



演讲与口才杂志社/编

好素质 好出路

学生演讲备读手册



Speech and Eloquence

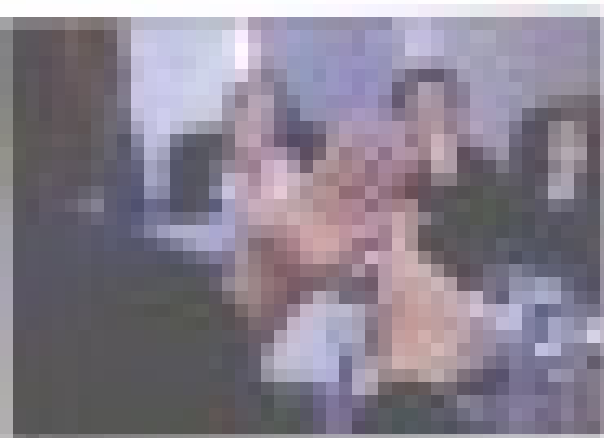
今天的社会上——不擅演讲将寸步难行
激烈的竞争中——欠缺口才将错失良机
一本帮助学生朋友应对各种演讲的必备手册
一本让你在任何场合都侃侃而谈的口才天书

时代文艺出版社



野素蘭 野出蘭

学生演讲备读手册



Speech and Eloquence

— 演讲与口才 —
— 演讲与口才 —
— 演讲与口才 —
— 演讲与口才 —

2000.11.18



演讲与口才杂志社/编

好素质 好出路

学生演讲备读手册



时代文艺出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

学生演讲备读手册/演讲与口才杂志社编. —长春: 时代文艺出版社, 2007. 3

ISBN 978 - 7 - 5387 - 2244 - 4

I. 学... II. 演... III. 演讲学—青少年读物
IV. H019 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 027458 号

学生演讲备读手册

编 者	演讲与口才杂志社
出 品 人	张四季
选题策划	刘禹婷
责任编辑	刘禹婷
出 版	时代文艺出版社
地 址	长春市人民大街 4646 号 邮编: 130021
电 话	总编办: 0431 - 85638648 发行科: 0431 - 85677782
网 址	www. shidaichina. com
印 刷	北京同文印刷有限责任公司
发 行	时代文艺出版社
开 本	660 × 960 毫米 1/16
字 数	186 千字
印 张	13
版 次	2008 年 1 月第 1 版
印 次	2008 年 1 月第 1 次印刷
定 价	18.00 元

版权所有 翻印必究

目 录

CONTENTS

比赛演讲

A、青春在奉献中闪光

青春在奉献中闪光	003
与时间的车轮同步	006
插上勤奋的翅膀飞翔	008
把书当成好朋友	010
书写青春的证明	012
生命的考验	014
为了收获秋天的果实	016
花样年华开春花	018
用艰苦铸就快乐的大厦	020
莫为懒惰找借口	023
生命中最重要	025

B、一缕春风送他人

一缕春风送他人	028
---------	-----

与朝阳一同升起	030
献出你的爱	031
在爱的天空下	034
感恩的心,感动你我	036
用我真心,回报父母	038
母爱,不曾忘记	040
只要妈妈露笑脸	041
母爱是博大的海洋	043
沐浴在爱的阳光下	045

C、风雨之后见彩虹

风雨之后见彩虹	049
一个不会被遗忘的名字	050
失败是成功的铺路石	053
别为失去太阳而哭泣	055
相信自己的重要性	057
放弃,不是我们的性格	059
迎着太阳走	060
敲开虚掩的门	062
只要年轻,就不会有失败	064
成功在我们的心里	066
做一株心安草	068
别低下自卑的头	071
埋下理想的种子	072

D、培养素质从头跃

培养素质从头跃	076
做一个“能言善辩”的中学生	078
学会与他人沟通	080
亮出你的才华	082
信任也是一种力量	085
让语言在舌尖上起舞	086
说好普通话	088
心灵是前行之舵	090
给自己信心	092
发挥出你的优势来	095
扬起科学和理性的风帆	098

E、守住心灵的契约

守住心灵的契约	101
美化心灵	103
心灵的登高	105
宽容无价	107
把诚信放在心中	109
写好新世纪的《道德经》	111
我们拥有一个名字叫“文明”	114
规矩做人好快乐	116
爱,也是一种美德	118

课前演讲

我是一棵坚韧树

我是一棵坚韧树	123
坚定的心,灵空的耳	124
坚守心灵的高地	126
陶 醉	127
学会感恩	129
为人子,孝当先	131
没关系,请叫我“大牙”	133
看清自己	134
珍 惜	135
学会合作	137
走出房子	138
穿越你的美丽,我的家乡	140
贫穷也是一种财富	141

竞聘演讲

我用真诚来竞聘

我用真诚来竞聘	
——竞聘学生会主席的演讲	145
请你信任我	
——竞聘学生会主席的演讲	147
给我一次机会,还你十分满意	
——竞聘学生会主席的演讲	149
做一个称职的“副手”	
——竞聘学生会副主席的演讲	151

我能言之,亦能行之	
——竞聘团支部书记的演讲	153
平民班长新“官念”	
——竞聘班长的演讲	155
副班长必须名“副”其实	
——竞聘副班长的演讲	157
一切为了“万紫千红春满园”	
——竞聘学习委员的演讲	159
让你生活更精彩	
——竞聘生活委员的演讲	161
我们的明天更多彩	
——竞聘文娱委员的演讲	163
我会“跑”在最前面	
——竞聘体育委员的演讲	165
用行动告慰大家	
——竞聘班长成功后的即兴演讲	167
让雪花变成雪球	
——班长的就职演讲	169
美丽从今天开始	
——校报主编的就职演讲	170

礼仪演讲

礼多情多友更多

礼多情多友更多

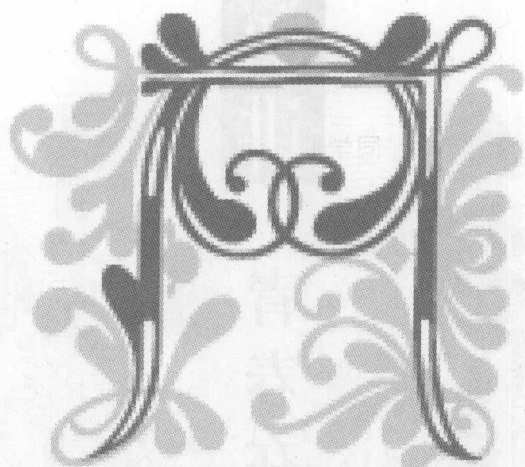
——在“礼仪”主题班会上的发言	175
老师,您辛苦了	
——在教师节纪念大会上的演讲	177

泪水和笑脸都不是永远	
——高中最后一次班会上的演讲	179
留下足迹,带走回忆	
——在毕业典礼上的致辞	181
握别在生长的季节	
——在毕业典礼上的发言	183
百花厅里百花开	
——在家长会汇报演出前的讲话	185
流汗流血不流泪	
——在军训开幕式上的讲话	187
我自豪,我自强	
——在军训闭幕式上的发言	188
无愧于胸前的校徽	
——在国旗下的讲话	190
青春之门	
——在十八岁成人宣誓仪式上的讲话	192
真情地感谢	
——在校庆活动上的致辞	194
善于发现可以创造财富	
——在“校园科技周”开幕式上的演讲	196
文学不是梦	
——在文学社年会上的发言	198

比赛演讲

· 青春在奉献中闪光





青春在奉献中闪光

青春在奉献中闪光

各位领导，各位评委老师、同学们：

大家好！

今天我演讲的题目是：青春在奉献中闪光。

同学们，当你目视着五星红旗冉冉升起时，当你聆听着雄壮有力的歌声时，当你满怀激情高唱着《义勇军进行曲》时，你想到了什么——烈士的鲜血、民族的发展、祖国的昌盛……毫无疑问，这些都是应该思索的。

但此时此刻，年轻的你是否想到了自己，想到了自己肩上的历史责任和使命，想到了如何让自己的青春更加美丽？

青春是迷人的，它是人生的花季，是最美丽的季节。很多人都在青春年华里谱写出了辉煌灿烂的人生。宋朝的辛弃疾年仅二十一岁，就领兵抗金，“金戈铁马，气吞万里如虎”；鲁迅先生也是二十一岁东渡日本，立下了“我以我血荐轩辕”的豪迈誓言；我们敬爱的周总理十九岁就写下了气壮山河的诗句“大江歌罢掉头东”，决心把青春献给祖国的解放事业……他们是华夏的铁骨精魂，是永远不落的星辰；他们是挺立潮头的英雄，是无数人心中的楷模！

抚摸时代的丰碑，追寻英雄的足迹，心潮澎湃的人们不难发现，英模们那一颗颗爱国之心，那一腔腔沸腾热血，凝聚成了两个字：奉献！

当我们缅怀英模、讴歌奉献时，也常常听到这样的感叹：我生不逢





时，没赶上英雄时代，要不也会名扬天下！

要知道，作为新时代的青年，我们虽然没有为祖国母亲挣脱锁链而驰骋沙场，但却赶上了为祖国繁荣富强而贡献青春的时代。因此，作为二十一世纪的热血青年，我们同样应该有“为中华崛起而读书”的宏伟抱负，应该为祖国献身的远大志向。

其实，奉献对任何人都不苛刻。不能长成参天大树做栋梁之才，不妨是一棵小草为春天献上一丝新绿；不能成为高山昭示一种雄壮，何不当一块路碑，为迷途的旅人拂去心头的阴云；不能像海洋用宽阔的胸怀拥抱百川，又怎么不可以是一条小溪为久旱的土地捧上甘露！

“我要把有限的生命投入到无限的为人民服务之中去”，雷锋这样说了，也这样做了。他，花丛中的红花一瓣；他，江河中的浪花一朵，生命因奉献而获得了延伸，生命因奉献而变得美丽。放眼现实生活，大到整个社会小到我们的校园、班级，都不难发现，越来越多的人正在默默地奉献着。

那奉献是赤诚的奉献、无私的奉献、崇高的奉献。那奉献像火把，是无怨无悔的燃烧，是至死不渝的真情。

那奉献像一泓清泉，是长年的流淌，是不计名利的付出。

那奉献，更像一首经久不息的颂歌，永远回荡在广袤的神州大地。

同学们，青春对于每一个人来说都是公平的，每个人都拥有。但每个人的青春价值却是不同的，每个人的青春亮度也是大不一样的。我们正处在人生的青春时节，要想让自己的青春怒放异彩，让自己的青春更加美丽，就必须懂得奉献，甘于奉献。奉献才是青春真正的内涵，离开奉献的青春就不是真正的青春，离开奉献的青春就无异于将青春断送。

奉献青春对于我们中学生来说首要的是具有奉献青春的本领。我们要有高尚的思想道德品质，要有科学文化知识和实践技能，还要有健康的体魄。总之，德、识、才、学、体正是构筑青春烈焰的燃料，离开了这些燃

料，青春就难以发光、发热，青春就不会美丽！

鲁迅先生说过：“愿中国青年都摆脱冷气，只是向上走，不必听自暴自弃者的话。能做事的做事，能发声的发声。有一分热发一分光。就像萤火一般，也可以在黑暗里发一点光，不必等候火炬。”虽然时代不同了，但鲁迅先生这种精神依然适用于我们今天。奉献青春不是一句空话，也不是高不可攀的大话，更不是只停留在嘴上动听的美话。同学们，奉献青春，就是要从一点一滴的小事做起，从现在做起：

当我们的同学、老师、父母，一切我们认识或不认识的人需要我们的帮助时，我们都应伸出那富有青春热力的双手去帮助，献出自己的爱心，而不应冷漠无情。

当我们的班级、学校、家乡、祖国需要我们贡献力量时，我们应毫不犹豫地、积极主动地去为之添砖加瓦，去施展我们的才华，而不应为个人得失斤斤计较。

当遇到任何不义之举时，我们应用我们的青春力量和智慧去战胜它，而不应怯懦和萎缩。

当我们拥有“空余”的点滴青春时光时，我们要告诫自己：珍惜时间去汲取知识的养分、陶冶高尚的情操、锻炼健康的体魄。

朋友们，奉献是神圣的，伟大的祖国需要我们奉献，火热的生活需要我们奉献；同学们，青春是有限的，有限的青春正企盼着我们的奉献。

同学们，朋友们，凭着岁月赐给我们的年轻臂膀和满腔热情，伸出我们年轻的双手吧！擎起希望的火炬，让我们劈风斩浪，走向辉煌的明天！

(文 / 张鑫)





与时间的车轮同步

各位朋友：

今天，我想跟大家谈一个平凡而又永恒的话题，那就是珍惜时间，珍惜我们的青春。我演讲的题目叫做：与时间的车轮同步。

时光如流水。时至今日，古人的比喻和告诫还时刻回荡在我们的耳旁。两千多年前，身为思想家、教育家的孔子站在一条大河边说：“逝者如斯夫，不舍昼夜！”古希腊的哲学家赫拉克利特也曾站在一条河边说：“人不能两次踏进同一条河流。”他们不约而同地道出了时间的奥秘，说出了时间的宝贵。

岂止是他们，多少年来，又有多少仁人志士，尤其是文人墨客，面对时间之长河而豪情大发，扼腕叹息！那个逍遥自在的浪子李白，举杯而歌曰：“君不见黄河之水天上来，东流到海不复回！”那个屡挫不败的天才苏轼，荡舟而唱道：“大江东去，浪淘尽，千古风流人物。”风华不再，红颜易老，在那早逝的一个个青春苦吟中，谁能体悟不出一一种时光之无情？

要珍惜时间，珍惜年华，特别是我们青少年，更应该把握好自己的青春好时光。“劝君莫惜金缕衣，劝君惜取少年时”。只有年轻时立大志、勤学习，将来才能有所作为。毛泽东读师范时便“身无分文，心忧天下”；周恩来上中学时就宣言“为中华之崛起而读书”；邓小平十六岁即远赴法国，寻求救国救民的真理。老一辈革命家如此，新时期也不乏大量杰出的

少年英才。他们中有第一批少年大学生谢颜波等；有“希望工程”第一个受惠者张胜利……2000年金秋，在二十世纪最后一次体育盛会——悉尼奥运会上，中国代表团跻身三甲，为我国争得荣誉的冠军中，多数都是年轻选手。他们的成功，是日夜苦练的结果，他们是珍惜青春的典范。前不久，在波兰举行的国际肖邦音乐节上，一位少年摘取金奖。该奖已经一连空缺了两届，本次获奖者何许人也？李云迪，男，十八岁，来自中国，现为深圳艺术学校学生。他成为了摘取该音乐大奖的第一位中国人，也是最年轻的金奖获得者。但是，每一个人都知道，李云迪靠的不仅仅是天赋和机遇，还有老师的汗水，更有他自己废寝忘食的奋斗！天道酬勤，鲜花只属于与时间赛跑的人。南宋名将岳飞在其千古名篇《满江红》里高歌道：“莫等闲，白了少年头，空悲切。”今天，我们仍然要牢牢记住这份谆谆的教导。

再说现实中的我们。毋庸置疑，我们很多同学是珍惜时间的：我们勤学苦练，打好基本功；我们在黑板上写上“每天一句话”，甚至标上距离考试的倒计时；我们也不时开班会，搞演讲赛，常常警醒自己要珍惜时间，要把握青春年华……作为现代学子，我们都知道时间就是金钱、就是知识、就是生命，因此，视浪费时间为可耻，视虚度年华为犯罪。可是，我们又不可讳言，在平时，仍然有不少同学在虚掷光阴，在碌碌无为中哀叹。他们满腹牢骚，感叹生不逢时，命运不济；说什么“及时行乐”，“跟着感觉走”，“何不潇洒过一生”……所有这些，难道不是我们应该谴责和抛弃的吗？

同学们，朋友们，时光东流，历史的车轮滚滚向前。抬眼望，我们已经踏进了二十一世纪的门坎。风华正茂的我们又该作何举动？是踟蹰不前，徘徊观望，还是激流勇进，努力前驱？每一个人都应作出自己的选择。但无论怎样，我们都绝不能犹豫。时不我待，生命有限，把青春和勇气投入到新世纪的征途上，高挂理想之风帆，前进吧！

谢谢大家。

(文/黄宗娟)

