

2023年努力训练演讲稿 努力学习演讲稿(实用10篇)

要写好演讲稿，首先必须要了解听众对象，了解他们的心理、愿望和要求是什么，使演讲有针对性，能解决实际问题。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？下面我给大家整理了一些演讲稿模板范文，希望能够帮助到大家。

努力训练演讲稿篇一

大家下午好！

我是高一学生xxx□今天天气温暖，大家欢聚在一起，荣幸有这个机会给大家演讲。今天我演讲题目是《努力学习，才不会虚度美好光阴》。

大家进入了高中，又是一个不一样的学习阶段，再也不是初中那样的简单，高中我们必须把握好，从我们高一时就要努力学习，才不会让自己在毕业以后后悔，才不会虚度这美好的光阴。我们现在才高一，如果从现在开始建立自己努力奋斗的目标，为之努力，我想最后一定会有不小的收获。高一学习是至关重要的，高一是基础，基础牢固了，后面遇见再难的题目，只要基础在，我想就一定不会太难。

三年时间并不是很长，如果这个时间都没有把握好，那之后也很难去有机会了。学习是自己的事情，父母花费钱财为我们争得这个机会，那我们就不能辜负他们。高一就要培养自己学习的方法，同时把偏科改正过来，至少不偏科太过，毕竟偏科始终是不好的，即使你有一科成绩再是满分，如果偏科太严重，也弥补不了缺口，成绩依旧是不太高的。平时在学习时遇到问题要去请教老师，尤其是遇到难解的，不能放在那里不管，只有努力去解决，才会找到出路。

努力学习不是空头话，是要去实践的。日常学习不仅要把老师布置的作业写完写好，还要自己去买一些练习回来做。只有你努力了，高考的结果才不会让你自己失望。现在努力就刚刚好，不要到了高三再努力，那时也是晚了的，就算你可以追上去，可是付出的代价绝对是现在的几倍，那为何不现在努力去学呢？上课不开小差，下课预习温习，周末把一周学习的内容再看一遍，这样不就可以把学习弄好了。高中时光是美好的，但是要自己去珍惜，因为错过了就没有了。

同学们，只有在高中努力学习，才会有把握，努力的才会有结果了，不努力就什么都没有了。高中光阴不能只是以玩的形式度过，而是正经的学习才是白费光阴。学习有天赋固然是好的，但是不努力的话，天赋也终有一天会消散的，它不是一成不变的，所以努力过，才不会后悔，不努力学习，毕业以后定是会后悔的。努力学习，才不会虚度高中美好的光阴。谢谢大家。

努力训练演讲稿篇二

大家早上好！（微笑面对大家）我是四。（2）班的刘峰同学，今天我演讲的主题是——努力学习，只争朝夕。（速度，稍慢）

年轻是搏击风浪的航船，昂扬潇洒。知识是青春航船的动力，永不衰竭。处在童年中的我们，应该抓紧时间，持之以恒，努力学习，只争朝夕。

为理想而努力，为将来而奋斗，先辈们为我们做出了榜样。

因为努力，安徒生从一个鞋匠的儿子成为童话王子；因为努力，爱迪生才有一千多项伟大的科学发明；先贤古哲才给我们留下悬梁刺股、凿壁偷光、囊萤映雪的千古美谈。“早岁哪知世事艰”，由于我们的生活环境过于舒适，有些同学走向了生活的误区：抛开学习，恣意攀比，沉迷幻想，徘徊不

前。孰不知世界上最快又最慢，最长又最短，最平凡而又最珍贵，最易忽视又最易令人后悔的是时间。古今中外，凡是为人类做出杰出贡献的人，都是从把握今天起步的。只有缺乏意志、毫无志向的人，才认为今天的事情没做完，明天还可以继续；也只有这样的人才会一生庸庸碌碌，一事无成。

同学们，我们在中心小学这个知识王国里，沐浴着时代的阳光雨露，我们没有任何理由抛开学习而恣意攀比，没有任何理由沉迷幻想而徘徊不前。

努力学习，只争朝夕，是我们义不容辞的责任；努力学习，只争朝夕，清晨的港湾，千帆竞发；努力学习，只争朝夕，人生的战舰，乘风破浪；努力学习，只争朝夕，胜利的凯歌，威武雄壮！国旗下的我们，在此刻向国旗宣誓：美好童年，我们只争朝夕！（高昂，有震撼力，手势）

我的演讲完毕、谢谢大家！

努力训练演讲稿篇三

同学们，大家好。

今日我想和大家谈一谈“勤奋”这个话题。

每个人都期望自我聪明，长大后能成才，但聪明人不是你想当就当的，必须经过勤奋的努力。你想出国留学，就得学好外语，怎样学好外语呢就得早上读，晚上背，勤奋学习；你想当名体操健儿，怎样当呢就得坚持体育锻炼，勤奋联系；你想当一名科学家，怎样当呢就得多看百科书记，拓宽视野……总之，无论你想干什么，不勤奋是根本实现不了的。我国古代著名桥梁专家茅以升就是个典型的例子。

还有一次，茅以升看到有一篇文章把圆周率的近似值写到小数点后100位，于是，他一节一节地来记这串长

数：14，15，92，65，35，89，79，32……尽管很难记，但茅以升勤奋努力，最终背了下来。

由此，我想到：人的智商本都一样，只可是有的人更勤奋，所以才能出类拔萃，如果一个人不勤奋的话，再聪明的大脑也会变得迟钝。

同学们，现代社会是一个充满竞争的社会，我们仅有勤奋努力，刻苦学习，让自我更聪明，才能跟上时代的步伐。

我的演讲完了，多谢。

努力训练演讲稿篇四

大家好！

我演讲的题目是《为了中国梦而努力学习、健康成长》。

有人说，一个有梦想的民族才是伟大的民族，一个有梦想的少年，才能成就美好的人生，中国梦演讲稿：为中国梦而努力学习。有梦想才有未来！

我是一个十岁的孩子，我是第九届全国特长生“未来之星”少儿声乐总决赛一等奖的获得者。我喜欢跳舞、画画，我最爱唱歌。她给我带来了快乐，她给我带来了心灵的震撼，她已经成为我生命中不可或缺的一部分。我有一个梦想，这就是，有一天，能让我的歌声传遍世界，为祖国争光。

我深知，实现梦想的道路不会是一帆风顺的。要实现我的梦想，首先要培养良好的学习习惯，做一个“德智体美劳”全面发展的好少年。

要实现我的梦想，要养成一丝不苟，诚恳诚实，脚踏实地的学习作风。要认认真真地学好每一门课程，打牢基础。要以

崇尚学习为荣，天天都有新的进步。在学习之余，要培养广泛的兴趣爱好，增强生活本领。

滋润着新时代的雨露，沐浴着十八大的春风，此时此刻，我相信你们每个人的心中，都有五彩缤纷的梦。我们的国家也有一个伟大的梦想，那就是振兴中华，实现中华民族的伟大复兴！

我们个人的梦想，是国家的梦想的一个小小的组成部分，民族梦想，激励着我们奋发图强，亿万华夏子孙，共圆一个梦！

朋友们，我感到我们生活在一个伟大时代，国家给予我们共同享有人生出彩的机会，和谐的社会，父母和老师的厚爱，成就了我们梦想成真的机会。

今天，面对着鲜艳的国旗，我信心满满地给祖国一个承诺：努力学习，健康成长，为实现中国梦想，贡献出自己的一份力量！

努力训练演讲稿篇五

（今天我演讲的题目是《天道酬勤》）

在不知不觉中，开学已经两周多了，时间溜走了，永远不会复返。时间是最平凡而又最珍贵，最容易被忽视而又最令人后悔的。新的一天开始了，有的同学争分夺秒，早早到教室里大声背诵，朗读；有的同学却在校园中闲逛、游荡。在课堂上有的同学专心致志，认真听课；有的同学却心不在焉，摆弄桌底下的玩物。放学后有的同学，早早回家，写作业，刻苦复习巩固；有的同学却迷失在那总也看不完的电视节目。对于九年级的同学来说，我们面临的学习形势紧张而严峻。中考已经向我们走近，功课日益繁重，是需要俯下身子刻苦学习的时候了。然而，要想在学习上取得好成绩绝非一件容

易的事，古语说：“天道酬勤，勤能补拙。”我们能做的只有勤奋勤奋再勤奋！

中国古代有个叫颜真卿的书法家曾经写过：三更灯火五更鸡，正是男儿读书时。黑发不知勤学早，白首方悔读书迟。颜真卿是这样说的，也是这样做的，正是靠着勤奋，他才成为中国古代一流的大书法家。古今中外无数例子都告诉我们：要想实现追求的目标，必须把握好人生的机缘，踏踏实实从勤奋做起，最终会迎来成功的那一天。学习是没有捷径可循的，古人勤奋刻苦的精神，才是真正的学习诀窍。当然，做到勤奋也不是轻而易举的。在某种意义上说，勤奋是一种苦事，要舍得付出，包括舍弃一些自己的爱好，放弃一点休息的时间，甚至要经受一些失败的痛苦和考验。勤奋虽苦却有它的乐趣，这就像春天的播种者，虽然可能会碰上歉收的秋天，但要相信多一分耕耘，就多一份收获，勤奋的苦涩中孕育着成功的喜悦。

同学们，我们必须牢牢记住，勤能补拙是良训，一分辛苦一分才。牢牢地抓住每一分，每一秒，努力学习。课堂上专心听老师讲课，课下充分利用点滴时间，能背一个单词就背一个单词，能掌握一种解题方法就掌握一种解题方法，能记住一个成语就记住一个成语。让我们用青春的活力，汇着我们的汗水，加上我们不懈的努力，以旺盛的精力迎接我们的人生吧！

努力训练演讲稿篇六

大家好！

同学们，请问大家知道时间就像海绵里的水，只要你挤，总是有的这句话是说的吗？对，鲁迅说的。今天我想讲讲中国现代文学之父、著名的文学家、思想家、革命家鲁迅先生的故事。

鲁迅十三岁时，父亲长期重病，家里越来越穷，他经常到当铺卖掉家里值钱的东西，然后去药店给父亲买药。有一次，父亲病重，鲁迅一大早就去当铺和药店，回来时老师已经开始上课了。老师看到他迟到了，就生气地说：“十几岁的学生，还睡懒觉，上课迟到。下次再迟到就别来了。”鲁迅听了，点点头，没有为自己作任何辩解，低着头默默回到自己的坐位上。

第二天，他早早来到学校，在书桌右上角用刀刻了一个“早”字，心里暗暗地许下诺言：以后一定要早起，不能再迟到了。

后来的日子里，父亲的病更重了，鲁迅更频繁地到当铺去卖东西，然后到药店去买药，家里很多活也落在了鲁迅的肩上。他每天天不亮就早早起床，料理好家里的事情，然后再到当铺和药店，之后又急急忙忙地跑到私塾去上课。虽然家里的负担很重，可是他再也没有迟到过。

1936年8月1日，鲁迅体重只有38.7公斤，肺已烂掉80%，肋膜间严重积水，高烧不止。就在身体这样不好的情况下，他从8月1日至10月19日去逝这段时间里，给青年作者和友人写了93封信，发表了14篇文章，逝世前11天，仍然带病参加全国第二届木刻流动展览会，逝世前一天还在写日记。

亲爱的同学们，让我们携起手来，从今天开始，从现在开始，争分夺秒，勤奋学习，为了祖国的未来，为了美好的明天，为了实现中华民族的伟大复兴而努力奋斗！

谢谢大家！

努力训练演讲稿篇七

惜时间，努力学习》。

世界上最快而又最慢，最长而又最短，最平凡而又最珍贵，最容易被忽视而又最令人后悔的是什么？那就是时间。

时间老人是公平的，慷慨的，每人每天都是24小时。可时间老人却又不公和吝啬的：只给勤奋、刻苦的同学带去智慧，力量和喜悦；却给懒惰、散漫的同学留下遗憾、悔恨和痛苦。亲爱的同学，让我们和时间赛跑，珍惜拥有的分分秒秒，让时间老人放慢他匆匆的脚步！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时光吧！辛勤的耕耘吧！我忠心地预祝同学们在这次期中考试取得令人满意的成绩！我的演讲完毕，谢谢大家！

努力训练演讲稿篇八

为了让同学们能合理地利用好宝贵的时间，我给大家几条建议：

1、以学为先

学习是正事，成绩优异的同学往往真正树立了“以学为先”的意识，而成绩较差的同学则普遍缺乏这种意识。

2、随处学习

无论何时，无论何处，我们都可以学习。随处学习要求的是一种见缝插针的精神和本领。

3、讲究条理

讲究条理就是要把常用的与学习有关的東西都放在伸手可及的位置，将重要的学习用品和资料用一个纸箱或抽屉装好，避免用时东翻西找。讲究条理也要求我们有条不紊地做好课前准备，不至于上课的时候手忙脚乱，影响效率。

4、学会阅读

读书是一种重要的学习活动，是我们自主获取知识的主要方式。学会读书要求我们学会选书，学会精读与泛读结合，学会从书中吸收营养。

5、合理安排

善于合理安排各种学习任务的同学往往学习起来游刃有余，不善于安排的则会手忙脚乱。尽量提前完成学习任务，课前要预习，复习先于作业，作业先于课外阅读。

6、善做笔记

学会记笔记要求我们学会在适合的时机，以适当的速度，记下恰当的内容。

7、书写整洁。

俗话说：“卷面就是你的一张脸”。我们应规范、端正、整洁地写字。

8、及时提问。

好问，你会得到意想不到的收获，它将成为你成功的奠基石。但凡有疑问，都要及时找同学或者老师讨论、请教。在解决问题的过程中获得知识，提升自己。

9、学习互助

在学习中互相帮助不仅仅是一种美德，而且还是很重要的一种学习方法。同学们之间取长补短，互相提升。同学们，你们是想收获串串果实，还是想空留一头白发呢？如果不想让自己的一生一事无成，那就要珍惜时间、努力学习。每个人都会乘坐“今天”这班列车驶向明天，一天一个驿站，一天一

处风景。趁着明天还未到来，我们就应抓住今天，这样等待着你的才会是果实累累的明天！

老师们，同学们，我的演讲到此结束，谢谢大家！

努力训练演讲稿篇九

这些进步的取得，是因为我们六班的师生有一个共同的梦想：创造一个属于六班的奇迹！

为了心中的梦想，我们六班一起努力！

快乐是学习生活之本。心理学上，快乐是一种感觉，是一种心态，我们现在努力学习的目的是为了我们的将来的生活更快乐一些，但往往我们很难平衡这两者的关系，那么，我们就不去调节平衡吗？不，我们还是要不断去调节平衡。为了调节我们的学习生活，我们班共同研究决定：开展一些活动，丰富一下我们的学习生活，让我们去寻找一下快乐的感觉。如，周日下午返校进行活动，进行过小组往返跑比赛、跳大绳练习与比赛、寝室运球往返跑比赛、小组踢毽子比赛、三人组篮球赛、羽毛球比赛等等活动，提高班级的凝聚力；我给班级定了《青年文摘》《读者》两本杂志，从仓库借来杂志书柜，真正完全开放书架，让大家自由阅读，提高自己的品位；班级购买了两幅跳棋，同学们在课余时间，两人或多人进行pk还有学生带来了象棋，我才知道还有不少象棋爱好者，还有同学们用一张纸进行的五子棋游戏，锻炼同学们的思维能力；在进行经典诵读后，我们还进行了课前一支歌活动，让欢乐的歌声在班级荡漾，陶冶同学们的情操……让这些丰富多彩的活动调节我们的学习生活，去体会生活的快乐！

纪律、卫生是快乐学习之基础。大家都知道，纪律是我们的学习环境，卫生是我们的学习、生活环境。良好的、纪律、整洁的教室和校园环境是我们在校学习、生活的基础，只有有了良好的纪律、整洁的环境，我们才能在这里快心、快乐的

学习。我们班的纪律、卫生，是由我们班的全体同学共同努力去做的。纪律委员负责全班的纪律，主要负责学习小组的组长；学习小组的组长主要负责本组各成员的纪律；各学习小组成员主要负责自己的纪律，同时，负责提醒同桌。我们班的卫生，平时的值日采取组长负责制，卫生委员负责监督；大扫除时，全班人人有责任区，人人有事做，全员行动，最后由两位劳动委员分别负责教室和清洁区的检查。就是有了我们全班同学的共同行动和努力，我们有了快乐学习的基础。

学习是快乐之基础。不断地学习是为了我们能持久的快乐，因此，为了我们能持久的快乐，我们六班所有人员一起努力、互相帮助，共同进步。我们班共同研究决定，采取小组合作竞争机制，把班级六十二名同学分为九组，每组6——7名同学，每组选出一个总组长，负责本组的全部事情，而且每位成员都是某个学科的学科组长，负责本组该学科的各项事务。在日常学习中，组内主要是进行小组的合作，当小组成员在学习、生活中遇到的困难时，组内的成员会利用课间或中午饭后的时间积极帮助他，充分发挥组内的每个成员自己的优点和长处，而且在帮助别人的过程中，提高自己，快乐自己。我们在快乐的学习着，同时，我们也在学习着如何继续快乐下去。

当然我们六班的进步，离不开我们班每一位同学努力付出；更离不开语文梁老师、英语老师、物理韩老师、政治魏老师、历史蒋老师、地理王老师、生物范老师、体育李老师、音乐白老师、美术付老师、电脑桂老师，还有两位生活老师的辛勤付出，还有学校领导对六班的关怀，还有所有关心帮助六班的同学和老师们的。谢谢你们！

我们班取得了一点点进步，这点进步仅仅代表我们的过去的努力和收获，等待我们的是更大的挑战，因为我们六班每位成员的心中都有一个梦想，我们要让心中的梦实现。

最后，借此机会，祝同学们在20xx年里，芝麻开花节节高！

祝全校教职员身体健康、合家欢乐、工作顺利！祝龙城双中明天更美好！

谢谢！

努力训练演讲稿篇十

大家好！

又是一个明媚的早晨，感谢大家能用在宝贵的时间里来听我这番演讲。为了不浪费大家的时间，我的废话也不多说。我是xxx□我的演讲题目是：“珍惜时间，努力学习”。

相信当我说出这个题目的时候，大家就已经明白我会说什么样的内容了。没错，珍惜时间，以及努力的学习。这是我们在过去老生常谈的话题。在学校中讲，在家里也讲。在我们成为学生之后，学习和时间，这两样东西，好像就挂上了等号。想必这句话，同学们已经听过了无数次，早已烂熟于心了吧。

但是，在这里我要说的却是，我们其实有太多的同学，根本就没有做到这一点！同样，作为一名学生，我明白大家的学习和生活的安排时间是不一样的，尽管大部分的时间相同，但是我却不能轻易的判别不了解的同学们是否是在努力。但是，同样是学生，我也经历过和许多同学一样不珍惜时间，不知道学习时间宝贵的阶段。可是当自己回国神来，当我认识到自己时间已经消失的时候，自己才感到后悔不已。幸运的是，我现在还非常的年轻，还正处在初中的阶段！我还有机会去弥补过去的损失！但是我需要更多的努力，更加的拼命学习。所以，为了能让和我一样，却没有认识到自己的同学们认识到自己的问题，我才站在这里！

同学们，相信大家都曾有过梦想，有过理想。想成为大人，想要去世界的各地，想要过上自己喜欢的生活……但是，大

家想过没有，我们所想的这些，都有一个共同的特点，那就是我们必须成为一个出色的人！因为我们在梦想中是美好的，但是美好就意味着需要付出努力，需要付出相应的价值。而相信同学们心里其实都知道，我们现在所做的，我们现在所学的，正是在累积自己的价值！

时间是宝贵的，但是不去珍惜的时间，就不过是用来虚度光阴的人生。生命仅此一次，希望同学们都能振作起来，不要将眼前的机会让给别人！

我的演讲结束，谢谢大家！