

2023年普通话演讲稿分钟(汇总9篇)

演讲稿具有宣传，鼓动，教育和欣赏等作用，它可以把演讲者的观点，主张与思想感情传达给听众以及读者，使他们信服并在思想感情上产生共鸣。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最新演讲稿模板范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

普通话演讲稿分钟篇一

敬爱的老师、亲爱的同学们：

大家好！

农历正月十五元宵佳节，又称为上元节、春灯节，是中国传统节日。正月是农历的元月，古人称其为“宵”，而十五日又是一年中第一个月圆之夜，所以称正月十五为元宵佳节。关于元宵佳节的习俗在全国各地不尽相同，其中吃元宵、赏花灯、舞龙舞狮等是元宵佳节里几项重要的民间习俗。

在元宵佳节这一天，我们学校举行了猜灯谜活动。每班选10名同学参加，共分两轮，我被选中了。走进猜谜现场，已经有好多人摩拳擦掌，跃跃欲试。我这瞅瞅那瞅瞅，嘿，还真让我瞅到了一个自己会的。它的谜面是“两个胖子”（打一个城市名），那不就是“合肥”嘛！我的心里美滋滋的，急忙跑到领奖的地方，可他们说这个谜语已经被人猜过了。唉，真是让我白高兴一场。

我继续瞅，不一会儿又看到了一个。这个谜面是“二小二小头上长草”，我仔细想了想，然后一拍脑袋，不就是“蒜”字嘛！我赶紧兴高采烈地跑过去说出谜底，嘿嘿，这回我总算是第一个猜出来的了！

我又四处张望寻找，无意中看到了一个谜面：《聊斋志异》。咦，这是啥意思？也没个提示。我对这道谜语很感兴趣，不觉冥思苦想了很久。哈，突然我灵机一动，想到了一个成语——鬼话连篇！这《聊斋志异》岂不就是全篇讲鬼故事的嘛！我过去一试，哈哈，居然又被我答对了！

晚上回到家里，我和老爸、老妈、奶奶一起吃元宵，特别开心！吃完晚饭，我们在客厅里闲坐，等待电视里直播的元宵焰火晚会。八点到了，晚会准时开场。一会儿，放焰火了，“嘣”，一条巨龙呈现在眼前；接着，鲤鱼跳龙门；再来一个，水上跳芭蕾，看，跳得多欢乐……我兴奋地说：“老妈，我也想去放焰火。”老妈说：“去玩吧，别伤着了。”

我和老爸来到后院准备放焰火。老爸点燃了“变色龙”，红、黄、蓝……霎时间天空里五彩缤纷，真美啊！我们小孩子挥舞着烟花棒走来走去，小烟花像无数美丽的萤火虫在一闪一闪地跳舞。接着老爸放了“雨花”，金色的“花雨”从天而落，就像仙女散花一样。“小蜜蜂”也来凑热闹，“嗖”一声高高飞上天……夜幕中，家家户户的焰火好像在比美，一家比一家漂亮，一家比一家稀奇，真有趣！

放完焰火，四周渐渐安静下来，我依然沉浸在元宵佳节的热闹与欢乐之中，兴奋得久久不能入睡。

普通话演讲稿分钟篇二

泰戈尔在诗中写道：“花的事业是甜蜜的，果的事业是珍贵的，让我干叶的事业吧，因为它总是谦逊地低垂着它的绿荫。”带着对绿叶精神的追求，带着对教师的崇拜，带着对教育事业的憧憬与热爱，十二年前，我义无反顾地选择了教师这一职业。从踏上三尺讲台的第一天，我便有一个执着的信念：全身心投入教育事业，努力工作，不断进取，尽我所能，让每一个学生能成人，让每一个家长都放心。

“一切为了孩子，为了孩子一切，为了一切孩子。”我把它当作我从教的最高准则，在平凡的工作岗位上做着平凡的事情。因为我选择了教师这一职业。我从不因个人私事和家庭困难而耽误学生的学习。我清晰地记得：前年夏天，我到三峡学院参加小学英语教师培训学习，一个噩耗传来，父亲溺水身亡，犹如晴天霹雳，因为家中还有两个急需他照料的亲人——瘫痪在床的祖母和患精神病的母亲。但我从没因家中困难向组织要求什么，也从没因此而耽误学生一节课。只有空闲之余，我才回去看看，直到祖母去世。屋漏偏逢夜雨。我两岁多的儿子又被开水烫伤。为了不耽误学生的学习，我把药带回家自己料理，天天奔走于教室、寝室、医院之间。我曾苦恼，也曾彷徨，但我的学生给了我无穷的力量。他们说：“老师，你去给孩子看病吧！我们自己学习，能行！”我是幸福的，因为我拥有孩子们的理解，拥有孩子们的爱。就是这份爱，让我在最困难的时期坚强地挺过来了。

如今，在市场经济大潮的冲击下，人人奔钱看，而作为教师的我们，往往是两袖清风，囊中羞涩。虽说我们不具备金钱的富有，但我们在精神上是富有的，有谁能像我们一样，一举手、一投足，一个美丽的微笑，一个鼓励的眼神，一句关切的话语，就能拨动一个个美妙的心弦，就能带给他们无限欢乐？！

我是教师，就要奉献，淡泊名利、安贫乐道，时刻不忘责任，一心想着事业。“捧着一颗心来，不带半棵草去。”为了学生能全面发展，培优辅困；为了学生能共同进步，促膝谈心；为了学生能受到教育；不知付出了多少时间与精力！但我无怨无悔。因为我从事着“天底下最光辉的事业。”

我爱学生，学生也爱我。因为有了爱，地更阔，天更蓝；因为有了爱，花更艳，草更芳。而心中的那份爱，将激励着我在人生的道路上艰苦跋涉，用热血和汗水去浇灌一茬茬幼苗、一簇簇花蕾，用爱心去托起明天的太阳！

以上是

普通话演讲稿分钟篇三

尊敬的各位领导、各位评委，各位父老乡亲：

上午好！我今天演讲的题目是《立下愚公志、真情为扶贫》

近年来，扶贫工作日益繁重，扶贫压力逐渐增大，相信大家切身感受到基层干部的不易，隔三差五有个会，到乡里来更是天天有的事；层层压实，层层传导，最终的压力大部分顶在最基层的干部头上。在这种高压工作环境之下，确实有少数干部已经出现了畏难抵触情绪。抱怨扶贫就是天天做资料，不停做资料，因为精准，所以资料很多很多，而且有时候翻来覆去；多得可以让你无法想象，让人看了眼花缭乱，头晕目眩。太多重复，形式的资料，从摸底表到汇总表，从电子稿到纸质档，每天高负荷，神经紧张，埋头做资料，错了又重来，一个数据变动，整个资料或许就要改半天。但扶贫工作确实是松不得，放不下。脱贫攻坚责任重大、任务艰巨、情况复杂，要想在这项伟大事业上取得实实在在的成绩，离不开各级干部不畏艰辛、扎实苦干的奉献精神，离不开社会各界人士积极参与、全力支持的奉献情怀。

要让百姓觉得是自己人，有空就往百姓家里走，即使工作再忙再累，也要经常去了解他们的情况，才能让贫困情况由枯燥的数字变为具体的详情。当我第一次走进我所帮扶的贫苦户家中，看到破败的院落，窘迫的生活，我的心猛地一颤。10几年前一场意外的变故让她儿子英年早逝，老伴前几年逝世，因病重拖了好几年，欠下了一大笔医药费，留下了两个正在上学的孙子。这样的家庭境况连我看到都觉得毫无希望，那天从我进到家里一直到我离开，她一共说了5个谢谢，即使在我没有给她带去半点帮助的时候她依然心怀感激，更让我惊讶的是她说起未来时那种激情和希望“我想养2头猪，

我这个身子喂个猪还可以，猪卖掉就有钱了”，看到她行动吃力的身体却还满心斗志，我浑身一下子也充满了干劲，她说：反正要实现脱贫奔小康，最重要的还是要靠自己，一味等、靠、要是不可能的，我被她的这种志气所振奋，现在每次看到她都觉得她比之前更加开朗。在我所走访的贫困户中，虽然并没有给老百姓带去万贯家财，也没有轰轰烈烈的感人故事，但在油盐柴米与鸡毛蒜皮中，却服务了老百姓的生活，更得到了老百姓的信任和期盼。作为一个基层干部，一个正在经历扶贫的干部，接触到贫困户，心里五味杂陈，累并快乐着，真的很想帮他们多做些实事。对很多贫困群众而言，资金是发展产业的拦路虎。记得有一户贫困户主动要发展产业，由于资金不足，想申请政策性扶贫贷款，在贷款过程中需要填写各种申请表等软件材料，但由于他文化水平有限，面对各种表格绞尽脑汁、不断询问，也还是无能为力。再加上身体残疾，来回县、乡办手续非常不便，看着他无助的神态，我就利用中午、晚上时间帮他赶写申请书、承若书等材料，来回几次帮他去县里办审批，前几天他的贷款终于拿到手了，我心里有满满的充实感、成就感、获得感。

这就是我，一个普通干部在扶贫工作中的几个小故事，也许在大家看来太过平凡，但是于我而言，是鼓励、是肯定、更是历练。“不忘初心，牢记使命”，我将以此为训，始终牢记当初的承诺：扎根基层，甘于奉献。以平凡之我，平凡之事，在扶贫路上播撒青春，勇敢前行！

精准扶贫路上，那些感人的故事

普通话演讲稿分钟篇四

演讲稿也叫演讲词，是进行演讲的依据，也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。下面是本站小编为你整理的几篇五分钟的即兴演讲范文，希望能帮到你哟。

青春需要正能量，正能量将为我们插上翱翔的翅膀，飞向广阔蔚蓝的天空！

什么是正能量？在我看来，能让你积极有活力的，就是正能量。

一个阳光般和暖的微笑，就能映照出一天彩虹一样的心情，正能量其实很简单，无处不在。简而言之，能让你激动并振奋的，那就是你所需要的——正能量！这种本是精神层面的东西如今也慢慢的实化起来，科学研究表明，快乐的时候能分泌促进新陈代谢的物质，正能量能有助于我们的健康。诚然，乐观开朗本来就是健康的一部分，有一个充满正能量的积极向上的态度，总是有益无害的。

而反观现实，冷漠似乎已经成为我们的一种习惯，我们可以对一个被车碾过的小孩视若不见，也可以对因路滑而滑到在街上的老人熟视无睹，负面的能量似乎在暗中隐隐涌动，汇集。如果没有正能量，万物枯萎，动力机都会停下，人类更是无法生存。对于我们来说，正能量并非维持生命，而是给予我们一种乐观积极的人生态度和爱的力量。这种正能量是能传递的。是的！我们需要正能量，给自己充满正能量，给社会传递正能量！

如何找寻正能量呢？也许我们可以从他认出获得，但是整日靠他人“接济”未来的正能量又何能缓解现代都市的压力，况从生物学的角度来说，能量在传递过程中会不断损耗。自己动手，丰衣足食。事实上正能量也正是这样藏匿于我们的眼皮底下：也许就溶在一杯咖啡里面，也许就隐于一行优雅的诗句里，也许就呆呆地在每个慵懒闲适的恰到好处的午后等着我们。不同于真正意义上的能量，正能量并非与什么东西是此消彼长的关系，所以只要我们想就可以创造出无止境的正能量，从别人出汲取，不如自己创造。

与积极乐观的人交往能感受到他们传递给你的正能量。正能量还包括了爱与奉献，传递爱也是正能量传递的一种形式。

把能量继续传递下去，我相信你一定会生活在一个积极快乐的环境里。

如果不能适应它，那就尝试去改变它吧。培根说：“如果你有一份快乐，你将它告诉别人，那么你将拥有双份的快乐。”所以，不要吝啬你的正能量，将他释放出去，你将拥有更多的正能量，所以从今天起，给上司一个微笑，给你的老师一份赞许，赠你父母一个拥抱，慢慢的，也许你就会发现，你和你的周围充满了正能量。如果每个人都如此的去做，正能量就将会像太阳一样散射出去，也许我们再看到路边无助的老人，寒夜里啼哭的幼崽，我们就都会伸出一只手。这样乌托邦式的世界将会是何等的有意义，有快乐？一个充满正能量的世界！

阳光温热，岁月静好，我有一所房子，面朝正能量，春暖花开。

尊敬的各位领导、亲爱的各位同事：

大家好！今天我演讲的题目是：正能量就在身边！

一个暖暖的微笑，就能折射出阳光般的心情；一次小小的善意之举，就能给人春天般的温暖；一句轻轻的问候和鼓励，就能为正在拼搏的你我带来满满的感动和无穷的力量，相信真善美就在身边，相信无论遇到多大的困难，我们都会战胜，因为有你们，是你们教会了我坚强，教会了我处事待人，教会了我如何工作和生活。其实，我们一直希冀的正能量就在你我的身边，在这些看似平凡的人的身上。他们一直都在默默的影响着你我，默默的奉献着自己的力量，用实际行动在向我们传递着正能量。

下面就从我参加工作以来，说说我身边实实在在的感动的人，感动的事。

毕业前总想象着参加工作的美好场景：有温暖舒服的宿舍、宽敞明亮的办公室，每天开心地跟同事共事，日出而作日落而息。然而现实却给了我当头一棒。20xx年3月，我到公司开始三个月的实习，被分配到一车间。刚来时每天都和大山中的道碴生产流水线为伴，山上还不时地有风雪肆虐。我穿着车间发的迷彩服，整天跟民工似的，不但要跟同事一起进行破碎机维修，而且还得经受风雪的考验。就在这样的工作环境中，有一个人带给我很多温暖，她就是一车间核算员马晓岩。她是我工作的启蒙老师，她给我讲车间生产线流水作业过程，讲车间核算知识，而且经常询问我在单位的生活起居是否习惯，有时候还从家里给我带饭。她讲述自己工作二十年的经历，让我调整心态，更好的去适应环境，更好的去努力工作。那年在一车间实习的日子很开心，也很充实。马晓岩很阳光，很真诚，教我怎样去工作，怎样去适应工作环境，也教我怎样处事待人。

20xx年7月，我被正式分配到库尔勒分公司，那年有一个人时刻带动我，鼓励我遇到困难要不抛弃不放弃。第一次见到他的时候我以为他是民工：黑黑的皮肤，走路一拐一拐的。那时候跟着他，每天面对同样的道碴生产流水线，他很少说话，但他精湛的设备维修技术和丰富的生产线管理知识让我佩服的五体投地。每次设备维修，除了安排我们怎样去维修，他还亲自动手。他要么钻进破碎机里面，要么爬输送带下面，每次维修结束后全身沾满了灰尘和油渍，可是他毫不在乎，对他来说这都是应该的，是工作的需要。他不但精通破碎机构造，而且善于处理设备中出现的问題，更善于安排道碴流水线生产作业。在他的带领下，我加倍努力学习破碎机构造原理及维修，学习生产线管理，第二年我就可以独立带班进行道碴生产作业了。他就是车间主任韩军，他是我崇拜的榜样，也是我们公司的一面“旗帜”。

20xx年3月，我很荣幸到公司计划部工作。刚到第一年，我就像一个榆木疙瘩一样，工作起来笨笨的，但张部长和罗芳非

常耐心地，一遍一遍地给我讲工作原理，讲工作方法，让我从头到尾学习业务知识。

很多时候张部长总是给我机会，让我去办理业务，让我学会与外界交际，锻炼语言表达能力。张部长通过讲解工作中的一些实例，教我学习说话技巧，不断提高工作能力。记得去年去北屯再到克拉玛依前，她俩够忙活了：罗芳上网给我订火车票，给我准备出差资料，张部长嘱咐我出差行程以及注意事项，嘱咐我对外交际时说话一定要注意措辞，一定要客气礼貌。我不得不说的是，张部长不仅在工作上像老妈子一样，生活中更像。工作中她们俩一直是这样帮助我，对于张部长来说我是一个孩子，对于罗芳来说我就是个不懂事的弟弟。

生活中，张部长也帮助我很多，去年有一次从五彩湾回来的路上，张部长问我家庭情况，张部长说如果我父母愿意来新疆发展的话，她可以帮忙联系，让我父母过来种棉花发展农业，一方面父母可以生活的好一些，另一方面我可以方便照顾父母。了解我的实际情况后，张部长还主动帮我咨询公司福利房，而且找公司领导帮我争取公司福利房，她在工作中的教诲和生活中的帮助深深的感动着、温暖着我。

到计划部工作两年来，我学到了很多知识，不仅仅是业务知识的学习，更重要的是学会了如何做人。这两年的工作对我改变很大，从胆小寡言到胆大心细，从不说话到会说话，从对专业知识一知半解到真正懂专业知识。

我是一个很幸福的人，感谢你们在工作上的耐心帮助和支持，感谢你们在生活上的照顾和无微不至的关心！

这些感动的人，感动的事就在我们身边，可是我们却不曾留意过，思考过。鲜花因为有了阳光才能怒放，雄鹰因为有了天空才能翱翔。其实，正能量无处不在，不管是工作中还是生活中，看似平凡普通的一件事，都会有真心真情的融入，

所以我们一定要用心用情去感受，去领悟身边感动的人和事。作为年轻一代的我们，应该用自己的肩膀，担当起我们的责任，传递出我们的正能量，放飞自由向上的青春，一起奋力拼搏，再创企业新辉煌！

谢谢大家！

尊敬的各位领导，员工同志们，大家好：

我来自股份检验处，今天我演讲的题目是：《一路梦想，一路正能量》

我很自豪的告诉在座的各位，在股份检验处这个能量场中，通过读书我懂得了如何做一名优秀的员工；通过一岗多能我成为岗岗精通的多面手；通过优秀文化的熏陶与培养，我成为优秀员工队伍中年青力量的代表。

“家中有食，心里不慌”，“一人多技，工作不忙”的道理，曾几何时，我固守安稳，忧虑改变，但是，通过学岗、顶岗、替岗，这一过程的锻炼，我不再诚惶诚恐的担心，明天的我在哪个岗位，因为我有足够的信心在任何岗位都能做的很棒。

对于检验处的每名员工，检验处就是我们和谐的家，而对于整个检验处，股份公司就是我们整个家族。

当一加工人员出现暂时紧缺的时候，我们加入为整个家族的困难而战的队伍中。没有任何人监督，没有数目的具体定量，但是，每个人都自觉，自律的全力以赴的扒丝饼。一个，两个，三个，一杆丝饼转瞬在我们灵活的指间漂亮的完成。一杆，两杆，三杆，一车的丝饼整齐的变成筒子工机台上的备用品。为什么我们能如此的娴熟，因为曾经在一年的时间里，扒丝饼成为全处每个人必修的操作基本功，为什么我们能如此真诚的打破车间与车间的疆界，因为，我们的支部领导以“六种作风”一路带领我们前行。我们看到她以柔弱之躯，

一次抬下四杆丝饼，变成女汉子，那是怎样忘我的力气，我们佩服由衷，她弯下身子捡起散落的小票，做清洁工，那是怎样尽瘁的姿态，我们翻然自警。她们恪守着铁的纪律，雷打不动，从不却位，这又是怎样无声的激励。天道酬勤，人心自明，一个和谐的大家庭怎能不戮力同心，风雨同行。励精图治，内生动力，一个百花齐放，百人建功的梦想怎么能演义出一个个动人的故事。

这一路的梦想，让我明白“没有比脚走得更长的路”；这无形的正能量让我懂得“没有比心更高的天”，在一岗多能的学习中，我成了在制品岗位的岗位通，在制品岗位无一不会，在中心大楼里，在长丝成品岗位，短丝成品岗位，分析岗位上，我也是一名随时可以流动使用的兵。有人说：“不想当将军的士兵不是一名好士兵”。但是，我想说，一名优秀的士兵去追求卓越的梦想的过程中，同样有一种当将军的享受，这种享受是来自于岗位技能日益成熟的从容不迫；这种享受是来自于新的文化引领熏陶的去浊取清，这种享受是来自于被挖掘，被开发，被重视的舒畅与感动。

马云说过，今天很残酷，明天更残酷，后天很美好，许多人死在了明天通往后天的路上。梦想之路，或有坎坷，或是崎岖，路，或充满危机，或暗流涌动。但是，只要我们乐观，坚守，相扶与共，就能hold住时光。

在吉纤大梦想的蓝图上，我愿继续做一朵锦上添花的白玉兰，在吉纤正能量的凝汇、熔铸中，我愿做一个为梦想而闪亮的萤火虫，在检验处这片和谐的天际下，我愿做一块碳火，在工作的熔炉里，与大家一起粹取精神的正能量，让青春更加精彩的飞扬。

普通话演讲稿分钟篇五

五分钟竞聘演讲稿范文 5 5 篇 五分钟竞聘演讲稿范文 1 尊敬的各位领导、同事们：

下午好！首先我感谢领导和同事们的信任和支持，给了我这次公平竞争的机会。我叫江月知秋，33岁。护理大专学历，主管护师职称。现任三病区责任护士兼科带教老师。今天我竞聘的岗位是 icu 副护士长。

赵传有一首歌唱道：我很丑，但我很温柔。今天我想对大家说：我很平凡，但我很充实！当然打铁还须自身硬，我认为我具备以下优势竞聘 icu 副护士长。

第一、我有扎实的专业知识。

icu 的前身是三病区的重症监护病室。从第一台呼吸机进驻三病区起我就接受了危重病人监护知识培训。icu 独立分科后，忙碌而紧张的心内科护理工作，一直鞭策着我继续学习相关业务知识。近15年的心内科护理工作，培养了我较强的临床技能、高度的责任心，和敏锐的观察、分析、应变能力，在配合医生对急危病人的抢救方面积累了较为丰富的实践经验。

第二、有较强的工作能力。

“优秀职工”和卫生局“先进个人”。

第三、上进心强，不断学习，积极进取。

在工作之余，我坚持护理本科段自学考试，并通过远程系统学习先进医院的护理质量管理，如“iso9000 族”标准在护理工作中的应用等。熟悉计算机网页设计和多媒体课件的制作，是我院首位应用多媒体教学的带教老师。

第四，身体素质好，敬业精神强，能够全身心的投入到所热爱的工作当中去。

假如我有幸竞聘成功，我打算从以下几个方面开展 icu 副护士长的工作：

第一、摆正位置，当好绿叶。

在工作中我将维护护士长的核心地位，树立护士长的威信，多请示汇报，多交流沟通，甘当绿叶。副护士长在科室处于多层次的人际关系中，更多的是起桥梁和纽带作用。我将利用自己的特殊地位做好各方面、各层次的沟通和协调工作，共同创建温馨和谐的工作环境。

第二、发挥长处，协助护士长争创品牌科室。

医院要创一流的服务品牌，就必须有良好的医疗服务质量，而护理质量标志着一个医院医疗质量的高低。因此，如果我竞聘到这个岗位，除了继续实施以病人为中心的整体护理，还可选择性的尝试用iso9000 族标准作为护理质量管理的理论导向。同时，我还可以发挥自己娴熟的计算机数据管理方法，使护理质量管理达到规范化、标准化、科学化。

第三、加强学习，提高素质。

由于 icu 工作的特殊性，医学英语和法律知识显得尤其重要，我将配合护士长，有计划、有目的、定期组织科室护士学习，提高大家的法律意识和专业素质。

今天，我站在这里，作为这次竞聘上岗的积极参与者，我当然希望在竞争中获得成功。但是，我也绝不回避失败。我信奉“海阔凭鱼跃，天高任鸟飞”，是金子总会闪光！只要努力了，过程本身就足够美丽！我的演讲完了，谢谢大家！五分钟竞聘演讲稿范文 2 尊敬的各位领导、各位评委、各位同事：

大家好！今天是个难忘的日子，是我第一次面对大家进行竞聘演讲。我首先感谢领导给我这次竞聘的机会，感谢评委在百

忙之中抽出时间来给我讲评，感谢同志们对我的信任和支持。我个性温和，但充满激情；我做事稳重，但不张扬；我为人正直，但不固执。

我已经步入人生的不惑之年，在这充满生机和活力的新世纪，机遇和挑战并存。我常常门心自问：“我还该不该有自己的梦想，我还有没有梦想？我的梦想在哪里？”我深思过，也彷徨过、惆怅过。凭心而论，我工作时间虽长可人生平凡而普通。二十多年来，我一直默默无闻地工作，是这次竞聘上岗的机会又一次唤醒了我沉睡的梦想。

我没有辉煌过去，但是，我会把握好现在和将来。为此，我来

这里展示自我，让大家认识我，帮助我，进而喜欢我，支持我。我希望能靠自己的知识和水平，靠自己的实力而不是靠运气来赢得这次竞聘。我这次竞聘具有五个优势：

一、有丰富的机关工作经验。

我在机关工作近二十年，特别是在基层科的十多年里，我能服务好基层，并得到了基层同志的认可，有丰富的基层工作经验。

二、有较强的工作能力。

在日常生活和工作中，我能不断加强个人修养，以“明明白白做人，实实在在做事”为信条，踏实干事，诚实待人。在领导和同事的关心帮助下，我的组织协调能力、判断能力、办事能力都有了很大提高。

三、有乐于奉献的敬业精神。

我出生在农村，种过田，进过厂，吃过苦。我爱岗敬业，不

管干什么，干一行爱一行，努力把本职工作做得更好。

四、有一定的写作能力。

我喜欢看书读报，在平时的工作中，也撰写一些信息、先进事迹、经验材料和调查报告，具备较好的文字功底。

五、有较大的年龄优势。

我正值人生中年，身体健康、精力旺盛、敬业精神强，能够全身心地投入所热爱的工作中去。

假若我有幸竞聘成功，我将不辱使命，努力工作：

一、加强学习，提高素养。

一方面加强政治理论知识的学习，不断提高自己的政治理论水平；另一方面加强业务知识的学习，不断给自己“充电”，尽快完成角色转换，胜任本职工作。

二、摆正位置，当好配角。

在工作中，向领导多请示多汇报，真正做到工作到位不越位。

三、勤奋工作，不计得失。

我将兢兢业业，踏踏实实，吃苦肯干。今天，我是本着锻炼、学习、提高的目的来参加竞聘。如果我竞聘成功，我会努力；如果我竞聘不成，我会更努力。我想，在一个人的成长过程中，每走一步，包括参与这次竞聘，都属于成功。天生我才必有用。我将以这次竞聘为新的起点：对待人生，会多一份梦想；对待工作，会多一份努力；对待领导，会多一份尊敬；对待同事，会多一份微笑；对待生活，会多一份热爱；对待家庭，会多一份责任。我相信，只要努力，有时我们自己都会惊讶自己的潜能。

各位，现在我以一个小故事结束今天的竞聘演讲。的发明家爱迪生费尽了大半生的财力和精力，建立了一个庞大的实验室，但是一场大火，无情地将他几乎一生的心血付之一炬。当他的儿子在火场附近找到父亲时，67 岁的爱迪生居然平静地坐在一个小斜坡上，看着熊熊大火烧尽一切。他扯开喉咙对儿子说：“快叫妈妈来，让她看看这场难得一见的大火。”大家都以为这场大火可能对爱迪生的打击是沉重的，但是，他平静地说：“感谢上帝，正是这场大火，我又可以重新开始了”。没过多久，就诞生了留声机。

最后，我有个请求，请允许我邀请在座的评委、领导、亲爱的同事和我一起，用最真诚、最热烈的掌声，为参加竞聘的同志加油；为获得成功的同志祝福；为我们光辉灿烂的明天祝福。

谢谢大家。

五分钟竞聘演讲稿范文 3 尊敬的各位领导、同事：

大家好！非常感谢院领导给我这次竞聘岗位的机会。我感到这次竞岗对我来说很重要，应该说是对我的一次锻炼和激励，我非常珍惜！我参与竞争的岗位是公共卫生，也是我现在的职位。

我今天演讲的内容分为四个部分：一是我的工作简历；二是我任期三年工作的汇报；三是我竞岗的有利条件；四是我的工作设想。

一、本人工作经历。我于 201_年毕业于张掖医专，201_年 10 月分配到本院参加工作。三年来，在医院和领导的关怀和培养下，我在思想上政治上业务上逐渐成熟起来。从一名普通的职工，成长为一名懂业务会管理的职能科室负责人。

二、任期三年工作的汇报：自我在公共卫生科工作以来，医

院领导给了我极大的信任和帮助，全体职工给了我大力支持和鼓励。我按照医院对职工基本素质和要求，认真履行岗位职责，尽到了自己的努力，取得了一定的成绩。

以高度的责任感和强烈的事业心来认真负责的办好每件事情，不求荣誉，只求进步。并不断的加强学习力度和工作实践，具有踏实奉献的敬业精神，扎实的业务知识，较强的工作能力和良好的人际亲和力以及团结合作意识。近些年来，我深知在知识更新飞速的年代要不断的学习、装备自己，因此，努力在各方面充实自己。

(二)工作业绩方面：在分管领导的领导下，按照工会各项职能，重点做了以下几方面工作。

1、充分发挥公共卫生科作用。一年来，逐步健全和完善了公共卫生制度，做到了一月至少一次例会，将医院的各项公共卫生工作都通过大家协商，贯彻实施；积极开展公共卫生服务工作，配合医院进一步健全和完善了公共卫生的各项制度，增加了工作的透明度，不断推进了医院公共卫生。

2、努力为群众办实事、办好事。作为公共卫生科的干职工，我牢固树立群众利益无小事的思想，把服务工作做到实处，尽力维护职工的利益，体现“以人为本”，构建“和谐医院”的思想，体现医院的关怀，起到凝聚人心，激发工作热情的作用，得到领导和职工的好评和鼓励。

众健康提供良好的医疗保障。

三、竞岗的有利条件。一是我的敬业精神比较强，工作认真负责，勤勤恳恳，任劳任怨，干一行，爱一行，专一行。这是干好工作的基础。二是我的思想比较解放，接受新事物比较快，爱学习，勤思考，工作中注意发挥主观能动性，超前意识强。这有利于开拓工作新局面。三是我办事稳妥，处世严谨，原则性较强，能够严格要求自己。这是做好工作的保

证。四是我信奉诚实、正派的做人宗旨，能够与人团结共事，具有较强的协调能力。

四、我的工作设想 1、进一步加强居民健康档案的建立。由包村医生负责收集记录辖区居民健康档案，统一编号、统一归档，一户一档，并在开展预防、医疗、康复、健康教育等工作中及时更新。应确保健康档案管理责任到人、制度到位、硬件落实、管理达标，逐步纳入计算机系统管理。

况以及复学(工)情况等。要掌握其动态情况，做好追踪随访。避免疾病复发，造成传染病扩散。

4、辖区传染病防控能力建设制度。要积极改善社区卫生条件，按国家卫生标准指导当地街道居委会，改造和修缮社区公共卫生设施;并协助爱国卫生委员会，指导居民定期开展灭鼠、灭蟑螂、灭蚊蝇等活动。使社区经常性地保持一个良好的卫生环境，消除病媒生物传染病发生和流行的条件。

我依然会秉持我良好的工作态度，做好自己的本职工作，还会继续学习新的知识，不断完善自己，提高自己，为这份工作贡献自己的力量。我们演讲完毕，谢谢大家!五分钟竞聘演讲稿范文 4 尊敬的学院领导、学校领导:

早上好!今天，我怀揣着一份激动、一份自信，走上了竞聘的平台，竞聘学校的教学管理岗位。

本人 201_年毕业于师范大学生物技术系本科，现正积极报考师范大学教育硕士学位。在学校里熟悉的伙伴都戏称我为“流动大军”，哪里需要我，我就往哪里冲。从教七年来，我曾任教过数学、科学、生命科学、心理等多门学科，担任过班主任、心理辅导教师、政工教导员、代理大队辅导员等职务。无论处于哪个岗位，从事哪份工作，不求闻达于人，只求每天能尽职尽责的做些实实在在的事，用真情和爱心对待每一位同事。

自 201_年参加工作以来，在学校领导的关心培养和教研员的悉心

心指导下，已逐步成长为一名具有师德水平，具有较为扎实的专业知识基础和实践能力的教育工作者。近三年来由于学校的栽培和自身的努力，获得了教育系统“青年岗位能手”称号，荣获生物学科评优大赛二等奖，参与了某市生命科学课程标准解读内容的编写工作，撰写的论文也分获全国、市级比赛二等奖。

初踏竞聘平台，我对教学管理有着如下初步的认识与思考：我认为，教学管理工作是学校正常教学秩序的保证，是学校培养“勤于思考，敏于学习，勇于实践，善于总结，乐于奉献”的教育人才、优化课程改革，落实课堂教学的有效载体。因此管理者除了兼备一定专业知识和教育理论以外，还应具有与岗位相适应的组织能力，分解、解决问题的能力，决策、调控、自控能力及熟练的现代技术手段，能做到平等负责地落实每一项学校工作，协调各项活动，明确服务意识，以共同的目标团结人，以有效的管理激励人，以自身的行动带动人。

如果有幸加入学校教学管理的团队，我将做以下两点尝试：

一、重视学习适应角色 1、立足本位，丰富教管学识。如果我能有幸踏上教学管理的岗位，我将树立以人为本，以教师和学生的发展为本的理念，向骨干教师学习专业理论，向部门领导学习管理经验，进一步提高自身的教育理论水平、业务素质和教学管理水平，思考可行可检的工作策略，做好教导主任的助手，深入了解每一位教师的优点和长处，发挥团队的合力。

2、着眼群体，促进自我发展。新课改下的教师需要新的观念、新的教学理念、新的教育理论来武装自己，因此倡导自我发展，让教师做好终身学习的主人是教学管理中不可忽视的一

项常规工作。教师自我发展的秘诀之一就是提高教师理论素养，普及教科研方法，使教师能善用理论去研究理论，善用理论去拓展实践；教师自我发展的秘诀之二是熟读善用《课程标准》和《课程标准解读》，前者通过对于学科总体目标和具体目标的规划，体现了学科课程的价值追求和课程理念。后者通过细致入微、浅显易懂的语言描述，将原本晦涩难懂的学术语言和学科目标以形象、具体的方式加以表达，更有利于教师对于课堂教学的把握；教师自我发展的秘诀之三则是力争在上好每一堂“家常课”的过程中加强自我反思、学习和改进。在课堂教学“实战”中，每一位教师都能从中积累丰富的教学经验，生成在书本上无法找到的教学智慧，这些东西都是教师专业发展、教学能力提升的关键性因素，都需要教师个体细细体验、默默领会的，是别人难以教会的，属于教师个体性知识、实践性知识的范畴。

开示范课，在个体与团队的互动中提升教师有效教学和因材施教的能力，改变教师以主观臆断为主的传统教学方式，促进教师专业化发展。网络媒体的作用亦不可忽视，既能丰富教学手段、活跃课堂氛围、增强教学实效性，又可提高教师有效应用信息的能力与增强教师获得有效专业支持的机会。面对“家校互动”平台的潜在优势，组织有能力的教师制作个人教学网页，展示自己的科研成果，获取他人的评价和建议，增进与学生、家长、教师的沟通与交流。

2、以创新引领变革促进校本研修。校本研修无疑是学校教学管理中最有效的一个方法。通过教师群体围绕课堂教学不断改进实践与探索，将来源于常态工作中的研修深深扎根于课堂教学主战场中。就我校基于“自我反思、同伴互助和专业引领”的校本研修模式而言，虽然“合作伙伴”的研修模式使我们受益匪浅，但可以看到第一轮的合作伙伴并未覆盖到全体教师，因此在第二轮的“合作伙伴”项目申报上，老师们更多地把眼光投向到以备课组、教研组为单位的集体申报项目上，以期达到教学研究的合力。所以我认为我校的校本研修更应该倾向同伴互助，因为同伴之间的互助，对于教学

管理而言，是最为实用的方法，它不拘形式，又能兼顾教师本身的自尊心及自信心，重要的是激发教师的研究积极性，张扬和发挥教师的主体意识，建立在此基础上的“专业引领”则会投射出更夺目的光芒。与此同时，我们还可以进一步深化与兄弟学校的教育教学交流活动，用心做好每一次教研，精心策划、全员参与、全程管理，提升自己努力成为优质教育“点”的同时尽可能发挥“链”的辐射作用。

以上就是我对于学校教学管理的思考，由于经验尚浅，还有许多不足之处，希望各位领导斧正。

参与的过程本身是一种积累，它使我对于教学管理的认识从无到有、由浅入深；参与的过程是一种延伸，让我转变思考的角度，拓展教研、管理的能力；参与的过程也是一种推动，激励着我新的目标迈进。如果今天我能成功的应聘，我会努力；如果我没有成功。

请允许我援引诺贝尔医学奖获得者班廷的一句话——“人生的快乐不在于占有什么，而在于追求什么的过程中”，因此我仍旧会继续努力，不断完善自己，不会停下自己进步的脚步。因为只有懂得享受过程、感受过程才能够描绘更加绚丽的人生舞台。

五分钟竞聘演讲稿范文 5 首先感谢院领导和各位同仁的信任和支持。

举行处室负责人竞聘演说会，这在规划院的历是第一次。这第一次，向我们传递了这样一个信息，那就是新的院领导班子以人为本、积极探索、与时俱进、锐意改革的创新精神，同时，也向我们昭示了院要实现“决策智囊”、“得力助手”与“咨询机构”新的发展定位的决心和信心。真是这种精神、这种决心、这种信心，必将造就规划院明天无限的生机和活力。

进院__年来，我头一次站在台上，面对这么多的评委，面对这么多真诚而又好奇的目光，我的心绪难以平静。今天，对于像我一样上台演说的 14 位同仁来说，不仅是一次展示自我、认识自己的机遇，更是一次相互学习交流、接受评判的机会。

今天我竞聘的岗位是院办公室主任。我清楚地认识到，要成为一名合格的办公室主任不容易，他不仅是一位部门的负责人，同时又是一个单位的管家；不仅要有实干精神，还要善于谋略；不仅要熟悉本单位的业务，还需要有广博的知识；不仅要有高超的组织管理水平，而且还需要有良好的人际沟通能力。虽然在这一岗位上工作已有些年头，积累了一些经验，做了一些工作，但离领导的要求和全院职工的希望肯定有不少差距。

随着__年即将过去，我的一年聘期也将届满。回顾过去的一年，在院党组的正确领导下，我与办公室全体人员一起，紧紧围绕院的中心工作，尽心尽力地做好文秘、财务、人事、党务、行政后勤等日常的各项事务工作，努力为业务处室开展工作提供优良的服务；围绕院改革和发展中出现的新情况、新问题，认真进行调查研究，为领导出注意、想办法、制规定，搞好协调，推进工作，积极发挥参谋助手和桥梁纽带作用，认真履行了院赋予办公室的工作职责。

今年，尤其是在院领导的带领下，与其它处室一起，发动全院职工，采取有力的预防措施，积极克服“非典”带来的不利影响，保证了院各项工作的顺利开展，院党组织也因此获得了省级机关预防“非典”先进基层党组织。多年来办公室的工作实践使我深切地感受到，要做好工作，最重要的是能得到领导和同志们的理解、帮助和支持。在此，请容许我向你们表达我深深的谢意。

假如本次竞聘我能再次荣幸担任此职务，我的主要目标和工作思路概括为以下四个方面：

一是献计献策，当好“参谋员”。办公室作为联系上下左右、前后内外的桥梁，是各种信息的集散中心。如果我能当选办公室主任，我将积极主动地站在全局思考问题，把握好全院的中心工作，为领导决策提供信息、出谋划策，当好“参谋员”。

二是立足本职，当好“服务员”。为领导服务是办公室主任义不容辞的职责，领导交办的事要不折不扣地完成，但是为领导服务的出发点和落脚点是为处室服务、为全院职工服务。因此，如果我能当选办公室主任，我一定会密切联系全体职工，积极倾听大家的呼声，了解和关心大家的需求，多干实实在在的事情，为大家当好“管家”，做一名合格的“服务员”。

三是搞好关系，当好“协调员”。办公室处于我院的枢纽位置，需要处理内部和外部的各种关系。如果我能当选办公室主任，我一定会注重团结，顾全大局，与办公室副主任一起协调好各种关系，以确保我院工作的正常运转。

四是加强管理，当好“管理员”。办公室工作面宽事杂，只有加强管理才能保证工作宽而不推诿，杂而有序。如果我能当选办公室主任，我一定要努力提高管理水平，完善各项规章制度，切实改进工作方法，努力开拓创新，善于调动全体办公室人员的工作积极性和创造性，使办公室形成一个团结协作的战斗集体。

除了担当好“参谋员”、“服务员”、“协调员”和“管理员”的角色以外，作为一名合格的办公室主任，还必须具备无私奉献、吃苦耐劳的精神，要善于做一头忠诚的牛、老实的马、受气的羊、忙碌的骆驼；要像蜡烛一样，燃烧自己，照亮别人；像竹子一样，掏空自己，甘为人梯。要成为一名合格的办公室主任，还必须善于学习、勤于思考，除了提高政治理论水平以外，还必须不断学习吸收新的科技知识、宏观经济知识和现代企业管理知识，以丰富内涵，拓展视野。

我不想发出“给我一个支点，我来撬动整个地球”等一类的豪言壮语，因为我知道，我的能力和水平有限。但是我想表达一个愿望，“给我一个舞台，让我来为院的发展尽一份责任；给我一次机会，还你一个满意。”我深切地感受到，个人的希望已经与院的命运联系在一起，作为院的一分子，无论在哪个工作岗位上，理应为她的发展奉献智慧和能力。在我进规划院后的这十多年间，我亲眼目睹了院从小到大发展的历程，从计划经济体制向市场经济体制的变迁，尤其是咨询业务从单一的项目评估向各个不同领域的拓展。现在，院又要在各项工作已上新台阶的基础上向更高的目标迈进，这一切必将激发我对决策咨询事业的热爱和不断学习创新的热情，同时也将赋予我追求院事业发展的执着和责任。

“长风破浪会有时，直挂云帆济沧海”。我深信，规划院将会有更加灿烂的明天，在座的每一位同仁也必定会有更加美好的明天。

我的发言到此，谢谢大家。

五分钟竞聘演讲稿范文 5 篇

五分钟演讲稿

五分钟英语演讲稿

英语课堂五分钟演讲稿

励志演讲稿五分钟

爱岗敬业演讲稿五分钟

普通话演讲稿分钟篇六

老师们、同学们：

大家好！

迎着朝阳的光辉，我们再一次凝望冉冉升起的国旗；踏着岁月的脚步，我们又一次将走到憧憬希望的起点。在这辞旧迎新之际，我谨代表校党委、校行政向全体师生致以节日的问候和新年的祝福！祝大家新年快乐！

过去的20_年，也是我校承前启后、负重奋进、硕果累累的一年。20_年，全体师生同心同德、同舟共济、携手共进，学校的各项工作均取得了较大成绩。我校获得武进区20_届普通高中高考文化类一等奖、高考艺术体育类二等奖、act全国青少年英语技能交流展示活动优秀学校等荣誉；我校物理、语文、音美教研组获评为常州市第四届优秀教研组；我校秦春华、顾维安等老师在武进区、常州市评优课比赛中获一等奖；我校刘佳毅、汤音佳等同学在全国和省市的各级比赛中获奖。更为可喜的是我们通过师德建设月、学风建设月等活动，全校师生呈现出来的良好的精神风貌。借此机会，我代表学校党委、行政对在各自岗位上取得优异成绩、为学校改革和发展做出贡献的师生员工表示衷心的感谢！

回首20_，我们激情澎湃；展望20_，我们豪情满怀！

新的一年，学校将坚持“人本、和谐”的办学理念，努力做到让每一个孩子健康成长，让每一位教工享受幸福。坚持争创“和谐校园”，深入推进教育教学改革、不断提高教育教学质量，实现学校工作再上新台阶。

新的一年，希望全体教职员工，继续坚持以“教书育人、服务学生、振兴学校”为己任，凝心聚力、精诚团结、争先创优，以更加饱满的热情、更加敬业的态度、更加踏实的作风

投入到学校的各项工作中去，为学生成长和学校发展再立新功！

新的一年，希望全体同学，在自己青春的沃土中，播种一种认真负责的态度、播种一种严于律己的行为、播种一种自省自励的习惯、播种一颗知恩感恩的种子，勤学善思、比学赶帮、修身成人，健康成长。

“雄关漫道真如铁，而今迈步从头越”。新的一年新的希望，让我们秉承“笃道求实，成己达人”的校训，发扬“团结拼搏、负重奋进、求实创新、科研兴校”的武高精神，开始新的追求，不断追求卓越、超越自我，翻开新的一页，播种新的梦想，写下新的辉煌！

最后，祝全体师生，在新的一年里：健康、快乐、进步！

普通话演讲稿分钟篇七

尊敬的各位领导、各位评委：

你们好！我叫__，今天，我参与竞聘的岗位是营业部会计主管，意向是检查辅导工作，参加工作以来，我第一次因为竞争工作岗位而站在演讲台上，身上感到从没有过的压力，但面对这么多评委和这么多真诚的目光，我也体味到了行领导班子以人为本、与时俱进、锐意进取的创业精神，也感到了__行明天无限的生机与活力。

我20__年毕业于__，后来参加__本科自学并顺利毕业，20__年考取经济师资格。参加工作以来，先后从事过储蓄、事后监督、银行卡、出纳和会计等工作，并多次被评为工作先进个人，在屡次民主测评中成绩一直名列前茅。

目前，工行面临着谋求更大发展的良好的机遇。市场经济的大潮已把我们推向了潮头，物竞天择，流水不腐，工行这艘

航船已处在了一个更高的起点上，准备扬帆起航，所以，我参加这次竞聘对我来说同样是一个难得的机遇，不论成功与否都将对我的人生产生深刻的影响。

营业部会计主管是一个业务性强、责任心强、原则性强的“三强”岗位，这必然要求从事该岗位的人员具有良好的业务素质和优秀的人格修养。我参加工作以来一直处于业务一线，无论是从事事后监督、银行卡、储蓄、出纳还是会计等业务，岗位的变换使我积累了较为丰富的工作经验，也符合我行业务向综合化发展的需要。特别是从事的事后监督工作，使我对该项工作有了更深的认识和熟练的技能。

市场竞争，时不我待，百舸争流。让我们携起手来，共同为__工行的发展腾飞贡献自己的青春和才智，祝愿在座的每一位必将有一个更加美好灿烂的明天。

我的演讲到此结束。谢谢大家！

普通话演讲稿分钟篇八

作为大学生，玩得酷靠得住的我们，上了演讲台怎么能怂，不就是演讲吗，今天本站小编给大家分享一些大学生五分钟演讲范文，希望对大家有所帮助。

尊敬的各位领导、敬爱的老师、亲爱的同学们：

你们好！

人生如梦，梦想是帆，每个人都有一个只属于自己的梦，但我们同属一个国家，所以每个人的梦又与国家的兴衰荣辱紧密相连。先哲顾炎武曾说：“天下兴亡，匹夫有责。”只有国家好，大家才能好。

有梦才能使中国富强!

我依然清楚的记得:

当甲午战争战败，日寇无礼踏破中国的门户;当八国联军侵入北京，无情掠夺中国的财产;当七七事变发生，中国的老人、妇孺被残忍杀害的时候，我在想那时中国的梦是怎样的!

有梦才能使中国繁荣!

我想有的人会说，我们的力量是有限的。的确个人的力量很渺小，但是中国梦就是因一个个微不足道的个人的梦一直汇集、汇集，然后凝聚成的一个巨大的梦。冯至在《十四行诗》中写道，我们准备着，深深领受，那些意想不到的奇迹，在漫长的岁月里，忽然有彗星的出现，狂风乍起。

梦想是美丽的，它是最美的期望;梦想是阳光的，它使人由浮躁走向踏实;梦想是充满力量的，它可以激发人身体里无限的潜能。我们期盼的是国泰民安、经济发展、政治清明、文化繁荣、社会和谐、生态良好、公平正义。这才是中国人最伟大的梦。

少年智则中国智，少年强则中国强，少年有梦则中国的未来才有好梦。

我们必须昂起年轻的脸庞，挺起坚实的胸膛，因为我们将托起中国未来的太阳。

直到有一天，我们走出国门的时候可以勇敢地对那些曾经甚至是现在依然蔑视中国的老外说：“我们是从头到脚，从里到外，彻彻底底的中国人”。

亲爱的老师、同学们:

大家好！

今天我要演讲的题目是《我的梦，中国梦》，我们每一个人都有属于自己的梦想，然而每一个人的梦想都必须要以我们祖国的强大为坚强后盾，因为每一个人的梦想汇聚在一起就是我们的中国梦。上个世纪火得一塌糊涂的美国梦，都是以美国强大的经济实力和文化实力为依托的，而那正是美国经济最繁荣的一段时期。同样，随着我们中国经济的飞速发展，综合国力日益增强，国际地位显著提高，我们现在完全有资本，有能力畅谈“我的中国梦”。

以前我们国家积贫积弱，曾饱受百年的欺凌，那时候每一个中国人都想自己的祖国强大，祖国强大了，我们才能过上幸福的生活。国家，国家，先有国后有家。让祖国强大欺凌，让中国人民站起来，这是我们上一辈人执着追寻的中国梦啊！经过艰苦卓绝的奋斗，上一辈人的梦想已经实现了，看看我们的周围，看看洋溢着笑容的你们。作为上一辈人梦想的见证者，我倍感荣幸，也深感责任重大，他们把更大的梦想交给了我们，时至今日，我们要将这中国梦继承下去。我们的祖国现在强大了，人民富足了。我们没有理由做得比上一辈差。我的中国梦就是继承了上一辈们的执着，让祖国更强大，人民更富有。同时，让我们的下一代有更好的条件实现他们的中国梦。

中国梦的传承就是中华民族自强不息精神的传承。虽然今天的我们不需要经历战火的洗礼，但是我们有责任去弘扬民族精神，为祖国的一切贡献出自己的力量。继承上一辈的中国梦，为了下一代的中国梦，这就是我的中国梦！

雄关漫道真如铁，是对梦想的追求；而今迈步从头越，是对梦想的执着！来吧，让我们携起手来，响应时代的号召，为了美好的明天，为了光荣的未来，前进！我的梦，中国梦！

每个人都有属于自己的梦，每个梦都不一样，而且梦有大有

小，梦有很多种，中国梦，教育梦，学校发展梦，个人人生梦。而我的梦也就是中国的梦，中国的梦需要我们来实现。

记得梁启超曾经说过：少年智则国智，少年富则国富，少年强则国强，少年独立则国独立，少年自由则国自由，少年进步则国进步，少年胜于欧洲，则国胜于欧洲，少年雄于地球，则国雄于地球。所以，我认为少年心怀梦想，则国充满希望。

而我梦中的中国是一个人人平等、环境优美、安全的国家。我希望我们的国家每处都充满着爱，美好的环境让每个人都可以舒适的生活着，还有较好的国民素质让你我生活的和谐，而且还可以在任何地方都可以保障自己的人身安全，不要让动车亲嘴、地铁追尾、火车出轨、战机坠毁；不要让地沟油、塑化剂、苏丹红、瘦肉精、三聚氰胺充斥着整个市面。像家一样温暖的国，在我们在外漂泊的无依无靠时会想起的家。我希望我的国会像家一样，当我们在外漂泊的累的时候可以找到一个可以停靠的港湾，希望那些在异国他乡拼搏的人不会忘记自己中国人的身份。在国际的大环境下独立、有尊严、有地位，当我们在外面流浪的时候，我们可以在别人面前骄傲的挺起自己的胸膛说“我是中国人”，希望在国际的舞台上听到中国人的时候，别人会很友好的说句“你好”。

可是如今的中国还远远不是我梦中的雄雄大国，虽然在国际的舞台上我们泱泱大国不可或缺，但是在许多方面，我们还是做得远远不足，在许多方面我国还远远比不上其他国家。比如说在食品安全这一方面，我们知道前段时间的黄浦江死猪事件，洞庭湖死猪事件，还有许多的地沟油、瘦肉精等等的事件都对我国的食品安全问题有着严重的挑战。更有甚者，中国的小儿奶粉都得不到保证，奶粉里充斥的都是三聚氰胺，从而导致现在许多国人都不敢在国内购买奶粉。其二，在安全卫生方面我国做的也是没有我梦中的样子，我梦中的中国是中国人走在大街上不会去在意吃的是什么、喝的是什么，那是多么美好的一件事啊。可是现在咧，让我们看看身边的情况，各种垃圾食品充斥这个市场，细菌病毒存在于这个社

会的各个角落，目前的h7n9禽流感病毒给许多地方带来死亡的危险，还有多年前的sars带来全球性的灾难。其三，我梦中的中国是个人人知道节约，不浪费的生活作风。可是我们当今社会的作风还是不够的，依据报道我们知道，许多官员都会有贪污以及天价饭局的事件，说点小的，符合我们现在学生生活的情况，中午到学校食堂，你会发现餐桌上许多菜都没有动过。而他们结局只有一个，全部被倒进泔水桶。据统计，全国有将50%会被浪费掉，我们应该想想，在我们浪费的时候，又有多少的贫困山区里的人民正在挨饿啊。

现在的人们真的是“只有想不到，没有做不到的呀”，山可以炸平，湖可以填平，可以征服大自然，可以离开地球走向宇宙的深处，可是，他带来的麻烦也是相当不小的。现在的山早已没有以前那么雄伟壮丽，水也没有以前那么清澈透明了，还有那辽阔的天空也没有以前蓝了。但是，生病的人变多了，沙漠也比以前更加广阔了，水源比以前也更加枯竭了，天上的那个大洞也比以前更大了。而爱国，团结，节能，节俭，这就是我的中国梦。

但是相比以前，我们国家的一系列政策措施都在改善这一历史问题。许多的利民措施，曾经的上学难、住房难、看病难等等问题得到了很好的改善。九年义务教育、路路通工程、农村医疗改革、大病医疗保险、农业税减免、农业生产的各项补贴这些措施都给咱老百姓带来了福音，这些措施的改革让每个人都有学上，每个病人都有地方可以治病，也让农村的生活得到显著提高。这些政策措施带来的是国民整体素质的提高，生活质量水平的提高，物质文化水平的提高，从而使得国民的幸福指数的提高。

伴随着我们生活的越来越好，在保证环境友好，卫生安全的大前提下，我们应该为我国的伟大复兴而努力，让我们曾经的泱泱大国更加的繁荣富强，让在近代史上饱受灾难的国家可以站在世界之巅，让我们这个沉睡中的雄狮可以展现他该有的风采。所以，随着祖国的进步我们也应该对中国梦的提

高，更应该有更高的理想。

而作为当代大学生，我们应该加强对自身教育，认真学习运用好科学文化知识，树立正确的人生观、世界观、价值观。作为新时代的大学生，要鼓足中国信心，努力通过自身的学习实践活动锻炼增强本领，在基层工作中，学习好科学文化知识，并将所学的运用到工作实践中，为老百姓解难，帮助他们走向致富的道路，为逐步实现小康社会付诸行动，实现自我人生价值。其次，明确个人目标，成就自身价值。作为年轻人，在基层工作，要满怀激情，敢于担当，敢于创造，用“两个百年”的目标激励自己顽强奋斗、艰苦奋斗、不懈奋斗，奋勇投身中国特色社会主义事业伟大实践，才能为实现“中国梦”发挥生力军作用，用“青年梦”托起“中国梦”。第三，勇于创新，在创新中发展。时代在变迁，社会在进步，陈旧的思想已经适应不了。只要广大青年胸怀理想，只有创新才能实现我们的梦想，最终实现民族复兴。“天行健，君子以自强不息”，作为火药、造纸、指南针、活字印刷术发明者的后代，中华民族有着悠久的创新传统，积淀了丰富的创新文化。每个人都有一个只属于自己的梦，中华民族是一个充满着朝气的民族，新时期的中国是我们实现梦想的时代，所以年轻人的梦想与国家民族兴衰荣辱紧密相连，要勇敢追求自己心中的梦想，并付诸行动，为实现“我的中国梦”增添新的活力。

普通话演讲稿分钟篇九

大家好！今天站在这里，坦率的说，近段时间，我越来越感到身心俱疲、心力交瘁，甚至动了“内退”的念头，“暗淡了刀光剑影，远去了鼓角争鸣”这两句歌词，在我脑海里若影随现，挥之不去！

可是，我真的还能行么？其实，我已经没这份理直气壮了。记得杜总前天晚上突然亲昵的对我说：“陈大姐，明年是我们

的本命年呢”！看到正好比我小一轮的他，还有旁边几位更加年轻可爱的小同事，一种莫名的失落油然而生，我不得不接受年龄不饶人这个无情的事实。如果说我还有那么一点儿残存的自信和动力，那只是缘于一种感觉，一种压力，一种责任！

这种感觉是什么？晚报是个温暖的家！正是这种日益浓郁、日益强烈的感觉，使得我欲罢不能，欲停不止。

这种压力是什么？在晚报这个大家庭，我是“老大”！抛开行政职务，在年龄上，以前我只是个被真正的老大也称作大姐的假“老大”，而自从名副其实的老大突然离开我们以后，我就成了地地道道、“名副其实”的“老大”！

这种责任是什么？“老大就得像个老大的样子！”一家之中，兄弟姐妹，排行老大，你就得当好表率，做好样子，带好弟弟妹妹，协助父母大人撑起这个家！

谢谢大家！