

最新超市当收银员的社会实践报告(通用5篇)

演讲中的抑扬顿挫，相当于音乐中的节奏，音乐需要节拍，演讲也需要节拍，你应该让你的演讲充满节奏感，节奏就是你口头表达进度的度量。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。以下我给大家整理了一些优质的演讲稿模板范文，希望对大家能够有所帮助。

地震演讲稿篇一

早上好，“__”广播现在开始，我是广播员钟__。今天我广播的内容是“地震时我们该怎么办？”。

上星期，学校开展了地震演练活动，同学们都认真对待，积极配合老师，可是有一小部分同学嘻嘻哈哈，认为地震根本不可能发生在自己身上。其实，地球每天都在发生地震，一年约有500万次。地震，它就像刮风，下雨一样平常，是一种经常发生的自然现象，但是它破坏力很大，往往发生在瞬间。这就要求我们要有防患意识、自我保护意识、多学习掌握一些抗震技能。

如果我们在上课时发生地震，怎么办？我们要迅速抱头，闭眼，躲在各自的课桌下，背向窗户，用书包保护头部。服从老师指挥，有组织地撤离，防止发生踩踏，不可慌乱冲出教室，不可跳窗逃生。

如果我们在家发生地震，怎么办？我们要躲在坚固家具附近，内墙墙根，墙角，厨房，厕所，储藏室等开间小的地方。

如果我们逛书店发生地震，怎么办？我们要选择结实的柱子边或内墙角就地蹲下，用手或其他东西护头，避开玻璃门窗、玻璃橱窗或柜台，不要慌乱，听从现场工作人员指挥。

如果我们不幸被埋压，怎么办？设法用砖头、木棍等支撑残垣断壁，防止周围杂物进一步倒塌，以防余震时再被埋压，不要随便动用室内设施，包括电源、水源等，也不要使用明火，闻到煤气及有毒异味或灰尘太大时，设法用湿衣服捂住口、鼻，不要乱叫，保持体力，用敲击声求救。

防患于未然，同学们，中午回家就自己动手做一个“地震包”吧。先找一个书包(可以是以前使用过的旧书包或背囊)，里面放一些防灾用品：如口哨、手电筒、急救药品、火柴、蜡烛、毛巾、绳索、毛毯、写有家人血型的卡片等等，可以再放两瓶矿泉水及一些固体食品(譬如饼干、花生)。记得这些食品每隔一段时间更换一次，因为放久了会过期的。接着把这个“地震包”放在家门口一个醒目并且容易拿到的地方。如果灾难真的发生时，这个“地震包”或许会挽救我们的生命。

“星星火炬”广播到此结束，请大家明天继续收听，谢谢大家！

地震演讲稿篇二

老师们、同学们：大家早上好！

今天我国旗下讲话的题目是《防灾减灾，从我做起》。

今年5月12日是全国第14个“防灾减灾日”，5月7日至13日为防灾减灾宣传周，宣传主题是“弘扬防灾减灾文化，提高防灾减灾意识”。

2008年5月12日，四川汶川发生里氏8.0级特大地震。这场新中国成立以来破坏性最强的大地震，给全国人民带来了巨大的心理压力和难以愈合的心灵创伤，堪称国家和民族史上的重大灾难。经国务院批准，自2009年起，将每年5月12日定为全国“防灾减灾日”。

我国是世界上自然灾害最为严重的国家之一，灾害种类多、分布地域广、发生频率高、造成损失重。今天，我们开展“防灾减灾日”宣传教育活动，目的是要增强同学们防灾减灾意识，普及推广防灾减灾知识和避灾自救技能。

1、上下楼梯安全。严格遵守学校上下楼梯制度，走规定的楼梯，禁止在集体上下楼梯时逆向行走，讲究秩序，轻声慢步，防止踩踏事件的发生。

2、交通安全。严守交通法规，过马路时要先观察车辆情况，主动避让机动车辆。按时上学和回家，不在外逗留，尽量同学结伴回家。

3、夏季防溺水、防雷电、防传染病、防食物中毒安全。

4、正确处理同学间的矛盾。同学间遇到矛盾时，要冷静、理智、友好地处理，自己若不能处理好的话，应该请老师帮忙解决。决不能感情用事，采用打架等暴力违法方式解决纠纷，更不能找人暴力解决。

5、心理安全。同学们心理上要形成积极、健康、自信、自强的乐观品质，遇到心理问题要找好友、老师和家长帮忙疏导，不可产生自暴自弃、自残自虐的不良心理。

希望通过此次宣传教育活动，同学们在今后的学习、生活和工作中，能进一步地加强安全法律法规的学习，加强应急避险和自救互救能力的培养，加强安全防范意识，关爱生命，珍惜生命，使我们的成长更健康、生活更快乐、生命更精彩！

谢谢大家！

地震演讲稿篇三

这，是一个三岁孩子惊恐的呼喊。

三岁的孩子，纯真的内心应该被世界的美好填充；简单的记忆只应该将世界的爱收藏；可爱的脸蛋上应该洋溢天真无邪的微笑。

5·12大地震，震撼了中华民族。我们是一家人，相亲相爱的一家人。患难能见真情，人间自有真爱。

亲人啊！已逝者安息吧！而生者要坚强啊！四方亲人都牵挂着你们，我们将用爱助你们重建家园。

亲人啊！你可曾知道，在灾难还没有结束时，我们有15位可亲可敬的战士毅然写下遗书，毫不犹豫地从五千米的高空飘然而来。在这个世界上，没有人不畏惧死亡，只是那时那刻他们牵挂的唯有无助的亲人啊！

亲人啊！你可曾知道，在狼藉的废墟上，来自八方的人们在奋力用铁铲、用木棍甚至用赤裸裸的双手扒开乱石，寻找着被埋的同胞。鲜血、泪水、汗珠交织、汇聚。在这个世界上，没有人不害怕疼痛，只是那时那刻他们心系的唯有处于危难中的亲人啊！

亲人啊，你可曾知道，全国各地乃至海外的龙的子孙们，上至耄耋下至幼童，手捧着自己省吃俭用攒下的钱来到募捐箱前，和着对你们的爱与情，将它投了进去。在这个世界上，没有人舍得将自己辛苦储下的钱和物拱手送给外人，只是因为你们都是我们的亲人啊！

房子塌了，但是没有人会无家可归，没有人会无依无_。因为我们是相亲相爱的一家人，我们，深爱着我们的亲人，中国大地上，处处是家。

“人间有爱，大爱无疆”。说得多么好啊！现在，中华大地无处不有爱。我相信，爱的力量可以消除那孩子眼中的惶恐；爱的力量可以拭去那孩子脸上的泪水；爱的力量可以照亮那孩子

心中的阴影。

5·12不是“世界末日”，而是新的开始。今天，我们默哀三分钟，明天，我们携手共进，重建家园。

我们会用爱的力量，再一次让世界颤动。

地震演讲稿篇四

各位老师，各位同学，早上好，今天国旗下讲话的题目是《心存感恩》。同学们，你们听过乌鸦反哺的故事吗？乌鸦在母亲的哺育下长大后，当母亲年老体衰，不能觅食了，它就四处去寻找可口的食物，衔回来嘴对嘴地喂到母亲的口中，回报母亲的养育之恩，并且从不感到厌烦，一直到老乌鸦临终，再也吃不下东西为止。

同学们，让我们学会感恩吧！让我们感激父母，感谢他们给予我们生命，感谢他们搀扶我们走好每一步人生之路，为我们搭建快乐成长的舞台。

让我们感激老师，感激他们传授我们知识，让我们拥有智慧，拥有克服困难的力量和奋发图强的信心。

让我们感激在我们成长道路上循循善诱的长辈，感激伴我们成长的朋友们。让我们把“感恩之心”化为“感恩之行”吧，让我们回报父母：主动承担一些家务，体验父母的艰辛，减轻父母的负担，努力做让父母放心的好孩子。让我们回报老师：勤奋学习，刻苦钻研，插上创新的翅膀，在知识的海洋里遨游。让我们回报学校：做到不随地乱扔果皮纸屑，还校园一个整洁的环境。午休时不要吵闹，给大家一个安静的休息环境。

我们要永远用一颗感恩的心看自然，看人类，看命运，要学会厚待，学会宽容，学会对待灾害，不幸不再耿耿于怀。感恩，会让我们变得富有，知道快乐，享受温暖；感恩，不仅是

一种礼仪，更是一种健康的心态。让我们每个人都怀揣一颗感恩之心，永远绽放出最灿烂的笑容！谢谢大家！

尊敬的老师、同学们：大家中午好！今天我演讲的题目是《为理想而奋斗》。理想是花，需要奋斗的汗水来浇灌；理想是树，需要奋斗的土壤来培育；理想是森林，需要奋斗的生肌来装扮；理想是海洋，需要奋斗的沉静来点缀。记得曾有这样一个一个人：36岁前他默默无闻，36岁后他站在舞台上用歌声感动世界；36岁前他是平凡的，36岁后他是非凡的；今日我们看到他在舞台上光芒万丈，可谁知道那36年的辛酸和苦楚。36年，他对音乐的热爱和对梦想的孜孜以求始终没有改变。他就是《英国达人秀》冠军得主——保罗·帕兹。一个三十多岁的手机业务员能站在世界的舞台上表演歌剧并获得如此佳绩，这是个震撼世界的奇迹。他用坚持将平凡缔造震撼，这是否在告诉我们只要每个人都坚持自己的梦想，并为之而努力奋斗，终有一天会创造出奇迹！海伦·凯勒有这样一句非常形象而生动的话：“当一个人感觉到有高飞的冲动时，他将再也不会满足于在地上爬。”正是有了远大的理想，她接受了生命的挑战，创造了生命的奇迹。但是，单单有了梦想，就能到达理想的彼岸么？爱默生告诫我们：“当一个人年轻时，谁没有空想过？谁没有幻想过？想入非非是青春的标志。但是，我的青年朋友们，请记住，人总归是要长大的。天地如此广阔，世界如此美好，等待你们的不仅仅是需要一对幻想的翅膀，更需要一双踏踏实实的脚！”理想，并不是没有目的的空想，它需要以奋斗为基石，没有理想的奋斗是不明智的，不去奋斗的理想同样也是无用的。纵观历史长廊，上面的成功者决非一帆风顺。可是他们无一例外地为着自己的理想和事业，竭尽全力，奋斗不息。孔子周游列国，四处碰壁，乃悟出《春秋》；左氏失明后方写下《左传》；孙臆断足后，终修《孙臆兵法》；司马迁蒙冤入狱，坚持完成了《史记》；伟人们在失败和困顿中，永不屈服，立志奋斗，终于达到成功的彼岸。也许我们曾经也都立下了各种目标，从小就有了各种理想，但你为它们奋斗，努力了吗？如果有，那么你的理想迟早会成为现实，如果没有，那么就快行动起来吧，

这样你的理想同样会实现。纪伯伦说过：“我宁可做人类中有理想和有完成梦想的愿望的、最渺小的人，而不愿做一个最伟大的、无理想、无愿望的人。”所以，为了理想而奋斗吧！我的演讲完了，谢谢大家。

地震演讲稿篇五

早上好，“星星火炬”广播现在开始，我是广播员钟宝仪。今天我广播的内容是“地震时我们该怎么办？”。

上星期，学校开展了地震演练活动，同学们都认真对待，积极配合老师，可是有一小部分同学嘻嘻哈哈，认为地震根本不可能发生在自己身上。其实，地球每天都在发生地震，一年约有500万次。地震，它就像刮风，下雨一样平常，是一种经常发生的自然现象，但是它破坏力很大，往往发生在瞬间。这就要求我们要有防患意识、自我保护意识、多学习掌握一些抗震技能。

如果我们在上课时发生地震，怎么办？我们要迅速抱头，闭眼，躲在各自的课桌下，背向窗户，用书包保护头部。服从老师指挥，有组织地撤离，防止发生踩踏，不可慌乱冲出教室，不可跳窗逃生。

如果我们在家发生地震，怎么办？我们要躲在坚固家具附近，内墙墙根，墙角，厨房，厕所，储藏室等开间小的地方。

如果我们逛书店发生地震，怎么办？我们要选择结实的柱子边或内墙角就地蹲下，用手或其他东西护头，避开玻璃门窗、玻璃橱窗或柜台，不要慌乱，听从现场工作人员指挥。

如果我们不幸被埋压，怎么办？设法用砖头、木棍等支撑残垣断壁，防止周围杂物进一步倒塌，以防余震时再被埋压，不要随便动用室内设施，包括电源、水源等，也不要使用明火，闻到煤气及有毒异味或灰尘太大时，设法用湿衣服捂住口、

鼻，不要乱叫，保持体力，用敲击声求救。

防患于未然，同学们，中午回家就自己动手做一个“地震包”吧。先找一个书包(可以是以前使用过的旧书包或背囊)，里面放一些防灾用品：如口哨、手电筒、急救药品、火柴、蜡烛、毛巾、绳索、毛毯、写有家人血型的卡片等等，可以再放两瓶矿泉水及一些固体食品(譬如饼干、花生)。记得这些食品每隔一段时间更换一次，因为放久了会过期的。接着把这个“地震包”放在家门口一个醒目并且容易拿到的地方。如果灾难真的发生时，这个“地震包”或许会挽救我们的生命。

“星星火炬”广播到此结束，请大家明天继续收听，谢谢大家！

地震演讲稿篇六

大家好！

今天我演讲的题目是：为雅安祈福。每一次灾难，都让我们揪心的疼痛！雅安，我们在这里为你祈祷，希望不要有伤亡的消息，希望雅安能够早日重建！

2013年4月20日，我国四川雅安发生地震，那一刻，全国人民感受到了大地的震颤。据目前不完全统计，截至20日14时30分，雅安7.0级，震源深度13公里。地震已造成雅安、成都、眉山、德阳、绵阳、乐山、宜宾、内江、资阳、甘孜、阿坝和凉山12个市州33个县38.3万人受灾，82人死亡，2000多人受伤。目前，灾情数据正进一步核实中。

截至4月20日14时30分统计，地震已造成雅安、成都、眉山、德阳、绵阳、乐山、宜宾、内江、资阳、甘孜、阿坝和凉山12个市州33个县38.3万人受灾，82人死亡（雅安市民政局电话报告73人死亡）。

失去亲人的人在哭泣，失去家园的人在哭泣……

中华民族，再一次在天灾中承受苦难。

我们为不幸遇难的人哀悼！

我们为困境中的老人、孩子、伤者和所有的人祈祷！

身陷困境中的人啊，千万别放弃希望，有爱心的人正在伸出援手！

是的，在这一刻，除了哀伤，我们更应积极奉献出爱心。

每当灾难降临，总有许多有责任感的企业，踊跃捐款捐物，他们的爱心融化了苦难，给困境中的人带去温暖和希望，我们永远记得那种超越金钱与利益的温情。

一个有爱心的企业，一个肩负起社会责任感的企业，才能真正赢得尊敬，也才能做大做强。

同胞的生命，更值得我们珍惜，他们是我们的亲人啊！

凡是多灾的地区，往往是贫困地区。他们因多灾而贫困，而承受各种苦难，他们又因贫穷更恐惧灾难。当我们的同胞在悲痛和无助中呻吟的时候，我们的企业更应该主动伸出援手，只有爱心，才能打破那种恶性的循环。

尤其那些知名度很高的公司，尤其是那些公众非常熟悉的上市公司，不应该在灾难面前保持沉默。在上次雪灾中，我们曾经目睹那种冷血的沉默，一些牟取着暴利的企业，自始至终没有露面。他们拿出了亮丽的财务报表，却无情地丢弃了社会责任（详见《雪灾面前，券商何以冷血》）。

爱心是照亮世界、驱走苦难的最强大力量。这次，当灾难降临，当神州大地在震颤中感受痛苦。我们呼吁所有的企业，

积极奉献爱心，用对社会责任感的担当，塑造中国企业的崭新形象。同时，呼吁每一位同胞，力所能及，伸出援手。

让我们用爱心，为灾区撑起一片温暖的天空！

让我们用爱心，感动上天，赐福给我们的同胞，让他们永享幸福与安宁！

地震演讲稿篇七

四川又地震了，当我怀着一颗无比悲伤的情绪，说出这句话的时候，我的脑袋里不免又回到了那年的那天，四川就曾已经遭遇过了一次大地震。而在今天，四川又遭遇了一次大地震。

就在今天也发生了一件特大的事情，是一个牵动全国人民心情是事情，那就是四川的雅安发生了七级地震。

在写这一篇文章的时候，我的心情是沉重的，悲痛的！变幻无常的天气，暴风雨说来就来。天灾人祸，也无法预料。

4月20日8时2分，也就是我在教室上早读课的时候，突然感觉课桌摇晃了起来，我以为是前面的同学在摇桌子。可是，我一看他，他正趴在桌子上睡着大觉。我的水杯，杯子里面的水也在摇荡着。立刻，一切恢复了正常。突然，摇得更厉害了。我朝窗外边望去，整栋教学楼都在摇晃着，我只觉得天旋地转。不知道是哪个班级的一个女生，一声尖叫让整个校园的读书声瞬间就停了下来。随后，一个穿粉红色短衫的女生，惊呼着，发疯一般的从一号楼梯口冲了下去。又是浩浩荡荡的队伍随之冲了下去。没有领导，没有老师去维持秩序，学生只是疯了一般的往操场上冲。或许，人在死亡面前所表现出来的恐惧，才是最真实的。如果说不怕死，有几个人真正的不怕死。我很生气的是，学生在逃命，楼在摇晃着，没人去维持秩序，只是某某领导在广播里高呼“同学们，不要

慌乱，我们的教学楼是很结实的……”没错，我的班主任也说过，我们学校的教学楼，十级地震都能扛得住。但是，事实真的是这样吗？难道，非要等到十级大地震来了之后，做一个临时实验来检测一下教学楼的抗震效果吗？真是荒唐！哪又为什么，跑到操场上去的有那么多人，不全是学生吧？地震持续了几分钟，但余震还在发生，几分钟后，广播通知所有学生回到教室安心上课，让领导班主任去维持秩序，组织学生认真上课。呵呵，地震发生的时候，人都到哪里去了？有的领导，有的老师，恐怕还在床上睡大觉吧。于是，伴随着余震，校园里的书声又响起了，惊飞了几只魂不守舍的鸟儿。

中午的时候，我才知道是四川省雅安市芦山县发生了7.0级大地震，而且造成了多处房屋倒塌，人员伤亡。雅安，距离绵阳市很近。不然，震感怎么会如此的强烈。雅安，是四川一座很美丽的城市，可是，也承受不住7.0级大地震的打击啊。当我回到寝室，拿起手机的时候，未读短信，未接电话，我翻了好几页都没有翻完。看着那一个个熟悉的名字，看着短信的内容，我真的很是感动。我在绵阳读书，发生了地震，还是有那么多人记得关心我。我回了一条条短信，回了一个个电话，向他们报了平安，让他们也好安心。

下午的时候，从新闻的报道里，我又更深的了解了雅安地震的情况。我的心在痛，我在流泪。我经历过5.12，这次雅安地震7.0级，虽然没有5.12地震那么强烈。但是，这次地震所波及的范围更广，造成的影响，破坏也是很大的。房屋倒塌，又有无数人被埋在废墟下。有的生命已经逝去，被埋在废墟下的人，不知道还能否撑得住……生命逝去，又有生命的新生。当我看到，地震灾区，出生了一个婴儿的时候，我流泪了，一种莫名的感动涌上了心头，鼻子酸酸的，说不出来是什么感觉。死亡人数不断在更新，从废墟下被救出的人一个又一个。救灾的时间在持续着，生命存活的时间在倒数着。抓紧每一分，每一秒，生命也会多一分存活希望。而在这个时候，人民子弟兵的迷彩，就是灾区的一道温暖风景。正

是他们，在危难关头挺身而出。天灾无情，人间有爱。地震发生后，各个省的救援队伍紧急出动，奔赴到了抗震的第一线。我看到这样的情况，我是欣慰的。但是，我不希望只是在发生了灾难的时候，人与人之间，才会消除了那层隔阂，没有了冷漠。

四川，雅安，请相信我们，不要为这一时的困难打到，相信我们全国人民都会一直支持你，你们要化悲痛为力量，阳光总在风雨后。让我们一起加油，和你们一起面对！