

最新把握趋势演讲稿(通用8篇)

演讲稿具有观点鲜明，内容具有鼓动性的特点。在社会发展不断提速的今天，需要使用演讲稿的事情愈发增多。大家想知道怎么样才能写得一篇好的演讲稿吗？下面我给大家整理了一些演讲稿模板范文，希望能够帮助到大家。

把握趋势演讲稿篇一

大家好！

我们演讲的题目是《把握自己，成就未来》

前几天，被保送到各地名校的学长学姐们回到了我们花园般的初二级部，与我们交流了高中的情况以及他们的保送经验。当你感受到他们同普通高考考生不同的轻松时，当你听到迎接他们的是八个月的“自由时间”时，当你看到他们眼中那对未来充满信心的神采时，你是否心动了呢？是否也想加入保送大军了呢？从现在开始吧，把握自己，成就未来。

在期中总结表彰大会上，三位保送生学长，为我们畅谈了他们的经历和感受。他们并不都是从一开始就被光环围绕，也有过失意或失败的时候，但他们有坚定的信念和梦想，并为之不断奋斗，最后取得了理想的成绩。几位学长多次提到初二是一个分水岭，许多原先不如意的同学通过不懈努力，成绩突飞猛进；但许多原先优秀的同学却不断的退步。这说明，能否成功跨过这道分水岭，主要在于我们自身。这需要我们付出全部的努力，更多的耐心和坚持，培养良好的学习习惯，寻找适合自己的学习方法。一分耕耘，一分收获，成功需要我们付出辛勤和汗水。

人的一生中会有许多机会，这需要我们认证的把握。我们总说：机会是给有准备的人的。那么，怎样才能在机会来临时

有充分的准备和自信去迎接挑战呢？首先，我们应该端正学习态度，勤奋积极，努力刻苦。从一次思考再三的质疑开始，从一张书写整洁的作业纸开始，从一句认真扎实的课堂笔记开始，为了自己的奋斗目标用心去努力学习。

其次，我们要注重合适的学习方法与良好的学习习惯的培养。我想，每个人都有自己独到的方法，尤其是那些在成绩上遥遥领先的同學。那么，就让我们从养成良好的学习习惯开始，逐步探索出适合自己的学习方法。课前预习的重要性众所周知，我们应在老师授课之前认真通读课本，找出自己所认为的重点、难点，同时一定要用绿色笔画出经过深思熟虑却仍不明白的问题，带着问题进入课堂，寻求更高效的听课效果。课上的40分钟虽然短暂，却无比珍贵，我们应做到认真听讲，及时提出问题，跟着老师的思路走，不要仅仅为了完成学案而因小失大，错过了老师对知识点的讲解与剖析。作业则是每天对所学知识的检测，应该保持良好的态度仔细完成，扎实走好每一步。定期复习也是必不可少的，它能够帮助我们清晰地梳理出本阶段内所学的重要知识，避免出现考前慌乱的情况。同时，还有一些学习的小技巧在此与大家共同分享交流，比如：适当建立错题集，合理利用零星时间，恰当处理学习与参加其他活动之间的冲突，学会高效学习、劳逸结合，等等。

最后，我希望同学们不要放弃对自己点点滴滴的希望。正值花季的我们还站在距起跑线不远的地方，只要有一颗努力向上的心，就一定会有进步，一定会战胜自己，超越自我。是的，每个人的一生都短暂至极，但是，无需在乎风的咆哮，不必介意雨的无情，生命本就在于应该努力地拼搏。每个人都拥有梦想，即便只是茫茫宇宙里一点若有若无的星光，即便只是历史长河中一朵波澜不惊的浪花，我相信，这世间只要留下过自己奋斗的痕迹，心中就无怨无悔！

亲爱的同学们，沐浴着和煦的春风，站在朝阳下的我们，应该满怀信心，奋勇拼搏，向着梦想的方向绽放出最美的成长！

把握趋势演讲稿篇二

亲爱的同学们：

三年前，稚气未脱的你们带着美好的梦想从各个地方云集潮阳一中，成为了一名光荣的一中学子，从此开始了追梦生活。

我们知道：既然选择了远方，便只有风雨兼程。于是，春花秋月里有你们坚定的足迹，夏雨冬雪中有你们执着的追求。身在一中，你们放弃了闲庭看月，雨中漫步；心在一中，你们选择题海竞渡，书山登攀。于是，青春在拼搏中闪光，人生在奋斗中豪迈。转眼间，三年的高中生活即将结束，这是一段阳光灿烂的日子，更是一段激情燃烧的岁月。三年的风风雨雨，三年的喜怒哀乐，三年的同学谊、师生情让我们倍加珍惜。蛟龙总要遨游于大海，雄鹰总要飞翔在蓝天，高考的战场就是你们展示自我的舞台，让我为你们送上些许的嘱托和真心的祝福！我们期待着“大鹏一日同风起，扶摇直上九万里！”

我们深知，愈到关键时刻愈是考验我们意志品质的时候，正如古人所说的：“行百里者半九十”。但是“雄关漫道真如铁，而今迈步从头越”，我们要用“铁棒磨成针”的意志，以“衣带渐宽终不悔”的精神战胜困难，在高考中取得优异成绩。

临近高考时，每一个高三学生的后期复习中也或多或少都会产生苦闷彷徨、畏惧厌战等情绪，出现学习状态低迷的现象。这是很正常的，大家大可不必为此紧张，应该学会坦然面对。我们要做的是尽快找寻一条有效但不影响他人的途径来排解过大的压力。我们要学会倾诉，向同学、父母或者老师倾诉，还可以向自己倾诉。我们可以大声读书、跑跑步、打打球让情感得到宣泄，听听音乐、闭目静思让心情得到放松，相信你很快就能走出阴霾，迎来晴空。

请同学们一定要按照学校和老师的要求严格执行作息时间，无论有多少作业、习题，宁肯做不完也不要改变作息规律。特别是那些白天上课打盹，晚上挑灯夜战的同学，可能事半功半。我们要讲究科学备考，以最佳的状态做最后的冲刺。

“俱怀逸兴壮思飞，欲上青天揽明月”。同学们，我们可以错过星星，可以错过月亮，甚至我们还可以错过太阳，但是我们不能错过六月的一飞冲天！

把握好现在，就能创造更美好的未来；但求青春无悔，人生豪迈。祝同学们身心健康，生活愉快，金榜题名！

把握趋势演讲稿篇三

古人云：“少壮不努力，老大徒伤悲”，“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴”，说明时间非常重要，是我们最大的资本和财富。时间对于每个人都是公平的，一天24小时，陪伴我们度过每一天。

优秀的人之所以优秀，是因为相同时间内做出更多高效率的事。

为什么不同的人做同样的事，效率会参差不齐？

因为对时间的规划不同，得出的结果自然有异。先理清条理，分清轻重，才能事半功倍。

有些人的人生为什么会没有意义呢？

时间是有限的，在历史的长河中我们只是沧海一粟。

那该怎样实现人生价值，活出人生精彩？

就需要在有限的生命中发挥最大的努力，合理的去安排时间，

规划好利用好时间。

时间不会因为我们驻足，它无法收藏，更不能用金钱购买。对于成功人士，时间过的快，必须分秒必争；对于好吃懒做的人，时间过的慢而显枯燥。其实算起来，除了吃饭睡觉和其他一些日常消遣，我们真正用来创造价值的时间并不是很多，我们须紧紧的抓住这所剩无几的时间。

鲁迅曾说过：时间是组成生命的材料，浪费别人的时间无异于谋财害命。

所以，不要浪费一分一秒，更不要因为你而浪费别人的时间。

朋友们，就趁现在年轻，争分夺秒，认真做好每一件事，每一个环节，每一个动作，为我们以后的成功打下坚实的基础，让生活变得更充实。“昨日之日不可留”，让我们好好把握今天的时间，明天将充满希望！

我的演讲完毕，谢谢大家！

把握趋势演讲稿篇四

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

一位作家曾经这样说过，回首昨天应该是问心无愧的；面对今天应该是倍加珍惜。展望今天应该是信心百倍。

把握今天，不要怨恨昨天，因为在人生的道路上，不如意的事太多，有时以为幸福光临，却不意连遭不幸，有时以为时来运转，却不意层峦叠嶂，乱石嶙峋……凡此种。种，既不必惊讶，也不必感叹。人生无回路，失去了，错过了，就不要耿耿于怀。特意的找回与弥补，只是一厢情愿的强求，只

能遭遇错位的尴尬。

把握今天，不要去期待明天，因为明天还是一个说不清，道不明的未知数，不知道明天的世界将会是怎样的，周围会发生什么变化？其中风景毕竟是恍恍惚惚，让人难以领略，难以捕捉。如果一味的期待明天，就会错失今天，使今天在漫不经心中流逝。

把握今天，就要全心全意的投入今天，驾驭今天，为今天而奋斗，如果前面有高山相阻，你就要奋力去攀登；如果前面是大海相隔，你就要去修船搭桥……总之一句话：该做的赶快做，该办的赶快办，切莫观望，切莫退缩不前，只有这样持久的进行下去，到头来，你才能问心无愧地说：“我的每一个今天都没有虚度；我的每一个今天都是一部青年史。”

把握今天才有许多光辉的明天，过好了每一个今天，明天才会更有希望，因为只有今天的播种，才有明天的收获；只有今天的奋斗，才有明天的成功，才会无愧于明天。

朋友们！请把握今天！把握你生命中的每一天！

大家早上好，今天我演讲的题目是《把握今天》。

当今日的朝阳普照大地，高三的学弟学姐们已步入了高考的战场就在今天，三年的汗水和梦想化为他们拼搏的力量就在今天，他们，将用手中的笔完成人生最关键的考卷多少次，我们曾在同一面国旗下聆听老师的谆谆教诲多少次，我们曾在同一个校园里憧憬明天、畅想未来。

而此时，当他们在考场里奋笔疾书，我们每个人都衷心祝福他们把握好今天，在高考的战场上运筹帷幄决胜千里我们相信，泪水终将凝成一双双有力的翅膀，在炎炎的夏日，划出最动人的十八岁的舞姿。

我们相信，他们定会胸有成竹、镇定自若，为十二中再创辉煌也许有过迷茫，但此刻他们的目光已盯准远方；也许有过彷徨，但此刻他们的心灵已锁定理想；也许有过失望，但此刻他们的脚步已迈得铿锵。

蚕蛹破茧后的蝶舞是美丽的，高三努力后的成功是精彩的。那么我们呢此时此刻，站在这里——高二的学哥学姐们，你有没有想到再过一年，你们也将直面高考的挑战，奔赴人生最重要的转折点高一的同学们，你们有没有想到高中生活的三分之一已在欢声笑语中无声地逝去，多少个“今天“已经错失我们有着共同的梦想，带着不同的目标一起为明天拼搏昨天，也许我们失败过。

但失败的泪水已成为我们奋斗的源泉昨天，也许我们成功过，但成功的喜悦不会成为我们骄傲的资本。我们不能总是缅怀逝去的昨天，惟有铭记昨日的教训，认真对待今天我们不能总是幻想明天惟有将对明日的憧憬化为今天奋斗的动力同学们，昨天属于过去，明天属于未来，惟有今日属于我们，是触手可及的，是我们真真切切拥有的。

把握今天，分秒必争，只有充分利用好每一个今天，我们才能洗刷昨天的失意，耕种今天的希望，收获明天的果实；把握好今天，我们才能无愧于自己，无悔逝去的年华当在无数个“今天“里付出、拼搏时，我们将学会怎样承受负担，我们将拥有一叶扁舟独自乘风破浪的勇气和信念，成为百折不挠的强者！

把握趋势演讲稿篇五

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

我是xx班的xx同学，这次由我来给大家带来演讲——“把握

时间”！

时间不等人，相信作为高中生的同学们早就有了深刻的体会。尽管如此，但也总还是有不少的同学行为松懈，在学校的生活散漫无度。近来，每每看到同学们在课间，甚至是学习时间悠闲的身影，我就感到紧张。为什么？因为我们是高中生，我们的时间，不多了！

也许有些同学还没有认识到这一点，作为一名高中生，我们在入学的初期，就已经被定下了时间。“三年”！我们有三年的时间来做准备，但是也只有三年的时间来做准备！三年过后，无论我们有没有准备好，我们都将面对我们高中最大的目标——高考！

同学们，我们对高考这两个字并不陌生。我们来到这里，是为了它，将来离去，也同样是因为它！高考很难，每年落榜的考生有多少？同学们心中也都有个数。但成功也并不远，时间已经在我们的手上，只要我们一点一点，一步一步的认真走下去，我们就一定能跨过高考。

但是，同学们，你们可知，这三年来的时间，几乎是一点让我们游戏人间的范围都没有的啊！我们可以在学习中放松，可以在疲劳的时候休息。但是我们绝对没有时间去玩耍，去放纵自己！因为，当我们放纵自己的时候，别人，早就已经去攀登，去前进了！

再者，今年的年初，我们因为不能顺利的开学，早就已经耽误了不少的时间。尽管在网课的平台上追回了一点进度。但是始终不及我们在学校中学习的方便。我们必须认清一个事实，也要坚守一个事实。那就是，我们的时间，早就已经远远不够了！

今后的学习中，我相信老师们也会更加的抓紧学习的进度，提升我们学习的效率。但是，这不过是老师的引导和准备。

想要真正的将这段缺失的进度弥补回来，我们必须改进自己的想法，从自己着手！我们要让自己，认识到该怎么去提升效率，怎么去抓紧时间！利用好一切可利用的时间！

各位，让我们回想一下当初走进校园的目的，回想起家中父母深深的期望，想想那未曾到来的美好未来。我们没有选择，只有努力！让我们用努力和拼搏，跨过这个难关！

我的演讲结束，谢谢大家！

把握趋势演讲稿篇六

以前经常听老师说，“学习就像行舟不进则退”。其实这句话可含盖很多方面，如人的生存能力，为人处事…每个人都有一个或几个梦想。但有的人会坚持，去勇敢地实现它。有的人有的只是三天打鱼两天晒网的激情。当然我也是后者，所以很佩服那些耐得住寂寞的人，他们是勇者，为了目标一步步向上爬。

有的时候，有太多的机遇没有发现。机遇倒是有，可是总担心失败的后果。做起事来蜗手蜗脚的，思前顾后。发现机遇就不要错过了，错过了就等于慢性自杀。当然我也是后者，所以很佩服那些耐得住寂寞的人，他们是勇者，为了目标一步步向上爬。

有的时候，有太多的机遇没有发现。机遇倒是有，可是总担心失败的后果。做起事来蜗手蜗脚的，思前顾后。发现机遇就不要错过了，错过了就等于慢性自杀。

只要自己觉得你对某事有兴趣，你就去做吧。不管结果如何，作好最坏的打算。最坏的结果都能接受，为什么不能接受失败呢。

鸟儿的翅膀、胆略、刻苦造就了飞行的勇者。机遇、思索、

胆略可以造就生活的勇者。

我要造就自己的奇迹，实现经商梦想。我要做商人，从小事做起。

把握趋势演讲稿篇七

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《把握属于自己春天》。

冬天恼人的寒风越吹越远，春天的活力正催促着大地抖擞精神，舒活筋骨，我们在春的驱使下正如花蕾，渐渐绽放自己的青春。有人说：“青春是一团火。笑容与彩霞辉映，汗水伴露珠挥洒。脉搏跳动着奔腾的音符，智慧弹奏着优美的乐曲。”又有人说：“青春是蓬蓬勃勃的生机，是不会泯灭的希望，是一往无前的勇敢，是生命中最辉煌的色彩。”而正是在这里，在一中我见到了最劲健的青春。

进入一中，我看见篮球场上男子汉们大汗淋漓地抢球、运球、投球，洋溢着青春的活力；下课后同学们对难题的争辩、分析、解答，碰撞出青春的智慧火花；跑操时同学们雄健的步伐、响亮的口号展示着青春不息的朝气与力量。是一中帮我们剥离了童稚的外衣，注入了青春无畏的活力。我们如初春、如朝日、如百卉萌动般的崭新，富有生机。在这个学校，我们感到了与小学时不同的、梦幻般的力量与激情，我们感受到了人生的春天，享受到了春和成长给予我们的活力，我们绝不能荒废啊！文天祥曾说：“青春岂不惜，享乐非所欲。”是啊，我们的青春绝不能耗费在看庸俗小说、玩游戏这样看似快乐却好无意义的事情上，人生最劲健的时期，最澎湃的情感，最无畏的精神，绝不能白白浪费在最无聊的事情上。初三的学哥学姐们中考与你们近在咫尺，与你们仅有弹指一挥间的时间，是就此发奋赢得前途似锦，还是现在依然无所事事，最终成为众生中不起眼的一位呢？相信大家

心中定有自己的打算。初一初二的同学们，我们正值这大好青春年华，也应全力以赴接受老师的教诲，从背好每一篇课文，写好每一篇作业这样的点滴小事做起，为中考蓄下充分的势头，奠定坚实的基础。

雄关漫道真如铁，而今迈步从头跃。同学们，请不要做无聊的诉说者，认为“我们什么也没有，我们只有青春”，当你拥有春天的时候却在浪费希望的种子，那么，冬天你将一无所有。

来吧，为你的春天列一个计划吧，多读几本好书，常背背英语单词，每天有计划的做一些练习题，让自己的学习成绩像春风中的小草一样，渐渐长高；抑或找一项适合自己的体育运动，在温暖的阳光下锻炼健康的体魄……让我们一起用坚持的决心点燃美好的希望，抓紧时间，用辛勤的汗水浇灌出属于我们自己的春天。

把握趋势演讲稿篇八

同学们，大家好！

今天，我想说说珍惜时间的问题，时间是最宝贵的东西，俗话说得好：“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴！”人生最题就是如何让一寸光阴等于一寸生命。

但在现实生活中，浪费时间随处可见，比如：上课时，不认真听讲，让老师总管纪律，导致老师不能完成当天的教学内容，既浪费了自己的时间，也浪费了老师和同学的时间；中午在家，一边写作业还边看电视，玩些游戏，干一些不应该干的事；有的同学迷恋电脑游戏，适当玩电脑游戏有益于我们的智力，但迷恋电脑却会虚耗了大量宝贵的时间……也许大家都认为这些是小事情，但是时间就在这一点一滴中浪费了。

今天，我想告诉大家一个真实的故事。鲁迅大家都知道，但你们知道鲁迅成功的秘诀吗？鲁迅成功的秘诀就是珍惜时间。鲁迅十二岁在绍兴城读私塾的时候，父亲正患着重病，两个弟弟年纪尚幼，鲁迅不仅经常上当铺，跑药店，还得帮助母亲做家务；为了不影响学业，他必须作好精确的时间安排。此后，鲁迅几乎每天都在挤时间。他说过：“时间，就像海绵里的水，只要你挤，总是有的。”鲁迅兴趣十分广泛，所以时间对他来说，实在非常重要，他每天都要工作到深夜才肯罢休。在鲁迅的眼中，时间就如同生命。他曾说：“美国人说，时间就是金钱。但我想：时间就是生命。”因此，鲁迅最讨厌那些“成天东家跑跑，西家坐坐，说长道短”的人。鲁迅因为珍惜时间而取得了成功，成为一代大文豪！

“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。”的道理人人都懂，可为什么还有人虚掷光阴、荒废生命。现在许多青年人，找不到工作，就天天在外面喝酒寻乐，或是呆在家里无所事事，明明已经成年，还是给父母增加了许多负担，这些人一不小心就掉进了犯罪的深渊，成为社会的“危险人群”。这些人往往有一种“明天再说”的想法，认为自己现在还年轻，先尽情享乐，过几年再考虑工作。最终明日复明日，明日成蹉跎。一个“今天”值两个“明天”，当日事当日做，把什么事都放到明天的人，最终什么事都干不成。

有时我总会抱怨时间不够用，许多要干的事都没有干，但是真的怪时间吗？它就像海绵里的水，只要愿挤，总还是有的。归根结底是自己不抓紧它，杰弗逊说得好：“从不浪费时间的人，没有工夫抱怨时间不够。”当你愁眉不展的时候，时间从你的抱怨中跳过，我很欣赏朱自清先生在《匆匆》里对时间的这一说法。时间就像铁面无私不动感情的一个老人，不会因你的任何举动停住脚步，它只会对你的虚度光阴抱以轻蔑的一笑，然后轻轻越过。

对一个人来说，时间就是生命，时间有限，当失去它时，生命也走到了尽头。你是想把它当作日历一天天撕去，到最后

只留下一个生了锈的日历夹吗？人活着是要实现价值的，为什么有些人生命的价值大、有些人生命的价值小呢？仔细看一看吧，他们的一生都做了什么。有些人的一生在不断完成那些有意义的事，那么他的价值在学习工作中就体现出来了，只有做的事越多，做的越好，生命的价值就越大；反之，一个人不断地浪费时间，他的生命价值就会少得可怜。

你热爱生命吗？那么就请珍惜时间，因为时间是组成生命的材料。