

# 做好课间操的演讲稿三分钟(通用5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。演讲的直观性使其与听众直接交流，极易感染和打动听众。下面是小编帮大家整理的优秀演讲稿模板范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 做好课间操的演讲稿三分钟篇一

亲爱的同学们：

记得“**责任和义务**”是我给你们上的第一课。《**班级日记**》由撰写、录入、编辑到校对，由电子稿变成纸质书，其中的付出与艰辛不言而喻。多少同学参与其中，多少同学用行动诠释着他对“**团结与合作的理解**”——有共同的团队目标和自我牺牲的精神。感谢大家的参与，因为有了你的参与，留下这近20万字的回忆。这是你人生的第一次担当，凭自己的努力做成了想做的事。未来你还要融入无数个团队，你的这份担当与强烈的责任感必将成为你的财富。

阅读的妙处聊了多少次已记不得了，记得的是你们中的许多人已把阅读变成了生活中的一部分。记得我教你们刷牙吗，全班没有一个人刷牙方法正确，刷牙时间充足。那一刻，我们面面相觑，虽然我们每天都在刷，可谁在意过质量呢？读书亦是同样的道理——读好书，会读书才会受益终生。绘本、儿童文学仅是你成长的一个台阶，也许她就像一颗种子，还埋藏在你的心里，但她曾带给你的善良、正义、上进、乐观迟早会抽枝长叶、开花结果。文学、艺术、哲学、科学等将随着你视野的扩宽而走近你，你也会像王嘉烁、张昕旻一样爱读历史书，像马瑞涛、高义然一样喜欢《狼图腾》带来的深意，像李逸萱、董益昂一样细腻选择书目精心阅读名著……以书为侣，走遍天下。

最好的教育是成为最好的自己。你将来想做什么?早早确定自己努力的目标。发现自己的兴趣，培养自己的兴趣，做一个爱生活，会生活的人。

做好最独特的那个自己。

## 做好课间操的演讲稿三分钟篇二

做好自己，方能成就未来。下面是本站小编为你整理的几篇做好自己三分钟演讲稿，希望能帮到你哟。

亲爱的朋友们：

人人都要自己学会感恩，感谢天地，感谢命运，感谢一切一切的所有，天地虽宽，道路坎坷，但是只要心中有爱，心存感恩，就会努力做好自己，花开花落也一样会珍惜。

感恩是积极向上的思考和谦卑的态度，它是自发性的行为。当一个人懂得感恩时，便会将感恩化做一种充满爱意的行动，实践于生活中。一颗感恩的心，就是一个和平的种子，因为感恩不是简单的报恩，它是一种责任、自立、自尊和追求一种阳光人生的精神境界！

感恩是一种处世哲学，感恩是一种生活智慧，感恩更是学会做人，成就阳光人生的支点。从成长的角度来看，心理学家们普遍认同这样一个规律：心的改变，态度就跟着改变；态度的改变，习惯就跟着改变；习惯的改变，性格就跟着改变；性格的改变，人生就跟着改变，愿感恩的心改变我们的态度，愿诚恳的态度带动我们的习惯，愿良好的习惯升华我们的性格，愿健康的性格收获我们美丽的人生！

朋友相聚，酒甜歌美，情浓意深，我感恩上苍，给了我这么多的好朋友，我享受着朋友的温暖，生活的香醇，如歌的友

情。走出家门，我走向自然。放眼花红草绿，莺飞燕舞，我感恩大自然的无尽美好，感恩上天的无私给予，感恩大地的宽容浩博。

生活的每一天，我都充满着感恩情怀，我学会了宽容，学会了承接，学会了付出，懂得了回报。所以，每天，我都有一个好心情，我幸福的生活着每一天。我懂得，学会了感恩，才会在生活中发现美好，用微笑去对待每一天，用微笑去对待世界，对待人生，对待朋友，对待困难。宽容和感动可以化腐朽为神奇，化冰峰为春暖，化干戈为玉帛。

学会感恩，我的一颗心永远被温暖笼罩，被甜美滋润，我的生活中没有冰雪，没有冲突，没有愤怒，没有战争，没有咒骂。

我感恩，感恩生活，感恩网络，感恩朋友，感恩大自然，每天，我都以一颗感动的心去承接生活中的一切。

感恩，是人生的最大智慧；感恩，是人性的一大美德。常怀感恩之心，我们便能够无时无刻地感受到家庭的幸福和生活的快乐。在感恩的世界里，我们还会时时提醒自己：滴水之恩，当涌泉相报！

如果你是一个苦恼的人，你应该学会感恩，因为感恩是驱除你的苦恼的一剂良方妙药；如果你是一个对生活心灰意冷的人，你应学会感恩，因为感恩的时候就是你的身心得到温暖的时候；如果你是一个郁郁不得志的人，你应学会感恩，因为感恩会使你的心情渐渐舒畅，渐渐平和；如果你是一个被生活压得喘不过气来的人，你应学会感恩，因为感恩会使你逐步释放重负、放松身心；如果你是一个只顾索取的人，你更应学会感恩，因为感恩会使你变得会适当地给予；如果你是一个快乐的人，你也应学会感恩，这样，你的快乐就会取之不尽.....

对别人感恩，相应会得到他人对你的感恩，所以你是得到了

两份好心情。

学会感恩，就是学会了长存感激之情，永存爱心。爱的力量是非凡的，它会把一个人塑造得更为完美。外国有一个感恩节，可咱们中国却没有，那倒无妨，咱们何不把每一天都当作感恩节来过呢。朋友，如果你想有一个好的心境，那不妨试着学会感恩，把每一天都当作你的感恩节。

感恩是爱和善的基础，我们虽然不可能变成完人，但常怀着感恩的情怀，至少可以让自己活的更加美丽，更加充实。而感恩是需要学习，需要培育的。西方的父母从孩子很小的时候就要求他们写感恩日记，感恩阳光、感恩自然、感恩一切给予微笑和爱的人。

所以培育感恩情结，并非是一朝一夕的功夫，如果人人都有一颗感恩的心，那天天都是感恩节，这世界就会变得更加美丽。

但即使有感恩的心，人们也常常是只记得感谢给我们关心、帮助、掌声的人，在他们需要帮助的时候也会助一臂之力。而少有人去感激伤害、欺骗、打击过我们的人，我们常常对他们是报以怨恨。

其实，对那些伤害过我们、带给我们疼痛的人，我们也应该记得：正是他们让我们对这个世界有了一个更深刻的认识，我们不仅要学会用一颗感恩的心去体会真情，更要学会用一颗感恩的心去驱逐伤害。

愿人人都拥有一颗感恩的心。

大家晚上好！

我是来自工管1101班的汤亚，现任班上的学习委员。我相信每个人都有一份属于自己的志向，也许远大、也许平凡，那

么，同学们，属于你的那份志向又能散发出多少光芒去指引你的未来呢？今天我站在这里，也并不是想要向你们证明我有多么好，我只是想让大家知道我的努力，和我一起分享我的收获。

其实有时候习惯也是一个可怕的东西，我曾经询问过有些平常喜欢逃课的人，他们的逃课心得是，可能第一逃课还是情有可原，可是当他们逃了第一次，就会想要逃第二次，第三次……慢慢的就成了一种习惯，一种惰性。可能好多人都会认为，作为一个三本的学生，混个本科的文凭，每天混日子过着就行了，学这些东西也没什么用，反正现在很多公司就已经认定三本的学生不如一本二本的，因此，现在大学越来越多的人的追求变成不挂科就行，临考前临时抱佛脚，在寝室床头“挂柯南”，考前发条说说求人品大爆发等等。可是在我看来，一个人可以没有高学历，可以没有大学文化，但是绝不可以没有上进心和奋斗目标，否则你就会永远堕落，人生就没有多大意义。正因为我们是三本的学生，我们更应该比其他的人付出更多的努力，努力证明给社会看，我们也可以比一本二本的强其实大学里面学习的并不只是书本上的知识，更是一种态度，一种坚持。

可能大学里的上课，学习，考试都是枯燥的，但是我们怎样去忍耐这一种枯燥，怎样去坚持这一份枯燥呢？这是我们每一个人都应该学习的我是一个没有什么远大的目标和志向的人，什么一定要去哪里工作，一定要去哪里留学，一定要考哪里的研，我都没有想过，也不想去想，因为我总觉得这是一种空想，一切都在变换中，比起这些，我更喜欢给自己制定一些小目标，然后奔着自己的小目标努力前进。我也是一个自制力比较强的人，从小到大父母从没管过我学习，现在也是一样，他们对我完全是一种“放养型”，一直以来我都是自己给自己压力，自己给自己动力。现在也如此，从大一第一个学期开始，我从来没有逃过一节课，上课坐在前面几排，上课跟着老师来，考试前好好复习，每次考试前，我都会画一个表格，把每天的时间都安排好，然后按着安排的来过，

这样把每天都规划好，会让我觉得每天都过得很充实。

我们寝室的人给我取过一个外号，叫做“作业狂”因为好几次我在寝室她在玩手机玩电脑的时候就看到我在做作业，其实我也不是因为喜欢做作业，也不是那种死读书，我只是一种急性子，不喜欢拖拉，不喜欢积压要做的事情，我喜欢尽快把要做的事情做好，今日事今日毕，因为我总觉得明天还会有更多的事情等着我去做。而且我一直相信一句话“只要付出了就一定会有回报”，所以在大一一年付出下，我得到的回报是大一一学年的综合测评在班级第一，专业第二。但是我从没有因此觉得我有多么厉害，我觉得这是我付出努力以后应得的，而且我也觉得我并不特别，因为我做得到的每个人其实都可以做到。在平时空余我也还会做一些兼职，做得最多的就是发传单，可能这个看上去是一个很容易的活，其实不然，其中的难受只有做过的人才知道。每次伸手递出传单，每声“看一下，谢谢！”所换来的却是不理不睬，不过我相信现在大部分人都发过传单，也正因为这样，现在发传单也就轻松不少，至少还会有人主动去问你要，会有些人还说要多拿几张来减轻发传单人的工作量，收到传单以后还会说一声“谢谢”。所以，只有经历了，才会懂得理解。

以后会发生什么，我不知道，但是我只知道一件事，那就是不管遇到什么困难，我都会认真对待每一件事，勇往直前，坚持坚持再坚持，努力努力在努力，做好我自己。

尊敬的各位老师、亲爱的各位同学：

大家好！我是来自五、二班的何燕玲，我今天为大家演讲的题目是《爱我中华，做好自己》。最近我们的校园里掀起了主题读书活动的热潮，在班级里，课下、午休、业余，好多同学都在热情高涨地捧读《复兴中华，从我做起》这本书。读着这本书，我不禁为祖国十年的巨变感到无比自豪；我因一个又一个感人的故事而饱含热泪。

祖国的强大，民族的复兴，离不开华夏儿女的忠诚爱国和努力拼搏；离不开华夏儿女的默默奉献和不懈奋斗。打开历史的长卷，因为爱国，岳飞背刻“精忠报国”；因为爱国，笑对酷刑——“竹签子是竹子做的，而共产党员的意志是钢铁铸成的”。

再翻开新时期的篇章，我们听到了“雷锋出差一千里，好事做了一火车”的佳话；看到了朱光亚、黄光辉等学识渊博、潜心钻研的科学家；看到了杨利伟、刘洋等兢兢业业的航天英雄；看到了最美司机吴斌、最美教师张丽莉在危难时刻，替他着想的美好心灵。他们在各行各业的战线上，释放着自己的光和热，为祖国的兴盛做出了自己的贡献。他们有卓越的成就，有超凡的表现，他们名载史册、家喻户晓。跟他们比起来，我们显得似乎渺小而平凡。作为华夏子孙，老师教育我们要爱我的祖国。作为一名小学生，我们不必追求英勇献身、无需做得惊天动地。我们可以学习的是他们刻苦勤奋、默默奉献的品质，能够做到的是——从现在做起，从点滴做起，做好自己，以实际行动来表达对祖国的爱。

孝亲敬长、团结同学、关心他人，做个懂礼仪的孩子；认真听讲、按时作业、温故知新，做个会学习的孩子；自觉关灯、自觉关掉水龙头、不乱倒饭菜，做个“节约小标兵”；多种一棵树，多栽一株草，多参加一次环保活动，做个“环保小卫士”；尊重祖国的语言文字，热爱中华民族的优秀文化，做个传承文明的孩子，这些点滴小事，如果你能自觉做，能坚持做，相信好习惯就会与你同行，伴随一生。

亲爱的同学们，“爱我中华，复兴中华”不能光喊口号，而是要我们拿出实实在在的行动。从现在做起，从点滴做起，做好自己！让我们共同宣誓：顽强拼搏！自强不息！立志为中华民族的伟大复兴而勤奋学习！

谢谢大家！

## 做好课间操的演讲稿三分钟篇三

亲爱的老师们、同学们：

大家早上好！今天我国旗下讲话的主题是《学会自我管理争做优秀队员》。

《易经》上说：“天行健，君子以自强不息；地势坤，君子以厚德载物，其中“自强不息”说的就是要自主发展，当今的社会更是一个激烈竞争的社会，人才选拔很看重自主独立，由此可见，自我管理，自主发展不容小觑。作为一名小学生，现在的我们应该怎样自我管理呢？我给大家以下几点建议：

第一，做好时间管理。

时间是上天公平赋予每个人的礼物，如不充分利用，虚度光阴实在可惜。所以请珍惜你们小学六年的时光，合理安排每天的学习与生活。做到上学不迟到；上课认真听；课前勤预习，课后乐巩固；假期时间，积极参与各类实践活动，丰富课余生活。

第二，做好情绪管理。

第三，做好安全自护管理。

安全重于泰山，作为小学生，校园安全尤为重要。全体同学要严格按照我校一日常规要求做到：进校不冲跑、课间不追赶、文明游戏、不攀爬折枝、不带尖锐物品入校，对于进校冲跑和课间追赶这个问题，在周会上已多次强调，但仍有同学没有管理好自己，甚至在追赶中冲撞到老师，这是十分危险的。龙老师再次强调，请同学做好安全自护管理，为创造和谐的校园出一份力；其次，我想请同学们加强自理能力的培养，每当龙老师看到遗落在操场上的衣服和红领巾时，看到失物招领处乱糟糟时觉得十分可惜，这样的行为习惯离一名



优秀的少先队员还有些差距。学校是少先队员成长的摇篮，作为一名校园小主人，我们不仅要有主人翁意识，也要做到自己的事情自己做，自己的问题自己想办法，从而达到自我管理，自我教育的目的。在此，学校大队部向全体同学发出意见征集，请同学们集思广益来解决问题：

- 1、如何做好自己物品的保管。
- 2、如何让遗失的物品越来越少并尽快找回。
- 3、失物招领处的设置与管理等。请同学们积极参与此项活动，充分发挥主人翁精神。这些意见与建议可以个人、小队、中队等形式提出，并写上详细的解决方案于本周五前交到学生处，为创造美丽的校园出一份力。

亲爱的队员们，人生的路需要自己去探索，生命的奇迹也需要自己去创造，自我管理，自主发展也需要自己去实践，唯有尝试过，才能体味其中的酸甜苦辣，接下来的每一天让我们手挽手，一起去探索，一起成长吧！

我的讲话完毕，谢谢大家！

## 做好课间操的演讲稿三分钟篇四

尊敬的领导、老师：

大家好！我是小明，我们会不会有时候希望自己更加的优秀，看到别人那么优秀努力的时候，经常会感叹自己为什么没有这么优秀呢，这是我们没有这么一个意识，我们完全可以让自己的强大优秀起来，我有时候也会觉得自己在做一件事情的时候，自己觉得做的好了，总是说：“可以了差不多了”，这其实就是一种懒惰，自己没有做好，其实在用一点心能够更好的，但是我们没有继续用心去做了，往往比被人差的就是一点点，也是自己不肯再前进一步，不肯让事情更加的完

美。

生活中很多时候我总是会告诉自己，差不多就行了，我没有想到的是我就是差那一点，想要成为更好的自己外部的因素是其次的，自觉地去做好才是第一，就像我反复说的这个一样，一件事情在自己觉得满意的时候，再去完善一下，让别人也满意，我们才能够做的更好，一个优秀的人往往不会优秀自己优秀停止脚步，怎么说呢，就像我看到的一样，优秀的同学我总是看到他们在更加努力，很多成绩好的同学对自己严格比一般人要多，就像一件事情明明做的很好了，还是想要更好，这需要一个很强大的心态，我们班的\_\_\_\_同学，我们有一次模拟考试成绩出来了，他考了满分，在老师讲解这张卷子的时候他非常用心在听，休息的时候，他还在检查，我很奇怪就问了一下，我说：“你都满分了，为什么还要检查题目”，他简单的回了一下：“万一还有题目错了呢”，我觉得很不起，这样的心态是我们一般人没有的。

我们经常会觉得自己很努力了，为什么没有变的优秀，为什么我的成绩没有比别人好，看到了小红同学的例子，我知道这是有原因的，因为在我们努力的时候优秀的同学也在努力，我们需要更好，就要更努力，不是说要去更他人比什么，我觉得是一种态度，让自己不断进步的一种态度，想要让自己更好，需要付出努力这是想对的，坚持下来了就会看到自己的努力成果，这是有效果的。

做更好的自己，我们从学习的一件件小事情做起，做好一件事情是不简单的，这就是很多人觉得自己没有改变的原因，我们成为更好的自己的路途中或许会很艰辛，这么一个过程是很难的，但是这样的一个过程是我们成为的更好的自己，忍常人难以忍，容常人难以容，让我们做更好的自己。

## 做好课间操的演讲稿三分钟篇五

生活中自己才是唯一，你不要太过关注别人是否在意，只要你自己问心无愧就也就可以了。以下是小编整理的关于做好自己三分钟演讲稿，欢迎阅读。

## 《爱我中华, 做好自己》演讲稿

尊敬的各位老师、亲爱的各位同学：

大家好!我是来自五、二班的何燕玲，我今天为大家演讲的题目是《爱我中华，做好自己》。

最近我们的校园里掀起了主题读书活动的热潮，在班级里，课下、午休、业余，好多同学都在热情高涨地捧读《复兴中华，从我做起》这本书。

读着这本书，我不禁为祖国十年的巨变感到无比自豪;我因一个又一个感人的故事而饱含热泪。

祖国的强大，民族的复兴，离不开华夏儿女的忠诚爱国和努力拼搏;离不开华夏儿女的默默奉献和不懈奋斗。

打开历史的长卷，因为爱国，岳飞背刻“精忠报国”;因为爱国，江姐笑对酷刑——“竹签子是竹子做的，而共产党员的意志是钢铁铸成的”。

再翻开新时期的篇章，我们听到了“雷锋出差一千里，好事做了一火车”的佳话;看到了朱光亚、黄光耀等学识渊博、潜心钻研的科学家;看到了杨利伟、刘洋等兢兢业业的航天英雄;看到了最美司机吴斌、最美教师张丽莉在危难时刻，替他着想的美好心灵。

他们在各行各业的战线上，释放着自己的光和热，为祖国的兴盛做出了自己的贡献。

他们有卓越的成就，有超凡的表现，他们名载史册、家喻户晓。

跟他们比起来，我们显得似乎渺小而平凡。

作为华夏子孙，老师教育我们要爱我的祖国。

作为一名小学生，我们不必追求英勇献身、无需做得惊天动地。

我们可以学习的是他们刻苦勤奋、默默奉献的品质，能够做到的是——从现在做起，从点滴做起，做好自己，以实际行动来表达对祖国的爱。

孝亲敬长、团结同学、关心他人，做个懂礼仪的孩子；认真听讲、按时作业、温故知新，做个会学习的孩子；自觉关灯、自觉关掉水龙头、不乱倒饭菜，做个“节约小标兵”；多种一棵树，多栽一株草，多参加一次环保活动，做个“环保小卫士”；尊重祖国的语言文字，热爱中华民族的'优秀文化，做个传承文明的孩子,,,这些点滴小事，如果你能自觉做，能坚持做，相信好习惯就会与你同行，伴随一生。

亲爱的同学们，“爱我中华，复兴中华”不能光喊口号，而是要我们拿出实实在在的行动。

从现在做起，从点滴做起，做好自己！让我们共同宣誓：顽强拼搏！自强不息！立志为中华民族的伟大复兴而勤奋学习！

谢谢大家！

亲爱的朋友们：

人人都要自己学会感恩，感谢天地，感谢命运，感谢一切一切的所有，天地虽宽，道路坎坷，但是只要心中有爱，心存

感恩，就会努力做好自己，花开花落也一样会珍惜。

感恩是积极向上的思考和谦卑的态度，它是自发性的行为。

当一个人懂得感恩时，便会将感恩化做一种充满爱意的行动，实践于生活中。

一颗感恩的心，就是一个和平的种子，因为感恩不是简单的报恩，它是一种责任、自立、自尊和追求一种阳光人生的精神境界！

感恩是一种处世哲学，感恩是一种生活智慧，感恩更是学会做人，成就阳光人生的支点。

从成长的角度来看，心理学家们普遍认同这样一个规律：心的改变，态度就跟着改变；态度的改变，习惯就跟着改变；习惯的改变，性格就跟着改变；性格的改变，人生就跟着改变，愿感恩的心改变我们的态度，愿诚恳的态度带动我们的习惯，愿良好的习惯升华我们的性格，愿健康的性格收获我们美丽的人生！

朋友相聚，酒甜歌美，情浓意深，我感恩上苍，给了我这么多的好朋友，我享受着朋友的温暖，生活的香醇，如歌的友情。

走出家门，我走向自然。

放眼花红草绿，莺飞燕舞，我感恩大自然的无尽美好，感恩上天的无私给予，感恩大地的宽容浩博。

生活的每一天，我都充满着感恩情怀，我学会了宽容，学会了承接，学会了付出，懂得了回报。

所以，每天，我都有一个好心情，我幸福的生活着每一天。

我懂得，学会了感恩，才会在生活中发现美好，用微笑去对待每一天，用微笑去对待世界，对待人生，对待朋友，对待困难。

宽容和感动可以化腐朽为神奇，化冰峰为春暖，化干戈为玉帛。

学会感恩，我的一颗心永远被温暖笼罩，被甜美滋润，我的生活中没有冰雪，没有冲突，没有愤怒，没有战争，没有咒骂。

我感恩，感恩生活，感恩网络，感恩朋友，感恩大自然，每天，我都以一颗感动的心去承接生活中的一切。

感恩，是人生的最大智慧；感恩，是人性的一大美德。

常怀感恩之心，我们便能够无时无刻地感受到家庭的幸福和生活的快乐。

在感恩的世界里，我们还会时时提醒自己：滴水之恩，当涌泉相报！

如果你是一个苦恼的人，你应该学会感恩，因为感恩是驱除你的苦恼的一剂良方妙药；如果你是一个对生活心灰意冷的人，你应学会感恩，因为感恩的时候就是你的身心得到温暖的时候；如果你是一个郁郁不得志的人，你应学会感恩，因为感恩会使你的心情渐渐舒畅，渐渐平和；如果你是一个被生活压得喘不过气来的人，你应学会感恩，因为感恩会使你逐步释放重负、放松身心；如果你是一个只顾索取的人，你更应学会感恩，因为感恩会使你变得会适当地给予；如果你是一个快乐的人，你也应学会感恩，这样，你的快乐就会取之不尽.....

对别人感恩，相应会得到他人对你的感恩，所以你是得到了两份好心情。

学会感恩，就是学会了长存感激之情，永存爱心。

爱的力量是非凡的，它会把一个人塑造得更为完美。

外国有一个感恩节，可咱们中国却没有，那倒无妨，咱们何不把每一天都当作感恩节来过呢。

朋友，如果你想有一个好的心境，那不妨试着学会感恩，把每一天都当作你的感恩节。

人们往往会牢记自己的付出，却容易忘记感恩。

爱因斯坦说过“每天我都要无数次地提醒自己，我的内心和外在的生活，都是建立在其他人的劳动的基础上。

我必须竭尽全力，像我曾经得到的和正在得到的那样，作出同样的贡献。”我们只是个普通的人，不可能像伟人那样对人类有卓越的贡献。

感恩是爱和善的基础，我们虽然不可能变成完人，但常怀着感恩的情怀，至少可以让自己活的更加美丽，更加充实。

而感恩是需要学习，需要培育的。

西方的父母从孩子很小的时候就要求他们写感恩日记，感恩阳光、感恩自然、感恩一切给予微笑和爱的人。

所以培育感恩情结，并非是一朝一夕的功夫，如果人人都有一颗感恩的心，那天天都是感恩节，这世界就会变得更加美丽。

但即使有感恩的心，人们也常常是只记得感谢给我们关心、帮助、掌声的人，在他们需要帮助的时候也会助一臂之力。

而少有人去感激伤害、欺骗、打击过我们的人，我们常常对

他们是报以怨恨。

其实，对那些伤害过我们、带给我们疼痛的人，我们也应该记得：正是他们让我们对这个世界有了一个更深刻的认识，我们不仅要学会用一颗感恩的心去体会真情，更要学会用一颗感恩的心去驱逐伤害。

愿人人都拥有一颗感恩的心。

大家晚上好！

我是来自工管xxx班的汤亚，现任班上的学习委员。

我相信每个人都有一份属于自己的志向，也许远大、也许平凡，那么，同学们，属于你的那份志向又能散发出多少光芒去指引你的未来呢？今天我站在这里，也并不是想要向你们证明我有多么好，我只是想让大家知道我的努力，和我一起分享我的收获。

其实有时候习惯也是一个可怕的东西，我曾经询问过有些平常喜欢逃课的人，他们的逃课心得是，可能第一逃课还是情有可原，可是当他们逃了第一次，就会想要逃第二次，第三次……慢慢的就成了一种习惯，一种惰性。

可能好多人都会认为，作为一个三本的学生，混个本科的文凭，每天混日子过着就行了，学这些东西也没什么用，反正现在很多公司就已经认定三本的学生不如一本二本的，因此，现在大学越来越多的人的追求变成不挂科就行，临考前临时抱佛脚，在寝室床头“挂柯南”，考前发条说说求人品大爆发等等。

可是在我看来，一个人可以没有高学历，可以没有大学文化，但是绝不可以没有上进心和奋斗目标，否则你就会永远堕落，人生就没有多大意义。



正因为我们是三本的学生，我们更应该比其他的人付出更多的努力，努力证明给社会看，我们也可以比一本二本的强其实大学里面学习的并不只是书本上的知识，更是一种态度，一种坚持。

可能大学里的上课，学习，考试都是枯燥的，但是我们怎样去忍耐这一种枯燥，怎样去坚持这一份枯燥呢？这是我们每一个人都应该学习的我是一个没有什么远大的目标和志向的人，什么一定要去哪里工作，一定要去哪里留学，一定要考哪里的研，我都没有想过，也不想去想，因为我总觉得这是一种空想，一切都在变换中，比起这些，我更喜欢给自己制定一些小目标，然后奔着自己的小目标努力前进。

我也是个自制力比较强的人，从小到大父母从没管过我学习，现在也是一样，他们对我完全是一种“放养型”，一直以来我都是自己给自己压力，自己给自己动力。

现在也如此，从大一第一个学期开始，我从来没有逃过一节课，上课坐在前面几排，上课跟着老师来，考试前好好复习，每次考试前，我都会画一个表格，把每天的时间都安排好，然后按着安排的来过，这样把每天都规划好，会让我觉得每天都过得很充实。

我们寝室的人给我取过一个外号，叫做“作业狂”因为好几次我在寝室她在玩手机玩电脑的时候就看到我在做作业，其实我也不是因为喜欢做作业，也不是那种死读书，我只是一种急性子，不喜欢拖拉，不喜欢积压要做的事情，我喜欢尽快把要做的事情做好，今日事今日毕，因为我总觉得明天还会有更多的事情等着我去做。

而且我一直相信一句话“只要付出了就一定会有回报”，所以在大一一年付出下，我得到的回报是大一一学年的综合测评在班级第一，专业第二。

但是我从没有因此觉得我有多么厉害，我觉得这是我付出努力以后应得的，而且我也觉得我并不特别，因为我做得到的每个人其实都可以做到。

在平时空余我也还会做一些兼职，做得最多的就是发传单，可能这个看上去是一个很容易的活，其实不然，其中的难受只有做过的人才知道。

每次伸手递出传单，每声“看一下，谢谢！”所换来的却是不理不睬，不过我相信现在大部分人都发过传单，也正因为这样，现在发传单也就轻松不少，至少还会有人主动去问你要，会有些人还说要多拿几张来减轻发传单人的工作量，收到传单以后还会说一声“谢谢”。

所以，只有经历了，才会懂得理解。

以后会发生什么，我不知道，但是我只知道一件事，那就是不管遇到什么困难，我都会认真对待每一件事，勇往直前，坚持坚持再坚持，努力努力在努力，做好我自己。