

2023年班级力量演讲稿(汇总7篇)

演讲稿是进行演讲的依据，是对演讲内容和形式的规范和提示，它体现着演讲的目的和手段。那么演讲稿怎么写才恰当呢？下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

班级力量演讲稿篇一

在缓缓流淌的生活长河中，你不经意地洒下一串微笑，激起朵朵飞扬的水花，平淡的生活也因此精彩纷呈。

一个人行走在异域，行走在地球另一边那个遥远的国度。在大片大片的草坪蔓延的地方，漂泊的女子大抵只看见孤独吧。然而就在那一瞬，一棵漫不经心的狗尾草跃入眼帘，还有一个灿烂的微笑。“嗨！送你。”这句话曾让那个孤单的女子——三毛温暖不已，而更让我觉得心动的，是那个微笑，我将其称作“狗尾草的温暖”。

狗尾草下的微笑，是对一个陌生人最美的祝福，让生活不再单调，让漂泊的旅程灿烂温暖，这种笑容，是时间安排的邂逅，可遇而不可求。真正让琐碎的生活精彩灵动的，是我们身边最熟悉的微笑。

初中第一次考试结束后，拿到那张做了只有一半多，成绩为全班最低分的试卷时，老师的批评，同学的嘲讽让我的心情跌到了谷底。回家的路上，没有花香，没有鸟语，只有傍晚的风凛冽刺骨。我走进家门时，却看见母亲浅笑的脸。“回来啦，饭这就好了。”布满岁月沧桑的脸上，浅浅的微笑，如一抹阳光，照进心灵的谷底，带来生命的活力。那个迎接我回家的微笑，让我重燃信心，将酸甜苦辣俱全的生活变得精彩无比。

那些孤单、灰暗的日子，因为微笑而重燃希望，绽放异彩。

陌路相逢，绽一抹笑颜，是对彼此的祝福；日夜相伴，展一丝笑容，是永恒的温暖。

也正是这些你曾给予我的，我曾赠予你的微笑，让生活在时光的长河里流出精彩！

班级力量演讲稿篇二

大家好！

在社会竞争日益激烈的今天，生活节奏的加快和人的期望值的提高以及心理动荡、高度敏感，都会使每个人的心头时常掠过焦虑、忧愁乃至恐惧。而时常保持一份愉快的心情，以和蔼可亲的形象给身边的人带来快乐，让那些惆怅、忧郁、焦灼、苦恼的脸都变成欢笑幸福的脸，是多么的难能可贵啊。

心理学研究表明，微笑与形象之间有着一种微妙、奇特的关系。微笑作为一种面部表情，它不仅是形象的外在表现，而且也反映着人的内在精神状态。一个面带真诚微笑的人，往往会是一个奋发进取、乐观向上的人，一个对工作、生活、亲人、朋友充满热情的人。

微笑代表了友善，亲切、礼貌和关怀，它不用花什么力气，就能使人浑身舒畅如沐春风，它不仅激励自己，而且感染他人，让我们的生活因此变得亲切生动。美国著名的企业家、教育家和演讲口才艺术家卡耐基曾说过这样一句话：笑容能照亮所有看到它的人，像穿过乌云的太阳，带给人们温暖。

在生活中，微笑是可以创造奇迹的，只要拥有了微笑就拥有了快乐。

班级力量演讲稿篇三

提高学生班级的凝聚力，是班级建设中的一个重要问题。以下是小编整理的加强班级的凝聚力演讲稿。欢迎阅读！

今天，我演讲的题目是《团队凝聚力量》一个成功的组织，只有构建一支高效的有凝聚力的团队，方能滴水穿石，成就辉煌。

俗话说：单丝不成线，独木不成林；一块砖只有堆砌在一起才能盖起高楼大厦；一滴水只有融入大海才能获得永存；同样，一个人，也只有融入到集体的事业中才能实现人生的价值。还记得吗？20xx年春节晚会的经典节目《千手观音》，21名来自无声世界的聋人在集体荣誉的感召下，团结一致、乐观自信，用整齐划一的舞蹈表达着心灵的语言，静穆纯净的眼神，娴静端庄的气质，婀娜柔媚的千手，金碧辉煌的色彩，脱俗超凡的乐曲……美得令人神往、令人陶醉。梦与手、爱与心、光与影绽放出博爱四射的神圣之美。那一刻，人们震撼了！人们沸腾了！全场爆发出热烈的掌声，掌声绕梁，回荡天地。

这个事例充分说明了，团队的成功是建立在团结互助的基础之上的。一个优秀的团队不仅需要能力强，素质高的优秀个体，更需要心往一处想，劲往一处使的互助集体。

一滴水，很容易被蒸发，然而当它们汇聚成一条大河、一片汪洋时，它就能爆发出“气蒸汉江泽，波撼郟阳城”的冲天威力。“一枝独秀不是春，百花齐放春满园”。个人的追求离不开团队，个人的发展离不开团队，树立与团队风雨同舟的信念，才能和团队一起得到真正的发展。

事实证明：团队凝聚力量，力量如浩荡大江，激流勇进，势不可挡。拥有团队精神，生命可创造奇迹；拥有团队精神，人类在谱写华章。团队成功的基石是团结、互助。一个有向心力、凝聚力的团队，才是一个战无不胜的团队。

那么，怎样才能形成这种十分可贵的团队精神呢？就我们班级

而言，要形成这种宝贵的团队精神。我认为要做到：相互信任，相互包容，相互补台，相互谦让。

第一，要相互信任。在一个班级中，不同的成员扮演着不同的角色，要让班级的力量拧成一股绳，形成合力，信任是基础。这种信任包括师生之间和同学之间的相互信任，说白了就是不要疑心生暗鬼。不信任可能会误大事。古典小说《三国演义》中有一段说到信任的故事：刘备对赵云的信任。说的是刘备打了大败仗，正在哭泣，他的小舅子又来报告说：“反了常山赵子龙也，投曹去了！”刘备说：“子龙是吾故人，安肯反也？”不相信小舅子的话。猛张飞在旁边说：可能赵子龙贪图富贵，去投降曹操。刘备说：“子龙与吾相从患难之时，他心如铁石，岂以富贵能摇动乎？”他小舅子又说：“我亲见他引军投曹操去了。”刘备说：“子龙必有原因。再说子龙反者，斩之！”这里刘备对赵子龙是何等的信任啊！正是这种信任，赵子龙七次杀入敌阵，杀敌无数，救出了刘备的儿子，让敌人闻风丧胆，让刘备转危为安。这就是信任的力量！第二，相互包容，中共中央政治局委员、北京市委书记刘淇近日在中共北京市第十届委员会第一次会议上说和谐包容的同志关系：“包容才有和谐，尊重才能包容。相互包容，和谐共事，才能干事。”俗话说：牙齿还有咬着舌头的时候。在一个单位共事难免有发生矛盾和误会的时候，这就需要我们有一种相互体谅、相互包容的胸怀。特别是对一些非原则的问题不要斤斤计较，以牙还牙，以眼还眼。中国有句老话：“天下事，何时了；有些事，不了了；一定了，不得了。”意思是说一些鸡毛蒜皮的事就得以难得糊涂为座右铭。真计较起来既影响工作，又影响感情，没有任何价值。

第三，相互补台。相互补台，说起来容易做起来难。但是只要具备了团队精神又完全可以做到。一是要树立全局观念。在分工越来越精细的现代社会，即便是最复合型人才也不能一个人做完所有的事情，一花独放不是春，万紫千红春满园。每一个同志只有牢固树立全局观念，以全局利益为重，才能全身心地投入到团队中去，贡献自己的力量并汇聚他人

的力量;才能在同事出现工作失误或不到位的情况下，及时堵漏，主动补台。机关干部之间的关系，虽谈不到什么生死之交，但一定要做到风雨同行、同舟共济。二是敢于承担责任。有的班级出现过这样的情况：一个班出现了问题，班长往往会找客观原因，或者找班委的原因，推卸责任。但是，聪明的班长，即使在班委犯错误的时候，也会责备自己，就像“诸葛亮挥泪斩马谡后，上书自贬三级”。班长勇于、敢于、善于承担责任，是能及时消除因同学错误而产生的不良后果，迅速扭转工作局面的关键。这是一种更高层次的补台。一个班长如果能自觉做到这些，何谈产生不了凝聚力，何谈产生不了团队精神。

第四，相互谦让。“见困难就上，见荣誉就让”，这是我们的优良传统。在一个团队取得成绩的时候，在荣誉降临的时候，我们应该具备梅花那种“俏也不争春”的精神。过去有过深刻的教训，一个团队在奋斗的过程中能够和谐相处，互相支持，但在胜利之时却闹得不可开交，原因就在于不能相互谦让，争功争荣誉。这样的教训我们不能忘记。

“海纳百川，有容乃大”。我们要以博大的胸襟、坦荡的情怀，团结互助，扬起和谐班级的风帆，以自强不息的精神和永不服输的个性，使我们班集体蓬勃向上、勇往直前。雁行千里排成行，团结协作齐飞翔!没有完美的个人，只有完美的团队。让我们在团队旗帜的感召下，在团队精神的鼓舞下，开拓创新、奋勇前进，追求成功!创造辉煌!让团队凝聚力量，实现更加美好的理想!

我的演讲完了，谢谢大家!

又是一个春暖花开的季节，我们迎着春风，迈着轻盈的步伐，迎来了一年一度的优秀班集体评选活动。虽然我们的班级才组建不到一年，但是经过全体同学的努力，一个全新的、充满朝气和活力的班级体已然已经诞生。每一位成员都个性鲜明，每一个人都拥有一片自己的天地。这些闪亮的星聚到一

起，碰撞出激情的火花，就组成了我们可爱的x年x班。

我们班拥有一个富有凝聚力的班委会，每个班干部都严于律己，肯为班集体付出，具有很强的工作能力。同学们团结在班委会周围，众志成城，在通往成功的道路上不断开拓进取。

这是一个团结的集体，一个奋进的集体，一个不甘落后的集体，这是一个温暖的大家庭，在这里你不会感到孤单，在这里你也不会感到寂寞，这里洋溢着青春，这里充满着活力，这就是x年x班。互帮互助，无私奉献，刻苦学习，蔚然成风。三十九个同学，三十九朵花，三十九个兄弟姐妹是一家。

在校运动会入场式上□x班的健儿们迈着整齐的步伐，齐声高喊着口号，艳压群芳。在接下来的比赛中□x班的运动健儿们坚持不懈、勇于拼搏、永不放弃的精神让每一个人的内心都为之颤动。这就是团结、勇敢、永不言弃的x班。一个篱笆三个桩，一个好汉三个帮。当同学们急着去吃中饭而顾不上收拾桌子时，会有一帮乐于助人的同学，在班里收拾桌子；当教室外墙有了尘土污迹时，会有一群热心的同学拿着橡皮将墙擦干净，这就是x班人的精神，每个x班人都有一颗炙热的心。宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。经过不到半学期的课间操练习后，我们迎来了七年级的课间操比赛，同学们个个都很兴奋，都在摩拳擦掌准备在比赛中一展十班人的风采。比赛中每个同学都认真地、一丝不苟地做着动作，全班动作整齐化一□x班的活力感染了在场的每一个人，在我们不懈的努力下获得了较好的成绩。这就是团结的、和谐的x班。比、学、赶、超，是每个x班人共同的追求。勇夺第一不骄傲，是x班师生崇高的境界。

黑发积霜岁月稠，粉笔无言写春秋。春播桃李三千圃，秋来硕果满神州。她用生动的语言，把我们带入知识的殿堂。她用谆谆的教导，帮我们越过湍急的激流。她就是我们的戴老师，我们的良师、挚友！刚刚送走一批优秀的毕业生，班主任

戴老师，抖擞精神，不辱使命创十班，科学管理展威名。作为班主任，她尽职尽责，不仅对我们无微不至地关怀，而且还努力让每一个学生做到德才兼修。尽管班里的琐事让她那么劳累，但她只要一走上讲台就能激情依旧。戴老师，您是我们最尊敬的人，在我们心中您最优秀！一条生命的长河，如含苞的花儿，形成一条瀑布。

每一个成员，都是其中不可缺少的成分。我们记着课任老师——一个个闪光的名字。x班人既有顽强不懈的精神，又有不骄不躁的品格，百尺竿头更进一步，我们要继续当好年级的排头兵，为建设和谐的校园做出贡献！

班级力量演讲稿篇四

大家好！

每个人在童年里都会有无数的发现，我也不例外。它们像朦胧的月光，又像渺茫的歌声，在我的脑海里若隐若现。

蚂蚁，是众人所知的大力士，但是他的身体太小，所以难以将食物搬到巢穴与伙伴一起吃。尽管如此，蚂蚁们也毫不退缩，这就是所谓的团结凝聚力量。以前我非常讨厌蚂蚁，一是因为他们总喜欢偷吃东西，二是他们咬人很痛。可是今天，我改变了对蚂蚁的印象。

早上，我肚子饿了去找“好多鱼”吃，结果一粒掉在了地上。这时，我发现一只蚂蚁悄悄地爬到我掉的那粒东西上，迫不及待地搬，可惜没成功。我得意洋洋地想：以你的本事能搬起它，除非太阳从西边出来。

本以为蚂蚁知难而退，可令我出乎意料的是：那只蚂蚁叫来了五六只会一起帮忙。它们一边爬一边好像在商量怎样才能搬动食物。不过几分钟，它们开始忙碌起来——有的蹲在东

西底下，有的站在它上面。注视着这有趣的场面，我的兴趣越来越浓。这是一个奇异的现象发生了，队伍突然停了，原来是食物太重了，“队长”派“小兵”去搬“救兵”了。果然“救兵”来了，他们抬着食物返回巢穴。在途中，他们累得筋疲力尽，但为了与同伴享用这顿美食，勇往直前。最终，这支“运粮大军”浩浩荡荡地满载而归了。

班级力量演讲稿篇五

大家好！

各位同事，我今天要讲的是团队精神，团队协作课题，所谓的团队精神就是指团队成员为了团队利益与目标而相互协作的作风，共同承担集体责任，齐心协力，汇聚在一起，形成一股强大的力量，形成一个强有力的集体。

从而战胜困难，克服难关。我们都应该玩过“拔河”的游戏吧！我觉得那是最能体现团队精神的运动，每个人都会付出100%的努力，心朝一处想，劲朝一处使，紧密配合，相互支持，从而形成一股强大的力量，势不可挡，战胜对方。

但是我们要怎么样才能呢？我认为要形成一个坚实的团队，就必须相互信任，相互包容，相互补台，相互谦让。

相互信任就是团队里每一个成员都应该相信其他团队成员，不能怀疑有人心生暗鬼，或者怀疑有人背板了团队，因为不信任你的团队有时可能会造成很大损失和误会，古典小说《三国演义》里就有这样的一个故事，说的是刘备打了打败仗，正在哭泣，他的小舅子有来报告说“反了长出赵子龙也，投曹去了！”刘备说：“子龙是我故人，安肯反也？”不相信小舅子的话，猛张飞在旁边说：“可能赵子龙贪图富贵，去投降曹操了。”刘备说：“子龙与吾从患难之时心如铁石，岂以富贵能动摇乎？”他的小舅子又说：“我亲眼见他引军投曹去了”看看，证人都出来了，但是刘备却说：“子龙必有

原因，再说子龙反者，斩之。”因为这样的信任，赵子龙七次杀入敌阵，杀敌无数，敌人闻风丧胆，救出了刘备之子，让刘备转危为安。我想如果任何一个团队要是能做到这种信任的话，我们可想而知这个团队会创造怎样的成绩。

相互包容，人都不可能是完美的，都可能做错事，这时只有包容才有和谐，才能相互尊重，才能相互理解，也只有这样才能和谐共事，才能成就大事。俗话说：“牙齿还有咬到舌头的时候，在一个单位共事，难免有发生矛盾和误会的时候，这是就需要我们有一种相互体谅，相互包容的博大胸怀，非原则的问题不要斤斤计较，以牙还牙，以眼还眼。中国有句古语说：“天下事，何时了，有些事，不了了，一定了，不得了”所以非原则问题，就难得糊涂一次吧，较真不仅影响工作，影响感情，最主要是没有任何意义和价值。

相互补台，说起来容易做起来可就难了，要做到相互补台，就要求团队每个成员都要树立全局观念，不能只顾自己的利益，要将个人的利益融入团队总体目标利益中去，在现代社会中，我想一个再复合的人才也不可能做完所有的事情，所谓一花独放不是春，万紫千红春满园，我们要想做成大事，就必须学会成员之间相互补台，敢于承担责任，以大局为重，诸葛亮挥泪斩马谡后，上书自贬三级，收到了怎样的效果相信不用我说各位都知道吧，所以做好相互补台有时对消除误会，挽回大局是非常重要的。

相互谦让，其实就是一种见困就上，见见名义就让的精神，或许现在很多人认为这是傻子才做的事，其实在我看来，如果是知足，懂的反省的人，有团队精神的人，他看到的谦让，他也会懂得谦让你的。反之，他也不会谦让你的。这都是相互的，要形成一个有凝聚力的团队就必须要做到这点，不然每个人都斤斤计较的话那就不叫是一个团队了。

一个团队的每个人，能力素质可能不同，岗位角色可能不同，生活方式可能不同，但是只要挑战极限的勇气相同，勇创一

流的志向相同，捍卫团队的行动相同，这个团队就一定能创造出一片天地。

在一个团队里，我们一定要建立和谐信赖的关系，营造良好的人际气氛，相互尊重，相互理解。对他人多一点谦让，多一点微笑，多一点主动。如果每个成员都做到了这些。我相信这个团队一定会是一个强大勇猛的团队，一定能创造出属于这个团队的天地。

请问同志们，我们想要创造属于我们团队的一片天吗？那么，请各位配合一下，跟我一起念，从现在开始，就让我们伯通携起手来，放开心怀，团结一致，奋力拼搏，为创造属于我们的一片天地而努力、奋斗，坚持，在坚持！

谢谢大家。

班级力量演讲稿篇六

上午好！

。流过了汗水和泪水，我们能体会到些什么呢？

从一开始，我所在的小队就面临着很多困难：平均年龄偏大，身体素质不好，队员人心不齐，团队如一盘散沙……因此，我们自嘲地把自己的团队命名为“夕阳红”。尽管如此，我们还是全心投入和参与进去，逐渐发现团队的弱点，克服种种困难，加强沟通和配合，在勇敢地挑战自我的同时，齐心协力完成了每一个项目。

第一，只要这个小队的每个人能够全心投入，完成每一个项目，就已经是莫大的成功！

当时抱有我这样的想法的人可能不在少数。在迟疑中，我们按照教练教的方法开始行动，但是因为队伍中有人违反了规

则，不但被教练叫停重来，还让总队长代我们受罚。天下着细雨，我们的心情变得很沉重，不由自主地流出了眼泪。

第二次，各位仿佛都有了默契，搭人梯、拉人的，还有做防护墙的，各位牢牢记住了规则，不再说话、鼓掌、嬉笑，全神贯注于我们要共同完成的事情上，迅速行动起来。最初上去的10个人倾尽全力拉下面的同事，搭人梯的同事忍受着肩膀和腿的疼痛，各位心里只有一个想法：我们乘坐的船要沉了，必须在规定时间内帮助全部队员翻越逃生墙！

这个过程中，折射出来的就是牺牲和配合。一个团队中，必然有人在默默地牺牲，但这份付出全体队员都看在眼里，记在心里。个体的成功不是团队的成功，只有全体顺利翻越才是真正的胜利，所以我们必须集思广益，用最有效率、最恰当的方式，让最后一位同事也翻过去，为了这个目标，每个人都付出了自己的努力。项目完成后，教练宣布我们只用了预计时间的四分之一，在那一刻，各位终于品尝到了胜利的喜悦。

从拓展训练中，我也意识到，每个人从出生以来无时无刻不是在团队中成长，自己是这个集体中的一员，首先要充分发挥潜能，尽全力做好自己的工作，加强配合，发挥自己的创新能力。

第二，团队的发展才是真正的发展。遇到一个问题时，必须集中整个团队的智慧，形成一个统一的计划，然后按照计划去实施，及时调整方法和策略，去完成到最好。

第三，决不轻言放弃，增强勇气和毅力，相信自己能做到。

第四是学会换位思考，站在对方的角度，替他人着想，换一个角度思考，多一份理解，多一份关爱。

班级力量演讲稿篇七

大家上午好！

一位名人曾说过，“微笑是人类最美的表情”，当你的嘴角轻轻上扬45度，眼里充满快乐和善意时，有谁能找出比这更美的表情呢？小小的一个微笑看似微不足道，然而它却具有大大的力量。

微笑☺smile☺如果让我理解，那便是：

s☺sunny☺微笑如阳光。当我们在为一道难解的数学题抓耳挠腮的时候，微笑一下，如阳光般，打开另一扇思维之窗；当我们和日日相处的同学、朋友闹别扭的时候，微笑一下，如阳光般，驱散一切不快的阴霾；当我们在为今后努力的方向而迷惘时，微笑一下，如阳光般，照亮未来的道路。因此，让我们微笑吧！

m☺move☺微笑着一路向前。人生路上，难免历经磕绊，而微笑着爬起来、一路向前，便是我们都应该具备的人生态度。即使成绩落后，心情低落，希望渺茫，我们，必须要微笑着重新振作，一路向前。同学们，我们无法控制风的方向，但是我们可以调整自己的帆，那就从微笑开始，微微一笑，一路向前！

i☺insist☺微笑是一种坚持的力量。冰心曾说过，“成功的花儿，人们只惊于她现时的明艳，殊不知，她当初的芽儿，浸透了血和泪花”。这一路的坚持，是无法想象的苦难。正如我们这十多年坚持学习一样，但正因如此，我们才更需要时时刻刻多一点微笑，才能让这种学习的坚持幸福地开出成功的花朵。我们不是常说这样一句话么？生活是一面镜子，你对他笑，他就对你笑；你对他哭，他就对你哭。如何选择，决定权在我们每一个人手中。我想，聪明的人一定会选择用微笑来陪伴他一路向前的坚持的。

l[love]微笑也是一种爱的力量。还记得么，你的爷爷奶奶，这样一个年近古稀的老人却和你这个十几岁的孩子玩得不亦乐乎，你会发现他们满是皱纹的脸上，竟绽放出了孩子气十足的笑容，这便是爷爷奶奶对你的爱。还记得么，你的爸爸妈妈在你早已进入甜蜜梦乡后，悄悄地推门进来，又小心翼翼地为你盖上被子，他们脸上露出了欣慰的笑容，这便是爸爸妈妈对你的爱。仅这些爱，我们该如何去回报呢？我想，最重要的就是我们要拥有爱别人的能力，而微笑便是表达爱的最好方式。

e[energy]微笑更是一种正能量。虽然有人生来有缺陷，有人在地震中失去了家园和亲人，还有很多人在经历着痛苦的事情，但他们依然微笑，微笑着期许未来的美好。那么我们呢？是不是更应在美好的生活里微笑呢？回答是肯定的。其实，微笑从遥远的古代开始，一直传承到现在，每个朝代、每个地点，微笑都一直以它独特的美丽而存在着。如今，在美丽的中国，微笑更是一种正能量，它就在我们生活的各个角落中被点燃了。让我们用微笑面对每一个身边的亲人、朋友，老师、长辈，甚至是路上与你擦肩而过的每一个陌生人，做一个充满正能量的小太阳。

同学们，请你们记住，微笑的涵义是：青春阳光的你们，微笑着坚持心中那份至真至纯的爱，一路勇往直前，微笑着去传递一个又一个的正能量，然后诗意地栖居在大地上。我想这也是我们每个人都应该要努力追求的最高境界吧！

所以，同学们，老师们，让我们一起微笑吧，像不曾受过伤一样，只要嘴角轻轻上扬，我们的体内瞬间就会充满正能量！