# 积极向上的演讲稿300字(20篇)

来源：网络 作者：独影花开 更新时间：2024-09-10

*演讲稿也叫演讲词，是指在群众集会上或会议上发表讲话的文稿。演讲稿是进行宣传经常使用的一种文体。演讲的作用是表达个人的主张与见解，介绍一些学习、工作中的情况、经验，以便互相交流思想和感情。那么你知道演讲稿如何写吗？以下是我帮大家整理的最新演讲...*

演讲稿也叫演讲词，是指在群众集会上或会议上发表讲话的文稿。演讲稿是进行宣传经常使用的一种文体。演讲的作用是表达个人的主张与见解，介绍一些学习、工作中的情况、经验，以便互相交流思想和感情。那么你知道演讲稿如何写吗？以下是我帮大家整理的最新演讲稿模板范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**积极向上的演讲稿300字篇一**

可请大家记住一句真理吧：青春，是一笔财富，我们拥有青春，这便是追求理想最宝贵的财富，没有梦想，没有追寻的青春怎么叫青春?没有彷徨，没有执着追求的青春怎么称为青春?

有信念，好样的!有追求，好样的!但是大家是否充分预见过这过程中的困难挫折呢?起点时固然有雄心壮志，终点处固然金光灿烂，但是当生活一步步将理想的锋芒磨平，那雄心壮志不照样会烟消云散吗?不要以为我们是在上大学。不是。高尔基说过：\"苦难才是真正的大学。\"也有一位伟人说过：\"苦难是人生的必经之路。\"所以当你拥有了雄心壮志的时候，同时你也要张开双臂迎接苦难。

《丘吉尔传》读过吗?这位百年才能诞生一位的演讲天才经过的是怎样的人生经历!大家或许只记得他那十分惨烈的成绩单，却不知道他那孤独的，甚至几次几乎夭折的童年。大家或许只记得他当海军大臣的荣耀，却不知道他从一名普通的骑兵到屡立奇功的战地记者经历种种九死一生的传奇经历。大家或许只记得他那压倒众人，极富煽动性的演讲，却不知道在成长过程中他每每被人嘲笑，讥讽，侮辱的时刻。甚至他那丑陋的长相，矮小的个子总被对手挂在嘴上。大家或许也还只记得他出生在一个贵族之家，应该享尽荣华，却不知道丘吉尔家族从马尔巴罗公爵到伦道夫勋爵之时，温斯顿.丘吉尔青年时所面临的窘境，等等等等。正因为丘吉尔经历的起起伏伏的政坛，坎坎坷坷的人生才成就了他那句不朽的名言：\"我能奉献的只有血和泪。\"这句话确实充满了血和泪啊。它是由多少苦难积淀而成。

也许有人会说：我不想成为丘吉尔那样的伟大人物，那也请记住吧：梦想的高度与苦难的程度是成正比的。所以在起点处就请准备迎接苦难吧。其实追求梦想就想长跑，苦难则是人的生理极限，遇到它只要咬咬呀坚持一会也便\"守得云开月见明\"了。可是却总会有人动摇。这些人站在起点时不也踌躇满志吗?着不正说明了我们要充分预见苦难，认清自我的重要性吗?

记住一句再普通不过的话吧：坚持就是胜利，相信付出就有收获，因为\"有志者事竟成，破釜沉舟，百二秦关终属楚，苦心人天不负，卧薪尝胆，三千越甲可吞吴。\"这便是信念的力量。

但谁没有弱点，谁没有惰性，大家的理想已经放飞，怎么可以放弃，在奔跑的路上，大家如果没有彷徨，有沮丧，就听听我送大家的一首诗吧，也作为我演讲的结束，希望能给大家一些奔向终点的力量。

看过“ 积极向上的演讲稿 ”的人还看了：

5.少年向上演讲稿(三篇)

**积极向上的演讲稿300字篇二**

世上的各种事物，全凭你自己如何去想。用健康、积极、快乐的眼光，用欣赏的态度去对待事物，你会觉得一切都是那么美好;当你用挑剔、鄙夷、悲哀的眼光，用批评的态度去看待事物，那么就只能永远生活在绝望的环境中。

心态是要靠自己去掌握，去调整的。曾经读过这样一个故事：乐观的人看半杯水，他会想，我还有半杯水。于是每天注入一滴水，终于有一天水溢出了;而悲观的人看半杯水，他想着，我只有半杯水了，于是终日愁眉不展，最后有一天水全干了。

乐观、积极的人用健康的向上的心态助自己成功，让自己快乐地活着;而悲观消极的人用病态的心态让自己永远活在阴霾里，让自己在绝望中痛苦地徘徊。

成功的心态不是在成功之后才培养出来的，成功的心态是在未成功前千百次的失败中磨练出来的。心态对于一个人来说至关重要，它决定着你的将来，你的成功与失败。

心态是我们自己掌握的，因为我们有自由的思想，自由的心灵，我们不被某种力量所约束，我们是自由的，在眠队一切不如意的事情时，我们可以用美好的心态去面对，那么我们就不会感到绝望。

成功与失败并存，希望与失望相伴，生与死相随，祸与福相依……我们掌握了自己的心态，让自己保持健康向上的热情，我们就成功了一半!

**积极向上的演讲稿300字篇三**

著名的文学家托尔斯泰曾经说过：“世界上只有两种人：一种是观望者，一种是行动者。大多数人想改变这个世界，但没人想改变自己。”想要改变现状，就要改变自己;要改变自己。就得改变自己的观念。一切成就，都是从正确的观念开始的。一连串的失败，也都是从错误的观念开始的。要适应社会，适应环境，适应变化，就要学会改变自己。

柏拉图告诉弟-子自己能够移山，弟-子们纷纷请教方法，柏拉图笑道，说：“很简单，山若不过来，我就过去。”弟-子们一片哗然。

这一个世界上根本就没有移山之术，唯一的一个移动山的方法就是：山不过来，我便过去。同样的道理，人不能改变环境，那么我们就要改变自己。

是的，我们不能改变山的位置，改变不了这个这个世界上的许多东西，但是我们可以改变自己，给自己加重，这样我们就可以适应变化，不被打败!

人生如水，人只能去适应环境。如果不能改变环境，就改变自己，只有这样，才能克服更多的困难，战胜更多的挫折，实现自我。如果不能看到自己的缺点和不足，只是一味地埋怨环境不利，从而把改变境遇的希望寄托在改变环境上，这实在是徒劳无益。

虽然我们不能改变世界，但我们可以改变自己，让我们用爱心和智慧来面对一切环境。

断箭的故事：

不相信自己的意志，永远也做不成将军。

春秋战国时代，一位父亲和他的儿子出征打战。父亲已做了将军，儿子还只是马前卒。又一阵号角吹响，战鼓雷鸣了，父亲庄严地托起一个箭囊，其中插着一只箭。父亲郑重对儿子说：“这是家袭宝箭，配带身边，力量无穷，但千万不可抽出来。”

那是一个极其精美的箭囊，厚牛皮打制，镶着幽幽泛光的铜边儿，再看露出的箭尾。一眼便能认定用上等的孔雀羽毛制作。儿子喜上眉梢，贪婪地推想箭杆、箭头的模样，耳旁仿佛嗖嗖地箭声掠过，敌方的主帅应声折马而毙。

果然，配带宝箭的儿子英勇非凡，所向披靡。当鸣金收兵的号角吹响时，儿子再也禁不住得胜的豪气，完全背弃了父亲的叮嘱，强烈的欲望驱赶着他呼一声就拔出宝箭，试图看个究竟。骤然间他惊呆了。

一只断箭，箭囊里装着一只折断的箭。

我一直刳着只断箭打仗呢!儿子吓出了一身冷汗，仿佛顷刻间失去支柱的房子，轰然意志坍塌了。

结果不言自明，儿子惨死于乱军之中。

拂开蒙蒙的硝烟，父亲拣起那柄断箭，沉重地啐一口道：“不相信自己的意志，永远也做不成将军。”

把胜败寄托在一只宝箭上，多么愚蠢，而当一个人把生命的核心与把柄交给别人，又多么危险!比如把希望寄托在儿女身上;把幸福寄托在丈夫身上;把生活保障寄托在单位身上……

总结：自己才是一只箭，若要它坚韧，若要它锋利，若要它百步穿杨，百发百中，磨砺它，拯救它的都只能是自己。

**积极向上的演讲稿300字篇四**

爱的同学们：

从前有一个国家，地不大，人不多，但是人民过着悠闲快乐的生活，因为他们有一位不喜欢做事的国王和一位不喜欢做官的智慧大臣。

这个智慧大臣最大的特点就是积极——不论遇上什么事，他总是愿意去看事物好的那一面，而拒绝消极观点。由于智慧大臣凡事都抱着积极的态度，的确为国王妥善地处理了许多麻烦事，因而备受国王的敬重，凡事皆要咨询他的意见。

国王没有什么不良嗜好，除了打猎以外，最喜欢与智慧大臣微服私访民隐。智慧大臣除了处理政务外，就是陪着国王下乡巡视，如果是他一个人的话，他最喜欢研究宇宙人生的真理，他最常挂在嘴边的一句话就是“一切都是最好的安排”。

有一次，国王兴高采烈地到大草原打猎，随从们带着数十条猎犬，声势浩荡。国王的身体保养得非常好，筋骨结实，而且肌肤泛光，看起来就有一国之君的气度，随从看见国王骑在马上，威风凛凛地追逐一头花豹，都不禁赞叹国王勇武过人!花豹奋力逃命，国王紧迫不舍，一直追到花豹的速度减慢时，国王才从容不迫弯弓搭箭，瞄准花豹，嗖的一声，利箭像闪电似的，一眨眼就飞过草原，不偏不倚钻入花豹的颈子，花豹惨嘶一声，仆倒在地。

国王很开心，他眼看花豹躺在地上许久都毫无动静，一时失去戒心，居然在随从尚未赶上时，就下马检视花豹。谁想到，花豹就是在等待这一瞬间，使出最后的力气，突然跳起来向国王扑过来。国王一愣，看见花豹张开血盆大口咬来，他下意识地闪了一下，心想：“完了!”

还好，随从及时赶上，立刻发箭射入花豹的咽喉，国王觉得小指一凉，花豹就闷不吭声跌在地上，这次真的死了。

随从忐忑不安走上来询问国王是否无恙，国王看看手，小指头被花豹咬掉小半截，血流不止，随行的御医立刻上前包扎。虽然伤势不算严重，但国王的兴致破坏光了，本来国王还想找人来责骂一番，可是想想这次只怪自己冒失，还能怪谁?所以闷不吭声，大伙儿就黯然回宫去了。

回宫以后，国王越想越不痛快，就找了智慧大臣来饮酒解愁。智慧大臣知道了这事后，一边举酒敬国王，一边微笑说：“大王啊!少了一小块肉总比少了一条命来得好吧!想开一点，一切都是最好的安排!”

国王一听，闷了半天的不快终于找到宣泄的机会。他凝视智慧大臣说：“你真是胆大包天，我的手指都没了，你还认为这是最好的安排!”

智慧大臣发觉国王十分愤怒，却毫不在意说：“大王，真的，如果我们能够超越自我一时的得失成败，确确实实，一切都是最好的安排。”

国王说：“如果我把你关进监狱，这也是最好的安排?”

智慧大臣微笑说：“如果是这样，我也深信这是最好的安排。”

国王说：“如果我吩咐侍卫把你拖出去砍了，这也是最好的安排?”

智慧大臣依然微笑，仿佛国王在说一件与他毫不相干的事。“如果是这样，我也深信这是最好的安排。”

国王勃然大怒，大手用力一拍，两名侍卫立刻近前，国王说：“你们马上把智慧大臣抓出去斩了!”侍卫愣住，一时不知如何反应。国王说：“还不快点，等什么?”侍卫如梦初醒，上前架起智慧大臣，就往门外走去。国王忽然有点后悔，他大叫一声说：“慢着，先抓去关起来!”智慧大臣回头对他—笑，说：“这也是最好的安排!”

**积极向上的演讲稿300字篇五**

老师们、同学们：上午好!

今天我讲话的主题是：抓紧时间努力学习。

年青是搏击风浪的船，昂扬、潇洒，学习则是船的动力。作为年青一代的我们，应抓紧时间，持之以恒，努力学习，扬帆起航。孔子说：博学而笃志，切问而近思，仁在其中矣。今天的我们，应谨记他的话，放飞自己的青春，用勤劳的汗水铺就未来的成功之路。也许我们已经输在起跑线上，但是决不能再让自己输在终点。后天的勤奋可以弥补先天的不足，珍惜现在的每一刻，努力获取知识，使自己拥有亮丽的人生。每个人都有自己鲜活的梦想，相信，梦有多远，我们就能走多远。

基础年级期中考试刚刚过去，这是最容易松懈的时候，我们必须抓住这段易逝的时光，好好把握，将知识这闪光的宝石紧紧握在手中。市统考即将临近，作为一名高三学子，我们更应学习鲁迅先生海绵挤水的精神，学习红军长征不怕苦，不怕累的精神，加倍努力，在接下来的一段时间里，进行扎实有效的复习，争取取得市统考的全面丰收，为以后的学习奠定良好的基础，为明年的高考建立我们应有的自信。同学们，我们一起努力吧!让我们用热情拥抱未来，用青春谱写人生，用行动证明存在的价值吧!谢谢大家!

**积极向上的演讲稿范文篇2**

偶然间，发现我们已步入了那道令老年人羡慕、中年人留恋、少年人向往的青春风景线。澎湃着青春的热血，洋溢着青春的热情。

然而，曾几何时，我们这些带着彩色的梦走进大学校园的莘莘学子们却拥着青春，在被赋予“本科大学生”之称的壮丽岁月里，高喊着：平平淡淡才是真。旦有人认为“与世无争，恬淡一生”便可无忧无虑的生存，颇有要把老庄的“无为”思想发扬光大之势。是什么使我们充满青春活力的校园生活减退了缤纷的色彩呢?又是什么使我们真实的熔浆凝固，不再有来自内心深处的热血沸腾?是因为我们没有走进梦想中的象牙塔?是因为我们未走出自我困惑的地带?还是因为我们的心真的不再年轻，确实把一切都看的平淡了呢?然而我要说不!都不是!主宰世界的是我们，放弃世界的仍然是我们。

不再回头的不只是那古老的辰光，也不只是那些个夜晚的星群和月亮，还有我们流逝着的青春。所以请拒绝平淡，告别无为，让我们的青春在阳光下真正的飞扬起来，激荡起来!

让我们在阳光明媚的日子，愉快地歌唱;在花开的日子里，遨游知识海洋，一起编织梦想;在飘雨的季节里，用心情的音符，谱写青春悦耳的篇章!任前方荆棘丛生我们将持之以恒。茫茫学海中，我们要做勇敢的水手，乘风破浪，共赴前程。青春的脚步如行云流水，青春的岁月需要知识的滋养。让我们把握生命中的每一天，向着成功的彼岸前行。

不再为落叶伤感，为春雨掉泪;也不再满不在乎于地挥退夏日的艳阳，让残冬的雪来装饰自己的面纱;岁月可使皮肤起皱，而失去热情，就也可以使灵魂起皱，让生命失去激-情。所以，我们要用智慧和勇气扬起理想的风帆，用青春和生命奏响时代的强音。当我们抛弃了迷茫，掌握了航向，当我们共同努力，不懈的摇桨，青春的激扬乐章终将奏响!

青春，就像是烟花，它会给你带来美丽的烟花，但在此喷发出之前，需要准备，储蓄力量，所以只有拥有充足的力量和爆发力才能喷发出最美的烟花。青春会给你带来骄傲，会给你带来经验，只有精心准备过的青春才会美丽，但是青春并不是虚度的，青春是人一生中最美的，你的身体是最健康的，你有用不完的精力，你会感受到许多美好的东西，我们要好好的利用这最美的青春勇敢去闯，我们的倔强是我们的力量，挺起我们的胸膛，勇敢的面对一切挑战，让我们的青春变得充实，有意义，就让我们一起谱写最美好的青春吧!

**积极向上的演讲稿300字篇六**

各位领导、各位评委、各位青年朋友们：

大家好!

我叫，很高兴能够和大家一起探讨追求卓越，奉献青春，这个话题，今天我要演讲的题目是《甘于奉献，点燃烈火青春》。

让青春烈火燃烧永恒，让生命闪电划过天边，用所有热情换回时间，让年轻的梦没有终点!我非常欣赏《烈火青春》里面的这段话，并一直用它激励自己的学习、工作和生活。我认为，青春就应该燃烧，发出亮光才有价值!人的一生可能燃烧也可能腐朽，既然这样，我不愿腐朽，也不能腐朽，我愿意燃烧起来!在座的朋友们!你们愿意吗?

青春，是我们一生中最美丽的季节，她孕育着早春的生机，展现着盛夏的热烈，暗藏着金秋的硕实，昭示着寒冬的希望，充满诗意而不缺乏拼搏的激情，时尚浪漫而又饱含着奋斗的艰辛。当一个人的青春融汇到一个时代、一份事业中，这样的青春就不会远去，而这份事业也必将在岁月的历练中折射出耀眼的光芒。

说到这里，我想起了这样一句话：“有的人活着，他已经死了;有的人死了，他还活着。”生命的意义在于活着，那么活着的意义又是什么呢?当然不是为了活着而活着，答案只有两个字，奉献!我们可以设想一下，不付出、不创造、不追求，这样的青春必然在似水年华中渐渐老去，回首过往，没有痕迹，没有追忆，人生四处弥漫着叹息。我想，这绝对不是我们存在的意义。古往今来，有无数能人志士在自己的青春年华就已经成就了不朽的人生，在这里我来不及一一列举。可是，有一个人的名字我却不能不提，他是我们永远的学习榜样，一个最平凡最无私也是最伟大的人。大家知道他是谁吗?这个传奇人物就是雷锋，他告诫我们说：“青春啊，永远是美好的，可是真正的青春，只属于那些永远力争上游的人，永远忘我劳动的人，永远谦虚的人!”我想在座的每一位包括我自己都可以成为这样的人。

说实话，三年前，我刚来工作的时候也有过失落和茫然，感觉现实不尽如人意，感觉离曾经的梦想总是有一些距离，一度陷入困惑之中。可是，青春的我是一把刚铸好的刀，不容得你有片刻的等待和迟疑。我决不能眼睁睁看着这把刀慢慢氧化，失去光泽，随即斑驳、锈蚀、风化，最后成为一块废铁。我告诉自己，“只要你是金子，就能放光，只要你斗志昂扬的面对生活、面对工作，你就会有所获得。”路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。青春是学习的季节，青春是奋斗的岁月，不要停止我们前进的步伐，因为青春的路正长。有空的时候静下心来好好看看书，回头想想自己走过的路，为自己的人生做好一个规划，把自己的理想铭刻在心中，做一个甘于寂寞，敢于创新、干劲十足的年青人。

青春不是人生的一段时期，而是心灵的一种状况。如果你的心灵很年青，你就会常常保持许多梦想，在浓云密布的日子里，依然会抓住瞬间闪过的金色阳光。我们虽出生于不同的年代，工作在不同的岗位，但我们拥有一个共同的家，在这里，我们信守同样的企业精神，写下同样的奉献承诺，拥有同样的壮美青春。这是一次演讲，更是一次告白。当我满带着青春的气息，怀揣着沉甸甸的梦想与信念站在这里的那刻，我的内心是如此的坦荡与激昂，那种难以形容的兴奋与紧张，我真诚的邀请你们一同分享。

**积极向上的演讲稿300字篇七**

当我站在名模朋友家的厨房里，观察她的饮食风格时，突然发现我们之间有着最遥远的距离。

她在我傻傻站着的时候走进来，熟练地从酸奶机里舀出一杯酸奶，淋上进口的蜂蜜，然后切了些新鲜水果扔进去，然后在我面前完成了她的午饭。

简约的煮蛋器、各式营养片、芋头紫薯、大块柚子。对于几乎不开火炒菜的她来说，可以选用的食材竟好像很丰富。

我突然想起十年前我们都还是高中生时，她带着我，全身裹满保鲜膜，在下午两点的操场上跑步的情景。

其实不少女孩看到这里可能会在心里暗暗吐槽一句，把自己搞的这么艰辛，活着还有什么意思。所以，这只是万千生活方式的一种，你可以选择，或不选择。

不过，你也要清晰地了解，自己在街上看到大长腿或者马蜂腰的时候，是不羡慕，还是很羡慕。

上帝安拉佛祖一个比一个忙，你不耕耘，他们哪有时间白送你礼物。

曾看过一篇文章写道，在欧洲，越富有、越事业有成的人群，越少胖子和提前衰老的人。其实在中国，随着经济的发展，人们眼界的开阔，这一现象也慢慢推广开来。

我也曾采访过演艺圈之外不少优秀且知名的女性，她们的状态大多令人吃惊。除了阅历和见识带来的睿智和优雅之外，她们的外表年龄都远小于所谓的生理年龄。

在惯常的概念中，事业有成家庭幸福的女人一定是不辞辛劳、心力交瘁的，因为平衡这两者需要付出的精力无人不晓，但事实证明，真的存在不少的女性，平衡木走得无比出彩，不仅轻而易举地躲过了岁月的杀猪刀，反而成为时间的宠儿。

秘诀就是：勤快，自律。翻译地学术点儿就是执行力，自控力。

她们会安排好每一天甚至每一个小时，高效率地做事，不遗落的保养，决不允许各种借口和情绪成为岁月的帮凶。

你会不会在半夜十二点，顶着一头油腻的头发，睁着一双已经毫无神采的双眼，七扭八扭地陷在椅子里，然后不停地在网上看各种女神榜样的照片，又心痒又惊叹;

或者苦心研究各大论坛里的护肤品，试图找到快速变美的捷径，却就是懒得站起来，跳上一段郑多燕，或者迅速抹好晚霜去睡觉;

你会不会无数次地告诉自己，明天必须减肥，然后把这一志向散播到微博朋友圈各处，甚至找到几个志同道合的姐妹，最后从第一天的大汗淋漓到五天之后的再无联系;

你会不会早已谙熟美丽的各类法则，并抱定必胜的决心，但在一迈进朋友说好要请客的馆子之后就一溃到底。

所以这就是为什么大部分女孩都只是姿色平平，而明艳出众的只占很低百分比的原因。怪只怪自己偏爱临渊羡鱼，却没退而结网的毅力。

谁让人家饿肚子的时候你在大口嚼油腻，人家在跑步机上痛苦咬牙的时候你在家一坐一天打游戏，人家在用心学习时尚搭配的时候你一条牛仔裤穿一季。

老天太公平。不公平的是，有些人生来比你美丽，却还比你知道努力。

看看清朝后宫群像图，你会发现，在当今这个时代，为什么女人看上去各个都能宠冠当时的后宫。我们拥有了多少变美的方法，科技的、人文的，我们有了可以夜间修复的小棕瓶，有了可以断食排毒的果汁机，还有全身美白的白兔丸，甚至给皮肤注氧的美容仪。

勤快的女人可以像日本的不老美女张婷媗，每天早起晒出一大桌营养全面的早餐，其丰富程度完爆很多人的午餐晚餐;也可以像四十多岁还把自己吊起来上下翻滚练柔韧的李嘉欣;更可以像出道几十年却没什么变化唯独没吃过饱饭的宋丹丹。

全部的秘密汇成一个秘密，那就是：她们的坚持也好痛苦，好崩溃。不过她们坚持下来了。

当刻意的坚持变成习惯，一切都云淡风轻了，只需等待收获。连吃一周的蔬菜水果，你的味蕾会被你感动，慌忙做出调整;连做一周瑜伽，你的骨骼肌肉会被你感动，慢慢柔软下来;连睡一周美容觉，你的皮肤会被你感动，淡淡放出光泽。

很多人抱怨，为什么所有的明星访谈里，那些光鲜亮丽的女明星都不说实话，不肯透露真正的保养秘诀，总是千篇一律地“点到即止”,猜都能猜到，什么“饮食规律，多喝水，多吃蔬菜水果，常运动，早睡觉”简直毫无诚意。

但当你真正地拥有几个明星好友，或者走近这个圈子，再或者你身边就有比女明星还耀眼的朋友存在时，你会发现，这些千篇一律的无诚意秘诀全部都是真的。

而你，可能就是芸芸众生中那个明明手握宝典，却还在疯狂寻找宝典的傻瓜。

你和她们的距离，只有“按照书上写的去练功”这件事。

多喝水，早睡觉，吃清淡，常运动。这四件事人人皆知的事算宝典吗?我不知道它算不算宝典，我只知道，大部分人做不到的事情，就是少部分人成功的原因。

所以我看到有些营养专家或者时尚界人士流露出这样的言辞：方法就是这个方法，但大家都抄了，都记了，却都做不到。

所以很多时候，能恒久保持身材的女人，和能够把事业经营地风声水起的女人，是同一个人;很多时候，能从真正的丑小鸭，变成真正的白天鹅的女人，和能够白手起家，把普通的人生起点变成康庄大道的女人是同一个人。

因为勤快和毅力，在任何领域，都有平地起楼的魔力。

种瓜得瓜，种豆得豆这句话，已经老掉牙到每每想起就不愿用，不过这朴实的八个字真的太能说明问题。你在哪片土地日日浇灌，哪片土地不一定会长出花儿来，但如果你不浇灌，一定长不出花儿来。

也许别人天生就有希腊神像一般的五官，黄金比例的身材，以及满墙贴金的家境，但我想说，这一切，都与你无关，频繁地欣赏和羡慕不会让你和她走的更近，唯有你自己的行动，会让明早睡醒的你，因为添了点神采、少了点肉，而拥有加分的自信。

**积极向上的演讲稿300字篇八**

去秋来，花开花谢，茫茫尘世中的你我虽渺渺如天上一朵白云，却一样拥有自己崭新的个性和独特的自我，生命本来就是一种美丽。天空有天空的高远，彩云有彩云的逍遥，花儿有花开的美好，流水有流水的自在，无论生来多么卑微，都应该为自己拥有一片天空、一席土地而感到骄傲。

在漫长的时间银河里，已遗忘了多少的星衰辰败，人生的几十年，于这个宇宙史也不过像流星一闪。昨天的岁月匆匆，今天的繁华盛世，明天的辉煌太平，我们的诞生已是如此不平凡。

从我们出生，哭出了生命中的第一声时，我们就开始感受到，人生的道路上必定交织着矛盾和痛苦，充满着求索和艰辛，遍布着荆棘和坎坷。岁月的浪潮泛起多少沉渣，漂浮的人生跌碎无数的梦幻。但是，生命因为磨难而美丽。唯有这些艰难，才能凸显出生命的可贵和不凡，让我们在撒手人寰的时候无憾地笑着离开。唯有经过磨炼的生命，才能累叠出生命的坚强，也唯有历经风风雨雨的人，才知道生命的难得与可贵。

生命虽然弥足珍贵，但日常的生活却是平凡而琐碎的，这就需要我们学会欣赏，欣赏平凡生活里的美丽，从而感知生命的快乐。生活就像湖泊中荡漾的涟漪，平凡却不乏美丽动人;生活也像绿叶上滚动的露珠，渺小却依然晶莹剔透。

当我们走在大街上，看到摆摊的小贩，他们不停地吆喝，并不时地发出爽朗的笑声，谱写了城市匆忙的乐趣;挑着担子卖菜的妇女，甚至老人，他们瘦弱的双肩挑起的不只是生活的重担，还有担子背后的贫穷、朴素、勤劳和善良。他们的脸上总会露着会心的微笑，在最寂寞的现实中，他们感知真挚的生活，尽情地歌唱生活，他们是单调生活里最生动的点缀，静静聆听这些朴实的细语落在地上溅起的声音，好像岁月的散曲，轻轻地哼唱着生命的乐章。

生命没有大小之分，强弱之别，无论多么微小的生命都值得我们敬畏，破土而出的小草、迎风招展的野花、路边来回奔波的蚂蚁、逆流而上的鲑鱼，它们对生命的执著会深深地感动我们，给我们带来对生命的感慨。生命可贵，不仅是我们自己的生命值得珍惜，一切生命都值得我们去珍惜、关心、爱护。

人生像一首诗，有甜美的浪漫，也有严酷的现实;人生像一首歌，有欣喜的欢愉，也有低旋的沉郁;人生像一个大舞台，有显赫的主角，也有无闻的配角。虽然，不一定每个人都能成为独领风骚的风云人物，但是，我们是自己生活的主角，只要我们用心去揣摩自己的角色，我们就一样可以演绎好自己独特而精彩的人生。

生命像一座山，高低起伏不断，风霜雪雨交加，但是，只要我们勇敢地在崎岖的山路上跋涉，我们便终有一天能够攀登上生命的高峰。生命像一条河——上游是童年，宛如美丽的小溪，清澈见底，欢歌笑语中奔流向前;中游是壮年，有瀑布有暗礁有曲折也有流畅;下游是老年，历经岁月的沧桑，回归大海，有平静有辽阔有宽容也有博大。

岁月渐长，年华渐老，我们却在时光悄悄流去时更深刻地读懂了生命。如果有足够的修养，那么我们的生命是文雅的;如果有足够的经历，那么我们的生命是多彩的;如果有足够的包容，那么我们的生命是宽广的;如果有足够的从容，那么我们的生命是美丽的;如果有足够的善良，那么，我们的生命就会拥有璀璨的光环。

不是生命中的苦恼太多，而是我们的胸怀不够开阔;不是幸福太少，而是我们还不懂得生活。忧愁时，就写一首诗，让苦涩化为浪漫的花朵;快乐时，就唱一支歌，把快乐传递，让幸福传播。无论天上掉下来的是什么，我们都从容地迎接，生命唱出的都是最美丽的赞歌。生命是可贵的，让我们为生命而骄傲。

**积极向上的演讲稿300字篇九**

岁月是一首变幻的歌，岁月是一本沧桑的书，岁月是一条曲折的河，岁月是一段坎坷的路。

岁月匆匆，燕子去了，有再来的时候;杨柳枯了，有再开的时候。而岁月却逃去如飞，我们拥有的时间只是流星划过暗淡长空的短暂光芒。面对它，我却茫茫然，我生活在岁月之中，却丝毫没有对它产生半点怜惜。

岁月多变，从奴隶到民主，从野性到文明，从争战到安定，从落后到先进，这一切的变化都浸泡在岁月中，历史向我们昭示着岁月，我生活在岁月中，为变幻的奇迹而惊叹。

岁月苍苍，多么长久的时间在它看来也只是流星一瞬，古代的劳动人民为我们留下了沧桑而辉煌的成就，化作一行字，铭刻在岁月的脚步下。我生活在岁月之中，岁月重现了历史。

岁月恍惚，回望我走过的路，扑朔迷离，远处的则如同海市蜃楼，这也许是我的犹豫，这也许是我的抉择。我生活在岁月之中，岁月如麻，而我坚守我自己。

岁月最易让人迷失，如一片森林，茂盛却迷离，似一片沙漠，平坦却茫茫。坚定自己，明确自己，信赖自己，以明确人生航向，化一条船，与风浪搏斗，不示弱，向目标远航。生活在岁月中的又何止是我一人呢?

云儿轻轻散去，风儿渐渐停息，岁月在留下些鱼尾纹后，匆匆溜走，只留下一根短短的蜡烛，散发幽幽荧光，映照着一张苍老的脸庞，母亲也在变老，在岁月的长河的流逝中，她的闪现，嵌入了我的一生。

我生活在岁月之中，岁月，使我生命的计时器;我生活在岁月之中，岁月，是我生灵的开拓者。

岁月如歌，变幻多端，奇迹便是侵蚀的镌刻;

岁月如书，沧桑古老，辉煌便是闪耀的折痕;

岁月如河，曲折蜿蜒，目标便是永恒的航向;

岁月如路，坎坷不平，信念便是坚定的高帆。

**积极向上的演讲稿300字篇十**

尊敬的各位评委，各位老师、各位同学：

大家好!我是软件三班的吴继伟。今天我演讲的主题是《拥抱青春，放飞梦想》

海阔凭鱼跃，天高任鸟飞。每个人都怀揣着一个属于自己的梦想。

然而，什么是梦?什么又是梦想?梦是期待，而梦想是坚强——是你把飘渺的梦坚持作为自己理想的勇气和执著，是你对自己负责的最高境界。但扪心自问，我们有多少人能够成就自己心中最初的梦想?

我们的梦想，也许是二十岁的豪情壮志;也许是青春期的迷茫与冲动;也许只是一份平淡的渴望：渴望掌声，渴望成功。无数的“可能”，无数的“希望”，因为我们的青春岁月充满奇迹，我们心中大大小小的梦，在生活的每一个角落里芬芳弥漫。

亲爱的朋友们，回眸自己走过的路，还记得每一个梦想带来的悸动，在生命中留下了怎样的足迹吗?

人们常说，有志者，事竟成;还有人说，最贫的是无才，最贱的是无志。由此可见立志的重要性，所以，人不可没有梦想。雄鹰和母鸡都有一对翅膀，但雄鹰可以搏击蓝天，而母鸡只能扑腾于庭院。其根本原因就在于，母鸡的理想是一把米糠，雄鹰的理想是展翅翱翔!所以，我们立志就要立大志，志当存高远!

我们青年人好幻想，每个人都有自己美好的梦想。但如果不经过奋斗，那梦想终究是梦想，绝无实现的可能。大家一定听说过“蜀鄙二僧朝南海”的故事。穷和尚和富和尚都立志要去南海，结果穷和尚凭一瓶一钵去成了南海，而富和尚“数年来欲买舟而下，犹未能也”。原因何在?就在于穷和尚勇于立志，更勇于践志;富和尚则只敢想，却不敢做。

心动不如行动，努力永远不会太迟!让我们马上行动起来吧!做一件事情，只要开始行动就可算是获得了成功的一半。演讲大师齐格勒曾说过这么一段充满哲理的话：

世界上牵引力最大的火车头停在铁轨上，为了防滑，只需在它的八个驱动轮前面各塞一块一寸见方的木块，这个庞然大物就无法动弹。然而，一旦火车头开始启动，这小小的木块就再也挡不住它了;当它的时速达到100公里时，一堵5英尺厚的钢筋混泥土墙也能被它轻而易举地撞穿!从几块小木块就可令其无法动弹到能撞穿一堵钢筋混泥土墙，火车头威力变得如此巨大，原因不是别的，就因为它“动”起来了。

其实，人的威力也会变得巨大无比，许多令人难以想象的障碍也会被你轻松地突破[]。当然前提是：你必须开始奋斗。奋斗是万物之父，一个人无论做什么事情，只要你肯努力奋斗，是没有不成功的。一个人要想做好一件事情，成就一番大事业，就必须一心一意地做，必须少说些漂亮话，多做些日常平凡的小事情。

人都有惰性，都有太多的欲望，有时难免战胜不了身心的卷怠，抵御不住世俗的诱惑。很多人因此半途而废，功亏一篑。我也是如此，做事总喜欢往后拖。一件事情明明可以在今天完成，却偏偏要拖到明天甚至后天。只有早日改掉这个陋习，我才能离成功更近。

古希腊最著名的雄辩家狄摩西尼原有口吃毛病，他每天口含一石子对着大海演讲，经过艰苦的努力而成为一位伟大的演说家。他为了使自己能专心一致的工作，剪掉了自己一大半头发，这使他很长时间不能出门，不能会客，于是工作效率大为提高。当一个人没有退路可逃时，他就只能一门心思地朝前奔了。我们应该向狄摩西尼学习，斩断自己的退路，破釜沉舟，勇往直前!

大多数人都想改造这个世界，却罕有人想改造自己。其实改造自己才是最难的事情。只要我们每天改变一点点，每天进步一点点，我们离成功，离腾飞的日子就会更近一点。

海阔凭鱼跃，天高任鸟飞。为了我们的梦想，让我们马上行动起来，从现在做起，从一点一滴的小事做起，奋斗吧，腾飞吧，我们的梦想!

记得十岁时，别人这样问我：你长大后要做什么?

我对别人讲：我长大后要当科学家!

二十岁时，别人这样问我：你的梦想是什么?

我对别人讲：我的梦想是做一个不怕任何困难，打击，挫折与失败，能够跌倒后爬起来向前走的人!

“十年寒窗苦读”只是为了等待今朝的“金榜题名时”。然而，当心中带着一丝酸楚与遗憾重新拿起了“圣贤书”时，难道真的就能为了第二年的“天空”而充满自信与干劲吗?

是啊!在权衡了“一年的苦难”与“一辈子的后悔”以后，心中不禁长叹“奋斗便腾飞!”

思想，有的时候对于我来说不是那么的听话。其实，偶尔觉得，再一次的选择并不那么的轻松，反而很压抑，就像自己看者朋友一个个奔向梦想的身影，心头却只是麻木了，麻木得忘记了祝贺和祝福，甚至忘记了自己的存在与选择的前进的方向。心里却飘来了几朵惆怅的云。就好象一桌盛筵，所有的菜都上来了，热气扑面而来，但惟独没有米饭，但对于此时饥肠辘辘的自己而言，面对一桌盛筵已失去了胃口，难道只因为没有那一碗可有可无的米饭吗?

但无论怎样，面对现实，我明白，我不会让自己再一次跌倒!那么既然躲不掉这个担在身上的角色，那么只有微笑着大步走出去，不能在这一刻还有挣扎。走出去，给自己看，给别人看，告诉曾经痛苦一夜的自己，站出来的，不是一个被忧伤压倒的灵魂!!!

无论岁月给我们留下了多少遗憾，无论世事在我们胸口划过多少到伤痕，只要我们还有呼吸的权利，就拥有重塑梦想的激情!只要我们还有生存的氧气，就拥有缔造激情的勇气!

选择坚持，选择珍惜，选择成就生命的激情，让我们勇敢的成就心中最初的梦想吧!

**积极向上的演讲稿300字篇十一**

生命没有贵贱之分，无论是何种生命都值得我们去珍惜和爱护，爱别人更要珍惜自己的生命，生命对于我们来说只有一次，在绚丽多彩的生命如果戛然而止也会变得暗淡无光，无论我们是处于低谷还是处于巅峰，生命的价值永远都不会变，而恰恰是生命的绚丽多彩让我们体会到人生的丰富多彩。

生命之于我们是漫长的，从呱呱落地起我们慢慢地茁壮成长，经过了天真烂漫的童年和豆蔻年华的少年，成为了一个个朝气蓬勃的青年。从走出青春校园，继而上班工作、成家立业、养儿育女，直至光荣退休、安度晚年。数十年的光景，无论风和日丽，还是阴雨绵绵;不管是快乐幸福还是千难万险，我们都要一分一秒地度过一天一天地熬着。生命的延续，好像滚滚的江水，奔流东去，生生不息;又似巍峨的山峦，绵延不断，一望无际。

生命又是短暂的，\"春眠不觉晓，处处闻啼鸟\"(孟浩然《春晓》)，我们往往还沉湎于昔日美梦时新的一天已经悄然从身边逝去。\"洗手的时候，日子从水盆里过去;吃饭的时候，日子从饭碗里过去;默默时，便从凝然的双眼前过去\"(朱自清《匆匆》)。当我们憧憬着美好的未来时，天真无邪的童年已懵懵懂懂地过去;当我们企盼着迈入高等学府时，十年寒窗的生涯已苦尽甘来似的结束。当我们还陶醉于\"有一点疯狂有一点帅\"(郑智化《年轻时代》)的年轻气盛时，青春已从身边悄悄流逝;当我们为事业家庭孩子奔波流汗时，无情的皱纹已偷偷爬上了前额，当我们……生命匆匆，犹如一粒流星，从眼前瞬间逝去;仿佛一丝微风，从耳畔一闪而过。

生命是顽强的，纵然大山压顶，依然坚贞不屈，高擎蓝天;即使暴风骤雨，依旧稳如涅盘,岿然不动。革命者为信仰，不惧酷刑，视死如归;探险者为事业，无畏险阻，攀岩入海。

生命又是脆弱的，纵然百般呵护，却也\"弱不禁风\".也许一场风暴，可能一次意外，今天还生龙活虎般手舞足蹈，或许明天就可能静止安息;旭日东升时还迎着朝霞而引吭高歌，或许夕阳西下时就可能销声匿迹。

生命是伟大的，或重于泰山，或大如海洋。一丝的声响也能震天撼地，一习的微风也会惊涛拍岸。插上科学的翅膀，可以让生命上宇宙之天;乘上科学的舰艇，可以让生命入海洋之渊。

生命又是渺小的，或轻如鸿毛，或淡如清水。有的生命，像\"一棵无人知道的小草\",\"没有花香，没有树高\";有的生命，像平静的湖水，毕其一生也不曾泛起丝毫的涟漪;有的生命，如平坦的旷野，日行万里也无从突兀高低的音符。有的生命，如微风习习，不愠不火，似素描画一样轻描淡写;有的生命，如\"瞎眼撞\"金龟子，漫天飞舞，像盲人似的茫然无际。

\"盛年不重来，一日难再晨\"(陶潜)，人的生命只有一次，生命的列车没有返程票，不管生命是如何的伟大和顽强，无论生命怎样的短暂和渺小，既然上天赐予了我们生命，就应该倍加珍惜。也许我们没有李嘉诚那样富有，并不代表我们一无所有，我们还有车有房;也许我们没有爱因斯坦那样闻名遐迩，并不代表我们一生默默无闻，或许明天我们就进入了福布斯的富豪行列;也许我们没有惊天动地的事业，并不代表我们是平庸的鼠辈，我们一样可以创造出属于自己的一片天地。

我们已是跨越世纪的新一代，已不再像我们的祖辈那样过着\"春夏秋冬，忙忙活活，急急匆匆，赶路搭车，一路上的好景色没仔细琢磨，回到家里还照样推碾子拉磨\"(刘欢《不能这样活》)的生活;已不再像他们那样历经动乱，饱尽风霜，像不知疲倦的机器一样，一辈一辈重复着\"面朝黄土背朝天\"的日子，没有勃勃生机，没有豪放情怀。繁华都市已刻印下我们奔波的足迹，舞厅酒店已留存过我们怡然的倩影;高楼大厦我们已不再陌生，豪车华宅我们已见怪不惊。我们忙碌地工作着，辛苦地生活着，却也快乐地奋斗着，充实地拼搏着。

我们\"想要怒放的生命，就像飞翔在辽阔天空，就像穿行在无边的旷野，拥有挣脱一切的力量\";我们\"想要怒放的生命，就像矗立在彩虹之巅，就像穿行在璀璨的星河，拥有超越平凡的力量\"(汪峰《怒放的生命》)。我们誓言\"不白活一回，活就活它个穷变富呀，活就活它个虎生威，活它个心想事成笑声脆，笑声脆\"(毛阿敏《不白活一回》)

我们不求生命别致另类，但要绚丽多彩;我们不求生命高人一等，但求生而无憾;我们不求生命荣华富贵，但求生命充满生机;我们不求生命青史留名，但求生命无怨无悔。

**积极向上的演讲稿300字篇十二**

生命如夏花之绚烂，死亡如秋叶之静美。——泰戈尔

从我出生的那一天起，我就注定要在这充满夏日激情的歌会上唱歌。我日日夜夜在黑暗地里忍受孤独的煎熬，在漫长的等待中，我学会了守望。我身上流淌着家庭的血液，流淌着坚强的力量，祖祖辈辈流传下来的关于盛夏的美丽传说像火一样在心中燃烧，激励着我。夏季充沛的雨水顺着丰腴而润泽的土地的空隙流下来，松动了土地。我身上喷发出前所未有的强大力量，在我身上不断地蠕动。我奋力地爬，向着那个未知的、美丽的、神秘的地方。

泥土透进一丝光亮，我知道那个我等待了一生的时刻即将来临。我蓄满了全身的力量破土而出，世界以一个崭新的姿态展现在我面前。刺眼的阳光温暖着我，可在我还来不及享受这一美丽的世界时，生命的本能又驱使我开始又一个漫长的等待。

当阳光再次照在我身上时，我努力挣脱我的驱壳。一瞬间，我听到阳光张裂的声音。我努力张开翅膀，我看到我的翅膀在阳光中闪烁着。生命的力量像潮汐般涌向全身。盛夏的第一次回荡在绿荫掩映的午后。

我紧紧地贴着树干，敞着喉咙声嘶力竭地呐喊着。顿时，高山、流水、丛林、田野上空浮动着我们家庭的呐喊。天上的浮云也似乎在随着我们的交响乐而起舞。我们欢呼雀跃，用激情歌唱这场盛会，用呐喊拥抱这人间天堂。

我们日复一日地歌唱，在风轻云淡的早晨，在阳光泛滥的午后，在暮色四合的黄昏。我们真真切切地活着，我们从不辜负上帝赋予我们的每一分每一秒。尽管我们知道，我们将在这盛夏还未结束之前就要走向死亡。但，这又有什么遗憾呢?

毕竟我们拥抱过等待了一生的阳光，抚摸过夏季的肌肤，吮吸过泥土的芬芳……毕竟我们歌唱过夏天的美丽景色;毕竟我们唱响了属于我们自己的华丽与凄美。

**积极向上的演讲稿300字篇十三**

亲爱的老师、同学们：

大家好!很荣幸能在这凉爽、宁静的早晨，在亲切而壮严的国旗下做演讲。今天我演讲的题目是创建九无班级、维护班级荣誉、信守承诺、实现梦想。

人们常说：非淡泊无以明志，非宁静无以致远。我们也可以断言：非勤奋无以成学，非竞争无以进取,非自律无以修身，非宽容无以养性。要做到这些，必须是我们置身于一个学风优良、整洁优雅的校园环境中。要想营造这样的环境，必须从我们每一个人做起，我们的一举手，一投足，一声亲切的问候，一个会心的微笑，一瞥(piē)信任的眼神，去寻找答案。在我们琅琅的读书声里，在我们聚精会神的课堂上，在我们井然有序的各项活动中得到落实。

从5月份开始，我们学校开展了九无班级创建活动，即教室整洁无脏物;衣着朴素无奇装;团结友爱无打架;遵守规章无违纪;节约用水无浪费;爱护公物无破坏;各类考试无作弊;谈吐文明无脏话;行为文明无乱丢。学校的目的是培养我们严于律己的品质，形成团结向上、奋发进取的班风，促进大家良好思想品德、行为习惯的养成，要做好这些并不难，学校的要求是长期性的，如果短时间难以完全做到，我们可以在日常学习生活中逐步的落实，关键是看有没有行动起来。活动一个月来，各班纷纷响应，同学们积极行动，但也有一些同学，改进不明显。比如早操时我们看到：有一部分同学，明明可以把操做得到位做得标准，可就是爱动不动，懒懒散散。如果从现在做起，认真做好课间两操的每个动作，以崭新的姿态赢得健康，塑造形象，展现我们商中学子的风采，为班级为学校赢得荣誉、赢得好评。

同学们，每天我们都会宣誓，当我们举起右拳，庄严地说出我们的誓词时，我们有没有意识到，这是我们的承诺，一诺千金啊，做到自己的承诺是做人的基本要求，因为信守承诺是对心灵的洗礼;信守承诺是对人格的升华;信守承诺是对品质的砥砺(dǐl信守承诺是对祖国的忠诚;信守你的承诺，无论这个承诺或大或小,或轻或重,或易或难.生命将在你的一个个承诺后闪烁灿烂夺目的光芒!

今天，对于每个高三、初三的哥哥、姐姐来说，都已经进入复课的关键时刻。三年苦读即将临战，相信你们有着坚强的意志，必胜的信念，将用优异的成绩来回报自己多年付出的辛劳和汗水。人常说：人生能有几回搏，此时不搏何时搏，期盼你们取得佳绩，走进大学的殿堂。你们将是我们学习的榜样、是每个商中人的骄傲，在这里我代表全校师生祝福你们实现梦想。最后，是我收藏的一些真心话，拿出来与大家共勉：

1、上帝能够原谅的事,社会不一定会原谅;老师能够原谅的事,老板不一定会原谅.

2、年轻就是资本,但年轻是学习知识和打拼事业的资本,而不是放纵自己和庸碌生活的理由.

3、勿以善小而不为,勿以恶小而为之.人的品性和素质是一个长期养成的过程,而中学,大学时的养成往往会影响你的一生.

4、尊重别人是一种美德.不尊重同学,你将失去快乐;不尊重老师,你将失去品格;不尊重自己,你将失去自我.

5、无知者无畏并不可怕,真正可怕的是无知者还无所谓.请你记住:不要用无所谓的态度原谅自己,对待一切,那会使一切变得对你无所谓,也会使一切变得对你无所谓,也会使你成为一个无所谓而又无所成的痛苦的边缘人。

我的演讲到此结束，谢谢大家。

**积极向上的演讲稿300字篇十四**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好!

2024年，我们伟大的祖国迎来了她的61岁生日，今天，在此我给大家带来此次名为《辉煌的61年》的演讲，同时作为对祖国最真挚的祝福。

时间停留在61年前的10月1日，随着鲜艳的五星红旗冉冉升起，随着毛主席的一句：“中华民族从此站起来了!”中华人民共和国宣告成立。

61年里，一个个5年计划的实施使我国的工业水平有了显著提高;深圳，珠海，厦门，汕头等一批崛起的特区带动了中国的发展;一次次宇宙飞船遨游太空彰显了中国的实力!

61年里，五星红旗飘扬在联合国大厦楼前;奥运圣火在鸟巢熊熊燃烧;中国人的足迹留在了太空!

61年里，我们的经济高速发展，我们的科技硕果累累，我们的教育日新月异，我们的体育突飞猛进，我们的综合国力日益增强!这一切都在像我们表示：中国正在崛起，中国正在腾飞!

然而，在61年里，中国的发展并不是一帆风顺的。在建国初期，“大跃进”、人民公社化运动使中国的经济出现衰退，随后的三年的自然灾害更是雪上加霜，而从 1966年开始的十年浩荡是我国的民主法治受到严重践踏但是，我们的祖国绝不会倒下，因为我们坚持中国特色社会主义道路，我们在党的领导下励精图治，上下求索，现在中国不再是那个千疮百孔的中国了，中国早已挺立在东方，屹立于世界之林!

同学们，昨天是翻过的历史，今天是崭新的起点，明天是宏伟的蓝图。“中华儿女多奇志，敢叫日月换新天。”我们应有“为中华之崛起而读书”的报负，应有为祖国富强而拼搏的志向。让我们用聪明才智和勤奋努力来建设祖国，让祖国的明天因有我们而骄傲!

谢谢大家!

**积极向上的演讲稿300字篇十五**

学生时代，我讨厌跑步，因为无论我怎么努力，我总是落在大多数人后面。

出来工作后，我依然不喜欢跑步。工作之余，打打羽毛球是我放松身心最乐意的选择。后来搬家了，家后面就是一个“后花园”，说白了也就是一公园。因为离家近的缘故，我经常到公园走走。公园里每天早上和晚上，都有很多锻炼的人，他们或跑步，或打羽毛球，或唱歌跳舞……我很好奇他们是怎么做到天天锻炼的，尤其是天天跑步。这一好奇心就这样一直困扰着我。

我的工作很不如意，压力非常大。有一天，我觉得做得实在憋屈了，下班后竟鬼使神差地到公园跑起步来，每一个步伐都狠狠地蹬向地板，以此发泄心中的不满，跑完后居然觉得身心莫名其妙地轻松!我暗自窃喜：原来跑步还有这么个好处!从此我不再那么排斥跑步了。

生活这位魔术师总不让人一帆风顺。当工作压力大时，我去跑步;当心情郁闷时，我去跑步;当感情遭遇挫折时，我也去跑步。跑步，对我来说貌似一位不错的朋友哦，我总把你当出气筒，真是不好意思了!

渐渐地，随着和这位朋友的交往越来越深,我越来越了解到它的好处，也就越来越喜欢它了。它不仅在我烦闷时任由我发泄，还让我的身体结实，充满活力。多少次，在我心伤无法自持时，我一边跑步一边告诉自己：即使什么都没有了，至少也要有一个强壮的体魄!那样我就能坚强地面对一切，所有的坎坷不过是过眼烟云。于是，我下定决心，我要养成坚持跑步的习惯。

很多事情说起来简单，做起来却不那么容易。不过这次有点不一样，也许因为我早起的习惯，时间又相对充裕，每天跑一跑，可以说是精神爽一天，如此怎么不叫人喜欢呢?在跑步的过程中，我有了以前很不一样的美妙体验。奔跑在公园的道路上，周围的一切都充满了生机。花儿是那么娇艳，草木是那么苍翠，叽叽喳喳的鸟儿是那么欢乐，晨练的人们有说有笑，广播里放出的音乐是那么悦耳……多么美好的早晨啊!边跑着边呼吸着清新的空气，眼前的景色一幕一幕地掠过。你可以今天跑这条路，明天跑另外一条路;你可以快跑，也可以慢跑，亦或是跑跑停停，没有任何的拘束。此时的你就像一匹脱缰的野马，任由你在公园里驰骋，跑出你的洒脱、你的风格。不同的时间，不同的风景，却是同样愉悦的心情。

奔跑的路上，你会觉得感官全开，你注意到了以前不曾注意到的细微生命，你嗅到了以前不曾嗅到的花香，你听到了你以前不曾听到过的事迹。从它们身上，你甚至会得到不同的启发，受到不同的激励。你会惊奇地发现，坚持跑步以后，你的身体越来越棒，你越来越有信心面对生活，你越来越勇敢……

现在，我终于有点明白人们为什么能坚持跑步了。

奔跑，是锻炼身体的一种途径，同时也是一种乐观向上的生活态度。奔跑，就意味着前进。让奔跑成为人生的一种习惯，让身体和心灵都向前迈步;让奔跑成为人生的一种习惯，就是让乐观相随，让向上常伴;让奔跑成为人生的一种习惯，当你遇到挫折时，会的一股源源不断的动力推动你前进;让奔跑成为人生的一种习惯，生活将更加美好!

**积极向上的演讲稿300字篇十六**

亲爱的老师，同学们：

大家好!

古人云：知识改变命运，态度决定一切。本人也认为的确如此。就像我们的人生就是由我们自己的心态决定的。

一个人，如果他的心态不够积极向上，那么他的人生也不会有什么改变。相反，还会把自己束缚在内。

有一个人就是这么不懂得放开自己，非得把自己束缚在内。他，在年轻是，被人陷害，做了九年牢，后来冤案昭雪，他终于走出了监狱。照常理来说，他应该是获得了永久的自由。可他却整天诅咒那些施予他不幸命运的人，直到快死了，也还是这样。用他自己心底里的仇恨、抱怨、诅咒束缚着自己整整41年。

想想，若是他以乐观的心态来对待以后的生活，将被人陷害的事情用几年的时光来淡忘。那么他余后的生活一定会丰富很多，精彩很多吧!

我们日常生活中，跟材料中的人持有一样态度的人亦不在少数，然而，生活中持乐观态度生活的人也有很多。

他，在20世纪上半叶，垄断了整个美国的石油产业，操控着美国的金融体系，甚至连国会也对他言听计从。然而，他却由于种.种原因患了重度抑郁症，连世界最先进的医疗设备和最着名的医生都好无办法。

于是，他来到了中国河南的一座禅院，吃力的读着《四十二章经》。看到其中的一句话，使他兴奋不已。第二天便回国，下令解散财团，并辞去董事长一职。重新开始了他的人生，乐观面对一切事物，并投身于社会公益事业。他的顽疾也因此而不治而愈。一直工作到1987年——他去世时。那年，他93岁，无疾而终。

由此看来，心态真的可以决定人生。这个石油大亨，若不是积极地改变了生活态度，那么他也不会这么长寿，这么成功地投身于慈善事业中。

所以，希望大家都能积极对待生活，拥有乐观向上的态度，人生的敌人就是自我，具有积极的心态才能战胜消极的自我，成功才能属于每一个人!

我的演讲完毕。

谢谢大家!

**积极向上的演讲稿300字篇十七**

有一种美妙的生物叫春蚕——春蚕到死丝方尽; 有一种崇高的精神叫红烛——蜡炬成灰泪始干; 有一种博大的情怀叫奉献——莫问收获，但问耕耘。

千百年来，多少人把教师比作春蚕，蜡烛，在他们的呕心沥血、无私奉献中，又有多少祖国的花朵成为九州华夏的栋梁之材!谁又能知道，这其中包含着多少的汗水与泪水，也许老师那丝丝白发，斑斑皱纹是最好的见证。在我眼里，教师就是一朵花，一朵不娇艳却有着超强磁场力的花，总是静静地奉献着自己。最美的花，不一定要有华丽炫彩的外表，不一定要有沁人心扉的香味，不一定要有常开不谢的毅力;最美的花，总是开在最安静的地方，那么的润物细无声，却又时时刻刻让你感受着他的存在，用他的磁场力影响着一波又一波的“赏花者”。

武川县特校教师张美丽、张秀丽姐妹，坚守岗位20多年，面对特殊的孩子们，她们倾其所有、日夜操劳、身体透支了，疾病缠身，可她们依然执着的坚守着，20多年来，这里已经走出了150多名学生，一个个聋哑儿童走出了无声世界，一个个智障儿童有了自理能力，一些残疾学生的作品在国际比赛中获奖，3名学生考入了聋人大学。如果没有执着的理想信念，如果没有高尚的道德情操，如果没有姐妹俩无私的爱，怎会有学生今天的成就?!

只愿一生育桃李，不问辛苦为谁忙。我们身边奋斗在教育一线的无数个教师又何尝不是像他们一样，在清贫而执着的岁月中，在辛劳而平凡的岗位上坚守着自己的承诺。他们以校为家，爱生如子。一天天，一月月，一年年，红颜老去，青丝渐白，孜孜不倦地追求着，默默无闻地奉献着。

他们不是演员，却吸引着学生饥渴的目光;他们不是歌唱家，却让知识唱出迷人的歌曲;他们不是雕塑家，却塑造着一批批青年人的灵魂。或许他讲课的每个细节随着时间的流逝会被学生淡忘，但他的热情、勇气、信念和慈爱会永远保留在每个学生的心中。

教师是辛劳的，可塑造灵魂的工作是伟大的;红烛的燃烧是短暂的，可她燃烧自己，照亮别人的心却是永恒的。身正为师，学高为范。教师用执着的理想信念播种，用高尚的道德情操耕耘，用扎实的学识辛劳浇灌，用博大而无私的仁爱默默滋润。捧着一颗心来，不带半根草去。这朵最美丽的花，开在最安静的地方。

**积极向上的演讲稿300字篇十八**

各位老师，各位同学：

大家早上好!

在这庄严的升国旗上，请允许我以“请珍爱生命，为青春喝彩”为题，进行国旗下讲话。九月的天空，天朗风清，生命就如同这万里晴空一样的美丽。暖融融的阳光倾洒在美丽的校园中，每一个同学身上都洋溢着青春的气息。

九月，我们歌颂生命，因为生命是宝贵的，它属于我们每个人但只有一次;九月，我们赞美生命，因为我们看到了全世界残疾人展现生命力量、创造生命奇迹，共铸生命辉煌的盛会。在刚刚结束北京残奥会上，上演了许多感人的镜头：看到残奥会开幕式上在汶川地震中失去左腿的芭蕾女孩李月，她右脚穿着红舞鞋，在夜空中曼妙起舞。肢残的侯斌坐在轮椅上，靠滑轮徒手向上引体，仅数分钟就从地面升到39米高处将圣火点燃，充分展示了残疾人“我行，我能做”的顽强拚搏精神。短跑比赛中，盲人选手在领跑员协助下狂奔;泳池里，运动员独臂划水，奋力向前;双腿截肢的自行车选手用运动假肢拼命踩着踏板，挥汗如雨……赛场上，运动员们每一次入水、每一次出发、每一次挥拍、每一次救球、每一次用肩膀去擦拭球桌上的汗水，都触动了观众的心弦。

我们怎能不为之动容，不为他们热爱生命的精神所感动呢?他们，才是真正的强者!愿这份感动化作一种大爱，关爱身边的残障人士，更要像他们那样珍爱生命——天行健，君子当自强不息!在《钢铁是怎样炼成的》这部名著中，有这样一段话对人的生命作了精彩的诠释：“人生最宝贵的东西是生命，生命属于我们只有一次，人的一生应该这样度过，当他回首往事时，不因虚度年华而悔恨，也不因过去的碌碌无为而羞耻。这样，他在临死时就会说，我把整个生命献给了人类最壮丽的事业——为祖国的解放事业而斗争。”而我们青少年的生命是含苞欲放的花朵，即将绽出迷人的光彩，美丽却又娇弱，更应好好珍惜，不要让它过早地凋谢。

生命如此脆弱，如此珍贵，更让我们联想到一个词：安全。“和-谐校园，安全先行。”安全就是生命的保护神。多一分安全意识，就少一分安全隐患，多一些安全知识，就少一些安全忧虑。安全主要包括：人身安全、出行安全，卫生安全，财产安全等等，特别是财产安全，我们应该主动拒绝携带手机等贵重物品进入学校，对于正处在学习阶段的我们来说，更应静下心来，杜绝一切外界的干扰，尽量减少校内校外的财产安全隐患。除此之外安全意识更应存在于我们的一切活动中，这才是对生命的珍惜、对自己的负责。凡事预则立，不预则废。一事当前，把安全想足，我们的校园生活才能更加精彩，我们的生命才更添几分保障，我们的生命之花才会开得更加绚丽多彩。

同学们，我们只是芸芸众生里的一员，既然来到了这个世界上，就应该让自己宝贵生命里的一切思想、情怀、品格盛开成九月如诗如画的原野，在寂寥的人生路途上，用生命去唱一支热烈而充实的歌。让我们携起手来，从今天开始，就从现在开始，用我们生命的全部力量将“关爱生命，关注安全”这个不朽的话题永远的唱响在心灵的最深处吧!

**积极向上的演讲稿300字篇十九**

尊敬的各位领导、各位来宾、老师同学们：

大家好!

金秋送爽，佳果飘香，在这喜庆祥和的美好时刻，我们共同迎来了第26个教师节。能在这样一个特别的日子里，作为教师代表发言，我感到十分荣幸。首先，请允许我代表小学部全体教师向今天出席大会的各位领导、老师、来宾表示衷心的感谢!

当梁主任安排我教师节会上发言时，我欣然答应了，但是，当我准备发言稿时，我又犹豫了，那是因为我的工作太平凡，与学校领导相比，他们往往都是为了学校的建设和发展，忘记了节假日，为了学校这个大家庭，丢弃了自己的小家庭;与教师骨干相比，工作上他们总是模范带头细致周到;与带孩子上班的年轻“爸爸妈妈们”比，他们的困难、不方便之处比我多……在他们身上体现着我们万宝中学教师团队的团结奋进和锐意进取，大家都是当之无愧的优秀啊!

时光匆匆，转眼间#from 本文来自高考资源网 end#，我已走过3年的教师生涯，回望过去的岁月，有成功、有失败、有欢乐、也有忧愁……曾为上好一堂公开课而日思夜想，曾为一道难题如何给小孩子讲明白而绞尽脑汁;但是我也曾为学生送上的一包金嗓子;塞手上的一块饼干，悄悄放在桌子上的一张手工贺卡而感动。也曾为孩子们天性的调皮、纯真的童言、无心的错误而开怀大笑。还曾为想家的孩子寻找快乐，带领他们一起摘过教室窗前的黑星星，和他们一起玩儿时的游戏，这一切的一切让我穿越时空，回到童年，与孩子们心灵交汇，撞击火花使我的世界充满阳光。在阳光下，我为他们的进步而激动，为他们的成长而骄傲!

我深知教师代表着一个使命，也代表着一份责任。所以我们不仅要做孩子的老师，更要成为孩子的老师妈妈，无微不至的关心他们，孩子生病了，我们可以抱一抱，孩子不知所措了，可以朝他笑一笑，孩子不开心了，就和他闹一闹……虽然这一切做得很辛苦，但我骄傲，我是一名人民教师。三尺讲台是我的人生舞台，白色粉笔是我的人生画笔。因为热爱，我深情地演绎着我的人生。因为执着，我微笑着写下希望。

**积极向上的演讲稿300字篇二十**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好!

20xx年，我们伟大的祖国迎来了她的61岁生日，今天，在此我给大家带来此次名为《辉煌的61年》的演讲，同时作为对祖国最真挚的祝福。

时间停留在61年前的10月1日，随着鲜艳的五星红旗冉冉升起，随着毛主席的一句：“中华民族从此站起来了!”中华人民共和国宣告成立。

61年里，一个个5年计划的实施使我国的工业水平有了显著提高;深圳，珠海，厦门，汕头等一批崛起的特区带动了中国的发展;一次次宇宙飞船遨游太空彰显了中国的实力!

61年里，五星红旗飘扬在联合国大厦楼前;奥运圣火在鸟巢熊熊燃烧;中国人的足迹留在了太空!

61年里，我们的经济高速发展，我们的科技硕果累累，我们的教育日新月异，我们的体育突飞猛进，我们的综合国力日益增强!这一切都在像我们表示：中国正在崛起，中国正在腾飞!

然而，在61年里，中国的发展并不是一帆风顺的。在建国初期，“大跃进”、人民公社化运动使中国的经济出现衰退，随后的三年的自然灾害更是雪上加霜，而从1966年开始的十年浩荡是我国的民主法治受到严重践踏但是，我们的祖国绝不会倒下，因为我们坚持中国特色社会主义道路，我们在党的领导下励精图治，上下求索，现在中国不再是那个千疮百孔的中国了，中国早已挺立在东方，屹立于世界之林!

同学们，昨天是翻过的历史，今天是崭新的起点，明天是宏伟的蓝图。“中华儿女多奇志，敢叫日月换新天。”我们应有“为中华之崛起而读书”的报负，应有为祖国富强而拼搏的志向。让我们用聪明才智和勤奋努力来建设祖国，让祖国的明天因有我们而骄傲!

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找