

# 最新培养良好习惯演讲稿模板

作者：小六 来源：网友投稿

本文原地址：<https://xiaorob.com/zhuanti/fanwen/227283.html>

## ECMS帝国之家，为帝国cms加油！

演讲稿首先必须开头要开门见山，既要一下子抓住听众又要提出你的观点，中间要用各种方法和所准备的材料说明、支持你的论点，感染听众，然后在结尾加强说明论点或得出结论，结束演讲。那么演讲稿怎么写才恰当呢？以下是我帮大家整理的演讲稿模板范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

### 培养良好习惯演讲稿篇一

金色十月，天朗气清，秋风飒爽，再次唱起雄壮的国歌，看着五星红旗徐徐升起，我们的心头不油升起一种期待，那就是在这绚丽的季节里，用我们的汗水和智慧再书写一段激情燃烧的岁月。今天我跟少年朋友们交流的话题就是《培养良好习惯，奠基美好人生》。

爱因斯坦有句名言：“一个人取得的成绩往往取决于性格上的伟大。”而构成我们性格的，正是日常生活中的一个个好习惯。好习惯养成得越多，个人的能力就越强。养成好的习惯，就如同为梦想插上翅膀，它将为人生的成功打下坚实的基石。

有人曾做过148名杰出青年的童年与教育研究，发现他们之所以杰出，人格因素是最重要的原因。在148名杰出青年身上，集中体现出这样6种人格特点：1、自主自立精神；2、坚强的意志力；3、非凡的合作精神；4、鲜明的是非观念和正确的行为；5、选择良友；6、以“诚实、进取、善良、自信、勤劳”为做人的基本原则。举例来说，他们在童年时，如果未完成作业而面对游戏的诱惑，60.13%的人“坚持认真完成作业”；66.8%的人非常喜欢“独立做事情”；79.73%的人对班上不公平的事情“经常感到气愤”；而54.05%的人“经常制止他人欺负同学的行为”。可见，良好的行为习惯可以成就积极的人生。

再看看我们周围，有人勤奋，有人懒惰；有人认真，有人马虎；有人惜时如金，有人挥霍光阴；有人明天的事情今天做，有人今天的事情明天做……勤奋节约的人收获幸福，铺张浪费的人收获痛苦；今天的事情明天做，所有的梦想皆成空，明天的事情今天做，所有的梦想都成真……事实告诉我们，有怎样的行为习惯，就会有怎样的人生！

考取清华大学的学生在总结她的学习方法时说道：“所谓方法，不如说是一种习惯，是在一定时期内在学习中不断总结、修正、发展而来的习惯。要想找到开启成功之门的‘金钥匙’，就一定要找到最适合自己的学习方法，即养成最适合自己的习惯。今天的习惯主宰明天的命运。”

今年以全区第六的成绩考入校本部的××同学对自己的初中生活作了阶段性总结，下面让我们来共同分享她的总结：

××同学总结说从小学到初中是个飞跃，知识跨度大，而且适应新环境也需要一段时间，但××同学自有绝招：“学生最重要的事情是学习，我觉得自己只要在学习上进入正轨了，生活上呀，与老师、同学的交流呀，自然也就随之进入正轨了。”她并不担心新环境会影响自身学习，反而觉得学习能带动对环境的适应，要做到这一点，就是让学习把自己一天的生活安排得满满的：早上6：30起床，随手放一段英语听力，不管什么材料，“主要是保持自己的语感”，7：20开始早读，正式上课了，她聚精会神，并拿出笔记本记下当堂课的疑问，下课了就找老师讨论，如果问了还是没有想通，她会在放学之后又找老师“追根问底”，“总之当天的问题当天一定要解决掉”。“不留遗憾”，“但是，难题一定要自己先想，实在想不出了才去问老师，不能一开始就抱有依赖心理，这样的话就不可能有所进步。”有一次，因为一道数学题做不出来，××一下课就想解法，结果到放学了还是没结果，她才迫不得已请教了老师，得知答案后，她还不甘心，又询问了做这种题的技巧，然后又认真思考了自己为什么当时没能解出来，直问到自己没有一点疑问了，才善罢甘休。回家之后，从晚上7：00开始做作业，尤为关键的是留出充裕的时间整理当天各科的知识点，对一天的学习进行总结和反省，“当然主要是英语、语文和理科的，政治历史地理生物一般一周整理一次”。“提前预习第二天要学的知识也是必不可少的，那样听起课来就更有针对性”。做完这些事情，××每晚大概10：00就能睡觉。从不熬夜，她称这样的习惯一直坚持到初中毕业，就是初中的最后关头她也努力做到早睡早起。

从××身上我们可以看出，良好的学习习惯是学有所成的关键。青少年朋友们要特别注意养成以下两个至关重要的习惯：

- 1、制定计划的习惯，制订计划是为了坚持。大目标短时间内不能很快见效，但你可以看到自己每天在努力，基础差并不可怕，关键要坚持不懈。你可能走了一千步还没有看到成功，但不要放弃，你会发现，也许成功就在一千零一步的拐弯处。
- 2、主动思考的习惯，学生如果没有主动思考的习惯，好象一部静止的汽车，是由老师推着走的，只有当你形成主动思考的好习惯的时，汽车才像打着了火，就能自己跑起来了。

同学们，良好习惯是通过每一天、每一步良好行为的积累和沉淀而实现的。下面总结了一段顺口溜，希望对大家有所帮助：

衣服整洁讲仪表，校徽胸前佩戴好。

学习用品全带齐，按时到校不迟到。

进门下车讲礼貌，看见师生问声好。

因病因事不到校，坚持请假要做到。

课前准备要充分，提前预习效果好。

坐姿端正专心听，积极思考勤动手。

下课先让老师行，有始有终堂堂好。

出操整队上操场，队列作到快静齐。

课间休息出教室，远望蓝天或绿色。

有益活动利身心，说笑玩耍讲文明。

放学之后被放松，独立作业勤复习。

找出重点和难点，查缺补漏忘不了。

更多 范文大全 请访问 <https://xiaorob.com/zhuanti/fanwen/>

文章生成PDF付费下载功能，由[ECMS帝国之家](#)开发