

最新青岛大学就业质量报告(实用5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。那么演讲稿怎么写才恰当呢？下面是小编帮大家整理的优秀演讲稿模板范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

国旗下演讲稿子篇一

暑假刚刚过去半个月，大家一定还很怀念吧。就在这个暑假里，我们沙一中足球队的所有队员，刻苦训练、努力比赛、顽强拼搏，最终取得了喜人的成绩。

一放暑假，在大家开始放松的时候，我们就开始了紧张的训练。每天早晨6点半，我们就到学校集合进行体能和基本动作的训练。夏天气温很高，教练和我们一起带球绕着跑道跑好几圈，虽然大家的衣服很快就被汗水给浸透了，但是没有一个同学喊累，因为每个人都知道，我们沙一中足球队所肩负的使命，那就是代表xx市参加xx市第十三届体育运动会。

经过一个多月的刻苦训练之后，正当我们要踏上了比赛的征程时，出于某些原因，我们最终参赛的只有11人，那就意味着我们没有替补队员。每个队员都必须上场，踢完所有的比赛。尽管面临着种种困难，但我们依旧是满怀信心，向着赛场进发。

在第一场比赛中，我们的队员就受伤了。有的大腿擦伤了，有的脚扭伤了，回到宿舍吃完午饭稍事休息后，我们受伤的队员就忍痛坚持带伤比赛。下午一上场，队员们通过顽强的拼搏，上半场就进了球。但不幸的是，一场比赛下来，原本受伤的队员伤势加重了，其他的队员也出现了新的伤情，而

此刻对方球员在进攻时好像变得更加凶猛起来，一不小心，又一名队员的右脚被踢伤了，看着四名队员连续受伤，教练的脸色渐渐沉重了起来。

休息一晚后，大家起床时都喊腿疼、腰疼。队长说：“这是最后一场比赛，大家一定要咬牙坚持下来！伤病是打不垮我们的，沙一中足球队向来具有顽强拼搏的精神，我们绝不向困难低头！”面对拥有7个省队队员的常熟队，我们拿出破釜沉舟的精神，下半场，在我们队有一人因脚抽筋下场的情况下，我们坚守着自己的阵地硬是没让对方再进一个球！

最终，我们团结无畏、顽强拼搏的精神，赢得了裁判员以及其他队教练的充分肯定，并获得了此次比赛的道德风尚奖。希望这股精神能感染大家、激励大家，让我们一起为了沙一中的明天而共同努力。谢谢大家！

国旗下演讲稿子篇二

尊敬的各位领导、老师、亲爱的同学们：

大家早上好！

我今天演讲的题目是《相信自己从容应对》。光阴似箭，日月如梭。转眼间，就要期末考试了。满怀信心地迎接期末检测，争取优异的成绩，是大家共同的心愿。最后这一周时间，应该说是最后的冲刺阶段。俗话说：复习是医治遗忘的灵丹妙药。孔子也曾说过学而时习之，不亦悦乎？可见复习的重要性。

在这期末复习最紧张的时刻，请同学们记住：勤奋确实可贵，刻苦也不可缺少，但是方法更为重要。在此，我给大家提几点建议：

- 1、抓紧考前时间，全身心地投入到复习中去。所有同学一定

要珍惜点滴时间，对所学的知识进行系统复习，发现不懂的、未掌握的知识，要抓紧时间向同学、老师请教，及时解决。对功课不平衡的情况，应该认真对待，及时弥补上来。

3、建立自信从容意识。充满自信心，相信自己平时的努力。考试时沉着镇定，认真仔细，不用总想着成绩的好坏，只要你付出了努力，总会有收获。

美国诗人爱默生也说过：自信是成功的第一秘诀。也许有的同学对这话并不以为然，觉得语意太平实了。记得我上学期，有一次我去参加一个讲故事比赛，前面的同学发挥特别好，博得阵阵掌声，我不由得有些胆怯，害怕自己讲不好。这时，我的同学陈思琦走近我的身边说：别紧张，你比他们厉害多了！老师觉得你行才让你来参加比赛的。我一听，顿时来了勇气，大步走上讲台。果然，我的演讲也毫不逊色，赢得了热烈的掌声。我们做一件事情，首先要对自己有信心，相信自己的能力，相信自己会成功，有信心便会有热情、有动力，便会专注其中、倾力去做，因而成功的希望就会大得多。相反，你若总是胆怯，没有信心，那么即使是最简单的事也谈不上成功，每件事都由信心开始，并由信心跨出第一步。

同学们，有一句格言说得好：自信是一根柱子，能撑起精神的广漠的天空，自信是一片阳光，能驱散迷失者眼前的阴影。让我们鼓起自信的风帆，荡起奋斗的双桨，你一定会发现，成功就在你的手中。最后，祝愿同学们能和老师在最后一周里，一起搞好期末复习，都能在期末考试中取得理想的成绩。

我的演讲完毕，谢谢大家！

国旗下演讲稿子篇三

敬爱的`老师、亲爱的同学们：

日月如梭，光阴似箭。转瞬间，六年时间已逝去，看不见、

抓不着。在我们即将毕业，各奔东西的时候，我们应该感谢。感谢培育我们六年的母校；感谢谆谆教导我们的老师；感谢朝夕相处的同学。

感谢培育我们的母校。因为母校给予了我们优越的学习环境，让我们有了更好的学习条件；因为母校让我们认识了悉心教育我们的老师、友好的同学；因为母校让我们学习到了许许多多的知识。所以没有母校就没有今天的我们。我们今天母校自豪，等明天让母校为我们骄傲。

感谢教导我们的老师。是老师孜孜不倦的教育让我们学会更多知识；是老师不厌其烦为我们讲人生的大道理，推开通往未来的大门；是老师在我们从幼稚走向成熟，从愚昧走向文明的路上，用生命的火炬，替我们开道。老师，一日为师，终生为父。您的教育之恩，我们永生难忘。

感谢身边的同学。是她们在你遇到不懂的问题是时，替你解答；是她们在你遇到困难时，在旁帮助；是她们在你伤心时，在你身边安慰你。在朝夕相处中，我们大家一起学习、一起欢笑、一起成长，在这日日夜夜中，友谊的种子早已种入每个人的心中。我渴望我们之间的友谊永恒不变。

母校、老师、同学在我原本如白纸般的人生中，涂抹上了最重的一笔。我不舍得大家，可这又有什么用呢？“天下没有不散的筵席。”即便我们相处六年，却也总有分开的时候。最后，我们之间剩下的就只有那美好的回忆罢了。

同学们，让我们在这相约，为了我们满怀的豪情壮志而努力吧！

国旗下演讲稿子篇四

敬爱的老师、亲爱的同学们：

大家好！

我是中班的朱老师。今天由我来进行国旗下讲话。首先，请大家猜个谜语：“小树干，五个杈，不长叶，不开花；会洗脸，会刷牙；会穿衣，会吃饭；要问谁的本领大，世界第一就属它！”小朋友们，你猜对了吗？谜底就是我们人人都有的一双手。今天，我演讲的题目就是《我有一双勤劳的手》我有一双勤劳的手，别看它又细又小，它会做的事可多了！不信，那就赶快跟我一起来看看吧！

在家里，我有一双勤劳的手——每天我回到家，就把鞋柜上的鞋摆得整整齐齐。吃饭前，我又帮全家放好了筷子和汤勺。妈妈收衣服了，我赶紧当起了小助手：取夹子、叠衣服、放袜子，忙得不亦乐乎！周末时，我又和爸爸一起大扫除；爸爸妈妈夸我是个爱劳动的好孩子。

在幼儿园，我也有一双勤劳的手——帮小朋友们分牛奶、分碗筷、收本子。不乱扔果皮和纸屑，看到垃圾捡起来立刻投进了垃圾桶老师说我是个得力的小助手。我用这双勤劳的手，学会了自己的事情自己做，学会了他人的事情帮着做。小朋友们，让我们从现在开始行动起来，人人练就一双勤劳的双手，使我们的生活变得越来越充实，越来越快乐吧！

国旗下演讲稿子篇五

热爱祖国，必须做到认识、情感、意志和行为的统一，其中，行为是归宿，是目的。

一、树立祖国利益高于一切，个人利益服从国家利益的'思想观念。没有祖国的兴旺发达，就没有个人的出路。国破则家亡，国兴则家昌，天下兴亡，匹夫有责；我们应当正确处理国家与个人的关系，先天下之忧而忧，后天下之乐而乐，以民族利益、国家利益、集体利益为重，一事当前，做到想国家之所想，想集体之所想，先人后己。

第二，要有民族自尊心、自信心。热爱祖国要坚信自己民族的自立能力，不要只看到目前我国与发达国家的差距，而无视自己祖国近年来的巨大发展成绩，因而；也不要因为期望自己的祖国繁荣富强，而对达到这一目标需要几代人的艰苦努力缺乏思想准备，一味地抱怨和哀叹；更不要因为羡慕西方的物质生活，而拜倒在金钱之下，把理想、信念、人生价值统统抛到九霄云外，要在任何时候都维护祖国、民族的荣誉，不做有损祖国、民族和集体的事。

第三，要积极促进祖国的繁荣富强。热爱祖国，就要有主人翁的责任感、使命感，做到有报国之心，更有报国之志，报国之才，报国之行，立足本职工作，发奋图强，勇于奉献，为尽快把我国建设成为繁荣富强的社会主义强国而努力奋斗。

作为青少年学生，虽然今天还不能直接投身改革开放和社会主义现代化建设中，但可以通过为祖国的明天刻苦学习、关注改革和社会生活，为社会、社区提供力所能及的服务等实际行动，表明自己诚挚的爱国热忱和赤热的爱国心。我们已经培养了、并且将要培养出更多的既具有报国之志，又具有报国之才的优秀人才，我相信，在老师的培养下，经过同学们的刻苦学习和积极努力，我们在场的同学都会成长为建设社会主义祖国的栋梁之材。

送走了寒冬，我们一起迎来了充满生机的春天，四月的紫小将开展一系列的活动，缅怀先烈，宣扬他们的爱国精神，继承他们的遗志，端正学习态度，树立新的学习观，为将来建设祖国努力学习。因为热爱祖国，人人有责！

一要多运动。人脑分大脑和小脑两部分，大脑由左右两半球组成。左半球主要管语言、数学等；右半球负责音乐、美术和空间的辨认。我们平时使用较多的是大脑的左半球，而大脑的右半球使用较少。因此给头脑充电，就特别要通过多活动左手左脚左边身体和多参加音乐、美术等方面的活动，来锻炼和增强大脑右半球的功能。这样左右半脑经常交替运动，

大脑就会得到锻炼和发展。所以，我们要上好每一节课，因为有些课能使我们的左脑更聪明，有些可能锻炼我们的右脑。上好每节课，学好每个知识，就会使我们变得更聪明。

二是要增加营养。大脑活动需要消耗一定的能量，我们的大脑正处于生长发育的重要时期，要维持大脑的正常工作，要促进大脑的发育完善，就必须注意身体成长所需要的营养，给大脑提供足够的能量。所以我们在吃饭的时候就不能挑食，因为每样食物等能给我们提供不同的营养。

三要注意休息。脑细胞不像身体的其他体细胞那样能贮存一定的营养。因此，脑细胞持续工作七八小时以后，活动便会减弱下来，会自动休息。休息可以使大脑消除疲劳。恢复机能。散步、做操、调换用脑内容。闭目静养和睡眠是几种不同的休息方式，小学生应保证自己有足够的睡眠时间。