

小学生好习惯伴我成长演讲稿精彩(汇总12篇)

运动会是学校中一个重要的年度活动，是展示学生体育实力和团队合作精神的机会。运动会上的每一次突破和胜利都值得我们铭记，它们将成为我们永恒的回忆。

小学生好习惯伴我成长演讲稿精彩篇一

亲爱的老师、同学们：

习惯，常听妈妈说这个词。习惯到底是什么呢？是你用筷子吃饭，是你用右手写字。习惯重要，它可以有利于你一生，而你也有可能就因为它而苦恼不已。同学们，暑假来了，我们是不是应该养成一些有益于我们的习惯呢？俗话说得好：冰冻三尺，非一日之寒。

什么是“习惯”？字典上说，习惯就是长期重复地做，逐渐养成的不自觉的活动。那好习惯，当然是长期以来重复地做的好的活动，这好习惯是我们平时每天每时每刻播种“好行为”结出的“果实”。

回头看看我已种了十一年“习惯树”上都长出了那些好果实哪？我想最大的一颗果实应该“不挑食身体棒”，听妈妈说，我自小吃饭十分爽快，不用大人们前前后后的催食，所以你瞧，我有着一米五五的个头，结实着哪！第二颗果实应该是“爱运动不懒惰”，我还在幼儿园时爸爸就带我报名参加了游泳训练，我特喜欢在水里翻腾，就连现在一听到游泳我就会浑身来劲，去年暑假只有三年级的我已经达到了五年级游泳标准。我还特别喜欢打乒乓球，虽然只学了皮毛，训练时经常累得大汗淋漓，但在乒乓台前潇洒挥舞球拍的过瘾劲对我的吸引力还是难以抵挡的，今年暑假，我会争取在这一方面有所突破。

“习惯”树上最漂亮的一颗果实我想应该是“创新求知爱动脑”，学习上我总爱有自己的想法，虽然不一定正确，有时还显得特别幼稚，但我坚信，只要我努力打好基础，永葆创新思维的好习惯，总会让这颗漂亮的“习惯果”越长越成熟，越来越香甜的。

当然，我的“习惯树”上还有一些果实长得还不够健壮，比如还有“粗心大意”的斑点和“贪玩贪嘴”颜色。

妈妈常常告诫我：“注意你的思想，它们会变成你的言语；注意你的言语，它们会变成你的行动；注意你的行动，它们会变成你的习惯；注意你的性格，它会决定你的命运。”

虽然有好些句子的内涵我还不太明了，但我知道习惯对一个人的一生的成败一定是起决定作用的，作为青少年的我们，更应该有良好的习惯相伴成长，这样，我们的心灵才能更善良，我们的行为更优秀，我们的未来更美好。伙伴们，让我们从自己做起，从现在做起，从每件小事做起，从小埋下各种“好习惯”的种子，长大后让“好习惯”的果实为自己的明天带来芳香，带来甘甜！让“好习惯”伴我们快乐成长！

小学生好习惯伴我成长演讲稿精彩篇二

尊敬的老师，同学们：

大家好！

我是xxx□大家知道一个好的习惯对自己的影响是很大的，有时候还会被影响一生，今天我要进行的演讲题目就是《好习惯伴我成长》。

习惯分好习惯和坏习惯，今天我就来讲讲好习惯，它对我们的影响是往好的方向发展的。当自己培养了好的习惯，对自己的成长也是有利的。就拿刷牙来说，早晚都坚持刷牙，这

就是一个好习惯。它不仅能够保持口腔的清新，还能够保护你的牙齿，让它不受蛀虫的伤害，这样就能有一口健康的牙齿了。你要知道，牙齿不好，是很要命的，它不仅仅是不好看，而且还是对身体的一种伤害。牙齿疼痛会让自己睡不好觉，吃不好饭，心情也会不好，所以每天早晚刷牙不仅是对牙齿好，还是对身体有好处的，这就是好习惯的作用，是不是影响很大，还不是一方面的，是很多方面都会被影响到。

我们的好习惯还有勤洗手，尤其是在饭前必须洗手，吃饭前洗手，是为了不让细菌跟着一起吃到肚子里，然后让细菌危害健康。从这里看，饭前的洗手就是健康的前卫，帮助身体提前抵挡细菌进入体内，引起身体的不适。勤洗手是为了避免我们在生活中全身都在接触空气，以及手时不时的碰触外在的东西，要做的空气中和其他的地方都是有细菌存在的，虽然它们我们看不见，但是它们却是各处都有分布的，因此勤洗手是对自己的健康负责，不让身体受到侵害，保护好自己，就要从自己做起。

我们还有好习惯就是锻炼身体，不要总是坐着或者是躺着不动，这看似享受，其实对身体的伤害也是很大的，所以平时没事的时候就跑跑步、打打球等运动，这样不仅是娱乐了生活，而且还能锻炼个人的身体，可以使我们的体格强健，这是对自己来说是很有利的，这样的习惯必须要有，好处多多。当然这样的好习惯，不是一两天就养成的，必须要每天都去做，即使是下雨天，也要找个室内的运动做做，不能因为天气不好就放弃，要知道好习惯的维持就是不能断的，一断掉就很难去拿起来的。

这些习惯都是会伴我们成长的，因为好习惯一旦养成，也不是那么轻易的就会丢掉的，自然是会跟着我们成长的，重要的是它们都是有益于我们成长的。所以大家一定要养成好习惯。

谢谢大家！

小学生好习惯伴我成长演讲稿精彩篇三

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！

我是来自____班的一名普通学生，我叫____，今天能站到大家的面前为大家进行演讲实在是我的荣幸啊，毕竟演讲的机会可是有限的，所以我可不能辜负了自己班同学对我的期望，但是我现在的的确是挺紧张的，所以要是我接下来出现什么问题的话，大家可别笑话我了哈！

好了，我也不扯太多了，我这一次演讲的主题就是“好习惯伴我成长”，大家也都清楚，在生活中，我们会养成各种各样的习惯，有些习惯是比较好的，有些习惯是不太好的，就拿我们经常见到的几个习惯来说吧，我们在学习的时候，有些人喜欢在上课的时候做笔记，并进行详细的注解，这就是一种十分好的学习习惯，但是有一些习惯就是大部分人不认同的了，例如随手丢垃圾或者只顾着自己的想法而不去考虑别人的感受，这都是不好的习惯。习惯这东西，是我们经常会去做的事情，所以久而久之就养成了一种固定的思维和行事方法，从我们的生活来看，养成好习惯的难度是远远大于坏习惯的，毕竟好习惯会给我们的生活带来积极地作用，坏习惯往往会造成不太好的影响。

我们为什么要让好习惯伴随着我们的成长呢？这是因为社会的要求，如今我们的生活条件是越来越好了，但是我们的精神层面还是处于一个比较贫瘠的状态，而且大家也很清楚，我们的的确确实少了一种艰苦奋斗的精神，所以这也导致我们养成了不少坏习惯，这些坏习惯从现在看起来好像没有很大的影响，但是随着时间的流逝，你的坏习惯会越来越严重，甚至会影响到你身边的人，所以我们应从自己做起，杜绝坏习惯的养成。同样的，好习惯也能影响到自己的一生和身边的人，如果你能把一些好习惯坚持下去的话，那么你必然是

会有所收获的，尽管这种收获的出现可能会比较晚，但是该来的一定是会来的，而且好习惯不仅会改变自己的人生，也会影响自己的思维想法，它会推使着你向更好、更高的方向走去，所以为了自己，也为了身边的人，我们需要把一些好习惯时刻带在自己的身边。

当然了，好习惯的养成也不是一两天就能做到的，这个过程注定是一场“持久战”，但是只要我们相信自己能做好并一直坚持下去，那么我们必然会等到开花结果的那一天！

谢谢大家！

小学生好习惯伴我成长演讲稿精彩篇四

尊敬的各位老师、亲爱的同学们，大家好！

我是三年级一班的xx，今天我给大家介绍的是我们学校的“好习惯伴我成长”文化墙之“尊重他人”。

“尊重他人、尊敬师长、听从父母、老师的教诲，说话做事要考虑他人的感受；不打扰他人，不妨碍、影响他人。”这就是我们文化墙上的内容。尊重是一朵花，一朵开在心间的花；尊重是一条路，一条通往美好的路；尊重是一团火，一团温暖你我的火。

当你跋涉在崎岖的山路，朋友鼓励的目光推动着你，那就是尊重；当你遭遇到人生的挫折，老师温暖的双手紧握着你的手，那就是尊重；当你拾起马路上的垃圾，路人赞许的微笑感染着你，那就是尊重；当你懊悔曾经的过失，父母的宽容与理解包容着你，那就是尊重！

尊重他人是一种美德，是一种高尚的情操。只有尊重他人，才能获得他人对你的尊重。所以，尊重他人也就是尊重你自己。

小学生好习惯伴我成长演讲稿精彩篇五

尊敬的各位领导、老师，亲爱的同学们：

大家好！我是六年级二班的云楠，今天我发言的题目是——《好习惯伴我成长》。

梁启超曾说过，少年智则国智，少年强则国强。我们是祖国的花朵，我们是祖国的未来，但是现在我们周围还有好多学生不文明不讲礼仪。

在我们的校园内、楼梯上总能见到与我们美丽的校园极不和谐的纸屑，甚至有的同学认为：反正有值日的同学，扔了又何妨；再例如有的同学在教学楼走廊上追逐打闹，走路推推搡搡习以为常；甚至还有个别同学故意损坏学校的公共财物。我们很多同学把文化知识的学习放在首位，而常常忽略了社会公德的培养，文明习惯的养成，而这并不应该是我们21世纪中学生的作为。事实上，良好的行为习惯，是我们顺利学习的前提，也是树立健康人格的基础。在学校没有良好的行为习惯的同学就可能目无纪律，不讲卫生，扰乱班级的学习环境。相反，如果我们养成了文明的行为习惯，学习环境就一定是良好的、有序的。我们知道：一个学生具有良好的文明行为习惯，才能构建出优良的学习环境，创设出优良的学习气氛。

同学们，如果我们不在此时抓好自身道德素质的培养，那我们即使拥有了丰富的科学文化知识，于人于己于社会又有何用呢？所以，在这里，我倡议大家首先应该做一个堂堂正正的人，一个懂文明、有礼貌的好学生。记得一位名人曾说：德行的实现是由行为构成的，而不是由文字。无数事例表明，走向事业辉煌、开创成功人生的关键是高尚的情操。代表民族未来的我们，需要学习和继承的东西有很多很多，然而最基本的问题是：我们究竟要以什么样的精神风貌，什么样的思想品质和什么样的道德水准去接过人类文明的接力棒。

南开大学校长在镜子上写了一句箴言：“面必争，发必理，衣必整，钮必结，头容正，肩容平，胸容宽，背容直。”作为一个学生，我们必须明白自己的仪表起码必须符合学校的气氛和学生的身份，保持大方、得体的仪表，这才是我们最亮的一面！

美国著名教育家曼恩说：“习惯像一根缆绳，我们每天给它缠上一股新索，要不了多久，它就会变得牢不可破。”同学们，就让我们去为好习惯的缆绳缠上恒心的索链吧。当他牢不可破之时，让我们拉杆起航，成就生命的精彩！

小学生好习惯伴我成长演讲稿精彩篇六

尊敬的各位老师，同学们：

大家好！

不可推卸的责任和义务！

今天，我演讲的题目是：靓化古城，从我做起！

曾经发生过这样的一件事情，铭刻在我的记忆中，时刻在鞭策着我的言行，那是去年夏天的一个傍晚，天气闷热，在广场乘凉，路过垃圾箱的时候，随手把手里的空饮料瓶一扔，没想到扔到了垃圾箱外边，我当时没在意，继续往前走，“妈妈。这个姐姐乱扔垃圾，不爱护环境卫生”。稚嫩的声音如同六月的惊雷划破了长空，在我耳旁惊响，尴尬的转过身，看到的是一双天真无邪的眼睛，那充满童真的目光里写满了不解和疑惑，如同麦芒一样扎在我的脸上，当看到孩子的小手正拿着我扔出的瓶子扔进垃圾箱的时候，当孩子的母亲一边露出对孩子赞赏的目光一边向我透出歉意微笑的时候，我的脸红了，我被孩子的行为深深的打动了，也为自己的行为感到深深的自责！孩子的行为向我们诠释了一个讲了不知多少遍，却都从来没有认真去实践的言论，那就是爱

护环境卫生，从我做起！只有从自己身边的小事一点一滴做起，从我做起，投身创卫。才能美化我们的家园。

我爱生我养我的这片黄土，我爱我美丽的家园，让我们积极行动起来，从我做起，那时我们的家园会变得更美丽！我们的明天会更辉煌！

小学生好习惯伴我成长演讲稿精彩篇七

亲爱的老师、同学们：

书，在我眼里，不单单是一张张写满字的纸，它是一个宝库，里面有无穷无尽的“财富”；它是一个心灵的港湾，给人以安慰；它是一个调节器，能在你不开心时，驱散你心中的阴霾。

那时我还小，才上三年级，整天都在疯玩中度过。一天，妈妈从身后“变出”两本书说：“女儿，你如果把这两本书看完，妈妈就给你买玩具！”我欣喜若狂，“铁公鸡”妈妈居然……我连忙拿起一本《我要做好孩子》读了起来。刚开始读，我并没有多大兴趣，觉得一点都不好玩，但为了玩具，拼了！可就在不知不觉中，我忘记了时间，沉浸到书中。后来，我发现我已经被书牵着鼻子走了，只要不是上课时间，我总忍不住把书掏出来看上两眼。

喜欢上读书以后，我的收获也不小呢！记得一次考试，一看到作文题，我就很自然地联想到曾经在书中读过的事例，用到这篇作文里应该再恰当不过了。于是，我如鱼得水，平时写作文像“挤牙膏”的我居然以“光速”完成了，并且那篇作文我只被扣了1分！这让我信心大增。从那以后，我读书更有动力了，总是“书不离手”，连上厕所都要带上一本书，从“淘气包”成功转型为一个“小书虫”。妈妈则因为计谋得逞而偷着乐呢！

刘向说过：“善读书可以医愚！”我相信这个读书的习惯一定可以让我受益终生。

小学生好习惯伴我成长演讲稿精彩篇八

尊敬的各位老师，亲爱的同学们，大家好！

我是四年级一班的xx□今天我给大家介绍的是我们学校的“好习惯伴我成长”文化墙之“提前预习”。

文化墙上关于提前预习的内容是“预习时应对要学的内容认真研读，理解并应用预习提示，查阅工具书或有关资料进行学习，把不懂得内容做好标记，在课堂上有重点地学习。”

提前预习是学生高效率上好一堂课的前提条件，好的预习习惯能够让我们受益终生。古人云：凡事预则立，不预则废。做好计划，提高打算，做事成功的几率就大。学习更是如此，每个科目的学习如果能够自己先做好预习，那么你就掌握了学习的主动权。下面我就详细说一下预习的好处。

好处一：能发现自己知识上的薄弱环节，在上课前补上这部分的知识，不让它成为听课时的“绊脚石”。这样，就会顺利理解新知识。

好处二：有利于听课时跟着老师讲课的思路走，对听课内容选择性强。明确哪些知识应该放上主要精力，加强理解和消化；哪些应该重点记笔记，做到心中有数。

好处三：预习有利于弄清楚重点、难点所在，便于带着问题听课。注意力集中到难点上，这样，疑惑易解，听起来轻松、有味，思起来顺利、主动，学习效果高。

好处四：预习可以提高记笔记的水平。由于课前预习过，讲的内容和板书，心中非常清楚。上课时可以不记或少记书上

有的，着重记书上没有的或者自己不清楚的部分，以及老师反复提醒的关键问题。从而可以把更多的时间用在思考理解问题上。

“好习惯成就好人生”，让我们一起来养成预习的好习惯吧！

小学生好习惯伴我成长演讲稿精彩篇九

亲爱的老师、同学们：

学校已经多次开展“养成好习惯，争做小绅士”的活动。其中，有一个好习惯，经过我坚持不懈的努力，终于养成了。这就叫做“功夫不负有心人”。

我养成的好习惯是：“上下楼梯靠右行。”虽然看起来简单，可要是真的把它给坚持下去，还真不是一件容易的事儿！

刚开始的时候，我全靠每天都辛辛苦苦地站在楼梯口督促我们大家上下楼梯靠右行的值勤生们。如果我不靠右行，就会给班级扣分。所以，在值勤生在的情况下，我一直都靠右行，可一但值勤生不在，我就该我行我素了。

可就在20xx年年底，长沙一所中学发生的踩踏事故引起了我的注意。他们有8人不幸死亡，这就是因为他们没有秩序，在那儿乱拥乱挤。如果大家都排着队不乱跑，不乱挤，我相信这种悲剧是不可能发生的。

我也正是受到了这件事儿的启示，懂得了“上下楼梯靠右行”的重要性。如果人人都这样做，利人也利己，何乐而不为呢？此事一直牢牢地刻在我心中，我也一直铭记“上下楼梯靠右行”。

有一句话说得好啊：“所有的魅力在‘习惯’面前都将无色。”可想而知，养成一个好的习惯是多么的重要。然而，一直

坚持下去，也不是一件容易的事。但只要坚持不懈，好习惯就一定会养成的！

小学生好习惯伴我成长演讲稿精彩篇十

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家好！这天，我要演讲的题目是：好习惯伴我成长。

今年9月份，我们从幼儿园升入小学，成了一名小学生了。虽然开学才三个月，但是我们一年级的同学个个都有很大的变化。在这三个月里，好习惯一向伴随着我们成长。

由于我们刚刚入学，年龄小，学校离家远的原因，我们严格按照学校要求做到“四个不”——不当害群之马、不当黑老大、不当奸油皮、不当小耗子。乔老师将我这个捣蛋鬼选为村北的路长之后，我在想：作为领头羊，我务必要以身作则。每次放学路上我发奋改正自己的缺点：不再和同学们打闹了，不再我行我素了。我的朋友也越来越多了。同时我们班的纪律也有了很大改观，放学路上的我们不再像一群羊。整齐的队伍换来了家长们的一声声夸赞；我们按时回家，爸爸妈妈脸上露出了欣慰的笑容，夸我们是个懂事的孩子。同学们，是什么改变了我，是好习惯！我做到了，坚信大家都能！

同学们，你们听“谢谢老师！”这是陈凯丽抄写认真，得到老师的小奖贴后说的。“乔老师，再见！”这是我们每次放学大家一齐说的一句话。“老师，辛苦了！”这是从隔壁的三年级教室里传出来的。“对不起啊，我错了”这是同学间常听到的。。。。。。这是我们平泉小学的优良作风。这是我们平泉小学生的好习惯！这朵礼貌礼仪之花将会开遍校园的每个角落。

感恩父母，感恩师长是我们中华民族的传统美德。虽然我们还小，但是我们也能够用自己的小小手来报答父母的养育之

恩。我们班将双休日定为感恩实践日，每个星期一老师都能收到许多爸爸、妈妈写来的感恩小纸条。读着一张张小纸条我们最想说“爸爸妈妈，我爱你！”。教师节前夕，同学们动手绘画敬爱的老师，并用稚嫩的语言表达着自己对老师的爱；陈凯丽将自己家院子里最美的花摘下来带到学校悄悄放在老师讲桌上，老师开心地笑了，大家都笑了。此时我们最想说：“老师，我爱你！”

播种一个好习惯，收获一份好人生，让我们从自己做起，从每一个好习惯做起吧！让好习惯伴我们一齐成长！

我的演讲完毕，谢谢大家！

小学生好习惯伴我成长演讲稿精彩篇十一

同学们：

大家好！

我是xxx□大家知道一个好的习惯对自己的影响是很大的，有时候还会被影响一生，今天我要进行的演讲题目就是《好习惯伴我成长》。

习惯分好习惯和坏习惯，今天我就来讲讲好习惯，它对我们的影响是往好的方向发展的。当自己培养了好的习惯，对自己的成长也是有利的。就拿刷牙来说，早晚都坚持刷牙，这就是一个好习惯。它不仅能够保持口腔的清新，还能够保护你的牙齿，让它不受蛀虫的伤害，这样就能有一口健康的牙齿了。你要知道，牙齿不好，是很要命的，它不仅仅是不美观，而且还是对身体的一种伤害。牙齿疼痛会让自己睡不好觉，吃不好饭，心情也会不好，所以每天早晚刷牙不仅是对牙齿好，还是对身体有好处的，这就是好习惯的作用，是不是影响很大，还不是一方面的，是很多方面都会被影响到。

我们的好习惯还有勤洗手，尤其是在饭前必须洗手，吃饭前洗手，是为了不让细菌跟着一起吃到肚子里，然后让细菌危害健康。从这里看，饭前的洗手就是健康的前卫，帮助身体提前抵挡细菌进入体内，引起身体的不适。勤洗手是为了避免我们在生活中全身都在接触空气，以及手时不时的碰触外在的东西，要做的空气中和其他的地方都是有细菌存在的，虽然它们我们看不见，但是它们却是各处都有分布的，因此勤洗手是对自己的健康负责，不让身体受到侵害，保护好自己，就要从自己做起。

我们还有好习惯就是锻炼身体，不要总是坐着或者是躺着不动，这看似享受，其实对身体的伤害也是很大的，所以平时没事的时候就跑跑步、打打球等运动，这样不仅是娱乐了生活，而且还能锻炼个人的身体，可以使我们的体格强健，这是对自己来说是很有利的，这样的习惯必须要有，好处多多。当然这样的好习惯，不是一两天就养成的，必须要每天都去做，即使是下雨天，也要找个室内的运动做做，不能因为天气不好就放弃，要知道好习惯的维持就是不能断的，一断掉就很难去拿起来的。

这些习惯都是会伴我们成长的，因为好习惯一旦养成，也不是那么轻易的就会丢掉的，自然是会跟着我们成长的，重要的是它们都是有益于我们成长的。所以大家一定要养成好习惯。

谢谢大家！

小学生好习惯伴我成长演讲稿精彩篇十二

大家好！

我是四年级一班的xx□今天我给大家介绍的是我们学校的“好习惯伴我成长”文化墙之“提前预习”。

文化墙上关于提前预习的内容是“预习时应对要学的内容认真研读，理解并应用预习提示，查阅工具书或有关资料进行学习，把不懂得内容做好标记，在课堂上有重点地学习。”

提前预习是学生高效率上好一堂课的'前提条件，好的预习习惯能够让我们受益终生。古人云：凡事预则立，不预则废。做好计划，提高打算，做事成功的几率就大。学习更是如此，每个科目的学习如果能够自己先做好预习，那么你就掌握了学习的主动权。下面我就详细说一下预习的好处。

好处一：能发现自己知识上的薄弱环节，在上课前补上这部分的知识，不让它成为听课时的“绊脚石”。这样，就会顺利理解新知识。

好处二：有利于听课时跟着老师讲课的思路走，对听课内容选择性强。明确哪些知识应该放上主要精力，加强理解和消化；哪些应该重点记笔记，做到心中有数。

好处三：预习有利于弄清楚重点、难点所在，便于带着问题听课。注意力集中到难点上，这样，疑惑易解，听起来轻松、有味，思起来顺利、主动，学习效果高。

好处四：预习可以提高记笔记的水平。由于课前预习过，讲的内容和板书，心中非常清楚。上课时可以不记或少记书上有的，着重记书上没有的或者自己不清楚的部分，以及老师反复提醒的关键问题。从而可以把更多的时间用在思考理解问题上。

“好习惯成就好人生”，让我们一起来养成预习的好习惯吧！