

最新健体之星演讲稿(通用7篇)

要写好演讲稿，首先必须要了解听众对象，了解他们的心理、愿望和要求是什么，使演讲有针对性，能解决实际问题。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？下面是小编帮大家整理的优秀演讲稿模板范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

健体之星演讲稿篇一

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家早上好！今天我演讲的题目是《争当安全小卫士》。

11月9日是“全国消防安全宣传教育日”。今天，我们就来谈谈消防安全的话题。

火是一种自然现象。驯服的火是人类的朋友，但如果失去控制，酿成火灾，就会给人民的生命财产造成巨大损失。学校是学生最集中的地方，一旦发生火灾，不了解消防常识的同学就会惊慌失措，耽误逃生的最佳时机。所以，同学们要多掌握一些消防安全知识，按照正确的方法逃生，保证生命安全。

首先要冷静地探明着火方位，并在火势未蔓延前朝逆风方向快速离开火灾区域。如果大楼通道被烟火封死，立即关闭房门和室内通风孔，防止进烟。随后，用湿毛巾堵住口鼻，防止吸入毒气。发生火灾时千万不要从窗口往下跳，应沿防火安全通道朝楼下跑。

实在没有通道逃离时，要紧闭教室门，用衣服将门窗缝堵住，挥动鲜艳的衣服、毛巾，或者用往楼下扔东西等方法引起营

救人员的注意。同时，不断向门、窗、桌、椅上泼水，千万不要躲在床下、桌子下或壁橱里。

一旦看到发生火险，我们要及时拨打火警电话“119”，报警时要讲清楚所处的地理位置，说明什么东西着火、火势怎样。有的同学出于好奇，喜欢围观消防车，这既有碍于消防人员工作，也不利于同学们的安全。所以，遇到火情，千万不要围观。

同学们，希望大家能掌握更多的消防安全知识，做一名有责任感的“安全小卫士”！

我的演讲完毕，谢谢大家。

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！我是日照实验小学的张毅宸，今天我演讲的题目是《珍爱生命，安全第一》。

我们先来看看学校附近众多的零食小摊点，那是孩子们购物的天堂。同学们在购买小食品的时候，不要只看花花绿绿的外表诱人，还要查看它的生产日期、保质期、生产许可证号等标识。不能买过期食品和没有厂名厂址的产品。否则，一旦出现质量问题无法追究。

我们再来看看上学、放学的路上，好多同学不遵守交通规则，走在机动车道上、横穿马路、走逆行道，更有甚者还在车流不息的马路上追逐打闹。这是多么危险的行为啊，真替他们捏一把汗。所以我在此倡议：在上学、放学路上，我们一定要走人行道，并且靠右行；横穿马路时，要走斑马线，并且先左顾右盼，注意来往车辆；严禁在路上追逐打闹。希望大家能共同遵守，珍爱生命，注意安全！

我真心希望，每位同学都能安全的度过自己得一生，让我们

的教室、校园更加和谐美丽，四处洋溢着欢乐的气息，祝愿我们的校园真正成为安全的港湾。

我的演讲到此结束，谢谢大家！

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！我是四（1）班的，今天我演讲的题目是《珍爱生命，安全第一》。

安全像什么？安全像忠实的‘保护神，日日夜夜守护在我们身边，让生命之树挺拔青翠；安全像什么？安全像脆弱的心灵，也可能在一瞬间支离破碎；安全像什么？安全像一个警钟，时时刻刻提醒我们：珍爱生命、安全第一！

我们先来看看学校附近众多的零食小摊点，那是孩子们购物的天堂。可是，一旦这里的食品质量得不到保证，就成为影响青少年健康的隐形杀手。所以同学们在购买小食品的时候，不要只看花花绿绿的外表诱人，还要查看它的生产日期、保质期、生产许可证号等标识。不能买过期食品和没有厂名厂址的产品。否则，一旦出现质量问题无法追究。

我们再来看看上学、放学的路上，好多同学不遵守交通规则，走在机动车道上、横穿马路、走逆行道，更有甚者还在车流不息的马路上追逐打闹。这是多么危险的行为啊，真替他们捏一把汗。所以我在此倡议：在上学、放学路上，我们一定要走人行道，并且靠右行；横穿马路时，要走斑马线，并且先左顾右盼，注意来往车辆；严禁在路上追逐打闹。希望大家能共同遵守，珍爱生命，注意安全！

我真心希望，每位同学都能善于度过自己独一无二的生命，让我们的教室开满安全之花，让我们的校园更加和谐美丽，四处洋溢着欢乐的气息，祝愿我们的校园真正成为安全的港湾，和谐的家园，欢乐的海洋，学习的乐园！

我的演讲到此结束，谢谢大家！

健体之星演讲稿篇二

大家早上好！今天我国旗下讲话的主题是《阳光体育，强身健体》

古希腊伟大的哲学家柏拉图说过：人生最宝贵、最伟大的三样事物就是“健康、美丽和智慧”。人如果没有健康的身体，就谈不上美丽，就不会有承载智慧的载体，也就不会有生命活力。我们也常说：身体是“1”，成绩是后面的“0”。有了这个“1”，才会有100、1000，否则，0再多也没有意义。很显然，健康的身体是我们成长、成人、成才的前提。

可是现在的情况却不容乐观，让我们来听几组数字：

1、全国学生体质检测结果显示：7岁到18岁的中小学生中，每10个人中就有1人是“小胖墩”。

3、青少年肺活量水平持续下降。7岁到18岁和19岁到22岁两个年龄段的学生，为肺活量下降最明显的人群。

近20年来，我国青少年体质持续下滑，体能素质下降，肥胖率上升，近视率不断上升，这种状况令我们感到担忧。为此，中央下发了《关于加强青少年体育，增强青少年体质的意见》，确定了一系列增强青少年体质的政策。随后国家体委又在全国范围内开展了“全国亿万学生阳光体育运动”的活动。至此，全国的中小学生积极参与到阳光体育活动中来。

在积极参与阳光体育的过程中，希望同学们做到以下几点：

一、提高认识。俗话说，身体是革命的本钱。体育锻炼不仅可以锻炼身体，提升我们耐力素质水平，还能磨练我们的意

志品质，培养我们的良好习惯。然而个别同学却不积极参加体育课、课间操活动，悄悄溜号；有些同学在课间眼保健操时间敷衍了事，缺少主动性。这些都是不应该的，也是对自己身体健康不负责任的表现。因此，希望同学们端正态度，充分认识体育锻炼的重要性和好处。

二、积极参与。希望同学们每天坚持做眼保健操，积极参加课间操或跑操活动，在节假日和寒假期间，自觉坚持跑步。需要特别强调的是，在跑操活动过程中，要求队列整齐、口号嘹亮，行进步调始终如一。各年级各班级要加强宣传教育，形成强身健体、阳光运动的校园跑操活动氛围和文化。

三、注意安全。在日常体育锻炼和开展冬季跑操活动过程中，希望同学们要听从体育老师的安排以及健康安全方面的提示，科学安排合理适度的锻炼方式和强度，防止事故发生。

老师们、同学们，少年强则国家强。早在二千多年前古希腊的山岩上就刻下了这样的字句：“如果你想强壮，跑步吧！如果你想健美，跑步吧！如果你想聪明，跑步吧！”希望你们积极参加阳光体育运动，让“每天锻炼一小时，幸福生活一辈子”的思想深入到每一个人的心中。让我们迈开大步，用充满激情与快乐的跑步和坚持不懈的体育锻炼来拥抱我们美好的校园生活！

健体之星演讲稿篇三

记得在我的孩提时代有着这样的记忆：因为生病，心急如焚的父母把我送进了医院，本来就对医院有恐惧感，刚一进医院大门，就一直哭嚷着要回家，医生还说需要打针，于是在爸爸妈妈软硬兼施的诱逼下，来到了打针的地方，就见有位阿姨穿立脚点白大褂，戴着白口罩，头上还戴着一顶白色的帽子，全身上下都是白色，一手举着针，一手拿着棉签，面无表情地来到了我的面前，我越发害怕，吓得一直往后退，虽然被父母强行按住身体，但还是不停地扭动，就这样，折

腾了老半天，那阿姨急了，大嚷道：“你再动，再动就给你多打几针！”还边责令母亲将我按得动弹不得，现在想来，如果当时那个护士不是那么凶，而是微笑着鼓励我，也许我就不会那么害怕了吧！

随着时光的推移，我慢慢地长大了，面对人生选择时竟然也戏剧化地做了一名护士，成了人们眼中的“白衣天使”，当我成为儿科护士的第一天起，我就告诉自己说：既然我也是一名儿科护士，就一定要用我的微笑来面对生病的孩子，改变我孩提时脑海中那咱面无表情，看上去让人生畏的护士形象。前不久，有一位6~7岁的小男孩的一句话让我更坚信我这样做是对的。第一次给这个小男孩做治疗的时候，我就像平时一样面带微笑一样走进病房，他就总是盯着我看，到了第二年，他哭吵着奶奶要找我给他打针，听他奶奶说本来有护士准备给他打针的，可他硬是不肯，握着小拳头不让人碰，偏要找我。

新形象的护士是会用她们的爱心，耐心，细心和责任心解除病人的病痛，用无私的奉献支撑起无力的生命，重新扬起生的风帆，让痛苦的脸上重绽笑颜，让一个个家庭都重现欢声笑语~“神话中天使的美丽在于她的圣洁与善良，而白衣天使的美丽在于温馨与微笑。”进入新的世纪，特别是在加入wto以后，我们的各项工作都面临着新的环境，新的机遇和新的挑战。我想要塑造新时代护士的新形象就应该从心开始，从心做起！

人们常说：“眼睛是人类心灵的窗户”，人类情绪中的喜怒误用东都可以从眼神中表现出来，而人们更希望看到的是医务工作者炽热的眼神和那张被蒙在白色口罩后面真诚的笑脸，要塑造一个城市的新形象，离不开各行各业的形象建设，更离不开一个个行业的新变化，卫生部门作为“窗口”行业影响和反映了一个地方的新形象，要塑造医务人员新形象，离不开医生护士的共同努力，必须要以敏锐的洞察力和灵敏的观察力，弃旧图新，锐意进取，并要有顽强的意志和坚忍不

拔的毅力。

脚踏实地，奋力拼搏，不断地完善自己，充实自己，解放思想，转变观

健体之星演讲稿篇四

你们好!很荣幸能站在这里，我演讲的题目是助人为乐——做一个合格小公民。

关心体贴他人，在他人急需的时候，能主动热情地给予帮助和照顾，急人之急，帮人之苦，忧人之忧，救人之危，以帮助别人为快乐，这是人际交往中的一种高尚行为。

是的，古代有英雄的劫富济贫，当代有雷锋精神的出现。再看一看我们现在。我们这一代是独生子女的时代。在座的不少同学是独生子女。我们这一代独生子女虽然有着自信、乐观、积极向上等优点。但是也暴露出一些缺点，如自私、以个人为中心等等。要改正一个群体的缺点是不容易的事。而提倡助人为乐、热心公益却可以很好地加强当代独生子女自立、合作精神，弥补自私这一缺点。

我们从各个乡镇来，走到同一个学校来，走到同一个班来。我们都有共同的理想。而你助人为乐，说大不大，说小不校走进教室，随手关门，将呼呼的寒风挡在门外。当你走过卫生角，随手捡起掉在地上的纸屑。当你经过讲台，随手将零乱的讲台整理好。当你穿过马路，扶起一位摔倒的小男孩，安慰他不要哭泣。这一些平时看起来微不足道的事，都是助人为乐的表现。

亲爱的同学，当你身陷困难时，你是否渴望得到别人的帮助?你肯定会的。同样，当别人身陷困难时，我们也要助人一臂之力。

庆幸的事，现在我们的身边已悄悄地涌起助人为乐的热潮。扶弱助残，春蕾计划，希望工程，甚至有许多同学也参加了青年志愿者服务队等等。这些都让我们惊喜地发现，雷锋精神不但没有消失，而且以各种各样的形式在我们周围蓬勃地发扬光大起来。

生活本身是酸甜苦辣的。但做人的情操和理念却是自己可以牢牢把握的。亲爱的同学们，请不要再犹豫，伸出你的友爱之手，助人并且以之为乐，世界将因你而更加美丽！

健体之星演讲稿篇五

在这春意盎然、生机勃勃的五月，我们即将欣喜地迎来20__年国际护士节。今天，隆重召开纪念512国际护士节暨优质护理服务示范工程动员大会，热烈庆祝这个属于全世界护理工作者的光辉节日。在此，我代表医院党政和全体干部职工，向为维护群众健康而辛勤工作、无私奉献的全院护理人员致以节日的祝贺，向为__医院建设和发展付出心血和汗水的各位护理老专家表示衷心的感谢！

护理工作是医院工作的前哨。过去的一年，全体护理人员恪尽职守、任劳任怨，认真践行了以爱心、耐心、细心、责任心，护理患者，治愈疾病，恢复健康的南丁格尔誓言，使我院护理服务质量再上新台阶，为促进医院发展做出了积极贡献。

一、练就过硬的业务技能

学习是人进步成长的阶梯，技能是人生存发展的基石。对于高技术、高风险的医疗行业来说，学习和技能尤为重要。人们常说：三分治疗，七分护理，护理工作在整个医疗服务过程中起着十分重要而关键的作用。作为一名护理工作者，要始终树立主动学习、超前学习、终身学习的观念，认真对待每一次学习和培训，通过学习和实践，不断提升业务技能和综合

素质，练就为人民服务的过硬本领，树立强烈的敬业精神，更好地履行救死扶伤的职责，为促进护理事业及医院的发展贡献智慧和力量。

二、提供优质的护理服务

优质服务是医院工作的根本，群众满意是医院最大的追求。按照省卫生厅部署，20__年优质护理服务示范工程活动已在全省范围内启动，我院是全省优质护理服务示范工程省级重点联系医院，希望广大护理人员紧密结合我院5-__月份优质服务竞赛活动，切实开展好以夯实基础护理，提供满意服务为主题的优质护理服务示范工程。要坚持以病人为中心、以质量为核心，进一步理清服务思路，拓宽服务领域，落实服务措施，发挥服务功能，构建服务文化，加强服务监督，强化亲情式服务、安全化护理，做到服务理念有新认识，服务行为有新气象，服务环境有新变化，服务评价有新标准，服务能力有新突破，服务质量有新提高，并着力建立有利于护理服务持续改进、护理事业发展的长效机制，努力为群众提供安全、优质、满意的护理服务，做到患者满意、社会认可、政府放心。

三、塑造优秀的护理品牌

当前医疗竞争日趋加剧，社会需求与日俱增，我院如何保持优势、彰显特色、率先发展，塑造良好的医院品牌是制胜法宝；而护理品牌的塑造，需要全体护理人员的共同努力。我院500余人的庞大护理团队，是医院发展的重要力量和优势所在。各级护理管理者要主动适应形势，进一步加强科学管理，强化队伍建设，探索护理模式的转变，积极开展能体现特色、创造亮点、塑造品牌的护理工作；广大护理人员要牢固树立以病人为中心的服务理念，不断增强责任意识、创新意识和竞争意识，工作做到深严细实、精益求精、开拓创新。通过科学化的管理、人性化的服务、创造性的工作，塑造优秀的护理服务品牌。

四、保持良好的身心状态

作为一名优秀的护士，除要有丰富的护理知识和娴熟的护理技术外，还要有健康的身体和成熟的心理。一要有昂扬的精神状态。始终保持精力充沛、精神集中、胸怀豁达、心情乐观，以积极向上的心态影响和鼓励病人；二要有饱满的工作热情。只有有了饱满的工作热情，才能爱岗敬业，积极主动工作，在平凡的护理工作中实现自身的价值和体会工作的乐趣；三要有高尚的人文关怀精神。护理工作的多面性要求大家要善于保持和谐的人际关系，以尊敬、信任、友爱、宽容、理解的积极态度对待病人、家属、同事，创造团结协作、融洽和谐的工作氛围，为自己、为科室、为医院营造一个良好的社会支持系统；四要有快乐的工作状态。工作要有张有弛、劳逸适度，越是工作忙、节奏快、标准高、压力大，越要注意培养广泛的兴趣和爱好，在提高承受压力能力的同时，培养良好的身心素质。

五、营造和谐的护患关系

一个多世纪以来，南丁格尔精神一直鼓舞、激励着广大护理人员选择神圣的护理事业并为之奋斗。今天，我们仍要继承和发扬护理前辈的优秀品格和崇高精神，牢记宗旨，恪守誓言，以诚挚的爱心、聪慧的才智和崭新的形象，全身心地投入到为病人服务中。坚持以人为本、护患和谐，畅通沟通渠道，融洽护患关系，真正倾听患者疾苦，呵护患者身心，增进彼此的交流、理解和信任，使自己成为患者疾病的克治者、生活的服务者、心理的依赖者、精神的寄托者、情感的交流者和健康的守卫者，努力实现一名白衣天使的人生价值，也为医院的发展建设增添和谐的音符。

六、创建多彩的业余生活

护理工作者工作忙、节奏快，工作和生活压力大。希望大家放松身心、放开胸怀、放下工作，丰富自己多彩的业余生活。

也要求医院工会、团委和护理部多组织好、引导好大家的业余生活。通过我们的共同努力，让每个人都有一个丰富多彩的人生。

同志们，我院当前正处于一个重要的历史发展期。希望全体护理人员大力发扬燃烧自己、照亮别人的南丁格尔精神，践行仁爱、精诚、和谐、卓越的院训，以人为本、求实创新，以高质量的护理技术和博爱无私的奉献精神，为病人提供安全、优质、满意的服务；希望全院干部职工携起手来，同心同德，齐心协力，为把我院尽早建成现代化强院而努力奋斗！

最后，祝大家工作顺利，身体健康，节日快乐！

谢谢大家！

健体之星演讲稿篇六

大家上午好，我是__号选手严岩，生活是精彩的，生活是变幻的，它用这样一种方式迷惑了我们的双眼，使人感到迷茫。尽管如此，仍旧有些人，他们能够执着于信念，拨开层层迷雾，十几年如一日地为了一件事情而奋斗着，这便是平凡人的伟大！

就有这样一位平凡而又伟大的人，她叫李泽英，是我们今天故事的主人公，她来自一个普通的贵州山村。大家都知道，贵州山区众多，很多地方教育文化落后，所以16岁的时候，李泽英就放弃了学业，只身一人来到贵阳打工，最终，她在一户卓姓人家找到了一份保姆的工作，有了这份工作之后，当时还是小姑娘的李泽英对未来充满了希望，她每天想着的就是踏踏实实工作，努力挣钱，改善自己和家人的生活。然而，她并不知道，这份工作将改变她的一生！李泽英在卓阿姨家里的工作主要是照顾两个婴儿，这两个婴儿并不是卓家的，而是卓阿姨在医院领养的两个弃婴，两个小姐妹由于开始没人照料，所以身体都不太好，在主人和李泽英的精心照顾下，

她们逐渐健康成长。

什么脏活累活她都不在意，只为了自己的那一个信念!!!那一年，她22岁!!!生活的重担并没有压垮她，反而她却更加伟大，就是这样她一个人挺了过来!身边的人慢慢地发现了这位姑娘，大家也被她所感动，正所谓“爱出者爱返，福往者福来”，社会四面八方向她伸出了援助之手，在李泽英和好心人的共同努力下，两个小姐妹茁壮成长，顺利完成学业。很多时候，姐妹俩想改口叫李泽英妈妈，可李泽英坚决不同意，在她的心里，仍在等待着卓阿姨的归来，那才是她心目中的一家团圆。

如今的李泽英，已经三十多岁了，李泽英仍然坚守着她的诺言，用她的汗水和勤劳浇灌着这个温馨的家庭。她经常说：“我就是个到城里来打工的农村人，自己做的事情也就这样，却得到了这么多好心人的帮忙，我很感激，很知足!”就是这样一个农村姑娘，只有小学文化，她说不出“大爱无疆、一诺千金”之类的话语，她让我们感受到的是一种源于我们传统文化、深深扎根于我们民族血液中的坚毅!那是从艰难中磨砺锻淬出的对生活的勇气与热爱!回想我们，农商事业任重而道远，必定会有坎坷，但哪怕荆棘丛生有如何，怀揣着这份对农商事业的热爱与执着，新时代的农商人必定披荆斩棘，登上一个又一个新的高峰!!!作为中国历史最悠久的近代金融机构之一，江苏农商兴衰、沉浮的演绎历程和发展轨迹本身就是一部生动的金融史。

我们每一个农商人都渴望尽自己的一份力为江苏农商这部鸿篇巨制续写一页又一页浓墨重彩的新篇章。回首过去，光荣与艰辛同在;展望未来，机遇与挑战并存。雄关漫道真如铁，而今迈步从头跃，我们农商人将铭记发展历程的艰辛与辉煌，以开拓创新的精神，谱写新的历史篇章。

健体之星演讲稿篇七

本文目录

1. 道德模范演讲稿
2. 小学生道德模范评选学习心得演讲稿
3. 学习道德模范精彩演讲稿

大家好！今天我要讲的题目是“文明天使促人间和谐”。

走向事业辉煌，开创成功关键的关键，是品德高尚的情操。代表民族未来的我们，需要学习继承的东西有很多很多，然而最基本的问题是，我们究竟要以什么样的精神风貌，什么样的道德水准，去接过人类文明的接力棒。

每个人都是只有一只翅膀的天使，只有相互拥抱，才能展翅翱翔！在这个社会上，只有互相帮助，才会有进步的希望！

我步入高中以来的几个月中，记忆最深刻的，是那个星期天。

比我小两岁的弟弟要去新疆当兵，三年不能回来，要在北京办完手续后，马上离开。姐弟情深，他在周六晚上，独自连夜坐车赶来，连家也没有回。只是因为星期天我们有短暂的外出时间，我能陪他走一段路去车站。迫不及待地排队走出校门，看见满脸汗水，红着眼圈的弟弟，我再也忍不住，泪水肆虐地流淌。因为连日奔忙而变得憔悴消瘦的弟弟，勉强笑了笑，沙哑着嗓子说：“姐，你送送我吧！”我擦去泪，却哽咽地说不出一句话，点了点头。弟弟可是我最亲爱的亲人啊！

正当我叮嘱他在异乡要注意身体时，路旁一个蜷缩的身影映入眼帘。走近一看，是一个不认识的学生，她的痉挛又犯了。这里最近的医院就是我们学校的医务室。看看她痛苦得扭曲的面孔，再看看弟弟，当时我十分犹豫，但没有抉择的时

间，也不允许抉择。我弯下身去，扶起那位同学。弟弟惊愕地看着我。我不敢抬头正视。转身的那刻，我看到他凄凉，伤心，甚至怨恨的目光，他又红了眼圈。

走向相反的方向，分手却没有话别。泪水朦胧了双眼，我没有回头。把同学送到医务室，我转身狂奔回那个路口。当我再次站在那个位置，头脑一片空白。三年啊！

我好想，想和弟弟在一起的短暂时光；我好恨，恨自己没有再快一点，哪怕再看一眼弟弟的背影；我好痛，好苦，好累，但惟独，没有悔。因为，没有理由。

亲爱的弟弟啊，姐的宝贝，不要怨恨我。姐只能在心里默默的祝你一路顺风了。正如你去当兵一样，其他人，社会也需要我啊！

一个学校的学生具有良好的文明行为习惯，才能构建出优良的学习环境，创造出优良的学习成绩。在这个时期的所作所为，将潜移默化地影响到我们自身的心理素质，而文明的行为就在帮助我们提高自身的心理素质，同时也完善了自身的道德品质。如果我们不在此时抓好自身的道德素质建设，那我们纵然有了丰富的科学文化知识，于人，于己，于社会又有何用呢？所以我们应该先成人，后成材，不要做一部单纯掌握知识技能的机器，而要成为一个和谐发展的人。

一起行动吧！如果说少数人的奉献泄露的是人性最纯最美的光点，那么，集体的共同的奉献则如银色的梨花开满了我们头顶的天空！

相信吧，每个人都可以成为充满爱心的天使！在这严寒冷酷的冬日，让爱来催放五颜六色的芬芳，让爱滋润焦灼干渴的心田。在希望的原野，我们共同祝愿：让世界充满爱！让世界更加和谐！

我的演讲到此结束，谢谢大家！

道德模范演讲稿（2） | 返回目录

尊敬的各位领导、老师、同学们：

下午好！

今天我发言的题目是《做一片美的叶子》。如果把我们伟大的祖国比作一片茂密的森林的话，我们学校就是其中的一棵参天大树，每个学生就是这棵树上的一片叶子。做一片美的叶子，是我们共同的追求。

为了充分发挥道德模范的榜样作用，在全省进一步形成“知荣辱、讲文明、树新风、促和谐”的社会风尚，江苏省文明办、省总工会、团省委、省妇联、新华日报社、省广播电视总台决定在全省开展江苏省道德模范评选表彰活动，共确定了助人为乐模范、见义勇为模范、诚实守信模范、敬业奉献模范和孝老爱亲模范五个方面30名省道德模范候选人。

南通汽运实业集团有限公司如东分公司驾驶员葛纪军在出车途中，多次不畏险情，勇斗歹徒，维护了社会正义，保证了旅客安全，光荣成为省见义勇为模范候选人。南通市第三人民医院院长、党委书记王陆军领衔创建了全国首家由政府命名的“无红包医院”，并坚守了xx年，一诺千金，当之无愧地成为省诚实守信模范候选人……翻看着他们的事迹，心中的敬意油然而生。我不由想起了海尔集团总裁张瑞敏的一句话：“什么是不简单？把每一件简单的事做好就是不简单；什么是不平凡？能把每一件平凡的事做好就是不平凡。”朴实的话语，却蕴含着深刻的哲理，耐人寻味。

作为一名小学生，我们首先应该学会的是做人，做一个能把每一件简单、平凡的事情做好的人。热爱祖国，我们就要从热爱家乡、学校、班级、家庭做起；服务人民，我们要从服

务父母、老师、同学和长辈做起；崇高科学，我们要从刻苦努力学习、发愤成才做起；辛勤劳动，我们要从主动做家务事，积极打扫学校、班级卫生做起；团结互助，我们要从学会合作，学会相处，关心同学，乐于助人做起；诚实守信，我们要从不撒谎不骗人，不弄虚作假，说话算数做起；遵纪守法，我们要从遵守校纪班规做起；艰苦奋斗，我们要从勤俭节约，不同他人攀比，珍惜每一分钱、每一粒粮食、每一滴水、每一张纸做起。“勿以恶小而为之，勿以善小而不为。”同学们，当我们自觉萌发出想做一片美的叶子的信念时，当我们每个人都能从身边的小事做起，从自己做起，做一个文明人时，我想：和谐社会、和谐校园一定会张开双臂拥抱我们。

最后，我用珍妮·古道尔博士的一句话和大家一起共勉：“每一个人都很重要；每一件小事都能带来变化；每一个变化都能发挥作用。”衷心祝愿大家都能成为一片美的叶子！

道德模范演讲稿（3） | 返回目录

老师们、同学们：

大家好！

我今天讲话的主题是：播撒现代文明构建和谐社会

中国是一个有着五千年历史的文明古国，中华民族素来是一个温文尔雅，落落大方，见义勇为，谦恭礼让的文明礼仪之邦。华夏儿女的举手投足、音容笑貌，无不体现一个人的气质与素养。荀子云：“不学礼无以立，人无礼则不生，事无礼则不成，国无礼则不宁。”文明礼仪是我们学习、生活的根基，是我们健康成长的臂膀。

我国教育家陶行知先生有一句名言：“千教万教教人求真，千学万学学做真人。”说的就是教师首先要教育学生要做一个

真诚的人，而学生的学习也应该首先学做人，学做文明之人，学做社会中人，只有这样，我们才能真正做到“爱国守法，明礼诚信，团结友善，勤俭自强，敬业奉献”。

外国人到我们这儿来捡垃圾的事儿并非头一遭：在咱们的城市街头、园林景区以及长城上，都留下过外国人捡拾垃圾的身影。他们或是一人或是数人乃至数十人，为我们的环境保护充当“义工”。而我们国人乱扔垃圾，却成了自然，因此即便到外地旅游，也照样与陋习一路同行。前不久香港迪士尼乐园开幕，在迎客首日，内地游客在乐园的非吸烟区肆无忌惮吸烟，横躺座椅、胡乱吐痰、随意插队，种种陋习给迪士尼乐园留下了一曲不和谐的音符。再比如到国外旅游，中国游客大声喧哗，不排队，不遵守公共秩序，没有良好卫生习惯等在国内已见怪不怪的陋习，在外国背景的反差下更凸现得淋漓尽致。

作为中国人，我们在对外宾捡垃圾的行为表达敬意的同时，也更应该为自己的行为感到惭愧。中国有让我们引以为骄傲的秀丽风光，更有“礼仪之邦”的美称。然而秀丽风光今天仍在，美好礼仪却被一些国人丢得差不多了。

再来看看我们的孩子们吧。在优越的物质生活条件下生长起来的独生子女，在文明礼仪方面也存在着诸多的不文明的言行：在家庭中，长辈们重智力学习轻德育教育，认为孩子只要学习好就行了，忽略了对孩子文明礼仪的教育，导致了他们对家人冷漠自私，一切以自我为中心，不与父母沟通，不理解家长的辛苦，不珍惜家长的钱财，不分担家庭的劳动，一味索取不知奉献；在学校里，不听从老师的教诲，说一些时髦的脏话，穿一些奇特的衣服，留着时尚的发型；不知道认真学习，在校园内大声喧哗，乱扔垃圾。这些行为直接影响同学们的健康成长，也影响了学校的形象。孔子云“己所不欲，勿施于人”。文明礼仪时刻提醒我们周围还有别人的存在，我们的行为会相互影响，人与人之间应该建立一种现代化的文明和谐的人际关系！

其实，要想成为一名“讲文明，树新风”的时代青年并不是一件很困难的事情。只要我们从身边做起，从小事做起，就能养成良好的行为习惯。

还记得中央电视台的一个公益广告吗？一个晨练的青年，一边跑步锻炼身体，一边帮孩子拿下了不小心扔到了树上的篮球，还把路边的垃圾扔到了垃圾箱，还还帮助一位费力上坡的三轮车老人推车，早晨跑了一路，好事做了一路，快乐了别人也满意了自己。

还有，10月25日，由新华网等单位举办的首届“中国十大民间环保杰出人物”评选结果揭晓。当选者中有一个很特别的女孩。说她“特别”是因为她是当选者中年龄最小的一位，今年只有15岁；说她“特别”是因为她是一个只有两个手指的女孩；说她特别是因为她用仅有的两个小手指，从10岁到15岁的5年时间里，利用业余时间捡了6000多枚废旧电池。她就是潘娜威，营口的一个中学生，是她以自己真诚的环保行为为辽宁争得了惟一的“十杰”称号。

还有美国汽车公司的巨头——福特公司，它的总裁福特大学毕业后，去一家汽车公司应聘。和他一同应聘的三四个人都比他学历高，当前几个人面试之后，他觉得自己没希望了。但既来之，则安之。他敲门走进了董事长办公室，一进门，他发现地上有一张废纸，便弯腰捡了起来，并顺手扔进了纸篓里。然后才走到董事长的办公桌前，说：“我是来应聘的福特。”董事长说：“很好，很好！福特先生，你已被我们录用了。”福特惊讶地说：“董事长，我觉得前几位都比我好，你怎么把我录用了？”董事长说：“福特先生，前面三位的确学历比你高，且仪表堂堂，但是他们眼睛只能“看见”大事，而看不见小事。你的眼睛不仅看见了小事，而且你的文明行为给我们留下了深刻的印象。”福特就这样进了这家公司，并成为了总裁，而且使美国汽车产业在世界占居鳌头。

所以，同学们清除陋习需要我们要从小事做起，从身边做起。讲文明语言，做文明学生，平时不讲粗话、脏话；遵守校规校纪，不旷课、不迟到早退、不打架斗殴、不随地吐痰、不随地吐口香糖、不乱扔垃圾；仪表整洁大方，在校期间不化浓妆、不配戴首饰、不穿奇装异服；尊敬师长，见了老师主动问好；团结同学，互帮互助；爱护花草树木、公共设施，不在桌椅上乱涂乱画；不进网吧，提倡文明上网，科学上网；不看不健康的书籍和录像；生活俭朴，不比吃穿，不浪费粮食。在家尊敬长辈，孝敬父母，体谅父母工作辛苦，生活节俭。

同学们，让我们全校上下，携起手来，让文明礼仪之花开满校园的每个角落，为把我校建设成为一流的现代化名校而不懈努力吧！