

# 最新冬天的励志演讲稿(大全5篇)

演讲是练习普通话的好机会，特别要注意字正腔圆，断句、断词要准确，还要注意整篇讲来有抑有扬，要有快有慢，有张有弛。优质的演讲稿该怎么样去写呢？下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

## 冬天的励志演讲稿篇一

有个叫阿巴格的人生活在内蒙古草原上。有一次，年少的阿巴格和他爸爸在草原上迷了路，阿巴格又累又怕，到最后快走不动了。爸爸就从兜里掏出5枚硬币，把一枚硬币埋在草地里，把其余4枚放在阿巴格的手上，说：“人生有5枚金币，童年、少年、青年、中年、老年各有一枚，你现在才用了一枚，就是埋在草地里的那一枚，你不能把5枚都扔在草原里，你要一点点地用，每一次都用出不同来，这样才不枉人生一世。今天我们一定要走出草原，你将来也一定要走出草原。世界很大，人活着，就要多走些地方，多看看，不要让你的金币没有用就扔掉。”在父亲的鼓励下，那天阿巴格走出了草原。长大后，阿巴格离开了家乡，成了一名出色的船长。

人，只有在跌倒了才懂得爬起来，只有在遭受挫折后才能清楚地认清自己。

廖智，地震前曾是一位出色的舞蹈演员，在灾难中她失去了孩子、婆婆以及她的双腿。在面对人生中巨大的灾难面前，她没有退缩，放弃。当医生告诉她必须截肢才能保住生命时，她没有掉眼泪，坚强的她选择了命运的安排；当谈及地震中失去的孩子时，她的脸上仍能浮现出温暖的微笑，她没有把它完全当成哀伤和痛苦的回忆，而是主动投身到灾区小学和残疾学校中，为那里的孩子做培训，以此作为对自己孩子的一种纪念。

她不仅自己坚强、积极地活着，还不顾家人的反对，自掏腰包，凭着自己一心想保护残疾演员的信念与对舞蹈决不放弃的意念，居住在破旧的板房内，找出一块空地，坚持排练舞蹈。20xx年，她终于创立了残疾人表演团队。演出期间最为的就是为她量身定做的舞蹈《鼓舞》，一个经历了巨大灾难，失去了双腿的女孩，站在硕大的鼓上，舞动着，跳跃着，那一定是廖智重生后的成就感，她的精神也感动和鼓舞了很多残疾人。而在这个舞蹈的背后，廖智也付出了许多常人无法想象的艰辛，病床上的不断站立练习，一次次的泄气再重来。

生命是一朵常开不败的花，那挫折必是滋润花的养分，没有经历过挫折的人生是不完整的人生；没有滋润它养分的花迟早也会枯萎。

人生坎坎坷坷，跌跌撞撞那是再所难免。而灾难就是一个人人生故事的改写，既然已改写，就应该珍惜现在所能拥有的东西。对我们每个人来说，我们无法预测灾难什么时候会到来，但无论你面临着生命的何等困惑，抑或经受着多少挫折，无论道路如何的艰难，无论希望变得如何渺茫，请你不要绝望，再试一次，让自己在挫折中不断完善，不断成长！

## 冬天的励志演讲稿篇二

大家好，首先，感谢程老师给我这次机会，让我来分享一下我在这一学年的大学时光中所收获的经验与心得。

这里，我先自我介绍一下，我叫xx来自建工系，建管091班。接下来，给大家讲点刺激的，实际的，听进去了马上就有体验，就能用的东西。

前几天，在9月14号早上，我代表我们学校创业园的一家公司去杭职院参加开发区举办的“人才交流大会”。在座谈会中，像“浙江省十大杰出青年”杭州爬爬网络科技公司的赵子龙，杭州酬诚信息技术有限公司的应盼盼都到了，很巧的是，他

们都坐我旁边，当看到他们很自如地讲述自己的大学生活中那丰富多彩的经历和个人奋斗故事时的那个画面，我的心，很受触动。同学们，你们要知道，大学时光是否能充分利用好，是否积极锻炼和提升自己，决定了你以后步入社会的基础。我在出入很多大学生人才交流会和培训会的时候，都刻意地去注意了这些杰出大学生身上的一些的优点，最后我发现有一个品质是他们共有的，这里，我就将这个品质与大家分享一下，希望大家可以铭记在心。这个品质就是——“不要错过机会，勇于证明自己”（两遍）。这几天有几个大一的新生来找过我，普遍都反映自己初入大学有点害羞和放不开，而且不自信，都很想在大学这个平台上好好磨练下自己。这样的想法很好，这里，我必须提醒大家，大一是个非常好的锻炼自己和证明自己的时期，在大一的学习生活中，你们有许许多多的机会。上课时积极发言的机会，参加比赛时证明自己能力的机会，在学生会或社团中锻炼自己的机会，请大家千万不要因为碍于面子或不好意思而错过这一个个机遇。要知道，在抓住机会的时候，大多数人都在注视着你，这正是你表现你自己的最好时机。同学们，时间是不能重来的，有些机会错过了就不再有了。在今后的社会里，如果你想有好的发展的话，是很需要那种抓住机会表现自己和证明自己的那种能力的，社会上的人不会耐心地去寻找你，发现你，如果你认为自己是匹千里马，你必须要让其他人知道，你才是自己的伯乐。这里，我要说一下，如果有些同学能力很好，但就是因为心态不好，不自信，不积极，就很可能失去许多成长自己的机会，但有些同学可能能力还欠缺，但是心态非常乐观积极的话，就很可能抓住机会，证明自己，最后取得成功。在我见过这么多的优秀的大学生中，他们在大学里都是积极地把握一个个可以成长自己和证明自己的机会，并建立自己的影响力的。

好，接下来，我们进入互动的环节，（走下台，拿话筒），这里，我要教大家一个提升自己胆量和信心的招式，请大家举起你们的双手，像我这样xx[]拍手），重复三次。每当自己在机会面前没有信心和勇气时，就可以这样给自己来一次。

好的，这里，我给大家提供一个15秒介绍你自己，让大家都来认识你，记住你的机会，哪位同学想来试一下的？（你的名字？大家记住了吗？）（好，谢谢你，勇气可嘉，大家来一起给他一个爱的鼓励，好不好？）好，真是谢谢大家了，其实大家都很喜欢你，喜欢你，大家也可以热情地和自己身边座位的朋友握个手，说一声：“认识你真好！，其实每个人都是很友善的。呵呵，积极把握机会，不仅给你带来收获，还可以给你带来很多好朋友。好了，同学们安静一下，我的短号是562650（重复），大家可以记一下，如果你们以后在大学生生活中遇到一些迷惑或是需要我帮助的事情，我义不容辞。

好的，5分钟就快到了，最后和大家分享对我人生影响很大的一句话，大家如果记住了应该会对你们以后很有帮助！这句话也是马云说过的，叫做：“认真做事，大度做人。”好，我的话讲完了，最后，祝电气系的所有的新生同学们都能拥有一份充实快乐的大学生活！

谢谢大家！

## 冬天的励志演讲稿篇三

大家晚上好！

曾经，大学生是天之骄子，谁家中出了一名大学生更可谓是光宗耀祖，门楣大幸，但随着社会的发展，各大高校的扩招，大学生在社会中所占比率越来越高，虽然，大学生依旧是祖国的栋梁，民族的希望，但相应的问题也随之而来。

在大学生中普遍存在着一些片面抑或极端的思想倾向，而这些倾向桎梏了同学的思维，抹杀了同学们的创造力，阻碍了同学们的进步和成功，比如大学生中的浮躁风，机械思想，极端个人主义，忽视体育锻炼等，这些都是遏制人才，残骸栋梁的凶手。

当代大学生，受当前全球化和市场经济所带来的一些不良思想潜移默化的影响，加上当前独生子女增多，在家中可谓集万千宠爱于一身，任何事物张嘴便可要来，伸手便可拿来，因此许多不良习气也都有所沾染，如何能帮助这些学子走上正确的人生轨道，改正不良习气及习惯，是我们社会人都应该考虑及身体力行的。

一首先，与时代一起，与国际接轨，将个人命运同时代命运紧密联系在一起。青年的前途离不开国家的前途，国家的前途离不开青年的前途。大学生只有将个人的前途名誉同国家民族的发展前途结合在一起，才能真正的实现个人理想，做对社会有用，对自己无愧的优质人才。

二其次，我们要充分利用现有条件，成为好人才，成为好栋梁。众所周知，当今时代是知识的时代，唯有有真才实学才能在今后日益复杂的社会中博得一席之地。所以，我们每位大学生在校期间，应该充分利用各种资源，不断的提升自己，超越自己，有专业所长、有眼光、有创造力。

三然后，要成为培养德智体美劳全面发展的优秀学生，好公民，培养高尚且健全人格，以健康的身心迎接困难及挑战。同时，养成大爱，以博大的胸怀去为人处世，从而形成基本的价值观、道德观、思维观和社会工作的能力，为将来的走向社会服务他人奠定坚实的基础。

四最后，把握有限光阴，创造无限人生。当代大学生往往刚刚步入社会，年少气盛，应学习例行，培养分析能力和判断力，先思后言、先思后行。同时注意个人言行，知礼，诚信，明德，修身，学会控制自己，调整自己，走向社会、参与实践、志愿服务、公益事业，以充分展现个人魅力及个人修养，这将会是我们今后就业中无形的财富。

望当今大学生，承前启后，实事求是，活出自我，少年强则，学子们，愿你们用努力与奋斗托起明天旭日，扛起中国脊梁。

## 冬天的励志演讲稿篇四

大家好。

理想是人生的太阳，没有阳光的普照，生命的作用，地球就会变成石头。对人类来说，没有理想就等于没有灵魂。

俄国的文学家列夫·托尔斯泰说过：“理想是指路明灯。没有理想，就没有坚定的方向；没有方向，就没有生活。”张闻天说过：生活的理想，就是为了理想的生活。

英国心理学家和教育学家佛来明曾说过：“人一旦失去理想，失去了精神上的追求，人类就变得无知，社会也将会变得漆黑一团。”因为理想是信念，信仰，道德，责任，风尚，习惯所形成的一种意识，它直接支配着一个人实践活动的方向和效果。

谢谢大家。

## 冬天的励志演讲稿篇五

感谢王xx同学的关于防火安全的国旗下讲话，面对安全，我们要做到警钟长鸣，才能防患于未然。

第一：消防安全。冬季气候干燥，火灾易发，我们学生应提高消防安全意识，禁止在室内和野外玩火，以免引起火灾或森林大火；其次要注意家庭用电安全，应避免发生不合理用电而引起火灾；最后，天气寒冷，切不可在屋内烧炭取暖，以免发生煤气中毒事故。

第二：交通安全。冬季路面容易结冰，上学和放学要特别注意。要遵守交通规则，过横行道时应多观察，外出或返校不要乘坐非法营运车辆。平时多留意车况、路况，主动避让机动车辆。骑车时按路线靠右骑行，不骑飞车、不单手或双手

离把骑车、不骑车带人、不并排骑行，不在路上追逐打闹，遇到冰雪天气谨慎慢行；放学后要按时回家，确保安全；提醒爸爸妈妈准时接送你上下学。

第三：课间安全。课间走路要慢行，不追跑打闹，防止滑倒跌伤；上下楼梯时要做到靠右走；拐弯时要特别留意。值日生值日时，如果遇到温度过低时，不要在走廊拖地，以免造成地面结冰，滑倒伤人。用水学时也要文明，用完要关紧龙头，尽量避免水洒到地上打滑。

第四：预防流行病、传染病。冬季时节，早晚温差大，抵抗力下降，是流感、水痘等疾病易发时期。我们同学要及时增减衣物，以免感冒发烧，平时多喝开水，多锻炼，多通风，勤洗手，保持良好的个人卫生习惯。遇病要及时就医，如果得的是会传染的疾病，要听医生建议，积极做好疾病的治疗工作，未治愈前不要随意去公共场所，以免交叉传染。

第五：防盗防抢。临近年底，是盗窃、抢劫等案件高发时期，为防止此类案件发生，请同学们天黑时要结伴而行，女同学应避免一个人单独行走，也不要走偏僻的小路回家，发现可疑情况和可疑人，要及时报警，聪明应对。

第六：饮食安全。为了个人健康，切勿在无证摊点购买食物或进餐，过年时不要暴食暴饮，以免发生食物中毒或腹泻。