

# 最新演讲稿英语版 勤俭节约的英文演讲稿 (精选10篇)

演讲稿是一种实用性比较强的文稿，是为演讲准备的书面材料。在现在的社会生活中，用到演讲稿的地方越来越多。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。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。

## 演讲稿英语版篇一

大家下午好！我演讲的题目是：勤俭节约，永恒的话题。

在座的各位必须从小就会背一首诗：“锄禾日当午，汗滴禾下土，谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”。小时候我们就明白要节省一粒米，农民伯伯太辛苦，我们吃的每一口粮食都是用雨水和汗水浇灌的。千百年来勤俭节约的思想一向贯穿于中华民族的进步史中。古人有训“一粥一饭，当思来之不易；一丝一缕，恒念物力维艰”。即使在这天，人们越来越讲究吃穿，讲究档次，国家也鼓励消费。但我要说的是鼓励消费，更要严禁消费过程中的浪费，别忘了“以艰苦奋斗为荣、以骄奢淫逸为耻”，更别忘了“浪费是极大的犯罪”。勤俭节约至今仍然是我们应当树立的正确的荣辱观，人生观。我们不能仅仅把它当作一句口号，在当今时代“勤俭节约、艰苦奋斗”，被赋予了新的历史好处和使命。

古今中外，无论是发达的国家，还是发展中的国家，都将艰苦朴素作为一种美德。联合国专门把10月31日设立为“勤俭日”，时时提醒人们在新世纪仍然要坚持艰苦朴素、勤俭节约的美德。小到一个人、一个家庭，大到一个国家、整个人类，要想生存，要想发展，都离不开“勤俭节约”这四个字。能够说修身、齐家、治国都不得不勤俭节约。李商隐有句名言“历览前贤国与家，成由勤俭败由奢”。历史也反复证明了

这个道理：一个没有“勤俭节约、艰苦奋斗”精神作支撑的国家是难以繁荣昌盛的；没有勤俭节约精神作支撑的社会是难以长治久安的；没有勤俭节约精神作支撑的民族是难以自立自强的。

勤俭是咱们的传家宝啊，社会主义建设离不了。能够看到全国自上而下都在为建设节约型社会而努力。就拿正在召开的政协会议来说，本着节俭和环保的原则，将会期缩短到了8天半。政协委员的食宿都安排都力求节约。集中住宿，减少车辆往来接送造成的浪费；委员们下榻的房间内，也没有带给一次性的洗漱用品。为了节约纸张，尽量减少纸质文件的传送和打印，而将提案用电子文档传到委员们的电脑上。

有人问：“我能做什么？”答案很简单：从我做起，从小事做起，从自身岗位做起。对，就是这么简单！大家能够想一想，在我们洗脸刷牙、洗头洗澡、每一天上班前打扫卫生的时候，是不是在意的节约了一滴水？在我们使用电灯、空调、电脑、饮水机的时候，是不是刻意的节约了一度电？在我们复印打印文件的时候是不是把纸张两面使用，节省了一张纸？建设节约型社会就是需要我们从身边的小事做起，从节约一滴水、一度电、一升油、一张纸开始。日子久了就会养成节约的好习惯。

我还想个性提到的是节约用水，因为再过几天(3.22)就是“世界水日”。水，作为生命之液哺育着人类和天地间万千生物。在因为人口增长、不合理使用、污染和全球变暖时，地球的生命之源已经向人类亮出黄牌。长期以来，人们普遍认为水是“取之不尽，用之不竭”的，不明白去爱惜，而浪费挥霍，但大家是否明白我国水资源人均占有量仅为世界人均占有量的四分之一，随着我国社会和经济的发展，水的缺口越来越大，目前我国农村还有3000多万人饮水困难，全国有110多个严重缺水的城市。人为的浪费和没有合理利用水源以及严重的污染等问题，使水资源更加缺乏。

节水，是国情所迫。一场大旱，举国关注，因为抗旱关乎13亿人的“吃饭”问题。不仅仅立足当下抗旱，还需着眼节水才是长远之计。从中央到地方，各级政府都在千方百计投入超多财力物力，增加抗旱水源。可还是有一些农民家庭已经注定粮食要颗粒无收了。合理利用水资源，开源节流已经是农业发展的当务之急。

还有，在我国西北的严重缺水地区，有很多家庭每一天的用水要依靠肩担手提，甚至赶着牲口走几十里山路驼运。洗脸已经是很奢侈的事情了。大家也明白有的地方人一辈子只洗一次澡。幸好从20xx年中国妇女发展基金会发起了“母亲水窖”行动，修建水窖10万多眼，帮忙120多万老百姓的摆脱了生存困难。应对这些我们还有什么理由不节约用水。

今后在当你眼睁睁的看着水龙头滴答滴答没有拧紧时，你是不是能伸把手把它拧紧?在你下班离开办公室时，会不会检查一下关没关电脑、打印机?但是此刻已经让人感到欣慰的是许多人养成了两面使用打印纸的习惯;大家都很乐意使用节能灯具;以前办公室用纸发的通知、文件，此刻也改成了电子文档，推进了无纸化办公。

最后我要说：勤俭节约不是一时的、而是永恒的话题。让我们用心行动起来，牢固树立资源意识和节俭意识，“让节约成为习惯”、“让节约成为我们的生活方式”。从每一件小事做起，用实际行动为建设节约型社会为作出贡献!期望我的演讲能引起大家自发的自觉的节约意识。谢谢大家。

## 演讲稿英语版篇二

这一瞬间，便是旅行的永恒。了解世间，看惯物是人非，便是旅行的意义。以下是小编为大家收集整理的关于旅行演讲稿范文全部内容了，希望大家会喜欢。如果您喜欢这篇文章，请分享给您的小伙伴们吧!欢迎持续关注我们的后续更新。

## 关于旅行演讲稿范文(一)

回望初中，过去那些经历还历历在目。在初中收获的一切，许是在清晨透进教学楼的那一缕阳光般的感动；许是运动会时难忘新奇的愉悦与激动，许是考试失利后那一抹短暂的阴霾。点点滴滴汇成一场长达三年的旅行。

我认为是的，青春是灿烂。在负责承办黑板报时，那每一丝思考，每一笔描绘，每一抹色彩，也像是在执笔装点青春的画板。我依稀记得那最后一次的黑板报，我与同学在黑板报上绘出了一片星空，属于我们的星空，墨蓝色的笔触，鹅黄色的星点。也像是一个个梦想，在自己的天空中闪烁着独一无二的光芒。

我也认为着，青春是总拥有着些许晦暗的。突如其来的意外，也让我意识到了生命的可贵与脆弱。那天早上的阳光变得非常冰凉，大家的真心祝愿与祈福，却依旧没有唤醒伙伴，青春总是存在着些许无力。

在这段说长不长，说短不短的旅行中，我学会了很多，懂得了很多，也纵使青春迷茫，但依旧会行进在人生这探寻之旅的路上。

人生不可能十全十美，也不可能一直晦暗，总会是苦中带甜，甜中带苦，在这条道路上你会遇见你的知己，见证友谊的成长。在你不敢前行时，她会在后面握住你的手，抚平你内心的紧张，在你遇到麻烦内心一片混乱时，她会只言片语便打开你心中拧成一团的绳结，我想感谢我们班的同学，是他们给了我这样的机会。而在这最后几十米秒里，我想感谢一个人，她虽然看似胆小，但实际她比任何人都坚强，她的文采远超于我，他的言语有时也带着温柔，她有她兔子般的温顺，也有如白狼般的好强心，她为人真诚，也有如兔子班的机敏。在这里，我想对你说：在这三年里，我会是你坚强的后盾。

当然，我也同样期待着，在接下来的旅途中，依旧可以遇见许多如同这样，让我感到幸运的风景。

## 关于旅行演讲稿范文(二)

——文章来源网络，仅供参考

近来，不知为什么，“旅行”这一个词被炒的火热，在电视、书籍、报纸的出现率极高。每遇放假说的最多的也是“来一场说走就走的旅行吧”。

不知是不是这样浓浓的氛围影响了我，以前那个胆小不敢一个人出远门的我，在心里也萌发了一个关于一个人旅行的想法。

想法一旦产生了，似乎就很难割舍下，那段时间我疯狂的翻阅旅行杂志，在微博上关注各地有名景点的旅行攻略，我计算着我即将的假期，选定我想要拜访的城市的景点，一切都做的一丝不苟，只因为心中那个关于旅行的梦。

但是不管我准备的再充分，那一次我还是没有去成，因为我计算的那个假日使我无法行走远方。失望迅速将我包裹，那个假日我依旧窝在寝室看着无聊的肥皂剧，消磨着时光。

前几日和朋友一同吃过了饭，朋友突然问我旅行的意义，这个问题使我猝不及防，我不想随便说个理搪塞朋友，所以我认真思考了好一会儿才回答她。我是这样回答她的“我心中关于旅行的意义其实很简单，无非是两点。一是相遇陌生，探索异域。二是将情感托付山水美景，终不负我。”不知朋友听了我的回答赞同与否，她没说我也没问，因为不管她赞不赞同我的观点都不影响我们之间的情谊。

“相遇陌生，探索异域”这个关于旅行的看法我很赞同，我们所去要游玩的地点对我们来说是陌生的，那里是陌生的城

市，陌生的风景，陌生的人。而旅行中的我们就是在这一片陌生的异域去探索熟悉，去发现美。这便是我们旅行的价值。

如果把旅行仅仅当做是一件任务或者是向别人炫耀的资本，这无疑是丧失了旅行的真正意义，然而在这个速食社会这样的情况确实存在。

你如果出去旅游你就会发现这样的现象，对于这些知名的景点，来来往往的行人的确不少，去那个地方那个景点的人也的确很多，但真正认真欣赏那里的美景的又有几个呢？人们仿佛已经陷入了，一但去旅游就迅速找当地知名景点和它合影证明自己来过的怪圈。咔嚓咔嚓的声音早已使旅游失去以前的纯粹，我不知道这样的旅行有何价值。

——文章来源网络，仅供参考

队等候上。然后随着汹涌的人海走进走出，今天也差不多结束了，然后明天只是换另一个地方去等待，这样的旅行仅仅只是劳民伤财而已。

真正意义上的旅行不是一定要去看名流大川，去熙熙攘攘的街道拥挤，真正的旅行是带上一个简单的背包一颗淡然的心，将此刻所有的情感寄托在山水之中。我可以带着简易的行装，沐浴着夕阳的余晖，去寻找我心中的乐园，将生活中烦恼在美景中抛掉，将自己融于大自然之中。

对于旅行我们要做到不随波逐流，做到相遇陌生探索异域，做到将此刻的心情托付于山水风景。

关于旅行演讲稿范文(三)

一旦在路上，总有一种风景让你流连。

那天偶然看了一个访谈节目，里面有个嘉宾说，他有时会突

然想去看海，可是真正驱车前往后，又觉得索然无味了，倒不如只是在互联网上搜索一些他人出游的照片，就像自己也去了那般。

我想，他一定不明白旅行的意义。

我们寻访一处风景，总会带着独一无二的愿望。这意味着，在发现之旅中，我们的人生逐渐丰盈起来。所有看到的、听到的、触摸到的，都变得立体而具象。只有当你双脚踏入溪中，才能知道为何那里的孩子们会有城市里见不到的清澈眼神。只有你用手摸到城墙上温热的砖块，才会体味出古城不一样的历史韵味。带着愿望去旅行，才能记得，某段时光里，自己最特别的样子。

穿梭时空，在那条神奇的隧道里，与前人充满睿智的交谈。你的寻访中，有你的想象。昨夜又东风的小楼上，词人的背影落寞黯然。金陵绝唱，属于他的舞台从来不是孤单王座，你想问他，如果没有生在帝王家，又会写下怎样的词作呢？金戈铁马的战场上，他是杀伐果决的战士；元宵夜的临安街头，他是沉醉风景、众里寻一的少年人。你也好奇，灯火阑珊处的那人，是不是心向往之的样子。用一阙词，忆一座城，你喜欢上的，是千分之一的风景。可最后真正让你留恋的，却是全部。

——文章来源网络，仅供参考

铁鞋不还家。旅行也并非十全十美，你难免遇见失望，但也没关系。陌生的地点，崭新的自己，似乎很容易治愈。画船上一段悠扬的旋律，风中一阵诱人的香气，街边造型奇特的公交站台，都是让人恢复笑颜的积极因子。即使要远离，即便久不再来，那它也是，不轻不重，恰到好处的一笔。偶尔想起来，还是觉得愉悦而甜蜜。

我大体算不上是个积极的游客，也说不出关于旅行的、多么

动听的话语。或许旅行的意义，不过是，多走走，多看看不一样的风景。又或许，你能在每段旅程，遇见不一样的自己就不虚此行了。

#### 关于旅行演讲稿范文(四)

尊敬的各位领导、老师，亲爱的同学们：

大家好!我的名字叫xx是来自xx专业x班的同学。在这里，我首先感谢旅游系学生会给予我一个竞选部长的机会，使我找到了一个为旅游系奉献自己青春的途径。这一次我竞选的是体育部部长。希望能为旅游系有关于体育活动方面。使各项工作能够更好地完成。

我有绝对的信心相信自己可以胜任能够胜任这份工作。主要是有以下这三点。

第一，我有足够的工作热情。热情是做一切事情的原动力。在这一年的学生会工作里面，我深知一名好的学生干部首要的就是要有工作热情。拥有了热情才能主动服务于同学，才能成为同学的朋友，进而成为老师的助手!

第二，我深知责任的重要性。每个人都应该有这样的信心：人所能负的责任，我必能负；人所不能的责任，我亦能付。如此你才能磨练自己，比任何人更加承担一切。工作需要的是—份责任，需要的是有人去承担。

最后一点，也是最为重要的一点。这就是拥有一颗坚定不移的心。一个人要实现自己的理想，必须对自己所坚持的信念深信不疑。若我将的理想说出来的话，身边的人必然会用嘲笑语气对你说：你去做梦吧!这时候我只能你说：你这笨蛋，如果我是一个只会整天发白日梦的人，那我今天能站在这竞选的舞台上面吗?我相信旅游系将会是全院最好的系。你说我是神经病，那都是乌托邦。那只能说：我一直坚信痛苦与挫



折总会走到尽头，总有一天会证明我是对的。一定是!因为我的意志能控制一切!这就是我对所有质疑的回答。

到最后，希望大家能够支持我，投我一票，谢谢。

——文章来源网络，仅供参考

希望是你想要的类型，不对我再推荐!

关于旅行演讲稿范文(五)

我老说自己是一个喜欢旅行的人，但掐指一算，一只手的手指头就可以算清楚我到底游过几个地方。囧!数量真心少得可怜。

看着朋友们在空间里在朋友圈里，陆续上传各自旅行的照片，不禁感叹：他们才是热爱旅行的人啊!他们实践了自己的旅行计划，而我却只是在脑子里面欢喜的想想。然后在计划的时间到了之后，让脑子里所有yy的画面都在现实的没做到中化成泡影。

可悲!可泣!可叹!

本打算利用今年五月中旬学校运动会的五天时间出去一次，地点选在厦门。只可惜世事难料!汗，一门选修课的考试居然安排在了运动会期间，硬生生的直接夺走了我们活活两天时间!我无言以吐槽。老师，作为一个失败的教育工作者，您真是太成功了!成全自己，恶心了自己的学生。

如果这算是一个借口，那么我还找到了另外一个借口。

在三月份的科目三考试中，我有惊无险的挂了，挂得那个叫淡定从容，脸不红心不跳。可是，没过一会，后怕就来了：我再也不敢学车了，再也不碰车了，连补考，我都不愿意参

加了!怕,成了我心中的恶魔,吞噬了我所有的自信。

相信大家都明白,学车是灰常烧钱的,是的,是烧钱!

在四月份的时候,我想清楚了,补考,还是要考的吧。尽管害怕,最终还是要带着恐惧煎熬前行。只有在你成功的完成了你所害怕的事情,你对这件事情的恐惧才会渐渐消散。我参加了补考!什么?补考费七百!好吧,勤工助学两个月的钱,就这样白白的从我的口袋里溜走了。心痛又能怎样?试还是要考的。只可惜来回厦门的两张动车票没有了.....旅行,有两大硬伤:一是没钱,二是没时间。那么我应该都占全了吧,哈哈!然后再附带点什么没有我想要一起去的小伙伴等等借口,理由就完美得真没话说。

忽然听闻,一个好朋友又一个人出去旅行了。惊呆!纳尼?不会是跟妹子一起去的吧!真不敢相信。

——文章来源网络,仅供参考

很多我办不到的事,别人却可以做得轻而易举。我和别人完全不能进行比较,因为我们都不在同一个频道同一个层次,我太low了。

不去经历,你永远都不会知道你所走的旅途究竟会是怎样。也许比想象的美,也许比想象的糟,但你永远也不会知道答案。这就是一个想象派的悲剧!

五一时,一个玩得特好的朋友来杭州玩。那么,西湖肯定是要逛的,也许她这辈子也就只来这么一次。对于自然风光,你会有怎么样的一种感觉?西湖我已经去过很多次了,但这一次的感觉还很清晰。

在学校呆得太久,出去走走,觉得人忽然就变得特别的新鲜和清新,感觉在学校所有的不愉快都抛到了九霄云外。忘却

烦恼，是大自然赠与我的礼物！

在苏堤和白堤上，看见一家人爸爸妈妈孩子有说有笑，或两个人男朋友女朋友，老公老婆，老伴儿甜蜜相伴，顿觉温馨，心生羡慕！也许是我到了适婚的年龄了，所以心底强烈的潜在意愿就被不经意的唤醒。是我长得太着急，连我的心都跟着着急了！

或许，行走，最累的是脚，然后是身体，疲惫的是精神！但是走过之后你会发现，有些事，累也累得很值得，比如逛西湖。

记得好朋友的舍友要提前一天离开，她要一个人独闯武汉，我真佩服这个汉子般的妹子。一起聊天时，听她讲起她曾一个人怀揣五百块钱独奔广州，讲着讲着她都开始被自己的勇敢震惊到，我想：那些记忆早已是她生命中无法磨灭的宝贵财富，连自己讲出来都会被自己吓到！

火车是七点的，然而我们六点才到文泽路口地铁站。等她到了城战火车站，已经七点过了。改签吧，发现手机没电了！到附近充点电，坑姐的小贩一块钱一分钟。实在是没办法，今天被你坑定了！一张卧铺票改签成了一张硬座票，谁知改签卧铺所退出来的钱，还不够买一张硬座的钱。哎！坑死了。手机没电始终不方便，她又只好在火车站买了一个充电宝，好吧，又是一百多，坑。火车站到处都是坑，你还别不相信，有时候你明明就知道那是一个坑，你还被逼得不得不跳，哎！

昨天也听闻一个从武汉回来的朋友错过了火车时间，他说他回不来就只有去

——文章来源网络，仅供参考

流浪了。我只想说：你浪还行，流浪就算了吧，哈哈！

还记得四年前自己一个人去深圳那次(哥哥姐姐都在那边)，

那是我人生中第一次买到站票!心碎了好久，虽然我根本不知道站票到底是个什么样的票，但我知道，我要站了，10个小时!10个小时啊!当时语文老师知道了我的情况，还建议我买一个凳子带上火车。

后来寒假回家，我才懂了，站票，其实对于某一部分的群体来说，也是一票难求。那种痛苦，刀绞般!

我没带凳子，上了车。站了一个小时，不行了，头昏脑涨。还有9个小时啊!会死人的!一位叔叔看到了我的不舒服，居然过来安慰我，叫我先坚持一会，他去帮我找找位置。后来，他真的帮我找到了座位，然后引导我过去坐了9个小时，并且全程跟我聊天，和旁边的人聊天，分享各自的所见所闻。时间过得很快，没有一丝浪费，到了深圳站后，那位叔叔把我交到我哥哥的手里，才安心的走的。

世间还是好人多啊!如果不是这次经历，我一定不会相信。

然后，大学，断断续续的去了一些地方。见识了上海的people mountain people sea太恐怖了!爬过了黄山，有钱的都坐缆车了，没钱的只好爬坡，累傻!最坑的是绍兴的樱花节，只有树，没有花，搞得我只好和宣传海报一起合了个影。不过鲁迅故居还是挺好的，读书人总是对文人骚客有一些莫名的敬仰之情。

然而，我们所体验的，仅仅只是沿途的风景吗?重要的，恐怕还有我们欣赏风景的心情吧。

旅途中，有些事是不尽如人意。例如找路，找到最后，可能就真的是在找怒了。寻路的人要明白，寻路也是我们旅行中的一部分，它教会了我们如何寻路，经历了一次，两次，三次，以后到别的城市找起来就轻车熟路了。例如累死，爬山累死，走路累死，然后就抱怨死了。话说除了安逸的享受，还有什么是不累人的呢?重要的，是我们当时的心境。

旅行，一个人，没体验过。两个人，另外一个一定要是你渴望一同上路的人才行，这样，这次旅程你才会更加期待，对你来说才更有意义。ta就是那个帮你消除疲惫，陪你一起疯癫的心甘情愿。一大群人，算了吧，还不如跟几个好朋友一起呢！

现在想想，真正的渴望，其实就是坚定的决心。只要决心坚定，还有什么

——文章来源网络，仅供参考

阻挡我们前行的绊脚石呢？没钱，没时间，都不是个事儿。就像考研，你觉得外界的因素影响你，没学习氛围，没休息环境。那都不是你的事，你的事就是好好学习，全情投入，安心考研！

如果总是有那么多外界的因素在影响我们，那就根本就不是外界的错，而是我们的心乱了，脑子乱了。

旅行，就在于增加了我们的体验，让我们张开双手放开自己！去体验不一样的世界。多美！

我过去把陈绮贞旅行的意义改编成了一个故事，那是有关于爱情！但，我们，有关人生！

——文章来源网络，仅供参考

## 演讲稿英语版篇三

您好！

首先向您辛勤的工作致以深深的敬意！同时也感谢您在百忙之中抽空阅览我的申请书。我叫，来自x班。在过去的一年里担当文艺部的副部长一职。在去年的这个时候，我提交了竞选

文艺部副部长的申请，现在我申请竞选x学院文艺部部长一职。

在文艺部工作的两年里，学生会这个群体和平台教会了我许许多多，同时我对文艺部又有了更深的理解。文艺部是由学生组成的一支为同学们服务的强有力的团队，在文艺部里，我尽心尽力的完成老师、主席、部长交给的每一项任务，尽自己全力做到最好。

在学生会这个大家庭中，让我成长，让我成熟，不管在工作方式，还是为人处事方面都得到很大的提高。通过这次申请文艺部部长一职，我不仅能很好的锻炼自己，而且也能更好地体现自己的个人价值，尽自己最大所能辅佐老师、帮助同学、服务同学。

大一刚入学加入文艺部是因为我对文艺工作有着浓厚的兴趣，而兴趣是从事一项工作的动力源泉。在老师的培养、部长们的细心指导、文艺部成员之间的相互帮助、相互配合下，自己了解并熟悉了文艺部的工作，参与、组织、策划了很多的文艺活动，也在工作的过程中得到了充分的锻炼，提高了自己的工作能力，与部门成员之间的配合也越来越默契，与团学联的其他部门的同学也建立了深厚的友谊和良好的合作关系，在工作和生活中，也都得到了他们的大力支持与帮助。

在这个充满竞争和挑战的舞台上，我想用自己的视角来展示这两年来我所经历的酸甜苦辣。酸是汗水和泪水。我犹记得自己第一次参加文艺部的面试，自己紧张的手心里全是汗珠；犹记得第一次举办活动时什么都不懂得自己紧张的换乱的跑前跑后；犹记得大型舞蹈中自己积极参与并和大家一起在烈日炎炎下辛苦排练、在这两年里，我在汗水和泪水的浇灌下，成长了很多。现在我也清楚的知道，我可以凭借这双手再次去抓住这次的机会，并信心百倍的告诉自己：我会继续努力的！甜是合作的快乐。文艺部里的成员们各个多才多艺，在部长的带领下，聚在一起就会灵感纷涌、魅力四射。我们一起成功地举办了班级风采大赛、圣诞晚会等等。忙碌时的我们

是疲惫的，同时也是最快乐的。这份快乐，也是我今天毫不犹豫地要留在学生会这个大家庭，要竞选文艺部部长的最大动力。苦像是一杯咖啡，当你细细品味的时候，你才能体会那份香浓和细腻。所以，在文艺部工作的这两年，我用自己的双手，为自己磨出了最香醇的咖啡。辣是每一次组织举办活动时的一种挑战，这些挑战让自己成长，磨练的更加坚强，绽放自己无悔的青春。

这就是我充满酸甜苦辣的文艺部生活，这就是我散文诗般的学生会生活。我愿继续为我的人生小说奋斗下去。

假如我当上文艺部的部长，我会进一步完善自己，提高自己各方面的素质，保持自己一直以来的工作热情，以饱满的热情和积极的心态去对待每一件事情；在工作中大胆创新，锐意进取，虚心地向别人学习；我更要像我的学长学姐细心培养我一样关心指导新一届的文艺部成员，使他们早日担当大任。我更会积极配合团学联的工作，努力把学生会、文艺部打造成充分体现主人翁精神的团队。假如我未能当选文艺部部长，说明我的能力、水平还有不足的地方，我会继续努力，继续进步。

我知道，再多灿烂的话语也只不过是一瞬间的智慧与激情，付诸行动才是最重要的。如果我能竞选上，我一定言出必行，或许我不足的经验让您犹豫不决，但是请您相信我的努力会弥补这些不足。也许我不是最好的，但我绝对是最努力的。

我始终相信：努力就会有收获。

谢谢大家！

## 演讲稿英语版篇四

大家好！

## 生命的价值

不要让昨日的沮丧令明天的梦想黯然失色!

在一次讨论会上，一位著名的演说家没讲一句开场白，手里却高举着一张20美元的钞票。面对会议室里的200个人，他问：“谁要这20美元？”一只只手举了起来。他接着说：“我打算把这20美元送给你们中的一位，但在这之前，请准许我做一件事。”他说着将钞票揉成一团，然后问：“谁还要？”仍有人举起手来。

他又说：“那么，假如我这样做又会怎么样呢？”他把钞票扔到地上，又踏上一只脚，并且用脚碾它。尔后他拾起钞票，钞票已变得又脏又皱。

“现在谁还要？”还是有人举起手来。

温馨提示：生命的价值不依赖我们的所作所为，也不仰仗我们结交的人物，而是取决于我们本身！我们是独特的——永远不要忘记这一点！

我的演讲到此结束，谢谢大家！

## 演讲稿英语版篇五

大家下午好！

当今社会，铺张浪费的现象逐渐增多，不但是危害了自己，更危害了别人。铺张浪费只会使地球上的资源减少而不会有任何好处。所以，我们就应该从我做起，从小就养成勤俭节约的习惯，爱护我们赖以生存的地球。

节约每一滴水，没一度电，每一张纸都是我们应该做的。不要以为地球上的资源都是会再生的，其实，有些东西用完了



就会像时间流走了一样，不会返回来的。

你是否想过，如果地球缺水了，我们该怎么为，如果地球发生了大灾难，我们又该怎样生存下去，行动比语言更具有说服力，我们应该一起行动起来，为我们营造一个更好的生存环境。

其实在生活中，许多事情是我们可以做的：用完的作业本，背面还可以当做草稿纸；淘米的水可以浇花，洗完衣服的水可以用来摆抹布；喝完的饮料瓶也可以做成各种各样的装饰品；有些不同颜料的瓶子可以套在灯管上当彩纸，既美观大方又节约资源。

勤俭节约是我们中华民族的传统美德，也是我们每个人都必须遵循的原则。同学们，趁着我们还处于蓬勃旺盛的时期，为了地球能有更多的资源，让我们手拉手，从一点一滴的小事做起，从现在做起，杜绝铺张浪费，一起厉行节约吧！

## 演讲稿英语版篇六

大家好！

今天，我站在讲台上的唯一目标就是争当“班级元首”——班长。班长是一个多么令人向往的职位，当然，我也渴望当上这个名副其实的班长。我想当班长有一个非常重要的原因是因为我有很多经验，小学五年的班长和大队部部长职位就锻炼了我的组织能力。在班干部职务面前，我自信，我能干、我还有责任心。

有人说过当班长是很风光的，没错，但我知道风光的背后更多的是辛勤的汗水。我很外向，善于同其他同学沟通交流，而且我有一副好口才，很善于去说服别人。

如果我当上了班长，我会做同学的好榜样，做老师的好助手。

我会用自己的实际行动证明自己的能力。既然是花，我就要开放；既然是小树苗，我就要长成一棵苍天大树；既然是石头，我就要去铺出大路；既然是班干部，我就要成为一名出色的领航员！

我不敢说我是最合适的，但我敢说我将是最努力的！

我不愿做温室里的花朵，要做傲雪的梅花，经受各方面的锻炼和考验。一个班级的优秀来自班干部的领导和全体同学的共同努力。如果大家对我有任何意见，请不要畏惧我，尽管向我提出，我一定接受并改正。

我自信在同学们的帮助下，我能胜任这项工作，正由于这种内驱力，当我走向这个讲台的时候，我感到信心百倍。我努力，我能行！请相信我，给我一次锻炼的机会！

希望你们能投我珍贵的一票！

## 演讲稿英语版篇七

你们好！我是来自\*\*班的。首先感谢学校学生会提供这次机会，使我能参与竞争，一展自己的抱负。现在我竞选的是学生会文艺部部员。我郑重地承诺，我将尽自己最大的努力使自己的工作得到大家的认可。

文艺部是一个代表学生的团体，是让每个学生施展自己才华的舞台，因此，我热爱文艺部，并渴望成为其中的一员。具体来说，文艺部通过组织丰富多彩的活动来充实同学们的课余生活。也许有人说，文艺的本身是一种娱乐，是玩，但我认为我们仍要遵循三点原则：第一，玩不能忘本，学生的本性就是学习，不能荒废学业；第二：我们要玩出档次，玩出水平，要玩得有意义，不能玩过之后毫无收获，那样就纯粹是浪费时间。第三：就是要玩得尽兴，一旦文艺部组织的活动再也无法引起同学们的爱好，那文艺部就失去了它存在的

价值。因此文艺部要善于把握学生的心理，组织的活动不仅要有数量，而且要有质量！

首先，我认为自己具备担任该职务的个人素质。我有强烈的责任心，对工作保持着很强的原则性和纪律性。有着宽容、豁达的心胸以及待人接物谦和、真诚的品质。

其次，我有一定的工作经验。凭着多年担任班委的经历，从工作中已锻炼出一定的组织、协调能力，以及人际交往能力。

作为学生会的成员不能光说不做，我们必须花出时间与精力使四周同学的生活变得丰富、快乐。做工作，不是为了干而干，而是我们从心底喜欢着我们的工作，爱着我们的学校！这样，不但不会觉得工作是负担，反而感到每每做完心中都会有一种感动，一种快乐。

假如大家给我这个机会，我会努力尽自己的一份力促进文艺部成为学校领导与学生之间的一座沟通心灵的桥梁，成为师生之间的纽带！

我认为话说的再多都没有意义，只有行动才能证明一切。我将会用我的实际行动来证明自己的实力。俗话说得好：海阔凭鱼跃，天高任鸟飞。希望各位学姐学长能给我一个展示自己才华的机会。

最后衷心希望各位能支持我，鼓励我！

我的演讲完了。

## 演讲稿英语版篇八

如果说人生是一本书，那么大学生生活便是书中最美好的彩页；如果说人生是一台戏，那么大学生生活便是戏中最精彩的一幕；如果说人生是一场长途旅行，那么拥有大学生生活的人便看见

了最灿烂的风景。

我理想的大学处处都有浓厚的学习气氛。这里有良好的学风、深厚宽松的学术氛围、健康向上的校园文化和科学、民主、创新的大学精神；这里有知识渊博的教授传授给我们更多、更好的知识，让我们尽情在知识的海洋中遨游。

我理想的大学是一个和谐温馨的家园。这里有来自五湖四海的同学，操着家乡的口音，带着丝丝的思乡之情，交流着不同地区文化与习俗；这里有我的知己好友，陪我一起笑、一起哭、一起讨论学业，畅谈理想，一起度过美好四年大学生活。

我的理想大学是一个放飞梦想、追逐理想的地方；是一个让我成长，让我在大学毕业那一年感到骄傲，并且知道要往什么方向继续走下去的地方；是一个让我舍不得离开，即使以后回顾的时候也可以骄傲的说我学到了很多的地方。

但即便当今的中国大学如同一个身躯日益臃肿、精神日益枯萎的病人，我仍心甘情愿押上一生中最美好的四年时光，依然心怀向往。向往着充满趣味及挑战的课业学习，积极向上、丰富多彩的校园活动和学长、学姐口中的“打工生活”。这些向往是我读书的动力，让我愿意在庞大的课业压力下继续与考试搏斗，去考入我理想的学府；让我愿意用我的智慧和努力去绘制未来美好的四年大学生活。

如果说，人生就像饺子，岁月是皮，经历是馅。酸甜苦辣皆为滋味，毅力和信心正是皮上的褶皱。对待大学生活，我们应该端正态度，努力掌握知识、体验生活、经历该经历的活动。因为我相信，只要努力，这些对大学美好的向往将不只是“向往”。

## 演讲稿英语版篇九

我叫来自xx班，首先感谢大家的支持与提供这个锻炼自我的

平台，很荣幸能够参加这次竞选。拿破仑有句名言，不想当将军的士兵不是好士兵，我想我不仅要当将军，而且要做一名出色的、成功的、能为大家谋利益的学生干部。所以在师兄师姐们的支持和栽培下，今天我来竞选校学生会组织部部长一职。组织部是一个要求严谨，驾驭性强的部门，工作需要耐心，认真，协作，求真务实的精神。在过去一年组织部的日常工作里，我受益匪浅，对自己的为人处事能力有了较大的提高，在实际工作中的我是相当自信的。是的，对待工作我充满激情，最重要的是，我会努力，努力做到更好，自信的我相信可以胜任这个职务。当然，一个人的能力也很重要，我是一个喜欢竞争的人，对我来说，竞争是我前进的最好动力。

我也深知自己有很多需要改进的地方。我希望借组织部部长这个职务一来是尽我最大努力为学生会做点事情，为广大同学服务，二来是可以进一步锻炼自己，完善自己，为今后自身的发展道路奠下良好基础。有人说大学生活要学习，工作，恋爱三者兼顾，那才叫完整，那么我就是与组织部谈了场恋爱。是的！在竞选前就要明白，这个位置需要时间与精力。面对多姿多彩的校园生活，静下心来工作是一种责任。

今天我在这里努力争取这份责任，希望承担这份责任，不是为了荣誉和名号，而是希望伴随大家一起成长，一起为我校的学生工作献出一分微薄但很坚实的力量，假如我有幸竞选成功，我会更进一步完善自己，提高自己各方面的素质，以饱满的热情和积极的心态去对待每一件事情，假如我有幸竞选成功，我会进一步提高责任心，虚心地向别人学习。在工作中大胆创新，锐意进取，决不盲目从事，有计划的工作。

假如我有幸竞选成功，我将以“奉献学校，服务同学”为宗旨，真正做到为同学们服务，代表同学们行使合法权益，为组织部的发 展尽心尽力。在学生会利益前，我会坚持以学生大多数同学的利益为重。假如我有幸竞选成功，我会不负众望，以实际行动做一名合格的部长，为大家服务。因为我坚

信，大家好才是真的好。

所以请大家相信我，支持我，投出你们真诚的一票，让我能更好的为大家服务。

## 演讲稿英语版篇十

姓名：李亚兴学号：200941800

1摘要：宅文化目前已经十分流行，而且这也在人们中引起了热议。现在的很大部分大学生在大多数的时间也是宅在宿舍，大学生被养成了宅男宅女，这对大学生有着很大的危害。究其原因，这主要和现在大学生自身、家庭、学校、社会以及客观的物质世界的发展有很大关系。对这些方面的探讨及建议将会对大学生的良好发展以及大学的文化建设起重要作用。

关键词：宅宅文化大学生宅男宅女

### 一、宅男宅女的理解及大学生被养成宅男宅女的现状

“宅男宅女”是新兴的一个词，又被称为“御宅族”，顾名思义，就是困在房子里的人，指痴迷于某事物，依赖电脑与网络，足不出户，厌恶上班或上学的人。这一新名词的出现生动地反映了完全封闭在自己的世界或者自己特定生活圈子的这样一群人的生活。他们过分沉迷于某种事物，例如动漫、游戏、影碟、音乐等，几乎完全封闭在自己的世界里，不与陌生人接触，不爱结识新朋友，不喜欢社交生活，他们是自由思想的产物，是网络技术的衍生品。他们高举“自由”与“新人类”大旗，却终日大门不出、二门不迈、深居简出。可能会有人觉得他们的行为不可思议，但宅男宅女们从不觉得自己是矛盾体，他们认为这只是一种生活方式。

2008年8月2日，据中国青年报社调中心与新浪网新闻中心合作的一项调查(4610人参与)显示，56.9%的人认为自己身边存在

“宅男宅女”。[ 1] 由此可见，“御宅族”已在中国渐成气候，应引起我们的注意。

大学是一个云集高素质人才，人才济济的地方，大学生应是朝气蓬勃、热爱生活、乐于参加社会活动的群体，大学阶段也是一个人发展自我的最好时间。但是目前已经有很大一部分大学生被养成了宅男宅女。人们就是用毕加索(整天闭门在家)、居里夫人(蜗居在家里)这样的称呼来特指整天呆在宿舍上网、足不出户的大学男生和女生们。

大学生宅男宅女的特点是：在没课的时候宅在宿舍，也有甚者为了宅而逃课，在宿舍无外乎睡觉、上网。他们除了睡觉电脑几乎都开着，聊天、逛论坛、看网页、打游戏、写博客、看视频，即使没事做也要挂在网上。他们饮食不规律，常吃零食、泡面，或让同学带饭。也有人宅在网吧，饿了叫外卖或在网吧买泡面，困了就躺在椅子上休息。特别是大四生和研究生，经常没课，自我要求低一些，很容易宅。还有一些专业的学生，学习要通过电脑完成，所以经常坐在电脑前不动弹。在大学食堂，经常可见穿着拖鞋睡衣、头发散乱的学生去打饭。尤其在离市区较远的大学城，大部分学生没课时都是呆在宿舍。这种宅的状态不仅在学校，还延续到家中。很多大学生寒暑假也宅在家里，不用上课、写作业，不用担心吃饭，宅的心安理得。宅的内容无非还是睡觉、上网，有的人除了吃饭上厕所就是躲进自己的房间，甚至很少与父母交流。大学里“宅文化”已经成风。

## 二、大学生被养成“宅男宅女”带来的影响

大学里的宅男宅女，主要依靠电脑。而长时间的“宅”，极易造成网络成瘾，这对大学生有着极大的危害。

### 1. 对身体健康的危害

宅男宅女长时间操作电脑，玩网络游戏、看网络电视、网上

购物□qq聊天等，这些活动动作僵硬，容易造成腰、颈、肩、腕等部位的疾患；宅男宅女生活无规律，睡眠和饮食失调会使他们生物钟紊乱、内分泌失调、身体虚弱；而且长时间窝在宿舍，做“被窝人”<sup>1</sup>的宅男宅女缺乏体育锻炼，通宵达旦长期透支身体，身体素质必然下降，影响身体健康。

## 2. 不利于学业的发展

宅男宅女长期逗留在网上，而一项调查表明在大学生网上活动中，聊天者占34%，玩游戏者占28%，查阅资料者占30%，其他占8%，有六成以上的大学生在网上从事与学习、工作无关的活动[ 2 ]。由此看出宅在宿舍的人多是在从事以消磨时间为主的活动，而且为了宅在宿舍部分人选择逃课，长时间的沉迷网络必然是大学生没有时间和精力去学习，致使他们耽误学习，甚至荒废学业。同时网络具有很大诱惑性，网络中没有压力，没有约束，长时间的网络活动会使他们忘记现实、忘记自我、忘记学业。长此以往会消磨人的斗志，养成惰性和消极的人生态度，极少的智力活动对大脑的运算和思维功能也有影响，这些对大学生的自身素质和今后发展皆有弊无利。

## 3. 对人际关系的影响

## 4. 不利于校园文化的发展

大学生吃住学都在一起，受同辈的影响很大。由于部份大学生自控力较弱，从众心理和跟潮思想严重，同辈群体的行为举止会对他们造成潜移默化的影响。当周围大多数人都沉迷于网络，做自由的不受管制的宅男宅女时，如果身边没有人及时地进行告诫和引导，他们自己也很容易深陷其中，成为迷恋网络的宅男和宅女。因此“宅”的风气一旦形成校园文化，就不只是个人生活方式的问题，而是影响到一群人、一代人，甚至社会的发展。



### 三、大学生被养成“宅男宅女”的原因

#### 1、客观原因

##### (1) 电脑的普及与网络的发达

大学生“宅”的生活往往都离不开电脑和网络，这也是他们腻在室内不愿走出来的最主要原因。随着电脑价格不断跳水，大学生中拥有个人电脑的比例也比几年前大幅提高，且发达的网络对大学生的吸引力也越来越强。首先，网络为大学生建立了与外界沟通的桥梁。他们可以从网络上找到自己感兴趣的信息，在论坛上与网友交流，通过qq等聊天工具与朋友联系，以写博客的方式记录自己的生活并让更多的人了解自己，还可以在网上购物、订餐，使生活真的可以做到足不出户；其次，网络游戏的巨大吸引力。不同地域、年龄和身份的人因网游聚在一起，游戏过程中的交流、竞争、刺激，让人感受到现实生活中无法体验的愉悦和成就感，在许多大学生眼中，它不仅是一种游戏，更是一种新的生活方式甚至全新的世界；另外，网络资源丰富了大学生娱乐生活。他们可以在网络上找到自己喜欢的书籍、音乐、电影等，这些都是消磨时间的最佳伴侣。

电脑的普及与网络的发达为大学生成为宅男宅女提供了物质基础。

##### (2) 目前大学课程乏味、大学管理松弛

首先深究现在大学生上课现状，很多大学生反应课程内容乏味，难以和实际相联系。

##### (3) 大学生社团活动缺乏或意义下降，难以吸引人员参与

团数量庞大、成员众多，成员的素质参差不齐，对社团成立和开展活动没有按照有关规定进行申请、审批、报告，学校

无法掌握和了解社团及其活动，因而无法监督。失控现象普遍。同时，对社团的内部管理指导不够，有些社团出现乱收入会费、经费使用混乱、私刻印章、章程落实不力等问题。正是由于缺乏统一有效的管理机制，各类社团成立自发性强、随意性大；社团间相互交叉，设置不合理的现象普遍；社团的名称混乱，不利于管理和对外交流；其次，缺乏有力的指导。很多大学生社团不具备自我学习、发展的能力，学校有关方面又不能提供有力的指导，任其“自生自灭”；还有一些社团则在低水平上发展，活动的质量得不到提高，学生的能力与素质未能得到充分的发展；高校在社团管理办法中，对指导教师的责、权、利缺乏明确的规定，没有能够充分调动指导教师的积极性，有些指导教师只挂个名，对社团的活动从不参与或指导很少。有些社团根本就没有指导教师。这是制约大学生社团发展的重要因素；另外，缺乏必要的经费保障，导致商业化趋向。大学生社团开展活动最大的困难是经费不足。由于经费不足，许多社团无法正常开展活动。有些社团只好花费大量的人力和精力到社会上拉赞助，采取为企业做广告宣传、推销产品等方式来筹集活动经费，而社团本应实施的活动计划退居其次。社团的商业性质趋浓，如承接广告创意设计、ci策划、商标设计、网页制作等，学生帮助赞助商在校园内搞广告宣传、推销商品，使校园充斥着商业气息。

二、大

三、大

四、研究生参与则比较少，经过几年大学生活，对于社团活动他们有自己的经验之谈。现在大学社团活动或者很少，难以为在校所有大学生提供锻炼的机会，就是大学生社团内部充斥社会思想，“暗箱操作”“官僚主义”等引起利益争斗，社团丧失了其结识朋友、增长才干的意义。现在的社团活动质量明显下降，这和很多社团活动千篇一律、毫无创新，以及活动低俗有很大关系。

如果说电脑和网络给了大学生一个“宅”的物质基础，那么课程无聊、社团活动无意义就为大学生提供了充足的时间。大学前有升学压力，学生们整日忙于课业，假期也不能休息，想宅宅不了，而工作后最多只能下班宅一宅。大学里相对较少的课业和松散的管理，使他们有时间宅。除了上课就是待在宿舍消磨，考试前临时抱佛脚熬通宵，这是很多大学生的真实写照。这样几年下来，个人积累不但没提升，反而在吃老本，好的可以顺利毕业，但也有人因此荒废学业，到大学里白走一遭。

## 2、主观原因

### (1) 意图通过“宅”在宿舍缓解压力、逃避现实

当代大学生面临更多的压力，如学业、就业、情感、人际交往等，也会在激烈的竞争下遭受挫折和打击。面对逆境，有的人相信风雨之后总会见彩虹，奋斗改变命运，选择直面而上；而有的人浑浑噩噩，却选择了逃避。“宅”就成了大学生的一个“避难所”。

还有的人因为对大学里生活憧憬过于美好，而学习、活动的现状使之失去希望与信心。

这样，这些大学生就会将自己大把的时间精力放在网络上，因而被养成了宅男宅女。

### (2) 缺乏奋斗的目标

每个大学生在高中时期，都积极努力学习，希望有一个更高的分数，考一个更好的大学。而进入大学，如果没有对人生做好规划，没有一个清晰、坚定、明确的目标，就会感到无事可做，毫无动力。而每个人都有惰性，懒惰是人之常情，刚开始是出于偏好舒适，懒散，享乐，可一旦养成习惯，再想要提起干劲来都会觉得力不从心，渐渐的人也会变得淡漠，

消极，丧失斗志。于是便成为了宅男宅女。

### （3）从众心理

良好的群体氛围对个体的行为具有积极的引导作用，反之亦然。大学生具有回归群体和被群体认同的需要，作为群体中的一员，他们不想被排斥或受到攻击，所以他们需要与其他成员保持步调一致，这种从众心理是盲目的，缺乏自身对群体行为的判断。所以如果宿舍的大部分人，或几个关系较好的同学都变成了“宅一族”，其他人都跟着宅也并不奇怪。

## 四、对策分析

### 1、个人层面

干净的房间需要时常打扫，人的心灵也需要不断的自我洗涤。大学生在遇到压力与挫折之时，要以积极的态度去应对，以乐观的心态去解决，决不可选择避世的方式。压力与困难不会自动消失，最终还是要面对，不如早做准备，胜算更大，延误了时机到头来落得事倍功半。大学生作为社会的生力军要树立远大的理想与积极的人生观，并脚踏实地的向着目标去努力，不能以消极懒惰的态度得过且过，更不能让别人的生活方式影响自己，要培养自律的意识和能力。

### 2、高校层面

高校是大学生生活学习的地方，对大学生的影响也是最直接的。首先，高校的职责不仅在教书，更在育人，帮助大学生树立正确的人生观，明确人生目标是相当重要的。为此，要进一步落实大学生生涯设计，不能流于形式，可以开办相关讲座，使大学生发自内心的认识到人生规划的重要性，并把大目标转化成小目标，制定切实可行的生活学习计划，逐个落实。其次，要加强大学生闲暇时间的规划教育，教育他们可以利闲暇时间做一些有意义的事；还可以通过建设体育设

施与场馆、提高大学生社团质量、举办有新意的集体活动等方式，使大学生主动参与到体育锻炼、人际交往中。最后，高校的思政教育要注重点面结合，不仅要宏观把握，还要关注到重点人群，对于那些人际交往上存在障碍和宅居状况严重的同学，要给予积极的帮助，还可以进行个别的心理辅导，帮助他们早日走出困境。

### 3、家庭层面

家庭是个体成长最重要的微观环境，起着潜移默化的作用。虽然大学生已经离开父母独立生活，但家庭的影响仍无所不在。家长应时刻关注大学生的心理与行为，建立良好的亲子沟通，虽不在身边，也可通过电话、信件等方式与孩子交流，帮助培养他们积极的生活态度。尤其要注意寒暑假，这段时期是大学生宅居高发期，也是父母与孩子增进亲子关系的一个契机，需要父母们好好把握，可以通过旅游、运动等方式，既可以带领孩子走出“宅”，又可以增进感情。

### 4、社会层面

大学生“宅一族”因其特殊性，应该受到特别关注，公众与媒体要给以客观的评价和定位。切勿把它当作一种流行趋势加以渲染，造成宅一族是时尚典范的假象，使得大学生跟风效仿，毕竟大学生与其他宅一族们所处的环境和人生阶段不一样；也不能对大学生“宅一族”一味的进行批判，并认为他们都是患有心理疾病的不良青年，作为公众和媒体要去了解、理解他们，并帮助他们。总之，我们必须正确的认识大学生“宅一族”，在全社会的共同努力下，帮助大学生健康的成长。

### 参考文献