

最新五年级美术教学计划岭南版 五年级 第二学期美术教学计划(精选5篇)

演讲稿是一种实用性比较强的文稿，是为演讲准备的书面材料。在现在的社会生活中，用到演讲稿的地方越来越多。好的演讲稿对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇演讲稿以下是我帮大家整理的演讲稿模板范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

化压力为动力演讲稿篇一

尊敬的各位领导、评委，同志们：

大家好，我叫**，来自**。

**当共和国60华诞的脚步越来越近的时候，一种渴望、一种激情总是在我心中涌动；一种前所未有的民族自豪感与自尊心总是在我胸中激荡；60年前的那一声，那一声激荡寰宇的巨人的声音，仿佛就在我的耳畔！

朋友们，作为一个中国人，曾经的苦难和屈辱中挺起脊梁的中国人，60年沧桑巨变，60年地覆天翻，叫我怎能不激动不已呢。

俗话说：一滴水可以折射太阳的光辉。

从我们这座在沟壑纵横的废墟上崛起的仓库就能聆听到共和国前行的脚步声：从一穷二白到颇具规模，从手搬肩扛到如今的现代化！

为了共和国战略储备，为了和平与发展的使命，我们这些人从四面八方汇聚到这里，无论是复转军人、工人、农民，还

是刚刚毕业的学生，广大建设者们他们视仓库如家，视收储为吹锋号，披星戴月，夜以继日，用最原始的工具，用最粗糙的双手却托起了共和国的铜墙铁壁！

即使在文革动荡的日子里，我们的前辈依然怀着一颗赤诚的心，边实践、边总结、边摸索、边革新，完成科技试验5项，技术革新8项，改革工具68项，使仓库作业从手工初步达到半机械化，并在国家局广泛推广，因此，某某处这个响亮的名字从此闻名遐迩，一举跨入全国储备系统先进行列。

当时间的车轮跨入80年代，在改革春风的习染下，某某处高举创新的旗帜，从四代业务中掘到了第一桶金□xx年，我们某某处人还拥抱了经营创收1000万元这份沉甸甸的收获，跃上了崭新的台阶！

屈指算来，建处29年某某处单就经营收入这一项就完成6035万元，不仅有效缓解了事业经费的不足，提高了职工收入，更重要的是夯实了国家储备科学发展的基石！

九层之台起于垒土，千里之行始于足下。

从建库至今，我们某某处累计收储各类物资近百万吨。在为国家经济建设和国防安全奉献热血、青春、智慧、忠诚的同时，我们还铸就了艰苦奋斗、勤俭自勉、诚实守信、求真务实、热爱储备、无私奉献的储备精神，形成了具有储备特点和地域风格的储备文化！

天翻地覆慨而慷，人间正道是沧桑。

投入巨资为职工在闹市区购置了高层住宅，彻底解决了职工的后顾之忧；建设黄河中下游地区物流中心省会城市的规划更将某某处区域作为了发展规划的重点；与某铁路局合作的物流基础项目正在积极推进中，预计项目在投入运营后，年发运能力将达到250万吨以上，某某处到货卸货、发货装车能力，工效、

反应能力，经营创收都将会成倍增长，将为贯彻落实《十年规划》建设强力某某储备将插上腾飞的翅膀！

回顾历史，是为了记住这段共和国的荣光；回顾历史，是为了时刻铭记肩上的使命；在此我把毛主席他老人家的一句诗与大家共勉，同时也是我演讲的结束语，那就是二十年太久，只争朝夕！

****谢谢大家！**

作为一名公务员，对党忠诚，积极工作，为共产主义奋斗终身，随时准备为党和人民牺牲一切……喜迎xx大胜利召开，一种久违的对党宣誓的激动和神圣感油然而生。多年前，当我面对镰刀铁锤的旗帜，紧握起年轻的拳头宣誓时，就立志把自己的一切交给了党，此生不愿有所改变。今天，当党吹响新的进军号角时，我再次向党庄严承诺：在未来的岁月里，我将始终如一，高举旗帜，听党指挥，跟着党走，履行职责，以党员的先锋模范作用，为党旗增辉！

为党旗增辉，美在和谐，率先垂范。党的xx大把建设和谐社会推到八面来风的新阶段，党员当深入到波澜壮阔的改革开放和现代化建设第一线，为构建和谐社会贡献力量，把口头上的和谐具体美化，美到人们看得见、摸得着、深深体验于心而洋溢于脸的程度。这段表述语的于心于脸两个介词至为重要。和谐的根本宗旨，即是社会的公平和正义，我们必须在公理上受惠于民，让每个人都享受改革和建设的成果。是不是真的得到实惠、尝到甜头，当然须看每个人的心情和脸色。人人都拥有和谐的大美大爱，才能心花怒放尽开颜。正所谓共享和谐一个都不能少。

为党旗增辉，先在为民，无私奉献。党的xx大把关注民生作为党的工作一项重要经验被单独提出，引人注目。人民的利益高于一切、服务人民先于一切，做一个合格的共产党员必须把群众呼声作为第一信号，把为民解困作为第一要事，把

群众满意作为第一标准;把是否符合人民群众利益视为最大愿望,把始终保持同人民群众血肉联系作为最大追求,把人民群众的表扬作为最高荣誉。权为民所用,情为人民所系,利为人民所谋,把自己的火热情感倾注于奉献人民的方方面面,把自己的聪明才智细化为造福百姓的点点滴滴,共产党员鲜活崭新的形象和先进性也就更具魅力了。

为党旗增辉,重在报国,任劳任怨。党的xx大吹响了中华民族伟大复兴的号角,报效祖国四个沉甸甸的字眼,又强烈碰撞着几乎所有国人的心房。亿万军民坚定不移地继续解放思想,坚定不移地坚持改革开放,坚定不移地推动科学发展、促进社会和谐,坚定不移地为夺取全面实现小康社会新胜利而奋斗。面对四个坚定不移的兴国重任,理想不改变,信念不错位,坚决完成祖国赋予的每一项任务,不讲价钱,不打折扣,脚踏实地,艰苦奋斗,越是艰险越向前。实现新的宏伟目标,思想不滑坡,斗志不衰退,努力做好人民交办的每一件事情,敢为人先,勇立潮头,力争上游,争创一流,不达目的誓不罢休。

为党旗增辉,诚在团结,众志成城。党的xx大开成统一思想、凝聚力量,民主和谐、团结奋进的大会,团结这个永远的热门话题成为人们新的兴奋点。在实现全国人民富裕安康的重要机遇期,历史赋予团结新的内容:团结就是大方向、就是大智慧、就是大本事、就是大境界,团结就是出凝聚力、出战斗力、出生产力、出综合国力。要维护一致、顾全大局、加强团结,对于个人来说,能共事、善协作、具有团队精神还是远远不够的,更重要的是,人对人、人对事应以诚相待,在真诚沟通中化解分歧,在坦诚交流中凝聚共识,人人都为开创中国特色社会主义事业新局面争尽一份心、出一份力。

1.护士演讲稿,护士演讲稿范文

2.教师演讲稿演讲稿范文竞聘演讲

3.感恩演讲稿范文_感恩演讲稿精选

4.ceo演讲稿（优秀演讲稿）演讲范文

5.师德演讲稿范文

6.毕业演讲稿范文

7.感恩演讲稿范文

8.开学演讲稿范文

化压力为动力演讲稿篇二

本-霍根的伟大之处不仅仅因为他拥有9座大满贯冠军奖杯，还在于他对高尔夫挥杆理论的卓越贡献。本-霍根认为，整个挥杆是一个链锁反应，其中首当其冲的便是握杆，整个挥杆也由此展开。下面就来和小编一起看看吧。

为什么高尔夫教学课程经常从握杆开始讲起？为什么教练常常要求规范握杆动作？为什么我们时常被提醒放松握杆？握杆为什么这么重要？如果你也有这样的疑问，你不妨听听本-霍根在50年前的解答。

1957年，在功成名就后，本-霍根出版了其经典教学著作《本-霍根的五堂课》，五堂课中的第一堂讲的就是握杆。“好的高尔夫起始于好的握杆”，在章节“握杆”中，霍根开门见山地强调了握杆的重要性。

在霍根看来，整个高尔夫挥杆是一系列不可分割的链锁反应，力量从下至上，从身体传递至双臂，从双臂传递至双手。在链锁反应中，力量和速度在链锁传递中成倍增加。而双手的

重要作用在于，它连接了身体和球杆，它是力量传输从身体到器械的关键环节。如果握杆姿势不当，力量的传递效果会大打折扣，杆头也将不能形成最大速度。正确的握杆还将帮助球手在上杆中保持正确的挥杆平面，让上杆至顶点的动作变得更稳定。

霍根断言，正确的握杆会让挥杆一劳永逸。一旦握杆正确，球手便可以在挥杆的过程中忘记双手将要发挥的作用。因为双手不仅会自动完成工作，还会在挥杆中帮助双臂和身体正确运转。

霍根对于握杆的要求近乎苛刻，不仅握杆姿势要正确，同时要拥有很好的手感。霍根有一个提高握杆手感的小习惯，那就是喝姜汁汽水。霍根自己说，姜汁汽水对肾有好处，会防止双手感觉肥大和笨重。听上去很玄妙是吗？感兴趣的球友不妨试试。

不仅能让双手保持一定温度，改善握杆手感，还能保持口袋里的球的温度，因为一个温热的球要比冰冷的球飞得更远。

本-霍根其实是左撇子

本-霍根天生是左撇子，之所以后来改成右手实属无奈。最开始本-霍根学球的时候本来使用左手挥杆，因为他拥有的第一支球杆是一支老旧的5号铁，而这支5号铁恰恰是左手杆。本-霍根最终不得不放弃成为一名左手球员，是源于当地有限的球具供应能力——霍根的家乡根本没有卖左手球杆的球具店。

两次握杆微调

在本-霍根的职业生涯中，霍根对自己的握杆动作进行了两次微调。首先是左手大拇指，霍根原来的左手大拇指沿着握把充分伸展，调整后，左手大拇指回缩半英寸。据霍根介绍，左手拇指如果充分伸展，会致使球杆在上杆至顶点时下降太

多，这使得霍根不能准确感受上杆至顶点的位置。而回缩拇指让霍根在上杆至顶点的动作变得可控。

霍根在1946年进行了第二次握杆微调，这次微调同样是针对左手，即让左手向左转动半英寸，左手大拇指指向杆身的正中间。霍根认为，这是抑制夸张左曲球的第一步。同时，这种微调不会损失任何挥杆力量。

化压力为动力演讲稿篇三

大家下午好！

首先感谢团组织和各位领导给予我这次挑战自我的机会。我是来自儿一科的刘亚姿，毕业于长沙医学院。我性格开朗，能吃苦耐劳，善于与人沟通，沉着冷静，听从指挥，喜欢团队合作。曾在学生时代，多次主办参加过学校大中型活动，有良好团队协作能力和沟通能力，被评为“先进团员”、“优秀团干部”“省级优秀毕业生”等。马，只有跑过千里才能称为良驹。人只有通过竞争，才能知其是否为栋梁。本着锻炼自己，为大家服务的宗旨。我站在这里竞选。

在参加工作的这一年多时间，我积极主动地向同事们请教学习，与同事和谐相处，工作上思路不断开阔，主动意识变得更强。我发觉自身的协调能力、写作能力、组织能力都得到了很大的提高。我渴望能有更多展现自我的平台，渴望得到更大的进步。作为一名刚参加工作的我，深深感受到大家庭的温暖。领导的鼓励使我斗志昂扬，同事的帮助使我倍感亲切，无时无刻不体现着“快乐工作，健康生活”的工作氛围。

我是竞选者中资历最浅的一位，阅历和经验也不丰富，我有的只是满腔的热情，我自认为能够为充满活力的团组织工作，本身就是一件快乐的事情。因为我深深懂得，有的时候奉献也是一种快乐。赠人玫瑰，手留余香。团的组织及其工作，

本身就是服务青年伙伴，凝聚激情的思想俱乐部。

最后，此次竞选无论成功与否，我都会正确对待，胜不骄，败不馁。都会积极响应团支部的号召，与各位团员同志“共同努力、齐奋进”。常言道：“说得好，不如做得好！”各位尊敬的领导、同事们，请你们相信我、支持我，投出您手中神圣的一票！

谢谢大家！

化压力为动力演讲稿篇四

各位老师、各位同学：大家好！能站在这里参加学生会的竞选，我很高兴也很激动，更要感谢大家对我的支持和信任，谢谢大家。我首先作一下自我介绍，我叫陈然，来自高一（1）班，是（1）班班长、体育委员及治安部高一负责人之一。泰戈尔有句话：“天空中没有鸟的痕迹，但我已飞过。”而我想说：“天空中没有鸟的痕迹，但我正在飞翔”。我这次竞选的是学生会主席，作为同学们推荐的候选人，我自信我能胜任学生会主席一职，在同学们的协助下，我相信我可以把学生会的工作做得更好、更出色。我是一个十分有上进心的人，任何事不做则已，做则一定做好。俗话说：“海阔凭鱼跃，天高任鸟飞”。作为我自己，我需要一个更广阔的空间来展示自己的能力。“欲穷千里目，更上一层楼”，只有站得更高才会看得更远，我希望在更高的位置发挥更大的作用，去带领学生会，把我们麻城一中的各项工作搞得更好。我的话并不是空话，我认为我有能力实现我的诺言，无论在工作上，还是学习上，我都有我的优势。在治安部工作了近一学年，一路走来，不是鲜花满地，也不是荆棘密布，有的只是波澜不惊，缓坡小溪。从以前只会按上级要求办事到现在能独立策划、组织各种活动，我经历了一个由不会到会，同不好到好的过程，现在工作起来总觉得游刃有余，得心应手。在处理各种问题的时候我总会放开自己的思路，大胆的去想，由于突破了常规，竟常常得到一些意想不到的效果。作为一

名干部，各个方面都要起到表率作用，当然也包括学习。所以在学习上，我对自己的要求十分严格，我学习的时间比其他同学少，常常要在别人复习功课的时候为工作而奔波，但我合理的安排时间，在规定的时间内保质保量地完成各科作业，并充分利用课余时间来搞竞赛，这样一来，我的成绩不但没有掉，还提高了办事效率，正是由于这些原因我的成绩一直排在年级前列，而且去年数学竞赛我拿了国家三等奖、英语拿了二等奖。当然了，“人非圣贤，孰能无过”我在工作中也出现过一些错误，但我敢于面对。通过老师、同学的批评、帮助及自己的努力来改正，决不允许自己在同样的地方跌倒两次。正是由于在胜利面前不骄傲，在失败面前不低头，我才会奋斗中迅速的成长和提高。2003届的学生会为我校做出了重大的贡献，为我校赢得“省级示范学校”奉献了许多，他们的成绩人人皆知。当然在成功的背后仍然隐藏了一些问题。现在接力棒马上要传到我们手中了，他们未竟的事业要由我们来完成，俗话说“长江后浪推前浪，一代新人胜旧人”，我相信只要我们在吸收他们长处的基础上，与时俱进、大胆创新、锐意进取、全心全意为大家提供优质服务，学生会的各项工作将会干得更好、更出色。在这里我不想向各位保证我以后将怎样工作，与其在这里说大话，倒不如全心全意地投入到实际工作和学习中，把我们该做的事都做好，该处理的问题处理妥当。我会以成绩证明给你们看，你们的选择是正确的。我校的百年校庆在即，又面临申请国家级示范学校的重任，学生会需要一位有创新意识、有能力的人来带领。同学们，我相信你们都能理解我现在的心情，为了我的雄心壮志，为了麻城一中辉煌的明天，投上你们神圣的一票吧！我的演讲完毕，谢谢大家！

化压力为动力演讲稿篇五

大家好！

不要让昨日的沮丧令明天的梦想黯然失色！

在一次讨论会上，一位著名的演说家没讲一句开场白，手里却高举着一张20美元的钞票。

生命的价值不依赖我们的所作所为，也不仰仗我们结交的人物，而是取决于我们本身！我们是独特的——永远不要忘记这一点！

谢谢大家！

化压力为动力演讲稿篇六

我的家乡在苏州，那里的环境保护得特别好。到处山清水秀、鸟语花香。但我坚信，十年后，家乡的环境将会变得更加美好。

十年后，宽阔的沥青路将告别尘土飞扬的日子，因为所有的汽车都是靠太阳来提供燃料的，它们吸进二氧化碳，排出氧气。所以在驾驶汽车的同时，既能保护环境，又能制造氧气，真是一举两得呀！

十年后，科学家们研制了一种农药，它能使鲜花和树木永不凋谢，所以广场上到处都是参天古树，它们就像广场上的哨兵，时时刻刻守护着广场的安全。

十年后的家乡美吧，十年后快点到来吧！