

# 遵守学生规范演讲稿三分钟 学生遵守学校纪律演讲稿(模板5篇)

使用正确的写作思路书写演讲稿会更加事半功倍。在日常生活和工作中，能够利用到演讲稿的场合越来越多。演讲的直观性使其与听众直接交流，极易感染和打动听众。下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

## 遵守学生规范演讲稿三分钟篇一

敬爱的老师，亲爱的同学们，大家晚上好!

我演讲的主题就是从睡眠开始的。现在我要跟大家讲述一个关于不良睡眠习惯的恶性循环，这个循环的开始便是上课睡觉。

上课睡觉有什么后果呢?后果就是你会养成上课睡觉的习惯。一个动作的反复重复势必会导致一个与此动作相关的习惯的形成;这个习惯会导致什么后果呢?后果就是白天睡眠时间的加长和夜晚睡眠时间的变短，白天，你会很容易进入睡眠状态，夜晚，你的睡眠潜伏期会变长，睡眠浅，容易早醒，这就是所谓的失眠;失眠的后果是什么呢?后果就是在正常的学习工作时间，你会进入一种混乱状态，注意力难以集中，难以运用个人意志，难以学有成效;这种混乱状态的后果又是什么呢?其后果就是意志消沉，难以产生价值感;难以产生价值感的后果又是什么呢?不难回答，其后果就是个人精神世界的空乏，其状态例如，没有自信，缺乏安全感，缺乏从属感，难于被集体认可，个人人格障碍，异常心理的诞生等。如此循环往复，我们的青春，我们的生命必定成为一场浪费。

以上就是我说的关于睡眠的恶性循环，并不是危言耸听，不规律的睡眠的确有这样神奇的作用。那么，解决的办法是什么呢?就是我们常引以为谈的古老话题，遵守校纪校规。

你觉得自己是一个平和并且内心富足的人吗？

你觉得你的心理健康，不抑郁，不悲观，不偏执，不嫉妒吗？

最后的最后，我想说，我通篇的演讲并没有太多的提到校纪校规，但是有心人都会看出，这四个字正是这篇演讲的灵魂所在，现在我要给大家一个遵守纪律的良性循环，循环的开始便是遵守纪律，在此基础上，我们才能认真学习认真规划自己的生活生活，才能产生我们一切活动的最终目标，即价值感，只有这样我们才能拥有一个丰富的内心世界，依靠这个丰富内心世界，我们才能待人平和，自感富足，不畏惧，不极端，不狭隘，才能拥有健全人格和心理。

改革开放30年来，我们所在的国家取得了让世界惊叹的成就，作为21世纪的大学生，我们更加应该严格要求自己，好，最后，让我再次重复我今天演讲的主题：遵守校纪校规，美丽我们的人生！演讲完毕，谢谢大家！我相信，你们就是我所说的有心人！

## **遵守学生规范演讲稿三分钟篇二**

您好！我是来自石家庄科技信息职业学院医药化工系09-9班的学生肖东超。在大学的一年多里，在学院领导老师的带领下，在“大学生日常行为规范”的号召下，我自觉遵守学校的规章制度，积极投身于青年志愿者的行动中，努力完成各项工作。同时，我热心公益、服务同学、帮助他人，在各方面都取得了一定的成绩。

首先，我非常感谢学院领导老师，尤其是我的导员——张金珠老师。在张老师两年的悉心教导下，我认真学习贯彻党的基本方针政策，将理论与实际相结合。

其次，在学习工作中，我态度认真、责任心强，积极配合班委们，相互支持，积极参加各项集体活动，迎接新生，大力

弘扬活雷锋精神的环保活动等，共同努力创下“先进班集体”的荣誉称号。

学生是祖国的未来，尤其是大学生，我们即将踏入社会这个复杂而充实的环境，所以，对于大学生而言，规范自己的行为是一件格外重要的事情。

日前，我校开展了大学生日常行为规范活动，感谢学校感谢老师给了我们这个学习锻炼的机会，为我们以后的社会实践打好基础。这是学校对我们这些懵懂的学生提供的一次难得的机会。我们也在认真执行自己的义务，响应并号召学校的这次活动。随时不忘提醒自己高度要求自己，虽然我并不是什么积极分子，党员。但是，这次活动中我依然体现出了一个当代大学生优良的精神风貌，我捡到一位大一同学的手机，当时心里很是为他着急，因为这不仅关系单纯的经济问题，而且还关乎到个人隐私问题，当时已经很晚，我在宿舍及时与他的朋友取得联系并且与第二天早上及时将手机交还给他，发扬拾金不昧的精神。

身为一个合格的大学生，我认为要做的不仅是这些，我们还要认真学习专业知识。

相信在以后的求职生涯中，我们依然能够做到这些。

## **遵守学生规范演讲稿三分钟篇三**

你们好！

从我一进学校读书，站在庄严的五星红旗下，看着鲜艳的红旗冉冉升起的那一刻，我心中就涌起一股暖流，要严格遵守各项校规校纪，争做遵规守纪的文明学生。

遵规守纪说起来容易，做起来，的确很难。我是一个谨慎的学生，时时刻刻处处都会提醒着自己，勤早上学，不可迟

到，尊重他人，团结友爱，讲文明话，做文明人，爱护花草，爱清洁，走路轻声慢步等。因此，校园里里外外，都留下我灿烂文明的足迹。

青少年时代是最美丽的，同学们，我们大多处在天真烂漫的孩提时代，有的已步入人生最美的“花季”，青春的花朵就要在我们的生命之树上绽开，阳光是我们的，希望是我们的，世界是我们的！

首先，作为新时代的学生，就要遵守纪律，做现代文明的学生。

俗话说，“没有规矩，不成方圆”，我们知道，良好的纪律是学好科学文化知识的保障。作为一名学生，就要严格遵守《学生守则》、《学生日常行为规范》：严格遵守学校各项规章制度，切实做到：尊师爱友，自律自强；诚实守信，文明礼貌；遵守公德，爱护公物。

其次，作为新时代的学生，还要学会守法。

每个公民都必须具有法制观念，不仅要学法，而且还要守法。缺乏法制观念是非常危险的。

第三、要遵守社会公德。

讲究公共卫生、爱护公共财物、维持公共秩序等，这些都是社会公德。遵守社会公德是衡量社会文明程度的标志之一。

讲究公共卫生，就是要保持优美整洁的公共环境。比如：在教室里，在马路上，不随地吐痰，不随手扔果皮、纸屑。还有一点，则是不能大喊大叫。妨碍其他人学习、工作或休息；不能在建筑物上或课桌椅上乱刻乱画。

我们身边的公共财物有很多。如学校的门窗、桌椅、教学设

备等，公园里的花草、树木，马路边的路灯、路牌、公用电话等，我们不仅要做到自己爱护，而且还应当劝阻、制止有些人破坏公共财物的不文明行为。争做一个讲文明、懂礼仪的好学生。遇到师长、来宾，主动敬礼问好；上下楼梯，注意谦让。遵守交通规则，不逆行马路。形成各种良好的行为习惯。

同学们，人的一生只有三天：昨天，今天和明天。昨天已留给记忆，明天将交给梦想，你能把握的，就只有今天！让我们珍惜今天这大好时光，遵规守纪，勤奋学习，争取更大的进步。

## 遵守学生规范演讲稿三分钟篇四

今天我演讲的题目是“学习日常行为规范，做文明中学生”。

我感到非常自豪能在这里参加演讲比赛，希望通过这次演讲，让同学们对《中学生守则》和《日常行为规范》有更深刻的认识，用更文明的言行净化我们的校园，美化我们的心灵。

作为一个文明的中学生，不论在校内、校外都要遵守礼仪。你听：“老师早！老师好！对不起！没关系！拜托！谢谢你！……”这些声音在校园里响起，经常能看到同学们互相帮助的身影，这是多么美好的画面啊！

这些现象难道不值得继续发扬，成为大家学习的榜样吗？但是在我们的周围，部分同学存在着不文明的行为。在校园里，在楼梯上，我们可以看到随处丢的垃圾，这非常不符合我们美丽的校园。

我们是学校的一员，学校的面貌要靠我们同学共同的维护，只有我们人人讲文明、个个有礼貌，同学之间才会团结友爱，我们的校园才会更加温暖、和谐，同学们才会更加健康、茁壮成长。

播种一种行为，收获一种习惯；播种一种习惯，收获一种性格；播种一种性格，收获一种命运。培养良好的行为习惯，需要老师的教导，同学们的帮助，我们要严格要求自己。

《中学生守则》《中学生日常行为规范》是我们的行为准则，它们不仅写在纸上，而且要记在我们心里，更重要的是要体现在实际行动上。

让我们借着学习《中学生日常行为规范》的东风，从现在做起，从自己做起，从点点滴滴的小事做起，养成良好的文明习惯，做文明学生。

管好我们的嘴，不要随地吐痰；控制我们的手，不要乱扔垃圾；控制我们的脚，不去不该去的地方。

让我们携起手来，共同建设文明美丽的校园。让的每一个同学都成为文明人，让文明之花开放在校园的每一个角落。

我的演讲到此结束。

## **遵守学生规范演讲稿三分钟篇五**

老李，我是王头儿。多多关照！

礼仪，作为在人类历史发展中逐渐形成并积累下来的一种文化，始终以某种精神的约束力支配着每个人的行为。礼仪是人类文明进步的重要标志，是适应时代发展、促进个人进步和成功的重要途径。礼仪的重要性，在于它有助于培养积极的心态，养成高度的自制力和高超的领导才能，建立自信心，塑造迷人的个性，它让你看起来充满热情，富有合作精神，保持身心健康，这些都是成功的不可或缺的因素。

我们学习礼仪，首先要以学会尊重他人为起点，礼仪从话中来，话从心中来，只有从内心尊重人，才会有得体的礼仪言

行。文明礼仪是我们学习、生活的根基，是我们健康成长的臂膀。没有了文明，就没有了基本的道德底线。千学万学，学做真人，说的就是学习应先学做人，学做文明人。

今天，在庄严的国旗下，我们高一(16)班向全校同学发出倡议，倡议大家做到“四个五”：“五无”：地面无痰迹；室内无纸屑；桌凳无刻划；墙壁无脚印；出言无脏语。“五节约”：节约一度电、一滴水、一粒米、一张纸、一分钱。“五带”：把礼仪带进学校；把微笑带进校园；把孝敬带回家里；把谦让带入社会；把仁爱带给别人。“五提倡”：说话轻声；走路慢行、待人礼貌、讲究卫生；团结进取。

让我们从自己做起，从现在做起！让文明不再是纯粹的理念，而是每个同学的自觉言行！让文明不再是外在强加的约束，而是内化的集体自律！

最后，我选了这样一句话送给大家，来结束我今天的讲话：人不是因为美丽才文明，而是因为文明而美丽！