

一年级班主任期末工作总结(实用6篇)

演讲稿是进行演讲的依据，是对演讲内容和形式的规范和提示，它体现着演讲的目的和手段。大家想知道怎么样才能写得一篇好的演讲稿吗？下面小编为大家带来关于学习演讲稿模板范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

小学端午节国旗下的讲话演讲稿篇一

端午节是我国传统的节日，这一天家家户户都会以不同方式来庆祝。说起端午节它来源于我国古代著名诗人屈原的一个故事。

有一天爱国诗人提出一个强国富民的好主意，但由于当时社会腐败他的政策不但没有被国王采纳反而被攻击最后被逐出都城，流落汉北。屈原生性耿直，不愿委曲求全看破红尘跳入汨罗河中已死捍卫正义。当地渔民知道此事后非常痛心，划着小船把竹筒里的米倒入汨罗河中喂鱼以保全屈原的尸体。后来人们把竹筒里盛米改成了包粽子，把划小船改成了赛龙舟，逐渐地形成了一种仪式。以后每年的五月初五是端午节，人们吃粽子，赛龙舟来纪念我国伟大的诗人屈原。我们全家都很敬重屈原的人品和才智，所以每年这个时候都一定会一起包粽子来纪念这个伟大诗人。

说起包粽子这是我奶奶的拿手绝活，形状有方形的，三角形的，圆柱形的。粽子里面的馅儿也有好多种，有红豆的，豆沙的，红枣的，还有肉的。只见一条条大大小小的芦叶在她的手指之间灵活地穿梭着，眨眼的功夫一个又大又结实粽子就包好了，方的像魔方，三角形像一个大称砣，圆的.像水桶看奶奶包粽子简直是一种享受。吃起来满嘴的芦叶清香加上里面可口的馅儿，真是人间美味。端午节除了吃粽子就是赛龙舟了，我最喜欢看了。

每一条龙舟上面几个选手他们都全力以付，齐心协力地向前冲着，擂鼓的水手们个个气势高昂，用力地敲着，喊着“加油，加油”，场外的拉拉队发出了如雷贯耳的助威声，此起彼伏，选手们个个鼓足了干劲，勇往直前场面十分的壮观和热闹。

小学端午节国旗下讲话演讲稿篇二

疫情无情，人有情！在新冠病毒疫情肆虐的时刻，端午节如约而至，有着浓厚乡土风情的传统佳节成为了人们共同的寄托。与往年不同的是，今年的端午节注定是一个特殊的节日，我们需要在抗疫期间与家人一同坚守，这是疫情带给我们的不经意的折磨，更是我们对未来的艰难一战。从端午节抗疫的心得体会中，我们能够更加坚定地认识到抗疫的重要性，以及如何以坚韧的意志与细心的仪式庆祝这一佳节。

首先，疫情让我们更加深刻地认识到了健康的重要性。在平时的生活中，我们往往忽视了自己的健康，把大量的时间投入到工作和学习中，忽略了锻炼和休息的重要性。然而，疫情的到来让人们猝不及防地面临生命的危险，让我们意识到只有健康才是最重要的。因此，我们在端午节期间要更加注重身体的锻炼和健康的保持。可以进行家庭体育活动，如打篮球、跳绳等，以增加身体的耐力和抵抗力。

其次，疫情给我们带来了守护家庭的体验。传统的端午节是家人团聚的时刻，而今年的端午节，疫情的影响下，很多人只能与家人在远方通过手机和网络进行联系。这让我们更加明白了家人的重要性。我们不能亲眼见到家人，与他们一起吃粽子、赛龙舟，但我们可以通过电话、微信等进行交流，表达我们的思念和关心。在平时的生活中，我们也要更加珍惜与家人共度的时光，多沟通、多交流，让家庭成为我们人生中最温暖的避风港。

第三，疫情给我们带来了防护和卫生习惯的培养。疫情的爆发让我们明白了个人的防护和卫生习惯的重要性，从洗手、戴口罩到保持社交距离，我们懂得了这些防疫措施的价值和必要性。在端午节期间，我们同样需要坚持这些习惯，保护自己和他人的健康。我们要注意饮食卫生，选择新鲜食材，并注意烹饪的卫生，避免食物中毒。同时，我们还要加强对居住环境的清洁消毒，保持室内空气的流通，为我们营造一个安全的生活环境。

最后，疫情逼迫我们逆境中坚持前行，以韧劲来庆祝端午节。在这个特殊的端午节里，虽然我们无法像往年一样聚在一起庆祝，但我们可以找到其他方式来庆祝这个节日。比如，我们可以利用网络平台进行线上活动，与亲朋好友共同观看端午节相关的表演、研究传统习俗，共同调制一份属于自己的粽子和汤圆，感受传统文化的美好。这样不仅可以感受到节日的快乐，也能增强家人之间的情感交流。

疫情实在是一场冲击全球的灾难，它教会了我们很多东西。在端午节抗疫的心得体会中，我们认识到了健康的重要性，守护家庭的意义，习得了防护和卫生习惯，以及坚韧地庆祝疫情期间的端午节。希望在未来的抗疫之路上，我们能够更加强大和坚定，为我们的人民健康和社会的稳定而努力。

小学端午节国旗下的讲话演讲稿篇三

近年来，全球卫生形势严峻，新型冠状病毒疫情的爆发对全球各国产生了巨大冲击。中国作为疫情首发国，一直致力于抗击疫情，通过各种措施，有效遏制了疫情的蔓延。今年的端午节成为了一次特殊的抗疫节日，人们采取各种方式庆祝并传递正能量。在这个特殊的端午节期间，我也有许多心得体会。

首先，疫情让人们更加珍惜健康。疫情的蔓延让我们意识到健康的重要性。疫情期间，人们必须加强自我保护，如佩戴

口罩、勤洗手等。这些简单的行为成为了每个人生活的一部分，而这也让我们更加懂得珍惜自己的身体健康。在端午节期间，我选择了不去人多的景点，而是选择在家陪伴家人，享受一顿美食，同时也为了自己和家人的健康着想。

其次，疫情促使人们更注重家庭情感。端午节是一个传统的家庭团圆节日，人们会赶回家与亲人共享天伦之乐。然而，疫情使得很多人无法走出家门，无法与亲人团聚。这使得人们更加珍惜家庭的温暖和亲情。在这个特殊的端午节，我虽然无法与家人团聚，但通过网络和电话，我和家人进行了视频通话，送上了节日的祝福。疫情促使我们更加意识到家庭的重要性，也让我们更加明白家人的可贵。

此外，疫情也增强了社会的凝聚力。面对疫情的冲击，中国各地纷纷采取措施，政府、企事业单位、社会组织和个人都积极行动起来。许多人主动参与志愿者服务，为疫情防控工作贡献自己的力量。在端午节期间，社会各界也组织了各种形式的活动，鼓励人们积极向上，传递战胜疫情的信心与力量。在我的社区，也有志愿者们发放宣传资料，为居民提供健康咨询等服务。看到这一切，我感到疫情虽难，但通过我们的共同努力，我们一定能够战胜它。

最后，疫情给我们带来的触动将影响我们的生活方式。在疫情的冲击下，许多传统的习俗和活动都不得不被改变或取消。人们学会了通过网络庆祝节日，比如通过云端端午节活动、线上购物等。这给我们带来了新的体验，也在一定程度上改变了我们的生活方式。通过网络的方式庆祝节日，虽然看似陌生，但仍能感受到人与人之间的情感传递。这也让我明白，在新的时代背景下，我们需要不断适应、改变和创新。

总之，疫情给人们的生活带来了巨大的冲击，但对于我们每个人来说，它也成为重要的成长契机。端午节期间，我们更加珍惜健康、注重家庭情感，同时也增强了社会的凝聚力。疫情迫使我们改变了生活方式，但也让我们通过创新的

方式感受到人与人之间的温暖。面对困难，适应改变，保持积极的心态，相信我们一定能够共同战胜疫情，迎来更加美好的未来。

小学端午节国旗下讲话演讲稿篇四

1. 初五端午节，粽子香飘散四方，发条短信关怀表，愿君好运“粽”连连，五谷丰登幸福香，共度快乐好时光。祝端午节快乐逍遥、平安健康。
2. 圣旨到!奉天承运，皇帝召曰：你去年端午节欠我三毛钱至今未还，罚你三天不准拉屎，拉屎不准带纸，带纸不过三尺，直到憋死为止!钦此，领纸!
3. 端午来临百花香，粽子清香飘四方，东方送你摇钱树，南方送你贵人扶，西方送你工作好，北方送你没烦恼，方方好运方方行，信息传达粽子情，端午节快乐。
4. 为你“端”来一生的幸福，为你“端”来一世的甜蜜，为你“端”来一年的平安，为你“端”来一季的健康，为你“端”来一天的吉祥，祝你端午节安康!
5. 咬你一口，清香依旧，咬你两口，全身自由，咬你三口，幸福永久，咬你四口，完了，我想你想的太投入吃粽子咬到了手。嘿嘿!端午节快乐哦。
6. 端午节到了，为了表达我对你的诚意，我特意委托物流公司给你运去一箱粽子，请你在端午节那天，凭此短信去就近的物流公司自取，仅限端午节那天哦!
7. 淡烟雨，淡淡愁，淡淡明月，上西楼，淡淡鱼儿水中游，淡淡蝴蝶落绣球，淡淡胭脂淡淡酒，淡淡酒解淡淡愁，淡淡思念给朋友，祝端午节快乐!

8. 今天端午节!收集世上一切美好的东西为原料,用无忧为外衣,以我的真心祝福为丝带为你包了一个特别的粽子送给你!吃了它你永远快乐幸福!

9. 粽子香,日子到端阳;万舸争流忙,龙舟涌大江;快乐饮雄黄,健康佩香囊;朋友情意长,祝福送身旁;生活蜜如糖,幸福万年长。端午节快乐!

11. 繁忙,不代表遗忘;夏日的到来,愿你心情舒畅,曾落下的问候,这一刻一起补偿,所有的关心,凝聚这条短信,端午节快乐。

12. 端午佳节到,“粽”有欢乐愉悦你,心情舒畅;“粽”有吉祥相伴你,好运连连;“粽”有福星环绕你,幸福天天;“粽”有平安保佑你,福寿无边;“粽”有朋友祝福你,心花怒放。祝端午开心哦!

13. 提前送你一个粽子:幸运铺满清新的叶,快乐裹成美味的馅。闻起来是温馨,吃起来是甜蜜,咽下去是幸福,回味着是美满,端午节快乐!

14. 端午节祝你:粽儿香香,美味芳芳;粽儿粘粘,福禄全全;粽儿长长,朋友广广;粽儿饱饱,财源好好;粽儿满满,人生暖暖;粽儿甜甜,情意绵绵。

15. 工作劳累,心情烦闷,房价又涨一倍;钞票缩水,不够支配,烦恼依然不退;六一到来,穿越轮回,潇洒再次回归;抛弃忧愁,回味童趣,开心永远最贵。

16. 粽子香,香厨房;艾叶香,香满堂;桃枝插在大门上,出门一望麦儿黄;这儿端阳,那儿端阳,处处都端阳。祝福亲爱的妈妈端午节快乐!

17. 初五端午到,千里祝福顷刻到,送你粽子心意到:愿你

心情快乐到，工作顺利高升到，财源滚滚发财到，友情爱情甜蜜到，生活美好幸福到。

18. 洗个艾叶澡，泡个艾叶脚，舒舒服服烦恼都赶跑；对你“爱也”真，对你“爱也”深，生活有你就不会闷。端午，帮你挂艾叶，能爱你真好。

19. 端午节快到了，我送你十棵心：学习要用心，工作要上心，生活要平心，待人要真心，处事要细心，做事要专心，困难要耐心；祝你时时都开心，事事都顺心。

21. 龙舟粽子端午的喜庆，别忘了爱护一下自己的眼睛。世界爱眼日，借着端午的歌声，放松一下自己的心灵，少看一分钟电视，远眺一次天空，保护一下我们的眼睛！

22. 粽子一颗心，颗颗粽子表关心，愿你事事都顺心，称心舒心总开心；一颗粽子一份情，颗颗粽子献真情，愿你天天好心情，友情爱情重亲情；祝端午快乐笑满家园，生活美满好运连连。

23. 粽子甜，甜出你幸福生活的美好；粽子咸，咸出你和美生活的味道；粽子香，香出你节日的欢笑。端午节快到了，不能与你共品粽子，道声祝福：节日快乐！

24. 粽子香，香厨房；艾叶香，香满堂；桃枝插在大门上，出门一望麦儿黄；这儿端阳，那儿端阳，处处都端阳。祝福亲爱的朋友端午节快乐！

25. 气候在变坏，端午五大怪，五谷丰登；端来祝福，五彩缤纷。五谷丰登；端来祝福，五彩缤纷。端午节快乐。粽子玩裸奔，香包谈恋爱。龙舟被山寨，雄黄酒下菜。鱼儿更奇怪，不请自来。祝福把门开，烦恼说拜拜！端午快乐！

26. 我用芬芳的祝福织成苇叶，以温馨的叮咛碾作白米，以

诚挚的祈祷晒熟红枣，再以友谊的丝线紧紧缠绕，端午节送你香甜的粽子，愿你永远享受人生的美好！

27. 午节祝福心意全送到：愿你“粽”是微笑，“粽”是快乐，“粽”是喜悦，“粽”是好运，“粽”是成功，“粽”是幸福，“粽”是美好。

28. 古人送壶我送粽，一片真情在其中，洛阳亲友如相问，一片冰心在玉壶；天涯知己度端午，无限真情在粽中。青青粽叶包真情，愿你拥有好心情，端午节快乐。

29. 祝福不断连连的，真情实意绵绵的，包成粽子圆圆的，吃在嘴里黏黏的，味道总是咸咸的，化在心里甜甜的。祝甜甜的你，过个甜甜的端午！

31. 缘-字有你有我，爱-字有甜有苦，情-字有思有恋，想-字有牵有挂，你-永远是我好朋友！祝福我的朋友，端午节开心快乐！

32. 端午节到了，我送你一个爱心粽子：第一层，体贴！第二层，关怀！第三层，浪漫！第四层，温馨！中间夹层，甜蜜！祝你梦中有我，天天都有一个好心情！

33. 端午节到了，公司行政部给外籍员工每人发了一篮粽子，第二天一个外籍员工打电话给行政部表示感谢：你们送来的那个东西非常好吃，尽管外面的生菜有点硬。

34. 龙舟粽子端午的喜庆，别忘了爱护一下自己的眼睛。世界爱眼日，借着端午的歌声，放松一下自己的心灵，少看一分钟电视，远眺一次天空，保护一下我们的眼睛！

35. 金色的粽子，金色的情，金色的祝福送给您；金色的节日，金色的你，金色的财运宠着您。愿您走金色的阳光大道，行金色的好运，有金色的好心情。祝端午节快乐！

36. 人生路漫漫，无需轰轰烈烈，快乐就好；友谊最珍贵，无需牵牵绊绊，想着就好；朋友如手足，无需遍及天下，有你就好，祝端午节快乐！

37. 虽然你身体很好，但屈原说：多锻炼身体，少打麻将，才能多吃粽子，天天健康。愿老爸粽子里来健康伴，端午里来幸福长！

38. 快端午节了，我在酝酿一个大胆的计划，就是我也要“投江”，但别害怕！我是将福气运气喜气，投进你美好的江河，汇聚成祝福，祝你节日快乐，幸福安康！

39. 闻着粽子香，思念漂过江，你我相隔几百里，端午节里更想你！因为我想和你一起分享端午节的快乐。祝你“粽”比我快乐，端午节愉快！

小学端午节国旗下的讲话演讲稿篇五

活动目的：1. 通过班会课，让学生了解传统节日，向屈原学习，热爱祖国，增强民族自尊心和自信心。活动准备：学生搜集端午节的一些资料，用于在班会课上交流。活动过程：1. 学生交流对端午节的认识。农历五月初五，俗称“端午节”。端是“开端”、“初”的意思。初五可以称为端五。农历以地支纪月，正月建寅，二月为卯，顺次至五月为午，因此称五月为午月，“五”与“午”通，“五”又为阳数，故端午又名端五、重五、端阳、中天等。从史籍上看，“端午”二字最早见于晋人周处《风土记》：“仲夏端午，烹鹜角黍”。端午节是我国汉族人民的传统节日。这一天必不可少的活动逐渐演变为：吃粽子，赛龙舟，挂菖蒲、艾叶，薰苍术、白芷，喝雄黄酒。据说，吃粽子和赛龙舟，是为了纪念屈原，所以解放后曾把端午节定名为“诗人节”，以纪念屈原。至于挂菖蒲、艾叶，薰苍术、白芷，喝雄黄酒，则据说是为了压邪。

[陕西省]

小学端午节国旗下的讲话演讲稿篇六

1. 了解端午的名称，来历及习俗，知道端午是中华民族的传统节日。
2. 能够自己动手做粽子，喜欢与同伴交流过端午的经历。
3. 萌发对中国传统文化的喜爱之情。
4. 简单了解节日的来历，知道其全称、日期和意义。
5. 让幼儿知道节日的时间。

活动重难点：

重点：自己动手做粽子。

难点：萌发对中国传统文化的喜爱之情。

活动准备：物质准备：《认识端午》多媒体课件；超轻黏土及制作工具；做好的粽子样品。

经验准备：幼儿有过端午的经验。

活动过程：

一、开始部分（一）用儿歌导入，引出主题，激发幼儿学习兴趣。

幼儿：端午节二、基本部分（一）介绍端午的来历和习俗。

1. 教师提问：小朋友们，你们知道端午节是哪一天吗？

幼儿:五月初五。

教师:那你们知道端午节是怎么来的吗?

幼儿:不知道。

2. 教师讲述屈原的故事, 让幼儿了解端午节的由来。

3. 教师引导幼儿交流每年家里都是怎样过端午节的。

4. 教师小结:过端午节的时候都要吃粽子, 戴五彩绳, 赛龙舟, 采艾草。

(二) 引导幼儿深入了解粽子。

1. 教师提问幼儿都吃过什么样的粽子, 让幼儿相互交流。

2. 教室出示各种种类粽子的图片, 引导幼儿观察粽子的形状的种类。

(三) 引导幼儿自己动手做粽子。

1. 教师:我们看到这么多的粽子, 接下来就去做一个自己喜欢的粽子吧, 做完之后还要给自己的粽子起一个好听的名字吧!

2. 教师引导幼儿自己动手做粽子, 感受自己做粽子的乐趣。

三、结束部分1. 幼儿做完粽子后, 教师让幼儿向大家介绍自己做的粽子和给粽子起的名字。

2. 教师对幼儿的表现进行表扬。

教师:老师在绘画区准备了很多的画纸和画笔, 小朋友们去画出一副自己心里的端午节吧!

活动延伸：1. 艺术领域；画龙舟。

2. 语言领域；讲述屈原的故事。

3. 手工活动；做五彩绳。

小学端午节国旗下的讲话演讲稿篇七

端午节是我国传统的节日之一，也是一个具有浓厚乡土气息的节日。每年的端午节，学校都会组织学生包粽子，通过亲自动手制作这道美味佳肴，使学生们更加深入地了解 and 体验中华文化的博大精深。在这次端午节校园包粽子的活动中，我收获了很多，让我深受感动和启发。

第一段：认识端午节的渊源和意义

在端午节校园包粽子之前，学校安排了一场有关端午节的知识讲解会。在这次会上，我们了解到了端午节的来历和意义。我们了解到，端午节是纪念古代爱国诗人屈原的节日，也是祛病防疫的节日。通过学习，我深深地感受到了我国民族精神的坚韧和民族传统的重要性。这让我更加期待着接下来的包粽子活动。

第二段：体验包粽子的乐趣和技巧

端午节当天，老师带着我们一起去包粽子。老师先给我们讲解了包粽子的步骤和要点，然后我们才动手制作。一开始，我觉得包粽子肯定很简单，没想到包得一团糟，形状都是歪歪扭扭的。但是，随着老师的指导，我才逐渐掌握了包粽子的技巧。我发现，包粽子需要耐心和细心，每个步骤都不能马虎。通过亲身体验，我深深体会到了包粽子的乐趣和技巧。

第三段：感受团队合作的重要性

包粽子的活动需要大家合作完成，这让我深刻地认识到团队合作的重要性。在包粽子的过程中，我们互相帮助、相互配合。有的同学负责洗粽叶，有的同学负责调制糯米，有的同学负责包粽子。大家分工明确，各司其职，共同完成了包粽子的任务。在这个过程中，我感受到了团队合作的力量和乐趣。只有大家都努力，才能把粽子包得又好看又好吃。

第四段：品尝美味的粽子，感受中华文化

经过大家的努力，一批批色香味俱佳的粽子被生产出来了。当我们品尝到自己亲手制作的粽子，满口的粽香和糯米的香甜让我们无不感叹。在品尝粽子的过程中，我们了解到了粽子的多样化，有甜粽子、咸粽子、肉粽子等等。这些不同口味的粽子展示了我国悠久的饮食文化和地域特色。通过品尝粽子，我更加感受到了中华文化的丰富多彩。

第五段：收获和启发

通过这次的校园包粽子活动，我收获了很多。我不仅学到了多样化的粽子制作技巧，还领略到了我国丰富的文化遗产。同时，我还意识到了团队合作的重要性，明白了只有大家共同努力，才能做好一件事情。这次活动让我更加喜欢和关注中华优秀传统文化，也更加热爱和珍惜自己的国家和民族。

小学端午节国旗下讲话演讲稿篇八

随着端午节的临近，许多中小学校纷纷组织学生进行包粽子的活动。在这个活动中，孩子们不仅能够亲身体验传统节日的习俗，还能培养动手能力和团队合作意识。通过参与端午节校园包粽子活动，我深刻体会到了传统文化的魅力，并从中获得了许多宝贵的心得体会。

首先，参与端午节校园包粽子活动，我领略到了中国传统文化的魅力。粽子作为中国传统节日的特色美食之一，代表着

对父母的感恩之情与人民对屈原的怀念。通过包粽子的过程，我更加深入地了解了这一传统食物的历史由来和文化背景。而且，在包粽子的过程中，我还了解到了许多关于粽子的制作技巧和传统包法。粽子的制作看似简单，但实际上需要巧妙地掌握材料比例和包扎手法。通过亲身体验包粽子，我不仅感受到传统文化的独特魅力，还对中国传统食品有了更深入的了解。

其次，参与包粽子活动让我明白了团队合作的重要性。在包粽子的过程中，我跟同学们一起分工合作，每个人都有自己的任务，共同完成包粽子的目标。有人负责洗糯米，有人负责准备粽叶，还有人负责包扎。每个人的工作都必不可少，只有互相协作，才能将粽子包好。这个过程中，我发现团队合作比一个人单独努力更能取得成功。大家相互帮助、齐心协力地完成任务，不仅包出了形状漂亮的粽子，还提升了彼此之间的友谊和团队合作的意识。通过这次活动，我明白了集体力量的重要性，并学会了在团队中发挥自己的优势，与他人协作。

再次，包粽子的过程让我培养了耐心和细致的态度。包粽子需要许多步骤，从准备材料到包扎，每一步都需要仔细思考和认真操作。糯米要先浸泡一段时间，而粽叶也需要提前清洗和刷油。包粽子的时候，要抓准糯米的量，还要将粽叶包紧。这个过程中，我不断调整自己的动作和力度，以确保每个粽子的质量。包粽子需要耐心和细致的态度，而这也是我平时很少锻炼到的品质。通过这次活动，我收获了耐心与细致，并意识到只有付出真心和耐心，才能做好每一件事情。

最后，参与包粽子活动也让我体会到了中华民族的传统精神。粽子作为中国传统食品，既有浓厚的传统文化底蕴，又寓意着对历史的追思和传承。而参与包粽子的活动，更是在弘扬传统精神，传播传统文化。通过挖掘和传承这些传统文化，我们才能更好地理解 and 热爱自己的国家，传承中华民族的精神。同时，包粽子的过程也让我们感受到了传统的温暖和亲

情。粽子象征着对父母的感恩之情，也是一种家庭的团聚和亲情的表达。通过包粽子的活动，我们寄托对家庭的思念和祝福，感受到了家庭的温暖和幸福。

在这个端午节校园包粽子的活动中，我不仅领略到了传统文化的魅力，还明白了团队合作的重要性，培养了耐心和细致的态度，体会到了中华民族的传统精神。这次活动不仅让我更加热爱和了解自己的国家，还让我明白了传统文化的珍贵和传承的责任。我相信，通过这次活动，我和同学们一定能够更好地传播和弘扬传统文化，并为中华民族的繁荣做出自己的贡献。

小学端午节国旗下的讲话演讲稿篇九

近年来，新冠疫情在全球范围内蔓延，给人们的生活、工作和情感带来了极大的困扰。今年的端午节，作为一个家中宅一族的我，亲身经历了抗疫期间的种种困难和挑战。在这个特殊的节日里，我不仅收获了许多宝贵的心得体会，更意识到了团结、勇敢与乐观的重要性。

首先，抗疫教会了我团结的力量是无穷的。疫情期间，政府出台了一系列的防控措施，包括居民禁令和限制交通等，这无疑给我们的生活带来了严重的不便。然而，团结一心、相互帮助成为了我们抗击疫情的最大底气。在家中的每一户人家都在居家办公、居家学习的过程中共同面对着各种挑战，但我们相互扶持、互相鼓励，共同克服了困难。通过社区志愿者的组织下，我们居民之间建立了紧密的联系，互相提供各种帮助，形成了一个真正的大家庭。

其次，抗疫教会了我勇敢面对困难的精神。在疫情期间，每个人都面临各种各样的困境，可能是害怕被感染、担心家人的安全，亦或者是前景不明的工作和经济压力。然而，我看到了许多勇敢的人，他们以积极的态度面对困难和危机，坚持不懈地努力工作和学习，为自己和家人创造更好的生活。

他们敢于直面困境，积极应对，展现出了强大的韧性和逆境抗争精神。

再次，抗疫教会了我乐观积极的心态是战胜困难的关键。在疫情期间，负面的新闻和信息充斥着媒体和社交网络，给人们带来了巨大的压力和恐惧。但我意识到，保持乐观积极的心态对于度过困难至关重要。我学会了培养自己的内心强度，通过阅读、运动和参与线上社交活动来保持积极的情绪。乐观的心态不仅能使我更好地应对压力，还可以为家人和朋友们带去正能量，共同度过难关。

最后，抗疫教会了我珍惜与亲人共聚的重要性。在以往的端午节里，家人们常常利用这个假期相聚，共同享受端午节的乐趣。然而，疫情的到来改变了我们的计划，我与家人长时间地隔离在不同的城市，无法共享团圆的喜悦。这使我更加珍惜与家人在一起的时光，并从中领悟到陪伴的重要性。虽然无法亲眼相见，但我们通过电话和互联网保持了沟通，共同分享关心和问候。这段经历让我更加明白，与亲人共聚的机会是如此珍贵和有限，应该更加珍惜和珍惜每一次相聚的机会。

总结起来，今年的端午节是我经历抗疫生活中最特殊的一个节日。通过这次经历，我明白了团结的力量、勇敢面对困难的精神、乐观积极的心态和珍惜与亲人共聚的重要性。这些宝贵的心得体会不仅是对我个人的成长，也是对我们这个社会 and 整个人类团结抗疫的宝贵经验。我相信，只要我们在困难中保持信心和勇气，相互扶持和鼓励，我们一定能够战胜这场疫情，迎来更加美好的未来。

小学端午节国旗下的讲话演讲稿篇十

目标：

- 1、了解端午节的由来和端午节里的一些民间风俗活动；

2、知道端午节时中国人的节日。

准备：

1、幼儿用书《民间风俗活动》、赛龙舟的一段录像；

2、几个打打小小的香包；

3、一个大粽子，幼儿每人一份小粽子。

过程：

1、出示粽子，引出话题：

教师出示大粽子：

——“这是什么？你吃过吗？什么味道？”

“过什么节日要吃粽子？”

介绍节日名称“端午节”：

——“每年的农历五月初五，中国人就要过端午节。”

“那么端午节时怎么来的呢？这个节日表示什么意思？让我们来听故事。”

2、了解端午节：

教师讲述《屈原的故事》

——“现在你知道端午节时怎么来的吗？”

“你喜欢屈原吗？你觉得他是一个怎样的人？”

阅读《民间风俗活动》，了解端午节里的一些民间风俗活动：

——“在端午节里人们还要干什么？”（出示香包，看看闻闻）

观看录像片，感受赛龙舟时紧张欢乐的气氛。

3、品尝粽子，体验快乐：

幼儿自己剥粽子，体验快乐：

交流粽子的味道

粽子（泥塑）

目的：

- 1、学习用彩泥表现不同形状的粽子；
- 2、体验中国民族节日的快乐。

准备：

- 1、范例粽子
- 2、彩泥、彩带
- 3、幼儿用书《粽子》

过程：

1、出示粽子，引出话题

——“什么节日要吃粽子？你们吃过什么粽子？”

“粽子是从哪里来的？”

2、幼儿学包粽子

——今天，我们用彩泥来做粽子，好吗？

幼儿用彩泥自由的搓、捏、压、团，做出不同形状的粽子

尝试用彩带捆绑粽子

——你们可以请来时帮帮忙

3、分享、欣赏泥工艺品

——你做的粽子用什么馅？什么味道？