

# 五步八礼演讲稿三分钟(大全5篇)

演讲稿也叫演讲词，是指在群众集会上或会议上发表讲话的文稿。演讲稿是进行宣传经常使用的一种文体。演讲的作用是表达个人的主张与见解，介绍一些学习、工作中的情况、经验，以便互相交流思想和感情。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？以下是我帮大家整理的演讲稿模板范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

## 五步八礼演讲稿三分钟篇一

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家早上好，今天我国旗下讲话的主题是：四仪八礼。

古老的中华民族源远流长，在五千年的历史长河中，创造了灿烂的文化，形成了高尚的道德准则、完整的礼仪规范和优秀的传统美德，被世人称为文明古国，礼仪之邦“。在我们的血液里，浸染着的、流敞着的是“讲文明，懂礼仪”的拥有几千年文明的民族精华。在经济高速发展的今天，在价值观多元发展的今天，在个性凸现的今天，我们更没有理由摒弃千年的文明传统！

省文明委前不久制定下发了《关于在全省开展未成年人文明礼仪养成教育的意见》和《江苏省未成年人基本文明礼仪规范》，意在教育培养未成年人的“八礼四仪”。“八礼”主要包括仪表之礼、餐饮之礼、言谈之礼、待人之礼、行走之礼、观赏之礼、游览之礼、仪式之礼。仪表之礼，包括面容整洁、衣着得体、发型自然、仪态大方。餐饮之礼，包括讲究卫生、爱惜粮食、节俭用餐、食相文雅。言谈之礼，包括用语文明、心平气和、耐心倾听、诚恳友善。待人之礼，包括尊敬师长、友爱伙伴、宽容礼让、诚信待人。行走之礼，

包括遵守交规、礼让三先、扶老助弱、主动让座。观赏之礼，是指在观看文艺表演和体育比赛等场合，遵守秩序、爱护环境、专心欣赏、礼貌喝彩。游览之礼，就是善待景观、爱护文物、尊重民俗、恪守公德。仪式之礼，是指讲究文明礼仪，做到按规行礼、心存敬畏、严肃庄重、尊重礼俗。四仪即为我们所要经历的入学仪式、成长仪式、青春仪式、成人仪式。

我们勤劳的炎黄子孙自古面朝黄土背朝天，我们最为注重的就是餐饮之礼中的节俭，人们的每一份收获都是辛勤劳动换来的，人们珍惜自己的收获，更是珍惜自己的付出。凭着踏实、勤恳，炎黄子孙在这片沃土上劳作、繁衍，生生不息。祖先们将这种美好的品德融入血液，世世代代地流传，希望我们的民族繁荣兴盛。作为炎黄子孙，我们应传承祖先的美好品德，用我们生命中的这份执着耀民族之荣光。

白居易曾说过：奢者狼藉俭者安，一凶一吉在眼前。可见古人之于节俭亦是甚为注重的。

唐宋八大家之一的苏轼21岁中进士，前后共做了40年的官，做官期间他总是注意节俭，常常精打细算过日子。公元1080年，苏轼被降职贬官来到黄州，由于薪俸减少了许多，他穷得过不了日子，后来在朋友的帮助下，弄到一块地，便自己耕种起来。为了不乱花一文钱，他还实行计划开支：先把所有的钱计算出来，然后平均分成12份，每月用一份；每份中又平均分成30小份，每天只用一小份。钱全部分好后，按份挂在房梁上，每天清晨取下一包，作为全天的生活开支。拿到一小份钱后，他还要仔细权衡，能不买东西坚决不买，只准剩余，不准超支。积攒下来的钱，苏轼把它们存在一个竹筒里，以备意外之需。

其实节约是每个民族亦是每个人的必备品德。

英国女王伊丽莎白二世经常说的一句英国谚语是“节约便士，英镑自来”，每天深夜她都亲自熄灭白金汉宫小厅堂和走廊

的灯，她坚持皇家用的牙膏要挤到一点不剩。

号称“车到山前必有路，有路必有丰田车”的日本丰田公司，在成本管理上从一点一滴做起，劳保手套破了要一只一只的换，办公纸用了正面还要用反面，厕所的水箱里放一块砖用来节水。一个贵为一国之尊、一个是世界著名的跨国公司，节约意识竟如此强烈，令人赞叹。

亲爱的同学们，一国之女王尚如此节俭，那我们呢，是否应该改掉那些坏习惯，在餐桌上，是否还要为了所谓的面子点一堆无谓的饭菜，然后又为了所谓的不土气而不将多余的饭菜打包？我们是不是还在应为某些水龙头是公共的就让它肆意流淌？大家是否听见了它的哭泣，它的哀号？中国地大物博，但任何财富都会随着时间消逝，同学们，从现在，从点滴，不吝惜举手之劳，不攀比，不炫耀，脚踏坚实的中华土地，做一个有修养的中国人。

每天问一问自己：我今天节约了么？希望同学们的回答都会是：是的，今天我节约了。

我的讲话结束，谢谢大家！

## 五步八礼演讲稿三分钟篇二

各位老师各位同学：

大家早上好，今天我国旗下讲话的主题是：四仪八礼。

古老的中华民族源远流长，在五千年的历史长河中，创造了灿烂的文化，形成了高尚的道德准则、完整的礼仪规范和优秀的传统美德，被世人称为文明古国，礼仪之邦“。在我们的血液里，浸染着的、流敞着的是“讲文明，懂礼仪”的拥有几千年文明的民族精华。在经济高速发展的今天，在价值观多元发展的今天，在个性凸现的今天，我们更没有理由摒

弃千年的文明传统！

省文明委前不久制定下发了《关于在全省开展未成年人文明礼仪养成教育的意见》和《江苏省未成年人基本文明礼仪规范》，意在教育培养未成年人的“八礼四仪”。“八礼”主要包括仪表之礼、餐饮之礼、言谈之礼、待人之礼、行走之礼、观赏之礼、游览之礼、仪式之礼。仪表之礼，包括面容整洁、衣着得体、发型自然、仪态大方。餐饮之礼，包括讲究卫生、爱惜粮食、节俭用餐、食相文雅。言谈之礼，包括用语文明、心平气和、耐心倾听、诚恳友善。待人之礼，包括尊敬师长、友爱伙伴、宽容礼让、诚信待人。行走之礼，包括遵守交规、礼让三先、扶老助弱、主动让座。观赏之礼，是指在观看文艺表演和体育比赛等场合，遵守秩序、爱护环境、专心欣赏、礼貌喝彩。游览之礼，就是善待景观、爱护文物、尊重民俗、恪守公德。仪式之礼，是指讲究文明礼仪，做到按规行礼、心存敬畏、严肃庄重、尊重礼俗。四仪即为我们所要经历的入学仪式、成长仪式、青春仪式、成人仪式。

我们勤劳的炎黄子孙自古面朝黄土背朝天，我们最为注重的就是餐饮之礼中的节俭，人们的每一份收获都是辛勤劳动换来的，人们珍惜自己的收获，更是珍惜自己的付出。凭着踏实、勤恳，炎黄子孙在这片沃土上劳作、繁衍，生生不息。祖先们将这种美好的品德融入血液，世世代代地流传，希望我们的民族繁荣兴盛。作为炎黄子孙，我们应传承祖先的美好品德，用我们生命中的这份执着耀民族之荣光。

白居易曾说过：奢者狼藉俭者安，一凶一吉在眼前。可见古人之于节俭亦是甚为注重的。

唐宋八大家之一的苏轼21岁中进士，前后共做了40年的官，做官期间他总是注意节俭，常常精打细算过日子。公元1080年，苏轼被降职贬官来到黄州，由于薪俸减少了许多，他穷得过不了日子，后来在朋友的帮助下，弄到一块地，便自己耕种起来。为了不乱花一文钱，他还实行计划开支：先把所

有的钱计算出来，然后平均分成12份，每月用一份；每份中又平均分成30小份，每天只用一小份。钱全部分好后，按份挂在房梁上，每天清晨取下一包，作为全天的生活开支。拿到一小份钱后，他还要仔细权衡，能不买东西坚决不买，只准剩余，不准超支。积攒下来的钱，苏轼把它们存在一个竹筒里，以备意外之需。

其实节约是每个民族亦是每个人的必备品德。

英国女王伊丽莎白二世经常说的一句英国谚语是“节约便士，英镑自来”，每天深夜她都亲自熄灭白金汉宫小厅堂和走廊的灯，她坚持皇家用的牙膏要挤到一点不剩。

号称“车到山前必有路，有路必有丰田车”的日本丰田公司，在成本管理上从一点一滴做起，劳保手套破了要一只一只的换，办公纸用了正面还要用反面，厕所的水箱里放一块砖用来节水。一个贵为一国之尊、一个是世界著名的跨国公司，节约意识竟如此强烈，令人赞叹。

亲爱的同学们，一国之女王尚如此节俭，那我们呢，是否应该改掉那些坏习惯，在餐桌上，是否还要为了所谓的面子点一堆无谓的饭菜，然后又为了所谓的不土气而不将多余的饭菜打包？我们是不是还在应为某些水龙头是公共的就让它肆意流淌？大家是否听见了它的哭泣，它的哀号？中国地大物博，但任何财富都会随着时间消逝，同学们，从现在，从点滴，不吝惜举手之劳，不攀比，不炫耀，脚踏坚实的中华土地，做一个有修养的中国人。

每天问一问自己：我今天节约了么？希望同学们的回答都会是：是的，今天我节约了。

我的讲话结束，谢谢大家！

## 五步八礼演讲稿三分钟篇三

尊敬的老师，亲爱的同学们，大家下午好！我演讲的题目是——勿忘国耻振兴中华。

当五星红旗在香港上空冉冉升起的时候，我们不会忘记，在中国历，曾经有过100年的噩梦。那是中华民族屈辱的历史，也是华夏儿女奋力抗争的历史。

同学们知道《南京\_吧！今年，我在参观南京\_纪念馆时也亲身见证了当年刻骨铭心的历史。同学们你们手中的照片是我在纪念馆拍的，它就是当年活生生的写照，日本人在不到一星期的时间残忍地杀害了30多万手无寸铁的百姓！三十万啊！多么触目惊心的数字啊！外国侵略者给我留下的痛苦，深深地刻在我们的心的。

同学们南京\_给我们留下了深刻的印象，让我们行动起来，好好学习，俗话说：少年强则国强，长大后永远也不要让南京\_的历史重演，让我们通过努力把国家变得更加强，同学们不要忘记我们中国有过一段屈辱，不要忘了我们肩上挑着振兴中华的重任。

我的演讲完毕，谢谢大家！

文档为doc格式

## 五步八礼演讲稿三分钟篇四

同学们：

早上好！

今天国旗下讲话的题目是《学八礼四仪，做文明少年》。

孔子曾说过：“不学礼，无以立。”就是说一个人要有所成就，就必须从学礼开始。那什么是礼仪呢？简单的说，礼仪就是人际交往的行为规范，是平时与人相处时的亲切友好，是路上相遇时的微笑问候，是同学有难时的热情帮助，是不小心撞到人时的一声对不起，是自觉将垃圾入箱的简单举动，是公共场合讲话时的轻声低语等等等等。可以说，文明礼仪直接体现出个人的内在修养，不仅是人与人之间相处的根本准则，更是构建和谐社会的重要基石。

仪表之礼：面容整洁、衣着得体、发型自然、仪态大方。餐饮之礼：讲究卫生、爱惜粮食、节俭用餐、食相文雅。言谈之礼：用语文明、心平气和、耐心倾听、诚恳友善。待人之礼：尊敬师长、友爱伙伴、宽容礼让、诚信待人。行走之礼：遵守交规、礼让三先、扶老助弱、主动让座。

观赏之礼：在观看文艺表演和体育比赛等场合，遵守秩序、爱护环境、专心欣赏、礼貌喝彩。

游览之礼：善待景观、爱护文物、尊重民俗、恪守公德。

仪式之礼：讲究文明礼仪，做到按规行礼、心存敬畏、严肃庄重、尊重礼俗。

而“四仪”是以7岁、10岁、14岁、18岁为重要节点，分别组织举行寓意深刻、庄重简朴的入学仪式、成长仪式、青春仪式、成人仪式，以此教育引导未成年人强化文明礼仪素养。

同学们，“播种行为收获习惯，播种习惯收获性格，播种性格收获命运”。让我们积极行动起来，从我做起，从现在做起，认真学习“八礼四仪”，积极践行“八礼四仪”，希望我们的同学能够在一系列的学习活动中，真正做一名有道德的文明人，让礼仪之花绽放在校园的每个角落。

## 五步八礼演讲稿三分钟篇五

a□尊敬的老师们，亲爱的同学们，大家早上好！我是五4班宣传委。。。。。

俗话说得好：“没有规矩，不成方圆。”最近咱们江苏省正式出台了一部“学得会做得到”的《江苏省未成年人基本文明礼仪规范》，要求在全省未成年人中开展文明礼仪养成教育。规范突出强调了培育涉及未成年人日常生活细节的“八礼四仪”，这在全国范围内还是首次。八礼是指仪表之礼、餐饮之礼、言谈之礼、待人之礼、行走之礼、观赏之礼、游览之礼、仪式之礼。四仪分别是7岁时的入学仪式、10岁时的成长仪式、14岁时的青春仪式、18岁时的成人仪式。

我们五（4）班的同学们在认真学习了礼仪规范之后，在班会上进行了严肃而又热烈的探讨。同学们对八礼中的行走之礼结合自己班级的实际形成了比较一致的认识和看法。今天我请来五（4）班的两位同学们，想请他们把自己这段时间的调查和收获跟大家分享。

a□同学们首先介绍一下自己吧。（分别介绍一下自己）

a□谢谢！哪位同学先来？

b□我先说吧！

c□我知道，我们中国人常常在公共场所大声喧哗。喧哗看似是小事其实是素质低下，没有涵养的表现。

b□是呀！同学们，你们是否发现，下课铃响后，我们颜小的校园也沸腾了，到处是高声喧哗的同学，在这些吵闹声中不时还传来几声尖叫，这就成了让人烦躁的噪音。我想问，生活学习在这样的环境中好吗？如果一个人经常生活在喧闹的环境中她的心脏和听力都会受到很大的影响，噪音严重影响



我们的健康呀，同学们！

c□你说的很对，健康第一。我发现低年级的同学，似乎尤其喜欢喊叫。常常发现有小

同学一边哄闹，一边喊叫，无论我们用什么方法都无法让他们安静下来。

b□这样的追跑多危险呀！

c□是的，他们在制造噪音的同时有可能把别人撞得鼻青眼肿，甚至发生摔倒、跌落等伤害。

b□所以，我们想提醒全校同学不在校园任何地方大声喧哗，追跑哄闹。

a□你们说得真好，我不禁想到了上周发生的事情。

bc□你怎么了，发生了什么事？

a□那天，我抱着高高的一摞本子从老师办公室出来，突然有一个小朋友冷不防的撞了我一下，本子哗的一下全散了，我也跌到在地上。等我从地上爬起来的时候才发现，那个小同学走路的时候抱着一本书在读。

b□爱读书是好事，但走路时，如果三心二意，这样既会伤害到别人，也会伤害到自己，大家走路一定不要分神哦！

a□还有呀，有一次我亲眼看见两个男孩子在教室通道上打打闹闹，上课铃响了，他们还是不忘耍酷，一个人摆出“降龙十八掌”，另一个人打出“一阳指”，正好，一位老师迎面走来，一下撞到了老师，你说，这多危险呀！

c□是呀。我还看到一些同学在行走时喜欢耍酷。

b□你能具体说一下吗？

c□有的同学下楼的时候一步跨两层，是不是很酷？

b□酷什么酷？就怕成了窟窿的窟。万一不小心跌了下去你就算有钢筋铁骨也会摔伤，裤子上留一个大窟窿。

c□转弯的时候斜着加速也很有点漂移的感觉，是不是很酷？

b□你以为你是蜘蛛侠啊——爬围栏、阳台、窗户，这是电影特效，不是有一篇报道说

有一个小孩爬窗户失足跌了下去。酿成了悲剧。

c□同学们，刚刚我们说到的情景都不酷，都存在着安全隐患，所以大家千万不能这样噢！

a□你们讲得真是太好了，谢谢你们！大家说的可以总结成一些行走的礼仪细节，是吗？齐：是！

a.上下楼梯靠右行，不上跑、不下跳、不滑行。

b.在校园任何地方不大声喧哗，追跑哄闹。

c.行走时专注，转弯时慢行。

a.雨天湿滑时小心慢行，不踩水。

b.不爬围栏及阳台、翻越窗户。

古语有云：“质胜文则野，文胜质则史，文质彬彬，然后君子。”咱们中国作为有着数千年优良传统的礼仪之邦，礼仪已经逐渐融为中华文化不可或缺的一部分。

同学们，让我们从“行走”做起，认真地学习“八礼四仪”，将这些优良的日常生活细节真正落实于行动中，成为一名与时代并进、崇尚礼仪的谦谦君子吧。