

# 最新ted演讲中英文 ted拖延症演讲 稿(精选8篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

## ted演讲中英文篇一

时间都去哪了，时间都在拖延下浪费流失了。

周五下午，各科课代表各司其职，在第二节课下课时攒到办公室，在黑板上布置作业。我是只有在笔记本上记的份，望着黑板，没有讨价的权利。

终于放学了，我收拾书包回到家，安排周末计划：今天，我要把作业写一半，明天上午就把作业一扫而光！其余的时间用于复习。不过，现在肚子有点儿饿，先补充点能量吧！晚餐自然是丰盛无比，我狼吞虎咽，饱餐一顿。

饭后，我吃得太饱，得站着消化一下食物。光站着太无聊，时间不能浪费啊，看会儿电视吧。于是我打开了以前的回放，看起了《挑战不可能》·····时间怎么这么快，半个小时过去了，我慌了，赶快拿出作业开始做，一张数学卷还没写完，爸爸就回来了，“十点半了，快睡觉！”无可奈何的我只好遵命。

“起床了，七点了！”我不知是听力不好，还是意志力薄弱，就是不愿离开那暖和的被窝。最终，在妈妈的千呼万唤中我起床了。上午有点没睡醒的感觉，做题效率不高，只完成了昨天的数学卷，下午午睡一会，睡醒看会电视，那作业呢？没

事，有的是时间，明天还有一天呢！

周日上午，总感觉我有一点思维混乱，简简单单的题被我“酝酿”成了十分复杂的题目，完成了历史作业和地理作业。下午又完成了政治作业。还不防抓住兴趣爱好，画了一会儿画· · · · ·天黑了，我立即想起：生物卷子还没写完！我慌了神，埋到桌子旁，求助“作业帮”，连搜带写搞了四十多分钟，总算是写完了。现在想想看，周五我还想着用一天半时间去复习呢！

拖延症不只浪费时间，还拖延人的成长啊。我要和拖延症说再见。

## ted演讲中英文篇二

懂得珍惜时间的人知道该怎样去计算每一分每一秒，因为他们知道这样一个规律，时间是由分秒积累而成的，你不懂得去珍惜每一分每一秒，那么就是说你也不懂得珍惜人生中的时间。那么很可能你也只是在无聊中度过而已。朋友，在你虚度一分秒的时间，你可能并不会感觉到有什么？也就那么‘嘀嗒’一下了事。然而，有一天你再去计算的时候，可能就会发觉，原来时间就是这样‘嘀嗒’一声过去。有的人懊悔，有的人痛恨，但这一切都是无济于事的，因为时间过去之后是不再回来。如果你不想使自己以后后悔，那么现在，你要应该懂得去珍惜时间。前人曾说过珍惜时间就是在珍惜生命。我们活在世上的人没有理由不去珍惜时间。没有理由去虚度时间。而我们应该要充分的利用好每一分每一秒的时间。这样才能不枉来世一遭了。

然而，我们都知道时间是不停地向前走的，如果你要去追赶的话，就要懂得珍惜时间。要不然，“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴”一旦离去，就无法挽回。年幼之时，对于时间的认识总是太过于溃烂。可是，随着时日的境迁，时间的成分也更加的珍贵。可能这一些当时你并不觉得。但在不久

的将来你一定会感觉到这一切真的是如此。毕竟，走每一段路，都是由时间来构成的，我们要懂得去珍惜，而不是浪费。

现实并没有错，但有时却需要一些空想，因为空想也并不完全只是空想，往往一段千古真理的理论也是从某一个空想而来的，如果人没有了空想，那么思想也就停止。那么只是去面对现实中这一切已经拥有的东西是不是太过于单调了一些呢？因为是人类都知道该怎样去发展的。

可能生命对每一个人来说都只是暂时的，在暂时的生命中，我们可以发现曾经的一段岁月中曾经有过让人难忘的时日。这难忘是本该所具有的，这难忘是一个人所应该拥有的。一种超越，就是前进。一种前进，就是创造。不管其结果如何，我们都知道要大胆的去做到才是上策。

请你回顾一下自己曾经经历过的往事，再去看看你身边周围的人，还有多少人在浪费时间，还有多少人不知道去珍惜时间。浪费时间是在浪费生命，这个大家可能都知道，但为什么自己不去把握呢？难道说你无法做到吗？非也，别人能做的事，只要你肯做，相信也一定能做。因为人人都有思想，只要善于去利用，也将会变得完美起来。青少年朋友，我们此时正是华灯初放之年，更要懂得珍惜时间，珍惜生命，把握好其分分秒秒！

## ted演讲中英文篇三

春花遍地，甘做园丁勤浇灌，雪岭摩手，领马志士苦登攀——这是我人生的坐标。

1997年，我从学校走进学校，由学生踏上三尺讲台，开始了向往已久的教学生涯。转眼，七年过去了，这三尺讲台和我接下了不解之缘。它，给了我尊严；她，成了我的依靠；它，也是我的支撑点。谁想到，久而久之，我在讲台上，学生在讲台下，一道横线不知不觉把我和学生隔开。是教改的春风，

是新课程的理念让我深思，我想，我得放弃心爱的讲台了。

然而，谈何容易，失去了讲台，很是不舒服。再也没有那高高在上的感觉了；失去了讲台，更无法翻看抄写的教案！我不得不挺直腰板，规规矩矩地站在学生面前，一切的一切，我得从头练起。

慢慢地，我习惯了上课没有讲台的环境，为了避免课堂上的慌乱，上课前，我不得不认真钻研教材，精心设计教案。

以后，走进教室，我成竹在胸了，不看教材，不望教案，也能潇洒地上课了。此时此刻，我看到学生敬佩的眼神，心里高兴极了。

失去了讲台的依靠，让我自由地漫步在学生中，愉快地活动在学生中。我听到了他们在说什么，看到了他们在写什么，也知道了他们在想什么。这时候，我发现，那张张稚气的脸是那么的可爱。学生也常和我讲心里话了，此刻，我们的情更浓了，爱更深了。

放弃了讲台，走到了台下，给我带来了许多惊喜和收获。我恍然大悟，讲台，其实是一座山，我在山的这边，学生在山的那边，放弃了讲台，就如同搬走了一座阻挡师生情感交流的大山。我庆幸，我终于走到了山的那边！

现在，我时常告诫自己，追求不可漫无边际，理想要一步一个脚印。的确，有攀不尽的科研高峰，有览不完的历史长河。作为新世纪的一名教师，回首工余饭后，雏凤新飞，跋山涉水酬壮志；追忆月下灯前，应做潜龙奋起，呕心沥血步蟾宫！

还是用我喜欢的一首歌的歌词来表达我对教师的热爱吧：

林中有两条小路都望不到头，我来到岔路口，伫立了好久。一个人没法同时踏上两条征途，我选择了这一条，无悔无忧。

或许另一条小路一点也不差，也埋在没有那脚印的落叶下，那就留给别的人们去走吧，属于我的这一条，我要一直走到天涯。

## ted演讲中英文篇四

第一条自信，不仅是对自己能力的信心，也是对自己追求坚定目标的信心，是成功的第一秘诀。有了它，你就可以走向胜利的彼岸。当中国革命处于低潮时，毛泽东认为星星之火可以燎原。陈一认为重复动作不能起飞”他很自信。简而言之，自信是指走向胜利的导航，是进步的动力。

自卑倾向于过多的看别人的优点，超重，这是对自己优点的不了解。心理压力这么重的人，让自己被动。自卑的心理障碍限制了能力的发展，使他们失去了成功的机会，最终一无所获。卑微又走出阴影，前方必有艳阳天！在”千面观音舞蹈奇迹的聚光灯下，演员们在信念和命运的强大，克服自卑，他们的表演赢得了观众”# 39；热烈的掌声，深受人们的喜爱。

克服自卑，培养自信，是我们的必然选择。

自负和自卑是极端的心理。在取得一些成就后洋洋得意，甚至目中无人，傲慢自大。这些人甚至取得了一些成就，但这只是昙花一现。项羽在斗争中起了很大的作用，但暂时的军事优势使他盲目。结果被前英雄刘邦打败了。最后项羽在乌江自杀。

我们要相信自己，但不要自负。我不放弃。选择自信，克服自卑，远离自我，这是新世纪的要求，是对完美人格的追求。”谈论英雄，你今天就能找到合适的人。，毛泽东充满了自信，他将永远激励我们前进。

## ted演讲中英文篇五

今天，我想和大家来说一说在现代社会中，十分普遍的一种“绝症”——拖延症。

拖延症是指自我调节失败，在能够预料后果有害的情况下，仍然把计划要做的事情往后推迟的一种行为。

相信大家在平时生活中都有这样的体验：下周要月考，英语单词还没有背熟，但还是不能翻开英语书好好地背单词，总想着“还有一个礼拜”、早着呢；或者语文要看的古文字词义还没记牢，明明手上没有什么事，宁可翻开小说看几眼，或者拿起手机玩一会儿游戏，都不愿意翻开课本。总要拖到最后几天、甚至最后一天才翻开书，嘴里念叨着“来不及了来不及了”、一边后悔为什么没有提前复习。这样临时抱佛脚、很有可能被佛一脚踢开。考试结束之后，痛定思痛、下定决心，下次考试一定要好好复习；然后呢？然后下一次还是被拖延症扯断了后腿。如此循环、周而复始。

对于这样的事我深有体会。就比如这次演讲，在半个月前我就开始想讲什么，但是总想着这周是男生讲，有一个周末的时间来准备，没有关系；或者就算这周是女生讲，但是轮不到我，还有时间。就这样一直拖拖拖，直到昨天我才决定，用自己血淋淋的教训，作为今天演讲的话题。

我们都知道拖延症有多么严重的后果，那有什么解决的方法呢？一位心理学家尼尔·菲奥里有一本书叫《战胜拖拉》，书中提到这样一个方法，叫“逆向日程表”法。简单来说，就是从最终完成任务的那个日期算起，往前推，到哪一天该完成哪一阶段，一直逆推到当下。这样就不会没有紧迫感；同样，一个巨大的任务被分割成小部分，看起来也会轻松一些、人的畏难心理也会减轻。

还有一种方法被叫做“番茄工作法”，这个方法来源于一个

番茄计时器，这个计时器每30分钟会报一次时。实验者在这30分钟内分配休息和工作的时间，每30分钟被称为一个“番茄时间”。经过很多次实验后，人们发现，25分钟工作和5分钟休息是比较合理、容易被人接受的；也可以让人专心工作、不被诱惑分散注意力。

那到现在，我的演讲也基本结束了。希望可以给大家、同样也是给自己一些克服拖延症的好的建议；也希望下次轮到我演讲时，别再准备得如此仓促。谢谢。

## ted演讲中英文篇六

老师们，同学们，大家好！

来危害。手机，想必大家的知道。手机给人们的生活带来了便捷，但是，任何事物都有利有弊，手机给人们带来的危害甚至超过了吸烟。当人们使用手机时，手机会向发射基站传送无线电波，而无线电波或多或少地会被人体吸收，这些电波就是手机辐射。

一般来说，手机待机时辐射较小，通话时辐射大一些，而在手机号码已经拨出而尚未接通时，辐射最大，辐射量是待机时的3倍左右。这些辐射有可能改变人体组织，对人体健康造成不利影响。而且，据《东方日报》报道，德国一项研究首次发现，手提电话可能会导致眼癌，因为研究人员发现，常用手提电话的人患上眼癌的机会比其他人多出三倍，这项研究结果倘获进一步证实，势必会导致大量索赔诉讼。

由手提电话释放出的辐射，长久以来都被指会暂时改变脑细胞的功能，却一直无证据显示这些辐射会长远地危害人类的健康。

不过，今次由德国埃森大学施汤授领导进行的研究却有惊人发现，他们在调查一种葡萄膜黑素癌的眼癌时，便发现该癌

症与辐射有密切的关系。手机就是一位无形的杀手，在不知不觉中给人们带来了危害，但现在人们又离不开手机，所以，不要将手机危害置之不理。

谢谢大家！

## ted演讲中英文篇七

大家好！

我有个老师——任老师。他个子中等，身体稍胖。脸黑红的，带着一副黑框的眼镜。头发向右偏梳着。他看上去有些严肃。但他的话坚强而有力，他的笑和蔼可亲。

他说他的理想是大学教授和作家，但最终当了初中老师。他说他也不知是什么原因。我想，是缘份吧。我想正因为这样，我才会荣幸成为他的一个学生。

任老师上课爱拿钢尺，像指挥家一样让我们一同谱唱对文学热爱的歌曲。有时在同学喧闹时当惊堂木。当在赏析课文或读课文做的好时，他时而微笑，甚至遇到好的还带头鼓掌。

我们同学不爱写日记，有的同学即使写了，也是为了应付老师的检查。这时他便拿出自己的日记给我们看。他的字我们有些看不懂，他便当翻译员一字一句地说。

作文与朗诵本不属于教课内容，他却做了不少，花了很多心血，为的还是让我们把作文写好，并且提高朗读能力。

任老师每当检查我们背诵或默写课文时都有句口头语：“我知道同学们都已经会背了……”这句话使沉寂的课堂又活跃了。

他很注重纠正我们的错误，他的钢尺有七个用处，我们在作



文中写的不全面，他便写了一篇关于他的钢尺的文章读给我们听，我本认为他不必认真。鲁迅说过“人要实，火要虚。”我想，认真便是他的工作态度吧。也许这正是他受我们爱戴原因之一吧。

幸福是什么

“幸福是什么？”

幸福是……”

幸福是什么，

幸福是有个好妈妈，

幸福是有个好爸爸，

幸福是有个好老师……

## **ted演讲中英文篇八**

时间对于每个人都是公平的。一年365天(最多366天)，一天24小时，一小时60分钟，一分钟60秒，对每个人都一样。但由于人们对待时间的态度不同，因此就有不同的结果。珍惜时间的人“留下串串果实”，不仅延长了生命，而且使生命富有意义；浪费时间的人却“两手空空，一事无成”，只有徒伤悲，空叹息。对我们学生来说，也是这样的。经过一学期的学习，有的同学取得了优异的成绩，各方面都有了长进；而有的同学却收效甚微，甚至一天更比一天差。这是因为珍惜和不珍惜时间造成的差别。

时间有一个特点，就是一去不复返。即使是最伟大的科学家，使用最先进的科技手段，也不能把时间挽回。因此，著名科学家富兰克林把时间比作生命；我国现代伟大的文学家鲁迅把

浪费别人时间比作“谋财害命”，把浪费自己的时间比作“慢性自杀”。由此可见时间的珍贵。时间虽然一去不再来，但是人对于时间并不是无能为力，无所作为的。

人的生命宝贵，人的青少年时期尤为宝贵，因为青少年时代正是人的一生的最重要的成长时期、打基础时期。所以，勤奋学习不仅是祖国和人民向我们青少年提出的要求，也是我们自身成才的先决条件。民族英雄岳飞在《满江红》这首词里疾呼：“莫等闲，白了少年头，空悲切！”因此我们应该学会做时间的主人，紧紧抓住时间。抓紧时间，就是要科学安排时间，巧妙地利用点滴时间，提高单位时间利用率。抓紧时间还要善于抓住今天。我们要不断总结昨天，设计明天，但最关键的是要牢牢抓住今天。

同学们，我们是21世纪的主人，希望大家都能珍惜时间，科学地分配时间，使每年、每月、每天、每小时、每分钟都过得有意义，让每一秒钟都成为我们创造辉煌人生的基石！

我的演讲完毕，谢谢大家！