

最新感恩的心演讲稿高中 高一演讲稿感恩父母(优质5篇)

演讲稿是一种实用性比较强的文稿，是为演讲准备的书面材料。在现在的社会生活中，用到演讲稿的地方越来越多。我们想要好好写一篇演讲稿，可是却无从下手吗？以下我给大家整理了一些优质的演讲稿模板范文，希望对大家能够有所帮助。

感恩的心演讲稿高中篇一

各位同学，各位老师：

大家好！今天我演讲的题目是感恩父母。同学们，我们从哪里来？听到这个问题，大家肯定都会说，是父母把我们带到世界上来的。是啊，十多年前的某一天，我们的父母用泪水和幸福的笑容迎接了我们的到来。但当我们来到世上的那一刻起，父母们却多了一项繁重的工作——照顾我们。

尽管这是一种沉重的负担，但父母们却毫无怨言地抚养我长大。为了给我们一个舒适的生活环境，他们总是那么辛苦，那么努力。小的时候，我总把这当作天经地义，因为我不知道，也不知道父母的辛苦。现在，我长大了，我知道该怀着一颗感恩之心去体谅父母，应该担当起，照顾、孝敬父母的责任。古语说：“羊有跪乳之恩，鸦有反哺之义。”我们一点一滴的成长都离不开父母的帮助，滴水之恩当涌泉相报，因此，我们应该懂得感恩，懂得感谢父母。我们第一次喊爸爸妈妈的时候，第一次独立迈开一步的时候，第一次歪歪扭扭地写出一个字的时候是父母在身边耐心地教导我们。父母，是上苍赐予我们不需要任何修饰的心灵的寄托。当我们遇到困难，能倾注所有一切来帮助我们的人，是父母。当我们受到委屈，能耐心听我们哭诉的人，是父母。当我们犯错误时，

能毫不犹豫地原谅我们的人，是父母。当我们取得成功，会衷心为我们庆祝，与我们分享喜悦的，是父母。而现在我们远在外地学习，依然牵挂着我们还是父母。

都好，不要太过挂念。”母亲时时刻刻想念着我，记挂着我的饮食起居，询问着在远方的我是否还习惯异乡的生活，时时的嘱咐着我要保重身体，母亲的声声关爱，又怎让我不挂念家人呢？电话里父亲的声音有些沙哑，老实的父亲不会说太多的话，电话里的他总是问我“吃饭了没有，有没有生活费，要吃的好一点，？”但是我心里清楚地知道，父亲用他的勤劳养育着他的孩子，用他的质朴的性格教育着他的孩子，父亲为他的孩子而感到骄傲。不善言辞的他把他满腔的爱融进了向别人讲自己孩子时的那一脸灿烂的笑里。我们家在农村，抚养我和哥哥很不容易，更何况要送我们都读书。面对巨额的学费，父母咬牙坚持着，任生活的重担把他们的肩膀压弯，毫无怨言。现在，我们都在外面学习或是工作，守着空空的房子，接电话就成了父母最快乐的事了。我们一个个打电话回去，父母乐滋滋地告诉其他几个的情况。我想，那也许是他们最幸福的时刻。虽然远在他乡，离父母何止十万八千里，但是父母给的关爱还无时无刻的在我的身边围绕着，父母给我的无穷力量鼓励着我度过一个又一个寂寞时刻，他们始终是我精神的支柱。生活并非想象中那样完美，父母的辛勤是我们无法体会的，我们虽不能与父母分担生活的艰辛、创业的艰难，但在生活上可以少让父母为自己操心。当父母生病时，我们是否应担起责任，照顾父母？要知道，哪怕一句关心的话语，哪怕一碗自己做好的方便面，都会慰藉父母曾为我们百般焦虑的心。

感恩父母，并不难做到。我们也许会记得感谢长途路上给我们一碗水喝的大婶，也许会记得感谢给我们让座的大哥哥，也许会记得感谢辛勤培育我们的老师是的，他们当然是我们要感谢的，可同时，我们更不应该忘记，父母，永远是我们最值得感谢的人！

我们能生活在这么美好、这么有趣的世界里。这都是因为我们的父母给予了我们生命，他们教会了我们怎样走路、怎样说话、交谈，是他们教会了我们人生中的每一个第一，也是他们含辛茹苦地把我们养育成人。如果没有我们亲爱的父母，就没有我们。

小时候，我总把这当作天经地义，因为我不了解，也不知道他们的辛苦。现在，我长大了，我知道该怀着一颗感恩之心去体谅感恩，应该担当起，照顾、孝敬父母的责任。记得在我小时候，一个风雨交加的夜晚，我感到四肢无力，浑身难受，于是，我叫醒了妈妈，妈妈把手放在我的头上，发现我感冒了，她像热锅上的蚂蚁团团转，急忙叫起爸爸穿好衣服背着我到楼下打了一辆taxi从医院回来，街上已经没有行人了，我家住的那幢高楼的灯都熄灭了，楼道里黑糊糊的。爸爸背着我，摸索着楼梯扶手，一步一步地登上楼，我趴在爸爸的背上，清楚的听见爸爸呼吸越来越急促，感觉到他的后背上汗水越来越多。回到家，父母便忙上忙下，照顾我，我的心头好一阵感动，仿佛有一股蜜涌上心头……就在上个星期五——我的生日，我首先感谢了我的父母，为了感谢他们，我给父母洗脚，当我看见父母为我整日东奔西跑而长了茧的脚时，我被震撼了，我真感谢老天，让我投生在父母的膝下，如果没有父母最博大，最无私的爱，倾具所有的真爱，所有的情感来灌注，丝毫不顾及自己的劳苦和艰辛，起早摸黑的养育。

用一颗感恩的心去对待父母，用一颗真诚的心去与父母交流，不要再认为感恩是理所当然帮我们做任何事情的，他们把我们带到这美丽的世界，已经是足够的伟大，且将我们养育成人，不求回报，默默的为我们付出，我们就别再一味地索求他们的付出，而是感谢父母给予的一点点滴。

亲爱的老师、同学们大家好！我是来自高一十三班的蒋德权，我今天演讲的主题是：

学会感恩——感恩父母

在人生的长河中，我们应学会感恩，感恩父母，感恩亲人，感恩老师，感恩朋友，我们最应感恩的是那生我们养我们的父母啊！

父母是我们的第一任老师，从我们蹒跚学步到咿呀学语，他们在我们身边，与我们同行。时代变迁，岁月涌流，如今的我们也许早就烦透了父母为你所做的一切。同学们，要记住，父母永远是爱你的，永远都是！让我们感恩父母吧！

同学们，当你们放学回家饥饿时，一进门发现妈妈已为你准备好一桌可口的饭菜；当你在遇到一个学习上的问题抓耳挠腮，百思不得其解时，父亲精妙的点拨让你豁然醒悟，面对这些司空见惯的小事，你在意过吗？你动心过吗？我们为何不感恩父母呢？父母为我们付出的太多太多了，当你犯错时父母的包容，当你进步时，父母的鼓励，当你生病时父母的关爱等等，父母的爱时时刻刻都围绕在我们身边，让我们感恩父母吧！

你和你的父母成为父子，成为母子就是一种缘分，一种上天注定的缘分。那是前生的遗憾，今生来弥补，既然是缘分为什么我们不好好去珍惜，而去破坏。我们要去感恩，学会感恩，感恩父母。感恩他们为我们所做的一切，感恩他们批评我们，教育我们，是他们教会我们为人处世；感恩他们的鼓励，是他们的鼓励让我们勇往直前；是他们为我们撑起一片晴朗的天空，让我们淋浴温暖的阳光！让我们感恩父母吧！

感恩父母应该从生活中的一点一滴做起，体现在生活中的每一个细节，更多的时候我们还不懂事，或许在应该表达感激的时候我们忘记了表达，或许我们还缺乏一种感恩的意识，你可知道我们做的每一件小事都会让他们感动不已。

当父母下班回家劳累时，你为他们冲的一杯热茶，递的一块

毛巾，打的一盆洗脚水；在父亲节、母亲节对他们说一句“我爱你”，简单的三个字，已流露出你的感情，已表达了你对他们的感激了，他们会心满意足的。

“孝”是中国的传统美德，感恩父母不正是孝敬父母的一种表现吗？其实对父母感恩并不难，只要你试着做，你就一定能做到，让我们感恩父母吧！“感恩的心，感谢有你，伴我一生，让我有勇气做我自己；感恩的心，感谢命运，花开花落，我一样会珍惜”熟悉的旋律在耳边响起，饱含真情的歌词唤起了热情的力量。是啊！感恩的人生是幸福的人生，感恩的心灵是丰盈的宝藏，感恩父母是我们应该做的，无需多言，只看你自己的行动吧！感恩给你生命的人吧！因为他们使你体验生活。

感恩抚养你的人吧！因为他们使你健康成长。

感恩帮助你的人吧！因为他们让你度过难关。

感恩关怀你的人吧！因为他们给了你温暖。

感恩，这么多感恩结合在一起，就是要感恩父母。

同学们！感恩节就要到了，让我们一起对全天下的父母说一声“爸爸妈妈你们辛苦了，我爱你们”。

同学们！让我们一起感恩父母吧！

谢谢大家！

感恩的心演讲稿高中篇二

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

我是高一（32）的xx□我们演讲的题目是《感恩父母》。

假如这个世界没有阳光、水源、没有父母，没有亲情友情和爱情，那么会变成什么样子呢？

没有阳光，就没有温暖；没有水源，就没有生命；没有父母，当然就没有我们；这些道理都很浅显，但是生活中，我们在理所应当的享有着这些的时候，却常常少了一颗感恩的心。

面对父母无微不至的照顾，我们是否想到过要感恩呢？我们又对父母了解多少呢？我们可以记住一位明星的生日、身高、爱好。却从未关心过我们的父母，父母的生日我们记得吗？在父母生日的时候我们又是怎么做的呢？父母有什么爱好，我们知道吗？父母的一生可能是平凡的，平凡的让我们无法在别人面前谈起；父母的一生可能是清贫的，清贫的让我们不愿在众人面前提起。父母的一生可能是普通的，普通的就像随处可见的鹅卵石。可是，这就是双亲，这就是我们的父母。这就是从未放弃我们的父母。是我们遇到困难，能倾注所有一切来帮助我们的人；是我们受到委屈，能耐心听我们哭诉的人；是我们犯错误时，能毫不犹豫地原谅我们的人；是我们取得成功，会衷心为我们庆祝，与我们分享喜悦的人；是现在我们远在外地学习，依然牵挂着我们的人。

父母也曾年轻过！经历过我们正在经历着的光阴和故事。所以，不是他们不懂，只是为了让我们少走点弯路，少吃一些当年吃过的苦。没有什么事情是理所当然的，我们应该怀揣一颗感恩的心，感恩为我们做了近2万顿饭的父母；感恩为了我们青春不在的父母；感恩一切为我们的父母！

也许你会说，感恩，怎么感恩？现在我还没有能力去感恩，长大再说吧。长大，还有多久才算长大？父母还能等我们多少年？树欲静而风不止，子欲养而亲不待。其实，感恩并不难。只要我们能够理解父母，当父母跟我们说话时，我们能看着他们而不是老盯着电视、手机的屏幕；父母关心我们时，

能跟着答应而不是一味的顶撞；父母身体不舒服时，我们能够递上一杯水而不是继续劳累父母……这些简单的小事就是感恩。可我们连这些都做不到……。我们总是说着“我还小”、“我处于叛逆期”这样的话，做着最不应该做的事情，伤害着我们最不该伤害的人。

我们心中都明白，这个世界上最爱我们的人是父母。但是，我们总不喜欢把“爱”挂在嘴边，我们羞于表达心中的爱。但我们却无时无刻不享受着爱与被爱的幸福。亲爱的同学们，今天就让我们给自己一个机会，一个表达爱的机会，大声地对父母说出我们的爱吧！让我们一起对父母说一声：“爸爸，妈妈，我爱你们！”

从今天开始，从现在开始，让我们行动起来，懂得知恩图报，学会感恩父母。幸福快乐就会时刻陪伴在你我身边。

感恩的心演讲稿高中篇三

感恩，是我们生活中永恒的话题。学会感恩，学会热爱生活。我们将会感受到更多快乐。下面是本站小编为你整理的几篇高一感恩自己演讲稿800字，希望能帮到你哟。

大家好！

我今天演讲的题目是“感恩自己”。

我很荣幸，在这个世界上，我能以人这样的高智商生物为载体，来绽放生命的火花。我要感恩人这一称号，感恩我自己。

在躯体上，我已经成为了一个半成年的人了。但在精神上，还不能配得上称作一个人。我曾以“活到老，吃到老，玩到老”为最大的愿望。可想来这和禽兽又有什么分别，猪之所为不也是如此吗？猪生在世，无非就是吃、睡二字，有时在地上滚两圈也算作是玩了。它们还能给人类提供自己的身体为

食物。而像我这样的人，却只能消耗食物。这样一看，我连猪都不如，对不起肩上顶着的所谓高智商脑袋。一生只追求最低级动物都能做的本能之事，那人生还有什么意思？不如就此了结算了。

我觉得我是真的对不起自己这颗人头、对不起人这一称号了。我应该要为成为地球上最高级的一类生物而感恩，感恩我自己啊。怎么能够反而沉沦自己、荒废自己呢？所谓能力越大，责任越大。地球文明的进步，都是由人类这一物种推动的。作为一个人，我早晚都要扛上这个担子。因为我不愿成为一个只会消耗资源、制造垃圾的废物。我要用自己的能力来推动文明的进步，这才是对自己的感恩啊。

人生在世，最重要的不是钱，也不是权，最重要的是做那么几件真正有价值的事，让后人都能得益于你的贡献，不白走一遭。这才是对自己最好的回馈！

谢谢大家！

同学们，老师们：

大家好！

我今天演讲的题目是“给自己的感恩”。

感恩，很多人都懂得感恩，我们感恩生活，感恩父母……却忘了，我们应该感谢自己。

我们感谢自己，因为这么多年来都努力撑过。

我们感谢自己，因为在挫折面前我们自己站起来。

我们感谢自己，因为无论怎样我们都对自己不离不弃。

从诞生到现在，我们自己成长。从幼时的懵懂无知到现在的

学识满腹，从幼时的依赖到现在的自立，我们靠自己的努力，一点一滴、一步一脚地走。

春天，我们自己挣扎着起床，不论怎样也要回校上课；夏天，我们自己顶着炽热的太阳，满身汗水也不顾；秋天，我们自己踏着满地的落叶，上学求知；冬天，我们自己冒着扑脸的寒风，全身哆嗦着也不怕。

为了学习，自己是多么努力！难道不值得感谢自己吗？

生活和学习上，就算多努力也不免会有误会和责骂：

出了错的时候，被别人诬赖，只有我们自己知道自己的清白，“我没有做错。”

生活上，我们自己学会独立，因为我们深知，学会自立自理才能够生存、立足。

于是，我们从小小的事情开始学起，自己穿衣服，自己吃饭，自己洗衣服，自己做饭……就算冬天的冷水和菜刀的锋利，我们也毫无惧色。

为了生活，自己是多么努力！难道不值得感谢自己吗？

现在，将来，我们都要感谢自己。

我们自己的明天，是自己创造的，自己为自己铺路、美化四周，最后自己走过。

我们长大了，现在、将来的一切一切都是要靠自己去完成的。人生中，没有人能够帮助自己一辈子，能办得到的就只有自己，从出生那一刻就已经注定，我们跟自己苦笑与共，我们跟自己共处到老。每件事都是自己完成的，人生的难事易事，流过的汗水只有自己知道，真是辛苦自己了。当我们的辛苦

换来价值的时候，最最开心的莫过于自己。学习事业有起有落，当跌入谷底的时候，我们自己在自己的支持下，帮助下，和自己以外的人的鼓励下，我们不是自己站起来了吗？一生还有很长很长，品味一生的是我们自己，我发现，我们自己为自己做的事，太多太多了。

所以我们自己相信自己，自己支持自己，自己感谢自己。

谢谢大家！

同学们，老师们：

大家好！

我今天演讲的题目是“感恩自己”。

生命伊始，我们在襁褓中微微睁开眼，打量着眼前陌生的世界。一声响亮的啼哭预示着我们探索之路的开始，成长之路崎岖而漫长，等待着我们向未知的前方迈出一步又一步。

我们不断成长，从最初只能在摇篮中伸展拳脚到可以在绿茵场上任意奔跑；从咿咿呀呀含糊着张嘴到能够流利地讲出大段优美的话；从目不识丁到可以自主地阅读丛书；从幼稚的整天哭闹到可以理智的分析现状。从不会到会，从无到有，我们不断经历着这样的过程，而途中少不了他人给予的帮助。“滴水之恩当涌泉相报”，这样的古训比比皆是。我们也被千遍万变的这样教导：感恩父母，感恩社会，感恩大自然。可在我印象中，鲜有人提及“感恩自己”，而不可以否认的，我们自己才是各自成长中最大的功臣。

我们也经常感恩自己。成功堆起积木后高兴地拍手；顺利做出一道难题后会心的微笑；辛苦工作后一顿鲜香可口的大餐。这些都是我们在表达对自己的用心而取得成果的感恩，可大多数人都只把这看作对自己的嘉奖，而非感恩。

人的生命旅程有短有长，我们一步步走到了现在，正是因为自己坚持不懈一直在前进，从未后退。虽然他人给予的帮助必不可少，有些甚至起了很大的作用，但自己那颗向上的心和那股子拼劲，才是领着我们一直走下去的源源不断的动力。

感恩他人是自古以来优秀的传统美德，我们自然要牢记于心。而感恩自己，并不是说给自己送礼，犒劳自己，而是对自己做过的好的事予以肯定。对过去的自己心怀感恩，才会对现在的自己有清晰的认识，对以后的自己有更高更好的期待。

感恩自己，不是教人如何自负，如何只把自己放在眼里，无视他人。而是教人更加明晰的看清自己，这样才能更好的完善自己。

感恩自己，相信自己，对自己有信念，告诉自己：我可以！

俗话说，爱人爱己。只有爱自己的人才会爱护他人。同样的，只有懂得感恩自己的人，才会更好地诠释什么叫感恩他人。

人人胸怀感恩之心，行走在大善大美的世界里。

谢谢大家！

感恩的心演讲稿高中篇四

尊敬的老师，亲爱的. 同学们：

大家好！

株洲的谭香玲和她的姐姐用行动诠释了它的含义。在株洲的向阳广场，你也许会看到两位女儿扶着一位老人在散步，而老人的身上，用针线绣上了名字和电话，老人名叫许淑兰，今年86岁。扶着她的是她的两个女儿。小女儿谭香玲说，父

亲40多岁就去世了，是母亲将四姐妹一手拉扯大的，现在母亲年事已高，患有老年痴呆症，一不小心就容易走失，所以才在衣服上绣上电话号码，甚至有的鞋子上也绣上了电话号码。尽管绣上去很费事，因为每绣一件大概要花半个小时，但谭香玲很乐意做，她觉得一针一线都是女儿们对母亲的丝丝牵挂。

而现在，很多同学在出生时便受到父母的百般疼爱，过着衣来伸手、饭来张口的生活。长大后，便养成了好逸恶劳的习惯。而“啃老族”就是现实生活中的常见人群。他们不愿自食其力，一味着花着父母的钱，并且还将“啃老”视为理所当然，他们没有孝顺父母的意识，反而还让父母“孝顺”自己。

今年29岁的徐青便是“啃老族”中的一员。他大学毕业后，父亲便把他安排到了自己老同学的公司上班，但工作三个月后，徐青说工作没有意思，干脆辞职不干了。他每天在家里好吃懒做，还毫不知羞地对父母说：“你们有义务养我！”刚开始时，父母还耐心地教导儿子，但他不听，后来就发展到斥责儿子，最后父母和儿子竟升级到大打出手，随后徐先生将儿子告到法庭，要求儿子搬出家里，但徐青不仅百般阻挠还对父母吼叫道：“你们就是想逼死我，我让你们断子绝孙！”。

社会上像徐青这样的人还有很多，他们的行为定会遭到人们的严厉批评和指责，而他们也走向了人生的悲剧。

感恩的心演讲稿高中篇五

亲爱的老师，同学们：

大家好，今天我要演讲的题目是《感谢自己》。

一个人必须要学会感恩，懂得感恩的人就懂得珍惜，懂得知

足，懂得回报，懂得谦虚。

我感恩父母，感恩朋友，感恩老师，感恩所有帮过自己的人。但我最感谢我自己。

感恩自己生得不够俊俏。避免了别人的注意，同时也避免了麻烦的产生。让自己拥有安宁、舒适的生活。

感恩自己长得壮。这样就不用害怕会被别人欺负，也不会有人想找麻烦。让自己拥有安定的日子。

感恩自己有一头又黑又顺的头发。得到了别人的赞赏，还可以让我肆意地玩弄。让自己拥有快乐。

感恩自己有一双大而有神的眼睛和两道浓浓的眉毛。让我在相貌方面拥有唯一的自信。

感恩自己有一双勤劳的手。可以干很多的活，做很多工作，帮助很多人。

感恩自己有一张伶俐的嘴。凡事都可以为自己辩护，遇到不公平的事可以帮别人争辩。让自己不会吃亏。

感恩自己的性格坚强。每一次受伤，无论是心伤还是身伤，都不会流下一滴眼泪。忍着泪，面对一切伤害，一切痛苦，一切失败。

还感恩自己有一颗善良、勤奋的心。在生活上，大家都满意我的为人，愿意与我成为朋友；在学习上，勤奋的心让我取得优异的成绩，同时也得到了老师同学们的赞赏。让我的每一天都过得精彩。

最感恩自己那坚持不懈的信念。在这坎坷不平的人生道路上，勇往直前，永不放弃，挥洒下灿烂辉煌。每坚定地走一步，

都是在为自己的未来铺下基石，创造出一个个不同而精彩的明天。

对自己说声谢谢吧。

谢谢大家！