# 5分钟演讲稿范文(热门15篇)

来源：网络 作者：翠竹清韵 更新时间：2024-04-08

*5分钟演讲稿范文1敬爱的老师，亲爱的同学：周末一向在网上忙事情，几乎没什么时间去看书。只能在晚上挤时间做作业。回想起小时候教师总说的那句话：“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。”此刻是有深切的体会了。小学仅有几科科目，完全能够应付过来。但到了...*

**5分钟演讲稿范文1**

敬爱的老师，亲爱的同学：

周末一向在网上忙事情，几乎没什么时间去看书。只能在晚上挤时间做作业。回想起小时候教师总说的那句话：“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。”此刻是有深切的体会了。

小学仅有几科科目，完全能够应付过来。但到了初中，要学习的科目一下子翻了一番。可能因为科目的增多，环境的改变，感觉自我越来越难以适应初中教师的教学方法。刚开始还能够跟上教师的讲课速度，但因为该背的没背，该做的没做。到之后就听的很渺茫，有点茫茫然的感觉。所以，随之而来的就是上课画画，偷看漫画书等种种恶习。到了期末考试就考的头昏脑胀。

学生手册一下来，看了分数，问了排行，才明白自我到了再差就得去别的班级的地步了。分析了自我的过错。为什么别人当初能适应教师的讲课方式，为什么别人当初能够适应环境的改变，原因有很多，但最主要的还是因为自我本身的懒惰，导致了恶性循环：“上课听不懂，就看漫画，越看就越不懂，越不懂就越看。”

此刻也是初二的第二学期了，回忆了一下：第一次手册上教师的留言：期待你的提高，第二次是：期待你的\'突破。第三次：期待你的成长。三个期待，我让教师期待了整整三个学期。我也在努力，我也期待自我的突破，自我的成长!

**5分钟演讲稿范文2**

洋洋五千年中华文化，孕育着坚强不屈的民族精神，多灾多难的中华民族，铸就了无数的民族脊梁，在遥远的远古时代，哇哇的华夏人奏响了与天奋斗、与人奋斗、与地奋斗的歌唱。君不见大禹治水的艰苦奋斗，人民抗震救灾的顽强。无数勇士共赴国难的慷慨壮举，华夏儿女胸怀祖国添砖加瓦的力量。华夏啊，13亿同胞在危难时刻为你奔走，铸就了顽强不屈的民族脊梁。脊梁啊，你是不屈的精神，你是在危难时刻的支柱，你是正义的力量;你是压不跨象征，你是正义的化身，你是永远独立的钢铁城墙。为了人民，你以自己的生命谱写顽强。

中华民族有自己的民族传统，那就是国家振兴，人民富强，自强不息，永远向上。君不见，孩子的欢笑，老人的慈祥，母亲的自立，父亲的力量。面对天灾，你以沉默承担，面对人祸，你谱写人格的辉光，面对地难，你显示着生的力量。

脊梁，你承载着厚重的现实，脊梁，你点燃着生命的希望。中华民族，几经劫难，无数先辈为了祖国命运寻找救国的良方，脊梁是顶天立地的人格，脊梁是为了人民欲奋欲勇的臂膀。脊梁，你为正义而长，脊梁，你是人民避难的避风港。脊梁，你囊括着厚重的大地;脊梁，你背负着正义的上苍，面对困难，你承载着苦痛，面对灾难，你背负着向上的力量。脊梁，负舟也厚以重，脊梁，为民也坦而荡。

谁说中国没有脊梁?是人民的智慧让中国永远向上，是人民的力量，祝福中国富强。是人民子弟兵背负着民族的的希望，是白衣天使为了战胜病魔而打仗，是人民教师把真理传让。是工人兄弟打开真理的宝藏，是农民兄弟提供着粮仓。是知识分子让智慧发光。国家要富强，人民有力量!国家利益至上，人民就是脊梁!

说脊梁，道脊梁，人民万寿无疆!说脊梁，道脊梁，是人民使国家坚强。正义不倒，关系着人心背向!承载着祖国的，你可以问问老乡，承载道义的，要把利益还给祖国的脊梁。

脊梁，埋头苦干给人民以希望，脊梁，批判邪恶把正义的旗高扬，脊梁，是人民幸福的保障。脊梁，把丑恶摒弃，凝聚着民族的力量。

脊梁啊，你以不屈的精神使人民看到希望。脊梁啊，你以仁爱的臂膀拂去人民的创伤，脊梁啊，你是为人民鼓咙呼的坚强。

灾难深重你有压不垮的脊梁，水深火热你承担着民族的力量。越是灾难深重啊，越能显示你的坚强。面对邪恶你是那样的磊落，面对困难你是那样的顽强，你守护着一方的平安啊，你给人民以温暖，永远向上，无数的中华儿女有了你而有了坚定的信仰，脊梁啊，你是压不垮的民族魂，脊梁啊，面对现实你把理想高扬，人治的社会要把法治伸张，你是人民利益的代表啊，你是人民暖暖的胸膛第一范文网。

脊梁，你是苦难的象征，脊梁，你是不屈的力量，要扫除一切封建残余，让人间到处撒满阳光，发展生产，要让人民富裕安康，繁荣文化，让每一个中国人身心健康。面对脊梁，我们要实现人的解放，建设社会主义祖国，把一切不合理扫除净光。生难病死，我们要把人权保障。社会主义，你承担着人的尊严和力量，集体主义，你为大家而着想，共产主义，面对未知的世界，人会得到更大的自由实现人自由的力量。

脊梁啊，你扎根于深厚的泥土，向天空放飞希望。脊梁啊，你号召人民向恶势力而战，在这一刻我们集合，为了人民我们背上背囊。事物总是矛盾啊，这里有生死的较量。脊梁啊，你代表人民的呼声，为了人民我们甘愿血撒疆场，我们要制定出合理的政策，符合人民的愿望，脊梁，你代表着人民，为了人民你寸断肝肠。春秋无义战啊，那是为了利益，把枷锁压在人民头上。两千年的封建王朝啊，起伏跌荡，有保民而生，有膏民而亡，只有消除私有制，人民才会畅扬。私的占有，公的劳当，私啊，使人民涂炭踉跄，公啊，使人民各有其长。场啊，你时刻准备把握先机，看你代表着谁的力量，市场啊，你代表着交换，能否把各阶级的力量同步增强，唯有发展生产力啊，人民才能把真理执掌。脊梁啊，你背负着大众，人民已经为你指明了方向，利与义的争斗，无非还民以欢畅。利益，你给于人眼前的实物，把人民眼睛蒙障，正义，你使人各得其宜，各得其长。脊梁啊，是你给了我们改变现实的勇气和力量，是你给了我们改革的决心和坚强。坚守我们的社会主义，让到处都是幸福花，让到处都是小白杨。

脊梁啊，我此刻要向你宣布，为人民谋幸福，我们的誓言从来没有这样铿锵。为了人民，我们要把不合理的制度消亡。

面对脊梁，我们要伸张正义，来温暖热血的胸膛，面对脊梁，我们要想想我们没有做到的地方，在社会主义的中国，要让脊梁为中国而欢唱!

脊梁，有了你我们永远向上，脊梁，有了你我们有使不完的力量!

为了你，中国的脊梁，祖国就会繁荣向上!

脊梁、脊梁，中国要在世界上挺起自己的脊梁!

**5分钟演讲稿范文3**

我叫火，从在树木中诞生时，我便知道我的一生将于人类纠缠不清。几百万年前，古人类钻木取火，有了我。我，使他们在漫漫长夜中有了一丝光明的希望，在凄凄寒冷中有了温暖的依靠，在原始野兽前有了驱赶的力量。有了我，人类才逐渐摆脱茹毛饮血的野兽生活，走进了最值得珍惜的文明和进步的圣殿，拥有发达的科技，超凡的智慧。我有着柔软的身段，灵活的手脚，以及那耀眼的，唯恐灼伤别人的光环……我是谁?我就是火!

俗话说“水能载舟亦能覆舟”，时光流逝，穿着舒适衣衫，搭乘现代化交通工具往来穿梭于摩天大厦之中，发明了电灯电脑飞机轮船，有着复杂庞大社会结构的人类，不再是自然界中充满野性的生物。然而，人类忽略了他们的好朋友——我，火。每一次去野外，总会把我忘记带回;每一次当狂风来袭，总会忘记我的存在……于是，一片片古老的森林在我眼前化为灰烬，于是，一种种珍稀物种在我脚下消失不再;于是，一团团空气在我的手下变得浑浊，不复纯净……

永远不敢忘怀的那一幕，那凄凄惨惨戚戚的一幕!

那是一个狂风肆虐的黄昏，落日的余辉洒在这密密的树林中，一时间，除了偶尔传出的几声鸟啼，竟十分寂静。“我们走吧，天要黑了”一位游人说。话落，他们离开了。我刚想呼喊，突然一阵狂风掠过，携起小小的我落到了干草上，刹那间，我小小的身躯获得了一股不可遏制的巨大的力量，我不断地膨胀，蔓延……我以飞快的速度向四面向空中迸发!我疯狂的扑向树枝上的幼雏，我裹住了他还未成长的翅膀!虽然我心里不愿，大片大片的森林在我的触手下化为乌有，我仿佛听到了那些葬身火海的奇花异草，珍禽走兽们的哀嚎……消防车的警笛在寂静的上空回荡，巨大的水龙张牙舞爪地压到我身上，我才渐渐失去那股疯狂的力量复归平静。此时，面含愧疚的我抬头看见满目苍夷，支离破碎的土地，满眼烧焦的黑色以代替那生机勃勃的绿，无数动物的尸体化为一堆堆焦炭……

我哭泣!哀嚎啊!曾几何时，我那一簇簇一点点跳动的火苗，竟吞没了整片森林，毁灭了无数生灵啊!曾几何时，我竟成了人类的敌人，人们恨我咒我。可谁又知，当大火在肆无忌惮的燃烧时，我的心也在滴血啊，我也不想这样，可是，我控制不了自己，一遇到枯草干柴，我便会情不自禁的燃烧。我恨，恨自己虽然并不想这样凶残，却常常无奈地身不由己。可是，人类啊，难道你们真的一点责任都没有吗?难道不是你们的防火意识太淡薄了，忽视了火灾隐患，才屡屡发生了这些惨案吗?如果人类能让消防的警钟长鸣，时时注意着我的行踪，那这样的事还会发生吗?

人们啊，切莫一味陶醉于我的温暖和光明，而遗忘了我那时时处处即可使你们忏悔终生的危险性!请你为了自身生命财产的安全，保持你“清醒”的防火头脑，杜绝火灾的再次发生。让这样的惨剧成为历史，我们将会是好朋友吧，对吧?

**5分钟演讲稿范文4**

大家好！

在我眼中，书像是一叶小舟，带我去漫游知识的海洋；书像是一把钥匙，为我打开丰富多彩的世界；书像一章乐谱，带我去倾听非凡的世界。

还记得当年读的第一本书吗？可能岁月已经冲淡了我们的记忆。但我还记的躺在床上依偎在妈妈怀里听妈妈讲过的一个个丰富有趣的童话故事。让我认识了善良勇敢的小红帽，让我结识了机智的小兔子……时间一去不复返，我已不再是那个天真烂漫的孩子了，我已经被书所“迷惑”。

刚刚上学的时候老师经常让我们画自创画，我常常画的不是很好。老师给我说是我看的书太少，得多看些书才能增强自己的想象力，画出的画内容才能更丰富。当时我就很不服气，心想：画画和我读书有什么关系？书真的能增强想象力嘛？带着种种疑惑，便开始了我的读书之旅。

第一本书的内容非常有趣，把我带进了书的世界里，我在书的世界里玩耍，感受书中的乐趣。因此，我开始读各式各样的书。读书让我认识了《三国演义》中大仁大义的刘备；让我看到《城南旧事》中整齐的骆驼队；让我为《青铜葵花》中善良的青铜一家而感动。

我现在一有时间就会毫不犹豫的拿起书感受书中的奥秘。我已忘记了我是谁，仿佛来到了三国时期那壮观的战场，仿佛又来到了《草房子》里看见桑桑大热天的穿着棉衣冒着汗，我和这一群有趣的朋友一起玩耍。

书是我的良师益友，不知解开了我心中多少个谜团。它也是我必不可少的伙伴，书伴我成长，我在书中成长。

谢谢。

**5分钟演讲稿范文5**

人，从出生开始，就摆脱不了责任的 束缚 。工人有生产的责任，医生有救死扶伤的责任。身为 人民公仆 的国家公务员，为人民服务是第一责任，这是业务指导科王栾斌经常说的话。正是这种责任指引着他为工商工作奋斗了25年，并且始终战斗在第一线，直接与企业面对面;始终以服务企业为宗旨，以帮助企业解决实际问题为追求，不计名利，不求回报。

1、把责任作为一种信念去追求。

责任是一张网，维系着人与社会的关系，每个人尽到了责任，社会就会和谐稳定。王栾斌现在注册大厅负责企业核名工作，平均每天核准五、六十个企业名称，再加上重名的、未核准的，每天要接待企业办事人员百余名。对待企业办事人员，他总是把为人民服务、为企业服务的责任作为一种信念去追求。因此，在每次接待咨询、受理业务时，始终能够把政策说清、手续讲明，让每一位办事人员都感到满意，人们都亲切的称核名窗口为 和谐窗口 。

2、把责任作为一种理想去追求。

每个人或许有着不同的理想，理想也是人们美好的向往。把责任作为一种理想去追求，其中有苦也有乐，但最终收获的是快乐。当教师把学生送入重点学校，他是快乐的;当警察抓住坏人，他是快乐的;同样，每为企业做一件事、解决一个难题，他也是快乐的，这就是他的理想、他的追求。在他所从事的名称核准工作中，经常有县里的企业前来核名，由于道途较远，赶来时经常就快下班了。针对这种情况，王栾斌给自己定了一条规定，只要是县里来办事的企业，就是到了下班时间，也要把事情办完，不能让企业白跑。每当一天工作结束，拖着疲倦的身体回家时，他总爱用一句话总结一天的工作，那就是： 累并快乐着 。

3、把责任作为一种意志去追求。

尽责任就要严于律己，宽以待人，责任是对自我的一种约束，尺有所短寸有所长，要用自己的短处与别人的长处作比较。正是以这样的精神，王栾斌在为企业服务中，总爱找自身的不足，哪个事情没做好，哪个问题没解释清，哪项工作需要改进。面对办事的人水平参差不齐的状况，他从来是只找自身的问题，从不找企业的毛病。

他还把不放弃责任当成对意志品质的锻炼。今年4月初，王栾斌母亲因心脏病突发住院治疗。由于单位人员紧，为了不耽误工作，他就白天坚持盯大厅，晚上到医院照顾病人。上班时，他始终坚持 不能将个人的情绪 带到工作中，仍然不厌其烦地为企业解释问题、办理手续、热情服务。但他毕竟不是铁打的，就这样坚持一周后，他感到浑身酸痛，在自知感冒侵袭后，急忙拿了药，以最大剂量吞服下去，咬紧牙关，硬挺了过来，没有请一天假，没有给其他人增加任何负担。正是他的这种责任意识给了他力量。

他所从事的名称核准工作看似简单但涉及面广。为了能更好的完成工作，他苦钻业务，虚心请教，多学知识，力争用熟练的业务知识为企业服好务;用熟练的业务知识提高办事效率，而这正是他的责任，也是他努力工作，孜孜不倦的精神动力。

**5分钟演讲稿范文6**

尊敬的老师、同学们：

大家好！

感谢大家给我这个机会，我们可以彼此熟悉了解。我叫孟新，“新”是新旧的“新”。今天我站在这里，和大家相逢在这五月花海，熟悉新的师长、结识新的伙伴，开始新的生活，开启人生繁华似锦的新天地，我特别兴奋。

刚走出我家到学校的路上，有一垧油菜花种在路边，油菜花刚刚开败，正在结出坚实的、榨油的子粒，前几个星期，我赶考实验中学，油菜花正盛开，在荒凉的大地上，它喷薄而出，将金黄洒遍田野，它活泼跳越着、现出妩媚和妖娆，恍如一块绮丽的七彩石头落在池水中，在天地之间出现涟漪。

同学们，今天站在这里，我又看到了满地金灿灿的油菜花，这就是46个升腾梦想的心灵，我又闻到了油菜花扑鼻的香味，这就是46个青年才俊身上散发的虎虎生气。

同学们，今天我站在这里，面对大家的眼光、青春的脸庞，对崭新的生活布满着期待。花有重开日，人无再少年。我们正处在人生的花期，娇美的生命，绽放青春的笑脸。我们就将收获饱满的子粒。怎样才能度过未来三年默默耕耘的历程，我想：不因竞争而冷漠，不因挫折而懊丧，不因窘迫而沉溺，不因优越而自豪，不因聪明而浮躁，不因孤独而迷茫；不因人心不古而失看，不因物欲横流而改变，既不妄自尊大，也不妄自菲薄；心怀他人、谦逊进取。百代过客，万物逆旅，白驹过隙，稍纵即逝。让我们以只争朝夕的精神，保重年华，珍惜友谊，勤奋学习，为收获人生饱满的子粒，为稚嫩的人生走向成熟，为懵懂的生命走向豁达而努力。

谢谢大家！

**5分钟演讲稿范文7**

亲爱的老师们，亲爱的学生们：

大家好！

人生的自由源于内心的自由，在于自己的内心不受利益的束缚。真正的自由是由内而外的。试想，一个贪图利益，为形式而工作的人，怎么能让生活自由呢？优雅洒脱如仙，李白把他的爱送到了唐朝的美丽山水上，在“哦，我怎么能庄重地向高官厚禄的人打躬作揖”中放飞了他的遐想，唱起了动人心魄的绝唱。然而，有钱的熊希龄闻着铜臭，虚情假意的经营着一些慈善活动，却悲壮的叹息着离开了沈从文。只有拥有自由之心的人，才能自由自在的生活。庄子的“宁可拖着尾巴去屠”带给他的是无牵无挂，天地间的洒脱，即使身无分文。只有当一个人的心不受利益的束缚时，他才能学会如何自由地生活。

要自由地生活，你需要从书中汲取营养。让书籍创造精神自由，生活会更加无拘无束。当人们从百家争鸣中领悟人生之道，从秦赋中寻求人生的顿悟，从唐诗宋词中探讨人生的雅化，智慧开始打开人们封闭的精神世界，让人们随意的思绪在精神的天空中飞翔翱翔。当人们从陶渊明的《桃花源记》中想到隐逸的情怀，从梭罗的《瓦尔登湖》中拾起自然的脉搏，从柳永的《象牙塔》中挖掘人性的光辉时，精神开始变成灵鸟，自由地标榜自己的翅膀，俯视生命的大地。只有收获书中的智慧，放下书中的精神，人才能懂得自由自在的生活，不为形式而战。

要活得自在，就要用自然的宁静来抚慰对利益的贪欲。现代人的生活充满了对生计和未来利益的追求，为了利益的口哨声和噪音，为了利益的莫莫和背信弃义。人们需要在鸟儿的鸣叫中放慢追逐的脚步，在绿色的森林中呼出利益的浑浊，就像肖邦在大自然中寻找跳跃的音符，就像三毛捕捉大自然中激荡的文字。大自然的宁静和安逸使人摆脱了世界的干扰，摆脱了令人震惊的利益追求，使人在大自然中找到了自我和生命的自由。

当我们的心在草原上驰骋，当我们的灵鸟在整个大地上飞翔，当我们的耳朵安静时，我们可以像奔腾的黄河一样流淌。

**5分钟演讲稿范文8**

大家早上好！

梦想是风，吹动生命的船。梦想是雨，滋润生命的花。一只雄鹰有了对蓝天的渴望，才能翱翔天空；一棵大树有了对阳光的向往，才能直插云霄；一个人有了对梦想的追求，才能在人生的道路上走得更远。放飞梦想，就是放飞未来；放飞梦想，就是放飞生命。

在这梦想的接力赛中，我们用球场上搏击的洒脱、教室里读书的宁静，操场上奔跑的坚强，课堂上聆听老师讲课的认真和伏案苦读的辛劳，把握着时间的脉搏。因为我们知道：人的生命是有限的，人的青春是短暂的。

岳飞儿时，便立下了“精忠报国”的宏志，最终他以自己的行动证明了自己，实现了梦想。只有勇于放飞梦想的人，才会在人生前进的道路上挥剑斩荆棘，不畏失败，勇往直前；只有勇于放飞梦想的人，才能找到自己奋斗的目标，前进的方向；只有勇于放飞梦想的人，才能在生活的大舞台上找到自己的位置，演绎精彩的人生，装饰平淡的生活。纵然有楼高百尺，纵使有花繁千树，我们仍需有那率真的性情和高尚的梦想，我们仍需怀着饱满的激情和昂扬的气度，将自我心中的梦想向湛蓝湛蓝的天空勇敢而坚定地去放飞。

俗话说：“有志者，事竟成。”同学们，让我们放飞自己的梦想，在困难面前不低头，在挫折面前不言弃，勇于挑战自我、超越自我、完善自我，相信一定会有梦想成真的那一天！

谢谢。

**5分钟演讲稿范文9**

在我成长的旅途中，是多么希望自己能够乘着梦想的帆船，驶向成功的彼岸。你知道人的成功在于什么吗？就是在于——细节。细节，可以决定每个人是否成功。

你知道细节是什么吗？细节就是把生活中每一件事做好，也就是说做事要认真对待，让人得到满意。你听过海尔集团总裁的一句话吗？“把每一件简单的事做好就是不简单，把每一件平凡的事做好就是不平凡。”在你的道路上有注重细节的人吗？你想成功吗？你失败过吗？人生存在这世界上必定有成功或失败。正如“成功乃失败之母。”例如：爱迪生，他发明电灯也有许多次的失败，但是通过细节而踏进成功的道路。还有牛顿……

在我读高一的时候，我对身边的所有细节都忽略了。就在我身边很多同学都很注重细节。例如：在做卫生的时候，他们把卫生做得非常认真，从不马虎。还有很多很多……因此，我们班获得了“明星班级”的荣誉。

你注重细节吗？通过身边的事，我逐渐懂得细节、注重细节。细节决定成败。让我们一起走向成功的道路，实现自己的梦想吧！

谢谢。

**5分钟演讲稿范文10**

大家好。

如今的我们已步入青春的殿堂，怀揣着火一样的热忱，去探求未知世界。可是，青春是什么？有人说，青春是绚烂多彩的花季，是隐晦而缠绵的雨季，是青翠嫩绿中透露出暖意

融融的春，是浪漫炽热中洋溢着热情似火的夏；有人说，青春是欢笑时的泪水，是流泪时的微笑，是轻松的压抑，是沉重的放纵；还有人说青春是一坛醇厚的酒，是一束明艳的花。

我们是风华正茂的中学生，我们应该有勇气去拼搏。作为当代的天之骄子，应如诸葛亮所说：“志当存高远”。要用坚定不移的信念照亮光明美好的未来。因为青春，我们不只会写晦涩难辨的火星文，也不只是会构思童话世界里遥不可及的城堡。我们是有理想有目标的90后。而那些没有目标的人生就像没有船舵的航船，随波逐流，就像没有方向盘的列车，四处乱撞。拥有目标便能笑看风云，让青春化作一团火，一朵花，让笑容与彩霞齐飞，让汗水与成功相伴。我们的脉搏将跳动着节奏，智慧必将弹奏最华丽的乐章。

勇气和理想要靠激情来延续，希望与梦想给予了我们生命的激情，也是追求快乐的源泉和动力。激情是划过天际的流星，璀璨了整个夜空，在短暂的炫目后留下是永恒的消逝，却足以打破时间的定律，永载史册，成就不朽。

再回首，身后的不只是那远古的辰光，还有我们流逝的青春。请拒绝平淡，告别无为。因为我们有青春，所以，在波涛汹涌的海潮中我们才能远航，让我们在蔚蓝的大海里激荡出青春生命中最美的浪花。

我的演讲结束了，谢谢大家。

**5分钟演讲稿范文11**

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家早上好!

今天，我们演讲的题目是——守规是最大的自由。

自由，是我们每个人心中快乐的代名词。然而，有一些人却曲解了自由的含义，认为自由就应该无拘无束，为所欲为。实则不然。真正的自由都要受到一定的限制，没有任何限制和约束的“自由”是不存在的。我们中国有句老话：“没有规矩，不成方圆。”“规者，正圆之器;矩者，正方之器。”正所谓无规不成圆，无矩不成方。遵规守纪，是我们每个人最基本的行为准则，是我们为人处事的根本。只有人人遵规守纪，营造出和谐有序的社会环境，我们才能享有充分的自由。遵规守纪，是我们获得自由最根本的保障。

假如行人和汽车都不遵守交通规则，那么将会有多少惨剧事故发生;假如警察不认真执法，那么将会有多少不法之徒扰乱治安;假如学校没有规则，我们怎能在明亮的教室里安静地学习;课堂将处于一种混乱无序的状态，午餐时，几千名学生上下楼梯你推我挤，一哄而上，如离弦之箭飞奔向餐厅，这样的环境，我们还能享有所谓的“自由”吗?大家一定记得，有些同学不顾学校的纪律，中午私自在操场上玩篮球、踢足球，摔伤、砸伤的事件，时有发生;更有少数学生不顾学校的要求，将刻刀带入校园，划伤了周围的同学，虽是无意，但是却对他人造成了人身的伤害。可见，纪律并不单纯是束缚个人自由的枷锁，它更像一盏指路明灯，保障我们自由、安全的生活，点亮我们前行的道路。，

大江东流，日月交替，大自然生生不息，用规则演绎着生命的轨迹。火车之所以能够奔驰千里，是因为它始终遵循着坚实的铁轨;风筝之所以能高高飞翔，是因为它总是情系着身后的长线。

今天，在同一片蓝天下，茵茵绿场上的我们，以整齐划一，井然有序的阵容，以站姿标准，精神高昂的风貌，彰显着济外的精神。迎着朝阳，向着希望，是何等的英姿飒爽，朝气蓬勃。

校规校纪是他律，而比他律更进一步的，是自律。让我们从自己做起，从规范使用手机做起，从不倒剩饭做起，在原样交接中传递文明，在垃圾分类中践行文明，在音乐引领中体验文明……提升自我、超越自我，同学们，让我们在守规中获得最大的自由，在自律中成就优秀的自己;让济外的明天因为我们而更加辉煌、灿烂!

**5分钟演讲稿范文12**

大家早上好！

同学们，你们知道什么是责任心吗？所谓的责任心，就是指每个人对自己和他人，对家庭和集体，对国家和社会接收应有的责任认识，情感和信念，以及与之相应的自觉态度。其实责任心也就是一种良好的习惯行为，是一种很重要的素质，要做一个有责任的小学生，就必需做到对自己负责，对他人负责，对社会负责。

同学们，一个有责任心的人，不是把责任心挂在嘴上，而是要体现在具体行动中。一个有责任心的人应该明辨是非，懂得什么该做，什么不该做。作为学生，我们该如何接收起我们的责任呢？课堂上认真听讲，努力学习就是对自己学习负责的表现，也是尊重老师劳动的有责任心的表现；我们每天认真做广播操，就是对自己有个健康体魄负责的表现；犯了错误，能够主动接收自己该负的责任，及时改正，弥补过失，也是对自己负责的表现；课间不大声喧哗，保持安静，是对自己与同学的健康负责的表现；友爱同学，见到同学有困难主动帮助，是对同学有责任心的具体表现。平时注意勤俭节约，不乱花钱，孝敬父母，帮助父母接收一些力所能及的家务活，主动完成父母交给的任务，是对父母、家庭负责的表现；随手关掉哗哗流淌的水龙头，主动弯腰捡起地上的废纸，放学时主动关好门窗，是对集体、对学校负责的具体表现；爱护社区公共设施，遵守社会公德，是对社会负责的表现；认真参加升旗仪式，唱好国歌，是热爱祖国、对国家负责的表现。

同学们，在我们的生活与学习中，有许多小事都能体现一个人有没有责任心。一个道德情感贫乏、责任心不强的人是得不到别人的关心，也无法与人真诚合作，更无法适应未来社会的。只有责任心强的人，才容易获得成功。同学们，让我们从身边的点滴做起，从每天必需经历的小事做起，培养自己的责任心，养成一种良好的行为习惯，把责任心渗透到我们全身的每一个细胞，成为一种习惯，让强烈的责任心和良好的行为习惯改变我们的一生，成为当今社会有用的人，一个有责任心的人。

我的演讲完毕。

**5分钟演讲稿范文13**

人活世上，谁不期望能有作为于社会，回报于家庭，慰藉于自己，但是，岁月的风霜，世事的艰辛，人情的冷暖，使许许多多的人变得麻木失望，心无爱恨，漠然无情，不思进取，怯于奋争。现实中，大多数的我们是怎样做的呢？

订的计划和目标总是坚持不了几天；连一个人独处一个人走路都不自在，总是很违心地跟在别人的xxxx后面转，白白消磨了大好时光；困一点，累一点，就把这天该做的事推到了明天——所有这些，你能说全力以赴了吗？虽然付出未必就有回报，努力和成功不能划等号，但是，不付出就绝不会有回报！不努力就绝不会成功！同学们，不要担心努力后的结果如何，得不得到回报，请你记住一句话：尽心就是优秀，尽力就是成功！所以人生在世，什么都能够没有，但就是不能没有勇气。伟人最富有的就是勇气，一般人内心有时也会充满豪情，但是骨子里却常常缺乏勇气，常常在最关键的时候，在最需要勇气的时候，犹犹豫豫畏畏缩缩，以致错过了有利时机耽误了大好前程。其实，勇气这个东西，不需要花钱买，很多时候，你想有它就有。

那么，在这个新学期的开始之时，让我们继续全力以赴我们心中的梦，在不久的将来在一个让我们感到骄傲感到自豪的地方相逢！让我们充满希望度过我们的20\_\_！

谢谢。

**5分钟演讲稿范文14**

今天是我课前三分钟演讲的时候了。在基督降生320xx年以前，有一个古希腊大政治家，雄辩家，是一个真正变态的家伙，不信，请允许我用他真实的经历给你们一一介绍!

德摩斯梯尼天生就是一个声音微弱、吐字不清而又气喘的人，(可以想象，他真是可怜!)尤其是“R ”这个字母，他怎么说也说不清楚，而且他的发音比刚学会说话的小孩还更糟糕!

据说，他为了克服这些唇齿上的缺陷，便把石头含在嘴里不断的练习发音，他站在海边练习，想把滔滔波浪喊得平静下来，你们说他变态吧?

当他站在台上面对听众演讲时，他经历了无数次的失败，尤其是在他第一次尝试演讲时，他的语句全混乱了，听众们都放声大笑。为了提高自己演讲能力，他特意挖了一个地洞，每天在里面练习他的声音，和演说的姿势，他还将自己的头发剃去了半边，以此来控制自己想上街的欲望。德摩斯梯尼的坚持终于取得了成果，他成为了自古以来古希腊最伟大的演说家之一。

这个故事告诉我们，一个人的缺陷有时就是上苍给他的成功信息的暗示，一个人的弱点可以成为他一生中最大的激励因素，也可成为你消沉胆怯的借口。当德摩斯梯尺在含小石子时，当他在海边、在洞坑里的时候，心里肯定依旧在想，我要变态!我要超越常人状态，在几十年后，他将会说：“如此的这种的变态，怎么可能不成功?!

爱迪生在发明灯泡的过程中，经历了1万多次的失败，;可口可乐公司开张第一年反销出了400瓶可口可乐;创立迪士尼乐园的沃乐特•迪士尼在报社工作曾以“缺乏创意”被开除;超级球星乔丹曾被所在的中学篮球球队除名;瑞弗.约翰逊，十项全能的冠军，有一只脚先天畸形。

当他们完成了各项伟业的时候，他们一定会说：如此的这种变态，怎么可能不成功?!

**5分钟演讲稿范文15**

各位领导、各位老师，朋友们：

大家上午好！

我叫xxx，来自怀化市物价局，参加工作不到一年时间，是一名名副其实的物价工作新兵。我今天演讲的题目是：物价，民生的符号。

在我进物价部门工作之前，我对物价工作是两眼一摸黑，全然不知。我与物价工作的初次相识，得从我上班天打的说起。

去年金秋的一天，在母亲的陪同下，我打的去市物价局报到。计价器上显示的价格是起步价四元钱，我妈给了师傅五元钱。然而师傅并没有找钱的意识，我妈就很茫然地等着，也没有下车的意识，最后还是师傅先说的话，他问道：你们怎么还不下车呀？我妈就奇怪地反问他：车费只要四元，你怎么还不找钱呀？这时，师傅才反映过来，并连忙向我们解释政府加收五毛钱燃油附加费的事。并说，按四舍五入的原则五元钱就不再找零，这已经是业内的通用法则了。但是，我的母亲是个精明的女人，她认为政策规定附加费是五毛钱，你收一块钱，等于是翻了一番，这叫严重违反政策。最后师傅执拗不过我母亲，只得收了四块五毛钱。上班以后，才知道许多市民都和我母亲一样，因为五毛钱的问题和的哥争执不休，还引发了好多究分，真如常言所道，民生无小事，如果不及时解决，它会成为影响社会稳定的重大隐患。我们物价部门在接到很多市民举报以后，作了大量的社会调查，最终作出了把燃油附加费捆绑到起步价里一并加收的决定，化解了因五毛钱可能引发的社会大矛盾。

五毛钱，能够成为政府和物价部门有力的价格调节工具；那么，更多的五毛钱聚集到一起，就能演变为强大的价格调节杠杆。年初，按照省里统一部署，我市在部分城乡医疗机构试行基本药品零差率销售制度，也就是基本药品的进价与销售价完全一致。三月份，我陪同局领导就零差率的问题到洪江区横岩乡调研。横岩是个楠竹之乡，漫山遍野都是绿意盈盈之竹海，老百姓靠山吃山，也多以种竹伐竹制作竹制品为生。在我们去之前的一周时间左右，某村大山里堆集的一大堆竹子坍塌了下来，十几个正在山里伐竹的村民被埋在竹堆里，十几个人都不同程度地受了伤，除一名重伤号转到县城医院以外，其余十几人都在乡卫生院得到紧急救治，并安好出院。然而最令他们意想不到的是，各家各户都准备好了两三千元给医院结账，没想到最严重的一位医疗费只有1400元，而伤得最轻的一位，仅仅只花了300多元，他们都觉得这个价格便宜得有点烫手，一时半会不敢接受，后来一了解才知道，原来是国家推行的零差率政策让他们得到了实惠。就在我们去横岩的那一天，正好遇上他们十几个人集体到乡卫生院送锦旗，送感谢信，其情其景十分让人感动。我在医院大门口张帖的那张红纸上找到了这样一句话：我们不懂得什么是零差率，但我们能感知到党给予我们的温暖。是啊！他们只是一群纯朴的山民，他们哪里懂得那么深奥的道理呢？但他们得到的实惠，那是实实在在的；他们对党的感激，那是千真万确的；他们对物价工作间接的讴歌，那是发自内心的。

在这不到一年的时间里，我亲身感受到物价工作的重要，水价、电价、气价、学费、药费、交通费，哪一样关乎民生的大事，不与物价有关呢？唐代大散文家柳宗元说：币轻则物价腾踊，物价腾踊则农无所售，皆害也。是的，物价是平衡器，物价是减压阀，物价更是牵一发而动全身的民生符号。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！