

# 2023年专注力演讲稿分钟(模板5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。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看一看吧。

## 专注力演讲稿分钟篇一

大家好！

一转眼，我们又进入到了紧张的期末复习迎考阶段，本周五，我们将迎来本学期的期末考试。所以，我今天国旗下讲话的题目是：《冲刺期末，超越自我》。

期末考试不仅是对同学们本学期学业成果的一次大盘点、大检阅，更是对每个同学的自信心、自觉性、意志力、诚信度的一次考验。也是同学们对老师辛勤工作予以回报的时刻。我们不能要求每个人都成为优胜者，但我们希望大家做一名追求进步，超越自我的勇敢者。今天，利用这个机会，我给大家的复习提几点小小的建议。

首先，我们要正确看待考试，克服考前过分紧张的情绪，以从容自信的态度面对期末考。考试只是学习过程的一个组成部分，是检查你学得如何的一个方法。考试时满不在乎与过分紧张的状态都是不对的，只有在复习迎考期间将情绪调整到有一定的紧张度而又不过分的紧张，才是状态。

其次，科学合理安排好复习计划，以勤奋踏实的态度赢取令人满意的成绩。俗话说：凡事预则立，不预则废。扎实充分的准备是获得从容自信的心态最有力的保障。我们要制定出适合于自己的切实可行的复习计划，对后几天的学习作出详

细、科学、合理的安排，以便心中有数，有的放矢。当然，光有计划还不够，还需要同学们集中精力，充分利用时间保证计划的落实。

期末考试也对我们的诚实守信品格的一次考验。诚，就是要诚实待人不撒谎，不抄袭，不作弊；信，就是讲信用重，遇到错误勇于承担。孔子说过：人而无信不知其可也。信！做人是学习之根本，而诚信则是做人之根本。拥有诚信的人才能拥有一切！在这次期末考试中，大家要时刻记住要做到诚实守信，自尊自爱，不弄虚作假。诚实考试诚实答题，做一个讲诚信的人。

同学们，人生不拼不精彩！考试在即，你做好准备了吗？请记住，剩下的时间由你来把握。相信你一定能抓住它，驾驭它！

最后，祝同学们在剩下的一个礼拜时间里，能做好复习，期末考试个个都能笑逐颜开！

## 专注力演讲稿分钟篇二

大家好！

大家都知道，如果我们不保护环境，地球上的各种资源都会慢慢枯竭；如果我们不保护环境，人类就会面临灭亡；如果不保护环境，不仅是人类，地球也会逐渐走向灭亡；如果不保护环境，我们赖以生存的土地将会消逝；如果不保护环境，天空将变成黑暗，我们将不但呼吸不到所需的空气，而且看不到光明；如果我们不保护环境，我们的水源将被破坏，江河湖泊和海洋就会由清变混最终干枯。

如果不保护环境，噪声将会困挠我们生存的空间从而打破和谐和平静；如果不保护环境，动物将离我们而去；如果不保护环境，植物将枯死带走绿色只剩下恢暗；如果不保护环境，我们的城市将变成废墟；如果不保护环境，就没有国家；如果不

保护环境，就没有社会；如果不保护环境，就没有社区。

如果不保护环境，就没有家庭；如果不保护环境，自然就不能和谐；如果不保护环境，就没有友爱和平，就没真善美，如果……如果……那将只留下孤独的人类在黯然神伤中自相残杀走向毁灭！

这决不是危言耸听！曾几何时，我们还陶醉在人类发展的激情乐章中：科技在巨大进步，社会经济的迅猛发展，带来了城乡建设的日新月异、人民生活的大幅度提高。

人类文明发展进步的现在和未来，无不令人欢欣鼓舞。然而，人类社会为之也付出了巨大的代价——这就是对自然无节制地、无情地攫取引发的大自然更加无情的报复。

环顾四周，我们实际上处于相当被动和困难的境地：大气污染、水污染、噪声污染等等包围着我们；化学污染、物理污染、生物污染等等无时无刻不在侵蚀着我们的家庭生活，吞噬着我们的健康；资源短缺、人口的爆炸又威胁着人类的未来。

美丽的自然在退化，我们的健康被蚕食，这一切的一切给我们的生产和生活亮起了红灯，它告诫我们：如果不树立环境意识，停止一切有害环境的行为，作为地球公民的我们将面临生命与健康的集体陷落。

也许你会说我在说大话讲大道理，那么让我们不妨把目光收回到我们玉溪：玉溪东枕盘江，三湖相邻，平坝错落，良田鳞次，村落密布，一派田园风光；西据哀牢峻岭，古树浓荫，飞瀑洒珠，奇花异鸟，春色常驻，天工尽显神奇。山水环绕，鱼米飘香，钟灵秀人杰地灵，清溪碧玉。

在历史长河中，汉、彝、哈尼、傣、回、白、蒙古、苗、拉祜等民族世代和睦相处，人文多元各具特色。然而，在环境保护上却表现迥异：有人在随地吐痰，有人却在维护卫生；有

有人在狠命抽烟，有人却在洁身自好；有人在零落尘泥碾作尘中开着汽车骑着摩托使劲排放尾气，有人却在不动声色中做着环保。

有人在毁林开荒中挖山不止，有人却在把一生献给青山中终其一生；有人在青山绿水间盗伐林木，有人却在保护山林中流血流汗甚至献出生命；有人在安之若素中大吃大喝品尝山珍海味，有人却在平平常常中品味生活；有人在休闲娱乐中影响别人，有人却在轻声细语中共享天伦之乐；有人在深山老林中低水平开挖矿藏土法上马大炼钢铁制造噪声排放烟尘，有人却在精于求精中珍惜宝藏唯恐排出物超标。

有人在城市马路中拉拉链，有人却在叹息中复叹息；有人在广场公园中践踏草坪摘花攘草，有人却不得不在不厌其中辛勤耕耘；有人在装修家居中讲档次，有人却在喋喋不休中警示众人，有人……有人……不用我再一一列举，已经足以说明一切——人是破坏环境的罪魁祸首，人是保护环境的战神：两种人两种态度，两种意识，两种人生，两种结果，孰轻孰重？谁对谁错？选择那一种人？不言自明。

综上所述，环保无小事，环保是生命，环保是事业，环保大于天，环保大于地，环保大于人。为了我们的地球，为了我们的山川，为了我们的河流，为了我们的城市，为了我们的家园，为了我们的人类，为了我们的生存和质量，为了我们的生命，为了我们这一代和将来的世世代代，我们在这里大声呼吁：我们都来保护我们的家园！

“梦寐玉溪溪上路，竹枝斜出出青帘”，最后，我提出这样一个口号：保护环境，从你从我做起！

我的演讲完毕，谢谢大家！

## 专注力演讲稿分钟篇三

做一名好教师，就应该拥有一颗永远不老的童心，在孩子面前展开一片想像的天地，打开知识的大门，给孩子们的童心抹上了七彩，面对童心，教师更应该有童心一颗，日复一日，年复一年，教师的童心应始终与无数颗稚嫩的童心一起跳动，直到永远。

做一名好教师，不能把自己的工作仅仅看成是传授知识，而忽视对孩子人格的培训培养，不能只关心孩子的学习结果，而不关心孩子的基本素质是否向好的方向发展。从另一个角度来说，培养孩子的素质不能离开知识的传授，离开了丰富、健康、有用的知识，要形成良好的素质是根本不可能的，因此，只有科学地把握好教书育人的关系，并且将其合理地贯彻到自己的实际工作中去，才是一个合格、称职的好教师。

做一名好教师，要根据孩子的身心发展状况和特点，有针对性地指导孩子的学习，并在孩子的特长方面给予指导，教师要对孩子品德，劳动文体活动以及同伴关系等方面的表现要作了公正的评价，要严格的要求孩子，对好的行为进行表扬，对不良行为提出批评，并根据孩子的个性指导孩子的发展方向，但严格不是越严越好，更不是冷冰冰的严厉，俗话说：“一分严格之中掺上九分感情之蜜，才能成为甘露。”只有甘露才能滋润禾苗茁壮成长。

做一名好教师，自己要时时、处处、事事严格要求自己，言行一致表里一致，堪为孩子的表率 and 楷模，以自己的模范行为来教育和影响了解孩子的内心世界，维护他们的自尊心，发扬他们身上闪光的美好东西，能使他们体验到教师对他们的爱。

转到素质教育的轨道上来正确指导孩子发展方向，因材施教促进孩子健康发展，培养他们德智体美劳各方面的素质和才能。

做了一名教师，或许我永远也没有万众瞩目、鲜花簇拥的时刻；或许我会永远平凡而清贫，但是我却每天被孩子们簇拥在中间，远离世俗的喧嚣，享受到了孩子们的欢笑，面对无数张纯真的笑脸，面对一双双纯洁无邪、充满信任的目光，无论再苦，我也心甘情愿地付出与承受。我想我是幸福的，因为我拥有了孩子们的爱，我是富有的，因为我拥有了孩子们的世界。我在这片神圣的土地上耕耘，洒下辛勤的汗水，我竭尽全力地去争取做好一名好教师，用自己无私的爱心给予孩子们更多的“阳光”和“雨露”，因为我相信，我的付出不会白费，今天的一株株幼苗，将是明天一棵棵的参天大树，这就是生活给予我的最丰厚的馈赠。

在两天的新教师培训中，马兰霞老师的一句话一直激荡在我心中，她告诉我们在走上教师岗位之前，要向医生在走向医院之前一样进行宣誓仪式，要努力坚守住自己对于教育事业的满腔豪情！激荡之后冷静的问问我的心，马上就要真正的成为一名幼儿教师了，自己究竟准备好了吗？有多少爱能源源不断的输送给孩子，有多少准备去应对未来遇到的各种困难，有多少耐力克服日复一日工作带来的职业倦怠，又有多少热情周旋于幼儿园，家长和孩子这复杂的人际关系网呢？我有多少信心去做一个好老师，能同时得到外界的认可 and 孩子的喜爱呢？问题问出来，却没有肯定的答案。我知道我不能就这么走向幼儿园，走向孩子，我要再上岗之前对自己进行重塑。

我——是一名培育祖国花朵的幼儿教师，自始至终，在我的身上，总有一种东西在激励着自己，那就是对幼教事业的热爱。因为热爱，所以拥有对孩子们生生不息的爱，因为热爱，所以对幼教工作拥有极大的热忱，也因为热爱，对幼儿教育的事业充满了信心！

幼儿教育是启蒙教育，在以后的工作中，我要用《纲要》的精神和要求指导我的工作，注重培养孩子们的多种能力，培养孩子们优秀健康的心理品质，要让他们在老师的循循善诱

中，在幼儿园快快乐乐的健康成长。首先，要保持积极向上、健康、快乐的工作心态。想想我们整天是在和快乐的天使打交道，就会用更多的爱心呵护孩子们，用更多热情的服务来回报广大家长对我们的信任。其次，要不断学习，提高自身的专业技能。幼儿教育的教学理念是在不断更新的，只有加快自己学习的脚步，才能利用更多更好更新的教育资源教好孩子们。最后，要不断培养自己全心全意，尽职尽责的工作作风。幼儿教育是一项非常细腻、琐碎的工作，如果在工作中粗心大意，掉以轻心是非常危险的事情，是会危及幼儿的生命安全的。这不仅是工作的原则，也是人生的原则，如果没有了职责和理想，生命就会变得毫无意义。记得中央电视台有句公益广告词“每个人心中都有一个舞台，梦有多大，舞台就有多大”，我想作为一名幼儿教师，只要你用心地去做每一件事，心中的梦想就会在这里实现。

这就是我在正式上岗成为幼儿教师之前的宣誓，也是对自己以后工作提出的要求，我将以此监督自己，在幼儿教育的道路上坚定执著的走下去，即使青丝变白发，心中的爱也不会改变！

#### 优秀幼儿教师演讲稿：无悔的选择4

了我无穷的力量，使我的人生信念更加坚定。于是，在人生的第一个十字路口，我毅然选择了教师这一职业。当我带着这样一份崇敬走进教师的队伍，才渐渐地理解了它的内涵。教师，人是平凡的，但事业却是伟大的，因为他们所从事的事业是默默的奉献和无私的牺牲。多年的幼教工作让我亲身体会了它的辛苦，也充分认识到了它的重要性。千里之行，始于足下，孩子一生的学习、生活将从幼儿园开始，一切将从这里延续和发展，我们每个幼教工作者肩上所担负的，是让每个孩子人生的起跑线上成功地迈出第一步，使幼儿园真正成为培养未来有用人才的摇篮。

“每个人都需要爱，都需要尊重”这是我的老师当年教给我

的一句话。多年以后，我还时常的细细品味，是啊：教师的爱不同于一般的爱，她高于母爱、大于友爱、更胜于情爱。这种爱是教育的桥梁，是教育的推动力，是幼儿转变的催化剂。我试图以平等的尊重和真诚的爱心去打开每个幼儿的心扉。因为我知道，每一扇门的后面，都是一个不可估量的宇宙，都是一个无法预测的未来。即使是只有几岁大的幼儿，他们也需要我们给予的尊重与爱。记得有一年的六一前夕，当时我带的是一个学前班，在平时的管理中，我比较重视孩子们的意见，经常是和孩子们商量着进行管理，给了孩子们充分的尊重。在几个候选的节目中，我让孩子们自己去选择他们最喜欢的节目，孩子们七嘴八舌的讨论了半天最后选定了两个节目。孩子们一有了兴趣，再经过老师一鼓励，大家很高兴的参与进去。就连平时男孩子最不喜欢的舞蹈，我也采取了让他们和女孩子进行比赛的方式，每次排练都是男生一遍女生一遍，没想到他们在暗中较起了劲，一遍比一遍整齐有序。可以说整个排练老师没有费太大的力气，完全是通过他们自己的努力，最终获得了高年级组一等奖的好成绩。这件事说明了把孩子当成朋友给孩子充分的信任和尊重对孩子潜能的发挥是多么的重要。

在一线工作中，教师每天都要说很多相同的话，都要做一些非常烦琐的事，所以我们要学会在自己的工作岗位中找到成就感和满足感。只有自己有了一个好的心态，才能以良好的精神面貌对待工作，才能对工作投入自己的热情。作为教师要从心里真正喜欢幼儿、热爱幼儿，对幼儿要具有细心、耐心、责任心。不仅如此更要在孩子面前要能摆正自己的位置，敢于知错就改。我有一个朋友，给我讲过这样一件事：在她班上平常老师要求小朋友洗完小手一定要用毛巾把手擦干净，如果谁没有擦手，就被老师视做不讲卫生，是要被老师批评的。有一次，老师急着要为小朋友们发午餐，洗完手顺便在衣服上蹭了两下。突然有一个孩子说：“老师，你不讲卫生！”老师被孩子批评觉得很没面子，就连忙找借口说：“不是老师不擦，是老师没有毛巾嘛！”“我的可以借给你”一时间很多孩子都表示要将毛巾借给老师。老师羞红了



脸，这才向小朋友承认了错误：“老师错了，不该这么不讲卫生，让老师重新洗一下借你们的毛巾擦一下好吗？”后来，班上毛巾架上多了一条大毛巾。从此老师也用更高的标准约束自己，班上的孩子也养成了知错就改的好习惯。相信，这样的例子在我们的身边也有不少，看来老师错了能知错就改，会让孩子感觉到老师的诚恳与和蔼，这样孩子心中会加倍尊重老师，把老师当成自己的知心朋友，愿意学习老师的优点，这也是我们常说的言传身教的作用。

幼儿是祖国的花朵，他们芬芳、灿烂；幼儿教师是花朵下的绿叶，平凡而谦逊。今天，我站在这里，感到神圣与自豪。因为我就从事着绿叶的工作，因为我是一名普通的幼儿教师！假如我有第二次生命，我仍会毫不犹豫地选择教师这个职业，教师，我无悔的选择！

## 专注力演讲稿分钟篇四

上午好。一位美国著名的演说家曾说过：“不要怕推销自己。只要你认为自己有才华，你就应当认为自己有资格担任这个职务。”所以，今天我自信地站到了这里。

12年的教育工作为我积累了一笔不小的教育财富。我自1996年参加工作以来曾先后4次承担市级公开课；承担了两个市级课题；制作的教玩具获浙江省自制教玩具评选三等奖、嘉兴市二等奖；今年还被评为“园级优秀班主任”，这些都是对我工作的肯定。

一是年龄优势。在参加本次年级组组长竞聘的同事当中，我是年龄最大一位老师，孩子也已经长大，顾无后顾之忧，这为今后教研组工作的顺利开展奠定了基础。

二是地理、环境优势。自小班以来，我和组里的老师一起工作已有两年的时间，在这两年里我们大家互相帮助、团结协作，建立了深厚的感情基础，我也了解我们教研组的现状，

这便于今后教研组工作有针对性的顺利开展。

三是自我优势。“脚踏实地”是我工作的座右铭，虽然我自身还存在许多不足，但是我坚信，今天我勇于站上这里来接受大家的考验，日后我也敢于开拓创新，从容面对困难和挑战。

如果在这次竞争上岗中，我能担任大班教研组长一职，我将充分发挥爱岗敬业、求真务实的工作作风；带领组内老师一道：团结协作、不断探索和创新。具体来讲，将在如下几个方面开展工作。

我设想：建立大班教研组常规学习机制。在每次的教研活动中都安排集中学习。给课题组老师一定的时间，让他们现场说法，谈谈体会，提出困惑，然后大家一起来研究、讨论。这样课题研究带动了教研组的理论学习和研讨，教研组的理论学习和研讨也在不断完善促动着课题研究的发展，从而实现双赢。

我设想：除每次教研组对活动的研讨外，新设“一周小议”活动。每班老师针对班内幼儿本周中出现的一些问题，进行有主题的教研活动，并对活动进行反思和记录。使教研活动能更好的为幼儿可持续发展服务。

可以这么说，是这次的崇福幼儿园之行，给了我很多启发。我设想：在教研组建立重点备课制。把我们的教研组研讨课挖的再深入一些。再设置各类研讨活动记录表，并运用到教研活动中，使教研活动更趋规范、合理化。

尊敬的各位领导，各位同事，古人言：“不可以一时之得意而自夸其能，亦不可以一时之失意而自坠其志。”坦诚地说，我关注竞聘结果，渴望参与成功。但无论竞聘成功与否，都不会改变我对教师职业的忠诚，更不会改变我对幼教事业的执著。总之，我会以积极的心态，直面挑战，笑对人生。今

天借此机会表达一下我的心愿，感谢各位领导多年来对我的教育和培养，感谢与我朝夕相处的同事对我的帮助和信任。谢谢大家！

## 专注力演讲稿分钟篇五

大家好！

在现今，由于人们无穷无尽地开采资源，大自然遭到了严重的破坏。为了拯救奄奄一息的地球，世界各地都纷纷号召人们保护环境、珍惜资源。

当你在姹紫嫣红的花丛里时，当你在缓缓流淌向远方的河流边时，当你站在碧绿无垠的草原上，微风亲吻着你的脸颊，耳畔回荡起婉转的鸟叫声，人往往是在失去后才懂得珍惜，懂得美好。

树木是地球的肺，自然是地球的面貌。只是今天有人突然大梦初醒，发现不管是水资源流失还是冰川融化都威胁到了人类的生存，但他们自私自利，依然无止境浪费。但他们号召他人时，美名其曰：“保护地球”。

保护环境已经不是一个新的话题了，我们应该从小事做起，从自己做起，保护地球人人有责。拒绝使用一次性筷子，节约用水节约用电，以及不乱扔垃圾，这都是最基本的。可又有几个人是真正在乎保护环境的融化的冰川上，可怜的北极熊在漂泊，污染的水里，鱼儿在痛苦的呻吟，砍倒的树木下有多少动物的家。

也许多年后，城市会被一场大水给淹没世界上最后的一个也会沉寂在黑暗的水中，也许多年后世界会是一片沙漠，最后一滴水会是最后一个人类的泪水，也许多年后人类依旧繁华，但我想他们应该忘记了一个名为地球的星球。

保护环境不是自私自利，不是关爱人类自己，而是一场战争，  
一场报答养育我们的地球母亲的战争。

保护环境，人人有责。