# 最新阳光少年演讲稿四年级 阳光少年演讲稿(汇总15篇)

作者：九州迷踪 更新时间：2024-01-22

*演讲稿是进行演讲的依据，是对演讲内容和形式的规范和提示，它体现着演讲的目的和手段。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。那么下面我就给大家讲一讲演讲稿怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。阳光少年演讲稿四年级篇一敬爱的老师，亲爱的同学：*

演讲稿是进行演讲的依据，是对演讲内容和形式的规范和提示，它体现着演讲的目的和手段。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。那么下面我就给大家讲一讲演讲稿怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

**阳光少年演讲稿四年级篇一**

敬爱的老师，亲爱的同学：

大家早上好！

今天我们演讲的题目是：“做阳光少年，展自我风采。”

古人云：“生命在于运动。”体育运动是古人最爱好的。举办奥运会，全运会，亚运会等等都是为了让人们在运动中健康成长，寻找快乐，增加体质等。

同学们，青春、健康是人生中多么珍贵的财富啊。生命在于运动，身体是革命的本钱，这是人生的真理。人体各器官系统“动则兴，不动则退”，体育锻炼是增强抵抗力、预防疾病的最好方法，更是一种积极性休息的方式，能够消除大脑疲劳，提高学习的效率。科学对人体健康成长调查表明，只要每天选择适当的运动方式，生活就会健康常伴，远离病魔……让我们更积极地参与体育运动，养成锻炼的习惯，增强自身的体质，持之以恒，受益终身。

冬天来了，天气越来越冷了，因为怕冷，许多同学都不愿意多动。正因为如此，一到冬天感冒、咳嗽的同学多了，请假打吊瓶的同学多了。俗话说的好“冬天动一动，少闹一场病；冬天懒一懒，多喝药一碗”。可见冬季锻炼好处很多。

冬天参加体育锻炼，对增强体质是十分必要的，而且也可以锻炼意志，锻炼性格。中国有句谚语“冬练三九、夏练三伏”，在炎热和酷寒的环境中，锻炼抗寒耐暑，在艰苦的环境中，培养自己的坚强意志和顽强勇敢的性格。

现在，xx全运会的口号仍回荡在耳边“和谐中国，全民全运。”同时也为响应国家“每天锻炼一小时，健康工作五十年”的号召，学校开展了“冬季阳光长跑”运动。各班同学都积极响应、热情参与。为此，每个班都精心制作了个性班牌，有自己独特、响亮的口号。其他各项体育运动也会拉开帷幕：跳大绳、拔河、定点投篮等……也希望大家积极参与。

（一）以积极的心态面对体育课，充分利用课上时间，进行科学体育锻炼。

（二）安排好自己的作息时间，从根本上树立一种加强体育锻炼、塑造健康体魄的意识。

（三）认真对待每天大课间的“冬季阳光长跑”运动。

（四）在课余时间，积极参加各项体育运动。

（五）劳逸结合，预防疲劳。养成良好的生活习惯，保证充足的睡眠和休息，以科学的生活态度、正确的生活方法，保持正常的身体机能。

同学们，“阳光体育”使我们快乐。就在这同一片蓝天，同一束阳光下，让我们尽情、忘我的奔跑吧！

**阳光少年演讲稿四年级篇二**

尊敬的老师，亲爱的同学们:

你们好!

我叫xx，非常感谢老师和同学们给我这次机会，我心里特别兴奋。在总结了上次的经验后，我信心满满地迎来了今年的竞选，希望老师和同学们给我加油、鼓劲、支持我。

我生长在一个幸福的家庭，爸爸妈妈都很爱我，我也很爱他们。我所在的班级二年级四班也是一个温暖的大家庭，班主任李老师和蔼可亲就像妈妈一样，同学们团结友爱就像我的兄弟姊妹。在这样的班级里我是幸福的快乐的。

记得一年级刚入学时，老师就夸我是一个得力的小助手，如今我已升入二年级，又长大了一岁，但我依然秉承认真的学习态度，积极回答问题，和同学们之间互帮互助，共同进步。所以现在班里涌现出很多个小助手。看到我们的成长，李老师心里美滋滋的。

在课堂上，我认真听讲，善于思考。老师布置的作业我总是认真努力完成，争取做到最好。班级组织的集体活动我也是积极响应，每次都少不了我的身影。因为我热爱我们的班级，喜欢和同学们在一起。

在《日有所诵》里有这样一句话：“书山有路勤为径，学海无涯苦作舟。”从书里我认识了保护企鹅的波普先生、探索洞穴奥秘的俊慕、勇敢的鲁滨逊以及淘气的小尼古拉，而我现在特别喜欢冒险和科普类的书籍，它们简直就成了我的好朋友，陪伴我一起成长。

我喜欢小动物，在选修课上老师给我们讲一些关于动物的知识，我都很感兴趣。我知道动物是我们人类在地球上的朋友，我们要爱护它们，保护我们的地球家园!

除了弹钢琴我还喜欢画画，经常拿起笔想画什么就画什么。我还在海报里展示了一张我觉得不错的国画大公鸡，希望大家喜欢。

在运动方面，除了羽毛球、跆拳道、骑单车，我最喜欢的是游泳。因为游泳不仅可以锻炼身体还可以磨练意志。说实话，游泳我曾经想放弃过，可是妈妈告诉我：坚持就是胜利，最终我挺了过来。这让我明白了：以后做事情要坚持下去，不要半途而废。

我还喜欢电脑，但是我每周只有一小时的游戏时间，我有自己的博客，如果老师和同学们想更多地了解我可以登录我的博客，那里记录了我成长的点点滴滴。

这就是我，一个健康快乐，积极向上的little boy,通过这次竞选，无论最终结果怎样，我还是我，那个不骄傲、不气馁，勇往直前的happy boy.

我的演讲完毕，谢谢大家。

**阳光少年演讲稿四年级篇三**

尊敬的老师、亲爱的同学们：

       早上好！

我是三（3）班的xx。

我是xxx。

我是xxx。

我是xxx。

今天，我们演讲的题目是——

合：《做阳光少年》。

阳光，带给大地蓬勃的生机，带给我们光明和希望。感受阳光，就是感受快乐，感受温暖，感受生生不息的向上的力量。

做一个阳光少年，让七彩的阳光洒满我们的世界，陪伴我们健康成长。

爱是阳光。爱我们的爸爸妈妈，爱我们的老师同学，爱操场上的嬉戏奔跑，爱教室里的书声琅琅。

诚信是阳光。坦诚相待、言而有信，能让我们心胸开阔、坦荡，让我们赢得尊重，让我们乐于接纳，倾力合作。让我们在逆境中也能彼此扶持守望。

文明的人，恰似三月的阳光，洒下呵护的温柔，带来春天的芬芳。

同学们，少年智则国智，少年强则国强。我们是祖国的未来，愿每一位同学向着“阳光好少年”的目标，努力奋斗，不断进步！

合：行动起来吧，让我们人人争做“阳光好少年”，让我们的心—光明、温暖、多彩、快乐、向上！我们的演讲到此结束，谢谢大家！

**阳光少年演讲稿四年级篇四**

各位老师、同学：

大家好！

我是501班的叶芽，今天我在这儿亮相的目的是给大家介绍一位喜欢跳拉丁的朋友，她有着桑巴的激情，恰恰的活泼，伦巴的`唯美，和牛仔的逗趣。

这位朋友工作起来激情澎湃。她担任着副班长一职，为了回报老师与同学们的信任，每天，她都会充满激情的去完成自己的工作，她会提醒卫生管理员及时到岗到位（hello，该你上岗了！）、她会指挥同学们迅速整齐排好队（嗨，后面的几位，别讲话了!）、她每天锁好教室门后最后一个离开(拜拜，我可爱的教室，我美丽的校园！)。她为官正直，从不徇私舞弊，哪怕是好朋友犯了错，想到她这来套关系，没门！

这位朋友玩起来大大咧咧。她觉得在学校里，相处时间最长的就是同学了，所以和同学之间的交往非常重要。下课铃声一响，等老师一走出教室，她的两只脚就像跳恰恰舞一样，围着同学们蹦来跳去（哈哈，将军！她在和同学下象棋；诶，加血！她在和同学玩拍手游戏；注意，这里是复数，是要加s的！她在和同学争论英语题。）所以她的朋友特别多，交的朋友还有不同班的，不同年级的。这让她的校园生活更加多姿多彩。

陶醉在美妙的课堂中。背课文时，她总是要求自己一字不差，满分过关。做作业时，她会面对一道难题苦苦思索，然后突然爆发一声“oh，year!原来如此”。所以，她的学习成绩总是名列前茅。

这位朋友在生活中经常大脑神经短路，会做一些令人捧腹的事。她在给自己的房间大扫除时，会把垃圾保管好，（噗！）却把有用的物品扔掉（啊呀，扔错了）。家里来了客人，她抢着去泡茶，放了茶叶后，却用冷水去冲（咦，怎么没有茶香味？）。做作业时，满世界的找橡皮找不到，过后却发现自己手中正捏着一块热乎乎、湿漉漉的东东。所以妈妈老说她：脑子少根筋。然后她就应到“我还没发育好嘛！

这样的朋友你喜欢吗？若喜欢就请投我一票吧，因为她就是我，501班的叶芽。我的演讲到此结束，谢谢！

**阳光少年演讲稿四年级篇五**

各位老师同学：

       大家好！

我，崔嘉楠，在6(1)班，一个阳光男孩，学习成绩优异，活泼乐观。我热爱生活，渴望它像阳光一样灿烂。

有人问我，什么是阳光？我说：阳光是春花的湿气，是夏天随风奔跑的快感，是秋天丰收的喜悦，是冬天的纯雪。

在我看来，阳光少年也应该这样。他的生活应该永远积极向上；他的学习应该永远向上；他的心应该永远纯洁。而我就是做了这些事。

徐特立说：不劳无获。要想有好的收成，就必须好好栽培。这说明了勤奋的重要性。勤奋无疑是成功的必要条件之一。正因为如此，我从小养成了勤奋的好习惯。我看到的每一个题材都像一个精灵。我总能课后复习，课前预习。俗话说，记性好不如文笔差。遇到一些好词好句，我会记录下来。久而久之，我会把它们记在心里。我的勤奋还包括认真对待作业，不应付，不拖延，一字一句的写，脚踏实地的走好每一步。

我活泼乐观积极向上。我觉得人生的天空就像乌云，乐观就是太阳。每当乌云密布，只有红太阳才能驱散笼罩蓝天的阴霾。所以无论你在哪里，几乎总能看到我爽朗的笑容，听到我清脆的笑声。在学习和生活中，我自信、自尊、自强、自立。俗话说：当你在朱者赤附近时，你是黑色的。我交的是好朋友，不是坏朋友。做一个真正的阳光男孩。

我爱好广泛，生活充实。我喜欢对着窗户放一些喜欢的歌；我喜欢拿起我的画，画出我最喜欢的画。我乐于探索ufo的奥秘；我有勇气追求成为达芬奇的梦想。因此，我的生活变得丰富多彩。

没有人是完美的，我也有和其他人一样的小毛病，比如有时候丢东西和同学在走廊里玩。但希望以后大家能指出我的不足，提出我的不足，让我有进一步的进步。

彩虹是阳光的产物，阳光孕育彩虹。我相信，我这个阳光男孩，会成长为一条美丽的彩虹，出现在无边无际的蓝天上！

谢谢，我的演讲结束了！

**阳光少年演讲稿四年级篇六**

尊敬的各位老师、各位评委，亲爱的同学们：

大家好，我叫苏仁旭，来自枣阳市兴隆镇中心小学二（4）班。今天我演讲的`题目是《珍爱生命，健康成长》。

人的生命是有限的，而以一个健康的身体、快乐的渡过自己有限的一生是我们每个人所向往的。它需要我们在日常的生活中随时随地的注意保持积极、乐观、向上的心态不能因为一时的困难、挫折就丧失面对生活的信心。

像张海迪阿姨，她从小就瘫痪，后来因为种种原因不能上学。但是她从来没有放弃对生活的渴望。她自学成才，写出了她的小说《轮椅上的梦》。

奥斯托罗夫斯基因为参加卫国战争，身体受伤导致双目失明，身体瘫痪。但是他并没有放弃自己对生活的追求，而是凭着顽强的毅力，创作出著名的《钢铁是怎样炼成的》。书中主人翁保尔留给世人一段著名的人生格言：“人最宝贵的东西是生命，生命属于我们只有一次。一个人的生命是应当这样渡过的，当他回首往事的时候，他不因虚度年华而悔恨，也不因碌碌无为而羞耻，这样在临死的时候他就能够说，我整个的生命，和全部的精力都已献给世界上最壮丽的事业——为人类的解放而斗争。”

生命有顽强一面，常常百折不饶，但有时也很脆弱，需要精心的呵护和珍爱。

不管在我们春风得意的时候，还是遭遇挫折的时候，我们都要珍爱自己的生命，珍爱自己的身体，珍爱自己的健康！

我的演讲到此结束，谢谢大家！

**阳光少年演讲稿四年级篇七**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好

我是x年级xx班的xx。我为大家演讲的题目是：我是一名阳光少年。

如果说生命是一条河流，那么有阳光的岁月就是其中最晶莹，最灿烂的浪花；如果说生命是一辆疾驰的快车，那么有阳光的岁月就是窗外变化无穷的美丽风景。要问我世界上最美好的东西是什么，我会说：“那是阳光！”在阳光灿烂的日子里，我愿意让它沁入我的每一个细胞，感受它，欣赏他。人们常常会把阳光一词与少年联系在一起，称之为——阳光少年，因为我像阳光，找出了自己美丽的彩虹！身为家庭里的一位小成员，我尽到了女儿应尽的责任，也遵守了一个女孩子必备的生活习惯。在学习上，我努力，刻苦，成绩理想，我知道学习是给自己学的。学习好了，家长也会满意，这是对家长最好的报答。

每天早上起来，我都会说：“做个阳光少年真好！”心里感觉美滋滋的。我觉得每一个阳光少年都很幸福，因为，我有着自己最伟大的追求，自己最美好的心愿。我们有着自己的奋发动力，我们是有理想的阳光少年。也许以后当我回想往事时，我会说：“看，太阳在朝我微笑，因为我永远是一个充满阳光的‘少年’。

既然是花，我就要绽放；既然是树，我就要长成栋梁；既然是名阳光少年，我就要成为最出色的、最优秀的阳光少年！

少年兴则国兴，少年强则国强。我们每一个人都拥有积极向上的形态，做一个阳光少年，那么中华民族的前途必会如初升的太阳一般，蓬勃向上。

**阳光少年演讲稿四年级篇八**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

人生在世，每时每刻都在成长着。从出生到幼儿园，到小学，到初中，到高中，再到大学……我们都在成长，而成长也始终伴随着我们，恰似脚下的路，绵延不断，一直走向未来。

从呱呱坠地到现在，我已走过了14个春夏秋冬，从妈妈怀中嗷嗷待哺的小婴儿成长为英姿挺拔的阳光少年。这14年里，爸爸妈妈、老师、同学，都在我的成长之路上留下了珍贵的不可磨灭的记忆。回首过去，那些快乐依然清晰地闪现在我的脑海，仿佛一切就在昨天。

在我的记忆中，幼儿园之前的日子是最幸福的，是最无忧无虑的。我整天沉浸在爸爸妈妈的呵护下，除了吃，就是玩，爸爸妈妈给我买了很多的玩具，还经常陪着我搭积木，放风筝，玩游戏，天天玩得不亦乐乎，而调皮的我还时不时的来个恶作剧，藏在衣柜里，偷偷从缝隙里看妈妈着急的样子。晚上，我总是依偎在妈妈怀里，数着天上的星星，听妈妈讲着童话故事，美美地睡去。

在我的记忆中，幼儿园里的日子是从恐惧到快乐的。离开妈妈我开始又哭又闹，是老师给我拿来一个又一个玩具，并把我领到小朋友中间，让他们陪我玩，陪我闹，我由最初的恐惧到后来与小伙伴们打得火热。那些岁月，是我第一次接触老师、同学和课本，是我人生中第一次走入课堂。当我在全班第一个玩成魔方游戏受到老师表扬的时候，我感受到了成长的快乐。

在我的记忆中，小学的生活是幸福的，也是痛苦的；是轻松的，也是紧张的。幸福是因为我依然能与爸爸妈妈在一起享受他们无私的关爱，痛苦是因为我有时犯错会受到惩罚却得不到理解，轻松是因为我的学习任务并不重，我还有很多的时间休息、娱乐、搞课外活动，紧张则是因为我还必须时不时的备考，预测老师和爸爸妈妈的“晴雨表”，我感受到了成长中也有烦恼。

**阳光少年演讲稿四年级篇九**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好!

不是小小年纪的我在此危言耸听，网络时代蔓延的今天，“离家出走”的小小少年实在是随处可见。我想问，我们这一代人是怎么了？在长辈的精心呵护下，在老师的悉心培育下，我们是阳光下最美丽的花朵，可为什么安逸舒适的我们还有那么多不能承载的不快乐？无穷无尽的学习压力，无边无际的心理压力，又或者是超越了我们年龄的生活压力，是这些吗？是的，这些压力是这个追逐“速度”的年代里，我们必然要经历的成长过程，就像大自然里优胜劣汰的生存法则，它对每一个人都存在。我们常说“梅花香自苦寒来”、“不经历风雨怎能见彩虹”，但年少的我们却从未明白“苦寒”和“风雨”就是我们正在经历着的现实压力，而压力正是成长的过程、是成功的助力呀！

同学们，抛开所有的自私和骄纵，学会感激和享受温暖吧，我们的父母也有衰老的.那一天，你忍心让每日默默给予我们无形大爱的父母再流泪吗？在这里我要感谢我的爸爸、妈妈，谢谢你们，给了我一片蔚蓝的天空；我也要感谢我的老师，始终默默地付出而不求回报。太多的记忆、太多的温暖无时无刻不在围饶着我，我想说，温暖不只是一种幸福感觉，而且还是一种曾经经历的的内心体验。我将更加懂得去珍惜父母给我的生命、珍视所拥有的一切善良、纯真和美好。同学们，就让感动点亮我们的每一个日子，愿你我的每一天都与温暖和感动同在！

**阳光少年演讲稿四年级篇十**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好!

在学校，他是同学们的小伙伴，是老师的好帮手。任何人有困难，他都愿意帮忙，他喜欢和别人合作，而且尊重他人的想法。他是大家眼中的阳光少年。噢，我知道了，阳光少年就是团结友爱、乐于助人、尊重他人、善于合作的“小伙伴”!

在家里，他是孝顺长辈的好孩子。他爱帮父母做家务，经常为父母捶背、关心父母，遇到长辈时总是主动问好，他从不与别人攀比吃穿，为父母节省开支。他是大家眼中的阳光少年。噢，我知道了，阳光少年就是孝顺父母、关心亲人、勤俭节约、热爱劳动的“小帮手”。

在独立面对生活时，他养成良好的生活习惯，并自觉地学习，自己照顾自己，不让父母操心。他善于思考，在解决问题时总能想到别人想不到的办法。他是大家眼中的阳光少年。噢，我知道了，阳光少年就是胸怀宽广、心理健康、自主自强、善于创新的“小主人”!

平时生活中，他时常关心国家大事，聊起最近的社会新闻，他更是口若悬河。他从不与他人发生争执，以礼待人。他从不撒谎，讲诚信，答应的事绝不反悔。他遵守学校纪律，遵守交通规则。他是大家眼中的阳光少年。噢，我知道了，阳光少年就是热爱祖国、讲文明懂礼貌、诚实守信、遵纪守法的“小标兵”!

在公共场所，他从不乱涂乱画，爱护公共设施。他很讲究个人卫生，他咳嗽或打喷嚏时会用卫生纸捂住口鼻;他不会随地吐痰，更不会乱扔垃圾。在公共场所，他不会大声喧哗。乘坐公交车时，他会排队上车，给老人、孕妇让座。他是大家眼中的阳光少年。噢，我知道了，阳光少年就是爱护公物、讲究卫生、保护环境、遵守秩序的“小卫士”!

阳光少年在人们的眼中是个品学兼优的孩子，梁启超曾说过：“少年强，则国强;少年富，则国富。”沐浴在祖国的阳光下，我们更应该成为一名阳光少年!我们是祖国的未来、民族的希望，祖国需要我们把它建设得更加美好!

同学们，一起行动起来吧!争做阳光少年，让阳光洒满大地，构建和谐美丽的`大家园!

**阳光少年演讲稿四年级篇十一**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

你们好!

我叫石xx，非常感谢老师和同学们给我这次机会，我心里特别兴奋。在总结了上次的经验后，我信心满满地迎来了今年的竞选，希望老师和同学们给我加油、鼓劲、支持我。

我生长在一个幸福的家庭，爸爸妈妈都很爱我，我也很爱他们。我所在的班级二年级四班也是一个温暖的大家庭，班主任李老师和蔼可亲就像妈妈一样，同学们团结友爱就像我的兄弟姊妹。在这样的班级里我是幸福的快乐的。

记得一年级刚入学时，老师就夸我是一个得力的小助手，如今我已升入二年级，又长大了一岁，但我依然秉承认真的学习态度，积极回答问题，和同学们之间互帮互助，共同进步。所以现在班里涌现出很多个小助手。看到我们的成长，李老师心里美滋滋的。

在课堂上，我认真听讲，善于思考。老师布置的作业我总是认真努力完成，争取做到最好。班级组织的集体活动我也是积极响应，每次都少不了我的身影。因为我热爱我们的班级，喜欢和同学们在一起。

在《日有所诵》里有这样一句话：“书山有路勤为径，学海无涯苦作舟。”从书里我认识了保护企鹅的波普先生、探索洞穴奥秘的俊慕、勇敢的鲁滨逊以及淘气的小尼古拉，而我现在特别喜欢冒险和科普类的书籍，它们简直就成了我的好朋友，陪伴我一起成长。

我喜欢小动物，在选修课上老师给我们讲一些关于动物的知识，我都很感兴趣。我知道动物是我们人类在地球上的朋友，我们要爱护它们，保护我们的地球家园!

除了弹钢琴我还喜欢画画，经常拿起笔想画什么就画什么。我还在海报里展示了一张我觉得不错的国画大公鸡，希望大家喜欢。

在运动方面，除了羽毛球、跆拳道、骑单车，我最喜欢的是游泳。因为游泳不仅可以锻炼身体还可以磨练意志。说实话，游泳我曾经想放弃过，可是妈妈告诉我：坚持就是胜利，最终我挺了过来。这让我明白了：以后做事情要坚持下去，不要半途而废。

我还喜欢电脑，但是我每周只有一小时的游戏时间，我有自己的博客，如果老师和同学们想更多地了解我可以登录我的博客，那里记录了我成长的点点滴滴。

这就是我，一个健康快乐，积极向上的little boy,通过这次竞选，无论最终结果怎样，我还是我，那个不骄傲、不气馁，勇往直前的happy boy.

我的演讲完毕，谢谢大家。

**阳光少年演讲稿四年级篇十二**

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家好！

我，xxx，是六（1）班，一名品学兼优、活泼乐观的阳光男孩儿。我热爱生活，渴望生活像阳光一般灿烂。

有人问我，什么是阳光？我说：阳光就是春天花朵沐浴的一份滋润，是夏天随风奔跑时的快感，是秋天大丰收时的喜悦，是冬天白雪皑皑的纯真。我认为，阳光少年也应当如此。他的生活应该永远积极；他的学习应该永远向上；他的心灵应该永远纯洁。而我，恰恰做到了这几点。

徐特立说过：一分耕耘，一分收获，要收获得好，必须耕耘的好。这阐明了勤勉的重要性。勤勉—无疑是成功的必要条件之一。也因为这样，我从小便养成了勤勉的好习惯。我所见到的每门科目都好像一个小精灵，我总能做到“课后复习，课前预习”。俗话说，好记性不如烂笔头，遇到一些好词好句，我就把它记录下来。久而久之，我也就把它们记在脑子里了。我的勤勉还包括认真对待作业，不应付不拖拉，一笔一划写好每一个字，踏踏实实走好每一步。

我活泼乐观积极向上，我觉得生活的天空，烦恼犹如乌云，乐观才是太阳。每当乌云密布的时候，只有红彤彤的太阳才能驱散遮盖着蓝天的阴霾。所以无论在哪里，无时无刻你几乎都能瞧见我灿烂的笑容，听到我清脆的笑声。在学习生活中，我自信、自尊、自立、自强。俗话说：“近朱者赤，近墨者黑”，我广交益友，不交损友。做到一个真正的阳光少年。

我兴趣爱好广泛，我的生活很充实。我喜欢对着窗户弹一些喜欢的曲子；我喜欢拿起画笔画我爱的图画。我乐于探索ufo的奥秘；我勇于追求成为达·芬奇的梦想。因此，我的生活也变得多姿多彩。

人无完人金无足赤，我也有和大家一样的小毛病，比如：有时丢三落四，和同学在走廊里打闹。但我希望，在今后大家能指出我的缺点，提出我的不足，让我百尺竿头，更进一步。

彩虹是阳光的产物，阳光孕育了彩虹。我相信我这个阳光男孩，一定会成长为出现在无垠蓝天的那一道靓丽彩虹！

谢谢大家，我的演讲完毕！

**阳光少年演讲稿四年级篇十三**

尊敬的领导，老师们，亲爱的同学们：

早上好！

我是三（3）中队的xxx，今天我朗诵的题目是《做阳光少年》。

站在这里，看到下面同学们一张张充满阳光，朝气蓬勃的脸，我不禁感到沐浴着早晨的阳光，真好！同学们，我的小伙伴们，我们在教室里努力学习，打开智慧之门时；我们在操场上奔跑跳跃，挥洒汗水时，我们的健康是阳光的。我们尊敬师长，礼貌待人，处处用文明礼仪来规范我们的行为，我们的品德是阳光的`。我们和小伙伴们团结友爱，互相帮助时，我们的友谊是阳光的。我们自尊、自信、自强，不自私、不孤僻、不嫉妒，我们的心灵更是阳光的。

阳光

是一张灿烂的笑脸；

是一声温馨的问候；是一个柔和的眼神。阳光

是同学成功时热烈的掌声；是伙伴失败时真诚的鼓励；是看到同窗进步时由衷的赞美；是雨天和小朋友同撑的那把雨伞；是随地捡起的那片纸屑；阳光是分担风雨！分享快乐！勤奋好学是阳光；勤俭节约是阳光；文明礼貌是阳光；诚实守信是阳光；关心同学是阳光；孝敬父母是阳光。

同学们，看看脚下这片绿茵茵的乐土，环视一下我们美丽的校园，摸摸脖子上鲜艳的红领巾，今天在这个属于我们的日子里，我们暗暗下决心——争做阳光小少年，文明小使者，让阳光洒遍校园的每一个角落！

我的朗诵到此结束，谢谢大家！

**阳光少年演讲稿四年级篇十四**

各位老师、同学：大家好！

我是xx班的叶芽，今天我在这儿亮相的目的是给大家介绍一位喜欢跳拉丁的朋友，她有着桑巴的激情，恰恰的活泼，伦巴的唯美，和牛仔的逗趣。

这位朋友工作起来激情澎湃。她担任着副班长一职，为了回报老师与同学们的信任，每天，她都会充满激情的去完成自己的工作，她会提醒卫生管理员及时到岗到位（hello，该你上岗了！）、她会指挥同学们迅速整齐排好队（嗨，后面的几位，别讲话了!）、她每天锁好教室门后最后一个离开(拜拜，我可爱的教室，我美丽的校园！)。她为官正直，从不xx，哪怕是好朋友犯了错，想到她这来套关系，没门！

这位朋友玩起来大大咧咧。她觉得在学校里，相处时间最长的就是同学了，所以和同学之间的交往非常重要。下课铃声一响，等老师一走出教室，她的两只脚就像跳恰恰舞一样，围着同学们蹦来跳去（哈哈，将军！她在和同学下象棋；诶，加血！她在和同学玩拍手游戏；注意，这里是复数，是要加s的！她在和同学争论英语题。）所以她的朋友特别多，交的朋友还有不同班的，不同年级的。这让她的校园生活更加多姿多彩。

这位朋友在学习上力求完美。她认为：作为一个学生，首要任务就是学习，因为还是用分数说话最响亮，而且通过认真学习，她体会到了学习的快乐。上课时，她会积极发言，两眼炯炯有神地望着老师，陶醉在美妙的课堂中。背课文时，她总是要求自己一字不差，满分过关。做作业时，她会面对一道难题苦苦思索，然后突然爆发一声“oh，year! 原来如此”。所以，她的学习成绩总是名列前茅。

这位朋友在生活中经常大脑神经短路，会做一些令人捧腹的事。她在给自己的房间大扫除时，会把垃圾保管好，（噗！）却把有用的物品扔掉（啊呀，扔错了）。家里来了客人，她抢着去泡茶，放了茶叶后，却用冷水去冲（咦，怎么没有茶香味？）。做作业时，满世界的找橡皮找不到 ，过后却发现自己手中正捏着一块热乎乎、湿漉漉的东东。所以妈妈老说她：脑子少根筋。然后她就应到“我还没发育好嘛！

这样的朋友你喜欢吗？若喜欢就请投我一票吧，因为她就是我，xx班的.叶芽。我的演讲到此结束，谢谢！

**阳光少年演讲稿四年级篇十五**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好!

今天，我演讲的题目是《孝心无价爱心永恒》。

妈妈患有糖尿病，吃的药有很大的副作用，每次吃完药，妈妈的胃都很不舒服，一周吃不上两天的米饭，胃疼时，我就用手轻轻捋妈妈的胃直到吗妈妈打出嗝来，我才感到非常的高兴。不仅如此，妈妈还患有严重的颈椎病，有时她的脖子疼的一动不能动，又不能自己拔罐，我就学着使用拔罐器为妈妈拔罐，但拔的时间不能超过30分钟，当我给妈妈拔罐时，我一手拿着表，一边看着拔罐位置皮肤的变化。我还经常利用放学时间帮妈妈买菜，回到家里妈妈打扫房间，我在学习上也从来不用妈妈操心，每次考试我的成绩在班里都名列前茅。在家里，我尽我所能，回报父母；在学校，我尽心尽力，为班级服务；在班里，我是班长，我时刻都把班级的事情放在心上，冲在前面。在同学们的共同努力下，我们的班级被评为文明示范班。

去年冬天，班上的同学患病做手术在家修养，我和班干部到他家帮他补习功课，并且用自己的零花钱买了一些水果。每当下雪时，我早早的来到学校扫雪，我不想让同学太累，于是自己总是在大部分同学来之前就已经干完一半了的活，而当老师表扬我的时候，我也为能给班级献一份力而高兴当我们心存感恩、心存感激、心存感谢时，我们会发现：生活原来如此和谐和美丽。

老师常说，班级是小家，学校是大家，当一个人能为学校贡献一份力量时，心中感到的是自豪，体验到的是幸福。

最近，在同学们的期盼下，终于迎来了xx市第xx届运动会，我是一名团员，我一定要冲在前面，为学校争光，为xx区争光。在冰球比赛上，由于我技术比较全面，老师叫我当上过了队长，虽然对手很强，但我毫不气馁，努力地传接球，将球队比分直线向上拉。我的脚扭伤了，但我不认输，依然坚持跑在前面。但比赛中，危险无时无刻不伴随着我，在对道里区的比赛中，对方的主力将球打到我方球门前，准备射门，我在他身后，像离弦的箭冲到门前，但是对方发的球势大力沉，正打到我的头盔上，是我差点晕过去，但我还是坚持打完比赛。下午，我的头部出现了剧烈的疼痛，导致最后一场比赛没有上场。我很失望，但又很满足，因为在比赛中，我拼尽了所有力气。

老师经常教导我们从小要有爱心，学会关心他人，我把老师的话牢记在心。记得汶川大地震时，全世界的目光全都聚集在汶川，房屋倒塌，山体滑坡，大地被撕裂，看到这惊心动魄的一幕时，我在千里之外也感受到了同胞失去亲人的痛苦，学校举行了捐款仪式，我将自己的所有的零用钱和压岁钱一起捐到学校，我又将自己的两大包衣物捐到汶川红十字协会，为帮助灾区的同胞们献出自己一份微薄之力。经过这次震撼全球的灾难，也使我读懂了温家宝爷爷所说的“多难兴邦”的真正含义。

作为新时代的少年，我深知，少年智则国智，少年富则国富，少年强则国强，我一直在努力践行自己对父母要有孝心，对学校要有责任心，对社会要有爱心的承诺。虽然成长道路充满泥泞与曲折，但我依然满怀信心，坚定的去求索——人生的真谛！我要用我之所学，来回报社会，关心他人，争做一名有理想、有道德、有爱心的阳光少年。

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com