

# 2023年高中物理实验教学计划篇一 高中物理暑期培训心得总结(大全5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。那么你知道演讲稿如何写吗？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看看吧。

## 演讲稿珍惜时间篇一

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

即使正确的估量自己，也要欣赏自己，欣赏自己的才华与勇气。

欣赏自己，那就不要懦弱。要在自信的同时，不要盲目乐观，要时刻地告诫自己，今后的路还有许多没有走，人生的追求不要就此满足……不要因为挫折而停止奋斗与追求，因为困难在强者面前只不过是“纸老虎”。人不能低下那高贵的头，要相信，胜利就在眼前，请留下那高贵的经验！

欣赏自己，那就不要轻易放弃。要在最困难的时候坚持下来，用那本不完美的身体上的精神与力量塑造一个尽量完美的事业。放弃就只会让你后悔，让你看不到成功的曙光，让你被成功拒之门外，从而留下了那终身的遗憾。

欣赏自己，那就不要说“不行”，让自己接受挑战，让自己的羽翼更丰满、更硬朗。只会躲在安乐窝中的雏鹰不会长大，更不会在高空下翱翔。不要让宝贵的机会在“不行”中流逝，让你找回自信，找回自我良好感，让你在感到不枉此生。

欣赏自己，就要相信自己的才华，相信自己通过不懈的努力便可取得成功。要用才华为祖国做贡献，为祖国发光发热。将自己那微不足道的力量同亿万人的力量汇到一起，为共和国的朝阳注入新的能源，焕发出新的勃勃生机。

古人云：“自知自力，方能胜己，才能夺冠。”让人生不要平凡，请你懂得自己、了解自己、欣赏自己。

## 演讲稿珍惜时间篇二

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

培根说：“欣赏者心有朝霞、露珠和常年盛开的花朵。漠视者冰结心城，四海枯竭，丛山荒芜。”欣赏别人，有时会改变他的一生。

我读过一篇短文，标题是《只有你能欣赏我》。这篇短文讲的是一位母亲和患有多动症的儿子们的故事。每次开家长会，都会令母亲失望，因为人家都有一个聪明乖顺的孩子，而她的孩子却愚顽不化。即使这样，她开完家长会回家给儿子的是一张笑脸和一句鼓励的话。儿子暗淡的眼神也一下子变得有神了，沮丧的脸也一下子舒展开来，最后，儿子被清华录取了。

这位母亲用不同的方式教育她的孩子，让孩子有了信心和力量，最后成功了。

生活中，每一个人都渴望得到别人的欣赏，同样每一个人也应该学会去欣赏别人。欣赏与被欣赏是一种互动的力量之源，欣赏者必具有愉悦之心、仁爱之心、成人之美的善念；被欣赏者必产生自尊之心、奋进之心、向上之志。因此，学会欣赏应该是一种做人的美德。

我听说有一个记者，在报道一个犯案数起的小偷时，在文章最后情不自禁地感叹：“像心思如此细密，手法那么灵巧，风格这样独特的小偷，做任何一行都会有成就吧！”这个记者不曾想到，他无心写下的这句话，竟影响了小偷一生。这个小偷从此脱胎换骨，重新做人。

就是这样一句无心说下的话，让一个小偷实现了自己的人生价值。让自己活得更更有意义。

学会欣赏是一种给予，一种馨香，一种理解与沟通，一种信赖与祝福。

我想，我们的生活中如果多一些欣赏，世界应该会更精彩！

### 演讲稿珍惜时间篇三

意大利著名的雕刻家兼画家米开朗其罗曾完成了一件旷世杰作“大卫像”。但是据说雕刻大卫像所用的这块大理石，曾被多位雕刻家批评得一无是处，有些人认为这块大理石采凿得不好，有些人嫌它的纹路不够美，用它绝对雕不出好的艺术品，总之它被批评为一块不受人赏识的普通石头。

但是，当米开朗其罗以独特的眼光，和这块人人都认为无用的大理石相遇后，它就成为举世瞩目的“大卫像”了。

要求以“赏识”为话题，写一篇文章，题目自拟，文体不限，不少于600字。

同时，赏识是一种理解和信任，包含了肯定与欣赏，也是一种激励和引导，可以使人悔过自新，扬长避短，更健康地成长和进步。其实，社会上每一个人都渴望别人赏识，同样，每一个人也应该学会去赏识别人。

## 演讲稿珍惜时间篇四

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

生活因欣赏而精彩，生命因欣赏而美丽。

落日晚霜，霜叶秋林需要欣赏；晚风残月，敲窗冷月也需要欣赏。欣赏高山，会在高山的巍峨中找到强悍和凝重；欣赏大海，会在大海的澎湃中感悟到气质与洗礼。

欣赏一回自己，让自己的生命变得高贵。不管如何渺小，你依然在自己的小天地里谱写童话，创造这大千世界的奇迹。“梅须逊雪三分白，雪却输梅一段香”，梅花有它的情韵，雪也有自己的风采。

杨柳之婀娜、翠竹之秀丽、兰草之清幽、青松之壮美，任何事物都在大自然中展示着自己的个性，不是吗？白酒烈、黄酒醇、红酒甘甜、朗姆酒爽朗；莲花清洁、牡丹雍容、百合馨香、秋菊素雅。你芙蓉如画柳如眉，我满卷诗书自开颜；你有江南流水小桥淡泊心境，我有驰骋政坛飞鸿洒脱飒影。

千里北国雪飘，江南草长莺飞。他南唐后主李煜以词夺人心，他清时君王康熙以力平天下。又有谢道咏絮才传百世，还是那武则天以智留千古，又如何？我无需相拙而自卑，更无需为其而伤感。我就是我！什么“人比黄花瘦”，什么“欲语泪光流”，我没有她们的柔情如何？又道什么“山中高士晶莹雪”，且说什么“世外仙姝寂寞林”，我没她们的“机德”，也没她们的“文才”，那又如何？即使将我道得满形惭略，我依然会展示自己的风采。

也许我没有武则天的果断，我仍能在炙日下为自己的梦想不断奋斗；也许我没有李清照的才情，我仍会在深夜里写自己的

故事;也许我没有薛宝钗的豁达,但我仍能以宽容之心待人待事;也许我没有林黛玉的百曲柔肠,我仍能以自己的洒脱给生活添上一笔靓丽的色彩!

我欣赏自己,不代表我孤芳自赏,而是我对生活的憧憬;我欣赏自己,不代表我目下无尘,而是我对欢乐的向往。

欣赏自己,是风起云涌时乘风破浪的勇气;欣赏自己,是百转周折后仍会胸有成竹的信心。没有一个人是完美的,“金无足赤,人无完人”,不用去刻意磨平自己的棱角,去发展自己的特点,去展示自己的风采!不要蜷缩在阴暗的角落里,打开天窗,外面仍有一片澄澈的蓝天。朋友们,欣赏自己,会让你与欢乐同行,相信你自已是最棒的!

## 演讲稿珍惜时间篇五

尊敬的各位领导、老师:

大家下午好!今天我演讲的题目是《学会赏识,爱满天下》,有人说:做不了伟大的事,就用伟大的爱,做平凡的事。作为一名刚刚走上工作岗位的年轻教师,我工作的时间紧紧一年,也许谈论师德可能会显得有些稚嫩,但这绝不会失掉我的真诚,因为我和大家一样,从事着一项光荣的职业——教师。

有太多关于孩子的比喻,在我眼里,学生都是待放的花朵,而我们有幸能伴花成长,倾听最美的花开的声音。

第一次登上讲台时我的激动与不安;一声声老师好背后的满足与窃喜;学生取得进步时的欣慰与鼓舞,从那一刻起,我觉得我选择的,不仅仅是一个职业,更是一个值得我用一生去完成的事业。

教师这个神圣的称呼,它如同磁石一样深深的吸引着我,改

变着我。与孩子相处，我更加年轻，因为他们需要童真与快乐，我更加细致，因为他们需要被小心呵护。我也更加成熟稳重，因为他们需要有一个坚实的依靠。

新学期一开始，班里一位叫张子文的同学很让人头疼，上课喜欢乱说话，下课与同学打架，几乎每个课间他都会受到我的批评，但他却没有一丝悔改，困惑中，我想起了曾在一本书中读过的一句话：用赏识的眼光看孩子。于是我特意寻找他进步的地方，哪怕他上课的一次举手发言我就对他大加赞赏，全班同学鼓掌鼓励他，并及时与家长沟通，告诉家长孩子的进步，渐渐地，他有了巨大的进步，几天过去了，没有学生向我报告他打架的消息，上课纪律也好了许多，用同样的方法，班上的几个纪律差的学生也渐渐进步了许多。看到他们的进步，我心里有种说不出的欣慰。

师爱无须展现得轰轰烈烈，它只是要我们能经常低下头看看孩子，和孩子们一起游戏、一起唱歌、一起舞蹈……和他们同唱、同跳、同悲、同乐；师爱是在和孩子说话时，将祈使句改为疑问句：“你能帮老师的忙吗？”“你能把教室打扫干净吗？”孩子是敏感的，单纯的，他所需要的仅仅是老师的一份关爱！他们的心灵是那么容易被装满。

这种爱是发自内心的，是无私的。这种爱，不是存款，没有利息，甚至有时会血本无归，在这样的情况下，我们还依然心甘情愿地付出爱心。

我喜欢这样一首小诗：

“有一首歌最为动人，那就是师德，有一种人生最为美丽，那就是教师，有一种风景最为隽永，那就是师魂，不要说我们一无所有，我们拥有同一颗火热的太阳，我们拥有同一片广博的天空。