

2023年规则班会的演讲稿(优秀6篇)

演讲稿首先必须开头要开门见山，既要一下子抓住听众又要提出你的观点，中间要用各种方法和所准备的材料说明、支持你的论点，感染听众，然后在结尾加强说明论点或得出结论，结束演讲。那么你知道演讲稿如何写吗？以下是我帮大家整理的演讲稿模板范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

规则班会的演讲稿篇一

三、主题班会过程设计：

(2) 播放视频《珍藏瞬间—9班一起走过的点滴》，回顾半个学期以来大家在一起拼搏、奋斗的日子，感受到班级就是一个温暖的家，我们彼此鼓励、珍惜，我们将永远战斗在一起。

(3) 主持人发便利贴，让学生们把同学之间感人的事迹写在上面，并对自己最好的朋友说声：谢谢！。最后把它们贴在“感谢有你”的墙报上。

(4) 主持人对班会进行，希学会感恩，珍惜友谊。

四、学生意见反馈：

班会以《朋友》这首歌开始，伴随着这感人的旋律，班主任给我们讲述了朋友的重要性，让我们认识到朋友的重要性，让我们认识真正的朋友和友谊。接着他又播放了《北京东路的日子》的mv，看完mv，他讲了一段我们难以忘怀的话“高中三年会很苦、很累，但我们会收获很多很多，其中友谊就是我们收获的一枚闪亮的贝壳，我们应该学会感受友情和感恩友情。生活中，失落的时候，朋友的鼓励；彷徨时，朋友的支持；成功时，朋友的祝福。朋友总在我们我们身边，为我们

付出点点滴滴，让我们珍惜这份缘分，珍惜我们的友情！”说完这番话后，同学们回忆身边同学情谊的点点滴滴，让我们写下身边感动的瞬间，大家将最感动的瞬间写入字片，写出对友谊的感谢。是这堂班会课，让我们懂得我们一直沐浴在友爱的光辉之下。

五、：通过这次主题班会，学生们理解到朋友友谊的珍贵，并分辨真正的朋友，懂得感恩同学，在今后的学习生活中互相帮助、互相包容、互相学习，一起创造良好的班级氛围。

规则班会的演讲稿篇二

1. 通过对青春生活事物的探究、分析帮助同学们认清是非，学会做人；
2. 通过对故事的阅读汲取有用的、意义深刻的道理；
3. 通过举手发言、小组讨论，让同学们互相学习，积极向上地面对生活。

主持人主持、同学讨论、交流。

1. 青春乐园中
2. 我看流行
3. 懵懂的情愫
4. 魅力青春
5. 打开知识的大门
6. 怎样做人

（投影1：标题十四岁，我们迈开青春第一步）

主持人甲：十四岁的我们是早上七八点钟的太阳，十四岁的我们是早上剔透的露珠，十四岁的我们是青涩的苹果，十四岁的我们即将迈开青春的第一步。既然我们要走上人生的道路，那行囊里就要有成熟的果实来作为一路上的供给。所以让我们一起走进青春的果园中，采撷果实。

青春乐园中：（投影2：青春乐园中）

主持人甲提问：那么什么围绕着我们的青春呢？请大家小组讨论，后派代表发言。

小组1：我们的身边有各种各样的流行，比如音乐、追星等。而且同学们都挺喜欢这些流行事物的。

小组2：我们身边还有许多诱惑。比如别人抽烟带来的诱惑，网上的电脑游戏也是种诱惑，一旦迷上就无法自拔。

小组3：我们正处于青春期，心中已经涌动出了情愫。这种懵懂的情愫让我们不知如何是好，有时候还会使自己分心，影响到自己的学习成绩。

主持人张昊总结：（投影3：流行、诱惑、懵懂的情愫三幅代表图片）没错，大家很全面地总结出了我们身边的各种事物。流行、诱惑以及萌动的情愫就是我们中学所面对的。

主持人乙提问：我想问问同学们对这些事物各持什么态度？请大家自由发言。

学生1：流行是丰富我们课余生活的一种方式，我们经常要和流行打交道。

学生2：诱惑有好的也有有害的，比如学习成绩的诱惑，这就

是种目标；而电脑游戏就会影响我们的正常生活，这是不良诱惑。

学生3：情愫是我们不断成长，内心越来越丰富的表现，只要能正确处理就好。

主持人甲过渡到第二部分：流行是组成我们生活的一部分，它在潜移默化中影响着我们中学生的价值观以及个人好恶。那么我们到底应该怎样看待流行呢？让我们用自己的眼光来感受流行。

我看流行：（投影4：我看流行）

主持人乙提问：那么都有些什么流行呢？请大家积极思考，然后举手发言。

学生2：还有上网玩cf、冲浪也是流行，我们能在网上获得各种乐趣，并且更新自己的知识。

学生3：还有些同学特别喜欢穿各种新潮服装。比如像熊掌一样的手套，有鱼鳞一样的闪片附着的t恤。

主持人甲总结：没错，正如同学们所说我们身边的流行有追星、上网以及穿奇装异服。

主持人乙提问：那么大家是如何看待这些流行事物的？喜不喜欢，有什么利与弊？请大家小组讨论，后派代表发言。

于接纳各种流行事物，让自己的生活变得充实。

小组2：我们组的观点是这些流行事物并不是全部适合我们，我们应该拥有一把明辨是非的标尺，筛选出对我们有益的流行事物，这样才能够让我们快乐健康地成长。

小组3：我们组认为上网、新潮服装都是不适于我们的流行事物，我们不应该跟随主流。要有自己的主见，理智对待。

主持人甲介绍故事：（投影片5：《女工与明星》的故事）说到流行就不得不向大家介绍一个故事，这个故事叫做《女工与明星》。请大家仔细阅读。

（读完后）

主持人甲提问：好的，在读完之后，相信每个同学都悟出了深刻的道理。就请大家自由发言，阐述阐述自己的阅读感受。

学生1：这个故事很有意义，其中女工的理智确实值得让我们学习，在面对自己喜欢的明星时，我们就要像这样，权衡好学习和追星，做到理智对待。

学生2：我认为女星身上有许多闪光点，而其中值得让我们借鉴的是她对于工作与追星的理解，她用自己的智慧诠释了正确的追星态度，或是说，对待社会流行的态度。

主持人乙总结：总的说来就是要正确看待流行事物，做出正确的选择与判断，避免盲目效仿追随。

学生1：我要将更多精力放在学习上，并在感受流行事物的同时，有机地把学习和流行结合在一起。

学生2：我要把流行看作是一种放松身心的方式，绝不能够痴迷于流行而无法自拔。也就是学会如何理智对待流行。

学生3：我们应当牢牢抓住先进文化的前进方向，辨清文化的真伪，以是否有益于提高自身的素质为标准来吸收精神养料。

主持人乙过渡到第三部分：流行事物中有许多像情歌、情诗、绯闻之类的东西，这些言情的事物不经意间会触碰到我们内

心最难以言表的一一情愫。下面，让我们一起走进第三部分一一懵懂的情愫。

懵懂的情愫：（投影片6：懵懂的情愫故事介绍《柳眉儿飘》）

主持人甲介绍：下面让我们一起阅读这篇《柳眉儿飘》，在阅读的同时我们向大家提一个小问题。

主持人乙提问：文章中的女孩是怎样处理的，这样做好不好，为什么？

学生1：她宛转地拒绝了男生，她给了男生学习的动力。

主持人甲提问：那为什么会产生这样的情愫？应不应该呢？

学生1：我想可能是青春期的到来，让所有青少男女都对异性有了懵懵懂懂的爱慕之情。这是一种很正常却又很复杂的心里表现，只要能正确处理就好。

学生2：女孩很冷静，她用一种委婉的办法告诉男生了道理，既没有破坏关系，还添加了一段新友谊。

学生3：我认为女生的做法很正确，她帮助男生认清了爱慕的本质，理智地拒绝了男生，让彼此都有希望，在学习上更加努力。

学生4：女生用小纸船比喻两个人，她认为他们还不能驾驭自己的感情，等到纸船各自长大，有能力抵抗狂风暴雨，他们还可以再次重逢。

主持人乙提问：那你是如何看待这样的感情的呢？

学生4：同样，我觉得这是一种很普遍的心理活动，它让我们的生活多了一点色彩，但我们不能也没有能力发展这样的感情，所以必须果断的拒绝。

全班：好——

播放《凑热闹》伴奏

（完）

主持人甲：让我们再次用热烈的掌声为他们喝彩！感谢他们用富有活力的舞蹈为我们诠释了青春的朝气！分析完了流行、情愫，看过了精彩的表演，下面让我们一起来谈谈作为学生最根本的学习。下面让我们一起看看如何掌握好这把学习的钥匙，打开知识的大门。

打开知识的大门：（投影8：打开知识的大门，请三位同学为大家谈谈学习心得）主持人乙开场白：学习的路上一定不是一帆风顺的，如果你被绊倒了，这时就需要走在前面的同学来扶起自己。让我们分别有请三位同学谈谈他们的学习方法以及态度。第一位，掌声欢迎徐永峰！

学生1：好。我的学习方法就是坚持做到“学习三步走”：课前预习、上课听讲、课后复习。

主持人甲采访：看似很简单的学习方法。请问复习这一环对学习有什么作用呢？学生2：复习是很重要的，在课堂上学习的知识很容易会被遗忘，我们只有做到按时复习，学习知识才没有漏洞，也能在其中再次得到提升。所以才会有“温故而知新”嘛。

主持人乙采访：嗯。那你学习是为了什么？或是说你是奔着什么去学习的？学生3：我是为了在学习中获得乐趣而学习的，我感到了学习所带来的乐趣。主持人甲评价：恩，同学们每天起早贪黑的背着书包来到学校，又有几个人思考过这样做是为了什么？徐永峰说自己能够在在学习中获得乐趣，这就是他自己的深感主持人乙介绍：下面让我们欢迎杨泓铭。

杨泓铭：大家好。我的学习方法就是劳逸结合，放松身心。

主持人乙采访：嗯，“劳逸结合”常是参加一些什么活动呢？

学生：我会利用中午的空闲时间看看新闻或者是听音乐。

主持人甲采访：这样的放松会给你带来些什么好处呢？

学生：我在忙碌的学习中抽出空来放松一下自己，就会卸下很多学习的包袱，也让我感觉到了快乐，让我对学习有了动力。

主持人乙采访：同样，你的学习态度是？

学生：我认为只有好好学习才会有光明的前途，所以现在的学习是为了将后来的道路做铺垫。

主持人甲评价：恩，这又是另外一种深刻的态度，相信每一位同学都有过这样的想法，坚持下去，就是最棒的。谢谢杨泓铭，请回座位。

规则班会的演讲稿篇三

2、联系生活，发现生活中的物理规律，多用物理知识解释生活现象；

1、生物学习将知识系统化，完善知识体系；

2、突出重点，把握考点，结合练习，不断提升。

下面请老师以高考过来人的角度分享一下他的备考经历和心得

对高三的认识：

- 1、高三，充满压力，充满乐趣，调整好心态，迎接高考的挑战；
- 2、高三，时间很有限，也很宝贵，要充分利用好；
- 3、高三，积累不能少，不能停。
- 4、高三，好的学习习惯、学习方法必须要。
- 5、高三，紧追随目标在题海里上蹿下跳，时刻准备着，一刻也不能放掉。

几点建议：

- 1、时间一定安排好（劳逸结合，事半功倍）
- 2、养成良好的做题习惯（基础题寻根究底，难题适当就行）
- 3、不断积累（好文妙句、典型例题、易错题）
- 4、多阅读，多思考（美文欣赏）
- 5、心动、手动、脑动
- 6、勤于总结，查缺补漏

过渡：感谢老师的精心准备和分享。

自我设计：下面进入“我的大学我做主”自我设计环节。每个人都有一张自我设计卡，可以在卡上填上“我的理想大学”、“专业”和“我的座右铭”，最后收集起来贴在班里墙报上，时时激励每一个人继续努力，艰苦奋斗。（5分钟）

师者寄语：请学校领导x老师讲话

x老师:

- 1、同学们的发言很不错，交流得挺充分，但缺乏自信；
- 4、祝愿大家通过努力后取得最后的成功。

规则班会的演讲稿篇四

男：播种一个信念，收获一个行动；播种一个行动，收获一个习惯；播种一个习惯，收获一个性格；播种一个性格，收获一个命运。同学们，好好播种，好好把握吧！

男：“问渠哪得清如许，为有源头活水来。”一泓清池，必须不断有清泉的注入，否则，即使不干涸，也很容易混浊。读书也是一样，读书贵在持之以恒，要用心去感悟每一本书每一个文字。

女：相信这个暑假里一定过得很愉快吧！9月1日可是我们正式上学的时间，千万不要忘记喽！新学期努力学习吧！

男女：当每天太阳升起的时候，欢歌笑语从这里产生，美好快乐从这里延续，一句good morning!是崭新一天的开始；一句how are you!是人与人之间温馨的问候。

男：凡事从“认真”开始，认认真真地读书，认认真真地上课，认认真真地做作业。学业成功的过程离不开勤奋和刻苦。“天才出于勤奋”，“书山有路勤为径，学海无涯苦作舟”，“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”这些格言说的都是这个道理。

女：学业进步，贵在自觉。我们要在老师的指引下，培养自己良好的行为习惯、学习习惯和生活习惯。国有国法，家有家规，我们学校同样有一些规矩和要求。同学们要自觉遵守小学生守则和学校的规章制度，自觉养成良好的学习习惯和

生活习惯。

男：每个班级都是学校的缩影，每个学生都代表学校的形象，每寸校园都代表学校面貌，同学们要做到语言文明，行为文明，在校园内不乱丢杂物；不欺负小同学；在校外遵守交通规则；不进网吧、游戏厅；在校门口不买零食；在家尊重父母。在社会，做一个爱国爱民、遵纪守法、诚实守信、文明礼貌的优秀小公民。

女：同学们，新学期你们的父母在关注着你们；我们的每一位教师都在祝福你们。今天我们要将新学期视为一个新的起点，以全新的精神面貌投入学习和生活之中。遵守学校规章制度，尊敬老师，刻苦学习，热爱劳动，关心他人，善于合作，以优异的成绩向你们的父母汇报。

男女：祝同学们在新的学期学习进步、健康快乐的成长！祝全体老师在新的一年里身体健康、工作愉快、家庭幸福！

男：创设一个环境：安全、稳定、文明、有序。

女：新学期新环境新起点新气象

男：多点文明，多点创新，让校园更美好。

女：学习是首要，安全更重要。

男：多一份呵护，多一片绿地。

女：以真诚为半径，以尊敬为圆心。

男：要想成绩好，动手又动脑，要想环境美，大家齐创造。

女：让每个孩子都走向成功！

男：实践新课程，创造新教育。

女：新学年新气象，工作学习更高效

男：素质高一分，形象美时分，学校是我家，关爱你、我、他。

女：“新学期，你我共同努力！”

男：“祝福你，新学期，进步多多，收获多多！”

女：“百尺竿头，更进一步！”

男：树立一个信心，我能我行

女：自信心对我们的学习很重要。我们读书学习，需要有决心、有信心、有行动。

男女：创立一种学风：认真、勤奋、刻苦、求是。

规则班会的演讲稿篇五

男：播种一个信念，收获一个行动；播种一个行动，收获一个习惯；播种一个习惯，收获一个性格；播种一个性格，收获一个命运。同学们，好好播种，好好把握吧！

男：“问渠哪得清如许，为有源头活水来。”一泓清池，必须不断有清泉的注入，否则，即使不干涸，也很容易混浊。读书也是一样，读书贵在持之以恒，要用心去感悟每一本书每一个文字。

女：相信这个暑假里一定过得很愉快吧！9月1日可是我们正式上学的时间，千万不要忘记喽！新学期努力学习吧！

男女：当每天太阳升起的时候，欢歌笑语从这里产生，美好快乐从这里延续，一句good morning!是崭新一天的开始；一

句how are you!是人与人之间温馨的问候。

男：凡事从“认真”开始，认认真真地读书，认认真真地上课，认认真真地做作业。学业成功的过程离不开勤奋和刻苦。“天才出于勤奋”，“书山有路勤为径，学海无涯苦作舟”，“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”这些格言说的都是这个道理。

女：学业进步，贵在自觉。我们要在老师的指引下，培养自己良好的行为习惯、学习习惯和生活习惯。国有国法，家有家规，我们学校同样有一些规矩和要求。同学们要自觉遵守小学生守则和学校的规章制度，自觉养成良好的学习习惯和生活习惯。

男：每个班级都是学校的缩影，每个学生都代表学校的形象，每寸校园都代表学校面貌，同学们要做到语言文明，行为文明，在校园内不乱丢杂物；不欺负小同学；在校外遵守交通规则；不进网吧、游戏厅；在校门口不买零食；在家尊重父母。在社会，做一个爱国爱民、遵纪守法、诚实守信、文明礼貌的优秀小公民。

女：同学们，新学期你们的父母在关注着你们；我们的每一位教师都在祝福你们。今天我们要将新学期视为一个新的起点，以全新的精神面貌投入学习和生活之中。遵守学校规章制度，尊敬老师，刻苦学习，热爱劳动，关心他人，善于合作，以优异的成绩向你们的父母汇报。

男女：祝同学们在新的学期学习进步、健康快乐的成长！祝全体老师在新的一年里身体健康、工作愉快、家庭幸福！

男：创设一个环境：安全、稳定、文明、有序。

女：新学期新环境新起点新气象

男：多点文明，多点创新，让校园更美好。

女：学习是首要，安全更重要。

男：多一份呵护，多一片绿地。

女：以真诚为半径，以尊敬为圆心。

男：要想成绩好，动手又动脑，要想环境美，大家齐创造。

女：让每个孩子都走向成功！

男：实践新课程，创造新教育。

女：新学年新气象，工作学习更高效

男：素质高一分，形象美时分，学校是我家，关爱你、我、他。

女：“新学期，你我共同努力！”

男：“祝福你，新学期，进步多多，收获多多！”

女：“百尺竿头，更进一步！”

男：树立一个信心，我能我行

女：自信心对我们的学习很重要。我们读书学习，需要有决心、有信心、有行动。

男女：创立一种学风：认真、勤奋、刻苦、求是。

规则班会的演讲稿篇六

节约粮食，反对浪费！

高一

节约粮食，反对浪费

树立节约资源的'意识，养成勤俭节约的习惯。

1、粮食的来之不易；2、树立“节约光荣，浪费可耻”的思想观念；3、学会从身边开始节约，不浪费学校的粮食；4、树立为学校节约的意识，就是尊重我们父母的劳动果实，就是给国家节约，给世界节约。

同学们，知道10月16日是什么日子吗？（世界粮食日）世界粮食日，今天我们的话题就是“粮食”，我们的班会主题就是：节约粮食，反对浪费！

同学们，我们绝大多数都是来自农村，我们的父母都是农民，我们都知道粮食是怎么来的，现在就让我们一起来回想一下我们每餐吃的白米饭是我们的农民父母们如何辛辛苦苦种出来的。

——3分钟回想，再由学生自由发言。

——班主任总结：同学们回答的很好，现在，我们都知道，我们每天的吃的白米饭来之不易：耕地、播种、秧苗、移种、除草、除虫、施肥、收割、晒谷子、碾米等等，中间任何一个环节都不能出问题，如果出问题了，那就成不了白米饭了。

——学生讨论发言。

——教师总结：中国人口超过13亿，人均耕地面积不到1.5亩，是世界人均值的1/4；如此宝贵的耕地，每年还以千万亩的速度在消失。我国东部600多个县（区）人均耕地低于联合国粮农组织确定的0.05公顷（0.75亩）的警戒线。而我国由于设备和管理落后，粮食在收获、储存、调运、加工、

销售和消费中的总损失高达18.2%，也就是说，我国每年的产后粮食约有850亿公斤被白白浪费掉。资源、可持续发展已经成为世界性的课题。

节约粮食，是我们每个公民应尽的义务，而不是说你的生活好了，你浪费得起就可以浪费。浪费是一种可耻的行为。即使在发达国家，节俭也被视为一种美德。这是对劳动的尊重，也是一种社会责任，更何况我国还是一个发展中国家，还有那么多人没有解决温饱和贫穷，还有那么多孩子因贫穷而失去受教育的机会。减少不必要的浪费并不难，在日常生活中不过是举手之劳。只要存有节约的意识，其实做起来很简单：吃饭时吃多少盛多少，不扔剩饭菜；在餐馆用餐时点菜要适量，而不应该摆阔气，乱点一气；吃不完的饭菜打包带回家。尽量减少对生态环境的压力已经成为一种新时尚，成为新时代人应该具备的一种品质。

我们自己有没有浪费的行为呢？

——教师先自己剖析自己的一些日常浪费行为进行检讨！

——学生进行自我剖析。

——教师总结发言：同学们，我们多多少少都存在着一些浪费性行为，大部分同学都是无意识的行为，没有这个习惯。那么，从今天开始，从我们每一个人开始，养成勤俭节约的习惯，反对浪费，我们大家共同努力！

——“节约粮食，反对浪费”的签名仪式。

——全体同学宣誓：

我宣誓：从今天起，从我做起，节约每一粒粮食，节约用水用电，反对浪费，树立节约光荣，浪费可耻的思想观念，我发誓，我一定做到！

宣誓人□xxx