

如何面对考试演讲稿 面对生活演讲稿(精选8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。我们想要好好写一篇演讲稿，可是却无从下手吗？以下是我帮大家整理的最新演讲稿模板范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

如何面对考试演讲稿篇一

我们都是尘世凡间的普通人，与其仰望天际漂泊的云彩，不如做一枝倾情绽放的花朵，用简单快乐之心，淡视风云变幻，笑迎雪雨冰霜；不避生活常态，不畏他人嘲讽；盛开时无须肆意遮掩，凋零时坦然面对凄凉；散发着自己的芬芳，坚守着自己的故事；用装扮世界来体现内涵，用愉悦众生来诠释美丽。

装得谦卑是为了隐藏骄傲；表现出痴狂而忘了智慧；庆祝胜利时却失去了初衷；取得进步时受到了各种诱惑；为了真理而追求知识却忽略去提升高贵的灵魂；与并非真正需要的人为友；吸收知识时良莠不分；爱那些轻视我们的人而且帮助那些威胁我们的人。所有这些都是人生的重负。

走在熟悉的路上，往往会忽略了细微之处不可多得的美丽；而走在陌生的路上，却又会因为迷恋途中的景致而耽误了行程。身边的人每天都在为自己默默付出，我们往往视而不见；而刚认识的人只要对自己好那么一点点，我们就会受宠若惊！糖放得太多了就会感觉到苦，爱得太深了就会感觉到平淡。

如何面对考试演讲稿篇二

我叫蒋敏，是四川成都彭州市公安局民警。

我出生在风景如画的北川县小坝乡。我曾经有一个幸福的家庭，有疼爱我的丈夫，还有活泼可爱的女儿睿睿，全家人其乐融融。我还有一个亲亲热热的大家庭——母亲、外婆、奶奶、叔叔、舅舅和舅妈……他们都生活在我的老家北川县城。

5月12日地震发生时，我正在上班，忙着核对全局民警的工资材料。突然，公安局的大楼剧烈晃动起来，我跟着大家从摇晃的楼道跌跌撞撞地跑了出去。

各部门的情况迅速向市局指挥中心聚集：很短时间内，统计的伤亡人数不断攀升。紧接着，我们全警出动。我随巡逻小组上街巡逻、察看灾情、维持秩序、救助群众。

一路上，我不断看见惊慌的人们，动不了的车子，严重裂缝的房子，甚至还有刚刚被转移到空地上就要临盆的孕妇……一座城市，就在一瞬间改变了模样。那一刻，我才真切地意识到，这是一场灾难！

我已经顾不上和家人联系了，和同事们一起忙着救人，安抚受惊的群众。一直到4点钟，我才知道这次地震震中不是彭州，而是汶川。我的心一下子揪了起来：彭州离汶川那么远，损失都那么重。那么，离汶川仅仅一山之隔的北川呢？也不知道妈妈、女儿、奶奶、外婆她们现在怎么样了？！我急得不得了，一个劲儿地给丈夫和北川的家里打电话，可惜直到电池用完了，也没有联系上任何亲人。

当天晚上，我和同事们在公安局的指挥中心，守着三部抢出来的值班电话，向不断打来电话的焦虑群众澄清谣言、通报信息、解除疑惑、安抚人心。

整整一夜，我没有吃一口东西，没有合一下眼。

13日下午，我终于接到了舅舅从北川打来的电话，舅舅哭着告诉我：我们家的房子倒了，有10个亲人下落不明。舅舅的

话让我难以置信。我抱着一线希望和丈夫商量，由他回北川寻找亲人，一定要把他们接到彭州来。

怀着极度焦虑、复杂的心情，我不断地用做事来冲淡自己的担忧。抬水、搬方便面、接电话、给大量的电池充电，我全身心地做好每一件事情，以消磨自己的担心。

15日凌晨，丈夫从北川回来了。很久，丈夫只说了一句：“敏敏，你还是挺幸运的。”看见他走得已经明显肿胀的双脚，我心头充满了不祥的预感。

第二天，我看见了丈夫用手机拍下的灾后老家的画面：原本5层的楼房，已经下陷了3层，顶楼的一角直接压在了临近一幢楼房的3楼。到处是砖块和断裂的预制板，亲人们的住房全部被滑坡的山体所掩埋。那一刻，我的眼泪一下子就流出来了。我明白，其实丈夫跑遍了北川县城，根本没有亲人们生还的消息！

公安局民警演讲稿：面对灾难，我选择坚强

睿睿，我的乖女儿，你在哪里？妈妈实在太忙了，只好把你送到外婆家。你两岁了，妈妈却只为你过了一次生日。半个月前，你和外婆回北川，车要开动时，你哭着喊“我要妈妈，我要妈妈”的样子，让我一想起来就要掉眼泪。睿睿，妈妈已经为你联系好了彭州的幼儿园，正打算接你到身边来，你要等着妈妈！

这五天里，我不晓得时间是怎么过的，不想吃任何东西，甚至想不起来自己做了些什么。

选择，我必须对摆在我面前的两条路进行选择：要么，回一趟北川。看一看我曾生活多年的家乡，看一看我们曾经其乐融融但已经不复存在的家，去寻找哪怕还有一线生存希望的亲人们；要么，选择留下。继续我难舍难离的公安工作，继

续帮助灾区人民，把自己的爱留给那些生还的人们。

时间一天天过去，我听到了越来越多的噩耗：我们公安局白水河派出所两位失踪的民警依然没有音信；民警马莉、王小军的父亲在地震中遇难；我以前的老领导、北川县公安局擂鼓派出所所长勾云章，在这次地震中失去了妻子和孩子。我在为战友们不幸遭遇悲伤的同时，也被他们的坚强深深地震撼！我的同事任大姐在地震中失去了5岁的女儿，但她还一直安慰其他失去亲人的同事：“当警察要坚强些，走了的人就走了，活着的人要好好活。”这些痛失亲人的战友们，依然忍着悲伤，继续战斗在抗震救灾的第一线，把自己的生命和热血融入抗震救灾的生死拼搏中。

组织上知道我的遭遇后，安排我休息。地震以来，我已经不分白天黑夜。我希望自己很忙，我觉得只有不断工作才能将自己麻痹。只要我一闭上眼睛，就会想到母亲和女儿，我必须干活！

16日晚上10点，我打起十二分精神，继续到天彭中学的安置点发放物资，维持治安秩序。一进校门，我就看见一群小志愿者在这里忙碌。天已经很黑了，他们都没有回家，还在搬运救灾食物和水。这些平日里连家务都不怎么做的孩子，今天却主动地搬运着二三十斤重的物品，用稚嫩的肩膀扛起了原本不属于他们的责任。那一刻，我只有感动。

我顺着安置灾民的教室一间一间挨着看、挨着走、挨着问，想尽一切办法帮助他们、安慰他们。

坝子里，一位和我奶奶差不多岁数的老大爷正颤巍巍地踩在板凳上晾毛巾。我急忙上前帮他晾好，叮嘱大爷要注意安全。

走到三楼的一间教室，一位年轻的妈妈，正用一小碗水，把毛巾打湿，给自己的娃娃擦洗身体。我问这位妈妈，你的小孩有多大？她说五个月。我急忙拧干毛巾，递到大姐手里，

叮嘱她，不要把娃娃冻感冒了。

那一刻，我突然想到了我的亲人们。我想，只要他们能从废墟里活着走出来，就一定会有好心的警察、好心的医生、好心的志愿者像我们一样关心他们、照顾他们。因为在灾难面前，所有的人都是一家人。

公安局民警演讲稿：面对灾难，我选择坚强

走出帐篷的时候，我问旁边的同事：“这个娃娃有没有两岁？”她回答：“大概就两岁。”话音刚落，我眼前一黑，什么也不知道了。

突如其来的灾难让我失去了许多亲人，又让我拥有了更多的亲人！面对灾难，我是不幸的，而我又是幸运的。是全社会给我的爱，温暖着我、支撑着我熬过了最痛苦的时刻。有爱，就有希望；有爱，我们就会更加坚强。当我们的泪流在一起的时候，当我们的心连在一起的时候，当我们的力量凝聚在一起的时候，就没有什么可以压垮我们！

谢谢大家！

如何面对考试演讲稿篇三

大家好！今天给大家演讲的题目是《微笑面对挫折，勇于面对人生》。古人云：大海上没有礁石激不起风浪，人生中没有挫折成不了强者。挫折失意磨难痛苦，把我们挡在人生道路上难以行走，但仔细想想挫折其实并不可怕，只要我们够勇敢，够坚强，能够勇于和挫折作斗争，必定会到达成功的那一端。古往今来，在我们身边有许多这样面对挫折时勇往直前的事例，如：贝多芬，德国最伟大的音乐家之一，出身于德国波恩平民家庭，很早就显露了音乐上的才能，八岁开始登台演出，他一生坎坷，没有建立家庭，二十六岁时开始耳聋，晚年全聋，这对于一个音乐家而言是多么残忍！但这样的

打击并没有使他意志消沉，后来仍创作出了不朽名作《第九交响曲》。霍金，是本世纪享有国际盛誉的伟人之一。

同学们，听到这里，你的心里是否有一种感触的确，人生并不是一帆风顺的，我们可能会遇到各种各样的挫折。就好比现在站在升旗台上的我来说，我此刻的内心是非常紧张的，我曾经犹豫过，彷徨过，甚至想过放弃这一次难得的机会。但是我知道逃避是解决不了任何问题的，既然无法逃避，那就勇敢去面对 今天我已做到，已经成功挑战了自己，我相信你们也一定能做到！

同学们，挫折其实并不可怕，我们不要有所畏惧，要敢于和它作斗争，微笑迎接它的挑战，相信你自己，让我们一起用坚强、勇敢去战胜挫折，共同创造属于我们的美好明天。

我的演讲完毕，谢谢大家！

如何面对考试演讲稿篇四

微笑，我们对它拥有许多不同的见解。伏尔泰的微笑，平静与雍容，超凡与深刻，体现他人性的光辉与人格的魅力。达芬奇笔下雍容华贵的蒙娜丽莎让每一个驻足欣赏的人都叹为观止，这微笑让人感到无限美好。不同的人对微笑有着不同的诠释，但微笑并不只是停留在表面上的，而是拥有许多内涵的。

微笑，是经历挑战时对困难的不屑。霍金就是那么一个乐观、坚强的人，他没有因为身体的瘫痪而垮下去，反而用自己的微笑与信心鼓励着自己。他要用自己的微笑和智慧，去打开宇宙，甚至更远的那座大门。我们或许永远也读不懂他那本深奥的《时间简史》，但我可以读懂他的精神！他是坐在轮椅上的，那么的弱小，但我却分明看到了一个顶天立地的霍金，一个乐观的霍金。霍金的魅力不仅在于他是一个充满传奇色彩的物理天才，也因为他是一个令人折服的生活强者。

他不断求索的科学精神和勇敢顽强、微笑面对生活的人格力量深深地吸引了每一个知道他的人。那是对阻碍人生挫折的一种不屑，是一种顽强的精神。

微笑，是遭遇挫折时对自己的鼓励。就拿我们的成长过程来说，从我们降临在这个世界上，到入校学习，再到进入初三，可以说我们生命每一历程都在经历无数次的跌宕起伏。我们以后会遇到的挫折和挑战可能会更加艰巨，当你陷入低谷而萎靡不振之时，该怎样去面对生活呢？最好的办法是：给自己一个微笑。雨果曾说：“生活就是面对真实的微笑，就是越过障碍注视将来。”微笑就像是昏暗的天际下射出的一缕阳光，照亮心中不散的阴霾。给自己一个微笑，就是给予自己成功路上最坚定的力量。

微笑，是面对失败时对未来的乐观。生活就像是一面镜子，如果你对它哭，那它一定也对你垂头丧气；而如果你对它微笑，那它一定也会回你一个微笑。同样面对一个相同的失败，悲观的人会觉得自己的前途就此中断，从而一蹶不振；而若是一个乐观的人，对此不过是淡然一笑，认真地反省自己的过失，为下一次的‘挑战作好充分的准备。泰戈尔曾说过：如果错过太阳时你流了泪，那么你也要错过群星了。这就告诉我们，如果不能以一个平和的心态去对待失败，不能用微笑去面对你遭遇的失败，那么你将一错再错。

微笑的含义如此之多，但归根结底是一种对人生的态度，一种乐观的精神。当我们开心时，我们会微笑；而当我们不开心时，我们更应该微笑。微笑是一种宣告，宣告你不会被面前的挫折所击倒，不会在成长路上止步不前！

微笑如同寒冬里第一束勇敢的阳光，它会消释你心头的痛苦。就一个微笑，你可以跨越那些你认为不能跨越过的障碍，走向成功的正途！

如何面对考试演讲稿篇五

我们都是世界上的普通人。与其仰望天空中飘动的云朵，不如做一朵在爱情中绽放的花，拥有一颗单纯快乐的心，不理睬形势的变化，对着雪、雨、霜微笑；不回避正常的生活状态，不怕别人嘲笑；盛开的时候不需要掩饰，快死的时候会面对苍凉；散发自己的芬芳，坚持自己的故事；以装扮世界来表现内涵，以取悦众生来诠释美。

假装卑微是为了掩饰骄傲；秀狂忘智；庆祝胜利的时候，我失去了初衷；上进时有各种诱惑；追求知识的真理，却忽视提升高尚的灵魂；和其实不需要的人交朋友；吸收知识没有好坏之分；爱鄙视我们的人，帮助威胁我们的人。这些都是生活的负担。

走在熟悉的路上，我们往往忽略了细微差别的难得之美；而走在陌生的路上，行程会因为对途中风景的迷恋而延迟。身边的'人每天都在默默为自己买单，我们往往视而不见；如果刚认识的人对自己好一点，我们会受宠若惊！糖放多了会觉得苦，爱多了会觉得平淡。

如何面对考试演讲稿篇六

大家好！

凡事要看积极的一面，如果事情糟糕到极点，请用乐观的心态去面对，它的趋势就是变好。以乐观的心态去面对生活，给予自己希望，让生命重焕光彩。

乐观的生活态度，收获友谊，赢得尊重。在一次盛大宴会上，一个平日对卡内基很有意见的商人在背地里大肆抨击卡内基，当时卡内基也听到他的高谈阔论，可那人还浑然不知。这使得宴会的主人都很尴尬，而卡内基却脸上始终挂着微笑，等那人发现卡内基时，想偷偷溜走，卡内基却笑着走上前并跟

他握手，说：“谢谢你指出我的缺点。”卡内基这一举动使他们俩从此成为了好朋友。卡内基用乐观、真诚的态度面对这一切，他收获了真挚的友谊，赢得了在场所有人的尊重。

朋友们，让我们拥有乐观的生活态度，让生活更丰富多彩，更加美好。

如何面对考试演讲稿篇七

人生的道路是漫长的，在这漫长的路上，不可能都是鲜花拥簇着，偶尔出现的荆棘也是一道绚丽的风景线。挫折，对于我们的生活来说，也只是一段小插曲。挫折，只是一股寒流，一朵浪花，一块绊脚石；寒流过后，天空依然任我们飞翔；海浪平后，我们依然扬帆起航；跨过绊脚石，高山依然任我们攀登。面对挫折，我们应该是微笑克服，而不是停留在旋涡里打转。

改革开放的“总设计师”邓小平同志，他的一生中经历过三次严重的挫折，但他始终保持乐观的精神，勇于面对，每次都在逆境中奋起，被国际社会称作“打不倒的小个子”。

“安能摧眉折腰事权贵，使我不得开心颜”的浪漫诗仙李白，在遭遇仕途不顺的挫折后，他沉寂了吗？消沉了吗？没有。“长安市上酒家眠”，笑对痛苦，面对挫折，他拂袖而去，遍访名山，终于成就了他千古飘逸的浪漫情怀！

这位伟大的发明家——爱迪生的成就着实让人佩服，然而在这里更令人钦佩的是他面对挫折时的那一份坦然，那一份勇气。人生在世，难免要遭逢重重困难、坎坷甚至沉重的打击。面对这些，你可以伤心，你可以悔恨，但最重要的是你不能丧失面对它的勇气！一定要学会笑对挫折！

直面挫折，坦然而勇敢。这是对毅力的磨炼，是对心灵的考验。只要我们以微笑面对挫折，便没有征服不了的高峰，只

要我们以微笑面对挫折，便没有逾越不了的障碍。

如何面对考试演讲稿篇八

进入初二，数学变得越来越复杂。奇奇怪怪的几何图形拼凑在一起，就成了拦路虎，挡在你面前。这不，又有一道题目让我伤透了脑筋，各种方法都尝试过了，还是做不出来。我有些烦躁，手里的笔飞快地旋转着，心里泛起隐隐的失落感：为什么？我就是不行呢？我叹了口气，无奈起身，窗外是浓浓的夜色。翻找参考书时，一张小小的纸片从书页里飘落下来，捡起一看，惊呆了——纸片上赫然画着一个正七边形！旁边还有一行稚嫩的笔迹：克服了挫折，我成功了！

回想起来，那时我还在上小学，无意中听爸爸说起过一道难题：画正七边形。小小的我在心中暗下决心，问了爸爸一些有关多边形的知识，便一个人在纸上尝试起来。我还记得，自己用量角器无数次测量精细的角度，歪歪扭扭的图形慢慢变得越来越漂亮，无数次挫折，也没能阻挡我求知的脚步，正因为有了这么多次挫折，才使得成果如此令人欢欣鼓舞。站在书柜旁兀自发呆的我，此刻终于有了种豁然开朗的感觉。

每个人，都会在挫折中成长。或许有些人会因为挫折从此一蹶不振，但最终若能战胜困难、克服挫折，定是一次对自己的升华。有了挫折，我们的生活才变得更加波澜起伏，多姿多彩；有了挫折，才使胜利的果实更加甜美；有了挫折，我们才能坚定地起身，面对更多挑战。

在学校读书生活的过程中，挫折也是在所难免的，800米跑步失败，一次考试的失利，好友与你渐行渐远……我想，这些都是我们应当接受的各种磨练吧。

夜色更深了，但轻柔皎洁的月光照亮了这个夜晚，也照进我的心底，一片明朗。是啊，年少的我们总会面临各种挫折，就像做数学题，是这份克服困难的决心，让我们渐渐走向成

熟，渐渐变得坚强自信，我们在挫折中，渐渐成长。