# 讲卫生从我做起演讲稿

来源：网友投稿 作者：小六 更新时间：2025-04-11

*讲卫生从我做起演讲稿（精选28篇）讲卫生从我做起演讲稿 篇1　　尊敬的老师，亲爱的同学们：　　大家好！　　校园是我们学生共同生活的地方，因此，我们每个同学都应该养成良好的卫生习惯，并共同努力营造一个美好的校园环境。这是我们每个人的责任。*

讲卫生从我做起演讲稿（精选28篇）

**讲卫生从我做起演讲稿 篇1**

　　尊敬的老师，亲爱的同学们：

　　大家好！

　　校园是我们学生共同生活的地方，因此，我们每个同学都应该养成良好的卫生习惯，并共同努力营造一个美好的校园环境。这是我们每个人的责任。

　　什么叫习惯呢？所谓的习惯是指长期重复地做并逐渐养成的不自觉活动。

　　我们应该从自己做起，培养良好的卫生习惯。时刻提醒自己，不要随地吐痰，不要随地乱扔垃圾。虽然这些看似无关紧要的小恶，但可能造成的后果是使我们的校园变得丑陋、肮脏。当我们看到地上有果皮或纸屑时，主动捡起并投入垃圾桶。这些被人们忽视的小善举可以相互促进良好的卫生习惯的养成，让我们的校园更加干净整洁。

　　然而，我们的生活中还存在着许多的不良习惯。

　　一、在宿舍

　　部分同学经常熬夜，不注意休息，晚上说笑声不断，偷偷玩手机、看杂书等，导致深夜仍未入睡。因为睡得晚，早晨起不来，来不及跑操，无法锻炼身体，甚至没有时间吃早餐就匆匆去上课。这样长期下去，不仅影响学习，还会对身体造成损害。另外，宿舍卫生问题也引起了关注。最近，同学们在这方面做得不够好，地面上堆放着很多垃圾，没有及时清扫；洗漱用具摆放得乱七八糟；被褥叠放得不整齐，甚至直接走掉了。我认为宿舍的环境就像个人的形象一样，如果连面对别人的脸都不能保持干净，怎么谈得上着装打扮呢？进入男生宿舍，常常能闻到汗臭味、脚臭味以及未洗衣服的气味，几乎成为了很多男生宿舍的标志性气味。叠被子的人也寥寥无几。作为宿舍的主人，我们身上自然而然会带有宿舍的`气味。长期生活在肮脏的环境中，无疑会对身心产生不良影响。

　　希望同学们，从今以后改变不良习惯，早起早睡，锻炼身体，排好值日，及时打扫卫生，叠好被褥，把自己的宿舍变成温馨的家。

　　二、在食堂

　　食堂应该是上完四节课后学生最想看到的地方，其实这也是最能表现一个人人文素养的场所。想一想，你有没有在别人井然有序排队的时候插过队？这时，你尊重了自己肚子的选择，但却没有尊重别的同学；你有没有因为和同伴边吃边聊，得意忘形，将盘中的饭粒挥洒一桌？谁知盘中餐，粒粒皆辛苦，这样的诗句我们从小就会背，但又有几个人能做到不浪费呢？吃过饭，你有没有将剩饭剩菜乱倒而偷偷的离开过？这样做的结果就是，你自认为没有被值班老师发现而暗自窃喜时，给食堂工作人员增添了多少麻烦。或许，这只是日常生活当中的一个个小插曲，但却折射出了一个人的修养问题，是对他人的不尊重，尊重别人是一种最起码的修养。

　　同学们，让我们从今天开始行动吧，让我们排成整齐的队伍等待就餐；找座位时要彼此礼让，避免拥堵；进餐时，保持安静和文明，不扯高声喧哗，不浪费食物或挑剔。事实上，做到这些并不困难，只要我们愿意，学校食堂将成为展现胡集中学风范的重要窗口。

　　三、在教室

　　我们每位同学都应该自觉地保护教室及其所在班的周围的环境卫生。经过上一周的量化检查，我们发现各班级环境卫生都做得相当出色，但是我们要坚持养成这一良好的习惯。每天走进班级里，你都会看到整洁明亮的桌子和窗户，整齐摆放的桌椅以及没有纸屑的地面。我相信在这样干净整洁的环境中，我们会感到心情舒畅，身心健康。

　　同学们，校园是我们的家，让我们自觉维护校园环境。努力养成良好的卫生习惯。同时把班级和清洁区的卫生认认真真做好，并且时时刻刻保持；做到有人检查和没人检查一样干净，一样整洁。一份耕耘一份收获，只要我们共同努力，坚持不懈，我们的校园就会像花园一样一尘不染，空气清新，令人精神爽朗。

　　让我们在飘扬的红旗下作出我们庄严的承诺：

　　从现在开始，养成良好的卫生习惯，共创美好校园环境。

　　我的演讲完毕，谢谢大家！

**讲卫生从我做起演讲稿 篇2**

　　“健康就是金子一样的东西。”健康是一个人的根本，所有的宏图伟志，起点都是一个健康，精力充沛的身体。而拥有一个健康的身体，离不开讲卫生，爱清洁。

　　卫生长久以来就是备受重视的一项工作，联合国将每年的4月7日定为世界卫生日，确定世界卫生日的宗旨是希望引起世界各国对卫生问题的重视，并动员世界各国人民普遍关心和改善当前的卫生状况，提高人类健康水平。世界卫生日期间，包括中国在内的世界卫生组织各会员国都举行庆祝活动，推广和普及有关健康知识，提高人民健康水平。

　　那么作为学生，我们要如何以实际行动践行世界卫生日的宗旨呢？在这里先给大家讲一个故事，这是一段在澳大利亚留学的一个中国年轻人的亲身经历。他说，一天，他在林荫道上走，忽然从后面跑来一个老人，仔细一看，原来是在追赶一张纸，风好像故意和老人作对，把纸片吹得忽高忽低，但老人还是坚持追赶。年轻人想：这一定是一份对老人来说很重要的材料。于是，赶上前去，把纸条捡在手里，交给老人。让人意想不到的是，老人接过纸条，转身放进一旁的.垃圾桶，高兴地说：总算让它到了该去的地方了。同学们，听了这个故事，你有什么想法呢？你的身边，是否也有这样爱护环境的人呢？

　　第一，从大环境来看，学校是我们所在时间最长的场所，首先我们应该维护好校园的卫生和清洁。例如，将手中的垃圾自觉投入垃圾箱，瓜果皮核及时清理。如果人人自觉，人人行动，校园会整洁干净，文明之风和健康之气会在我们的校园中吹起，将传染病吹走，将健康带来。

　　第二，从小环境来看，教室又是我们第二个家。在人员密集的教室里，如果空气凝滞，这无疑是细菌病毒的温床。随着天气的逐渐转热，教室内各种垃圾会引来飞虫，散发气味，形成细菌，当它们形成一股疾病浪潮，后悔就为时已晚，所以何不养成每日清理自己的垃圾，定期开窗通风的好习惯，来让自己所处的环境更加怡人呢？

　　第三，对于个人，应保持个人卫生，勤洗头，换衣物。好的个人卫生，不仅可以让自己保持健康，还会使人精神饱满，让人自信。

　　第四，了解传染性疾病的病状，及时采取措施，常见的传染病有流感、红眼病、肺结核、腮腺炎、水痘等。一旦病情严重，切勿隐瞒，应及时上报采取隔离，防止流行病在校园内传播。

　　第五，端正值日态度，自觉履行值日义务。将教室的每一个角落勤勉地打扫干净，为同学提供一个洁净的学习环境。

　　个人卫生好，不良习惯全赶跑，疾病自然不会扰；班级卫生好，窗明几净心情妙，细菌无处能站脚；校园卫生好，果皮纸屑不乱抛，干净清洁多美好。世界卫生日，讲究卫生，永无烦恼！

**讲卫生从我做起演讲稿 篇3**

　　尊敬的老师，亲爱的同学们：

　　大家好！

　　因为卫生工作关系到每一个人，所以请大家在日常工作、学习、生活中积极主动做好卫生工作，保持良好的正确的卫生习惯，促进健康成长。

　　1、保持良好的个人卫生习惯，要特别注意饮食卫生。我们应该尽量避免在路边小摊购买食品，因为这些摊位的卫生状况无法得到保证。这些摊位周围存在大量尘埃和苍蝇，而且使用的食品工具也不够干净，其中可能隐藏着很多有害细菌。然而，令人担忧的`是，我们有时会发现一些同学放学后喜欢在这些路边小摊买吃的，这种行为非常不卫生。

　　在个人卫生习惯中，养成饭前便后要洗手，勤剪指甲，勤洗澡，不随便使用别人的生活用品，如毛巾、衣服、拖鞋、餐具等。遵守作息时间，做到起居有规律。

　　2、均衡饮食，随气候变化而增减衣服，定期运动，充足休息。

　　在日常生活中同学们应该按照生活规律，定时用膳，三餐饭做到定量，不能饿一餐，饱一餐，特别是早晨，我们有的同学就往往因为睡懒觉而未吃早餐，这对身体健康和学习精力都是不利的。同学们早晨起床后到户外锻炼，呼吸一些新鲜的空气，伸伸腰，踢踢腿，跑跑步都是很有好处的。另外随着天气变化而适当增减衣服，不要着凉了。这正是人们常说的：要想小儿安，需得三分饥和寒。

　　3、保持室内空气流通，避免前往空气流通不畅、人员密集的公共场所。

　　随着天气逐渐转热，教室、宿舍一定要保持通风状态，让门窗敞开，使空气对流，把人体呼出的二氧化碳等气体随着空气排到外面去，避免造成室内有异味存在。我们平时发现绝大部分的教室都是门窗紧闭，这对同学们在教室里学习是不利的，应该把门窗打开，至少也要开一扇窗户，让空气对流。从今天起每个教室的门窗再也不能紧闭着，同学们，我们应该共同努力创造美丽的环境，通过日常的点滴习惯养成来培养文明行为。让我们积极行动起来，每个人都动手，共同致力于打造一个干净、整洁的校园！

　　我的演讲完毕，谢谢大家！

**讲卫生从我做起演讲稿 篇4**

　　老师、亲爱的同学们：

　　大家早上好。

　　我演讲的题目是《讲卫生、爱清洁，从我做起》。

　　每年4月份是“全国爱国卫生运动月”。20xx年4月是第xx个爱国卫生月。所以今天我国旗下讲话的题目是《讲卫生、爱清洁，从我做起》。我们每一个人都希望在一个干净、整洁的环境中学习、成长。保持校园清洁卫生，会给艺校的学子们营造出舒心的学习氛围，会起到净化心灵的作用。

　　我在这里呼吁大家做到几下几点：

　　第一：养成良好的个人卫生习惯，勤洗衣物、勤洗澡，不随便使用别人的生活用品，如杯子、拖鞋等。遵守作息时间，有规律的生活。

　　第二：均衡饮食，定期运动。在日常生活中同学们应该按照生活规律，定时用餐，拒绝不卫生的路边摊，如炸串等。要通过体育锻炼、增强体质。学校组织的各类活动如：体育节等室外活动是非常好的`锻炼机会，请同学们积极参与。

　　第三：保持室内空气流通，不去人员密集的公共场所。随着天气渐渐转热，宿舍、教室务必要保持通风状态，使空气刘童。更不能在教室乱吃东西，避免造成室内存在异味，给我们的身体造成危害。

　　第四：心理卫生健康。我们在学习、工作、生活过程中，要做到紧张而活泼，保持愉快的心情。

　　同学们，拥有美丽的生存空间，拥有健康的体魄，需要我们每个人都注意提高卫生安全意识，自觉维护公共环境卫生！为把我们艺校校园建设的更加整洁、美丽，让我们共同努力，共同维护环境卫生吧。

**讲卫生从我做起演讲稿 篇5**

　　同学们：

　　大家好！到了阳春三月，大地万物重新焕发生机，处处都散发着勃勃的生气。这是一年中最美妙的季节，也是从寒冷的冬天过渡到炎热的夏天的时期。然而，每当春天来临，各种疾病似乎也跟着出现，医学界因此将春季戏称为“多病之春”。

　　春季传染性疾病很多，常见的有：流行性感冒、麻疹、水痘、风疹、腮腺炎、猩红热、流脑等。这些传染病大多数都是呼吸道传染病，可通过空气、短距离飞沫或接触呼吸道分泌物等途径传播。学校是人员比较密集、相对比较集中的地方，一旦出现更是容易传播开来，为了我们的同学、老师都能健康的学习和工作，我们要了解这些传染病，掌握针对它们的预防措施。下面我为大家介绍两种常见的传染病。

　　流行性感冒，也被称为流感，是一种由流感病毒引起的急性呼吸道传染病。这种疾病具有很强的传染性，其发病率在传染病中居首位。患者通常在1-3天的潜伏期之后出现症状。流感的主要表现包括发热、头痛、流涕、咽痛、干咳以及全身肌肉和关节不适等。发热一般持续3-4天，也有可能表现为较严重的肺炎或胃肠型流感。传染源主要是患者和无症状感染者，传染期为1周。流感主要通过空气飞沫直接传播，也可以通过被病毒污染的物品间接传播。由于人群普遍易感，所以流感的传播范围较广。

　　水痘是传染性很强的疾病，由水痘——带状疱疹病毒引起的。水痘的典型临床表现是中低等发热，很快成批出现红色斑丘疹，迅速发展为清亮的卵圆形的小水疱，24小时后水疱变浑浊，易破溃，然后从中心干缩，迅速结痂。临床上往往丘疹、水疱疹、结痂同时存在，呈向心性分布，即先躯干，继头面、四肢，而手足较少，瘙痒。接受正规治疗后，如果没有并发感染，一般7-10天可治愈。传染源主要是病人。传播途径为呼吸道飞沫传染和接触了被水痘病毒污染的食具、玩具、被褥及毛巾等接触传染。人群普遍易感，儿童多见。由于本病传染性强，患者必须早期隔离，直到全部皮疹干燥结痂为止。

　　同学们，因为时间关系，不再为大家一一作介绍，感兴趣的同学可以查阅相关资料了解其它一些传染病发生时的\'症状、治疗方法等等，我想，关键的一点，同学们要掌握针对这些传染病的预防措施有哪些，如果我们同学能做到下面几点，各种疾病就会远离我们。

　　1.教室内要定时开窗通风。

　　这样做可有效降低室内空气中微生物的数量，改善室内空气质量。

　　2.积极参加预防接种，有计划地接种疫苗。

　　这些常见的传染病一般都有疫苗，进行计划性人工自动免疫是预防各类传染病发生的主要环节。

　　3.养成良好的卫生习惯，讲究个人卫生;

　　饭前便后一定要洗手;打喷嚏、咳嗽和清洁鼻子应用餐巾纸掩盖，不要随地乱扔垃圾;勤换、勤洗、勤晒衣服、被褥;不随地吐痰。

　　4.加强锻炼，增强免疫力。

　　春天人体新陈代谢开始旺盛起来，正是运动锻炼的好时机，积极参加体育运动，经常性的体育锻炼可以增强身体的抵抗力。

　　5、生活有规律。

　　劳逸结合，保证睡眠，对提高自身的抵抗力相当重要。

　　6、衣、食细节要注意。

　　春季气候多变，乍暖还寒，适时增减衣服;合理膳食，吃清淡、高维生素、富含优质蛋白及微量元素的食物，平时多饮水。

　　7、由于春季常见传染病在初期症状上与普通感冒相似，很容易被忽视。因此，如果同学们感觉身体不适，应该立即告诉老师或家长，并及时就医。尤其是出现发热、皮疹等症状的情况，应该尽早明确诊断，并及时接受治疗。请同学们重视自身健康，保持良好的卫生习惯，预防疾病的传播。

　　如确诊传染病的，应立刻采取隔离措施，以免范围扩大。在呼吸道传染病高发期，尽量不到人多拥挤、空气污浊的场所。

　　同学们，刚才你认真听了吗?如果你是认真听了，相信你一定能安然度过这个美丽而“多病之春”。

**讲卫生从我做起演讲稿 篇6**

　　尊敬的老师、亲爱的同学们：

　　大家好！

　　一个快乐的寒假已经过去，迎着早春的第一缕阳光，我们又重新回到美丽的校园，开始了新一学期的征途。在这春意盎然的日子里，我们中队积极响应学校大队部的号召，举行了“新学期新打算”的班会活动。

　　一年之计在于春，一日之计在于晨。今天，对于所有的同学来说，又是一个新的起点。大家经过了一个假期的休整，已经做好了充足的准备，都打算在新学期里拼出一番新成绩，纷纷谈了自己的打算和目标。有的.表示要提高考试成绩，让父母高兴；有的说要在新的学期里努力学习，认真听老师讲课，上课要积极发言；有的说要经常参加各类活动，和同学搞好团结；还有的想让自己的书写有进步……

　　我们可以相信，x小学的队员们定会好好珍惜这段宝贵的时光充实自己，把自己的目标变为势不可挡的动力，向着自己的目标，奋力前进，到达成功的彼岸！

　　谢谢大家！

**讲卫生从我做起演讲稿 篇7**

　　尊敬的老师，亲爱的同学们：

　　大家好！

　　今天我演讲的题目是《书香，伴我成长》。

　　读一本好书，就是用心灵去感悟月的朦胧，星的璀璨，花的嫣然，泪的晶莹，雪的洁白。淡淡的书墨清香一直萦绕在我成长的.分分秒秒中。

　　书是我童年中形影不离的玩伴，自打懵懂记事起，妈妈便告诉我书中有着一个个神奇的世界。书中自有黄金屋，书中也有颜如玉。从此，一本本童话书放在我的面前，我如饥似渴地吸收着一篇篇优美的童话故事：小红帽遇到大灰狼，人鱼公主追求爱情，快乐王子甘于泰献……一篇篇童话故事讲述了一个个不同的道理。我与书结缘，沉醉于书香中，书带给了我无穷的享受。

　　书是我游览名山大川，使我知识渊博的导游。沏一杯香茗，噢着墨香走进书中的世界，“宠辱不惊，闲看庭前花开花落；去留无意，漫观天上云卷云舒”感受陈继儒的闲适恬谈。“会当凌绝顶，一览众山小”体会杜甫登泰山之巅的雄心壮志；从“春色满园关不住，一枝红杏出墙来”到“接天莲叶无穷碧，映日荷花别样红”，从“自古逢秋悲寂寥，我言秋日胜春朝”到“忽如一夜春风来，千树万树梨花开”我体会到了春夏秋冬四季轮换与岁月流转。书海淀舟，古诗词令我陶醉。

　　书是睿智的导师。读《西游记》，我懂得磨难是成功的基石，只有不忘初心，不畏艰辛，方能取得真经；读《红楼梦》，我敬佩林黛玉与贾宝玉在那个“朱门酒肉臭，路有冻死骨”的年代里对自由的追求；读《红岩》，我深感今天幸福的来之不易。

　　悠悠书香，愉悦身心。”书籍是全世界的营养品”。嗅闻着淡谈书香，坐在窗下，读一本好书，是何等畅快惬意！书香一直都在，陪伴我成长。让我们一起畅游于书海中，感受书的魅力吧！

**讲卫生从我做起演讲稿 篇8**

　　爱的老师、亲爱的同学们：

　　大家好！今天，我来说说梦想。

　　梦想，简简单单的两个字却包含了太多太多。有人说：有理想并为之奋斗的人一定是坚强的人，有梦想并陶醉其中的人一定是浪漫的人。而我想说：梦想，真的很美，拥有梦想并为之奋斗的人，更美。

　　认认真真地看完了《开学第一课》，给了我很大的感触。小时候，梦想真的很简单。那时候我们不管梦想是否现实，科学家，艺术家，老师，医生，等等一切美好的职业都能成为我们梦想中最美好的点缀。也正是因为这些美好的梦想伴随着我们一步步地成长，到如今，我们已经学会为着自己的\'梦想而努力奋斗，我们已经懂得追逐自己的梦想，并且不放弃。

　　我想，梦想贵在坚持。寻梦的旅途是坎坷的，梦想的终点是遥远的，但是未来却是光明的。当一个身体残缺的人为着梦想不懈地努力，当刘伟用那双人人都拥有的平凡的脚弹奏出一首首不平凡的钢琴曲时，你是否想过自己对于梦想的态度，是否真的坚持过？当孟衡在水中起伏的时候，当他因梦想失败而愤怒地嘶喊的时候，他父亲告诉他，这只是梦想的第一步，跌倒了，再站起来。一个成功背后至少有一千个错误，我们永远都只能是倒下了再站起来。

　　我想，梦想贵在脚踏实地。马云说的几句话让我记忆犹新。他说：其实梦想不必要很大，只需要觉得你能做得到。梦想永远跟眼泪和汗水是在一起的。假如梦想离开了眼泪和汗水那就变成乱想和空想。每个人都有梦想，每个阶段都有不同的梦想，我不例外，你也不例外。但是，你是否真的有努力地去追求过？

　　梦想是可以传递的，韩璇的梦想是做一名教师，可是他却已经无法实现了。而如今，我站在这里，追求着我的梦想，也是做一名教师的梦想。说实话在这之前，我从没真正地意识到将来我要做一名人民教师。可是就从现在开始，就从演讲开始，因为这是为成为一名合格教师所做的铺垫，这也是我寻梦途中的一块基石。对于这个梦想的未来我似乎还缺少点信心，因为就目前的我，我们而言，距离成为一位合格教师的资格还差很远。但是我想借章子怡最后的那句话与大家共勉：“为梦想，做一个坚强勇敢的女人。”

　　我的演讲完毕，谢谢大家！

**讲卫生从我做起演讲稿 篇9**

　　尊敬的各位学校领导和老师们、亲爱的各位同学们：

　　大家晚上好！我叫何龙月，来自511班，我今天演讲的题目是：“感恩挫折”。

　　在生活中有那么多的挫折、困难，如果你未经历坎坷泥泞的艰难，哪能知道阳光大道的可贵；未经历风雨交加的黑夜，哪能体会到风和日丽的可爱；未经历挫折和磨难的考验，又怎能体会到胜利和成功的喜悦？俗话说得好：不经历风雨，怎能见彩虹，这一切难道不是挫折的功劳吗？你又怎能不感谢挫折呢？

　　下面我给大家讲一个真实的故事：

　　很久以前在一个很偏僻很偏僻的小山村里，有一个小男孩，在他初二时的英语成绩31分，数学72分，语文43分。我们都不敢相信他能创造奇迹。当时他家里在修房子，爸妈没有时间照顾家里面的农活，他就承担了家里的`一切农活，犁田、杀虫、挑担、插秧、挖土…。以为他体验到了生活的艰辛，他下定决心要改变自己的命运，他知道自己的基础没有其他的人那么好，所以他就比其他的人更加的努力，别人1个小时才能走完的路程他25分钟就走完了，他每天早上5点起床，11点才睡觉。别人每天上8节课，他每天上16节课。他的身体体质非常的不好，经常的感冒，几乎从来都没有好过。经常因为看书过度劳累而晕倒，但是晕倒了他选择站起来继续的看书，最终黄天不负有心人，结果他初三以数学111分，英语104分，语文98分成为全校唯一一个考上新宁一中的人。他以生物96分名列全校创校以来生物成绩榜第二名。他没有选择去一中来到我们的教师的摇篮—武冈师范，仅5天时间他就让全班同学和学校领导记住了他，仅仅10天时间他就被学生会主席看中并有意让他当主席接班人，可是却被他拒绝了。仅仅15天的时间他就成为学校领导和全校同学们谈论的焦点，仅仅20天的时间他就成为了社团的理事。仅仅30天的时间他就让全校同学记住了他。

　　故事当中的小男孩就是“我”。是挫折造就了我的成功。感激伤害你的人，因为他磨练你的意志；感激绊倒你的人，因为他强化你的双腿；感激欺骗你的人，因为他增进了你的智慧。感谢蔑视你的人，因为他觉醒你的自尊。感谢遗弃你的人，因为他教会你独立。在具有坚强意志和积极进取的人面前，挫折可以使我们精神抖擞，发奋努力。成功就是在不断战胜挫折中慢慢垒积而成的。所谓“艰难困苦，玉汝于成”说的就是这个道理。中国还有一句古话叫“蚌病成珠”，是说蚌要经过艰苦的忍耐，与泥沙争斗到底才能结出晶莹的珍珠。我们的学习何尝不是这样呢？难题就是泥沙，我们扮演着蚌的角色，谁最能忍受磨难，谁便是强者。

　　最后祝各位评委、老师和同学们：身体健康、万事如意！

　　我的演讲完毕，谢谢！

**讲卫生从我做起演讲稿 篇10**

　　各位领导、老师：

　　您们好！

　　我很喜欢雨果的一句话：“花的事业是尊贵的，果实的事业是甜美的，让我们做叶的事业，因为叶的事业是平凡而又谦逊的。”上学时，我特别崇拜传业授道解惑的老师。抱着圆梦的意念，20xx年9月，我踏上三尺讲台，成了陈堡中心小学的一片默默无闻的绿叶。

　　我们常说：“先成人，后成才！”可见成人比成才更为重要！记得一个新的学年，我接手一个新班，遇到了一个撒谎成性，坏毛病特别多的`一位小男孩，叫姚吕庆。语数英作业从来没有一次能够完整地完成。每天他都会编造各式各样的谎话来蒙骗老师和同学。他的谎话随口就来，貌似真诚让你无法区分真假。他每天都忙着在学习上和老师、父母、同学“斗智斗勇”。有段时间，我真的对他很无语，束手无策！他妈妈对我说：“我最大的梦想就是我们家姚吕庆不撒谎，老师，您要帮我圆梦吗？”我回这位妈妈三个字一个标点符号，那就是：我努力！后来，我读到了《如何与孩子“斗智斗勇”》这篇文章，很有意思，其策略有点像共产党地下党与特务“斗智斗勇”。我受到了启发，一个人的力量是有限的，全体学生的力量是无穷的。我自掏腰包奖励那些在上课与下课监视并帮助他、陪伴他的学生。在他没有完成学习任务的情况下，他是“不自由”的。在这样强大的阵势重压之下，一段时间后，他的作业根本能完成，也不需要每天绞尽脑汁编谎话了。有时还检举其他不做作业说谎的同学呢。他妈妈拉着我的手很感谢地说：“老师，你帮我圆梦了！谢谢！”

　　我不想用哲人那些华美的辞藻来装点自己的人生，更不敢奢望自己以魏书生为目标，在教育事业上开创一片新天地。只想以此做到——立德树人，立教圆梦！

　　我的演讲完毕，谢谢大家！

**讲卫生从我做起演讲稿 篇11**

　　尊敬的老师们，亲爱的同学们：

　　大家好。

　　我是5（3）班的。我很荣幸成为旗手。在我看来，旗手是一个神圣而光荣的职位。我是一个阳光男孩。虽然我的`成绩一般，但我必须努力学习，提高水平。我的兴趣广泛，包括绘画、写作、体育等。我的愿望是成为一名画家，用我自己的钢笔画出祖国的山川，每一棵植物和树木，每一块沙子和石头。我的座右铭是：决心阅读世界上所有的书，努力了解世界上所有的单词。

　　我最希望的是有一天升起五星红旗。今天，我的愿望终于实现了。老师们，同学们，我一定不辜负大家对我的期望，努力进取，为学校增光添彩。

　　谢谢。

**讲卫生从我做起演讲稿 篇12**

　　同学们：

　　人的生命是坚强的，有时也是脆弱的，在不经意间也会失去宝贵的生命，比如违反交通规则，会有悲剧的发生。

　　我在一本书上看到每年死于交通事故的人数比第一、二次世界大战还要多，是啊，到现在街上还有许多人不遵守交通规则，闯红灯，经常会因交通事故失去生命。而且事故最多发生在三叉路口，那儿经常不是撞车就是死人，非常可怕。我们要爱护我们的.生命，尽可能不去违反交通规则，我们应该红灯停，绿灯行。如果你不去按这样做，无意间就会发生交通事故，而且走路过马路时，记住!一定要走斑马线，那样子多少也有些安全感，如果你去翻栏杆一定会被车子撞的。只要我们去遵守交通规则，就不会有悲剧发生了，安全永远在我们心中。

　　朋友们让我们一起来遵守交通规则吧!

**讲卫生从我做起演讲稿 篇13**

　　尊敬的老师，亲爱的同学们：

　　大家好！今天我演讲的题目是：做最好的自己。

　　当你们看着得意的动画片，玩着迷人的电脑游戏，坐上快速的列车，接听着越洋的时候，你可曾意识到科学的力量，科学不仅改变了这个世界，也改变了我们的生活，科学就在我们身边。翻开20世纪的壮丽篇章，我们发现人类在这百年中不仅经历了血与火的洗礼，更创造了无数科学奇迹。19世纪法国著名科幻小说家凡尔纳的虚构，当时让人不可思议，他所梦想的登月旅行、飞机、远射程炮等，在20世纪都一一成为现实。在21世纪的今天，高科技更是无处不在。作为跨世纪的一代，我们又该以怎样的姿态去适应新世纪，担起新世纪的重担呢？

　　同学们，我们正处于成长发育阶段，学习科学，让我们从小做起。我们要努力学好各种文化课，因为这是一切学习的根底；同时，对各种适宜我们小学生看的科普书籍、报刊，最好在课余多阅读一些；还应该积极动手搞各种科学小实验、小制作，写科学小等，培养对科学的兴趣。长此下去，我们一定可以热爱科学，拥有丰富的\'科学知识。人类的智慧是无限的，无论是美国的挑战者号爆炸，还是全球计算机病毒的晋级，从来都不能阻止人类的科技进步。“知识就是力量”，培根这句脍炙人口的格言不知鼓励了多少渴求知识的人。如今，让我们也用它来勉励自己，做一个热爱科学的新一代，担起新世纪的重任，为我们祖国的明天，谱写出更加辉煌的诗篇！

　　我的演讲完毕，谢谢大家！

**讲卫生从我做起演讲稿 篇14**

　　开学了，新的学年开始了。莘莘学子们步入学堂，开始了学海泛舟，探索新知识，掌握新本领，为未来的美好人生打基础，这是所有学子共同面临的课题，也是必修的功课。这门功课不及格的话，文盲般生活在这个世界上，前进的道路上会有多少障碍不言而喻。

　　学校是学子成长的摇蓝，生长的沃土，在这个园地里成长十几年，甚至更长的时间。老师是辛勤的园丁，以自己的\'热量孵化着学子的理想种子茁壮成长，最终让这些种子开花结果，美好的人生理想变成现实。师徒如父子，恩重如山。学生在老师的谆谆教诲下，天天在快乐成长，在渐变，在增长能量，在提升生活技能，铺垫着人生道路。老师肩上的担子很重，责任重大，是学生心中的楷模，人生的偶像，在施教过程中不能有半点亵渎师者高大形象的行为。老师要时刻遵守师德，弘扬师者的光荣形象，谨记自己的神圣职责所在。常言道：误人子弟，极大的犯罪。所以，人民教师的职责是神圣的，庄严的。老师不仅授业，还要传授中华美德于学子，让中华文化精髓弘扬下去。

　　学生步入校园首要任务是学习，再学习，不断增长本领。在老师的教诲下，刻苦钻研学业，认真完成学习任务，这是学生的中心任务所在。要全方位地学习本领，文化知识，生活技能，更为重要的是品德素质的提升。不但文化知识要学习好，还要学会做人，达到品学兼优的目的。

　　新的学期开启，休假结束，年节已过，春天来了，学子们要整装待发，全身心地投入学习中，宝贵的时间分秒不停地流逝，抓住这人生中的大好春光——青春期，好好学习，为自己的美好人生铺平道路。机不可失，千万别错过这人生中最佳学习时机，失去了不会重来的。

　　学子们要扬起远航的风帆，鼓足勇气向着理想的目标进发，美好的未来属于你们！

**讲卫生从我做起演讲稿 篇15**

　　您是一位园丁——一位辛勤的园丁，您细心地栽培为我们的成长奠定了好的基础。

　　您是一枝红烛——一枝不断燃烧的红烛，您无私的燃烧照亮了我们未来的路。

　　冷血的粉笔在您的脸上勾勒出一条条皱纹，无情的粉末将您的黑发打白，狠心的.板擦也擦去您年轻的容貌。而您还坚守在那神圣、伟大的岗位上，无私的、默默的。。。。。。奉献着。

　　天使感恩着上帝，感恩上帝给予他一颗纯洁的心。我们感恩着您，感恩您细心的栽培，无私的燃烧。。。。。。

　　您——老师！

　　就如妈妈那般呵护着，关爱着我们，在我们叛逆时一次又一次将我们拉回正轨。

　　您给予了我们最珍贵的宝藏：那就是做人的道理、处事的技巧、与及丰富的知识。您将您的所学都传授给了我们。。。。。。我们也一定不会辜负你的期望，长大后成为国家的栋梁！

　　我们会永远的铭记着您，并将您那唠叨的话语，甜蜜的微笑，高大的背影都永存在心中。。。。。。

　　老师我们感恩您、爱您！您是我们成长道路上的引路人。我们将永远把您留存在心中！

**讲卫生从我做起演讲稿 篇16**

　　下午好!

　　我今天演讲的是自立自强。

　　自立就是尊敬的事情自己干，自立意味只我们要学会合理地安排自己的生活，长大够要离开父母的呵护，靠自己的力量创造生活。自强就是自力更生、发愤图强，在困难面前知难而进，顽强拼搏。

　　自立自强，经历风雨才能见彩虹。如果没有逆境的磨练，我们也不会成长。举个最简单的例子。难道在你儿时，会因为可能摔倒而不去尝试走路吗?那你可是到现在连走路都不会啊。在坐的有不会走路的人吗?没有，这说明我们都有战胜困难的能力和勇气。那么，再次挺起你的胸膛迎接挑战，成功就在不远处。

　　在课堂上沉浸在电脑世界、手机世界里的同学，我们是否想过，我们每天收获了什么?生活腐化，玩物丧志，沉溺于网络世界，学术精神失落，缺乏信仰，缺乏毅力，缺乏进取精神和承受力，被习惯所掩盖，被时间所迷惑，被惰性所消磨。如果我们是这样，我们对得起含辛茹苦的父母吗?

　　人的一生谁没有遇到过挫折，即使挫折给你打击再大，那又怎样呢。它已经客观存在了，我们只有选择抗争或沉沦。谁都知道沉沦的结果是自我堕落和毁灭。所以，我们必须选择抗争，才能走出阴霾，迎接生命的阳光。

　　正处于学习阶段的我们，就应该具有像爱迪生、巴尔扎克那样的刻苦努力、不懈追求。在学校的道路上。我们只有勤奋、踏实的.学好一点一滴的知识，才能最终走向成功。

　　其实自立自强并不是坏事，我们通过自己的双手创造自己的天空，这有生命不好呢?

　　同学们，未来的路还得自己走，美好的生活还得靠自己去争取!

**讲卫生从我做起演讲稿 篇17**

　　尊敬的各位领导，各位同仁：

　　大家好！今天在这里要衷心感谢各位领导给我这次公平竞争，展示自我才华的时机。

　　这次我要竞聘安保主管一职。如果我能竞聘上主管这个职位，我将做好以下几点：

　　1、我的工作方法

　　我想“笨鸟先飞”大家都明白这句话的意思，虽然开始很困难，但是我会努力提高自身的学习能力。增强自身的业务知识和专业技能技巧，向领导和前辈们学习管理方面的经历及处理顾客投诉的能力。

　　2、提高自身的效劳意识

　　在效劳行业有句老话顾客就是上帝。现在酒吧的客人已经不单单要求喝好玩好，他们对效劳的满意度有了更高的要求。因此我将不断提升自己的效劳意识，在宾客的满意与惊喜中实现自我价值。同时作为一个主管，也要效劳好自己的员工，到达顾客和员工都满意的双赢成绩！

　　3、勇于承担责任，不掩饰自己的错

　　在工作中如果我做错了的（包括给员工指导错了的），会勇于成认自己的不对，勇于纠正自己的错误，不强调客观找借口，更不把责任推给别人。

　　最后，我想说在这几个月中，我所获得的每一次进步，每一份荣耀都离不开各位领导对我的帮助，离不开同事们的\'大力支持。再次感谢各位领导对我的培养和厚爱，感谢同事们对我的肯定和关心。人只有不断挑战自我才会有进步、有开展。请给我你们的支持，虽然我不能撬动地球，但这会是我更加努力工作的动力！我将会不负众望，为苏荷的开展奉献自己的绵薄之力！

　　我的竞争上岗演讲稿完毕，谢谢！

**讲卫生从我做起演讲稿 篇18**

　　这两年好像流行一个词叫心机女。什么意思？大家都知道是指一个很有心机的人。前两天看了一部电影叫灰姑娘。我相信这里的每一个女孩，可能都想在年轻的时候成为现实生活中的灰姑娘，但是我在网上看到一篇关于灰姑娘的影评。看到标题，我惊呆了。他写了什么关于灰姑娘的事？显然是个诡计多端的女人。他用四点来证明灰姑娘是个诡计多端的女人。

　　第一，他觉得灰姑娘先得了父亲的。

　　第二，继母在非常虐待她的时候，会主动让出房间，同时在心里种下仇恨的种子，准备报复。第三点是她被王子迷住了。在森林里遇到那样的男人，哪怕他不是王子，她也要觉得他是富二代，她也用爱来迷倒他。第四，她赢得了国王的心。当铃声即将响起时，她会改变。她握住国王的手，告诉他，你的儿子是我见过的最好最善良的人，他非常爱你。我又倒吸了一口凉气，然后看到一个人用更简洁的方式总结了灰姑娘的故事。这不就是一个诡计多端的.女人反攻成公主的故事吗？但是，如果再想想一个人，如果他有心机，大家都会解读为足智多谋，有野心，有胆识，或者是我们大家都知道的诸葛亮，胆识过人，足智多谋，借不到一支箭。我们希望学习他想成为的样子，但是如果诸葛亮是女的，你觉得他也是心机吗？然而，近年来，龚都歌剧非常受欢迎，每个人都喜欢看它。那时候女人可能用了一些心机征服男人，而男人用心机征服世界。但是现在时代变了，世界变了，我们的社会变了，我们女人除了征服男人，可能还需要征服世界。那么为什么不能学一点野心和那个策略呢？我认为她是成功的。如果你曾经想成为那样的人，我想你可以尽力而为。如果你说不行，我不行，我不会，没关系，那就请你闭嘴。

**讲卫生从我做起演讲稿 篇19**

　　敬爱的老师、亲爱的同学们：

　　大家好！我是六（4）班的陈柯妮。很荣幸又一次站在这里。，我是上一届的`宣传委员，“百尺竿头更进一步”，今天，我竞选的是副大队长一职。

　　这是对我的一次考验，一次施展的机会。

　　在班里，我不仅是一个学习刻苦，团结同学的副班长，还是老师的好助手；在班级里，你总能看见我认真的表情，在课余你总能发现我忙碌的身影。我连年被评为“三好学生”，还参加了许多比赛，取得了优异的成绩：宁波市20xx年柔道比赛三等奖；奥英比赛三等奖；手抄报比赛五年级段二等奖；在学校举办的首届读书节我被评为了“读书之星”。

　　假如我当选，我要更加努力提高自身素质，我会作好大队长的好帮手。克服困难，把大队工作做得更好。

　　“当一滴水融入到大海中才能永不干枯”，队员们请信任我，给我一次锻炼的机会！我会努力做到最好！

　　无论竞选是成是败，我都胜不骄败不馁。我相信会经得住考验我相信我会做得更好！ 同学们，老师们，请相信我，投出你们手中宝贵的一票吧！

　　谢谢大家！

**讲卫生从我做起演讲稿 篇20**

　　尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

　　大家上午好！

　　今天我在国旗下讲话的主题是《生命高于一切，安全重于泰山》。

　　生命诚可贵。中外古今，多少诗人，作家用优美的文笔唱出了对生命的歌颂。人们歌颂生命，因为生命是宝贵的，人们热爱生命，因为生命是美好的。

　　然而，生命又是脆弱的。当生命遭到灾难或伤害时，它就会转眼消逝，一个个生命的消逝，那些鲜血写成的教训，使我们感悟到了生命的可贵，感悟到了安全的重要。

　　安全与我们每个师生密切相关，所以，我们要真正提高意识，牢记“没有安全防范意识就是事故，树立“安全重于泰山，生命高于一切”的观念，并使之转化为一种行动。因此，我在这里向全体同学倡议：

　　1、要注意交通安全，遵守交通规则，不乘坐“三无”车辆。要求乘坐公交车上学的同学，上下车时不争先恐后，在车内不打闹。上车时将书包置于胸前，以免书包被车门夹住。步行回家的同学，过马路时要走斑马线，不在马路上疯狂打闹。

　　2、要注意防火安全。严禁同学带火柴、打火机等火种进入校园，严禁在校内玩火。对于学校设置的消防安全设施与消防器材严禁同学随意移动或破坏。3、要注意楼道安全。经常看到一些同学在走廊、楼道开玩笑，做游戏，急速跑动，从楼梯护栏上滑行，极易发生冲撞事件，存在很大的安全隐患。要求全体同学在校园内不在楼梯口嬉戏，上下楼梯轻声慢步，靠右行。大课间、放学期间，上下楼梯靠右慢行，不许滑行，不许拥挤，见有人摔倒，要收住脚，避开跌倒的人。

　　4、要做好自身安全防范工作。思想上要保持高度警惕，在来、往校途中，留意身边存在的.安全隐患，不与陌生人交谈。放学后学生要迅速离开学校，按时到家，不在路上逗留、玩耍。不能按时到家的，要及时跟家长联系，说明情况。

　　5、要做好饮食卫生安全。不在校外摊贩处购买零食，不吃“三无”食品。

　　6、要做好自身物品的保护，不带贵重物品来校，各班同学离开教室时，要关好窗户、锁好门。

　　7、加强紧急避险以及自救知识的学习，遇到特殊情况能够自救并营救他人。全体学生都要懂得什么事能干，什么事不能干；什么地方能去，什么地方不能去。

　　8、要严格执行出入校门登记制度。学校上课期间，若家里有事需提前离校，家长必须到校园内经班主任同意后，方可接孩子离校。

　　让我们关注生命，注意安全，茁壮成长。让我们在国旗下共同祝愿，祝愿我们每天平平安安到校，祝愿我们的生活处处开满安全之花！

**讲卫生从我做起演讲稿 篇21**

　　尊敬的老师、同学们：

　　大家好！

　　每个人都有自我的梦想，一只只可爱的小动物也不例外。但每个人的梦都不一样，有的人想成为知识渊博的科学家；有的人想成为造福人类的发明家；还有的人想成为一名忠于职守的人民警察……我也有一个简单而普通的梦想，就是当一名人民教师。

　　我认为，教师是一项神圣而崇高的职业；如果说我们是花朵，教师就是辛勤的园丁；我们是飞鸟，教师就是无边无际的天空；我们是鱼儿，教师就是宽阔的大海……从入学的第一天开始，我们每一天都和教师朝夕相处，徜徉在知识的世界里。教师的教诲就像雨露一样滋润着我们，让知识的花朵在我们心中灿烂盛开。

　　我们班的两位教师经过一个学期的辛勤劳动，最终学生给他们带来的是累累硕果。

　　我想，做一名光荣的教师，就能在三尺讲台上传授一生所学；就能天天看着学生开心成长，那该是多么幸福和令人向往呀！如果真的有一天，我成为一名人民教师。无论地位高低贵贱的学生，我都要把我的价值奉献给他们。可是，要想成为一名优秀的教师，我想就要从此刻做起，从每一件小事做起。养成文雅、和气、宽容的良好习惯；在平时的学习和生活中，严于律已，并且善于发现他人的优点，取长补短！

　　一个人没有了梦想，就没有了奋斗目标，没有了前进的动力，就看不见前方的道路，也看不到未来的光明。没有梦想，就像没有翅膀的小鸟，不能在天空自由翱翔。拥有梦想，让我们看见未来的期望。拥有梦想，就有了一半的成功。梦想要靠自我坚定的信念和执着，要付出艰辛的努力，才能梦想成真。所以，为了实现这个梦想，从此刻开始，我要为梦想努力奋斗！

　　谢谢大家！

　　此致

　　敬礼

**讲卫生从我做起演讲稿 篇22**

　　友爱的同学们：

　　你们好！

　　我是你们的班主任老师，从你们一班级开头带你们的时候，这一晃眼已经过了6年的时间了。这6年的时间里，我不仅教给你们学问，还训练你们做人的道理，陪伴你们度过了最天真无邪的童年时间。

　　我还记得一班级的时候，你们刚来到我的班上，一个个的眼里都带着古怪和稚嫩，那个时候，我都叫不出你们名字，只觉得这是一群既天真又可爱的小伴侣。后来渐渐的.我通过和你们的接触和和沟通，我开头了解你们。知道了你们的爱好，生疏了你们的性格，也了解到了各位同学的家庭背景。虽然到了后面，你们越来越变得顽皮，越来越不听我的话，经常给我打架惹事。但是我知道你们始终有把我这个老师放在心里。我生病的时候，你们会静静静的自主学习，不会吵闹，更不会违反纪律，由于你们不想让我更加的忧心。在我过生日的时候，你们都会记得给我预备礼物，虽然都是自己手工做的礼物，不值什么钱，但是我收到的时候照旧很感动。我把它们都珍藏了起来，留到以后渐渐回忆。

　　现在一转瞬，你们就到了六班级。从小小的个子变成了大大的个子，从什么都不懂的年纪，到可以担当肯定责任的年纪。我看着你们渐渐长大，渐渐变得学问丰富，渐渐的懂事。我感到比任何人都欣慰。我知道你们都是一群既和善又正直的孩子，你们有自己的想法，有自己的共性。虽然有些同学的成果不是很好，但是我看到了你们的努力和付出。我期望你们不要泄气，更不要妄自菲薄。我信任只要你们坚持下去，你们总有一天肯定会发光和发热的。

　　现在到了离别的时候，到了你们即将要离开学校升上学校的时候。到了学校，不再比学校，它的学习难度更大，学习任务要更加的多。假如我们现还不好好的打基础，等我们到了学校，就会跟不上别人的脚步，学习也会更加困难。所以我期望你们肯定要好好的把握住剩下为数不多的时间，好好的在这段时间里面努力学习，尽自己的最大的力气考上一个好的中学，得到一个好的学习平台。这不仅仅是为了给你们父母争口气，而更多的是为了自己的将来而考虑。

**讲卫生从我做起演讲稿 篇23**

　　世上有一部永远写不完的书，那便是母亲。

　　记忆中总有这样一个镜头：吃晚饭时，妈妈总会准备好几个菜，而且大多是我爱吃的。我总是很惊异，妈妈怎么会这么了解我的心意——总能烧出如此清香可口的饭菜。每次看到那些我爱吃的菜，总会立即拿起筷子夹一些一尝为快！等到一家人到齐，围坐在餐桌前准备用餐时，妈妈总是把新鲜的菜端在我面前，而把昨天剩下的菜放在她自己的面前。偶尔抬起头，正在品尝美味的我也总能看见妈妈就那么笑吟吟地看着我，充满着慈爱，让人心头总能漾起一丝甜蜜。

　　这一段时光总是那样的`和谐。而我似乎总是这段和谐乐章中最快乐的音符。爸爸、妈妈会认真地倾听我讲述的校园故事，并不时地插上一两句。有时时过境迁后，却总能感受到正是父母的高明指点，才让我学会了与人相处，让我学会了正确把握自己的人生之帆。

　　有时，用餐时的气氛也会显得压抑，这通常是我那天出现了情况。我还记得有一次，在二年级的期末考试中，我的语文和数学成绩都考得不是很好。回到家，我本以为会受到妈妈的挨骂。因此，用餐时也少了些许轻松和惬意。尽管饭桌上还是那么丰盛的晚餐，尽管妈妈还是习惯性地将我爱吃的菜端到了我的面前，生性胆小的我却不敢抬头再接触妈妈的目光。可妈妈却在旁一个劲地微笑着对我说：“没关系，只要下次努力就可以了，不要难过了。”我知道妈妈是个要强的人。她在自学本科的考试中，只要是出现了一些不应该出现的错误，她都会懊恼一阵子。现在想起来，正是妈妈的这种宽容的爱，才使我再一次次失败后的胜利中逐渐地树立起了信心，鼓起了我前进的勇气。……

　　“谁言寸草心，报得三春晖。”这一件件看似平凡的小事，只是母亲这本书中的一些只言片语。然而，就是这些只言片语已经让我深深地感受到了伟大、无私、温暖的母爱。我会永远记住这些，我要永远把母亲的关爱铭记在心。我想我会用自己的健康、快乐的成长历程去回报母亲的这一份爱。谢谢大家！

**讲卫生从我做起演讲稿 篇24**

　　各位同事：

　　首先非常感谢大家一直以来对企业的支持与帮助，你们辛苦了！感谢郑厂长就任期间对企业的辛苦付出，今天，由我来接任总经理这个职位，我深知这个职位的重要性，它包含着大家对我的信任与期望！

　　我深知自己专业知识不够，管理经历、工作经历缺乏，尽管如此我还是会倾尽我所有，尽我所能，为企业的开展奉献我全部的力量与心血，我相信天道酬勤，勤能补拙，相信有付出必然会有收获。在接下来的工作中，我将虚心向大家学习，与大家一起共同努力，共同提高。我想，只要我们努力践行\"平安、高效、求是、创新\"的企业方针，努力扎实地工作，工作就一定会有成效。我坚信，在总经理的正确领导，有全体员工的.不懈努力，我们的目标任务就可以完成，我们企业战略就会实现。

　　在座的各位很多都是我的长辈，在生活中我敬重你们，但在工作中，我将会严格按照企业的各项规章制度执行，不管是谁，我都会一视同仁，希望大家能够理解与支持。

　　企业在过去近十年的时间内取得了不菲的业绩和效益，大家都在企业的管理中得到了长足的进步与提高，这些均离不开总经理的指导和全体员工的努力。同时，我希望大家能正视企业目前存在的管理人员责任心不强、制度执行不力、人员不稳定、平安隐患整改不到位、遇事推诿扯皮等诸多问题，这些问题制约了我们企业的开展。我将同大家一起共同来解决企业存在的问题，我希望在我们的共同努力下，企业能有一个新的起色。

　　在接任这个总经理职位的同时，我感受到的不仅仅是一份荣耀、一个职位、一份权利，更是一份沉重的担子，一份压力，一份责任。既然我选择了承当这份责任，我就将尽我所能，为了我们共同的事业而不懈努力和持续付出。

　　我现在能奉献的没有其他，只有用心、专注、辛劳和汗水。我知道我们面前的道路漫长而艰辛，但只要大家与我同甘共苦，团结一致，为了同一个目标，不懈的努力，我们的目的一定能够到达！我们不仅仅是喊口号，而是踏踏实实的做事，为了把企业做得更好，为了让员工生活得更好，为了实现我们自身的价值，我相信，只要大家向着同一个目标前进，共同提高，群策群力，我们就一定能夺取这场胜利。

　　谢谢大家！

**讲卫生从我做起演讲稿 篇25**

　　敬爱的各位领导、同志们：

　　大家好!

　　我演讲的题目是：一个加油站长的“三心二意”。大家一定觉得奇怪，“三心二意”是个贬义词，怎么跟加油站长扯到一块了呢?别急，且听我慢慢道来。

　　从一名普通的加油员到一个站的站长，在这短短的一个多月时间里，在领导的关心指导和同事的支持下，我顺利实现了角色的转换，以更大的热情全身心投入到工作当中。我想，是中石化给了我这个尽情发挥自己潜力的平台;是中石化给了我这个充分体现自己人生价值的空间。

　　虽然只是短暂的一个月，但通过这段日子的历练，对于如何做一个称职的站长，我也有了自己的一些感悟：作为一站之长，除了提高自身素质，加强学习之外，还要有“三心二意”。我这里所说的“三心”是指责任心、细心、虚心、爱心!“二意”为意志、诚意。

　　“责任”二字重于泰山。没有责任心的领导不是合格的领导，没有责任心的员工不是优秀的员工，工作就意味着责任。在这个世界上，没有不需承担责任的工作，而且你的职位越高，权利越大，你所肩负的.责任就越重，责任意识也会让我们表现更加卓越。站长的工作平凡而琐碎，但对于整个油站的运作却又起着至关重要的作用，只有以高度的责任心，从根本上树立“爱站如家”的观念，同时努力提高员工以公司为大家庭的高度责任感，才能促使每一位员工爱岗敬业，奉献企业，才能让每一位员工永保激情，投身企业。

　　当然，仅仅有责任心还是不够的，工作中还必须有足够的细心。“做好每一个细节，就能取得胜利。从成功到灾难，只有一步之差。在每一次危机中，一些细节往往决定全局”，这是约翰?列侬说的话。作为一名站长，琐碎的工作要求更注重细节。比如日常的安全检查中，哪怕只看到手指大的油花、一颗松动的螺钉也不能粗心大意。正如海尔集团总裁张瑞敏所言：“把每一件简单的事情做好就是不简单，把每一件平凡的事做好就是不平凡。”要把一点一滴的小事做好，把一分一秒的时间抓牢，于细微之处见真知。

　　“骄傲使人落后，虚心使人进步”，在工作中，虚心永远是我们必备的基本素质。满招损，谦得益，学无止境，保持低调的态度，向周围的领导、同事学习。牛顿说过：“我不知道人家怎样看我，但是在我自己看来，我就像一个海滩上的小孩子，偶尔拾到较为光滑的圆石，而真理的大海我并未发现。”谦虚的胸怀，正是牛顿取得不朽成就的基础。当然，谦虚不是万事盲从，别人说什么就什么，谦虚是一种尊重的行为，是一种智慧，一种人生境界。我们要善听别人的意见，集众人智慧于一身，更要善于思考，善于判断，善于总结，善于创新。

　　此外，对工作有爱心，才能投以更大的热情;对员工有爱心，才能创造一个和谐的家园。要每一位员工爱站如家，作为管理者，首先必须要让油站有家的感觉，关爱员工，要把员工当作自己的亲人，把在一起工作看成是一种缘分，用心去关怀关心下属。一个热情的问候，一句关心的话语，一个微笑，一个点头，一些充满爱心的叮嘱，对领导来讲是不经意或极为平常的，但对下属的员工来说则是一个极大的鼓舞，都会在工作中起到对下属的激励作用。关爱员工，就是要有宽人之心，容人之量。要有讲诚信的美德，要有敢于承认错误的勇气，还要有不以权力压人的势态，更要有不分亲疏厚薄的仁爱。

　　除了以上所说的“三心”，站长还要有“两意”：意志和诚意。说到意志，墨子有言：“志不强者智不达”。古往今来，欲成大事者，必是意志坚定的人。因为意志坚定的人对工作有坚定的信仰，他相信能够从事眼前的工作，他相信能够应付眼前的阻碍，他相信能够改变眼前的困境。他具备随时坚定进行的能力，随时坚定进行的决心，这使他轻视障碍，使他嘲笑困难，使他增强了成功的力量。做好一件事就像冲咖啡一样，而意志就像水，没有水就冲不了咖啡，没有坚强的意志，也就没有成功。

　　21世纪是一个团队至上的时代，所有事业都将是团队事业，只有拥有一支具有很强向心力、凝聚力、战斗力的团队，拥有一批彼此间互相鼓励、支持、学习、合作的员工，企业才能不断前进，壮大。“百涓之水，汇成江海”，个人的力量是有限的，此时，员工的管理和团结显得尤为重要。在员工的管理方面，我认为站长应该以“诚意”二字贯穿始终。不管是从历史的角度，还是从人际交往的角度，管理者都应该常怀诚意之心来对待下属和同事，将心比心多进行“换位思考”，站在下属的立场多想一想。以诚意面对下属，以诚意尊重下属，以诚意感动下属。惟有诚意，才能进行有效的沟通;惟有诚意，合作关系才能持久;惟有诚意，企业才会有真正意义上的团结和凝聚力。

　　天空因蔚蓝而美丽，工作因执着而伟大，企业因团结而发展。朋友们，让我们携起手来，带着这“三心二意”，为中石化的发展而努力!

　　我的演讲完毕!谢谢大家!

**讲卫生从我做起演讲稿 篇26**

　　我的班主任姓鲁，是我们的语文老师。鲁老师四十出头，中等身材，一双大眼睛炯炯有神，和蔼而不失威严。

　　鲁老师很平易近人，让我们觉得她就像我们的朋友一样。班上好些同学喜欢在课间休息时到鲁老师的办公室去玩，更有甚者还悄悄滴蒙上她的眼睛，要她猜猜自己是谁。鲁老师没有批评这个同学，而是从抽屉里拿出好吃的给她吃。听说到鲁老师办公室可以得到好吃的\'东西，我心动了，也壮着胆到鲁老师的办公室去玩。果然，我也得到了好吃的零食。尝到了甜头后，我就经常去鲁老师的办公室玩，吃了不少好吃的东西。

　　鲁老师很慈善友爱。她对我们就像对自己的孩子一样关爱，经常叫班上的男生为“儿子”，使我们觉得她就像妈妈一样亲切。我刚转学到这里时，对陌生的环境很不适应，感觉很孤独。鲁老师时常关心我，照顾我，鼓励我，还叫其他的同学也帮助我，让我感到冬日暖阳般得温暖，也很快融入了这个班集体。

　　鲁老师很善解人意。我的书写很差，鲁老师常常在作业本上写批语跟我谈心，鼓励我加油。鲁老师的话语让我觉得很贴心，既像妈妈又像朋友。

　　这就是我的班主任鲁老师，一位让我永生难忘的好老师！

　　滴水之恩当以涌泉相报。鲁老师，以后我会努力学习，用优异的成绩来报答您！

**讲卫生从我做起演讲稿 篇27**

　　尊敬的各位领导、亲爱的同事们：

　　大家好！

　　今天我演讲的主题是“人人讲安全，个个会应急”。

　　安全是企业的\'生命线，是我们每个人的责任。在工作中，我们要时刻保持安全意识，遵守各项安全规章制度，严格执行操作规程，防范各种风险和隐患。只有做到“人人讲安全”，才能让整个企业的安全体系更加完善。

　　然而，仅仅依靠个人的力量是远远不够的。我们需要建立起全员参与、全过程管理、全方位覆盖的安全管理体系，让每个人都能够参与其中，真正做到“个个会应急”。

　　在生产、建设、交通等领域，我们经常会遇到突发情况。这时候，我们需要迅速反应、有序行动、精准处置。只有在平时加强演练、积累经验，提高应急处置能力，才能在紧急情况下保持冷静、快速响应、高效处置。

　　因此，我们要在企业内部大力宣传安全文化，强化安全意识，普及应急知识，提高员工的安全素质。同时，我们也要加强培训和考核，确保每个员工都能够掌握必要的应急技能和知识，做到“人人讲安全，个个会应急”。

　　最后，让我们共同努力，把安全工作落到实处，真正做到“人人讲安全，个个会应急”，为企业的长足发展保驾护航！

　　谢谢大家！

**讲卫生从我做起演讲稿 篇28**

　　尊敬的老师，同学们：

　　大家好！

　　就像人离不开自己的影子一样，成功也总离不开失败，尽管人们千方百计地摆脱，然而失败依然困扰着每一个人。或许是生意场上的失利，或许是仕途上的阻挠，或许是运动场上的落后，然而对于我们来说，失败只是迟到的成功。如今，求学的压力，生活的压力越来越大。但在这紧张的氛围下，你不妨静静地闭上眼、仰起脸，感受天空中洒下的阳光，让它渗透你的每一寸肌肤，你会发现，有一股炽热的血液在体内沸腾，有一种似火的激情在痛快地燃烧，有一种如阳光一般的暖流将受伤的心灵抚慰！而这，就是你拥有的炫丽的青春啊！它轻轻而又响亮地告诉你：年轻没有失败！

　　卓越的人的优点是在不利与艰难的遭遇里百折不挠，于是便有了享誉全球的音乐大师。失败是一笔财富，它能给人奋发向上的动力，给人直面挫折的勇气，给人饱经风霜的坚强。而年轻时的失败更是一笔财富，不经百炼，何以成钢？斗争的生活使你干练，苦闷的煎熬使你醇化，失败为你铺就一条走向成熟走向成功的大道不要为失败而气恼，失败对我们来说只是成功与成功之间的过渡。请相信，当你长途跋涉之后，当你艰辛攀登之后，当你已经精疲力竭之时，成功就在前面迎接你、振奋你，让你再一次投入到事业的博击中去；请相信，我们是东方那一轮火红的朝阳，我们终将穿透云层，辉煌地升起，发出光芒万丈！

　　谢谢。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找