

2023年ted演讲稿中英文对照 ted演讲稿 健康饮食(优质5篇)

演讲比朗诵更自然，更自由，可以随着讲稿的内容而变化站位。一般说来，不要在演讲人前边安放讲桌，顶多安一个话筒，以增加音量和效果。那么演讲稿怎么写才恰当呢？下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

ted演讲稿中英文对照篇一

今天我演讲的题目是健康饮食、文明就餐。

- 1、请爱惜粮食，杜绝浪费。节约粮食是尊重他人劳动的表现，也是您高尚人格的体现。
- 2、请保持良好的就餐秩序，排队就餐，讲文明、讲礼貌、守公德，言语文明、举止得体。让整齐有序的队伍成为学校餐厅里一道亮丽的风景线。
- 3、请自觉回收餐具。吃完饭后就把餐具和杂物带到餐具回收处，既减轻了餐厅人员的工作任务，又方便了其他的同学。
- 4、请不要随地吐痰、乱扔餐巾纸和食物残渣，注意自己的仪表、穿着和行为，给自己留下美好的回忆，也为他人创造干净整洁的环境。
- 5、请注意食堂的相应规定，不得恶意损坏或丢弃餐具。
- 6、请爱护餐厅的设施，不蹬踏桌凳，自觉维护公共设施安全。
- 7、就餐时请不要大声喧哗，细嚼慢咽，低声细语，不挑食，合理饮食。

8、不吃膨化、油炸、辛辣等不健康食品。

9、请尊重餐厅工作人员，对工作人员的服务不满意，可及时向餐厅管理人员反应，不侮辱甚至谩骂工作人员。发现问题，不吵不闹，逐级反应，妥善解决。

食堂是大家生活的重要组成部分，营造清洁舒适的就餐环境，需要大家共同努力。文明用餐是个人素质的体现，自觉收拾餐具，则是个人素质的提高。文明就餐体现一个人的美德与个人魅力，当代中学生的健康成长事无巨细，让我们从自身做起，从点滴做起，从身边做起，共同营造一个良好的就餐环境；用行动展现自己的风采，让身心得到升华！

ted演讲稿中英文对照篇二

一切景语皆情语！

这不是我说的，是大评论家王国维说的！

可今天我引用了，而且开启了一些蒙昧的心扉！

事情是这样的。作文课上，需要学生写借景抒情的文章，这可是我的强项，正好碰上下雪，雪还没有落下来的时候，我的心情就已经开始激动了，这样好的美景绝对不能错过。于是作文课上，借写雪景抒发感情荣登宝座。学生们也兴奋异常，毕竟雪花就在身边，说不定刚才凉丝丝的精灵还亲吻过她们的面庞呢。于是在我一番精心现身说法的指点后，大部分学生都能写出饱含真情的散文了。听着同学们声情并茂的朗读，感受着那个学生因为在雪夜里想起了死去的姥姥曾带给她的幸福黯然落泪的场景，我觉得自己成功了。至少学生懂得我说的散文就是写情，无论怎样生动的景色如果没有了人情的赋予，她也只是画的含义了！外面很冷，飘着雪花，可我分明能看到学生鼻尖微微渗出的汗珠，我知道学生的心已经与文字融为一体，我也拿出了自己的文章与大家分享。

教室里静悄悄的，我甚至听到了学生的哭泣。我猛然发现，伤心的往事，即使过去多年再重新身临其境的时候还是难以控制自己的情绪。那一刻，所有的对母亲的怀念和因母亲的去世所让我经受的心理折磨象海水一样把我的理智淹没。我的声音越来越低，低到近乎于哽咽，最后我的嗓子里象被什么东西堵住了一样，泪水就那么肆虐的在脸颊放纵奔流起来。没有读完，真的没有读完，我在讲台上就哭了，而后我听到的是学生不约而同的掌声。那一双双真诚清澈的眸子，那一张张黯然神伤的表情让我体会到了掌声背后的含义。是的，那掌声代表的是崇敬，代表的是安慰。我为自己的失态有些尴尬，泪水还没干的我勉强的挤出一丝笑容。掠了一下全班同学，眼前的场景让我惊讶。平日里感悟能力特别强写作水平超常的几个学生已经趴在桌子上呜呜的哭了。那哭声告诉我，小小年纪的她们完全懂得了我对母亲离去的不舍和离开后深深的思念。我有些感动，我知道那是一种共鸣，一种心灵的交流，温暖的幸福在心头荡漾开来。

快乐的日子总是那么短暂，情意融融的作文课就要结束了，我下意识的整理了一下桌上的课本，我发现学生的眼光随着我的手定格在了我新买的帽子上，可能是那帽子太符合她们的审美观了，她们竟然对着帽子窃窃私语起来。我很兴奋，拿起帽子用手指头顶着转圈，即兴快乐的又在帽子上做起了文章。

同学们，在你们眼中，这是一顶帽子，在我眼中她绝对不只是一顶帽子，而是一种怀念，一种尊重，一种对逝去的美好岁月的珍惜的情怀。假如我写这顶帽子，我绝对不去写她什么颜色，什么形状，我会去写这帽子曾经触动过我心底最柔软角落的故事。

什么故事呢？我故意卖关子！

话还要从大时代流行饰物说起，当时我去买东西，正好碰上多年前教过的学生，那是我在乡下时候当班主任时候付出心

血最多的一班学生，他们比我小不了几岁，直到现在他们见我都不舍得喊老师，而是直接叫姐姐，那是多么难得的纯朴的情感啊。当我进入大时代流行饰物时候，学生一眼就认出了自己。多年不见，因为有着美好的情感，当然会觉得我还是那样年轻。一番叙旧赞美之后自然的让我随心挑选适合自己的东西，当我一眼就相中这虽然不贵却适合自己的帽子的时候，学生竟然非要送给我，那份真诚那份热情绝对不是虚让所能表现出来的。我收下了，连同那段纯真的师生情谊，那段逝去的青春岁月，那段多年后还能被学生记得的'感动。

明白了吧?同学们!写文章不在于语言多么华丽。如果只是个稻草人，即使给他披上绫罗绸缎，因为没有眼神的流动，上翘的嘴角，她也只是一个死物，而且人们会厌弃她附着的华丽的外表。可相反，一个普通的不能普通的人，即使他脸上满是灰尘，甚至还流着鼻涕，只要你用心去刻画好了那就是一种深刻的生动。

我越说越激动，学生们的情绪也越来越高涨!

这时候下课铃早就打了几分钟了，可是我依然看得出学生没有一丝浮躁，他们的屏气凝视脸上的愉悦告诉我，他们听懂了!我要说下课了，几乎是同时，学生们异口同声的喊出了：老师，戴上帽子我们看看!天啊，看着她们那纯真的眼神，感受着她们的火样的热情，我不忍拒绝，轻轻的戴上走出教室，身后爆发了比雷鸣般还要雷鸣的掌声!

这才应该是作文课堂吧：创设美丽的情境，唤醒学生蒙昧的心扉，教会学生感受爱，表达爱，让学生的思维在文字的海洋里尽情徜徉!

ted演讲稿中英文对照篇三

你们好!

我是来自大二__班的学生__，今天很感谢有这样一个站在这上面演讲的机会，让我可以分享我的大学生活。那么今天我所演讲的题目是《我的大学生活》。

一、大学活动很多，选择自己喜欢的参加

刚进入大学，在一个月军训结束之后，就是学校各种的社团和活动以及院的活动。就我个人已经体会过来说，我建议选校的就不要选院的活动参加，因为他们一般都会撞时间，一个人根本就搞不了，像学生会、志愿者协会、体育委员会等，只要选其一就行，不要贪多，多了反而给自己添麻烦。除了这些锻炼自己能力的活动以外，还可以选择一个自己喜欢的社团参加，社团活动一般都不跟主活动撞时间，并且有时间可以选择，纯粹就是给自己的爱好再添一项而已，不会有其他因素去干扰，完全就是自己喜欢就行，而且还是给大学你的生活添加色彩的一种，生活不会无聊，有很多跟你一样的小伙伴陪你。

二、学校图书很多，一定要去多看看

学校的图书馆一般都不小，大多数的书都是有的，不仅仅是课外一些阅读的书本，还有很多关于所学专业的书都有，可以满足你的“阅览群书”的愿望。各种各样的书籍在你眼前跳跃，这对于你在大学的生活来说可是一个很有意义的一笔。你知道大学的课就那么多，很多都要靠你自己去学习，所以图书馆是一个你学习的好选择。

三、专业知识基础要打好

我现在已读大二，经历一年的学习，知道在大一如果专业基础要是不打好，后面的学习可是很吃力的，因为我现在就有一点吃力了。专业在前期都是一些理论知识，但是理论不学好，后面的实践你就一定跟不上。所以一开始就要注重专业的学习，再说了，我们来学校学的就是你的专业，其他课是

给你调剂的。

同学们，大学虽美好，但是也一定要去好好珍惜，在你的大学生活里要隆重的画上你喜欢的样子，才不枉费你来大学一遭。

谢谢大家，我的演讲已结束！

ted演讲稿中英文对照篇四

大家好！

我想请问在座的各位，您是否注意到：当今社会发生了一种怪异的现象？党的政策越来越好了，存折上的钱越来越多了，然而，有些人的爱心却越来越少了。

地球是我们人类和其他生物共有的家园，同是大地之子，相煎何太急！让世界充满爱吧！爱护野生动物就等于爱护我们自己！

也许有人认为幼猴、羚羊事件毕竟是少数人所为，不会影响野生动物的生存发展，然而我要告诉您，别过份的以为我们地大物博吧！近些年来，我国各种野生动物都在锐减，我国鹤类数量原来居世界之首，但现在主要鹤类一共也只有1000多只，就连我们身边常见的麻雀都成为国家保护的野生动物了，由此可见我国野生动物减少得多么惊人！

这还只是野生动物一方面的事情，让我们留心观察和品味一下周围环境和自然界的反常现象吧！气候的变异、森林资源的枯竭、水资源的短缺、生物链的紊乱、生态环境的恶化等等不祥之兆，究其原因，都是自然环境遭到人为的严重破坏，都是人们缺乏爱心所致啊！

如果生态环境的破坏，再得不到有效的控制和改善，势必爆

发可怕的生态危机，其后果不堪设想啊！也许有人认为，我一个小小的毛孩子在这里危言耸听，也许有人认为，我国政府已采取措施，环境正在好转。中国之大，环境破坏之严重，仅靠政府和部分人的努力，“好转”谈何容易？殊不知我国乃至整个世界的环境都是局部好转，整体恶化呀！

“地球兴亡，匹夫有责”，只要世界充满爱，我们的地球之母就会健康如初，让世界充满爱吧！从捡起一个塑料袋，保护一只青蛙，栽种一棵树木做起，那么，不远的将来，大自然就会回报给我们一个阳光明媚、山清水秀、鸟语花香、万象更新的家园。

我的演讲完毕，谢谢大家！

ted演讲稿中英文对照篇五

大家好！

今天我国旗下演讲的题目是《健康饮食从我做起》。

每一家的健康与食品息息相关，随着经济社会不断进步，人们饮食文化日益多样化，食品卫生与安全成为备受关注的话题。

要健康饮食，就要做到以下几点：

1. 不购买街边小吃或街边小店的垃圾食品，去一些正规超市购买食物。
2. 买所需食品时，要注意生产日期、保质期□qs生产许可标志等等。
3. 认准品牌购买，尽量买一些有品牌的食品。

4. 少吃油炸食品及零食，多吃蔬菜水果等有营养的食品。
5. 不买价格明显过低的食品，不要贪小失大。

注意以上几点，就大致能做到安全饮食了。俗话说：“民以食为天”。说得通俗一点就是人们每天要吃和喝，食物是人类赖以生存的物质。食品的质量决定了人类生命的质量。因此，食品必须是安全的并且有益健康的。

同时，也呼吁食品安全，关系你我他，但愿生产者不再为食品安全脸红，国人不再为食品安全担心，国家不再为食品安全丢脸。现在，让我们一起行动起来，杜绝有害食品，倡导绿色食品！希望同学们听了我这次的讲话后都健康饮食，健康地成长。