# 最新优秀演讲稿800字范文

来源：网络 作者：心上人间 更新时间：2025-03-31

*海伦·凯勒有这样一句非常形象而生动的话，当一个人感觉到有高飞的冲动时，他将再也不会满足于在地上爬。正是有了远大的理想，正是有一种信念，她接受了生命的挑战，创造了生命的奇迹。理想和信念像巨大的羽翼，帮助她飞上云天。为大家整理的《最新优秀演讲稿...*

海伦·凯勒有这样一句非常形象而生动的话，当一个人感觉到有高飞的冲动时，他将再也不会满足于在地上爬。正是有了远大的理想，正是有一种信念，她接受了生命的挑战，创造了生命的奇迹。理想和信念像巨大的羽翼，帮助她飞上云天。为大家整理的《最新优秀演讲稿800字范文》，希望对大家有所帮助！

篇一

　　老师们、同学们大家上午好：

　　我今天讲话的内容是：给头脑充电，给自己加油。

　　同学们，又进入期未复习阶段了，有的同学或许正为自己学习成绩不理想而苦恼，或许正为即将到来的期末考试而紧张，怎样才能使自己的头脑南和县闫里学区段村学校闫为敏更聪明呢？据说有一个叫小机灵的小朋友，遇见了一个智慧大师，问：\"大师，怎样使我明天比今天更聪明呢？\"智慧大师说：\"给头脑充电，明天你就会更聪明！\"可是怎样充电呢？

　　大师说：一要多运动。人脑分大脑和小脑两部分，大脑由左右两半球组成。左半球主要管语言、处理数学和逻辑排列；右半球负责音乐。美术和空间的辨认。我们平时使用较多的是大脑的左半球，而大脑的右半球使用较少。因此给头脑充电，就特别要通过多活动左手左脚左边身体和多参加音乐、美术等方面的活动，来锻炼和增强大脑右半球的功能。这样左右半脑经常交替运动，大脑就会得到锻炼和发展。二要增加营养。大脑活动需要消耗一定的能量，我们的大脑正处于生长发育的重要时期，要维持大脑的正常工作，要促进大脑的发育完善，就必须注意身体成长所需要的营养，给大脑提供足够的能量。三要注意休息。脑细胞不像身体的其他体细胞那样能贮存一定的营养。因此，脑细胞持续工作七八小时以后，活动便会减弱下来，会自动休息。休息可以使大脑消除疲劳。恢复机能。散步、做操、调换用脑内容。闭目静养和睡眠是几种不同的休息方式，小学生应保证自己有足够的睡眠时间。四要手脑并用。我国的教育家陶行知先生曾做过这样一首教育诗：\"

　　人生两个宝，双手与大脑。用脑不用手，快要被\*。用手不用脑，饭也吃不饱。手脑都会用，长大不得了。\"这是告诉我们，每个人都应该学会手脑并用。如果你想明天更聪明，一定不要忘记给大脑充电，不要忘记运动、营养、休息。

　　\"世上无难事，只怕有心人。\"相信同学们做到以上几点，学习成绩肯定会大有进步的。

篇二

　　尊敬的各位领导、各位老师：

　　今天我演讲的题目是《榜样的力量》。

　　这是一个榜样辈出的时代。各种各样的榜样，在不知不觉中成为我们心目中的坐标。曾经，我们以学习雷锋为榜样。如今许多榜样，也正在我们身边不断涌现。徐本禹是一个榜样，他用自己的青春书写一卷美丽的教育图画；刘翔是一个榜样，他用一面奔跑的旗帜，将崛起的中国形象深深烙刻在世界的视野。

　　法国作家卢梭说过：“榜样！榜样！没有榜样，你永远不能成功地教给儿童以任何东西。”罗曼·罗兰也说过：“要撒播阳光到别人心中，总得自己心中有阳光。”我想，我们每位教师的师德就如同这里的“榜样”和“阳光”。俗话说，信其师，则信其道；信其道，则循其步。喊破嗓子不如做出样子，所以说教师是旗帜，学生如影随形地追着走；教师是路标，学生毫不迟疑地顺着标记前行。

　　榜样的力量是无穷的。有人曾说：“播撒一种思想收获一种行为，播撒一种行为收获一种习惯，播撒一种习惯收获一种性格，播撒一种性格收获一种命运”。播撒一种榜样，我们能够时时看到奋斗的目标和参照物。榜样是一种向上的力量，是一面镜子，是一面旗帜。

　　没有什么比师德的阳光更有无穷的魅力了，没有什么比师德的榜样更有无比强大的力量了。走上三尺讲台，教书育人；走下三尺讲台，为人师表。教师不仅是社会主义精神文明的建设者和传播者，更是莘莘学子们的道德基因的转接者。

　　当我们看到自己的学生用自己熟悉的口气在说某一个学生时，我们内心的感受会是怎样？教师，是一个神圣的称呼；师德，不是简单的说教，而是一种精神体现，是一种深厚的知识内涵和文化品位的体现；师德，需要培养，需要教育，更需要的是——每位教师的自我修养！教师需要从小事做起，从自我做起，率先垂范，作出表率，以高尚的人格感染人，以整洁的仪表影响人，以和蔼的态度对待人，以丰富的学识引导人，以博大的胸怀爱护人。只有这样，才能保证教书育人的实效，学生才会“亲其师，信其道”，进而“乐其道”。

　　最后我用刘俊萍老师书中的一段话结束今天的演讲：我乐意把整个心灵献给孩子，让学生生活幸福、成长快乐。同时我也在发展着、成长着、快乐着。我愿意用坦诚的爱心培育坦诚的爱心，用智慧启迪智慧，用人格塑造人格，以自己的生命之光与被点燃的火种交相辉映，从而获得生命的意义和辉煌，师生如伴同成长。

篇三

　　海伦·凯勒有这样一句非常形象而生动的话：“当一个人感觉到有高飞的冲动时，他将再也不会满足于在地上爬。”正是有了远大的理想，正是有一种信念，她接受了生命的挑战，创造了生命的奇迹。

　　她，盲聋哑集于一身的弱女子竟然毕业于哈佛大学，并用生命的全部力量奔走呼告，建起了一家家慈善机构，为残疾人造福，被评选为20世纪美国十大英雄偶像。理想和信念像熊熊燃烧的烈火使她走出黑暗，走出死寂，理想和信念像巨大的羽翼，帮助她飞上云天。

　　从某种意义上说，人不是活在物质世界里，而是活在精神世界里，活在理想与信念之中。对于人的生命而言，要存活，只要一碗饭，一杯水就可以了；但是要想活得精彩，就要有精神，就要有远大的理想和坚定的信念。

　　理想信念使贫困的人变成富翁，使黑暗中的人看见光明，使绝境中的人看到希望，使梦想变成现实

　　下面我给大家讲一个故事：

　　浩瀚的沙漠中，一支探险队在艰难地跋涉。头顶骄阳似火，烤得探险队员们口干舌燥，挥汗如雨。最糟糕的是，他们没有水了。水就是他们赖以生存的信念，信念破灭了，一个个像塌了架，丢了魂，不约而同地将目光投向队长。这可怎么办？

　　队长从腰间取出一个水壶，两手举起来，用力晃了晃，惊喜地喊道：“哦，我这里还有一壶水！但穿越沙漠前，谁也不能喝。”

　　沉甸甸的水壶从队员们的手中依次传递，原来那种濒临绝望的脸上又显露出坚定的神色，一定要走出沙漠的信念支撑他们踉跄着，一步一步地向前挪动。看着那水壶，他们抿抿干裂的嘴唇，陡然增添了力量。

　　终于，他们死里逃生，走出茫茫无垠的沙漠，大家喜极而泣之时，久久凝视着那个给了他们信念支撑的水壶。

　　队长小心翼翼地拧开水壶盖，缓缓流出的却是一缕缕沙子。他诚挚地说：“只要心里有坚定的信念，干枯的沙子有时也可以变成清冽的泉水。”

　　黑人领袖马丁·路德金有句名言：“这个世界上，没有人能够使你倒下。如果你自己的信念还站立着的话。”是的，即使在最困难的时候，也不要熄灭心中信念的火把。

　　同学们，不管你现在的成绩怎么样，不管你现在的基础怎么样，只要坚定信念，超越自我，你就有了努力的方向，你就有了奋斗的目标，你就有了生活的动力，你就有了成功的希望！

　　谁要是游戏人生，他就一事无成；谁不能主宰自己，永远是一个奴隶。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！