

最新锻炼的演讲稿(汇总7篇)

要写好演讲稿，首先必须要了解听众对象，了解他们的心理、愿望和要求是什么，使演讲有针对性，能解决实际问题。演讲的直观性使其与听众直接交流，极易感染和打动听众。下面我给大家整理了一些演讲稿模板范文，希望能够帮助到大家。

锻炼的演讲稿篇一

亲爱的老师们、同学们：

大家好！

世界上什么东西最宝贵呢？有人说是时间，有人说是健康，也有人说是财富……而我认为世界上最宝贵的东西无非就是生命了，因为每一个人、每一种动物、每一样植物一生只有一次生命。就是那墙角里一棵顽强的不起眼的小草，给了我珍爱生命的启示。

那是一个闷热的夏天，中午时分，狂风大作，雷雨交加，我喜欢看雨中的风景，我坐在窗前，欣赏着下雨的风景。突然，我看见一株小草，被风吹得摇摆不定，经过风雨无数次的折磨，但它却顽强地拼搏着，怒号的风雨好像在说：小草，你也太不自量力了，你哪是我的对手啊？哈哈。

小草没被吓倒，依然反抗，一直持续了两个多小时，风歇了，雨也停了，小草也筋疲力尽地躺下了。我为小草叹息，但同时也深深地被它这种坚强不屈的精神所震撼，所感动。第二天，当早晨的第一缕阳光照射到小草身上时，小草又勇敢地抬起了头，挺直了腰杆，好像在说：“大风大雨，你们可别小瞧了我，哼！”

我为小草而高兴，它用自己旺盛的生命力和不屈不挠的精神，

战胜了猛烈的大风大雨。我们每一个人都应该像小草那样，在人生的道路上面对困难和挫折，要敢于斗争，争取最后的胜利。

谢谢。

锻炼的演讲稿篇二

大家好！

自古以来，书就是人类的好朋友。读书似乎是一件苦事，不然，为什么有人头悬梁，锥刺股？读书似乎又是一件快乐的事，否则，为什么会有人囊萤映雪、凿壁借光？我对好书，似乎有一份特殊的感情，觉得它是最亲密的朋友。

在新的世纪中，愿同学们都来与好书作伴。只要是好书，就开卷有益；只有博览群书，才能使我们的知识渊博；只有与书作伴，思想才不贫穷、不孤独，身心才能得到陶冶，生活才能充满情趣。

“问渠哪得清如许，为有源头活水来。”同学们，让我们畅饮这“源头活水”，攀登这人类进步的阶梯，成为知识的富翁，精神的巨人，成为祖国21世纪的.高素质的建设者。

谢谢。

锻炼的演讲稿篇三

大家好！

自古以来，书就是人类的好朋友。读书似乎是一件苦事，不然，为什么有人头悬梁，锥刺股？读书似乎又是一件快乐的事，否则，为什么会有人囊萤映雪、凿壁借光？我对好书，似乎有一份特殊的感情，觉得它是最亲密的朋友。

在新的世纪中，愿同学们都来与好书作伴。只要是好书，就开卷有益；只有博览群书，才能使我们的知识渊博；只有与书作伴，思想才不贫穷、不孤独，身心才能得到陶冶，生活才能充满情趣。

“问渠哪得清如许，为有源头活水来。”同学们，让我们畅饮这“源头活水”，攀登这人类进步的阶梯，成为知识的富翁，精神的巨人，成为祖国21世纪的高素质的建设者。

谢谢。

锻炼的演讲稿篇四

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！

眨眼间，一个学期过去了，还记得这学期刚来那天，一个阳光明媚的下午，我忐忑着再一次走进了这间教室。这间令我难忘的教室现在已变得陌生，一张张陌生的面孔出现在我的眼前，我曾以为总会有一两个熟悉的友人，可老师告诉我，这就是我将来的同窗。虽然如此，但我们依旧有了深厚的友谊，一起播下了带着我们成长的种子。一个又一个下午，我们相约在这里，一起努力，一起拼搏，一起奋斗。一下又一个晚上，我们一起回家，相互照应，没有发生一次意外。我不会忘记，昏黄的路灯下，我们载着单车的身影。在拼搏途中，有时会发生些小矛盾，但大家总会一笑而过。我忘不了大家对我迟到的包容。

在奋斗期间，我们一次又一次的写作，创造了不少美文。有时，我们会发出由衷的`赞叹，学习对方的写作技巧；有时，幼稚的好胜心会使我们暗中较劲；有时，我们也会大胆提出对方的问题，同时吸取教训，正是这样，我们收获了知识，不断进步，不断地挑战自己，不断地改正错误。同时，我忘

不了老师对我们的教导，在同样的讲台上传授不同的知识，使我们能够更快的进步，少走了不少弯路。我们的起点可能不一样，但终点都是一样的，希望一个寒假能让大家有更多的收获，也希望大家能再次在同一个教室学习。

谢谢大家，我的演讲完毕。

锻炼的演讲稿篇五

大家好！

小鸟因为选择了蓝天，才能尽情飞翔；小溪因为选择了大海，才能尽情流淌；青松因为选择了危峻，才显示了生命之顽强；花朵因为选择了绽开，才显示出生命之美丽。而我因为选择了放飞，才拥有了曾经的梦想。

在过去的旅途中，无论你是否拥有过欢笑，拥有个阳光，这都已成为永远的记忆，加上一把锁将它封闭起来吧！摆在我们面前的，新的老师，新的同学，新的旅途，新的'梦幻，新的生命正在破土而出，面对这一切，我们该怎么办。由于现实的残酷，我们将化身为一个个骑士，抹掉胸口上的创伤，擦掉昔日的荣耀，拿上我们的曾经的利器，整装待发，新学期的目标是我们新的征途的开始！

梦想是我们通往成功的地图，只有付出了行动，迈出我们坚实的步伐，才能让我们到达成功的彼岸。确定我们的目标，就要为了他努力拼搏。志当存高远！我们要立长志不要常立志。

谢谢。

锻炼的演讲稿篇六

敬爱的老师：

大家好！树木的粗壮必先经历树苗，花朵的盛放必先走过花苞，果实的成熟一定会历经青涩。是的，万物的成熟都离不开青春。青春是不断逐梦的过程，也是迈向成熟的必经之路。

曾看到过这样一句话，“成熟不是心变老，而是眼泪在眼眶里打转却还能保持微笑”。我深思了很久，我知道自己还很稚嫩，而成熟也是一件必然的事，没有人一出生就是成熟的也没有人到老还没成熟。成熟必定会经历一些事，这些是重叠起来的领悟便是成熟。成熟的时间或长或短，经历的事件或多或少，但都有一个共同点——成熟的路里必包括青春。

“成熟是一种明亮而不刺眼的光辉，一种圆润而腻耳的音响，一种不再需要对别人察言观色的从容，一种终于停止向周围申诉求告的大气，一种不理睬哄闹的微笑，一种无须声张的厚实，一种并不陡峭的高度”，这样的成熟需要青春的磨练，也必定经过青春。

谢谢。

锻炼的演讲稿篇七

大家好！

自古以来，书就是人类的好朋友。读书似乎是一件苦事，不然，为什么有人头悬梁，锥刺股？读书似乎又是一件快乐的事，否则，为什么会有人囊萤映雪、凿壁借光？我对好书，似乎有一份特殊的感情，觉得它是最亲密的朋友。

在新的世纪中，愿同学们都来与好书作伴。只要是好书，就开卷有益；只有博览群书，才能使我们的知识渊博；只有与书作伴，思想才不贫穷、不孤独，身心才能得到陶冶，生活才能充满情趣。

“问渠哪得清如许，为有源头活水来。”同学们，让我们畅

饮这“源头活水”，攀登这人类进步的’阶梯，成为知识的富翁，精神的巨人，成为祖国21世纪的高素质的建设者。

谢谢。