

适合课前演讲的稿子(模板6篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

适合课前演讲的稿子篇一

人不能没有追求。我们每个人，特别是年轻人，谁不想做个有志气，有抱负的人呢？然而，想一帆风顺地到达成功的彼岸，多数是不可能的，况且人们一生追求的目标最后未必都能如愿实现，但是我还是相信：有志者，事竟成。

有志者，事竟成，这大概已不是什么秘诀了。翻开史册，有志而成大事者，先例比比皆是。一九三二年诺贝尔奖获得者谢灵顿就是其中之一。谢灵顿是个回头浪子，他少年时代就沾染了不少恶习，别人都说他成不了大气候。一次，他对一位在牛奶棚工作的女工产生了爱情，可那女工宁愿跳到泰晤士河淹死也不嫁给他。这一闷棍使他从迷茫中惊醒，他悄悄离开伦敦，决心重新做人。从此，他努力攻读，终于在中枢神经的研究方面做出了卓绝的贡献。并且担任了牛津大学、伦敦大学、利物浦大学的教授。

在人们的想象中，大发明家爱迪生肯定是个天才，可他却说：发明是百分之一的灵感加百分之九十九的汗水。上小学时，老师说他象个大木鸡，最后不得不中途辍学。后来，在他母亲的指导下发愤苦读，从事研究时他几乎每天奋战二十多小时。为了研制电灯，他试验了一千六百多种物质。一千六百多种，多么惊人的数字！可想而知，没有血与汗的搏击，我们还可能在黑暗中摸索，不难想象：不付出代价而想得到幸福的果实，那只能是梦想。爱迪生用他光辉的一生告诉我们：

有志者必须是忘我的奋斗者。

在我们现实生活中，不少人临渊羡鱼，而不知退而织网。有的人对学习好的人心里着实羡慕得很，而自己却不下功夫，到头来依然故我，考试时却想逮到大个，于是乎在考场上就来个张飞穿针大眼瞪小眼，互相传递情报，甚至搬书照抄。马克思在《资本论》中说过：在科学的道路上没有平坦的大道，只有那些不畏艰难沿着崎岖小道攀登的人，最终才能到达光辉的顶点。锲而不舍，金石可镂，崇高的理想并不在好高骛远的幻想王国，而在脚踏实地的奋斗之中。

科学的领域浩茫无边，高深莫测。它有正高峰象珠穆朗玛峰巍巍竖立于陆上；它有负高峰象太平洋海底的幽谷冥冥于水下。我们都还很年轻，生活给我们展示着一幅美好的图画，它不是《伏尔加河纤夫》的沉闷，也不是《最后的晚餐》的悲凉，而是《奔马图》生机盎然、嘍嘍长嘶的奔马！

相信吧，年轻的朋友们：有志者，事竟成！

适合课前演讲的稿子篇二

前几天看了一期《天下女人》，是关于刘嘉玲的访谈录。作为一位著名艺人，必然要面临比我们普通人沉重得多的压力。谈到如何释放压力，嘉玲说她一般会选择两种方式，一是精心打扮自己，穿上靓丽的衣服使自己心情好转，二是到大自然中去，亲近自然，舒展心情。

每个人都会有这样那样的压力，也都需要适合自己的释压方式。如果还不懂得什么样的方式才能给自己降压，就一定要用心去发现、去尝试。

就我的经验看，释放压力最好的方式就是转移注意力。记得一位朋友在开导我的时候曾作过这样一个比喻：我们看待问题和压力就像看一张白纸上的一个小黑点，如果我们的眼睛

死死地盯住这个黑点，就会觉得这个黑点怎么那么黑呀，于是心里满满的都是这个黑点，而如果我们把目光放宽了，放眼整张白纸，这才发现，原来，那个黑点在整张大白纸上原来才那么不起眼的一丁点而已，白纸还是很白的呀！

原来很多时候，我们之所以那么纠结于一个问题，产生某一方面的压力，久久难以释怀，只是因为过于关注它，把所有的注意力都集中在它身上，越是这样，便越觉得它仿佛占满了我们的心房，成了生活的全部，于是，就越觉得压抑和沉重。

感觉到压力或者情绪低落的时候，我通常的做法是，找一些能吸引自己注意力的事情来做。比如：放下手中的工作，去看一些情节跌宕、引人入胜的小说；或者，穿上舒服的休闲服和平底鞋，出去逛逛街，给自己买一件漂亮的衣服或者喜欢的首饰；又或者，想想有什么自己喜欢吃但很久没吃到的美食，然后揣着钱包狠狠地去吃一顿；如果实在抑郁得很，也可以找一两个好朋友，去ktv吼一嗓子，把所有的怨气都吼出去。

总之，只要是舒服的，自己喜欢的，能转移自己注意力的事情，都可以去做。

当时间一点点过去，到了某个时刻，也许你就会发现自己的烦闷的心情已经舒缓了许多，而那些让你烦闷的事情，也或许已经有了新的转机。

适合课前演讲的稿子篇三

早上好！

水是大地的气脉，它滋润着崇山峻岭，灌溉着良田；水是一切生命的源泉，它养育着飞禽走兽，哺育着花草树木；水是人类的摇篮，在人类文明的发展，因为水环境的变化，

导致一个国家一个民族盛衰变迁的例证不胜枚举。源远流长的中华文明，也正是依存长江、黄河等母亲河的支撑，而发展下来的。

长期以来，人们普遍都认为水是“取之不尽，用之不竭”的。其实我们地球虽被称之为“水球”，但其淡水储量却是少之又少！水资源并不是“取之不尽，用之不竭”的，水将成为21世纪威胁世界和平影响社会发展的障碍。

所以在全球的水资源危机日益严重的情况下，节约用水便成为每个公民应尽的职责。尤其在中国，水资源的人均占有量并不丰富，淡水资源不到世界人均水量的1/4；地区分布并不均匀，年内变化莫测，年际差别非常之大，每年受旱农田32亿亩，约有5000万人和3000万头牲畜面临水荒。再加上污染，使水资源更加紧缺，所以人们更应该节约用水。如果大家能够从我做起，从现在做起，从身边做起，牢固树立节约意识，从节约一滴水、一粒米、一度电、一张纸入手，把节约落到实处。如果这样，对学校来说，那将是一笔可观的财富，对于我们这个13亿人口的大国来说，那就是一个惊人的数字。

节约是一种美德，节约是一种智慧，节约更应该成为一种习惯和风气。建设节约型社会需要全社会的共同参与和共同行动，找回失去的节约意识，从身边的点点滴滴开始，持之以恒，在建设节约型社会中，将节约这个“传*”进一步发扬光大！

只要大家都注意节约用水，水荒才会远离我们，我们的生活才会安定、和谐；环境才会优美、舒适。同学们明白这个道理后，一定要自己身体力行才行！什么叫爱国、爱校、爱家，不是天天喊在嘴上，而是要落实在行动中。如在家中、在学校节约用水这就是爱国、爱校、爱家的具体表现。

作为当代的中学生，我们应该弘扬中华之美德，节约身边之滴水。

莫让人类的眼泪成为地球上最后一滴水！

适合课前演讲的稿子篇四

我们宝贵的生命由生活构成，留心生活，是珍惜生命的另一中形式。我们无时无刻不在生活，来自生活的启示丰富且深刻。

曾在周末的下午独自坐在窗前，傻傻地回想与昔日好友的点点滴滴，并为已逝的友谊而惋惜吗？请理智些，且别难过，或许曾几何时，你无意间说了不该说的话，发了不该发但还是发了出来的脾气，让朋友受到伤害，那样的话，就不要惋惜了，请自责吧！

曾被一个与你不太熟也不陌生的朋友欺骗，被玩弄于手掌之间吗？当你已察觉谎言的存在时，请压制自己心中的烈焰，保持固有的绅士风度和淑女风范很重要。你大可以在心里歇斯底里地喊叫：“我鄙视你！”与此同时，不要失去对生活的希望。朋友还在，家人依旧。他们会永远陪伴在你左右，把整颗心给你。

曾因为别人对自己某个方面的评价过于恶劣而一蹶不振吗？千万不可以这样。俗话说：“人无完人”嘛。如果你因此消沉下去，则表示你也认为自己真得那样不好。也许事实上，你并没有别人说得那么糟。岂不是自暴自弃了？不要忘了：时刻相信自己，衡量好自我价值，意义重大。关键时候，说一句：“走自己的路，让别人说去吧”“会很有用。

适合课前演讲的稿子篇五

大家好！

成长是用意志的血滴和拼搏的汗水酿成的琼浆，历久弥香；成长是用不凋的希望和不灭的向往编织的彩虹，绚丽辉煌；成长

是用永恒的执着和顽强的韧劲筑起的一道铜墙铁壁，固若金汤。

没有人不喜欢一帆风顺的生活，但我却认为成长需要挫折。

五年级的时候，班上重新选班委，一直当班长的我不以为然，只觉得到时候随便应付下即可，便没有放在心上。到了竞选那天，我和阳一起竞选的班长这个职务。我的演讲草草了事，而她的却精简而有号召力，获得了同学们的一致好评，我落选了。回家的路上，小草仿佛枯黄，小花没有精神，天空好像雾蒙蒙的，乌云遮住了太阳，一切的一切都不尽人意。

回到家中，我独坐窗前发呆，天空蓦然的下起雨来，十分猛烈，好像迎合着我的心情。妈妈的声音从厨房传来：“小雨啊，你去阳台帮我把花收一下，我新买的茉莉还在外面呢。”我应声起来。

阳台上几株茉莉和风雨做着斗争，我被这一幕惊到了：一株茉莉被暴雨打的只剩下一片叶子，却依然傲然挺立，不愿向命运低头，而另一株只剩下光秃秃的叶茎，已经看不出花的模样，但她依然没有倒下，她屹立与同伴相互支撑，仿佛在咬牙坚持。这场暴雨把他们打得遍体鳞伤，但是她们毅然决然的与命运做着斗争，不到最后一刻决不放弃。雨停了，天空中出现了一道彩虹，太阳也露出了脸。茉莉花剩下的花瓣与叶茎上缀满了晶莹剔透的露珠，仿佛出水的美人，在阳光下熠熠生辉，美丽极了。我猛然醒悟，是呀，不经历风雨怎能见彩虹，没有挫折，没有成功。再去学校的路上，小草生机勃勃，小花绽开了笑脸，天空一碧如洗，就连云朵也变得多姿多彩，美丽极了，一切的一切都是如此的美好！

成长的路上不会一帆风顺，总会遭遇挫折。没有挫折，便没有成功，成长，需要挫折！

适合课前演讲的稿子篇六

大家好！

王尔德的这个快乐故事，让我的心久久不能平静，那个伟人，他两次的自私与冷酷给花园带来了冰雪冷冬，让孩子们失往欢乐的同时，他自己也一样孤单孤单，更享受不到花园里明媚的风景！我们常说：赠人玫瑰，手有余香。实在，快乐也一样，给他人快乐，自己也快乐。

我还记得这样几句名言：把你的痛苦与人分享，你的痛苦将会减少一半；把你的快乐与人分享，你的快乐将增加一倍。是啊，分享快乐不会使自己损失甚么，却能让这个世界布满温情。相反，有了快乐，一个人独乐，终究也不会快乐。

与他人一起分享快乐是一种美德，由于快乐能够传染。实在很多时候，与他人分享快乐，既是给了他人一个机会，也是给了自己一个机会；既给了他人一个好心情，自己也留下了一份好心情。