

# 2023年演讲稿的精华(大全8篇)

演讲稿要求内容充实，条理清楚，重点突出。在社会发展不断提速的今天，演讲稿在我们的视野里出现的频率越来越高。演讲稿对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写演讲稿呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看一看吧。

## 演讲稿的精华篇一

每个人都不期望灾难降临在我们的头上，尤其是父母，他们不期望看到自我的子女受灾受难，但在我眼中挫折也是美丽的。

有句俗话说的好：“人的一生怎样可能不经历风雨呢？仅有忍受住它们的人，才算是一个成功的人。”记得在各大报纸上、杂志上有这样一个报导，开头标题为“事迹感动中国，口才震撼你我。”他是谁呢？他叫洪战辉，一位来自湖南怀化学院的大学生。他以往能够说是多灾多难，在他12岁的时候父亲疯掉，母亲逃离，便独自承担起抚养尚不会走路的妹妹和年幼的弟弟，大多数人都认为他很不容易，但他自我却说：“那些苦难也是一种财富。”他以往想过去自杀，可又放心不下亲人，之后他明白了一个深刻的道理，他是这样说的：“如果你哭，就仅有你一个人哭，没人理你；如果你笑，那么年有的人就都会跟着你笑。所以让大家开心地笑吧，无论你处于什么环境中，我们都给自我一种幸福的感觉，去欢乐、去笑。一个人只精神不倒，就没有什么能难倒，只要脊梁不弯，就没有扛不起的山。”从这段话中我们能体会到洪战辉的坚强意志和放松的心态，以及开朗、乐观的心境。

此刻他从一个将要自杀的心态不稳定的大学生，到这样一个有职责心，心态平稳，有着满腔热血的大学生，这便是他在受到挫折与打击后的不一样之处。

其实挫折也是美丽的，它会教会一个脆弱的人如何改变自己，做一个自信、乐观的人。它会教会一个只会抱怨不去应对现实的人，怎样做一个勇敢的人，一个全新的自我。当我们看过洪战辉感人的事迹后，便要学会做一个遇到挫折自信向上的人。

有时生命之花会为挫折而绽放，就像洪战辉一样，此刻生命之花已在我的心中扎下深根，这时便会感悟到挫折也是美丽的！

## 演讲稿的精华篇二

挫折是什么？挫折是海鸥在狂风暴雨中的拼搏，挫折是海燕在惊涛骇浪前的挣扎，挫折是花儿绽放时卷起的狂风，挫折是草儿嫩软时袭来的暴雨。

都说成功是收获，是欢乐，是一笔巨大的财富，挫折，亦是如此。

感谢挫折，因为挫折让我们成长。懵懂无知的我们，犹如一只小小的海鸥，在狂风暴雨中打拼。倦了，累了，缓一下气，迎难而上，用信心去战胜它，用勇气去打败它，直到胜利的那一刻，我们会感到我们长大了许多，学会勇敢去挑战挫折。

感谢挫折，因为挫折让我们欢乐。海燕，迎着海浪飞去，毫不畏惧地去战斗。或许，此时，面对海浪——自己的敌人，杀出一条血路去，唯有海燕真英雄。战胜的滋味，每个人都体验过——欢乐、激动，抑或兴奋。

感谢挫折，因为挫折告诉我们坚持的真谛。挫折，可能会让我们变得垂头丧气，也可能会给我们重新面对的勇气。因为挫折是一把双刃剑，让我们感到惊奇和刺激。镜面一转，你就看不到自己失落时的表情，鼓起勇气，奔向前去。就算你是一株被狂风吹残的花朵，仍旧无傲气地开放，那时，你会

发现，原来坚持才是战胜困难的真谛。

坚持，顶住，你要像巨人扛住自己的天空，挫折并不可怕，可怕的是被吓倒。战胜了挫折，收获的信心，收获的体验，收获的坚持，收获的一切的一切，都会珍藏到你那精致的笔记本里。

## 演讲稿的精华篇三

早上好！今天演讲的题目是——远离网吧，拒绝诱惑。

互联网，它以其丰富的资源、开阔的视野、快捷的方式，呈现出一个五彩缤纷的崭新世界，让我们足不出户就可以了解天下大事，学习各种文化知识。然而我们应该清醒地意识到，网络这把“双刃剑”，在给予我们极大便利的同时，也带来了不小的负面影响。网络上既有健康美好的事物，也有低级庸俗的内容，一些网吧营业主“要钱不要脸，要钱不要法”，违规向青少年开放，导致自制能力差的学生，难以抵制有害信息的侵蚀，整天沉迷于网聊、沉醉于网络游戏，使他们的身心健康受到了极大的影响，有的甚至走上了违法犯罪的道路。

一位母亲，为了能唤醒在网络里迷失了自己的孩子，向孩子下跪，甚至抛下了工作，每天为了寻找孩子在各个网吧之间奔走，她痛心地向学校、向政府、向社会发出了“救救孩子！”的呼声。

同学们，我们所处的时代，是一个充满鲜花和阳光的时代，是一个充满机遇和挑战的时代。为了迎接未来的挑战，为了我们的身心健康，为了我们的学业成功，让我们从我做起，从现在做起，拒绝诱惑，远离网吧，远离虚幻的网络游戏，把握眼前的一点点一滴，勤奋学习，共创一片明净的蓝天！

## 演讲稿的精华篇四

大家晚上好！

今天[]xx省xx觉寺xx“阳光人生”大学生禅修夏令营开营了。叫开营典礼。在正觉寺举办阳光人生大学生禅修夏令营之前，像柏林禅寺等很多寺院都举办了大学生夏令营。所以说正觉寺的大学生夏令营是站在巨人的肩膀上起步和前进的，而且很快就有了自己的特色特点。很高兴，我们总结了大家的长处，还有所发展，有所创新。我们的大学生禅修夏令营的宗旨是明信因果，孝亲感恩、慈悲智慧，阳光人生。

我给大家讲一个小故事[]xx年，举办第一期大学生禅修夏令营的时候，从深圳来了一个小伙子，是他的父亲母亲把他绑架来的。他很不情愿。为什么呢？他在深圳大学读书，平常我们说“饭来张口，衣来伸手”，饭来张口是比较被动的生活方式，可这个小伙子呢，是“饭来不张口，衣来不伸手”。每天晚上两三点钟还不睡觉，早上九十点钟根本不起床，十一二点还在床上等着，就是不起。饭端到他床头他都不吃。家长拿他没办法了，他自己呢还有百般的怨气，认为爹妈对他不好。参加完正觉寺举办的大学生禅修夏令营之后，他回去以后彻底改变了。每天早晨他第一个起床做好早饭请爸妈起来吃饭，每天晚上打好洗脚水让爸妈洗脚。整个人非常的孝顺，彻底的改变了。他的父亲母亲对正觉寺非常的感恩，小伙子自己也非常感恩。他说正觉寺的大学生禅修夏令营改变了他，改变了他的生活方式，改变了他的的人生观世界观，知道了作为自己肩上负担的责任，要为祖国的建设服务，要服务社会，报效祖国。所以我们大学生禅修夏令营举办得越来越好，而且受到广泛的欢迎。来自全国乃至世界各地的学子们纷纷到正觉寺来，参加我们的大学生禅修夏令营。

当然，我们在举办过程中还会有很多的不足，还有很多需要改进的地方。希望大家在这短短的七天时间里，配合咱们的老师们、法师们，把这个禅修夏令营办好。还要提出宝贵意

见，来改进我们的工作，支持我们的大学生禅修夏令营办得越来越好。希望大家弘扬正能量，提升社会主义道德水平，发扬民族精神，实现中华民族的伟大复兴。

谢谢大家！

## 演讲稿的精华篇五

大家好！

我是来自民一庭的xx。今天，我很荣幸地站在这里，参与x庭副庭长岗位的竞争。不少人对我的名字可能还比较陌生，这很正常，我自20xx年大学毕业后，推销过小灵通、倒卖过香烟，先后做过公司法务、hr、qc等工作，最后侧身于法院，出来行走江湖近十年，不变的，只有低调和淡定。

第二，面对案多人少的现实压力，我愿意继续工作在一线，在案件审判、调研、学术论文撰写、信息宣传等方面承担更多的任务，缓解大家的工作压力。

第三、尽心尽责、尽职尽责，努力做好参谋工作，协助正职领导处理各项庭务，维护庭内团结，保障庭室工作的顺畅运行。

第四、激发团队成员的潜能，加强团队合作，努力培养认真、尊重、坚持的工作氛围，让团队成员做到把不喜欢的事情做好，把喜欢的事情做精。

第五、运用qc、bs法、锋线图、动作要素分析、内控等科学的管理工具和管理方法，梳理工作流程，提高时间管理能力，在资源有限的情况下，从软件着手，创新思路，提升工作效益。

最后，在上台之前，我几度犹豫，我该不该站在这样一个竞

争性的舞台和我特别、特别欣赏的同事们pk□最后我说服了自己，作为一个80后，本该如此嘛，我们赢得起、也放得下，我从世俗获取的东西已经够多了！我也坚信，总有一天幸运女神会垂青于我。

谢谢大家！

## 演讲稿的精华篇六

有人说，人生就像一本书，自诞生之日翻开扉页，每一天都没有停止记录和书写。每个人的书页里，既有自身对于生活感悟的记录，又有通过读书与先知和历史交流的感言。芸芸众生，正是组成现实的浩瀚典籍的元素，把历史、把文明一天天承前启后，每一天都在续写着历史和文明。

读书，能够净化我们的心灵，在潜移默化中提高素质，提升人格。一本好书，能够告诉你许多做人的道理：告诉你宽容是对自己的慈爱；善待他人的是人生的美德；尊重别人是尊重自己等等。

读书，能够令我们充实，丰富我们的知识储备，从字里行间感受人间真情，从书中悟出人生的真谛，打开心扉，用心去感受生活。就不会因为生活的平淡无奇而麻木，也不会因为世俗的利益纷争而漠然，会以一种积极态度来感受并传递生活中的点滴快乐，也能够平和而正确的对待利益的得与失。

书就是这样的朋友。她不狭隘，不聒噪，一直守候在我的左右，伴我成长。寂寞的时候，她会用渊博的学识拓宽我的视野，告诉我世界其实很大；失落的时候，她会用真情实感、励志名言给我鼓劲，让我振作；迷茫的时候，她会用寓意深刻的哲理故事引导我走向新的旅程……她是海，包容着我的一切；她是树，为我遮挡风雨；她是风，吹着迷人的气息，抚慰我的心灵，感受着我的喜悲。

我给大家讲个小故事。有人问教育专家，为什么不能贡献一个爱因斯坦？专家回答：这其中一个重要的原因就是造就一个爱因斯坦，除了需要超常的数理知识之外，还需要广阔的文化背景，其中包括丰富的文学艺术素养。不错，文学艺术不能直接帮助爱因斯坦推导数理公式，然而它扩大了爱因斯坦的文化背景，强化了他的想象力，升华了他的审美情趣和精神境界。对他来说，两个世界同等重要，相辅相成，缺一不可。可见，文学艺术素养多么重要！它可以成就一个人辉煌的事业！

如何提高自己的文化素养呢？其中一条重要的途径就是读书！多读书，读好书，在书海中遨游，汲取营养。用知识武装自己的头脑，让我们的生活更丰富，更充实，让我们变得更聪明。多么深刻的感受！知识的力量无穷。我们是新世纪的学生，有着光荣的读书传统，在初中阶段认认真真地读上几本好书，你将终身受用。

所以，我要让书陪伴我度过一生，我要在书海中追寻阳光，因为那是先进的教育理念和思想的结晶；我要伴随溪流而下，因为那是孩子们创新的源泉；我要捧起一泓清泉，因为那是孩子们闪亮的目光；我要聆听那美妙的鸟鸣，因为那是孩子们快乐的歌声。我不仅要自己读书，读好书，还要带着我的学生读书，让我们在书中快乐健康地成长。

## 演讲稿的精华篇七

大家早上好！

今天我国旗下讲话的题目是“珍爱生命，预防溺水”，随着气温的升高，炎炎的夏季已经到来。夏季是溺水事故的高发期，每年都有学生溺水事件的发生，蓓蕾初开，前程无限，却被无情的河水所吞噬，令人痛心。有关数据显示，目前全国每年有1.6万名中小学生非正常死亡，平均每天约有40多名学生死于溺水、交通或食物中毒等事故，几乎相当于我们一

个班的人数啊!其中溺水居意外死亡之首。

老师希望同学们严格遵守防溺水“六不一会”：

- 1、不私自下水游泳；
- 2、不擅自与他人结伴游泳；
- 3、不在无家长或教师带领的情况下游泳；
- 4、不到无安全设施、无救援人员的水域游泳；
- 5、不到不熟悉的水域游泳；
- 6、不熟悉水性的学生不擅自下水施救。

一会：学会基本的自护、自救方法。

夏天因为天热，大家都愿意到水边玩耍、游泳，往往这时，就很容易发生危险的情况。这其中一些事故是因为在发生溺水事故时同学们在互相救助时没有掌握科学的救助技巧而导致的，学校不提倡学生下水救人，发现有人溺水时，同学们千万不能冒然下水营救，应立即大声呼救寻找大人来救助，同时在保护好自己的前提下，将救生圈、竹竿、木板等物抛给溺水者，再将其拖至岸边。

综上所述，溺水是非常危险的，在日常生活中要提高安全意识，安全第一，防患于未然。水无情，人有情。其实，只要我们在生活中注意各种游水、戏水事项，提高安全防范意识，学会在遭遇溺水懂得如何自救和他人遭遇溺水时如何抢救，溺水事件还是可以防止的。

同学们，珍爱我们的生命吧!生命是宝贵的，每个人都只有一次，她不像财富能失而复得，也不象离离原上草周而复始。谁失去了生命，不仅仅是自己失去了一切，还要给活着的亲

人留下心灵的创伤。所以，我们要时时刻刻警醒自己：珍爱生命，预防溺水。请同学们牢记！

## 演讲稿的精华篇八

世上有很多东西，给予他人时，往往是越分越少，而唯有一样东西却是越分越多。您也许会惊奇地问：那是什么呢？我将毫不迟疑的回答您：那就是爱！爱，不是索取，不是等价交换，而是付出，是给予，是自我牺牲。

为了报答老师对我的爱，更为了所有需要爱的孩子。一九九四年我依然地站在人民教师的伟大行列。当我第一次站在孩子们面前的时候，一切都让我新鲜、好奇。看看这张脸、摸摸那个头，多像一枚枚蓓蕾仰着小脸，渴求着阳光雨露。每天清晨老师，您早。那童稚的问候，给我带来了一天的快乐和生机；每天傍晚随着一声声老师，再见。给我留下明天的希望之光。孩子们纯洁的心、圣洁的情、深厚的意，净化了我的心灵，激起了我对教育事业深深的爱，我真正地体会到了一个教师所有的幸福和快乐。

还记得那是一九九七年的夏天，当时我担任学前班的班主任工作。一天，我们班上来了一个智力有缺陷的男孩。说实话，当时我这不收，全班六十多个孩子还教不过来呢，哪能为他再分一颗心呢。可是当我看到孩子那种乞求与渴望的目光，听到他那口齿不清的老师好还有那双白胖的小手握着我的手时，一股无形的爱的温泉涌上心头，从那天起，他成了我们班一名特殊的学生。

我开始细心地观察他，发现他不愿意和小朋友接触，却喜欢和我说话。于是，我有空就同他聊天，有意识地锻炼他的语言能力，教他正确的咬字、发音。同时，我还让孩子们多关心他、多亲近他、多和他说话、陪他到操场上玩耍、锻炼身体。渐渐地他那原本笨拙的身体变得轻盈了许多，走起路来也稳当了，还能高抬腿跑步了，上课也能安心听讲了，教的

生字也能读出来了。每当我看到他正常的孩子一起玩耍一起做游戏，享受着他们带来的快乐时，我的心就感到无比的甘甜。我真切地感受到，我的爱并没有白白付出，换来的是孩子可喜的进步。

时间过得真快，如今的我在教育战线上摸爬滚打近十个春秋了。那个孩子已经是我校一名六年级的学生了。现在，我担任六年级的音乐课教学。开学的第一节课，我早早地来到了班级，我的目光在教室里搜寻着，终于我又看到了他，我急忙走过去问：你还认识我吗？他抬起头微笑着望着我。看到他有些迷茫的眼神，我感觉到他似乎已经不记得六年前的事情了，也不记得六年前那个疼他、爱他、为他付出了很多心血的李老师了。

上课的铃声，打断了我的思绪。课上，我们学习了歌曲《祖国像妈妈一样》。歌曲学会之后，我说：谁愿意到前面来演唱这首歌呢？当时，有很多孩子踊跃地举起了手。这时，在我的眼前又出现了那只白胖的小手。于是，我把他叫到前面来，看着他很认真、很投入地用不太清晰的声音和有些走调的旋律唱歌时，我的内心有一种莫名的感动。心想，这一定是唱给他妈妈的，因为他很爱他的妈妈。有一次，他妈妈生病了，他在病床前哭着对妈妈说：妈妈，你不能生病，你快点好起来吧，你要是病倒了，就没有人疼我了！想着这些，我的眼睛湿润了。歌唱完了，我问：你为什么要唱这首歌呢？当我听到他含糊不清，而又非常肯定的回答时，我的心灵被震撼了。他的回答只有三个字我爱国此时，我的泪水再也控制不住地滚淌下来。伴着孩子们雷鸣般的掌声，他笑了，笑得那样灿烂，那样自豪。