

焦虑讲座心得 焦虑怪圈心得体会(通用5篇)

演讲是练习普通话的好机会，特别要注意字正腔圆，断句、断词要准确，还要注意整篇讲来有抑有扬，要有快有慢，有张有弛。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，我们一起来看看。

写秋天的演讲稿两分钟就行篇一

尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

大家好！

随着四季的变化，秋天的味道也应景而来，它像位隐形的天使，无形中在人与人之间散播了恋爱的气氛。枫树上红色的叶子为它添增了几分浓意；恋爱的味道，在秋阳和枫红的点缀交错下，瞬间让整个秋的世界中，弥漫着浪漫的气息。

中秋节的夜晚，小区里全部散发着烤肉的香味；在小区的另一头，我们这群小孩子正坐在柏油路上，看着圆圆的月亮幻想着嫦娥、玉兔的故事；突然一阵萧瑟刺骨的秋风迎面吹来，让才刚看见月亮上人影的我顿时觉得这时的秋天布满了凄凉的味道。

秋分的白昼和夏天一样炎热，但傍晚却无比的凉爽；已渐渐不受欢迎的褐色枫叶在秋风的吹袭下，慢慢凋零，满地淡然无色的落叶飘落四处，凄凉的味道更浓烈了；突然，飒飒的秋风带来了阵阵的桂花香，也带来了刚收成的稻米香，扑鼻而来的丰收香味以取代了孤寂的枫叶。

秋天的味道，变化多端，像魔术表演在每个地点、每个时刻

都有令人惊奇的演出；作物丰收的味道；恋爱甜蜜的味道；孤独凋零的味道，各种滋味，秋天全包了。四季中，秋天的味道最是浓稠；深植人心。

写秋天的演讲稿两分钟就行篇二

我最喜欢的季节是秋天，因为秋天是丰收的'季节，是绚丽多彩的、美丽而迷人的季节！

秋天的天空高高的，蓝蓝的，它秋高气爽、天高云淡，像一块块透明的蓝宝石。

秋天的果园，硕果累累。红彤彤的苹果像小朋友的脸蛋，橙红的柿子像一个个红灯笼挂在枝头，金黄的香梨像一个个调皮的胖娃娃，正等着我们去摘呢。

秋天的落叶是金黄的，它从树妈妈的怀中飘下来，飘到了小河边，飘到了果园里，飘到了校园里，飘到我们小朋友的身边。

我喜欢秋天，我喜欢它的美丽，它是丰收而快乐的季节！

写秋天的演讲稿两分钟就行篇三

大家好！

秋天带着落叶的声音来了，早晨像露珠一样新鲜。天空发出柔和的光辉，澄清又缥缈，使人想听见一阵高飞的云雀的歌唱，正如望着碧海想着见一片白帆。夕阳是时间的翅膀，当它飞遁时有一刹那极其绚烂的展开。

大地穿上了一件金黄色的毛衣，枯黄的扬树叶和鲜艳的枫叶飘落下来，好象是几只彩色的蝴蝶在空中飞舞。虽然寒霜降临，可青松爷爷还穿着碧绿碧绿的长袍，显得更加苍翠。花

园里，菊花争芳斗艳，红的如火，粉的似霞，白的像雪，美不胜收。柿子树上的叶子全都落了，可黄澄澄的柿子还挂在枝头，像一个个大大小小的橘黄灯笼，红通通的海棠把树枝都压。

秋天虽然没有春天那么艳丽，可它有一种颜色是天下一绝的——红。枫叶只有在遇见秋天时才会脸红，远远望去，像朝霞一样红，把山都染红了。风吹来，枫叶像红色的雪一样，飘了下来。好让人们前来欣赏。

秋天虽然没有夏天一样有那么多的小生灵，可秋天落叶的景观可比它们美多了。当风吹起来时，叶子就随风而落，还时时发出声响，好像在大声地告诉大家：“谁说秋天没有蝴蝶？我不就是吗？怎么样，漂亮吧！”

秋天虽然不像冬天有洁白的衣服，它那桔黄色的衣服也不错呀！而且比冬天的那件白色衣服暖和多了。

秋天，是一个让我思念的季节，那院子落叶和我的思念都积了厚厚一叠，可是那饱满的稻谷，更幸福了我心中的世界。

写秋天的演讲稿两分钟就行篇四

各位老师，同学们，大家好！

秋天不像春天那样百花争艳，芳香怡人；也不像夏天那样有那么多的小生灵在歌唱；也没有冬天那么美丽。可是，它在我心中却是最美的。

秋天虽然没有春天那么艳丽，可它有一种颜色是天下一绝的——红。枫叶只有在遇见秋天时才会脸红，远远望去，像朝霞一样红，把山都染红了。风吹来，枫叶像红色的雪一样，飘了下来。好让人们前来欣赏。

秋天虽然没有夏天一样有那么多的小生灵，可秋天落叶的景观可比它们美多了。当风吹起来时，叶子就随风而落，还时时发出声响，好像在大声地告诉大家：“谁说秋天没有蝴蝶？我不就是吗？怎么样，漂亮吧！”

秋天虽然不像冬天有洁白的衣服，可是它那桔黄色的衣服也不错呀！而且比冬天的那件白色衣服暖和多了。

秋天也有很多独特之处。

到了秋天，植物好像争先恐后地跑到理发店去过。有人可能会问：“它们去理发店干嘛？”当然是去染发啦，它们也要赶时髦呢！

到了秋天，桂花树上的桂花都开了，让老远的人们都能闻到那醉人的香味。

到了秋天，它会让农民伯伯非常的开心，因为他们辛辛苦苦种的粮食、果子等，都丰收了。哇，想起我最喜欢吃的青桔出桔了，口水都流了下来。

秋天，是一个让我思念的季节，那院子落叶和我的思念都积了厚厚一叠，可是那饱满的稻谷，更幸福了我心中的世界。

谢谢大家！

写秋天的演讲稿两分钟就行篇五

尊敬的各位领导、评委：

大家好。我是来自一班的—×。我演讲的题目是《家乡的秋天》。

秋，成熟丰收的季节，爱美的群山都选金黄色做自己的衣衫，

偶尔有几棵松柏是绿的点缀。金黄的大豆在秋阳下闪闪发亮，秋风袭来，挺直的玉米叶欢笑着摇摆，秋天到处是丰收的景象，到处都散发着果实的清香。

在金色的秋天，在这成熟丰收的季节，家乡红星农场正走在希望的田野上。

我的演讲结束，谢谢大家！