

# 最新体健之星演讲稿 礼仪之星演讲稿 稿(模板8篇)

演讲中的抑扬顿挫，相当于音乐中的节奏，音乐需要节拍，演讲也需要节拍，你应该让你的演讲充满节奏感，节奏就是你口头表达进度的度量。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面小编给大家带来关于学习演讲稿模板范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

## 体健之星演讲稿篇一

只要你走进二（1）班教室，你一定能看见有着一双大大的眼睛的女孩，那就是我。我叫顾旖璿。

我能遵守《小学生日常行为规范》，严格要求自己，做到：文明礼貌、遵守纪律、尊重老师、团结同学、关心集体、和同学一起快乐地学习和生活。

“文明就是懂礼貌。”看见老师，我会露出甜甜的笑容，亲热地说声：老师，您好！上学放学，遇到邻居我都能主动打招呼。

“文明就是讲卫生。”吃完的果壳我都是先抓在手里，等到路边有垃圾筒的时候，再扔进去。

“文明就是爱劳动。”虽然我还小，但是在家里我能做一些自己力所能及的事，并坚持自己的事情自己做，如：整理房间、整理书包等，每逢双休日我还能帮妈妈打扫卫生。每次值日，我都能认真完成老师布置的打扫任务。

“文明就是乐于助人。”同学有困难，我主动帮助他们，老师常常夸我是得力的小助手。

“文明就是爱学习。”上课我专心听讲，积极动脑，放学回到家先写作业再复习功课，争取每门功课都能取得好成绩。

让我们从身边的小事做起，真正做一名合格的、文明的小学生。

## 体健之星演讲稿篇二

大家下午好！我是工程学院09级建筑工程技术专业的潘旺，很高兴也很荣幸参加这次“励志之星”的评选。今天我演讲的题目是《放飞梦想扬帆远航》。

我出生在一个普通的家庭，父母都是农民，勤劳、朴实，我也秉承了他们身上的特点。父亲因腰间盘突出已多年不能参加重体力劳动，每天还要靠药物来止痛；年迈的爷爷奶奶更需有人照顾，而今我在外求学还要给家里带来一笔很大的开支，家里的重担只能靠母亲一人辛苦支撑，因多年的劳累也有了明显的驼背，显得更加苍老，但母亲从来没有过怨言，她用自己柔弱的肩膀支持着整个家的生活。

因为家庭经济困难，为了给自己挣点学费，高考结束后我只身一人去了饭店打工。在那里因为刚去脏活累活都让我一个人干，每天早晨8：00上班，晚上要等客人走后收拾房间才能下班，有时候零点以后还得继续工作。在酷热的夏季，每天穿梭于三层楼之间给客人上菜，汗水浸透了衣衫，两腿累的发胀抽筋，还要忍受管理人员的蛮横态度和其他员工之间的钩心斗角，所有的委屈我都默默忍受着，当父母问及时我没有说过一个苦字。在打工时得知了高考的失利，我面临着复读和高职这两条路的选择，为了尽早给家里减轻负担，我选择了后者，带着为自己挣的那点学费，离开打工的地方，来到了素以“治学严谨、育人有方”而著称的聊城职业技术学院。

来到学校后，我竞选做了班长，既要学习还要忙着参加班级

和学院的活动，周末还去发传单，有时还要忍受着路人不屑的眼光，这些历练我都默默地接受着，生活中不去攀比周边同学奢侈的花销，而是更加努力学习。在师友的严格教益及个人努力下，取得了专业排名第二的成绩，并获得了国家励志奖学金，在迎新工作中被评为“迎新温情使者”的称号，凭借个人努力和创新才能获得的国家实用新型专利，也有了相应的成果，这些成绩给了我更大的前进动力。

在外求学的每个日子里，父母流淌着辛勤的汗水，默默地支持着我的选择，他们唯一的希望就是我能自强不息地走好自己的人生之路，期待着我用自己的双手去创造更美的生活。在亲人面前，在那些关心我的人的面前，我岂能荒废自己的青春？我要通过辛勤学习，努力拼搏履行肩上对自己、对家人、对社会的责任。

回眸自己走过的路，虽然经历了挫折与磨难，但在“厚德博学求精创新”的校训下综合能力素质得到了提高，短期人生目标也得到了实现：我光荣的成为了世界500强企业中铁十四局订单班中的一员。欲穷千里，需脚踏实地。更上层楼，便埋头苦干。未来的日子里，我会在学习生活中投入更加饱满的热情和勇气，让青春飞扬，让父母不在失望，在毕业时，没有平淡，没有遗憾！带着希望，放飞梦想，扬帆远航！

我的演讲结束，谢谢大家！

### **体健之星演讲稿篇三**

大家好！今天很荣幸能够站在这里作自强之星的演讲。站在这里，我不禁想问什么是自强。有一首歌说：没有山不能跨越，没有海不能冒险，让历史记得这一天，当我用心立下诺言；没有事不能改变，没有梦不能实现，我站在未来最前线，抬头迎接每个考验！现在我要用我自己的故事来阐释我心中的自强。和在座的很多的同学一样，我也来自乡村，父母也都是一辈子面朝黄土背朝天的人。12岁，我便离家寄宿学校，

我的父亲曾跟我说过这样一句话,他说:孩子,你爸妈没本事,你要想出人头地就得靠你自己!其实我从来都没有奢望过我的父母能够为我铺路,我清楚地知道我必须依靠自己去奋斗人生!其实回望走过的路,我发现没有了父母的庇护与宠爱,我成长的更快!

20xx年我第一次高考,虽然已514分的成绩完全可以被皖南医学院录取,然而在填写志愿的时候学校的代码出现差错。结果我一路撞车,虽然最后征集志愿被池州学院的应用化学专业录取,但对当时那个一心想学医,倔强又好强的我如何能够甘心!所以即便在录取通知书寄到的时候,我毅然劝服了我的父母,选择了重整旗鼓!

复读的那一年,我竭尽全力去拼搏。整整一年,除了新年,我没有回过一次家,没有逛过一次街,在学校那小小的范围里每天过着三点一线,奋战深夜的生活。终于苍天不苦心人,我的努力有了回报,成绩大幅提高,稳占学校前三。原以为胜券在握,然而天意弄人□20xx年高考的一次意外事件让我再度与梦想失之交臂!那一刻我几近崩溃!家人的殷切期盼,自己的梦想与承诺,他人的目光,我要怎样交代又要如何面对?我曾怨恨、伤心、颓废、甚至绝望到要结束生命来逃避这一切。暑假的我几乎是逃到合肥康佳去打工的。在那段日子里我拼命的工作,用忙碌和劳累来麻痹自己,可是这一切都无法改变既定的事实。虽然一心想学医的我最终未能如愿,但是在那段初次与社会接触的日子里,我慢慢的明白了一个道理:生活中固然有很多的无可奈何,但更多的是出人意料的精彩;给自己一个机会,你或许会有意想不到的收获!我对天空大声唱:海阔天空是我的地图,想写下全新纪录,放眼天下在等我去征服,用热血燃烧黑夜,等待最灿烂的日出!

20xx年9月,我怀揣着梦想来到了铜陵学院,为我人生的下一篇写下完美的乐章!历经一次人生的低谷,我愈发得渴望锻炼自己,挑战自己,超越自己!所以入学之初我就加入了学生会和社团,成为了一名团总支宣传部的成员和一名学生记

者，我丰富多彩、有滋有味的大学生活也就此拉开了序幕！也因为学生干部与学生记者的关系，我参加并组织了各项活动，像各类的演讲讲座，采访，志愿服务，社会实践，文娱活动，体育竞技等等。也拿到了不少的荣誉。由于工作的关系，每当活动结束后大家都可以轻松一下的时候，我还在宿舍忙着写稿，再到处的姐电脑发稿，忙到深更半夜早已是家常便饭。我的同学经常开玩笑说我忙得像个陀螺。我笑笑，其实我并不觉得有多辛苦，反而觉得这样的日子才有滋有味。

在生活方面：对于一个靠二十亩薄地来维持生计的普通农村家庭来说，孩子们的学费，父亲的医药费早已使我们的家庭捉襟见肘。所以我一直都在做兼职，来减轻家中负担。两年了，每一个周末，当很多人还在睡梦中的时候，我早已坐上了去带家教的公交；每一个节假日，当很多人在各个风景名胜游玩的时候，我还在各大商场里卖力的叫喊也许是因为20xx年在合肥打工表现的不错吧，以至于后来的节假日在铜陵的国美电器、五星电器和合肥的鼓楼商厦、商之都做康佳彩电的临时促销员。20xx年暑假我和我的几个同学在家乡创办了“创奇暑期辅导班”，也并非完全未来盈利。因为现在我倾向于走教育者条路。所以基本上我完全解决了自己的生活费用。

一、二奖学金。其实从一名普通的学生会干事到团总支宣传部副部长，被评为“优秀学生干部”；从名不见转到拿到了国家励志奖学金，院“三好学生”等等荣誉。如果说成功的瞬间让我记忆深刻，那么为成功付出的辛苦和汗水更让我难以忘怀！如今每当我在赛场失败、生活无助的时候，我都会告诉自己：（唱）看阳光与我赛跑，风雨和我狂飙，我的骄傲自己打造；每个梦，永远比天高；一颗心，为希望在跳跃。让世界为我欢呼，大地为我炫耀；我的骄傲你会看到，汗和泪痛苦的煎熬，在这一刻都是我光荣的记号！

最后，什么是自强？古人说：有志者，事竟成，破釜沉舟，白二秦关终属楚；苦心人，天不负，卧薪尝胆，三千越甲可

吞吴！而今我的答案是：自强，就是心中那份坚定不移的执着信念。纵使历经成败跌宕起伏，我依旧笑对前方，无畏风雨，不惧挑战！

## 体健之星演讲稿篇四

大家好！我是来自高二（1）班的xxx□担任班长一职，这次有幸参加校园之星的竞选活动，承载着老师的期望和同学们的支持，虽然我并不是所有学生中最优秀的一个，但我有一颗积极向上、热情奉献的心，为了班集体的荣誉，为了锻炼自己，我愿意站在这个舞台上，愿意以自己微薄的力量去丰富我们的校园，用最美的笑脸去迎接初升的太阳。

自上了初中，我每天都很忙碌，学习、班集体、团委会，这些重任都得去兼顾，为了达到平衡，我总是像挤牙膏一样从生活中挤时间，尽心尽责地去把它们做好，在这过程中，虽付出了很多，但却从不后悔，在取得各项荣誉的同时，我总是把它藏在深处，因为我知道，成绩只代表过去，只有不断地进取，才不会落后于他人。

一直以来，我都坚信，人生的成功是建立在失败之上的，没有失败，就没有成功，所以我不害怕失败，哪怕这一次不能入选，我也并不气馁，毕竟我经历了，付出了，在某种意义上我也得到了，充实了。

最后，请你们为我投上神圣的一票，你们的支持是我永远前进的动力，谢谢大家！

## 体健之星演讲稿篇五

大家好，我是初二（1）班的z□很荣幸这次被评为“学习之星”。

我想我能被评为学习之星，大部分是因为我的成绩吧。其实，

要取得好成绩，并没有什么秘诀，最重要的还是好习惯、好方法及自身的努力。

在从初一到现在，我养成了良好的学习习惯，也找到了适合自己的学习方法。

在学完课程之后，便是复习了，每天晚上回家，我会先把老师讲的笔记看一遍，就像语文，我会先把老师讲的课文看一遍，再看第二遍的时候，我会把课堂笔记于文中的句子对应起来看，然后再做老师布置的回家作业，还有英语也是一样的，我会先去看老师当天讲的句型要点以及文章中的重要词组，记住之后，再开始做作业。在周末的时候，我会有计划的完成一些复习资料，复习一个星期来的课程。

当然，课外积累也是很重要的。周末如果时间充裕，我就会到新华书店去翻看一些课外读物，《呼啸山庄》、《艾格尼斯·格雷》等小说名著都是我的最爱；如果没有时间的话，我也不会闲着，回去看家里买好的作文选，看看那些作文的指导方法，再读读那些优秀作文，也觉得自己收获不少。我还喜欢看一些报刊、杂志，如读者、青年文摘等，里面有很多作家或名人的生活经历及人生感悟，也会挑一些精彩的部分做摘录。

最后，也祝大家能和我一样养成良好的学习习惯，找到适合自己的学习方法，在下半学期中，成绩能有所提高，在期末时，取得理想的成绩。

## 体健之星演讲稿篇六

大家好！我演讲的题目是自强自立！

自信而后可自强：自信可以决定理想人生的目标，人有了自信心就有力量决定自己人生的方向，就能策划自己人生的`前途，就能主宰自己的命运，就能做自己的主人。自强而后能

自立：为人当自强，所谓「天行健，君子以自强不息」，又说「将相本无种，男儿当自强。懂得自己奋发图强、努力向上的人，才能自立。

自立自强是我中华民族的一种高尚品质。自立自强顾名思义？自立就是靠自己生活，不依赖他人；自强就是不安于现状，勤奋、进取、依靠自己的努力不断向上。

自立自强是一种很可贵得精神，做为新一代的学生，我们应该学习这种品质，否则，长大在充满竞争的社会里，就很难有什么成就，就更没有立足之地！

## 体健之星演讲稿篇七

大家好

首先，我仅代表实验中学的21名“校园之星”，对各位领导、老师、同学们给予的理解和信任表示真挚的感谢。

在接受这份荣誉的同时，我也感到肩上责任的重大，同时，我们不会辜负全体师生的厚望。

学习上，我们会更加勤奋刻苦，锐意进取，在基础中寻求高度，在积累中实现超越。

生活中，我们会更加健康自信，积极向上，让青春飞扬在校园的每一寸土地，让温暖流淌到校园的每一个角落。

当然，构建一个和谐文明的校园，仅凭我们二十一名同学的力量是远远不够的，实验的明天离不开我们每个人的努力，让我们从今天起，携手共勉，使实验中学的星空更加璀璨，更加耀眼！

## 体健之星演讲稿篇八

大家早上好：

我是11农机具一班的王旭，今天我演讲的题目是“力行坚毅，自强自立”。荀子曾说过：“锲而舍之，朽木不折；锲而不舍，金石可镂。”人生充满未知，命运总是颠沛流离，若要经得住大风大浪，一颗坚毅的心必不可少！坚毅可以磨练性格，锻炼意志。雪，越是寒冷，越是晶莹。在风雨中不敢怒放的花朵，在阳光下结不出丰硕的果实。作为我们，当初选择数控专业，就是要通过专业学习找到自己价值。

首先，我们要明确认识自己，进行科学的职业分析。职专班的我们，从初一开始睡觉一直睡到我们学校才开始清醒。初中老师的关爱很少沐浴到我们，来我们学校之前，我根本不知道我的价值在哪里。来到我们学校后，对于无基础的我们，不要再去奢望升学之路，当务之急是选择一个自己比较喜欢的专业，努力学习专业技术。有机会的话，通过函授或者高级班形式不断提高自身素质，弄清楚将来我们要从事的岗位有哪些，明白胜任这些岗位需要哪些专业素质。力争通过两年学校生活，达到自己职业岗位的各项需要。

其次，确定职业目标，努力拼搏，不断提高自己的社会地位。理想应该是务实而不是虚幻的、高不可攀、可望而不可及。脱离自身条件的目标是没有激励价值的目标，是空想而不是理想。有位名人曾经说过：“理想是指路明灯，没有理想就没有坚定的生活。”所以，我们要树立起自己的理想，那么我们才知道怎么去奋斗。

最后，我们要学会自强自立。自立是自强的更高境界，是一种执着追求的信念。莎士比亚出身名门，家财万贯，但他没有沉弱在家中的奢侈生活，而是独立谋生，非凡而广泛的人生经历塑造了他的精神，也为后来的作品奠定了基础。任何一个成功的人。其后都有着他们的拼搏进取，坚毅奋斗的历史。

程。