

2023年是精彩演讲稿(精选9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。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？下面是小编帮大家整理的优秀演讲稿模板范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

是精彩演讲稿篇一

大家早上好！

今天我国旗下演讲的主题是：节粮节水节电。同学：你们一定都看过这样一则公益广告：电视画面上有一个水龙头，正在艰难的往外滴着水，滴水的速度越来越慢，最后水就枯竭了。然后画面上出现了一双眼睛，从眼中流出了一滴泪水。随之出现的是这样一句话：“如果人类不珍惜水，那么我们能看到的最后一滴水将是我们自己的眼泪。”看到这幅画面，你想到了什么？古人云：“勤俭节约是持家之宝。”朱子就讲“一粥一饭，当思来之不易；半丝半缕，恒念物力维艰”当作持家的家训；“一块煤，不算多，千块煤炭堆成坡；一滴油，不算多，点点滴滴汇成河。”勤俭节约，要从每一度电、每一滴水、每一粒粮食做起，聚沙成塔，培养勤俭节约的好习惯。节约一粒粮食，就是节约一片富饶的土地；节约一滴水，就是节约一畔清澈的湖泽；节约一度电，就是节约一座充盈的矿山；节约每一点，就是创造一笔财富。

- 1、从节约一滴水，一度电开始，重树勤俭节约的美德；
- 2、用水避免长流水，用电避免昼夜灯；
- 3、尽量少用大功率电器；
- 4、“少开一盏电灯”，教室光线充足时，做到能不用电尽量

不用，人不多时，能少用电尽量少用。养成随手关灯，随手关龙头的良好习惯，树立长期节约用电、用水观念，提高节能意识。

5、积极向家长向邻居向朋友宣传节约水电的意义和方法。建议身边的人一水多用，一灯多用，随时纠正他人浪费水电的行为。

6、节约每一粒粮食，不随便浪费粮食。

勤俭，是一种操守，是一种品行，是一种素养，是一种美德。崇尚节俭，合理消费，增强节约意识，杜绝铺张浪费，做到身体力行，营造人人把节约当成“举手之劳”的生活态度和生活方式，为把我们的校园打造为一个节约型校园而努力！

是精彩演讲稿篇二

自然灾害，包括人造灾害，都是人们最大的敌人。自然灾害有许多，比如，地震、酸雨、温室效应、台风等。人造灾害有火灾、水土流失等。远在古代，人们没有防范意识，都是求神拜佛保佑平安。随着社会的发展，人们懂得用科学道理、实用的方法来保护自己，减少灾害威胁到自己的生命。本文将告诉大家怎样用科学的方法来防震减灾，保护自己，保护家园。

学校组织了很多活动让我们学习防震减灾的知识，比如请消防大队的叔叔给我们讲解发生火灾的逃生知识，进行发生火灾时的逃生演练，当发生火灾时，用毛巾捂住嘴，站好队快速从安全通道跑到操场上。学校还请了交警叔叔给我们讲解交通安全知识，避免我们发生交通危险。

其实，有些灾害是可以预防的。地震发生前，会有些预兆。比如马等牲畜会挣脱缰绳，并疯狂地往外跑；正在冬眠的蛇会涌出洞外；蜜蜂会惊飞、逃窜；狗会狂吠，还有一些家畜会出

圈，到处窜跑；老鼠成群结队搬家……这些预兆可以让人们提前知道将发生地震，如果发现这些动物有这些反常现象，须先辨别真假，再向地震局报告，以防在先，及早撤离。

地震发生了并不是就必死无疑，其实，还有很多自救的方法。例如：地震了，你被压在废墟的底下，这时候，你不要盲目乱动，要冷静，先把手抽出来，慢慢地挪动废墟，先保持呼吸顺畅，再想办法呼吸，喊人员来救你。如果发生地震时你在家里，必须马上钻到坚硬、并且没有倒塌的小房间中躲避，以免砸伤。还有，要贴着坚固的墙壁或在门口蹲着，在房子倒塌后，再求生，要避免被弄伤。如果在野外，一定要避开陡崖，防止掉下山。还有要预防山体滑坡，以免滑下去。如果在学校，一定要听从老师的指挥，躲到课桌下，注意保护头部，如果在上体育课，要避免高大的建筑物，不要被砸伤。如果在电影院，要躲在观看椅底下避震，要避开挂在天花板上的灯、空调的悬挂物，用东西保护头部，听从指挥人员指挥撤离现场。在商场发生了地震，要避开玻璃柜，避开货物、广告牌、灯等物品。如果在公共汽车内，要躲在椅子底下或蹲下，要稳住重心，扶好扶手。

其他自然灾害不像地震一样不可避免，有时是完全可以控制的。

还有许多自然灾害，其中有许多是人类自己的“杰作”。所以，我们要有这方面的知识，不要自己害了自己。

不止自然灾害，还有人造灾害。如火灾、泥石流、水土流失等，都是人类自己砍伐树木而造成了不必要的损失。

所以，我倡议大家做好以下几点：

- 1、不要在学校里追逐打闹。
- 2、下楼时要一个个下，不要挤在一起。

- 3、不要使劲关门，刮风时要用椅子把门顶住。
- 4、小心用火，不要玩火。
- 5、节约用水，珍惜每一滴水。
- 6、要多学防震、防灾方面的知识，有防范意识。

如果先做好了这几项，会减少灾害的发生，或者一旦灾难发生时能挽回不少人的生命。

保护我们的家园——地球，便是保护自己。让我们行动起来，共同防止灾害的发生，让明天的地球更加光明，更加灿烂！

是精彩演讲稿篇三

大家上午好！今天我演讲的题目是《读书让人生更精彩》。

因此读书可以使我们变得充实，读书可以使我们无知的领域不断缩小，读书可以使我们的人生阅历更加丰富。

书是人们的良师益友。读书就是聆听良师的谆谆教诲，就是与益友的促膝交谈。英国思想家培根说：“读书足以怡情，足以_，足以成才”；唐代大诗人杜甫说：“读书破万卷，下笔如有神”作家林语堂说：“读书能让人得新知，增学问，养性灵。”正因为这样，身为高中生的我们，应酷爱读书，把读书当做一件快乐的事情。更要把读书视为自己人生发展的动力。置身于书中，我们能感受到人情的冷暖，能体验生活的酸甜苦辣，能感悟到人生的沉浮。也只有置身于书本中，我们才能不断地发现自己，检查自己，提升自己。

然而，我们中有相当一部分同学却认为：读书是在浪费时间，耽误学习，甚至读书是无用的。在这部分同学看来，读书是一件苦差事，读一本书所花的时间还不如多算几道题，肤浅

地认识把读书与学习成长割裂开来。可事实证明，不注重读书的学生，其在学习上不会有很大的发展的。待到有一天，才发觉“书到用时方恨少”才意识到读书的重要性了，可已是悔之晚矣！

还有一部分同学钟情于读书，但在鱼龙混杂、良莠难辨的书海中不能擦亮眼睛。“取其精华，去其糟粕”整天痴迷于

《坏蛋是怎样炼成的》等网游梦幻小说中，或是言情暴力小说，甚至有部分同学痴迷于黄色书刊当中，不能自拔。读这些书刊不仅真的浪费我们的时间，还严重地影响我们的身心健康，甚至会引诱我们走上犯罪的道路，当下青少年犯罪现象较为严重，与读不良书籍是有很大的关系的。我们在读书时还要有所选取，要读经典的书，读健康的、积极向上的书。所以让我们铭记冰心老人的一句话：“读书好，好读书，读好书”。

同学们！我们是生活在阳光下的新一代，更应该通过读书去努力丰满自己的羽翼。我们知道，站在巨人的肩膀上，我们可以看得更远。以书作垫脚石，我们可以攀得更高。“读不在三更五更，功只怕一暴十寒。”亲爱的同学们，就让我们以书为友吧，让一缕书香伴你我同行，让我们因读书而快意人生吧！

是精彩演讲稿篇四

大家好！

成长中，我们的蜕变，由儿时的稚嫩走向少年的青涩；蜕变中，我们成长，有少年的青涩走向长大的成熟。

时光飞速流逝，从前小巧可爱的婴儿已渐渐长高；岁月的书页在翻过，从前纯洁的白纸上慢慢变得五颜六色。不论是我们的身体还是心灵，都在长大。

失落

小时候，我们是家里的小公主，小王子；家人捧在手心怕碎了，含在嘴里怕化了，恨不得把我们装进蜜罐里，贴心保护。

犹记得那年冬天，小小的我突然想吃花卷了，就忙不迭跑到妈妈身边，扯扯妈妈衣角，仰头看着妈妈，软语哀求道：“妈妈，我想吃花卷了，你去买，好不好？”妈妈放下手中的针线活，犹豫一下后，摸摸我的头，笑着答应了，望着妈妈漫天风雪中的背影，我却忘了冬天压根没人做花卷了……那时，我们是“世界的中心”，个个认为地球是因自己而转动的。

拼搏

那时，我明白了，努力根本没用，因为她从一开始便未真心拿我当朋友；那时，我明白了努力相对某些事根本没用，又何需再努力？那时，我学会了用心看，学会辨别人的好坏。

承担

后来，升入中学我们终是分开，不再见面。我开始融入新的生活，初中生活，节奏很快、很紧，新增的四门功课不免让我手忙脚乱，也花了很长一段时间去适应，刚适应不久，又面临期中考试这拦路虎。期中考试成绩出来后，我自然而然地当上了班长（第一嘛！）可实际初被选上班长时，我是极力推辞的，因为我从未试过，我不认为能当好，我认为这是我力所不能及的。因此在当班长的日子里，也屡屡出现尴尬：或忘记说“起立”，或忘记说“敬礼、坐下”，或连自己是班长都忘了，那段日子苦不堪言。

我多次向妈妈诉苦，换来的却是一句“就算明知无法成功，也得努力。不试过怎知结果，就算失败，努力的过程也会有所收获的”渐渐的，我开始把自己当一个真正的班长，承担

起了属于我的责任。

我仍是我，却又不是我了。成长令我不在沉溺于温柔乡，学会了坚强与努力，更学会了担当！

是精彩演讲稿篇五

大家好！

首先感谢局党组、局领导和同志们给我这个机会参加处级职位的竞争。处级职位实行竞争上岗是人事制度改革的一项重大举措，是加强干部管理工作的有益尝试。我对这项改革的基本态度一是赞成拥护，二是响应参加，作为有一定机关管理工作经历的保险，我将用积极正确的态度参与到这项改革当中，站出来接受组织和同志们的评判。

我叫王建伟，共产党员，蒙古族，现年四十三岁，大专学历，现就读于云南师范保险和安徽保险经济管理专业研究生班。1975年参加工作，当过工人、当过学生，跨入行政机关大门后就当上了保险，1991年至1994年曾经选交流派到禄劝县农村基层锻炼了三年，从1994年12月起任副处长职务，到今年9月已经有六年时间了，可以说是上楼梯数台阶，是一步一步走着过来的。今年5月服从组织安排，从报刊处调到人事处，面临的情况是“一新、一陌生、一繁重”：“一新”，是工作对象范围新；“一陌生”，是陌生的管理业务；“一繁重”，是繁重的机构改革工作任务。摆在眼前以及今后的工作仍然是压力大、任务重、矛盾多。那么，为什么我还要选择之份工作、竞争这个职位呢？那就是：压力与动力并存，挑战与机遇同在！

首先，我认为每一次工作和经历的变化，对增长能力丰富阅历都是难得的机遇。越是新的环境、越是压力大的工作往往就越能够锻炼自己，越能够增长才干，竞争人事教育处处长，目的就在于开拓新视野，挖掘潜力，获取多方面实践经验，

提高自身综合素质。

第二，我认为自己还是具备担任该职务所必须的政治素质和
个人品质。一是党组织培养教育多年，尤其是经过三年农村
基层的艰苦锻炼和六年的副处长经历，培养了我严明的组织
纪律性和忠实、吃苦耐劳的品质；二是法规政策观念强，处
事稳重，廉洁自律，要求严格；三是信奉做人正派、诚实的
宗旨，能够与人团结共事，能够听取意见，协调同事合作工
作。

如果我个人的所具有的这点“资质”能得到领导和同志们的
认可，组织上提供给我人事教育处处长这样一个职位和机会，
那么，我今后的工作设想是：在局党组的正确领导下，按照
人事教育处职能，结合当前和今后工作，坚持“一个原则”，
搞好“三项工作”。

坚持“一个原则”，就是上为局党组的有关决策工作当好参
谋，做好分忧；下为广大职工干部服务，以人为本，为调动
人的积极性创造良好环境。具体是，围绕局党组中心任务，
把服务于中心工作和服务于干部群众作为工作的出发点和落
脚点，把工作职能和具体任务紧密结合起来，做到信息围绕
决策转，协调围绕领导转，服务围绕干部职工转。

搞好“三项工作”，第一项就是搞好干部资源的开发管理。
它包括科学合理使用专业技术人才；大力引进编、印、发等
高层次出版专门人才；严格执行对企事业单位干部的考察、
任免；有计划地接收优秀大中专毕业生；做好转业退伍军人
的安置；做好专业技术职称改革及专业技术职务的评聘管理；
加强对机关公务员的管理，认真推进出版社等事业单位用人
制度改革；认真实施机构改革方案，建立竞争和用人管理机
制等。

第二项是搞好劳动力资源的开发管理。它包括依法监督劳动
合同的签订；加强劳动工资管理；完善各种社会保险（养老、

失业、工伤、生育、医疗、保障），清理规范劳动关系；认真执行劳动安全保护规章等。

第三项是搞好职工职业培训教育。它包括抓好工人技术等级上岗培训；抓好干部培训学习；按新闻出版署要求，认真开展对出版物发行人员上岗准入的培训与考核。

还有按有关规定做好对离退休人员的管理，等等。

总之，人事教育处工作头绪多，事情杂，接触面广，矛盾集中，要搞好今后工作，必须进一步加强学习，努力适应工作需要，团结周转的同事，和大家一道发挥整体优势，创造一个良好工作氛围。

在工作中摆正位置踩好点，做到主动不越位，服从不偏位，服务不欠位。

各位领导、同志们，竞争上岗，有上有下，如果这次竞争上了，肩上的担子只会更重，面临着一系列改革方案出台，新老政策交替，我将不辱使命，不负重任，尽职尽责搞好新的工作。竞争不上，不管在哪个岗位，我都将一如既往，勤奋学习，兢兢业业做好本职工作。

谢谢大家！

是精彩演讲稿篇六

大家好！

今天我演讲的题目是：祖国在我心中。

作为一个龙的传人、炎黄子孙，我爱自己的祖国；我更爱自己祖国的悠久的历史；我更爱自己祖国的丰富的文化。祖国有着众多世界之最：最长的古代防御工事——长城，最高的

山峰——珠穆朗玛峰，最低的盆地——吐鲁番盆地，最高的咸水湖——纳木错……这一切都刻印在我的心中！

我认为：我们唱国歌，就是爱国；我认为：我们对国旗的尊重，就是爱国；我认为：我们现在好好学习，就是爱国！

作为小学生的爱国也非常的简单，那就是我们现在就要好好学习，好使将来我们长大了好好报效祖国就是爱国；我们在集体生活之中尽到自己的职责，做好自己的本职工作就是爱国；我们在公共场所里，爱护公共财产就是爱国；我们维护祖国的尊严就是爱国。我认为我们每天做好身边的每一件小事，就是爱国！

同学们，热爱我们的祖国，别忘了勤奋学习呀！热爱我们的祖国，一定要热爱我们的老师，因为每当我们在学习上遇到困难的时候，都是老师们在鼓励着我们；我们在生活上遇到困难的时候，都是老师们在关心着我们。是教师，让我们学会了如何面对困难，如何感受生活，如何珍惜幸福，如何自我发展；是老师带着我们在知识的海洋里遨游，是老师教我们学会了许多！

虽然我只是一名六年级的学生，但是我也要学着释放一份温暖。今天，我代表我们六（2）班的全体同学，向我们尊敬的老师说一声：老师，您辛苦了。亲爱的老师，因为有了您，我们的世界才会变得如此美丽，迷雾的路上，才有了指路的明灯；迷茫的夜空，才有了永恒的北斗。

老师，我是船儿您是帆，我在您的关注下才能继续远航。

老师，您是绿叶，您是红烛，您把我们生命的每一个音符，都谱成了世界上最动人的旋律。从此，我们的歌声从心里发出：长大后我们就成了您！我给老师唱支心歌。我们真诚地祝愿老师幸福快乐，身体健康！在这里，我真想大声对同学们说：当我们拥抱成功，享受喜悦时，别忘了老师为我们付

出了自己的青春和汗水，我们没有理由不去感谢我们的老师们！

最后，让我真诚地说声：谢谢！老师！（鞠躬）我的演讲到此结束！

是精彩演讲稿篇七

大家早上好！

今天我讲话的主题是“有始有终，定能成功”。

古希腊哲学家苏格拉底曾经在中学当教师，有一天他对班里同学说，我们来做个甩手游戏吧。游戏很简单，就是把手使劲往前甩三百下，再往后甩三百下，但要求每天都这样做。同学们纷纷说这个游戏容易，保证能做好。一个星期以后，苏格拉底问同学们游戏完成得怎么样？同学们全都举起了手。

一个月以后，当苏格拉底再做统计时，全班仍有百分之九十的同学在坚持做。一年以后，当苏格拉底在课堂上再次向大家了解情况时，只有一位同学举起手，他就是后来成为大哲学家的亚里士多德。亚里士多德在自己的学习和生活中，凭着这种持之以恒的精神，自觉锻炼自己的意志，终于在哲学领域取得了前所未有的成就，其哲学思想直到现在仍然放射着智慧的光芒。

同学们，这个甩手游戏从动作上看很简单，但每天坚持，却是一件不容易的事，需要持之以恒的精神。这个故事告诉我们，做事情要有始有终，绝不能半途而废，如果我们能养成这样的好习惯，就一定会取得好成绩。人们常说，在科学之路上没有平坦的大道，只有敢于在崎岖的小路上不断攀登的人，才能到达希望的顶点。让我们认准自己的努力目标，坚持不懈地努力，不断地鼓励自己，这样我们就会体验到成功的喜悦和收获的快乐。

最后，我送给大家一句法国生物学家巴斯德的名言：“告诉你使我达到目标的奥秘吧，我惟一的力量就是我的坚持精神！”

是精彩演讲稿篇八

大家下午好！

今天我要为各位演讲的主题是“科技，改变生活”。

科技总是随着人类进步而发展，而人类的生活也随着科技进步而改变。

四十年前，我的父母看的是黑白电视，用水要到很远的地方去挑，煮饭要在灶台上升火，出游要走很远的路。现在，我们看的是液晶电视，要用水时，只需轻轻扭开水龙头；做饭时只要轻按电钮即可，出游时你只需招手，便可踏上出租车，去到想去的地方。

以前，晚上照明是件麻烦的事，后来，爱迪生发明了电灯，解决了这个问题，从此，人们晚上也可以像白天一样生活；以前，与国外的朋友交流，几乎是件不可能做到的事情，自从有了互联网，让也成为了现实。可以说，科技的进步改变了人类的生活。

以前的灯泡用的是发光二极管，不但费电，而且使用寿命短，亮度低；而现在的节能灯，在达到同样光能输出的前提下，只需耗费普通灯泡用电量的 $\frac{1}{5}$ 至 $\frac{1}{4}$ ，就可以节约大量的照明电能和费用。以前发电需要大量的煤炭，不仅浪费资源，而且污染环境；而现在采用光能、风能、水利发电，不仅解决了资源浪费而且还保护环境。以前我们做一件衣服，需要很多的工序，而现在采用现代化的生产方式，不仅缩短了生产时间，而且减少了人力的浪费，并且生产出来的服装更加美观大方。以前的电视用的是显像管不仅耗电、体积大而且清晰度也不高，而现在的液晶电视不仅机身轻薄、环保节能还图

像清晰度高以前，从昆明去北京，走路大约需要三个月，而现在乘坐飞机，只需要三个小时就可以到了。以前，肺结核是不治之症，而现在随着医疗技术的进步，它已经成为了一种普通传染病。

可见科技的进步与人类的发展密不可分，科技使人类的生活更加便捷。现在人们的生活已经离不开科技，所以我们要合理的利用科技、发展科技，使世界变得更加美好。所以说，科技改变生活，生活又推动科技发展。为了使我们的生活更加美好，请在座的各位与我一起，从今天开始，为人类的进步努力奋斗吧！

是精彩演讲稿篇九

大家早上好！今天我演讲的题目是《塑造阳光心灵，彰显生命精彩》。

青山与绿水为邻，白云与蓝天相随，阳光和心灵作伴。心灵是一块沃土，沃土之上播种着缤纷梦想；心灵是一座宝库，宝库之中收尽酸甜苦辣；心灵是一片天空，天空之中飘荡着万千思绪。心灵有了阳光才会变得光明，充满希望，所以我们要打开心灵的窗户，去接受明媚的阳光。

我们每个人都希望自己的生活充满阳光，积极向上，但是学习生活中的一些不如意常给我们的心灵蒙上一层阴影。如果我们处理不当，可能会引发严重后果。我们时常会看到媒体报道有学生因种种原因做出骇人听闻之举，这些学生未免对生活过于悲观，“金无足赤，人无完人。”，这个道理他们肯定都明白，但他们心中的悲观情绪左右了他们。我们每个人不可能从出生之日起就一帆风顺，人生的道路必定充满坎坷。如果我们不惧困难，踏平坎坷，那人生之路一片光明，如果我们被困难所阻不去克服，那终将一事无成。即使我们没有显赫的家庭，没有耀眼的荣誉，没有一帆风顺的前途，但是，只要我们有阳光的心灵，我们就能学会塑造、调整，

就能抛开烦恼，打开心结，我们的心灵就一定会在阳光下自由飞翔。

心灵的阳光不是头顶火红的太阳，而是我们心中升起的朝阳，我们的心灵可能会因一些事而变得脆弱，变得冰封，但只要愿意，我们心中的朝阳定能化开冰封，冲破阻挡。巴金先生说过：“只要有一点微弱的灯光，就是那一点仿佛随时都会被黑暗扑灭的灯光也可以鼓励我多走一段长长的路。”有时我们难免望不到希望，看不见前方，这时我们需要点亮一盏灯，也许它的光芒无法照亮整个黑暗，但能为我们指明方向。

我们要用良好的习惯，刻苦的努力，健康的身体塑造阳光的心灵，用强大的信心，上进的心态，不屈的品质作为让心灵飞翔的动力。

同学们，让我们用阳光的心灵迎接未来，用辛勤的汗水创造未来，用自己的拼搏彰显生命的精彩。

我的演讲完毕，谢谢大家！