

# 最新英语演讲带演讲稿(实用10篇)

演讲稿要求内容充实，条理清楚，重点突出。在社会发展不断提速的今天，演讲稿在我们的视野里出现的频率越来越高。演讲的直观性使其与听众直接交流，极易感染和打动听众。以下我给大家整理了一些优质的演讲稿模板范文，希望对大家能够有所帮助。

## 阳光青春演讲稿篇一

大家好！

九、十月份之间的阳光，全年之中是最美的。在已褪去夏日斑斓的冷风里，即使一小丝阳光也令人高兴得不得了了。前几天运动会的阳光，就是一年之中最美的！那天，我全身起了疹子，不能参加任何项目，只能坐在椅子上巴巴地望着，连为同学加油呐喊也不能过于激动。坐在阴冷的角落里，心中不免觉得遗憾与不甘。那时，我的同桌一直坐在我的旁边，不断地与我说着话——如果不说话，我们还能干什么呢？本属于九月末活泼的阳光，无一不盈满在操场上跳跃、奔跑着的运动员身上，我却只能像团棉花般死气沉沉地倚在座椅上，毫无生气。

同桌一定注意我好久了。她挽起我的手，淡淡地说：“我们去楼后走走吧。”我本是没有没什么兴致的，由着她去吧。被她牵手走向教学楼后时，我一直低着头，拖拉地走着。直至同桌唤了一声：“抬头啊。”才发觉已走到教学楼后了，等我发觉，忍不住跳了三尺高——这与楼前真真是两个世界！接近晌午的太阳高高地挂在楼后，比夏日的它还要和蔼地笑着。目所能及之处，是比夏日还灿烂的阳光、阳光！当我回头看我的同桌时，她的小脸被阳光照得容光焕发，自信的火花从她的眼中迸出。她看着我说：“我能解决你的烦恼。”这话只在电影中听仙女说过，在斑斓的阳光中，不觉地我不再烦躁与焦

虑，只坐在石阶的一滩阳光上静静地听着。想不起她说了什么。她背着光，那么有把握，那么耐心地讲着。我想，我的脸上一定映满了阳光与感动，记得她最后说：“至于那疹子，你不摸不想不就好了吗？”然后她笔直地站着，脸上带着似刚学会游泳的小雏鸭似的欢快与期待的表情。

那天的阳光，最美，最令人难忘与怀念。

## 阳光青春演讲稿篇二

大家好！

三年，就这样过去了。又是一个分别的季节。夏日的阳光依旧这样照耀着，而我们依旧学习着，只不过，这是我们最后一次在一起学习了，中考之后的我们，又会各奔东西，那二十年后的我们是否还会相遇。

你像夏天的那一束阳光一样，照耀着我，是你，让我在初中三年中拥有美好的友谊。让我拥有初三的那一份难忘回忆。

你总是在我无助、哭泣的时候帮助我，用她那带着稚嫩语气来安慰我，用她那明亮的眼睛看着我，说着：“不要哭，你哭我也会伤心的”那时的我，得到她的安慰让我感到无比温暖，她就像一束阳光，温暖着我的心房。

你总是唱歌，声音很脆、很空灵。你总是在我身边围着我，让我点歌，你给我唱，而我总是说两个字，“随便”因为无论你唱那一首歌，我都爱听。你像那一束阳光，照耀着我的心，让我感动无比温暖。

然而，三年转瞬即逝，而我，却不能挽回它，只能用记忆去记住，记住你我之间的美好时光。

初中，或许是一个很短暂的时间，而我却在最短暂的时间里

遇见了你，遇见你，是我的幸福时光；遇见你，是我的快乐回忆；遇见你，是我的春暖花开。

## 阳光青春演讲稿篇三

大家好！我是七2班的xx□今天我为大家带来的演讲是，我的生活充满阳光。

岁月如流，转眼间，我们已迈步走进了初中生活。这里，将会是一支歌，它唱出我们的心声。这里，是一首诗，它将会写出我们的真情。这里，是一幅画，它将描绘出我们的成长足迹……只要你留心，就会发现，我们的生活到处充满阳光。

每天一大早便来到学校，与一帮睡眠惺忪的家伙一起朗读“之乎者也”“abcd”□我打开窗户，吹吹风，好让大家清醒清醒。阳光嘻嘻哈哈地从窗口摸进来，一不小心跌倒在我的面前。不一会儿，大家都进入状态了。你听，这儿传出一句“数风流人物，还看今朝”，那儿传出一句“what are you doing”□真是热闹的很，虽然算不上人声鼎沸，但每个人都在认认真真地念。

上课在学生看来自然是最头疼的一件事，可是如果你真正地融入课堂里，你会发现乐在其中。语文课上，一篇精彩的文章会让你回味无穷。数学课上，一道让你百思不得其解的难题，在老师的提示下你忽然茅塞顿开了，你会发现笑容已经不经意地浮现在你的脸上。英语课上，老师偶尔来的两句妙侃，虽然似懂非懂，但足以让你笑到伏在桌子上起不来。

这可是一整天的学习生活中最快乐的时候了。吃完午饭，再刻苦的`人也要放松一下紧张的神经。看，操场上，男生们大显身手的时候到了。篮球架下，一阵你死我活的争抢之后，只见一道优美的弧线，“唰”，进了！跑道两旁，女生们三五成群，坐在双杠上，天南地北地聊，一个个眉飞色舞，开心得不得了。再看图书馆里，有的人独自捧一本喜爱的课外

书，安安静静地阅读。有的人约上好友，一起去感受书中的喜怒哀乐，时不时还交换一下读书心得。还有教室，因为是休息时间，所以气氛显得格外轻松。几个男生聚在一起，说着玩笑话。

这里，是一支歌，它唱出我们的心声这里，是一首诗，它写出我们的真情。这里，是一幅画，它描绘出我们的成长足迹……只要你留心，就会发现，我们的生活充满阳光！

我的演讲到此结束，谢谢大家！

## 阳光青春演讲稿篇四

大家好！

我是xx班的xx雄，不要小看我，我每天都是沐浴着阳光而来，追逐着阳光而去。我的身体里汩汩地流着阳光的血液，所以我有像阳光一样的性格。

今天我演讲的题目是《阳光少年》。

我有阳光一般的热情，我积极参加学校的各项活动，虽然才是初一的新生，也许有些稚嫩，但也不乏狂妄。

我有阳光一般的温暖。雷锋叔叔有一句话：我要把有限的生命投入到无限的为人民服务中去。我坚信，凭着我新锐不俗的观念，凭着我与同学同舟共济的情谊，我会做得更好。我尽心尽力为同学们服务，做老师我是孝敬父母的好孩子，泡泡茶、捶捶背，这是给劳累了一天的父母的最好的报答：自己的事自己做，双休日帮父母做点家务；最让父母感到满意的是周日我把烧早饭的“活”承包了，这样，父母就可以难得地、舒服地多睡一会儿了。客人来了，端茶倒水我会主动去做。平时爸爸、妈妈要我做什么事，我也会及时、尽力做好，所以我是一个在家中孝顺的阳光少年。

从小到大，老师的表扬，家长的鼓励，同学的羡慕，一切都一帆风顺。但我不愿当温室里的花朵，甘愿当暴风雨下的松柏。人的一生不可能都风平浪静，只有在暴风雨后重新站起来的人才是强者。即使这次“阳光少年”活动我失败了，我也会高举双手，很潇洒，很有风度地说“我失败了，但我不是弱者。”因为“i am never afraid of failure i never give up”永远是我的人生信条。

我认为这一次的演讲比赛的成绩并不重要，重要的是我今天有勇气挑战自己，不管结果如何，我都以笑面对！

笑过、哭过、彷徨过；

输过、赢过、拼搏过；

扬起嘴角，灿烂的执着；

挥手告别，曾经的迷惑；

大声欢笑，迎接美好的未来

看，镜中的笑脸；

铿锵地说：

明天的名单上：

有你，有我，更有他。

我相信：世事洞明皆学问，人情练达即文章，希望各位同学和老师能给我一次机会，投我一票。

## 阳光青春演讲稿篇五

大家好！

我是501班的叶芽，今天我在这儿亮相的目的是给大家介绍一位喜欢跳拉丁的`朋友，她有着桑巴的激情，恰恰的活泼，伦巴的唯美，和牛仔的逗趣。

这位朋友工作起来激情澎湃。她担任着副班长一职，为了回报老师与同学们的信任，每天，她都会充满激情的去完成自己的工作，她会提醒卫生管理员及时到岗到位（hello该你上岗了！）、她会指挥同学们迅速整齐排好队（嗨，后面的几位，别讲话了！）、她每天锁好教室门后最后一个离开（拜拜，我可爱的教室，我美丽的校园！）。她为官正直，从不徇私舞弊，哪怕是好朋友犯了错，想到她这来套关系，没门！

这位朋友玩起来大大咧咧。她觉得在学校里，相处时间最长的就是同学了，所以和同学之间的交往非常重要。下课铃声一响，等老师一走出教室，她的两只脚就像跳恰恰舞一样，围着同学们蹦来跳去（哈哈，将军！她在和同学下象棋；诶，加血！她在和同学玩拍手游戏；注意，这里是复数，是要加s的！她在和同学争论英语题。）所以她的朋友特别多，交的朋友还有不同班的，不同年级的。这让她的校园生活更加多姿多彩。

陶醉在美妙的课堂中。背课文时，她总是要求自己一字不差，满分过关。做作业时，她会面对一道难题苦苦思索，然后突然爆发一声“oh year! 原来如此”。所以，她的学习成绩总是名列前茅。

这位朋友在生活中经常大脑神经短路，会做一些令人捧腹的事。她在给自己的房间大扫除时，会把垃圾保管好，（噗！）却把有用的物品扔掉（啊呀，扔错了）。家里来了客人，她抢着去泡茶，放了茶叶后，却用冷水去冲（咦，怎么没有茶

香味？)。做作业时，满世界的找橡皮找不到，过后却发现自己手中正捏着一块热乎乎、湿漉漉的东东。所以妈妈老说她：脑子少根筋。然后她就应到“我还没发育好嘛！”

这样的朋友你喜欢吗？若喜欢就请投我一票吧，因为她就是我，501班的叶芽。我的演讲到此结束，谢谢！

## 阳光青春演讲稿篇六

收集阳光，让温暖永留心间；收集阳光，让光明永存心底。下面是本站小编为大家整理的阳光的演讲稿，希望对你有所帮助。

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

黄昏，原本冷萧的秋风，在倾盆大雨之下更是寒冷。大雨哗啦啦的着，天空密布，忽然，只听“咔嚓”一声，天空一声巨响，天空被一道白光划成两半，使人震惊，还没有回过神来，接着又是一下，真是阴森恐怖。因月考失利的我心中更是有些凄凉。

我打着伞走过一个电话亭，只见有一对父子躲藏在电话里，显得很焦虑。那位父亲与我父亲差不多，已是饱经风霜，由于风雨的吹打，头发有些凌乱，还不断有水往下滴。孩子还小，很瘦弱，身上也湿漉漉的。这时，小男孩打了一个喷嚏，一下子扑到了父亲的怀中，开始哭闹着要回家。父亲想了想，抱起孩子就要往外冲，却迟疑了一下，又把退了回来。

雨实在是太大了，出去必然是被淋成落汤鸡。

这一系列的动作深深的被我铭记在心，无法忘怀。是原本失落无助的我心中有了些许温暖，如冬日的一缕阳光，让我看

到了希望，不再迷茫，使我重新找到了新的方向，一时的失意并不算什么，只要去努力，拼劲全力，就一定可以成功。

雨还在下……外面是凄冷的，而你却如一缕阳光照亮了我心中的黑暗。

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

阳光，似春天的一株小草，给人勃勃的生机；阳光，似夏天的一缕清风，给人透彻的凉爽；阳光，似秋天的一株稻穗，给人丰收的喜悦；阳光，似冬天的一朵寒梅，给人铭记的坚强。

我爱收集春天的阳光。春天的阳光是惬意的，沐浴着暖和的阳光，正是读书的时候，取一本好书，静静地品读，读“谁言寸草心，报得三春晖”，这是母爱的伟大；读“好雨知时节，当春乃发生”，这是春雨的奉献；读“夜来风雨声，花落知多少”，这是春天的美感。

收集春天的阳光让我拥有了博识。

我爱收集夏日的阳光。夏日的阳光是燥热的，听不惯蝉儿的聒噪，但仍喜欢在树下摊一张凉席，闭目养神，不是为了享受难得的荫凉，而是为了享受夏日炙热的阳光。当一缕阳光从树缝间躲到脸庞，世间仿佛都安静了，这就是夏日阳光的美丽。收集夏日的阳光让我懂得了恬静。

我爱收集秋季的阳光。秋季的阳光是柔和的。漫步于果实满枝的树林，吮吸诱人的果香，秋日的阳光洒在光艳的果实上，让那可爱的水果更加甜美。秋季的阳光让我学会了充实。

寒冬的阳光是珍贵的。当被冬日的寒冷包围，当踏着皑皑白雪，你最需要什么样？当然是一缕温暖的阳光。当温暖的阳光

照耀在心中，冰雪融化了。冬日的阳光充满着无限力量，能够穿透一切冰冷。寒冬的阳光让我拥抱了温暖。

我爱收集阳光，因为它的灿烂，因为它的辉煌，因为它不屈于黑暗的吞噬，不屈于乌云的阻挡，不屈于雷电的疯狂。因为它给迷路的人带去希望，给沉睡的人带去光明。

上帝给我们一个瓶子，有人用它去装金钱、名利、地位，他们身上沾满了铜臭，一生到头，只能在污秽的泥淖中翻滚、挣扎。何必呢？明争暗斗苦苦相逼，却不知抛弃名利。收集阳光，会给你小草的生机，清风的透彻，稻穗的充实，寒梅的坚强。

用眼睛收集阳光，阳光给你一时的美丽；用心灵收集阳光，阳光会给你永远的美丽。

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

马上就要期末考试了，这是我们本学期的最后一次考试，也是对一年来学习的一次总结，所以，我和同学们都铆足了劲，拿出了十二分的注意力，来做考试前的集中突击。在考前，老师找到我，说：“你这次考试有什么目标没有？”我一挺胸脯说：“我想进年级前10名。”老师突然一笑，说：“那你以前有没有进过年级前10名啊。”我知道老师认为我定的目标很难达到，但我坚定的说：“虽然我以前没进过，但是这次我一会全力以赴的。”老师说，有你这句话，我就放心了，你一定要努力，努力，再努力，加油！老师的话如同一缕阳光，照耀着我，给我力量。

考试当天，妈妈送给我一个向日葵，起先我也没有在意，把它放在了一个角落里。

等到考试结束，得到成绩后，我发现，成绩又跟我开了一个玩笑，我没有完成目标，又一次失败了，我撕破了墙上的海报，誓言，我靠在墙上流泪，所有豪言壮语都破灭了。但我这时看见了角落里的那个向日葵，渺小的它依旧向着太阳，我擦干了眼泪，重新坐在床上，是啊，小小的向日葵都能如此坚强，我为什么不能，我一定要在这个暑假锻炼自己，继续拼搏，永远迎接阳光的照耀！

失败了，再站起来，跌倒了，再爬起来，因为我相信，阳光总在风雨后！

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

记得在小学四年级的时候，我成绩几乎每次都是那么不尽人意，每次交卷子时，我都拖拖拉拉。因此成了出了名的“差生”，校长老师几乎不会正眼看我。最让家长老师头疼的是我的书写，字和蚂蚁爬过的痕迹没有什么区别，改我的作业成了许多老师的“恐惧症”。可那时，我唯一的爱好，就是画画。

因此每回交美术作品之时，我总是迫不及待要将自己的心血交给老师，由于画画的不错，美术老师也很肯定我的“作品”，常给我得a□可有一回，我不小心将语文作业本交入了美术本。可噩运终究逃不过，该来的总是会来。

从此，在书写方面，我更加严格要求自己，每当书写凌乱或不想坚持下去时，我会想一想美术老师的那几句教导。从此我的心灵由黑暗转向光明，这句话是我心灵之光，是它，让我体会到了书写的价值。也让我体会到了许多哲理。

这一缕阳光，是我心中最最耀眼的曙光，它将永远不会熄灭。

尊敬的各位领导、老师、亲爱的同学们：

大家好！

我演讲的题目是《照亮我心灵的阳光》。

春天的阳光，哺育着小草，使她青翠欲滴而又富有生机。生活中的阳光，哺育着我们，使我们健康成长！

曾几何时，我在泥泞的小路摔倒，是妈妈用她那双纤细的手牵起我，为我擦去身上的污泥；我和小伙伴在院子里顽皮，是爸爸过来用他那双粗壮有力的手抱起我，给我讲述团结友爱的道理；我在考场失意，是老师用他那亲切的话语安慰我，叫我决不气馁，他那期待的眼神透露出鼓励。

此时，一束阳光，照亮了我的心灵！

此时，一束阳光，照亮了我的心灵！

你看，那斑马线上，一群群忙碌的人们匆匆而过，多得数不清。我看到了这样一幅图画：当小孩被大人安全地送过马路时，小孩、大人都露出了灿烂的笑容；当少先队员扶着盲人老爷爷过了马路的时候，少先队员和老爷爷都露出了阳光般的微笑。

此时，一束阳光，照亮了我的心灵！

于是，我懂得了生活中的阳光是无处不在的。

这阳光里有太多的爱和希望，我无法忽视这些指引我人生的方向的光亮，于是，我小心翼翼地将它们收藏。

我心中的那一缕阳光，照亮了我心灵相聚的空间，引领我们追逐梦想的起点。

阳光，就是一个甜美的微笑，融化心结，增进友谊！

阳光，还是一片温馨的祝福，看似渺小，温暖人心！

阳光，更是一次真诚的善举，赠人玫瑰，手留余香！

于是，我深信，春雨是花儿的阳光，因为只有春雨的滋润，花儿才可以绽放；我深信，清风是风筝的阳光，因为只有清风的吟唱，风筝才得以飞翔；我深信，梦想是生命的阳光，因为只有梦想的激励，生命才会焕发出七色阳光！

我更深信：美德是七色阳光，她将照亮我们每个人的心房！

我的演讲完毕，谢谢大家！

## 阳光青春演讲稿篇七

大家好！

很高兴与大家作这样一个交流，今天我要讲的题目是：塑造阳光心态。

那到底是哪里出了问题？是我们的心态出了问题。好心情才能欣赏好风光，好花要有好心赏。你们想过没有，人来到这个世界上究竟是为了什么？亚里士多德说，生命的本质在于追求快乐，使得生命快乐的途径有两条：第一，发现使你快乐的时光，增加它；第二，发现使你不开心的时光，减少它。

生命的质量取决于你每天的心态，如果你能保证眼下心情好，你就能保证今天一天心情好，如果你能保证每天心情好，你就会获得很好的生命质量，体验别人体验不到的靓丽的生活。

让我们学会享受过程。享受过程，精彩每一天。生命是一个过程不是一个结果，如果你不会享受过程，结果到了是什么

大家都知道。生命是一个括号，左边括号是出生，右边括号是死亡，我们要做的事情就是填括号，要用靓丽多彩的事情，好心情把括号填满。学会享受过程，有的人就找最讨厌的地方去体会，这个世界总会有阴暗面，一缕阳光从天上照下来的时候，总有照不到的地方。如果你的眼睛只盯在黑暗处，抱怨世界黑暗，那是你自己的选择。

我现在问大家，对于你们来说，什么事情是最重要的？什么时间是最重要的？什么人是最重要的？有人会说，最重要的事情是升官、发财、买房、购车，最重要的人是父母、爱人、孩子，最重要的时间是高考、工作、结婚。我告诉大家，这些都不是，最重要的事情就是现在你做的事情，最重要的人就是现在和你一起做事情的人，最重要的时间就是现在，这种观点就叫活在当下。

首先，学会为小事高兴。别人为你做了一点好事，赞美他；自己上课回答对了问题，欣赏自己；自己两天没找到的笔突然出现，也要好好的高兴一番。多多发现自己身上的闪光点，我们就会快乐起来。其次，学会优待身边的人。同学、老师见面一声亲切的问候，一个灿烂的笑容；狭路相逢时的一个闪身让别人先过，快乐了别人，高尚了自己；同学取得好成绩，我们要报以真诚的掌声；同学病了，送去阳光般的问候。

再次，积极主动和同学交流。我们有了快乐，及时和同学分享；有了不愉快，向同学倾诉；在宿舍把你的零食分给好友一份；这些都会使你有个良好的人际关系。

最后，学会换位思考。和同学闹矛盾的时候，要站在对方的角度看看自己有哪些过失；被老师批评时要站在老师的位置分析老师为什么批评我；做事遇到挫折时，要分析是不是自己努力不够；学会换位、理性地思考，我们就会心胸开朗，不会再怨天由人。

总结一下，就是四点。第一，不能改变环境就适应环境。第

二，不能改变别人就改变自己。第三，不能改变事情就改变对事情的态度。第四，不能向上比较就向下比较。

同学们，让我们保持阳光心态，一步一个脚印，脚踏实地努力地学习；让我们保持阳光心态，面带微笑，快快乐乐度过每一天。让我们塑造阳光心态，拥有健康人生！

我的演讲到此结束，谢谢大家！

## 阳光青春演讲稿篇八

阳光，它是让花朵绽放的新生之源泉；是让候鸟归来的温柔之动力；是让积雪化春水的轻快之交响。大千世界，处处有阳光，我用双眼发现阳光，用双手承接阳光，用心灵汲取从这世界上如涓涓细流渗淌出的阳光。无论自然界的阳光还是用爱绘出的阳光，沐浴着阳光，它让我成长。

我在阳光下成长，因为有了老师。俗话说得好，一日为师，终身为父。没有老师对我的谆谆教导，就肯定不会有我今天的成绩。记得有一次，我的考试成绩在班中已经接近底部，我知道自己十分不应该，对不起老师，也对不起父母。我对自己失去了信心与希望。谁知，老师主动找到我，帮我分析原因并且鼓励我。我明白了，自己最不应该的是，只经历一次失败就一蹶不振。于是，我发奋学习，将更多的精力投入到学习中。之后，我再也未让老师失望过。亲爱的老师，您那赤诚的爱，唤醒了多少迷惘，哺育了多少自信，点燃了多少青春，摧发了多少征帆。在您的教育下，我快乐成长。

我在阳光下成长，因为有了父母。我一出生，父母便是我的第一任老师。是他们将我辛勤抚养长大，培养成人。无论我遇到多大的困难，他们都是我最温暖的港湾；无论做错了什么事，她们都会悉心教育我。有他们的地方，才是我真正的家。在你们的影响下，我快乐成长。

我在阳光下成长，因为有了同学。在校园里，我们一起学习，一起生活。有一次，我忘带了钢笔，这节课正好是作文课，下课就要交作文，正当我心急如焚时，我的同桌知道了这种情况，就把钢笔借给了我，我十分感动。虽然平日里大家或许有些小摩擦，但从不记恨，在关键时刻，始终记得自己是这大家庭的一份子，会伸出自己的援助之手。在这暖暖的同学身边，我快乐成长。因为有了你们，我的生活充满了阳光。

我在阳光下，快乐成长！