

最新体育精神演讲稿一分钟 中国女排精神演讲稿(汇总10篇)

使用正确的写作思路书写演讲稿会更加事半功倍。在日常生活和工作中，能够利用到演讲稿的场合越来越多。演讲稿对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写演讲稿呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看看吧。

体育精神演讲稿一分钟篇一

20xx里约奥运会女排决赛上，中国女排以3比1力克塞尔维亚队获得了冠军。这是继雅典奥运会夺冠12年之后，中国女排再一次夺得奥运会金牌。而从小组赛开始到最后的决赛，中国女排姑娘们承受着巨大的压力，在逆境中拼搏而出，再一次诠释了不惧强手、不畏逆境、团结拼搏的女排精神的真谛。而作为主教练的郎平，无疑是女排精神的最神奇的传承者。

上世纪七十年代末，郎平入选了中国女排。作为年轻且最有实力的主攻手，郎平很快便在队内担负起主力的角色。这期间，郎平和队友们经历了艰苦的训练，并成为中国女排四连冠的重要成员之一。退役后郎平作为助理教练协助主教练张蓉芳率领中国女排实现了五连冠。在如此辉煌的背景之下，郎平随后却选择了出国深造。随后在国外结婚生子，并以出任八佰伴世界女排明星队教练开始逐步走上了执教之路。1995年，郎平应恩师袁xx之邀回国接手正处于低谷的中国女排。1996年亚特兰大奥运会上，郎平率领中国女排获得了奥运会银牌。1999年，在距离2000年悉尼奥运会还有一年多的时间，郎平因身体和家庭原因无奈辞去了中国女排主教练的职务。这一年，郎平年仅39岁。其后，郎平一边陪伴女儿浪浪一天天成长，同时也游走在世界各地担任职业俱乐部的主教练。郎平曾戏言：我就是一背包打工的。

2005年初，郎平受美国排协之邀出任了美国女排主教练。在2008年北京奥运会上，郎平执教的美国女排战胜了中国队闯进了决赛最终获得银牌。这之后，郎平回绝了美国排协续约的邀请，并选择在2009年上半年“退休”。但就在这一关键时刻，广州恒大女排俱乐部向她发出了邀请。在立志打造中国第一家排球职业俱乐部的恒大集团的力邀之下，郎平决定回国执教。在其执教恒大女排期间，郎平开了引入多名世界高水平外援的先河，并取得了两年夺得全国女排联赛亚军，第三年便夺得联赛冠军的骄人战绩。时间进入到2013年，兵败伦敦奥运会的中国女排再一次面临主帅抉择的关键时刻，53岁的郎平再一次成为热门人选。在多方努力之下，郎平再一次接手了身处逆境的中国女排。

有过一次执教中国女排的经历之后，郎平此次回归显得更加游刃有余。组建复合型团队、推行大国家队模式，选择性放弃一些比赛，这些做法从根本上颠覆了中国排球传统执教的理念和做法。在短短的几个月之内，国内适龄当打球员几乎在国家队走了一遭。2013年，以老队员为主组成的中国女排参加了在泰国举行的亚锦赛，结果只名列第四，创下了中国女排历史最差战绩。但这一切并没有让郎平动摇，反而坚定了她重新组建主力框架的决心。一批尚有实力的老队员离队了，更多的年轻血液补充了进来。朱婷、袁心玥、张常宁、龚翔宇以每年一个的频率冒出，并迅速成为中国女排的中坚力量。郎平的坚持和努力，使这支全新打造的中实力。2014年世锦赛，中国队获得亚军；2015年世界杯，中国队夺得冠军；20xx年里约奥运会，中国队夺得冠军。

身处逆境敢于承担，面对困难勇于克服，郎平凭借中国女排精神的精髓坚持着并将其传递给每一个新生代的球员。

回顾中国女排的里约奥运会夺冠之旅，其艰辛和跌宕起伏令人回味无穷。小组赛开场便输给了荷兰队，随后又接连输给了塞尔维亚和美国，小组第四出线，中国女排被逼上了淘汰赛对垒实力强劲的两届奥运冠军、东道主巴西队的绝境。但

就是在这场谁也不看好中国女排能够取胜的对决中，中国女排却上演了一场生死大逆转的好戏，以3比2力克巴西队杀入了四强。也正是凭借这场胜利，逆境中的中国女排浴火重生了。半决赛和决赛接连战胜了在小组赛中输过的对手荷兰与塞尔维亚，中国女排以顽强意志诠释了“不惧强手、不畏逆境、团结拼搏”的中国女排精神。

在短短的两三年时间里，郎平让中国女排有了本质上变化。而除了自身实力的不断提升，在精神层面上，郎平更是让队员们领悟到了中国女排精神的强大。作为中国女排的传承者，郎平完美地将这一精神财富传递给了新生代的球员。正如郎平所言：女排精神一直在，我们一直在努力。

里约夺冠之后，郎平填补了其作为主教练奥运无金的空白。其个人职业生涯几近完美。而今年，郎平又喜结良缘，其个人生活也达到了完美的地步。在这一前提下，56岁的郎平还能继续给我们带来奇迹吗？对此，郎平早在出征里约前曾有过明确的表示：“我当然愿意继续执教中国女排，但前提是我的身体允许。”但无论郎平最终还能否率领中国女排继续征战，她传递给中国女排新生代球员的精神财富必将永存，而她和中国女排姑娘们在奥运赛场上创造奇迹时所传递出的女排精神，也将继续成为激励和影响国人的宝贵精神财富。

体育精神演讲稿一分钟篇二

尊敬的各位领导、评委老师、亲爱的同志们：大家好！

看到你们的笑容，我心里感到非常的激动，不由的使我想起这样一个景象，在辽阔草原上，在明媚的阳光下，一位意气风发的主人驾着一匹骏马，迎着温暖的春风，朝着更美的目标飞速地向前奔驰。这辽阔的草原象征着我们伟大的祖国，阳光象征着党的，骏马象征着快速发展的x县县城，我今天演讲的题目是《学精神，建美丽x县城》。

鸟瞰我们今天的x县县城，像大城市一样，道路纵横交错，四通八达，纵向有东环路、滑兴路、文明路、人民路、解放路等十条大道；横向有四环路、滑州路、中州路、北环路等十条大路，一路一景，十分迷人；一座座高楼像山峰一样屹立在百花丛中，一排排楼房阅兵的方队井然有序，整座城市，流光溢彩、放眼望去，宛如仙境。

我的家就在大功河畔，我休闲时走在河边，河水清澈见底，碧波荡漾，倍感清新挟意，弯曲的人行道旁边，树立着各种各样的雕塑，盛开着鲜艳无比的花朵，舞动着少女般的柳枝，钓鱼爱好者休闲地垂钓，老年人在这儿锻炼身体，年轻人带孩子在这里拍照、游玩。象这样花园式的休闲广场还有六七处，它们象珍珠一样分别点缀在各个区域，像美丽的都市一样给x县人民带来了无比的快乐和幸福！

想起以前，我家门口沿河路晴天尘土飞扬，雨天水泥遍地，被人们戏称为“水泥路”；河边垃圾成堆，河内污水横渡臭气熏天，让人难以忍受。我曾多次想搬家，可现在我可不舍得搬啦！因为这里优美的环境实在太迷人了！

这一切变化的背后凝聚了我县领导高瞻远瞩，运筹帷幄、科学发展的决策和智慧，凝聚了全县机关领导、干部、职工奔波劳碌的身影；还凝聚了全县人民的心血和汗水。党的高度关注民生要求多谋民生之利，多解民生之忧；建设生态文明，建设美丽中国等等，字字珠玑鼓舞人心，目前我县上下正在如火如荼地实施城市建设、公路建设、招商引资等五大攻坚战，必将给我县带来更大的生机和美丽。放眼规划和实施，在未来的几年里县城东部建立崭新的城东新区，东南开发优美的黄龙潭，城南形成更有支撑力的产业集聚区，城西建设碧波荡漾的千翠湖，打造有明清特色的文化传承区，城北开发华丽无比的万亩森林公园；城中形成具有x县特色的繁华商贸区等等，开发更加美丽的大功河两岸、旧城改造和道口古镇等等；到那时我们的x县县城就更美了！我们的生活就更感幸福

了!

如果说阳光象征着，那匹骏马象征着快速发展的x县县城的话，那么春风就象征着x县县委、县政府的正确领导，那位意气风发的主人就象征着我们勤劳勇敢的全县人民。最后祝愿我们x县在党的精神的鼓舞下，在县委县政府的正确领导和带领下，在全县人民的共同努力下，我们x县这匹骏马更加飞黄腾达!谢谢大家!

体育精神演讲稿一分钟篇三

万众瞩目的里约奥运会女排决赛中，郎平率领中国女排不畏强手、过关斩将，力压群雄、奋勇夺冠，时隔20xx年再次登上奥运会的最高领奖台，展示了我国体育健儿顽强拼搏、敢于胜利的精神风貌，在神州大地引发强烈反响。

伟大的精神，总有催人奋进、催人泪下的力量。一次次飞身跃起的扑救，一次次高高跳起的重扣，一次次逆境之后的反击……奥运赛场，巅峰对决，女排姑娘以荡气回肠的逆袭征程，不仅为祖国赢得一枚沉甸甸的金牌，也向世界诠释了“女排精神”的强大。

女排赢了，举国振奋，从电视机前到网络空间，13亿中国人分享着胜利的荣光，感动于拼搏的精神。为什么我们的眼里饱含泪水，为什么情感的流淌这般纯粹?这场胜利，远远超出了一块金牌的含义，从这场比赛中，我们看到了奋斗的价值，看到了精神的力量!

深刻指出：“重大赛事最令人感动的未必是夺金牌，而是体现奥运精神。这正是中国人讲的自强不息。”竞技体育，是对身体和精神的双重考验，在高手云集的奥运赛场上，没有“一分一分咬牙顶”的顽强坚持，何来女排勇夺冠军的惊喜与奇迹!

狭路相逢勇者胜。看完整场比赛，耳边依旧回响着女排姑娘的阵阵呐喊。不管是比分落后，还是稍稍领先，女排姑娘都表现出每球必争的决心，诠释着无私奉献、团结协作、艰苦创业、顽强拼搏、自强不息的“女排精神”，这种永不放弃的拼搏精神，足以感动13亿中国人。

精神是凝心聚力的兴国之魂、强国之魂。“女排精神”4个字，在中国人的心中蕴含着特殊的意义。上世纪80年代，当举国万众一心追赶世界发展脚步的时候，中国女排创造了“五连冠”的辉煌，给全国人民以极大鼓舞。因为排球，我们喊出“团结起来，振兴中华”的口号，激励了一代中国人自强不息！

岁月轮回，精神不老。当前，国防和军队改革进入攻坚期、深水区，有不少“险滩”要涉，不少“硬骨头”要啃，需要我们大力弘扬“女排精神”，汇聚心往一处想、劲往一处使的磅礴力量，不忘初心，攻坚克难，闯关夺隘，在实现中国梦强军梦的道路上砥砺前行！

体育精神演讲稿一分钟篇四

大家好！

看到你们的笑容，我心里感到非常的激动，不由的使我想起这样一个景象，在辽阔草原上，在明媚的阳光下，一位意气风发的主人驾着一匹骏马，迎着温暖的春风，朝着更美的目标飞速地向前奔驰。这辽阔的草原象征着我们伟大的祖国，阳光象征着党的，骏马象征着快速发展的x县县城，我今天演讲的题目是《学精神，建美丽x县城》。

鸟瞰我们今天的x县县城，像大城市一样，道路纵横交错，四通八达，纵向有东环路、滑兴路、文明路、人民路、解放路等十条大道；横向有四环路、滑州路、中州路、北环路等十条大路，一路一景，十分迷人；一座座高楼像山峰一样屹立

在百花丛中，一排排楼房阅兵的方队井然有序，整座城市，流光溢彩、放眼望去，宛如仙境。

我的家就在大功河畔，我休闲时走在河边，河水清澈见底，碧波荡漾，倍感清新挟意，弯曲的人行道旁边，树立着各种各样的雕塑，盛开着鲜艳无比的花朵，舞动着少女般的柳枝，钓鱼爱好者休闲地垂钓，老年人在这儿锻炼身体，年轻人带孩子在这里拍照、游玩。象这样花园式的休闲广场还有六七处，它们象珍珠一样分别点缀在各个区域，像美丽的都市一样给x县人民带来了无比的快乐和幸福！

想起以前，我家门口沿河路晴天尘土飞扬，雨天水泥遍地，被人们戏称为“水泥路”；河边垃圾成堆，河内污水横渡臭气熏天，让人难以忍受。我曾多次想搬家，可现在我可不舍得搬啦！因为这里优美的环境实在太迷人了！

这一切变化的背后凝聚了我县领导高瞻远瞩，运筹帷幄、科学发展的决策和智慧，凝聚了全县机关领导、干部、职工奔波劳碌的身影；还凝聚了全县人民的心血和汗水。党的高度关注民生要求多谋民生之利，多解民生之忧；建设生态文明，建设美丽中国等等，字字珠玑鼓舞人心，目前我县上下正在如火如荼地实施城市建设、公路建设、招商引资等五大攻坚战，必将给我县带来更大的生机和美丽。放眼规划和实施，在未来的几年里县城东部建立崭新的城东新区，东南开发优美的黄龙潭，城南形成更有支撑力的产业集聚区，城西建设碧波荡漾的千翠湖，打造有明清特色的文化传承区，城北开发华丽无比的万亩森林公园；城中形成具有x县特色的繁华商贸区等等，开发更加美丽的大功河两岸、旧城改造和道口古镇等等；到那时我们的x县县城就更美了！我们的生活就更感幸福了！

如果说阳光象征着，那匹骏马象征着快速发展的x县县城的话，那么春风就象征着x县县委、县政府的正确领导，那位意气风

发的主人就象征着我们勤劳勇敢的全县人民。最后祝愿我们x县在党的`精神的鼓舞下，在县委县政府的正确领导和带领下，在全县人民的共同努力下，我们x县这匹骏马更加飞黄腾达！谢谢大家！

体育精神演讲稿一分钟篇五

中国魂里燃烧着的是我们的中国精神，挺直我们的脊梁，让世界看到我们的红色国旗。下面是本站小编为你整理的几篇弘扬中国精神的演讲稿1000字，希望能帮到你哟。

亲爱的老师，同学们，大家好！

1963年3月，毛主席发出了“向雷锋同志学习！”的号召，周恩来题词：“向雷锋同志学习爱憎分明的阶级立场，言行一致的革命精神，公而忘私的共产主义风格，奋不顾身的无产阶级斗志。”从那年开始，全国各地广泛开展了学习雷锋的活动。

三月里，和风送暖，春光明媚，我们在尽情呼吸着新鲜空气，享受着大自然美好恩赐的同时，我们要纪念一位战士，一位普普通通，一位兢兢业业，一位精神永驻我们心间的战士：他就是雷锋，一个响铛铛的人物。

记得我们小的时候，妈妈就给我们讲了关于雷锋的故事，使我们很小的时候就知道了有这么一位雷锋是英雄，今天当我们长大了，我们更清楚，更具体的了解了雷锋的时候，我更加深刻的崇敬他。而他的那种刻苦钻研的精神更是我努力学习，攀登知识的主动动力。“春蚕到死丝方尽，蜡炬成灰泪始干。”雷锋就像一根蜡烛，燃烧着自己照亮别人。那闪闪的烛光让人赞赏，那闪闪的烛光催人奋起。那闪闪的烛光虽然不眩目，却定以给我们帮助。那闪闪的烛光虽然有限，却留在了我们心中深处。在生活中，我们需要雷锋精神，只有我们自己发

扬助人为乐的精神，与人为善，我们才能得到别人的帮助和尊敬，才能在互动的真诚中感到真正的快乐。一个时刻只看到自己利益的人是很难体会到生活中的快乐的，真正的快乐只有一种，那就是为他人而付出，这样做你将获得生命最高的荣誉。

我们要学习雷锋的奉献精神。在班级中，要从我做起，从小事做起，积极主动地干好份内工作。在班级事务中，不计较个人得失，不拈轻怕重，有一份热就应该发一份光。学习雷锋的助人为乐精神。在学习和生活中，对待身边的同学，要有爱心，热心帮助身边有困难的同学。要热情关心老人和生活不便的人，向他们伸出援助之手，争当爱心小使者。

同学们，驿路梨花处处开，雷锋精神代代传。斗转星移，移不走雷锋的魂灵；岁月流逝，逝不去我们的热忱。让我们携起手来，共同努力，学习雷锋，从点滴小事做起，大家互助互爱，做一个新时代的“小雷锋”！向雷锋学习，雷锋精神是鞭策我们前进的不竭动力，它定将永驻人间。

3月5日，是学雷锋纪念日。

41年前的3月5日，毛主席亲笔题词，发出了向“雷锋同志学习”的号召。一夜之间，雷锋的名字响彻大江南北，一个普通战士的光辉形象，从此深深地印在了中国人民的心中。

雷锋叔叔出生在一个贫苦的农民家庭，7岁就失去父母，成了一个孤儿。解放后，他参了军，成为一名光荣的人民解放军战士。在部队里，他勤勤恳恳、踏踏实实，从平凡的小事做起，全心全意为人民服务。他曾多次立功受奖。因公牺牲那年，他只有22岁。

雷锋的故事千千万，雷锋的事迹说不完。一天，雷锋乘火车出差，在车上，他看到许多旅客没有座位，就主动把自己的座位让给一位老人；他看到列车员很忙，就主动帮他们打扫车

厢，拖地板，擦玻璃，收拾小桌板；他还给旅客倒水，帮妇女抱孩子，帮老人找座位，帮下车的旅客拿行李。一些旅客看到他这样忙碌，就急忙招呼他：“同志，看你累得满头大汗，快过来歇歇吧！”“我不累！”是啊！雷锋叔叔为了帮助别人，他只知道助人为乐，是永远也不知道累的。

雷锋叔叔非常节俭，一双袜子补了又补，穿了又穿，可雷锋却用自己每月仅有的6元钱津贴，为全班战友购买了许多学习书籍。雷锋不仅自己认真学习，而且还经常帮助战友，共同提高。1960年，辽宁省遭受特大水灾。雷锋悄悄的给受灾的战友王大力家寄去了20元钱。后来，他又把100元钱，以一名解放军战士的名义捐给了灾区人民。

有多少次，雷锋叔叔路过工地，就情不自禁地参加起那里的义务劳动；雷雨来临之际，雷锋又用自己的被子去盖水泥。

雷锋在自己的日记中写道：

一滴水只有放进大海才永远不干，一个人只有把自己融入集体，才有力量。

一块木板钉子为什么能钉进去，因为它有两个长处：一个是挤劲，一个是钻劲。我们在学习上也要发扬这种“钉子”精神。

我活着，只有一个目的，就是做一个对人民有用的人。

青春是美好的，可是真正的青春，只属于永远力争上游的人，永远忘我劳动的人，永远谦虚的人。

对待同志要像春天般的温暖，对待工作要像夏天般的火热，对待个人主义要像秋风扫落叶一样，对待敌人要像严冬一样残酷无情。

啊!雷锋，一个不朽的名字，你将永远是一盏不灭的灯，雷锋你将永远活在我们的心中!

尊敬的各位领导、评委老师、亲爱的同志们：大家好!

看到你们的笑容，我心里感到非常的激动，不由的使我想起这样一个景象，在辽阔草原上，在明媚的阳光下，一位意气风发的主人驾着一匹骏马，迎着温暖的春风，朝着更美的目标飞速地向前奔驰。这辽阔的草原象征着我们伟大的祖国，阳光象征着党的，骏马象征着快速发展的x县县城，我今天演讲的题目是《学精神，建美丽x县城》。

鸟瞰我们今天的x县县城，像大城市一样，道路纵横交错，四通八达，纵向有东环路、滑兴路、文明路、人民路、解放路等十条大道;横向有四环路、滑州路、中州路、北环路等十条大路，一路一景，十分迷人;一座座高楼像山峰一样屹立在百花丛中，一排排楼房阅兵的方队井然有序，整座城市，流光溢彩、放眼望去，宛如仙境。

我的家就在大功河畔，我休闲时走在河边，河水清澈见底，碧波荡漾，倍感清新挟意，弯曲的人行道旁边，树立着各种各样的雕塑，盛开着鲜艳无比的花朵，舞动着少女般的柳枝，钓鱼爱好者休闲地垂钓，老年人在这儿锻炼身体，年轻人带孩子在这里拍照、游玩。象这样花园式的休闲广场还有六七处，它们象珍珠一样分别点缀在各个区域，像美丽的都市一样给x县人民带来了无比的快乐和幸福!

想起以前，我家门口沿河路晴天尘土飞扬，雨天水泥遍地，被人们戏称为“水泥路”;河边垃圾成堆，河内污水横渡臭气熏天，让人难以忍受。我曾多次想搬家，可现在我可不舍得搬啦!因为这里优美的环境实在太迷人了!

这一切变化的背后凝聚了我县领导高瞻远瞩，运筹帷幄、科学发展的决策和智慧，凝聚了全县机关领导、干部、职工奔

波劳碌的身影;还凝聚了全县人民的心血和汗水。党的高度关注民生要求多谋民生之利，多解民生之忧;建设生态文明，建设美丽中国等等，字字珠玑鼓舞人心，目前我县上下正在如火如荼地实施城市建设、公路建设、招商引资等五大攻坚战，必将给我县带来更大的生机和美丽。放眼规划和实施，在未来的几年里县城东部建立崭新的城东新区，东南开发优美的黄龙潭，城南形成更有支撑力的产业集聚区，城西建设碧波荡漾的千翠湖，打造有明清特色的文化传承区，城北开发华丽无比的万亩森林公园;城中形成具有x县特色的繁华商贸区等等，开发更加美丽的大功河两岸、旧城改造和道口古镇等等;到那时我们的x县县城就更美了!我们的生活就更感幸福了!

如果说阳光象征着，那匹骏马象征着快速发展的x县县城的话，那么春风就象征着x县县委、县政府的正确领导，那位意气风发的主人就象征着我们勤劳勇敢的全县人民。最后祝愿我们x县在党的精神的鼓舞下，在县委县政府的正确领导和带领下，在全县人民的共同努力下，我们x县这匹骏马更加飞黄腾达!谢谢大家!

体育精神演讲稿一分钟篇六

酒泉卫星发射中心发射测试站一代代官兵与广大科技工作者一起，谱写了中国尖端科研事业的不朽史诗，创造了中国航天史上的一次次辉煌：成功发射40颗卫星、6艘飞船，和一枚枚火箭……同时，也付出了52个年轻的生命，他们的平均年龄只有20多岁。

捧读这个先进的群体、这批特殊官兵的事迹，我们不禁想起了这样一群人和这样一种精神，那就是红军长征精神。

从长征路到飞天路，贯穿两部伟大史诗之中的，是同样一种精神。这便是自主创新、敢闯新路的精神，这便是百折不挠、

敢于胜利的精神，这便是无私奉献、勇于牺牲的精神。

长征途中，中国共产党人首次独立自主地解决了中国革命的重大问题，使党和红军，使中国革命的命运和前途转危为安；长征途中，党领导红军突破了几倍乃至十倍于己的敌人的围追堵截；长征途中，英勇的红军战士跨越了雪山草地，仅是牺牲的营以上干部，就超过了400人。

作为中华民族最可宝贵的精神财富，长征精神生生不息，航天精神的源头无疑就是长征精神。

中国航天事业的飞跃，同样靠的是自主创新，是自强不息，是航天官兵和广大科技工作者的勇于牺牲和奉献。面对发达国家在高技术领域的一系列封锁，他们靠自力更生起步，在自主创新中发展；面对恶劣的环境条件，他们战天斗地风餐露宿；面对一次次危险的试验任务，他们不惜献出年轻的生命，即使死后也要选择大漠作为最后归宿，守望着茫茫荒原万古不灭的篝火，守望中国航天和尖端科研领域一次次辉煌的腾飞。

他们，无愧于红军的传人；他们，无愧于长征的接力者。

长征途中率十七勇士强渡大渡河的孙继先将军，在_年前成为酒泉卫星发射中心前身——中国第一个导弹综合试验靶场的'第一任司令员；而参与指挥那场战斗的聂荣臻元帅，则成了我国国防科技尖端事业和航天事业的奠基人。

元帅和将军，都把自己的归宿选择在大漠戈壁的发射架下，而中国的运载火箭也定名为“长征”，这不仅仅是巧合。

当一枚枚火箭直刺云霄的时候，全人类几乎都看到了箭体上那两团鲜明的标志：长征。

长征精神薪火相传，在人类探索太空的新征程上，长征的后

来人无疑会谱写出更加绚丽的新的史诗。

体育精神演讲稿一分钟篇七

大家好！

中华是礼仪之邦，中华民族自古以来都是一个讲究品德教育、文明礼仪、个人修养的民族。每一个中华儿女都是中华文明的受益者、承载者、传播者，有责任、有义务弘扬中华民族优秀传统美德，使照耀中华数千年的文明之光在当代中国熠熠生辉，发扬光大。

文明礼貌就仿佛一棵小树，虽微不足道，但却是每个人都不可缺少的。讲究文明礼貌，不仅能给他人带来和谐、美好的感觉，也让自己的心头感到无比愉悦与温馨。每天早晨，迎着和煦的微风来到学校，亲切地对老师说一声“老师好！”，让文明伴随着我们；吃完东西，把包装袋、纸屑随手扔进垃圾桶，不使它随风飘舞，让文明伴随着我们；无论在何时何地，都不讲脏话，谈吐得体，让文明伴随着我们……然而，虽然我们从小接受着文明礼仪的教育，几乎每个人都能滔滔不绝地大谈文明礼仪，但是在我们的生活中，仍存在着一些不文明的现象：在一些公共场所内，明明墙上贴有“禁止吸烟”的标语，却仍有人在吞咽吐雾；大街上，有人明明离垃圾桶只有一步之遥，却仍随处乱丢，任垃圾在风中“舞蹈”；校内校外，都能听到有人开口便说脏话的声音……大家可曾想过，在我们“吞咽吐雾”的同时，也把我们的文明和涵养吐走了；在我们随手乱丢垃圾的同时，也丢走了我们的清洁和风度，在我们随口骂人时，也骂走了我们的尊严和人格。文明的社会，更需要文明的我们。让我们从今天起，在我们的学习和生活处处都开满文明之花！

传统美德从古至今，中华五千年历史中孕育的传统美德，一直为各国人传颂，是大家纷纷学习的对象。唐代书法家柳公权少年时就写得一笔好字，但一位老者告诉他，有人用脚也

能比他写得更好，柳公权心里不服。经过亲眼所见后，他终于能够虚心向人求教，明白了不能骄傲自满的道理。杨善洲爷爷退休以后，主动放弃进省城昆明安享晚年的机会，扎根施甸县大亮山兴办林场，一干便是20个春秋，他带领大家植树造林7万多亩，林场林木覆盖率达87%以上，把昔日的荒山秃岭变成了生机勃勃的绿色天地，使当地恶劣的自然环境得到明显改善；修建18公里的林区公路，架设了4公里多的输电线路，使深居大亮山附近的村寨农户，通电通路。杨善洲爷爷一心想着群众，一切为了群众，带领百姓在贫瘠的家园播撒幸福的种子。他以一生的忠诚和执着，守卫着大公无私、艰苦奋斗的精神高地。他的事迹，无疑是“无私奉献”最完美的诠释。中华民族是一个具有优良传统的民族。我们要把中华的传统美德延续下去，并把它发扬光大！

让我们一起携手，一起讲究文明，发扬美德，让五千年的中华之星永远闪耀，让“礼仪之邦”这个美称，永远挂在中国的头上！

谢谢大家！

体育精神演讲稿一分钟篇八

大家好！我发言的题目是《点燃青春梦，铸就中国梦》。

“实现伟大复兴就是中华民族近代以来最伟大梦想。”近代以来，无数有志青年为了国家和民族，点燃了自己的青春梦，用满腔的热血和激情铸就着伟大的中国梦。

新中国成立特别是改革开放以来，我国经济发展，民生改善，国力不断增强。当今我们比任何时期都更接近中国梦。但要实现复兴，仍需我们不断奋斗。

心怀伟大梦想，所以我们更应该走好脚下之路。实现中华民族伟大复兴光荣而艰巨，需要中华儿女艰苦奋斗，求真务实

和不懈努力。发展建设的同时，就会凸显出环境生态的问题。必须以以壮士断腕的决心解决好这一问题，这是可持续发展的基础。生态和谐是中国梦的重要一环。我们要国富民强，也要留给子孙青山绿水。1972年10月，第27届联合国大会通过了联合国人类环境会议的建议，规定每年的6月5日为“世界环境日”，让世界各国人民永远纪念它。地球是人类和其他物种的共同家园，然而由于人类常常采取乱砍滥伐、竭泽而渔等不良发展方式，地球上物种灭绝的速度大大加快。生物多样性丧失的趋势正使生态系统滑向不可恢复的临界点，如果地球生态系统最终发生不可挽回的恶化，人类文明所赖以存在的相对稳定的环境条件将不复存在。今年“六·五”世界环境日中国主题为“同呼吸 共奋斗”，旨在释放和传递建设美丽中国人人共享、人人有责的信息，倡导在一片蓝天下生活、呼吸的每一个公民都应牢固树立保护生态环境的理念，切实履行好呵护环境的责任，自觉从我做起，从小事做起，尊重自然，顺应自然，增强节约意识、环保意识、生态意识，养成健康合理的生活方式和消费模式，激发全社会持久的环保热情，为改善空气质量、实现天蓝、地绿、水净的美丽中国而奋斗。

青年作为国家民族的希望和未来，我们在环境保护方面应散发自己的光和热。作为一名育华人，我们大家志愿付出无悔的青春，热爱环保的青年在这里点燃了自己的青春梦，立志建设绿色校园，宣传环保，为实现美丽中国梦不断进取。

在中国，青年人展望未来，我们信心百倍。在这片热土上，我们点燃了五彩的青春梦，铸就复兴华夏的伟大中国梦。

我们响应时代的号召，树立正确理想，为实现中华民族伟大复兴，为实现我们的中国梦，从身边从点滴做起。大家一起建设绿色校园，建设美丽中国，共同实现我们的中国梦！

体育精神演讲稿一分钟篇九

大家下午好!

今天我演讲的题目是弘扬工匠精神，打造世界强国。说到工匠精神，无外乎三点要求：一丝不苟，精益求精，一以贯之。三个词，十二个字，数十年如一日，全心全力做一件没有尽头的事。这就是我认为的工匠精神。

昨日通过观看大国工匠的宣传片以及公司车间的大力宣传和弘扬，使我们了解了大国工匠的故事，并深深的被他们的故事所感动，大国工匠的故事也深深地触动了我，是我不禁反思我与他们的差距，不禁梦想向他们靠拢。

从古至今，中国从不缺少工匠精神。中国曾是世界上最大的原创之国、匠品出口国、匠人之国!不谦虚地讲，中国匠人造就了一部匠品辉煌史。

今天的中国，不仅能在高尖端科技实现领先，华为、联想、海尔、格力等中国企业也在其领域内位于世界前沿。这些成就的取得，同样是现代中国人专注走心、追求极致工匠精神的体现。

时下提到工匠精神，许多人都再说德国、日本。这正如两千多年前，世界痴迷于追逐中国制造的产品一样，人们对于匠品价值的认可从未改变。德国、日本的制造都经历过学习他国技术、仿造假冒、不断升级、直到实现自主创新的过程。

德国的工匠精神也就是近一百年多年的事儿。1871年，德国制造还处在假货和仿冒横行时代。当时英国人规定从德国进口的商品必须标注“德国制造”，以此区分劣质的德国货和优质的英国货。知耻而后勇，德国从此开始了精工制造的征程。用了100多年时间，德国人持续不断地在各个行业，坚持和传承精益求精的工作作风，终于使德国制造成为世界上高

品质的代名词。

日本的工业制造是从学习欧美国家的技术、仿造开始的。20xx年，日本还只能生产廉价而简单的商品。此后的20xx年，将传统的工匠精神传承于规模化制造，极大提升了日本制造的品质。20xx年设立“人间国宝”制度，用以保护匠人和小型企业，并在全社会持续倡导工匠精神。

中国有20xx多年的工匠精神传承史，由于历史原因，中国的工匠精神没有在近代全面的传承。近年来，经济的高速发展也使商业伦理问题突显，部分企业为了获取短期利益缺少商业道德，假冒伪劣、粗制滥造还时有发生。

只要拥有为了把事情做好而把事情做好的愿望，每个人都是匠人。在岗位上坚守本分、不断进取、努力专研，支持民族工业发展、尊重每一位匠人都是在传承工匠精神。

谢谢大家，我的演讲结束了！

体育精神演讲稿一分钟篇十

大家好！我叫__x。站在这个演讲台上，心情很激动，也深感荣幸。

每个中国人心中都会有梦想，每个人的梦想连在一起，汇聚成中华民族复兴的“中国梦”。透过历史的明眸，站在岁月的肩膀上回望，四大发明，使古老的中国异彩纷呈，新民主主义革命的枪声宣告中国人不再是东亚病夫，改革开放的国策使中国发生了举世瞩目的变化。大千世界上树立起了我们这样一个伟大的民族，她走过了千年的风风雨雨，她孕育了无数的英雄儿女，她书写了浩瀚的人类文明。她，就是我们可爱的祖国，一个响彻世界的名字——中国。而这一切的一切都源于她世世代代儿女们的辛勤劳动。是劳动给她创造了辉煌灿烂的历史，让每一个中华儿女无比骄傲与自豪。我相信，

在座的每一位都和我一样能深切地感受到：劳动的平凡，创造的伟大，梦想的光荣。

在座的你我他，我们都是光荣的劳动者，在我们的身边就有很多爱岗敬业、无私奉献的感人故事。

曾记得，去年夏季的那场大水，阴霾密布，大雨倾盆而下。前前后后的那无数个夜晚，从矿委、中层到普通职工，紧绷精神的法条，每时每刻都在注意着天气的变化，关注着山上的险情。山路被冲断了，李书记带领救援队涉水两三个小时徒步上山，为山上的职工带去了领导的关怀、亲人的问候、急需的食物。大雨过后，我们全矿职工同心协力在最短的时间里恢复了生产，创造了人间奇迹。

也记得，20_年10月13日亚武山上的森林火灾，李书记亲自带队，亲身涉险，亲临一线。山上凸凹不平，他忘记自我，一个不小心，腿受伤骨折。然而他没有后退，指挥着后面的同志扑救大火，经过大家苦苦的努力，山火终于被扑灭了。李书记住院几天后带着缠着绷带的伤腿回到单位，两腿颠簸着走向岗位开展工作。这正是由于我矿广大干部职工有强烈的责任感和凝聚力才普写出的劳动者的壮美之歌！

还记得，今年春季为绿化山上道路环境，我矿广大职工不怕脏不怕累，积极上山修枝培土。尤其是女职工，顶着烈日干活一点也不输给男职工，很多女同志，铁锨、剪刀磨破了手还依然坚持着剪树技、挖树坑。一周的任务三天就完成了。这就是我们吃苦耐劳、爱岗敬业、热情奔放的林场人为保护生产文明建设展现出的劳动者的迷人风采！

每个人都有梦想，我们林场人更有梦想。我们的梦想就是加快生态文明建设，为推动保护区各项事业发展建功立业！我们的个人梦想和中国梦紧密相连。

林语堂说过一件事，中华民族有五千年的历史，非常了不起。

他说，不管怎么混，能混五千年就很了不起。因为五千年需要太多的积淀，太长的历史，太深的内涵，承载了太多的梦想。从天圆地方到四大发明，从秦皇汉武到康乾盛世，从武汉城的枪声到戈壁滩的两弹一星，劳动创造的梦想为世人惊叹，更让我们自己引以为豪。

雄关漫道真如铁，而今迈步从头越。人民创造历史，劳动创造未来”！让我们为我们共同的“中国梦”而奋勇向前吧！