

# 2023年寒假生活演讲稿秒 一分钟大学生 活演讲稿(通用7篇)

要写好演讲稿，首先必须要了解听众对象，了解他们的心理、愿望和要求是什么，使演讲有针对性，能解决实际问题。演讲的直观性使其与听众直接交流，极易感染和打动听众。以下我给大家整理了一些优质的演讲稿模板范文，希望对大家能够有所帮助。

## 寒假生活演讲稿秒篇一

大家好!

什么样的朋友才算真正的好朋友?这个问题一定有很多人都在问。现在，我就教给大家一个最简单的评判标准，那就是——如果你和她很长时间没有联系，你们再见面时依然有说不完的话，不陌生，不疏离，感觉像从来都没有分开过一样。哪怕什么都不说，在一起也不觉得尴尬。这样的朋友，就是你一生的好朋友了。

其实，有时候，你太容易在友情中受伤，不是朋友的原因，而是因为你对朋友的期望太高。她和你是好朋友，不意味着她就没有交别的朋友的权利，不意味着她就不能和别人聊得热火朝天，也不意味着她事事都要顾虑你的感受和你的看法。就算是最好的朋友，她也可以拒绝你的要求，也可以不同意你的观点，也可以对你提出批评，也可以和别人聊得热火朝天暂时忘记你的存在。哪怕你再反对，她也有权利选择她自己的选择，热爱她自己的热爱。反之，你也是一样。不要总是说自己被友情弄得伤痕累累，很多的伤都是你对友情的要求过高才造成的结果。

每个人都喜欢听好话，嘴上抹蜜的人比起那些不擅长表达的人，好像总是要多那么几个朋友。但是聪明的你们，当你看

一个朋友对你是不是真心的时候，一定要好好想想她对你做过些什么，而不是她对你说了些什么。即使是在言语上伤害过你的友人，如果在你最需要帮助的时候帮助过你，为你挺身而出过，都是值得你信赖的朋友，要珍惜。

当你遇到另一种情况，那就是朋友已经伤害了你，你是否应该原谅她。

虽然，从小我们被教育宽容是一种美德。但是，你一定要在心里给自己设定一个底线。如果不触碰，一切都好说，如果触碰了，你就要认真地考虑一下，你们之间的朋友关系到底应该继续还是结束。其实，你不一定要费尽心思去守护一份友情的。你想想，如果大家都说她不好，你非要说她好，就等于你告诉她，就算她做了任何伤害，你都是可以接受的，也是可以被宽容的。

如果在很久之后，你想起她对你的伤害，你还是觉得不能原谅，你也完全不必原谅她。但是，你一定要放下，不要去打听关于她的一切。因为她无论是好上天还是坏到底都跟你没有任何关系了。各走各的路，无需嫉妒，更不必悔恨。

最后，用一句话来概括友情：在一起很欢喜，分开后很想念，只是想念也很欢喜。

## 寒假生活演讲稿秒篇二

在今年的寒假中，令我印象最深的事情就是……在这里先给你们卖个关子，下面听我慢慢讲起，嘿嘿。

当我在老家过年的时候，那生活就如粗茶淡饭一样无聊。一天，我正在看电视，放的是热气球，看到一大群热气球飞到天空和热气球上的人那样高兴，自己心里也想试试，看看坐上去是什么感觉。

我先把鸽子赶到棚子里去后然后把他们的出路全部堵死，然后拿出事先准备好的网。我就用网在里面捕鸽子，这些鸽子好像在跟我玩猫抓老鼠，在屋子里飞来飞去。我一气之下，闭上眼睛不管三七二十一，随便乱捕。没想到天无绝人之路，竟然被我捕到了。简直就是瞎猫撞上死耗子。有心栽花花不开，无心插柳柳成阴。踏破铁鞋无觅处，得来全不费工夫。

当我抓住那一只鸽子的时候，看到它那可怜的眼神，我的心有一些不忍，最后我决定把这只鸽子给放了。所以这就是我干的印象最深的第一件事，也有一件也是令我刻骨铭心的。

还有就是过完年后的一件事，一次，我和哥哥准备搭个雪人，我们一人拿一个盆子把雪往里面弄，当弄好后我先把盆子反过来往地上一盖，然后她的往我的上面一盖。然后，再用雪弄了一个圆头往上一放，随后我们用花生仁当眼睛、用真帽子当帽子、真围巾当围巾、纽扣当衣服。最后看上去有点奇怪，不过管他去，不也是雪人吗！

## 寒假生活演讲稿秒篇三

光阴似箭，日月如梭，在紧张的学习生活过后，期盼已久的寒假终于到来了。紧张的大脑在此刻可以放松下来，呼吸新的空气，把学习压力放下，好好享受这来之不易的日子。该玩的时候就玩，该学习的时候就学习。

与漫长的暑假相比，三周左右的寒假总让我们觉得有点意犹未尽，短短的二十几天，对于我们来说好像有点不够用啊！虽然时间短，但如果我们早些计划，合理安排的话，同样可以过一个健康，快乐而又有意义的寒假。

寒假里的春节是我最开心的时刻。大家都欢聚一堂，坐在一起，一起吃年夜饭，桌上放满了一大堆既香又可口的美食，可丰富啦，有海鲜、蔬菜、牛肉，当然少不了鱼，在中国传统的春节里，吃鱼就意味着“年年有余”。这顿年夜饭为我

们增添了不少节日的气氛呀!吃完年夜饭，大家就做在客厅里看《春节联欢晚会》，有的节目很好笑，让我们大家笑得直不起腰来。看到一半，爷爷，奶奶就过来发红包给我和哥哥;我们在拿红包时，也不忘给爷爷奶奶拜年。过了不久，爸爸，妈妈也来发红包给我们。妈妈和爸爸发完后，又过不久，姑姑也来发红包。我们又看了一会电视，新年的钟声就要敲响了，该放鞭炮了，我十分兴奋，今年爸爸买的鞭炮格外的少，只买回来两挂鞭和一些小炮，并说：“今年北京空气污染严重，所以提倡少放炮，我就买了一点回来。”在鞭炮声中，我们迎来了新的一年。

虽然寒假非常的短暂，但是我们不能因为寒假的短暂而随心所欲的玩，应该劳逸结合在玩的同时不能忘记学习。所以妈妈给我报了英语寒假集训班和课外辅导，辅导下学期的内容。集训班里，我，我们看英文动画片，做英文阅读。提高了我们的阅读能力，英文水平。

在寒假的这段日子里，有时我功课写完，我就会看看书，每本书的内容都深深的吸引了我，让我有时看完后，会忍不住想再看第二次。我看了许多书，让我学到了许多知识，虽然一本都几十块，但是我觉得值得，因为有时你看完一页后，故事如果感动了你或者你对它十分感兴趣，你就会一看再看。也有些时候，我会去体育场打打篮球，锻炼一下身体，增强一下体质。

不知不觉，寒假已悄然过去了，又要投入紧张的学习中了，回顾这的寒假生活，是那么充实、那么美好。寒假生活快乐而短暂，真想留住时间的脚步，一直生活在寒假里!

## 寒假生活演讲稿秒篇四

大家好!

一个快乐而短暂的寒假悄悄地从我们的身边溜走，我们又迎

来了一个新的学期。本周国旗下讲话，由八（1）远征中队的朱辰玥同学来和大家一起分享她的寒假生活——水墨西塘·志愿情。

正月初二，我们全家一起驾车来到了浙江省有名的千年水乡古镇——西塘。“白墙灰瓦雨如烟，古意石桥月半弯”远远望去，西塘就是这般的美妙，这般的写意，就像一副美丽水墨画。

踏进老街，古迹建筑随处可见，一排排古色古香的房屋都起了个很有诗意的名字，我觉得里面最富有特色的就是古镇里的店名，以《天净沙·秋思》里面中的诗词命名的，例如：小桥流水，西风瘦马。首先映入眼帘的是一座座古老的小桥，弯弯曲曲，像一位驼背老爷爷的腰，支撑着来来往往的行人，西塘最有名的一座桥叫“永宁桥”它位于古镇正中央，连接着镇南和镇北，来往的人络绎不绝。西塘的水，好一副美景，让人流连忘返。西塘的屋，重重叠叠，屋顶上长者尺把高的草，堪称各镇一绝。西塘的烟雨长廊，近千米长，造型古朴，黑瓦盖顶，连绵不断，走在长廊下，催人发思。

我走过了几条小街，绕过几道弯，看见一座座屋子依水而建，倒映在水里，人们坐在屋子里喝着茶、聊着天、吃着零食享受着惬意的日子，水上泛起一片片涟漪，船上传来一阵阵欢笑声，这一情景让我不禁想起了白居易写的《忆江南》：江南好，风景旧曾谙，日出江花红胜火，春来江水绿如蓝，能不忆江南。

因为是春节，年味正浓，桥廊上、枝头上、屋檐下处处挂满了喜庆的红灯笼，映红了她的脸颊。孩童的欢笑、小贩的吆喝、戏台上的弹唱，游客们悠闲地脚步，交织在一起，西塘便又增添了几分喜气，好似待嫁的新娘。特色小吃、特色店铺、特色小玩意儿、特色服饰……都让我流连忘返。说千言万语也道不尽西塘的美，这种美只有亲身经历才能懂。

大年初四早上，我随着做地铁志愿者活动的姐姐碰了面，前往活动的指定地点集合。因为新年，外出出游选择地铁出行的人还是很多的，其中还有不少的外国友人，我就像一条小尾巴一样跟在姐姐的身后，一边看她跟我讲解她今天要做志愿者的主要内容，一边看她从容不迫的和买票的乘客讲解怎样操作。短短的三个小时志愿者活动结束了，虽然站着有点累，但是面对着眼前的求助的人让我心潮澎湃，更觉得这些志愿活动所富有的意义是多么的有价值。乘客的一个颌首，一个微笑，一句谢谢，无一不让我们感觉到为大家服务很光荣！在那里，将爱传递到每一个角落，让世界多一些美好。

该玩的也玩过了，该休息的也休息过了，再来就是要重拾课本，找回阅读的习惯，即使是假期，适当的阅读还是必要的，这个寒假我读了《历史的温度》一二册，令我爱不释手。我觉得书本是知识的来源，可以使我沉淀心灵，静下来思考，籍此让心中的眼睛睁开等醒。

寒假就这么结束了，要重新踏上新的征程了我相信，经过这些日子的休息，新的学期里我更能凝聚所有的心力，力求更好的表现。

在新的学期，祝老师们工作顺利，祝同学们学习进步。谢谢大家！

## 寒假生活演讲稿秒篇五

大家好！

我们心中始终深藏着这样一个信念：正是水的冲击，卵石才臻于完美。迎评促建对我校而言就是那一股股源源不断的流水，为我校攀登辉煌的高峰不断地注入能量与动力。

机遇总是偏爱有准备的头脑，机遇在即，我们只能下意识地问我们自己：“准备好了吗如何准备才算充分”面对这些问题，

目前我们的回答显得不太肯定，但我们能自信地说：一年，我校一定会交上一份令人满意的答卷。

这一片又一片的足迹是一批又一批的财院儿女心血的见证，是财院人心中的绿洲，是歌词中唱到的“付出总有回报”在大学生校园里的真实现影。作为03级的财院人，我们理当为他们的付出唱一曲赞歌，但更重要的是用我们的行动为这一重大使命画上一个完美的句号。

坦白地说，我的成绩在众多同龄人中是毫不起眼的，我属于差生的行列，但我却从不认为自己不能为我校的“评建创优”做些什么。因为我也会付出，而且我的付出也肯定是有意义的。我为迎评所做的贡献虽然平凡，可是只有做好这些细微的工作，我们才能让专家们见微知著地了解我们的学校。从现在起，向成绩优良的同学靠拢，并继续发挥我在其他方面的优势，让自己尽早融入到特长生的队伍。

我也曾没想过倘若我目前已经是一名优秀生，我的蓝图有所改动，然后使自己变得更优异，但这种优异绝不局限于书本，而是植根于校园的各种各样的学生社团，乃至窗外那所更大，更深奥的社会大学。

我相信，这样的设想是现实的，可行的，可取的。大家一定知道营销大师里斯·特劳斯吧，他在其划时代著作《定位》里写道“……获得成功的希望是要有选择性，缩小目标，分门别类，简言之，就是‘定位’”。“迎评促建”是国家教育部给我校的定位，是对我校目前乃至将来办学水平的肯定，本质上却是对我们当代大学生的重视与关怀，是提高我们各方面素质的助推器，积极配合，勇于上进才是我们的回复。一个人今天学到的，将来在工作，生活中用得上多少呢一个人是否优秀，是不能光看他的文化知识的掌握程度的，而要看其综合组织的高低，将来走上工作岗位，不可能你会说英语，会做数学题就很优秀，更重要的是工作能力。而工作能力是要现在经过锻炼才会得到提高的。难道我们还要再让别人说我

们是高分低能的人吗难道我们还要让企业说我们是眼高手低的人吗不!我们要因此而清醒!从现在做起,从自身做起!我校的学风还存在这很大的不足,我们一定要重视,要改进它!要针对自己的不足,对症下药,努力提高自己,完善自己。

放眼大千世界,生活中的各个领域都需要一种“定位”的意识,要使我们的明天更美好,务必使全院师生一条心,领导基层一条心,大家为了同一个目标,各就各位,各司其职,以付出为圆心,以行动为半径,画一个充实的圆,献给财院的明天。

我的演讲完毕,谢谢大家!

## 寒假生活演讲稿秒篇六

大学生活意味着更广阔的世界,其“务虚者”向往瑰丽丰富的浩渺星空,“务实者”则期待着一个笃实的奋斗历程。其实,人在大学,我们既要放开眼界,细察璀璨群星,也要笃实前行,稳步致远。

是我们无论处在什么学习或生活的阶段,依然昂首去眺望更多的可能性与未知的远方。就像在艺术专业里终日涂画的门捷列夫,最终却在化学的世界里筑起了了高塔。我们不应该在任何时候关上心灵眺望的窗户,更遑论大学了。我们应“务虚”,在星空与瑰梦里大胆探索无限的机遇与可能。

在这之后,我们不应任自己如浮萍般飘荡,而是确定一步一个脚印的奋斗履历。知识之海固然处处有风景,但唯有潜心钻研,脚踏实地,扎实专业,才能于将来在特定的领域,占有一席之地。也就是说,人在大学,我们要抛却“务虚”里浮躁之类的杂质,以务实的心态和行动去对待眼前的道路。

因而,“务虚”和“务实”并非完全对立的两种立场,我们



也不应该钻入其一的极端。一味做白日梦，幻想诸多可能，沉浸其中无法自拔者没有实干的成果，作文m而闷头闭塞式趋行在某一条道路上的大学生，往往错失机会的眷顾。游于两者之间，时时保持着开放性的心态与无尽的好奇、野心，同时又不懈怠于脚下的路，即“务虚”的是心态，“务实”的是行为，从而让你的大学之路鲜花满径，光影斑驳。

其实，无论在大学，还是在人生的其他阶段，我们应做尼采所说的“心灵自由者”，也要具备实干家所倡导的笃实精神。没有人能在务虚的梦里走完一趟有意义的人生，也少有人在闭塞的心境中体会大千世界的诸多美好。所以，我们要憧憬可能的世界，仰望浩渺的星空，敢于梦想，敞开胸襟；我们也应笃实前行，稳步致远，最终让自己成为天空中“最亮的星”。

## 寒假生活演讲稿秒篇七

我心中的大学生生活是充满仁爱的。各位老师们在尽职尽责忙碌自己的工作之余，花点时间，把更多的关怀以及爱留给自己的学生，让每位学生得到有如父母关怀的温馨，不让他们有除学习之外无谓的压力和苦恼，以体现为人师表的内涵，每个学生以阳光般的笑颜和心态面对生活的点滴。

我心中大学生生活是光明、廉洁、大爱的。学生十年寒窗苦读，走进大学校门。为了铸造打开大学校门的这把沉甸甸的“钥匙”他们付出了难以想象的艰苦。高额的费用再也不是无法逾越的大山。作为知识聚集的圣堂，学校本着”以人为本“的宗旨，一切为了学生，为了学生一切，教书育人，传道授业。更多的去关怀学生的学习、生活，特别是那些贫困家庭和有残疾的学生家庭，送去校领导的体贴，让他们放下沉重的思想负担，安心学习。

我心中大学是和谐温馨的。同学们来自五湖四海，缘分所至，

让大家相聚在了大学校园。大家都有着各自独有的文化和习俗，却那样理所应当的成为了哥们，我理想中的大学生活，会在下午的第三节课和同宿舍的其中的一两个或者集体逃课，躺在操场上的草坪上晒太阳，然后平静的畅想自己的未来。或者，会认识一个和他一见如故感情事业人生观价值观统统出奇的相似相见恨晚然后痛痛快快的一聊就是三天三夜的朋友。

我心中的大学生活是书香芬芳的。书是知识的海洋，每个人都愿接受它的洗涤。图书馆作为大学校园文化的中心，希望同学们畅所欲游。大家在这，欣赏各种报刊、杂志、教科书等，了解世间百态，既充分满足视野享受和充实自己，又锻炼自己的阅读能力，可谓一举两得。在书香芳香中生活学习实为一种人生享受。

我心中大学生活是充满勤奋的。为了自己以后的人生目标，大家相互促进，刻苦学习，珍惜时间，把握机会。先哲曾言：人若把一生的光阴虚度，便是抛下黄金未买一物。在大学这个美好校园里，我们怎能不为自己一搏？阳光下，献给你我最好的年华。