

小学心理健康周活动策划书(精选5篇)

演讲稿也叫演讲词，是指在群众集会上或会议上发表讲话的文稿。演讲稿是进行宣传经常使用的一种文体。演讲的作用是表达个人的主张与见解，介绍一些学习、工作中的情况、经验，以便互相交流思想和感情。演讲的直观性使其与听众直接交流，极易感染和打动听众。那么下面我就给大家讲一讲演讲稿怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

长城的演讲稿篇一

我国北方的长城，开始于战国秦、赵、燕三国。

长城的起点——老龙头——秦、赵、燕在北边修筑长城的原因

秦赵燕为何要在北边修筑长城，这要从战国时期的形势说起。战国时期，是我国黄河长江中下游地区由奴隶社会向封建社会的转变时期。随着各国之间政治、经济关系的加强，诸夏文化与秦、楚、吴、越文化的交流与融合，统一的趋向日益强烈。当时进行封建改革的魏、赵、韩、楚、齐、秦、燕七国强盛之后，进行兼并战争，谋求以武力统一黄河、长江中下游地区。这时，陕北、晋北、冀北和内蒙古草原上的诸少数民族也强大起来，不断掳掠秦、赵、燕三国北部边境。秦国之北，有义渠，又北为匈奴；赵国西北有林胡、楼烦，北有襜褕、匈奴；燕国北界东胡。这些北方少数民族政权，除义渠从事农业外，其他均以游牧、狩猎为生。义渠是西北黄土高原上的强国，自春秋至战国，与秦抗衡百余年。匈奴、东胡等游牧民族更是军事素质高，作战能力强。据《史记·匈奴列传》记载：匈奴人以游牧、狩猎为生，牲畜以马、牛、羊为最多，其次则为骆驼、驴、骡等。他们“逐水草迁徙，毋城郭常处、耕田之业。然亦各有分地。”男子从小就学习骑射。“儿能骑羊，引弓射鸟鼠；少长，则射狐兔；用为食。”

因此，一到成年，“尽为甲骑”。战国之际，匈奴已经进入奴隶社会，并且有了国家政权机构。国王称为单于，其下置左、右贤王，左、右谷蠡王，左、右大将，左、右大都尉，左、右大当户，左、右骨都侯，除左、右贤王外，其余大臣都是世袭。东胡、林胡、襜褕、娄烦与匈奴基本相同。

自战国中期以来，他们不断掳掠秦、赵、燕三国北部地区。由于他们善于骑射，长于野战，采取突然袭击，来去飘忽，难于捉摸，显示出很强的战斗力。而秦、赵、燕在战国中期的作战部队主要是步兵和战车，穿着宽衣大袖的服装，行动迟缓，日行30—50里，自然不能阻止匈奴、东胡的袭击和掳掠。这不仅使三国北部人民的生命财产受到严重威胁，生产遭到严重破坏，而且大大影响了三国的统一事业。针对这种被动局面，三国便先后进行兵制改革和在北部修筑长城。

秦国自商鞅开始变法，推行富国强兵。军队逐渐改变成步兵和骑兵，并以军功论赏和升迁，因此军队的战斗力增强，所向无敌。惠文王六年(前332)和十年，先后大败魏国，夺取魏西河郡(今陕西洛河流域)和上郡(今陕西东北部)地。为了防止匈奴人南掠，昭王下令于陇西、北地、上郡北部边境修筑长城，并派军驻守。

赵国于武灵王十九年(前307)始改革兵制，实行胡服骑射。自此兵力遂强。二十年，武灵王西略林胡地，至榆中，林胡王献马降服，才班师而归。二十六年(前300)，破中山，攘地北至燕、代(今山西北部)，又西北拓地至云中、九原(今内蒙古和林格尔县至乌加河地区)。于是，下令筑长城，自代并阴山(今内蒙古大青山、乌拉特山)而西，直抵大河(今内蒙古乌加河)，而置代郡、雁门、云中郡，以防匈奴南下掳掠。为了专门经营西北，次年，他让位于其子惠文王何，自号主父。惠文王二年(前297)，主父出代，至西河(今山西、内蒙古间之黄河)，破楼烦王而致其兵。

综上所述，战国时期，秦、赵、燕之所以在北边修筑长城，

其目的是为了防御匈奴、东胡的南掠。

长城是由城、堡发展而来。作为军事上的防御工程的城、堡，早在原始公社末期就开始了。由于它能起有效的防御作用，进入阶级社会以后，得到了普遍的发展。长城，最早出现于春秋，如楚国的方城(在今河南南阳地区)。到了战国，魏西河郡有长城，赵漳水上有长城，中山国西部有长城，燕易水有长城，齐沿泰山山脉有长城。这些长城，在战争中曾经起过很大的作用。北方游牧民族行动迅速的骑兵，行踪莫测，诸国无论是步兵还是骑兵，都无法阻止他们袭击和掳掠。只有修筑长城，加上驻军防守，才有可能阻止他们的南掠。只有在北方修筑长城，才能抽调主要兵力，用于列国之间的兼并战争和保卫战争，才能完成统一大业。

长城的演讲稿篇二

大家好！

随着时间的推移，我们已经度过了小学六年。五彩的童年，璀璨的年华，激情的岁月已离我们远去。迎接我们的只有烦恼的少年时代，叛逆的青春时期，苦涩的初中时期。我们将褪去幼稚的心灵与面庞。

我虽只与母校相伴三年，但却情深其中。在这三年，我收获了同学们无尽的友谊，收获了老师们无边的关爱，收获了宝贵的真情。

“老师”这个令人敬佩的职位。他无私地哺育我们成长，培育我们成为国之栋梁。看着老师头上的银丝，眼角的皱纹，我不禁心寒，热泪盈眶。老师如同那燃烧的蜡烛，无私地燃烧自己，照亮他人。只为在油尽灯枯之前培养更多的国之栋梁。老师如同园丁，用知识灌充我们的心灵，用道理抒发我们的情感，让我们感受到知识的雨露，道理的温暖。

在学习生活中，与我们朝夕相处的不只有老师，还有一群同学。这些同学各具特点。虽然有些令人讨厌，有些又令人喜欢，但组合一个班中，也显出了满满的友谊。那种友谊是我们无法用语言表达出来的，只有身临其中才能明白。

同学们，我们朝夕相处的日子不多了，我们要珍惜。人虽已分情还在。我们要努力奋斗，再创昔日辉煌。

祝大家：

身体健康，学习进步，天天向上！

演讲人：卢智慧

20__年5月16日

谢谢大家！

长城的演讲稿篇三

六年来的小学生活给我留下了深刻的印象。童年时代的我们，曾经单纯的没有一丝被玷污的痕迹，是那种无忧无虑，天真烂漫的单纯。

对于六年同窗，我们经历的酸甜苦辣、喜怒哀乐真是太多太多了。

过去的那段日子，我们不能忘怀。但我们得到得更多的，是精神上的财富。是从小学，我们开始懂得了为人处事的道理，开始懂得如何面对困难与挫折，也开始懂得享受生活。老师教于我们的知识，我们永远铭记于心；老师教于我们的知识，我们时时萦绕耳畔；老师为我们付出的汗水，我们更是无以为报！我永远不会忘记这几年！

谢谢大家！

长城的演讲稿篇四

大家好！

我是108班的赵亦陈。以前，我们看着大哥哥大姐姐们戴着红领巾去上学时，心里多么羡慕呀！

在这金色的九月，我们走进了爱山小学，也成了小学生啦！能在爱山这个温暖的大家庭里学习、生活，我们是多么幸福，多么自豪！

请大家相信，我们一定会像勤劳的小蜜蜂一样，爱学习，爱劳动；也会像大雁一样，与小朋友团结友爱；更会像小雄鹰一样，练就一身真本领，飞向更高更远的蓝天。

请看我们的吧！

谢谢大家！

长城的演讲稿篇五

本站：不到长城非好汉，下面我们一起来看看这篇《登长城》。

去年暑假，我和我的家人去了北京旅游。

北京之旅共三天，前两天我们先后去了天坛、故宫、颐和园、圆明园址、天安门广场、北京电视台这些地方，这些地方都很好玩。但真正让我憧憬和向往的地方是长城。

长城是世界八大奇迹之一，俗话说：“不到长城非好汉。”今天我有幸来到了长城，长城果然名不虚传，它像一条缠绕在高山上的巨龙，气势非凡。登上长城，这里如仙境一般，

云雾缭绕，山峦此起彼伏，长城随着山势像一条腾飞的巨龙。长城高低不齐的阶梯，将我们送往一个个烽火台，一处处风景优美的地方。

如此壮观的长城都是古人用勤劳的双手创造的，是他们智慧与力量的结晶，心中对他们的敬意油然而生！

长城的演讲稿篇六

首吞沧海，尾衔大漠，绵亘神州，跌宕关山，逶迤万里，阅千秋烽火。长城本身就是一部历史，重重叠叠万里关山，绵绵延延茫茫烟海，承载多少愿景，这里蜿蜒的是龙的图腾，龙的血与火。我是你的子孙，满怀虔诚地跪向苍茫的落日，殷殷渴盼着继承你的血脉，踏遍雪原，览遍群山，行遍大漠，去寻找那段祖先寄予你的愿景，去窥视那座长城的晓梦。

梦开始的地方梦开始的地方，岁月绵长，梦也绵长。六王毕，四海一，秦皇雄风，举精兵，北击匈奴，兴徭役，连六国长城，从此长城绵延万里，始皇在磊磊青砖中希冀着千秋万代的愿景。只可叹抵御了南下的胡马，却阻不了六国复兴，禁不起楚汉铁骑蹂躏山河。长城终是守不住秦，万万世的愿景，二世而亡，瞬间倾覆。

长城万里今犹在，只不见当年秦始皇！空惆怅。

梦如风地行进梦如风地行进，残雪孤独，野草疯长。但使将军能百战，不叫天子筑长城。盛唐巍巍马壮兵强，何须筑城以戍之唐人相信与其把山河永固的愿景寄予于死物之上，不如与子同袍，修我戈矛，保我家国。

于是，长城犹如庄园的篱笆，镶嵌在青山绿野间，悠也闲哉。

梦惊醒的时候梦惊醒的时候，白云苍狗，山河寂寥。大明江

山近三百年，长城重披戎装，挑戈振戟，鞞鞞岂可覬覦。明人占据着天堑通途，寄予那长城铜墙铁壁的愿景，却不想百年心血禁不起冲冠一怒为红颜的荒唐，不攻自破，土崩瓦解，从此满清铁骑驰骋，换了天地。大清朝重新分封。长城，乃八旗子弟游戏的围场。

康熙帝负手立于皇舆前，轻轻浅浅一点，我朝不修长城，乃使蒙古为我长城也。

他言：固国之道，惟在修德安民，民心悦则邦本得，而国自固，此所谓众志成城者是也。

梦，逝去已久！

一弹指顷去古今，往事已随风逝，还看今朝。

长城不再是屏障，它的意义远远超出了最初的想象。霪雨霏霏的江南，风沙肆虐的塞北，长城一一把它们拾起，用它们来浇铸支撑中华血肉的骨骼。黄河水、长江水、珠江水……流入了中华的血液，沸腾了青春；东北平原的黑泥、甘陕高原的黄土、南粤山丘的红土……和成了中华的筋肉，磅礴了生命。于是，云冈佛像苏醒了，敦煌飞天复活了……而万里长城，我千年跪拜的图腾，已溶成了骨骼中的精髓，随思维载歌载舞，亦奔亦驰。

风流总被雨打风吹去，斑驳城墙寄予着不可计数的愿景，在历史的年轮里张扬。到如今，我们依然在修葺长城，它已成为了中华民族的脊梁，成为龙的图腾。我的长城，我的梦，它承载着新的愿景，永远的向往！