

# 2023年榜样的力量演讲稿三分钟(通用9篇)

演讲稿具有宣传，鼓动，教育和欣赏等作用，它可以把演讲者的观点，主张与思想感情传达给听众以及读者，使他们信服并在思想感情上产生共鸣。那么演讲稿怎么写才恰当呢？下面我给大家整理了一些演讲稿模板范文，希望能够帮助到大家。

## 榜样的力量演讲稿三分钟篇一

大家好！

大家应该都知道，自古以来，“知恩图报”一直是种美德，所以我们学会了“感恩”。感恩，这是一个普通的字眼；感恩，一个常挂在我们嘴里的字眼；感恩，我们经常歌颂的字眼。是的，在这个世上，我们首先要学会感恩：因为有了父母含辛茹苦的抚养，我们一天天长大成人；因为有了社会安定的环境，我们一天天学会了各种知识；因为有了企业的平台，我们获得了展示自己才能的舞台；因为有了工作的机会，我们获得了物质与精神的回报。面对眼前的工作和生活，我们要懂得感恩，学会珍惜。只有在感恩中，我们才能不断成长；只有在珍惜里，我们才能一步步走向成功。

今天，社会在飞速发展和进步，而同时竞争和压力也会越来越大，打开网络输入“求职”两字，就会发现需要工作的人远比招聘人员的要多的多。本科生、研究生，需要一个工作的人多的是，他们也会面临求职难或失业的风险，每个人都面临着严酷的职场竞争压力。可是，我们由于习惯了在中铁四局按部就班的工作，慢慢忽视了现实的这一切，慢慢的不再珍惜自己现在的工作了。有的人整天牢骚满腹，充满了对企业、对工作、待遇等的抱怨，或者认为自己怀才不遇；或者是整天无所事事，得过且过，就是为了混日子拿工资，还觉

得奖金少了，拿着公司的钱，骂着公司；甚至有的人，坐在公司提供的重要平台上，却为了自己的一点私利，做着坑害国家和公司的事……所有这些行为或认识，都说明了有些人忘记了企业培养我们的代价，忘记了该珍惜工作的机会，忘记了因为有了企业和工作我们的生活和家庭才越来越美好，也就是忘记了要去感恩。

来到这个世界上，是上苍、是大自然的恩赐，我们不是来苟且偷生的，是通过努力工作使自己的一生过得更加美好，同时也是为了给世界创造更多的美好。这一切是需要我们辛勤的工作做前提的，那么，谁给了我们的工作？谁在给我们提供越来越多的物质让我们生活、家庭更美好？是的，是企业！生存需要工作，生存需要付出，工作丰富了生存的内涵，工作给予了我们生存的物质条件，工作还为我们提供了展现人生价值的舞台。我们有养家糊口的责任、我们有体现自我价值的本能需要，而这些，都必须通过工作来实现，工作是为了解决生存问题的基本要素之一，我们有工作，并不是表示因为我们有本事而能够获得工作，而是因为我们受到了单位的信任并获得了单位给我们体现回报的一个工作平台及给予我们能够继续生存的一份机会。

工作意味着责任，感恩让我们担负起责任。企业是平台，工作是礼物，珍惜它吧，是它让我们一步步走向成功。

## **榜样的力量演讲稿三分钟篇二**

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家好！

今天我演讲的题目是《改变不了环境，就改变自己》。

著名的文学家托尔斯泰曾经说过：“世界上只有两种人：一

种是观望者，一种是行动者。

大多数人想改变这个世界，但没人想改变自己。

想要改变现状，就要改变自己；要改变自己。

就得改变自己的观念。

一个黑人小孩在他父亲的葡萄酒厂看守橡木桶。

每天早上，他用抹布将一个个木桶擦干净，然后一排排地整齐地放好。

令他生气的是，往往一夜之间，风就把他排列整齐的木桶吹得东倒西歪。

小男孩很委屈地哭了。

父亲摸着小男孩的头说：“孩子，不要哭，我们可以想办法去征服风。”

于是小男孩擦干了眼泪坐在木桶边想啊想，想了半天终于想出了一个办法，他从井边挑来一桶又一桶的清水，然后把它们倒进那些空空的橡木桶里，然后他就忐忑不安地回家睡觉了。

第二天，天刚蒙蒙亮，小男孩就匆匆地爬了起来，他跑到放桶的地方一看，那些橡木桶一个一个排列得整整齐齐，没有一个被风吹倒的，也没有一个被风吹歪的。

小男孩开心地笑了，他对父亲说：“要想木桶不被风吹倒，就要加重木桶的重量。”

男孩的父亲赞许地微笑了。

是的，我们不能改变风，改变不了这个这个世界上的许多东西，但是我们可以改变自己，给自己加重，这样我们就可以适应变化，不被打败！

人生如水，人只能去适应环境。

如果不能改变环境，就改变自己，只有这样，才能克服更多的困难，战胜更多的挫折，实现自我。

如果不能看到自己的缺点和不足，只是一味地埋怨环境不利，从而把改变境遇的希望寄托在改变环境上，这实在是徒劳无益。

虽然我们不能改变世界，但我们可以改变自己，让我们用爱心和智慧来面对一切环境。

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家好！今天我演讲的题目是《改变不了环境，就改变自己》。

著名的文学家托尔斯泰曾经说过：“世界上只有两种人：一种是观望者，一种是行动者。

大多数人想改变这个世界，但没人想改变自己。

想要改变现状，就要改变自己；要改变自己。

就得改变自己的观念。

一切成就，都是从正确的观念开始的。

一连串失败，也都是从错误的观念开始的。

要适应社会，适应环境，适应变化，就要学会改变自己。

柏拉图告诉弟子自己能够移山，弟子们纷纷请教方法，柏拉图笑道，说：“很简单，山若不过来，我就过去。”

弟子们一片哗然。

这世界上根本就没有移山之术，唯一的一个移动山的方法就是：山不过来，我便过去。

同样的道理，人不能改变环境，那么我们就改变自己。

一个黑人小孩在他父亲的葡萄酒厂看守橡木桶。

每天早上，他用抹布将一个个木桶擦干净，然后一排排地整齐地放好。

令他生气的是，往往一夜之间，风就把他排列整齐的木桶吹得东倒西歪。

小男孩很委屈地哭了。

父亲摸着小男孩的头说：“孩子，不要哭，我们可以想办法去征服风。”

于是小男孩擦干了眼泪坐在木桶边想啊想，想了半天终于想出了一个办法，他从井边挑来一桶又一桶的清水，然后把它们倒进那些空空的橡木桶里，然后他就忐忑不安地回家睡觉了。

第二天，天刚蒙蒙亮，小男孩就匆匆地爬了起来，他跑到放桶的地方一看，那些橡木桶一个一个排列得整整齐齐，没有一个被风吹倒的，也没有一个被风吹歪的。

小男孩开心地笑了，他对父亲说：“要想木桶不被风吹倒，就要加重木桶的重量。”

男孩的父亲赞许地微笑了。

是的，我们不能改变风，改变不了这个这个世界上的许多东西，但是我们可以改变自己，给自己加重，这样我们就可以适应变化，不被打败！

在威斯敏斯特教堂地下室里，英国圣公会主教的墓碑上写着这样一段话：当我年轻自由的时候，我的想象力没有任何局限，我梦想改变这个世界。

当我渐渐成熟明智的时候，我发现这个世界是不可改变的，于是我将眼光放得短浅了一些，那就只改变我的国家吧！但是我的国家似乎也是我无法改变的。

当我到了迟暮之年，抱着最后一丝努力的希望，我决定只改变我的家庭、我最亲近的人——但是，唉！他们根本不接受改变。

现在我在临终之际，我才突然意识到：如果起初我只改变自己，接着我就可以依次改变我的家人。

然后，在他们的激发和鼓励下，我也许能改变我的国家。

再接下来，谁又知道呢，也许我连整个世界都可以改变。

人生如水，人只能去适应环境。

如果不能改变环境，就改变自己，只有这样，才能克服更多的困难，战胜更多的挫折，实现自我。

如果不能看到自己的缺点和不足，只是一味地埋怨环境不利，从而把改变境遇的希望寄托在改变环境上，这实在是徒劳无益。

虽然我们不能改变世界，但我们可以改变自己，让我们用爱

心和智慧来面对一切环境。

我的演讲完毕，谢谢大家！

## 榜样的力量演讲稿三分钟篇三

早上好。今天我演讲的主题是：音乐，让生活更美好。

音乐无处不在。婴儿刚刚降临，音乐就已经进入他们的耳朵里，伴随着柔和动听的摇篮曲，宝宝进入了甜蜜的梦乡。

长大后，我常一个人静静地听着流行音乐，或者是古典音乐，这些都会让我心情舒畅，轻松无比。

(唱[]georgia on my mind[])

我认为，普通的日常生活有了音乐会有色彩，音乐能够渲染人的情绪。它可以使你走出阴影，获得阳光；它可以使你走出悲哀，获得快乐。记得有一本书上说过：即使你心里的痛是任何语言、任何行动都无法化解的，但是只要音乐响起，你的痛苦就缓解了好多。

音乐让人感同身受，很多人觉得歌词正是在写自己，这就是创作和表达的魅力。

正是因为音乐的这种特性，它具有不分年龄、地域、语言的流通性。流浪汉在街边可能因为偶然听见莫扎特而驻足，拼搏在外的人们也可能因为一曲乡村民谣而感慨万千。

(唱[]my heart will go on[])

相信大部分人都熟悉泰坦尼克的主题曲[]celinedion的《myheartwillgoon[]很多人即使听不懂歌词，也能被旋律中

流露的真诚和深情所打动。这就是美好的音乐所带给我们的，它不分国界，不分语言。

(唱：《月亮代表我的心》)

这首陈芬兰的《月亮代表我的心》想必每个人听了也都能跟着哼唱几句。这就是经典的音乐。它们不会因为时间、空间的变换而褪去它原本的颜色，而是一代代地流传下去。

音乐，每个人都爱。

作为一名中学生，我们在学习文化课的同时，亦应了解一些乐理知识。这不仅体现一个人艺术修养，亦有助于提升一个人的综合素质。

(唱：《我只在乎你》)

音乐就是这样一种奇妙的东西，具有一种神奇而捉摸不透的力量，你不必很懂它，但它总可以唤醒我们，触动我们，抚慰我们，让我感受到生活的精彩。

老师们，同学们，作为现代人，我们应该有音乐情感，我们并不需要会唱，更不需要会唱得有多好，只要我们有热爱音乐的情怀，有热爱生活的情怀，我们就会是一个健康向上的生命，就会给自己他人带来冬日里的温暖。

谢谢！

## 榜样的力量演讲稿三分钟篇四

飞机在一阵剧烈的颤抖之后，空中小姐突然表情凝重地为每个乘客都发了一张纸和一枝笔，随后，机长那浑厚而压抑的声音出现在广播里：“很不幸地告诉大家一个消息，由于飞机出现故障，将在4分钟后坠毁，请大家尽快书写遗言，交给

乘务员。否则，您将失去与亲人的最后一次联系机会！”人们把脸贴到窗上往外看，没错，正往上飞的云告诉他们飞机正在跌落。“天哪！”机舱中一片骚动，几个女人开始哭泣。“请抓紧时间吧！”机长再次催促。人们无奈地握起笔，开始给亲人写信。

飞机坠毁在一片丛林里，机上乘客无一幸免。搜救人员找到了装有乘客遗书的特殊装置，发现大部分遗书都是关于思念亲人和遗产分配的，但也有几封非常特殊，引人深思。

一位第三者写给她的情人：我想这是报应，我破坏了你的家庭，伤害了你的妻子，最终却没能拥有你。不论我是飞到天堂还是下到地狱，我的灵魂都不会安息，为你、为她也为我们大家，永远忏悔！

一位官员写给他妻子：对不起老婆，我有两件事瞒着你，一是我私存了一笔钱，有5万余元，存折就放在卫生间中装手纸的匣子下面，密码是你的生日。二是我一直想和你离婚，但却没有勇气，我实在是厌倦了你的唠叨。但这回不必了，老天替我们办了离婚手续。孩子就交给你了。

一位癌症患者写给他的父母：本想在跳入大海前写给你们，可是来不及了，事故让我连这最后的愿望都没能实现。如果还能找到我的尸体的话，请一定将骨灰撒入大海。不孝儿，绝笔！

一位诗人写给一位编辑：这一刻，我的心真正飞了起来。不过，恐惧是翅膀，目的地是死亡。

一位企业家写给他的副手：和某某官员的关系继续搞，和某某公司的竞争继续来；某某厂的货钱继续欠，某某银行的贷款继续赖。某某秘书就不要用了，给她结清工资，让她回家。

一位外逃贪官写给远在美国的情妇：都他妈的是你催的！

2.

大家好，今天我演讲的题目就是我们前面铁的两个字——团结！

“团结就是力量！”这句歌词好啊，它激励着我们做任何事情都要团结一致，勇往直前，而不是只靠某一个人的力量。俗话说，一个巴掌拍不响，就是因为这个“巴掌”没有团结的动力，没有去团结另一个巴掌。就好像我们人一样，独自一个人不团结别人得话，他的贡献也就微乎其微。所以我们不管在集体中还是在生活中，都要团结，因为团结的力量比铁还要硬，比钢还要强！

同心山成玉，协力土变金！成功需要克难攻坚的精神，更加需要团结协作的合力！只有懂得团结的人，才能明白团结对自己，对别人，对整个集体的意义。才会把团结当作自己的一份责任。团结，团结，越团越结！那就让我们更加团结，永远团结，让我们永远去散发这彩虹斑耀眼而美丽的七彩之光!!!

我的演讲完了，谢谢大家

## 榜样的力量演讲稿三分钟篇五

大家好，今天我演讲的题目就是我们前面铁的两个字——团结！

“团结就是力量！”这句歌词好啊，它激励着我们做任何事情都要团结一致，勇往直前，而不是只靠某一个人的力量。俗话说，一个巴掌拍不响，就是因为这个“巴掌”没有团结的动力，没有去团结另一个巴掌。就好像我们人一样，独自一个人不团结别人的话，他的贡献也就微乎其微。所以我们不管在集体中还是在生活中，都要团结，因为团结的力量比铁还要硬，比钢还要强！

同心山成玉，协力土变金!成功需要克难攻坚的精神，更加需要团结协作的合力!只有懂得团结的人，才能明白团结对自己，对别人，对整个集体的意义。才会把团结当作自己的一份责任。

我们头顶上的这些奖状，以及上个星期的篮球赛，无不透露着我们所有人团结的力量。篮球场上，我们的队员团结一致打的是最有激情的，场下我们的啦啦队齐心协力喊的是最响亮的。虽然比赛我们输了，但它所展现出来的团结精神值得我们永远铭记!同时它也使我们对团结更多了一份责任感，没有团结是得不来这些成绩的!

团结，团结，越团越结!那就让我们更加团结，永远团结，让我们永远去散发这彩虹般耀眼而美丽的七彩之光!!!

我的演讲完了，谢谢大家!

## **榜样的力量演讲稿三分钟篇六**

千里之行，始于足下。行动很重要，空有理想有什么用。去奋斗，去努力，去实现，才有价值。下面由小编为大家整理出关于三分钟演讲稿的范文!希望大家喜欢!

尊敬的老师，亲爱的同学们，大家好，今天我为大家带来的演讲叫做理想，点亮人生。

我们每个人都从幼年一步步走向成熟，就像沿着一条河流逆流而上。

而河流的源头，屹立着一座雄伟高峻的雪山，令人神往。

我们把它称之为——理想。

一个最美的字眼!理想，包含着我们对未来的向往，对未来的希望，对未来的美好的憧憬。

可是，那令我们心驰神往的雪山又岂会让我们轻易到达？于是，漫长人生路上，我们开始追寻心中的理想。

宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来，追求理想的道路不会是一马平川，而是充满着坎坷与荆棘。

孤独，寂寞，挫折，打击更可能常伴你左右。

但是没有血的历练不能成为真正的将军。

同样没有各种苦难的磨练又怎么能有能力的提升。

一颗坚定的，勇往直前的，无所畏惧的心，能够支持你披荆斩棘，走向成功的终点。

理想信念就是激励我们向着既定的目标奋斗前进的动力，是人生力量的源泉。

我们如果有了坚定的理想，就会以惊人的毅力和不懈的努力，成就事业，创造奇迹。

千里之行，始于足下。

行动很重要，空有理想有什么用。

去奋斗，去努力，去实现，才有价值。

有一位哲人说过：梦里走了许多路，醒来还是在床上。

它形象地告诉我们一个道理：人不能躺在梦幻式的理想也就是空想中生活。

虽然空想的意境有时候很美妙，甚至远远超越了按步骤实现的理想，但它们最终都会流于虚幻和空无。

所以，用理想点亮人生并不是一句宣传的空口号，我们应该将其付诸于实际行动中来。

实践，只有实践才能化理想为现实。

理想之花灿烂，理想之果甘美，要想使理想开花结果，必须用辛勤的汗水来浇灌。

理想是永远的力量!理想是激情，是碰撞，是寒夜里前行，风雨中追寻的方向;理想是梦境中萦绕，心底处纠缠的向往;理想是困境里咬牙，孤独中坚持的倔强;理想是烈火中放歌，雷鸣里翱翔的.狂放;理想是孤独时忍耐，流泪时微笑的坚强……如果有一天，你能够大声地说出自己的理想，并且感到世界上最快乐的事情莫过于为理想而奋斗，那么，你成长和前进的道路就不会再有恐惧，就会充满着理想的光芒!

让我们放飞理想，用理想点亮自己的人生吧!

大家好!

我叫xx□很高兴能够和大家一起探讨追求卓越，奉献青春，这个话题，今天我要演讲的题目是《甘于奉献，点燃烈火青春》。

让青春烈火燃烧永恒，让生命闪电划过天边，用所有热情换回时间，让年轻的梦没有终点!我非常欣赏《烈火青春》里面的这段话，并一直用它激励自己的学习、工作和生活。

青春，是我们一生中最美丽的季节，她孕育着早春的生机，展现着盛夏的热烈，暗藏着金秋的硕果，昭示着寒冬的希望，充满诗意而不缺乏拼搏的激情，时尚浪漫而又饱含着奋斗的

艰辛。

当一个人的青春融汇到一个时代、一份事业中，这样的青春就不会远去，而这份事业也必将在岁月的历练中折射出耀眼的光芒。

说到这里，我想起了这样一句话：“有的人活着，他已经死了；有的人死了，他还活着。

”生命的意义在于活着，那么活着的意义又是什么呢？当然不是为了活着而活着，答案只有两个字，奉献！古往今来，有无数的能人志士在自己的青春年华就已经成就了不朽的人生，在这里我来不及一一列举。

可是，有一个人的名字我却不能不提，他是我们永远的学习榜样，一个最平凡最无私也是最伟大的人。

青春不是人生的一段时期，而是心灵的一种状况。

如果你的心灵很年青，你就会常常保持许多梦想，在浓云密布的日子里，依然会抓住瞬间闪过的金色阳光。

我们虽出生于不同的年代，工作在不同的岗位，但我们拥有一个共同的家，在这里，我们信守同样的企业精神，写下同样的奉献承诺，拥有同样的壮美青春。

这是一次演讲，更是一次告白。

当我满带着青春的气息，怀揣着沉甸甸的梦想与信念站在这里的那刻，我的内心是如此的坦荡与激昂，那种难以形容的兴奋与紧张，我真诚的邀请你们一同分享。

尊敬的各位领导，老师，亲爱的同学们：

大家晚上好！我是来自10小教英班的xx□

我演讲的题目是《感恩是爱的接力》。

感恩很简单，就是对别人的帮助表示感谢。

遗憾的是，我们常常忽略了别人的帮助，这样，感恩就无从谈起了。

我想，我们首先应该感谢的是给了我们生命的父母。

但是，我们做到了吗？

让我们一起自我检讨一下吧。

对于别人来说，我们也许只是毫不相关的路人甲乙。

但是，对于我们的父母，我们永远都是最宝贝的人。

有这样的爱包围着，难道我们还不幸福吗？我们不该感谢他们吗？朋友们，让我们把手捂暖，然后拉拉我们的父母那双辛勤的手；张开双臂，去拥抱一下那为我们日夜操劳的身心；或者，我们还应该亲吻一下他们那已然不再年轻的脸颊。

知道吗？这样做，他们会热泪盈眶，他们会快乐很久，很久。

老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼。

这样，那根叫爱的接力棒就得到了传递。

让感恩于施恩并存，接过爱的接力棒，把它传给身边的每一个人。

这样，爱的光环就会成为不落的太阳！

1.课前三分钟演讲稿-三分钟演讲稿范文

- 2.三分钟演讲稿范文
- 3.三分钟感恩演讲稿范文
- 4.三分钟竞聘演讲稿范文
- 5.三分钟精彩演讲稿范文
- 6.三分钟激情演讲稿范文
- 7.有关三分钟演讲稿范文
- 8.三分钟英语演讲稿范文

## 榜样的力量演讲稿三分钟篇七

早上好。很荣幸今天能够站到这里。

我发现一个很奇怪的现象，每当有人在这国旗下讲话的时候，大家都是齐刷刷的低下头，看地上的草坪。那我今天的演讲就从这些草开始。春天，小草在生长，你的青春是不是也在成长，你的梦想是不是也在发芽。

我想，大家现在不妨认真的思考3个问题，第一，我是否有梦想或是否曾经有过梦想。第二，我的梦想是什么。第三，为了这个梦想，我该怎么做。

曾经和一个已经毕业参加工作的学长聊天，谈到梦想的问题，他说，“什么梦想，那都是多么遥远的字眼，都是踌躇满志少年时候的事情了，现在，我没有梦想。只是想现实的活着。”当时我选择了沉默，我在想，到底是什么样沉重的现实能够让一个人竟然忘了自己的梦想。

那，请问，你的梦想是什么呢？也许有人会说，我的梦想是做一个医生，做一个老师，也有人会说，我的梦想是能够考上一所好的大学，也有人会说，我的梦想是学校能够天天放假，当然，这样的梦想也仅仅只能梦里想想了。我想，只要你的梦想能够支撑着你不断的走下去，当你懊恼或者沮丧的时候，想到你的梦想能够让你精神振奋的，那就已经是成功的一半了。

其实我们每个人都是有梦想的，只不过因为时间的推移，各种各样残酷的现实，会消磨我们的意志，让我们不得不相信，要完成梦想几乎是不可能的。于是，行动被一个又一个的“但是”无限推后，渐渐的，我们放弃了自己的梦想，和大多数人一样，选择了平淡。今天能够站在鄞州中学里的，我想每一个人都是精英，每一个人都是很优秀的，想想，初中的时候我们是如何渴望能够考到这所学校来，再想想现在的我们又在做些什么事情，是不是很想有一种略带无奈的笑容。所以，为了活得精彩，我们需要梦想。梦想是鼓舞你向着目标前进的力量。目标可能飘渺，路途也可能坎坷。然而，只要你能够选择奋斗，不管是高一高二还是高三，都不算晚。不管最终是否能到达彼岸，拥有梦想并去追求它，这已经是一种成功，一种荣耀了。在追求梦想的过程中，我们在慢慢的成长。

从来没有一个时刻像现在一样，让我们感觉梦想是如此的触手可及，所以，如果你愿意选择优秀的话，不妨就从今天开始，就从现在开始，就从待会儿回到教室开始，认认真真的思考一下刚才的3个问题，拿出一个本子，把你的梦想写在上面，然后在下面列举出为了实现这个梦想，你每一步所要做的事情。每天早上走进教室的第一件事情就是先看看你写的这些。也许大家会觉得这样的方法很傻，但是，请相信，这样的心理暗示真的很管用。

我们拥有青春，拥有这世界上最雄厚的资本，周杰伦说：“我要一步一步往上爬，小小的天有大大梦想。”范

玮琪说：“最初的梦想，紧握在手上，最想要去的地方，怎么能够在半路就返航。”汪国真说：“我不去想是否能够成功，既然选择了远方，便只顾风雨兼程。”我们每个人都有自己的梦想，没有一颗心会因为追寻梦想而受伤。

最后，我希望大家能够和我一起记住一句话，也用这句话来结束我今天的演讲，那就是，让我们一起相信梦想的力量。

我的演讲完毕，谢谢大家！

## 榜样的力量演讲稿三分钟篇八

早上好！

今天我讲话的题目是《保护环境，从我做起》。

在人类生存发展史上，曾遇到过许多的敌人：战争、灾荒、瘟疫、这每一种敌人都曾使人类付出过惨重的代价。然而，今天人们面临的最大的敌人，已不是战争、疾病、天灾以及瘟疫，而是无处不在的环境问题！

大气污染超标、温室效应增强、臭氧层被破坏、土地沙漠化、水资源污染严重、海洋生态危机、绿色屏障锐减、物种消失加剧、垃圾威胁人类、人口增长过快，这些世界性的环境问题，究其原因，都是人类在发展经济的过程中，对自然资源和生态环境的不合理利用和破坏所致。

这一切的现实，让每一个关心祖国前进和发展的中国人深感痛心。保护环境，利在当代，功在千秋，这是一项崇高而伟大的事业，更是中化民族千秋万代利益所在。

千里之行，始于足下。保护环境，建设美好家园，要从我做起，从小事做起。心动不如行动。只要我们确实落实我们的言行，不乱丢垃圾，不浪费粮食，最大限度地节约用水，节

约能源，节约用纸，拒绝使用一次性的“白色污染物”，乘公共交通旅行，多栽树种草，保护好野生动植物资源，自觉地遵守各项环境法规。那么，我们头顶上的天空将会变得更蓝，身边的河水会变得更清，空中的鸟儿将会鸣叫得更加响亮，生活在其中的人们将会变得更加健康快乐。

我很高兴地经常看到许多同学在校园的各个角落捡拾果皮纸屑；用自己的双手去保护和营造优美的校园环境。但是，我们也经常看到一些我们不愿意看到的情景：操场上、楼梯上、走廊上有纸屑、食品袋；雪白的墙壁上被印上手印、脚印和球印；教室里、走廊上留有难以清除的口香糖的污迹……这说明，我们的习惯还没有很好的养成。

同学们，我们是21世纪的主人，具有环保意识是现代文明人的标志。我们要有时代感责任感，要心系全球，着眼身边，立足校园。“勿以善小而不为，勿以恶小而为之”，让我们积极行动起来，从身边的小事做起，培养环保意识，养成环保习惯，创造我们美好的校园，塑造我们美好的灵魂！

谢谢大家！

## 榜样的力量演讲稿三分钟篇九

人生匆匆不过数十载，我们如何能抓住这指缝间流逝的光阴？如何能让生命活得更有质量呢？我想，唯有在我们懂事之时起就做到勤学、识礼、求实、奋进，才能让我们延长生命的长度，提高生命的质量。如果说人生是一部乐曲，那么勤学、识礼、求实、奋进就是人生乐曲上的四个主要音符。

在这个充满竞争的社会，唯有勤学至老才能立足于社会。

勤学使我们长知识，但光有知识没有礼节也是行不远的。知书还要达礼！只有勤学识礼才能为自己增添魅力和光彩。

“识礼”既要懂得礼仪，知道礼节，深知做人的道理。

我国古代有许多关于“礼”的成语，像：彬彬有礼、知书达礼、恭而有礼等。我国自古就被称为“礼仪之邦”，最看重一个“礼”字。从一个“礼”字可以看出一个人的学识、品格，识礼之士必是个有修养、有文化的得体之士。“识礼”是对别人和自己的尊重，“识礼”是与人交往的“试金石”。一个人不识礼必成孤独无援的人，一个国家不识礼必成为必塞落后的国家。在这个合作的社会里，唯有“识礼”才能和谐致远。

“求实”，顾名思义就是实事求是，追求真理。“实事求是”是勤奋刻苦，锐意进取的敬业精神。坚持“实事求是”，就是严格按客观规律办事，这就是成就一番事业的必要条件。

古人说过：“知之为知之，不知为不知，是知也。”作为当代学生，我们也需要不弄虚作假的学习态度。不复制别人的答案，不滥竽充数。既要追求和掌握真理，又要排除各种干扰勇敢地去坚持和捍卫真理。在这个务实的社会里，唯有“求实”才能文明进步。

人要保持一颗自强不息的心，要与困难做斗争，正所谓“世上无难事，只要肯攀登”。困难像弹簧，你强它就弱，你弱它就强。在这个危机四伏的社会里，唯有发奋图强、勇于创新，才能迎难而上。

我们青少年正处于人生旅途的花季，青春年少，风华正茂。初中阶段正是人的身心和智能发展最为迅速、最为显著的时期，也是我们掌握知识、塑造自我的黄金时期。我们要树立远大志向，为将来用我们的勤奋，用我们的学识，用我们求实奋进的精神去优雅地摘取成功之果而奋斗。

“学海无涯勤为舟，与人相处礼为上，求真务实是真理，奋发进取永不息。”同学们，真心地希望勤学、识礼、求实、

奋进四个音符为你的人生乐章谱出华丽的旋律！