

最新国防教育训练心得体会(汇总5篇)

演讲稿首先必须开头要开门见山，既要一下子抓住听众又要提出你的观点，中间要用各种方法和所准备的材料说明、支持你的论点，感染听众，然后在结尾加强说明论点或得出结论，结束演讲。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看看吧。

大学演讲稿篇一

那夜，买醉南街，对天长啸：我们是做得更好的。那天，我们的希望随着秋天的树叶一起坠落，飘飘荡荡，落在厚实的土地上，一阵风卷来，散失风中，再也找不回来。

人生难免遗憾，就像一直没看过周星驰的《功夫》，倒是经常听别人提起。忙的时候总是不经意的想起，一闲下来又毫不犹豫的忘了。

那夜，心中感慨万千。匆匆拿起笔，构思好的词句却不翼而飞，只留下了只言片语，很是忧伤。那天，有人在我住的楼下喊楼上的人“听说5566出新专辑了，一起去看看……”我才想起好象小k说谢霆锋的新专辑镇宁有卖了，还有beyond的最后一场演唱会的vcd我也没买。哦，原来beyond解散了。要是家驹还在多好，一个难得的音乐天才，却还没有实现心中的摇滚梦就匆匆离开了。留给我们的只有无奈的叹息，留给beyond的是永远也不能一起完成的残缺的梦。

那夜，无心睡眠，从床上爬起来，坐到窗边。2点半，在这个不会太冷也不会太热的小镇上，没多少人过夜生活。街上偶尔经过的人，有的行色匆忙，有的漫无目的的游荡。也许，他们都各有着各的伤各有各的痛，也各有各的快乐。他们走在同一条路上，却有着各自不同的终点站。就像坐在被编号

为高三（5）班的教室里的我们。高三（5）班是一个交点，我们就是空间里64条形态各异的线□520xx年修来缘让我们相聚相交。匆匆的被编号为1——64，匆匆的相识，匆匆的彼此微笑，匆匆的谈一些无关痛痒的真心话。然后匆匆的道别，匆匆的分开各奔东西，向未知的空间延伸。就像我们在人生的无数各路口遇见无数各熟悉的或陌生的人，相视一笑就又各奔前程。那天，我做了个梦，梦里的每个人都没有伤痛快快乐乐的活着。

那夜，小k对我说我们再也回不去了我们就要18岁了。夜色中他深深的吸了口烟，轻轻的吐出来。弥漫的烟雾中他熟练的用食指一弹，断落半截烟灰，在夜风中舞动，随着风渐渐飘散，消失在茫茫的夜色中，他说你看这就是我们的青春，然后我有一种很想流泪的冲动。那天我们都还不知道什么叫做花季雨季就已经没有了青春。

那夜，一切还不知从何开始就已匆匆结束，就像还没来得及看花开果实就已经成熟。“有的人习惯等待，一直等到爱的人不在，爱自己的人离开。”那天在校刊上看到她用网名写的文章，我就毫不犹豫义无反顾的还有点不知羞耻的坚信那是写给我看的。于是我也写几篇自命不凡的文字投到校刊，意料之中的没有登出来。其实我也知道我写的东西的确是很垃圾的，如果玷污文字犯法的话我可能已经被枪毙几十次了。可是我只是想让她知道我看到了她的文章，写得很好，还有就是没她在身边的日子我很不习惯。那天在校园里遇见她，我们都很不自然的笑着，她低着头说：过得还好吗？我说还好。她说：你还是没变，我说变了只是你没发觉罢了。

一切似乎还未结束，却已不知从何说起。坐在教室里，不经意的看到了大黑板旁的小黑板上写着“距高考还有248天”。248三个字还得意写得很大，大的让我莫名的恐慌，像是有点喘不过气。看着周围忙碌的同学，他们深沉压抑的脸似乎都挂着希望。一切仍在悄无声息的进行。这个教室仿佛一个无声的工厂，生产希望，然后我们就用我们的青春作为

筹码来交换。我们就像一件件的产品，通过考试的检测后贴上合格或不合格的标签。可我却被贴上了一个大大的问号，问号下面是一段文字说明：未知品，成分不明，待定。我大脑里也就满是问号的不知道是该继续发扬光大还是积极的改造，就像鲁迅笔下的阿q一样一脸茫然，每天都诚惶诚恐的彷徨等待，却不知道是在等待着什么。

也许明天太阳依然会升起，有些人却已悄然不在。

那夜，天空中沒有星光闪烁，我们却感觉到了彼此的微笑；那天，心中沒有太阳，深藏的泪水却折射出了光芒。

也许，一切已灰飞烟灭，剩下飘渺的烟雾，熏红了双眼，也随风散去——

大学演讲稿篇二

中国古人有一句话，叫既来之，则安之。这句话，本来很好，既然来了，那就安心的好好读书吧？可是在大学里，我对这句话却不敢苟同。

为什么？大学是同学们进入社会前的一道门，至于在大学这四年中你能不能推开这扇门，真正的走向社会，那就要看大家在大学里都干些什么了。听很多的学长或者以前上大学的前辈经常说，大学里其实就是上网，吃饭，睡觉，谈恋爱，上课这么几件事情而已，而有些同学就直接把上课这一项给取缔了。干脆就不上课了。

其实，我感觉，上大学，不只是学知识那么简单，而是学做人，学做事的一个阶段，无论是小学，初中，或者高中，我们都面临着升学的压力，我们所要面对的只有学习，到了大学，其实我们的知识都已经学的差不多了，剩下的我们要学一门技术，掌握一门才艺或者多门才艺，学习人际交往，学会做人处事。

中国教育注重的是培养通才，其实这种人很少数，大部分人都只在一方面感兴趣，对另外一方面不感兴趣，我进大学的偶然性就在于，我不是一个通才，却还可以上大学，实属于瞎猫碰上死耗子，那就一个字——该。

怎么样？在座的各位，你考虑好怎么样去度过你的大学生活了吗？

我参赛的主题是“我的大学”，可是我似乎是在讲所有人的大学，不知道在座的各位是否有同感，有那么多的前车之鉴，我想我的大学道路虽然坎坷，但注定会通向更加光明的大道。

大学演讲稿篇三

“人生就像饺子，岁月是皮，经历是馅，酸甜苦辣皆为滋味，毅力和信心正是饺子皮上的褶皱，人生中难免被狠狠挤一下，被开水煮一下，被人咬一下，倘若没有经历，硬装成熟，总会有露馅的时候。”这一段话，不是我的原创，是央视名嘴崔永元评论人生的一段话。以我现在的经历还不配和大家谈人生，我就和大家谈谈大学生活。

对于今天让我站在这里给大家讲如何度过的大学生活，其实有点赶鸭子上架。因为在这三年的学习生活中，我的经历并不算丰富，除了我认为满满的三年的生活感悟和学习心得外，也别无其他。

毕竟我们每一个人对大学，对生活有着不同的理解，不同的理解就决定了我们采取不同的态度去对待他。其实回过头来再想一想，如果上天给我一个再来一次的机会，我想，我的这三年生活应该也还是这样的，对我来说，在一个我们暂时无法改变的环境里，我想我能做的就是尽量去做好每一件值得去做的事。

现在我结合个人经历，大体聊聊我的大学生活，希望作为一

个个例，能给大家带来一点思考和启发。

我的大一和很多人一样，就是天天背着书包去上课，晚上去自习，周六周日有时候也就是跑到教室里去自习。因为除了自习，当时根本就不知道还有什么其他事可以做。

后来也经常去图书馆，不过主要是去电子阅览室，就是去上网。在还没走进大学时，我总是想在进了大学后一定要好好的利用图书馆的资源，至少看上几万册书，看来这只能是幻想了，不过直到现在我还在努力实现这一目标。

尽管每天都有事可做，内心也有迷茫的时候，因为毕竟是大学，我也觉得大学生活应该是五彩缤纷的，丰富多彩的，不应该只是为了学习，为了考个好成绩而就这么度过。然而这终究是我的想法，行动上我做得并不多，遗憾说不上，但是确实有点可惜。也许这就叫失之东隅，收之桑榆吧！

直到开学的某一天，当我还自称大一时，同学提醒我，你老已经大二了，我这才醒悟。

我的大二基本上在延续大一的生活模式。不同之处在于我的目标更清晰些了，知己有所求，所以更加努力的提高自己、充实自己。当你有一天，你觉得自己什么都不知道，什么都不会时，这确实是件很可怕的事情。在努力学习之余，我也尽可能地丰富自己的业余生活：练习练习书法，钻研下围棋……这其中的乐趣只有当诸位沉在其中才能有所体会。

大三是集中学习专业知识的一年。对于我来说，就是一如既往的学习，对于其他同学，就要取舍了：有的同学要从协会中退出，有的要从学生会中退出……对于取舍，我的理解就是有舍才有得，只要你认为值得，就去做吧。这一你年的学习，我没有丝毫放松，每一门专业课我都认真的学习，做了详尽的笔记。我想，最后能保研成功，和我的这一选择以及这一年的努力是分不开的。

以上就是我大学三年的基本经历。也许大家会觉得没有什么，确实如此，我也是这样认为，毕竟这仅仅是我的生活而已。我想这样的生活值得大家借鉴的地方不多。下面我谈一下我的某些心得，仅供参考。如果大家觉得还是那么回事，可以略微听下；如果我的观点与大家的背道而驰，大家完全可以把我的演讲当做打广告吧！

大学演讲稿篇四

青春不能服输，选择了就要义无反顾；人生不能踟蹰，确定了就要永不止步。

如果说人生是一场戏，那么大学生生活就是最精彩的一幕；如果说人生是一本书，那么大学生生活就是最美的一页；如果人生是一场旅行，那么大学生生活就是途中最美的一站。

带着家人的期盼和些许的激动我踏入仙桃职院，刚进入大学，一切显的那么陌生。在这个陌生的环境里，我犹如一叶扁舟在茫茫大海中找不到方向，一时之间找不到方向，我迷茫了。两个月后，我意识到我不能在这个新的起点上踟蹰。为了我的梦想，我必须珍惜时间，尽快找到方向，在风华正茂的岁月里实现我的人生理想。

我开始思考“大学”这两个字，经过一阵思考我顿悟了。“大学”这两个应该分开理解，“大”是因为环境大、社会交往大、知识面大，“学”是因为我们学的知识比以前更大、更深、更广。一时间我理解我来到这个大学的意义了。我明白在大学里最主要的就是要培养人与人之间的沟通交流，而我选择的专业是新闻采编与制作，是面向大众，实践多，要时时面对新事物，要有一个大胆、创新的思维，就更加需要培养交流。而对于我这个胆小，在面对事情上不知所措的女孩，是一个大的挑战。但是我喜欢新闻这门专业，同时也为了改变我胆小的性格，我要加油。一时间，我恍然大悟，我找到了方向和目标，努力学习各方面的知识，争取早日成

才。但是要想获得成功，并非一朝一夕，那就是用我大学时光来努力学习知识。

记得大一时第一次去采访一个获奖而归学计算机的学长时，紧张的一夜都没睡着，一直都在想怎么和比自己大一级的学长沟通才不会显得有距离、应该提什么问题、怎样才能问出自己想要的信息、出现问题怎样才能随机应变。寝室的姐妹们看到我不知所措的样子，就对我说“就是做一个人物采访，不要那么紧张，只要你把你自己想要问的问题说出来，不要畏畏缩缩，准确的表达出问题的中心思想，大胆一些，不要怕”听到姐妹们说的这些话，我对自己充满信心。第二天来到见面的地点，我的小心脏扑通扑通直跳，手心冒汗。首先自我介绍，表明了目的，沟通了几句，感觉到他也有些紧张。我意识到如果我们俩一直都是这样紧张，我就收集不到我想要的信息，完成不了任务，那么这次难得的锻炼自己的机会就要泡汤了。我告诉自己要放松，要把气氛活跃起来。慢慢地，我紧握笔杆的手慢慢放松。我打算从他日常的生活小事入手，了解到他平时喜欢钻研，我笑着说“你一定小时候特别调皮”，“你怎么知道啊！”我刚一说完，他一惊。就这样我们慢慢地放开拘束，慢慢地聊了起来。时间在不知不觉中慢慢地流逝，我了解了好多弥足珍贵的信息，一片文章就在脑海中构思成型了。

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”。我们都是有梦的和追求的人，不会因为因为路途艰辛就放弃前进的步伐，追寻梦想的过程是苦涩的，但只有经过磨砺的人生才会拥有更多的内涵。

大学时光很美好，也容易让人沉迷，我不想浑浑噩噩的度过几年光阴，而作为一个新时代的大学生，应该以一个创新的姿态去迎接每一天。人生道路上我们都背负着各种各样的十字架在艰难前进，它也许是我们的学习，也许是我们必要承担的责任和义务。但是因为这些责任和义务，构成了我们在这个世界上存在的理由和价值。

大学演讲稿篇五

古代教育家孔子给后人留下了一句名言：民以食为天。由此可见，“吃”是多么重要！缺少粮食，我们很难生存，缺少粮食，我们国家难以发展，缺少粮食，我们人类更有可能走向灭亡！建国66年来，人民生活水平大大提高，物质应有尽有。有的同学甚至可能会有这样的疑问，我们还有必要从一粒米上节约吗？我想说的是：很有必要！我们不妨算这样一笔账：倘若我们每天节约一粒大米，那么十亿人可节约多少？五千多公斤！一年可节约将近两千万斤，折合人民币两千万元。这笔钱若按每所希望小学100万元算，可以盖20所希望小学；按每人学杂费三千元记，可以使七千多名失学儿童重返我们的校园！你还能说我们没必要节约一粒米吗？请各位同学想一想在学校食堂餐桌上你是否将饭菜吃一部分就倒掉？你是否将吃了几口雪白的馒头、包子扔在地上？当你这样做的时候，你是否感到可惜，感到心疼？我们从小就知道“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”的道理。同学们，你们是否想到世界上还有许多吃不上饭的人们在苦苦挣扎！你们知道吗，在发展中国家，每5个人中就有1个长期营养不良，有20%的发展中国家人口粮食无保障。饥荒已成为地球人的第1号杀手，每年平均夺去一千万人的生命。因此，节约粮食值得同学们思考。

同学们，节约是美德，节约是品质，节约是责任。“一粥一饭，当思来之不易；半丝半缕，恒念物力维艰。”同学们，让我们行动起来，珍惜粮食，从我做起，从不乱倒剩饭做起，以节约为荣，以浪费为耻，自觉养成爱惜粮食，节约粮食的好习惯。从细微处做起，用实际行动做建设“节约型校园”的带头人，为建设文明、和谐的校园作出应有的贡献！我衷心地希望我们每个人从节约粮食做起，强化节约意识，节约学校的每一度电，每一滴水，爱护学校的一草一木，让每一个人都快乐地生活在蓝天，白云，绿水，阳光下！

我的演讲完毕，谢谢大家！

大学演讲稿篇六

尊敬的各位评委、老师、同学们，大家下午好！

首先，我非常地感谢校组织给了我一个锻炼自己的机会，我也未能参加这次演讲比赛感到无比地自豪。今天，我所要演讲的题目是“我的大学”。

起先，我想谈谈自我来到大学之后的感触与想法。

刚进入大学我们都参加了军训，那对于我来说是第一次带着苦涩与汗水的美好留恋，军训，让我明白了什么事团结与不懈，它在我的大学生活中平添了几分自信与勇气。伴随着社团的招新与一项项层出不穷的比赛，使原本就对大学充满无限崇高理想和五笔美好憧憬的我，对大学也就有了更进一步的定义。

斗转星移，岁月如梭，回首间，恍如昨日的一幕却已相隔半年之久，时光总在人们不经意间悄悄溜走。如今，站在这里，我更加地知道我的大学拉开帷幕已经很久了。

大学，梦想萌芽的地方，它可以是学习的殿堂，也可以是放纵的温床，关键是看自己如何珍惜这个积累和锻炼的机会。大学，我要用我的热情去营造，他是竞争的舞台，是明天起跳的踏板。我的大学，我将用绚烂的红色激情去面对一切的挑战，用理性来灌溉我的梦想。

首先，规划好自己的人生。

大学生活的本质也是见人见智的，但有些内容却是公认的，那就是掌握好专业知识，做好职业规划。大学——人生的黄金时代，纵然有迷惘的时候，纵然有失落的时候，但积极向上乃是生活的主旋律。合理规划好人生最美好的时光，把握自己，创造辉煌。大学里，应该有两件事是主导我们大学生

涯。一个就是学习，另一个就是社会工作，或者称是课余生活。大一的选择可能就决定了整个大学生活的轨迹，不管是充实地度过大学生活好事为了走好人生的每一步，一个明确的计划正确的规划尤为重要。前路总是充满着机遇与变数，若是能够及早的做好充分的思想准备，应付起来应该会更加的从容淡定。大学，时值风华正茂，可谓寸阴寸金，浪费不得。凡是预则立不预则废，提前为自己的未来勾画蓝图，有意识有重点的培养自己，终会踏实成稳。

其次，要懂得把握机遇，珍惜在校的美好时光。

宝剑峰自磨砺出，梅花香自苦寒来。大学期间的每一次经历，每一滴汗水都将为自己的成功增加砝码。大学，不是天堂，也不是娱乐场，而是步入职业前充电加油的场所，学校将我们送上通往成功的大道，但真真的成功只能依靠自己脚踏实地的努力。大学生，首先是学生，学习是我们的天职、重心和发展的根基。这句话应该成为在校学子的座右铭，送该我自己也与大家共勉。

我的大学，我的青春，我的色彩，我的懵，不浪费在留恋处，不虚度在奢华中，不沉醉于甜梦里，不错过于五指间不贪图享受，年轻的誓言不允许我们懈怠，付出才能期待回报，不要吝啬汗水，不要虚度年华，天道酬勤。大一，就如万物复苏的春天，需要一段适应期，而大二、大三就像是盛夏时节，我们就像是多多花蕾在充足的阳光与水分中贪婪地吸收着大地的养料尽情地绽放。大四，则如收获的秋天，丰收了多少也就意味着我们为之付出了多少。未雨绸缪，高瞻远瞩，让我们用自己的双手去创造美好的明天。

第三：大学里。我们要学做最好的自己。

曾几何时记得苏格拉底说过一句话：“做人要知足，做事要知不足，做学问要不知足。大学是一个新的起点，今天的我已超过昨天的我，明天的我也必将超过今天”。是的，大学

是我们练习振翅的地方，挑战自我，突破自我的地方。大学里除了要学到一定的知识外，更重要的是学习获得知识的能力，以及对事物的推理，对知识创新的能力。在大学里，我盟可以失败一千次一万次，但当走上社会一次的失败就会使我们很难再爬起来，大学里的失败就是为以后社会上的成功而积聚力量。蓝色的“多瑙河”不过是大学生活中的小插曲吧了，在犹豫的日子里我总是告诫自己要坚强地走过，不放弃，不哭泣，直到梦想实现的那一天，我不再祈求痛苦与挫折有所止境，唯独抱着一刻战胜困难的心，因为我明白，只要自己能够勇敢地踏出坚实的一步，用自己的聪明才智，靠自己的真实本领，才能做最真实的自己，做最好的自己。

驻足现在，展望未来，新的起点，新的征程，大学，让我们踏入了新的天地。

大学，是学习的天堂，是成长的殿堂，是收获的礼堂，我们最宝贵的时光在这度过，最珍贵的青春在这释放，有太多的最在这里发生。

在这片丰富的沃土上，我们只有用辛勤与努力来将至耕耘，唯有这样，我们才能再回首往事的时候，用精彩来为她代言。大学是宝贵而又短暂的，每个人都有自己的人生路线，让我们认定目标勇往直前吧!!!

大学演讲稿篇七

您们好！

大家知道吗？我国是一个人口大国，种种的浪费现象如果继续下去的话，其后果将不堪设想！13亿人口，全世界人口的四分之一！如果每人每月节约一斤粮食，一年全国就节约了65万吨粮食！积沙成堆，积水成河。如果我们每天都能够节约一点点的话，就不会出现巨大的浪费了！

会节约是真正的简朴美！如果你长得美若天仙，可是你只会浪费，而不会节约，你是个外表美而内心丑陋的人！如果你会节约，你的心灵会比任何人都美！虽然你家庭生活条件好，很富裕，但是不知道去节约，你照样是一个一文不值的“穷光蛋”！如果你会节约，在你的精神方面，你是一个拥有亿万金钱的大富翁！

千里之行始于足下。从今天开始，从小事做起，只要人人都能节约一点点，我们的生活会更美好。

谢谢大家，我的讲话完了