

# 2023年阳光演讲稿 阳光少年演讲稿(模板10篇)

演讲，首先要了解听众，注意听众的组成，了解他们的性格、年龄、受教育程度、出生地，分析他们的观点、态度、希望和要求。掌握这些以后，就可以决定采取什么方式来吸引听众，说服听众，取得好的效果。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。以下我给大家整理了一些优质的演讲稿模板范文，希望对大家能够有所帮助。

## 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！

## 阳光演讲稿篇二

大家好！

春日和煦的微风下，一株株嫩芽破土而出，探着头寻找春之暖阳；夏日湖面上，蜻蜓俯水轻点，在波光之上，寻找夏之赤阳；秋日的树梢上，麻雀抬起小巧的脑袋，转动着水灵的眼睛，在碧空中寻找秋之碧阳；冬日，在层层飘雪中，梅花含苞开放，望穿冬雪，迎接冬日那暖心的阳光。

世间万物，无一相同，但是，无论哪种生灵，都在用生命中那段最美的旋律寻觅阳光。对于每个人来说，阳光的含义至高无上，是人人心目中不停追求的理想。

贯看历史的春秋长廊，同一片芳草地，同一片碧蓝天，无数人用毕生追求心中的阳光，为后人阐释了何为心之阳光——那就是追求理想。

而正跨步于人生道路上的我们，衣食无忧，是否会坚定的追求心中的理想？我想是的。我们身上充满着朝气，理想是我们前行的动力，我们正扬帆起航，向海天一线处前进，手中的船桨势会泛起一层层浪花。

站在山巅之上，遥望朝阳，收集那最美的阳光，理想在何方。心就在何方。

## 阳光演讲稿篇三

大家下午好！

什么样的一生才称得上是阳光的一生呢？我想，之于商人，能在商场上叱咤风云，干一番惊天动地的事业那便是阳光的一生；之于作家，能写出脍炙人口的佳作，吟诵不朽的诗篇那便是阳光的一生；之于医生，能够救死扶伤，使病人摆脱病痛的折磨那便是阳光的一生。而之于我，一名普普通通的人民教师，什么样的一生才称得上是阳光的一生呢？转眼资教已有两个多月的时光了，但我仍然记得第一次背起行囊来到火烧坪的场景。我想，既然这儿的经济如此发达，那想必学校的环境也不会差到哪去吧！

只身一人来到这个人生地不熟的地方你就没有想过以后吗？难道这大把的青春就这样让它荒废于此吗？我突然觉得喘不过气了，看着那窗外的雾，何时才能云开雾散啊？呆了两三天，终于可以和我的学生见面了，这是我最后的期待。刚开始，我让孩子们做了一下自我介绍。可能平时很少上讲台，我发现很多孩子都是战战兢兢的上去的，有的口齿不清，有的干脆一句话也不说。我告诉自己，不要紧，第一次见面难免有些紧张，但在上完第一节早自习的时候，孩子们的实力还是着实让我吃了一惊，一篇小小的短文，孩子们硬是很难攻下。我站到一个学生的身旁小声的提醒她，不会默写就照着书上的先抄写一遍，可看到她抄写的时候我才发现了一个让我哭笑不得的状况，那哪是什么抄写呢，那孩子分明是看一笔然后照着写一笔。我本来是急性子，看到这样的状况我急啊。后来学校在开学初组织了一次摸底考试，等我改完试卷后才发现，原来像那孩子一样的人不在少数，分数整体都不怎么理想，这和我最坏打算差距太大，心里的落差一下子就来了。

不是在无助的时候也想寻求老师的帮助吗？我该如何走进他们的内心去帮助他们呢？后来的一些日子，我试着让自己的心态平和下来，带着一颗平常心，去帮助自己的学生们。孩子们还是会在容易的地方犯错，可错的几率小了，上课也还是会时不时的走神，可时间缩短了。最近，我还发现这些孩子们身上的一些优点。

那天，吃完早餐从屋里出来，发现所有的同学都静止不动了，在小卖部买东西的孩子也停止了动作转向同一个地方，原来这是我们学校每天都会进行的升降旗仪式。我们这些大人们都很难保持的习惯，这些孩子们做到了。不仅如此，我们学校的孩子见到老师都是站定后90度的鞠躬，一声“老师好”真的是让我这个才登上讲台不久的老师很有满足感。这星期我们学校就要举行校园艺术节了，为了能够登上诗歌朗诵会的舞台，很多学生在我这报名，他们中间很多人都是平翘舌不分，边鼻音不分的，但是看着一张张笑脸，那种感觉真的让我好像又看到了许久未见的太阳，因为孩子们，你们就是我的阳光。我的人生必将因为你们而更加精彩！

## 阳光演讲稿篇四

大家好！

整个班级就像一锅高压下沸腾着的滚烫的水，蓄满了热血和躁动的尖叫刺激着脆弱的脑神经，仿佛只要再过几秒，教室的天花板就会被音浪炸翻。确实，没有什么比在秋高气爽的季节开运动会更激动人心的事情了。同学们盼望着运动会能解救他们脱离学习苦海，在跑道上彻底青春一回。

那一锅沸腾着的水被猛地抽离了火源，温度急速下降，有几颗还没反应过来的气泡还咕嘟嘟地冒着，正如某些同学的脸上依然挂着僵硬的笑容。刚才望向窗外还是阳光灿烂，万里无云，现在却乌云密布，狰狞可畏。那节课，我只看见老师在讲台上卖力地讲解，三角尺不停地比划着，却始终听不见声音。

下课铃把所有同学的魂都叫醒了，你一言我一语，议论纷纷。我神情有些恍惚，拿起水杯往外走，走向教室外的饮水机。一路上又看到窗外，狂风呼啸，暴雨猖狂。人算不如天算啊，理想再美好，在现实面前也只能无奈妥协。阳光躲藏在乌云背后，怎么刺也刺不破浓厚的阴霾。

“砰”。我止住了匆匆前进的脚步，因为好像撞到了什么，接着我听见水洒在地板上清脆的“哗啦”声。一股热气从地板上腾起，又瞬间沉下。我心里一紧，百分之两百确定我撞了一位同学并且水洒在了地板上。我带着几分惊慌和愧疚转过身去，一张素不相识的面孔出现在面前。我似乎刚刚从睡梦中苏醒过来，这是怎么了，倒水也会撞到人，那位未曾谋面也毫无交情的同学一定会生气吧。我正想脱口而出说抱歉的时候，三个字轻轻柔柔地飘进我的耳朵，却听得真真切切。

“对不起。”她竟然先说了对不起。她面带羞涩，略有歉意地笑了笑，两颊泛出了浅浅的红晕，眼睛和嘴角都弯曲了同一个弧度。好像多么恶劣的天气，多么令人惊愕的消息对于她也能够微笑着面对。她笑得那么坦荡无畏，就像一缕阳光，也在我的心中倏然升起。然后温暖就渗进血液里，缓缓蔓延全身，就像一团暖烫的棉絮，变得越来越蓬松轻盈，最后注入心底，化成一股神奇的力量。我于是也不好意思地说“不好意思。”她轻轻摇摇头，说，没事。便掸了掸溅在校服上的水珠，继续前行，转弯，然后消失。而那个女孩脸上明媚如三月春阳的笑容却深深刻在我的脑海里。回到教室，铃声刚好响起，我理好书，小心地把心底的阳光收藏起来。

有时候微笑的力量，就足够抵挡一场伤心暴雨；有时候微小的温暖，就能促你前行，给你力量，让你的心中充满阳光。

我愿长守这缕心中的阳光。

## 阳光演讲稿篇五

大家下午好！

我是东城小学五年级的刘嘉琦。我今天演讲的题目是《阳光校园——我们的好伙伴》。

记得有一天中午放学，学生们有说有笑的走出教室，跑到食

堂。这时，一个同学边跑边晃着饭盒，不小心撞到了我的额头。突然，我痛苦地蹲到楼梯上。当学生们看到它时，一些人立即跑去向老师报告，而另一些人俯身到检查我的症状，发现一个大包肿了。他们赶紧把我扶到老师办公室，老师看到后马上给我爸妈打电话。此外，老师们还推荐了各种消肿的方法。这一刻，我的心被大家温暖的关心感动了。

爸爸带我回家休息。下午打开手机查看作业的时候，发现qq里有很多未读消息。我点开一看，惊讶地发现，都是同学的问候。这一刻，我的心再次被这些温暖的问候融化。

在这个快乐的校园里，不知不觉度过了五个春秋。经过五年的相处，我们和同学们结下了兄弟般的友谊，我们玩的很开心，很自由！和老师相处五年建立了深厚的感情，让我健康快乐的学习！五年的相处，阳光校园给了我同样的感受，让我成长的更快乐！

这是我阳光的校园，你们是我的好伙伴！

谢谢大家！

## 阳光演讲稿篇六

大家好！

我是501班的叶芽，今天我在这儿亮相的目的是给大家介绍一位喜欢跳拉丁的`朋友，她有着桑巴的激情，恰恰的活泼，伦巴的唯美，和牛仔的逗趣。

这位朋友工作起来激情澎湃。她担任着副班长一职，为了回报老师与同学们的信任，每天，她都会充满激情的去完成自己的工作，她会提醒卫生管理员及时到岗到位[hello]该你上岗了！）、她会指挥同学们迅速整齐排好队（嗨，后面的几位，别讲话了！）、她每天锁好教室门后最后一个离开（拜拜，

我可爱的教室，我美丽的校园！)。她为官正直，从不徇私舞弊，哪怕是好朋友犯了错，想到她这来套关系，没门！

这位朋友玩起来大大咧咧。她觉得在学校里，相处时间最长的就是同学了，所以和同学之间的交往非常重要。下课铃声一响，等老师一走出教室，她的两只脚就像跳恰恰舞一样，围着同学们蹦来跳去（哈哈，将军！她在和同学下象棋；诶，加血！她在和同学玩拍手游戏；注意，这里是复数，是要加s的！她在和同学争论英语题。）所以她的朋友特别多，交的朋友还有不同班的，不同年级的。这让她的校园生活更加多姿多彩。

陶醉在美妙的课堂中。背课文时，她总是要求自己一字不差，满分过关。做作业时，她会面对一道难题苦苦思索，然后突然爆发一声“oh□year! 原来如此”。所以，她的学习成绩总是名列前茅。

这位朋友在生活中经常大脑神经短路，会做一些令人捧腹的事。她在给自己的房间大扫除时，会把垃圾保管好，（噗！）却把有用的物品扔掉（啊呀，扔错了）。家里来了客人，她抢着去泡茶，放了茶叶后，却用冷水去冲（咦，怎么没有茶香？）。做作业时，满世界的找橡皮找不到，过后却发现自己手中正捏着一块热乎乎、湿漉漉的东东。所以妈妈老说她：脑子少根筋。然后她就应到“我还没发育好嘛！

这样的朋友你喜欢吗？若喜欢就请投我一票吧，因为她就是我，501班的叶芽。我的演讲到此结束，谢谢！

## 阳光演讲稿篇七

大家好！

鸟儿对远方说：你是我的向往。小鱼对大鱼说：你是我的目标。向日葵对阳光说：你是我的信仰。我说：不管是向往还

是目标，又或者是信仰，它们都将成为我们前进的动力。

一个人没有了动力会是什么样子？我不敢想。还是那个样子吧！但好像少了点什么。是灵魂吧！是一具缺少灵魂的躯体吧！没办法，没有了动力，你还会去改变吗？你还会吧充满期待的迎接明天吗？答案是不会吧。

那样的人生是死气沉沉的吧。世界也不是彩色的吧，是黑白灰组成的吧。是什么颜色还重要吗？不重要了吧。毕竟人生都不重要了。

我曾经消极过一段时间。我经常在想我们为什么要活着？也许我们在自认为重要的人那里一文不值吧。我也决定如果我妈有了第二个宝宝，我就去自由落体吧！只要我的父母有了新的寄托，那我不存在了也不会让他们伤心吧。少了个没用的孩子是种解脱吧！

就这样，我一直抱着等一等的心态过了一个学期。可是我的想法开始发生了转变。我开始进步了，人生好像也不是那么的沮丧。当我真的得知我将会会有一个弟弟或者妹妹，我想的是给他做个榜样。我也想成为他的骄傲吧。

他像一缕阳光，照亮了我，也照亮了生活。我会努力的。这一缕阳光成了我前进的动力。阳光，多么温暖的字眼。即使听不见也摸不着，也能温暖人心。

给自己一缕阳光，即使遗憾也不后悔。给自己一缕阳光，照亮自己和明天。给自己一缕阳光，让我们成为更好的我们。给自己一缕阳光，让失败也不再灰蒙蒙。给自己一缕阳光，让未来充满期待。

以时光以微笑，以阳光以未来。给自己一缕阳光，让我们相信明天会更好。

# 阳光演讲稿篇八

你们好！

今天，我很高兴在这里和大家一起学习有关阳光工程政策规定及参加阳光工程培训的重大意义和内容。我叫xx□是咱们县阳光办工作人员。（也可以把职务报上来）

为确保我县农村劳动力转移培训阳光工程顺利实施，推进现代农业发展和新农村建设，根据当前形势，省政府十分重视阳光工程工作。

在全省召开了阳光工程工作会议，按照省会议精神和市农业局、财政局等7部门印发的《20xx年安阳市农村劳动力转移培训阳光工程实施方案》的通知要求，我们这次培训的指导思想是：以邓小平理论和“三个代表”重要思想为指导，认真贯彻落实科学发展观，按照党的十七大、十七届三中、四中全会精神以及中央和省委经济工作会议、中央农村工作会议和省委、市委农村工作会议精神，围绕农业农村经济发展人才需求和国家在农业领域和农村地区实施的重大工程项目，大力开展农村劳动力就地就近转移就业培训和创业培训，提高农民就地就近就业能力、创业能力和辐射带动能力，引导农民转变就业观念，促进农业劳动力向农业产业延长链转移，提高现代农业发展、农村经济繁荣和新农村建设提供人才支撑。

目的是以“劳动力市场需求”为导向，以围绕农业农村重大工程项目开展培训，重点培训农机使用和维修，为国家涉农重大项目的实施提供人才保障。按照“政府推动、学校主办、部门监管、农民受益”的原则，动员组织各类培训机构，积极开展高技能工种、劳动密集型工种、农村二三产业、地方特色和涉外培训，在继续强化农民外出就业务工的同时，积极引导农民就地就近就业，最大限度地减轻“金融危机”对农民工就业的影响，推动社会主义新农村建设，促进我市农

业和农村经济健康发展。

所以今天在农业机械学校迎来了第三期参加“阳光工程培训”的学员，欢迎大家到这里来学习，下面我就什么是阳光工程和学员共同学习一下。

## 阳光演讲稿篇九

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。

如果说生命是一条河流，那么有阳光的岁月就是其中最晶莹、最灿烂的浪花；如果说生命一列疾驰地快车，那么有阳光的岁月就是窗外变化无穷的美丽风景。要问我世界上最美好的东西是什么，我会说：“那是阳光！”在阳光灿烂的日子里，我愿意让它浸入我的每一个细胞，感受它，欣赏它。人们常常会把阳光一词与少年联系在一起，称之为——阳光少年。我很庆幸我自己是名阳光少年，以为我像阳光，找出了自己美丽的彩虹！

其实我说自己是名阳光少年，并不是想过多的去宣传我自己，但是我要说：身为班级的中委员，学校的大队委员，我很努力地去做好我的本职工作，也很努力地去学习；身为家庭里的一位小成员，我尽到了女儿应尽的责任，也遵守了一个10岁孩子必备的生活习惯。在学习上，我努力，刻苦，成绩总是非常优异，我知道学习是给自己学的。只有学习好，家长才会满意，这是对家长的最好的报答。

在学校里，我是我们班的升旗仪式的主持人。经常代表班级参加学校组织的演讲比赛，而且取得了优异的成绩。我很感谢学校给了我许多展示我自己的机会，正是因为这次机会，我想：“我一定要为班级争光！”这让我充满自信，所以我阳光；在班级里张老师给我许多锻炼自己的机会，例如：参加学校的一些演讲比赛，参加舞蹈兴趣小组……这些都给了

我自信，使我变得更加阳光。班级里，我是同学们的贴心伙伴，我是老师的得力小助手，深受一些老师的喜爱。

既然是花，我就要开放；既然是树，我就要长成栋梁；既然是名阳光少年，我就要成为最出色、最优秀的阳光少年！

谢谢大家！我的演讲完毕！

## 阳光演讲稿篇十

大家好！

首先做一下自我介绍，我是来自四高的xxx□

此时此刻，我的内心交织着各种感觉：激动，紧张，欣喜。这使我仿佛回到了第一次作为一名教师登上讲台的那一刻。

那一刻，因为梦想终于破茧成蝶，我激动难抑；那一刻，以为面对几十张陌生的面孔，我紧张不安；那一刻，因为那几十双年轻的眼睛里包含的期待与友善，我欣喜不已。那一刻，让我对这份为人师表的职业更加执着，那一刻，让我从此对“教师”这个称号充满热爱并以此为荣。

时光飞逝，转瞬之间，我已经在这方孕育希望的讲台上站到了第六个年头了。六年来的收获沉甸甸的，让我对“教师”这一称号的理解日益深刻。

所谓“学高为师，德高为范”，所以，教师，不仅仅只是一个称号，一份职业，也不仅仅是知识的传递，技能的传授，“教师”，更意味着责任与爱心，更需要高尚的师德。

高尚的师德是以爱为灵魂的，这份爱是老师走进学生心灵，引导学生健康成长的唯一捷径。

我们还记得□20xx年5月12日中午14时28分汶川发生震撼全球的大地震时，我们敬爱的谭千秋老师是怎样用自己的生命挽救了四个年幼的孩子。他那张开的双臂铸就了永恒而伟大的师爱。

我们也不会忘记“大山深处孤身支教，倾圮教室独点明灯”的徐本禹，本可以有光明的前途，本可以享受现代化城市舒适生活的他，带着一份强烈的责任感，义无反顾地来到了偏远的贵州，用自己无私的爱为山区孩子点亮了希望的明灯。

作为一名线教师，我更从我的同事们身上真切的体会到了这种无私的师爱。

我校的乔老师，真正的以校为家，每天披星戴月为学生操劳。早晨，当学生来到教室时，乔老师总是早已在等候了；晚上，当学生熄灯就寝时，他才拖着一身的疲惫回家去。

我校刁老师，积劳成疾，双耳失聪，但是，当他刚刚从医院回来，就带着助听器回到了讲台上，在病情反复中，仍然不愿离开学生，而是在课余抽出时间进行治疗。

还有我校贾老师，家就在校内家属院，从家到教室的距离并不长，可是，那一次，由于心脏疾病，平时高高壮壮的她却几步一停地挪到教室，尽管脸色苍白，她却不肯轻易放下她的学生回家休息一下。

还有，还有很多平凡而感动的人，平凡而感动的事，时时刻刻发生在我们身边。

或许，他们没有谭千秋老师付出的爱震撼人心，也没有徐本禹老师为山区孩子点亮希望之爱的辉煌，可是，他们却同样把自己的满腔热情倾注在这平凡而不普通的岗位上，他们用自己平凡而伟大的付出谱写出属于自己的奉献之歌师爱之歌。

是的，师爱，无论是轰轰烈烈，还是默默无闻，都是学生心灵之路上最明亮的灯，它照亮了学生的心灵，指引学生心灵前行的路程。

这种师爱的光芒，是普照每一个学生的，就像太阳的光芒普照大地万物一样，每一个学生都应毫无差别的得到师爱的浸润，因为他们都是祖国的未来，都是含苞欲放的花蕾。尽管他们可能性格不一，成绩不等，可是，他们“只有差异，没有差别”。所以，作为老师，我们的任务不是拔出所谓的“劣苗”“杂草”，而是准确认识每个学生的特点，以爱为指引，发挥其优势，让每一个学生在学校里在社会中找到属于自己的最佳位置，在他擅长的领域里挑起祖国未来建设的大梁。

本着这一理念，我校在校长及各位领导的带领支持下，大力发展“特色教育”，让那些在文化成绩方面不占优势的孩子在这里找到了放飞梦想的舞台。老师们在学生入校后的学习生活中用一双爱的眼睛关注着他们，积极发现他们每个人的所长，在他们出现迷茫时，真切地给予正确的引导，使他们认识到自己的所长，并积极发挥所长，最终成就自己别样的人生梦想。

正是在这种“没有差生，只有差异”的理念指导下，我校老师用无私的爱关注着每一个学生，是那些因中考失利而颓丧的学生在这里重新找回了自信，找到了更美的梦想。几年来，我校已经在体音美等艺术领域为各大艺术院校输送了大批优秀人才，其中，像国美，央美，清华美院这类重点院校，每年都会有我们的学子去那里深造。

所以，我们深信，博大的师爱是引导学生成才的指路明灯。

是的，师爱是责任，师爱是付出，师爱是无私。师爱是一名教师职业道德的核心。

而我，从第一次登上讲台到现在，六个春秋更替中，我的为师之路上，我的心灵逐渐充实。以后的路还长，我相信，我内心的那份为师的爱也将日益充盈，我的步履也将日益稳健。我将倾尽爱心与责任去关心每个学生，铸就崇高的师德师风，用我们的爱的阳光在教育的原野上播撒希望。

我相信自己。

谢谢。