又仿佛将自己带回到高三那个火红的年代。一部真实得无可挑剔的影像铭刻，反映了小城镇高三学生最质朴的生

活状态。

片子每一个细节都让我对二年前的时光有种难以名状的悸动。影片一开始呈现给我们的就是班主任在狼藉破败的宿舍训斥逃课学生的镜头，而且光线非常暗，运用了隐喻蒙太奇，暗示了高三对于“中国学生”来说绝对是灰暗的一年。从高三岁月马上切换到刚入学时军训的镜头，运用闪回蒙太奇向我们述说着一届届的可怕的高三在不断得轮回中。十八岁的青涩日记，用一个个连续蒙太奇向我们展现。开家长会的时候作者运用一个个家长脸部的特写及老师与家长之间的对比蒙太奇呈现给我们一批农民家长们对教育的一种无知与无奈。

好多次出现学生佳燕的心理蒙太奇，作者将她的独白用特别的剪辑和一些画面结合在一起，产生声画分立的效果。还有作者以一种隐喻蒙太奇的方式拍摄到三次出现的入党积极分子会议，极力表现出中国学生处于怎样的思想教育之下！带有一点讽刺性！对于教室里学习氛围的表现作者是用了俯拍、重复蒙太奇，多次展现学生学习的压力。在该纪录片中作者主要以参与互动式的方法采访到了四个学生及其家长，多次运用到交叉蒙太奇和切换蒙太奇以及连续蒙太奇的方式表达了父母对子女无私的爱，片中很少的几个家长单独的镜头里，都能体现出父母亲对子女的期望及关怀。

一个重点中学的高三学生学费要二千多元，那也许是父母亲几年的积蓄，但父母都是坚定地支持子女上学，只要子女愿意学习、只要子女能够走出去，这些父母都是砸锅卖铁、变卖家产都在所不惜的，大概是中国落后的农村的普遍现状吧！家长都把自己当年没能实现的理想或愿望，寄托在自己的子女身上，甚至把整个家庭的期望都加在子女身上，这样孩子们能没有压力吗？因此片中有些同学在压力下，产生了厌学、退学的打算，或者是自我压力太大，考场心情紧张，发挥失常。这一切归根到底还是因为高考对中国人的人生影响太巨大了。

片中也涉及到校园中一些普遍存在的问题，比如说学生早恋、学生沉迷于网吧、学生养成吸烟等生活恶习，学校对此还是尽量作到教育、挽救为主，这些落后学生不论是学校、还是班主任都在努力地帮助他们，这令我十分感动。其实他们完全可以只注重抓升学率，放弃这些没有希望考上大学的学生。片中的高三(七)班的班主任王锦春从开始到结束都是那样的兢兢业业，起早贪黑。不遗余力地为学生制定各种计划，考试安排。他和他的同事们，可以说是工作地非常辛苦、非常地敬业，这业让我非常地感动，让我想起自己高三时班主任。

在片中，作为班主任的王老师，不仅有自己的教学任务(他还要带高三班的语文课)、还要时刻关注自己班级的学生生活、学习的动态，还要适时地帮助学生解决学习上、心理上的问题，对落后的学生，王老师也做到苦口婆心的地步，并没有抛弃他们，哪怕是到最后的高考来临地时刻。片中王老师是一个有着非常丰富经验的高三班班主任老师，从开学给学生和家长的动员，拉紧学生和家长大脑里的弦——一年之中最重要的大事就是准备高考。

到高考前夕，给学生减压，告诫大家高考只是人生的一个必经之路而已，采用了积累蒙太奇的方式展现出王老师的教学技巧和丰富的教学经验，是一位优秀的人民教师，是一位值得学生尊敬的人民教师。总之，我觉得周浩(该片的导演)对于高考，张兴旺，钟生明，林佳燕，莫晓兰……以及老师王锦春，解读得都很深刻。

然而《高三》所呈现给我们的不仅仅是为了唤起我们对于高三的记忆，导演最更主要的目的是给予我们对中国教育制度与当今时代是否相符的一种反思。高三》中的班主任王锦春一开始就说：如果是我们从事中学教育的圈内人，他们肯定会理解我们的做法，但那些专家、学者对我们也许会有看法。

但是我们还是坚持这种教育，因为如果我们不这么做，就对

不起学生和家。因为在教育的磁场中，吸附着老师、学生和家：老师为的是升学率，学生为的是前途，家为的是儿女的幸福。老师错了吗？学生错了吗？家错了吗？都没有错。那么，我们的教育错了吗？答案是：教育没有错，只是和时代步伐不一致。

老师传道授业，学生敏思好学，家尊师重教——让我们的双眼直视坚硬的事实：升学率的达摩克利斯之剑高悬于老师的头顶，学生面临着要么读书而成为天之骄子、要么成为如父辈一样的农民、工人、农民工或者“社会闲散人员”的严酷事实，而家，则要通过自己的孩子来改变一个家（甚至是几代人）的命运。

承载如此重负的，正是这个伟大的时代。或者说，教育的重负正是这个时代重负的缩影。学生的成绩是老师的“命价”，升学率的高低决定着他们的一切；学生的未来是家的“命价”，他们要累死累活才能负担得起学生现在和将来的学费。满耳读书声，满耳升学率，这是什么？这是悲哀。因此“中国”的高三，这群人的集体奋斗有一种悲壮和凄凉感。想起当时身边的人包括自己在内，对于高考了解少之又少，除了一开始就被家，家灌输的大学梦之外，别无其他。看着这一个个活生生的画面，学生诉说着自己的理想是那么得不纯粹，他们背负了太多责任负担了。

一部《高三》将最真实的故事完整呈现在观众面前，把思考的机会留给乐观众。对于《高三》屡获殊荣我没有惊讶。惊讶的只是在这样一个平凡的国度里，某些平凡的人正在人生不平凡的时期平凡地奋斗着，所为者，在别人看来的平凡，却是自己心底最大的不平凡。在平凡与不平年的撞击中，掉落的是无可奈何的人文关怀之火花。

近期，一场以全员收看电力安全警示教育片、深刻剖析事故原因、撰写心得体会的安全警示教育在公司系统如火如荼开展。

观《警示 教育 安全》后，心里久久不能平静。屏幕上，一起起安全事故，夺去了多少鲜活的生命，给死难者家属心中留下无尽的伤痛。泣血的场面，深深地刺激着我们的视觉神经，让在场的每一个人揪心、叹惜。深刻剖析事故原因，无一不是由于部分员工安全意识不强，遵章守纪自觉性不高，违反操作程序、违章指挥、违章操作、安全监护不到位所造成的。

追求幸福快乐，是人之本能。近年来，随着人民生活水平的提高，人们心目中的“幸福指数”中，“平安”二字占有越来越重的份量。在春节贴的春联上、在人们的祝福语中、在工厂车间、在出行的车上……“平安”二字无处不在。孙悦的一曲“祝你平安！”曾红遍大江南北，可见，“平安”二字受人们欢迎的程度。因为人们深深知道，只有与安全、平安结缘，才能让幸福相伴。

一个企业要发展，安全是前提；一个家庭要幸福，平安是保障。在工作中，我们要牢记亲人的叮嘱，领导的重托，牢固树立安全第一的思想，时刻保持警惕，加强自我保护意识，对事故隐患要有一定的预见性，遵章守纪、按章作业，坚决做到“四不伤害”，才能确保安全生产的可控、能控、在控，才能让幸福时刻萦绕在你我的身边。

人的生命是宝贵的，生命只有一次，生命高于一切。火灾、交通事故、溺水等却把人们唯一的生命夺走了。今天观看了《珍爱生命安全第一》的启示录后，再一次使我感受到生命的珍贵，感受到火灾、交通事故、溺水等给人们带来的巨大灾难。

我国一天大约有四十名中小學生死亡，也就是有一个班的学生消失。多么可怕的数字，多么令人痛心的事情。它不仅摧毁一个个幼小的生命，而且使无数个家庭支离破碎。近些天，我国就发生了几十起恶性-交通事故，共有三千多人死亡，两万多人受伤。这是一个非常惊人的数字，也为我们敲响了

安全警钟。也促使我们在课上和日常生活中多学安全知识，积累安全自救经验。使我感触最深的是那个小女孩被一辆大货车夺去了双腿的事，从此小女孩就坐在篮球上，一步步的挪动，我为这幼小的生命从此残疾而感到痛心。愿安全警钟为我们长鸣。我们一定要遵守交通法规，要走人行横道，要遵守红灯停、绿灯行的规则，不在马路上打闹…… 努力做好自主保安和相互保安。

我们是祖国的花朵，我们是祖国的未来，生活在幸福的大家庭中感到无比的自豪。我们应该珍爱生命，善待生命，团结互助，努力学习，用丰富的知识武装自己的头脑，用自己所学的本领去建设美丽的祖国。

今天观看了清华学生自己拍摄的视频，略有感慨。

视频的内容比较丰富多彩，涉及各方面，并且时间跨度很大，虽然播放顺序有点乱，但是每个片段表达的内容还是挺清晰的。视频有许多的片段，每个片段表达一个主题。视频的顺序记得不是很清楚，对其中有些片段的内容印象深刻。

视频的内容大概有开学，军训，竞选班委，辩论赛，分组活动，学生讲座，各种比赛等方面。

通过开学报名的视频，似乎看到了自己大一刚来时的青涩，总觉的那些平常普通的画面在日后回忆起来显得弥足珍贵，如今日子一天天过去，走进大二的我们，似乎再也找不到当初的感觉了。回忆总是充满了美好，虽是看的别人的过去，但有过相似经历的我，看到这些也是无比怀念与熟悉的。

军训的日子对大一时时候的我们似乎是一场噩梦，但今天看到她们军训的视频，感觉军训也是甜蜜的。不停的起立，蹲下，齐步走，正步走，也是一种乐趣，曾经拉歌的样子，站军姿的样子，一幕幕浮现在眼前，仿佛那些不过是昨天发生的，可是，原来时间真的过去很久了。

看到她们竞选班委，就想到自己班上竞选班委，青春的色彩总是不一样的。有人积极的表现自己，有人看着别人的神采飞扬，却无动于衷。我想，不仅是竞选班委这样，许多事都是这样吧。每个人都有自己的选择，有人选择拼命争取，有人选择顺其自然，但不管怎样，这都是我们内心的想法，不必刻意勉强，做自己就好。

清华毕竟是一所不错的大学，所以视频不会只呈现给我们学生生活中一些琐碎的事情，这段视频也更多呈现了清华学生在学习，学术等方面的表现。还表现出了大家在竞赛活动中的拼搏。

这段视频有一段是一个男同学在讲解性，虽然大多数学生表现出了羞涩，不过既然有人敢走出这一步，证明清华的学风还是开放的。视频还展现了清华学子对各类问题进行的辩论赛，从活动中看出了大家的口才与应变能力，能够充分体现大学生生活活动对学生判断问题，分析问题等能力的培养。视频也展现了十佳歌手比赛等文艺活动，表现大学生除了学习书本知识以外，也有很多机会表现自己的艺术才华，丰富自己的业余生活。这段视频更是展现了清华富有特色的赤足运动会，极大程度表现出了大家的拼搏力，战斗力。这段视频展现大学生生活的方方面面，我就不一一列举了。

看了这段视频，我很是怀念我逝去的大一生活，也期待我还未来到的大三大四生活，更重要的是要珍惜我所经历的大二生活。视频中记录的学生的点点滴滴，也是我生活中的点点滴滴，我曾看似平静无聊的的大学生活，如今回忆起来却异常美好。我想，我们都应该回味我们那些青葱朦胧的岁月，珍惜我们的成长经历，走好生活的每一步，愿以后不留遗憾，勇往直前。

天空很大，我们都太渺小。可是再渺小，也是绿色一片。

演讲稿演讲视频篇二

大多数用户使用会声会影基本上都是冲着它强大的视频素材剪辑功能而来，利用它来去除视频中多余的、效果不佳的片段，以此提升整个视频质量。

1、标记开始点。

图1：标记开始点

进入会声会影编辑器，在视频轨中插入相关视频素材；至合适位置后，施放鼠标左键，标记素材开始点成功。

2、标记结束点。

图2：标记结束点

至合适位置后，施放鼠标左键，标记素材结束点成功。

1、标记开始点。

图3：修整栏标记开始点

2、标记结束点。

图4：修整栏标记结束点

（标记视频素材的介绍点就是指定视频素材播放的终点）

将鼠标移至修整栏的. 结束修整拖柄上，单击鼠标左键并向左拖拽至合适位置后释放鼠标左键，即可标记结束点。

单击导览面板“播放”按钮，即可预览剪辑后的视频效果；

1、标记开始点。

图5：时间轴标记开始点

进入会声会影编辑器，在视频轨中插入相关视频素材；

位置；

2、标记结束点。

图6：时间轴标记结束点

单击导览面板“播放”按钮，即可预览剪辑后的视频效果。

1、标记开始点。

图7：按钮标记开始点

进入会声会影编辑器，在视频轨中插入相关视频素材；

2、标记结束点。

图8：按钮标记结束点

演讲稿演讲视频篇三

听了很多次李强演讲视频的讲课，李强老师思维敏捷、语言幽默、案例生动、高屋建瓴，听后使人茅塞顿开。

第一点：愉快的接受领导安排的每一项工作。

我认为，安排工作不单单是给我们的一项任务，更主要的是给我们一次锻炼的机会，骨干是“用”出来的而不是“选”出来的。“用”就是给我们安排工作。有时安排的工作可能你感觉超出你的职责或岗位范围，举例子说比方你现在是经理级，安排的工作可能是总经理该干的事，你不要抱怨，这可能就是领导给你个机会，对你的一个考验。

多干一些别人给你的工作，一个是得到锻炼提高，你都掌握了，另一方面在你的领导眼中，会更加重视你。

第二点：有工作时积极寻找方法，不找理由，做事认真、用心

要把理由变成方法，一有工作不要太多的理由，要想

尽千方百计办好，抱怨和理由只能说明：一是认识不到位，二是意识跟不上步伐。

做事认真、用心：不管多大的工作或活动都是有一个个细小的工作组成的，而往往都是在细小的方面出问题，这就需要我们认真、用心。

（办公室发传真，仔细把页码按顺序装订好，再转给相关的人。

京西宾馆服务员倒水的例子：倒水走得很齐，杯盖留点缝）

第三点：谦虚、求教、不断学习，李强为自己工作

工作就像打仗光有决心不行，得有先进的武器，要通过学习不断提高水平

人和电脑一样，人有的基础低，有的基础高，电脑配置也有高低，初始硬件低，就应提高硬件，学习是在提高硬件，再给安装很多程序，安装什么程序就能干什么活，不学习不提高基础就像配置低的电脑安上程序也运行不了或很慢。

只要你善于学习，你会发现学习的途径很多：书本光盘我就不多说了，像网络、身边的人、出发等等都是很好的途径。当然网络要看积极的进步的，身边的人要看到人家的优点不要光看人家缺点，出发要留心，举例：董事长转先进的办公设施，酒店（记住好的酒店，招待客人时用），带回很多信息、资料、地图、样品。

李强老师讲课有句话：真正批评你的人，才是你生命中的贵人，才是你的指路人。有个俗语：喝凉水睡凉炕早晚是病；自己有时认识不到，这就需要领导给予指正，领导知道的多、有经验，路是已经走过来的，及时给予批评教育，小病不治出大病（及时治）；领导指出错误要虚心接受并改正，要知错就改，比错误更容易犯的错是不认错。

负责才对你严格，保护才对你严格，不管你是 not 负责、不爱护。

李强说管理，有的上班上网玩游戏，领导为他好，制止他，却跟领导顶撞。有句话说得很有道理：忍不下一个耳光，就可能被割下耳朵。

演讲稿演讲视频篇四

成本会计学 教学大纲

一、 导言

成本会计学是一门新兴的学科，是现代会计的一个重要分支，是以成本为对象的一种专业会计。成本会计学不仅是一门实用性很强的课程，而且是一门跨学科的课程，同时又是一门会计专业理论、方法与实践相融合的课程。

本课程主要讲授现代成本会计的基本理论、基本方法和基本技术。内容主要包括：成本会计的产生和发展、成本会计的任务、成本会计的核算要求。成本会计核算的原则和程序。材料费用、工资及福利费、动力费用、折旧费用及其他费用的核算。辅助生产费用的核算，制造费用的核算，生产损失的核算，生产费用在完工产品和在产品之间的划分。产品成本计算方法的选择、产品成本计算的品种法、产品成本计算的分批法、产品成本计算的分步法。成本计算的辅助方法。其他行业成本的计算。成本报表的编制。成本报表的分析等。本课程在重点论述成本核算的同时，考虑到社会主义市场经济条件下，加强企业内部管理的需要，对成本预测、决策、计划、控制和考核也进行了较深入的论述。为企业不断降低产品成本，提高经济效益奠定了坚实的理论基础。成本会计学课程主要是为会计专业和财务管理专业的本科生开设的专业课程，也适合选修第二学位的其它专业的本科生学习。

通过本课程的学习，学生应能了解现代成本会计学在管理学科体系中的地位和作用，掌握成本会计的基本内容和基本理论，学会如何在社会主义市场经济条件下和现代企业制度环境中，进一步加工和运用企业成本会计信息，进行成本分析，加强企业的经营管理。成本会计学是一门实用性很强的课程。在学习成本会计的基本方法时，既要知其然，还要知其所以然，既要学会操作，又要弄清道理。为此，学习时，除了阅读教材以外，还应十分重视做习题这一环节。培养和训练从事成本会计工作的基本技能。

二、 成本会计 视频教程学习资源

一、适用对象

本课程是为会计学专业、财务管理专业本科生开设的专业基础课。

二、先修课程

1. 专业基础课：会计学、财务管理、中级财务会计学
2. 其他相关的经济管理类基础课

三、选用教材

于富生等主编. 《成本会计学》（第四版）. 中国人民大学出版社，2006年出版。

四、课程的性质任务

成本会计学是一门会计学专业基础课，学习本课程的主要目的在于：

1. 掌握成本会计的基本概念、基本原理、基本公式、基本方法的理论含义以及实际应用。
2. 在掌握成本会计基本知识同时，学会把成本会计和其他相关专业的知识结合起来，能够分析问题和解决问题。
3. 对成本会计学科的新思路、新发展也要有一定了解。

五、学分：4分

六、课程的教学内容体系及学时分配

本课程总学时为60学时，共包括10章内容。分章节学时分配如下：

课 时

章 次 1 2 总论

工业企业成本核算的要求和一般程序

费用在各种产品以及期间费用之间的分配和归集

生产费用在完工产品与在产品之间的分配和归集

产品成本计算方法概述

产品成本计算的基本方法

产品成本计算的辅助方法

商品流通企业和农业企业成本核算

变动成本法、标准成本法和作业成本法

成本报表的编制和分析 教 学 内 容

小 计 2 8

讲 授 2 6

讨 论

3 8 6 2

4 5 6 7 8

4 2 10 8 4

4 2 8 7 4

2 1

9 10

6 8 60

4 7 50

2 1 10

合计

演讲稿演讲视频篇五

大师说：

一要多运动。

人脑分大脑和小脑两部分，大脑由左右两半球组成。

左半球主要管语言、数学等；右半球负责音乐、美术和空间的辨认。

我们平时使用较多的是大脑的左半球，而大脑的右半球使用较少。

因此给头脑充电，就特别要通过多活动左手左脚左边身体和多参加音乐、美术等方面的活动，来锻炼和增强大脑右半球的功能。

这样左右半脑经常交替运动，大脑就会得到锻炼和发展。

所以，我们要上好每一节课，因为有些课能使我们的左脑更

聪明，有些可能锻炼我们的右脑。

上好每节课，学好每个知识，就会使我们变得更聪明。

二要增加营养。

大脑活动需要消耗一定的能量，我们的大脑正处于生长发育的重要时期，要维持大脑的正常工作，要促进大脑的发育完善，就必须注意身体成长所需要的营养，给大脑提供足够的能量。

所以我们在吃饭的时候就不能挑食，因为每样食物等能给我们提供不同的营养。

三要注意休息。

脑细胞不像身体的其他体细胞那样能贮存一定的营养。

因此，脑细胞持续工作七八小时以后，活动便会减弱下来，会自动休息。

休息可以使大脑消除疲劳。

恢复机能。

散步、做操、调换用脑内容。

闭目静养和睡眠是几种不同的休息方式，小学生应保证自己有足够的睡眠时间。

四要手脑并用。

我国著名的教育家陶行知先生曾做过这样一首教育诗：“人生两个宝，双手与大脑。

用脑不用手，快要被打-倒。

用手不用脑，饭也吃不饱。

手脑都会用，长大不得了。

这是告诉我们，每个人都应该学会手脑并用。

如果你想明天更聪明，一定不要忘记给大脑充电，不要忘记运动、营养、休息。

童年时代，我最敬佩的人是老师。

他们是人类灵魂的工程师——用粉笔耕耘、用语言播种、用汗水浇灌、用心血滋润。

就是这份无私、这份执著给了我无穷的力量，使我人生的信念更加坚定。

于是，在人生的十字路口，我毅然选择了教师这一职业，从此踏进了教育这方热土，而且还是一块特殊的教育天地——工读教育。

一转眼，我在工读学校已经度过了18个春秋，虽然人已中年，但我没有后悔，相反我为我的选择而骄傲。

我们全体师生正在新一届领导班子的带领下，披荆斩棘进行着艰苦的第二次创业，虽然路途坎坷，但我们有着坚定的信念和不竭的动力，我们正脚踏实地的一步一步的向着更美好的未来走去！

作为一名教师，我为我的选择而骄傲，我为我校的这些教师而骄傲，更为自己是工读学校的一员而骄傲！因为我相信：锦州市工读学校的明天一定会更美好！

最后，再次祝老师们、同志们——节日快乐！身体健康！合家幸福！祝同学们学习进步！

青春是用意志的血滴和拼搏的汗水酿成的琼浆——历久弥香；青春是用不凋的希望和不灭的向往编织的彩虹——绚丽辉煌；青春是用永恒的执著和顽强的韧劲筑起的一道铜墙铁壁——固若金汤。

信念是巍巍大厦的栋梁，没有它，就只是一堆散乱的砖瓦；信念是滔滔大江的河床，没有它，就只有一片泛滥的波浪；信念是熊熊烈火的引星，没有它，就只有一把冰冷的柴把；信念是远洋巨轮的主机，没有它，就只剩下瘫痪的巨架。

站在历史的海岸漫溯那一道道历史沟渠：楚大夫沉吟泽畔，九死不悔；魏武帝扬鞭东指，壮心不已；陶渊明悠然南山，饮酒采菊……他们选择了永恒，纵然谄媚诬蔑视听，也不随其流扬其波，这是执著的选择；纵然马革裹尸，魂归狼烟，只是豪壮的选择；纵然一身清苦，终日难饱，也愿怡然自乐，躬耕陇亩，这是高雅的选择。

在一番选择中，帝王将相成其盖世伟业，贤士迁客成其千古文章。

只有启程，才会到达理想和目的地，只有拼搏，才会获得辉煌的成功，只有播种，才会有收获。

只有追求，才会品味堂堂正正的`人。

如果说友谊是一颗常青树，那么，浇灌它的必定是出自心田的清泉；如果说友谊是一朵开不败的鲜花，那么，照耀它的必定是从心中升起的太阳。

多少笑声都是友谊唤起的，多少眼泪都是友谊揩干的。

友谊的港湾温情脉脉，友谊的清风吹满征帆。

友谊不是感情的投资，它不需要股息和分红。

(友谊可以换其他词语)

盈盈月光，我掬一杯最清的；落落余辉，我拥一缕最暖的；灼灼红叶，我拾一片最热的；萋萋芳草，我摘一束最灿的；漫漫人生，我要采撷世间最重的一——毅力。

如果说生命是一座庄严的城堡，如果说生命是一株苍茂的大树，如果说生命是一只飞翔的海鸟。

那么，信念就是那穹顶的梁柱，就是那深扎的树根，就是那扇动的翅膀。

没有信念，生命的动力便荡然无存；没有信念，生命的美丽便杳然西去。

(划线处可以换其他词语)

毅力，是千里大堤一沙一石的凝聚，一点点地累积，才有前不见头后不见尾的壮丽；毅力，是春蚕吐丝一缕一缕的环绕，一丝丝地坚持，才有破茧而出重见光明的辉煌；毅力，是远航的船的帆，有了帆，船才可以到达成功的彼岸。

爱心是一片照射在冬日的阳光，使贫病交迫的人感到人间的温暖；爱心是一泓出现在沙漠里的泉水，使濒临绝境的人重新看到生活的希望；爱心是一首飘荡在夜空的歌谣，使孤苦无依的人获得心灵的慰藉。

心的本色该是如此。

成，如朗月照花，深潭微澜，不论顺逆，不论成败的超然，是扬鞭策马，登高临远的驿站；败，仍滴水穿石，汇流入海，

有穷且益坚，不坠青云的傲岸，有“将相本无主，男儿当自强”的倔强。

荣，江山依旧，风采犹然，恰沧海巫山，熟视岁月如流，浮华万千，不屑过眼烟云；辱，胯下韩信，雪底苍松，宛若羽化之仙，知退一步，海阔天空，不肯因噎废食。

快乐=物质/欲望。

这是美国经济学家萨缪尔森提出的快乐方程式。

从经济学的观点看，物质消费越大，欲望越小，快乐就越大，正应了中国人的一句古话“知足常乐”。

狗，小狗不该因为大狗的存在而心慌意乱。

所有的狗都应该叫，就让他各自用上帝给他的声音。

成熟是一种明亮而不刺眼的光辉，一种圆润而不腻耳的音响，一种不需要对别人察颜观色的从容，一种终于停止了向周围申诉求告的大气，一种不理睬哄闹的微笑，一种洗刷了偏激的淡漠，一种无须声张的厚实，一种并不陡峭的高度。

爱，有的时候不需要山盟海誓的承诺，但她一定需要细致入微的关怀与问候；爱，有的时候不需要梁祝化蝶的悲壮，但她一定需要心有灵犀的默契与投合；爱，有的时候不需要雄飞雌从的追随，但她一定需要相濡以沫的支持与理解。

演讲稿演讲视频篇六

明天就要上班了，我心里那种满满的不舍又涌了出来。老公从初四就开始上班了，那天早晨我送他去赶班车，一路上，人车稀少，开始我还有些恍惚，后来才意识到这是在过年。

真是的，快乐的日子总是过的不知不觉，一恍惚，我们离上班的时间又近了。

这几天过得浑然不觉，哪里也没去，除了在父母家吃吃饭打打牌，就是在家里不分昼夜地看电视、睡觉。电视看累了就睡觉，能量补充足了就接着看电视，可以躺在床上歪着、斜着，可以不用刷牙、洗脸，可以蓬头垢面，我享受着这难得的假日，我做着真实的我自己。

唉，快乐的时光总是那么短暂，一不留神，那个又要让我百爪挠心的日子就要临近了。好享受这样的时光，可以不去想什么客户、生意、客流、订单、售后，没有电话，没有焦虑，整个状态都被放空了。站在我家阳台上放眼向外望去，真能看到路人脸上的表情也是一片祥和，这是只有在假日里才能看到的场景，他们也可以如我一样的撕下往日的面具，不再厮杀，不再忐忑，没有纷争，安然的享受着与家人在一起的分分秒秒。这个时候，不管你是大人物还是小人物，都做回真实的自己。

我忽然的就明白了，过年是什么？过年是一种习惯，小时候盼过年，是因为过年会有好东西吃、有新衣服穿，成年以后终于明白，过年就是让你把一年里所有的不快、焦虑、迷茫、失意统统忘掉，让你可以随意地蜷缩在某一个角落，闭上眼睛，听一段惬意的音乐，或是可以和某个长久不联系的朋友煲一段电话粥，聊聊八卦，而可以不顾忌时间的长短，因为这一刻，你有的就是时间。

此时此刻，我那么强烈的怀念着我的假期，我害怕每天的脚步匆匆，我害怕大街上的车水马龙、摩肩接踵，我不舍假日里的慵懒和闲散，这样的时光每年只有一次，这样的放纵只有在过年才能呈现……老天，你好残忍！

什么都别想了，好好享受这剩下的最后十几个小时的闲散时光吧。

过年是一种习惯，留念也成了一种习惯了，每年的这时我都心生些许感慨，我是O型血，天生的感性。写下这段文字，我还要补一觉，做做我的白日梦，在梦里如果再能梦到大把的人民币，如果再能碰到我的发小王珏，让我和她一诉这些年的物是人非、人生起伏，那我对这个假日的膜拜将会达到顶点！

好喜欢睡懒觉哦。

躲进被窝成一统，管他春夏与秋冬……

演讲稿演讲视频篇七

1、我把思念叠成信笺，托大雁带给你，我把祝福叠成纸船，托流水载给你，我把关切装成礼物，托新年的春风送给你。亲爱的，新年快乐！

2、相识系于缘，相知系于诚，一个真正的朋友不论身在何处，总时时付出关和爱，愿好友平安、幸福。

3、带上三分过年的喜庆，带上十分祝福的心情，穿过万家灯火的鞭炮声声，进入吉祥如意的福祇宅中。按捺住内心的激动，祝你除夕快乐，富贵吉祥！

4、人生总共有几春？今天又是一个春，愿你生活多缤纷，幸福泉水往外喷。全家和谐多安好，家人健康才是宝，愿疾病远离你家，不论春夏秋冬夏，全家都能乐开花。

5、大年初一头一天，吉祥好运送上门。东方风来满眼春，春色满园焕生机，西方天降祥瑞光，光芒四射护家宅。祝你新年新希望，家和人兴事业旺。

6、心到，意到，祝愿到；福到，运到，财气到。日子到，时间到，元旦的钟声还未到，是我的新年祝福提前到。如果有

人敢比我早到，别客气，删掉！

7、卧薪尝胆是苦心；破釜沉舟是决心；愚公移山是恒心；我的祝福是真心，在元旦来临之际，衷心祝愿你快乐幸福，好事不断钱财滚滚来！

8、20xx将至，一条短息送去我的祝福，祝你：事业飞升四处逢缘，钱包鼓鼓塞满欧元，爱情美满喜结姻缘，家人和睦团团圆圆！

9、新年到，愿你家兴业兴财源兴，人旺体旺精神旺；嘴巴整日乐歪歪，脑袋逍遥美晃晃；日子一日一日强，幸福一年一年长；青春常驻你身上，友谊永在万年长。

10、路漫漫，风淡淡，天蓝蓝，思绵绵。烟花灿，过新春，快乐伴，赛神仙。与好运，常相见，跟平安，永连线。祝愿你，福无限，日子美，生活甜。

演讲稿演讲视频篇八

俗话说“世上无难事只怕有心人”。人的工作能力几乎都相差不是很大，为什么有人能够做得很出色，而有的人却平庸无能。关键在于对工作是不是有高度的责任心。责任心高的同志就会积极的为工作开动脑筋，为搞好公司的供应工作奠定基础。

干好供应工作不是靠一张嘴或者一支笔，靠的是把公司交付的任务都落实到实处。这就要求物供人员必须要有强硬的执行力。卢展工提出“三具两基一抓手”的工作理论可以运用到物供工作上来。我觉得三个具体对我们的物供工作很有帮助。“做任何事情一具体就突破、一具体就深入、一具体就落实”。许多事情就是在做具体的工作中才能发现问题、然

后才能够找出解决问题的方法，问题解决了我们的物供工作自然就有了提高。这些都是靠我们要持续不断的提升执行力，把工作落实到实处。从不断的突破不断的创新，持续提升我们的'管理水平。

俗话说“没有规矩不成方圆”，搞好物供工作的前提就是要有一套的完善的规章制度，以及合理闭合的业务流程。供应人员在日产工作中都要严格遵守这套制度，这也充分的体现了其必要性与重要性。流程必须是闭合的如果不闭合就会让一些心怀不轨的人钻了漏洞。业务上要实行精细化管理，不论是一个合同条例还是一个随机配件，我们都要细心的对待。绝对不允许让公司的利益得到损失。

供应工作本身就是以服务区队、服务生产为宗旨。只有把安全和生产搞好了，公司的效益才会得到提升，我们管理人员才能实在自己的价值。要加强与区队之间的沟通，时刻掌握材料的需求紧急情况以及材料的使用情况。这也便于及时调整采购计划安排和产品质量的具体情况。

供应部门是一个非常敏感的部门，这就要求我们物供人员必要有一颗廉政的心。人在各种各样的有货面前总会有脆弱的时候，这也就要求要对物供人员加强廉政方面的思想教育。多举一些以为廉政问题而踏上不归路的案例，以及多学习廉政方面的书籍。在一个就是要求供应从业人员必须要严于律己，时刻警惕自己，这一次伸手拿的是钱，下一次伸手可能就是带上手铐。

演讲稿演讲视频篇九

11、分手了，就做回自己。爱情是两个人的事，错过了大家都有责任。一个人总要有个新的开始，别让过去把你栓在悲哀的殿堂。别说你最爱的是谁，人生还很长，谁也无法预知

明天。活着不是为了怀念昨天，而是要等待希望。哭完就把一切都留在昨天，永远不要去触及。

12、总有那么一些人，如此清晰的刻在你的生命中，浸入血脉，深入骨髓，生生死死都无法遗忘。他一辈子跟着你的呼吸，随着你的记忆，陪着你到白发齐眉，到地老天荒。

13、舍不得你，但路还是要走下去，前面也许有一片更旖旎的风光。抹乾眼泪，我走我的路，如果你曾是那么值得爱，我会永远怀念你，谢谢你陪我走了一程。如果你不值得，我会把你抖落，当作从来没有认识你，你是我年少无知所犯下的最愚蠢的错误。

14、生命都难以把握，更何况爱情。爱情，对每一个人来说并不是完全公平的，或许幸运的人会拥有那朵旖旎的奇葩，也有人只能在爱情湖畔独自徜徉，更有人会因为坠入爱河而迷茫伤怀！

16、想你在这静谧的月夜！当迷失的星光闪烁在荒凉的午夜，天各一方，散落的月色下；你似一汪温馨的爱河之水，外面，孤独与寂寞的风向我袭来，我唯有以笔代桨；静静地静静地，把思念划成一条小船；轻轻地，轻轻地划进你避风的湾港。

17、要把暖暖的有关心，变成冷冷的寒心；不要把一直的给予，放下置之不理。交人，要交真心；知情，要知感恩。有情有义的，才够朋友；不离不弃的，才算爱人。

18、曾经几时，把爱隐藏于心间，铭刻在年华深处，不在乎

天涯海角的距离，遥遥相盼。如果时光里少了那么一些相遇，少了一些人，或许连整个青春都会简单许多。

19、我们用自己的方式爱着对方，我们能一起过我们想要的生活！你成不了完美丈夫，我也不想做什么完美的妻子，我不会整天给你做羊排，等你从办公室下班回家……我们享受互相的陪伴，我们享受互相的思想，因为我在乎你。我们彼此相知，胜过任何人。

20、谁喜欢你，你能感觉得到。你喜欢谁，他对你爱不爱，在不在意，你也能感觉到。有时候，聪明如你，傻就傻在习惯欺骗自己。承诺了不该给的承诺，坚持了没必要的坚持。爱情这件事，勉强不了，住不进你心里的人就放他走，你走不进的世界提前先掉头。

感谢你的收看，评论留言，下期继续为你更新！