

【范例】

当我谈跑步时，我谈些什么

各位老师、各位同学：

大家晚上好！我是王××，来自20××级工科班。

可能会有同学看演讲的题目很眼熟，没错，今年9月份我读了村上春树的这本书，在里面他谈了自己作为一个小说家，同时也是一位跑者的思索片段，平实的话语里包含了某种振奋人心的东西。受这本书的影响，一直以来只为了刷体育成绩而勉强迈动双腿的我，决心开始练习长跑。二十多天，已经跑了55公里，一个多马拉松的距离。每一次，走进操场，整理好鞋带，在脚步声、呼吸声与心跳声的三重交响下，都感到比昨天跑的远一点点，快一点点。

跑步的时候，到底会想些什么呢？“我跑步，只是跑着，原则上是在空白中跑步。”书里这样写。我非常同意。假设某天的目标是4公里，那么便只一心一意的向着这个目标奔去。慢慢的悟出，学习与长跑其实是一个道理。一个小时，一个夜晚，一圈，一公里，就这样默默的前行。去年，我获得了本科生国家奖学金，目前总分为91.024，GPA3.88，暂列专业第二。

前进时，只要眺望周围的风光，凝视自己就好。这是任何东西都无法替代的宝贵体验。文艺便是路上最美的一道风景。七年素描，三年书法。提笔的一瞬间，仿佛世界都安静下来。有人说百无一用是书生，我却不这样想。作为学院同年级唯一一个辅修了汉语言文学的人，入学以来，从头到尾读完的书便有20多本，在阅读中，我想，我已经找到了所谓的“用”。

村上是一个跑者，更是一位小说家，这是他一刻也不曾忘记的。一样，奔跑学业、文艺等等道路上的我，也时刻清楚自己的责任。作为工科人，作为心理委员，我兢兢业业，为班级活动出谋划策；作为北洋人，作为校史讲解员，我用热诚的心欢迎每一个渴望了解那段历史的人。回到老校区之后，我便迅速投身于讲解事业之中，单是开学以来的新生周和121周年校庆，就讲解十余场，累计接待百余人次。

作为学生，已经走过13年长路，驾轻就熟；可作为一个未来的科学从业者，却才刚刚站在起点。7月开始，我加入了×××教授的实验室里，与师兄师姐们一起参与“三维立体内窥镜”项目，揭开了VR的神秘面纱。这，又是一场修行的开始。

村上先生二十九岁开始写小说，三十三岁开始学习跑步，现在都大有所成。我呢，一个二十岁的，足够年轻的人。三月份还在为2公里叫苦连天，十月份就能游刃有余一口气5公里。从什么时候开始呢？连跑个800米都要担心不及格的我，开始计划在2018年毕业前参加一次正式马拉松比赛，跑他个21.0975公里。

梦想要远航，青春在路上。我的演讲到此结束，谢谢大家！