

寒假习惯之星演讲稿(精选8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。优质的演讲稿该怎么样去写呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的演讲稿模板范文，我们一起来看看吧。

寒假习惯之星演讲稿篇一

学习习惯是一个人学习成绩的基石，好的学习习惯有助于提高学习效率，减轻学习负担。是每个人快乐的源泉。养成良好的学习习惯是成功的开始吗？首先，我们应该分析一下学习习惯的基本特性。学习习惯分为很多种，但总体来说。好的学习习惯，目的都是相同的，那就是提高学习效率。因此，我们先从学习效率的提高开始论证。采取三种好的学习习惯。逐一分析它们的共性。

一。预习，提高学习效率之一：做完作业，首先拿起课本，翻到明天要讲的一章，仔细预习，这是提高学习效率的好方法。课前预习可以提高课上听课效率，有利于巩固知识，培养自学的 ability。预习时，对应学的内容提前研究、理解、的问题查资料，或者用笔划出标记。以便第二天着重某个细节多听多练。

二。上课记笔记，提高学习效率之二：在专心听课的同时，应注意用笔勾画一些需要更深理解，反复练习的内容。对疑难问题用各种符号勾画出来，以便于课下问老师或与同学讨论。老师讲课时，简单的记下一些主要内容，以便于记忆深刻，理解透彻。实验证明：上课只听不记，仅能掌握当堂内容的30%；一字不落地记下，仅能掌握50%；而上课时在书上勾画重要内容，在书上记下有关字句，课下再去整理，则能掌握所学内容的80%。

三。阶段复习，提高学习效率之三：学过的知识，要及时复习。这是孔子所提出的概论。诚然，经过一段时间的学习，所学知识的记忆，通过人体遗忘图证明：每一段时间，都有一部分知识的忘却。因此，阶段复习是必不可少的。与课后复习不同，阶段复习更能巩固人的记忆。对所学的知识进行总结、归纳，形成章节知识结构。在大脑中回想所学知识，再通过书本、笔记记忆。能使知识系统化，巩固所学内容，形成提高学习效率的重要环节。

其实，讲究学习效率这一良好的学习习惯，还分很多方面。不过，只要大家在学习中寻找经验，理解“学无止境”。那学习的初步概念就明确了。此外，借鉴一下他人良好的学习习惯，也可以达到良好的效果。好的学习习惯是成功的开始，是成才的基石。

谢谢大家！

大家早上好！非常荣幸能在国旗下讲话，今天我所讲的主题是“养成良好的学习习惯，做学习的主人”。

什么叫习惯呢？首先请大家听一个故事：在印度和泰国随处可见这样荒谬的场景：一根小小的柱子，一截细细的链子，拴得住一头千斤重的大象。那些驯象人，在大象还年幼的时候，就用一条铁链将它绑在水泥柱或钢柱上，无论小象怎么挣扎都无法挣脱。小象渐渐地习惯了不挣扎，直到长成了大象，可以轻而易举地挣脱链子时，也不挣扎。小象是被链子绑住，而大象则是被习惯绑住。可见，“习惯”是指长期重复地做并逐渐养成的不自觉活动。

有研究表明，对于绝大多数学生来说，学习的好坏，80%与非智力因素相关，其中习惯占有重要位置。古今中外在学术上有所建树的人，都具有良好的学习习惯。智力超群的科技大学少年班的学生，在谈到自己成绩优异的原因时，都强调自己有良好的学习习惯。其中，13岁进入科技大学的少年大学

生周峰，认为自己成功的秘诀就是从小养成了良好的学习习惯。周峰认识汉字，记忆英语单词，都是每天10个，即使走亲访友时也从不间断。就这样，一年下来，便记住了3000多个汉字和3000多个英语单词。周峰该学习的时候就一心一意学习，该玩儿的时候就轻轻松松地玩儿，自觉性极强，从不需要别人提醒，更不需要别人强制。他听英语广播学英语，一到点便准时打开收音机。这是他定时的学习习惯。周峰学习时总是全神贯注，思想从不开小差，精神略有溜号，便立即作出调整。这是他专心致志的学习习惯。

谢谢大家！

寒假习惯之星演讲稿篇二

你们好！今天我演讲的内容是文明礼仪伴我行。

在一个学校中个人是主体。对于个人来说什么最重要呢？我想首先应该是具备文明素质，只有当每一个人都具备了文明素质，那么这个学校的整体素质才能提高。文明是由细节构成的，反思我们的所作所为可见文明离我们还有一段距离。在我们身边，在一部分同学身上，还存在着一些不文明的行为。例如，在我们的校园内、楼梯上总能见到与我们美丽的校园极不和谐的纸屑，教室里、校园内食品袋、方便面盒随处可见，甚至有的同学认为：反正有值日的同学打扫，扔了又何妨；再例如有的同学在教学楼走廊上追逐打闹，走路推推搡搡习以为常；还有部分同学相互之间讲脏话、粗话，随意攀爬树枝，攀爬校园围墙。甚至还有个别同学故意损坏学校的公共财物。

我们很多同学把文化知识的学习放在首位，而常常忽略了社会公德的培养，文明习惯的养成，而这恰恰从本质上展现出一个人的思想品质。事实上，良好的行为习惯，是保证我们顺利学习的前提，也是树立健康人格的基础。在学校没有良好的行为习惯的同学就可能目无纪律，不讲卫生，扰乱班级

的学习环境。相反，如果我们养成了文明的行为习惯，学习环境就一定是良好的、有序的。

我们知道：一个学校的学生具有良好的文明行为习惯，才能构建出优良的学习环境，创设出优良的学习气氛。现在，我们正处于人生中最关键的成长时期，我们在这个时期的所作所为，将潜移默化的影响到我们自身的心理素质，而文明的行为就在帮助我们提高自身的心理素质，同时也完善了自身的道德品质，如果我们不在此时抓好自身道德素质的培养，那我们即使拥有了丰富的科学文化知识，于人于己于社会又有何用呢？所以，我们首先应该做一个堂堂正正的人，一个懂文明、有礼貌的谦谦君子，然后才是成才，我们要养成良好的文明习惯，做文明中学生。校园是我家，爱护靠大家。那么请我们每一个人管住我们的口，不说粗话、不随地吐痰；管住我们的手，不乱扔垃圾、不打架斗殴、不损坏校园财产；管住我们的脚，不践踏草坪。我相信，经过我们全体师生共同努力，一定会营造出一个文明美好的校园。文明礼仪是我们学习、生活的根基，是我们健康成长的臂膀。没有了文明，就没有了基本的道德底线。千学万学学做真人，说的就是学习应先学做人，学做文明人，学做社会人，清洁环境，文明校园，从我做起，从每一件小事做起，让文明礼仪之花在校园处处盛开！

我的演讲完毕，大家谢谢！

寒假习惯之星演讲稿篇三

今天讲话的题目是《养成好习惯》

法国学者培根曾经说过：“习惯是人生的主宰，人们应该努力地追求好习惯。”的确，行为习惯就像我们身上的指南针，指引着每一个人的行动。

定性的作用，对我们小学生来讲，尤为重要。

就拿我们密切相关的学习来说吧。

我们经常看到这样的现象，有些同学平时不刻苦、不用功，作业总是马虎潦草，没有养成踏实认真的学习习惯，成绩总是不好；我们也看到，有些同学双休日只顾玩，把作业压到星期日晚上才去做，开了夜车还做不好。其实，这完全是学习习惯和方法的问题。大家都知道，一个好的、科学的学习习惯和方法，能使我们既学得有效率，又学得轻松自在。而如果你不能养成好的习惯，上课不注意听讲，不踊跃发言，不钻研难题，这样不但不能提高效率，而且对你的身心发展也会造成不利的影响。因此，我们在学习时，最重要的是养成一个良好的学习习惯。它会使你终生受益。

好的习惯其实有很多，比如，当你遇到不认识的时，要养成勤查典的习惯；学习过程中，不凡对自己多问几个“为什么”，养成勤思善问的习惯；课余时间，养成多看课外书的习惯；早上到校的时间，养成晨读的习惯等等。这些好的习惯一旦养成，你将受益无穷。

昨日的习惯，已经造就了今日的我们；今日的习惯决定明天的我们。让我们从现在做起，从今天做起，养成良好的行为习惯，做一个优秀的小学生，共同创造辉煌的未来！谢谢大家！

寒假习惯之星演讲稿篇四

相信在家都有自己的一些好习惯，今天我来介绍一下自己的好习惯。

第一条好习惯：早睡早起。我每天晚上八点睡觉，早上六点起床，从不偷懒。每到六点奶奶就会叫我起床，我一睁开眼会躺在床上清醒几分钟再起床，穿衣服，整理被子，吃饭，上学。

第二条好习惯：不挑食。每天放学回家，一进家门就知道妈

妈做的什么饭，因为妈妈优势的饭很香，很好吃，好吃了自然就这挑食俩字忘了，只要吃了妈妈做的饭，就很自然地想起妈妈做饭时的辛苦。

第三条好习惯：爱动脑筋。我天生爱动脑筋，无论是在学习上还是在玩耍上，我都爱动脑筋。例如我买了个魔尺，拼成了一个球，又变成了章鱼或食人花。再比如我买了个能组合的玩具，把三个这样的玩具拼成了一个大的组合战士。当时我就惊呆了，想：“我是怎么拼出来的？”我猜一定是我脑筋转了转，脑子里出现了一个这样的战士，难怪我能拼出来国。

寒假习惯之星演讲稿篇五

生活中，我们仰慕优秀的人，我们都渴望自己也成为一个优秀的人，但又似乎感觉优秀是一个遥不可及的目标，很难达到。其实，优秀离我们并不遥远，优秀体现在你我的一言一行之中，体现在一件件不起眼的小事之中。

著名教育家叶圣陶先生说过这样一句话：“什么是教育？简单一句话，就是要养成习惯。”我们在学校，不仅要学好科学文化知识，更要进行能力培养，良好习惯的养成。怎样培养自己的好习惯？首先需要检查一下自己，反省一下自身的一些坏习惯。

千万不要以为这些都是寻常小事，正是这些寻常小事体现着你的个人素质。古人说“勿以善小而不为，勿以恶小而为之”，这句话我们应当铭记在心。我们的校园每天都有很多的老师同学在辛勤地整理，教学楼也有各班值日生在辛勤劳动，你随手扔下一片纸、塑料袋是对他人劳动的漠视，把纸片、塑料袋扔到垃圾筒里去，其实并不费多大力气，只是举手之劳，说到底这是个习惯问题。如果人人都养成好习惯，校园会是多么清洁、美丽。在优美的环境中工作、学习，人人都会心情舒畅。

再说一说同学们的语言。语言是用来交流思想、传情达意的，它应该是优美的、悦耳的。可在我们同学当中，出口成“脏”的现象很普遍，耳边时时响起这些不和谐音。有的同学似乎觉得说话不带脏字就不足以显示个人魅力，脏话连篇。这个坏习惯污染了校园的语言环境。这个坏习惯的形成不外乎两个方面的原因，一方面是由于成长环境的影响；另一方面恐怕是你对这个问题存在错误认识，错把丑陋当时髦。这种令人厌恶的行为，只能得到“素质低下”的评语。

同学们，我们应当不懈地培养好习惯，用我们的优秀行为感染周围的人，影响周围的人。比如，出入教室时，轻轻地带上门；放学了，随手关上教室的灯；在公共场所，轻声慢步；见到老师，礼貌问候，上学路上右行、注意交通安全等等。这些都应成为我们的习惯。

让我们习惯性地去学习，去读书、去思考，习惯性地去做事情，习惯地对别人友好，习惯性地欣赏周围的美景。当你养成了优秀的习惯，在人们的眼中，你就会显得很优秀。

最后用著名心理学家威廉·詹姆士的一句话作为结束语：播下一个行动，你将收获一种习惯；播下一种习惯，你将收获一种性格；播下一种性格，你将收获一种命运。祝愿我们每个人都能养成好习惯，成就好人生□that is all□thank you□

寒假习惯之星演讲稿篇六

大家早上好！

首先和大家分享一个故事：一家著名的企业公开招聘管理人才，在应聘者当中，有硕士、博士，有曾经从事过管理工作的人，也有口才非常出众的公关人员。最后，负责招聘的老总却选中了一位很普通的大学毕业生。同学们知道为什么吗？原因就是因为这个应聘者在走廊上随手捡起了一张废纸。后来，有人问这位老总，“为什么选中那位不占任何优势的竞

聘者？”这位老总回答：“一个有好习惯的员工，就是一座金矿，有这种人格魅力的人一定可以为公司创造更多的财富。”因此，我今天国旗下讲话的题目就是《有好习惯，才会有好机遇》。

爱因斯坦有句名言：“一个人取得的成绩往往取决于性格上的伟大。”而构成我们性格的，正是日常生活中我们的一个个好习惯。好习惯养成得越多，个人的能力就越强。养成好的习惯，就如同为梦想插上翅膀，它将为人生的成功打下坚实的基石。

是的，当一个人养成了良好的习惯，他的人格魅力便会自然得到提升。其实，习惯在我们不知不觉的成长中，常年累月地影响着我们的品德，暴露着我们的本性，左右着我们的成败。

那么，在生活中，我们可以怎么做呢？

比如可以试着去养成一些好的习惯，比如：习惯于主动打扫卫生，看到地上有垃圾会主动捡起来，形成爱劳动的习惯；习惯于说声“谢谢”、“你好”、“对不起”，形成有礼貌的好习惯；人际交往中习惯于理解、宽容，便能化干戈为玉帛；习惯于去用心观察，才能形成好的观察能力；习惯于提前预习，课后复习，认真完成作业，认真听讲；当然，我们更应该习惯于用爱心去面对周围的世界，乐于帮助他人。正如著名的教育家叶圣陶所说：唯有用行动，才能让“习惯成自然”。

人们常说：播下一个行动，便会收获一种习惯；播下一种习惯，便会收获一种性格；播下一种性格，便会收获一种命运。这是一切成功人士所具备的特质，所以，就让我们将好习惯的种子埋下，用恒心去浇灌，去成就我们生命的精彩！

寒假习惯之星演讲稿篇七

尊敬的老师们，同学们，大家好！

我有一个好习惯——热爱读书。

我爱读的书很多。小时候，我认不了多少字，看书只能看画，所以我就爱看画册。后来，认了点字，就开始买带注音的童话看了。由于在读注音读本时注意积累词汇，理解能力较强了，哲理故事自然就成了我的最爱。

爱读书，因为读作文书能丰富我的词汇量，好词，好句量，这样，写作文就不用愁了。因为读科普书能带我在知识的海洋里尽情遨游。尽情畅想。因为读故事书能加强我的想象力，让想象作文成为你的强项。因为读搞笑书能让我不开心时也开怀大笑，心情放松。

我怎样热爱读书，看了这件事，你就全明白了。

一个星期日，我独自到新华书店买书，精挑细选，终于选中了四本书，再看看我带的少的可怜的22元，差距也不算大，四本书总共的价钱是24元，不过因为这两元，我就必须放弃一本书，可是，每一本书我都喜欢，都想买。“那怎么办呢？”我急的像热锅上的蚂蚁，忽然，我摸到口袋里有什么东西，拿出来一看，原来是两枚一元硬币，我欣喜若狂，尽管这是我坐车回家的车钱，但我还是毫不犹豫的把两枚硬币递给了售书员。结果可想而知，四本书我全买到了，其代价是我花了一个小时走回家的。

读书带给我的好处也是数不尽的。只要认真读。

一节社会课上，老师问同学：“大家知道孔子最喜欢哪位弟子吗？”我想了一会儿，噢！知道了，“是颜回。”我举手说。“对。”其实这个答案是我从书中得知的。我家有一本叫

《论语》的书，里面有对孔子和颜回的描写。我自然就知道了。

记得罗曼·罗兰说过：“和书籍在一起，永远都不会叹气。”最后，请别忘记爱读书的诀窍：书读懂了，自然就爱读了。

谢谢大家！

寒假习惯之星演讲稿篇八

尊敬的老师、同学们，早上好。

今天我演讲的题目是《养成良好习惯，从小事做起》。

前不久我读了一篇文章，题目是《走遍全世界，最让中国人脸红的三句话》。

第一句话是出现在法国巴黎圣母院，那里用中文写着“请保持安静”，第二句话出现在美国珍珠港，那里也是用中文写着“垃圾桶在此”，第三句话出现在泰国皇宫，还是用中文写着“请先排队”。而且，这三句话并没有使用法语、英语或泰国语来标志，都不约而同地使用了中文！

在这些汇集了来自世界各地的旅游者的旅游胜地，为什么这三句话却偏偏要使用中文呢？原来，这些警告性质的语言是专门写给中国人看的，因为在这些外国人看来，中国人经常喜欢在公共场合大声喧哗吵闹，喜欢随地乱扔垃圾，喜欢不排队等。毫无疑问，这是对全体中国人的嘲笑和侮辱。因为，这只能代表那些素质低下，文明意识不好的中国人，而不能代表全体中国人民，这让所有的中国人愤慨不已。

可是，这些人为什么文明素质和公共意识道德那样低？我们还经常听说，在国外，最喜欢在公共场合大声喧哗的是中国人，最喜欢开车闯红灯的是中国人，最喜欢插队的还是中国人！

我们还从书上看到，1994年亚运会在日本广岛举行，闭幕式结束后，几万人的场地上竟然没有一片纸片，没有一点垃圾。很多外国记者惊呼“可怕的大和民族，可怕的民族精神”，原来，日本人早就养成了这样一个非常小而非常重要的习惯，那就是在大集会后，会把自己个人带来的垃圾全部收拾干净，然后才离开集会地点。

行为养成习惯，习惯形成性格，性格改变命运！好的习惯造就好的人生，而不良习惯将毁灭一种人生。

尊敬的老师们，亲爱的同学们，让我们从身边小事做起，真正养成良好的行为习惯吧！

当你走在校园的每一处地方，都请你安静而文雅，不要大声吵闹。校园需要安静，需要良好的秩序，只有菜市场才会热闹非常。

当你见到客人、家长和老师，请你鞠躬行礼，用英语热情地问好。一声清脆热情的问好，就是一种高雅的风度，一种虔诚的心灵。

当你手中有了垃圾，请将它们丢在垃圾桶内，那里才是它们的归宿，我们的校园像花园一样，地上的垃圾会让校园变得丑陋难看。

当你走过校园的花坛和草坪，请你只是认真地观赏和爱惜，而不要去采摘或践踏，因为它们也是一道美丽的生命，它们也是我们学校的一员，我们要爱护它们。

总而言之，让我们一起行动起来吧，从身边小事做起，认认真真地做好每一件事情，认认真真地养成我们良好的习惯，创造我们美好的人生！

谢谢！