

2023年我最阳光演讲稿(精选8篇)

演讲稿要求内容充实，条理清楚，重点突出。在社会发展不断提速的今天，演讲稿在我们的视野里出现的频率越来越高。那么演讲稿怎么写才恰当呢？以下是我帮大家整理的演讲稿模板范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

我最阳光演讲稿篇一

早上好！今天我讲话的题目是：遵规守纪，文明做人，努力学习！

我们在每天一点一滴的进步中感受到成长的快乐和自信。快乐的童年离不开美好的校园。这学期，我们班组织了各种各样的有意义的活动，“读书活动”、“与责任同行”、“手拉手”等。在学校组织的运动会上，我们班表现得非常优秀，取得了年级第一的好成绩。还有在校园一角，属于我们班的小菜园，都给我们带来了许多难忘的记忆。

首先，作为新时代的中学生，必须要做到遵规守纪，文明做人。

俗语讲，“没有规矩，不成方圆”，良好的纪律是学好科学文化知识的保障。作为一名学生，一个公民，要严格遵守《中学生守则》、《中学生日常行为规范》和国家的各项法律规范，严格遵守我们学校的各项规章制度，切实做到：诚实守信，礼貌文明；仪表整洁，热爱劳动；遵守公德，爱护公物；勤劳俭朴，孝敬父母；严于律己，关心他人；团结友爱，热爱学校！

我国是一个有着五千年灿烂文化的文明古国，文明礼貌的风尚渊源流长。那么，文明到底是什么呢？文明，就是路上相遇时的微笑；就是同学困难时的热情帮助；是平时与人相处时的

亲切;是不小心撞到别人时一声“对不起”;是自觉将垃圾放入垃圾箱时的举动;是不随地吐痰;是不说粗话脏话,等等……总之,文明是一种品质、一种修养、一种习惯、一种受人尊敬并被大家所推崇的行动。

有一位思想家曾经说过:播下一个动作,便收获一个习惯;播下一个习惯,便收获一个品格。现在,我们正处于人生中最关键的求学探索时期,在这个时期的所作所为,将潜移默化的影响我们自身的心理素质和道德品质。所以,我们应该先成人、后成材,不要做一部单纯掌握一些知识技能的机器,而要成为一个身心和谐发展的人。

中国梦的传承就是中华民族自强不息精神的传承。虽然今天的我们不需要经历战火的洗礼,但是我们有责任去弘扬民族精神,为祖国的一切贡献出自己的力量。继承上一辈的中国梦,为了下一代的中国梦,这就是我的中国梦!

其次,作为新时代的中学生,还要做到珍惜青春大好时光,努力学习。同学们,“勤奋生智慧,勤奋造天才”,知识的海洋是广阔无垠的,一个渴望得到真正知识的人必须勤奋努力,练就坚持不懈的顽强毅力,向愚笨索取智慧,向平庸夺得天才。世界著名科学家牛顿,很少在二三点钟以前睡过觉,为完成实验,常常彻夜不眠。被人们誉为“书圣”的王羲之,几十年如一日,刻苦练笔,从不间断,竟然将绍兴兰亭旁的一池清水变成“墨池”。学生时代,正是人生读书的好时候,不要让“书山有路勤为径,学海无崖苦作舟”这一古训成为一句空谈,请记住:时间是最公平最合理的,它从不会多给谁一分,勤奋者能叫时间留给他一串串果实,懒惰者只能被时间毫不留情地留给他一头白发,两手空空。

同学们,人的一生只有三天:昨天,今天和明天。昨天已留给记忆,明天将交给梦想,你所能把握的,就只有今天!让我们好好珍惜今天这美好的学习时光吧!“莫等闲,白了少年头,空悲切”。谢谢大家!

我最阳光演讲稿篇二

大家上午好！我是x号选手，今天我演讲的题目是《阳光伴我成长》

“太阳，太阳，给我们带来七色光彩，照得我们心灵的花朵美丽可爱，今天我们成长在阳光下，明天……”。每当我听到这悠扬悦耳的歌声，都会感到温暖、幸福、自豪——因为我生活在社会主义中国，因为有伟大的党的关怀和爱护。

鸟儿在阳光下欢乐翱翔，花儿在雨露滋润下尽情开放。和煦的阳光普照着大地，这是大自然对我们的恩赐；朗朗的读书声传遍校园，这是老师对我们的哺育；美味可口的蛋奶滋养我们的身体，强健我们的体魄；我们真是阳光下成长的少年，我们的成长，离不开党和政府的关心和呵护。

回首漫漫成长路，我始终没有缺少过阳光和雨露。

我在阳光下成长，因为有了朋友。在校园里，我们一起学习，一起生活，一起快乐的玩耍。虽然平日里大家或许有些小摩擦，但从不记恨，在关键时刻，始终记得自己是这大家庭的一份子，会伸出自己的援助之手。在这暖暖的同学身边，我快乐成长。在阳光下成长，我明白了，朋友可以用来一起分享快乐！你难过的时候可以开导你，你遇到困难的时候也可以帮助你、替你分担。

我在阳光下成长，因为有了老师。俗话说得好，一日为师，终身为父。没有老师对我的谆谆教导，就肯定不会有我今天的成绩。自己最不应该的是，只经历一次失败就一蹶不振。于是，我发奋学习，将更多的精力投入到学习中。之后，我再也没让老师失望过。亲爱的老师，您那赤诚的爱，唤醒了多少迷惘，哺育了多少自信，点燃了多少青春，摧发了多少征帆。我和同学们就像一棵棵小草，在这片温暖的春之园地里，接受着老师们阳光、雨露的滋润、浇灌，在这里尽情地

萌芽、成长。在你的教育下，我快乐成长。

我在阳光下成长，因为有了父母。我一出生，父母便是我的第一任老师。是他们将我辛勤抚养长大，培养成人。无论我遇到多大的困难，他们都是我最温暖的港湾；无论做错了什么事，她们都会悉心教育我。有他们的地方，才是我真正的家。是在你们的影响下，我快乐成长。时光像离弦得箭一样，飞快的流逝着，但我仍旧成长在温暖的阳光下，温暖的阳光给了我温暖和力量，温暖的阳光给了我美好的生活，温暖的阳光给了我追求理想的动力和勇气。我贪婪的享受着，幸福的成长着。

我在阳光下，快乐成长！

我的演讲完毕，谢谢大家！

我最阳光演讲稿篇三

大家好！

今天，我演讲的题目是《孝心无价爱心永恒》

妈妈患有糖尿病，吃的药有很大的副作用，每次吃完药，妈妈的胃都很不舒服，一周吃不上两天的米饭，胃疼时，我就用手轻轻捋妈妈的胃直到妈妈打出嗝来，我才感到非常的高兴。不仅如此，妈妈还患有严重的颈椎病，有时她的脖子疼的一动不能动，又不能自己拔罐，我就学着使用拔罐器为妈妈拔罐，但拔的时间不能超过30分钟，当我给妈妈拔罐时，我一手拿着表，一边看着拔罐位置皮肤的变化。我还经常利用放学时间帮妈妈买菜，回到家里妈妈打扫房间，我在学习上也从来不用妈妈操心，每次考试我的成绩在班里都名列前茅。在家里，我尽我所能，回报父母；在学校，我尽心尽力，为班级服务；在班里，我是班长，我时刻都把班级的事情放在心上，冲在前面。在同学们的共同努力下，我们的班级被

评为文明示范班。

当我们心存感恩、心存感激、心存感谢时，我们会发现：生活原来如此和谐和美丽。

老师常说，班级是小家，学校是大家，当一个人能为学校贡献一份力量时，心中感到的是自豪，体验到的是幸福。

最近，在同学们的期盼下，终于迎来了xx市第xx届运动会，我是一名团员，我一定要冲在前面，为学校争光，为xx区争光。在冰球比赛上，由于我技术比较全面，老师叫我当上过了队长，虽然对手很强，但我毫不气馁，努力地传接球，将球队比分直线向上拉。我的脚扭伤了，但我不认输，依然坚持跑在前面。但比赛中，危险无时无刻不伴随着我，在对道里区的比赛中，对方的主力将球打到我方球门前，准备射门，我在他身后，像离弦的箭冲到门前，但是对方发的球势大力沉，正打到我的头盔上，是我差点晕过去，但我还是坚持打完比赛。下午，我的头部出现了剧烈的疼痛，导致最后一场比赛没有上场。我很失望，但又很满足，因为在比赛中，我拼尽了所有力气。

老师经常教导我们从小要有爱心，学会关心他人，我把老师的话牢记在心。记得汶川大地震时，全世界的目光全都聚集在汶川，房屋倒塌，山体滑坡，大地被撕裂，看到这惊心动魄的一幕时，我在千里之外也感受到了同胞失去亲人的痛苦，学校举行了捐款仪式，我将自己的所有的零用钱和压岁钱一起捐到学校，我又将自己的两大包衣物捐到汶川红十字协会，为帮助灾区的同胞们献出自己一份微薄之力。经过这次震撼全球的灾难，也使我读懂了温家宝爷爷所说的“多难兴邦”的真正含义。

作为新时代的少年，我深知，少年智则国智，少年富则国富，少年强则国强，我一直在努力践行自己对父母要有孝心，对学校要有责任心，对社会要有爱心的承诺。虽然成长道路充

满泥泞与曲折，但我依然满怀信心，坚定的去求索——人生的真谛！我要用我之所学，来回报社会，关心他人，争做一名有理想、有道德、有爱心的阳光少年。

我最阳光演讲稿篇四

早上好！今天我讲话的题目是：遵规守纪，文明做人，努力学习！

首先，作为新时代的中学生，必须要做到遵规守纪，文明做人。

俗语讲，“没有规矩，不成方圆”，良好的纪律是学好科学文化知识的保障。作为一名学生，一个公民，要严格遵守《中学生守则》、《中学生日常行为规范》和国家的各项法律规范，严格遵守我们学校的各项规章制度，切实做到：诚实守信，礼貌文明；仪表整洁，热爱劳动；遵守公德，爱护公物；勤劳俭朴，孝敬父母；严于律己，关心他人；团结友爱，热爱学校！

我国是一个有着五千年灿烂文化的文明古国，文明礼貌的风尚渊源流长。那么，文明到底是什么呢？文明，就是路上相遇时的微笑；就是同学困难时的热情帮助；是平时与人相处时的亲切；是不小心撞到别人时一声“对不起”；是自觉将垃圾放入垃圾箱时的举动；是不随地吐痰；是不说粗话脏话，等等……总之，文明是一种品质、一种修养、一种习惯、一种受人尊敬并被大家所推崇的行动。

有一位思想家曾经说过：播下一个动作，便收获一个习惯；播下一个习惯，便收获一个品格。现在，我们正处于人生中最关键的求学探索时期，在这个时期的所作所为，将潜移默化的影响我们自身的心理素质和道德品质，所以，我们应该先成人、后成材，不要做一部单纯掌握一些知识技能的机器，而要成为一个身心和谐发展的人。

其次，作为新时代的中学生，还要做到珍惜青春大好时光，努力学习。同学们，“勤奋生智慧，勤奋造天才”，知识的海洋是广阔无垠的，一个渴望得到真正知识的人必须勤奋努力，练就坚持不懈的顽强毅力，向愚笨索取智慧，向平庸夺得天才。世界著名科学家牛顿，很少在二三点钟以前睡过觉，为完成实验，常常彻夜不眠。被人们誉为“书圣”的王羲之，几十年如一日，刻苦练笔，从不间断，竟然将绍兴兰亭旁的一池清水变成“墨池”。学生时代，正是人生读书的好时候，不要让“书山有路勤为径，学海无崖苦作舟”这一古训成为一句空谈，请记住：时间是最公平最合理的，它从不会多给谁一分，勤奋者能叫时间留给他一串串果实，懒惰者只能被时间毫不留情地留给他一头白发，两手空空。

同学们，人的一生只有三天：昨天，今天和明天。昨天已留给记忆，明天将交给梦想，你所能把握的，就只有今天！让我们好好珍惜今天这美好的学习时光吧！“莫等闲，白了少年头，空悲切”。谢谢大家！

我最阳光演讲稿篇五

今天我演讲的题目是：树文明新风，做阳光少年。

文明是一滴水，许多文明就是一片海。

文明是星星之火，许多文明可成燎原之势。

文明，有时只是举手之劳；

文明，有时只是一点点关爱。

其实，文明离我们很近很近，站在1米线外等候时，文明就是一米远；停车在斑马线前，文明就是几厘米远。文明有时只是一个手势，有时只是一个微笑。

然而，在现代文明的社会环境中，让我们来看看这些人吧：在家庭中，长辈们重智力学习轻德育教育，认为孩子只要学习好就行了，忽略了对孩子文明礼仪的教育，导致了他们对家人冷漠自私，一切以自我为中心，不与父母沟通，不理解家长的辛苦，不珍惜家长的劳动，不分担家庭的劳动，一味索取不知奉献；在学校里，不听从老师的教诲，说一些时髦的脏话，穿一些奇特的衣服，留着时尚的发型；不知道认真学习，在校园内大声喧哗，乱扔垃圾。这些行为直接影响同学们的健康成长。

然而、在美国，汽车公司的巨头——福特公司，它的总裁福特大学毕业后，去一家汽车公司应聘。和他一同应聘的三四个人都比他学历高，当前几个人面试之后，他觉得自己没希望了。他敲门走进了董事长办公室，一进门，他发现地上有一张废纸，便弯腰捡了起来，并顺手扔进了纸篓里。然后才走到董事长的办公桌前，说：“我是来应聘的福特。”董事长说：“很好，很好！福特先生，你已被我们录用了。”福特惊讶地说：“董事长，我觉得前几位都比我好，你怎么把我录用了？”董事长说：“福特先生，前面三位的确学历比你高，且仪表堂堂，但是他们眼睛只能“看见”大事，而看不见小事。你的眼睛不仅看见了小事，而且你的文明行为给我们留下了深刻的印象。”福特就这样进了这家公司，并成为了总裁，而且使美国汽车产业在世界占居鳌头。

文明很近，很近，近得触手可及。比如，把没有盖好的窨井盖盖好，把盲道上的障碍物推开，捡起地上的垃圾……等等。从节约一滴水、一度电、一张纸、一粒米做起，从身边点滴小事做起，节约资源、保护环境，做保护地球小主人。

文明很小，很小，只要每一个人做一件文明的好事，就能使社会迈出文明的一大步，每一份文明就是一份力量，无数文明在一起就会产生一种无与伦比的力量，这种力量如破土的小苗，会在每一个人的心里萌发。

如果你失去了今天，你不算失败，因为明天会再来。

如果你失去了金钱，你不算失败，因为人生的价值不在钱袋。
如果你失去了文明，你是彻彻底底的失败，因为你已经失去了做人的真谛。

行动起来吧，用我们的行动，让文明无处不在，行动起来吧，你---，我---，他---，让我们一起携手，树文明之风，做阳光少年！

我最阳光演讲稿篇六

大家好！

我是xx□我今天演讲的主题是——“我们是阳光少年”。

如果有人问我，心目中什么是最阳光的？我可以自豪地说，我们是最阳光的、我们xx班是最阳光的！我们就是阳光少年好伙伴！

我们学校就是阳光校园。因为：

我们学校历史悠久，建校于xx年，至今已有67年。我们学校以办“人民满意教育”为己任，以“弘道正人”为办学理念，以“文明修身，博学笃行”为校训，我们完小一直是衡阳市小学教育一面最靓丽的旗帜之一。

我们学校环境优美，坐落在风景秀丽的巾紫山下，这里郁郁葱葱、绿树成荫，这里鸟语花香、阳光普照。

我们学校校风良好，坚持“德育立校、质量强校、科研兴校、文化润校、安全护校、特色亮校”的发展思路，老师爱护学生，学生尊敬老师，同学们互相友爱。这里没有群殴、也没有不良少年扰乱我们的学xx□让我们可以专心读书，快乐成长。

我们xx班就是阳光班级，我们就是一群阳光少年好伙伴，因为：

我们有强大的祖国，我们有阳光的校园，我们很阳光！我们很快乐！

古人云：彼此当年少，莫负好时光。春归万物生，学xx正当时。

我要大声地说，我们就是阳光少年好伙伴！

谢谢大家！

我最阳光演讲稿篇七

大家好，我是南阳小学一年一班的王诗，今天我演讲的题目是：学党史，强信念，做新时代阳光小少年。

又一次万物复苏，又一年春暖花开，老师告诉我们，今年是中国共产党建党100周年。通过学习，我知道我们伟大的党承载了百年的岁月历练，如今已经生机勃勃，充满着春的气息，焕发着新的希望。

100年来，中国从小到大，由弱到强，不断发展壮大。从近代被别国肆意侵略到现在的独立自强，从过去的积贫积弱到现在的迅速发展，这无不凝结着中华儿女的智慧和汗水。这100年，中国共产党领导我们完成了新民主主义革命，实现了民族独立和人民解放，建立了中华人民共和国。这100年，中国共产党领导我们建立了社会主义制度，实现了中国历史上最广泛、最深刻的社会变革；这100年，我国的政治、经济、文化等飞速发展，综合国力和国际影响也大大提高。

这是为民族解放、国家富强和人民幸福而不断艰苦奋斗、发奋图强的100年，更是为完成肩负的历史使命而不断经受考验、

发展壮大的100年。

回顾党的历史，我们从中获得了很多智慧和力量，也更加坚定前行的信念。百年梦想，百年追求。中国梦，是每个中国人共同追求、共同坚守的梦想。不忘党史国史，努力追求梦想！是全体中国人民和共产党人肩上最重要的责任和最光荣的使命，更是我们小学生应该践行和发扬的优秀品质。

作为新时代的小学生，我们要积极开拓视野，努力学习，关注国情。学党史、强信念、跟党走，将在党史中汲取的力量化作学习的智慧，化作建设家乡报效祖国的力量。逐梦前行，不负家乡人民和祖国的期待。同学们，奋斗吧，为自己美好的理想而奋斗，为伟大的中国梦想而奋斗！让我们努力成为爱党爱国的新时代阳光好少年！

我最阳光演讲稿篇八

大家好！我是四年级一班的刘明心。我为大家演讲的题目是：我是一名阳光少年。

如果生命是一条河流，那么岁月的阳光就是最晶莹，最灿烂的浪花；如果人生是一列快车，那么有阳光的岁月就是窗外无尽的美景。

问我世界上最美的东西是什么，我会说：“是太阳！”在一个阳光明媚的日子，我想让它渗透到我的每一个细胞，感受它，欣赏它。

人们经常把“阳光”和青少年联系在一起，称之为“阳光少年”。我很高兴我是一个阳光男孩，我想我喜欢阳光，找到自己美丽的彩虹！

其实，我说我是一个阳光少年，不想太张扬自己，但我想说：作为班级的一员，校大队的成员，我工作非常努力，做好本

职工作，也非常努力学习；作为家里的一个小成员，作为一个女儿，我尽了自己的职责，并遵循了一个10岁孩子的习惯。

在学习上，我努力学习，努力学习，成绩总是很好，我知道学习是为了自己学习。只有好好学习，父母才会满意，这是对父母最好的回报。

在学校，我是我们班升旗仪式的主持人。我经常代表班级参加学校组织的演讲比赛，取得了优异的成绩。

我很感激学校给了我很多展示自己的机会，正是因为这个机会，我想：“我一定要为班级争光！”它让我充满信心，所以我很阳光；在课堂上，张先生给了我很多锻炼自己的机会，比如参加一些演讲比赛和舞蹈兴趣小组，这给了我信心，让我更加阳光。

每天早上，我都会说：“做个阳光少年真好！”我感到很高兴在我的心里。我觉得每一个阳光都很幸福，因为，我有自己最大的追求，自己最好的祝愿。

我们有自己的动力，我们是理想的阳光青年。我的日子充满阳光，我的日子充满色彩。那是因为，我是阳光少年，我豪放，我轻松，我简单，我诚实，我简单，我有一个梦想，理想。

既然是花，我就开；既然是树，我要长成栋梁；因为我是一个阳光少年，我将成为最优秀、最优秀的阳光少年！