

2023年演讲稿有意义的 有意义的日记(优质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。优质的演讲稿该怎么样去写呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看一看吧。

演讲稿有意义的篇一

盼望已久的二月二十四日终于到了。这一天是我们爱尚阅读新春登高活动的日子，一大早我就早早地起了床，拉开窗帘一看，白茫茫一片，虽然下雪了但并没有阻挡我们登兰山的决心。

我们一行23人（孩子12人，妈妈11人）不约而同地来到五泉山公园门口，虽然天寒地冻，但大家脸上都洋溢着温暖的笑容。我们先抽签分成两队，我有幸抽到了第一队——雪地小黄人队。

我们排着整齐的队伍，喊着嘹亮的口号风雨无阻地向兰山出发。穿过动物园就到了山脚下，遇到几位热心的人告诉我们：“上面特别滑，很难爬，别上了。”我们一一道谢后开始爬山。刚开始并不觉得有多难，我像打足了气的皮球劲头十足，可是刚爬了一会就累得上气不接下气。特别是山坡陡路，又湿又滑，我的腿像灌了铅似的，每爬一步都非常艰难，山顶似乎变得高不可攀。这时，又有几位热心人高喊着：“滑得很，根本爬不上去，别爬了，很危险！”我们依然坚持，有点“明知山有虎偏向虎山行”的劲头。我心惊胆战，手脚并用，一会将两只手撑在地上当拐杖，一会扶着右侧的山丘一步一步向上攀爬，心里不停地说：坚持，坚持，一定要爬上去。我咬紧牙关，挺起腰杆，最后在妈妈们的互帮互助下，你拉

着我，我推着你，终于爬到了二台阁。

紧接着我们坐车来到目的地——云雾山庄。

一下车，我们雀跃欢呼起来，终于可以美美地休息一下了。

妈妈们和面，为包饺子比赛做准备，我们相互采访，为游戏环节做准备。

开始包饺子了，我们分工合作，擀皮的擀皮，包的包，忙得热火朝天，不亦乐乎。我本来想包饺子很容易，拿一张饺子皮，把肉馅放进去，再蘸一点水把饺子皮粘上就好了。我拿着饺子皮，把一大勺肉馅放进去，然后把饺子包好，没想到饺子皮破了。但我没有灰心，心想把肉馅放少一点不就好了，可是这样包起来的饺子像三四天没吃东西的瘦猴。妈妈见我这么努力，就开始耐心地教我：“包饺子时馅不能放得太多，也不能放得太少，再把饺子皮一下一下往左折……”果然，一个灵巧精致的饺子诞生了。我终于包出了一个合格的饺子，高兴得合不拢嘴。我趁热打铁，越包越漂亮，越包越精致。一个小时后，在大家的齐心合力下，两百多个精巧可爱的饺子展现在眼前，看得我垂涎欲滴……小伙伴们还精心摆了“年”和“春”字，十分精美。

吃着自己包的饺子，从嘴里一直甜到心里。

茶足饭饱后，游戏终于开始了。两个队的队员分别分享新年趣事、采访总结，年字飞花令大pk、猪字谐音成语大比拼、猜谜语、夹葡萄接力赛。由于我们队员里得力干将非常给力，最终赢得红包一百三十六元。

不知不觉，夜色降临，我们依依不舍地坐着下山的汽车来到超市，用赢得的红包买了自己心仪的东西，满载而归。

今天，既是开心快乐的、又是有意义的、更是收获满满的。

演讲稿有意义的篇二

今天是10月13日，星期天。

我们七组一起来到莲花山公园，参加这个学期的小组实践活动：捡垃圾和学习垃圾分类。

我们先在公园大门口集合，大人们拿出准备好的胶袋和手套发给大家。然后又讲了要注意的事项。我们就出发了。

一进大门口，我就发现门口右边的地上有个矿泉水瓶。我抢先冲上去，捡起来，装进了我的袋子里。哈哈，我捡到了第一件垃圾。进了公园，大家就忙开了，弯着腰找呀找，不愿放过一片垃圾。草丛里、石头边，我们都都不放过。

其实公园里垃圾不多。因为现在大家都讲文明，不乱扔垃圾了，而且还有环卫工人很努力地在打扫环境。

好不容易捡到一件垃圾，总会让我们很高兴，不会觉得脏、觉得累。

最后，我们还要对捡到的垃圾进行分类。

本来我们还想把有用的可回收垃圾，送给环卫工人的。但找了一圈都没找到一位环卫工人。我们只好把垃圾投进了公园的垃圾分类回收箱，这里分了很多种类，有废纸、胶瓶、易拉罐……我们又把垃圾分了一遍，分类投了进去。

时间还早，我们又一起来到了书城。书本和空调，让我们忘掉了刚才的炎热和疲劳，我们沉浸在书本的海洋里。

今天真是非常有意义的一天呀！

演讲稿有意义的篇三

- 1、我的眼泪留了下来，灌溉了下面柔软的小草，不知道来年，会不会开出一地的记忆和忧愁。
- 2、歌声形成的空间，任凭年华来去自由，所以依然保护着的人的容颜不曾改和一场庞大而没有落幕的恨。
- 3、我落日般的忧伤就像惆怅的飞鸟，惆怅的飞鸟飞成我落日般的忧伤。
- 4、躲在某一时间，想念一段时光的掌纹；躲在某一地点，想念一个站在来路也站在去路的，让我牵挂的人。
- 5、我蹲在路边，哭泣的象个孩子。
- 6、那些刻在椅子背后的爱情，会不会像水泥上的花朵，开出没有风的，寂寞的森林。
- 7、凡世的喧嚣和明亮，世俗的快乐和幸福，如同清亮的溪涧，在风里，在我眼前，汨汨而过，温暖如同泉水一样涌出来，我没有奢望，我只要你快乐，不要哀伤。
- 8、可能是我的性格过于消极吧，只要是那些忧伤而凄美的，我都喜欢。
- 9、那些以前说着永不分离的人，早已经散落在天涯了。
- 11、你给我一滴眼泪，我就看到了你心中全部的海洋。
- 12、那时候我只是一个每天都抱着一堆书在图书馆和宿舍之间来回穿梭的人。
- 14、如果我爱一个人，我可以为他舍弃一切，包括我的生命。

16、小陪是一个人，小许是一个人，我是一个人。我们是三个人。

17、一晃神，一转眼，我们就这样垂垂老去。

18、黑夜给了我黑色的眼睛，它却让我爱上黑夜给我的疼痛。

19、在这个忧伤而明媚的三月，我从我单薄的青春里打马而过，穿过紫堇，穿过木棉，穿过时隐时现的悲喜和无常。

20、每当我看天的时候我就不喜欢再说话，每当我说话的时候我却不敢再看天。

21、飞机场的骚乱一会儿就停止了，这里的人都是有着自己的方向的，匆匆地起飞，匆匆地下降，带走别人的故事，留下自己的回忆。

22、时间仍在，是我们在飞逝。

23、我总是意犹未尽地想起你，这是最残酷也最温柔的囚禁吗？

25、我想和林岚结婚的时候我已经长大了，不再是现在这样一个自闭而不爱说话的大孩子，我会穿着整齐的白色西装开着最好的汽车去接她，在她家门口，我要让所有人都看到她的幸福。

26、如果有一天我们不在一起了，也要像在一起一样。

28、朋友总是为你挡风遮雨，如果你在远方承受风雪，而我无能为力，我也会祈祷，让那些风雪降临在我的身上。

29、我知道我不是一个很好的记录者，但我比任何人都喜欢回首自己来时的路，我不但的回首，伫足，然手时光仍下我轰轰烈烈的向前奔去。

30、坚硬的城市里没有柔软的爱情，生活不是林黛玉，不会因为忧伤而风情万种。

31、不成熟的人为了伟大的事业而死去，成熟的人为了伟大的事业而卑贱地活着。

32、你笑一次，我就可以高兴好几天；可看你哭一次，我就难过了好几年。

33、寂寞的人总是记住生命中出现的每一个人，正如我总是意犹未尽地想起你！

34、曾经也有一个笑容出现在我的生命里，可是最后还是如雾般消散，而那个笑容，就成为我心中深深埋藏的一条湍急河流，无法泅渡，那河流的声音，就成为我每日每夜绝望的歌唱。

35、我总是爱蹲下来看地上时光的痕迹，像一行一行蚂蚁穿越我的记忆。

36、我每天都在数着你的笑，可是你连笑的时候，都好寂寞。

37、就在我以为一切都没有改变只要我高兴就可以重新扎入你的怀抱一辈子不出来的时候，其实一切都已经沧海桑田了，我像是一躲在壳里长眠的鹦鹉螺，等我探出头来打量这个世界的时候，我原先居住的大海已经成为高不可攀的山脉，而我，是一块僵死在山崖上的化石。

38、哥，你怎么可以离开我，你怎么会离开我……

39、有些人会一直刻在记忆里的，即使忘记了他的声音，忘记了他的笑容，忘记了他的脸，但是每当想起他时的那种感受，是永远都不会改变的！

- 40、什么叫快乐？就是掩饰自己的悲伤对每个人微笑。
- 41、红莲即将绽放，双星终会汇聚，命运的转轮已经开始，请您耐心地等待。
- 42、全世界的人都离开你了我也会在你身边，有地狱我们一起猖獗。
- 43、一个人总要走陌生的路，看陌生的风景，听陌生的歌，然后在某个不经意的瞬间，你会发现，原本费尽心机想要忘记的事情真的就这么忘记了。
- 44、破牛仔裤怎么和晚礼服站在一起，我的吉他怎么可以和你的钢琴合奏。
- 46、风吹起如花般破碎的流年，而你的笑容摇晃摇晃，成为我命途中最美的点缀，看天，看雪，看季节深深的暗影。
- 47、我站在天堂向你俯身凝望，就像你凝望我一样略带忧伤。
- 48、时间没有等我，是你忘了带我走，我左手是过目不忘的萤火，右手是十年一个漫长的打坐。
- 49、咱俩的感情像人民币一样坚挺。
- 50、当你真正爱一样东西的时候，你就会发现语言多么的脆弱和无力。
- 51、如果等待可以换来奇迹的话，我宁愿等下去，哪怕一年，抑或一生！
- 52、牵着我的手，闭着眼睛走你也不会迷路。
- 53、没有黑暗中的那盏光芒，我担心您像个小孩子一样怕黑怕迷路。

54、出去并不可怕，就怕是出去了不知道什么时候才回来。

55、小a说：让我死吧让爱情留下。而我要说：让爱死吧我要卑贱地活着！

56、大提琴的声音就象一条河，左岸是我无法忘却的回忆，右岸是我值得紧握的璀璨年华，中间流淌的，是我年年岁岁淡淡的感伤！

57、我们微笑着说：我们停留在时光的原处，其实早已被洪流无声地卷走。

58、没有我为您掌灯，您在回家的路上，会觉得难过吗？

59、总有一天我会从你身边默默地走开，不带任何声响，我错过了很多，我总是一个人难过。

60、我生命里的温暖就那么多，我全部给了你，但是你离开了我，你叫我以后怎么再对别人笑。

61、就在那一瞬间，我仿佛听见了全世界崩溃的声音。

62、本以为念念不忘的东西却在我们念念不忘的过程中被遗忘。

63、只要知道你还活在这个世上，我就可以了无牵挂。

64、一群羊在草地上吃草，一辆车开来，只有一只羊没去看车静静地吃草，这只羊显得特别孤独。

65、我们像是表面上的针，不停的转动，一面转，一面看着时间匆匆离去，却无能为力。

66、有些事情还没讲完那就算了吧，每个人都是一个国王，

在自己的世界里纵横跋扈，你不要听我的，但你也不要让我听你的。

67、原来和文字沾上边的孩子从来都是不快乐的，他们的快乐象贪玩的小孩，游荡到天光，游荡到天光却还不肯回来。

68、我再怎么着，你也要把我当个人不是？

69、我会回来，带回满身木棉和紫荆的清香，然后告诉你，我已找到天堂。

70、我不知道死亡的时候，凝望苍穹竟然回那么凄凉，一声一声霰雪鸟的悲鸣，斜斜地掠天而去，我看到你的面容浮现在苍蓝色的天空之上，于是我笑了，因为我看到你，快乐得像个长不大的孩子。

71、习惯了你对人的依赖，虽然我是一个孩子。

72、很多我们以为一辈子都不会忘记的事情，就在我们念念不忘的日子里，被我们遗忘了。

73、一个人身边的位置只有那么多，你能给的也只有那么多，在这个狭小的圈子里，有些人要进来，就有一些人不得不离开。

74、我站在人群里，伤心的感觉如同灭顶，我的眼泪大颗大颗地滴下来，滴在他们牵手走过的红毯上。

75、那是可以让我潸然泪下，让我用一生去交换的笑容。

76、如果可以和你在一起，我宁愿让天空所有的星光全部陨落，因为你的眼睛，是我生命里最亮的光芒。

77、当我的灵气变的无比强大时，我想要保护的人都已经不在了……

演讲稿有意义的篇四

今天真是有意义的一天——我给家里消毒了！

爸爸给了我一片消毒泡腾片和一个喷壶，我带上口罩和手套，消毒工作就开始了。首先我把消毒泡腾片放在一盆温水里，我以为放下去了就会出现“嘶嘶”的声音，谁知泡腾片却无动于衷。过了一会儿，泡腾片开始冒出了一串串的小气泡，这些气泡开始“行走”了，它一会儿走s形，一会儿走p形，一会儿走g形，最后，它又走了一个s形。

几分钟后，消毒水终于泡好了。这盆消毒水和普通的水看上去没什么两样，都是清澈见底，但味道却与众不同。原来，这盆消毒水含有化学物质，怪不得我们操作时需要带手套呢。

一切工作准备就绪，接下来就是正儿八经的消毒了。我们首先从主卧开始，我拿着喷壶，仔细地盯着床头柜，电视柜等家具，不肯放过任何一个角落。喷完之后，我又拿抹布仔仔细细地擦了一遍。接下来我开始擦卫生间的洗手台。我拿着喷壶，把消毒水均匀地喷在了洗手台上，10分钟后开始用抹布擦，直到我把洗手台擦得发光发亮了，才肯离开。接着，我又把每个房间的门和窗台擦了一遍。最后，就是拖地了，我先用消毒水把地板喷湿，再拿着拖把，目不转睛地盯着地面，一点点地“扩大战果”，一看到留下来的水迹，我就拿拖把把它拖干净。

我以为消毒就这样大功告成了，爸爸却交给我第二个艰巨的任务——把客厅地板上的黑点刮掉。我以为不可能做到，因为这件事平时都是爸爸做的，我想：先试试吧，谁知道我不能成功呢？我拿着铲子，盯着地面，一发现有黑点我就快速地走过去把它“消灭”。这下是真的结束了吧？谁知，爸爸又交给了我了一个更艰巨的任务。就是把装拖把的桶上的脏东西刷掉。我拿着刷子和抹布坐在装拖把的桶前面盯着那大块的黑不溜秋的东西，我开始有些泄气了：这么多的脏东

西什么时候才能刷完呀！于是，我拿着刷子，不情愿地开始刷了起来。谁知用不了几分钟，我就看见脏东西已经快被我刷得精光了。这回我就来劲儿了，功夫不负有心人啊！经过了十几分钟的努力，我终于刷完了。

时间一分一秒的过去了。到了下午，我们的消毒任务终于结束了，既锻炼了身体，又打扫了家里，还学会了怎么调制消毒水，这件事真有意义！

演讲稿有意义的篇五

大家好！

我是---，今天我演讲的题目是：热爱读书，充实自我。

高尔基曾说“书籍是人类进步的阶梯”，书在我们生活中是不可缺少的，但有很多人不好读书，宁可花在看一些娱乐节目和电脑游戏上。那我就讲讲读书的好处吧！

第一、读书可以增长知识，拓宽视野，使人有内涵，举止文雅，我们每个人接触的只是有限的，但书中的知识是无限的，读书能够使我们知道千里之外的事情，“君子不出门，尽闻天下事”，就是这个道理。

第二、读书可以明志。书籍里有着前人思想的精髓和人生的启迪，读书可以让我们明辨是非、通晓真理。革命时期，《共产党宣言》、《列宁选集》等书籍唤醒了大批爱国志士的革命思想，坚定了他们的共产主义革命信念，并为此赴汤蹈火、奋斗终身。

第三、读书可以放松身心、修身养性。在家的空余时间，放上一段音乐，泡上一杯茶，捧上一本书，这样既能学习知识，又能放松身心，令人畅快不已。读书还可以使我们静下心来，洗去尘世的浮华和喧嚣，检视自己的言行，感悟人生的真谛。

读书是成才的必由之路。很多名人都是读书自学成才的，比如说数学家华罗庚吧，华罗庚从小喜欢数学，失学以后他开始顽强自学，每天达10个小时以上。他当时的条件很差，自学所需要的书本都很缺乏，手头只有一本代数、一本解析几何、一本五十页的微积分。他站在柜台前，顾客来了，就帮父亲做生意，记帐。顾客一走就又埋头看数学书、钻研数学难题。有时思考数学难题入迷，竟忘记了做生意，怠慢顾客的事常有发生，为此常挨父亲骂，说他看“天书”看呆了。他用5年时间学完了高中和大学低年级的全部数学课程。正是因为他热爱读书、勤奋学习，最终成为了我国的数学家。

人的天资不是最重要的，只要认真看书学习，多思考，就可以不断进步。而不爱读书、思考，即使天资再好也只能在原地踏步，永不前进。我们是祖国未来的接班人，周总理曾经说过“为中华而崛起而读书”我们应该好好学习，认真读书，获得宝贵的知识，担负起完成中华民族复兴的神圣使命！让我们热爱读书，认真读书，努力读书吧！

演讲稿有意义的篇六

只要还有一个人没有休息，我们的宿舍几乎无法非常宁静，总是有那么一点点小瑕疵。不是小动作，就是讲小话。

这是令我最心疼的一次。那天晚上，可能是前几天晚上被抓了一次，大家都安静了不少。宿舍走廊的灯依然亮着，虽说有的人还想走动一下，但也不敢吱声，生怕被管理员逮个正着，所以都不敢出声！

时间过得飞快，15分钟后走廊的灯也熄了。这好似一串开起讲话大门的钥匙，马上有人就开口了：舍长，舍长。我想出去洗个手！我不敢回答，怕有管理员突然出现，而且我想：洗个手还用问我吗？见外面没人就赶快出去啊！这话说得有意义吗？她见我不加理睬，喊得更大声了：舍长，舍长话没讲完，只听咚咚，咚咚！噢，没得到舍长的回答，倒是引来

了管理员那个管理员听到有动静，来访我们宿舍！我感叹：完了！

有意义的话像她，3下说得那样那次她将近十一点时，鼻子突然流鼻血了。她问我要一张纸巾，我马上给她了。这正是一句经过思考才说出口的话啊！

还有2下，有一次她肚子疼，问我能否开灯上一下厕所，我不假思索地说：可以。这也是一句有用的话我在心里回想着这些有意义的话，心中有种被扣得不值的感觉。很不爽，但又无计可施！

自从那次起，我就和舍友说：自己能决定的就自己决定，发问时要先思考这话问得是否有价值。

这使我懂得了做什么，说什么，要先思考其中意义，再发问，再说，再做。这并不是浪费时间。所以要讲有意义的话！

演讲稿有意义的篇七

他曾经发誓要攀登上最高的山峰。经过多年精心的准备，他开始了他的征程。但是这次爬山，只有他一个人去，他想独自获得所有的荣耀。

当傍晚来临的时候，他决定继续攀爬直到夜晚降临。那天晚上天很黑，月光和星光被完全掩盖在了云层中。当时的可见度几乎为零。

当他距离峰顶只有一小段距离的时候，他失误了！他开始以一种让人恐惧的速度坠落。他内心充满了恐惧，在下落的'某一瞬间，他似乎看到自己的生命正在自己眼前消失。

就当他感觉到死亡降临的时候，他腰间的绳子突然绷紧了，他挂在了一个岩石上。

就这么挂在半空中，他内心充满了绝望，他喊道“神啊，救救我吧！”

神奇的是，真的从天堂传出来一个深沉的声音“你需要我为你做什么？”

他回答说“救救我！”

“你真的相信我能帮助你吗？”

“神啊，我当然相信您！”

“好吧，既然你相信我，那么你就把绳子割断吧。”

然而，经过一个短时间的沉默，那个人紧了紧腰间的绳子。

那么，请问你的绳子抓得紧吗？你会放手吗？

通过这些小故事你学会了什么吗？

演讲稿有意义的篇八

今天我们来奶奶家吃饭，顺便打扫一下出租屋。

我和弟弟拿了：洗衣粉、拖把、84消毒液、抹布。现在可以开始打扫了！

我告诉弟弟，先把洗衣粉和84消毒液洒在地上，然后用抹布擦一擦桌子、椅子、床头，最后用拖把地面拖一下，最后把剩下的垃圾卖了废品就可以吃雪糕了。

我跟弟弟一起说：“开干。”

过了一会儿我们去把整个屋子打扫的干干净净，住户住在这里肯定会心情开心、心旷神怡的。

今天下午是有意义的!