

最新三好少年演讲稿 体育少年演讲稿少年演讲稿(优秀7篇)

演讲作为人类一种社会实践活动，它必须具备以下几个条件：演讲者、听众、沟通二者的媒介以及时间、环境。演讲稿对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写演讲稿呢？那么下面我就给大家讲一讲演讲稿怎么写才比较好，我们一起来看看吧。

三好少年演讲稿篇一

敬爱的老师，亲爱的同学：

大家好！我四年（3）班的钱毅。今天我演讲的题目是《阳光体育促我健康成长》。

增强青少年体质、促进青少年健康成长，是关系国家和民族未来的大事，对于深入贯彻党的教育方针，大力推进素质教育，培养社会主义事业的合格建设者和接班人，具有重要意义。为贯彻落实中共中央、国务院提出的《关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》精神，从20xx年起，一项涉及全国所有在校学生的青少年群众体育活动——“阳光体育运动”应运而生。阳光体育运动吸引广大青少年学生走向操场、走进大自然，走到阳光下，积极参加体育锻炼，形成良好的体育锻炼习惯，使体质健康水平切实得到提高。

我们学校积极响应号召，十分重视加强学生的体育锻炼，增强学生的体质。不仅认真执行国家课程标准，按要求开足体育课，保质保量上好体育课，而且每天都给同学们布置“体育家庭作业”，同时开展了“小学生冬季长跑”活动，让每位同学能够真正“动起来，跳起来”，拥有健康的身体来适应将来工作的激烈竞争。

体育锻炼，贵在持之以恒，不半途而废，坚持到底，就是胜利。让我们牢固树立“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”的理念，和身边的'同学一起，自觉投入到各项体育活动中去，强身健体，磨练意志，快乐成长。

尊敬的老师，亲爱的同学：

大家好！

初冬的寒冷，渐渐袭来。前两天，我们迎来了xxxx年的第一场雪，大街小巷被洁白的雪花披上了一身银装。在这个美好的日子里，第三届亿万学生阳光体育与祖国同行冬季长跑活动将我一直很喜欢体育课，更喜欢参加体育锻炼，课余我经常与同学们一起跑步、跳大绳、踢毽子……大家在一起玩得别提多高兴了。是体育让我强健了体魄，是体育磨炼了我的意志，是体育让我学会了做人。

对这次冬季长跑活动，我向同学们提出以下倡议：

一、坚持参加大课间活动和阳光体育课外活动，认真做操，积极参加各种有趣的体育游戏活动。

二、从现在开始每天坚持长跑，增强心肺功能，提高我们的身体素质。

三、在节假日里，与亲朋好友一起，积极进行各种有益于身体健康的体育活动，丰富我们的课余文化生活。

四、各班同学每天坚持长跑锻炼，看谁跑得最快。

五、同学们要在跑步中学会如何相互帮助、支持、鼓励和合作，学会尊重与理解、学会如何克服困难对于我们坚韧的意志和顽强的精神。

同学们，“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”。让我们在阳光体育运动的启动号召下，一起走向操场、走进大自然、走到阳光下，积极锻炼，强健体魄，争做一名体育运动的阳光学生。拿出我们朝气蓬勃的力量，去追逐早晨初升的太阳，去追逐我们健康的人生吧！

三好少年演讲稿篇二

爱的老师，亲爱的同学们：大家好！

我是来自_班的，很荣幸今天能站在这里完成我的演讲，这次我要竞选的是十佳少年，首先，我要感谢老师和同学，是你们对我的支持和鼓励才让我有勇气站在这里，我不敢说我是最棒的，但我会尽力亮出自己的风采。

蓝，是天的颜色；红，是火的象征。我不学大海抄袭天的蓝，我不学晚霞模拟火的红，我就是我。

生活是我的，命运是我的，前途是我的，人生是我的。属于自己的，就要充分展现出来。活着就要亮出自己。

我来自和田，是通过内初班考试凭自己的实力考进这里的。我的升学成绩是全和田地区第二名，可以这么说，从小学开始，我就是一名品学兼优的学生，曾多次在班里担任班干部，我自认为我可以很好的协助老师的工作，管理学生并在学习上起表率作用。我曾多次在各种竞赛中取得优异的成绩。

我爱好广泛，特长突出。我喜欢音乐，电子琴在去年已过十级，在全国中华宝宝大奖赛中获得过金奖。我还擅长绘画，在各种比赛中获得过一、二等奖的好成绩。

我在初一的三次考试中都是年级前十名，并各单科成绩名列前茅。

我知道，一个人光有优异的成绩是远远不够的，他还得具有优秀的品质。我在班里能够乐于助人，团结同学为班级做贡献。

我的理想是成为一名大学教授，我认为21世纪的中国更需要许多优秀的接班人，我会在将来学业有成后，投身于祖国的教育事业中，我会努力向自己的理想一步步迈进。

如果我这次竞选成功，我会努力使自己更加优秀，在各方面起带头作用。

生活的路处处充满棘刺。也许我会被生活的艰辛折腾的遍体鳞伤，但这是我的选择，我不会放弃，不会哭泣，正是因为生命中拥有了波澜起伏，才能体现出自我的价值，那才是真正的人生。我知道，我能行。

也许我不是最后成功的人，但我却可以是笑到最后的人，一切的竞争重在参与，不论成败与否，参与了，我就是胜利者，我还会继续为班级做贡献的，希望大家支持我，我虽没有什么华丽的词语，但我会坦然做好我自己。

三好少年演讲稿篇三

尊敬的领导、亲爱的老师和同学们：

大家好！

今天我演讲的题目是《牵手美德，做一个爱心少年》，牵手美德做一个爱心少年演讲稿。

我是一个活泼、开朗的女孩儿，今年11岁，是巴中市平昌县江口二小六年级五班的学生。在家庭中，我总是想方设法地为父母分忧解愁，争做父母的好帮手；在学校里，我勤奋好学，

心系集体，积极参加各项活动，争做老师的好助手和同学们的好榜样；在社会上，我乐于助人，热心公益事，争做传递爱心的小天使。

争做班级的领头雁

在学校，我勤奋学习，努力学好每一门功课，学习成绩在班里名列第一。在知识的海洋里，我快乐的遨游。我深知“欲穷千里目，更上一层楼。”我只有更加努力，才能实现我的梦想。我时常要求自己：“一定要多学习多锻炼，为为班级学校争得荣誉！”我这样说的也是这样做的。校内外的学习、活动常常忙得我不亦乐乎，但我总是充满自信地面对。多少个中午，别人休息或看动画片时，我早早来到学校在教室里跟同学们一起学习，一起组织各种活动；多少个傍晚，同学回家了，我却留下来帮助值日生打扫卫生，美化教室，为班级文化创出自己的特色。记得去年，我代表班级参加学样举办的《我的中国梦》演讲比赛，由于时间紧迫，我只能利用晚上休息时间撰写稿子，第二天早晨五点就爬起来修改。因为感冒扁桃体红肿发炎，嗓子很痛，但我却执著地坚持了下来。功夫不负有心人，凭着我的顽强刻苦、不懈努力，在老师的指导下，我在比赛中大气沉稳，声情并茂，脱颖而出，一举夺得比赛一等奖。我是班长，除了负责班级的大小事务外，还五年如一日帮助班里的一名残疾同学，在我的带领下，同学们受到渲染，纷纷当起了“小雷锋”，全班同学都尽其所能地为这名残疾同学服务，我的行动感动了同学，感动了家长，那名残疾同学的家长为学校送来了表扬信表达谢意。我注重从点滴入手学雷锋做好事，在学校，常常主动关掉教室里的“长明灯”，看到水龙头没关紧，总会跑过去把它拧紧；同学的笔没水了，我会主动借笔给同学使用；班里的卫生用具乱了，我默默地独自一个人进行整理；同学生病了，我及时给予关心和关照；对有困难的同学，我都会尽力帮助同学解决困难。同学们都说我是大家公认的“领头雁”。

争做有爱心的好少年

从小父母和老师教育我要做一名富有爱心和同情心的人。面对需要社会帮助的人，我总是希望用自己微薄的心力来帮助他们。一次，我看见街边一位衣衫褴褛的中年妇女带着一个小女孩在街边乞讨，便对爸爸说：“爸爸，把我的压岁钱拿5元给这个小妹妹吧！”爸爸当即同意了我的要求，并表扬了我。玉树、庐山大地震发生后，我捐出了自己一百五十多元的零花钱，还号召其他同学们都踊跃捐款，在我的带领下，全班共捐出了两千多元，捐款总额在全校名列前茅，演讲稿《牵手美德做一个爱心少年演讲稿》在节假日，我经常去社会敬老院，用零花钱为老人们购买水果、奶粉，为他们打扫卫生，为他们梳头、剪指甲、讲故事、表演文娱节目，慰藉老人们孤独寂寞的心，我被老人们称为可爱的小天使。在乡亲邻里，我也力争做一个热心肠的人。邻居里有一户三口之家，小孩上二年级，父母都上班，没空接送，我主动与邻居的孩子结伴上学，晚上一有空闲时间，我就给她辅导功课，陪她玩游戏。我坚信：“赠人玫瑰，手有余香”，做人只要有一颗爱心，就永远是一个快乐、幸福的人。

争做环保小卫士

我爱家乡，爱家乡的一草一木，我时时注意培养自己的环保意识。我常常主动参加义务植树活动，用自己微小的力量为大自然增添新绿。我爱环境，身体力行地做服务社会的小使者。我常常想：“弯弯腰，会捡出一片净土”，所以外出游玩时、小区散步时，无论走在哪里，只要看到有垃圾，我都会毫不犹豫地拾起来，这已是我的习惯。每当有夸奖我时，他就会想：“一言一行讲道德，举手投足见文明，我一定要用自己的言行争做一位名副其实的环保小卫士！”

争做社区的小雷锋

在社会上，我热心公益事，是学校文明志愿中的一员，我常常带着几位小伙伴主动为社区捡拾绿化带白色垃圾，擦洗楼道栏杆，清理墙壁上的小广告等。楼道的扶手因为春天多风，

积满了厚厚的灰尘，墙壁上粘贴了大大小小的招贴纸。我就从家里拎着小水桶、拿来清洁球。先把抹布浸湿，再去擦栏杆。可只擦了一下，抹布马上变成了黑色的。我就打来几盆清水，同小伙伴们卖力地擦着。楼梯扶手干净了，可我们一个个的小脸蛋却累得通红，但当看到整洁的栏杆，我们心里别提有多开心了。铲除墙壁上的小广告就更困难了。粘在墙上的小广告纸就像顽固的“牛皮癣”。我先用水淋湿，然后再用清洁球一下一下地用力擦。小手指蹭破了、腰累酸了，而墙壁清理干净了。社区里的叔叔阿姨常常对我们竖起大拇指啧啧称赞。

争做有孝心的好孩子

在家里，人人夸我是个好孩子，爷爷奶奶疼我，爸爸妈妈爱我，我明白这些，我知道他们的艰辛，因此我愿做他们的开心果。我主动做一些力所能及的事情，如早晨起床叠被子，洗袜子等等。俗话说，女儿是爸爸妈妈的贴心小棉袄。有一次，妈妈生病在床，爸爸又上班，照顾她的任务自然就落在我身上。我用毛巾敷在她的额头上给她降温，又倒好温开水，提醒妈妈按时服药，早饭和晚饭也都是我一人承包。妈妈歉意地说：“孩子，辛苦你了。”(范文先生网)我自豪地说：“妈妈，‘香九龄，能温席’，我都十岁了，照顾你们是我应该做的。”每当爸爸带着一身疲惫下班回家时，我就主动给他捶捶背，给他讲故事听，爸爸可高兴了！

我的爷爷奶奶年纪大了，我常常陪他们散步聊天，还给身体不便的奶奶洗头。当我看到爷爷、奶奶带着老花镜剪指甲很费劲，就用自己的零用钱给他们买了一个大号的带放大镜的指甲刀。姥姥身体不好，行动需要坐轮椅，我只要有时间就会推着姥姥去散散步，让她享受一下阳光的温暖。

六年来，我的学习成绩一直名列前茅，多次被评为学校的“三好学生”、“优秀学生干部”、“文明小卫士”“文明礼仪标兵”，这一张张鲜红的奖状，就是我不懈努力奋斗

的结果啊!

各位领导，各位老师、各位同学，我深知我这点成绩和进步算不了什么，作为社会主义事业的接班人，必须德、智、体、美、劳全面发展，努力培养和提高自身的综合素质。在今后的学习和生活中，我会一直牵手美德，做有爱心的人，我会更加努力地去做好老师的好帮手和同学的好榜样，以更加积极的心态和更高的热情去帮助他人，用一颗感恩的心，使自己锻造成为祖国的有用之才!

谢谢大家!

三好少年演讲稿篇四

尊敬的各位领导、各位老师、同学们:

大家好!我是来自二年级一班的同学张方圆。快乐的小学生活不知不觉已经过了两年，这两年里，在二校老师的辛勤教诲中，我一直努力、踏实地做好每一件事，由一个不懂事的“小不点儿”成长为一名品学兼优、兴趣广泛、有着强烈求知欲的小小少年。

在课堂上，我是一只辛勤忙碌的小蜜蜂。如饥似渴地接受老师讲解的知识和做人的哲理，老师讲到哪里，我就思考到哪里，问到哪里，记到哪里，思路一直跟着老师走。老师曾给我这样的评价：勤于动脑，乐于探索，是一名喜欢钻研的“小博士”。

在考场上，我是一只奋勇争先的领头羊。学校抽考和期中考试单科成绩曾经多次坐上全级部的“头把交椅”，总成绩也一直名列前茅，在赞扬喝彩声中，只有我自己知道我付出了多少汗水和泪水;更使我深深懂得：要想取得一定的成绩，首先要战胜自己。这里，不妨透露一下我总结的“考试秘

方”：审题要仔细，下笔要慎重，速度要适当，检查不能忘。

在班级上，我是一名尽职尽责的班长。积极维护班级秩序，脏活累活抢着干，耐心为同学讲解难题，鼓励学习上遇到挫折的同学……各项任务我都做得象模象样，在我的一张奖状上，老师这样鼓励道：关心集体，热爱劳动，团结同学，是老师喜欢的“小帮手”，是同学喜欢的“小老师”。

在课外活动上，我能写能拉也会唱。学校写比赛，多次获得一等奖，手风琴演奏已经学到了三级，一首首中外名曲拉得分外悠扬。课余时间，我还经常活跃在篮球赛场上……哦，对啦！在这里也为我的博客做个免费广告：“小张人”的博客。虽然浏览量不能与偶像周杰伦的博客旗鼓相当，但我一直在努力，说不定哪天还会和他同台登场。瞧，“六一”文艺汇演，我就把诡计多端的刁德一演得活灵活现，神采飞扬……(唱：新四军……)唱的怎么样？请大家给点鼓励吧！

这就是我，一名沐浴在二校阳光雨露下的小小少年。在辛勤园丁的悉心培育下，我这株小树苗正焕发出勃勃生机，茁壮成长。

谢谢大家！

三好少年演讲稿篇五

亲爱的校领导、老师、同学们：

大家好！（敬礼）我是五（5）班的郭书香，今天我演讲的题目是《争当四好少年》。

我们每个小学生都是少先队中的一名成员，“争当好少年”是每一名少先队员心中的目标。要想成为一个优秀的少先队员，我们需要做到“四好”：热爱祖国、理想远大；勤奋学习、

追求上进;品德优良、团结友爱;体魄强舰活泼开朗。

古人有云：“少壮不努力，老大徒伤悲。”梁启超也说过：“少年强则国强，少年富则国富。”周恩来总理更是在少年时代就立下了“为中华之崛起而读书”的宏伟志愿。我们应在我们最美好的年纪，树立起建设强大祖国的理想，振我中华，扬我国威！

然而，人生价值的实现，单单有远大的理想是不够的，它只能作为一颗远在天边的启明星，指引我们前进的方向。而在向着理想前进的路途中，我们要把自己武装起来，如此才能披荆斩棘，勇往直前。好好学习，奋发向上，我们才能成为国家的栋梁。

社会就像一个大家庭，我们每个人都是这家庭中的一员。我们要团结，应为只有团结我们的家庭才会和谐。。鸟美在羽毛，人美在心灵，心灵美才是真正的美。所以我们要懂得谦让，懂得帮助别人。所谓“独乐乐不如众乐乐”，我们与人为善，美化心灵，在帮助别人的同时也就帮助了自己，感到了快乐。我们班就有一位这样的同学，他的同桌病了，他就热情的照顾同桌，还帮助同桌补习落下的功课，看着同桌因为他的帮助而没有落下功课高兴的面庞，他自己也高兴的笑了起来。

同学们，让我们携起手来，共同努力争当“四好少年成为国家的栋梁之才！

大家好！

我们每个人都是少先队中的一名成员，“争当好少年”是每一名少先队员心中的目标，那么什么叫“四个好少年”呢？今天，我就和大家一起来谈谈这个话题，争做四好少年演讲稿。

首先，我们要争当一名热爱祖国、理想远大的好少年。因为

只有从小养成爱国思想，长大以后才能去为祖国出力，成为国家的栋梁。当然，远大的理想对于少先队员来说是必不可少的，有了远大的理想，并向着理想去努力，才能取得成就。我们熟悉的周恩来总理就是一个这样的人。小时候，当他看到中国人常被外人欺负时，就立下决心为“中华之崛起而读书”。从此，他一直刻苦学习，向着目标努力，长大以后，他参加革命，为中华民族的独立自主和繁荣富强奉献了毕生精力，成为全国人民永久怀念的伟人。

第二，我们要争当一名勤奋学习、追求上进的好少年。勤奋学习，追求上进对于每一名少先队员来说都十分重要。要知道，“学习是一切前进动力的源泉”。从小养成勤奋学习、追求上进的好习惯，将来才能更好的造福于社会。俗语说“活到老，学到老”。人一生有学不完的知识，有了爱学习的好习惯，以后才能从生活中学到更多有用的知识。学习知识，还要开动脑筋，善于灵活运用，像钱学森爷爷那样努力研究新问题。如果你勤奋学习，勇于创新，最后一定能享受成功的乐趣！

第三，争当品德优良，团结友爱的好少年。要知道道德是做人的根本。即使你有一些学问和本领，如果没有好品德，也不会成为对社会有用的人。当一名品德优良，团结友爱的好少年，对同学们来说十分重要。我们可以从小事做起，可以对伤心的同学轻轻说一声“坚强些”，可以上前扶起摔跤的同学，可以认真遵守对别人的承诺。只要你细心帮助遇到困难的同学，你在大家心目中就会留下美好的印象，争做四好少年演讲稿。

第四，争当体魄强健，活泼开朗的好少年。活泼开朗是每一名少先队员都应具备的性格。它就像温暖的阳光，人见人爱。一个人的身体素质，对于他的现在和将来都有很大的影响，有了健康强壮的身体，我们才有本钱去寻求幸福，实现崇高的理想。否则，就像建立在沙滩上的楼阁，看似雄伟壮观，但暴风雨一来，转眼间就会坍塌。同学们一定要经常锻炼，

让自己有一个健康强壮的身体!

以上就是我对“争当四好少年”的看法。相信同学们只要往这些方向努力，就一定能够在德、智、体、美等方面全面发展，成为胡爷爷勉励大家争当的“四个好少年”!

谢谢大家。

三好少年演讲稿篇六

亲爱的老师、同学们：

大家好!

前段时间，我每周要到球馆打三次乒乓球，球馆人很多，场地的间隔很低，所以在打球的时候经常会有邻桌的球飞了过来打到我们场地里，我也会将球打到别的台子上，这样的事情每晚上会有好多次，通常就是互相给捡起来扔回去，但有时也会遇到不管不问的，甚是把球收拾到自己球包里的，这种现象并不多。

有一次我的状态很好，老师发的球我几乎都能接招，正打的起劲呢，突然一个突如其来的飞球猛的击中了右手，我一阵剧痛，手一松连球拍都掉在了地上，结果好好的一个球我也没有接起来，这两个球正好都落到了我的球筐里，那人不但没有歉意，还粗声粗气的问我们要球，一点礼貌都没有。爸爸就从球筐里把球挑出来，给那人递了过去。

我有点恼火，很不服气：凭什么这样的态度啊!是他把球打飞过来的还打疼了我，不道歉也就罢了，还要命令式的让我们递球，他以为他是谁啊!连个谢谢都不会说，唉，真是一个不讲道理的野蛮人。

接下来我心情烦躁，球打得也不像刚才那样顺手了，爸爸好像看穿了我一样，轻轻的对我说：“孩子，不要这样，那个人也不是故意的，态度是粗了点，这有什么关系?!做人要心胸宽广，不要过于狭隘。好了，把这事忘了吧，好好打球吧!”

我转念一想，也是，平时别人也是把球捡起来给我递过来的，嗨。男子汉不要太计较这样的小事。从此，不管是谁失球打过来，我都捡起来递过去，大人们都夸我懂事、有礼貌，我心里也很高兴。原来帮助别人也会获得很多的快乐!

通过这件事，我发现在这样的小事里也有美德的存在，其实留意我们身边很多不起眼的小事，都能反映出来。美德，无处不在!

三好少年演讲稿篇七

敬爱的老师们、亲爱的同学们:

大家好!我叫黄心喻，是六(1)班的一名学生，也是学校的大队委。

这是我第三次参加学校的“十佳少年”的竞选，虽然前两次我没有成功，但我并不气馁，而是更加严格要求自己，不断完善自己，朝着“十佳少年”的目标不断努力。

作为一名学生，在学习上我勤奋刻苦，一丝不苟，学习成绩优异。六年来，我获得了一大堆奖状，但是我从不沉醉于以前的荣誉中，而是奋发向上、勇攀高峰。因为我知道学习的道路是曲折的，只有不畏艰险，一步一个脚印，才能达到光辉的顶点。

作为一名少年，诚实守信是我做人的准则。在生活中，做错了事，我会勇敢地承认，即使是被父母指责。在学习上，我

实事求是，遇到不会做的题目，即使答案就在我的面前，我也会视而不见，这已成了我的习惯。在学校值周时，我客观公正，遇到好朋友求情，要我给她们班打高分时，我会毫不犹豫拒绝。

作为一名班干部，不光要学习好，讲诚信，还要有乐于助人、真诚奉献的精神。多年来，我就像老师的助手，同学们的服务员，用自己稚嫩的肩膀承担起一份责任。劳动时我会抢着干最脏最重的活儿，下课后同学们休息我却还在忙着收发作业本，检查同学们的考勤。尤其到了六年级，面临着升学考试，在学习任务繁重的情况下，我仍然在大队委这个神圣的职位上，勤勤恳恳，任劳任怨地工作着。前不久，为迎接奥运圣火，我义无反顾地牺牲了许多学习时间坚持在鼓号队训练，为奥运加油、为学校争光。我就是这样为班级为老师为同学为学校贡献自己的微薄之力。

最后，我还想借次机会表达我的心情：风风雨雨，朝朝暮暮；花开花谢，潮起潮落，在不经意间，我走过了小学六年生涯。六年来，每一个欢笑，每一滴泪水，每一段故事，每一次经历，每一声感动，都使我难以忘怀。如今，我就要毕业，告别可爱的母校了。面对这所伴随我成长的母校，我有说不出的不舍和眷恋。母校对我的恩情就用我今后的成就回报吧，这其实就是最好的回报了……在此，我要诚挚地说声：“母校，谢谢您！”

我的演讲完了，谢谢大家！