

实训中心年度总结 监控中心年度工作总结 (优质10篇)

演讲稿是演讲者根据几条原则性的提纲进行演讲，比较灵活，便于临场发挥，真实感强，又具有照读式演讲和背诵式演讲的长处。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的演讲稿模板范文，我们一起来了解一下吧。

友谊演讲稿篇一

同学们：

今天我想跟大家谈一谈友谊的话题。

友谊，是人生最珍贵的感情之一古今中外不知多少名人用多少优美的诗句来歌颂与赞美过它。曾经有一位伟人说过：“得不到友情的人将是终身可怜的孤独者；没有友情的社会，只是一片繁华的沙漠”朋友就是友谊的代言人他们不曾嫌弃任何人与放弃任何人而用他们那宽大的心去容纳与接受别人使别人能在他们的身上感受到友谊的温暖、关怀。

在顺境中，朋友结识了我们；在逆境中，我们了解了朋友。这是名人柯林斯对朋友做出的评价。这使我想起不久以前，我在报纸上看到的一份报道。有一对朋友，他们一起去爬山。刚好下雨路滑，有一个人不小心滑了一跤，恰巧身边是万丈深渊，在这千钧一发的时候，他的朋友立即扑上去拉住他的手。就这样，他们在“鬼门关”前持续了两小时左右。在这段时间里，那身陷险境的人，几度叫他的朋友放手，免得一起摔下去，双双送命。但他的朋友却说：“再坚持一会儿，就会有人来救我们的。”终于，碰巧三个山工看到，把他们救了起来。但那朋友的手已经变成畸形了，可是他还是笑着对他的朋友说：“我早说过会有人救我们的。”这时，那人

早已热泪盈眶，抱着他的朋友哭起来。这件事，若发生在没有友谊的人身上，可能会视而不见，或逃之夭夭。柯林斯说得没错，我们在逆境中认识了朋友，认识了他们的伟大。

友谊是用心感受，用心传递的，只有亲身体会过，才会知道友谊的珍贵。其实，我对“友谊”这两个字很有体验。就像我们经历的远足，这可能是我们大多数同学的第一次，也是我们人生中的一大考验。在这次活动中，大多数同学能够走下来，靠的并不一定是自己的能力、毅力和坚强，靠的应该是同学、朋友之间的互相鼓励、互相支持。每个同学都得到了其他同学的鼓励，正是这些微不足道的鼓励与支持，我们才会顽强的走下来。行程中，当一个同学有点坚持不住时，周围的同学也会伸出援助之手，帮他背包，尽管他们也是很累很累，这样看来，这只手不仅是援助之手，更是友谊之手。同学们这样做也许只会得到对方的一丝微笑或一个眼神，但他们也很高兴，因为他们知道朋友之间是不需要回报的。

请伸出你的友谊之手，让我们手牵手、肩并肩，真心体验友谊、真心感受友谊，珍惜友谊，让友谊之花处处盛开。我坚信我们的明天会更加美好灿烂！

友谊演讲稿篇二

尊敬的各位老师、亲爱的`同学们：

大家下午好！今天我演讲的题目是：友情。

伴随着我们一天天的长大，难免在某些方面与父母有些许隔阂，而此时大家更倾向与将自己的事情对自己的朋友说。于是，友情作为一种不可或缺的情感而存在。朋友就是朋友，绝没有任何事情能够替代，绝没有任何东西能够形容——即便是世界上最为妖娆多姿的玫瑰，也不足以比拟友情的芬芳与美丽。

还记得初三毕业后的那个暑假，在结束了一天空虚而又浮躁的电脑游戏后，每天夜里，我都会躺在床上望着天花板发呆，回想三年来的风风雨雨、点点滴滴，每一幕都仿佛近在眼前，每一幕都令人难以忘怀，每一幕都让我留恋、难以割舍。曾经，当我在操场上挥汗、在教室里奋发，是你永伴我身旁、与我同行；曾经，当我丧失学习动力，彳亍于无边黑夜时，是你仿若夜空中最亮的星辰照我前行；曾经，当我为中考星夜兼程的复习时，是你给了我信念、赐予我力量。或许，时间的推移让我们不得不面临分离，但友情永不会让彼此成为对方的陌路人——友情，竟是如此的坚强！

或许仅剩心中那最后一抹执着的向往——友情，竟是如此的脆弱！然而，岁月的脚步是任何人都无法抵挡的，我们必须前行，停滞不前本身就是一种错误。于是，我们不得不在一个个路口，送走一个个曾经无话不谈、患难与共的朋友，再迎来一个个崭新的面孔，但无论何时，请给自己的心留下最后的空间，留一份纯洁的友情！我的演讲结束了，谢谢大家！

友谊演讲稿篇三

很多时候我们总是从地理位置上寻找我们活着的证据，结果我们失望了，也失落了，其实答案只有一个，那就是在人生这条旅途上，有一群好朋友，沿途说说笑笑，不仅不会嫌路长，甚至还会说此路太短。

昨晚我失眠了，但不是应为爱情，却是应为友情，我想起过去的，现在的朋友们，一幕幕在我脑海中萦绕，历历在目。

可上天好像不喜欢我做250，他派来了一个天使，一天，我正趴着桌子发呆，我同桌就拉着嗓子在我旁边高声背书，一遍，两遍三遍，我发现我记得他的语调，很久后我还能记住，然后，我跟他就做一笔了交易，只要他背书时在我旁边大声读出来，我为他练书法作业，为了不让老师发现，我练我自

己的用右手，练他的就用左手。。

李白乘舟将欲行，

忽闻岸上踏歌声。

桃花潭水深千尺，

不及汪伦送我情

一遍 两遍 三遍 四遍 ，但他背第五遍的时候我已能经默写
下了

可他还没来得及反应我一给了他两记耳光，

这一幕让老师和其他的小伙伴都惊呆了、他的脸顿时就留下
五个大x,可他没哭，

后来，我就跟垃圾筒相依为命了好几个月，可有一天，老师
和蔼的说：“田勇回来跟原来的同桌坐吧！”我只好厚着脸
皮诚惶诚恐地回原来的座位，之后的日子我们谁都没在提那
事儿，然而我们关系比以前更好了。。。

如今的他也在远方求学。

友谊演讲稿篇四

亲爱的老师、同学们：

在这人山人海的世界上，要找到一个朋友，难!要找到一个知
心朋友，难上加难!

在我的印象中，小月是我的知心好友，我在困难的时候她会
帮助我，她有困难我也会帮助她。我俩称得上是形影不离的

好姐妹。

有一次，我们学校组织了夏令营活动，要旅游三天。因为我会晕车，所以一上车我就睡着了。我一睡就忘了时间。到了宿营地，小月急忙把我叫醒，我见到了宿营地匆匆忙忙走下车，却把背包落在汽车上了。快到中午时，我才发现背包没了。我失声痛哭起来。别的同学都议论纷纷，只有小月默默地从他的背包里拿出一瓶牛奶和一块面包给我，又对我轻轻地说：“别担心，我的食物可以和你一起吃。”我被感动得热泪盈眶。

在一个晴空万里的早晨，我发现小月今天没来上学，我心里很不安，放学了，我急匆匆冲到小月家，发现小月生病了，她家人又不在，我就照顾了小月整整一个晚上。第二天，我起床时，发现小月不见了，我每个房间都找遍了，还是不见小月的踪影。我急得团团转。正当我着急的时候，门突然响了一下，我跑出去一看，这才发现，原来小月出去买早餐回来了。我担心地问：“你的病好了吗？怎么到处乱跑啊？”她微笑着说：“放心吧，已经好了！”听了这番话，我才有些放心。吃了早饭，我就和小月一起去上学了。

就这样，年复一年，月复一月，日复一日。我和小月的感情更深厚了。可惜的是，后来，我和小月却分开了，因为我回了老家。从此，我常常在内心深情地呼唤：“小月，我好想你啊！他乡的你，还好吧？”

友谊演讲稿篇五

同学们：

漫长的六年学习生涯中，每个人都珍藏了数不清的点点滴滴。其中，我最难忘的还是我和亲爱的同学们的真情真意。

我要感谢你，是你在我最需要帮助的时候帮助我。

也许你早就已经不记得那件事情了，但是我还是深深地记住了。那节体育课，体育老师让我们练习双跳，练好了就要测试。你早就已经达标了，可是看见我只能跳一两个，就急匆匆地跑来教我练习。你告诉我，要双跳首先要达到“三块”——眼快，手快和较快，但我总是手脚不能和好的协调起来，甚至有时还会像一只青蛙一样摔在地上。不过，你并没有放弃我，反而不停地鼓励，让我不要气馁，再努力试试。即使我屡试屡败，他还是不断地鼓励我。又是，你自己给我做双跳的示范，甚至还用玩游戏的方法教我跳绳，大半节课，你没有半点烦躁。经过了你的不断指导，我竟然测试合格了。我急忙奔向体育老师那儿，开始测试。而你却默不作声地走开了。

第一次的试跳，心急的我竟然只跳了一个，周围看热闹的同学传来了一阵阵虚笑，你却向我投来鼓励的目光。第二次试跳，因为这是最后一次机会了，我很紧张，再加上有那么多双眼睛正瞪着我，我只能奋力一搏了。“一个，两个，三个……”周围的同学异口同声地数了起来。我居然跳了七个双跳的好成绩。身边我的“老师”的你只是微笑了一下，就走开了。

谢谢你，我不会忘记你帮助我！再次谢谢你，我最好的朋友！