赞美沂蒙的演讲稿三分钟(优秀5篇)

演讲属于现实活动范畴。它是演讲家通过对社会现实的判断和评价，直接向广大听众公开陈述自己主张和看法的现实活动。大家想知道怎么样才能写得一篇好的演讲稿吗？以下是我帮大家整理的最新演讲稿模板范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

赞美沂蒙的演讲稿三分钟篇一

大家好!

中国这个令人自豪的名字。伟大的它繁荣、昌盛，一天比一天强大。同时，我就像待哺的婴儿在慈祥的母亲的怀抱里茁壮成长。

我生长在祖国的怀抱了，我看到了，想到了很多很多……

改革开放已__周年，1998年出生的我，应当说我完全是沐浴着改革开放的阳光成长的，我的成长几乎是一帆风顺的。
在10年岁月里，我记住了很多事，有些事的记忆是极深刻的。

20_年，记忆中，刚跨入新千年的祖国喜事连连，先是申奥成功，继而成功入世。此刻入世已七年，奥运会也近在咫尺，回想七年前那一幕，不禁让人感慨万分，与20_年奥运会失之交臂让人遗憾，08奥运让我们扬眉吐气。

20_年，今年我10岁，进入新千年的八年是祖国突飞猛进的八年。随着改革开放的不断深化，祖国实现了跨越式发展，祖国实力进一步增强，国际地位日益提高。08年是奥运中国年，世界目光将再一次聚向北京，奥运是展示我国改革开放伟大成就的极好机会，三十年风雨路，一朝风采尽展。祖国——东方的巨龙在腾飞，30年岁月，让改革开放的30年包容了一切，岁月流逝，时驰势易。在祖国母亲温馨的怀抱里，中华

儿女奋力拼搏，为建设好我们可爱的祖国呕心沥血，奏响了一曲曲振奋人心的凯歌。我看到了祖国人民的真情，在汶川地震的抗震救灾的过程中，众志成城、团结互助的精神把十三亿人民的心紧紧联系在一齐，产生了一股巨大的凝聚力。

今日，我长大了，学会了思考。我想：我们是在祖国母亲的怀抱里成长起来的，我的成长岁月只是改革开放逐渐辉煌的一段。如果没有改革开放，我也不会有这样优越的学习环境。我很欣慰，我沐浴着改革开放的阳光幸福成长。我还要认真学习，将来为社会，为祖国出一份微薄的力。我相信，祖国必须会更完美。我能生活在这个时代，是我的欢乐。啊，祖国，你永远是我的骄傲!我为你自豪，加油!我相信明天会更完美!

谢谢大家!

赞美沂蒙的演讲稿三分钟篇二

我为您歌唱。为您十年的历程，为您的蓬勃朝气；为您的智慧与勇气，为您的一切??西江大学——我为您歌唱!

十年，对于漫长的历史长河，或者够不上一节；十年，对于一个人或者只能说长大了，变老了。十年，对于我们西大，对于我们人是一篇动人的创业诗篇；是一行步履艰辛的奋斗之路；是西大人智慧与胆识、思考与探索的印记。

1985年11月，西江大学依托肇庆师范专科学校成立了，那时，面对的并不是一幢幢现代建筑林立的校园，而是破旧的平房，到处杂草丛生的荒地。这是西大的现实，也体现西大的勇气。财力、物力的贫乏；交通的不便，生活环境的困苦??这一切都不能吓倒西大的创业者。西大人用独有的勤劳，用自强的创业精神奋斗着、成长着，他们执着地探索以师范教育为主体，职业教育、成人教育为两翼的办学路子，探索切合自己实际的模式。终于，西大人的智慧与思想，西大人决策班子

的勇气与胆识，得到上级有关领导部门的肯定、宣传推广。这是西大的骄傲，也是西大人的骄傲。

是西大人的辛劳与智慧建造了西大的昨天、今天，并将开拓美好的明天。

十年作为整个思考过程，太短了；十年作为记忆年月的成长，太年轻了。正因为年轻才能有成长的愿望；正因为年轻，才有奋发的力量。我们作为西大的学子，西大的儿女，我们有理智思考西大的将来，我们应有决心建设西大的将来。

面对绮丽的星湖景色，迎着轻柔的北领和风，西江大学——这十年，您默默地吮吸西江母河的乳汁，您用自己的思想在思索；这十年，您用自己的声音在歌唱；这十年，您坚持党的教育方针，为地方的文化教育和经济建设培养可大批人才。西江大学——西江流域的文化摇篮，西江大学不断奋进的勇者；西江大学——我为您高歌，我为您歌唱。

赞美沂蒙的演讲稿三分钟篇三

“记不记得多少个白天，你没有回家，总有那么多的危重病人，让你牵挂，记不记得多少个夜晚，你不能回家，总有那么多的脆弱生命让你放不下。。。。。。”（这是护士佳话的歌）

从我的亲身经历中，我才真切地感到我们的工作中是多么的苦和累！打针、发药、铺床、输液，在苦中感受着呵护生命的快乐；交班、接班、白天、黑夜，在累中把握着生命轮回的航舵。在人们眼中，我们济世救人，是“白衣天使”
是“健康的卫士”，天使几乎成了我们的代名词，我们的职业是高尚的，但同时我们的职业也是清苦的。工作对我们的要求是苛刻的。白大褂一穿，什么情绪和烦恼都得抛得远远的。在医院消毒水的气味中，我们走过了清纯的少女时代；从血淋淋的伤口边我们走过了炙热的青春年华；在白色的氛

围中送走了无数个宁静的夜晚；在爱人的期待和孩子的埋怨中把自己奉献给了一个个伤痛病人。众所周知我们的工作辛苦，没有固顶的节假日；没有固顶休息时间。工作琐碎，责任重大。有的护士还需要跟麻风患者、精神病患者、传染病患者打交道。我们默默无闻的付出了很多。然而我们却经常遇到委屈和误解。但我们无怨无悔。只要我在这个岗位一天，我将倾尽自己的热情服务一天，直至我慢慢老去。因为我们深知服务对象是一个个需要人帮助和同情、在病痛中苦苦挣扎的病人。

“爱在左，同情在右，走在生命的两旁，随时撒种，随时开花，将这一径长途，点缀得花香弥漫，使穿枝拂叶的行人，踏着荆棘，不觉得痛苦，有泪可落，却不是悲凉。”——这就是我们，护理工作永远是爱与奉献的演绎。我们所能做的就是要在每个瞬间，给需要我们照料的病人送去温暖，用我们涓涓细流般的爱心来抚慰每一颗病痛的心灵。

护士的风采是在默默无闻的奉献中。

赞美沂蒙的演讲稿三分钟篇四

大家好!

培根说：“赞美者心中有朝霞、露珠常年盛开的花朵，漠视者心结心诚、四海枯竭、丛珊荒芜”让我们在生活中多一些赞美吧，赞美是一种给予、一种馨香、一种沟通与理解、一种依赖与祝福。

社会中，每个人都渴望得到别人的赞美，同样，每一个人也应该去赞美别人。赞美别人。赞美与被赞美是一种互动的力量之源，赞美者必具有愉悦之心仁爱之怀，成人之美之善念，被赞美者必产生自尊心之心奋进之力，向上之志!因为，学会赞美应该是做人的一种美德!

赞美沂蒙的演讲稿三分钟篇五

大家好!我今天演讲的题目是(神奇崆峒，养生平凉)。

崆峒山属六盘山支脉，是天然的动物王国。其间峰峦雄峙，危崖耸立，似鬼斧神工，林海浩瀚，烟笼雾锁，如缥缈仙境，高峡平湖，水天一色。有漓江神韵，即富北方山势之雄伟，有景色之秀丽，凝聚典雅的八台九宫十二院四十二座建筑群七十二处石府洞天，气魄宏伟底蕴丰厚。

崆峒峒之意，“高龄崆峒，山川险阻。雄视三关，控制五原”崆峒山在中古以前又称“笄头山”汉时，笄头道是古丝绸之路，西出长安的北路第二站。西汉至唐宋，商旅不绝，驹铃叮当。

皇城建筑为崆峒山寺观之首，殿宇富丽堂皇，宛如封建帝王的皇宫。

弹筝峡。有诗云：“晚霞留客住，夜半闻弹筝”巍峨高山意，洋洋流水情，幽谷声回荡，明月照风松。

大家知道，我们平凉历史悠久，文化流长。因此，古往今来崆峒山吸引了众多的风流才俊，人文初祖轩辕黄帝，崆峒山问道于广成子，首先请教问询的就是养生之道，所以说养生文化的“根”就在我们平凉。以黄帝问道为起始的传统文化，经过几千年的演进和发展，养生渗透到医药饮食，体育健康，休闲娱乐等;我们引以自豪的皇甫谧文化既是医学文化，从根本上说也是养生文化。全国六大武门派的崆峒武术实质是一种强身健体的养生之术。

养生平凉，在日益凸显。因此，“养生平凉”的科学地位实质上是以养生为特色的传统文化的深度挖掘和继续发扬，是优秀文化的传承和发展，是生态优势的集中体现，是提高人的健康水平，幸福指数的素聚焦处，也就是生“天时，地利、

人和”的基归结点。“养生平凉”就是“人文平凉”“绿色平凉”“幸福平凉”四位一体的聚集品牌。

崆峒山以其丰富的历史文化内涵和神奇灵秀的自然景观，成为丝绸之路旅游热线上的一个亮点。

下面，我围绕抓好“神奇崆峒，养生平凉”创建工作，简要讲四方面。

崆峒山必将迎来新一轮旅游经济的春天!

我的演讲完毕!谢谢大家