

2023年为人民服务演讲稿(通用10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。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？以下我给大家整理了一些优质的演讲稿模板范文，希望对大家能够有所帮助。

为人民服务演讲稿篇一

大家好，我是初二(12)班的尹浩，非常荣幸能在此做国旗下讲话，今天我讲话的主题是天地之间就是我们最好的课堂。

今年的5月15-19日是睿励的项目周时间。所谓项目周，其实质是由各睿励课程组提出项目，然后由学生根据自身情况，进行双向选择。在一周左右的时间内，由老师带领学生完成项目。睿励项目周自20xx年下半年举办第一届以来，已成功举办三届，今年已是第四届。参加的学生人数从最开始的两个年级，到现在已辐射睿励全体学生。项目的活动地点也由杭州慢慢走向省外。项目周的内容也一年比一年丰富。以今年的这届项目周为例，一共有12个，是项目最多，也是种类最多的一届，涵盖了所有的学科，这些项目都是经过学校严密筛选，有以往优秀的项目，也有新的项目。

也许有人会说用一周的宝贵时间去参加一个校外的项目，即便知识非常有趣，但是却对当下我们的学习没有什么特别大的帮助的活动不是浪费时间吗？我在这里郑重地告诉大家：睿励项目周旨在鼓励同学们走出校门、接触社会、感受自然，让同学们在更广阔的空间里找到更强大的，更真实的自己，并非浪费时间。项目周活动是综合实践活动，跟平时的课程一样，不是旅游，是体验，是反思，是促进自己更好地成长。如果只是走马观花去看一圈，也许真的会像刚才同学说的那样，没有任何意义，会很简单，但我们组织这个活动就是希

望大家在这个活动的过程中“有所知、有所学、有所想”，带着眼睛去参观，用耳朵仔细聆听，用大脑思考答案。而这一系列的过程，通过同学们自己的个性化解读，最终会化为更深刻、更独特的思想见解，进而成为丰盈人生的宝贵财富。而我们相信育华学子绝对做得到这些，不仅能在学业上健步如飞，更在这大千世界中展翅飞翔。

以我自己为例，去年我参加的项目是101空降团。听到这个名字，大家就知道这是一个关于空军的训练项目。在该项目中，我收获了非常多在课堂上学不到的东西。101空降团是少年军的一个项目，与飞行挂钩。在这次意义深刻的军训中，我参加了各项体能训练，参观了军队训练场，还模拟了1:1的飞机驾驶以及其他意义非凡的活动。随后，我们还学习了战略布局、飞行知识等一系列新鲜的军事常识，让我受益匪浅。只可惜一周太快，见到的与认识到的还只是冰山一角。“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。”在这漫漫成长路上，我相信同学们一定会同我一起，走得更高更远，看得更多更广。

谢谢大家！

为人民服务演讲稿篇二

翻开泛黄的史书，遥远朴拙的气息扑面而来，一个坚定的背影渐渐埋在黑暗中。是你，伍子胥。

你昭关受阻，忍辱负重，最终报仇雪恨，名垂青史。你是一代功臣，辅佐两代吴王，荐孙武，灭东越，败强楚，却因奸臣挑拨而自裁。

你颤抖的手拿起了“镆属”，白色的银光露出狰狞的面孔，你望着它，眼中燃烧着愤怒与不甘，是对奸臣的不屑，是对局势的悲伤，是对吴王的愤怒。你笑了：“天下从此乱矣！”一道银光划破黑暗，你仰天长啸，一片死寂，手起刀落，你倒在了血泊之中。

锦绣山河，迤迤连绵，空谷清寂，瑟瑟出冬。冬雪模糊了屋檐与山峦，一片鲜血，触目惊心。

合上书，你的身影依旧挺拔。你像一道光，划破了黑暗。长衫飘飘，那是智者的风姿，眉宇之下，一双炯炯有神的眼睛坚定着自己的信念，斜阳将你的影子拉长，你为了东吴，鞠躬尽瘁，直到生命的最后一刻，信念，都未曾改变。

其实，我们都一样。

回眸，我仿佛又看到了那个因演讲比赛而瑟瑟发抖的小女孩。一开始，我毫无信心，看着密密麻麻的文字，我想要逃避。

后来，我慢慢对演讲稿熟悉，演讲，对我来说，竟然变得妙趣横生。我笑了：“我一定会成功的！”就是这个信念，让我有了前进的动力。

时间的齿轮向前转动，我仿佛看到了一个自信的女孩演讲，经久不息的掌声萦绕耳边。伍子胥，其实，我们都一样。

我懂你内心的苦楚，不管过程多么艰难，也要走下去。你机智沉稳，为吴王出谋划策；你养精蓄锐，只为等时机成熟；你心有不甘，只因有未了的心愿。

仰望苍穹，终有属于你的一方圣地，你的鲜血，洗濯了一片污浊，只因你的可贵执着；望向远方，灿烂的曙光点亮了我的前程，只因我的孜孜以求。

其实，我们都一样，只因心中坚定着信念，而愤然出击！

为人民服务演讲稿篇三

今天，我演讲的题目是《我的课堂我做主》。

以前，我是一个不敢大声说话的腼腆的女孩，有时甚至别人说话的声音打了，我都会莫名其妙地紧张起来。课堂上，哪怕老师提出来的问题再简单，我也从不举手，无论是在校园里，还是在路上，只要远远地看见老师，我的心就会砰砰地跳个不停，这个时候的我要么低着头假装没看见，妖媚绕道走。

我也经常埋怨自己：为什么不能开朗一些、大胆一些，做一个敢说、敢做、敢为的女孩。为此，我也曾经努力地锻炼过自己，上课的时候我也强迫自己举手、命令自己争着回答问题。可是，我的手举的总是比别人慢；看见老师了，我鼓励自己大大方方地说：“老师好！”。可是我的声音小得连自己都听不见。很长时间我都在怀疑自己是否真的一点出息都没有？就连我自己都差点对自己失去了信心。

这个学期，我们学校原来县全由课堂的基础上，有进行了深入的提高和优化。在新的课堂模式下，发言已经不是几个所谓优秀学生的专利了。按照我们学校“七星少年”评比细则的要求。我们每个人都应该积极展示自我、主宰自我、推介自我，把自己最优秀的一面展示给同学和老师。按照学案上面学习目标的要求，自主的完成和展示自己的学习成果。课堂真的成了我们的天下。在课堂上，看着同学们那么急切的展示自己的学习成果，辩论着自己的见解，我这个自认为没有出息的人也按捺不住自己，竟然情不自禁的参与到了他们的讨论与展示当中去了。

我的演讲结束了，谢谢各位老师。

新课改倡导学生是课堂的主人，学生是学习的主体，学习是学生自己的事情。落实新课改的课堂观和学生观，需要教师有效的驾驭和调控课堂，引导学生积极参与课堂质疑，在激烈的对对抗质疑过程中完成学习目标。

一、不惑所以质疑

韩愈在《师说》中提到“师者，所以传道受业解惑也”，顾名思义就是说老师是传授道理、讲授学业、解答疑难的，韩愈的这句话无疑是对教师职责的很好注解。反过来，对于学生而言，学习是学生的天职，学生参与课堂学习，就是为了学有所获提高素质，课堂上之所以质疑，大多是因为在学习某个(些)知识点上遇到了困惑，或者是有不同答案和思路，这时才需要质疑。

二、质疑的重要性

完整的一节课是包括预习、互动、展示、质疑和反馈等在内的有机整体，每一个环节做不好或缺乏都会影响到课堂整体效果。这其中，预习、展示和反馈等环节固然很重要，然而，学生的对抗质疑也不是可有可无无足轻重的。站在学生角度审视课堂，我们可以发现对抗质疑有着重要地位。

学生只要对抗质疑，至少说明学生没有在课堂上睡觉，而是在主动积极的思考和学习，充分表明了学生在参与课堂，这总比学生在课堂上酣睡要好得多；师生或学生的质疑伴随着激烈的争辩，可以激发学生的发散性思维，可以培养学生的创新意识，而且更能提高学生的语言组织和表达能力；质疑总是围绕着某个话题或知识点展开，通过充分的质疑，可以使学生对这个话题或知识有更深刻的体验，争辩过程当中，不同思想火花的碰撞可以生成新的知识；广泛、持久、深刻的质疑，可以使更多学生参与到课堂学习之中，可以使课堂学习气氛更加浓厚。

为人民服务演讲稿篇四

大家好！

日子就像旋转木马一样不停地转着，里面有我们的欢笑，也有我们的泪水。正青春年少的我们，为成功欢呼过，为梦想拼搏过，为失败哭泣过。不管前面的风浪有多大，都阻挡不

了我们勇往直前的心，因为我们知道：青春，不仅仅是享乐的。

今天我们十五岁，把汗水洒在书本里。每天我们都在教室里一遍遍演算着各种难题，就是为了多得一两分。即使再困、再累，也要用强大的信念支撑。我问自己为什么这么累还要坚持？我的心告诉我：因为青春不就是享乐的！

今天我们十五岁，把汗水洒在跑道上。青春不只是肩上书包，还有我们在运动场上的飒爽英姿。因为红色跑道上承载了无数学哥学姐为梦想而拼搏的汗水。我们无休止的在奔跑，哪怕跌倒受伤也要站起来。因为梦想是我们前进的动力。在跑道上，我问自己为什么这么累还要坚持？我的心告诉我：因为梦想是我们前进的动力！

今天我们十五岁，把汗水洒在青春里。站在初中生涯的最后一站，回望三年的时光，说长不长，说短并不短。留在记忆里的是无法抹去的像离弦的箭般流逝的年华。我们在同一片蓝天下哭过、闹过、努力过。我们在三年前的秋天会聚，我们将在几个月后的夏天分别。我们彼此哭过、笑过。这些将深深地烙在我们青春的长河中。

在我们生命的长河中，青春是我们不能忘却的记忆，它是值得我们紧紧抓住的璀璨年华。我们就像调酒师在仔细地把我们的希望、失望、兴奋、沮丧、泪水，全部装进瓶子中，代它发酵，变得更加的醇香迷人！

我们还在路上，演绎着青春生活的喜怒哀乐，而路上的坎坷早已被融化，藏在我们的心底！

青春永不言败！

为人民服务演讲稿篇五

青春，流年似水；青春，年少轻狂；青春，模模糊糊。

在青春的流年中，我们曾如此放荡不羁，我们曾如此轻狂。

我们，总是一群人围在一起大大咧咧的讨论着各自感兴趣的话题；总是在下课铃响后迫不及待的冲出教室，飞向我們向往的地方；总是在体育课上千方百计的逃避跑步；总是一生气就破口大骂，丝毫不注意形象。这样的我们，轻狂亦放荡。

不知从何时开始——我们开始学会伪装，对人对事总是带着一层厚厚的面具；我们开始有小小的叛逆，对待父母的教导总是显得漫不经心；我们开始在心中有小小的悸动，对同学总爱胡思乱想。我们开始渐渐改变，无形亦有形。

面对那些轻狂的孩子竟会去嘲笑他们，竟会伤感。“我不想不想长大，长大后世界就没童话”s.h.e在她们的歌中这样唱。是的，小小的我们曾那么渴望渴望着长大，总认为长大后就可以为所欲为；但在真正长大后我们又那么害怕，害怕长大后的分别，害怕突然间要自己撑起整片天空。长大后的我们那么脆弱亦那么的患得患失。

悄无声息间，我们又在变。我们已经不会将喜怒哀乐写在脸上；我们已学会对每个人都淡淡的笑；我们已不会什么事都拜托别人；我们已经学会同异性保持距离；我们会悄悄注意别人对自己的看法；会在每个深夜悄然清醒，回忆起童年的事情，然后在心里暗暗告诉自己：我已经长大了，要加油了。然后在第二天盯着黑眼圈很早从床上爬起来；我们会在看到小孩子后，转身，落泪。在不知不觉间，我们变得很安静，变得很多愁善感。

青春的我们，在历经一次次蜕变后终于破茧而出，成了最美的蝴蝶。只是年少的轻狂伴随着青春的蜕变，在不知不觉中，

渐渐模糊了。

为人民服务演讲稿篇六

大家早上好！

成人路上，我们往往会埋怨自己肩负的责任太多太多。我们需要学会求知、学会上进、学会保护、学会珍惜……然而，就在我们放荡不羁的青春年华中，就在我们张扬个性释放活力的激情下，我们往往忽略掉了一种习惯——道德。

什么是道德？道德是为了维护社会文明健康发展而促使人人必须养成的一种行为规范和准则。我们可以这样认为：人类文明的根本象征在于控制欲望，这也是人类摆脱野蛮的标志。而起先对于欲念的压制来源于道德，这是一种来自人类长久社会中积累的理念，明白什么事该做，什么事不该做。而中国自古也以德育人，以德为美，以“没有规矩，不成方圆”恪守人格，以“克己服礼”磨炼品质。

但就在我们生活的空间，在我们菁菁的校园中，常常会感到一些不和谐的音符。比如：雪白的墙壁上被鞋印沾污，洗手间里的水龙头“不辞劳苦”的滴着水，教室内的桌椅被刻上经典留言，投不中的垃圾被弃之于桶外，楼道里的壁画也光荣挂彩，耳旁时不时飘过几句污言秽语，身体残疾的同学不仅得不到帮助，取而代之的是模仿与讥笑……举不完的例子，理不顺的无奈。

中华民族自古以来就有着优良的传统美德：我们有老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼的诚挚爱心；我们有勿以恶小而为之，勿以善小而不为的谆谆告诫；我们有先天下之忧而忧，后天下之乐而乐的爱国情思。就是这些惊世名言，在经过几千年历史的更迭之后，仍能够熠熠生辉，因此，我们要做的还有很多很多。比如：给老人让座、随手捡一张纸屑、爱护一草一木、遵守公共秩序、少几句污言秽语、多一点文

明礼貌、拭去那些轻蔑与浮躁、献一份诚信与爱心。唯有将道德内化为习惯，将他律转为自律，我们的内心才会充实，我们的行为才会洒脱，我们的民族才会崛起！

谢谢大家的聆听！

为人民服务演讲稿篇七

春节到了，家里的人忙不可开交。爸爸，整理年货，准备送给各家的亲戚，他边提着礼品边记录，“这个是给奶奶的，这个是给姑姑的。”他自言自语的说着。

妈妈也是闲不下来的，她把新衣服洗好晒好，准备拜年的时候穿去。家里大大小小的粗活重活，她得一一打理好。我呢？也要做好自己的事，把作业写好。因为到爷爷奶奶家去，是没有时间的。屋外高高挂起了灯笼，店面里摆起了烟花炮仗，各式各样的，有的叫“火炬手”，有的叫“闪星”还有的叫“恭喜发财”，让人眼花缭乱。我们家的门上，也贴上了对联和“福”字。大人们说，这样可以避邪的。

今天是除夕，照往年，先到外公外婆家吃团圆饭，然后就去外地旅游了。今天可能价格太贵了吧，就不去了。我们先到外公家拜年，其实就是说几句甜言蜜语，像什么“恭喜发财”“祝外公外婆心想事成，福如东海”之类的话，让大人们高兴了，红包自然到手了。我欣喜若狂的接过红包，还没看清楚，就被妈妈收走了。不过这点事不能破坏我的好心情，我帮外婆给客人们倒水，摆上水果、瓜子、蜜饯之类的零食给他们。然后又帮外婆打扫家务，外婆喜出望外。

没过多久，哥哥姐姐来了，我们可以吃团圆饭了，大家大口喝酒，大口吃肉，脸上都是灿烂的笑容。小孩子通常要说几句祝酒词。吃过饭后，“烟花大会”开始了，各色的烟花齐聚一堂，大伙把椅子围成一个圈，并说一个笑话，说不上来的，或重复的去放鞭炮。胆大的故意装作不知道去放鞭炮，

胆小的则躲进里屋。

折腾了一正子后，我们该看春晚了。今年的节目真精彩。歌舞表演齐聚一堂，相声表演让人哈哈大笑。表演小虎队、王菲、赵本山各显风采，把春晚推向高潮。除夕夜得倒计时最好玩，10，9，8，7，6，5，4，3，2——1——0大家抢着话筒喊倒计时。房间里溢满我们的嘻嘻哈哈。然后就进入了甜美的梦乡，不知黎明的到来。

除夕夜的欢乐让我难忘，但是美好的日子似乎过得很快，一眨眼便消失了。春节真是快乐！

为人民服务演讲稿篇八

尊敬的领导、敬爱的老师、亲爱的同学们：

大家早上好！！

今天我为大家演讲的题目是[与感恩同行]。

人生在不断地前进，难免会有很多的山河在等着我们去超越。在这样的路途中，我们更需要关怀和磨练。帮助我们的人就是给予我们关怀的人，伤害我们的人就是让我们磨练的人。所以，我们每天都要感谢这些人，感谢每一个出现在你生命中的人吧！只要你随时拥有一颗感恩的心，你才会发现这个世界原来这么美好。

展开一张叫情感的纸，提起一支叫感激的笔，写给我生命的父母，写给我知识的老师，写给我友谊的同学，写我一颗热忱，感恩的心。当美好的甜梦温馨时，当月亮皎洁迷人时，当花季斑斓溢香时，当前程锦绣坦荡时，带着倔强的我在求知路上拼搏；当无情的风，无情的浪突然袭来，也许，只有悲观失望、忧愁叹息。这时，就是父母让我看见了敢上蓝天

的雄鹰，看见敢下大海的巨龙。让我相信这是生活欺骗了我幼小的心，让泪水模糊了我的眼睛。告诫我：风雨之后依然是一片晴天，月缺之后依然是月圆。是他们带我走出了生命里的误区，是他们教会了我向困难勇敢挑战，是他们让我在失败之后重新扬起生命的风帆！

当雏鹰面对蓝天时，它们一无所知，心里藏满了解不开的迷团。如今，它们凭借着强劲的臂膀翱翔于蓝空，去寻找未知的答案。但不管它们飞得多高、飞得多远，一定不会忘记它们那个可爱的家，一定会感谢父母给它们的爱。

在人生的十字路口，是老师向我们伸出热情的手，那手是路标，让我在彷徨中镇定，在思索中清醒。是老师让我看见了广袤无垠的天空，是老师让我看见了碧波荡漾的大海。老师的谆谆教诲化作了我脑中的智慧、胸中的热血、外在的行为。在人生旅途中，是老师丰富了我的心灵，开发了我的智力；为我点燃了希望的光芒，给我插上了理想的翅膀，让我翱翔在知识的海洋里。因为有老师的一片苦心的浇灌，一份耕耘的辛劳，才会有桃李的绚丽，稻麦的金黄。当我变成了翱翔在天空的雄鹰，当我变成了游动在大海里的蛟龙，这都是老师的功劳，因此我要用心来感谢我的老师。

良师，更不失为益友，难道不是吗？一个人一生如果没有朋友的话，可以说什么都没有了。而同学间的同窗友谊，多年的朝夕相处，会在一瞬间爆发、一瞬间感动。几年了，虽然只有短暂的一瞬间，可我们一起歌唱友爱，歌唱希望，歌唱拼搏，融进了深情厚意。

如果一棵树是一段祝福，我送你一个森林；如果一滴水是一个愿望，我送你整个海洋；如果一颗星是一次辉煌，我送你一片星空。什么样的人最幸福？那么答案一定就是怀一颗感恩的心。让我们携手一同感恩在人生道路上的每一个人吧！

我的演讲完毕，谢谢大家！

尊敬的领导、敬爱的老师、亲爱的同学们：

大家早上好！！

今天我为大家演讲的题目是《做一个讲文明、讲礼仪的中学生》记得有人曾经说过：“人，一撇一捺，写起来容易做起来难。我们要经常思考，我在做什么，我做得怎么样，我要成为怎样的人。”做怎样的人，这个问题会有很多的答案，但是这些答案的背后都有一个基本点，那就是做人首先要做一个文明的人。众所周知，我国是世界四大文明古国之一，也是传统的礼仪之邦，“讲礼仪”是中华民族上下五千年的显著特色，《中学生日常行为规范》也明确要求现代中学生要礼貌待人，遵规守纪，严于律己。在我们的身边，有一部分同学还有一些不文明的行为。例如，在我们的校园内经常会看到与我们美丽的校园极为不和谐的纸屑，教室里、校园的角落里食品包装袋随处可见，甚至有些同学认为反正有值日生打扫，扔在地上是没有关系的。再例如，有些同学经常在校的走廊里追逐打闹，走路推推搡搡，还有一部分同学相互之间讲脏话、粗话，甚至还有个别同学故意破坏学校的公共财物。我们很多同学把学习放在首位，而忽视了社会公德的培养和文明习惯的养成。事实上，良好的行为习惯是保证我们顺利学习的前提，也是树立健康人格的基础。

时的亲切，是平时遇到老师时的主动问好，是一不小心碰到对方后的一声对不起，是自觉地将垃圾放入垃圾箱的行为举动，是看到有人随地吐痰后的主动制止文明是一种品质，是一种修养，是被大家广泛推崇的一种道德行为。

如果你失去了文明，你将是彻彻底底的失败，因为你已经失去了做人的真谛。让我们携起手来，从我做起，从小事做起，从良好的行为习惯做起，做一个讲文明、讲礼貌的中学生。让文明之花，礼仪之花，开满校园。

尊敬的各位领导、老师、亲爱的同学们：

大家好!今天我演讲的题目是:《感恩与责任同行》。

每年11月的最后一个星期四就是“感恩节”,再过三天就是感恩节了。“感恩”节我们倡导的主题是学会感恩与承担责任。

“感恩”顾名思义,就是感谢、颂扬在过去帮助过自己的人,并且尽自己的可能去帮助需要帮助的人。感恩是一种美德,是一种生活,只有会感恩的人才能承担责任。我们静下心来仔细想想,生活中值得我们感恩的人、事、物还真的不少。

首先,我们要感恩时代。同过去相比,我们的物质生活可以说是极大地丰富了,我们要感念时代的赐予,珍惜现在的拥有,增强奉献意识和社会责任意识,懂得回报社会。我们要感恩团队。感恩集体中的每一个人给予自己的关心、帮助和支持,珍惜团体共有的每一份荣誉和成功。我们要感恩父母。感念父母对我们生命的赐予,感谢父母的无私付出和美育之恩,对父母长辈多一份体贴、多一份关怀、多一句问候,尽孝心、重人伦、报亲情。我们要感恩老师。感谢老师对我们的启迪和成长的帮助,感念老师的辛勤付出和教诲。同学们,如果你心存感恩,当你因没有履行学生的职责而受到老师的批评时,就会虚心接受,因为你知道,老师是真心帮助你;如果你心存感恩,放学时肚子再饿也不会在校外小店铺逗留,因为你知道,要按时回家,家人在焦急地等你;如果你心存感恩,当同学间有了矛盾,哪怕你再委屈,也会用正确的方法去化解,而不是大打出手,因为你知道,同学不是敌人,要珍惜这份友情;如果你心存感恩,当你要钻纪律的窗子时,就会自觉约束自己的不良行为,因为你知道,集体的荣誉要靠每个成员来维护。

有人说:我们要感激父母的养育之恩,感激老师的教导之情,感激朋友的帮助之意,感激校园里的一草一木、一桌一椅,感激食物、水和空气,感激我们身上的衣裳,感激孕育这一切的宇宙万物,感激创造这一切的劳动者!

感恩是一种情感，感恩是一种责任。一个人，不管他的起点与终点相距多远，只要他能怀有一颗感恩的心并珍惜它，就一定能成为一个不断进步的人，一个能拥有亲情、友情的人，一个生活快乐、幸福的人。

同学们，请用行动表示我们的感激之情吧！为父母留下一个真心的微笑，为老师留下一点休息的时间，为朋友留下一双支持的友谊之手，为我们自己留下一颗感恩的心。

我的演讲到此结束，谢谢大家！

为人民服务演讲稿篇九

过去的30年里，我认为自己是个小人物。没有改变世界的雄心，没有仗剑天下的勇气，在步入而立之年的如今，有幸能加入一个全新的大集体，在浓厚的企业文化感召下，我突然发现，也许我没有陶渊明那“不为五斗米折腰”的超然，也没有海伦凯勒那虽然盲聋但却以心灵探求未知世界的勇敢。但至少，我可以改变自己。

每天，我要面带微笑的迎接同事和上级；

强大的决心，会成为一种力量，我要用这种力量支持我每一点的改变。认识自己、降伏自己，每天做好一点点，改变就潜移默化的来到身边。于是，离成功又迈进了一步。那如何才能迈一大步呢？一块冻肉，放在室温下，要多久才能解冻？要两个小时。放在微波炉里，要多久才能解冻？要三五分钟。假如能抛到太阳上去呢？在0.000000001秒就解冻了，接近太阳，只要一瞬间！

是的，改变的速度，取决于所处的环境。一个人成功与否，与他周围环境有很大关系，一个成功的集体，有无坚不摧的规则，有互帮的同事，有高瞻远瞩的领头羊，只有这样的环

境，才能带来良性竞争和积极正面的发展。如今，我找到了这样的环境，我找到了很久未有过的激动，我找到了改变自己的动力和信念。

摆正心态、适应环境、坚定信心！

我确信，我能改变自己，改变生活，改变人生。

谢谢培训讲师，谢谢军训教官，谢谢帮助过我的同事，谢谢跟我一起同甘共苦的伙伴们，谢谢记载着我汗水和感动的这些日子。谢谢大家！（这一段可以说，也可以不说，视情况而定，主要是为了煽动气氛，个人建议你加重语气，提高音量来说，以达到结尾的高潮）

为人民服务演讲稿篇十

大家好！

青春是段漫长的旅程，有的人认为青春就代表着活力、朝气；有的人认为青春是一段无悔的时光；也有人认为青春是一首余韵不绝的歌曲，跳动的音符波动我们的心弦，在我们的眼中青春是一杯五味水，他将酸甜苦辣咸包含其中，色调鲜明，令人振奋。

酸

酸，是我喝到青春这杯水时，尝到的第一个味道。那时的我刚从小学毕业迈进中学的大门。人生地不熟，来到所在班级，不敢与同学交流，感觉小学的那个自己已离自己远去，第一个与我主动交谈的是我同桌，她生的甚是标志，她的个性与我的相投，我们很快成为了好朋友。但是友谊并未能解开我对这个陌生的环境、陌生的班级、陌生的同学所带来的抗拒，面对陌生的环境，我的心里酸酸的，不是滋味，可是我强忍着不让泪水流下来，因为我知道青春这杯水需我慢慢体会。

甜

青春虽饱含泪水，却也充满欢乐，甜的滋味也让我收获颇丰。时间过得很快，转眼已经在这个学校呆了一个学期，初一下学期的第一次考试刚刚过去，班主任便在周会上宣读：初二的广播站正在招收广播员，同学们有兴趣的可以去试一试。我心想：自己去试试吧，能不能选上，重在参与嘛，于是我来到办公室找班主任报了名，我在课下抓紧时间练习和背诵，很快比赛的日子来临了参加比赛的都是各个班级中精挑细选出来的，有二十多个，看到这些，我的心不由自主的紧张起来了。我在心里默默告诉自己：不要紧张，相信自己是最棒的。很快，轮到我上场了，我走到台上声情并茂的读着，比赛快结束了，我得了第二名，回到教室班主任在全班同学面前表扬了我，我的心里甜滋滋的，像是吃了蜂蜜一样。青春的路虽充满坎坷，却也充满欢乐和甜蜜。

苦

青春是美好的，却也充满了泪水。进入初二，自己的成绩一落千丈，从之前的那个乖巧、懂事的女孩变成了上课不好好听讲，叛逆的坏孩子。老师见我这样，苦口婆心的一次次劝我我却都没放在心上。一次考试过后我的成绩惨不忍睹，老师讲我叫到办公室劈头盖脸的将我训了一顿，便走了，我哭着走出办公室，眼泪从眼角滑到嘴里，苦苦的和我的心一样。成长的道路有太多的泪水和汗水，但我们应该学会坚强。

辣

不知道何时，我学会对家人只报喜不报忧，更不知道何时，我的分数又成了那样。一次考试过后。妈妈打来电话询问我的考试成绩，因为成绩下滑，不想被妈妈责骂，于是谎报了自己的成绩，妈妈问我说：“真的吗？据说这次考试挺难的，你真的考了这么多？我听后脸上火辣辣的，便只好和托盘出。妈妈听后平静的说：“没说，纵有千虑，必有一失，只要你

尽了自己最大的努力就好了。不愧对自己就好了。”我听后用力的点点头，但脸上火辣辣的感觉却始终消散不去。

青春多姿多彩，即使前方的道路充满着荆棘，我们也要勇敢前行，同学们请细细品尝青春这杯水吧！