

学会珍惜与感恩的演讲稿三分钟 学会珍惜学会感恩演讲稿(大全8篇)

通过准备一份精心撰写的讲话稿，可以帮助演讲者更好地组织自己的思路，提高演讲的质量和效果。经过调研和分析，我们总结了一些提高诚信水平的方法和建议，希望对大家有所帮助。

学会珍惜与感恩的演讲稿三分钟篇一

尊敬的老师们、亲爱的同学们：

大家好！

我们沐浴着父母师长关爱的阳光长大，我们滋润着家人朋友帮助雨露成长。幸福，时时刻刻都围绕在我们的周围。如果我们与母亲谈心，敞开胸怀，那就是幸福；如果我们与老师交流，受到启迪，那就是幸福；如果我们与伙伴合作，完成任务，那就是幸福……我们享受着幸福，我们应将所有的恩情铭记于心。感激我们的父母，因为他们给了我宝贵的生命和悉心的呵护；感激我们的老师，因为他们给了我无穷的知识 and 谆谆的教诲；感激我们的朋友，因为他们给了我们热情的鼓励和前进的动力；感激我们周围的一切，因为他们给了我健康和谐的成长空间。

你是否曾在父母劳累后送上一杯暖茶，在他们生日时说出你的祝福？你是否曾在老师叮咛时用心安静聆听，在他们批评责备时诚恳改正错误？你是否知道父母和老师为我们倾注了毕生的心血和全部的精神，而我们又可曾记得他们的生日，体会到他们的劳累，理解过他们的良苦用心？很多时候，我们只是习惯了接受这些关爱，并且认为是理所当然。我们渐渐忘记了感动，忘了跟他们说一声谢谢，忘了给他们一个真诚的微笑，忘了给他们一个温暖的拥抱。

要知道，感恩需要我们用真心去体会，用行动去报答。懂得感恩，就会以平等的眼光看待每一个生命，重新看待我们身边的每个人，尊重每一份平凡普通的付出，也更加尊重自己。怀抱一颗感恩的心，犹如在生命的旅途中点燃了明灯；怀抱一颗感恩的心，犹如在生活的海洋中扬起了风帆。

亲爱的同学们，让我们怀着感恩的心面向世界吧！让我们怀着感恩的心对待我们的生活吧！只要我们对生活充满感恩之心，充满希望与热情，我们的社会就会少一些指责与推诿，多一些宽容与理解；我们的社会就会少一些欺瞒与涣散，多一些真诚与团结；我们的社会就会少一些争吵与冷漠，多一些和谐与温暖。

让我们从现在起：珍惜幸福学会感恩！

学会珍惜与感恩的演讲稿三分钟篇二

尊敬的老师们、亲爱的同学们：

大家好！

我演讲的题目是《感恩生活，珍惜现在》。

每天下午的2：30，我们或许刚刚睡醒，或许正在上学路上，或许已经踏入教室，但是08.5.12.的下午，是不同寻常的。四川汶川发生了8.0级的大地震。顷刻之间，山崩地裂，桥梁坍塌，房屋倾垮，尸横遍野，哭声震天，大地悲泣！顷刻之间，美丽的山河变得千疮百孔！顷刻之间，温馨的家园被夷为平地！这突如其来的巨大灾难，使毫无准备的灾区人民陷入水深火热之中.....

在这生死时刻，温总理来了；军队来了；各地的医疗队来了；在这生死时刻，各省市的捐款雪花般飞来.....在这生死时刻，有这样一个纯朴可爱的小班长：地震发生时，四川地震灾区

汶川县映秀镇渔子溪小学二年级学生林浩正走在教学楼的走廊上，教学楼瞬间倒塌，林浩被上面滑落下来的两名同学砸在了下面。林浩奋力爬出废墟后，看到一个女同学昏倒在走廊上，就义无反顾地把这名女同学背了出来，交给了校长。当时，林浩自己已经被砸伤，脸上，手上都是伤口。但就在这样的情况下，他没想过自己一个人逃离，而是返回废墟里，又把另外一名同学背了出来。事后，当记者问到他为什么要这么做时，他平静地回答：“因为我是班长。”

感谢总理，给了我们战胜困难的决心；

感谢人民，给了我们一个温馨的大家庭；

感谢小班长，让我们懂得了生命的价值；做人的责任；

感谢父母，他们给予你生命，抚养你成人；

感谢老师，他们授给你知识，教你做人

感谢朋友，他们让你感受到世界的温暖；

感谢对手，他们令你不断进取、努力。

同样，我们也要感谢痛苦与艰辛带给我们的财富；

感谢藐视我的人，他唤醒了我的自尊；

感谢伤害我的人，他磨练了我的意志；

感谢欺骗我的人，他增进了我的智慧；

感谢中伤我的人，他砥砺了我的人格；

感谢遗弃我的人，他使我学会了独立；

感谢背叛我的人，他成熟了我的判断；

感谢绊倒我的人，他强化了我的双腿；

感谢灾难，让我们懂得了活着的美好。

我们曾听过乌鸦反哺的故事，因为小乌鸦心存感恩，这个外表丑陋的小生灵竟焕发出无与伦比的光彩。我们也曾听过《聊斋志异》的故事，因为狐仙们心存感恩，这些以狡猾著称的小动物竟显得如此美丽多情。不管是动物还是人类，无论是神话还是历史，因为心存感恩，原本普普通通的故事，竟然变得美丽动人。

只要心存感恩，一粒干瘪的种子也能萌芽，最终生长成一片茂密的森林；

只要心存感恩，一条涓涓细流也能壮大，最终汇集成一片蔚蓝的大海；

只要心存感恩，一颗冷如冰山的心窍也能融化，最终荡漾成一丝吹绿柳梢的春风。

学会珍惜，学会感恩，努力学习。创造生命的极限。

我的演讲到此结束，谢谢大家。

学会珍惜与感恩的演讲稿三分钟篇三

尊敬的老师们、亲爱的同学们：

大家好！

秋风吹拂着脸庞，我们一家三口坐着大巴前往基地参加亲子游戏，我既开心又害怕。到了基地，老师让我们先把鞋子脱

掉，接着给每个小组发了一块黑布，由家长先蒙上黑布，小朋友们带领着家长前往下一个目的地。可是，在这个过程中，全程不能用语言交流，只能通过肢体语言。虽然要求十分苛刻，但我仍然硬着头皮接受了。这一路上十分艰辛，首先要穿越石子路，上面有许多细碎的小石子，我一边小心翼翼地踢开石子，一边牵着爸爸的手慢慢前进，生怕爸爸脚被石子割伤。穿过石子路，还要越过大水沟，这一看，可真惊险！我先自己跨过大水沟，再牵住爸爸的手把爸爸带了过来。在这过程中，我发现爸爸的手一直发抖，手心出汗。后来我们又穿过了冰冷的水泥路，凶险的大河。最后，终于到达了目的地。后来，老师让我们互换角色，由我蒙上黑布，爸爸带我前进。虽然眼前一片漆黑，但我确切感觉到自己走的路很平坦。我心里明白，爸爸把平坦的路留给了我，而自己却走着杂杂碎碎小石子的路。

第二个环节叫“手的记忆”。据说人的手都有24小时的记忆。老师让我们都蒙上黑布，去寻找对方的手。刚开始，我洋洋得意，本以为可以直接寻找，十分容易。可没想到，老师还让我们向右转两圈，再向左转一圈。转多了，方向感晕了，在人群中跌跌撞撞，找了好多次都不对。忽然，在我面前出现了一双手，这双手手背十分光滑，可手心却很粗糙，摸久了还会出汗。我一惊，和他紧紧的握在了一起。这时，老师走了过来，问：“确定是对方的手吗？”我俩异口同声：“确定！”揭开黑布的那一刻，看到爸爸微笑的脸庞，我激动地笑了。

在成长的过程中，是谁为你背起书包？是父母。是谁关心你吃饱穿暖？是父母。从这其中，我们应该更深的认识感恩和珍惜。

学会珍惜与感恩的演讲稿三分钟篇四

尊敬的老师们、亲爱的同学们：

大家好!

我是xx班的xxx□xx班是一个团结协作、积极进取的班级，在班主任xx老师的带领下取得了优异的成绩。在学习上，同学们争分夺秒，努力拼搏，图书馆里常常留下同学们求知的背影;运动场上，身姿矫健的运动健儿们挥洒胜利的汗水。

今天我在国旗下演讲的主题是：“珍惜当下，感恩母校。”

回想大家初三的时候，一定和我一样，内心对柳高充满了向往和憧憬——立志要考上柳高，最后也终于如愿。柳高是有着百年历史的全国名校，教师团队力量雄厚，教学方法科学先进。它为我们提供了的教学平台，让我们受到的教育，为今后人生和事业上的平步青云打下了基础。所以我们要珍惜当下，感恩母校。

在这个菁菁校园，我们度过了人生最美丽、最值得珍藏的岁月。我们在实验室中探索自然的秘密，那幽蓝的光映射出别样的美丽;我们盯着牛顿头上的苹果，热切地渴求知识;我们参加各种形式的讲座，增长了许多见识。文学社的古典浪漫情怀让我们学会涵养;街舞社的自由帅气令我们赞叹;纸艺社里走出了一个个灵动活泼的卡通人物;环保社提高我们保护环境的意识……柳高给了我们太多太多，舞姿翩跹的五四文艺汇演，歌声悠扬的秋实杯大赛;敏捷矫健的篮球争霸赛，英姿飒爽的田径赛事……我们在丰富的校园活动中收获喜悦和友谊，母校也同样为我们自豪。

岁月的沉淀和时光的洗涤，使我们走出了稚嫩无知与年少轻狂，走向成熟理智与虚心稳重。泪水伴和着欢笑，鲜花印证着成功，母校就是我们求知的港湾，是我们生活的向导，是我们心灵的慰藉。我们树立了自信，学会了坚强，明白了美丑，懂得了感恩，知道了诚信，三年的思想启迪了理性熏陶。柳高啊，你是我们思想成长的熔炉，你用理性的光辉煌照亮了我们的人生之路!

韶逝，流水匆匆，短暂却令人难忘的高中生涯已过三分之二。在看过晨曦坡羊蹄角的热烈绽放过后，在听过文渊湖里鱼儿的低声细语过后，在经过严峻的考验之后，高三的学长学姐们也要母校说一声：再见。但这一声道别，并不是永远的离别。我们将不忘母校，谨记母校的教诲，在人生路上继续前行，为母校增添新的光彩！

最后，希望柳高能如搏击长空的雄鹰，始终翱翔在浩瀚的蓝天。祝愿高三及兴柳学长学姐高考顺利，金榜题名。

我的演讲完毕，谢谢大家！

学会珍惜与感恩的演讲稿三分钟篇五

尊敬的老师们、亲爱的同学们：

大家好！

珍惜我们的父母，父母是最关心我们的人。他们用他们的双手给我们营造了一个温馨美好的家。在我们的成长道路上，父母总是无私的奉献着他们的一切。希望尽他们的全力给我们最好的一切。我们要懂得珍惜，珍惜我们现今与父母相处的每一天，也要珍惜生活中那些与父母相处的温暖的点点滴滴。因为时间在带着我们成长，同样的也在带着父母老去。我们要懂得珍惜，珍惜现今我们拥有的一切。

学会感恩我们的父母，我们不仅要珍惜与父母相处的温暖点滴，最重要的是我们要学会去感恩我们的父母。父母用他们的辛勤与白发，在生活中不断的给我们惊喜。看着我们快乐的父母，他们的心里也都是快乐的。

父母在我们身上的付出，他们从来都不求回报。他们理所当然的在他们的身上奉献出他们所有的爱，让我们在关爱下阳光快乐的成长。

终于，我们长大了。最直观的表现也就是我们的身高变了，渐渐的与父母的身高都无异。当有一天，我们能够揽着父母的肩膀一起散步的时候。我们的心里突然的涌出了一股害怕，虽然淡淡的，但还是被我们察觉了。因为我们看到了，看到了父母头上的白发，看到了父母眼角的皱纹。我们长大了，可是我们的父母却变老了。

学会感恩，我们要去感恩我们的父母，从现在做起，就从生活中的小细节处做起，为父母分担一些生活上的压力，体谅父母的辛苦。

懂得珍惜学会感恩，这是我们每个人在成长之路上必学会的事。

学会珍惜与感恩的演讲稿三分钟篇六

各位评委、观众，大家晚上好。我是xx号，来自09化学师范1班的黄钰尧。今天我要演讲的题目是珍惜生命、学会感恩。

生命犹如过往云烟，是短暂的，也是美好的。海伦凯勒曾经说过：我在那短暂的三天时间里，不可能看完我要看的全部事物，只有当黑暗重新降临时，我才会感到我没有看到的东西实在太多了。不过我脑海中会塞满那美妙的回忆，以至根本没时间去懊悔。今后无论摸到任何东西，它都会给我带来那原物是什么形状的鲜明回忆。

麻木的生活很长一段时间，像荒草一样肆意生长。以前的我说：我会在世界遗忘我之前将世界遗忘，这样便不会有太多的悲伤。现在的我说：就算全世界都遗忘了我，我也不会遗忘自己。曾经、我就像是生活在戏剧里的人，把自己的悲伤无限的放大。总说自己有多么多么多不幸。生活中一点的烦恼都能发现。伤春悲秋、恨不得全世界都跟着我一起痛哭流涕。也许每个人的青春都会有那么一段时间，我们有选择快

乐的权利，只要你想，你就可以让自己很幸福。

经历那么多坎坷。每一次我总能学到点什么。一次次的患得患失。让我变得坚强又脆弱。我想要小心翼翼的呵护身边的每一份幸福。哪怕它很微小。那也是我所拥有的。曾经那么喜欢向日葵，不管是笑还是哭都会习惯性地仰起头，脑海里会浮现向日葵的笑容，告诉自己要像向日葵一样，不变地仰望，阳光就在头上。

我把温暖换成夜里的每一句晚安。用微笑等待下一站幸福。我的梦想，深埋在金色的太阳花里，播撒希望、栽种幸福。下辈子，做一株向日葵，在阳光的掌心里。心若向阳、无畏悲伤。以微笑的姿态拥抱阳光。一路向阳，未曾改变。在心里。种上一株向日葵。当黑夜来袭的时候，释放光芒。

假如能给我三天光明，这是一种对生命的珍惜，对生活的感恩。人生即使再长也抵不过茫茫宇宙的无限，相当与它，我们渺小如尘埃，但是我们有思想、有态度，使只有三天光明，我相信就算是在尘埃中也能开出灿烂的花朵。世上并不缺少美，但是缺少发现美的眼睛。世上也不缺少幸福，只是缺少感恩的心。只有心怀感恩，你就能发现生命的美丽动人。

学会珍惜与感恩的演讲稿三分钟篇七

感恩之心，既能幸福他人，也会快乐自己。学会感恩，是为了回报他人而付出的点滴行动；学会感恩，是为了用道德的甘露滋润心灵。

曾几何时，我仰着稚嫩的小脸，对母亲说：“我要携着歌声去浪迹天涯。”母亲只是笑而不语，单身驻立在风中，若有所思地望着那飞在天空的白色的蒲公英。

母亲告诉我，她知道我的梦在远方，天上最远的那颗星永远

是我寻求的归宿。她说，她会永远支持我。当时，我的内心深外只是朦胧地感到母亲对我的理解，而那时的年幼无知，却让我始终没有觉察到母亲说话时的那份不舍与怜惜。

清晨的朝阳已缓缓升起，又是新的一天了。我重整思绪，理智问我：“你没有坚实的臂膀，如何报恩？你没有生存的能力，何敢言报恩？你没有任何资本，拿什么偿还母亲的恩情……？”我仍不能释怀，为年幼时不懂报恩而惭愧，更为现在懂得了报恩却不知如何感恩而迷惘。

此时，母亲说，她希望我铸炼一双坚硬的翅膀，造就一身独闯天涯的勇气，然后去打造自己的未来，这是她最大的欣慰。她说她会为我守一片平静的港湾，那里有一股长流的爱的源泉，无论何时，我都是她永久的牵挂。

我豁然开朗，感恩像圣命，激励着我去浪迹天涯，打造自己的一方新天地。我会携着圣命去独创未来，像远飞的蒲公英种子，载着母亲的爱与恩情，飞向天空的尽头，落地、生根、发芽、开花。

生活在幸福的日子里，我的思绪总是飞得很远。如果我是红花，我会感谢绿叶无怨无悔的奉献，我还要感谢它甘为陪衬的胸襟和气度；如果我是蜜蜂，我会感谢花朵慷慨无私的馈赠，我还要感谢它的宽容与仁慈；如果我是大树，我将感谢太阳赋予我生命的能量，感谢大地给我坚实的支撑；如果我是小河，我要感谢上苍，因为你赐给了我响亮的歌喉和永不疲倦的身躯。

感恩，不仅是一种美好的情感，更重要的是对责任的承担，对道义的坚守。心中充满感恩之情，才会想到回报，才会想到奉献。感恩父母，你就会承欢膝下，让他们安享晚年；感恩伴侣，你才会“执子之手，与子偕老”；感恩朋友，你才会肝胆相照，患难与共；感恩生活，你才会热爱生活，回报社会。

亲爱的同学，当你吃着可口饭菜的时候，你会感激父母的无私关爱吗？当你坐在舒适的教室里的的时候，你会感激老师的辛勤栽培吗？当你在舞台上取得成功时，你会感激朋友们的支持吗？请不要吝啬自己的感恩之情，当你得到亲人或朋友的关爱的时候，你至少可以忠诚地说一声“谢谢”，报之以诚挚的笑脸；当别人需要帮助与支持的时候，你同样可以用宽容的心态伸出自己热情的双手。因为，心存感恩，才会珍惜拥有，珍惜幸福。

在水中放进一块小小的明矾，能让所有的渣滓慢慢沉淀；如果在我们的心中培植一种感恩的思想，那些浮躁不安的思绪也一定会慢慢消失。

学会珍惜与感恩的演讲稿三分钟篇八

亲爱的老师同学们：

大家好！我今天演讲的题目是《学会感恩》。

感恩是我们一直都在谈论的话题，因为我们我们的生活充满了感恩。学会感恩很重要，我们要心怀感恩去面对生活面对父母，面对老师。学会感恩，生活将变得无比精彩。感恩无处不在。我站在这里的理由是什么？就是感恩。感恩父母的养育之情，感恩老师的传授教育之恩，感恩生活，感恩自然，同学们，常怀一颗感恩之心，生活会充满阳光。

感恩父母，是他们给了我们生命，是他们让我们来到了这个五彩缤纷的世界，给了我们一个温暖的家，给了我永远栖息的地方。没有了父母，我们将不会来到这个五彩缤纷的世界，将看不见多姿多彩的世界，也体验不到生活的酸甜苦辣；没有父母，我们就像断了线的风筝，找不到回家的方向。父母是我们永远的依靠，让我们一起学会感恩父母。

感恩老师。老师们毫不吝啬地给我们传授知识，是他们给了

我们打开知识大门的钥匙，让我们在知识的海洋里遨游，他们用阳光般的笑脸，耐心细致地教出一批又一批国家的栋梁之材，是他们在我们灰心的时候给了我鼓励。在我遇到难题时耐心地讲解。当我们成功时，他们无比的欢乐，当我们失败时，给予我鼓励和支持。他们的一辈子为了教育事业的发展，却不求一丝毫的回报，他们无怨无悔的付出，让我们一起学会感恩老师。

感恩生活。生活就像一颗大树，在春天时抽出新芽，在秋天飘落，翻来覆去的轮回。人的一生，不可能永远是绿色的，世上没有十全十美的事，当我们的生活中出现绿色时，应当好好的珍惜；当我们的生活中遇到阻碍时，应当坚持不懈，努力冲破一道道难关。事情往往有好的一面，但也有坏的一面，我们不应该看到好的一面，却忘记了坏的一面。生活给了我们许许多多的启示，让我们一起学会感恩生活。

感恩自然，大自然哺育了我们，养育了我们，我们应该以朋友的身份去保护它，爱护它。春天时，鸟语花香，使人心旷神怡，秋天时，硕果累累，使人感受到丰收的喜悦。蓝天是那么的空旷，给了你无限的遐想，草原是那么的宽广，给了你思想的空间。让我们一起对大自然感恩吧！

同学们，怀着一颗感恩的心，去看待社会，看待父母，看待亲朋，你将会发现自己是多么的快乐，放开你的胸怀，让洁白的雪照亮你的心灵。学会感恩吧，这会使人间更加美好。

愿你有一颗感恩的。心，学会感恩，学会热爱生活。我们将会感受到更多快乐！谢谢大家！