# 最新生活的演讲稿(精选15篇)

来源：网络 作者：落霞与孤鹜齐 更新时间：2024-04-13

*演讲稿具有观点鲜明，内容具有鼓动性的特点。在社会发展不断提速的今天，需要使用演讲稿的事情愈发增多。演讲稿对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写演讲稿呢？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。生活的演讲稿篇一尊敬...*

演讲稿具有观点鲜明，内容具有鼓动性的特点。在社会发展不断提速的今天，需要使用演讲稿的事情愈发增多。演讲稿对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写演讲稿呢？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。

**生活的演讲稿篇一**

尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

大家早上好！

今天我很荣幸代表全体同学在这里发言，面对新的学年，我想我们唯有总结过去，把握现在，才能在未来的学习生活中得到进一步的提升。

新的学期是新的起点，也是新的希望。毛主席年轻时曾立下壮志：“男儿立志出乡关，学不成名誓不还，埋骨何须桑梓地，人生何处不青山。”与主席一样，我们也曾一次次在心中编织着无数美好的梦想，踌躇满志的踏上了求学之路。在那过去的求学路上，我们收获了许多。一次次的跌倒，或许曾有过放弃的失落，为了成功而舍弃的不甘，获得赞扬后的欢欣……曾经的意气风发或许早已过去，如今的我们显得如此的平静。这种平静是“泰山崩于前而色不变，麋鹿兴于左而目不瞬”的淡定从容，是“自信人生两百年，会当水击三千里”的壮志豪情。是等待“大鹏一日同风起，扶摇直上九万里”前的风平浪静。

因为我们那颗执着于理想的心，使我们勇往直前。记得汪国真先生说过：“既然选择了远方，便只顾风雨兼程。”我们既然选择了读书，便只顾高考的胜利。或许前面是浩翰的题海，我们也是“衣带渐宽终不悔”；或许前面是路漫漫其修远兮，那么我们必将上下而求索，或许前面曲折蜿蜒，困难重重，那么我们必将百折不挠，永不言弃。

的确，古往今来，多少仁人志士的成功之路，无不证明了一点—生无所息。我们的一生是一个奋斗不息的历程，所以，面对未来未知的艰辛旅途，我们唯有坚定信念，怀揣梦想，以乐观的心态，不服输的决心去面对，锲而不舍，以最完美的姿态为中学的学习生活画上完美的句点。

对于我们高三的学生来说走到了高三我们脚步铿锵，不再迷茫，我们志在四方，风雨直闯，我们将昂首阔步，笑颜不改，自信依然的去迎接六月的辉煌。因为我们不仅是高三的学生，更是中国的少年。梁启超先生说过：“少年强则国强，少年独立则国独立，少年雄于地球则国雄于地球。”少年前途似海，来日方长。过去的辉煌属于过去，“数风流人物，还看今朝。”当然这不仅仅是对高三学子们的要求，也是对所有学生的鼓励。

老师们，同学们，为了梦想，我们将披星戴月，争分夺秒；为了承诺，我们将义无反顾，勇往直前。当的“大江东去”伴着历史的回音给我们带来雄心，当“兼济天下”伴着千年的沉重给我们带来责任，当“金榜题名”给我们带来目标时，同学们，不要再犹豫！相信十个月之后，我们将迎来人生的一个新的成功！同学们，把快乐的标准降低一些，每天都尽情享受校园生活的充实与快乐吧！这份真正的快乐，将是我们一生的宝贵财富。

**生活的演讲稿篇二**

尊敬的各位领导，各位同仁们：

大家好，今天我演讲的题目是lt；我的导游生活gt；我是来自~~~~~~~的一名导游员，我叫~~~~~~~~。在这个充满激情与挑战的岗位上工作了一年零四个月了。我热爱大自然，热爱生活，热爱我的工作。热爱我的导游生活。

我的生活告诉我：我需要乐观，只有乐观才能使生活呈现出无限生机，只有乐观才能使生活多姿多彩。在每一次面对刁难的客人时，在每一次的挫折时，在每一次的摔倒时，我都要乐观的面对，有句话不是说的很好：不经历风雨，怎能见彩虹。我微笑的面对一次次的挫折，勇敢的在摔倒时站起来。是的，微笑，很简单的肢体语言，让我的工作变得更加可爱起来。这个行业让我成熟了许多，也让我改变了许多。有一本书写到：你不能让这个社会去适应你，你只能选择去适应这个社会。我在努力的去适应，我在努力的追赶。小草并没有被暴雨的侵袭所吓倒；鱼儿并没有因为海水的冲击而流浪；云儿也并没有因狂风的肆虐而消散，因为它们懂得用乐观去面对生活。

我的生活告诉我：我需要坚强。坚强的面对每一次的挫折，坚强的迎接生活中的每一次挑战，在导游的工作中有眼泪，有伤心，有委屈，可是如果生活中没有那些挫折的话不也是很无聊吗。而且这些挫折和打击都我的财富，是经验的财富。一次挫折荒废不了整个人生。我要学会坚强，学会抗争。

我的生活告诉我：我要有激情，导游是一个充满激情的行业，因为这里的人们都是激情奋昂的，都是热情无限的，在每一次的带团过程中，我需要用我的热情来感染我的游客，让他们感到不虚此行，让他们觉得旅游是一件很快乐的事。让他们记住永安旅行社那个永远充满激情的导游。而且激情并不是一时的，也不是一个团队之后，下一个团队就消失的，我热爱我的工作，所以我要永远以无比的激情来迎接我的每次的团队。来感染我每次的游客。

我的生活告诉我：我需要珍惜。珍惜每一次带团的机会，珍惜每一次踏上一个陌生城市的心情。珍惜每一次带团的游客。珍惜每一次带团碰到的新鲜事，因为这些都是我财富的积累。

我的生活告诉我：我需要勤奋。任何人做任何事都离不开勤奋，勤能补拙，勤出成果，勤是通往成功的阶梯。一个优秀的导游不仅要有博学的知识，更要有传播知识的能力。我有很多的景点还不了解，我有很多的知识也不清楚，甚至有时候客人向我提的问题我还回答不出，我需要勤奋的学习，我需要不断的进步古人云：“工欲善其事，必先利其器”，正是因为导游工作包罗万象，我只有不断给自己充电，多掌握一些知识，才能更好的服务于客人。才能更好的做好我的工作。

我的生活告诉我：我需要真诚。人和人之间最可贵的就是真诚。导游这个行业是直接面对游客，向其提供服务的行业，只有真诚的用心去服务，才能与游客打成一片。要想客人之所想，急客人之所急，做在客人开口之前。要认真和真诚的面对去每一个游客。

我的生活告诉我：我需要感动。感动自己第一次带团从张家港一路上欢声笑语的到上海，感动自己能流利生动的讲解景点。感动自己能单独坚强的处理一些棘手的事情，感动下雨天帮我撑伞的游客，感动大家把好吃的拿出来硬塞给我，感动下团时大家拉着手久久不松开，感动现在还一直和我保持联系，经常问候的朋友们。我很感动，我在感动中生活，在感动中成长。

我的导游生活过的很快乐，因为我热爱我的工作。有一位客人曾经对我说过，他说：\"如果你喜欢你的工作的话，那么就算是工作也会很快乐。\"

这就是我的工作，我的生活，我的职业。用青春谱写出的职业，用真诚在感动着每一个跳动着的心！

**生活的演讲稿篇三**

每个人都有自己的生活，每个人的生活都是与众不同、独一无二的。我喜欢我的生活， 因为生活告诉我生活告诉我，他需要乐观，只有乐观才能使生活呈现出无限生机，只有乐观才能使生活多彩。小草并没有被暴雨的侵袭所吓倒；鱼儿并没有因为海水的冲击而流浪；云儿也并没有因狂风的肆虐而消散，因为它们懂得用乐观去面对生活。

生活告诉我，他需要坚强，坚强面对生活的每一次挫折，坚强迎接生活中的每一次挑战。 没有必要因落叶而悲秋，也没有必要因一次挫折而放弃抗争，因为一花凋零荒芜不了整个春天，一次挫折荒废不了整个人生。学会坚强，学会抗争。

生活告诉我，他需要爱，爱你的父母，爱你的老师，爱你的朋友，爱你身边所有的人。与次同时，你也会得到许多的关心，许多的爱护，许多的祝福。让爱走进我们的生活，让爱使我们的生活变的多姿多彩。

生活告诉我，他需要感动，为一件好事而感动，为一本好书而感动，为一个好人而感动。让我们在感动中生活，在感动中成长。

生活告诉我，他需要信任，信任是人与人沟通的桥梁，是解开一切误会的关键。其实天很蓝，阴云总要散；其实海不宽，此岸连彼岸；相知并不难，心与信相连。

生活告诉我，他需要勤奋。任何人做任何事都离不开勤奋，勤能补拙，勤出成果，勤是通往成功的阶梯。成功是勤奋的结果，只要我们勤奋探索，勤奋实践，勤奋创新，做什么事情都一定会成功！敲响的是钟声，走过的是岁月，留下的是故事，迎来的是希望，盼望的是美好，感动的是真诚这就是生活告诉我的钱是什么？权又是什么？为什么那么多人不顾性命的围着他俩转，为什么那么多人宁愿失去亲人、爱人，也不愿松开他俩的魔爪，为什么常常越有钱的人越在乎，越怕失去他俩？钱和权对不能正确认识他们的人来说是致命的毒药！

其实，天下到底有多少事与钱无关，有多少人不看钱。。。但，人，只要生活，就离不开钱。吃穿住行都需要钱。我羡慕陶潜“采菊东篱下，悠然见南山”的生活。可是没钱怎么活？没钱，哪来的房，哪来的田，哪来的粮食。。。生活没那么简单。现在的人，每合作一件事，每交一个朋友，都要看对方有没有钱，对自己有没有利。最可笑的悲哀莫过于婚姻。为什么一个有钱的家庭总是想要与另一个有钱的家庭联姻呢？不知道他们明明很有钱，明明那么多人羡慕了，却还还那么在乎呐。钱权的毒药，一旦上瘾，无可救药。生活，可不可以简单一点，再简单一点？我不是批判金钱和权力的万恶，我想说的是它们是我们生活中不可缺少的。但，我们不能做金钱和权力的奴隶。我们要正确认识它们在我们生活中的位置，那么它们将是救赎大众的解药！是为大众谋福利的朋友！

我就想过一种简单的生活。用我真诚的心去寻找属于我简单的爱情，和我爱的人厮守相依，一起去享受生活的阳光和雨露，一起去创造属于我们的幸福！我不需要很多钱，只要我的工资奖金就行。也不要权，我只要当平民。不用趋炎附势，不用狐假虎威。只做我想做的，过我想过的。但现实就是现实，有些事，应该说大多数事都由不了我做主。我们永远都被夹在门缝里，左右为难。当我理解别人时，做出让步时，谁又来理解我。矛盾中。想简单点，在再简单点……简单到一目了然，简单到只剩幸福。

**生活的演讲稿篇四**

亲爱的老师、同学们：

生命的车轮向前滚动着，路上布满荆棘。车轮经过了一次又一次的挫折后，滚得更稳更成熟了，这便是快乐。挫折是石，敲碎你的想象;挫折是火，燃烧你的心灵;挫折是水，洗涤你的思想。

遇到挫折的时侯，也许会抱怨人生对你的不公。但是，当成功的时侯，你会认为：此时的挫折已是你人生中一道靓丽的风景，人生因为有它而精彩，生命因为有它而快乐。难道挫折真是快乐的源泉吗?是的，我相信!古今中外，多少名人的`故事不胜枚举，他们深刻地诠释了“有一种快乐叫挫折!”美国著名发明家爱迪生，他在发明电灯时，失败了上千次，但他没有向挫折低头，仍然坚持到底。功夫不负有心人，他终于完成了自己的发明。成功那刻，他的内心充满了喜悦，因为他的发明已经载入了人类的科技史册，这便是挫折中的快乐。司马迁已经功成名就，但挫折还是没有忘记它，在他为李陵辩护遭受宫刑之后，仍然发愤著书，编写出被鲁迅评为“史家之绝唱，无韵之‘离骚’”的《史记》。这便是挫折中的快乐。贝多芬虽然在二十八岁时听力减弱，在五十岁时双耳失聪，但他并没有向挫折低头，终于创作了大量举世闻名的音乐作品。这便是挫折中的快乐。

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”经过暴风雨的洗礼，才会雨后这般阳光明媚;经过黎明前的黑暗，才会有美丽的晨曦。挫折好比是晚上明亮的星星，它将预示着明天将会是晴朗的一天。挫折好比成长中的劲敌，战胜它，人生才会绚丽灿烂!

一个人的生命中如果没有挫折，他的生命就像一杯平淡无奇的白开水，寡淡无味。在这个大千世界里，没有挫折，便没有成功，更不会品尝到成功的喜悦与快乐。在这个大千世界里，挫折也是快乐的，有一种快乐叫挫折。我们应该懂得珍惜生命的挫折，领略挫折带给我们的成功，感受挫折带给我们的无限快乐吧!

**生活的演讲稿篇五**

老师们，同学们：

微笑是生活的点缀。微笑的人一般身心健康。一个人的微笑就像一朵盛开的花，让每个人都感到幸福。

微笑的林芝引导着我们的自信和包容。它会让每一个小心眼的人羞愧，它会让每一个自卑的人重拾希望。

有一次，一个工程师因为杀人被关进监狱。他一整天都没有笑。有一天，典狱长的女儿来到他的劳改营，给了他一个甜甜的微笑。他死了一段时间，突然想起来好久没笑了。他整天生活在灰色中，充满悲伤和阴影。他内心的恐惧和仇恨像孙悟空的魔咒一样一直伴随着他们。他想，别人给我一个微笑，让我笑。就这样，他每天看到一个人，不管是谁，都会笑。那一年，他真的很开心，因为他知道自己不仅学会了微笑，也学会了宽容。

还有一次，代表县里参加

讲话

，对我来说特别重要。彩排前几天排练的还挺好的，但是到了台上双腿发颤什么都不记得了。底下的评委看到我的尴尬，给了我甜甜的一笑，做了个“v”的手势。我开心的笑了，以后每次演讲都不会害怕了。

我赞美微笑，并用它祝福。因为他把黑夜从黑暗中解放出来，因为她是早晨太阳的光环，因为她是上帝的宠儿，可爱的芭比娃娃，她给我们带来了和平与幸福。

我们真诚地喜欢微笑。

**生活的演讲稿篇六**

星期六，老师带咱们一起观看了《隐形的翅膀》这部电影。看完后，我完全被主人公志华所取得的一系列“不可思议”的成功以及这成功背后所付出的努力震撼了。

主人公志华在一次意外事故中失去了双臂。一开始，志华想过轻生，但她挺过来了。她学会了用脚吃饭、刷牙、写字……为了完成这些常人觉得很平常的事，志华却付出了常人难以想象的努力，忍受了常人难以忍受的痛苦。为了做好这些事，她一有空，就会来到田野上练习柔韧性。终于，她的`努力得到了回报：她在全国残疾人游泳锦标赛中夺魁，在回家庆祝的同时，教练又给她带来了大学录取通知书，志华高兴得又蹦又跳。

观看这场电影时，咱们的心情也随着剧情的起伏而激荡。起初，同学们还嘻嘻哈哈的，后来，慢慢地都被志华的精神所感动，都全身心地融入到角色当中。每当志华用脚做事情时，同学们都会情不自禁地鼓起掌来。在影片的最后，当志华第一个到达终点，站在最高领奖台时，全场掌声雷动，有的同学甚至还振臂高呼：“志华，好样的！”

志华，我为你骄傲！你不愧为东方的“海伦·凯勒”。

**生活的演讲稿篇七**

九月调花之际，拥有着一颗炽热和追求梦想的心来到了我的大学，永远的热带天堂，也是让我展翅翱翔的梦想天堂。它灵动的美冲击着我的心田。从这一刻我开始在内心欢呼：“我成功了，我终于可以像别人那样行走在大学的天堂里，用我智慧的头脑和勤劳的双手去绘制我的蓝图，去为我人生的另一段征程涂上我想要的色彩。”

岁月如梭，回首间，脑海中那清晰的一幕幕如同昨日，却以相隔一年之久。时光永远是一个长不大的孩子，总是喜欢与我们捉迷藏，在我们看不见的时候，悄悄地从我们眼前溜走。

如今，站在这里，我早已知道我的大学生活已经拉开了帷幕。猛然间停住飞奔的脚步，在一片宁静中回首。我带着青春的热情而来，犹如你们一样，我带着青春的叛逆而来，冲破高三的桎梏，开始了我新的征程。

大学，梦萌芽的地方。大学，要去用热情营造的地方。大学，更是一个需要去探索的地方。

有时我们会有一种莫名的困惑，那就是寂寞，大学是天堂，可是在天堂的角落里却隐藏着一种可怕的东西，那就是寂寞。

寂寞是柔软的，寂寞像温水，像清风，你感觉不到它。但是在这个大学的天堂里，它的确存在。寂寞也许微不足道，然而寂寞本身却是敏感的，它像一个不知疲倦的行者，辛劳地寻找着自己的寄居地。它像一汪清泉似的，不经意地清润着你的身体，当你内心发出一声叹息的时候，你这才意识到寂寞已经无可挽回地侵占了你的精神世界。

寂寞的柔软又如毒药，如果你一味地顺从它，沿着它划定的曲线走，你就会掉进它设置的陷阱，在那里，寂寞独特的压抑组织成一张密不透风的网,你无法冲破它，你会被寂寞杀死。寂寞一旦抓住了谁，谁就会慢慢改变自己，直到面目全非。

但是寂寞并不会属于某一个人，至少寂寞不会属于我，至少它不应该属于你们在座的各位。

寂寞只会属于那些对于未来没有理想，没有目标的人，而绝不会属于那些对未来充满期望的我们。寂寞只会属于那些徘徊于忧郁之中的人，而绝不会属于那些朝着梦想飞奔的我们。寂寞只会属于那些平庸的人，而绝不会属于那些不平凡的我们。

如今，当你每天晚上躺在床上和你的室友谈天说地的时候，你会寂寞吗?当你每天坐在温暖的教室里和你的同学一起为你们的梦想奋斗的时候，你会寂寞吗?此时此刻，我想外面依然会很冷，但是坐在这里的你，坐在这个社联大家庭里面的你，你会觉得你寂寞吗?至少我不会。

游子会寂寞，因为他在独自地寻找着归家的路。

忧郁症患者会寂寞，因为寂寞使他忧郁。

沉迷于网络里的人会寂寞，因为他正在用这种不恰当的方式摆脱寂寞。

可是，可是我们不同，我们不会寂寞，因为我们生活在一个有着青山绿水，蓝天白云的大学天堂。我们不会寂寞，因为我们有着美丽的梦想要去追寻。我们不会寂寞，因为我们看到了我们的梦想在蓝天上起舞。有梦的地方，就会有坚强和快乐的我们的存在。

青春的我们是把刚刚踌好的剑，锋利无比。不会被寂寞慢慢的氧化，失去光泽。青春是学习的季节，是奋斗的岁月。青春的梦，不会被寂寞阻止我们前进的步伐。寂寞不属于我们，寂寞不属于有准备的人。寂寞不属于大学天堂里的每一个人，让寂寞那个词在大学的词典里从此抹去吧。

青春是风，人生有梦，美丽的梦想不会让我寂寞。

我用我满腔热情去营造，丰富多彩的大学生活不会让我寂寞。

我一生向往的地方，我的大学不会让我寂寞。

可爱的社联更不会让我寂寞。

朋友们：放心去飞，勇敢地去追吧!有梦的地方，总会有我们的存在，我们的大学，我们绿色的梦想也将会随我们而动。

虽然我们来自不同的地方，有着不同的梦想。但我们拥有着一个共同的家，大学。在这里我们不会感到寂寞，在这里我们信守同样的奋斗精神，写下同样的承诺，拥有着同样的壮美青春。

至此：我今天的演讲将到此为止。

**生活的演讲稿篇八**

尊敬的老师，亲爱的.同学们：

大家好!

你们知道我的烦恼是什么吗?让我来告诉你们：我的烦恼是爸爸妈妈很忙，他们已经好久没带我出去玩了!

放寒假了，我问妈妈：“可以带我出去玩吗?”“我没空，要玩叫你爸带你去!”妈妈头也不回地说。

于是我只好去问爸爸：“爸爸，你陪我去欢乐谷好吗?或者大悦城也行!求求你了!”“自己去小区花园跑跑步，跳跳绳，这就是玩了，我还有很多事情要处理呢!”“爸爸，这些我刚才已经做过了!”“那你就自己玩，反正我没空!”说完，爸爸便离开了。

我独自一人伤心地站在客厅里，爸爸妈妈的话一直在我耳旁回响，他们不明白我渴望玩耍的心情，也不知道玩耍对我来说是多么的重要!更不知道我很需要他们陪在我身边，不知道!不知道!他们什么都不知道，我小声地哭了!

我明白爸爸妈妈的工作很忙。要是他们的工作少

**生活的演讲稿篇九**

大家早上好!

我是xx班的，我发言的题目是“拥抱微笑”。

微笑，你曾给予过谁?谁又曾赠予过你?微笑是一股暖流，缓缓地流向人们的心田;微笑是一种力量，推动着我们前行。

生活中竞争无处不在，真正的竞争不是一场厮杀，残酷只是表象，你是否吝惜给对手一个祝福的微笑?人生时刻都在pk，你不pk，就可能被pk掉。有时被pk败了，也不要忘了给自己一个不怕失败的微笑。

命运只留给霍金几根能活动的手指，而他总是微笑着面对自己身体的残缺，心灵洒满阳光。在这种极端身体状况下，霍金和罗杰彭罗斯合作，共同证明了奇性定理，并独立提出了“霍金辐射”理论。他虽无法用健全的步履行走，但乘坐着“思考机器”，一次又一次越过了想象的边界，在统一广义相对论和量子力学方面迈出了重要的一步;他虽无法用正常的声音表达，但在电脑的\'帮助下，一次又一次地成功演讲，提出自己对世界的看法。霍金从未放弃过生命的微笑!我们要学会微笑着面对挫败和磨难，努力创造奇迹!

生命中如果缺少了微笑，那将多么黯淡!微笑与生俱来，没有人会对微笑免疫。当你用微笑拥抱他人，拥抱生活，拥抱这个世界时，幸福和快乐也会紧紧拥抱你!

俗话说“笑一笑，十年少。”微笑着面对一切，保持乐观的心态，那么即便岁月无情地流逝了，你的心灵也会永葆青春的笑容!

以微笑开启每一天，让你微笑永驻心灵!让我们尽情拥抱微笑吧!

此致

敬礼

**生活的演讲稿篇十**

我们这个时代的孩子是美好的，我们很美好!有的美好元素太多了，就不懂得珍惜了!

看完上面的两段话，就让我举一两个例子说说我的美好生活吧：在学校的美好生活中有老师的关爱，有同学之间的和睦。打架就像一家人一样，在一起开心的学习，开心的玩，我们大家互相帮助，互相促进，这都是我们自己力所能及的事，也是大家庭所能做的事请不是吗?在校园里还能认识很多好朋友，学校的美好生活就是这样的.了。

除了学校的美好生活，还有家里的美好生活。我妈妈是以爱我、疼我的妈妈，妈妈也很幸苦，又要做家务活，又要照顾我，多么幸苦呀!而我的爸爸哪?他虽然很少回家，一个月才回来那么一次，但他心里一直都很关心我，爱我，天天我也想爸爸，多么希望爸爸能多抽空来陪陪我呀!我的这个大家庭，很温馨，这个家虽然很小，但在我心目中，他一直很漂亮。因为这的小家庭里有我们这一家三口，所以这家变得充实，美丽。

无论是在生活中还是学校生活中，无论是苦，是累，是难过，是快乐、是兴奋，这都是我们的美好生活呀!再苦里包含着我们的泪水和汗水和我们的泪水。在累里包好着我么的努力了一天的成果。在快乐里也是我们幸苦一天的成果。在这些里面无论是成功是失败，多事我们的美好生活。在成功时我们一起分享是快乐的，失败时我们一起分享是苦涩的，但苦涩里也包含着快乐。这才是我们美好生活的开始，因为我们已不再是小孩子，是一个成熟的大孩子。现在我们懂得什么是叫快乐了，什么叫伤心，什么叫关心，什么叫帮助，什么叫学习。所以我们一定要将恩熙现在的生活!

**生活的演讲稿篇十一**

老师们，同学们：

大家早上好！今天，我国旗下讲话的题目是《关爱自我感恩生活》。

今天是5月25日，\"5\"\"25\"是\"我爱我\"的谐音，所以今天被定为全国心理健康日。其核心内容是：关爱自我，了解自我，接纳自己，关注自己的心理健康和心灵成长，提高自身心理素质，进而做到关爱他人，关爱社会。

同学们，你们爱自己吗？人一生最大的宝藏是自己，最大的事业是如何经营自己，经营生活。生活可以轻松，生命却要认真。

所以，我们首先要自爱，爱自己是爱一切的开始。爱自己才能爱别人，爱集体，爱生活。作为未来社会的栋梁，我们肩负着历史的重任，然而生命的困惑、成长的烦恼、失败的痛苦却时不时地困扰着我们。关注自身心理健康，增强心理健康意识，提高心理调适能力，是我们走向成熟、承担社会责任的前提和基础。因此，我们向全校同学倡导这样一种生活理念：关爱自己，关心他人，感恩生活。让我们用自己年轻的心去感受生命的活力，感受心灵的宁静，去体会人际交往的和谐，去享受身心健康的快乐，享受美好的生活！

当你烦恼、迷惘时，请你敞开心扉，让朋友分担你的忧愁；

当你的同学愁眉不展时，请你伸出友谊之手，为同学排忧解难；

当你因为某些事情难以释怀时，当你人生道路上出现令人心痛的事件时，也请你不要犹豫，不必顾虑，勇敢地与老师交流，相信老师一定会用真诚迎接你，用爱心抚慰你，帮你拨去心头的乌云，为你指明方向！

让我们相约5。25，爱自己，爱大家，让阳光伴随心灵起航。

**生活的演讲稿篇十二**

老师们，同学们：

这几年来，人们非常注重对装饰房屋的环保。装潢时，都买环保漆，买的全是纯木质家具（总之是环保家具）。买节能环保的电器，比如说：环保空调、环保电视、电脑、太阳能热水器等等，数不胜数，小朋友们，你们一定看过奥运会场馆：鸟巢、水立方，这些场馆都是用无污染的材料造出来的。还有上海的世博园区，几乎都是用高科技高环保的材料造出来的，有的还可以进化空气呢！此外，园区内多使用无污染的能源，照明用电基本上全来自太阳能，大大降低c的排放。

以前的工厂可是污染大王，动不动就往湛蓝的天空中喷出二氧化碳，往小河里排放工业污水，导致这里的天空变黑，小河里的鱼肚皮朝天。现在的工厂可大大改进了：高高的烟囱没了，换成了人工发电，污水管道没了，换成污水池，净化污水池，使污水变成清水，可以二次使用。另外前几天，可口可乐公司还推出一种新的环保盒装包装产品，逐渐改进了以前的塑料产品包装。

现在的学校更加环保。使用的是风能和太阳能发电，学校食堂的烟囱排放的黑烟少了，这样会使学生在“低碳”中。那些大空调已经停转很久了，学生们的实验都是用环保瓶进行实验的，少“我”的校园，树更绿了，天更蓝了，孩子们更开心了。

同学们，如果你们是“低碳”生活中的c，你们会想到什么关于“低碳”生活的材料呢？

同学们，让我们一起倡导“低碳”生活，好吗？

**生活的演讲稿篇十三**

也许你的生活并不富裕；也许你没有一份体面的工作；也许你正在困境中；也许你被情所弃；也许你现在下岗了。不论什么原因，请你在出门的时候，一定要把自己打份得清清爽爽，漂漂亮亮，昂起头，挺起胸，面带微笑，从容自若地面对生活。

你知道吗？你是撑起自己的唯一，只有你自己真正精彩起来了，那才是真正的精彩和强大，如果你无法将自己撑起，那么别人是永远撑不起你的，那怕是你的爱人，要知道再伟大的爱情也不可能强于自己的内心世界，爱不是生活的唯一，固然爱能使你阳光明媚，使你幸福无比，但爱毕竟难以把握，更难永恒。

只要你自己真正撑起来了，别人无论如何是压不垮你的，内心的强大那才是真正的强大。请对生活多一份执爱，多一份憧憬，不要把幸福系在别人身上，眼望别人的生活。

怎样才能撑起心中的一片蓝天呢？首先对生活多一份热爱，多一份憧憬。不断地给自己充电，去书中畅游；没事的时候不要去议论别人的长短，用耳静静地聆听那些动人的曲子；欣赏那些优美的图画；培养你的高尚情操。除此之外还有注重你的服饰。

你知道吗？你的穿着代表你的品味，服饰不一定要名牌，只要你穿着得体，穿出自己的风格，只要你的着装展示出了你的味道，那就是一种雅。

当你鹤立鸡群的时候，你也许会受到同类的指指点点，但你不要在意，其实她/他心里正想模仿你呢，至于别人们更不会对你的出众品头论足的，没有人不喜欢潇洒自信的人的。

即使你处在落魄的时候，更要注重服饰的整洁，仪表的端庄，那是美的象征，是对生活充满信心，相信困难只是暂时的，即使你处在生活最低谷的时候，也不要因身处困境，就一副邋塌、萎缩的样子。

越是处在逆境的时候，越要把背梁骨挺得直直的，脸上始终持着明亮的笑容，身上穿上合体的衣服，在人生的跳舞台上展示自我顽强的魅力。

人生虽有那么多无奈，请还是从容优雅地对待生活吧！

**生活的演讲稿篇十四**

尊敬的各位领导、敬爱的老师、亲爱的同学们：

大家上午好！

今天我在国旗下演讲的题目是《绿色，让校园生活更美好》，

绿色是大自然赠与我们人类的宝贵财富，绿色是人类文明的摇篮。人人都渴望拥有一个美好的家园，人人都希望生活在人与自然和谐的文明环境里。校园环境建设是我们必须直面的问题。

我们经常会看到许多同学在校园里的`各个角落捡拾果皮纸屑，用自己的双手去保护校园环境的优美。但是，仍然有人乱丢纸屑、食品包装袋等废弃物；仍然有人在草坪上肆意践踏。学校的绿化带中，不时发现有深深的脚印，有的地方甚至走成了小道。

创建绿色校园，不仅是优美的硬件环境，更应该提高我们的自身修养和素质，这也是我们的责任和义务，作为一名高中生，人人都应该成为护绿天使，用绿色的实际行动去创建绿色校园。

我倡议：保护校园环境，创建绿色校园要做到：1、立即行动起来，都来关心和爱护绿化，积极参与校园绿化建设和管理。

2、爱护花草树木设施，对破坏绿化设施的行为要敢于制止并举报。

3、要养成良好的卫生习惯，不随意乱扔瓜皮果壳、烟头、不随地吐痰。

4、不使用污染环境的产品，特别时不要使用一次性碗筷。

5、树立和倡导绿色文明意识，积极参加校园爱绿护绿行动。

6、勤俭节约，珍惜校园内的各种资源。

7、师生和谐、同学友好；语言文明、行为规范。

“勿以善小而不为，勿以恶小而为之”，同学们，我们是21世纪的主人，应当切实的树立起时代责任感，心系全球，着眼身边，立足校园。为了美化我们的校园环境，共建绿色校园，让我们行动起来，将绿色化作我们生活的主旋律，用爱心去关注环境变化，用热情去传播环保观念，用行动肩负起保护环境的重任！

我的演讲到此结束，谢谢大家。

**生活的演讲稿篇十五**

亲爱的同学们：

夏末的阳光不似正夏般轻狂，绚烂的光线中平白的多出了一抹几不可察的温柔。湖边的芦苇丛随着微风飘荡，舒适自在，一如那时的我们！

那时的我们，少年不知愁滋味；那时的我们，整日哼着青春的乐曲；那时的我们，年少却意气风发；那时的我们都是一朵含苞待放的栀子花；那时的我们。如今都成了各自成长史中的一篇乐章。

当初娇嫩明艳的花骨朵，如今都在为自己以后的精彩做着各自的打算——步入初中末期的我们，各自都为自己而努力着，奋斗着。无关学习，只关梦想。

今日的校园里已不见了当初那些活泼生动的熟面孔，昔日曾放出豪言要如何如何的我们，如今都躲在哪个几十平米的教室里埋头苦学。

整个世界都在变化，我们也终究会长大。

是的，都变了，都长大了。当初所谓的坏孩子们，如今都已露出了崭新的头角，他们成功地让我们看到了他们由内及外的变化，而这种变化又不失为一种成长！

为什么？为了殷殷期切的父母！为了寄予重望的老师！更为了我们当初心中坚定的梦想！

我们要用自己的行动去告诉他们，我们没有辜负他们，更没有辜负我们的梦想，我们的青春，是无悔的！我们要逆风飞向更高的天空！

谢谢大家。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn