# 最新演讲稿句话 高中生三五分钟演讲稿(实用10篇)

演讲作为人类一种社会实践活动,它必须具备以下几个条件:演讲者、听众、沟通二者的媒介以及时间、环境。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢?下面是小编为大家整理的演讲稿,欢迎大家分享阅读。

## 演讲稿句话篇一

你们好!今天我要演讲的是《生活》。

爱,让心灵学会宽容。马克·吐温说过:"紫罗兰把香气留在那踩扁它的脚踝上,这就是宽容。"清朝康熙年间有这样一个故事,桐城人张英官至文华殿大学士兼礼部尚书,邻居是桐城另一大户叶府,主人是张英同朝供职的叶侍郎,两家因院墙发生纠纷。张老夫人修书送张英,张英见信深感忧虑,回复老夫人:"千里家书只为墙,让人三尺又何妨?万里长城今犹在,不见当年秦始皇。"于是,张老夫人命家丁后退三尺筑墙。叶府很受感动,命人也把院墙后退三尺。从此,张、叶两府消除隔阂,成通家之谊。而如今,在这繁华喧闹的社会中,到处存在着勾心斗角、尔虞我诈的现象,毫无人情味可言。一些人早已被社会的现实折磨得苦不堪言,带着伪装的面具。伪装的心灵,又如何能体会宽容呢?守住一颗宽容的心,你会明白博大的胸怀可以为你稀释忧愁、驱散困惑。是爱,让心灵学会宽容,拥有一首永不泯灭的快乐之歌。

爱,让心灵找到归宿。在这喧闹快节奏的繁华生活中,社会 日新月异,人们那颗干枯的心早已被各式各样的压力占据了, 挤得喘不过气来,幼时那双明亮的眼睛早已围绕着一层层烟 雾,光芒不复存在了。扪心自问,有多少在外工作的子女常 年没回家看望自己年迈的双亲,和他们共聚一堂?有多少业务 繁忙的精英人士能在节日里为朋友送上一些真挚的祝福,而 不是客套几句?有多少自诩聪明的人们能在社会生活中游刃有余,全然掌握在自己手?偶尔,也要停下脚步歇一歇,享受一些爱的滋润。就像儿时玩得累了,找一块青青的草地躺下, 任阳光跳跃在脸上。是爱,让心灵找到了归宿,交织着快乐与美好的港湾!

爱,让心灵懂得反思。我相信,观看完《泰坦尼克号》这部 影片,每个人都会有许多的感触。人在死亡面前竟是如此渺 小。在泰坦尼克号撞上了冰山后,为了登上妇女、儿童优先 的救生船,一个男人竟然随手抱了一个正在哭泣的孩子骗船 员:他是孩子唯一的依靠;为了自己存活下去,落水的人将他 人的头死命地往水里按,好让自己浮在水面;为了保障自己的 安全,本来可以承载70个人的救生船却只坐了10几个人,而 船上的人却为了保全性命而不愿去救其他的人。然而,人性 的美好总是多过于丑恶的: 在船上, 大多数人都是遵守制度 的,让妇女和孩子上了生命之船,自己却静静等待死亡;两位 主角在逃生的路上遇到一个与父母走散的男孩, 却毅然将他 抱起;船上的船员们依旧沉着冷静地维持着秩序,作好了殉职 的准备;船上的演奏家拉着一曲又一曲哀伤的乐曲,他们以自 己高尚的灵魂在生命的尾声最后一次合作……露丝与杰克的 爱感动了无数人, 仔细反思一下, 假如是我们自己面对死亡 时,是否也会像那些有着美好心灵的人一样呢?相信大部分人 都会的。是爱, 让我们懂得了反思, 绽放出耀目的光华。

在人的一生中,你可以没有金钱,没有权利,没有欲望,但 绝不可以缺少爱。生活因有了爱而变得精彩且充满希望。给 心灵灌溉爱,即使远方是永远的地方,也会诞生一种东西, 那便是奇迹!

## 演讲稿句话篇二

叶圣陶先生曾用"口头为语、书面为文"来诠释"语文"的内涵,可见口头表达能力在语文学科中的重要性。下面是本站

小编为你整理的几篇初中三五分钟的演讲稿,希望能帮到你哟。

春天的夜晚,淡月胧纱,娉娉婷婷。有风拂过脸颊,掠起了额前几缕碎发。月光如水,平静柔和。一把古朴的木梳静静的躺在我的手中,有一种古色古香的味道,而思绪,早已在风中远扬。

那时,我大概五六岁,住在乡下外婆家。那是一间古老的小屋,窗子很小,光线不足,屋内显得很暗,就连那把木梳也染上了小屋灰暗的颜色。儿时的我觉得这把木梳一点也不好看。

那时的我还是一头长发,外婆会在每天清晨帮我梳头。外婆用来给我梳头的就是那把旧梳子,梳子上已有三四个缺口,就像外婆那一口七零八落的牙齿。

外婆从屋里搬出一把椅子,我搬了一个小凳子跟在外婆身后。 外婆坐了下来,我便将凳子放在外婆跟前,披散着一头凌乱 的长发,坐在外婆跟前,向后靠了靠。外婆就开始给我梳头 了,从头顶一下一下的往下梳,很有节奏。

上小学了, 我便不住在外婆家了, 也很少有机会去看望外婆。

有一次,我在放学的路上碰到了一位卖梳子的老奶奶。她佝偻着身子,头发凌乱,很可怜。我摸出口袋里所剩无几的零花钱,买了一把梳子,一来是出于对老奶奶的同情,二来是因为我想起了外婆,也想起了那把该"退休"的破木梳。我想把这把木梳送给外婆。

暑假时,我又去了一趟外婆家。这时的外婆显得愈发的苍白了,头发也从花白变成了雪白。稀稀疏疏的,凌乱极了。

进入小屋, 我竟然有看见了那把熟悉的旧梳子, 就是六年前

外婆用来给我梳头的那把。不知怎的,一种很亲切的感觉涌遍全身。我伸手拿起那把梳子,它如今已经面目全非了,只剩寥寥无几的几根梳齿突兀的立着。

"你送我的那把梳子我至今未用,还藏着呢。还是喜欢这把旧梳子,毕竟用了十多年了,丢了还真的舍不得。"不知何时,外婆早已含笑站在我的身旁。

"外婆,让我也替你梳一次头吧!"我转过头,巧笑嫣然的望着外婆。

外婆先是一愣,随后高兴的点了点头。就像七年前那样,只是被梳头者和执梳者的角色早已在时光的河流中悄然转换。 外婆啊!外婆!儿时,给我梳头的总是你,如今,孙女终于可以给你梳头了。我含笑看着外婆从屋子里搬出了椅子,她坐了下来,椅子便跟随着"嘎吱"响了一下,她叹了口气。

金色的夕阳洒在她布满皱纹的脸上,我看见了阳光沿着她的皱纹在流淌。外婆看起来格外安详。我摘下外婆头顶上的帽子,用那把参差不齐的木梳给外婆梳头,一下一下,很有节奏。

忽然,一阵微风吹来,满头的银发便随风飘起来。透过发隙,我看见了七彩的阳光,完美的没有一丝瑕疵。

我连忙拿梳子去梳被风吹乱的银发,银发缠住了梳子,越缠越紧,似乎银发与木梳之间缠绕着特殊的情感。

猛然间,我似乎明白了外婆为什么舍不得扔掉这把梳子的原因了。因为这把梳子梳过我的头发,也梳过外婆的头发,与它缠着的哪是头发呀!分明是那连绵的爱呀!

风静了,外婆的头发也垂了下来。取下梳子,模糊间,我发现在夕阳照耀下这把梳子竟闪着太阳的金光。

从回忆中惊醒,才发觉把木梳握得太紧,手上已有了数齿印, 在充满无限眷恋的眼神中,无比温柔的抚上了木梳。

翠烟香绮阁,浅绿柳青心,最是烟雨蒙蒙处,花儿芬芳时

#### ——题记

春,是花儿飘香的季节。蒙蒙烟雨,就是那唤醒花儿纯净清新的天使,随轻风点滴入花,轻柔飘洒,烟翠香渺处,芳菲净柔的春花烂漫,怒放在城市,在乡村,在旷野,含羞晶莹如玉般的细雨,凝露点点映衬着花的容颜,和风细雨中,心儿仿佛摇曳在一曲曼妙舒缓的音乐圣地,任那一袭烟雨,打湿秀发,打湿脸庞,仰视随风轻飘烟雨的朦朦天际,云厚重的深情尽洒,仿佛只为轻轻抹去花颜上淡淡尘埃,秀出袭人视觉嗅觉的花儿芬芳的世界。

说到烟雨,总感觉是江南特有的景致,其实,在北方明珠的大连,烟雨朦朦的天气也是常有的,会持续好几天,刚来大连时,觉得这样的天气很压抑,不会把自己闷在家里,带上一把伞,漫步雨中,感受和家乡不一样的又轻又细,绢丝一样的雨,似有似无的清风,飘飘洒洒的雨烟微朦,让你的心平静了所有的褶皱和涟漪,颇有沾衣欲湿杏花雨,吹面不寒杨柳风的意境。

合上伞,融进烟雨中,随感觉探看一下还不熟悉的地方,一阵花香飘来,不知不觉的自己漫步在那片花海,淡忧的紫色,馨香馥郁,整个人都溶在那花色里,那香气里,烟雨蒙蒙,给这里的花香笼罩上了浪漫的面纱,让人觉得,是因了这些美丽的花儿,才有这样的天气吧,不是狂风暴雨,而似花儿多情而温柔的恋人,此时,怎能不让人停顿繁忙于尘世的百态心性,和花儿,和雨儿相拥,超然洒脱。

有人说会因为爱一个人而爱上一座城市,而认识紫丁香花的那个烟雨蒙蒙的日子,让我爱上了这座城市。

大海的美丽在于广博,紫丁香花儿的魅力是以迷离的忧郁诠释着对生命的深情,以清雅的香气诉说心底的落寞。"青鸟不传云外信,丁香空结雨中愁。"谁人的诗里诉尽衷肠,说不尽的缠绵悱恻,抵死缱绻。于是北国深深的雨巷,留下了化不开的惆怅和绵长的相思。

幽柔的紫,缠绵的白,紫者清丽淡雅,白者清香纯洁。翠碧浓郁的叶衬托着串串玲珑,香气郁夏,芳馨宜人,淡雅清幽。 面对丁香,身心会陷入它的柔情里,只为这一份浪漫动容。

淡淡的紫色,淡淡的清香,就在那繁花锦处,花朵就是柔柔的歌,阳光暖暖时,在春风里妩媚的笑颜嫣然。昨天是投在大地里摇曳的影,花的心放逐在明媚的城,尽展枝头,就在春天。渲染枝头的紫色芳菲,是一首首细腻曲折,回肠荡气的诗,以缠绵和细腻诠释着忧郁。

紫丁香花开的季节,是北国的春。她小小的花瓣,娇小的身躯,却是亘古的幽香,她的魂魄是夏之荷花,秋之菊花,冬之梅花,香气是浓烈的,醉人心脾,如若采摘入室,即是一室的馨香,久久的弥漫,在北国稍冷的春,她是那么让人迷醉。

烟雨蒙蒙方可簇拥清雅花儿的芬芳,花儿的美丽芳菲又是烟雨迷蒙的绝美景致,豁然明白:总是在自己的精神世界里寻找一种叫"放下"的解脱,于是山是高亢的,水是柔情的,四季也都是唯美的,就像那能喜能悲的心情,而这些,都是相铺相成的存在彼此的生命里,把生命里的问号,解释的更让自己接受,于是那份感叹,何尝不是智者的留言!

每逢烟雨蒙蒙的时候,依然愿意把自己置身雨中,漫步心灵的脚步,轻拾自然给的美丽温馨,烟雨朦胧处,邂逅一袭花香!

一路走来,牵着岁月的手,看着世事的变迁,那些如尘如梦

如烟的往事,慢慢的飘远,留下些许美丽的影子,在心头荡着无字的歌,就在一花一叶间,感慨,时光的一去不回头,也许,我们应该多嗅嗅春风,在这季节的路口,把温瑞的心,放逐!

打开雨的帘幕,倾听春的心音。来和春的约会,就是悠扬的箫笛,给春一个曼妙的灵魂,于是烟雨朦胧处,花儿芬芳时!

在一个小村边,有一片郁郁葱葱的森林。里面有一个美丽的 王国,一群机灵活泼的小精灵就住在那里,它们一直辛勤地 为村里的人们服务着。

金精灵,它让人们每天都生活在充满金色光芒的快乐世界里; 木精灵,它为人们提供了各种木材,让人们有舒适的房子住, 有用餐的桌子和椅子;水精灵,它让人们每天都可以喝到甘甜、 滋润的雨露;火精灵,它让人们能够吃上煮熟的鲜美食物;土 精灵,它让人们有了一片片土地,这样,人们就可以靠种田 来维持生活。

就这样,人们一直在精灵的给予中快乐地生活着。

可是,有一天,精灵国王突然召唤了所有小精灵,语重心长地对它们说:"孩儿们,我们精灵,一直以来为人类做了不少的贡献。可是人类却恩将仇报,要毁掉这个森林!"这时,水精灵问:"父王,人类为什么要这么做啊?"国王长叹一口气,说:"哎!他们嫌我们给的田地不够,所以要砍掉这个森林的树,扩大他们的土地。"火精灵生气的说:"总有一天,人类会后悔的!"于是,他们商量了片刻后,便决定明天就开始搬家,到别处的森林栖身。

在小精灵们走了后,人们立刻就开始了砍伐树木的行动。

过了一天、两天、三天……

经过人们不休不止的工作,树木很快就被砍伐光了。接着,人们就利用这些树木,盖成了一座座房子,在里面住了下来。

可是,几天过后,人们发现他们做错了。自从没了小精灵们,人们的生活已经没了快乐,没了健康。以前,小精灵们在时,他们的天空是光明的,是明亮的,可是现在没了小精灵们,他们的天空就变得暗淡无光;以前,小精灵们在时,他们饮用的是雨露,可是现在没了小精灵们,他们就只好喝肮脏的河水;以前,小精灵们在时,他们可以吃到煮熟的鲜美食物,可是现在没了小精灵们,他们只好吃生的食物。

于是,人们决定,派出一个人去找小精灵们。这时,一个叫乐乐的小男孩自告奋勇地说:"大家让我去吧!"可是,人们却有点不相信这个小男孩乐乐的能力。就在人们争论时,乐乐的妈妈说了一句话:"我想······小精灵会相信乐乐的。"村长也说:"那么,就让乐乐去吧,我们应该相信他。"经过村长一说,人们也就答应了下来,并让小男孩第二天出发。

小精灵们问: "你是谁呀?"小男孩说明了自己的身份后,用恳求的语气对小精灵们说: "小精灵们,你们愿不愿意和我回小村子呢?"小精灵们说: "那你们是不是要改掉贪婪的习惯呢?"小男孩赶紧说: "当然、当然!可是……" "可是什么呀?"小精灵们问。小男孩的脸刷地红了起来,说: "可是森林已经被我们破坏掉了。"这时,精灵国王不知从那里走了出来,和蔼说: "没关系,我会用魔法把森林恢复成原状的。"小男孩激动地跳起来说: "真是太好了,那么我们现在就走吧。" "嗯"小精灵们欢快地回答。

小精灵们回来了,全村上下到处都是一派欢乐的样子。他们对小精灵们和精灵国王说:"对不起,当初如果不是我们,森林就不会变成这个样子。"精灵国王说:"没事,我们会理解你们的。"说罢,精灵国王便把森林恢复成原来郁郁葱葱的样子,说:"让大家一起来保护村庄,环保森林吧!""嗯"人们喊道。

就这样,人们又和精灵们像以前一样幸福、健康、快乐地相处了。

## 演讲稿句话篇三

#### 大家好!

理想,一个多么美妙动听的词语。每个人的理想都有所不同,每个人都拥有属于自己的理想,关键是看你自己要怎样来实现这个梦想。

我的理想就是当一名律师。每当我在电视上看到那些衣着端庄的律师们,在法庭上振振有词地替受害者洗清冤屈时,我心中的敬佩感油然而生。我多么希望在不久的将来,我也能像那些叔叔阿姨们那样,站在庄严的法庭上,用自己丰富的法律知识来替受害者申张正义,让害人者得到应有的惩罚。

现在成为一名出色的律师,已成为我的崇高理想。但是,我知道光凭想象是没用的,必须付诸于实际行动。为了实现我的理想,我已经暗暗下定决心:从现在开始,勤奋学习,用我的辛勤和汗水,使我的理想不再是梦。

我的演讲讲完了,谢谢大家。

## 演讲稿句话篇四

演讲稿就是一个人在公众场合的讲话文稿。关于300字的演讲稿,下面小编整理了【演讲稿大全300字】,欢迎阅读。

生命是一切的开始。走了生命,才会有理想、有学业,走了生命,才有了家人、老师、朋友、师姐、学弟……走了生命,

才会现在所拥有的一切。

在我们身边,有许多热爱生命的人,例如:辛勤培育我们的老师,治病救人的医生、护士,忠于职守的警察叔叔……他们都在自己有限的生命里用劳动创造着大家的美好生活,也是自己的生命充满光彩。

雷锋叔叔曾经说过这样一句话:人的生命是有限的',可是为人民服务是无限的。我要把有限的生命,投入到无限的为人民服务之中去。我们应该像雷锋叔叔学习,把有限的生命投入到无限的为人民服务之中去。我们应该像大树、小草、警察叔叔、医生、护士、老师学习这顽强的生命力,热爱生命的精神!

尊敬的老师,亲爱的同学们:

#### 大家好!

戴尔卡耐基曾经说过:"不要怕推销自己,只要认为自己有才华,你就应该认为自己有资格担当这个职务。"今天,我站在讲台上竞选语文科代表。我相信,在同学们的帮助与支持下,我一定能够胜任这项工作。

在语文方面,我有着一定的优势。首先,我的语文成绩还不错,可以达到让同学们心服口服的效果。其次,我当过语文组长,正所老马识途,这也是经验,我对这个职务有信心。再次,我与同学们对话时是公认的伶牙俐齿,巧舌如簧,我相信我一定能用我的"巧舌"做好带读工作。

同学们,假如我当选了,我一定不会辜负大家的期望。我会带领同学举行各种课外活动,比如:成语接龙大赛,作文大王评比,朗诵比赛,听写比赛,书法比赛等,相信这些活动一定等激发同学们对语文的热爱。

是小鸟就会飞翔,是金子就会发光。请大家支持我,将你手中的一票投给我吧!

### 谢谢大家!

尊敬的各位领导、各位老师,各位来宾,亲爱的同学们:

#### 大家上午好!

我是来自佛山市青少宫学生代表陈蔚珺,今天能代表全体学员发言,感到非常荣幸。在这里,我衷心祝贺佛山市青少年书法大赛启动和佛山市少年书画院成立!

汉字是中华民族智慧的结晶,作为中国传统文化艺术的优秀代表,书法对文化传承有重要意义。青少年是继承和弘扬书法艺术这一优秀传统文化的主要力量,青少年学习书法,对于智力的开发、意志的锻炼、良好习惯的养成都具有很好的促进作用。

亲爱的同学们,一份耕耘,一份收获。趁着这次佛山市书法大赛,让我们一起挥毫泼墨,尽情书写魅力佛山的秀美华章!

## 演讲稿句话篇五

是啊,谁不是提起家乡就会有说不完的话;谁不是提起家乡就会充满着感怀;谁不是提起家乡就会心情澎湃。

谁不思家乡亲!谁不言家乡美!谁不赞家乡好!

在我小的时候,我倚在妈妈的怀抱中注视着世界,我还完全不知道"家乡"是什么意思,我仅仅是喜欢跟着大人们去赶集,仅仅是喜欢和伙伴们在田间山头嬉戏,仅仅是喜欢自己的家。春天,在桃花烂漫中去寻找蝴蝶;夏天,在袁河之水中

去追逐清凉;秋天,在浩淼太湖之下去寻觅湖藕;冬天,捧起那一碗热辣辣的小猪肉·····在我小的时候,我心中的罗坊,美味、甘甜、宁静。

慢慢的,我终于长大了,我终于系上了我一直羡慕的红领巾,老师郑重的对我说:从今天起,你就是个少先队员!我望着老师,那个时候的我还完全不能理解老师的郑重……直到后来,我终于去了《罗坊会议旧址纪念馆》。我才突然明白,原来,美味、甘甜、宁静都是用英雄的鲜血换来;原来,红领巾才会红的那么鲜艳;原来,我的家乡有着如此光荣的革命传统。这个时候在我心中的罗坊,是那么的伟岸、那么的挺拔,他在我心中就是那铮铮铁骨的汉子!

仿佛突然间我就读初中了,在我用我的脚步从初一丈量到初三时,我总莫名其妙的感觉我的时间和空间都在飞速变化,我有时甚至都怀疑我产生了错觉,我开始觉得整个世界都在伸展,正在不断伸展出那无穷的充满力量的枝桠。那个铮铮铁骨的汉子,正迈开他那坚实的步伐,扯着我迎着潮流飞速前行。曾经很少出现的高楼开始林地,新农村建设大举开展,中心镇工作如火如荼;一条条水泥道路、一座座坚实桥梁、一排排挺拔绿树,仿佛血管,将罗坊的各个角落进行联通;联合收割机、公园广场、集中精英力量办学,三个完全不搭架的东西跳进了我的脑海;创新、发展、和谐,我觉得我已经找不到更多的词来形容这些带给我冲击力的变化,在我的心中,只剩下一个声音在不断的呐喊:夸父逐日!我的家乡,你就是我心中的夸父!

我爱你,我的家乡。

在你的养育下,我已茁壮成长。

我爱你, 罗坊。

在你的呵护下, 我将点燃希望, 放飞梦想。

## 演讲稿句话篇六

今日寒窗苦读,必定有我。明日独占鳌头,舍我其谁!高考,我何惧之有!下面是本站小编为你整理的几篇高三五分钟演讲稿范文,希望能帮到你哟。

在不知不觉中,我们已把足迹甩给了过去的日子,也把前程邮寄给了未来的日子,为了接到预期的邮包,我们应撒开脚步,大踏步向前迈。

有人说我们像精卫一样填着题海,像愚公一样,一镐一镐地移着书山。也有人说我们的眼镜片在加厚,头发在减少。虽然我们像辛勤的老农日出而作,而胜似老农日落不息,但是我们过得充实,我们青春无悔。我们忙碌,不仅仅是为了对未来的承诺,更为了对生活的责任。我们忙碌,是为了突破障碍,不断地超越自己。我们手中握着沉甸甸的笔,我们的肩上承载着深重的责任与使命!

我们的学习生涯注定就是沉甸甸的,因为我们不仅仅是为了自己,更是为了家长望子成龙的迫切,为了老师殷殷期望的教诲,为了将来沉甸甸的收获。所以我们要坚持,所以我们要奋斗!尼采说过:"一棵树,要长得更高,接受更多的光明,那么它的根就必须更深入黑暗。"我们就像一棵默默无闻的树一样坚忍而寂寞地成长。

有人说我们的学习就好像是一段悠长而又寂寥的雨巷,它带给我们的是潮湿的烦闷。但是我却认为这悠长的雨巷是考验我们的试金石。如果我们连这点寂寥都不能忍受,又何谈将来的高考?何谈将来的走向社会?甚而,我认为,我们不光要经过寂寥的雨巷,我们还要走过荆棘丛生的荒原,我们还要横穿渺无人烟的大漠……只有经历的磨练多了,我们才会被磨练出钢铁般的意志。我们才会在未来的路上披荆斩棘、奋勇前进。

我们的青春年华应该怎样度过?有人放浪形骸,挥霍青春,他们收获的定是未来的落寞。有人谨小慎微,固步自封,他们得到的必是将来的一事无成。我想我们应该不会甘于寂寞,我们的人生更不能一事无成,我们要高舞青春的旗帜,用我们的辛勤与汗水来谛造未来,为自己的人生交一份满意的答卷。

要点亮自己未来航道尽头的塔灯,让它为我们的目标燃烧!也许现在的成绩还在许多人之后,也许现在的基础还不甚扎实。这不要紧,把眼光放得远些,看到我们远处灼灼生辉的塔灯,就会明确目标,坚定信念,找准努力的方向,就会有成功的希望。也许有一天,我们会蓦然发现:原来,山其实并不高,路其实并不远,学好其实也不难。

那些色彩缤纷的梦,我们不知重复了多少遍。万里飘雪的北国风光,许久之前我们心驰神往;烟迷柳垂的西子湖畔,在梦中我们早已漫步其间;恢宏磅礴的古都长安,我们誓言要登上它的斑驳城墙,放眼远望;黄浦江畔的璀灿明珠,早已闪耀在我们的心间。这些都是我们的梦想,在不远的将来,我们都要一一实现!但是青春的亮丽只会在奋斗中绽放,所以我们要让梦想植根于汗水浇灌的土壤。

"宝剑锋从磨砺出,梅花香自苦寒来",只有顽强奋斗的人才会在大浪淘沙中显出真我。让万里晴空因为我们而变得更澄澈,让年轻的我们在奋斗中完成涅槃!

"雄关漫道真如铁,而今迈步从头越。"即使现在我们还有不足,只要我们有从头再来的行神如空、行气如虹的气魄,我们就可大踏步越过一道道难关!

老师们,同学们,大家下午好,

今天我发言的题目是:稳定心态、轻装前进、提高效率,向大学进军。

时间似流水,转眼间我们离高考只剩下一百天,今天我们聚集一堂,就是要共同宣誓,共同加油,争取每一位同学都取得高考的胜利。

人生有许多梦,唯有少年之梦最美。老年人的梦多是对往昔 挥逝去的岁月的留恋,而青年人的梦则是对美好未来的希望。 希望,是梦想,也是幻想。实现了,就是梦想成真,破灭了, 就是幻想成空。人生紧要关头决定性的只有几步。今天我们 开这个百日应考誓师大会,就是提醒大家,我们个人一生紧 要关头到来了。

第一句话是轻装前进。在战斗即将打响的时候,部队要兼程到达指定位置,必须轻装前进。我们也一样。

要想轻装前进,首先要明确目标。我们唯一的目标就是考上大学。我们唯一的任务就是复习备考。这一点要明确。所谓轻装前进,关键是放下包袱,放下所有包袱。把主要心思转到学习中来,把一切与复习备考无关的事放下。把人与人复杂的个人关系、个人感情、私人恩怨放下。要适当地放弃,这还需要勇气。与高考无关的许多人、许多事,在一定的时期会有很大的价值,但高度当前,它们的价值要往后放,到了大学校园之后再继续。如果真的能置疑一个目标决定自己的百日生活,那么放弃也不件难事。

第二句话是稳定心态。首先要充满信心。大学扩招之后,众说纷纭,但一个重要的基本点是人人都关注的,那就是有志者有了发挥的天地,每个人都有大学可上。只要努力奋斗,认真学习了,皇天不负有心人,有付出必然有回报。你有具体可行的目标,只要自己付出了,就一定能够实现。心理上个人可以每天暗示一下自己:我能行,我一定行。我能学会,我能考好。我能稳定自己的心态,我能把握自己的命运。其次稳定心态还要做到学适时调节个人情绪。与人有矛盾怎么办?遇上困难怎么办?家庭变故怎么办?成绩波动怎么办?每一点小小的挫折,都可能导致个人终生的成败。心理上有问题,

可以说是最大的问题。自己解决不了,可以请人帮助解决。要真正保持民族教育的稳定,还有一个劳逸结合的问题。善于搭配时间。不同的学科,不同的训练方式、不同类型的习题,有时需要在不同的时间去做,有时需要相互插花式搭配完成。我们讲抓紧时间,不是把一切时间都用来学习,该吃饭时要吃好饭,该喝水时要喝好水该休息时要注意休息,该锻炼身体时也不能忘记锻炼身体。百日冲刺,要把自己调节到最佳状态。现在人看高考,是智力、体力与心态的总体较量,不仅仅在学习本身。所以劳逸结合的重要性不言而喻。

第三句话是提高效率。轻装前进本身就是为了提高效率,在此基础上,我们还要讲究一切与效率有关的问题。在最短的时间内尝到最多的知识,保持最好的心态,以最快的速度提高自己的成绩,百日增长一百分也是可能的。关键是要有效率意识,不能死学、盲目用功,而要巧学,根据个人特点制定复习备考计划。

第一是抓紧时间,见缝插针,利用一切可能利用的时间用于学习。我校开学之初,已经有一此学生提前到校,夜夜学习到十一二点,这里个好现象。用秒来计算时间,会发现其实百天时间还可以学习许多东西,还可以提高许多分数。如果把现在关键的时间浪费了,就把一生都耽搁了。要想不浪费时间,许多人的体验,那就是生活、学习有计划性,计划越细,遵守计划越严格,效率就越高。

第二是讲究方法。有些学生学习一直很认真,精神上压力很大,但成绩始终提不起来,这与方法有关,一定要树立方法意识,改善自己的学习,从提高效率上下功夫,有钢使到刀刃上,这一百天往往可以立竿见影。不一定盲目学习他人的所谓经验,关键是打到适合于自己的提高效率的学习方法。不要一条路直到黑,最后是一头撞在南墙上。必要时总结一些方法,多法并用,努力改变自己。山重水复疑无路,柳暗花明又一村。

同学们,大学离我们越来越近了,未来向我们呼唤,光明的前途属于我们,努力吧,我等待着大家的好消息!

尊敬的各位领导、老师,亲爱的同学们:

#### 大家晚上好!

我今天非常荣幸能作为学生代表站在这里发言。首先请允许 我代表高三全体同学对提供给我们学习机会的xx学校,对辛 勤教导我们的领导、老师由衷地说一声:谢谢!

今天我们在这里,郑重地面对高考赫然醒目的战书;今天我们在这里,吹起了一百天决战冲锋的号角。鲜红的终点从未如此真切地出现在前方,成功从来没有如此贴近我们年轻的生命。我们坚信,在这里,我们的梦想将张开腾飞的翅膀!

回望20xx的高考,我们满是失意,但一颗寻梦的心把我们带到了。现在,总攻的号角已经吹响,命运的车轮又一次驶到了人生奋战的前线。在未来的一百天里,我们将受太阳之光华,乘春风之快意,御天地之灵气,扬鞭策马,一往无前。是强者必可脱颖而出,是胜者必可力压群雄。

也许,有的同学开始迷惘,开始怀疑,因为在这个最关键的时候,我们开始后悔,后悔过去没有认真学习,浪费了太多时间;也有的同学面对一次次模拟考的失败,开始失去自信,在高考面前踟蹰。往者不可谏,来者犹可追。现在一切的迷惘,一切的犹豫都无济于事,都只能成为我们前行的绊脚石。拿破仑说:最困难之日,就是离成功不远之时。先贤留下的哲理告诉我们:否极泰来,苦尽甘来。越是接近成功,道路便越艰险。艰难困苦,玉汝于成。放下包袱,勇往直前,无畏拼搏。

无论如何, 现在该是卧薪尝胆、破釜沉舟的时候了。

"四年磨剑,六月试锋",在剩下的日子里,每天都是冲刺,每天都是挑战,每天都得搏击,每天都得奋斗!万人过独木桥,想要成为最后的强者,只有拼搏。我们要带着从容的微笑,咬紧牙头,迈出坚定的步伐,与时间赛跑,与自己抗争,勇于挑战自我,战胜自我,超越自我。

- 一百天,每一天都是新的一页,每一页都写满奋斗的历程。
- 一百天,给自己一个目标,让生命为它燃烧。
- 一百天,我们将用青春证明,没有比人更高的山,没有比脚更长的路。为了心中的梦想,为了20xx高考的辉煌,让我们携手并肩,向着心中的目标冲刺吧!

乱云飞渡,战士信念未移;驰骋疆场,方显英雄本色。足够的博大,让我们扬鞭策马,登高临远,足够的坚强,让我们穷且益坚,不坠青云之志。让我们不负学校重托,不负恩师厚望,不负青春梦想,顽强拼搏,乐战不怠,全力以赴,铸我辉煌。

请随我一起呐喊"今日寒窗苦读,必定有我。明日独占鳌头,舍我其谁!"

我的演讲到此结束,谢谢大家!

## 演讲稿句话篇七

各位领导,各位来宾,朋友们:大家好!人究竟为什么活着?有人说:"人活着就是为自己,人不为已,天诛地灭。"有人讲:"人生在世,以服务人民,造福社会,奉献祖国为快乐。"心系百姓的好干部xxx同志属于后者。一位普普通通的乡土管员却树立了一个真正共产党员的光辉形象。他的事迹感人肺腑、催人泪下,更振奋人心。看了他的"民情日记",

我深深地被他那为土地抛头颅、洒热血, 大公无私、默默奉 献的精神感染了。同时,我再也无法安抚住心中那份埋藏已 久的对土地的深厚情感。土地溶入记忆中,那是在很小的时 侯,那时只懂得土地象征着中华人民共和国的庄严伟大,而 有朝一日能为土地增添光彩,便成了我心目中最崇高的理想, 然而理想总是那么遥远,似乎只有那些伟人才能去触摸它。 只是没想到毕业后分配到土管工作, 从小的理想似乎一下子 离我那么近,只待我努力去实现。刚参加工作,我便来到县 便民办事中心。作为一名便民中心的土管员,我深知肩上的 责任和压力。因为我们的'一颦一笑,一举一动将直接影响到 全局形象。为了提供优质高效的服务,我们化压力为动力, 不管狂风暴雨,烈日酷暑,每天坚持外出调查。记得有一次, 天下起了倾盆大雨,为了能限时办结,兑现承诺,我们仍然 冒雨调查。直到临近下班,我们才带着一身泥泞和雨水回来, 但却没有一个人叫苦。是啊,为了国家的建设社会的发展, 我们受点委屈算得了什么?每当碰到问题时我们总是及时找 原因,并耐心向群众解释。有时解释得口干舌燥,办事者却 不得要领;有时申明土地法的严肃性,对方却强词夺理;有 时认真核对,人家却嫌啰哩啰嗦,但我们却没有丝毫怨言。 所谓"理解万岁,将心比心",只要我们能体谅群众的心情, 多学习xxx同志替群众办实事、办好事,群众也一定能理解我 们的。"规划土地,利国利民"是我们土管人宣传的口号, 也是我们土管人行动的目标。朋友,当你漫步于杨柳依依、 景色怡人的江畔; 当你荡起双浆畅游于高峡平湖之上; 当你 坐在崭新的轿车奔驰于高速公路之上; 当你伫立在宝塔之尖, 俯瞰城市美景的时候, 您不觉的我们的家园很美、很美吗? 这样美好的家园是这么样来的呢? 是啊,我想你一定会 说, "离不开土地管理"众所周知, 灵溪镇城市化建设的步 伐正在加快,各种基础设施纷纷上马:横阳之江的防洪工程, 104国道的改道工程,江南新区的配套设施建设……无不需要 更多象xxx同志那样心里时刻装着老百姓,想群众所想,急群 众所难, 谋群众所求的土管员。因此, 我们灵溪土管所, 积 极贯彻江总书记"三个代表"重要思想,严格按照土地利用 总体规划确定的用途管制,因地制宜,合理规划,深入调查,

扎扎实实搞好土管工作。常听老百姓把我们称作"土地卫 士",可我们却不能象xxx同志那样刚正不阿,公私分明。因 为我们常常没勇气闯过这人情关。张三捎条子要你照顾,李 四打电话要你帮忙。曾几何时,找人家办事听到的答复如同 泼出去的水那么痛快,而今轮到自己,为何说话如同咽药那 么难?我们也是食人间烟火长大的啊!父子情、同事情、朋 友情……无情未必真豪杰,可慷国家之慨讲私情。共和国的 大厦就要出险情啊!我们唱歌,我们吟诗,常常把祖国比作 母亲,难道我们只会吸取母亲无私奉献的乳汁,却不知多为 母亲增加一丝营养,让母亲更健壮些吗?朋友,为了母亲请 你少一点私情, 多一份珍爱; 少一点索取, 多一份奉献吧。 大河涨水小河满, 大河无水小河干, 没有国家哪有你的小家, 这最浅显的道理还需要我们更深切地探讨吗? 难道只有等到 把今天的遗产变成明日的遗憾时, 您才会悲痛后悔吗? 我爱 这土管工作,就是为了有一天,我能自豪地说:"共和国的 大厦有我们土管人献上的一块砖, 肥沃的土地有我们增添的 一丝光彩。"我们的付出,也得到社会和人民的丰厚回报, 灵溪土管所连续几年被评为先进单位。荣誉给了我压力,鞭 策我们继续前进。为了无愧于"土地卫士"的光荣称号,我 将以"三个代表"的重要思想为要求,以xxx同志为学习榜样, 全身心地投入到这份平凡而又伟大的土地管理事业。努力做 一个优秀的土管员,为土管事业多增添一份光彩!

## 演讲稿句话篇八

#### 大家下午好!

首先感谢团组织和各位领导给予我这次挑战自我的机会。我是来自儿一科的刘亚姿,毕业于长沙医学院。我性格开朗,能吃苦耐劳,善于与人沟通,沉着冷静,听从指挥,喜欢团队合作。曾在学生时代,多次主办参加过学校大中型活动,有良好团队协作能力和沟通能力,被评为"先进团员"、"优秀团干部""省级优秀毕业生"等。 马,只有跑过千里才能称为良驹。人只有通过竞争,才能知其是否为栋

梁。本着锻炼自己,为大家服务的宗旨。我站在这里竞选。

在参加工作的这一年多时间,我积极主动地向同事们请教学习,与同事和谐相处,工作上思路不断开阔,主动意识变得更强。我发觉自身的协调能力、写作能力、组织能力都得到了很大的提高。我渴望能有更多展现自我的平台,渴望得到更大的进步。作为一名刚参加工作的我,深深感受到大家庭的温暖。领导的鼓励使我斗志昂扬,同事的帮助使我倍感亲切,无时无刻不体现着"快乐工作,健康生活"的工作氛围。

我是竞选者中资历最浅的一位,阅历和经验也不丰富,我有的只是满腔的热情,我自认为能够为充满活力的团组织工作,本身就是一件快乐的事情。因为我深深懂得,有的时候奉献也是一种快乐。赠人玫瑰,手留余香。团的组织及其工作,本身就是服务青年伙伴,凝聚激情的思想俱乐部。

最后,此次竞选无论成功与否,我都会正确对待,胜不骄,败不馁。都会积极响应团支部的号召,与各位团员同志"共努力、齐奋进"。常言道:"说得好,不如做得好!"各位尊敬的领导、同事们,请你们相信我、支持我,投出您手中神圣的一票!

谢谢大家!

## 演讲稿句话篇九

各位领导、各位同学:?大家好!?我很荣幸能站在这里参加学生会主席的竞选,在此我对大家的支持表示由衷的感谢。首先,我向各位介绍一下自己:我叫陶盟,来自初一(19)班,现为高一学生会卫生部负责人之一。小时候,父亲曾对我说过:做事要脚踏实地,一步一个脚印的去做。"于是,我从上学期的一名普通成员到今天走上这一神圣的地方,我深感机会的来之不易,需要好好珍惜。正是由于这种动力,当我站在这里的时候,倍感自信。当然仅仅有自信是不够的,还

要有一定的能力。而从小什么都不会到今天能独立策划活动, 从不会到会,从不好到好的过程,就是凭借着自信和虚心的 态度来认真完成每一件工作的。在这一年的工作中,我自觉 培养了我的合作与协调能力,我能真诚的与别人合作,并且 协调好同学们之间的关系,对不良行为敢于大胆管理,从不 姑息纵容, 因此, 赢得了老师和同学们的好评。我经常从同 学的角度来看待我们班干部的问题。在星期六、星期天多与 同学们谈心、沟通、交流,了解他们的性格、思想、爱好, 倾听他们的心声, 充分的`听取他们的建议、意见。我也总是 试着从他们的角度来组织活动,这样班级活动也总是开展得 热火朝天。但"人非圣贤,孰能无过",我也犯过错,但我 敢于面对自己的错误,从同学与老师的帮助中虚心的接受批 评,并改正错误,而且决不充许自己第二次在同一地方跌倒。 ?今天我之所以在这里参加竞选。我希望把学生会建立成为学 校领导与学生之间心灵的桥梁,成为师生的一条纽带,成为 一个真正的为同学服务,同学们真正爱它的团体,同时也想 锻炼一下自己的能力,给自己一个展示能力的舞台。与他人 相比,我觉得自己多了一份自信,因为我是一个不服输的人, 我有着一颗不折不扣的责任心和对学生会的满腔热情。?当然, 我如果没有当选,我将一如继往的认真工作,并且会做的更 好,全力支持新一届主席团的工作。因为我爱这个团体,因 为爱,所以我要竭尽全力的去做。如果我有幸当选,我将借 鉴上一届主席团的宝贵经验,进一步发扬他的光荣传统,实 事求是的为同学服务,并将与风华正茂的同学,团结协作, 与时俱进,大胆改革,充分发挥我们学生会应有的作用,让 它成为名副其实的团体。?最后,我真诚希望大家相信我,支 持我,给我这次展示能力的机会。?我将在这一片属于我们的 天空中挥洒春的汗水,为校园明天绘出一幅美好的蓝图。我 相信校园的明天会更加美好!谢谢!

## 演讲稿句话篇十

300天, 高考倒计时, 我们坚信, 努力可以改变一切;

30天,在这芒果满枝,接近梦想的时刻,你将选择怎样的状态?

高考的战场上,什么人会失败?不是天资愚钝者,不是屡战屡败者,从来都是那些消极退缩、自我否定的人。

我总结了:

人生最大的悲哀是, 高考结束了, 而你被打败了;

人生最最大的悲哀是,你被打败了,而高考还没有结束。

人不光为自己而活,

想想关爱你的父母吧,想想培养你的老师吧!

想想与你约定考同一所大学的挚友吧!

想想尘封在你自己心里三年未曾吐露的秘密吧!

拾起你丢在地上的理想, 重温你自强不息的誓言。

本人很欣赏七班的标语:为了30天后可以为所欲为!

是的,拼搏30天,你我都有一个美好的未来!

把握30天,放下浮躁的心,沉住一口气,踏实推进;

继续做题,保持感觉,回顾错题,整理思路。

选择了大海,就去乘风破浪;

选择了蓝天,就去展翅翱翔;

用汗水哺育非凡, 让可能成为必然!

我们, 注定成功!我们, 必将辉煌!