

# 以阳光为的演讲稿 三分钟即兴演讲 稿(模板18篇)

演讲是中學生培养口才和表达能力的重要方式之一，我们应该积极参与演讲活动。以下是一些关于文明礼仪的真实案例，让我们深刻认识到它的重要性和影响力。

## 以阳光为的演讲稿篇一

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！

今天去教育局，到了那才知道要面试，吓了我一声汗，好在不是说课，是3分钟即兴演讲而已，题目是：今天，我如何建设师德。在当时紧张的情况下我实在不知道要怎么说，就随便准备了一下。内容如下：

师者，所以传道、授业、解惑、树人。教师不仅要教书更应育人。学校是学生成长的摇篮，而教师则是学生成长的拐杖。我们应该利用好这根拐杖！现如今，我们更重视教师的素质修养，而师德也是其中一方面。我认为建设师德应该做到以下几点：

□

教师应该平等地对待每一个学生，善于发现学生身上的闪光点。冰心说过：“世界上没有一朵鲜花不美丽，没有一个孩子不可爱。”

□

在批评中成长的孩子学会了谴责，而在赞扬中成长的孩子就

学会了自信。每个老师都应怀着赏识的态度去看待每一位学生！

□

生活中，学习上的'琐事都能成为一个教学案例，教师应抓住每个细节，循循善诱！

教师是学生学习的榜样，因此教师的一举一动都会被学生所模仿。

以上就是我今天即兴演讲的内容，上台一点都不紧张，可是就是到最后不知道讲什么了，楞那了几秒钟，好在时间到了，不然糗大了，感觉自己讲得有点离题……好在我仪态大方，还和老师们眼神交流了好几次的，不知道老师能不能网开一面，哈哈，就给我个高分啦！

## 以阳光为的演讲稿篇二

大家好！

你想成为优秀的人吗那但愿你是拥有自信的！

爱默生说过：偏见常常扼杀很有希望的幼苗。因此，为了避免自己被扼杀，只要看准了，就要充满自信，敢于坚持走自己的路。

但是，从以前就有这样一句话：沉默是金；而现在人们也常说：做人、做事都要低调，不要不把别人放在眼里虽然这些说法我不认为错了，但也并不认为全对。

的确，沉默固然是金，但也是一些懦弱、自卑者作为托词的废铁罢了。的确，做人、做事都要低调，不要不把别人放在眼里，但自信与自负不同，自信是给人以做事的.动力、坚持

的信念，并不是将人推向得意忘形的巅峰。

自信者心中有朝霞、露珠和常年盛开的花朵；退缩冰结心城，四海枯竭，丛山荒芜。比鲁莽更糟糕的是退缩。不能因为一时的缺乏自信，而给自己的未来留下太多的遗憾！

要学会欣赏自己、赞美自己，看清自己身上的成绩及优点，找到自己好的地方。必要的时候，在自己心中夸耀自己、表扬自己，并不断激励自己我可以做好、我能够做到，这样，你就拥有了自信，就会感到生活的美好，而你的生命也会充满活力，因此，你将永远保持着奋发向上的动力！这个世界上我们每个人都是独一无二的奇迹，都是自然界最伟大的造化，什么都完全一样的几个人是不会有。物以稀为贵，所以，只有正确认识自己的价值、对自己充满信心、并不断发挥自身的潜力，才能将我们生存的意义充分体现出来。

盈盈月光，我掬一杯最清的；凄凄芳草，我捧一束最美的；漫漫人生，就让我们共同来把握这最珍贵的自信吧！

### 以阳光为的演讲稿篇三

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

宇宙无垠，星河浩瀚。

一个世纪又一个世纪，银河系这颗蔚蓝色的星球——地球在不停地旋转。地球向人类慷慨地提供各种资源，人类也在地球上一代又一代地繁衍生息。

只有一个地球，如果它被破坏了，我们别无去处。让我们快快行动起来吧！走吧，让我们植树在荒山里，将小鸟放飞在蓝天上，栽花种草在校园和小区。来吧，让我们打造一片绿

色，送给大地一件绿色的'纱衣。

不要再去排放废气，多骑自行车出行，还大自然一片洁净的空气；不要再杀害野生动物，不要再喝鱼翅汤，不要再吃熊掌和果子狸。每一个物种都有生存的权利，所有生物都应该自由自在地生活在大自然的怀抱里。

爱我家园，让我们一起行动起来保护大自然，保护地球，保护我们美丽的家园吧！

## 以阳光为的演讲稿篇四

我爱祖国啊，是您给予了我们的生命，让我们在辽阔的大地上茁壮成长；祖国啊，是您哺育多少英雄儿女，您为了明天的灿烂和辉煌，付出了多少艰辛和汗水。

xx年初，一场罕见的雪灾袭击中国南方，大雪纷飞，引起交通堵塞，通讯中断，昔日令人赞叹的银装素裹的冰雪世界，今日却给国家造成了巨大的经济损失。到处冰天雪地，虽然大雪冰冻了大地，却没有冻僵中国人民的信心，中央领导人为了大家能过好祥和、愉快的春节，在日理万机中，不辞辛苦，千里迢迢，风尘仆仆来到现场，看望、慰问受灾群众，指挥安排工作，他们勇敢，不畏艰辛的精神感动了我们十三亿人，中国人民同甘共苦，风雨同舟，度过了难关。

同时，灾区的百姓也在勇敢地自救，灾区的'情况时刻牵动着全球华人的心，中国人民伸出了援助之手，纷纷捐钱、捐物、献血，他们还自发地集会用行动鼓舞着灾区的人民——四川雄起！中国雄起！此时此刻我深深体会到了团结的力量！

xx年8月8日8分，奥运会终于拉开了序幕，林浩作为小小护旗手与姚明一同引领中国代表队出场，赛场上体育健儿展现了敢于拼搏的精神风采，中国夺得了51枚金牌、21枚银牌、28枚铜牌，于8月24日8时北京奥运会圆满结束，也展现了我国

强大的经济实力，让全世界了解中国发生了翻天覆地的变化！

继奥运会后，又迎来一件举国瞩目的大事，神舟七号载人飞船成功升空，中国实现了第一次太空行走，我国航天技术又进入了新的里程碑，我们祖国多么神奇，多么有智慧啊！

## 以阳光为的演讲稿篇五

尊敬的各位领导、各位评委、老师们：

大家下午好！

也许你曾抱怨过上帝是捉弄人的，他对你吝啬幸福，却让痛苦折磨着你，日日夜夜，疲惫不堪，换来的只是滚烫的泪珠。但苦尽甘来后，当你揭开那沉重的幕纱，你会看清，上帝是公平的，磨难也是一种财富。

曾经有人做了一个试验。他点清了一座山林中的红羊后，把山中的狼全部捕捉起来，让红羊没有敌人。照理说，红羊应该是悠闲自得、快乐地生活了，但事与愿违，红羊为了争夺一小片土地、甚至一棵青草而搏斗，由原来一支整齐的队伍变为一盘散沙。经过搏斗的红羊一只只疲惫不堪，过去那种矫健、奔跑如飞的红羊在这座山林中再未曾出现过，而且，红羊的数量也在逐渐减少。是什么原因呢？因为人们捕获了狼，红羊没有了给它们造成生命威胁的动物，而自相残杀直至消亡，失去了危机，同时也失去了生机。可见，在生态环境中，没有磨难就不会有生态平衡的系统。

张海迪胸部以下失去知觉，但这些困难反而使她有了更为远大的目标，学习掌握了德语、日语、英语。她为什么能取得常人都不容易取得的成就呢？因为她在承受巨大挫折的同时，也将挫折化为了动力，让挫折成为自己的奴隶，再一次战胜了磨难。

人生如一块璞玉，这是上帝赐予你最大的财富，这块璞玉中有着酸甜苦辣，也许痛苦过后便是幸福，这是上帝给予你最大的机遇。只有自己努力来雕琢这块璞玉，才能使它成为完美无瑕的艺术品。

同学们，当你遇到挫折、困难时，不妨想想，上帝是公平的，有时磨难也是一种财富。

谢谢大家！

## 以阳光为的演讲稿篇六

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家早上好！今天我国旗下讲话的题目是《让梦想腾飞》。

我们每个人都有梦想，无数人的梦想托举起一个强大的中国梦。梦想是石，擦出星星之火；梦想是火，点燃希望的灯；梦想是灯，照亮前行的路；梦想是路，引你走向成功。

我们有梦想，学校给我们提供了良好的条件，引领我们的青春，助力我们梦想的腾飞。午间，体育馆里同学们施展青春的活力，洒下汗水，那是篮球社和羽毛球社的同学们在朝着梦想迈出坚实的每一步；教室里，同学们在老师的带领下穿越时空，往返于古今中外，那是史镜堂的同学正在探索国家的崛起和衰亡，学习古人的智慧；法庭社的同学再一次开庭，他们在模拟的法庭中感受法律的庄严；下午，同学们会到自己感兴趣的专业教室，在专业老师的带领下朝着梦想迈进；学校还会带我们去天安门看升国旗，增强我们的爱国之心；带我们听音乐会，培养我们的内涵修养，让我们聆听世界的声音。这一切的一切都是学校对我们梦想的重视和呵护，竭尽全力助力我们梦想的实现。

在这样优美和谐的环境中，我们有什么权利无所事事呢？同

学们，作为一名中学生，我们要有一个梦想，目标。当代青年的抱负决定着中华民族未来的前途和命运，共和国的新一代骄子应当不负重托，以更强的使命和责任感迎接新世纪的挑战，在壮阔的新世纪画卷上书写新的篇章，给未来的东方时空播洒更多的甘露和阳光。

即将开始艺术节，希望大家踊跃参加到其中，尽情展示自我才华，践行我们青春美好的誓言，让我们的青春充满活力，让我们的生活丰富多彩！

我的讲话到此结束，谢谢大家！

## 以阳光为的演讲稿篇七

爱迪生曾经说过：“自信是成功的第一秘诀！”不管做什么事，只要心中充满自信那么成功一定在不远处向你招手！“自信”二字说起来容易，做起来却很难。它需要一个人经过强烈的思想斗争！

小泽征尔就给我们举了一个很鲜明的例子！再一次指挥家大赛中，小泽征尔安排到最后一名出场。评委给了他一张乐谱，他在指挥途中发现了一点不和谐的地方，一开始，他还以为乐队出了错误，就停下来重新演奏，但还是不对……这时他就觉得乐谱出了问题！可是在场上的作曲家和评委都说是他演奏错了！面对着一大批音乐大师和权威人士，他再三思考，最后斩钉截铁地大声说：“不！一定是乐曲错了！”话音刚落，评委们都站起来为他送上了热烈地掌声，祝贺他大赛夺冠！原来，这是评委们精心设计地一个“圈套”就是想考验一下选手们地自信心！

自信是一种力量，无论深处顺境还是逆境，都应该微笑地，平静地面对人生，有了自信，生活便有了希望！哪怕命运之神一次又一次把你捉弄，只要拥有自信，拥有一颗自强不息，积极向上地心，成功迟早会属于你的！

就像爱迪生，他一次次地试验钨丝电灯泡，当别人一直认为不可能成功时。爱迪生就是相信自己，最终他经过了一万次试验终于成功了！是什么使他变得如此相信自己？就是自信，自信就是成功的‘明灯！

信心决定一切，最后我送给大家一句话：“喷泉的高度再高也超不过它的源头，一个人的成就再高也高不过他的信念！”

## 以阳光为的演讲稿篇八

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！

时间能改变一切时间，是一个神奇的词语。它成为了人们不能解释时的唯一借口，它成为了不能回头，不能倒退的代表。多少经不起它考验的情感只能深深的沉入谷底，消失。

因为时间的无情和冷酷，让多少人心生畏惧。可也不禁有人提出：时间能不能改变一切？

我想，对于这个问题，我的答案是肯定的。时间能改变一切，时间能成就一切！下面我将来向大家解说这个观点。

首先，时间不可回转的特性，让我们看到了世界的改变，从原始人到现代的文明，我们看到了人类的一步步改变，是人类通过自己努力的改变，同时也是时间的改变，时间它不会静止，它改变了世界。时间的长河里，锻造出了亚历山大，牛顿，爱因斯坦，达尔文，孔子等伟人。这些名人的出现，促进了时代的‘变迁。时间能够改变一切，时间让我们看到未来将会更好，这个不会停止的进程里，永远有想不到的惊喜。

其次，从我们现实生活出发。时间能够改变一切，旧习惯会被新的习惯所替代。旧的我们也会染上新的气息，因为时间



不会停止，我们也不会静止。总会有人在遇到挫折的时候，想要放弃。总会有人在遇到困难的时候，不再有勇气。可是，时间会改变他们，时间会给他们一个答案。就算有再大的挑战，只要有时间去改变，我们就会有希望成功。所以这些小挫折，永远也不会影响时间的更替。时间会让我们的努力看到结果，这便是时间的不可超越性。

时间能改变一切，时间能让孩童时的纯真、幼稚蜕变。时间能让一个生命在它的流里，显得微不足道。这些都是时间的微妙。

时间能改变一切，但关键是你如何利用它，使它让你改变的更好，成为更好的人，成为更优秀的自己。

## 以阳光为的演讲稿篇九

尊敬的老师，同学们：

大家好！

在漫漫的人生旅途上，我们哭过、笑过、成功过、失败过。当种种情形摆在我们眼前时，我们又该如何抉择呢？是的，人生并没有人们所期待的一帆风顺，面对成功，人们总是欣喜万分，因为它是我们努力的认可；面对失败，人们总是黯然神伤。但我们真的没必要因为失败而心灰意冷，不是有句付出总会有回报的话吗？所以挫折是难免会有的，但自信却是我们不可遗弃的。

人生的航程本来就是有波浪，有涟漪；人生的道路上一样也会有坎坷，有崎岖。我们应该坚信付出就会有回报的真谛，同时既不要因成功而沾沾自喜，也不要因失败而闷闷不乐，要以一种积极向上的生活态度来面对成功与失败，从而以成功或失败作为契机，并以此当成新的开始。

在我的记忆里，曾有一人令我钦佩不已。他从小热爱音乐，在他的世界里到处充满着悦耳动人的旋律。但天不从人愿，偏偏让他成了聋人，使他向往美好世界的道路上又增添了一堵厚重而严实的墙。难以想象的是他并不是因为前途困难而退缩，而是以积极的态度接受命运的挑战，坚持不懈的创作，终于，他的努力得到了人们由衷的赞赏，他也因此成为了闻名世界的音乐家。也许你们早已猜到，没错，他就是为世界创出无数动人乐曲的伟大音乐家贝多芬！从他的人生中，我明白了人生并不是那么不堪一击，阻碍我们的是在于我们是否有坚强的意志和信念。我相信，只要我们真诚地付出就没有任何事能难倒我们！

同学们，让我们扬起自信的风帆，越过波涛汹涌的大海，抚平微风荡漾的涟漪。你会发现，成功的彼岸就在不远的前方。笑对人生，以自信来面对我们可能遭遇的挫折与痛苦。生命是一张白纸，当自信为它披上五颜六色的新装时，生命才充满活力！

## 以阳光为的演讲稿篇十

各位领导，各位同事：

下午好！

今天我很高兴，能站在这跟大家说话，象这样的场面我经历过几次，那时我是乐天派，因为那时年轻，具有活力，笑口常开，至今有同事还怀念我那银铃般的笑声。

而现在我是郁闷派，为什么？不是有句话吗，长江前浪推后浪，前浪死在沙滩上。幸好我们组的老师仅把我推到浪尖上，出于对我的照顾，对我的关心与爱心，把这个荣誉给了我，否则的话我就死在沙滩上了。所以我得感谢他们。今天谈什么经验交流，我没什么可说的，我只尽自己的本分，终于我的职业，用心钻研教材，用心备课，用心教学，用心批改作

业，用心教育学生。写案例，写什么？刚开始我还弄不清楚，我也用心去寻找资料，了解了其书写格式，所写的内容，看了以后，我写了。其实教学案例，是教师的都会经历过。不过我想，我所发生的教学案例可能比其他学科的教师机会多一点。因为同一教时内容，我要在三个班级里上课。教学方法方式只要自己用心去感悟，这个方法不行，就换另一个，总有一个适用，就像医生给患者治疗配药一样，这药不行，就换另一帖药，总有一帖好药。但我现在很遗憾，被推到沙滩上的时间近了，像今天这样的喜事的机会不多了。教了三十几年的书，不服老不行了，现在五十出头，耳背、眼花、头顶开花，真遗憾啊！人老了，麻烦的事也多了，接受新事物的能力逐渐减弱，如在电脑操作上，当自己遇到不懂时，想问又难以启口，怕给人家带来麻烦，不问自己又不会进步，所以有时显得郁闷。啊！年轻真好，眼快、手紧、干事情不用等。虽然我已年轻过，但我还是怀念年轻时候的情景。现在的我不是我不会，是没有更多的机会。所以那些年轻的教师，该辉煌的时候就辉煌吧！

谢谢大家！

## 以阳光为的演讲稿篇十一

各位老师、各位同学：

大家好！

今天，我要演讲的题目是”祖国在我心中“。现在，中国的科技发达了，我们人人都过上了幸福的小康生活。但你们知道吗？50年代的中国是一个很被别人瞧不起的国家，它没有伟大的科学成就，科技也得不到发展。然而，一些留学知识分子的回国，使中国的命运得到了根本的转折，正是他们，挺直了中国的脊梁。

邓稼先就是这些留学生之一，当时他听说中国的科技状况，

放弃了博士学位，决心回国为祖国贡献自己的一份力量，因为他知道：自己是中国的儿女，是炎黄子孙！

中国有那么美丽的河山，那么悠久的历史，那么灿烂的文化，他们就是为了不让祖国受到外国人的侮辱和嘲笑。

故宫、长城，哪个不是规模宏大、气势辉煌？

泰山、黄山，哪个不是风景秀丽、雄伟壮观？

造纸、火药，哪个不是我们中国人的骄傲？

当鲜红的五星红旗冉冉升起时，我们都会想起那些爱国的知识分子。正是这句话，成为了他们的动力——我是中国人，我爱中国！

我的演讲完毕！谢谢大家！

## 以阳光为的演讲稿篇十二

一位哲人说：你的心智就是你的主人。有这样一个故事：有个人遇到了难事，便去寺庙求拜观音。当他走进庙里猛然发现观音像前也有一个人在拜，那人长得和观音一模一样。于是便问：“你是观音吗？”那人答道：“是。”“那你为何还拜自己？”“观音”笑道：“因为我遇到了难事，可我知道，求人不如求己。”

是啊，如果人人都拥有遇事求己的那份坚强和自信，也许人人都会成为自己的观音。在现实生活中，不是因为有些事情难以做到，我们才失去自信；而是因为我们失去了自信，有些事情才难以做到。自信是生命的力量，自信可以让生命更有分量。

总有一些人，他们看上去整天都很开心，嘻嘻哈哈的，没有

烦恼，像个小孩，他们会说“玩是我最大的乐趣，我很喜欢玩，我什么都会玩”

因为一旦伤害了，那就将永远弥补不回来！

## 以阳光为的演讲稿篇十三

敬爱的老师、亲爱的`同学们：

大家好，今天我给大家讲一个趣味数学故事：欧拉和马克都出生在城市，他俩决定跟随种葡萄的大伯到农家去看看。他俩走进大伯家的园子，看到大伯的两个儿子正在园里摘黄瓜，马克看到满满一篮子的黄瓜问道：“你俩摘了多少根黄瓜？”顽皮的小儿子没有回答却拍手唱起了童谣：“兄弟二人摘黄瓜，一共摘了七十八，哥哥多摘整八根，二人各摘多少瓜？”欧拉一听笑道：“哈哈，小朋友考我们呢。”他想了想说：“弟弟摘了三十五，哥哥摘了四十三。”

欧拉和马克随大伯来到后园，见大妈正在河边唤鸭子归笼，欧拉热心的问道：“大妈一共有多少只鸭，我们帮你赶吧。”大妈同样也乐呵呵的唱道：“太阳落山晚霞红，我把鸭子赶回笼。一半呆在水中叫，一半的一半进笼中。剩下十五围着我，我的鸭子共多少？”马克怕欧拉抢先了，连忙说：“我知道， $15 \times 2 \times 2 = 60$ 只。”

晚上，欧拉和马克与大伯一家围坐在葡萄架下，大伯抱来一个大西瓜，笑呵呵的递给欧拉一把切瓜刀说：“要说稀奇不稀奇，这儿有个切瓜题，三刀切成七块瓜，吃完剩下八块皮。”欧拉为难的说：“切成七块不难，可是怎么吃完有八块皮呢？”马克提示着在台上画了个三角形，欧拉看后一拍脑门说道：“我知道了！”欧拉切完瓜也不甘示弱，说道：“稀奇稀奇真稀奇，刀切西瓜有难题，一个西瓜大又圆，四刀切成九块齐，吃完却剩十块皮！”

欧拉和马克又愉快的度过了一天，躺在床上，他俩由衷的感叹道：“生活中处处有数学！”

我的故事讲完了，谢谢大家！

## 以阳光为的演讲稿篇十四

朋友：

你们读过玛格丽特·米切尔的著名长

篇

小说《飘》吗？这是一部长达百万字的宏伟巨著，我没有读过，但我读过《飘》的一本简读本，我还看过根据小说拍摄的电影《乱世佳人》。

我最喜欢的一句话，就

出自

小说的女主人公——“思嘉”之口，在小说的结尾时刻，面对即将破裂的婚姻，思嘉毫不气馁地说，“太阳每天都是新的！”

“太阳每天都是新的！”这句话说的多好呀！现实生活中，我们会遇到许许多多的困难与挫折，有学习上的烦恼，有与同学相处过程中产生的矛盾，有与爸爸、妈妈的感情冲突等等……面对种种考验，朋友们，请用这句话来激励我们自己吧，永远不要对人生感到失望。

不管困难有多大，任何时候，我们都要告诉自己，“太阳每天都是新的！”明天在向我们召唤，只要我们希望长在，经过艰苦不懈的努力之后，美好的生活就一定会到来的。

## 以阳光为的演讲稿篇十五

各位领导：

大家好！

青春是一首唱出我们最美好回忆的歌；青春是一朵美丽的花，散发出最迷人的芬芳；青春是一棵没有结果的树，绿色却最美。

现在我们似乎还不明白青春的意义。过了几年几十年，当我们回头去看，是遗憾，是遗憾，还是美好，还是回味？这个没人知道。不管结果如何，我们都不应该浪费我们应该争取的青春。

花会枯萎，树会枯死，没有多少时间让我们浪费，也没有多少年让我们后悔。奋斗，奋斗，努力。我们的意识里应该有这种想法。即使结果没有我们想象的那么好，至少现在回想起来，也没什么好后悔的。

只有我们自己知道，在过去的分分秒秒中，我们付出了多少，浪费了多少。千万不要轻易放弃。我们会失败，因为不是只有我们一个人在努力，但是我们的努力一定会有回报的。一定要坚持，不要中途休息。休息的时候一定要知道别人还在努力。不要对自己的进步沾沾自喜，因为比你优秀的人多的是，你的进步也不过是在努力追赶别人。当然也不要颓废，因为一点点进步就会变成很大的进步。也许有一天你不再跟得上别人，但别人会努力跟上你。

我们正处在的阶段，不要在你的战绩本上加尴尬的黑，不要浪费本该奋斗的青春。

## 以阳光为的演讲稿篇十六

我爱祖国啊，是您给予了我们的生命，让我们在辽阔的大地上茁壮成长；祖国啊，是您哺育多少英雄儿女，您为了明天的灿烂和辉煌，付出了多少艰辛和汗水。

2008年初，一场罕见的雪灾袭击中国南方，大雪纷飞，引起交通堵塞，通讯中断，昔日令人赞叹的银装素裹的冰雪世界，今日却给国家造成了巨大的经济损失。到处冰天雪地，虽然大雪冰冻了大地，却没有冻僵中国人民的信心，中央领导人为了大家能过好祥和、愉快的春节，在日理万机中，不辞辛苦，千里迢迢，风尘仆仆来到现场，看望、慰问受灾群众，指挥安排工作，他们勇敢，不畏艰辛的精神感动了我们十三亿人，中国人民同甘共苦，风雨同舟，度过了难关。

同时，灾区的百姓也在勇敢地自救，灾区的情况时刻牵动着全球华人的心，中国人民伸出了援助之手，纷纷捐钱、捐物、献血，他们还自发地集会用行动鼓舞着灾区的人民——四川雄起！中国雄起！此时此刻我深深体会到了团结的力量！

2008年8月8日8分，奥运会终于拉开了序幕，林浩作为小小护旗手与姚明一同引领中国代表队出场，赛场上体育健儿展现了敢于拼搏的精神风采，中国夺得了51枚金牌、21枚银牌、28枚铜牌，于8月24日8时北京奥运会圆满结束，也展现了我国强大的经济实力，让全世界了解中国发生了翻天覆地的变化！

继奥运会后，又迎来一件举国瞩目的大事，神舟七号载人飞船成功升空，中国实现了第一次太空行走，我国航天技术又进入了新的里程碑，我们祖国多么神奇，多么有智慧啊！

## 以阳光为的演讲稿篇十七

尊敬的老师，亲爱的同学们：



大家早上好！

曾看过这样一段话：小鸟说：我从天空中飞过，但天空中并没有留下我的痕迹。泰戈尔说，天空中没有留下我的痕迹，但我已飞过。同样的状况，却有两种不同的态度，相信后者的态度更能赢得大家的认可。其实生活是一面镜子，你对他笑，他就会向你露出笑脸，你对它哭，那么你最终只会收获沮丧的心情。这就是我要演讲的——乐观的生活态度。

相反的，正如我们熟知的林肯先生，在遭受24岁经商失败，26岁爱人死去，27岁精神崩溃，中年时代多次竞选参议员和副总统，却均以失败告终，可面对如此多的打击与磨难，他始终没有放弃自己的梦想，而是以积极的生活态度应对这些不如意，最终他成为美国第十六任总统，正是这积极乐观的生活态度，让林肯最终实现自己的理想。

相信，假若没有积极乐观的生活态度，摔残肢体的桑兰，高位截肢的张海迪，生命中没有光明与黑暗的海伦·凯勒，他们同样不会有灿烂的人生，也就不会赢得世人的尊重与赞美。

亲爱的朋友们，虽然我们无法预知下一秒会发生怎样的事情，但相信只要我们持一种积极乐观的生活态度，我们生活一直是快乐的。所以，即使有一千个理由哭泣，也要为自己找出一万个理由微笑，这样，我们的生活就会充满更多的阳光和快乐。

我的演讲完毕！谢谢大家！

## 以阳光为的演讲稿篇十八

很多身边的朋友问我：“嘿，怎么见你每时每刻都表现的很轻松很快乐？”

我的回答是这样的：“简单的小幸福”

每天晚上我们坐在一起看完电视睡觉，有时也会争一争遥控器，发一发工作上的挠骚，这种感觉很平凡，但很真实。