# 2024年10分钟的演讲稿(八篇)

来源：网络 作者：独酌月影 更新时间：2024-06-18

*演讲稿具有宣传，鼓动，教育和欣赏等作用，它可以把演讲者的观点，主张与思想感情传达给听众以及读者，使他们信服并在思想感情上产生共鸣。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。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...*

演讲稿具有宣传，鼓动，教育和欣赏等作用，它可以把演讲者的观点，主张与思想感情传达给听众以及读者，使他们信服并在思想感情上产生共鸣。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。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。

**10分钟的演讲稿篇一**

大家好!

人生好似一台大戏，曲折离奇，跌宕起伏。人生好似一场比赛，激情涌动，朝气蓬勃;人生好似一条无尽头的路，征途漫漫，凶险无比。

蓝色的天空，任你翱翔

人生才刚刚开始，我迈着蹒跚的步伐行走在野花遍地开的田地边，对世界万物充满着新奇。蓦然回首，我刚会走路时就一刻也不停的满大街乱跑，似乎在向别人炫耀：看，我跑得多快!冷不丁地摔一跤也全然不放在心上，拍拍身上的尘土，继续自己的快乐旅程。

五彩缤纷的知识海洋，任你畅游

人生进入了另一个阶段，我哼唱着：“小二郎，上学堂”的歌谣，骄傲的迈进了教室的门槛。老师的谆谆教诲，父母的望女成凤，激励着我一次又一次的饱尝胜利的硕果。

红色的青春，任你驰骋

人生跨入了极其重要的阶段，青春年华。此时的我高傲不羁，仿佛任何事都唯我独尊。“一切皆有可能”成了我的座右铭，我盛气凌人，霸气四射。遇到困难和挫折总能轻而易举的战胜。

黄色的情境，让我心灰意冷

天空乌云密布，闷雷轰轰隆隆的响着，我似乎感觉到有什么是事发生，便加快了脚步，走到离家不远的地方，我便听到了哭泣声，走到家里一看，顿时，热泪夺眶而出，原来就在半个小时前，二大伯没有战胜病魔，闭上了那双炯炯有神的大眼，从此离开了我们。我的心被什么东西绞着，好痛好痛。

上述都是我从小到大的体验于经历，但其中蕴涵的情，我这笨笔却写不出一千分之一二。

人生之路很漫长，路上也有太多的困难与挫折，正确面对困难与挫折的精神支柱便是脆弱心灵的守护者——坚强。请相信，你能克服这么多困难，无形中都有坚强帮你。

人最需要的是坚强!

**10分钟的演讲稿篇二**

爱是那么伟大;爱是那么严厉;爱是那么温柔。爱让我坚强。

我是做每一件是都马马虎虎的一名小学生。

记得有一次，就是由于我的马马虎虎，而写错了一个字。扣了“0、5”分，就是这个0、5分。如果不扣就可以达到90分了，就是一个字错了，让我就要伤心。所以外公就想了个办法让我考到90分。方法一：你上课要认真。方法二：让我每天按照老师的要求认真完成，这样还不够。还要会默。听了外公的话，我想：我要认真学习要得坚强。

外公将这个方法教会了我，让我明白了考高分是多么的容易啊!我以后要用这种方法来学习。

我记得还有一次，我作业没有写完，老师信息发过来说：“您

孩子作业没有写完。”外公告诉我说：“如果你不做完，到了明天还是不行的还要加作业，你不是自讨苦吃吗?”所以，我有明白了写作业就是没天做的事情。”

我每一次错了，外公都会来教育我。

爱，让我坚强。

**10分钟的演讲稿篇三**

亲爱的老师，同学们：

大家好!

童年就像一艘小船，随着人生的流水向东漂，一去不复返。船上，有幸福，有欢乐，有糖果，也有懊悔。但从懊悔中，我懂得了坚强。

学前班的那个即将升到一年级的暑假，是我的“黑色暑假”。

一天，我去同学家做客，同学妈妈用美味的“饥子石榴”热情招待了我。之后，我们便在二楼房间看电影。突然，我内急，问同学家的卫生间在哪，同学指了位置给我看，原来在一楼院子的另一端，我便飞奔而去。回来路过院子的时候，我发现了一棵“饥子石榴”树。想起刚才吃石榴时的爽快，贪吃的欲望在心中燃烧，火化为动力，我不知不觉地爬上了树。上树之后我发现了一颗又大又香又黄的“完美石榴”。

可惜它在一根细叉上，不好摘。可贪吃的我竟爬了过去。只听“啪”的一声，我从两层楼高的树上摔了下来……醒来之后我发现自己还在院子里，感觉头上冰凉冰凉的，用手一摸，血染红了我的手，正一滴一滴的往下滴。求生的欲望使我爬进了一个房间，同学的爷爷正望着我发呆，我又失去了知觉……

第二次醒来时我发现躺在医院里，手术早已做完，留在嘴里的早已不是石榴的香味，而是满嘴的懊悔……

有一段时间我天天哭泣，但看了《钢铁是怎样炼成的》后，保尔精神感动了我，我懂得了一个道理：大海如果失去巨浪的翻滚，也失去了它的雄伟;沙漠如果失去了狂沙的飞舞，也失去了它的壮观;人生失去了痛苦的考验，也失去了它成功的喜悦。翅膀上挂着沉甸甸的懊悔是飞不起来的!我们应该学会坚强，坚强地在风雨中飞行，彩虹在风雨过后才会美丽地出现!

我的演讲完毕。

谢谢大家!

**10分钟的演讲稿篇四**

朋友们大家好!

青春是傲雪凌霜的冬梅，用它那吐蕾的芳枝孕育明天的希望;青春是姹紫嫣红的桃李，用它那妩媚的容颜构造着希望的蓝图;青春是勃勃生机的小草，用它那茵茵绿色镶嵌着梦想的蓝图金边。

青春无疑是令人艳羡的资本，拥有了它，你就可以在神州大地上拼血拼泪拼出属于自己的天空;拥有了它,，你就敢在日月星辰间尽情哭尽情笑，尽情享受生活的味道;拥有了他你就大胆去爱去恨去打造，此生无悔。

青春是瑰丽的，因为我们拥有梦想，青春令体魄强健，青春令人精力充沛，群山有崩塌的时候，江河有干涸的时候，山石有腐烂的时候，生灵有灭绝的时候，唯有青春之水源远流长，唯有梦想之河永驻心间。

因为我们有梦想，所以青春的笑脸是甜美的，洋溢着热情奔放的神韵，辐射着憧憬未来的喜悦;

因为我们有梦想，所以青春的眸子是纯真的，那里盛装着沸腾的生活，那里装载着五彩缤纷的世界;

因为我们有梦想，所以青春的胸膛是激荡的，我们从祖国各地奔赴牛城，这里既有气吞万里‘牛’的澎湃激情，又有超越激情‘郭守敬式’的理性思索，

这里既有乘风破浪的壮志豪情，又有脚踏实地的龙马精神;因为我们有梦想，所以青春的手臂是有力的，要使沧海变成桑田，

要让绿洲代替沙漠，就要拉紧时代的绳索，要擎起时代的重托;因为我们有梦想，所以青春的脚步是矫健的，能走出困惑的低谷，能走出颓唐的旋涡，能走出茫然的沼泽，能立足现在，面向未来，努力跋涉，奋力开拓。

年轻的朋友们，青春与梦想同步，让我们张开双臂，让青春与梦想展翅翱翔!

谢谢!

**10分钟的演讲稿篇五**

诗人问：“是生存，还是死亡”;

哲人说：“艰难和困惑是生命的本身”;

我即思而言：是安全!是安全捍卫着我们的生命，是安全在维护我们生存的权利，是安全在为我们注入无限的力量。

是啊!有什么能比安全和生命更为重要，对于刚刚过去的一年，对所有的中国人、对我们在座的每一位，绝不是值得举杯相庆的日子，在20xx年的11个月里，我国死于各类工业安全事故的人数竟高达12万人!这个天文数字难道不让我们觉醒，不让我们震惊吗!

是啊!有什么能比安全和生命更为重要，看一看，没有了安全，仅在去年的年底，重庆特大井喷事故，剧毒气体弥漫四周，吞没234条生命，近千人住进医院，近万人吸染毒气，六万人变成灾民，大量牲畜中毒而亡;辽宁铁岭发生的烟花爆炸，死38人,伤50余人。如果说，作为天灾的伊朗大地震瞬间吞没了一座古城和近三万条生命再次显现了人类在难以预测的自然灾难面前的脆弱;那么，重庆井喷、氯气泄漏、飞机失事和其它那些满是血和泪的事故，则是纯粹的人祸!!!

看着电视画面中一幕幕的惨祸惨景，我神伤了;看着那事故中的弱小孩童，我哽咽了;看着那事故现场伸出的粘满灰尘需要援助的手，我流泪了!是的，是那些无视安全的无良之人，是那些可悲可叹的安全事故，强取豪夺，取人性命，平时高唱的“以人为本”到哪里去了?是的，正是这些惨痛的事故，让千万个家庭失去了欢笑的权利，让无数个母亲、和妻儿在哭泣号啕，这些惨痛的事故，无一不突现出无良肇事者对生命的蔑视、无一不暴露出无知违章人对制度的淡漠。黑暗给了我们黑色的眼睛，我们要用她来寻找光明，从事故中知道安全可贵，从事故中总结安全教训，是事故留给我们的唯一利益。

母亲给予我们以生命，所以母爱的伟大由古至今众君皆吟，而安全，捍卫着母亲赐予我们的生命，就像一把巨大的保护伞，无声无息地为我们遮挡着狂风暴雨。的确，安全与生命息息相关，连在一起，不可分离。作为一名化工生产行业的职工，我深深地知道：安全，是我们永恒的主题。“高高兴兴上班、平平安安回家”是每位职工共同的希冀，安全与个人、与家庭、与企业更有着千丝万缕的联系。

洗化公司始终以安全工作为中心，是每周例会上各级领导必提的话题。每一个车间、生产岗位的安全，都是上至经理，下至车间主任、生产班组长最为关心的问题。安全真的是咱们公司的传家宝、护身符。听，办公室里安全员正为新上岗的员工讲解 “运行必须安全”;看，生产岗位上师傅们正仔细检查设备存在的隐患;瞧，原料库的保管正以满腔的工作热情，严格的按照安全操作规程进行着工作。“起始于辛劳，归结于平淡”是对我们这些保证安全生产的员工最好的写照。

“智者是用经验防止事故，愚者是用事故总结经验”，这是我们耳熟能详的安全格言。因为事后补救不如事前防范，为此我们定期召开安全会议，学习文件，交流经验，谈安全问题，做安全汇报，从他人的教训中吸取经验，用于我们日常的工作中。有了警惕，不幸的事故就会躲开，有了防范，不幸的事故才会远离。因此在日常工作中，我公司有严密的安全检查制度，做到领导时时检查、教育，员工时时学习，刻刻注意。

“爱企业、爱工作、爱生活”这是我们每一个职工的心声!企业的兴旺发达，离不开每位职工的谨小慎微。“保证安全生产，防患于未然”是为了我们的明天更美好!让我们为了这共同的目标，都行动起来，安全工作时时抓、事事抓、长期抓，永不放松!

**10分钟的演讲稿篇六**

尊敬的领导，老师：

大家好!

世上有很多东西，给予他人时，往往是越分越少，而有一样东西却是越分越多。您也许会惊奇地问：“那是什么呢?”我将毫不迟疑的回答您：“那就是爱!”爱，不是索取，不是等价交换，而是付出，是给予，是自我牺牲。

“爱”源于高尚的师德，“爱”意味着无私的奉献。我的身边有那么多鲜活的榜样让我学习并感动着。高主任，同学们上课时你谆谆教导;同学们休息时你细致的查寝;同学们放假了，你还在工作着。阮主任，上次周六小阮全身都被雨淋湿没有衣服换，你只好把小阮脱光用小毯子裹住继续处理学生问题。当小阮说： “爸爸，我的脚好冷”时，我忍住了泪水;邓和平老师，你慈父般的关爱让曽霖从调皮蛋蜕变成全县优秀学生;陈红银老师，寒冬里你为困难的李云陈送去了自家的棉被;熊京秀老师，周末你为病重的田丹送去了亲自熬的小米粥。邓金山老师，你不顾医嘱忍着腿痛一个星期上30多节课。老师们，你们为学生送去的哪里是一床棉被与一碗粥?你们送去的是爱，是温暖人心的爱呀!老师对学生的爱，不是出自个人的喜好，而是出自社会的需要、教育的需要。这种爱是稳固的、深厚的，是温暖人心的。

走出了校园，我又走进了校园。当我第一次站在学生面前的时候，看着这一张张年轻又桀骜不驯的脸庞、我真的紧张。因为谈起我们班的学生，老师们都面有难色。可校领导对我们说没有教不好的学生，我也相信即使你是带刺的刺猬，可你的心还是柔软的。于是我试着以平等的尊重和真诚的爱心去打开每个学生的心门。渐渐地，我发现卢明艳从捣乱分子变成了班里的cad尖子生、朱立能够按时交作业了、曾攀改掉了边画图边讲话的坏毛病、黄鑫也收起了骄傲的态度认真听讲虚心请教了、还有 、还有……我成功了。爱心让我发现，每一扇门的后面，都是一个不可估量的宇宙;每一扇门的开启，都是一个无法预测的未来。讲台下，我所面对的不止是几十双求知的眼睛，而是一个需要用爱来倾注的浩瀚的海洋。

教育学生的同时，我也收获了自己。作为一名新教师，我深刻体会到，“谁爱学生，学生就爱他，只有爱学生，才能教育学生”。当然，老师对学生的爱，不是无原则的，而是始终与对学生的严格要求相结合的。要爱中有严，严中有爱，严慈相济，平等对待每一个学生，尊重学生的人格。

时间飞逝，我在教师岗位上已经工作了一年，因为爱一个人我来到了长阳，可是经过了这300多个日日夜夜，我爱上了长阳，爱上了这里无数可爱的老师与同学。有爱就有温暖，有温暖就有信心，有信心就会成功。我相信，只要我们心中充满爱，我们一定会让职业教育的明天更辉煌。

我的演讲完毕，谢谢大家!

**10分钟的演讲稿篇七**

各位朋友：

大家好!

青春是人生一道洒满阳光的风景，是一首用热情和智慧唱响的赞歌。

人世间有许多东西失去了还可以得到，惟有青春，对任何人来说都属于一次性消费，而且是易耗性消费，所谓人生易老，所谓如白驹之过隙，所谓高堂明镜悲白发，朝如青丝暮成雪，说的就是它。青春，既是一个极具诱惑力的话题，又是一种感觉。

这种感觉，有时是无限美好的生活的滋味，平平淡淡中的一种温馨的享受，有时又是一份静静的逍遥，有时是一份思念的遐想，有时是一个甜甜的无边无际的憧憬。于是，诗情画意的梦，天真纯洁的幻想、无忧无虑的日子，就这样自自然然地汇集成一个灿烂的青春季节。

也许平淡无奇的世界使你感到孤寂和落寞，周而复始的生活节拍让你备尝烦躁和无聊。但蓦然之间，你发现在天蓝风轻的春光中，一切都像是透明的，而感到一种超然的力量在心底滋生;也许你为时光的悄然流逝而感到无助与无奈，可当你沉浸于茫茫书海，真实地度过青春的每一分钟，你就会觉青春的生命在静静延伸。

生命易老，时光飞逝，无论失败或是成功，它总是青春的痕迹。我们拥有青春，就如朝阳永远向上;我们拥有青春，就如山溪不羁奔流;我们拥有青春，就如幼蚕破茧而出……

拥有青春，就应该拥有春的幢憬、夏的蓬勃、秋的浪漫、冬的深刻。年青的朋友，让我们高举爱国的旗帜，继承前人开创的事业，在改革开放的强国富民之路上高歌猛进;让我们的青春之火，在21世纪的挑战中闪光;让我们的拳拳爱国之心，在共创祖国辉煌的征程中闪耀夺目的光彩!

**10分钟的演讲稿篇八**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好!

初中毕业后，她背着行囊去追寻自己的梦想。一个人，踏着沉重的步伐，背负着沉甸甸的希望，头顶着炙热的太阳。她明白了孟子曰：天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身的含义。这是一个神圣的使命。

当她承载着父母的希望，去闯，才发现自己需要坚强!

当她在通往神圣天堂的征途上，才知道这个梦想很奢望，甚至会让父母为之遍体鳞伤!

以前的她喜欢着黛玉葬花的柔情、娇滴，现在的她像着花木兰替父从军的自强。每天在校都重复着单调、枯燥的生活节奏：吃饭、读书、睡觉，在其中她生了一身寂寥，她的心容不下流失的过客，因为只有信念!有时的她会因为营养不足出现身体虚脱的状况，可她为了替父母减轻经济负担，为了省下每一分钱，用好每一分钱，力行着节俭。生活的压力与无奈，使她明白了“适者生存，不适者淘汰”的道理。于是，她懂得了用知识武装自己。

为了改变命运，为了父母，为了一个执著，为了一次美丽的蜕变，她一个劲的努力。在解答不了题时，她一个劲地哭了，同桌诧异地看着她，安慰着她，可孰知这是她的寂寞?她抱怨着自己的笨，捶打着自己，她想起了辛勤劳作的父母，泪如雨下。想着妈妈因劳累过度，脚痛得呻吟的场景;想着爸爸娇小的身影，为了她，爸爸带病挣钱，那瘦削的背影，日益佝偻。一幕幕的情景，都残酷的鞭挞在她的心里!爸爸，您给的坚强，我都牢牢记在心里。

妈妈，我要轻轻地告诉您：您的女儿很坚强!当您听到书殿的钟声敲响，那就是我到达了最圣洁的天堂。

我要担负着我的行囊，去追逐我未完成的梦想!

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找