

# 最新阳光下成长演讲稿 阳光下的成长演讲稿(模板5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。那么演讲稿怎么写才恰当呢？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。

## 阳光下成长演讲稿篇一

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

我们在灿烂的阳光中成长着，就像一朵正准备含苞待放的花，开出鲜艳夺目的花瓣，散发出闪亮耀眼的光芒。正如有人所说：“成长之路既会有掌声、鲜花，也会有挫折，荆棘，但只要你勇敢去面对，去挑战，就一定会开出耀眼的花。”

就在四年级上学期，我参加了一个“我是金话筒”的比赛。当时，我邀请了我的好朋友陈思逸、龚成凯、周杰科一起参加比赛，结果我们四人轻而易举地过了初赛。之后，我们四人过五关斩六将进入了半决赛。时间如流水，离比赛只有五分钟了，我的心砰砰直跳，我与陈思逸手挽手一块儿上了舞台，我们深情并茂地朗诵着，俩人配合得十分默契，舞台上也挥洒自如。我想晋级应该没有问题了。可一个悲惨的结果突如其来：陈思逸晋级了！我被待定了！望着好朋友与其他晋级选手开心地去照相，而我却和那群没有晋级的选手呆呆地站在那里，红幕布一拉下来，我跑到老师面前，开始哭泣，眼泪唰唰地往下流，心想：我哪点不如晋级的孩子？难道我真的很差么？我伤心极了，歇斯底里的哭喊着。这时魏锦天来到我身边大声说：“哈，我晋级了，看我的晋级卡”。我听了，心里像掠过一阵凉风，犹如一把尖刀刺在我心里，让我更加

难过。

老师弯下腰，语重心长地说：孩子，我跟你讲一个真实的故事吧，你就会明白。有一个男孩儿，他很有播音主持的天赋，他每参加一项比赛都会拿个金奖回来。可有一次他去参加比赛，不知怎么了，他竟然没晋级，台下所有支持他的人全惊呆了！连他自己也惊呆了！当时他的脑子一片混乱，他的处境与你现在相同：他最好的朋友晋级了，可他依然镇定，高兴地下了舞台。他第一个跑到我这儿来，开心地指着他朋友说：“老师，你快看，我好朋友晋级了！我好朋友晋级了！我好开心！但我被待定了，老师，我想我应该没发挥好或我还不够优秀，才没晋级，不过以后我会更加努力的！”说着他的眼泪在眼珠里打转。当时，老师被他感动了，一个每次参加比赛都会获得金奖的孩子，竟会有如此宽阔的胸怀，为别人的成绩喝彩，还能够从容地面对自己的挫折和困难。

顿时我明白了，一次挫折算不了什么，重要的是你经历挫折后是怎么想的，又是怎么做的，有没有直面地去接受它！是啊！成长路上，既会有鲜花和掌声，也会有挫折和困难，但只要你勇敢去面对，不管结果如何，就是一种成功。就让我们像那个阳光男孩一样快乐的成长吧！

## 阳光下成长演讲稿篇二

敬爱的老师、亲爱的同学们：

大家好！今天我演讲的题目是：《阳光伴我成长》。

阳光，是我们生活中不可缺少的东西。阳光可以带给我们温暖，也可以照亮黑暗……我们在阳光的照耀下一步一步地长大。

早晨，我们还没有睁开朦胧的睡眼，阳光就已从窗户的缝隙中钻了进来，像一个调皮的小姑娘，散布了整个房间。这时，

我才睁开了眼睛，享受着阳光给我带来的温暖。这让我知道：新的一天开始了。

中午，夏天的太阳是那么的火热，高高地挂在天空。阳光照射到了每一片大地，每一个角落，每一根小草，每一朵小花……绿色的植物正在贪婪地吸收着阳光给自己带来的营养，一片生机勃勃的景象，只有阳光才可以做到。

是的，这就是阳光，这就是人间最珍贵的宝藏。其实阳光时时刻刻都在我们身边，我们要去探索，去发现，去感受。在我们享受阳光带给我们的温暖时，我们不要忘记也把阳光带给别人，让别人也感受到阳光的幸福。

阳光，让我们欢笑，伴我们成长。

## 阳光下成长演讲稿篇三

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家上午好！今天我要演讲的题目是《我们的生活充满阳光》。

阳光普照大地，阳光照耀着我们的生活，我们的生活处处充满着阳光。

阳光照耀着我们的校园。

我们学校是全国绿色学校。我们的校园美丽又和谐。当早晨第一缕阳光悄悄洒落大地，降临校园时，我常常伴随耳边吹过的阵阵微风，尽情地享受这难于形容的惬意，舒心地背诵英语单词，快乐地吟诵诗词美文；当我们在绿树成荫的的校园中漫步时，你一定会感到心旷神怡：那清新的空气中充满着温馨阳光的气息，绿色的草坪上闪动着蓬勃，昂扬的活力。校园里处处花团锦簇、姹紫嫣红。在这样一个优美的环境中

生活学习，怎能不心情舒畅、催人奋进？优美的环境让我们懂得珍惜，学会爱护；优雅的熏陶，让我们知书达礼，学会文明；优良的教育让我们学习进步，品德高尚。在这样优美的校园环境中，我们沐浴阳光，汲取营养，增长知识。

阳光见证着我们的友爱。

友爱是人生当中最重要最不可缺少的东西。当你委屈的时候，他们给你安慰，当你烦恼的时候，他们替你排忧解难；当你困难的时候，他们为你分担……这就是友爱。我们学校雷锋班的同学把爱的种子播撒在敬老院，给老人送去关爱和温暖；他们给孤儿院的孩子捐献学习用品和衣服，他们共同捐款救助患有肾病综合症的同学母亲，他们给校园里捐献盆景，每当有同学遇到困难，挺身而出的，总是充满阳光一样温暖的同学们！我们时刻能感受到阳光般的温暖，我们的心田时刻被温情浸润！

阳光校园，给了我们阳光一样的味道，阳光一样的温暖，阳光一样的热情，阳光一样的奋进！我们沐浴着爱的阳光成长，如拔节的竹子，昂扬向上，书写辉煌！

我的演讲完毕，谢谢大家！

## 阳光下成长演讲稿篇四

敬爱的老师、亲爱的同学们：

大家好，今天我演讲的题目是《阳光伴我成长》。

常言道：万物生长靠太阳，其实，生活中一丝会心的微笑，一句温馨的的话语，一个善解人意的动作，都会给人沐浴阳光的感觉。

的确，事实正是如此。生活之中，处处有阳光。只要细心一

点，你就会发现……

### 亲情—生活中的阳光

在我第一次洗衣服时，当时的心情无法比喻，就像打翻了五味瓶，酸甜苦辣咸样样都有。一开始，我抱着好奇的心理尝试，可洗着洗着，那股干劲消失了，枯燥涌上心头，使我心烦意乱。妈妈看到了，端来了一杯热腾腾的茶，香味扑鼻。我感到心旷神怡，静下心来，细细品味。妈妈在一旁为我加油鼓劲，让我信心百倍，过了好久，洗完了，这时我已是满头大汗。我感到春光满面，风光无限好。感谢妈妈，让阳光般我左右。

### 师生情—学习中的阳光

在学校里，阳光也不少。当我遇到难题时，老师会给我指点迷津，让我茅塞顿开。当老师向我投来赞许的目光时，我的心中便飘飘然，找到胜利的曙光，一切的难题就会迎刃而解。感谢老师，让阳光般我左右。

### 友情—成长中的阳光

伙伴之间，阳光温暖。有一天，我与伙伴吵架了，个个都理直气壮，互不饶人。但过了好久，伙伴突然跑过来对我笑笑，低下头说：“对不起。”顿时，阳光般的温暖渗过我的每一个细胞。我们又和好如初了。感谢朋友，让阳光伴我左右。

感受阳光，让心在阳光下自由的飞扬；感受阳光，让思绪在阳光下不停的翻飞。

我的演讲完毕，谢谢大家。

# 阳光下成长演讲稿篇五

各位老师、同学们：

大家上午好！

今天我国旗下讲话的题目是《阳光心理，健康成长》。

心理学家告诉我们：人的健康一半是身体健康，一半是心理健康。然而，人们常常重视身体健康，忽视心理健康。

现代社会，竞争激烈，学习负担重，人际关系复杂，心理健康受到极大地威胁和损害。在我们的周围，有的同学脾气暴躁，因琐碎小事与别人争吵；有的人意志消沉，迷恋网吧；有的人自卑，心理脆弱，总觉得自己不如别人；有的人目空一切，惟我独尊，对于别人善意的批评和劝告拒不接受。这些都与人的心理是否健康密切相关。心理是否健康，小而言之，影响着一场考试的得失；大而言之，影响着一个人的工作、学习和生活，甚至决定着一个人事业的成败。

同学们，我们正值青春年华，这是一个朝气蓬勃、充满活力的时期，也是一个从幼稚走向成熟的过渡期，还是面临种种压力的时期。在这样的人生季节里，有朝我们微笑的阳光和彩虹，也常常会有寒风冷雨。在成长的过程中出现一些心理困扰是很正常的现象，关键在于我们如何正确对待它们。良好的心理素质是我们未来成功的保证，在学习和生活中我们应该有意识的培养和塑造自己的个性，调节控制好自我的情绪情感。

一、多给自己积极的暗示，集中注意于自己的长处。要记住：自己有很多优点是别人不具备的。现在我所拥有的一切，都是最好的：我的同学是最好的、老师是最好的、我的学校是最好的。

二、相信自己，不过分敏感他人对自己的评价。爱迪生说过，生气就是拿别人做错的事来惩罚自己。世界上没有任何一个人比你更了解自己。

三、我自信，我一定会成功。你要相信，通过你的努力，你的目标终会实现。

衷心祝愿同学们掌握好成长之舵，因为有阳光的心理，就一定有健康的人生，幸福的未来。