

# 最新成长和感恩讲话稿三分钟 感恩帮助 成长讲话稿(汇总8篇)

开场白要简洁明了，直接表达自己的目的。要在开场白中引起听众的共鸣和兴趣，你可以尝试以下几种方法。下面是一些经典的开场白示范，供大家学习和借鉴。

## 成长和感恩讲话稿三分钟篇一

尊敬的老师和亲爱的同学们：

大家好！

我是高一年级\_\_班的\_\_。首先，我要感谢所有让我站在这里参加今天这个活动的人。我今天演讲的主题是《感恩的心》。

有人说感恩是人之常情。中国名人有许多传统美德，如忠诚为国服务，勤劳勇敢，尊老爱幼，兵戎相见。但我觉得感恩也是一种美德。感激父母，生我们，养我们，给我们爱；感激老师，赐予我们知识，教会我们做人的道理；感谢朋友，风雨相伴，给我们最真挚的友情。

感恩的老师，在人生的十字路口，是向我们伸出温暖之手的老师，所以我们在流浪中下定决心，在思考中坚定苏醒。是老师让我们看到了广阔的天空和蓝色的大海。在人生的旅途中，是老师丰富了我们的的心灵，发展了我们的智力；它为我们点燃了希望的光辉，为我们插上了理想的翅膀，让我们遨游在学习的海洋中。当我们成为翱翔天际的雄鹰，当我们成为畅游大海的巨龙，这些都是老师的功德，默默无闻地养育着桃李，努力培育着繁荣中华的栋梁。你的好会铭刻在我们心中，所以我们要用心感谢你。

感恩的朋友们，人们常说，战友和同学的心，是世界上最真

挚、最永恒的友谊。我们有一个。我们不应该快乐吗？生命的岁月是一串珍珠；漫长的岁月是一组音乐，同学之间的友谊是最璀璨的明珠，最精彩的乐章。几年，虽然只是很短的时间，却可以一起唱出友情，希望，奋斗，融化成深深的亲情，善良。夕阳下，我们在学校牵手；夕阳下，我们并肩回家；在教室里，我们互相帮助，在操场上，有我们快乐的脚印。几天几夜沉淀了我们。

滴水之恩，当涌泉往复！

我感谢我的父母，我的老师，我的同学，我周围的所有人，他们给了我一颗温暖而感恩的心。

感恩，从你我做起！从内心出发！

## 成长和感恩讲话稿三分钟篇二

\_\_X:

儒家的爱和亲情是最纯粹最温暖的。总是在细微处看到真相，一点一滴，一切都是那么安静和安全，就像置身于温暖的春天，被阳光和春风包围。让我们学会感恩，回报世界上最纯粹最温暖的爱。

我可以感叹，在我成长的过程中，父母没有给我那么多东西，我也可以感恩，因为他们把我带到了这个世界。

我可以抱怨背后说我坏话的朋友，我也可以感恩，因为他们让我发现自己的不足，让我通过改正来提升自己。

我可以诅咒上帝为什么给了我这么乱七八糟的家，我也可以感恩，因为上帝给了我灵魂、心灵和肉体的庇护。

我可以因为天气不好而沮丧，也可以感恩，因为雨雪洗刷了

世间的一切，让肮脏的灵魂清澈纯净。

我可以发牢骚，因为我没有很多钱，我也可以感恩，因为低迷的经济形势教会了我父母挣钱有多难。

电脑弄坏了我的眼睛我可以难过，也可以感激，因为电脑教会了我很多课本上学不到的东西。

仔细回想，当你诅咒一些肮脏的灵魂时，你发现了他们的优点吗？

学会感恩生活中的一切。

感恩一切，包括挫折和挫败。因为不想在挫折中沉沦，所以坚定人生志向，扬帆前进；因为不想在挫折中失去翅膀，所以在挫折中一次又一次的崛起，让自己活在夕阳中，创造辉煌的人生！

学会感恩是人生的第一课。每个人都有必要用一颗感恩的心来看待世界上的所有生命。

成长路上有感恩讲话稿精选

## 成长和感恩讲话稿三分钟篇三

敬爱的领导、老师，亲爱的同学们：

大家早上好！今天我演讲的题目是“学会感恩，尊老爱老”。

自古以来，九月九就是思念的节日，古诗有云：遥知兄弟登高处，遍插茱萸少一人。宋女词人李清照在重阳节时思念亲人，写下“东篱把酒黄昏后，有暗香盈袖，莫道不消魂，帘卷西风，人比黄花瘦”的忧愁。

现在我们国家给重阳节赋予新的寓意，这一天定为老年节，这是一个体现中华民族传统美德的节日，作为一个中学生，我们更是要尊敬老人，孝敬自己的父母，学会感恩。我国同世界上的许多国家一样，慢慢步入老年社会，大家是否知道，20\_\_年到20\_\_年我国老年人口将年均增长一千万左右，中国大中城市老年空巢家庭率已达到70%。关爱老年人，关心长辈，已成为整个社会的责任。尊老爱老，我们责无旁贷。前两天，我校红烛志愿服务队，走进老年乐园送温暖，庆重阳，为渐寒的秋季增添了一份温暖。

老年人也曾经年轻过，有过美丽的青春，有过追求，有着对社会的贡献，当你面对一对白发苍苍的老人，翻阅年轻时的照片，你心中可有感动！春秋交替，岁月流转，有一天你我也会老，看看老年的亲人，一晃几十年下去，那也许就是每个人的写照。

许多人虽心存对长辈的感激之情，却总是以为来日方长，他们感动很多，行动很少，想得很多，做得很少。尽孝对很多人来说，永远是“未来时”和“未完成时”。“树欲静而风不止，子欲养而亲不待”。时间是不等人的，如果等到你自以为拥有了可以孝顺能力的时候，可能已经为时已晚，老人可能吃不动了也穿不了了，有的老人也许会远离尘世。子女的心愿无法实现，子欲养而亲不待，留下终生遗憾！

有些东西一旦错过，将永远没法弥补，尽孝就是。毕淑敏曾说，“孝”是稍纵即逝的眷恋，“孝”是无法重现的幸福，“孝”是一失足成千古恨的往事，“孝”是生命与生命交接处的链条，一旦断裂，永无连接。

## 成长和感恩讲话稿三分钟篇四

亲爱的老师、同学们：

大家好！

有一个人，她永远占据在你心最柔软的地方，你愿用自己的一生去爱她，这个人，叫“母亲”！母亲给予我们生命的体验，我们感激；母亲使我们茁壮成长，我们感激；母亲给予我们的教育和开导，使我们获取知识和力量，我们感激；在我们的生命里，总会有困难和曲折，是母亲给予我们关怀和帮助，我们更应感激。投我以木桃，应报之以琼瑶。

广告中曾有过小男孩为自己母亲洗脚的感人片断，可在现实生活中，又是否是每个儿女都能够做得到的呢？“滴水之恩当以涌泉相报”我们或许有时会对一个陌生人的一点关怀念念不忘，而对母亲的大爱却熟视无睹，我们已经习惯了她对我们的关怀，对我们的呵护，致使我们会嫌她唠叨，或因一些小事就大发雷霆……然而，母亲却永远在背后默默地支持我们，耐心的开导教育我们，让我们勇敢和坚强地成长。

让我们从今天开始，从孝顺母亲开始，学会感恩吧！让我们为母亲洗一次脚，为她捶一捶辛劳的脊背，给母亲一个暖暖的拥抱，一句温馨的祝福，一声我爱你吧！一束康乃馨，一句“妈妈，您辛苦了”就能让母亲的脸颊重绽灿烂的笑容！让我们多给母亲一点体贴与关怀，让母亲和我们的家充盈着幸福与和谐，我们就迎来了真正的长大！

在此，我想引用一首诗来结尾：孩儿的成长，是母亲再生的希望；孩儿的失败，是母亲酸楚的泪水；孩儿成功，是母亲幸福的微笑。同学们，为了母亲的微笑，为了证明我们的成长，就让你我壮志而不言愁吧！

谢谢大家！

亲爱的同学：

我们能接受这样一群优秀的奋中师长的引领，我们享受其中的同时，更要倍加珍惜。然而，多少次，年少轻狂、任性冲动的我们，伤害了老师的感情或是无视老师的劳动成果。一

次次，老师都以无比宽广的胸怀和爱包容了我们，同学们我们要用实实在在的行动来感谢和回报我们敬爱的老师，让我们努力成为让老师们欣慰和骄傲的学生，在我们的身上彰显出我们老师的风采，我想，这是献给我们老师最好的问候和祝福。

多一次课上专注的听讲，少一次睡大觉开小差；多一次对老师的理解与尊重，少一次无端的埋怨和顶撞；多一次遵纪守法，少一次任性妄为；多一次躬身拾捡废纸，少一次信手乱丢垃圾；多一次扶弱助困的义举，少一次胡乱花钱的浪费；多一次对班级校园的爱护，少一次攀折树木、踩踏花草的行为；多一次真诚文明的问候，少一次喊爹骂娘的粗鲁！

同学们，让我们以实际行动回报恩师，做文明向上的奋中人！让我们携手并进，互相监督！

最后让我们再一次祝福我们敬爱的老师们：节日快乐、身体健康、万事如意！

## 成长和感恩讲话稿三分钟篇五

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家好！

我是x班的\_\_。今天，我很荣幸的站在这里来表述自己由来已久的观点——感恩。

有关这个字眼，我们会联想到很多，比如“感恩社会，感恩学校，感恩老师”等等。然而，今天我想阐述的是“感恩父母”

古语曰：“儿行千里母担忧”。为了更一步强化自身素质，用知识来武装自己。我离开家，离开父母，一个人踏上了远

行的列车。离开家的早晨，我不敢抬头凝望父亲呆滞的眼睛。我没有勇气去亲口告诉母亲一句“妈妈，秋季温差大，要注意保暖，照顾好父亲和您。”列车缓缓驶出站台，我透过窗子使劲对着父母伫立的方向挥手，大声呐喊“爸、妈、儿一定带着成就回家”我知道那句出自内心的话语没有被他们听到。但我坚信他们感受的到。

借这次机会我想告诉大家“父母为我们付出的没人可比，在这个诺大的世界当中，没有人比父母更疼爱我们，更能委屈自己从而满足我们的需求。”想必在座的大多是90后。都听过歌手王蓉唱的《爸爸妈妈》吧！

同学们，别让“树欲静而风不止，子欲养而亲不在”成为我们所不能弥补的遗憾。

我的演讲内容结束了，希望我的经历、我的感触对你们有所受益，谢谢。

## 成长和感恩讲话稿三分钟篇六

\_\_X:

感恩，这是我们都不陌生的字眼，可是大家知道感恩的真正含义吗？

首先，请听一听下面这个小故事：

一个小女孩要赶早去上学，但是闹钟坏了，她只好让妈妈在第二天早上叫醒她。于是妈妈一晚上都没有睡好，第二天早早地叫女儿起床上学。可是叫的早了些，她女儿在寒风中等着学校开门。于是女儿对妈妈大发脾气，埋怨妈妈让自己在刺骨的寒风中呆了那么长时间，可是她根本就不知道，她的妈妈一整晚都没有睡好，第二天很早就醒了，于是早早叫醒女儿，唯恐女儿迟到。

感恩不是作业，做完了就算完成任务了；感恩也不是夸夸其谈，挂在嘴上，戴在头上；感恩是一种发自内心的愿望，要用自己的心去体验，用心去感受，并用心去回报。对父母的操劳，老师的辛苦，他人的帮助和关爱，我们都要用感恩的心来承受，要将这种感恩之心变成学习和上进的动力，来回馈社会 and 他人。

让我们学会感恩，把感恩实实在在地送给身边的每一个人吧！

## 成长和感恩讲话稿三分钟篇七

各位老师，各位学姐学长，在座的各位朋友们：

大家晚上好。今天我要演讲的题目很简单啦——《感谢母校，爱我木中》。

乍用木中二词，也许有人会疑惑，所以在这之前，我有必要先介绍一下：我叫陈杰，来自苏州，毕业于江苏省木渎高级中学，也就是我的母校，昵称木中。

她坐落在天平，灵岩之间，据说是目前为止苏州境内风景最优美的学校。

俗话说得好：“老乡见老乡，两眼泪汪汪。”至于校友见校友么，那么自然是情不自禁，眼泪叭答答啦。背井离乡，才使我第一次真切的体会到了什么叫做故土情深；背井离乡，才使我第一次真切的体会到了家乡人的可爱；背井离乡，才使我第一次真切的体会到了母校在我心目中的价值与地位。

至今，还清晰的记得刚踏入木中时的情景，那时的我怀着异样激动的心情。漫步在飘着淡淡桂香的校园小道上，极目望去的则尽是小桥流水，亭台楼阁，不是仙境，却胜似仙境。木中的同学也很可爱，有时甚至会为了一盆洗脚水，一双臭袜子而发生纠葛，甚至打架。奇怪的是，感情却越打越深了。



然而，正如一位诗人所说的：“时光容易把人抛，红了樱桃，绿了芭蕉。”弹指一挥间，三年的高中生涯已然不存在了，正如你们所看到的，现在的我已经站到了这里，站到了这个容我倾吐一切的讲台。

与母校朝夕相处的日子是过去了。但是永远无法遗忘，木中的一草一木，因为那上挥洒过我们青春的汗水；无法遗忘，木中的亭台楼阁，因为那里浮现着我们嬉笑打闹的身影；无法遗忘，木中的小桥流水，因为那里珍藏着最深刻的记忆。

木中的风景是优美的，但也不可否认，当时的宿舍条件是艰苦的。八个人共住一个宿舍，共用一个卫生间，没有空调，没有电脑，没有电视，甚至没有电扇，没有桌子，你们可以想象，那是一副怎样的光景。

形象点来说吧。现在我们大多数人住的是那种四个人的公寓套间，就是把我们的床对面的那些橱子啊，柜子啊之类的拆了，换成同样的四张床；把卫生间里的热水器给摘了；把地面上的瓷砖给掀了，露出水泥地本色；最好呢，再在墙上踢上几个脚印，摁上几个指纹，那就差不多成了高中时我们宿舍的形象了，寒酸吧。

但是，我们都挺过来了，因为作为木中人，我们都有着那股木中精神：

我们渴望成功，为了目标我们可以克服一切困难；我们害怕失败，因为我们不愿看到深爱着我们的父母为我们而伤心流泪。

我们的木中精神是：今天我以木中为荣，明天木中以我为荣。

感谢母校，陪我成长；感谢母校，助我飞翔。

如果今天，在座的有哪位是木中毕业的，也就是我的校友，

那么就与我一道，感谢母校，爱我木中；如果不是，那也不打紧，希望你们从今天起知道：在江苏省，在苏州，有着这么一所美丽的学校，她的名字叫江苏省木渎高级中学，在华夏的大地上，她活跃了半个多世纪，培育了一代又一代优秀的学子。有被评为美国十佳青年的杨培东，有中国物理界新秀吕力，当然还有许多活跃在商界政界的，这里也就不一一列举了。

如果现在你们要问我在我心目中谁是最可爱的，我会毫不犹豫的回答：除了妈妈，就是母校。

我的演讲完了，谢谢大家。

## 成长和感恩讲话稿三分钟篇八

老师、同学们：

大家好！

现在请大家听我讲一个故事：一次，美国总统罗斯福家失盗，被偷去了许多东西，一位朋友闻讯后，忙写信安慰他，劝他不必太在意。罗斯福给朋友写了一封回信：“亲爱的朋友，谢谢你来信安慰我，我现在很平安。感谢上帝：因为第一，贼偷去的是我的东西，而没有伤害我的生命；第二，贼只偷去我的部分东西，而不是全部；第三，最值得庆幸的是，做贼的是他，而不是我。”

听完这个故事，可能会有人认为罗斯福总统自欺欺人；或有人暗暗地说声：这个罗斯福真够阿q的。然而，我想请问大家，在座的有没有人会真诚的感叹和佩服罗斯福总统感恩生活的大智慧呢。如果有，而且这个人就是你。那么，我真的要对你说一声“恭喜”了。因为你已经懂得了豁达地直面人生，懂得了感恩生活，获得了生活的真谛。

感恩生活很重要，也很有用，它可以使我们保持一种快乐和上进的心境。可是，现在的人有几个能真的对生活怀有感恩之情。记得三年前，当大家都还是大一新生的时候，许多人都会在班会上埋怨学校校门的破旧，大谈自己第一次踏入校门时的失望之情。大二时，我们又会埋怨课程太多，学习繁重。到如今，大三了，大家又会时时感叹时光的飞逝，而自己却仍一事无成。总之一句话，我们大部分的时间都在埋怨社会，感慨人生。不管是失败者或是成功者，都很少有人会认为自己现在过得很精彩。然而，这样一味的埋怨、这样灰色的心情又会带给我们什么呢？有，它带给我们的是妒忌，是沮丧，是失败。

有这么一句话：快乐要生活，不快乐也要生活。既然都需要生活，那我们为什么不选择一种更好的活法呢。英国作家萨克雷说：“生活就是一面镜子，你笑，它也笑；你哭，它也哭。”你感恩生活，时时笑对生活，生活将会给你阳光；你不感恩生活，只是一味得怨天尤人，那生活给予你的也将是失败和泪水。成功时，感恩的理由固然能找到很多，失败时，不感恩的借口却只有一个。殊不知，失败或不幸时更应该感恩生活。因为生活让我们品尝到了另一种滋味。一生都一帆风顺固然是好事。但这样的人生未免有点苍白。如果上天要我们多体验几种生活也未尝不是件好事，因为，只有这样我们的生活才真的称得上是五颜六色的。只要我们用一颗乐观的、感恩的心去面对各种生活，我们就可能在任何时候都保持一颗快乐的心。我们虽不能时时做生活的强者，但我们却可以时时让自己做生活的乐者。

在水中放进一块小小的明矾，就能沉淀所有的渣滓；如果在我们的心中培植一种感恩的思想，则可以沉淀许多的浮躁、不安，消融许多的不满与不幸。感恩，使生活变得更加美好，更加多姿多彩。让我们都学会感恩生活。