

2023年放假的演讲稿(精选8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。演讲的直观性使其与听众直接交流，极易感染和打动听众。下面我给大家整理了一些演讲稿模板范文，希望能够帮助到大家。

放假的演讲稿篇一

那些飞满我们童年天空的纸鹤，早已散落在了风中，随着岁月的流淌都化成了灰烬。我在那个单纯得像洁白的玉兰花瓣般的年龄，遇到了那个无缘牵动我所有喜悦与悲伤的身影，从此我的生活像碎了一地的玻璃碴，一粒一粒扎在我的心上，看不出的伤痕，无以言表的痛楚。

我以为一切都化作了云烟，再多的记忆，在时间轰轰烈烈地辗过后都不会留下太深的印记。那些逝去的岁月在心中翻来覆去地疼痛起来，那些过去的过去的过往，我不愿也不知如何把它们简单地归类，就好像“懂事”这个词，我一直不知道该对它表示感激还是深刻地沉痛。

我只是一直一直在长大，像所有的孩子一样，一直长到不是孩子那么大了，却还是断不了那些回忆、那些牵绊，一瞬间就翻涌上来，如同海啸一般铺天盖地，无所循形。时间在我身边飞逝，哗哗啦啦的声音像流水唱着欢快的歌。

岁月总是伴随着磕磕绊绊的那些人那些回忆，那些构建起我们以及的人或事像火车一样从我们的生命中轰轰烈烈得轧过去，留下一条条或明或暗清晰或模糊的印记。我看到了两条线在相交的瞬间是多么美妙，像栖上枝头的百灵鸟，像深谷中骤然绽放的幽兰。可我忘了它们在那之前和之后无尽漫长的等待与分离……在那么多个黄昏那么多个早晨，望着头顶

那片不清澈的天空，一直一直地沉默。

我在成长的过程中无数次地站在岔路上，无数次地选择，也无数次地失去，有时我觉得其实没有选择才是最幸福。成长就像是一场幸福的灾难！幸福、灾难~我总归是喜欢这两个词的，尤其是它俩在一起的时候，总是出奇的迷人。

很简单的词，却长满了那些关于成长关于爱的所有所有的纠葛……每个人都会长大，但与之同时都不想长大面对成长时，要快乐，要正确面对成长。不要惧怕成长，它是我们人生的必经之路，快乐面对成长，看了自我。

放假的演讲稿篇二

每个人的人生都是不同的，因为每个人的性格、出身、才能、遭遇等内在或外在因素都不同，造就了不同人的不同人生。但有一点相同，就是一个成功的人生需要一个充满坎坷的过程，还需要一个清醒的头脑，最重要的是需要一颗在挫折面前永不言惧、永不言弃、永不言败的心。

没有人能随随便便成功，也没有人能永远一帆风顺。假设，一个人的一生顺利得出奇，没有所谓的挫折，没有所谓的失败，没有所谓的波澜，那么，这个人的人生算是成功的吗？答案是否定的，这只不过是温室里长出来的花朵，经不起任何风吹雨打，更何况，这种情况是不可能的。所以，人生需要挫折，正如雄鹰想要展翅飞翔，必先经过幼时残酷的训练，否则也只能与蓝天无缘。

也许某某人会说：“人生如果需要挫折，那给你来场车祸如何？这挫折够大吧！这纯属没事找事做，吃饱了撑的，脑子被驴踢了，被门缝夹了。”当然不是这样了，需要挫折并不是代表自己给自己找麻烦，有些事情，我们能够避免，还是要尽量避免的。关键是，当挫折来临，已经不可避免时，我们应该如何应对？有三种选择，是退缩？是前进？还是原地

不动？该选哪个呢？先不急，我们可以来分析下这三种选择。可以发现，这三种选择都各有两个不同的含义，退缩既可以是畏难不前，也可以是蓄势待发；前进既可以是横冲直撞，也可以是勇往直前；原地不动既可以是坐以待毙，也可以是以不变应万变。也许有人犯晕了，那该选哪个？其实，选哪个并不重要，重要的是你的态度，态度决定一切！如果面对挫折，你畏惧了，你迷茫了，你不敢面对了，你放弃了，那选哪个有区别吗？如果你勇敢地面对了，不言惧、不言弃、不言败，那么恭喜你了，无论结果如何，你都是幸运的。

爱迪生经历无数次失败，发明了电灯；张海迪身残志坚，被称为当代“保尔”；华罗庚在重重困难的阻挠下，发表了許多重要的数学科研成果，被称为“中国数学之父”。类似的例子还有很多很多，这些时代先驱们为我们树立了榜样，是什么造就了他们？是挫折，是苦难，是顽强的拼搏的心。

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”“不经历风雨，怎能见彩虹。”“温室里难开出鲜艳芬芳耐寒傲雪的花儿，人只有经过苦难磨练才有望获得成功。”挫折是一种考验：它挑出一批心灵，把纯洁与强壮的放在一边，使它们变得更纯洁更强壮；但它使其余的心灵加速堕落，或是斩断它们飞跃的力量。

人生需要挫折，一个成功的人生需要更多挫折。

放假的演讲稿篇三

早上好！

1、我们学校一直倡导，也一直要求同学们“在校做个好学生，在家做个好孩子，在社会上做个好公民”，希望大家走出校门后，能以一名小学生的形象规范、约束自己的言行。

2、注意饮食卫生，少吃零食、不暴饮暴食，不吃劣质或变质

的东西，防止疾病产生和食物中毒事故的发生。现在正是季节交替时节，流感等各种传染病多发，少去通风不好的公共场所，不到发病人家串门。

3、在假期之中，没有家长的带领，不允许私自行动，独自一人外出，如确实需要外出，必须经家长同意后外出，并注意随时和家长联系。

4、五一假期期间，街上马路上行人、车辆都很多，外出时要注意交通安全，不要横穿马路，要遵守交通规则，特别不要坐无证车辆，如无牌无证三轮摩托车、面包车等不安全车辆。

5、同学们外出游玩时，如果遇到与家长走散的情况，要首先保持冷静，不要着急慌张，要知道拨打110找警察帮忙，或在原地等候，切忌乱跑乱动，哭叫喊闹。

6、出门在外，不要和陌生人说话，不接受不认识的人给的食物或礼物，要提高辨别是非的能力，千万不能跟陌生人走。假期里同学们若单独在家，遇到陌生人敲家门千万不要开门，以防不法分子侵害，遇事要沉着冷静，必要时可报110求救。

7、五一期间由于天气转暖转热，假期中，没有家长带领，不允许独自一人去水塘或游泳池游泳，以防溺水死亡事件的发生。

8、假期间，决不允许去网吧、游戏厅，台球室、录像厅等不利于青少年健康成长的场所，不结交不良的社会闲杂人员，预防意外事故发生。

9、同学们可利用“五一”假期，多看一些课外读物，多参加有益的活动，丰富自己的视野，锻炼自己各方面的能力。合理安排作息时间：做到劳逸结合，在休息的同时，认真完成作业。

放假的演讲稿篇四

1、天气转暖转热，禁止学生私自或结伴到水库、河溪、池塘等地游泳、玩水、捕鱼、捉虾等，以防溺水事故发生。

2、自觉遵守交通规则，注意交通安全。外出不乘坐农用三轮车、报废车辆和手续不全的车辆。禁止骑电动车、摩托车和助力车以及没有刹车装置的“死飞”自行车上路。

3、要注意饮食卫生安全。购买袋装食品时要看清楚生产日期、保质期、生产厂家及地址，不购买“三无”食品。要做到勤洗手、吃熟食、多通风、多运动，防止误食不卫生食品、过期变质食品，造成食物中毒。

4、外出旅游要注意自身安全，注意保护旅游景点的公共设施及环境卫生，做一个文明的游客。

5、要注意用火、用电、用气等安全，防止火灾、触电、煤气中毒等事故的发生。

6、严禁外出上网吧、游戏厅等不利于青少年健康成长的场所，以防意外事故发生。

7、不独自外出，外出时需有家长带领，在无父母陪伴下，外出玩耍时要告诉父母去向。严禁几个同学私自外出玩耍，未经家长允许不准在外过夜。

8、要注意防汛、防雷电的安全。假期多雨天气，伴有雷电，并可能出现雷雨大风。雷电发生时尽量不要呆在户外，要远离铁栏、铁件等金属物体及电线杆，躲避雷雨不要选择大树下及高楼旁等。

放假的演讲稿篇五

我演讲的题目是弘扬雷锋精神。

每一次想起雷锋，就想起这一段话。有多少人在回首往事的时候，为自己碌碌无为而悔恨，为曾经虚度年华而悲哀。有多少人能像雷锋一样，永远的那么富有爱心，永远的那么真诚善良，永远像一颗小小的但是永不生锈的螺丝钉。

雷锋并不是牛顿、爱因斯坦等科学巨匠，但他同样被人们誉为“伟大”；在他短暂的一生中，他并没有作出什么惊天动地的伟业，但他在平凡的岗位上为人们所做的一切，同样具有不朽的价值和永不褪色的魅力！

不是吗？雷锋总是在任何可能的机会里自觉地真诚地全心全意为人民服务：路过工地，他会情不自禁地参加义务劳动，为社会主义建设添砖加瓦；雷雨之际，他用自己的被子去盖被淋雨的水泥；他对工作认真积极，干一行，爱一行，孜孜不倦地钻研业务，提高军事技术水平。是的，正是这样一个毫无自私自利之心的共产主义战士，才会把个人的命运同祖国人民的命运紧密地联系在一起。雷锋他确实把自己所有的爱都无私奉献给了祖国，奉献给了人民！也正是这种闪光的共产主义思想，这种无私的奉献精神，使“雷锋”这个名字成为众人心中一盏不灭的明灯，使平凡的事迹放射出璀璨的光芒！

有人说：“现在都进入二十一世纪了，人人都想着怎样为自己，谁还会发扬雷锋精神去帮助别人呢？”那么在进入二十一世纪的今天，咱们还要不要学雷锋，雷锋精神就真的过时了吗？！

当你在大街道上跌倒，有人在一旁嘲笑你，却没有扶你的时候；当你的钱包被小偷偷走，旁人看见却不敢吱声的时候；当你一个人需要人帮助，却没有人愿意帮助你的时候。

在座的各位，您，会是什么心情呢？想必会酸、苦、涩。可就在这时候，有一个人伸出了自己的手，去扶你，去帮助你，你是喝令他走，并说这种精神过时了，还是心存感激地接受帮助呢！答案是很明显的。

记得小时候，雷锋的故事就深深地印入我的脑海里，咱们用一双小手捡废铁，参加义务劳动，悄悄地做了好事不留名，雷锋的精神就象春天绵绵的细雨，以潜在的、巨大的力量滋润了咱们这一代人的成长。

其实随着时光流逝，雷锋的精神已汇入大海，你我便是那其中的点点浪花。今天，在你的身上，他的身上，我的身上都不同程度地折射出雷锋精神的光芒。但是，也不可否认，还有小部分人不屑、排斥甚至反感学雷锋的行为。那么，此刻，就请你抛开一切的想法和我一起试想；清晨，你迎着朝阳，沐浴着晨风，身披彩霞，一路走来，你的内心一定充盈着感动和快乐，兴奋和憧憬。此刻的你是个美与爱的天使，因此，你可以将你的幸福感传递给你的同学、你的朋友，你的师长。弯腰拾起一片纸屑，抬手扶起即将跌倒的同学；给见面的老师送去一声问候，给劳累的父母端上一杯热茶。相信谁都会为此与你相视一笑，并在你的感染下将这种精神和行为传播给周围的人。那么这一天，咱们就应该是充实、富足和快乐的。同时，也有的同学认为学雷锋做好事是小事一桩不值得一顾。其实，人的一生遍布的都是琐屑的小事。然而有心人将这小事干的朴实、干的坦荡、做的无私、做的充满爱意，最后成就了轰轰烈烈的大事。

迈进新时代的时刻，生活在同一个地球的人们需要一个更高的精神境界，需要富于开拓，勇于进取和创造的勇气，咱们的社会更迫切地需要雷锋精神不是吗！

不是连带着红领巾的孩子都在寻找雷锋吗？

不是连挤公共汽车的老爷爷、老奶奶都在怀念雷锋吗！不

是人人都希望社会风气越来越好吗！

不是都希望早日清除党内的不正之风和国家机关中残存的官僚主义吗？

不是希望市场经济发展之后人与人仍然诚实不欺、和谐融洽吗？

这一切都是雷锋精神的体现，毫无疑问，雷锋的精神没有过时，咱们这个时代需要雷锋。

我想大家应该记得xx年的非典时期，那是一个人人自危的时候。试想如果没有那些乐于奉献，勇于献身的人前赴后继地将这场没有硝烟的战争坚持到底，咱们今天还会这样安然自得地坐在这里吗？你敢说在那勇敢执着的人群中没有雷锋的身影吗？因此，当咱们一次次回顾那惊心动魄的场面，咱们看到了雷锋的精神，看到了民族的灵魂，看到了祖国的希望。而今，站在时代的前沿，咱们接过了雷锋精神的火炬，代代传承，照亮咱们走过的每个地方，温暖每个角落；同时，也不得不承认，一个人的力量是渺小的。只有十个人，百个人，千个人甚至更多的人联起手来，先从身边的亲人朋友做起，逐渐漫延，才能让弘扬雷锋精神变成整个社会追求的风尚。我想，那时雷锋也会站在天堂冲咱们微笑，因为今天的人世间因他而变得如此美好。

要做一名合格的学生不是难事，做一名象雷锋那样在平凡中做出不平凡的成绩，这需要怎样一颗热爱生活，热爱事业的心，需要怎样一份兢兢业业、勤勤恳恳的努力。

雷锋的精神有着广阔而深沉的内涵，他已经不再是一个人，一个代号，而是新时代人类追求和谐的象征。咱们的祖国会因为注入了雷锋精神而更加年轻，高举为人民服务的火炬，必将使咱们的社会更加团结，人与人之间更加融洽和谐。我坚信，雷锋精神会在咱们这一代中发扬光大，放射出更加灿

烂的光芒！

同学们，语言往往显得苍白无力，那就让咱们行动起来，从打扫卫生、美化校园开始咱们雷锋精神的实践吧，让咱们加足马力，使雷锋精神这棵常青树开遍神州大地吧！我的演讲到此结束！谢谢大家！

放假的演讲稿篇六

大家上午好！

联欢会上大放异彩；辩论赛中唇枪舌剑；运动场上奋力拼搏。哪里会没有我们？哪里能没有我们五中学子的身影？我们可以在逸夫堂下尽享百年学堂的耀世光芒；也可以在勤勉楼中眺望古今多少繁星颗颗闪烁；也可以在知行楼间畅游知识的浩渺天空。

适度的放松会让我们有继续前进的动力，可是，过度的放松便成了放纵。一个时代有一个时代的主题，一代人也有一代人的使命。流光溢彩只是一时风景独好，勇往直前才是永恒的主题。时代转轮的指针已落在我们身上，作为新时代的青年，我们更应该挺直脊梁、握紧双拳，去释放你的激情、去燃烧你的热血、去展现你的风采。那一刻，世界只你一人主宰。岁月不居，青春的年华终会老去；但岁月恒久，年轻的心态永不退伍。如果已经选择了远方，那就以奋斗为墨，点染青春的画卷；以努力为锋，书写人生的华章。那这个假期，你又准备好了吗？去舒展青春该有的模样，去让自己的假期更有意义！我的演讲到此结束，谢谢大家！

放假的演讲稿篇七

那夜，买醉南街，对天长啸：我们是做得更好的。那天，我们的希望随着秋天的树叶一起坠落，飘飘荡荡，落在厚实

的土地上，一阵风卷来，散失风中，再也找不回来。

人生难免遗憾，就像一直没看过周星驰的《功夫》，倒是经常听别人提起。忙的时候总是不经意的想起，一闲下来又毫不犹豫的忘了。

那夜，心中感慨万千。匆匆拿起笔，构思好的词句却不翼而飞，只留下了只言片语，很是忧伤。那天，有人在我住的楼下喊楼上的人“听说5566出新专辑了，一起去看看……”我才想起好象小k说谢霆锋的新专辑镇宁有卖了，还有beyond的最后一场演唱会的vcd我也没买。哦，原来beyond解散了。要是家驹还在多好，一个难得的音乐天才，却还没有实现心中的摇滚梦就匆匆离开了。留给我们的只有无奈的叹息，留给beyond的是永远也不能一起完成的残缺的梦。

那夜，无心睡眠，从床上爬起来，坐到窗边。2点半，在这个不会太冷也不会太热的.小镇上，没多少人过夜生活。街上偶尔经过的人，有的行色匆忙，有的漫无目的的游荡。也许，他们都各有着各的伤各有各的痛，也各有各的快乐。他们走在同一条路上，却有着各自不同的终点站。就像坐在被编号为高三（5）班的教室里的我们。高三（5）班是一个交点，我们就是空间里64条形态各异的线□520xx年修来缘让我们相聚相交。匆匆的被编号为1——64，匆匆的相识，匆匆的彼此微笑，匆匆的谈一些无关痛痒的真心话。然后匆匆的道别，匆匆的分开各奔东西，向未知的空间延伸。就像我们在人生的无数各路口遇见无数各熟悉的或陌生的人，相视一笑就又各奔前程。那天，我做了个梦，梦里的每个人都没有伤痛快快乐乐的活着。

那夜，小k对我说我们再也回不去了我们就要18岁了。夜色中他深深的吸了口烟，轻轻的吐出来。弥漫的烟雾中他熟练的用食指一弹，断落半截烟灰，在夜风中舞动，随着风渐渐飘散，消失在茫茫的夜色中，他说你看这就是我们的青春，然

后我有一种很想流泪的冲动。那天我们都还不知道什么叫做花季雨季就已经没有了青春。

那夜，一切还不知从何开始就已匆匆结束，就像还没来得及看花开果实就已经成熟。“有的人习惯等待，一直等到爱的人不在，爱自己的人离开。”那天在校刊上看到她用网名写的文章，我就毫不犹豫义无反顾的还有点不知羞耻的坚信那是写给我看的。于是我也写几篇自命不凡的文字投到校刊，意料之中的没有登出来。其实我也知道我写的东西的确是很垃圾的，如果玷污文字犯法的话我可能已经被枪毙几十次了。可是我只是想让她知道我看到了她的文章，写得很好，还有就是没她在身边的日子我很不习惯。那天在校园里遇见她，我们都很不自然的笑着，她低着头说：过得还好吗？我说还好。她说：你还是没变，我说变了只是你没发觉罢了。

一切似乎还未结束，却已不知从何说起。坐在教室里，不经意的看到了大黑板旁的小黑板上写着“距高考还有248天”。248三个字还得意写得很大，大的让我莫名的恐慌，像是有点喘不过气。看着周围忙碌的同学，他们深沉压抑的脸似乎都挂着希望。一切仍在悄无声息的进行。这个教室仿佛一个无声的工厂，生产希望，然后我们就用我们的青春作为筹码来交换。我们就像一件件的产品，通过考试的检测后贴上合格或不合格的标签。可我却被贴上了一个大大的问号，问号下面是一段文字说明：未知品，成分不明，待定。我大脑里也就满是问号的不知道是该继续发扬光大还是积极的改造，就像鲁迅笔下的阿q一样一脸茫然，每天都诚惶诚恐的彷徨等待，却不知道是在等待着什么。

也许明天太阳依然会升起，有些人却已悄然不在。

那夜，天空中沒有星光闪烁，我们却感觉到了彼此的微笑；那天，心中沒有太阳，深藏的泪水却折射出了光芒。

也许，一切已灰飞烟灭，剩下飘渺的烟雾，熏红了双眼，也

随风散去——

放假的演讲稿篇八

大家晚上好！

我演讲的题目是我的大学生活，很高兴今天能给我这样一个机会站在这里，来表达我内心对大学的那份感情，对学生会的那份憧憬。

大学，一个丰富多采的世界。酸甜苦辣都是大学的经纬点。

有人说大学生生活绚丽多彩的，也有人说大学生生活是无聊空洞、浪费青春的。也许，后者更多一些。是的，其实，他们说的都是正确的，因为真实经历，他们才会那么说，这两者是不矛盾的。这是因为在大学里，有的人确实过得很充实、很开心，深深留恋这块他们认为是一辈子都无法重复的净土。也有的人，从一踏进校园就很失望，觉得一切都跟自己想像的不一样。从此浑浑噩噩混日子，最终醒悟的时候才猛然发觉，仿佛一夜之间，大学已经过去，随之逝去的还有自己宝贵的青春。记住，只有后悔大学混了几年的人，而不会有后悔上了大学的人。即使是那些在校时贬得他的母校犹如人间地狱的人，多年以后，回忆起大学时光，也往往会感慨万分，甚至泪流满面。不管你未来大学过得如何，至少你要时刻提醒自己：人生只有一个大学阶段。

当我独自一人静静待着的时候，我都会陷入深深的沉思：难道就要这样昏昏噩噩地度过四年的大学时光吗？难道青春就是这样碌碌无为、没有光彩吗？不，不，不是这样的，大学的生活应该不单要学习，还应该有更丰富多彩的内容。于是我重新规划了我的大学生活。具体到了每一天，并且每天都要落实。还积极的参加了一些课外活动。

如今这个学期快接近尾声了，在这几个月里有酸也有甜，也

有苦，也有乐。虽然每天有点累，有点忙，但我觉得过的很充实。

我想大学生活未必是灿烂的，因为我们要经历寻求、寻找，完善的成长；大学生活未必是富有的，因为我们要走出校园，面对社会，各种压力的挑战；但，大学是美好的，它让我们学会了独立，学会了坚强，完善了自我；大学生活是精彩的，是富有意义的阶段，是成就梦想、展示自我的平台，是人生一幅美丽的画卷。

我希冀拥有天使的双翼，我渴求归期梦想的芳园，我甘愿尝试披荆斩棘的历程。我的心愿就是让理想漫过青春，让幸福滋养生命。也许，我有机会牵系昨日的往事之手；有能力珍惜今朝的红尘之烟；有理想勾勒未来的幸福之州，那么飞奔的时间老人会在灿烂的日子里赐予成长的诗篇！

美好的年华，没有理由不走下去，没有理由不敢走进未来。最后，希望我的大学，有一个美好的开场，动人的过程，完美的谢幕！