

2023年榜样分钟演讲稿(大全6篇)

演讲稿是一种实用性比较强的文稿，是为演讲准备的书面材料。在现在的社会生活中，用到演讲稿的地方越来越多。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？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。

榜样分钟演讲稿篇一

阳光和煦，空气渐暖，春意正浓，万物生机勃勃，此时正是人间四月。汉江两岸，微风拂过，柳叶轻摇，春雨如丝如雾，飘散着醉人的花香。秦巴深处，满山黄花，草长莺飞，闲客踏青斗草，吟唱着一年的希望。

病房的患者都打开了窗户，呼吸着这沁人心肺的清爽，脸上绽放出战胜病魔的自信。病房和走廊里也被春天赶走了闷热和药味，空气湿润而清新，医护人员，各个精神抖擞，浑身散发着无限的工作热情！

我是肿瘤外科的一名护士，我叫范翠翠，今天站在这里，非常的愉快和激动，很荣幸在这美好的时刻能为大家演讲《榜样的力量》。

阅读《榜样的力量》，感觉受益良多。每篇文章，都是璀璨的智慧之花，等待着我们去采撷；书中的每位人物，都是鲜明的旗帜，值得我们去学习、去超越。大家都读了这本书，每个人的体会都可能是不一样的。而当我读完放下这本书时，有一种力量撞击着我的心灵，让我体会最深的，就是“爱”。这些同行们之所以受人尊敬，被人歌颂，成为我们的榜样，是因为她们对工作的热爱，对病人的关爱，和对自我的珍爱。

我们科的病人都是长期住院患者，很多病人由于长期治疗，

一年大半时间都是在病房度过，我们陪着他们一起与病魔抗争，也和他们一同体验着被病痛折磨的辛酸，其实我们之间早就建立了深厚的感情，癌症患者需要我们的爱心温暖，这也是一种治疗”。是的，的确是这样，在癌症尚未完全攻克的今天，肿瘤科的护士们还承担着大多数癌症病人的临终关怀护理，生命是可贵的，人人都喜欢新生命朝霞般的绚烂，但我们这里的护士却是要让这里的病人临走时拥有落叶的静美。这需要的不仅仅是技术，更需要一颗高贵善良的心灵。

爱心是一片照射在冬日的阳光，使贫病交迫的人感到人间的温暖；爱心是一泓出现在沙漠里的泉水，使濒临绝境的人重新看到生活的希望；爱心是一首飘荡在夜空的歌谣，使孤苦无依的人获得心灵的慰藉。让我们激发我们心中爱的潜能，让世界充满爱！

谢谢大家！

榜样分钟演讲稿篇二

大家好！今天我演讲的题目是：“榜样就在我身边”。

新学期开始，经过值周班级的调查，高一一些同学的行为与忻中精神格格不入，比如：食堂用餐不按秩序排队；晚自习期间、熄灯后宿舍内大声喧哗；在预习课讨论时间闲聊，不但影响自己还破坏了小组的学习气氛，这些不良习惯损坏了学校的形象，也自己降低了自己的素质！高一的学弟学妹们，你们三载拼搏终于收获了忻中校园的通行证，但是要成为一个合格的忻中人，需要学习的还有很多。其实在榜样就在我们的身边，许多优秀的同学值得我们学习，他们拾金不昧、助人为乐、讲文明、讲礼貌、爱学习、守纪律……我们要向他们学习，改掉身上的不良习惯，做一名合格的忻中人。

上周一位不愿意透露姓名的同学在回家的车上捡到了一个厚厚的钱包，里面有将近三百元钱，有失主的身份证，还有三

张银行卡和其它卡。这位同学在捡到钱包的那一刹那，没有被里面的金钱所打动，而是首先为失主着急，这么多贵重的物品，失主该多着急啊。这位同学就在马路边四处寻找失主，却一直未能找到，随后便将钱包交到了政教处老师的手中。

另外，还有许多无名的榜样在我们身边，打碎同学的暖壶后将钱交到政教处要求赔偿主人；同学身体受伤后，及时给予帮助，直到完全恢复；拾起路上的纸屑，为校园的洁净出一份力；见到老师能主动问好；进出校门时井然有序；出操时保持安静，听从指挥，做操认真有力；唱国歌时歌声嘹亮；去食堂吃饭时以正常步速走过去，做到文明进餐。

同学们，对待同学要像春天般的温暖，对待学习要有夏天般的热情，对待自身缺点要像秋风扫落叶一样“毫不留情”，也许我们的行为微不足道，也许我们的行为并不引人瞩目，但我们坚信：在他人需要帮助时，我们可以无私的奉献；当我们的校园环境需要大家去美化时，我们让灰尘不再飞扬，让垃圾不再堆积。让我们弃掉恶习，从一点一滴小事做起；敢于向坏习惯，不文明，不和谐的行为做斗争，我们洒下的辛勤汗水一定会收获更多的成果！让我们携起手来，从我做起，从身边做起，让我们的学习环境变得更加明净；让我们洋溢灿烂笑容，收获文明和谐的希望。

在这里我们要感谢这些无名的榜样，今天忻州一中为你们的所作所为而感到自豪和骄傲。“一枝独放不是春，百花齐放春满园”。亲爱的同学，让我们一起努力向他们学习，勤奋好学，珍惜时间，遵守纪律，团结友爱。把远大的目标分解在平时，树起实干的桅杆，鼓起理想的风帆，在人生的航道上乘风破浪！让我们每个人都成为榜样，成为一名合格的忻中人！

榜样分钟演讲稿篇三

“通知！通知……”广播里响起播音员甜美的声音驱散了我心

头一大半初夏的燥热。迈着匆匆的脚步赶到了一百米起点处。人少的可怜，只有寥寥数人。找寻一片阴凉处等待老师安排道数和组别。远远地看到一个身形适中的女老师走来，因着没有带眼镜的原因看得不甚清楚它的面容，只能隐隐看见一道眉如远山般纤秀。（传说中的眉如远山，远山眉）它踱步到一百米起点，一头中长发扎起，声音通过扩音器传来，很快就安排到我了。只见这位女老师的眉头忽而紧紧皱起，拿着参赛名单向远方一片阳光炙热的地方跑去。

我站在一片树荫下等候着，目光向远方投去追随着一个走动的身影。是那位女老师。它头顶着毒辣的太阳光，汗珠从它的额头上渗出，滑落过它的脸颊，纷纷汇入它的衣领。它的脚步未尝停歇过，奔走在各班之间与同学交流询问，得到的结果或许不理想，但它没有选择放弃而是选择继续坚持。太阳并不善解人意，仍然悬挂在高高的天空上。我看到汗水不断流出湿透了它的后背。它的脸色也被晒得微微发红。没有再看，我移开了视线。

只觉得一股神秘的力量充盈在体内，那是坚持、无畏的力量，更是榜样的力量。那位女老师的举动不经意地将坚持的精神传达给我们，影响了我们，激励了我们，让我们也拥有了坚持的精神。我想，这就是榜样的力量。总能在不经意间用自己积极向上的正能量去感染别人。

时隔多年以后，我或许早已忘记了这届体育节的事。但我一定记得初二那年，尚且青春，初夏四月，一位眉如远山的女老师给过我满满的正能量。

那是坚持的力量，更是榜样的力量。

榜样分钟演讲稿篇四

大家早上好，我是七年级一班的王睿玥，我今天演讲的题目是《学习身边的榜样，做优秀中学生》。

孔子曰：三人行，必有我师。在生活和学习中，请不要忽略我们身边的每一个人，让我们带着一双发现的慧眼，去学习他人的优点。向我们身边那些值得赞美的榜样学习。

回顾历史的长河，我们这个拥有几千年悠久历史的文明古国，在不同的年代都有着我们学习的榜样。每当听到激越的《义勇军进行曲》徐徐奏响的时候，我们心中就会想起那些为祖国浴血奋战的英雄们。刘胡兰、赵一曼、黄继光、董存瑞等等，是他们用自己的鲜血和生命换来了新中国的今天。他们是我们心中永远的榜样。

在我们的生活中，榜样就像一盏明灯，照亮我们前进的方向；榜样就像火红的太阳，给我们奋进的力量。

看看我们的身边，在每个班级中都有我们学习的榜样，课堂上，积极回答问题的那位同学是我们学习的榜样；校园里，主动捡起地上的废纸放进垃圾桶的那位同学是我们学习的榜样；运动场上，勇于拼搏敢于挑战自我的那位同学是我们学习的榜样。

在我们身边还有这样一些同学，他们的学习基础可能并不扎实，成绩可能并不优秀，但是他们却在努力地做好学习中的每一个环节，上课认真听讲，作业保质保量地完成。我们有理由相信，上天不会辜负勤奋的人。他们坚持不懈的努力一定会换来收获的成果，他们同样是我们学习的榜样。

同学们，当你面临失败、遭遇挫折的时候，想一想你心中的榜样吧，你会发现：森林原来可以那么翠绿，山峰原来可以那么俊秀，河流原来可以那么清澈，天空原来可以那么蔚蓝。当新的一缕阳光升起时，背着你的书包，带着你的梦想，迈着坚实的步伐出发。因为有了心中的榜样，属于我们的那一片蓝天才会更加蔚蓝，因为有了心中的榜样，前面的道路才会那么宽广。

榜样分钟演讲稿篇五

大家早上好!今天是3月份的第一次升旗仪式。我讲话的主题是“寻找身边的榜样，让爱与我们同行”。

3月是一个不平常的月份，它是学雷锋活动月：3月5日是毛泽东“向雷锋同志学习” 题词纪念日，是中国青年志愿者服务日;3月也是环境保护的重要月份：3月9日是中国保护母亲河日、3月12日是中国植树节、3月21日是世界森林日、3月22日是世界水日、3月23日是世界气象日。

随着熟悉的“学习雷锋好榜样”的旋律在校园里响起，我校各团支部的学雷锋活动将实实在在的开展起来。可能同学会有疑问，雷锋精神怎么跟环境保护会联系起来呢?其实就是一个字：爱。

同学们：对大自然的爱并不只是停留在口头上，更重要的是行动，而爱的行动必须以爱心为基础。爱心，是在日常生活一点一滴中积累培植起来的美丽花朵，它的盛开需要源源不断的滋养和浇灌，滋养的过程就是让爱与我们同行。

请爱我们的同学吧，学会互相关心、互相帮助、为同学分忧、待人有礼、不破坏学习生活的秩序，这是学雷锋，这是环境保护。

请爱我们的母校吧，维护学校纪律、维护学校声誉、维护班级、学校的环境卫生、维护学校的一石一物、为学校的发展作出我们的贡献，这是学雷锋，这是环境保护。

请爱我们的社会吧，当你用爱的眼光去看周围的时候，你会发现生活中有很多地方需要我们的关爱，你随时自然地付出自己爱的行动，这是学雷锋，这是环境保护。

请爱我们共同的家园吧，节约资源、不浪费、不铺张，拒绝

使用破坏大自然的一次性用品，这是学雷锋，这是环境保护。

滋养爱心的养分无处不在，让爱与我们同行，让雷锋这个名字的后面行进着的是我们所有宁中人整齐的步伐。

提到“雷锋”，我们又会自然而然地想起另外一个名词——榜样。榜样的力量是无穷的。散播一种榜样，我们将能够时时看到奋斗的目标和参照物。榜样是一种向上的力量，是一面镜子，是一面旗帜。

也许有人认为，雷锋想象太高大了，高大到高不可攀的程度，这样的榜样难以企及，不得不敬而远之。但前两年出版的雷锋传记告诉我们：雷锋也是一位时尚潮流的追求者：穿皮夹克戴手表，骑着借来的摩托车照相；他也喜欢表现自己，喜爱拍照片、写诗歌……这就让我们明白，雷锋也是一位普通人，他有喜怒哀乐。只不过，他不是一个人自私自利的人，而是一位有责任感、有爱心、有追求的人。他做的事情并非惊天动地，却完全对得起一个大写的“人”字。

当我们漫步校园时，不知你发现了吗？值日的同学正在紧张而有序的清扫；休息时间，我们的老师耐心地辅导学生；放学了，运动队还在训练；假期里，社区、敬老院、孤儿院都有我们宁中学生助人为乐的身影。这不正是对待工作象夏天一样火热的雷锋精神吗？我们当中的一部分同学，在激烈的竞争中，凭借自己的刻苦钻研和永不言败的信心，学习成绩始终名列前茅。这不正是雷锋身上学无止境，锲而不舍的钉子精神吗？我们学校有一支综合素质高的学生干部队伍，他们除了要努力学好功课的同时，还在为同学们服务，为班级，为学校发展做奉献。如果没有象雷锋那样强烈的集体主义精神，他们能做的那样出色吗？原来，榜样，就在我们身边。只要本着一颗明亮的心，我们将会发现更多身边的榜样……大家一定还记得在以往几届的“最佳宁中人”，也一定记得前两届“身边的榜样”的各类之星，今天，他们还是宁中校园里最普通的一员，然而，他们却在自己的学生时代书写着不平凡的故事；无

意中他们成了今天故事的主角，然而，他们丝毫没有骄傲，而是用自己最踏实的脚印、最朴实的言语继续过着精彩每一天。

榜样分钟演讲稿篇六

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。一连串的失败，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。

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！