

2023年积极向上的演讲稿(精选9篇)

演讲稿具有宣传，鼓动，教育和欣赏等作用，它可以把演讲者的观点，主张与思想感情传达给听众以及读者，使他们信服并在思想感情上产生共鸣。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？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。

积极向上的演讲稿篇一

亲爱的同学们：

大家早上好！

今天我演讲的题目是[生活学习需要乐观心态]。

初三的学习生活是担心而丰富的’，而初三生活的快乐与痛苦取决你自己的心态。

学习生活中，我们难免会遇到挫折艰难甚至强烈的打击，此时拥有乐观的心态是至关重要的。

刘邦表面上不如项羽有出息，曾经26次被项羽打败，有时还被打得落荒而逃，连妻子孩子都顾不上。但是，他没有因此而失去信心，他承受了所有惨败造成的心理压力焦虑挫折感愧疚感，这恰恰证明了他拥有良好的心态。而项羽不然，一旦失败，则自尽而亡了，其实项羽并没输在武力上，而是输在心态上。

如何培养乐观的心态呢？

1、积极乐观的心态需要长期不懈的学习，它就像一种熟练的技艺，手到自然心到，很快就会成为习惯。

- 2、与你过去的失败经验彻底决裂，消除你脑海中那些与积极心态背道而驰的所有不良因素。
- 3、找出自己一生中最想得到的东西，并且立即开始行动，努力追寻你的目标。
- 4、你要了解真正的挫折是什么？事实上，打倒你的并不是挫折本身，而是你面对挫折时所抱持的悲观态度。
- 5、改掉你的坏习惯，持续一个月，你天天减少一项恶习，并于每周反省自己努力的成果。假如你需要别人的帮助，不要怕不好意思，你应积极向那些能给你帮助的人求助。
- 6、自怜会毁灭一个人的独立人格，你要相信，惟独自己才是你唯一能够随时依靠的人。将你的全部思想用来做你想做的事情，而不要留半点思维空间给那些胡思乱想。
- 7、找到适合你自己心理与生理的心活状态，不要羡慕他人，更不要浪费时间，要把握自己的一切。

有的人在生活中跌倒了，便微笑的爬起来，笑吟：“长风破浪会有时，直挂云帆济苍海”于是，他对生活微笑，生活也会对他微笑，他以乐观的心态选择了生活，生活便接纳了他。

其实，生活总是美的，总是如诗画一般的，活的情趣是无限的，主要看人们用美得眼睛能去发明——老子笑眯眯的骑着一头黄牛，西出关塞，欣赏诗画人生，庄子乐于生活，幽默诙谐，陶令撒菊南山，“临清溪而赋诗”，李白豪游举国，而发出了“且放白鹿青崖间，须行即骑访名山”之叹，袁中郎辞官而游，长叹“人闲也如是，放觉景丽也如此。”这些，都是生活给他们的，拥有一个乐观的心态才有真正的生活。

林语堂先生在[生活的艺术]中说，他所喜爱的便是听听窗外的小鸟的叫声，工厂发出的机械声云云，而我，此刻所满足

的，便是在一天的忙碌后，拿一本书，泡一杯茶或咖啡，静静的坐着，或看书，或欣赏夕阳晚霞，或看看静静的夜空，去肃静的专心体会这诗画般的生活。这是一种多么乐观积极的心态！

陶令用诗，菊，南山编绘了他诗画般的人生，嵇康用酒，琴编织了他自己的人生，李白让诗，酒陪伴着自己，苏轼乐于明月，清风，金樽，柳永则喜爱佳人，词章，他们都找到了自己诗画样的人生，他们都体会了生活的情趣。

生活总是如诗如画的，活着的情趣总是无限的，有的人埋怨生活的压抑，郁郁平生；有人发明了生活的情趣，成就人生。这样，他就完成了一个重要的转变，他的生活也便变的光明起来。

积极向上的演讲稿篇二

世上的各种事物，全凭你自己如何去想。用健康、积极、快乐的眼光，用欣赏的态度去对待事物，你会觉得一切都是那么美好；当你用挑剔、鄙夷、悲哀的眼光，用批评的态度去看待事物，那么就只能永远生活在绝望的环境中。

心态是要靠自己去掌握，去调整的。曾经读过这样一个故事：乐观的人看半杯水，他会想，我还有半杯水。于是每天注入一滴水，终于有一天水溢出了；而悲观的人看半杯水，他想着，我只有半杯水了，于是终日愁眉不展，最后有一天水全干了。

乐观、积极的人用健康的向上的心态助自己成功，让自己快乐地活着；而悲观消极的人用病态的心态让自己永远活在阴霾里，让自己在绝望中痛苦地徘徊。

成功的心态不是在成功之后才培养出来的，成功的心态是在未成功前千百次的失败中磨练出来的。心态对于一个人来说

至关重要，它决定着你的将来，你的成功与失败。

心态是我们自己掌握的，因为我们有自由的思想，自由的心灵，我们不被某种力量所约束，我们是自由的，在面临一切不如意的事情时，我们可以用美好的心态去面对，那么我们就不会感到绝望。

成功与失败并存，希望与失望相伴，生与死相随，祸与福相依……我们掌握了自己的心态，让自己保持健康向上的热情，我们就成功了一半！

积极向上的演讲稿篇三

老师、同学们：

大家好，今天我演讲的题目是《舞动的春天》。

“野火烧不尽，春风吹又生”剥开*的泥土，又闻到了嫩绿的气息，春天在舞动，祖国在搏击，我们在拼搏。作为一名学生，我们应该怎样做，如何把握好分分秒秒，让我们的成绩更加优秀，让我们的阅历更加丰富，让我们的人生更加精彩！答案只有一句，那就是：以钢铁般的意志。持之以恒，顽强拼搏。

或许你曾经拼搏过，但并没有成功，但是如果你不努力，不奋进，那么你必将失败。纵观古今中外，无论是先秦时代的诸子百家，还是名扬四海一统天下的英雄帝王；无论是经济十分繁荣发达的美国，还是正在崛起的中国，谁不是经历了命运的严冬，又顶住了落魄的风雪，艰忍而行，不懈努力，才赢得了成功。

从小家境贫寒范仲淹，为了读书，他省吃俭用。终于，他的勤奋好学感动了寺院长老，长老送他到南都学舍学习。范仲淹依然坚持简朴的生活习惯，不接受富家子弟的馈赠，以磨

砺自己的意志。经过刻苦攻读，他终于成为了伟大的文学家。

山，因其形而巍峨；水，因其势而磅礴；人则因勤奋拼搏而伟大。一个不断进取，不断奋斗，不断拼搏的人生才是有意义的人生，才是有价值的人生。

或许你现在并未成功，但成功的星光依然在黑暗的夜空中闪耀，遥远的未来别去等待，今朝就要用勤奋去为梦想而灌溉。

自然的春天来到了，人生的春天你我正在经历着，只要你努力，去搏击去奋斗，那么成功的春天也在向你招手。

积极向上的演讲稿篇四

亲爱的老师，同学们：

大家好！

在演讲之前我想说，我们的班集体是乐观向上，团结一致的，我们班大部分同学的脸上也露出笑容，无时无刻不有着开心的模样。

而今天我所演讲的题目就是《生活学习需要乐观心态》

首先，请大家听一个故事

乐观者与悲观者在争论三个问题：

第一个问题：希望是什么？

悲观者说：是地平线，就算看得道，也永远走不到。乐观者说：是启明星，能告诉人们曙光就在前头。

第二个问题：风是什么？

悲观者说：是浪的帮凶，能把你埋葬在大海深处。乐观者说：是帆的伙伴，能把你送到胜利的彼岸。

第三个问题：生命是不是花？

悲观者说：是又怎样，开败了也就没了。乐观者说：不，它能留下甘甜的果。

乐观者与悲观者就这么你一言我一语，针锋相对，只不过他们都不知道，此时向他们提问的就是上帝。他们更不知道，就是因为这场争论，上帝给了他们两样不同的礼物。给了乐观者勇气，给了悲观者眼泪。我们的学习生活是紧张而丰富的，而学习生活的快乐与痛苦取决你自己的心态。学习生活中，我们难免会遇到挫折、困难、甚至强烈的打击，此时拥有乐观的心态是至关重要的。有一句话说得好：“即使处境危难，也要寻找积极因素。这样，你就不会放弃取得微小胜利的努力。你越乐观，你克服困难的勇气就越会倍增。一切的和谐与平衡，健康与健美，成功与幸福，都是由乐观与希望的向上心理产生与造成的。”

下面请大家想一想：是否因为老师对你的批评而耿耿于怀；是否因为父母亲对你的责备而暗地抱怨；是否因为学习成绩不理想、总是害怕老师和家长的怪罪；是否因为与同学间相处不和、总是感觉心中沉闷、压抑...这些都是心理上的不平衡，是一种不健康的心理状态。而当我遇到这些问题的时候，常常都是一笑而过，没有什么大不了的，只要怀着乐观的心态去面对任何事情，风雨终将会逝去，阳光必定会到来！请大家把那些不顺心、不如意抛去吧！有一首歌唱得好：“天空是绵绵的糖，就算塌下来又怎样；雨下再大又怎样，干脆开心地淋一场??”

同学们，月有阴晴圆缺，人有旦夕祸福，生活中的挫折就像是一首歌曲的音符，正确面对你才能弹奏出人生的乐章。让我们保持乐观的心态，一步一个脚印，努力提高我们的学习

成绩；面带微笑，快快乐乐度过每一天。

祝大家每天都有好心情，笑口常开！

也希望大家能怀有乐观心态去对待每一件让你不顺心的事情！

谢谢大家~

陶**

积极向上的演讲稿篇五

尊敬家长代表、各位老师、亲爱的同学们：

大家下午好！在春天这个播种希望的季节，我们进入了20xx年高考百日冲刺阶段。

高中是人生最重要的阶段，高中三年的学习生活必然给同学们留下了永恒的、美好的记忆。而高考前的xxx天，无疑将会是高中学习阶段中最忙碌，最艰难，最关键，也是最难忘的日子。能否把握住这最后的xxx天至关重要。今天的誓师大会就是要进一步表明学校对同学们的重视和关注，就是要进一步激发同学们学习的激情、信心和毅力，为实现同学们个人的目标而冲刺。

xxx天时间任何奇迹都可能发生。三年前你怎样，甚至昨天的你怎样都不重要，重要的是从今天起的今后xxx天你会怎样。

在这里，我提四点建议：

一是信任老师、教学相长。今年高三的教师团队是十分优秀的团队，要相信老师们的高考复习策略是正确科学的，要在老师帮助下制定复习计划和策略，要认真落实老师的要求，力求实效！

二是备战高考、重在课堂。对同学们而言，课堂是备战高考的主渠道，是决胜高考的主战场。因此，希望同学们有序、高效上好每一节课，熟悉和储存每一个考点，建好各学科的高考知识体系，把知识内化为自己的东西，活学活用！

三是模拟训练、以练当真。当下，高考一轮复习基本结束，在未来的xxx天复习备考中，高考模拟训练，是一个非常重要的环节，希望同学们重视模拟训练，提升自己答题的技能技巧，锻炼自己的应考能力。在考试中反思、提高，在考试中学会考试！

四是身体健康、心态阳光。距离高考xxx天，同学们艰苦拼搏、昼夜苦战，可以理解；但要保证身体健康，要学会及时调整，保持阳光的心态、积极的情绪。努力做的自己！

同学们，最后xxx天我们和所有老师都将继续与你们同行，真诚祝福你们顺利走过xxx天，一起满怀信心迎接辉煌时刻的到来！预祝同学们心想事成、梦想成真！

谢谢大家！

此致

敬礼

积极向上的演讲稿篇六

尊敬的评委老师，各位朋友：

大家好！

时间如江河流水，在缓缓前行中过去了就不再回来；人生亦如江河流水，有些理想愿望错过了就不能重来……所以每个师德联合的教师都知道：时不我待，行动就在此刻！

青春如那静夜的昙花，开放时千娇百媚纯白圣洁却没有引起足够的重视，等时间流逝后人们看到的只有花影低垂芳容不在，所以世间有很多的人徒然叹息。青春相对于时间，如花儿般脆弱，如流水般易逝……对于深知其中道理的我们，作为树德联合的教师，这是我们的事业而不仅仅是职业，我们把握青春在手，积极奋斗只争朝夕。

青春是现场直播，没有剧本也没有时间给我们演练和彩排，我们是这独幕剧中的编剧导演兼演员。在树德联合这青春大舞台的演出中，我们没有退路只有前进并且容不得半点的疏忽：对工作做到主动、热忱和敬业，根据实际情况制定切合实际的计划，同时要有坚决的执行力，冷静、果敢地采取行动，一心一意地将上级安排的任务完成，坚持不懈地把自己的理想实现！

此致

敬礼

积极向上的演讲稿篇七

亲爱的老师，同学们：

大家好！

乐观是一把结实的伞，为你遮风挡雨；乐观是一件厚厚的棉衣，为你抵御严寒；乐观是一张柔软的床，你累了，让你忘记疲惫；乐观是一条干爽的毛巾，你哭了，为你拂去心中的泪水；乐观是一杯甜甜的冰红茶，你笑了，让你从嘴里甜到心里。

乐观是一种财富，是一种精神的财富，它让你在面对不幸时，不会对生活失望，对人生绝望，反而会更增一份自信，有信心战胜困难。

具有乐观精神的人，往往会把眼前的困难看作是一个个垫脚石，是通往成功道路上的基石，他们甚至会感谢老天赐予他们困难。著名科学家史蒂芬·霍金，是一个高度残疾人，全身上下只有两根手指可以活动，但是他并没有对生活失去信心，反而在科学的领域上作出了卓越的贡献。是什么让他能够支撑下去？是他的那种乐观的精神，他说，虽然自己没有了活动的自由，但是自己还拥有了许多，有爱自己的人和自己所爱的人，有爱自己的亲人、朋友……多么难得的乐观啊！他不因自己的身体的缺陷而放弃，更加奋发向上，有所作为，有所成就。乐观地面对生活，我想这就是霍金有所成就的前提吧！

沉浸在悲观中的人们啊！请你们醒醒吧！乐观地面对生活，你会发现你会得到一种精神的财富！

我的演讲完毕。

谢谢大家！

此致

敬礼

积极向上的演讲稿篇八

亲爱的老师，同学们：

大家好！

人生在世，“奋斗”二字。作为一个顶天立地的人，你要无怨无悔地走完自己的人生历程。怎样才能充实地走完这段历程，这是一个值得思考的问题。

处在当今社会，身边多有人抱怨竞争太大，机会太少，殊不知人才成长具有一定规律，把握它，便能事半功倍。

奋斗是人在身处逆境、面临考验的时候的一种拼搏精神，是人的一种可贵品质。古往今来，成大事者无不经历过这样一段过程：居里夫人在发现镭的实验中，其实验条件是非常简陋的；莱特兄弟在制作飞机时曾受到无情的嘲笑。但他们都没有放弃自己心中的信念，坚持奋斗，最终取得了成功。我们新时代的青年也要有这样的奋斗精神。

我的演讲完毕，谢谢大家！

积极向上的演讲稿篇九

敬爱的老师，亲爱的同学：

成功的意义不在于你取得多大的成就，也不在于你有多么的伟大。因为，成功总会与努力过的人握手，只要享受了努力的过程，我们就不是失败者。

有一首耳熟能详的台湾名歌——《蜗牛与黄鹂鸟》正是围绕着一种坚持不懈的精神而创作的。歌中的蜗牛虽然并未成功，但它毕竟努力过了，和黄鹂鸟相比，它的历程要艰难许多，重重的壳裹着蜗牛的仰望，可蜗牛并没有轻言放弃，而是一步一步的往上爬，即使失败了，也得到了大家的尊敬。

努力过，就不是失败者！努力过，失败也是美丽的！在现实生活中，有些同学一经失败就放弃了对人生梦想的追求。可是，失败了又有什么关系呢？只要我们能振作起来，不放弃对人生梦想的追求，做一只勤奋的蜗牛，坚定向前，持之以恒，我们就是命运的主宰者，我们就是驶向彼岸的船只。我想，如果说失败是成功之母，那么，坚持就必须是成功之父。

有一个这样的故事发人深省：有一个孩子，他是当地出了名的“弱智儿”。三岁时还不会说话，六岁时被教师叫到名字时竟然呆若木鸡，同学们讥笑他，连教师也不喜欢他。

有一次的手工课，小男孩很想做一个精美的小板凳，但直到下课他还没有做完，还急得满头大汗。第二天早上，他才交给教师一个很难看的小板凳，教师生气地说：“世界上不会再有比这更差的凳子了。”小男孩拿出了两个更粗糙的小板凳，说：“有，还有比这个更差的。”原先，这是他第三次制作的，第一次，每二次制作的更难看。这个小男孩就是举世闻名的科学巨人——爱因斯坦，他正是凭着不懈的追求，才获得伟大成就的。

其实，世界上并没有什么天才，但我们能够做一只脚踏实地的蜗牛，一步一个脚印地向着心中的目标前进，只要坚持不懈，持之以恒，我们都能登上人生的珠峰。

同学们!让我们以坚持不懈的精神，唤起心中学习的活力，乘着知识的列车，迈着坚定的步伐就必须能到达成功的彼岸。

此致

敬礼