# 演讲稿（家长会演讲）

来源：网络 作者：落日斜阳 更新时间：2024-02-17

*尊敬的叔叔阿姨们：　　你们好！　　很荣幸在这里向大家讲述我的学习计划。　　又是一年的暑假，每年这个时候我们大多都都很彷徨，面对这么长的一个暑假，究竟该如何支配时间？是给自己背上沉重的包袱还是扔下烦恼放任自己？确实，很难选择。　　高级神经...*

　　尊敬的叔叔阿姨们：

　　你们好！

　　很荣幸在这里向大家讲述我的学习计划。

　　又是一年的暑假，每年这个时候我们大多都都很彷徨，面对这么长的一个暑假，究竟该如何支配时间？是给自己背上沉重的包袱还是扔下烦恼放任自己？确实，很难选择。

　　高级神经活动学说创始人伊万·彼得罗维奇·巴甫洛夫说过这样一句话：在世界上我们只活一次，所以应该爱惜光阴。必须过真实的生活，过有价值的生活。

　　我给大家讲个故事吧。

　　有四只毛毛虫，它们都喜欢吃苹果。

　　第一只毛毛虫跋山涉水，终于来到一株苹果树下。它根本就不知道这是一棵苹果树，也不知树上长满了红红的可口的苹果？当它看到其他的毛毛虫往上爬时，稀里糊涂地就跟着往上爬。没有目的，不知终点，更不知自己到底想要哪一种苹果，也没想过怎么样去摘取苹果。它的最后结局呢？也许找到了一颗大苹果，幸福地生活着；也可能在树叶中迷了路，过着悲惨的生活。不过可以确定的是，大部分的虫都是这样活着的，没想过什么是生命的意义，为什么而活着。

　　第二只毛毛虫也爬到了苹果树下。它知道这是一棵苹果树，也确定它的“虫”生目标就是找到一棵大苹果。问题是它并不知道大苹果会长在什么地方？但它猜想：大苹果应该长在大枝叶上吧！于是它就慢慢地往上爬，遇到分支的时候，就选择较粗的树枝继续爬。于是它就按这个标准一直往上爬，最后终于找到了一颗大苹果，这只毛毛虫刚想高兴地扑上去大吃一顿，但是放眼一看，它发现这颗大苹果是全树上最小的一个，上面还有许多更大的苹果。更令它泄气的是，要是它上一次选择另外一个分枝，它就能得到一个大得多的苹果。

　　第三只毛毛虫也到了一株苹果树下。这只毛毛虫知道自己想要的就是大苹果，并且研制了一副望远镜。还没有开始爬时就先利用望远镜搜寻了一番，找到了一棵很大的苹果。同时，它发现当从下往上找路时，会遇到很多分支，有各种不同的爬法；但若从上往下找路时，却只有一种爬法。它很细心的从苹果的位置，由上往下反推至目前所处的位置，记下这条确定的路径。于是，它开始往上爬了，当遇到分支时，它一点也不慌张，因为它知道该往那条路走，而不必跟着一大堆虫去挤破头。比如说，如果它的目标是一颗名叫“教授”的苹果，那应该爬“深造”这条路；如果目标是“老板”，那应该爬“创业”这分支。按理说到最后时，这只毛毛虫应该会有一个很好的结局，因为它已经有自己的计划。但是真实的情况往往是，因为毛毛虫的爬行相当缓慢，当它抵达时，苹果不是被别的虫捷足先登，就是苹果已熟透而烂掉了。

　　第四只毛毛虫可不是一只普通的虫，做事有自己的规划。它知道自己要什么苹果，也知道苹果将怎么长大。因此当它带着望远镜观察苹果时，它的目标并不是一颗大苹果，而是一朵含苞待放的苹果花。它计算着自己的行程，估计当它到达的时候，这朵花正好长成一个成熟的大苹果，它就能得到自己满意的苹果。结果它如愿以偿，得到了一个又大又甜的苹果，从此过着幸福快乐的日子。

　　第一只毛毛虫是只毫无目标，一生盲目，没有自己人生规划的糊涂虫，不知道自己想要什么。遗憾的是，我们大部分的人都是像第一只毛毛虫那样活着。

　　第二只毛毛虫虽然知道自己想要什么，但是它不知道该怎么去得到苹果，在习惯中的正确标准指导下，它做出了一些看似正确却使它渐渐远离苹果的选择。而曾几何时，正确的选择离它又是那么接近。

　　第三只毛毛虫有非常清晰的人生规划，也总是能做出正确的选择，但是，它的目标过于远大，而自己的行动过于缓慢，成功对它来说，已经是昨日黄花。机会、成功不等人。同样，我们的人生也极其有限，我们必须把握，那么单凭我们个人的力量，也许一生勤奋，也未必能找到自己的苹果。如果制定一个适合自己的计划，并且充分借助外界的力量，借助许许多多的望远镜之类的(在我们的现实生活中可以理解为找个贵人帮自己)，也许第三只毛毛虫的命运会好很多。

　　第四只毛毛虫，它不仅知道自己想要什么，也知道如何去得到自己的苹果，以及得到苹果应该需要什么条件，然后制定清晰实际的计划，在望远镜的指引下，它一步步实现自己的理想。

　　孔子说过：逝者如斯夫，不舍昼夜。如果我问你们时间是什么，我相信几乎所有的人都会说时间就是金钱，时间就是生命，时间是最宝贵的。那么我问你们，你们节约时间了吗？

　　东隅（yu）已逝，桑榆非晚。意思是说早年的时光虽然已经逝去，珍惜将来的岁月，还为时不晚。倘若还不惜今时，那么你的成功路可就真成了“路漫漫其修远兮”。

　　李昂斯说过，昨天是一张作废的支票，明天是一张期票，而今天则是你惟一拥有的现金——所以应当聪明地把握。那么，我们该如何做呢？

　　首先，加强思想修养。人的自制力在一定程度上取决于他们的思想素质。一般来说，具有崇高理想抱负的人决不会为区区小事而感情冲动产生不良行为。因此，要提高自制力最根本的方法是树立正确的人生观、世界观，保持乐观向上的健康情绪。

　　另外稳定情绪。用合理发泄、注意力转移、迁移环境等方法，把将要引发冲动的情绪宣泄和释放出来，保持情绪稳定，避免冲动。

　　调整好需要结构。当需要不能同时兼顾时，抑制一些不可能实现的需要。如古人所云：“鱼我所欲也，熊掌亦我所欲也，两者不能兼得，舍鱼而取熊掌也。”

　　要强化积极思维。俗话说：“凡事预则立，不预则废。”平时注意经常思考问题，增强预见性，关键时刻才能及时、果断、准确地做出选择。

　　最后，也是最重要的，要制定计划。那么如何制定计划呢？是像第三只虫子那样，把计划做的过于庞大，结果时不待人，被成功抛之脑后吗？不是。第一，要有明确的目标；第二，要有自觉的态度；第三，又有实际的行动；第四，便是要适时修改计划，要知道，计划不如变化，有时候一个改变会使整个计划搅成一锅粥，所以适时地调整计划，选择适合的道路，会使我们面向一扇永远敞开的大门。

　　让我们开始有计划的人生吧，让拼搏填满时间，创造我们精彩生活！

　　我的演讲完毕，谢谢大家！

　　初三:枸杞子

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找