

# 我是阳光少年演讲稿七年级(大全5篇)

要写好演讲稿，首先必须要了解听众对象，了解他们的心理、愿望和要求是什么，使演讲有针对性，能解决实际问题。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？以下我给大家整理了一些优质的演讲稿模板范文，希望对大家能够有所帮助。

## 我是阳光少年演讲稿七年级篇一

尊敬的各位领导、老师，亲爱的同学们：

大家上午好！我今天演讲的题目是《用心传递正能量》。

一段时间以来，关于“老人摔倒到底扶不扶”的问题曾引起公民的热议。每个人都有向上向善的意愿，关键在于，这种朴素的情感有没有被激活。

现在，总有些人在抱怨，坑蒙拐骗者有之，欺瞒诈骗者有之，毫不利人专门利己者有之。食品安全问题、城市安全问题、社会道德的滑坡种种事例让每个人都产生着不安全感和不信任感。很多人会说再也不相信人是善良的，不相信诚信，不相信真情。殊不知，在道德的主流高地上，绝大多数人都在坚守。我曾经看到过这样一则新闻：20\_\_\_\_年的一天，扬州大学附属中学17岁的学生徐砺寒骑自行车去上学。在经过一辆宝马车旁边时，无意中将这辆车的后视镜撞坏了，车身也被蹭掉一块漆。车主不在，他却并没有溜走，而是选择在原地等待车主。后来因赶着上课，只好留下“联系纸条”欲赔偿。这件事在微博上引起轰动，徐砺寒也因此被网友称为“诚信中学生”。

车主获得消息后很快在微博上回应称：“作为车主，当时我极度震惊，不知道说什么，心中只有感动，拍了拍孩子的肩膀催他赶紧去上学。望着他远去的背影无限感叹：我们的下一

代若都如此，社会有希望！”

“自己做错了事，就应该负责。”在后来的媒体采访中，徐砺寒这样回答为什么自己当时没有溜之大吉。在这诚信稀缺，甚至“打死都不肯认错”的今天，的确让人喟叹。徐砺寒用自己的实际行动给社会传递着正能量。这诚信的故事正启示我们，其实，正能量存在于每个人的身边和心中。而我们更需要的是多一些发现、多一点信任和多一份付出。

英国作家狄更斯在他的《老古玩店》中说过：“恶往往是昙花一现的，都和作恶者一同灭亡，而善则永世长存。”不管是孔子的性善论，还是老子的上善若水思想，在21世纪的今天仍然熠熠生辉。所以，我们青少年，祖国未来的栋梁，更应努力凝聚并传播向上向善的正能量。努力学习，追求上进；尊敬师长，待人友善；担任班干部，对班集体负责；积极劳动，不乱丢垃圾……因为我们是青少年，处在人生中最美好的阶段，我们澎湃着热血，我们洋溢着激情，我们充满着爱心与正能量。

在培育和践行社会主义核心价值观的当下，我们更应主动开启向善的心门、自觉坚守美德。主宰世界的是我们，放弃世界的仍是我们，所以让我们拒绝平淡、告别无为，让我们奋发向上、崇德向善，让我们做品德高尚的优秀青年，让我们的青春在阳光下真正地飞扬起来！

我的演讲完毕，谢谢大家！

## 我是阳光少年演讲稿七年级篇二

大家好！

在人生的道路上，尽管布满荆棘但总有一些事物令我们振奋鼓舞。看，那一缕缕灿烂的阳光，正是伴着我成长的证明。

在学校，辛勤的园丁们每天都不辞辛苦的一个一个的给我们浇水，施肥，给我们充足的阳光，一天天的长大，陶醉在爱的世界里甜蜜而美好。我们在校园的阳光下茁壮成长。

在家里，我们接受着亲情的呵护。爸爸，妈妈，爷爷，奶奶把我们当作“小公主，小皇帝”一样照顾着，让我们在亲情的浪花中尽情的翻滚着，滚出了一阵阵欢笑；滚出了时时的牵挂；滚出了天天开心，我们奔跑着，跳跃着在亲情的阳光下无忧无虑的唱着欢快的歌，唱出我们的活泼，我们的可爱。挂着花一样的微笑，露出深深的小酒窝，尽情的展示我们的风采，在爱的阳光下，拼命的茁壮成长！

在社会，我们在政府的阳光下茁壮成长，政府为了让我们有好的学习条件就给我们拨款，增添新的教学器材，而且政府也为我们的'身体健康着想担心。我们没有足够的体育锻炼，开展了“全国亿万中小学生体育训练活动”让我们有足够的时间锻炼身体，不再是那些文弱书生只知道学习，使我们劳逸结合，能更好的接受老师传授的知识，更好的打造祖国的明天，我们在政府的阳光下！

阳光洒遍了大地，我们无时不刻不在接受着阳光的淋浴；我们无时不刻不在阳光的爱河中欢呼雀跃。让我们在阳光下茁壮成长，努力学习，为了祖国美好的明天而奋斗，永远生长在阳光之下。

伴随幸福，我一路成长。我成长我享受成长的日子，对我来说，是一种享受。无论快乐还是悲伤，我都面带微笑的享受着这过程，一沙一世界，一花一天堂，虽然我的世界很小，但是那却是我完美的世界，最快乐的天堂。虽然我没有在旷野上张开臂膀迎接风的方向，但我曾在大雨过后打开天窗，拥抱清新的天堂。虽然我没有飞上天去体验飞翔，但我曾在梦中插上了洁白的翅膀。尽管我的生活不是童话中的天堂，但我却有我的梦想，有我的感伤。在阳光中，我享受成长。成长是一次漫长的旅途，旅途中拥有快乐，因为快乐所以幸

福，因为幸福所以享受，因为享受，所以，我的生活充满阳光。

谢谢大家！

## 我是阳光少年演讲稿七年级篇三

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！我叫张好。是崇文实验学校三（4）班的学生。我的外号“小书虫”，我从小爱看书，书的海洋是我遨游的世界。我爱写作，是浙江省作家协会会员，《杭州日报》、《家庭教育》……等杂志上都刊登过我的作品。我爱唱歌，在“小海燕艺术节”上得过一等奖。小学三年，多次获得“小海燕示范生”的荣誉称号，被评为“上城区三好学生”。我是老师的小助手，同学的好伙伴。我对世界上所有的事物都非常好奇。当朝阳挣脱地平线的束缚，我为无所畏惧的太阳感到骄傲；一只蚂蚁驮着比自身重的食物经过我面前，我的脑袋里便会冒出许多问号。

我的脑海里突然涌现出一个挥之不去的画面。五月十二日四川发生地震时，在废墟下唱国歌鼓舞同学的许中政；坚强乐观的“可乐男孩”；冒着余震徒手救同学的马健；年仅九岁，用小小的双肩扛起生命的重量，救出同学的林浩……宋雪，一个可爱充满阳光的女孩。地震来临时，同学们在午睡，她大喊：“地震了，快跑啊！……”可是，还有两位同学在熟睡没有听到。宋雪立即冲进去将他们摇醒。当老师清点人数时，只差宋雪。后来，当人们在教室后门仅两步之遥的地方发现了宋雪的遗体，她仍然保持冲向门口的姿势。

亲爱的老师和同学们，你们听到了吗？就是他们，在地动山摇、山崩地裂的瞬间，表现出的沉着冷静、临危不惧和乐观顽强。就是他们，谱写了一曲感天动地的阳光少年的赞歌！

来吧!让我们扬起知识的风帆，放飞美好的心情，争做阳光少年吧!让阳光少年的光辉永远明亮!

谢谢大家!

## 我是阳光少年演讲稿七年级篇四

大家好!

当我们一次次被现实嘲笑，当我们一次次被权威漠视，当彭宇案蹂躏着道德底线，当冷漠一次次在社会中蔓延，大家想一想，我们是引颈观望，独善其身?还是不甘现状，逆风向前?这个问题的答案，正是我今天要与大家分享沟通的主题。胸怀正能量，助力人生路。

在生活中，总会有些时候，我们预想丰满，满心期待，换来的却是现实骨感，大失所望。我们也曾雄心勃勃地规划人生蓝图，最终却昙花一现，不由自主地被自己的行为所背叛。我们同样想过抵制\_\_，挑战自我，可一次又一次地自我妥协，让我们的心灵习惯了屈从于身体。当我们为此而遭受内心的谴责时，总会有一个声音，清晰耳边：正能量。

那么什么是正能量?

在我看来，它是功成名就却毫不自居的虚怀若谷;它是深陷低谷却毫不言弃的坚持不懈;它是使我们看清现实的残酷却仍旧热爱生活的豁达乐观;它亦是面对不公却并不怨天尤人的勇往直前。只有我们胸怀正能量，才可能在瞬息万变的人生路上顺水推舟，无往不利。

生活就像飞行棋，我们永远不知道人生的下一步将会遭遇何种境地，但最明智的选择是用胸中的正能量为每一步打下坚实不屈的脚印。

肯尼迪说过：人的危险是无所行动。而关于正能量，不在能知，乃在能行。

接下来，我就如何胸怀正能量与大家分享三个方面。

首先，我们每个人都有潜在的正能量，只是很大一部分容易被周围的负能量所影响削弱，我们无法使身边的负能量失去踪影，但我们可以用理智的态度审判它。无论你遇到什么不公的事，难以接受的事，你都要心如止水，用一颗百毒不侵的内心去捍卫正能量。有一年，温总理来河北视察，没有走当地安排的路线，他在路边发现了一个老农民，旁边放着一副棺材，他下车去看，那个老农民说因为太穷了，没钱治病，才把自己的棺材板拿出来卖，于是温总理给了他五百块钱拿回家了。事后温总理与大家谈起这个故事时说：中国大地上的事情是无穷无尽的，不要在乎一时的得失，要执着。在我们身边的负能量，同样是无穷无尽的，今天你的朋友背弃了你，明天你竞选干部又被潜规则所伤，后天你又在网上淘到了劣质产品，如果面对身边的负能量，我们总是耿耿于怀地以愤青的心态去对待，那么我们将终日懊恼，逡巡不前。因此我们不要在乎一时一事的得失，要坚定让心中的那份正能量始终岿然不动，波澜不惊。

第二方面，在这个信息互联的时代，形形色色的信息穿行在脑海，我们要清醒，要理智，要有分辨是非的能力，勿让外界的嘈杂湮没了你内心的声音，扭曲了你对正能量的定义。在20\_\_\_\_年，所谓的爱国人士就钓鱼岛事件做出来打砸日系商店、汽车的疯狂之举，难道这能称之为正能量吗？树欲静而风不止，在今天2月，郭德纲的一篇“我儿十八几句叮嘱”的长微博，使人们将他推到舆论的风口浪尖，某些人断章取义就其中诸如“春冰薄，人情更薄”的句子，进行指责，却对“但行好事莫问前程”一句避而不谈，难道这能称为正能量吗？这充其量只不过是一次失去理智，形而上学的道德绑架和情绪的宣泄。我们要清楚对负能量的夸大批判，并不等于对正能量的传播。辩证的分析 and 理性的行动，才是弘扬正能

量的途径。

第三方面，积极的心里暗示是刺激正能量增加的切实方法。在人生的每一年，每一个月我们都有自己的目标、信念和动力的触发点，我们可以把它们做成录音放在手机上，每天清晨睁开双眼，我们便用心地倾听一遍。当我们面对机会，却选择逃避时，这声音会激励我们变得勇敢；当我们选择放弃目标自我妥协时，这声音便会提醒我们变得执着；当我们碌碌无为，茫然失措时，这声音便会指引我们找到方向。只要每天都给自己积极的心理暗示，日久天长，你会发现你已然蜕变。

胸怀正能量，我们就要填平心壑，纵有激雷，也要心如平湖；胸怀正能量，我们就要明知这世界并不完美，但仍不言乏力、不言放弃；胸怀正能量，我们就要积极暗示，时刻聆听自己内心深处的声音。只要做到以上三个方面，我们的正能量才可能不被习惯所掩盖，不被时间所迷离，不被惰性所消磨。最后，希望大家能够胸怀正能量，活的精彩，活的漂亮！

谢谢大家！

## 我是阳光少年演讲稿七年级篇五

敬爱的老师、亲爱的同学们：

上的力量。爱是阳光。诚信是阳光。诚信，是人心的法则。坦诚相待，言而有信，能让我们心胸开阔坦荡，让我们赢得尊重，让我们乐于接纳，倾力合作，让我们在逆境中，也能彼此扶持守望。文明是阳光。奋斗是阳光。少年智则国智，少年强则国强，少年进步则国进步。

谢谢大家！