

假如我只有一天光明演讲稿 假如给我三天光明的演讲稿(精选5篇)

演讲稿也叫演讲词，它是在较为隆重的仪式上和某些公众场合发表的讲话文稿。演讲稿对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写演讲稿呢？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。

假如我只有一天光明演讲稿篇一

假如给我三天光明演讲稿（一）

书籍是人类进步的阶梯。

我最喜欢《假如给我三天光明》这本书。它是美国学者海伦·凯勒的自传。这本书主要讲了：年仅一岁九个月的小海伦被一场大病无情地夺取了听力和视力，使本来活泼健康的她永远与黑暗和孤独作伴。那个无声无影的世界带给了她太多无助与恐惧。但是，萨利文老师的到来却改变了这个可怜女孩的命运。从此，小海伦在老师的指导下，在亲人的关心下，更在她自己不懈的努力下，一步步走向了成功的顶峰。

我们要向海伦学习，学习她那坚强、乐观、永不放弃的精神。我们在学习海伦的同时，也要关心身边的残疾人，只要温暖与爱永存，那么每个人都会如彩虹般绚丽夺目。

马克·吐温曾经说过：19世纪出了两个杰出的人物，一个是拿破仑，另一个是海伦·凯勒。如果说拿破仑是叱咤于法国时期的乱世英雄，那么，海伦则是生活中的勇士；如果是拿破仑是战场上的胜利者，那么，海伦则是拒绝向命运低头、立志驱散人生黑暗的光明使者。海伦学会了英、法、拉丁等多种语言，创造了十四余部创世著作；在绚丽彩虹的背后付出了多少艰辛的努力和汗水？在巨大的挫折面前，海伦总以

坚强、乐观的心态面对着命运的考验，用坚定的意志战胜了自身的缺陷，靠着对幸福的执着追求，与命运抗争。不见风雨，哪有彩虹。凭着自己不懈的努力，最终冲破了人生的黑暗与孤独，谱写了一首不朽的人生之歌。

人生没有平坦的大路直通成功，自己的路永远都只能自己走，跌倒了，爬起来接着走。人的一生就是这样，布满坎坷与荆棘。只要有着一份执着追求的信心，有一种勇敢奋斗的精神，即使经历磨难，也始终会有成功的日子，这样才是完整的人生。饱经风霜的战士，才敢驰骋在莫测的草原之上！经风沐雨的海燕，才敢在海洋上翩翩起舞！孤绝肃杀的雄鹰，才敢翱翔在乌云弥漫的天空！

《假如给我三天光明》这本书，使我明白一个人能否成功不在于他的生活条件，而在于有没有奋斗的精神。

假如给我三天光明演讲稿（二）

老师们，同学们：

大家好！

我是六（1）班的***。今天我演讲的题目是：《珍惜时光，热爱生活》。

最近，我拜读了海伦·凯勒的自传——《假如给我三天光明》。我深深地被主人公那超人的坚强毅力和不向命运低头的精神所打动。海伦·凯勒一生88个春秋，却有87年是在无光、无声、无语中度过。就是这样的一个人，克服了常人不能想象的困难，考取了哈佛大学雷德吉利夫学院，凭着坚忍不拔的毅力和艰苦卓绝的奋斗，取得了令人瞩目的成就。马克·吐温说过：19世纪有两个奇人，一个是拿破仑，一个是海伦·凯勒。

世界上有许多东西往往失去了才觉得珍惜。海伦·凯勒用自己的经历告诉我们：珍惜我们所拥有的一切，热爱生活，用心去体味生活。我们应该像海伦·凯勒那样，善待自己，善待他人；在顺境里珍惜大好时光，面对逆境勇往直前！

谢谢大家！

假如给我三天光明演讲稿（三）

读书破万卷，下笔如有神读书是赋予人智慧与才学的事，多读书能提升我们自身的气质与修养，引领我们青少年向着朝气蓬勃，积极向上的方向发展。今天我就要和大家分享一本我很喜欢的书，那就是海伦·凯勒的《假如给我三天光明》，作为一名盲、聋、哑三重残障人士，能克服各种困难写出如此轰动的作品着实令人感到振奋与钦佩，海伦这种伟大的精神，是非常值得大家学习的，而且也激励了我们青少年要勤奋好学，勇于拼搏。

在《假如给我三天光明》中，记叙了海伦渴望得到光明所先要做的事，在这三天里，她不愿放弃任何一个能用双眼看到的事、物、人；在第一天，海伦第一个要见的，就是安妮·莎莉文，她要仔细研究莎莉文小姐的脸，再把海伦的所有朋友都叫来，把他们的模样都深深的刻在海伦的心里；安妮·莎莉文是海伦的老师，也可以说，他是海伦的母亲，在海伦小时候，莎莉文老师就来到了海伦的家，是她给海伦打开了外面的世界，让海伦知道，原来外面的世界，是有颜色的；也是她，让海伦学会拼写词，让海伦知道爱是什么，让海伦感受大自然……更重要的是，安妮·莎莉文，给了海伦新的生命！

第二天，海伦要看日出，接着，她要去参观各种的博物馆，她渴望亲眼看到悠长的历史，渴望亲眼看到艺术界的美；第二天的晚上，她要在电影院里看一场戏，即使短暂，但是在海伦的脑海中，留下深深的回忆！海伦是个热爱知识，喜

欢学习的人，身残而志坚，想去感受艺术，感受历史。当我们享受安逸的生活，而无心读书的时候，我能否想想海伦，遇到这么多困难都去努力去奋斗，我们作为一个正常人，怎能不好好把握上天赐予我们的一切，海伦能写几万字的著作，我们能否用心的写一篇作文，能否安静的做一套试卷，能否认真的听一堂课。

第三天，也是重新获得光明的最后一天了，所以，海伦特别珍惜；海伦决定获得光明的最后一天要在生活中度过，因为三天光明的美好时光即将结束，她不想错过任何细节，她想了解，人们都是怎样工作和生活，想知道，拥有光明的人们，是否觉得有些枯燥……她也想告诉那些看得见的人们：善用你的眼睛吧！珍惜你所拥有的吧！你将看到，一个美好的世界在你面前展开。

向上吧，少年！在我们的学习之中，要有海伦那种强烈求知的欲望，要有海伦坚韧的品质与顽强的精神，就犹如身体内注入新鲜的血液，有着源源不断的动力在支持和鼓舞着我们，使我们进步。失败了，也不用灰心，因为失败乃成功之母！再想想海伦，她遇到困难从不退缩，从不畏惧，迎难而上，因为她始终相信：她的明天会更好！我们要为了美好的未来而奋斗！

假如我只有一天光明演讲稿篇二

“读书破万卷，下笔如有神”读书是赋予人智慧与才学的事，多读书能提升我们自身的气质与修养，引领我们青少年向着朝气蓬勃，积极向上的方向发展。今天我就要和大家分享一本我很喜欢的书，那就是海伦·凯勒的《假如给我三天光明》，作为一名盲、聋、哑三重残障人士，能克服各种困难写出如此轰动的作品着实令人感到振奋与钦佩，海伦这种伟大的精神，是非常值得大家学习的，而且也激励了我们青少年要勤奋好学，勇于拼搏。

在《假如给我三天光明》中，记叙了海伦渴望得到光明所先要做的事，在这三天里，她不愿放弃任何一个能用双眼看到的事、物、人；在第一天，海伦第一个要见的，就是安妮·莎莉文，她要仔细研究莎莉文小姐的脸，再把海伦的所有朋友都叫来，把他们的模样都深深的刻在海伦的心里；安妮·莎莉文是海伦的老师，也可以说，他是海伦的母亲，在海伦小时候，莎莉文老师就来到了海伦的家，是她给海伦打开了外面的世界，让海伦知道，原来外面的世界，是有颜色的；也是她，让海伦学会拼写词，让海伦知道爱是什么，让海伦感受大自然……更重要的是，安妮·莎莉文，给了海伦新的生命！

第二天，海伦要看日出，接着，她要去参观各种的博物馆，她渴望亲眼看到悠长的历史，渴望亲眼看到艺术界的美；第二天的晚上，她要在电影院里看一场戏，即使短暂，但是也在海伦的脑海中，留下深深的回忆！海伦是个热爱知识，喜欢学习的人，身残而志坚，想去感受艺术，感受历史。当我们享受安逸的生活，而无心读书的时候，我能否想想海伦，遇到这么多困难都去努力去奋斗，我们作为一个正常人，怎能不好好把握上天赐予我们的一切，海伦能写几万字的著作，我们能否用心的写一篇作文，能否安静的做一套试卷，能否认真的听一堂课。

第三天，也是重新获得光明的最后一天了，所以，海伦特别珍惜；海伦决定获得光明的最后一天要在生活中度过，因为三天光明的美好时光即将结束，她不想错过任何细节，她想了解，人们都是怎样工作和生活，想知道，拥有光明的人们，是否觉得有些枯燥……她也想告诉那些看得见的人们：“善用你的眼睛吧！珍惜你所拥有的吧！你将看到，一个美好的世界在你面前展开。”

向上吧，少年！在我们的学习之中，要有海伦那种强烈求知的欲望，要有海伦坚韧的品质与顽强的精神，就犹如身体内注入新鲜的血液，有着源源不断的动力在支持和鼓舞着我们，

使我们进步。失败了，也不用灰心，因为“失败乃成功之母！”再想想海伦，她遇到困难从不退缩，从不畏惧，迎难而上，因为她始终相信：她的明天会更好！我们要为了美好的未来而奋斗！

假如我只有一天光明演讲稿篇三

212胡晓彤

大家好，我是212班胡晓彤！当你遇到挫折时，你是怎么样的呢？当你遇到不顺心的事情时，你又是如何面对的呢？或是当个缩头乌龟，得过且过，眼不见为净；或是从此被打倒，抑郁的度过一生，直至死亡。只有少部分人想到要用自己的坚强和顽强的毅力去克服挫折。而海伦就那少部分人中的一个，她在遇到挫折时，总是乐观去面对，不屈服于挫折，用自己那顽强的毅力来克服种种常人无法想象的困难。今天，我要和大家分享的就是海伦的《假如给我三天光明》。

我还深深记得，那天晚上，夜已深了，而我还埋在作业堆中奋笔疾书，眼睛很累，有好几次差点就睡着了，随着困意越来越深，心情也越来越烦躁。整个人已经处于了崩溃的边缘，就差那压死骆驼的最后一根稻草。终于，我爆发了，把笔往书桌上一砸，想着不做就不做了，没什么大不了的。但当我冷静下来时，想到海伦时，想到她的那种坚强时，心理不断地告诉自己，连一个残疾人都有如此强大的勇气来面对困难，我为什么要退缩。想到这里，我又拿起自己的笔继续把作业写完。

作为新时代青年，我们要向海伦学习，用那永不言弃的精神来面对生活中的困难与挫折，在人生这条充满荆棘的路上勇往直前！我们要从现在开始，用行动证明自己，永不言弃！谢谢大家！

假如我只有一天光明演讲稿篇四

假如给我三天光明——杨爽

性，她接受了生命的挑战，以惊人的毅力面对困境，终于在黑暗中找到了光明，最后又把慈爱的双手伸向全世界。

有位哲人曾经说过：“勇敢寓于灵魂之中，而不是一副强壮的躯体。”这正是对海伦的真实写照。看过《假如给我三天光明》的人都应该知道她的不幸。在一般人眼里，如此不幸的人生，还会有什么收获呢？然而海伦却创造了一个又一个奇迹：不但考上了哈佛大学，而且一生中编写了14部著作。她还多方奔走，在全美建起了多家慈善机构，办成了一般健全人也不一定办得到的事情。珍惜现在，才能拥有未来。这就是“珍惜”所存在的价值，也是生活的辩证法。与海伦相比，我们许多人可能都会感到惭愧。因为我们虽然拥有比她健全的身体，却常常如她所说的那样，犯那种“有视觉却看得少”的错误。或为“已失去”的东西痛苦不堪，或为“得不到”的东西百般烦恼，却偏偏对实实在在“拥有”的东西不知珍惜，不懂得好好把握。

“要是人把活着的每一天都当成最后一天该有多好啊，那就更能显示出生命的价值，然而人利用时间和享受时间却是有限的”如果每个人都可以充分利用每一天的话，那将是多么令人高兴的一件事情啊！三天光明，对于常人来说只是人生中的短暂的一刻。对于双目失明的海伦来说，却是可想而不可及的。现实生活中总是有部分人哀叹命运对于自己的不公，责怨上天没有赋予他们聪颖的天资、超人的智慧，让他们能一举成名天下知。殊不知现实社会是靠知识才能生存的社会，没有知识的人是不可能在社会上拥有一席之地。

“苦难对于勇敢的人来说是一块垫脚石……”正是苦难铸就了海

伦·凯勒坚强的性格。她作为一个残疾人，却有着超过常人的健康心理。她用自己的所能感受到的，所能想象到的情景，表达自己对求知的渴望和对生活的热爱。她以亲身感受告诫他人，健康的心理是人类成功的基本条件，有健康身体而没有健康心理的人，是不可能成就一番事业的。具有健康心理的人，纵然是身体残疾也不会抱怨命运的安排，他们会凭着自我坚强的毅力到达理想的彼岸。

听了我的演讲，请大家再次思考我演讲前提出的问题，假如你生活在这样无声、无语的黑暗世界里，你是否会像海伦那样坚强勇敢的生活？假如你只有三天的光明，三天后，你再也不会看到太阳从你眼前冉冉升起，那你又将如何度过那宝贵的三天呢？请将你的答案记在心里，就在此刻，让我们自己的心灵点亮一盏灯。漫漫人生路，让我们珍惜现在，创造未来，让我们的人生从此充满希望！

假如我只有一天光明演讲稿篇五

光明只有三天，看上去实在是太短暂了，但对于海伦凯勒却不一样，从视力模糊到最终看不见她经历了太多的苦难，给了她三天光明简直就像重新给她一个生命，她会利用这三天时间好好的看看世界，做那些一直想做却做不了的事情，这三天将会比她之前几十年和以后所有的日子都美好，或许她甚至可以死而无憾了。脑中想到一句经常说的话，失去了才知道珍惜。

在家的几天中，我似乎找到了一部分答案，仅仅是一部分而不是全部，毕竟自己还没有足够的人生阅历，没有品尝过人生辉煌期带给我的酸甜苦辣。按现在看来，如果20xx是真的话，那给我三天时间，我也许会这样度过。