

# 2023年微演讲主持稿(汇总9篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 微演讲主持稿篇一

现在我们的世界环境越来越差，我们的生存环境也受到威胁。经常听长辈讲小时候在河里玩耍的场景。那时候的绿水清澈如带，渴了可以用手抿一口。我想起来就羡慕。所以我做了一些保护环境的事情。我来告诉你吧。

我六年级的时候，我们学校组织了一次“清理城市牛皮癣”的活动。我参加了。我左手拿着铲子，右手拿着一个小水桶。我和同学很兴奋的去了，但是这些小广告不好收拾。我花了大部分时间在一个广告上，没有完成。最后，我摸到了门口。我先把水放在小广告的图片上，然后水渗透进小广告。

我还有一个环保的事情，就是少用塑料袋，多用环保塑料袋。让世界减少白色污染。我还查了白色污染的数据：所谓“白色污染垃圾”是对人们困难降解塑料垃圾（多为塑料袋）造成的环境污染的一种形象称谓。是指各种国产塑料制品由聚苯乙烯、聚丙烯、聚氯乙烯等制成的现象。使用后作为固体废弃物丢弃，由于随意乱扔，难以降解，造成城市环境严重污染。

所以提倡少用或不用可降解的塑料包装材料，买东西最好自带工具，减少其使用。

所以一定要少用塑料袋。我们的世界必须被我们保护，只有这样我们的地球才能常青。

## 微演讲主持稿篇二

大家好，

众所周知大学是许多人梦寐以求的地方，我们有幸在十年的寒窗苦读之后走进了美丽的大学校园。在那里，我们吸纳着前人的智慧精华，理解着全面的素质教育，我们能够在知识的海洋中翱翔，并因此身边的人给了我们无数的光环，那么我们就理所当然具备一种良知。

良知就是是否让灵魂得到高尚、让人格得到高贵和让人生得到升华。我们那里可能有些人做到了，他们时刻使良知成为自己做事的标准，为人生之路铺好坚实的基石。但是，还有许多人迷失了方向，把大学时光浑浑噩噩的度过，让昏暗遮蔽了自己的天空……但是你们能不能看看身边的榜样呢。

澳洲有位年仅16岁的花季少女杰西卡。她独自一人完成了环航全球，她怀着自己的梦想，从来没有为别人的质疑而放下伟大的理想，并用真实的行动证明了一切，应对着途中难以预料的危险她坦然应对，她说：“我一点也不担心，因为我明白我能够找到一个理由大笑，个性是在巨浪和黑暗的包围中大笑，那我今后就能够在任何状况下持续微笑。”从这个年仅16的女孩身上不难看出她已经具备了一种良知，为了一个目标不惜一切去努力，没有任何困难能挡住她，相信这次经历必须会让她人格的到无比的升华，何况她已经用行动向全世界诠释了她能行。

但是，看看我们自己和身边的一些人，有时有多少人丧失了良知，失去了知己的斗志了呢？就当今一些大学生来说，生活无比的奢华，追求新潮，崇尚名牌，玩物丧志，沉迷于网络世界，缺乏对真正的美的一种审视，还没有自己的信仰，缺乏毅力。和这位澳洲女英雄比较你无疑就是失败者。

同学们，好好反思一下吧！我们在那里对得起父母的血汗钱

吗？“不积跬步，无以至千里”，为了自己和家人的幸福完美，为了将来有个适合的职业，不要再犹豫迷茫了，醒醒吧，4年听起来很漫长，但多少的4年已一去不复返了啊，人可已无力，但绝不能失去斗志，那么还等什么，行动起来吧，让你的生命充满光彩。我的演讲完毕，谢谢大家！

## 微演讲主持稿篇三

我为大家演讲的是《珍惜今天，勤奋学习》。

曾经读过一段很幽默的话，“有智吃智，无智吃力，无力吃智，饿得笔直”。

这句话说出了智慧对人生的重要，然而没有任何先天和后天的才能，可以无需任何努力而得到。因为生活永远是一架保持平衡的天平，一边是付出一边是收获，不劳必定无获。

有人说，人的一生有三天，昨天、今天、明天。这三天组成了人生的三部曲。但我说人的一生是由无数的今天构成的，因为不会珍惜今天的人既不会感怀昨天，也不会憧憬明天。

乐观的人，喜欢描述明天的美好憧憬，悲观的人，总是担心明天会发生什么不测。但生命的内涵只在于今天生命是宝贵的，它是一分一秒时间堆积而成的。珍惜今天就是珍惜生命，荒废今天也就荒废了生命。

昨天已是过眼云烟再也无法挽留，如果在昨天，你取得了一点成绩而沾沾自喜，或是因为做错了一件事情而愁眉不展，那么，你就永远陷入了昨天的泥潭，同时你今天的时间也会从你的沾沾自喜霍愁眉不展中悄悄流逝。每个人都会乘坐“今天”这班车驶向明天，一天一个驿站，一天一处风景。趁着明天还未到来，我们就应该抓住今天，这样等待着你的才会是果实累累的明天。

在周末，你是否因为贪玩，而无暇顾及书本，毕业班的同学们，你们现在更应该惜时如金。认真利用现在的每一分每一秒。努力学习以饱满的激情来迎接中考和高考。实现自己的理想。非毕业班的同学，你们应当利用今天的时间认真学习科学文化知识，为自己以后的学习打下坚实的基础。聪明的人检查昨天，抓紧今天。规划以后的明天。愚蠢的人，哀叹昨天，挥霍今天，梦幻明天。

## 微演讲主持稿篇四

我为大家演讲的是《珍惜今天，勤奋学习》。

曾经读过一段很幽默的话，“有智吃智，无智吃力，无力吃智，饿得笔直”。

这句话说出了智慧对人生的重要，然而没有任何先天和后天的才能，可以无需任何努力而得到。因为生活永远是一架保持平衡的天平，一边是付出一边是收获，不劳必定无获。

有人说，人的一生有三天，昨天、今天、明天。这三天组成了人生的三部曲。但我说人的一生是由无数的今天构成的，因为不会珍惜今天的人既不会感怀昨天，也不会憧憬明天。

乐观的人，喜欢描述明天的美好憧憬，悲观的人，总是担心明天会发生什么不测。但生命的内涵只在于今天生命是宝贵的，它是一分一秒时间堆积而成的。珍惜今天就是珍惜生命，荒废今天也就荒废了生命。

昨天已是过眼云烟再也无法挽留，如果在昨天，你取得了一点成绩而沾沾自喜，或是因为做错了一件事情而愁眉不展，那么，你就永远陷入了昨天的泥潭，同时你今天的时间也会从你的沾沾自喜霍愁眉不展中悄悄流逝。每个人都会乘坐“今天”这班车驶向明天，一天一个驿站，一天一处风景。趁着明天还未到来，我们就应该抓住今天，这样等待着你的

才会是果实累累的明天。

在周末，你是否因为贪玩，而无暇顾及书本，毕业班的同学们，你们现在更应该惜时如金。认真利用现在的每一分每一秒。努力学习以饱满的激情来迎接中考和高考。实现自己的理想。非毕业班的同学，你们应当利用今天的时间认真学习科学文化知识，为自己以后的学习打下坚实的基础。聪明的人检查昨天，抓紧今天。规划以后的明天。愚蠢的人，哀叹昨天，挥霍今天，梦幻明天。

## 微演讲主持稿篇五

晚上好！我是xx□来自中冶建工三公司，从事预算工作。今天我演讲的题目是：脚踏实地，走向未来。中冶建工是国家大型骨干施工企业。我们承包的工程涵盖道路、桥梁、建筑。我们都说，建筑，应当以人为本。我想，人又何尝不像建筑呢？道路，只有夯实每段泥土，才能延续远方；桥梁，只有立稳每个桥墩，才能牵引至对岸；广厦，只有深入大地，才能触及天空。而人，只有脚踏实地，才能走向未来。

建筑纪录时代，我们纪录人生。那么，什么才是脚踏实地的人生？我们又该怎样脚踏实地？不需要去观摩伟人的事例，不需要翻阅名人的传记，我们身边的中冶建工人当中，就有不少鲜活的榜样。他们用切身的实际行动为我们诠释了什么是脚踏实地。

荣获全国五一劳动奖章的一公司预算员王家媚，就是我工作中学习的楷模。十多年里，她坚守在工程第一线，做过十余个项目的预算工作。从合同范本的制定，到工程结算，每一个环节都严格把关，维护项目的利益。项目上工作的辛苦，在她眼中就是财富。她常说：只要肯努力，就能做出优异的成绩。在她这里，脚踏实地就是坚持，坚持在自己岗位的第一线，坚持在工作的每个环节，做到认真、尽责。

广西百靖高速路项目部的测量员李祖琼也是一位因脚踏实地而获得肯定的典范。34年来，她也始终奋战在施工一线。公路的测量工作十分艰苦，有时候连喝口热水去趟厕所，这些最基本的需要都是一种奢求。头顶着烈日，脚踏着黄沙，她精确地记录下每一组数据。她做事的原则就是，要做就做好，不留缺憾。付出再多，只要能把事情做好，就是值得的。

什么是脚踏实地？这就是脚踏实地！坚持，认真，尽责，不畏困难。对工作中的每个细节做到尽善尽美，遇到再难的问题都竭尽全力去解决去拼搏。这些看似平凡的事情，就像材料员老徐说的：一根根焊条，一根根扎丝，累积多了，可都是一笔财富。

没有一位工程预算的前辈。我疑惑、兴奋、跃跃欲试。每天只是看看图纸的我开始有些着急，也不禁思考起来：我该做什么，我能做什么？我想到了中冶建工十大文化中的学习文化——“工作学习化，学习工作化”。开工前的这段时间不正是好好实践这条理念的时候吗？于是，我结合学校里的知识，给自己列了学习工作计划。首先，我主动向其它岗位的前辈们请教，与他们交流，从预算的角度去思考、汲取知识，以丰富自己的预算经验。同时，我结合工程项目的实际，尽量不局限于仅仅完成领导布置的任务，而是争取多做，多算，从而发现自己工作上的不足，为开工做好准备。

这样，在过去的一个多月里，虽然工程没有开工，虽然没有师傅带领，我依然能完成好布置给我的任务。我的工作与生活越来越有序，心里也越来越踏实，对自己的未来也更加明了。如今，我知道，脚踏实地就是一种创造，对于现在的我，脚踏实地就是认真学习，努力丰富经验，认真做好每一件事。

是的，脚踏实地给了我知识，给了我积极的心态，以及未来的方向感。一位脚踏实地的领导，能使他的团队又快又稳地发展；一个脚踏实地的员工，能避免千里之堤溃于蚁穴。领导的正确决策，与每一位员工的辛勤付出，共同支撑着企业

的未来。

各位领导，各位来宾，中冶建工能走到今天，离不开在座的每一位。是你们，让中冶建工这个名字更加响亮；是你们，让我坚定了我的选择；是你们，让我相信，一个人脚踏实地走出来的路会越来越宽阔，而无数中冶人脚踏实地建设的中冶建工则会越来越辉煌！最后，让我们为自己，为我们中冶人脚踏实地的付出，为了中冶建工的今天，更为了中冶建工的明天，而鼓掌吧！

谢谢大家！

## 微演讲主持稿篇六

大家好。我演讲的题目是爱与职责并存，做一名好教师。

转眼间，来到三中工作快两年了。回首这两年来的时光，经历过的一切事情就好像昨日刚刚发生一样，感触颇深。还记得初为人师的我，带着朋友们完美的祝愿，带着一丝作为教师的神圣感和自豪感步入了这一行业。然而，经过近两年的实践。使我懂得了许多。教师这一行业并不如人们所想的那样简单。作为一名教师，你要做好为教育事业奉献一生的准备。并且要树立起为教育事业奉献一生的决心。因为你的肩上承载着太多的职责。

与孩子们相处的过程中，使我深深的认识到。在孩子的心目中，教师是指路明灯，是他们的榜样。而在家长的心目中，教师的形象是伟大的、崇高的。应对这样的期望，你要尽心尽力，你要无愧于心。说实话，在具体的工作中，也曾抱怨过，抱怨过孩子们的调皮捣蛋、抱怨过家长的不理解，抱怨过为什么自我这么努力，学生的成绩还是如此的不堪。但尽管如此，我还是随时提醒自我要对他们负责。正是这种职责心使我不敢有丝毫的懈怠之心。

尽管教师的行业是又苦又累的，但精神上却是富足的。尽管孩子们平时调皮捣蛋，但他们对你的感情却是真诚的。记得第一个教师节，孩子们齐声的一句：“教师您辛苦了”让我备受感动。从那一刻起，我的真实感受告诉我。这是一群多么纯真、多么可爱的孩子。我要真心的对待他们每一个人，要爱护他们每一个人，无论他们调皮与否，无论他们学习好坏与否。他们都只是最单纯的孩子，孩子的心是最纯粹的。这份纯粹之心值得我去付出，并且无缘无悔。

总之，教师的行业是辛苦的，同时也是无尚的光荣。我会永远带着职责心与爱心，去教导我的每一名学生。使他们在欢乐中成长，在欢乐中学习。

## 微演讲主持稿篇七

大家好，

众所周知大学是许多人梦寐以求的地方，我们有幸在十年的寒窗苦读之后走进了美丽的大学校园。在那里，我们吸纳着前人的智慧精华，理解着全面的素质教育，我们能够在知识的海洋中翱翔，并因此身边的人给了我们无数的光环，那么我们就理所当然具备一种良知。

良知就是是否让灵魂得到高尚、让人格得到高贵和让人生得到升华。我们那里可能有些人做到了，他们时刻使良知成为自己做事的标准，为人生之路铺好坚实的基石。但是，还有许多人迷失了方向，把大学的`时光浑浑噩噩的度过，让昏暗遮蔽了自己的天空……但是你们能不能看看身边的榜样呢。

澳洲有位年仅16岁的花季少女杰西卡。她独自一人完成了环航全球，她怀着自己的梦想，从来没有为别人的质疑而放下伟大的理想，并用真实的行动证明了一切，应对着途中难以预料的危险她坦然应对，她说：“我一点也不担心，因为我明白我能够找到一个理由大笑，个性是在巨浪和黑暗的包围

中大笑，那我今后就能够在任何状况下持续微笑。”从这个年仅16的女孩身上不难看出她已经具备了一种良知，为了一个目标不惜一切去努力，没有任何困难能挡住她，相信这次经历必须会让她人格的到无比的升华，何况她已经用行动向全世界诠释了她能行。

但是，看看我们自己和身边的一些人，有时有多少人丧失了良知，失去了知己的斗志了呢？就当今一些大学生来说，生活无比的奢华，追求新潮，崇尚名牌，玩物丧志，沉迷于网络世界，缺乏对真正的美的一种审视，还没有自己的信仰，缺乏毅力。和这位澳洲女英雄比较你无疑就是失败者。

同学们，好好反思一下吧！我们在那里对得起父母的血汗钱吗？“不积跬步，无以至千里”，为了自己和家人的幸福完美，为了将来有个适合的职业，不要再犹豫迷茫了，醒醒吧，4年听起来很漫长，但多少的4年已一去不复返了啊，人可已无力，但绝不能失去斗志，那么还等什么，行动起来吧，让你的生命充满光彩。我的演讲完毕，谢谢大家！

## 微演讲主持稿篇八

大家好！大家辛苦了！

经过两个月的刻苦训练，特别是这两天的强化训练，高一年级广播体操比赛取得了圆满的成功！首先我代表学校向老师门、同学们表示最衷心的慰问！向为本次比赛付出辛勤劳动的德体卫艺处、总务处、高一年级和所有的裁判员、工作人员表示衷心的感谢！向所有的获奖班级和优秀领操员表示衷心的祝贺！

举行本次广播体操比赛，是学校落实《中共中央国务院关于全面加强青少年体育，增强青少年体质意见》的有利举措，是贯彻党的教育方针，落实“健康第一”教育思想的具体行动，是我们xx级高一年级的第一次大型活动。通过这次广播体操

比赛，同学们的体育才华得到了展示，同学之间的友谊得到了升华，班级体的凝聚力得到了进一步的加强。

我们刚刚带头在学校推广第三套广播体操时，老师们、同学们都有为难情绪。确实，第三套广播体操《放飞理想》很难学，动作变化多、音乐节奏快，运动强度大，对同学们的协调性要求很高。但是，再大的困难压不到我们高一年级的师生。在体育老师的辛勤教诲下，在同学们的刻苦努力下，在年级和班主任强有力的组织下，我们达到了满意的效果。展现在大家面前的是一个团结拼搏、努力奋进、整齐划一的高一年级广播操的方阵。

希望同学们把学习广播体操的热情和毅力发扬在以后的学习和生活中，加强体育锻炼，进一步提高课间操的质量，以积极向上的精神面貌迎接学习和生活的挑战，落实“每天锻炼一小时，健康工作50年，幸福生活一辈子”的理念，让自己的青春在黄石二中的舞台上大放异彩！也希望同学们珍惜在二中的学习机会，像第三套广播体操的名字一样放飞自己的理想！

谢谢

## 微演讲主持稿篇九

大家好，我叫\_\_，来自区妇幼保健站，我演讲的题目是《责任，奉献我们永远的追求》。

今天，我们在这里缅怀一位国际主义战士，一位伟人——诺尔曼·白求恩，刚才从大家的演讲中，我再一次深刻地感受到了白求恩毫不利己专门利人，无私奉献，极端负责的精神。这种精神是卫生事业发展壮大的动力，是医疗卫生战线上每位战士毕生的追求，同样也是妇幼卫生工作的灵魂。

说到我们单位，我想用两组反义词形容：小一大、弱一强。

小：11名女性，1名男性组成了12人的妇幼保健站集体，在卫生系统是名符其实的小单位。

大：我们的服务范围涉及全区三分之二人口的所有妇女和儿童，我们的工作关系每个家庭，可谓服务范围大，肩上责任大。

弱：妇女是人类传承的象征。儿童是未来的希望。她们需要社会更多的关心和爱护，她们也往往被视为“弱势群体”。

强：我们是一支善于战斗，敢打硬仗的坚强集体，12名同志用坚韧、奉献、负责筑起了全区妇女、儿童健康的坚实屏障。

\_\_年，更大的挑战在考验着我们。领导交替，业务骨干调离。而此时，国家新医改妇幼项目也进入关键的落实阶段。一边是人员短缺，基础工作开展都面临困难，一边是国家利民的好政策需要我们不折不扣地落实下去。怎么办？在发展的快车道上，不进则退。我们清醒地知道，此时我们不进不仅是退的问题，是对全区新医改政策能否落实的牵绊，是对卫生工作以人为本宗旨的背叛，更是对卫生系统传统的白求恩精神的亵渎。

这不是妇幼保健人的风格。12双手紧紧地握在一起，12颗心紧紧地贴在一起，12双肩膀共同挑起了历史的重任。儿保科、妇保科、计免科、检验室、办公室、财务室，一个科室都不能少，儿童保健、妇女保健、预防接种、综合管理一份职责都不能丢。站上业务工作，基层下乡督导，12个忙碌的身影穿梭在各个岗位间。

相信，只要来过妇幼保健站的人一定对这样的场景不陌生：早晨不到八点，106办公室门前蹦蹦跳跳的孩子在家长的陪同下排起了长队，那是等待入托体检的孩子；109办公室门前的座椅上大腹便便的孕妇坐成一溜，那是等待孕检的年轻妈妈；111办公室襁褓中的婴儿在等待保健医生对她生长发育的

检阅。此时，我们一天的工作也拉开了序幕：身高、体重、头围、胸围、听力、视力、肝功、听诊，我们细致地做着每一项检查，还不忘指导家长新入园儿童注意事项；做b超、听胎心、测血压、做妇检，全面分析每位孕妇身体状况，量身订作孕期保健计划，耐心解答，化解她们孕期的疑惑和恐惧；孩子长了多少斤，高了几厘米，吃奶怎么样，睡几个小时，这些看似简单的问题，在我们儿童保健医生的口中一天却要重复无数次，因为它们是孩子健康成长的标尺。往往这时，孩子的哭闹声，家长的喊叫声一曲曲不太动听的“交响乐”此起彼伏，而此时，我们又是引导调子走上轨道的弦律。在这样的一次次迎来送往中渐渐安静下来了。

不过，我们的工作还远远没有结束：乡村妇幼医生要培训了，需要准备培训资料，装订培训教材；市里每个月的监测报表应该统计数据了；高危孕妇到复诊期了，需要通知；托幼儿园所搬迁，卫生保健工作需要指导。

当然，这还不是全部。深夜的电话响了，那是生病的孩子家长打来咨询的，又或是被狗咬伤需要接种疫苗的。这样的事情对于我们来说习以为常。

就是在这样重复、繁琐的妇幼保健工作中，我们共同体会到了它的酸甜苦辣。这其中有被人误解的酸楚，有繁重工作下的辛苦，更有辛苦工作得到赞许后心头的甘甜，还有这个团结、努力、上进的集体练就我们每个人泼辣的工作风格。一切以工作为先，一切以妇女、儿童健康为重。王玉梅大夫孩子要去石家庄上学，她顾不上送。许丽平大夫母亲有病顾不上管。还有杨鑫、边静带病坚持工作。

没有豪言壮语，我们只是脚踏实地地走好每一步。没有远大志向，我们只愿永远是妇女、儿童健康的天使。我们有爱，我们有责任，我们有信心，因为我们是白求恩式的战士，是白求恩精神的延续者，我们要用坚韧、责任、奉献撑起妇女、儿童永远健康的蓝天！