

# 2023年变色龙教学设计一等奖反思(实用9篇)

演讲稿也叫演讲词，它是在较为隆重的仪式上和某些公众场合发表的讲话文稿。演讲的直观性使其与听众直接交流，极易感染和打动听众。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看一看吧。

## 拒绝的演讲稿篇一

尊敬的各位领导、老师，亲爱的朋友们：

大家好！

今天我演讲的题目是《拒绝毒品，让生活更美好！》

朋友们，我们大家都熟悉这样的生活：早晨，孩子们背着书包上学，叔叔阿姨们开着小车、骑着摩托车上班，老人在大树下聊天、下棋；下班后，爸爸在客厅看电视，妈妈在厨房做饭菜，老爷爷给小孙子讲故事……这是多么祥和、多么美好的生活啊！

但是——

一个白色的幽灵正在我们身边徘徊，正向我们逼来。看！

一个个扭曲抽搐的躯体，一个个支离破碎的家庭，一双双呆滞空洞的眼睛，一声声痛不欲生的呻吟……谁能想到，青天白日之下，竟有群魔乱舞，歌舞升平之地，几乎成了人间地狱。

是毒品。这吐着猩红长信的毒蛇，正在把世间的美好吞噬。  
是毒品。这伸着森白獠牙的豺狗，正在把天下的亲情嚼碎。

是毒品。这喷着蓝灰烟雾的妖魔，正在把心底的梦想灭绝。

是毒品。这徘徊的幽灵，这狂笑的恶魔，这狰狞的撒旦，正在制造着一幕又一幕的人间惨剧。

一桩桩，一件件沾满了血和泪的事件，难道不是因毒品而起的吗？我仿佛看到那些母亲的泪、妻子的血、孩子的伤；那些吸毒者的痛苦，贩毒者的张狂，制毒者的猖獗，忽然间我的心里充满了愤怒！我多想化作一柄长剑，把这令人窒息的黑暗，把这腥恶腐臭的黑暗，把这藏污纳垢的黑暗，劈开！劈开！劈开！挽救吸毒者，惩罚贩毒者，消灭制毒者！蓝盾闪亮，岂容妖孽猖狂，利剑出鞘，直刺毒枭贪狼。

共和国的土地，不容舞草作践，共和国的天空，不许毒烟弥漫。但是巨额的利润怎不令恶徒丧心病狂？巨大的诱惑怎会让毒魔甘心退场？和毒品的战争，注定旷日持久。

毒魔迫害的主要对象，是我们青少年朋友。据有关部门统计，我国吸毒者，有百分之七十五是青少年，而且，这个比率还有上升至趋势。

所以，禁毒，必须从我们青少年开始。

朋友们！我们是祖国的未来，我们肩负着祖国的前途，人类的使命，民族的希望，家庭幸福的重任。我们要加强自己的思想和心理防线与毒品绝缘。朋友们，让我们携起手来，拒绝毒品，让生活更美好！我演讲完毕，谢谢大家！

## 拒绝的演讲稿篇二

窥镜自视，短发、长额、斗鸡眼、大鼻、扁嘴……真不知上天怎么会恩赐我这副尊容。

基于以上因素，造就了我的性格：孤僻、沉默、内向、自

卑……凡是贬义词加在我身上都没问题。

于是就有了一——上幼儿园时，小朋友们都不理我，认为我太“美”了。我常常一个人躲在教室的角落里发呆。老师也慢慢遗忘了我，刚开始时我自己坐在第二排，可没有过多久就被他遗忘到“边疆戍守”——垃圾箱旁。生怕我碍着他的眼。年幼的我还以为自己个子高，才被调去呢！终于有一天真相大白：小全的妈妈是老师，他妈妈对他说我们老师不喜欢我，第二天，她就在教室里大肆宣传。我一来上学就被他们团团围住，对我大声喊叫“丑八怪，老师不喜欢你……”那情形现在都还记忆犹新。我当时被震住了，老师在儿童眼中是多么的神圣，连老师都不喜欢我，我真是……随即就大哭了起来。那些小朋友见哭声这么大，一个个全走了，只剩一个泪人——我。

此后，每逢上课，我都把头深埋在桌下，不敢抬头，甚至不会抬头。我不敢看看老师的样子，不敢抬头看黑板的笔记，我只是拿出书，放在腿上，自己默看，因为我不敢出声。如此学习，成绩自然可想而知，这就更加缩小了我。

我一直在最后一排坐着，没有同桌，没有人关心我，没有人了解了我，我是个可有可无的人。如果我不来让课，没有人会知道。我一直是一个被遗忘的对象。

刹那间，我的想法改变了，我还是有存在价值的，我是班级的一员，我可以为班级服务。

我拿起了扫把，把教室从前到后认认真真地打扫了一遍，又拿起抹布擦窗户，擦桌子……我真是很高兴，虽然是在干活。

以后每次放学后，我都会留下来做清洁，有时尽管只有我一个人，但我没有怨言……

让我们高呼：我们，拒绝遗忘！

## 拒绝的演讲稿篇三

现在的低头族啊，真是越来越多了：马路上、饭桌上、地铁上，随处可见，一个个低着头，或沉迷于游戏，或陶醉于微博朋友圈，却不知道他们已成了手机的奴隶。电子产品，在给人便利的同时，也严重影响着我们的生活。

前几天，我就在新闻上看到有人专门在马路上“碰瓷”低头族，他们看见低头族就迎面撞上去，故意把手里的物品散落一地，还敲诈低头族说东西很贵重。低头族因为只顾看手机没看清事情的经过，只能乖乖掏钱。多不合算呀！现在“马路杀手”也越来越多，都是那些开车看信息的，幸运的话只是擦擦碰碰，严重的甚至会夺走他人或自己的生命。多危险啊！

我的妈妈也是个手机迷，吃饭看手机，上厕所看手机，开车等红灯看手机，睡觉前不看微信、微博肯定睡不着。现在她的眼睛经常流泪，颈椎也不好，那都是手机惹的祸。我真想扔掉她的手机。

如果有一天有能力，我一定要创立一个节日——拒绝低头族节。让所有人丢开手机回到正常的生活中来。聚会的时候，大家在一起谈心聊天，嘘寒问暖，而不是拿着手机低头不语。晚饭后，全民都要加入到运动中去，而不是瘫在沙发上看手机，还要规定在公共场所不允许有低头族出现。嘿嘿！想到这儿我心里似乎宽慰了许多。

这样一来，大街上就会变得热闹非凡，每个人的身体都不是亚健康；爸爸妈妈也有更多的时间陪我一起看书，一起散步。

让我们一起努力，让手机更好地为我们服务，拒做它的奴隶，改掉低头的坏习惯！多感受亲情的温暖，做一个身心健康的人！

## 拒绝的演讲稿篇四

当你把幸福注入别人的心田，你是最幸福的；当你将快乐与另一笑脸分享，你是最快乐的。生活往往这样，无私的奉献有时恰恰洞开收获的大门，苍蝇攫取的永远只是可怜的一点。

“老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼”。生活需要温暖，人间需要真情。人与人之间的关系需要爱来维护。不要过多地考虑自己，不要过分地算计别人，不要操心计较付出得到多少。拒绝冷漠，让世界充满阳光，生活才会更加美丽。

莎士比亚说：“上天生下我们，是要把我们当成火炬，不是照亮自己，而是照亮别人。”我们每个人都只是苍穹中的一颗小星，都只是深液中的一把火炬，我们心中所想的应该是别人，只有这样，天空才会更加明亮，深夜才会充满光明温暖。

冷漠让人们“只扫自家门前雪，不管他人瓦上霜”；冷漠让人们两耳不闻他人事，一心只为谋私利；冷漠让世界充满悲惨……拒绝冷漠，让心与心靠拢，让世界充满友爱，让生活加温。

在漫长的人生旅途中，踽踽独行是多么孤寂和危险。旦夕祸福，无法预测。假如能放下冷漠，学学提灯笼的盲人，为别人照路，也照亮自己，时时帮助和关心别人，那么，自己也会得到别人的帮助。

与人方便，于己方便。“赠人玫瑰，手有余香。”只有人人都献出一片爱，世界才会永远温暖。

阳光无私地普照大地，大树无私地投下绿荫，甘霖无私地滋润禾田。物犹如此，人何以堪？

## 拒绝的演讲稿篇五

亲爱的老师，敬爱的同学：

我今天将要给大家的演讲是《远离网络游戏》。

网络带给我们生活太大的益处了，它在无形中为我们大大打开了一扇方便之门。且不谈网上购物、网上学习、网上聊天，就连我们写的作文都可以通过网上e—mail发给老师。网络对我们来说实在有太多的益处了！网络为我们提供了无限的创造空间，丰富了我们生活的内容，改变了我们生活的方式，加快了我們迈向进步的速度。

但是，在网络技术还未完善的情况下，不少不法分子乘机找空子钻，网上诈骗花样百出，使人们不禁头晕目眩。还有许多学生由于沉迷与网络游戏而不能自拔，甚至为此而走上犯罪的道路。祖国的花朵就这样凋零了。网络有时候就像一个无形的大黑洞，向我们伸出邪恶的大手。

我们小学生上网常常选择玩游戏，刚开始只是为了娱乐，用来放松心情，但游戏情节却常常引人入胜，诱使同学们沉溺于虚拟世界里，不能自拔。比如刚才的剧本里说的“偷菜”里的人物，把自己想象成虚拟世界里老公老婆，美女帅哥等等，三更半夜去偷菜，白天上课昏昏欲睡，老师所讲全听不进去，长此以往，学习成绩就会下降，严重影响我们学生的身心健康。长时间玩游戏可以分散学生的精力，致使学生的成绩下降；玩游戏还可以导致学生品行下降，有的游戏需要游戏币，有的同学就会到处筹钱满足自己的欲望，有的甚至走上违法犯罪的道路。零几的一个深夜，一个令所有山西太原人难以忘却的深夜，16岁的中学生郝某某，为了筹集上网的费用，潜入叔叔家中，几十分钟以后，包括爷爷、奶奶以及叔叔在内的五条鲜活的生命，转瞬便离开了人世，一个花季少年几乎是一夜之间蜕变成了一个杀人恶魔。

说完了这个故事，我的心情异常沉重了。我想，大家的心情也如同我一样。这一幕幕触目惊心的场面，这一个个令人发指的事件，无不带给我们以心灵的震撼，它值得我们每一个青少年进行深刻的反思。

同学们，我们这些祖国未来的接班人，应该好好使用电脑，让电脑成为我们的良师益友，坚决抵制不良诱惑，学会远离不健康的游戏，学会自我管理，绝不做任何违反道德的行为，从我做起，从现在做起——远离不良的网络游戏。

我的演讲完毕，谢谢！