

榜样同行的演讲稿三分钟(优秀7篇)

演讲稿是进行演讲的依据，是对演讲内容和形式的规范和提示，它体现着演讲的目的和手段。优质的演讲稿该怎么样去写呢？下面我给大家整理了一些演讲稿模板范文，希望能够帮助到大家。

榜样同行的演讲稿三分钟篇一

你们好！很荣幸能参加今天的演讲，现在我演讲的题目是“安全与爱同行”。

安全是什么，安全就是生命。只有确保了安全，生命才会美丽精彩。

说起安全，每个人都知道该怎么做，但是你真正重视了吗？施工中你戴好安全帽了吗？走马路闯红灯了没有？……世上每天都有很多不幸的事情在发生，生命就像珍贵的青花瓷，是那么脆弱，只要一失手就会变成碎片。我们只有更了解生命的意义，才能让不幸离我们远些，安全离我们更近些。我们要为自己和他人的安全着想，不要让宝贵的生命消失。生活在这个世界上，安全就是我们生活的基础课程，只有学好了这门课，才能开始你丰富美好的生活。

人一生最宝贵的是生命，生命属于每一个人只有一次，所以我们要好好爱惜生命，从小养成好的习惯。从我们来到了人世间，父母爱的唠叨就开始伴随着我们成长。从每一个最细小的动作开始：慢点吃，别呛着了；别爬到床边会摔下去的；站稳扶好别倒了；路上骑车小心点，别回家太晚了……等等，没等我们去真正的体味那些话的含义，我们也就长大了，爱又让做了父母的我们不由自主的沿着前辈的话语引导着我们的下一代。其实我们的亲人所重复的话语的真正含义，就是希望我们能够健康安全。大家都在重复着同样的话语，虽然

有些啰嗦乏味，但只要用心留意会发现，在这平淡无奇的话语里，却凝聚着亲人、同事、朋友最深的爱意与关怀。我们曾一千遍一万遍的强调一定要注意安全，“安全”两字说起来就这么简单，但做起来就不简单了。

安全是一个永恒的主题，它是人类最重要、最基本的要求，安全生产既是人们生命健康的保障，也是企业生存与发展的基础，更是社会稳定和经济发展的前提条件。“隐患险于明火，防范胜于救灾，责任重于泰山”，逆耳的忠言利于行啊！天天说安全，时时话安全，但久而久之未见出任何事，就会使一些人产生了麻痹思想。水电建设集团在20xx年发生的生产安全事故我们还清晰的记得：5月28日，水电五局尤马水电工地发生一起交通事故，死亡4人。8月1日，水电八局谷拉电站起重设备门机在检修保养过程中，发生倾倒机械事故，死亡14人，伤3人；8月15日，水电三局分包商在平头电站架桥时，发生高空坠落事故，死亡2人。如果当时他们能想到一点点安全，这人间的悲剧就不会发生。然而所有的如果都无法实现，他们就匆匆的走了，给亲人留下的是撕心裂肺的痛哭，给我们留下的是沉痛的思考和那血淋淋的教训。

惨痛的事实告诉我们：重视安全生产，不能仅仅停留在口头上、规章制度的文件里，必须落实到议事日程和操作流程上。然而，有些人就是对安全生产重视不够，或存侥幸心理，往往是“说起来重要，做起来次要，忙起来不要”，甚至把安全生产与经济效益对立起来，认为安全生产是可有可无、不见成效的工作，直到酿成大祸才后悔不迭。其实，好多事故都是由于安全工作做不到位或违反操作规程，蛮干、盲干造成的。

安全生产要求我们大家要绷紧安全警钟长鸣这根弦，进一步强化“安全第一、预防为主”的思想观念，不断总结成功的经验和失败的教训，重在防患未然，把事故消灭在萌芽状态。安全监督管理部门在建立健全规章制度的同时，加大监督、检查、管理的力度，督促企业加大对安全生产的投入，加强

职工的安全生产教育和培训，使软、硬件同时到位。

在我们的施工现场中，还存在着许多不安全因素，如各类施工机械作业、特种作业、施工用电等，在工作中稍有疏忽和大意就可能造成生产事故。要想做到安全施工，完善的规章制度、安全生产责任制、安全监督检查、安全生产投入及安全培训是必不可少的重要工作。我们可以通过培训提高意识增强技能，也可以通过安全技术交底使作业人员明确安全隐患及防范、应急措施，做到更好的保护好自己，这样才能把安全工作做到位。这就要求我们每一个作业人员必须提高安全意识，严格按照安全技术规范进行操作、作业。安全帽、安全带是现场人员最基本的劳保护具，可是我们有的现场人员总是嫌丑、嫌麻烦，有的觉得没有必要，不戴或不正确佩戴安全帽就进入现场施工；高空作业不扎安全带，为了所谓的方便就违章作业；有的明知危险却总是抱着侥幸心理，于是大大小小的事故就发生在了我们的身边和周围。让我们静下心来仔细分析一下那些事故，很多都是人为造成的，都是违章作业造成的。所以我们要采取措施，加强安全生产的宣传和教育，努力营造安全文明生产氛围，使遵章守纪成为我们每个作业人员的自觉行为，让违章远离我们，做到令行禁止，不能因一个繁忙的日程成为忽视安全的理由为借口，酿成终身遗憾。

安全是金钱，安全是效益。安全生产警钟常鸣，居安思危才能使企业兴旺，才能使企业发展。再讲一个“安全帽”的故事吧。某工地职工小杨在拆除脚手架的作业过程中，一根长1.8米，重19公斤的槽钢从3米高处垂直掉落，砸在小杨的头上，头上的安全帽震裂了，险啊，这一顶小小的安全帽居然救下了小杨，使他免遭厄运。无疑，是安全防护救了他。生命需要呵护，安全对他的呵护才是最根本、最有效的，我深深的相信，只有那些真正热爱生命、热爱生活、对安全这项伟大事业有着深刻领悟的人们，才会对安全和生命格外关注，才会安全健康的活着。因此，我在这里呼吁和提醒大家：在生产过程中必须实施”我不害人、人不害我“的安全行为规

范，当上班前穿戴好劳保用品时，那就是安全；当你按章作业时，那就是安全；当你发现一个不起眼的安全隐患，并及时将之消除时，那就是安全；这样安全才能常驻我们心里。不懂得“安全第一”的人，是不会平安生存在世界上的，只有安全才会有收获，有幸福。

今年“安全生产月”的主题是“关爱生命，安全发展”。这充分体现了科学发展、以人为本的要求。作为主宰世界的人类，是健康和平安维护着我们的生命。安全的现代意义伴随人类的稳定、繁荣、发展和进步，人民利益高于一切，安全是人们生存和发展的最基本的条件。只有人人注意安全，重视安全，我们才能真正拥有安全幸福的人生。

我们水电人不容易，背井离乡地在外工作，背负着父母、爱人和孩子的期盼。“高高兴兴上班来，平平安安回家去”是我们的心愿。同志们，为创造我们公司的辉煌，让我们携起手来，共筑安全的长城，让安全警钟长鸣，让爱与安全伴我们一同前行。

谢谢大家！

榜样同行的演讲稿三分钟篇二

大家好！

很荣幸我能有这样的机会参加今天的演讲会。我叫***，是**车间的一名员工，生产一线上的一名新兵。我的演讲题目是“安全伴我同行”。

在这人海如潮滚滚红尘的现实社会中，请问您最需要什么？是金钱美女，还是功名利禄？如果让我来回答，我就说：我最需要的是安全！

“孩子，绕过前面的石子。”这是母亲在我蹒跚学步时的指

点。“当心路上的汽车啊！”这是父亲在我飞车上学时身后的叮咛。“隐患险于明火，防范胜于救灾，责任重于泰山”这是现在，我和同事们每天上班时恪守的信念，在人生的旅途上，安全伴我同行！的确，在我们离开母亲的搀扶，摇摇晃晃地行走在人生道路上以后，我们一直依赖着“安全”这个拐杖，没有它，我们可能会摔跤，可能走不过风风雨雨，更不可能到达人生辉煌的顶峰。

“安全”对于我是重要的，对于化工企业的员工，它的意义在于生产装置的稳定运行；在于千家万户的幸福与欢乐；更在于国家财产的安危！大家每天上班、下班、走厂区、进入生产现场，可以发现我们周围各种安全标识、警示牌，这都是为了营造一个良好的安全的氛围，更是对我们一种无声的提醒。在工作中我们要服从安全人员的监督指导，自觉遵守各种安全规章制度，让事故无隙可乘，这就需要我们全体热电职工的努力。

不讲安全，哪怕是轻轻的一碰就能使“高温高压、易燃易爆”的炼油装置，怒火爆发；不懂安全，哪怕是小小的一只工具包，就能中断供电系统的正常运行；不要安全，哪怕只是小小的一个意念，就能让操作中的生命处于危险。

在这里，我们不妨给每个事故做个假设：假设你当时多走几步，假设你当时严格执行安全措施的检查，假设你在操作时在系统画面前多看3秒钟，假设你到达现场在设备面前多看3秒钟设备标示牌，假设你当时认真戴好安全帽，事故就不会发生。可见，实现安全生产并不难，关键在于有没有责任心。其实，我们可以杜绝习惯性违章，只要每个人多留点心，我们可以避免误操作事故，只要对工作有个认真负责的态度，安全就会时刻伴随着你。

“前车之鉴，后事之师”，安全工作只有起点，没有终点。从事化工行业的我们，如果没有“安全第一”的意识，那么，不仅没有“安、稳、长、满、优”的可能，而且还是失职，

是对企业和员工的不负责任，甚至是犯罪。安全和良好的秩序，是我们企业保证国家整体发展、人民生活水平不断提高的最集中的体现，这也是我们为企业服务，最基本的要求。听不进安全第一的劝告，是耳朵的幼稚；不懂得防范为重，责任重于泰山的人是心灵的幼稚；不深入一线，排除各种安全隐患，还他人以安全则是行为的幼稚。

视安全为生命，重安全如泰山；

严肃劳动纪律，遵守操作规程；

在岗必尽职， 尽职必尽责。

让我们一起记住：关爱生命，安全发展；安全警钟长鸣，安全伴我同行！

榜样同行的演讲稿三分钟篇三

“人生不能失去梦想，只有拥有梦想的人才能够有奋斗的目标，挑战的勇气，感受到自己拼搏过后成功的喜悦，这样的生命才更有意义。”一直以来，我都坚信这一点，并早已拥有了自己的梦想。无论是短期的，还是长远的，它都在我的人生中发挥着重要的作用，它，在我迷茫时为我指点迷津；在我失败后为我加油打气；在我因取得一点成绩沾沾自喜时提醒我任重道远……我能够走到现在，都是因为我正与梦想同行。

小时候的我是懵懂的，每当有人为我长大想当什么时，我都思前想后的，还是说不出确切的答案。后来，我努力搜索着，希望给自己找一个喜欢又赚钱的职业。那时经常可以听到老师的赞语、父母欣喜的夸奖，原因就是我能写出一篇好文章。当时只知道高兴，可随着自己人生、价值观的建立，我开始发现当一名作家是不错的事。自从有了这个想法，我的梦想就随之起航了。

很快将要面临初三魔鬼生活的我有些担心和不安，不是因为害怕“魔鬼计划”，而是对自己能否考上重点高中还没底。所以我现在最大的梦想就是能为毕业交上一份完美的答卷。我正朝这目标远行，不过即使我登陆了“眼前的驿站”，还有下一个红旗等着我去摘取，愿我走得更远！

因为有梦想班，我才不会孤单，因为与梦同行，我才会勇敢向前。愿每个人都能拥有一份梦想，因为有梦才有方向，又梦才有远方！

榜样同行的演讲稿三分钟篇四

我们需要梦想，我们更需要为梦想而奋斗！

但梦想并不是没有目的的去空想，而是需要以奋斗为基石，没有梦想的奋斗是不明智的，同样不去奋斗的梦想也是无用的。如果要想实现你心中的那个梦想，就要付诸行动，去为之努力，为之奋斗，这样你的梦想才会实现。

那我们应怎样去奋斗呢？纵观历史长廊，那些成功者绝非一帆风顺，他们为着自己的梦想和目标，竭尽全力，奋斗不息。孔子周游列国，四处碰壁，悟出《春秋》；左丘明经历苦难后写下《左传》；孙臆断足后，终修《孙子兵法》；司马迁蒙冤入狱，坚持完成了《史记》……伟人们在失败和困顿中，用坚韧，不服输的意志奋斗，终于到达了成功的彼岸。

在现实生活中，我们身边也有好多人都有自己的梦想，也在奋斗着。我的邻居，她的数学很不好，经常是不及格。她下定决心：下次数学考试达到90分。于是每天晚上，她都会多做5道题目，并且一直努力着。功夫不负有心人，她终于实现了自己的目标。

苏轼曾经说过：古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。这说明我们在追求梦想时，要有坚持不懈的毅

力，只有这样，我们才会顺利地实现目标。

梦想就是天空，奋斗便是彩虹。没有彩虹的天空十分灰暗，没有天空的彩虹显得黯淡。同学们，让我们为梦想去奋斗，在梦想的天空中架起一道奋斗的彩虹吧！

谢谢大家！

榜样同行的演讲稿三分钟篇五

大家好！

今天我演讲的题目是《学会感恩 与爱同行》。

每当此时——你会不会想到一个词，那就是“感恩”？

有使你长大成熟的人吧！

朋友，你可曾听说过丛飞，这个为资助178个孩子上学而节衣缩食的爱心歌手。当年他流落到广州时几乎身无分文，一位陌生的姑娘听了他的演唱，被深深地打动了。她不仅帮助他解决了食宿问题，还资助他六百元钱购置西装，使他顺利参加了青年歌手大赛并获得了一等奖的成绩，从此他一鸣惊人。然而不幸的是丛飞身患绝症，即使如此，他也时刻牵挂着失学儿童，哪怕自己负债累累！他是个懂得感恩的人，别人向他伸出过援助之手，他就把这份关怀无私地回赠给了社会：毫不计较个人得失，根本就不奢望有什么回报！

是啊，我们的生活需要爱，更需要拥有一颗感恩的心！

记得英国作家萨克雷曾说：“生活就是一面镜子，你笑，它也笑；你哭，它也哭。”你感恩生活，生活将赐予你灿烂的阳光；你不感恩，只知一味地怨天尤人，最终可能一无所有！

感恩，是一种美德，是一种方式，更是一种境界。

感恩，让生活充满阳光，让世界充满温馨。

让我们感谢明月照亮夜空，感谢朝霞捧出黎明，感谢春光融化冰

雪，感谢大地哺育生灵，感谢这美好的所有！

最后，让我们携起手来，学会感恩，与爱同行！

各位老师 同学们, 大家好！

首先我要感谢今天让我能够站在这里参加此次演讲的所有人，包括我自己。我今天要演讲的题目是《感恩的心》。

“感恩的心，感谢有你，伴我一生有勇气作我自己，感恩的心，感谢命运，花开花落我一样会珍惜”这段歌词和手语都是大家所熟悉的。感恩，一个永恒的话题。感恩，感谢生命中的点点滴滴，感谢生命中的每个人。

感恩生命，感谢生活。感谢自己有个健康的身体，让你体会到生

榜样同行的演讲稿三分钟篇六

大家好！

今天很高兴能有这个机会和各位老师一起来探讨读书，说到读书，我们一点都不陌生，因为在做的各位老师都是经历了十年寒窗的苦读，跨过无涯的学海，才来到了教育这片热土的。可以说，我们都走了一条读书成才的路。希望我今天的演讲能给勾起大家往事的回忆，对青春的怀想和对未来的向往。

前几年翻到一本旧笔记，发黄的纸页上写着这样的诗句，记得当时年纪小，你爱谈天我爱笑，有一回并肩坐在桃树下，风在林梢鸟儿在叫。我们不知怎样睡着了，梦里花落知多少。这熟悉的诗句，发黄的笔记一下子把我带入到对读书的美好回忆之中。

我的父母都是教师，在他们尤其是爸爸的影响或者说强迫之下，我也爱上了读书。。记得在我五六岁的时候，每天一大早，爸爸都要叫我起床随着他的学生一起出操，我们会在半道上的一座小桥上，等着那一群大学生返回，这时爸爸会教我背诗词，那时我还不太认识字，都是爸爸一句句的讲解后，再教我背。我们一起读离离原上草，读无论平地与山尖，读茅檐低小，溪上青青草，也读过大江东去，浪淘尽，千古风流人物。如今记忆中的诗句已经变得模糊，但对诗歌和读书的热爱却永久的保留下来。

中学时代，就会自己选择要读的书了，我和几个爱好读书的朋友，一起读简爱，红楼梦，读三毛，席慕容，读金庸当然还有琼瑶。我们在一起你争我抢的发表自己的高见，把喜欢的句子摘抄下来，读呀，背呀，忙的不亦乐乎。当读到席慕容的“所有的结局都已写好，所有的泪水已启程”那种无法言语的悲伤使我们小小的心里充满了对青春和未来的期待和不安。

工作之后，我所读的书籍更多的是与教育有关。比如儿童心理学，给教师的100条建议等，这些书籍是我的老师，是我的益友，他们给了我很多好的建议。也在无形中指引我从小县城，来到洛阳市，我所执教的优质课，也在省市，国家频频获奖。这些成绩的取得在很大程度上也都得益于书籍。但令我感到惭愧的是工作以后所读的书就数量而言和学生时代是根本无法相比的。在繁忙的工作中，我陷入分身无术，没有时间读书的困惑中。

相信在座的各位也与我有同感。每天的时间的确被大量的工

作任务挤占，或被许多琐碎的事务分割的支离破碎。以我自己为例子，我每周上13节课，也就是每天2~3节课，需要2~3小时备课，2小时处理作业和有关学生的事情。另外，还要上晚自习辅导课。每天在校时间里，除了备课、看教学参考资料以外，是没有时间读其他书籍的。课余时间身心疲惫的我们还需要休息、忙家务，以及适当地娱乐一下。周六、周日还要值班，还要忙家里的众多琐事，留下能读书的时间也就所剩无几了。

奥斯罗的15分钟，给了我启示，我把每天的读书时间相对固定下来，并且努力坚持它。这样每天的其他空余时间就是额外的收获了。每天有固定的读书时间可以保证我有稳定的“精神收入”，在此基础上，再随遇而读，就是“创收”了。

老师们，我们的职业要求我们必须做一个爱读书的人。变换的生活也要求我们必须做一个爱读书的人。那么，不管是那种读起来让你眉飞色舞、拍案称快的，还是那种浮想联翩，久久难忘的；是那种专业的还是休闲娱乐的，无论怎样，请拿起对我们人生有益的书，走入书的海洋，因为在那书海里，我们会开阔视野、充实思想、丰富情感、改变人生，徜徉在那书海里，更能让我们，作为教师的我们寻找到一份不同以往的轻松和自信。亲爱的老师们，请拿起对我们人生有益的书，每天15分钟，让醉人的书香伴我们一路同行。

榜样同行的演讲稿三分钟篇七

感恩，在我们的脑海中是一个饱含泪水的形容词，然而在一段漫长的时间里，我却与他保持着距离，不是轻易触碰这种感情元素。我害怕，因为在感恩的同时，已经注定背负上一种莫名的责任。直至随着年岁的增长，阅历的丰富，一系列的时间发生就像一把神气的钥匙悄悄地打开了我一直执着固守的大门。

那是一个细雨绵绵的早晨，每个人依旧出门工作亦或是学习，而就在平凡的早晨发生了一件不幸的事-----母亲因被车撞骨折了，父亲出差，我不得不担负起家庭的担子，经历了好多人生的第一次：第一次把屋子打扫一遍；第一次为母亲洗脚；第一次做饭，洗碗……十六年来我第一次发祥我对家是那么的陌生，从来不做家务，从来不关心父母的起居。这一切刺痛了我也磨练了我：我感激那一段刻骨铭心的反省。

俗话说得好：“友谊是与朋友相处和谐的桥梁。”高二的学农的集体生活更让我感到人要心存感激。城市的孩子过着娇贵的生活来到了乡村总会有些不适应。一些同学纷纷出谋划策，努力营造良好的氛围，部分同学因劳动包桔子而划破了手，我带了邦迪主动为他们包扎，乡村蚊虫多，我不幸被咬到了，脚伤肿了一块，是同学们的关怀让我平安度过了学农的生活。感恩是相互的，为着所感激的人于事要付出和回报的同时也会得到回报。

人，是需要感恩的，对于世间万物，心存感恩，就能像大海一样有自净能力，让这种心灵的潮水不是肆虐，我们就能洗去污秽，就能看清有多少事物值得珍惜，并有勇气去负起责任，社会才得以和谐发展。

你瞧，来袭。白衣天使有不顾自身抢救病人，监守第一线置生命于不顾；学子冯艾；采血车里人潮涌动……一个个动人的故事无不体现了人们感恩于社会，而现在社会提倡“”的精神，是感恩连接了人与社会，使社会不断前进。学会感恩，亲情变的愈加温暖；懂得感恩，友情变得更加紧密；有了感恩，社会变成美好的人间，恩与爱是好朋友，学会了感恩，你便能与爱同行。