

演讲稿小学生健康饮食(汇总6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。优质的演讲稿该怎么样去写呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的演讲稿模板范文，我们一起来了解一下吧。

演讲稿小学生健康饮食篇一

少它的粘合，便不会有牢固的大厦；诚信，是植物的肥料，没有它的注入，就不会有茁壮的绿物。

鲁迅先生说过：“诚信，为人之本也！诚信，比金钱更具有吸引力，诚信，比美貌更具有

可靠性，诚信比荣誉更有时效性！”是啊！诚信，是一种美德，是一种源源不断的财富；诚信，是一种取之不尽，用之不竭的智慧。

诚信，像永恒的星辉，独放光彩，诚信，以水滴石穿的坚毅渗入人心，诚信，用春风般的胸怀感召着众人！

诚信，是耀眼璀璨的阳光，他的光芒普照大地；诚信，是广阔无垠的大地，他的胸怀承载山川；诚信，是秀丽神奇的山川，他的壮丽净化人们的心灵；诚信，是最美丽、最圣洁的心灵，他让人问心无愧、心胸坦荡。

诚信，如此珍贵，我们应该从我做起，从现在做起，让诚

2---

雨，我想：妈妈的朋友肯定不会去，就劝妈妈别去了。可妈妈还是拿着雨伞，按时赴约。她

定不会去的，你即使不去，她也不知道，到时候你随便瞎扯及句不就行了，何必去找雨淋呢？”

雨走了一趟，即使没见到她，我心里也踏实。诚信是做人的基本道德，诚信是帮人前进的垫

4---镜子又照着我，让我毫不犹豫地拒绝了他。小组长是班级

里最小的芝麻官，要当好，还真得讲诚信，不贪小便宜。否则小官当不好，那将来长大了当

了大官，不也就是个贪官了吗？常常听到有人发出这样的疑问：“诚信在哪里？”我要自豪的告诉大家：“诚信在我家里！”

它教我做人，它陪伴我长大，它是我家的传家宝。传家宝，传家宝，要代代相传才是宝。

让我家有宝，你家有宝， he家有宝，家家都有宝，那我们的国家才会一天更比一天好

关于诚信的演讲稿：小学生的诚信 小学生的诚信

用是一种现代社会无法或缺的个人

6---再美好的机会也

8---

斧；像雄鹰拥有一双翅膀。参天古树缘于苍劲的根，挺拔的翠松依赖于不屈的根。诚信犹如

根，不管什么时刻，什么地点，守着你的根，守着炎黄子孙

的根，守着哪怕我们唯一的拥有

诚信。

老师们、同学们，大家好！我今天演讲的题目是《诚信是金》。我们的祖国是一个有

10---

瘁、焦裕禄的不辞劳苦、孔繁森的一心为公；诚信，洗礼出岳飞的精忠报国、戚继光的横扫

倭寇、林则徐的虎门销烟。同时，我们也看到，因失去诚信导致国破家亡的例子：商纣失信，加速了国家的灭亡；吴三桂失信，留下千古骂名。

可如今，诚信这朵奇葩却随着时间的流逝渐渐被人们遗忘，诚信就像一面镜子，可以照

今天我演讲的题目是：轻松应考，诚信考试

经过一学期紧张的学习生活，我们即将迎来对我们学习成果的一次大检阅——期末考试。

我们应以积极的心态备考，全力以赴争取考出好成绩。

诚实守信是新世纪人才最基本的做人准则，所以公平竞争也是我们必须遵守的一个原则。

孟子有云：车无辕而不行，人无信而不立。在这个物质文明和精神文明高速发展的时代，社

学习状态的好坏。但是，考试成绩只能代表过去。考试不理想的同学如果能发奋努力一定会

迎头赶上。一次考试的成绩算不了什么，重要的是不断拼搏，争取更好的成绩。真诚希望

各位同学凭自己辛勤的汗水和真才实学，在考场上发挥出色水平，以诚信考试为荣，以违纪

份高水平的答卷。祝同学们考试成功!我的演讲到此结束，谢谢大家。

诚实守信演讲稿二

亲爱的老师，亲爱的同学们：大家早上好!

今天我想要和大家一起探讨的题目是诚信

。而今，我们仰望苍穹，天空

18——绝于耳，广为

流传。可见，诚信自古是中华民族的传统美德，是经过漫长、沉重的生活之浪淘沥而出的赤

纯之金。

讲两个诚信的故事：春秋战国时，秦国的商鞅在秦孝公的支持下主持变法。当时处于战

20——的脚下基石，是茫茫大荒，漠漠古今，那一点浩然正气，千里快哉风!

听!有个声音大声地说：道德是做人的准则!有个声音真诚地说：这世界需要新的道德。

爱国守法，明礼诚信，这世界才会有美好的结果。让我们同祝道德之河永远奔流，让我们共

唤诚信之歌永远唱响！

年、纵横海内外散发出醇厚的芬芳。无形、无色、无味的诚信有着撼人心魄的力量。近年

来，诚信却受到了严峻的挑战，且不说商场上尔虞我诈，也不必说黑心棉，民工米，就是哪

一天你扶起一位摔倒在路边的老人，说不定你就惹上了麻烦和官司。多年前，以为北大新

22---功的秘诀在于诚信。

其中以为只有小学文化的企业家说：高深的理论我不懂。我只知道，诚心诚意对待我的每一

位客户，诚信诚意的对待所有与我合作的人。诚信使他不断第发展着自己的失业。

我们正处在青少年时期，青少年时期是塑造人格、修养品德的重要时期，我们怎样对待

每一位同学，如何上好每一堂课，怎样面对每一堂考试，都是诚信对我们的考验，假如我们

大家。

敬爱的老师、亲爱的同学们：大家

24---五千年的智慧

啊，您永远在我的心中！

谢谢大家！

14爱国演讲稿500字：祖国在我心中就为大家介绍到这儿了，希望对大家有所帮助，更

26---

种为祖国无私奉献的而精神，我们难道不应该学习吗？我国杰出的爱国工程师詹天佑不顾外

神我们必改学习吗？多少年来，我们祖国经历了多少了风风雨雨才取得了今天的巨大成就呀。

又一伟大成就，这是我们中国人的自豪和骄傲。

28---爱慕。

我们的祖国历史悠久。中华上下五千年，五千年的历史、五千年的文明、五千年的智慧

啊！四大发明——火药、造纸术、指南针、印刷术，带给了全国乃至全世界的福利。如果没

有纸，后果不堪设想啊.....这，就体现了中国人民的智慧！

国啊，您永远在我的心中！谢谢大家！

演讲稿二：爱国演讲稿500字同学们：

你们好！

永远也不会忘记，1937年7月7日日本帝国主义以士兵失踪为借口，了震

音使每颗灼热的心为之震撼。用的智慧和勇气扬起理想的风帆！用的青春和热血谱写出前不

梁，而，必将新世纪复兴民族的脊梁，有这么多的脊梁，才会有振兴的一日！演讲稿三：爱

国演讲稿500字

正在升起的朝阳。

小学生毕业演讲稿500字

敬爱的老师、家长，亲爱的同学们：

大家好！我是六班的杨海霞，今天，我将与全班四十八名同学一起，告别小学时光，准备迈进初中的大门。真没有想到，六年时光居然会过得那么地快，所有的日子都随着时间的影儿，成了永久的回忆，被记忆风干了。今天，我站在这里，代表育才舒曼艺术学校全体毕业生向我们的母校道别，向教以我们智慧、为我们默默付出的师长们道别，向朝夕相处、并肩作战的同窗们道别，也向这段不能忘怀的岁月道别！过去的我，曾经以为在毕业典礼上，我可以做得潇洒，但到了此刻，却有着千愁万绪涌上心头。回想起一起走过的日子，感觉实在不容易，更多的是对已经定格的历史的怀念，让彼此之间在心灵上添加了一丝思念与不舍，却少了一丝共同生活的34---岁月里，我们的不拘一格，我们的开怀大笑，我们的青春热情，也永远定格在那尘封的岁月里。

享受生活，满足上帝所赠予我们的一切。老师教于我们的知识，我们永远铭记于心；老师教于我们的淳淳教导，我们时时萦绕耳畔；老师为我们付出的汗水，我们更是无以为报！

36----

演讲稿小学生健康饮食篇二

各位老师，亲爱的同学们，大家好！

没有了浪花，大海就不会有它的. 波澜壮阔；没有了绿树，群山就不会有它的一碧万顷；没有了文明美德，人就难以在社会上立足。

文明美德是自身修养的体现，它可以衡量一个人的素质高低，如果一个人失去了文明美德，他就失去了做人的原则。文明待人，可以拉近人与人之间的关系；讲究文明礼仪，可以为我们创造良好的生活环境；遵守公共文明，可以形成良好的社会影响。

文明美德就像一条纽带，拉近心与心的距离。

帮助他人，拾金不昧是种文明美德。有时候自己的一个小小举动就有可能帮别人省去很多麻烦。这样的例子就在我们身边。不久前，我们北中的胡涸铭同学上学时在路边发现一个钱包，他见无人认领，便冒雨走下车把钱包拾起，面对金钱，他没有被诱惑，回到学校后，他毫不犹豫地钱包交给老师处理，并协助寻找失主，将其归还。那钱包中不仅有一千余元，还有身份证，医保卡等重要证件，如果没有被归还，那么失主的必定会遇到很多不便与困扰。胡涸铭同学的行为是解人之困的行为，是良好文明美德的体现，值得我们敬佩与学习。在校园中，有些同学为了节省时间而在饭堂插队，他们没有考虑到别人的感受，更不顾忌身后同学的不满，贸然插队。他们节约了自己的时间，省去了麻烦，但却浪费了别人的时间，给别人造成困扰，这对于那些耐心等待的同学是不公平的，所以像插队这种不文明行为，我们一定要杜绝！

如果每个人都能遵守文明美德，多为他人考虑，遇到麻烦的时候说句”对不起“，在别人困难时伸出自己的援助之手，人与人之间就可以少一分埋怨，多一分感动；朋友同事见面的时候说一句”你好“，平日里互相体谅，不做损人利己的事，心与心的距离就可以更近，社会氛围就可以更温暖。这就是文明的魅力。

文明就像一汪清澈的泉水，把我们生活、工作的环境过滤得更明净，让人舒心。

我们校园的草地上通常会竖着”爱护花草，人人有责“之类的标牌，大而显眼。有的同学却视而不见，坦然地、习惯式地从草坪上踏过，似乎并不认为这是不文明不道德的行为。他们没有意识到被他们踩在脚下的花草也许会因此枯萎死去，原本和谐舒适的校园环境会因此被破坏。我曾见过一些值周班的同学扫完包干区后在绿化带里帮忙清理垃圾。也许在很多人看来，这是费力且没有奖赏的事情，但这些同学是在遵循着自己的良公德心做事，做有助于推动校园文明美德建设发展的事，他们用辛勤的劳动为我们创造了洁净舒适的校园环境。在汗水的折射下，他们那一颗颗装满文明美德的心闪闪发亮。

谢谢大家！

演讲稿小学生健康饮食篇三

尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

大家好！我今天演讲的题目是《寻梦五千年》。

夸父逐日的故事，你知道吗？那是对光明的探索；精卫填海的神话，你听过吗？那是高峡出平湖的渴望。上下五千年，纵横九万里。我们的祖先从未放弃对未知的追寻，对科技的探索。

世界上最早有文字记载太阳黑子、哈雷彗星、超新星等天象的国家是谁？——中国；最早采用赤道坐标的国家是谁？——中国；最早发明十进制制的国家是谁？——中国。我们有伟大的四大发明，我们有伟大数学家的祖冲之，我们有伟大的科学家张衡，我们有伟大的航海家郑和，我们曾经骄傲的领先世界两千年，我们曾经与世界保持水平两百年，

但是我们也曾经落后世界一个世纪。我们的四大发明成就了西方列强的坚船利炮，他们，用我们自己的发明击穿了中国破败的大门。历史一次又一次的证明，落后就要挨打，妄自尊大，固步自封，不思进取，必然会毁国辱邦。只有与时俱进，发展革新，发明创新，才能屹立天下，才能傲视群雄。

于是我们低下骄傲的头，我们卧薪尝胆，我们披荆斩棘，我们用自己的土作坊造出了、氢弹，在遥远的太空也能听到中国的“东方红”了，我们的嫦娥一号奔月了，我们的神六、神七发射成功了，我们的科技奥运实现了，就连外国人都种上我们中国的袁隆平牌杂交水稻了。我们的中国进步了，思想汇报专题发展了，富强了，我们中华民族的伟大复兴指日可待了。

科学技术是第一生产力。当今世界各国综合国力的竞争，其核心和关键在于知识创新和技术创新，以及高新技术产业化。科技创新越来越成为当今社会生产力的.解放和发展的重要基础与标志，越来越决定着一个国家、一个民族的发展进程。如果不能创新，一个民族就难以兴盛，难以屹立于世界民族之林。只有大力推进科技进步，发展高科技，实现高新技术产业化，抢占当代先进生产力的制高点，才能代表先进社会生产力的发展要求，才能在国际竞争中立于不败之地。

寻梦五千年，中国人探索、追寻科技的脚步从未停歇，中国人的发展观、中国人的强国梦从未间断。暴风雪可以阻断归程，但扑不灭强国的热情；地震可以翻覆天地，但震不垮民族的精神。中华民族遇强越强，越挫越强。我们，新时代的青少年，我们的青春需要用知识来挥洒，我们的大脑需要用科技来武装，我们的祖国、我们的民族需要我们成为栋梁。

同学们，朋友们，读史使人明智，读诗使人灵秀，数学使人严密，科学使人深刻，凡有所学，皆成个性。学则明，明则通，通则变，变则强。

让我们：

携手同心担道义

科技强国谱新篇

演讲稿小学生健康饮食篇四

敬爱的老师们，亲爱的同学们：

大家好，今天来和大家聊聊“路”。

世界上有许多路：山间，是蜿蜒的羊肠小路；海边，是曲折的滨海大路；雪域高原上，是盘曲而上的天路。有的路通向成功，有的路走向失败。或是顺利，或是艰辛。

这就是鲁迅他选择的路，一条曲折漫长，却又豪情洒脱的路，亦选择那锋利如刀的笔继续他的事业。

而我们，我们的路又在哪里，低头沉思间，发现路就在自己脚下，蓦然回首，细数一路足迹，终究会到达幸福的彼岸。

演讲稿小学生健康饮食篇五

亲爱的老师们、同学们：

大家好！

秋风拂过，瓜果飘香。随着新学期的到来，我们又一次迎来了收获的季节。

同学们，我们应该都知道，大米来自稻谷，而稻谷又是从水稻上收获的！这是我们的都明白的道理。但是，想要一粒粒的种子变成禾苗，再一点点的长大，慢慢变成水稻！“春种

一粒粟秋收万颗子。”这可不是只是靠着一点常识和了解就能做到的！要让禾苗长大，要结出金黄的谷子，这还需要辛苦的劳动，用艰辛的汗水去浇灌才能最终得到收获！

不知道，在场的同学们，又有多少能了解，并做到，“汗滴禾下土，粒粒皆辛苦。”呢？从小生活在这个富裕的时代，我们早已经体会不到食不果腹的辛苦。现在的我们，过着“衣来伸手，饭来张口的日子”，根本无法体会到爷爷奶奶故事中的艰辛和困难。但是！我们应该懂得，也必须懂得！这不仅仅是过去的记忆和故事，更是来自过去精神！

节俭并不是只有在缺少的时候才做的事情，而是的我们无时无刻都应该牢记的精神！也许我们觉得饥饿离我们很遥远，但其实，在整个世界上，这并不算是罕见的事情！在我们看不到的地方，多少和我们一样大的孩子正因为没有食物而发愁，多少，人因为食物不足被饿死！这不是“天方夜谭”，而是切切实实发生在世界上的事情。近年来，各地又爆发了蝗灾和洪水，这些都是我们难以防止的灾害！都是需要粮食，需要援助的时刻！

可是如今的我们呢？反观食堂，有多少同学在觉得饭菜不合口味后就直接倾盘倒掉？有多少人可望而不可得的东西就在我们手中滑落！

如果，我们如今不好好的珍惜这些，将来我们遇上困难的时候，又该怎么办呢？此外，节约也是我们民族的传统美德，我们因节约而富足，因节约而强大！

如今，并不仅仅是食物！我们日常的生活中，我们的用水、用电，其实都是非常宝贵的资源，就连我们随手使用的纸张，都要消耗非常多的资源才能产生出来！

同学们，地球的能量并不是取之不尽，用之不竭的，我们如今的不珍惜，终将成为我们今后的后悔的泪水！我们的未来

还有很远，莫让自己的未来，面对一个贫瘠的世界，不要让自己的也眼泪，成为最后的一滴水！

谢谢大家！

演讲稿小学生健康饮食篇六

同学们：

“时势造英雄”是一些人常讲的一句话。讲这句话的人坚信英雄之所以成为英雄，关键在于他们反握住了时代所赋予他们的机遇；又以人类几千年的文明史和涌现出的许多卓越人物认为成功就是因为有了机遇。如果没有机遇，邱吉尔只不过是皇家军事学院一名普通的学生；如果没有机遇，达尔文也可能在父母的逼迫下，成为一个不称职的神父。因此，得出结论——“机遇出人才”。

难道有机遇就都能成为人才吗？为什么在同样的机遇下有的人成功了，而有的人却失败了？最简单而又最明显的例子，莫过于高考了。大家都是经过高考过来的，在这个人生的重要转折点上，社会对每个青年学生都提供了公平竞争的机会。可以说，这对每个青年学生都是难得的机遇，这个机遇在每个青年学生面前是平等的。然而，在这“千军万马过独木桥”的过程中，有的人顺利过桥，有的人却掉在水里。过桥者之所以顺利通过，关键是自己在过桥前刻苦学习了，已经做好了过桥的准备，因此机遇一旦来临，他有能力去驾驭机遇而获得成功。所以说，机遇只是成才必不可少的条件，而要真正把握机遇成才，还要有准备。也就是说，有了成才的准备，才能得到机遇的偏爱，充分利用机遇而成才。

什么是机遇？机遇也就是机会，是指恰当的时间、地点、条件等因素。机遇的产生与存在有随机性、瞬时性和突发性等特点。因此，它决定了只有有准备的人才能抓住机遇，取得成功。机遇的到来往往是难以预料的，具有很大的随机性。

在每个人的一生中，机遇女神都或多或少地敲过他的门，但可惜的是当时大多数人都在隔壁的屋子里。机遇是稍纵即逝的，“机不可失，失不再来”，要想把握机遇获得成功，必须要“藏器于身，待机而动”（老子语），期待机遇来临，利用机遇的意识。在我们的日常生活中，在学习训练间隙，机遇说不定什么时候就来光顾。例如演讲比赛、辩论会、指挥唱歌、文艺演出等。有准备的人经过长期的准备，具有一定的能力，从不会轻易放弃每一个锻炼自己、提高能力的机会，因而不断进步。而无准备的人面对眼前的机遇，束手无策，徒叹奈何？生存竞争，给每一个竞争胜利者以相同的机率，而打有准备之仗的一方，必然是胜于无准备的一方。在不同的环境里，同样的一种因素会产生不同和机遇。有准备的人由于基础扎实，即使在这个环境里错过了机会，在另一种条件下，他同样会驾驭机遇。可见，机遇是多么偏爱有准备的人，“有准备”是多么重要。但就机遇本身而言，它又是公平的、客观的、正如高考的录取分数线一样对每个学生都是平等的。同样的机遇，在具有不同层次素质的人面前，它的获得率却不同：有无准备、充分与否，造成了机遇针对不同人的不公平。假如我们队现在需要树立一个学习标兵，那么我们队199人的机率是公平的。但你准备得如何，你具不具备当标兵的素质，就决定了你获得的百分率。可是，这199人共同生活在相同的环境条件下，各人长期准备的过程和条件则是公平的。因此，无准备则无驾驭机遇的那种能力。

“冰冻三尺，非一日之寒”不经一番风霜苦，哪得腊梅吐清香。准备是重要的，同时又是长期的、艰苦的，是一种积累。没有机遇，便是最好的机遇是你卧薪尝胆，提高自己的机遇。实际上，“有准备”也不外乎就是具有一颗求知上进的心灵，有一种强烈的自我成才意识，一种积极要求增长能力，主动锻炼自己素质的愿望。因此，表现在各项活动中参与意识很强，珍视每一次锻炼机会，不让青春付水流，时刻准备去迎接挑战，也准备去迎接挑战，也准备去接受成功与失败的洗礼。准备是长期的，而机遇则是稍纵即逝，一旦机遇来临，

好似“久旱逢甘露，”这样才能把握机遇，锻炼成才。

现实的我们要成为有准备的人，一是从一点一滴做起培养自己驾驭机遇的能力；二是从意识上增加抓住机遇的心理；三是脚踏实地去做好每一件事；四是由雄厚的综合能力做基础。只有这样，才能不至于与机遇失之交臂。衷心希望每一位同学都能成为有准备的人，得到机遇的偏爱，成为“时势”造就的“英雄”。