

最新我的眼泪演讲稿三分钟(精选5篇)

演讲是练习普通话的好机会，特别要注意字正腔圆，断句、断词要准确，还要注意整篇讲来有抑有扬，要有快有慢，有张有弛。优质的演讲稿该怎么样去写呢？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。

我的眼泪演讲稿三分钟篇一

大家好!我是xxx[]十分荣幸站在这个演讲台，与大家共同分享班级建设的心得体会。

我20xx年参加工作[]20xx年由采油厂生活中心转岗到采油三矿一队成为一名采油工[]20xx年，xxx队组建新站，我担任该站班长。由班员成长为班长，主角的转换让我深感肩负的职责之重。担任班长的历练，也让我对班级管理有了更深的认识。

班级是采油队最基础的管理单元，班长是班级管理的第一负责人，班长的人格魅力对于一个班级的管理水平提升有着深远影响[]xx站现有女工7人，管辖着一座计量站、一座配水间、一台高压增注泵、14口油水井，设施流程老化，井偏路远，管理难度大。自担任xx站班长以来，我懂得了r18;奉献r19;的内涵，深切感受到了当r18;班长r19;的不易。我想：做一名好班长，首先要发挥领头雁作用，时刻把r18;职责r19;二字牢记在心，时时处处以身作则，以自身影响带动全体班员，这样才可提升班级向心力。职责是一种使命，是一种做人的态度。牢记职责，勇于负责，认真负责，用心、带感情的去工作，才能有所作为，才能做得更好。在工作中我坚持身先士卒，事无巨细，亲力亲为，坚持每一天最早到岗、最迟下班。有突发生产事件时，我总是第一个到场，最终一个离开;有班员请假，人员不足时，我总是默默顶上。为培养班员的严谨工

作作风，我从工作制度、基础资料、采注设备、生产措施四方面制定了严细的班级管理制度，并坚持从我做起。在我的带动下，班员的职责意识明显增强了，工作效率大有提升。

知识创造价值，技术成就未来。拥有全面的技能是干好本职工作的基础。xx站是个新员工站，站上的员工都是年轻的80后，参加工作时间短，现场经验少，技能水平参差不齐。为全面提高班级成员技能素质，提升班级战斗力，我不断摸索，自创了一套“人人过关”的培训体系。我协助每名班员制定了明确的学习目标，并经过“人人上讲台，人人当教师，人人是学生”进行本事提升，以每一天学一招、每周一专题开展互帮互助，知识分享，勤学共勉，将个人的学习心得变为共同的知识财富，在班级中构成了工作学习化、学习工作化的浓厚氛围。

班级建设的根本是搞好科学民主管理。我们xx站实施了透明化站务公开，将设备承包考核与奖金挂钩，并本着公开、公平的原则，及时公布班员奖金考核结果，做到奖优罚差、透明公正。定期召开班级管理会议，一方面让班员互相倾听心声，给大家供给了一个相互了解、交流学习的平台，及时化解各种矛盾；另一方面，收集班员的各类合理化提议，组织班级成员就如何完成阶段性生产任务、如何解决突发问题、如何改善生产管理中的薄弱环节进行讨论，共同制定措施。从而让班员广泛参与到管理当中，当好小站的主人，使班员的工作进取性大大提高。营造构成了“小站是我家、建设靠大家”“站兴我荣、站衰我耻”的浓厚氛围。大家集思广益，结合本班级生产实际，制定了“三不少”安全管理方法，总结了安全管理二十四字、设备管理五字诀。并认真付诸实施，取得了良好成效，提升了班级竞争力，基础管理水平踏上了新台阶。

爱是幸福的源泉，家是温馨的港湾。班级全体成员心中有爱，把班级作为自我的家来看待，以主人翁姿态倾力营造浓郁和

谐的r18;家r19;氛围，以爱感人心，以情暖人心，让温情感动常在，让温暖欢乐常存，这样才可提升班级的凝聚力，使班员做到爱站如家，爱井如子。xx站是个女子班级，女工们大都已为人妻、为人母，共同的话题十分多，大家在闲暇时时常聊聊穿着打扮、家庭趣事、居家经验，无隔阂的谈心促进了了解，拉近了距离，增强了干劲，提升了家的温馨感。班级成员性格脾性各不相同，在日常工作中难免会有拌嘴磕碰，每当这时，我这个班长就要发挥好调解员作用了。我细心了解原因，晓之以理，动之以情，做好矛盾双方的思想工作，化解心结，让她们坦诚相对，增进班级的团结。班级的亲情管理要做到深入、细致、全面。在我的发动下，xx站详细记录每个班员的信息，了解每个班员的家庭状况，建立亲情档案。在生日的那天为班员送一张自制的贺卡、一束花、一个生日蛋糕、一句温馨的祝福；在班员生病时，大家自发的打电话亲切问候，或是带上慰问品去医院、家中探望；在班员遇到生活难题时，大家献力献策，伸出援助之手。

家庭式温情管理使全体班员更加团结友爱，更加热爱这个朝夕相处的小站。雪天雾天巡井时，大家会相互叮嘱：‘路滑，走路要细心’、‘雾大，骑车要慢，注意安全’；上井干活时，大家会互帮互助：‘你干了好长时间了，太累了，快去歇歇，剩下的让我来干！’；在站上休息时，大家会相互关心：‘小何，给你倒好水了，快趁热喝暖和暖和。’、‘张姐，你胃不舒服，我这儿有胃药，你快吃吧！’。一声声叮咛，一句句话语，一个个动作，让温情萦绕心间，让关爱滋润心田，促使大家齐心协力搞好生产。对于一个管理着14口油水井，白天仅有5名女工的xx站来说，满负荷生产时，工作量很大。但姐妹们没有埋怨，大家立足自身，攻坚啃硬，精细管理。

我的班级我的家，我爱我的班级，我爱这个和谐温暖的r18;家r19;。十分喜欢这样一句话：没有最好，仅有更好。我将以更真诚的爱去善待每个人，以更认真的态度去工作每一天，以更优异的方式去管理这个班级，将xx站的明天书写得更美、

更绚烂！

我的眼泪演讲稿三分钟篇二

秒针一下一下地走着，分秒不停，我双手憋出了汗水，在沙发上紧张地等待着。

好朋友菲菲告诉我，她知晓了中考成绩，今天会打电话告诉我的。我心中明白：这是一个很重要的电话。菲菲是我从小到大最好也最投机的一个好朋友，我们很有缘分，同住一个小区，虽然她比我高一个年级，可我们每天仍然一起上学，放学的很多时候，她还会在大门口等我。

终于，电话铃声响了起来。我急忙接起电话：喂？

时间很紧，菲菲过几天就要去学校报道，到了b城，她还要处理很多事情，还要去熟悉学校环境。

那天下午，我和妈妈走出小区去送她，看见菲菲正在收拾一些东西。我的心情又一下子跌落到谷底，想到未来的日子，再也没有这样一位话语投机的好朋友，想到我们可能很少再有见面的机会，我的眼眶就好像被揉进了团团的沙砾，涌上来一阵阵的酸涩。

幼年时就经常听说离别的哀愁，原来就是这样的一种复杂的感觉。

看着菲菲忙上忙下搬着一套套书籍，我的心底十分不是滋味，甚至没有勇气走上前去一步，只能木讷地躲在妈妈的后面，将自己整个身躯藏在黑暗处。

这时，一直站在车子背后的菲菲看到了我。她的情绪和我不同，眼里涌起了十足的惊喜。如同往常一样，她走过来像个温柔的姐姐拉起我的手，开心地说：小英，我都以为你不会

来送我的。你能过来，我可开心了。

看着她欢欣的神色，我张了张嘴，想说出一句祝福的话语，可喉咙里却像是梗了一块石铅，怎么都嗫嚅不出一个字来。那是一种无法描述的感觉，心底空落落的，仿佛走入黑暗的隧道。

我不得不承认，在过往的那几年黑暗的岁月，是菲菲陪伴了那个孤独胆小的我，是她日复一日的关怀与鼓励使得我逐渐走出阴霾。可今后，陪伴了我这么长时间的伙伴就要离开我，我无法想象孤独的自己是否有足够的勇气与能力面对今后的挑战。

忽然间，我觉得自己的眼眶涌出一滴滚烫的泪水，只一瞬间，我的眼前就显得一片模糊。那是离别的伤心眼泪在风中飞舞。

妈妈拉起我的手，与菲菲的手合握在一起，轻言细语：小英，你看你，怎么又哭了？离别是你们人生中都会面对的事情，避无可避，无论她是你多么重要的朋友，她都无法陪你走完人生的旅程。所以，面对离别，我们要做的永远不能只是伤心，更要努力调节自己的情绪，要知道，无论相隔多远，你们都在一同努力。

对的，阿姨说得对。菲菲揉了揉自己红彤彤的眼眶，小英，你要相信你也很棒，任何事情你也可以做得很好，今后我们都加油，我会一直相信你。

我的内心忽然就释然了，似乎有一阵温暖的阳光温柔地洒在了心底的某个角落。我微笑着向菲菲他们道别。

我的眼泪演讲稿三分钟篇三

有人说：有爱才有追求，有对爱的追求，才有对爱的奉献。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！”记得我的一位老师曾经这样对我们说：“谁爱孩子，孩子就爱他，只有爱孩子的人，才能教育孩子。”十几年的教育生涯，让我更深的参透了这句话的含意。是的，唯有爱的雨露才能催开最美的花朵；唯有爱的交流，才能搭起师生之间心灵的彩桥。

爱的形式有许许多多，我们该怎样去爱事业、爱学生呢？谈到这个问题，我不禁想起了法国作家拉封丹写过的一则寓言故事，故事讲的是南风和北风比赛，看谁能把行人身上的大衣脱掉。结果是逞强好胜的北风输给了温文尔雅的南风。

至今还记得这样一段往事：“前几年，我接手了一个三年级班，刚刚接班的时候，原任班主任老师就告诉我这个班有个双差生名叫孙龙。果然，第一周，这个孩子就给了我一个下马威。我布置的作业，一周下来，他居然从来没有写过。每当我催他交作业时，他不是说忘了带，就是说找不到了。怎么办？年轻气盛的我终于有一天对着他大发脾气，但是，令我震惊的是，孩子昂着一颗骄傲的头颅满不在乎的看着我，好像我只是一个与他无关的演员在作表演，我当时真的有一种受伤的感觉，但是，理智告诉我，对待这样的孩子发火是毫无用处的。于是，我冷静下来对他说：“我听说你中午都不回家吃饭的，今天中午老师和你共进午餐，好吗？”孩子诧异的看了看我，随即不信任的点了点头。中午，我买来孩子爱吃的饭菜，跟他边吃边聊，在聊天的过程中，我才了解到，孩子的父母因感情不和在他上二年级的时候离婚了，现在他跟着做生意的父亲生活。父亲脾气暴躁，平时疏于对他的照顾，只是在老师找其谈孩子的学习情况时，才会拉过孩子拳打脚踢一顿了事。了解到这些，我想如果想转变这个学生，我必须取得孩子父亲的支持，于是，我找到了孙龙的父亲，诚恳的请求他的配合。随后，我每天中午留下来陪孩子吃饭、学习、谈心，慢慢的，我发现孙龙变了，每次下课后他会第一个跑到门口为我打开门送我走出教室，爸爸给他买了好吃的东西，他舍不得吃带到学校里来跟我一起分享，最

让人开心的是，他的成绩也从五不及格提高到了八十多分。当期末考试这个学生取得优异的成绩时，他的父亲感动的说：“谢谢您，张老师，是您改变了我的孩子。”出于感激，孩子的父亲写了一封表扬信发表在了泰安日报上。

实际上，如果我们把师生之间那种细腻的爱，绵绵的爱真正作为我们事业的基石，那种情感是难以割舍的。

这是多么真挚的情感交流！这是多么丰富的人生体验！这里没有虚伪，没有自私；这里有的是爱和爱的汇合，情与情的交织。老师们，谁说我们极度贫乏？谁说我们极度空虚？我们真正是天下的首富，我们真正是文明的使者，真正是屹立于天地之间的大写的“人”！

所以，今天在此，我不想谈教师的平凡和清苦，不想谈教师的眼泪和白发，也不想谈教师病倒讲台和死后的欠帐单，因为，日新月异的世界已付与我们新的使命、新的责任。

因此，当我的公开课、送教课被别的老师称赞时，当我的论文发表时，当我多次荣获语文教学能手、师德先进个人、学科带头人，教学先进个人等荣誉称号时；当我辅导的学生在各级各类比赛中屡屡获奖的时候，我首先感到的不是欣喜，而是一种责任：培养新世纪的人才，需要新世纪的教师。我们应该放眼世界，放眼未来，使我们的教育充满灵性、充满活力。最终把能搏击风雨的雏鹰送上祖国的蓝天！这才是我们对学生最博大、永恒的爱。

有一首题为《夸父》的诗这样写道：“一根拐杖，支撑了你，你说要去追赶太阳了，于是你用带花边的脚印编成了一条缆绳，拽住了，一只任意漂流的小船；日后，在埋下拐杖的地方，定能长出茂林一片。我想，作为教师就应像夸父那样，拄着拐杖也要去追赶振兴祖国教育事业这颗太阳，即使有一天，像夸父一样倒下了，但终于给这个世界播撒下一片生命的绿色。不为别的，只因为我们热爱我们的事业，只因为我

们的学生是我们深深地爱。

我的眼泪演讲稿三分钟篇四

大家上午好！

梦想，是一个人追求的希望，是努力进取的鼓舞，一个人树立了远大的梦想，就像一位航者树立起心灵的航标，不会迷失方向，也会有前进的动力。

每当我看到电视机上一宗宗怪病、顽疾、绝症的病例时，我不禁感到惋惜和无奈，每当看到因为亲人病逝而悲痛欲绝、痛哭流涕的家属，我也难免产生深深的同情和伤感。人类长久以来一直在被疾病所困扰，某些人或许正在黑暗中与病魔进行殊死搏斗，有些人或许正在生死线上挣扎，他们受尽了疾病的折磨，但又有谁能在黑暗中给他们带来光明呢？难道人类对于某些疾病就是束手无策，而病人也只能在无奈中度过余生吗？我的梦想就是当一名医学家。

自古以来，人们一直把医生称为救死扶伤的白衣天使，既然披上这白大褂，就应该对每个病人负起责。这是一种义务，也是一份光荣，白色象征着纯洁的生命，象征着幸福和安康，我须时刻铭记自己的责任，我的手是一双神奇的手，拯救生命，解除病痛，让黯淡的生命重现光泽，绽放生命之花。但也要小心呀，失误同样是性命攸关。

现在，癌症、艾滋病等不治之症纷至沓来，成为了威胁人类健康的恶魔，也是人类医学界长期以业难以攻克的难关，由于这些顽疾没有治疗的有效手段，所以这类疾病就显得异常猖獗、肆虐，不知夺去了多少人的性命。我打算发明一种特效药，给患者痊愈的希望，让生命之树不至于过早枯萎，造福全人类。就像青霉素的发明，让肺结核成为了小疾，特效药的发明让癌症、艾滋病等所谓的不治之症也不再是什么大病，让人们安享天年。

同样，作为一名医务工作者，我也将同社会上的不良现象做斗争，抵制劣质医疗器械，拒绝使用假药，坚守职业道德，维护医学的神圣。

我们每个人都有自己的梦想，它就像大洋彼岸的一片热土，吸引我们这些淘金者前往，那就让我们扬起梦想的风帆，搏击风浪，朝着心中的目标奋勇前进吧！

谢谢大家，我的演讲完毕！

我的眼泪演讲稿三分钟篇五

你们好！

今天我演讲的主题是理想和信念。虽说丰碑无语，行胜于言，但我还是想在这里发表一下我的愚见，希望大家听后会有所触动。列夫·托尔斯泰曾说：“理想是指路明灯，没有理想就没有坚定的方向，而没有方向就没有美好的生活”。所以人应该从小有理想，有宏志。

人有了理想就如鸟有了翅膀。古往今来，因为有远大理想并为理想奋斗终生的人数不胜数，他们取得了辉煌的业绩。例如我们伟大的毛主席，他从小就有理想，有鸿图大志。“孩儿立志出乡关，学不成名誓不还。埋骨何须桑梓地，人生无处不青山”是他求学前夕留给他父亲的诗，表达了他的远大理想。他有理想，有宏志，并且不断为理想奋斗，最终成为一代英明领袖。还有我们敬爱的周，他读书时的那一句“为中华之崛起而读书”曾让许多人惊叹。他的远大理想让他从莘莘学子中脱颖而出，也让他的人生从此与众不同。伟人之所以成为伟人，是因为他们从小有理想、有抱负，并付出所有的努力来实现它。蒲松龄也说过“有志者，事竟成，破釜沉舟，百二秦关终属楚；苦心人，天不负，卧薪尝胆，三千越甲可吞吴”，他的这副自勉联激励了许多有志之士。

漫漫人生中光有理想是远远不够的，除了远大的理想外，我们还要有坚定的信念，信念支持着人生。不可想象，人没有信念而活着将是什么样子？美国的人权运动领袖马丁·路德·金正是依靠坚定不移的信念反对美国的种族歧视、争取黑人的自由平等。坚定的信念是成功的根本，当你拥有信念，你就拥有了最宝贵的财富。人生最可怕的就是没有坚定的信念。信念是呼吸的空气，信念是在沙漠中旅人的饮水，信念是我们心中的太阳。因为有了坚定的信念，才创造了“绳锯木断”、“水滴石穿”的奇迹！因为有了坚定的信念，我们就有迎难而上的决心和勇气！

有了远大的理想和坚定的信念后，我们要付出所有的努力来实现我们的理想。我不去想是否能够成功，既然选择了远方，便只顾风雨兼程！我们都知道努力了不一定会成功，但是不努力一定会失败。退一步讲，努力了即使失败，我们也问心无愧，无怨无悔！

有理想就有希望，有希望就不要放弃。让我们每个人都点燃智慧的光芒，放飞明天的希望，为理想插上翅膀，在湛蓝的天空了自由翱翔！