

竞选演讲稿一分钟(实用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。好的演讲稿对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇演讲稿下面是小编为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。

竞选演讲稿一分钟篇一

我很欣赏一句话，那就是：工作的目的是为了生活的快乐，快乐的工作才能更快乐的生活。

人生是酸甜苦辣的混合体，人的一生可以没有很大的名望，也可以没有很多的财富，但我觉得却不能没有工作的乐趣。

经常和朋友聊天，聊得最多的莫过于与工作和生活。工作与生活是每个人生命中不可缺少的部分，对于一个上班族而言，无论你是否喜欢工作，它都在我们的生活中占有着重要的位置。在某种意义上，工作占据我们生命的大部分时间，如果我们不能对所做的工作产生兴趣，那我们就是在浪费生命。工作不仅仅是谋生的手段，更是实现自我价值的过程，是获得快乐的源泉。

以正确的心态对待工作，可以使我们活的充实，有满足感。工作是我们实现自我价值、人生价值、社会理想的途径，因此，以正确的心态对待和评价工作才能拥有快乐的工作。

谢谢。

竞选演讲稿一分钟篇二

大家好，我是__班的__。今天我国旗下讲话的主题是“__飞鱼，逐梦起航”。

亲爱的初一同学们，还记得刚踏入学校时的情形吗？我们来自不同的地方，但我们都怀揣着一个共同的求学梦想，我们来到__山下，来到“最美校园”。我们告别充满童真的小学阶段，迎接华丽蜕变的青春之旅；我们一起仰望星空，脚踏实地，昂首向前。

经过一学期的调适，我们惊喜地发现，初一同学们都很好地融入了班级，更好地适应了初中生活。在__的校园里，我遇到了很多优秀的老师，他们悉心教导，促我进步。也有很多像全国最美学生赵晓强、全区状元杨逸菲等初二、初三优秀学长、学姐在前面引路。作为一位__人，如何更好地学习，更好地成长，我想和大家分享一点感悟。

首先，要放飞梦想，先必须知道飞的方向，也就是我们必须树立明确的学习和成长目标。约翰·巴里摩尔曾说：“人不会老去，直到悔恨取代了梦想”。流沙河先生说：“理想是石，敲出星星之火；理想是火，点燃熄灭的灯；理想是灯，照亮夜行的路；理想是路，引你走到黎明。”梦想之于人，就像光热之于草木。人一旦有了梦想，便有了为之奋斗的目标，便有了全力以赴的理由。长大后的梦想还很遥远，现阶段考上理想的高中，与更多优秀的同学为伴，才是最切实的目标。

其次，放飞梦想，必须付诸行动。一个人光有梦想却不付出行动只是空想，只有付诸行动，努力前行才有价值。生活从来都是奖赏那些努力勤奋的人，那些不断耕耘的人，那些挥洒汗水的人。我们无需羡慕他人的人生有多精彩，因为平凡也能创造伟大。一本本翻烂的书籍，一支支用完墨的笔，一张张写满订正的试卷，都在记录我们努力的日子，为梦想付出的日子。接下来，我们就要聚焦期末考试，在全区各校学生大比武中，展现我们的风采，为母校争光添彩。

关于期末复习，我有以下建议：

1、充分利用碎片时间。我们可以抓住下课时间多巩固刚刚上完的知识，花上2-3分钟回顾一遍，可以利用这段时间和同学探讨不懂的知识，可以一起问问老师；晚上就寝前在等待洗漱的时候，也可以好好利用，比如背背英语单词、社会资料，都是不错的选择；我曾在食堂里看到不少初三学长学姐在排队买饭的时候拿着板夹做作业，这一幕深深影响了我，慢慢的，我身边也有了一些向他们学习的身影，相信接下来会有更多的同学能利用好各自的碎片时间。

2、充分利用好双休日时间。从上周开始，初一年级家长信中明确提出周五回家后“学习优先”，休闲放松靠后，建议大家在周六中午之前完成各科作业，最迟到周六晚上也应该完成了。之后，则有计划、有节奏地进行各科复习。关于电子产品的使用，我们不仅要做到每天不超过一小时，更要在最后的2个双休日时间真正做到暂别电子产品，我倡议大家一起行动起来，做时间的主人，用好这最后的2个双休日，实现“弯道超车”！

最后，我们还要正确面对前行路上的困难和挫折。追梦的路上，不都是顺畅的。面对困难，不逃避不退缩，直面它，在心底默默给自己加油鼓劲，对自己说：“咬咬牙就过去了，美好总会如约而至。”是啊，逃避不是办法，只有勇敢面对，才可能找到解决的方法。当我们怀疑时，我们一定要记得这句话：每个孩子都是上帝派来的天使，每个人都有最独特最闪光的一面，请绽放光芒，我们定能重拾自信，任何困难都压不倒、打不垮。

20__已悄然走来，农历牛年也离我们越来越近，祝愿同学们都能发扬牛的踏实精神，身为“__飞鱼”，我们敢立潮头，愿奋勇拼搏、筑梦起航，共同书写属于我们的绚丽篇章！

谢谢大家，我的演讲结束！

竞选演讲稿一分钟篇三

又到收获的季节，相信我们又多一份紧张、期待。我们的紧张，来源于父母那热切的目光；来源于老师那谆谆的话语；也来源于我们面对考试的那份压力。有这份必要的紧张，我们的思维会更敏捷，我们的表现会更出色。我们期待，是因为我们到验证自我的时刻，凭着这种积极的心态，我们能够做到更加认真，我们能充分利用考试过程中的分分秒秒做足迎考的准备。

第一：目标决定结果。大家都知道，成功的道路必定是有明确的目标的。我要说的是：目标有多远，我们就能走多远。我们要对得起我们的付出，无悔于我们的青春！我们的目标就是一个：考出优异成绩，打下坚实基础！

第三：方法决定结果。科学有效的方法，可以让我们的复习、应考事半功倍。。一要重视基础、不犯概念性错误。书本中基础的知识最具有生命力，只有夯实基础，我们才可能去应对无限变化的能力测试！二要重视纠错、不犯重复性错误。复习、检查的关键就是要纠错，我们要抓住错误、理清错误，确保不犯同类错误。三要重视规范、不犯低级的错误。切忌看错、写错、算错，书写要工整规范。

同学们，人生不拼不精彩，考场就是一个战场，也是一个你展示才华的舞台。大考在即，箭在弦上，请拿出你们的智慧和勇气，从现在起，做好精心准备，去迎接即将到来的期末考试。成功在等待着我们！

竞选演讲稿一分钟篇四

大家好！

风再冷，不会永远不息；雾再浓，不会经久不散；风息雾散，

仍是阳光明媚。如今我们年少的青春，只有希望，向着远方的未来，我们愿张开双臂，迎接新的未来。相信自己，明天是美丽的。

学习，是一个艰苦求知的过程。它像是一座陡峭，充满挑战的高山。当你决定攀登这座高山时，抬头仰望，它仿佛是那么的雄伟。那么的不可逾越，心里不免产生一丝恐惧，但更多的是兴奋与好奇，不禁让我们跃跃欲试。

前进的路上，不可能是一帆风顺的，一定要历尽艰苦，才能一步一步迈向自己的目标，到那时，回头看看那些被自己克服了的陡坡，心中自会油然而生一种自豪，一份喜悦，可能当你抬头看那遥远的，未曾尝试过的路程时，可能脑中又会闪过一缕忧愁·····然而，这正是考验你的时刻，你只有重新振奋精神，继续向着目标前进，才有可能成功。

当你经过无数次跌倒，又爬起后，你的意志就会变得愈加坚强。

因为你是无畏艰难险阻，克服种种困难挫折登上山顶的胜利者。

向着美好的未来冲刺把，成功永远属于不懈努力的人！

谢谢。

竞选演讲稿一分钟篇五

大家好！

我们在这个多姿多彩的世界里生活，经历过快乐，也有过悲伤，在失败中体会到了人世间的酸甜苦辣，在成功里找到让自己继续前进的自信心。现实的社会里，微笑是人间最真实的语言，失败的时候给自己一个微笑，让自己更深入的了解

自己，在这次的失败看到自己的不足，在下次避免走上次同样的弯路，这样似乎每一次失败在生活中都起了重要的角色，现在失败得越多，以后所遭遇到的失败就越少。最后我们走上的一是条已经经历过风霜磨练，平坦无阻的大道。

微笑是暴风雨后灿烂的阳光，给人们带来温暖；微笑是沙漠中的可口甘泉，给人们带来了希望；微笑是骄阳下一缕阵阵的微风，给人们带来了清凉。

当狂风袭卷海岸，摧毁了房屋和农田，吹不走的是人们求生的必胜信念；当暴雨肆虐港湾，冲垮了堤坝和建筑，冲不散的是人们敬畏生命的坚强微笑。忘不了当地人民手拉手，肩并肩地向洪水抗争时的团结，忘不了来自世界每一个角落前来援助的仁人志士的友爱。尽管肤色不同，种族各异，不变的是人人脸上深蕴的那一缕微笑，如阳光般灿烂温暖，驱走灾区人们内心的严寒。正是他们坚强的意念、乐观的态度、亲切的微笑，才得以克服重重困难。我们要给生活一个坚强的笑脸，沉着冷静地去面对生活中的绊脚石。

微笑，是一种弧度，是美的弧度。

微笑，是一粒种子，可以长成参天大树！

同学们微笑吧！用微笑这样面对生活！

谢谢。

竞选演讲稿一分钟篇六

大家好！

我是__班的__，我很激动在这里做演讲，其实这是我第一次有这样的机会展示自己，当然在我站在这里的前半个小时我还是兴奋状态，现在我已经静下心来了，我要讲的是读书二

字，关于读书我想大家应该是经常听到这些，认为做好一件事情是非常不简单的，不管是做什么，包括读书也是一样，我们当中有学习好的人，有学习差的，读书是我们每个人都会的，但是这当中也有优胜劣汰，我感觉学习是公平的，我们对它有多用心它就会给我们很多回报。

作为一名小学生，都说我们在这个年级是一个黄金年龄，我经常给自己足够的信心，读书也是一样我会让自己成长起来，放在一个非常好的状态下去做一件事情，我希望能够用自己行动证明这些，我有听过一些鸡汤，可能同学们也有听过，说现在很多成功人士其实都没读过什么书，都没有什么学历，其实我们要有自己一个判断，不是什么事情都是趋之若鹜，一定要有自己判断，对这些有自己的一个观点，很显然我觉得这是非常片面的，我读书是当然是为了自己以后能够变得优秀，能够回报社会，能够回报父母，这些都是我们读书一些根本原因，说很多成功人士都是没读过什么书，但是我觉得这样的成功者是有概率的，不是普遍的，我们不是每人都能够丑小鸭变白天鹅，仔细想想那都是童话故事。

所以我们要认真读书，至少现在的我对这一点是毫不怀疑，虽然是一名小学生但是我对自己的出路还是以读书为主，多读书是一个提高自己修养，丰富自己学识的一个关键因素，我们在这个年级是非常好，所以我们要珍惜这段黄金时期，多读书，读好书，最好才会发生读书好这个事实，同学们我们现在的主要任务也就是读书，对于网上的一些鸡汤其实也就是听听就好了，我想读书是没有限制的，我们不仅要读，还要大量的读，我认为可是各方面的书，当然这些都是建立在我们有足够时间，能够把自己学习搞好的前提下，这是我的观点，不然就没必要了。

其实读书有很多好处，坚持就是胜利，坚持读书这是一个习惯，当然这需要很长一段时间去坚持，做到这些也是非常的不容易，那么就让我们一起营造一个好的读书气氛，共同去养成一个好习惯，发扬优良精神。

竞选演讲稿一分钟篇七

大家好！我是__年级__班的__。今天我演讲的题目是《读书伴我快乐成长》。

如果我是一棵小树，那么书就是灿烂的阳光，它照耀着我，让我快乐地成长；如果我是一只小鸟，那么书就是任凭我高飞的天空；如果我是一条小鱼，那么书就是任我遨游的河流。古今中外，有不少的爱书人士，他们写出了家喻户晓的名言。例如：周恩来说的“为中华之崛起而读书”，杜甫说的“读书破万卷，下笔如有神”，高尔基说的“书籍是人类进步的阶梯”。

哦，世界原来这么奇妙！从《水浒传》中，我结识了忠义宽容的宋江；在《三国演义》里，我认识了足智多谋的诸葛亮；在《钢铁是怎样炼成的》里，我吸取了战胜困难的力量……书是无穷的宝藏，为我增添了丰富的知识！

竞选演讲稿一分钟篇八

大家好！今天，我想针对食物浪费这一现象谈谈我的想法。

想必大家都读过唐诗《悯农》，其中“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”一句更是人人皆知。我第一次读到这句诗也是十二年前了。那时候年幼无知，哪里懂得这诗的深刻道理，只觉得写得好，读着朗朗上口而已。

但现在，我对这句诗非常地有感触。为什么这样说呢？因为我生长在农村，我深知农民的生活方式。那种“起早贪黑，靠天吃饭”的生活，不仅仅是“皆辛苦”那么简单。这种生活也让我百感交集。一是幸福和骄傲，因为它让我懂得用劳动去改善生活条件是一件多么有成就感的事；二是惭愧和内疚，因为年幼，所以我没有参与过太多的农活劳作，也就是

说因为父辈的劳动，我才得以茁壮成长；三是感恩和珍惜，正因为这样的生活经历，让我从小培养勤俭节约意识，让我更加懂得珍惜劳动成果。所以，当我看到有关食物浪费的新闻时，我内心十分复杂。

有数据显示，中国人每年在餐桌上浪费的粮食价值高达20__亿元，被倒掉的食物相当于2亿多人一年的口粮。根据联合国报告，全球饥饿人口数量从20__年的7.97亿上升到20__年的8.22亿。令人担忧的是，全球至今仍有约1.49亿儿童因营养不足而出现各种发育不良症状。

因此，我们没有理由再浪费，而应该从现在开始，注重培养自己勤俭节约意识，反对铺张浪费，将“光盘行动”落实到生活中。

俗话说：“勤能补拙，省能补贫；精打细算，油盐不断。”一粥一饭，当思来之不易；半丝半缕，恒念物力维艰！

感谢大家，我的发言到此结束。

竞选演讲稿一分钟篇九

大家好！

生活的自由，源于人内心的自由，在于内心不受利所缚。真正的自由是由内而外的。内心自由的人才可以生活自由，无拘无束。

自由地生活，需要在书籍中汲取养料。让书籍创造精神的自由，生活才会更无拘无束。当人们从诸子百家中领悟到人生之道，从秦书汉赋中寻求生活的顿悟，从唐诗宋词中探讨生命的飘逸时，智慧便开始开启人们紧闭的精神世界，放飞人们的遐思，在精神的天空翱翔。

自由地生活，需要用自然的宁静来抚平利欲熏心。现代人的生活充斥着为了生计和未来的利益追逐，充斥着为利而生的汽笛与喧嚣，充斥着惟利是图的冷漠与*诈。人需要在小鸟的鸣叫中放缓追逐的脚步，在青翠的森林中呼出利益的浑浊，正如肖邦在自然中寻求跳跃的音符，正如三毛在自然中捕捉激荡的文字。自然的宁静安逸，让人摆脱了尘世的纷扰，摆脱了触目心惊的利益追逐，让人在自然中找到自己，找到生活的自由。

当我们的内心在大草原上驰骋，当我们的精神鸟儿飞遍整片大地，当我们的耳边一片宁静时，我们就可以如奔腾的黄河之水，无缚东流。

谢谢。