

2023年感知真相演讲稿 感知风俗情暖冬至演讲稿(实用5篇)

演讲中的抑扬顿挫，相当于音乐中的节奏，音乐需要节拍，演讲也需要节拍，你应该让你的演讲充满节奏感，节奏就是你口头表达进度的度量。大家想知道怎么样才能写得一篇好的演讲稿吗？以下是我帮大家整理的演讲稿模板范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

感知真相演讲稿篇一

尊敬的评委、各位嘉宾、亲爱的同学们：

大家好！今天，我非常荣幸能够站在这里，发表关于冬至的演讲。冬至是我们中国的一个重要节气，也是人们欢度新年的一个重要日子。我将从历史、文化和食品三个方面为大家详细介绍冬至这个主题。

首先，我们来看看冬至的历史起源。冬至是中国传统二十四节气中的一个，早在《周礼》就已经稳定下来。冬至也是太阳运行轨迹的一个重要点位，是一年中白天最短、黑夜最长的时间，过了冬至，春天才会离我们越来越近。在汉朝的时候，人们开始有了庆祝冬至的传统，尤其是贵族，大规模地摆宴款待宾客。到了唐代，爆竹、舞狮等庆祝表演开始出现，现在的冬至体育比赛也源于唐朝时期的民间传统活动。我们可以看到，冬至在中国历史和文化中占有着举足轻重的地位。

其次，我们来谈谈冬至的文化内涵。冬至不仅是气候变化的特殊时期，还有着浓厚的人文气息。在中国传统文化中，冬至是一个家庭团聚的时刻，重庆在短暂而珍贵的碰面中献上了自己的爱意。每逢这一天，人们会吃红枣、吃饺子、吃汤圆和酸枣汤等传统美食，以示团圆。还有就是冬至进补的习惯，既为身体增加营养成分，也有着防治感冒的作用。

最后，我们要来介绍一下与冬至有关的食物。几千年来，中国人民在这一天都会有一些特别的饮食，以祈求平安吉祥。比如，饺子象征着锅贴，吃了还有好运绕着家，寓意着福运连连；而汤圆则象征着团圆，意味着家人同心，生生不息；酸枣汤就是一种预防感冒的良药，在防治疾病的同时还可以给我们的味蕾带来无限的滋味。

总之，冬至不仅是一个重要的节气，更在中国人的传统文化中扮演着至关重要的角色。冬至的庆祝也是家庭和社会团结的象征，是一种自我修养的文化体验，是一种对人际关系的维护和增进，更是滋养身体和心灵的一种方式。让我们一起珍惜冬至这一美好节日，迎接新年到来的喜悦和希望。

谢谢大家！

感知真相演讲稿篇二

各位老师、各位同学：

大家早上好！

昨天是一年一度的冬至日。冬至是北半球全年中白天最短、黑夜最长的一天，冬至过后，各地气候都进入一个最寒冷的阶段。

在我国古代对冬至很重视，冬至被当作一个较大节日，冬至过节源于汉代，盛于唐宋，相沿至今。曾有“冬至大如年”的说法，说明人们过冬至比过年还重视，人们认为，过了冬至，白昼一天比一天长，阳气回升，是一个节气循环的开始，也是一个吉日，应该庆贺。在这一天，人们都会互赠好礼，相互拜访，将抛开所有的烦恼，快快乐乐的过完这一天。

现在，北方地区有冬至宰羊，吃饺子、吃馄饨的习俗，南方地区在这一天则有吃米团、长线面的习惯。

过完冬至，一年一度的元旦就接踵而来了，我们很快就要进入20xx年啦，对于我们小学生而言，过完冬至，意味着我们的年龄又长大了一岁，因此，冬至就成了一个成长日，在这特殊的'日子里，我们要反思自己的过去，思考我们的.未来。我相信，只要我们从现在开始磨练自己，只要我们从身边的每一点小事做起，我们必将成为一个自强不息，具有远大理想、人格健全、品德高尚的接班人。

最后，在这美好的日子里，我给大家送去我最真挚的祝福，祝愿老师们身体健康，工作顺利，祝愿同学们开开心心，取得好成绩，祝愿天下所有人都平平安安，谢谢大家！

感知真相演讲稿篇三

老师、同学们：

早上好！

今天是24节气中的冬至。冬至是北半球全年最短的一天，最长的一夜。冬至过后，白天会一天天变长。冬至古语为：阴极来，太阳起，天南来，昼短影长，故称“冬至”。冬至过后，各地气候进入了最冷阶段，常被称为“进入第九年”。中国民间有句话叫“九年寒，三年热”。现代天文学认为，冬至太阳直接照在北回归线上，太阳最偏向北半球，北半球白天最短，夜晚最长。那天之后，太阳逐渐向北移动。

中国古代非常重视冬至，冬至被视为一个大节日。冬至节起源于汉代，兴盛于唐宋，此后一直存在。有句话说“冬至大如一年”，有个习俗是庆祝冬至。现在，一些地方也庆祝冬至作为一个节日。北方地区有冬至宰羊、吃饺子、馄饨的习俗，南方地区则有冬至这一天吃饭团、长面的习惯。

进入冬至，一年中最冷的一天就要到了。希望同学们冬天能做好保暖工作，注意锻炼，保证充足的睡眠，少吃冷食，为

期末复习学习和即将到来的考试打好基础。

感知真相演讲稿篇四

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家早上好！

冬至被人们当做一个重大节日，从周代起就有了祭祀活动，宫廷历来十分重视。民间也曾有“冬至大如年”的说法，还有庆贺冬至的习俗。《汉书》中说：“冬至阳气起，君道长，故贺。”人们认为过了冬至，白昼会一天比一天长，阳气回升，这是一个节气循环的开始，也是一个吉日，因此应该庆祝。《晋书》上有记载“魏晋冬至日受万国及百僚称贺……其仪亚于正旦。”可见古代人民对冬至的重视。冬至这天，一些文人、士大夫会进行“九九消寒”的活动。择一九日，相约九人饮酒，席上用九碟九碗，成桌者用“花九件席”，以取九九消寒之意。

在北方，不论贫富，饺子是冬至必不可少的食物。有谚语说：“十月一，冬至到，家家户户吃水饺。”这种习俗是为纪念“医圣”张仲景冬至舍药留下的。张仲景是南阳稔东人，老时毅然辞官回乡为乡邻治病。当时正值冬季，他看到白河两岸乡亲面黄肌瘦，饥寒交迫，不少人的耳朵都冻烂了，便让其弟子在南阳东关搭起医棚，支起大锅，在冬至那天舍“祛寒娇耳汤”医治冻疮。他把羊肉、辣椒和一些驱寒的药材放在锅里熬煮，然后将羊肉、药物捞出来切碎，用面皮包成耳朵样的“娇耳”，煮熟后与一大碗肉汤一起分给求药的人。人们吃了娇耳，喝了驱寒汤，浑身暖和，两耳发热，冻伤的耳朵都治好了。后人学着“娇耳”的样子，包成食物，也叫饺子或扁食。冬至吃饺子，是不忘“医圣”张仲景“祛寒娇耳汤”之恩。至今南方仍有“冬至不端饺子碗，冻掉耳朵没人管”的民谣。关于冬至，还有许多数不完道不尽的习俗。

然而，身为中华民族传统文化的重要组成部分，在现在离中华民族传统文化似乎越来越远的今天，冬至大如年，你还知道多少？让我们行动起来，用实际行动传承我们源远流长的优秀中华传统文化！

我的演讲完毕，谢谢！

感知真相演讲稿篇五

亲爱的老师、同学们：

生物学家达尔文说：“对所有生命的爱，是人类最高尚的品格。”

从德国人在杀鱼做菜前给鱼喂减轻痛苦的药丸的做法中，我们分明感到，只有用平等的眼光去看待所有的生命，给予它们平等的尊重和爱护，世界才会在我们面前呈现出无限生机。对所有生命常怀敬畏之心，我们才会感受到生命的高贵与美丽。

朋友，请敬畏一切生命。

从1952年诺贝尔和平奖获得者史怀哲的故事与理论中，我们可以得到启发。

史怀哲还是儿童时，一个春天的早晨，他被同学拉去打鸟。但把弹弓装上小石头并拉紧之后，他却无法瞄准小鸟，因为有一个神秘的命令来自内心深处：“我面对的是一只活生生的小鸟，它是一条生命，绝不能伤害它！”于是，他扔下弹弓，惊走了鸟儿……后来，史怀哲成了著名的医学家、哲学家。他创立了“敬畏生命伦理学”，这种伦理学后来被誉为“标志西方道德进步的一个里程碑”。他认为，一切生命，包括动物、植物和那些在人们看来非常低微的生命都是神圣的。它们和我们一样渴求幸福，承受痛苦和畏惧死亡。没有任何

一个生命是毫无价值的或仅仅是另一个生命的附庸，每一个存在物在生命系统中都有其位置。生命之间没有高级和低级、富有价值和缺少价值的区分。

是的，任何生命都有自己的价值和存在的权利。习惯于认为那些看似微小的生命没有价值的人，会陷于认为人的生命也是没有价值的危险之中。人类的存在不是孤立的，有赖于其他生命的存在和整个世界的和谐。我们对一切生命负责，归根结底是对自己负责，倘若没有对所有生命的尊重，人对自己的尊重也是没有保障的’。

史怀哲曾经说过：“当一个人把植物和动物的生命看得与他的生命同样重要的时候，他才是一个真正有道德的人。”史怀哲的观点十分明确：人类应该将所有生命看得同等重要。

人们，请敬畏一切生命。

听过这样一个感人的故事。在斯里兰卡的热带森林里，一群野象正在穿过一条铁路，其中一头小象好奇地停在铁轨上不肯离去，此时一列火车开来，小象被撞到了路基下，其他野象发火了，一起朝火车冲去，它们用长长的牙去撬铁轨和枕木，把铁轨和枕木弄得乱七八糟。第二天，许多修铁轨的工人修到离象群50米远的地方时，站在那里的野象开始冲向人群，人们连忙逃进了火车里，野象把刚刚修好的铁轨又捣毁了。第三天，当局派来了两个排的士兵，士兵们端着枪慢慢地往前走，枪响了，密集的子弹射向了象群，但不是真子弹，而是用来吓唬野象的“空包弹”，他们想把野象吓进森林。然而，这个办法也没能奏效。最终政府做出了一个明智的决定：停止“战斗”，绕过撞死小象的地方另修一段新铁路。这场“战斗”最终以人类的妥协而告终。

人们为野象让路这件事，实在让人感动，因为它体现了人类的一种崇高精神品质，那就是——对自然界一切生命的尊重和敬畏。

人类啊，请敬畏一切生命吧！