

2023年六要新标准心得体会(实用6篇)

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。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？那么下面我就给大家讲一讲演讲稿怎么写才比较好，我们一起来看看吧。

我的大学生生活演讲稿篇一

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。

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的心！

我的大学生生活演讲稿篇二

也许有人认为校园生活肯定枯燥、单调，整天有上不完的课，做不完的作业，挨不完的训……周而复始。可我觉得我的校园生活很有趣。不信，请听我一一说来。

“叮零零零叮零零零……”闹钟响了起来，我换好校服，洗漱完毕，背起书包，急匆匆地去上学。

一到教室，我立刻放下书包，取出语文书，翻开书本，放开嗓子朗读起来。“绿遍山原白满川，子规声里雨如烟……”古诗的经典于馥郁的书香融合在一起，犹如喷香的饭菜，令人回味无穷，又犹如动听的旋律，萦绕耳畔。

运动员进行曲响了起来，我们纷纷放下手中的书本，有秩序排好路队，“噔噔噔”地下了楼梯，来到操场上做广播体操。一千八百多人，挥舞的手臂，摇晃的身体，是那样的整齐。啊！清新的空气！富有活力的运动，让我们的精神更加饱满，个个都是朝气蓬勃。

语文课上，吴老师那白花花的粉笔向我们构画出乡村生活的美好，并抑扬顿挫地讲述着，仿佛一幅炊烟袅袅、瓜果飘香、村民们悠然自乐的乡村美景就在我们的眼前，给我们带来了无限遐想，令人神往。数学课上，庄老师娓娓动听的声音，让我们沉浸在有趣的·数学王国中。四则运算、小数点的性质、作用等等，在庄老师的讲解下，一点都不觉得枯燥无味。科学课上……不管什么科目，我们都听得津津有味，如饥似渴。

宝贵的课间十分钟，是我们每个同学最钟爱的。下课铃一响同学们就像刚从鸟笼中放出的小鸟动作千姿百态。有的同学冲出教室，直奔厕所；有的同学走在走廊上远眺、谈心，放松心情；有的同学嬉戏打闹着、赶走疲劳；有的同学急匆匆地捧着书本，向老师认真请教。大家无拘无束，一起享受着这短暂时光。欢声笑语在校园里洋溢着，仿佛巧克力夹心奶油糖般甜蜜。

这丰富多彩的校园生活，让我觉得其乐无穷。它让我由懵懂无知变成一个知识面越来越丰富的小学生，还让我交到许多好朋友，让我的生活更加充实，更加美好。

我爱我的校园生活。

我的大学生生活演讲稿篇三

各位老师、同学大家好，我叫董俊豪。现在我为大家讲一个发生在我自己身上的一个科学小故事，请大家仔细听好哦，也想一想这是什么科学奥秘。

同学们，你们知道我为什么会输吗？……那就请听往下听吧！

“豪豪，你有没有发现妈妈的鸡蛋和你的鸡蛋有什么区别吗？”

我仔细地想了想，连忙说：“妈妈，你拿的都是放在冷水里的鸡蛋，我拿的空碗里的鸡蛋”。

“对，豪豪真聪明，这就是科学奥秘——热胀冷缩的原理。鸡蛋在热水壶中加热，鸡蛋遇热，体积变大。把热鸡蛋放到冷水中，鸡蛋遇冷，体积缩小，这个时候蛋白与蛋壳之间就会产生空隙，他们之间就不粘。妈妈剥的时候就能一下子剥掉一大片的鸡蛋壳。

妈妈告诉我，其实生活中存在很多科学小知识，只要我们细心观察，就能发现它。

同学们，你们听明白了吗，要是还有疑问你也回家做做实验吧！

我的故事讲完了，谢谢大家！

我的大学生生活演讲稿篇四

大家好!绿色是大自然赠与我们的宝贵财富，绿色是我们文明的起步。

云和是个文明县城，我们的校园也是一个文明校园。走进我们的校园，绿树成荫、鸟语花香、阵阵花香扑鼻而来!简直就是花的世界!放眼看去，一棵高大挺拔、四季常青的大樟树矗立在教学楼前，迎接着我们的到来，走在这样一个充满生机的校园中，令人心旷神怡!这样的校园为平淡的学习增添了几分色彩，给了我们舒适的学习环境!

可是过完新年，一些同学们拿着压岁钱到学校门口的小摊小贩那里买零食，还带到学校中来吃，遇见那些懒惰和自私的同学，他们就把垃圾随地乱扔一通，整个校园的整洁优雅因为同学们的不良习惯给破坏了，现在走进校园，扑鼻而来的不是芳香而是阵阵臭味。

因为这些同学们的懒惰和自私，让我们在校园中最遐意的享受悄无声息地从我们身边溜走!

在此，我发出倡议：1、要有从我做起，从小事做起的心态，以身作则;2、看见同学乱扔垃圾和随地吐痰的，应立刻制止;3、看见地上有垃圾，无论是不是自己丢的，都应该捡起垃圾，扔进垃圾桶。

同学们，美丽的校园是需要我们用心呵护的，不断的呵护它才能重现美丽，重新成为我们成长的摇篮！让我们以绿色环境为主旋律，让校园回到从前的容貌！

我相信只要同学们都付出一粒小种子，就一定能收获满园芬芳！

让我们一起携手保护校园环境、共建绿色校园！

我的大学生生活演讲稿篇五

大家好！

今天我演讲的题目是《微笑面对生活》。

有人曾问过我这样一个问题：世界上什么东西最美？同学们，你们认为世界上什么东西是最美的呢？画家说，是绚丽的色彩；音乐家说，是美妙的音符；运动员说，是强健的体魄；诗人说，是五彩缤纷的世界……老师说，他们说的都有道理，但世界上真正最美丽的，还是我们绽开的微笑。有这样一位中年女性，由于工作压力大，家务负担重，她常常有身心疲惫的感觉。为此，她的脾气在不知不觉中变坏，她与家人的关系也渐渐紧张。

她意识到这样下去不行。她决心用微笑改变自己。

早晨，当梳头的时候，她对着镜中的自己微笑；吃早饭时，她对丈夫和儿子微笑；出门对开电梯的大妈微笑着说一声“早”；站在工作柜台后面，她对认识和不认识的客户微笑；忙碌的工作之余，她对同事微笑。

刚开始，她觉得很别扭、很勉强。但她知道这样做是对的，她强迫自己记住这样的话：“快乐就在那里，并且早已经在那里了。重新得到快乐的途径，就是快乐地行动、言语、思

想。”不久，她就发觉快乐确实回到了她的心中。当她由心而发的微笑时，人人都对她微笑。

早晨出门，有明丽的阳光，和煦的春风，清新的空气，再有张张微笑的脸，相互真诚地道一声：早晨好！这一天，工作和学习都会顺利和成功。傍晚回家，有黄晕的灯光，轻柔的晚风，燃烧的红霞，还有张张微笑的脸，相互道一声：明天见！这一晚，心灵和情怀都会得到抚慰和温暖。微笑会让你获得友谊，微笑会让误会消除，微笑会使你充满自信，微笑像冬天的一抹阳光，夏季的一丝凉风，沙漠中的一片绿荫……同学们，学习微笑吧！让微笑与歌声一起伴随我们成长。把他人的微笑带回家，把我们的微笑留下来。让微笑之花在我们校园的每个角落开放……点缀我们成长的道路。谢谢大家！

我的大学生生活演讲稿篇六

生活中，我们很多人都存在这样的误解：学语文，应该是学校的事，应该是老师的事，应该是学生的事。只有在语文课上，才是学语文；只有打开语文书，才是学语文。这种误解，正是因为没有理解到语文最本质的东西。

所以我要说：语文就是生活。

是的，当我们悉心倾听一个人诉说，当我们沉醉于慷慨激昂的演讲，当我们倾诉自己真实的心灵，当我们复述一个幽默的故事，当我们聚在一起畅谈一个观点，我们不就是在学语文吗？当我们阅读今天的报纸，当我们随意看到一个新颖的广告或标语，当我们醉心于时尚杂志的动听词汇，有谁能否定我们在学习语文呢！

语文就是生活，语文的点点滴滴都是生活的，都与自己一生的生活紧紧地联系着。哪怕是一个字的书写，一句话的诵读，一个句子的理解，一个意思的表达，一种语气的运用，可能成就你的事业，美化你的生活；也可能使你的生活工作没有

生气和活力。语文素养的高底决定一个人生活的品质的高低：一个人无论他在何种环境中，如果他拥有较高的语文素养，必将使他的工作得心应手，锦上添花；使他现有的生活鲜活明丽，富有情趣，充满生气。

要学好语文，就要珍惜每一个生活细节，用乐观的眼睛去看世间的一切。在语文中理解生活，在生活中去学习语文，又用语文去装扮生活，这就是语文生活，它是一个开放、自由、灵活、阔大无比的空间。

语文就是思想，语文就是生活，语文就是你这个人。学习语文，就是在塑造自己的灵魂。你必须以对待整个人生的态度来对待语文，才能学好语文。

热爱语文，就是热爱生活！

我的大学生生活演讲稿篇七

寒假迈着轻盈的脚步悄然而至。同学们心中一定洋溢着不同的心情吧！我想大多数同学一定与我的心情一样，是既高兴又激动吧！我这么高兴只要是因为在寒假，有一个对中国人来说至关重要的重大节日——春节。

春节是我喜欢寒假的其中之一。因为在那个节日里，我可以收到不少的压岁钱，见到远方的亲人，那种其乐融融的感觉，让人感到无比温暖。

在寒假，我也很喜欢爸爸带我们去度假，我们一家四口超高兴地去度假是多么愉快的事情啊！在雪地上，我们一起堆雪人、打雪仗，每次都是我与妹妹一组，我们做的那个雪人白胖胖圆滚滚，是多么可爱呀！

其实，与父母家人去溜冰是再美好不过了。我们在冰上，好似小鸟一样自由自在的飞翔。在一个不小心，我摔倒了，摔

在了冷冷的冰面上，在快要凉到内心的时候，突然一双温暖的手触摸到我将我扶起安慰道：“没事吧！”我不说你们也一定知道那是家人的手使我觉得温暖无比仿佛内心抹了蜜一般，甜甜的还溢出了甘美的汁。

我的生日也是在寒假，在一个寒冷的夜晚，我们的家里却温馨极了。在一家人的陪伴下我么倒计时，在最后一秒的时间内我露出了笑容，最后一秒刚刚过去我兴奋的跳了起来：“我与长了一岁yes”家人好似比我还高兴。他们会异口同声地对我说：“恭喜恭喜又长一岁！”然后奶奶帮我插蜡烛，爷爷帮我点蜡烛，在他们唱的生日歌的荡漾下，我许了愿。伴着生日歌的结束我将蜡烛们一一吹灭，由妈妈切蛋糕大家将生日蛋糕的一部分吃掉后将剩下一部分做游戏。我带个头儿，将手指蘸满奶油再抹到别人脸上。后来，屋里好似打雪仗扔蛋糕。不一会功夫，一个个白花花的圣诞老人就映入眼帘，多美妙呀！

这使屋子不再冷清，冬天不再寒冷，而是温暖无比。我的寒假就是这样，这样温馨、温暖、欢欢喜喜、充满笑声。你的寒假呢？行动起来吧！让你的寒假不再寒。

这个暑假，我虽然没有去什么观光胜地游玩，也没有参加什么有趣的活动。但是我帮爸爸妈妈干了许多家务活儿，并且我在汗水和欢笑当中，也明白了许多道理。

我家有个一岁七个月的小弟弟，每天像孙大圣一样在家里“大闹天宫”，一会儿把我精心打扫的房间弄得乱七八糟；一会儿爬到餐桌上，把饭菜洒得满地都是……爸爸妈妈都忙得不可开交，一会儿拿抹布，一会儿拿手巾……最后都累得满头大汗，气喘吁吁。看到爸爸妈妈这样忙碌，我决定要当一回临时保姆，管管这个淘气的“孙大圣”。

我先打开mp3放出乐乐最爱听的《中国功夫》。当音乐一响起时，乐乐急忙从桌上爬爬下来，来展示他的武艺。他先来

了个“金鸡独立”，再打了个“太极八卦”。忽然，歌曲进入了快节奏。乐乐的“武当长拳”打得有模有样，“少林长棍”打得铿锵有力，直到歌曲结束。做完这一系列的高难度动作后，乐乐显然已经筋疲力尽了。眯着眼睛，用手指着床，哇哇乱叫。我知道他要睡觉。所以把事先准备好的奶拿出来，喂他吃。2分钟过后，刚刚汇成商学院的奶瓶一下变得空空如也。

我再把他抱上床，轻轻地哼着摇篮曲，哄他睡觉。谁知，乐乐可能被蚊子咬了，用手去挠，我只好帮他挠。不知道过了20分钟还是30分钟，乐乐终于甜甜地进入梦乡。

看着弟弟一天一天地长大，我就像看到了自己成长的过程。这期间花费了爸爸妈妈多少心血啊！以后我要更懂事，给我亲爱的弟弟做榜样。

我的大学生生活演讲稿篇八

其实幸福很简单，就是人人的奉献与感恩，幸福，不是富裕的生活，不是吃豪华的盛宴，而是勇敢承担，永不离奇的责任。

那是一个风和日丽的星期天早上，我和妈妈一起来到公园散步，锻炼身体。刚走进公园，一阵花香伴随着清新的空气扑鼻而来，映入眼帘的是一朵朵花儿的争放，一棵棵小草的张望，心情无比舒畅！

我们又往里走，四周的树挺拔而立，像是一个个保护人民的士兵。我和妈妈继续向前走。

因为是早晨，所以晨练的爷爷奶奶叔叔阿姨们有很多，有在平旷的水泥路上做早操的，有在草坪里打太极的，还有沿着小河边晨跑的。早晨的公园景象犹如那初升的太阳：勃勃生机！

我和妈妈也不例外，我们再沿着小河边的运动仪器上锻炼身体，活动活动筋骨。

忽然，我看见了河边正在散步的一位老奶奶，可能是年龄的原因，老奶奶身显疲惫，再往下看，老奶奶手里握着轮椅的推手，轮椅上躺着的是一位更加憔悴不堪的老爷爷，旁边的人也议论纷纷：“这个老婆子呀！天天推着他老伴而来河边转悠，老头子也真是不争气，中风成了个植物人，拖累着这个老婆子。儿女们也不管，老了老了，也不能享享清福喽！”

到了一个公共长椅上，老奶奶停了下来，坐在油漆减退的长椅上，把轮椅推到自己跟前，开始给老爷爷按摩，过了十五分钟左右，老奶奶起身推着轮椅离开了我泪水滂沱的视线中，我心想：其实这就是幸福，这就是人人奉献吧！

是啊！如果社会上多一些像老奶奶一样的人，那么这个社会是不是就充满道德，充满温暖的呢？我希望每个人都能献出爱心，用于承担责任，让世界充满爱！