

# 少年时的演讲稿 体育少年演讲稿少年演讲稿(精选9篇)

演讲稿是演讲者根据几条原则性的提纲进行演讲，比较灵活，便于临场发挥，真实感强，又具有照读式演讲和背诵式演讲的长处。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？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。

## 少年时的演讲稿篇一

敬爱的老师，亲爱的同学：

增强青少年体质、促进青少年健康成长，是关系国家和民族未来的大事，对于深入贯彻党的教育方针，大力推进素质教育，培养社会主义事业的合格建设者和接班人，具有重要意义。为贯彻落实中共中央、国务院提出的《关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》精神，从20xx年起，一项涉及全国所有在校学生的青少年群众体育活动——“阳光体育运动”应运而生。阳光体育运动吸引广大青少年学生走向操场、走进大自然，走到阳光下，积极参加体育锻炼，形成良好的体育锻炼习惯，使体质健康水平切实得到提高。

我们学校积极响应号召，十分重视加强学生的体育锻炼，增强学生的体质。不仅认真执行国家课程标准，按要求开足体育课，保质保量上好体育课，而且每天都给同学们布置“体育家庭作业”，同时开展了“小学生冬季长跑”活动，让每位同学能够真正“动起来，跳起来”，拥有健康的身体来适应将来工作的激烈竞争。

体育锻炼，贵在持之以恒，不半途而废，坚持到底，就是胜利。让我们牢固树立“每天锻炼一小时，健康工作五十年，

幸福生活一辈子”的理念，和身边的同学一起，自觉投入到各项体育活动中去，强身健体，磨练意志，快乐成长。

尊敬的老师，亲爱的同学：

大家好！

初冬的寒冷，渐渐袭来。前两天，我们迎来了xxxx年的第一场雪，大街小巷被洁白的雪花披上了一身银装。在这个美好的日子里，第三届亿万学生阳光体育与祖国同行冬季长跑活动将我一直以来很喜欢体育课，更喜欢参加体育锻炼，课余我经常与同学们一起跑步、跳大绳、踢毽子……大家在一起玩得别提多高兴了。是体育让我强健了体魄，是体育磨练了我的意志，是体育让我学会了做人。

对这次冬季长跑活动，我向同学们提出以下倡议：

一、坚持参加大课间活动和阳光体育课外活动，认真做操，积极参加各种有趣的体育游戏活动。

二、从现在开始每天坚持长跑，增强心肺功能，提高我们的身体素质。

三、在节假日里，与亲朋好友一起，积极进行各种有益于身体健康的体育活动，丰富我们的课余文化生活。

四、各班同学每天坚持长跑锻炼，看谁跑得最快。

五、同学们要在跑步中学会如何相互帮助、支持、鼓励和合作，学会尊重与理解、学会如何克服困难对于我们坚韧的意志和顽强的精神。

同学们，“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”。让我们在阳光体育运动的启动号召下，一起走向操

场、走进大自然、走到阳光下，积极锻炼，强健体魄，争做一名体育运动的阳光学生。拿出我们朝气蓬勃的力量，去追逐早晨初升的太阳，去追逐我们健康的人生吧！

## 少年时的演讲稿篇二

大家好！

昨天晚上，我观看了中央一台的《最美孝心少年》节目，使我感慨良深。

这个节目主要播出了十位获得“最美孝心少年”荣誉的少年的故事，中间还插播了许多文艺演出。

首先，我认为，中间的文艺演出应该删去。其一，节目的主旨是弘扬孝道，是以“最美孝心少年”为例的，所以只需要播出少年们的失落。其二，文艺演出的加入是为了烘托节目那感人的气氛，没有表达主旨，是画蛇添足、多此一举。虽然烘托了气氛，但也使节目偏离了主题，引起了我的反感。

孝心少年们的故事深深打动了我，在我的内心生根发芽。我想，他们那么伟大，总应该有些什么值得我们去学习吧！没错，我们就是要向他们学习。学习他们坚韧的毅力、顽强的精神以及勇于担当的品质。我们不能白说空话，孝敬父母，不能仅仅停留在口头上，还要付出实际行动。

我们要爱父母，心里想着父母，理解、关心父母。当他们忙时，我们要在行动上帮助他们，为父母分忧。我们也要努力学习、积极上进，让父母为我们骄傲、为我们自豪！

看了《最美孝心少年》这个节目，给我带来了颇多的思考与感悟，让我最终明白了一个道理：百善孝为先，孝敬父母是我们做善事的基础。好好的赡养他们，也是我们无形之中的

善举。

还是那句话：百善孝为先。趁着父母都还健在的光阴，好好的孝敬他们吧！

谢谢大家！

## 少年时的演讲稿篇三

回首中国百年历程，从“东亚病夫”到世界强国，中国人民披荆斩棘，成就了这不朽的辉煌盛世。

1921年7月中国共产党诞生，中国革命的面貌焕然一新，直至100年后的今天，我们——中华民族，终于站在了世界的前列，这也标志着中华民族的伟大复兴梦终于要实现了，这也是激励中华儿女团结奋进、开辟未来的精神旗帜。

在这100年来，我们经历了火烧圆明园的悲痛经历，平型关大捷的胜利喜悦，以及新中国成立的激动和自豪，中国民族的复兴梦圆满就要实现了。

1946年10月16日，我国第一颗原子弹爆炸成功，中国成为世界第五个拥有原子弹的国家。1967年6月17日，我国西北腾空而起氢弹爆炸的蘑菇云，标志着中国成为第四个拥有氢弹的国家。1970年4月24日，我国第一颗人造卫星“东方红一号”发射成功，标志着中国成为第五个发射人造卫星的国家，由此开启了中国人的航天纪元。我国从一个一穷二白的落后农业国，到拥有“两弹一星”，速度之快，举世瞩目。

20\_\_年初发生的新冠肺炎疫情，是百年来全球最严重的传染病大流行。病毒突袭而至，疫情来势汹汹。人民生命安全和身体健康面临着严重威胁，在这场同严重疫情的殊死较量中。中国人民和中国民族以敢于斗争、敢于胜利的大无畏气概，铸就了生命至上，举国同心，舍生致死、命运与共的伟大抗

疫精神。

一代人有一代人的长征，一代人有一代人的担当。中国的未来属于我们，民族的未来属于我们，时代的光荣也必将属于我们！请党放心，强国有我。

## 少年时的演讲稿篇四

爱的老师，亲爱的同学们：大家好！

我是来自\_班的，很荣幸今天能站在这里完成我的演讲，这次我要竞选的是十佳少年，首先，我要感谢老师和同学，是你们对我的支持和鼓励才让我有勇气站在这里，我不敢说我是最棒的，但我会尽力亮出自己的风采。

蓝，是天的颜色；红，是火的象征。我不学大海抄袭天的蓝，我不学晚霞模拟火的红，我就是我。

生活是我的，命运是我的，前途是我的，人生是我的。属于自己的，就要充分展现出来。活着就要亮出自己。

我来自和田，是通过内初班考试凭自己的实力考进这里的。我的升学成绩是全和田地区第二名，可以这么说，从小学开始，我就是一名品学兼优的学生，曾多次在班里担任班干部，我自认为我可以很好的协助老师的工作，管理学生并在学习上起表率作用。我曾多次在各种竞赛中取得优异的成绩。

我爱好广泛，特长突出。我喜欢音乐，电子琴在去年已过十级，在全国中华宝宝大奖赛中获得过金奖。我还擅长绘画，在各种比赛中获得过一、二等奖的好成绩。

我在初一的三次考试中都是年级前十名，并各单科成绩名列前茅。

我知道，一个人光有优异的成绩是远远不够的，他还得具有优秀的品质。我在班里能够乐于助人，团结同学为班级做贡献。

我的理想是成为一名大学教授，我认为21世纪的中国更需要许多优秀的接班人，我会在将来学业有成后，投身于祖国的教育事业中，我会努力向自己的理想一步步迈进。

如果我这次竞选成功，我会努力使自己更加优秀，在各方面起带头作用。

生活的路处处充满棘刺。也许我会被生活的艰辛折腾的遍体鳞伤，但这是我的选择，我不会放弃，不会哭泣，正是因为生命中拥有了波澜起伏，才能体现出自我的价值，那才是真正的人生。我知道，我能行。

也许我不是最后成功的人，但我却可以是笑到最后的人，一切的竞争重在参与，不论成败与否，参与了，我就是胜利者，我还会继续为班级做贡献的，希望大家支持我，我虽没有什么华丽的词语，但我会坦然做好我自己。

## 少年时的演讲稿篇五

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！我是六年级（3）班的王灿。我为大家演讲的题目是：我是一名阳光少年。

如果说生命是一条河流，那么有阳光的岁月就是其中最晶莹，最灿烂的浪花；如果说生命是一辆疾驰的快车，那么有阳光的岁月就是窗外变化无穷的美丽风景。要问我世界上最美好的东西是什么，我会说：“那是阳光！”在阳光灿烂的日子里，我愿意让它沁入我的每一个细胞，感受它，欣赏他。人们常

常会把阳光一词与少年联系在一起，称之为——阳光少年，因为我像阳光，找出了自己美丽的彩虹！身为家庭里的一位小成员，我尽到了女儿应尽的责任，也遵守了一个女孩子必备的生活习惯。在学习上，我努力，刻苦，成绩理想，我知道学习是给自己学的。学习好了，家长也会满意，这是对家长最好的报答。

每天早上起来，我都会说：“做个阳光少年真好！”心里感觉美滋滋的。我觉得每一个阳光少年都很幸福，因为，我有着自己最伟大的追求，自己最美好的心愿。我们有着自己的奋发动力，我们是有理想的阳光少年。也许以后当我回想往事时，我会说：“看，太阳在朝我微笑，因为我永远是一个充满阳光的‘少年’。

既然是花，我就要绽放；既然是树，我就要长成栋梁；既然是名阳光少年，我就要成为最出色的、最优秀的阳光少年！

少年兴则国兴，少年强则国强。我们每一个人都拥有积极向上的形态，做一个阳光少年，那么中华民族的前途必会如初升的太阳一般，蓬勃向上。

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家好！今天我演讲的题目是《我骄傲，我是中华少年！》。

大家一定听过那首曾经风靡全国的歌曲《我的中国心》吧，“流在心里的血，澎湃着中华的声音，就算是生在他乡，也改变不了我的中国心……”是啊，不论何时何地，我们都不能忘记有一颗中国心，我们是中国人。

我骄傲，我是一位中华少年！

我骄傲，我是中华少年！

我不仅爱祖国的好山好水，更爱那灿烂的悠久文化。我们常为《红楼梦》中的林黛玉和贾宝玉惋惜不已，也对《三国演义》中的诸葛亮的足智多谋赞不绝口；唐诗宋词如歌如画，元曲、对联奇妙无比，方块文字形象生动……祖国的历史文化是那样的多姿多彩，犹如一颗颗闪烁的明珠，照耀着中华大地。

我骄傲，我是中华少年！

多少英雄豪杰在这片神圣的土地上诞生。詹天佑的满腔爱国热血促使他提前完成京张铁路，给藐视中国的列强以有力的回击。1949年10月1日，毛泽东洪亮的声音传遍大江南北：“中华人民共和国，中央政府成立了！”中国人从此站起来了！邓小平爷爷创造了“春天的故事”，让多少华夏子女欢呼雀跃！

“我骄傲，我是中华少年！”

我的演讲完毕，谢谢大家！

## 少年时的演讲稿篇六

大家好！

我们每个人都是少先队中的一名成员，“争当好少年”是每一名少先队员心中的目标，那么什么叫“四个好少年”呢？今天，我就和大家一起来谈谈这个话题。

首先，我们要争当一名热爱祖国、理想远大的好少年。因为只有从小养成爱国思想，长大以后才能去为祖国出力，成为国家的栋梁。当然，远大的理想对于少先队员来说是必不可少的，有了远大的理想，并向着理想去努力，才能取得成就。我们熟悉的周恩来总理就是一个这样的人。小时候，当他看



到中国人常被外人欺负时，就立下决心为“中华之崛起而读书”。从此，他一直刻苦学习，向着目标努力，长大以后，他参加革命，为中华民族的独立自主和繁荣富强奉献了毕生精力，成为全国人民永久怀念的伟人。

第二，我们要争当一名勤奋学习、追求上进的好少年。勤奋学习，追求上进对于每一名少先队员来说都十分重要。要知道，“学习是一切前进动力的源泉”。从小养成勤奋学习、追求上进的好习惯，将来才能更好的造福于社会。俗语说“活到老，学到老”。

人一生有学不完的知识，有了爱学习的好习惯，以后才能从生活中学到更多有用的知识。学习知识，还要开动脑筋，善于灵活运用，像钱学森爷爷那样努力研究新问题。如果你勤奋学习，勇于创新，最后一定能享受成功的乐趣！

第三，争当品德优良，团结友爱的好少年。要知道道德是做人的根本。即使你有一些学问和本领，如果没有好品德，也不会成为对社会有用的人。当一名品德优良，团结友爱的好少年，对同学们来说十分重要。我们可以从小事做起，可以对伤心的同学轻轻说一声“坚强些”，可以上前扶起摔跤的同学，可以认真遵守对别人的承诺。只要你细心帮助遇到困难的同学，你在大家心目中就会留下美好的印象。

第四，争当体魄强健，活泼开朗的好少年。活泼开朗是每一名少先队员都应具备的性格。它就像温暖的阳光，人见人爱。一个人的身体素质，对于他的现在和将来都有很大的影响，有了健康强壮的身体，我们才有本钱去寻求幸福，实现崇高的理想。否则，就像建立在沙滩上的楼阁，看似雄伟壮观，但暴风雨一来，转眼间就会坍塌。同学们一定要经常锻炼，让自己有一个健康强壮的身体！

以上就是我对“争当四好少年”的看法。相信同学们只要往这些方向努力，就一定能够在德、智、体、美等方面全面发

展，成为胡爷爷勉励大家争当的“四个好少年”！

谢谢大家。

亲爱的老师、同学们：

大家好！

总书记在致少先队建队62周年的贺信中，要当代少先队员牢记党和人民的重托，在德、智、体、美等方面全面发展，争当四好少年。这为我们的健康成长指名了方向。

今天我在国旗下讲话的主题，就是《做一个勤奋学习、追求上进的好少年》。上进心是人们要求进步、不甘落后的心里意愿；是人们勇于开拓、不断前进的内在动力；是人们坚持理想、追求作为的思想信念；是引领人们不断谋求发展的精神导向与动力源泉。

最终成长为流芳千古的一代名人。

无论时光怎样流逝，都丝毫不会褪色。

2坚强执着，按照四个一，五要五不要严格要求自己，

3勇敢，不怕失败，不向难题低头，不解决疑问不罢休。

请同学们从今天开始行动起来，努力做一个勤奋学习，追求上进的好少年吧！

## 少年时的演讲稿篇七

自强，生命天天精彩我叫\_\_，小名小爱，今年12岁，是三年级的一名学生。看了我前面的介绍，你一定会问：“12岁了，你怎么还只有读三年级？”朋友们，你别说，我今天能坐在三

年級的教室里，已經是非常不容易了，因為我是一名特殊的学生——癱腿學生。

\_\_時，我是多麼傷心。我為我的無能和給主人帶來的不便，感到深深地自責。

二 生活自述 由於主人的身體很特殊，她直接導致我——生活的特殊性。一雙癱腿給主人的生活處處帶來不便。

在家庭，由於个子矮小，身體的不便，不能幫助奶奶干些家務活，是主人特別難過的事。（從小母親就早早地離開了她。）雖說生活很困難，但小主人沒有被殘酷的我嚇倒，而是勇敢地面對我，頑強地生活下去。

在外面，曾經一聲一聲“癱腿，癱腿，殘疾人，殘疾人……”，這些無情殘酷的喊聲使主人特別傷心。雖然每天在上學途中，都有不少人嘲笑主人的癱腿，甚至還有許多人要欺負她。但樂觀的主人還是开开心心地來到學校。磅礴的大雨沒有阻擋住快樂的心，時時處處的不快更沒能阻擋住她的求真求善。

“梅花香自苦寒來”。生活，在主人眼裡，充滿着種.種辛酸與坎坷。但我堅信，只有自強不息地追求，用意志和勇氣加上金子般的分量，做一名負重的行者，才有跋涉的腳跡，才有生活的康莊大道。

## 少年時的演講稿篇八

大家好！我是六年二班的，我今天演講的題目是：做一個陽光少年。

陽光，帶給大地蓬勃的生机，帶給我光明和希望。感受陽光，就是感受快樂，感受溫暖，感受生生不息的向上的力量。做一個陽光少年，讓七彩的陽光灑滿我們的世界，陪伴我們健

康成长。

是感激，是合理的规则，是相信小树的枝叶始终会向着阳光生长！我相信，爱的微笑、爱的话语、爱的行动就是阳光，她可以让我们的的心灵明亮！

诚信是阳光。诚信，是人心的法则。坦诚相待，言而有信，能让我们心胸开阔坦荡，让我们赢得尊重，让我们乐于接纳，倾力合作，让我们在逆境中，也能彼此扶持守望。用诚信连接你我，我们之间便满是阳光。

的芬芳。

奋斗是阳光。我们每个人的心中都有梦想，在成就梦想的路上，让我们选择知识，选择坚持，选择珍惜，选择挑战，选择踏实努力，选择坦然面对成功和失败……激情成就梦想，奋斗点亮未来。为美好的梦想而奋斗，我们，也就有了阳光的希望，有了阳光的力量！

少年智则国智，少年强则国强，少年进步则国进步。同学们，我们是祖国的未来，我们的进步，也是祖国的无上荣光。让我们做一个阳光少年，我心光明，温暖、多彩、快乐、向上！

谢谢大家！

## 少年时的演讲稿篇九

大家好！

我是3年3班的。很高兴和大家讲一讲我的进步故事。踢足球，是我从上一年级开始就非常喜爱的体育运动。它给我带来了快乐，强健了我的身体，让我看到了通过自己的努力而带来的改变。

还记得刚上一年级，在课间的时候经常看到高年级的大哥哥们踢球。那时候就觉得很好玩，便回家让爸爸也给我买了一个足球，周末休息时就让爷爷或者爸爸陪我玩。

于是，以后每天放学后，我都快速把作业写完，爸爸也提早半个小时下班，我们就在楼下的小花园里练球。爸爸用两块石头摆成球门，训练我射门；我们互相传球，抢球，每次练完都是满头大汗的，虽然很累，但是我很快乐。不知不觉地竟变成了我和爸爸的习惯了。

一个月，两个月过去了，当我再和同学们踢球时，慢慢地我发现同学们不仅仅是让我当守门员了，也让我参加到队伍中，和他们一起去抢球，有时候我也能射门得分了，还有好几场球是依靠我的射门赢得了比赛呢。我高兴极了，我踢球的技术有进步了！

通过球技的一点点进步，我找回了我的自信心，也相信今后通过自己不断的努力，一定会战胜各种各样的困难，不断弥补自身的不足，成为一个更优秀自信的阳光少年！