

# 最新我与家乡共成长演讲稿 成长三分钟 演讲稿题目(优质8篇)

演讲，首先要了解听众，注意听众的组成，了解他们的性格、年龄、受教育程度、出生地，分析他们的观点、态度、希望和要求。掌握这些以后，就可以决定采取什么方式来吸引听众，说服听众，取得好的效果。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，我们一起来看看。

## 我与家乡共成长演讲稿篇一

充满激情，比获得成就，获取功名更加重要，它使你年轻，进步，富有活力。没有激情，就没有上进心，就没有火热的诗，就没有燃烧的爱，就没有壮丽的人生。

激情是一种精神，没有什么事情象激情这般具有传染性，它能感动顽石，它是真诚的精髓。激情不管聚积于内，还是显露于外，都能激活身心的巨大潜力。生活的激情需要点燃，工作的激情也需要培养和激发，应该说，我们行当前大多数干部是有工作激情的，我们有朝气蓬勃富有感召力的年轻行长，听他讲话，让人激情澎湃，热血沸腾；跟他干事，让人信心百倍，斗志昂扬。而且也有许多充满激情的先进干部职工，他们用闪光的足迹来印证生命的无悔，用信心和毅力来克服工作中的艰难险阻，在他们身上所迸发的激情，鼓舞人，激励人，是一种催人奋进的力量，也正因为如此，我们行才能生机勃勃，各项业务大踏步前进。但是勿庸讳言也有少数干部萎靡不振，激情不足，意志消沉，老气横秋。这些人也许刚刚踏入农行的时候，激情满怀，精神抖擞，情绪高涨，但随着日复一日年复一年的做着同样的工作，激情往往随之湮灭。有人调侃说：“爱好成了职业，女朋友成了老婆，人世间最痛苦的两件事莫过于此！”。很难再找到曾经让自己心跳的工作热忱，而目前我们行按照省分行党委大力提倡的“四

个转型”和“三个提升”的要求，改革面临很多困难和挑战，发展正处在一个关键时期，困难就像一首诗里说的那样“正入万山圈子里，一山放出一山拦”，我们更加需要在平凡的工作中点燃广大干部的工作激情。需要激情满怀的为农行的辉煌而奋力拼搏。

用责任点燃激情。国家兴亡，匹夫有责，作为农行的各级干部来说，行兴我荣，行衰我耻，农行就是我们的家园，让它更加美丽和健康就是我们最深的责任。如果有了这种责任感，我们就会每天精神饱满的去迎接工作，始终以最佳的精神状态出现在办公室，微笑面对所有的人，以充沛的精力投入工作，以最大的能力去发挥自己的才智；如果有了这种责任感就长久地保持一种奉献精神，“不谋做大官，要谋做大事”，“生命一分钟，敬业六十秒”，“胸有凌云志，无坚不可摧”。如果有了这种责任感，就不会争名于朝，争利于市，斤斤计较，患得患失，甚至饱食终日，无所事事，怅惘茫然，不知去处。就会气有浩然，学无止境，开朗豁达，积极向上。精神状态是可以感染的，如果我们每个人的心里时刻充满对农行的激情，内心的那份责任感就会更加浓郁，也就越发有信心，别人也会越发认识我们的价值。同事也一定会因此受到鼓舞，我们的激情就会像野火般蔓延开来。

用感恩点燃激情。感恩是发自内心的阳光，是滋润人们心田的雨露。不会感恩的人生，是残缺的人生，心灵如同一片荒芜的土地，没有生机，没有希望。钱钟书说过，地狱里尽是些不知感激的人。恨多与爱的人，一般容易缺乏感恩，就像被大雨淹没的田园，很难再长出感恩的禾苗。心硬如石的人，感恩更是难以寻觅，因为坚硬的土地拱不出柔软的小虫。感恩可以怡养性情，一个时刻充满感恩之心的人，从不会抱怨和仇恨，不会觉得世界欠了自己什么。就算单位有什么不尽如人意的地方，我们也不要抱怨和愁眉不展，要以一颗感恩的心看待周围的事物，让一切都变得积极起来。查理·琼斯说过，“如果你对于自己的工作处境无法感到高兴的话，那么可以肯定，就算换个环境你也照样不快乐”。唐代诗人韦

应物在做苏州刺史的时候，因为逃荒的太多，曾写下“邑有流亡愧俸钱”的诗句，自责愧拿朝廷俸禄，古人尚有这样的感慨和觉悟，而我们更应该反思自己付出了什么，而不是得到的多少。时常拥有感恩之情，我们便会时刻有报恩之心，就会对工作永远激情满怀。

用理想点燃激情。树立远大理想并为之不懈奋斗，是产生激情的重要源泉。在那风雨如磐的时代，有很多仁人志士，他们出身富有，不需要革命奋斗就锦衣玉食，彭湃，著名的海陆丰农民运动的创始人。大地主的儿子，革命者的万丈豪情和为理想而流血奋斗的激情充溢心中，他坚信苏维埃政权能使所有的劳苦大众过上好日子，为此不惜散尽万贯家财，组织农民运动，为了实现共产主义的伟大理想，献出了年仅33岁的宝贵生命。而在建国初期，也有很多在外国学有所成的科学家，因为心中那份报效祖国的激情，而放弃舒适豪华的生活和优越的工作条件，冲破国外反华势力的重重阻力和刁难，历经坎坷回到祖国的怀抱，义无反顾地投入新中国建设的洪流中，虽然经过十年浩劫，但心犹不悔，支撑这些行为的就是人类所独有的炙热的激情，只有心中充满理想充满大爱的人才会有这种巨大的牺牲和奉献精神。并不是只有特殊年代才有热血沸腾的理想和斗志，在改革开放发展年代同样需要有远大的理想和奋斗的目标。人常有奋斗之心，就会常怀紧迫之感，进而充满激情，自加压力，努力工作，用自己的行动来缩短与理想和目标之间的距离。

激情是不断鞭策和激励我们向前奋进的动力，激情是工作的灵魂，甚至就是工作本身，对工作充满高度的激情，可以使我们不畏惧现实中所遇到的重重困难和阻碍。生命之灯因激情而点燃，生命之舟因拼搏而前行。我们真情涌动，满怀渴望，让火热的激情在我们胸中燃烧，让快乐的阳光把我们前程照亮。

## 我与家乡共成长演讲稿篇二

大家早上好！

中华民族是世界公认的文明礼仪之邦。温文儒雅，谦恭礼让，落落大方是代代相传的传统美德。

养成良好的文明习惯，做文明中学生，请我们每一个人管住我们的口，不说粗话、不随地吐痰；管住我们的手，不乱扔垃圾、不打架斗殴；管住我们的脚，不践踏草坪。千学万学学做真人，说的就是要学习应先学做人，学做文明人，做文明校园的建设者。

文明是巍巍雪山，圣洁庄严；文明是涓涓细流，泽润心田。

同学们，请从现在开始，文明我们的行为，和谐我们的校园。让文明礼仪之花在二中校园处处盛开。我相信，经过我们全体师生共同努力，一定会营造出一个更加文明美好的和谐校园！

我的演讲到此结束，谢谢大家！

## 我与家乡共成长演讲稿篇三

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

有人说，青少年的心灵是一片花圃，虽然空白却不荒芜，虽然空旷却不冷清，它在等待，等待一颗颗种子的播种。在每一个青少年的心灵深处，都播种着美好和快乐，他们的心灵永远一尘不染，芳香四溢！

其实，我认为，成长是一个蜕变的过程，当我们在成长的过程中，就犹如那一条小小的虫子，最终将蜕变成美丽的蝴蝶。

在我们的成长过程中，免不了会受到磨炼的洗礼，只有经受过洗礼，才会真正完成蜕变。

在成长的征途上，我们应该无所畏惧，敢拼搏，敢奋斗，不要去害怕失败，只要付出了行动，哪怕是失败了，也至少努力过。然而，在你害怕失败而始终在原地徘徊，你是否曾想过，不去尝试，不去行动，那么，就永远都不可能成功。

当你明道做一件事一定不可能成功而去做时，那只能说明你的愚蠢；当你用尽努力去做一件事时，却失败了，但你不敢去直接面对失败，这是懦弱；当你因失去一件珍贵的东西而过分感到悲伤时，我记得莎士比亚说过这样的一句话：“适当的悲伤可以表示情感的深切，过度的伤心却可以证明你的欠缺。”

成长似登山，每个人都在同一起点上，但由于坚韧意志，和不懈的追求，有一小部分人成功登上了巅峰，而另一大部分人，却停在了半路甚至还停留在谷底，这就是成长。唯坚韧者遂能使其志。

在成长的过程中，不同的人最后都有不同的成就，我们只有坚持自己心中的那个坚定的信念，才不会迷失人心，才能一直走下去。

其实，在蜕变的过程中，总有艰难和挣扎。

很多人都认为，他们付出了很多努力，却始终没有获得成正比的收获，也有人认为，一个人付出多少努力，就能获得多少回报。的确，付出和收获是等同的，当你付出了没有看到收获时，那只是在为你下一次的 success 作铺垫罢了。不要总想着收获，先要学会播种。

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

“嘿，笑笑，快出来”我的妈妈又在门外不远处开始叫嚷了。她的声音很大，你站在老远都能听见，就像秋天，收割机启动时发出的声音那般大。我知道，我妈妈又要开始跟我说些什么趣事了。她总会告诉我：村外又种了什么树，谁家发财了，哪里哪里又办了什么喜事之类的事情。她讲的大多都是些好事情，在我记来，还从来没有令人不愉快的坏事。

我走出房间，扫了扫地上的灰尘，坐在台阶上开始等妈妈。今天的天气很是温暖，阳光穿进来，照在庭院里，洒在我的脸上，暖和和的。

“吱——”大门被打开，妈妈走了进来。这一次，我和平常一样看到了她的笑容，我认为她会露出八颗牙齿来欢迎我，但我却只看到了她微抿的嘴唇，也并没有在意些什么。阳光洒在她的背上，溢满她的脚边，其余的照在门槛上。

“你知道，刘家的那头母猪又生了几头小猪，别提多可爱了。”妈妈走进来，和我一起坐在台阶上。阳光把我们的脸颊照得红扑扑的，我们把脸凑到一起，慢慢的，温暖了彼此的心。

“它们啊，个个都是小花猪，条纹的，花边的，还有……”她渐渐停住，脸上微微的笑容不见了，嘴唇一动一动，欲言又止些什么。

“那，那个，我要，要去城里打工。你，你的话，就跟奶奶住吧。”

她并没有多说些什么，就在我的注视下，走开了。不久之后，妈妈便离开了，以后再也没人经常对我说些有趣的事，再也没有人和我坐在台阶上，谈谈小花猪的模样了。

如今，我常常喜欢呆在外面，看夕阳西下，看日出而作，日落而息，也许正是这些，教会了我的第一次成长。

时间不断在交替，早上，中午，晚上，一天又一天，一年复一年。人的人生亦是如此，在不同的时期，散发不一样的光芒。而你只能选择，你人生的路是否充满阳光。

虽然人生只有一次，但成长的道路会像少年、中年、晚年一般会有三次，也许会比三次更多。

同学们，老师们：

大家好！

我今天演讲的题目是“我与阳光共成长”。

在这世间，有一股神奇的力量，能使所有敬重它的生命欣欣向荣。

假如我是小草，是她滋润了我干涸的心田，让我茁壮成长；假如我是一条小溪，是她让我叮咚解冻，送给我明媚的春天；假如我是一只小鸟，是她赋予我爱的力量，让我展翅飞翔。是她赋予我青春的激情——阳光我与你共成长。

阳光是亲情，我就如荷花，在她的照耀下茁壮成长。亲情的爱是初升的阳光，暖暖的照亮在我内心深处。

每天早上妈妈都会把早点做好，叫我起床吃饭后再去上学，大家知道我吃完早点几点吗？6：30分。正因这种阳光让我上课从不会迟到。

亲情的阳光照亮我，让我在人生的路上更加顺利。

阳光是师生情，从古至今都有一句话“一日为师，终生为父”。在我的成长中是老师教会我知识，教会我如何做人。

虽然偶尔我也会犯错，但是老师仍然会耐心的教导我。

记得一年级时，我撒了一个小谎，老师知道后，并没有当着全班的面批评我，而是在没人的时候告诉我一句话：“撒一个谎，就会为圆这个谎而撒下另一个谎。”这是我人生中收获的第一缕阳光。

至今我想对老师说：“辛苦了！谢谢您献给我人生中最美丽的光彩。”

阳光是友情，海内存知己，天涯若比邻。

朋友的关心、朋友的爱护、朋友的帮助成为我成长中最坚强的后盾。金色的阳光，即使打打闹闹，也会有欢乐的笑声。

俗话说得好，“为朋友两肋插刀。”一次，朋友来我家做手抄报，结果她不小心把姐姐的奖杯打碎了，我的朋友很尴尬。可是我帮她承担了。结果姐姐披头盖脸的骂我。“是我做的，是我不小心。”我的朋友说。

这就是友情，无论何时，总会在我身后。

妈妈是阳光，使我的成长更加顺利，老师是阳光，教育我成长，朋友是阳光，在成长中鼓励我，支持我。

每一种爱都是一种温暖的阳光，生命需要阳光，生活更需要阳光的你，勇敢经受阳光的洗礼，带着阳光般的心灵上路吧！去迎接明天——那一轮冉冉升起的太阳。

在阳光的怀抱下，我茁壮成长；在阳光的照耀下，我叮咚解冻；在阳光的关爱下，我展翅飞翔。

敬爱的老师、亲爱的同学们：

大家早上好！今天我演讲的题目是《好习惯伴我成长》。



有一个哲学家说过：美德大多存在于良好的习惯中。喜读书是一种好习惯，爱运动是一种好习惯。尊敬师长，遵守公德也是一种好习惯。

托尔斯泰六七岁开始，就养成了写日记的好习惯；后来他还培养了收集名言警句的习惯；把自己关在书屋里，终日与书为伴，专心读书是他一生都在坚持的习惯。丰富的积累，成就了他的世界名著：《战争与和平》。

每天放学回家，我首先会静静地坐在桌前，拿出课本温习当天的课程，那一幕幕就像电影一样，在我脑海中拂过。然后，我会一丝不苟、认认真真地写作业。最后，我还会把第二天老师要讲内容预习一遍。温习、作业、预习，这个习惯从小至今我坚持了五年。

英国大文豪莎士比亚曾说：“不良的习惯会随时阻碍自己走向成名、获利和享乐的路上去。”良好的习惯陪我快乐学习，健康成长。温故而知新，学而时习之的习惯让我时间更加富裕，学习更加轻松，心情也更加不亦乐乎！

两年前，我喜爱上了竹笛。开始几个礼拜，我连最基本的“多来米发”都吹不出。笛子发出“呼呼呼”的难听枯燥的鼾声，令我沮丧。妈妈对我说：“万事开头难，坚持，才能改善。”于是我就每天坚持练习，时间再紧，游戏再好玩，我都要挤出时间，摸一会，吹一会，琢磨一会。功夫不负有心人，我的笛声越来越动听，我能吹出小桥流水，也能奏出万马奔腾。今年我顺利通过了笛子八级专业考试。在暑假“华夏艺术风采”活动中，荣获了金奖。艾迪生说：“天才等于1%的天赋加上99%的汗水。”我想说，习惯是咬紧牙关坚持出来的；习惯就是这99%的汗水。

习惯成自然！当您没有好习惯时，请用一个好习惯去征服这个坏习惯。当您有坏习惯的时候，那就坚持下去，让它为自然。

与其说态度决定人生，不如说好习惯造就好人生。

谢谢大家！

同学们，老师们：

大家好！

我今天演讲的题目是“与阳光一同成长”。

“哇！”伴随着一道哭声，我们来到了这个世界上。睁开双眼，满是一张张喜极而泣的脸，我们挥舞着小手臂，迎接这个世界，我们动着指头牙牙学语，适应这个世界，我们跌跌撞撞地走路，立足于这个世界……新生的我们，就像划破黑夜的那一丝曙光，蕴含着无限期望。

上午的太阳已经有些炽热。这时候的我们也有了自己的想法。总是喜欢天真的描绘未来，总是喜欢偷偷议论班上同学之间的小八卦，总是喜欢放学后伴随着夕阳慢悠悠地回家。啊！上午的太阳，你的心里定有一丝遐想，那样美好，那样无暇！

我们骄纵的青春，乖张，叛逆，敏感，张狂。就像正午的太阳那般让人汗流不止却又无可奈何。我们可以一天不回家疯玩，也可以一天都在家做作业；我们可以与同学，老师，父母吵得不可开交，也可以与他们形影不离，有说有笑……我们从不在乎别人的眼光，只是走属于我们的路。我们可以为了好友两肋插刀，也可以为了家人努力学习……说我们初生牛犊不怕虎也好，不自量力也罢。总之，我们就是我们，一旦变了性格，那便也不是我们了！烈日下，一群少年带着豪放的笑声经过，给人留下了不可磨灭的印象。

阳光，还会变化，我们还会成长。当我们年华老去的那一刻，回首这灿烂经历时，我相信，我们的嘴角一定会浮现出满满的骄傲与自豪！

与阳光一同成长。在曙光中新生，在夕阳落下之际缓缓老去……

## 我与家乡共成长演讲稿篇四

大家好！

曾以为时光是一盘永远转个不停的老唱片，于是便恣意地使用；曾以为青春是一张刷不完的信用卡，于是便纵情地挥霍。匆匆地，还没来得及回首往事，我就踏进了高三的门槛。

一张张练习扑面而来，一场场测验接踵而至，我只能艰难地应对，我感到我就像一只小小的蜗牛，背负着父母的希望、老师的期望和自己的梦想。我感觉我就快被压碎了，但是，没有。在创新高三（2）班这个大家庭中，我感受到爱的暖流，十指相握的幸福。

我们高三的老师忠于职守，全心全意地把自己的热情奉献给工作，他们披星戴月，不厌其烦地为我们批改作业，一遍又一遍地为我们疏导知识。我想，这时候他们不仅仅是我们的老师，更是我们的亲人，他们在举手投足之间都撒下了关爱的种子。

不仅我们高三的老师关爱我们，我们同学之间也是互相关爱的。至今我仍然记得我上课困倦的时候同桌狠狠掐我的时候，那是痛，但更是温暖；我也记得我们早晨天蒙蒙时一起奔跑走进教室的感觉，那是累，更是我们在一起的奋斗。时间在流逝，我想这些美好的回忆永远都不会流逝。因为这是我们之间永恒的关系，我们之间的一路成长。

蒲公英告别枝丫，是为了去另一片土地绽放刹那芳华。转眼间，我们也将要告别创新，去奔赴我们新的征程。回首这三年来，我们在这里学会了好多知识，也在这里学会了许多做

人的道理。我想，学校对我们的关爱，就像是一种巨大的火焰，在指引着我们整个高三前进。

现在的我在创新的日子在一天一天地减少，我不知道这是该喜还是该忧。喜，我们可以插上美丽的翅膀，飞向想去的地方；忧，我们将会告别这里的一草一木，一砖一瓦。但是，不管怎么样，心灵里都会藏着这样的一个充满关爱的大家庭。

我清楚地知道，这里是我人生的转折点，我的青春将会在这里扬帆，我的梦想将要在这一片土地上起航。

## 我与家乡共成长演讲稿篇五

大家好，我是来自七(14)班的曹瑞怡，今天我演讲的主题是《成长的加速度》。灿然九月，七年级新生像蓬勃生长的麦穗，涌进滨海的热土，为校园注入盎然生机。

面对崭新的学习环境，许多同学不敢与身边的朋友说话，不敢融入他们的圈子，怕自己不被看好，不被接纳。可是，在过去的一个月我们惊喜地发现这种担心都是多余的。因为这个大家庭是温暖的，善良的，没有人会无故嘲笑你，批评你。绣中像一个乐于助人的大家庭，当我学习受阻时，总有同学帮我解答；当我生活受困时，耐心的宿管总会听我倾诉；当情绪失落时，老师会像天使一样降临，帮我排忧解难。面对热情优秀的师兄师姐们，作为新生的我们难免会小心翼翼却又充满好奇。

不久前的'动员大会为九年级的同学们吹响了冲锋的号角，而八年级的期中考也刚刚落下帷幕，无论是哪一个年级，每一位同学都在为自己的未来加速奔跑。是啊！成长的这条赛道，每一刻都是在加速狂奔。无论你是否准备妥当，初中生活的精彩绝伦已经开启。即便许多同学担忧考试时的惶恐，害怕学习带来的压力与不安。但是我想鼓励这些同学们，你们依旧很棒：一次两次的失败并不代表你终生的失败，也不能定

义你的未来，更不能够成为你前进的阻碍。当务之急是要改变，或是学习方法的改变，抑或是听课时态度的转变。我相信，从来没有天生的强者，有的只是付出汗水，为梦想付诸行动的坚持者。

或许，适应是一件很难的事情，但是，坚持下来一定很酷。因此，让我们尽情拥抱成长，追赶卓越的加速度，在成长的赛道上成为自己的最佳选手！

我的演讲结束，感谢同学们的倾听！

## 我与家乡共成长演讲稿篇六

成长是一棵树，总是在你不知情的情况下快乐长大；成长是一株草，总是在你不知情的情况下长满大地；成长是一朵花，总是在你不知情的情况下开满山头。下面是小编整理的关于成长的演讲稿，希望大家喜欢。

各位老师，各位同学：

下午好，今天我演讲的题目是珍爱生命，健康成长。

宝贵的生命对于每个人来说只有一次，要让生命之花常开，要让生命之树常绿，没有安全之水的浇灌是不可能的。它需要每个人的悉心呵护，需要全人类的共同努力，需要每个小朋友从自我做起，从现在做起。我相信只要我们每一个小朋友都能做到安全第一，都能把握好安全的金钥匙，我们就能拥有安全，就能远离危险，就会健康成长。

成长是人一生中必经的道路，可以走向成熟，通向成功；成长是一个五彩斑斓的梦，那么美丽、那么真实、那么令人向往；成长像是桌上的美味佳肴，酸、甜、苦、辣应有尽有；成长是痛苦中的泪水，也是初尝成功的甜蜜。

人的一生，是不可能有一帆风顺的旅途的，不经风雨，又怎见彩虹？梦想与现实的差距总是遥远的，没有哪一个人不经过努力就能够成功。珍爱自己的生命吧，因为生命只有一次，因为生命的可贵，因为生命所承载的希望。活着，不仅为自己而活，还为了每一个爱你的人而活。你承载着亲人、朋友和国家的希望，承载着他们的爱。

我记得妈妈给我讲了这样一个故事：一个关于车祸的故事，某城市，有一个女孩叫荧荧，是班上的三好学生，有一次她的姥姥生病了，病的很严重，她妈妈由于太着急了，就带着荧荧横穿马路，她妈妈心想，就横穿马路一次，荧荧不会学下的，没事。所以就带着荧荧横穿马路，可是谁知荧荧记住了。第二天，荧荧回到家，发现家里没有人，荧荧想，妈妈肯定是去看姥姥了，荧荧就去找妈妈了，到了马路边，荧荧就学着昨天妈妈横穿马路，谁知，一辆小轿车飞驰而来，夺去了荧荧的生命，她的妈妈得知后是后悔莫及呀，可是现在后悔已经来不及了，真是早知现在，何必当初。

让我们一起来呼吁吧！珍爱生命，不要再让交通事故夺取一条条无辜美丽的生命，打碎一个个幸福美满的家庭，创伤一个个善良的心灵……所以，无论您在何时何地，请都深深铭记：遵守交通规则，人人有责……因为你的生命不单单只属于你自己一个人，你的生命更深深地牵动着你的家人……同学们，让我们手挽手、肩并肩，共同迈向美好的明天。愿安全之水长流，愿生命之树常青，愿大家都能珍爱生命，健康成长！

每个人都在成长的旅途中，永不停歇。而且每个人都有自己独一无二的成长历程。

对于我们这些正在求学的青年人，成长即可以理解为成熟。只有一个青年人的生理、心智都成熟了，才可以在社会的大潮中乘长风破万里浪。

我所理解的成长即认识自己，与人相处，适应社会。

在这大学一年半的时间里，我经历了很多事情，让我开始觉悟，开始改变自己。有些东西失去后才懂得珍惜。当我失去了时才真正懂得了这句话：“树欲静而风不止，子欲养而亲不待”。悔恨、痛苦都无济于事。痛定思痛后，我才明白生命无价，我们所能做的就是珍爱眼前人。逝者已去，胜者犹存，只有抬起头来勇敢走下去才是真正的勇士，这个世界永远为高昂的人让路。

我们只有深刻的反省自己，鞭策自己，立定理想与目标不动摇，才能将生活过得充实而精彩。

俗话说：“严以律己，宽以待人。”我们在要求自己的时候更要学会对人真诚宽容。莎士比亚曾说过：“如果要别人诚信，首先自己要诚信。”我们必须以一颗诚挚宽容的心对待他人，才会得到真诚的回报。

我们不仅仅是一个学习的大学生，更应该是一个实干的大学生。只有在学习知识真理的同时深入基层、一线岗位实干体验，才能真正体验社会，适应社会。面对诸多劳累、困苦，我们更应当以一颗平常心来对待，”不抛弃，不放弃“地对自己负责，才是真正对得起自己，对得起”大学生“的头衔。

路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。我将以坚强的心去接受生活的考验，做一个对自己负责的人。我将自信地对自己说：“我的青春我做主“！

在我们的成长过程中，不可能一帆风顺就能抵达理想的彼岸，没有不经历挫折而成功的人。相反，正是挫折丰富了我们的人生，磨炼了我们的意志，成就了我们的事业。

挫折不是一个甜美的字眼，而是有着岩石般冷峻的面孔。挫折犹如双刃剑，既可以伤其志，也可以砥砺人。面对挫折，只要有坚定的信念和坚忍不拔的毅力，就能向着自己的目标前进，实现生命的价值，享受成功的喜悦。

温室中培养不出参天大树，这是很简单的常识；成长过程，需要挫折的锻造，这是被无数事实证明的真理。

曾听过这样一首歌唱的很好《我们在成长》，我们在成长 从来不曾要知道，有话就去讲 只会让我更强壮。我们在成长 从来不曾要知道，一起来鼓掌 活得比别人漂亮。有话就去讲 只会让我更强壮。阳光洒落在教堂，牵牛花爬满的墙，上面有一只小螳螂，他迎着风吹过的方向，一次又一次的在练习飞翔，这里有池塘，这里有花香，这里还有肥沃的土壤，和那只想飞的螳螂，它跌倒受伤 却从来就不打算要 投降、坚持着理想。（一向）喜欢，不能够说谎，不能够猜想，更不能害怕，要经过这样，才会有一双强壮，他能带你到任何地方的翅膀。

古人云：“百年人生，逆境常八九。”人一生中不知经受多少大风大浪，人就是在与无数艰难险阻中千锤百炼成长起来的。生活中人们往往只看到那些杰出人物的辉煌，却很少注意到隐藏在他们身后的辛酸磨难。

因此，成长需要挫折，挫折是我们人生中难得的一笔财富。

挫折可以磨炼人的意志，正所谓“艰难困苦，玉汝于成”。只有直面挫折，愈挫愈奋，勇敢地把前进道路上的绊脚石变成垫脚石，不达目的誓不罢休，才能柳暗花明又一村，享受真正的人生。

尊敬的老师，亲爱的同学们，大家下午好！

不要轻视自己的生命，不要抛弃自己的生命，不要浪费自己的生命。

人活在世上，必须将生命紧握在手中，永不放开，永不遗弃。珍爱生命，健康成长。我们义不容辞的责任。一桩桩血腥的报道，令人胆战心惊，一幕幕惨剧目不忍睹。只因为忽视了安全问题，一个个生命如鲜花在瞬间凋零，后果带给社会、



家庭、亲人悲痛欲绝的心身，沉重的打击，血的教训。安全，是珍爱生命的前提。如果我们不注重安全意识，视安全隐患而不顾，对安全问题措施不及，防范不严，责任心不强，把生命当儿戏，那么造成的后果不堪设想。燕子去了，有再来的时候；杨柳枯了，有再绿的时候；桃花谢了，有再开的时候，可我们的日子一去不复返。生命仅有一次。同学们，“安全”是我们经常听到的一个词语，安全话题也是我们经常议论的一个话题，因为安全是我们生命的保证，和我们的幸福生活息息相关。世间万物，唯有生命最为珍贵，没有生命就没有一切，失去生命，就失去自我，失去生活的权利。一粒种子，一只蚂蚁，都联系着一条小小的生命，在中华五千年文明历史中，是人类用一颗热爱生命的恒心，编制了一条文明的生命之河。生命是伟大的，生命是崇高的，没有人轻易放弃生命。每个人心中都饱含着对生命的渴望，身体健康的人如此，身体不便的人同样如此。当你正在呼吸，当你正在心跳时，请记住：生命可贵！绝不辜负生命，绝不让它在我们身上浪费掉，不论未来的命运如何，遇福遇难，或喜或忧，我们都应好好地把握自己的生命。

当有人“哇哇”地哭着降临到这个美丽缤纷的世界，就意味着这个世界又多了一个生灵，世界变得更加亮丽；当有人躺在病榻上，和亲人难舍难分时，世间瞬间又少了一种独特的声音，世界变得安宁了许多。：珍爱生命，让有限的生命变得更精彩。当一片绿叶悄然钻出地面当呱呱落地的婴儿发出第一声啼哭，这就是生命！生命是万绿丛中的绚丽花朵，生命是滔滔江河中的逆水之舟。生命诚可贵，人的生命只有一次。因此我们应该要珍爱生命、注意安全。

让我们思考生命的意义，追求生命的价值，保持平和的心态，构筑美丽人生。成功与失败、欢笑与泪水、赞扬与批评伴随我们一路走来。所有的一切都化作我们人生的财富，懂得了从挫折中获得成长，从酸楚中品味快乐，在平淡中体现生命的价值。让我们思考生命的意义，追求生命的价值，保持平和的心态，构筑美丽人生。

生命是宝贵的，每个人都只有一次，她不像财富能失而复得，也不像离离原上草周而复始。我们要珍爱生命，珍惜现在的生活，让生命之花绚丽多彩。

深夜，一个大哥哥还坐在电脑前玩游戏，嘴里不停地发出：“真刺激啊……”那神情多么专注，忘记了时间，忘记了明天还要上班，忘记了周围的一切。忽然，一本书掉到了地上，“啪”的一声，把他惊动了，一抬头，发现已经是凌晨两点，这才恋恋不舍地关掉电脑。

不久前，我听说南侨中学有一位大姐姐从楼上跳下来，除此之外，我也经常听到有的人因为一些小事离家出走。事情发生后，他们的亲人伤心欲绝，痛不欲生。据我所知，这些人这样做并不是因为发生了什么大事情，只是一些极小的事。让我们来想想看，为什么会这样呢？我想有可能是因为他们平时骄纵惯了，想干什么就干什么，这次没得到满足，或是他们有什么心里话无法向别人诉说，一时想不开才会这样的。同样的，他们也是在摧残生命。

我觉得养成良好的行为习惯非常重要。每个人制定一张作息时间表，按时作息。平时，抽出一定时间进行运动，运动能增强我们的体质，锻炼我们的意志。多看一些好书，书能陶冶我们的情操，开阔我们的视野，让我们健康成长。看见好吃的东西，要适可而止，不图一时之快酿成大错，遇到解决不了的事情，不要憋在心里，可以找同学、爸妈、老师诉说，多与他们谈心，保持快乐的心情。

让我们养成良好的习惯，健康的生活方式，珍爱生命，珍惜生活，健康成长，真正接过上一辈手中的接力棒，担负起建设祖国的重任。

## 我与家乡共成长演讲稿篇七

大家下午好！

今天我演讲的题目，也是我想跟大家共同探讨的一个问题“青春怎样才不后悔”。了解我的人都知道我是一个热爱音乐的人，因此，我想跟大家一起通过音乐来找寻这个问题的答案。

如果青春只剩一张绝版海报，把你贴在额角。

青春就如同一张绝版海报，珍贵而完美，因此我们应该将它贴在最醒目的地方，珍惜青春就应该大胆的去展现自己。我曾听过这样一个故事，一个智商很高的小孩性格内向，不善于与人沟通，不敢展现自己的才能。而另一个智商不高的小孩，看起来有些笨，但他对人诚恳、乐于助人，因此他有很多朋友。多年以后，智商很高的小孩患上了自闭症，而那位智商不高的成了优秀的企业家。因此从小培养良好的性格，相信自己，大胆的表现，你的青春就不会后悔！

给你我的心作纪念，这份爱任何时刻你打开都新鲜，风浪再大我也会勇往直前，我们的爱镶在青春的纪念册青春纪念册。少不了爱的存在，爱是青春当中不可缺少的元素。无论是亲情、友情，还是爱情，我们都应该真诚的对待他人。

现在，相信大家已经找到了答案了吧！好吧那就让我们共同努力，挑战一切飞越更多空间；让我们给自己的人生交上一份满意的答卷；让我们的青春无悔。

谢谢。

## 我与家乡共成长演讲稿篇八

每个人都是在不同的环境和不同的成长环境中长大的。有的人是在困难中长大的，有的人是在幸福中长大的，有的人是在欢笑中长大的。

大的。而我，一个平平凡凡的女孩，却是在无数的逆境中长大的。

有一次，我六岁的时候，妈妈到外婆家去了，在那边住了一个星期，还没有回来。而家中却堆了一个垃圾堆，到处是纸屑，脏衣服。地上，桌子上，电器上全是一层厚厚的灰了，空气很难闻。

爸爸说：“小宇，今天我们来搞卫生大扫除吧！你看，家里都这么脏了，妈妈还没有回来，那么大扫除的任务我们就来负责吧！好不好啊！”我想了一会儿说：“好。”于是我和爸爸分好了工，我拖地。扫地。抹电器，爸爸洗衣。整理房间。

说做就做，我拿起了扫把扫地，每次扫了这里，过了一会儿又有垃圾了，于是，我回想起妈妈以前扫地的方法，我也学着照做，过了一会儿，地扫完了，我打了一小桶水，拿着笨重的拖把往水桶里浸了浸，然后使出了全身的力气，把拖把拿了出来，在地上不停地拖，刚拖完这里，又不知怎么的自己又踩了几个脚印，总是拖不干净，拖了这里有脏了那里。爸爸连忙告诉了我拖地的方法，原来拖地也是要有顺序的，终于，地也拖完了。接下来，当然是抹电器了，我用湿抹布抹了电视，电视桌，抹冰箱的时候，怎么也够不着，我站在沙发上，还没站好，有溜了下来，我真像一只热锅上的蚂蚁，我向四周扫视了一会儿，突然我的眼睛定住了，我看见了一张凳子，我把凳子搬来，站在凳子上，一下子就够着了。

大约过了两小时的战斗，大扫除终于弄完了，家里也焕然一新了。虽然我在大扫除的时候，遇到了许多困难，但是我都勇敢的去面对。通过这次大扫除，我也知道了平时妈妈地辛苦了。

刚好，这时候，妈妈回来了，看了看家里，说：“这是谁打扫的，怎么这么干净啊？”我高兴地说：“妈妈，是我打扫的。”妈妈听了，简直不敢相信，说：“小宇，真乖，你长大。”我听了这

句话，高兴地笑了。