# 演讲稿精选优秀范文【10篇】

来源：网络 作者：紫陌红尘 更新时间：2024-06-11

*演讲又叫讲演或演说，是指在公众场所，以有声语言为主要手段，以体态语言为辅助手段，针对某个具体问题，鲜明，完整地发表自己的见解和主张。本篇文章是为您整理的演讲稿精选优秀范文【10篇】，供大家阅读与鉴赏！>1.演讲稿精选优秀范文　　老师，同学们...*

演讲又叫讲演或演说，是指在公众场所，以有声语言为主要手段，以体态语言为辅助手段，针对某个具体问题，鲜明，完整地发表自己的见解和主张。本篇文章是为您整理的演讲稿精选优秀范文【10篇】，供大家阅读与鉴赏！

>1.演讲稿精选优秀范文

　　老师，同学们：

　　大家好！

　　地球，这一个蔚蓝色的美丽星球。但是我们乱丢垃圾，使这个美丽的星球挂上了黑纱。

　　全球每年的垃圾都在激增，达到500亿吨了！垃圾被填埋时，化学物质可能会泄露，污染地下水和土地。如果焚烧垃圾，会污染空气。面对过量的垃圾，的方法就是垃圾回收。我们把垃圾中的一些可以回收的东西，比如：瓶子，纸盒，手提袋等。这些东西被回收后，二次利用时你可能会认不出它们了。这样不仅能节省大量资源，还能减少垃圾产生量。

　　我们应该用自己的行动弥补过失。我相信经过我们的努力，地球一定会重新变成蔚蓝色的美丽星球的！

　　谢谢大家。

>2.演讲稿精选优秀范文

　　各位同学：

　　今宵我们再次欢聚一堂。只是，今宵的聚首是为了离别。

　　四年前，我们从祖国的大江南北、四面八方来到了大学的箐箐校园。四年的同窗生活中，我们同心并肩，一起走过了许多风风雨雨的日子。

　　尤记得，大海边，我们中秋聚首赏明月；

　　尤记得，长城上，我们烈日挥汗诉豪情；

　　尤记得，田径场，我们奋力拼搏争荣誉；

　　尤记得，教室里，我们埋头苦读修人生。

　　尤记得，校园里，我们点点滴滴的纯真故事。正是这点点滴滴，情深、意长、味重，我们一生都忘记不了。在十年、二十年、三十年之后，当我们细细地回想这一切时，我们仍会记得那箐箐校园里的良师益友，仍会记得那镏金岁月里的成长故事。

　　要离别了，我想起了古人的十里长亭别友人，那里头是一丝丝的忧愁和悲壮。但我们拥有更多的快乐和更多的豪情，“十年寒窗苦，今朝凌云志”，我们就要怀着成熟的人生理念、丰富的专业技能踏上工作的岗位了。曾经有一首歌中唱到“再过20年，我们来相会”，今天，让我们也来相约20年。20年后，希望我们在座的各位中既有it界的精英、又有军队里的将才、更有企业界的巨子，我深信我们大家都将会在各自的岗位上作出一番骄人的业绩。

　　有语云：无酒，何以逢知己；无酒，何以诉离情；无酒，何以壮行色。让我们举起杯，为了我们这四年的相聚；为了我们的相约20年；为了我们辉煌灿烂的明天，干杯！干杯！

　　我的演讲完毕。

　　谢谢大家！

>3.演讲稿精选优秀范文

　　敬爱的老师、亲爱的同学们：

　　在这日和风暖、春暖花开的早晨，我们最后一次欢聚在国旗台，欢聚在这根屹立的国旗杆下。

　　从一年级到现在，身边的国旗杆已经屹立了六年。在这每一年里，都仿佛是一台录像机，记录着同学们的学习生活，刻印着我们的深深的思念。此时，我眼前又浮现出了同学们认真的读书，快乐的笑容，悠闲的跑步，激动人心的比赛……

　　再见，敬爱的母校，在您的抚育中，我们从幼稚的小孩变成懂事的大哥哥，从幼小变得庞大，从认字到背书。今天，我为您而自豪；明天，您一定会因我们而骄傲。

　　再见，敬爱的老师，是您教会我们做人的道理，为我们开启一条畅通无阻的前途之路。从教我们读拼音，到教我们认字，您付出了多少心血，您肯定抱怨过吧。不过，没关系，幼小的我们就是这么无知。您那一条条的皱纹就是您付出的心血的见证。您的培养，将永远烙在我们的心中。

　　再见，亲爱的同学们，我们在一起六年了。在这六年里，我们从不认识渐渐变得熟悉，直到现在。这六年的时光，难道我们不觉得很珍贵吗？我们好不容易进入了母校，能朝夕相处在一起的确很难的。也许是老天的安排使我们见面、交朋友。记住我们班上的所有人，让这小学的时光成为我们永远珍贵的回忆吧！

　　谢谢。

>4.演讲稿精选优秀范文

　　敬爱的老师，亲爱的同学们，大家晚上好！

　　我演讲的主题就是从睡眠开始的。现在我要跟大家讲述一个关于不良睡眠习惯的恶性循环，这个循环的开始便是上课睡觉。

　　上课睡觉有什么后果呢？后果就是你会养成上课睡觉的习惯。一个动作的反复重复势必会导致一个与此动作相关的习惯的形成；这个习惯会导致什么后果呢？后果就是白天睡眠时间的加长和夜晚睡眠时间的变短，白天，你会很容易进入睡眠状态，夜晚，你的睡眠潜伏期会变长，睡眠浅，容易早醒，这就是所谓的失眠；失眠的后果是什么呢？后果就是在正常的学习工作时间，你会进入一种混乱状态，注意力难以集中，难以运用个人意志，难以学有成效；这种混乱状态的后果又是什么呢？其后果就是意志消沉，难以产生价值感；难以产生价值感的后果又是什么呢？不难回答，其后果就是个人精神世界的空乏，其状态例如，没有自信，缺乏安全感，缺乏从属感，难于被集体认可，障碍，异常心理的诞生等。如此循环往复，我们的青春，我们的生命必定成为一场浪费。

　　以上就是我说的关于睡眠的恶性循环，并不是危言耸听，不规律的睡眠的确有这样神奇的作用。那么，解决的办法是什么呢？就是我们常引以为谈的古老话题，遵守校纪校规。

　　学校纪律的制订是为了我们培养一种优良的习惯，通过这种习惯约束人改造人，使人的价值感化，成为一个身心健全，于他人于社会有益的人。下面我将要问一些问题，请大家认真听题，并且把此类问题与自己的状态加以对比：你觉得自己是一个平和并且内心富足的人吗？你觉得自己面对任何人都可以用充实的语言和行动与他们交往，而没有任何的畏惧吗？你觉得你的心理健康，不抑郁，不悲观，不偏执，不嫉妒吗？最后，你觉得你有一个丰富的，无论在任何条件下都可以让你赖以生存的内心世界吗？最后的最后，我想说，我通篇的演讲并没有太多的提到校纪校规，但是有心人都会看出，这四个字正是这篇演讲的灵魂所在，现在我要给大家一个遵守纪律的良性循环，循环的开始便是遵守纪律，在此基础上，我们才能认真学习认真规划自己的生活生活，才能产生我们一切活动的最终目标，即价值感，只有这样我们才能拥有一个丰富的内心世界，依靠这个丰富内心世界，我们才能待人平和，自感富足，不畏惧，不极端，不狭隘，才能拥有健全人格和心理。改革开放30年来，我们所在的国家取得了让世界惊叹的成就，作为21世纪的大学生，我们更加应该严格要求自己，好，最后，让我再次重复我今天演讲的主题：遵守校纪校规，美丽我们的人生！我相信，你们就是我所说的有心人！

　　演讲完毕，谢谢大家！

>5.演讲稿精选优秀范文

　　尊敬的老师、亲爱的同学们：

　　大家好！

　　书山跋涉，需要用勤奋的步伐，在无边的莽野中，踏出一条通向顶峰的道路。学海泛舟，需要不懈地努力去擎起理想高悬的风帆。是勤奋擎着它五彩的风帆，驾驭着它生命的舵把，告诉它勇敢地走下去。只有在汗水汇聚的江河里，才能将事业之舟驶向理想的彼岸；明艳的明天，是今天汗水，血水的交融！

　　那站在科学顶峰上的伟人，向我们展示的不仅是闪着金光的硕果，更重的是谱写一曲汗水与泪光的交响，把那留在地平线上的背影向世人诉说那烙在手中的茧痕，那布满山峰的足迹，向人间折射的是“人生在勤”的真谛！21世纪年轻而颇具天赋的你们，请不要让追求之舟停泊在宁静的港湾，让我们乘着长风、扬起理想的风帆去穿越海洋！

　　但是，朋友们你们要知道，离开勤奋的母土，天赋的种子便寻不到春荣、夏华、秋实、冬素的前程，你我的明天都将是一粒埋在沃土中干瘪的种子，从我人生的宫殿，都将只是一排在风中摇曳的危墙！此时此刻，你难道还需要徘徨、迟疑吗？动起来！迈出我们勤奋的步伐，踏出那无边的莽野，踏出一条属于我们自己的金光大道！让我们在时间老人的催促下，在勤奋的基石上构建人生宫殿的辉煌！

　　谢谢。

>6.演讲稿精选优秀范文

　　敬爱的老师、亲爱的同学们：

　　大家好！

　　如果我是一棵小树，那么书就是灿烂的阳光，它照耀着我；如果我是一条小鱼，那么书就是清清的溪流，它滋润着我；如果我是一只小鸟，那么书就是碧蓝的天空，它支撑着我！

　　我爱读书。因为书中有丰富的知识，有精彩的故事，有大自然的奥秘，有生活中的趣事，还有做人的道理。

　　打开书本，我就像是在知识的海洋里遨游，它让我更自信，使我更聪明。书是知识的宝库，开阔了我的视野，丰富了我的生活；书，是人类的阶梯，帮助我不断提高，不断进步；书，是快乐的源泉，带给我幸福，带给我满足。

　　一本让人受益的好书，也许就是一次生命的拓展。书，让世界简单的人变得丰富；书，让世界喧嚣的人返璞归真。万般皆下品，惟有读书高。同学们，多读书吧。让书的醇香飘满我们的四周，让读书的快乐伴随我们一生。

　　谢谢。

>7.演讲稿精选优秀范文

　　尊敬的老师，亲爱的同学们：

　　大家好！

　　梦想，是什么？梦想，就是花儿的阳光；梦想，就是种子的春雨；梦想，就是鱼儿的河水；梦想，黑夜的星星；梦想，就是人们心里的一缕光芒……

　　有人说，梦想为什么要叫梦想呢？因为我们做梦都想，很想很想，但是又是那么遥不可及。有人说，我会让梦想在心中开花，现实太残酷，实现梦想是不可能的。

　　但是，让梦想在心中开花，这还不够。我们要让梦想在现实中起舞。梦想，为什么不能说是，只要我们想，只要我们愿意，即使是梦也可以实现呢？

　　梦想，其实并不是那么遥不可及。

　　要实现梦想，其实并不简单，不然就不会叫做“梦想”了。但是如果我们想去实现它，即使最后没有成功，我们的人生也不会留下遗憾。所以，我们应该努力，努力去让梦想在现实中起舞。

　　若我们做到了，让梦想能在现实中翩翩起舞，那场景一定很美吧。

　　谢谢大家！

>8.演讲稿精选优秀范文

　　尊敬的的老师，同学们：

　　大家好！

　　在生活中，有许多值得我们学习的好榜样，他们总是能让我们悟出许多道理，让我激励自己，努力进步。

　　我们班有许多值得学习的同学，其中，我的榜样是xxx。xxx是一位努力上进、活泼开朗、体魄强健的同学，我们班主任称他为一匹黑马。现在，这匹黑马越跑越快，渐渐地追上了班里的尖子生，正式加入到了尖子生的行列当中。这匹黑马坚持不懈，丝毫没有松懈下来，这让我们其他人特别惊讶。

　　记得有一次考试，他考了95分，我考了96分，我俩只差一分，现在我只要稍微松懈一下，就会被他立刻超过，有可能还会被他甩在后面。所以，我下定决心要不停地努力。

　　xxx不仅在考试的成绩上大大提高，而且在日记、作文方面也有非常大的提高，这让一些好学生渐渐开始担心。

　　我的榜样xxx不仅在学习上出色，而且在体育方面也特别厉害。每次开运动会，他总能得第一名，是我们班壮，跑得最快的同学了。我们都为他感到骄傲。

　　xxx可真是我的好榜样，我一定要向他学习，成为班里的好学生。

　　谢谢。

>9.演讲稿精选优秀范文

　　大家好！

　　梦，多么美妙，它是任由人想象的，读了《与梦同行》这本书，我已被书中充满诗情画意的家乡美景吸引住了。

　　舟山，我生长的地方，每天散发出海洋的气息。最吸引我的是舟山那美丽的水。记得以前妈妈不止一次地告诉我：门前的河一年四季总是这么清澈见底，“叮咚叮咚”唱着欢乐的歌，杨柳在河岸上边照镜子边梳理自己那长长的头发，小鱼们小虾们在小河里游来游去，欢快的玩耍着，小朋友们还在小河里捉小鱼小虾，养在瓶儿里玩。

　　从读小学开始，我再也没有看到那条清澈见底的小河，我所能见到的小河，是那样的污浊不堪，垃圾死鱼飘满了水面，河岸两旁的杨柳，垂头丧气地叹着气，小河无声地流淌着，好像在偷偷地哭泣着。站在小河旁，难闻的臭味直往我的鼻子里钻，两旁路过的人们也越来越少。

　　小河为什么会这么脏？原来是人们乱把垃圾丢进小河里，两旁的居民还不经过处理，就把污水排放在了小河里，也有许多工业污水也排放在了小河里，而河中的小鱼小虾，就是因为没有了生存的环境，就死了，浮上了水面。

　　我希望自己就是一名环保小卫士，拯救起xxx河，让xxx河重新唱起欢乐的歌，小鱼小虾在河里自由自在地玩耍着。希望在我们的地球上没有污染，每一个人都能爱护环境，因为地球只有一个，从我做起。

　　谢谢。

>10.演讲稿精选优秀范文

　　尊敬的老师，亲爱的同学们：

　　大家好！

　　环境这个话题，一直是我们校园、社会共同的关注点，因此，对于中学生的我们来说，也应该多加关注这个话题。环境是什么？环境是我们生存的一个依靠，也是我们舒适度的一个依靠。

　　它从小来说，也许只是我们周围的一个小环境，比如我们的个人卫生，家庭卫生，教室卫生。往大了来说，它是我们的社会环境，它是我们的校园环境，也是我们赖以生存的地球环境。一个美好的环境会给予我们美丽的心情，一个干净的环境会让我们更加的专注，所以不管怎样，我认为我们都有必要和责任去保护我们的环境，去爱我们周围的一切，去为我们的地球妈妈减轻负担。

　　我现在给大家打一些小比方，大家就会清楚的看到，我们周围的环境在这些年里的改变。在座的同学有些可能是刚刚进入这个校园对周围的一切还不是很熟悉，但是我相信也有很多同学知道，我们学校后面的那一片建筑物，原本是一片绿油油的田野，一到春天，各种小草发芽，有时候还会长出一些五颜六色的小花来。

　　而现在大家可以看到，它已经被一群建筑物所取代，原本生意盎然的环境被各种混泥土和垃圾堆所取代。这一点我认为是可惜的，但是它确实是必然发展的。我们的社会在进步，我们建筑自然也会增多，但是我认为不对的一点就是，我们不应该由于一些原因而去破坏环境，至少不可以去损坏环境，去制造垃圾。我们人类有自主权，但是我也希望大家在以后的日子里可以尊重其他的生物，这样，自然才不会抱怨我们的无知。

　　环境对于我们来说，有太多的意义，它有时候就像是一个小女孩，在冷冽的北风之中畏畏缩缩，而我们就是一个个高大威猛的勇士，我认为我们需要将它拯救出来，好好的保护它。而我们可以做的就是从身边开始做起，慢慢的往前走，将它慢慢的带向一个更好的远方。

　　一起加油吧！保护环境，让我们彼此变得更好，让我们的环境也变得更好起来吧！

　　我的演讲完毕，感谢大家！

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！