

感恩演讲稿分钟(模板5篇)

演讲稿具有观点鲜明，内容具有鼓动性的特点。在社会发展不断提速的今天，需要使用演讲稿的事情愈发增多。演讲的直观性使其与听众直接交流，极易感染和打动听众。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看看。

感恩演讲稿分钟篇一

引导语：感恩，让我们以知足的心去体察和珍惜身边的人、事、物；感恩，让我们在渐渐平淡麻木了的日子里，发现生活本是如此丰厚而富有；感恩，让我们领悟和品味命运的馈赠与生命的激情。下面的感恩演讲稿是小编为大家精心准备的，希望大家能够有所收获。

各位同学们，

大家好。

从婴儿的“哇哇”坠地到哺育他长大成人，父母们花去了多少的心血与汗水，编织了多少个日日夜夜；从上小学到初中，乃至大学，又有多少老师为他呕心沥血，默默奉献着光和热，燃烧着自己，点亮着他人。

感恩是发自内心的。俗话说“滴水之恩，当涌泉相报。”更何况父母，亲友为你付出的不仅仅是“一滴水”，而是一片汪洋大海。是否你在父母劳累后递上一杯暖茶，在他们生日时递上一张卡片，在他们失落时奉上一番问候与安慰，他们往往为我们倾注了心血、精力，而我们又何曾记得他们的生日，体会他们的劳累，又是否察觉到那缕缕银丝，那一丝丝皱纹。感恩需要你用心去体会，去报答。

感恩是敬重的。居里夫人作为有名的科学家，曾两次获得诺贝尔奖，但她在会上看见自己的小学老师，用一束鲜花表达她的感激之情；伟人毛泽东也同样在佳节送上对老师的一份深深感激。自古以来的伟人无不有着一颗感恩的心，感激不需要惊天动地，只需要你的一句问候，一声呼唤，一丝感慨。

感恩是有意义的。爱让这个世界不停旋转。父母的付出远远比山高、比海深，而作为我们，只知饭来张口，衣来伸手。而似乎又有一条隔离带，让我们变得自私自利，忘记了曾经父母的付出，忘记了那一声声快乐，学会去感激别人是自己的一份良心，一份孝心，因为如此才会有和睦，有快乐，有彼此间的敬重。

怀着一颗感恩的心，去看待社会，看待父母，看待亲朋，你将会发现自己是多么快乐，放开你的胸怀，让霏霏细雨洗刷你心灵的污染。学会感恩，因为这会使世界更美好，使生活更加充实。

各位同学们，

大家好。

我还记得，盛夏的夜空，永远不缺明媚的笑容。炽热的阳光下，我们对生活充满了渴望。如今，十一月的天空，只能看到一个季度的最后的老态龙钟。那份美丽的凋零，就像在我心中撒下了大片大片的图钉。锋利，刺痛，难受。

在某些不为人知的日子里，还能观察到窗外的玻璃上蒙上了一层厚厚的`水珠——那是雾霭留下的痛楚。

我们都生活在了一个叫做伤感的时代，迷茫的双眼看不到下一个叫咫尺的未来。我们都忘却了那些只属曾经的童真的年代，我们都忘却了那些曾经的快乐的开怀。用感恩的心感恩生活，是时候该卸去这副沉重的伪装，做回真实的自我。许

下承诺，抛弃寂寞；感恩生活，热爱自我。

偶然持续的触痛感，以及不经意间看到的阴霾，都过早的消耗掉了心中的那份阳光。十一月的空气似乎一直在扩散着一种叫做伤感的東西，让我们不断地去逃避目光，逃避阳光，逃避悲伤。一个人躲在门后，独自去迎接一片没有光线的黑暗。

我们都忘却了，世界上还有一种叫感恩的东西，能治愈我们心灵的创伤。我们都忘却了，世界上的每一天都拥有着可人的太阳，是它给我们播种下华丽的希望。我们都忘却了，曾经拥抱过的美丽的梦想，我们在不断伤感中退却了那种热切的力量。

为什么我们一定要让自己的生活永远以悲剧结尾？为什么我们一定要在这个伤感的时代终日去彷徨？世界上根本没有这么多的悲伤，只是，我们的心态在持续的伤害中变得伤痕累累。为什么不能尝试着换一种心态活着，尝试着拥抱乐观，尝试着换成一种感恩的心态。感恩生活，尝试着相信这个世界充满爱。

潮起潮落，世界演绎着新的生活。青春依旧活络，人生几度婆娑。或许，我们本不应该在悲伤或受伤中度感恩生活，明媚的阳光会指引我们如何收获人生的丰硕。感恩生活，拒绝掉那满是荆棘的寂寞。感恩生活，让我们都变得开朗，活泼，快乐，阳光。犹如银河系中的那道明媚的白光，照亮整个宇宙的黑暗。

各位同学们，

大家好。

一个和尚，一天，他与他的朋友到海边去玩。他们玩得可开心了：一会儿玩水，一会儿捡贝壳……这时，他们为一个美

丽的贝壳争论不休：“这是我的！”“不！这是我的！”……忽然，和尚的朋友打了和尚一巴掌，和尚伤心地痛哭起来。于是，他在沙滩上写下“某年某月某日被某人打”。

第二天，和尚一个人到海边玩。玩着玩着，海面突然变得波涛汹涌起来，把和尚冲到了海中间。忽然，一个大人看见了，便马上跳到海里，把和尚救了上来。于是，他在石头上刻下“某年某月某日被某人救”。

事后，别人问他：“你为什么要在不同的地方写下字？”他语重心长地说：“巴掌之痛一如海水冲淡沙滩上的字，很快消逝；相助之恩却似刻在石头上的字，天长地久，永远铭记。”

看完这个故事，我感慨万千：为什么这个世界会有战争？人们之间为什么有那么多仇恨？难道人么还不懂“感恩”这个词吗？其实，对待“敌人”，我们应该感恩他们。是他们，才给我们目标，让我们去实现它；是他们，才给我们动力，让我们努力坚持；是他们，才给我们成就，让我们有更远大、更执着的追求。

在生活中，或许，别人只是帮你捡一支笔；或许，别人只是帮你倒一杯水；或许，别人只是帮你找一下位。真挚的一声“谢谢”，就能让人把你记住。感恩，是我们中华民族的传统美德，一个人如果学会了感恩，就会赢得别人更多的尊重。

花朵以它馥郁的花香，作为对哺育它的大自然的回报。我们生活在这个幸福的年代，父母的养育之情，老师的教育之恩，以及社会对我们无私的关怀，都需要我们去感恩。我们要以学业上的进步，良好的道德去回报。

就让我们用真诚的铲子，挖走人们心中的仇恨，让感恩充满每个人的心中，让处处都有感恩。感恩，让生活更美好！

感恩演讲稿分钟篇二

瑟瑟的秋风带来了冬的讯息。瑟瑟的秋雨润湿了大地母亲的眼眶，没有哀伤，没有痛苦，这是欣慰的泪水。

转眼冬天的脚步已咄咄逼近，无情的风雪又将冰峰大地母亲的身躯。大地母亲却只是静静地闭上眼睛，因为她看到了枝头成熟的果实，看到了娇艳的花朵吐露芬芳，也看到了草原上驰骋的奔马，湛蓝的天空中自由飞翔的鸟儿……母亲很欣慰。他用自己的身躯孕育了生灵万物，她无怨无悔。

此时此刻，你是否想到了养育自己多年的父母？他们不辞辛劳，含辛茹苦养育了我们十几年，看到我们长大成长就是最好的安慰。

可是当你看到枝头的树叶并没有忘记大地母亲，踏着欢快的节拍，跳着洒脱的舞姿回到了母亲身边，静静躺在母亲怀里，为她提供养料的时候，你是否感到了一丝的惭愧？你惭愧连树叶都懂得要对大地母亲感恩，而自己却从来没有想过要对父母感恩。仔细回想：你为父母倒多多少少杯水？有多多少次关心的问候？可是父母的抱怨又有多少？相比之下后者应该更多吧。

当你抱怨父母的罗嗦时，当你抱怨父母的苛刻不通情达理时，当你抱怨父母的种种的时候，即使父母有很多的不对，你也应该怀着一颗感恩之心，想到这是父母对自己的关心和爱护。

不！我们应该让一颗赤诚的感恩之心来回报父母。是他们赐予了我们生命，让我们看到了世界的绚丽多彩。我们要感谢他们，是他们一直用温暖的羽翼保护着我们。我们要感谢他们，是他们一直赐予我们力量和勇气，是他们对我们用不言弃，是他们一次次在十字路口为我们标明前进的方向——他们更是我们停泊的港湾……值得我们感恩的实在是太多太多。

落叶在空中盘旋，谱写着一曲感恩的乐章。那是大树对滋养它大地的感恩；白云在蔚蓝的天空中飘荡，绘画着那一幅幅感人的画面，那是白云对哺育它的蓝天的感恩。因为感恩才会有这个多彩的社会，因为感恩才会有真挚的友情。因为感恩才让我们懂得了生命的真谛。

让感恩走进我们每个人的心灵吧！因为感恩可以消解内心所有积怨，感恩可以涤荡世间一切尘埃，感恩是一种歌唱方式，感恩是一种处世哲学，感恩更是一种生活的大智慧。懂得了感恩，学会了感恩，每个人便都会拥有无边的快乐和幸福。

感恩演讲稿分钟篇三

尊敬的评委、亲爱的同学们：

大家好！首先，我要感谢评委们为我提供这次演讲的机会，也要感谢同学们的支持与鼓励。今天，我很荣幸能够在这里和大家分享一下我对感恩的心得体会。

感恩，是一种美德，一种传统的美德。自古以来，中华民族就有“报恩图报”的文化传统，告诫人们要心怀感恩之情，报答恩德。感谢别人的帮助是我们的基本道德，也是为人之本。正是这种感恩之心，使得我们成为一个热爱和平、富有衷心和感激之情的民族。

感谢父母是我们最基本的感恩之道。母亲含辛茹苦养育我们，父亲疼爱教导我们，他们是我们成功的第一功臣。正是因为他们的无私奉献，我们才有了生存的基本条件。我们应该时刻想起父母的付出和辛劳，以感恩的心态对待他们。应该时刻关心他们的身体健康，为他们分担家庭负担，在需要的时候给予他们支持和帮助。

感谢师长是我们学习的基本要求。老师是我们知识的源泉，是我们智慧的引路人。他们像蜡烛一样将自己的光芒燃烧在

我们身上，照亮了我们前进的道路。正是因为师长们的教诲和关心，我们得以成长为人才。所以，我们要时刻怀感恩之心，向老师表达我们的谢意和爱戴。我们要努力学习，做到真正的遵守班规，还要主动参加各项活动，积极配合老师的教学工作。

感谢朋友是我们情谊的体现。朋友是我们生活中的知己，也是我们人生路上的伴侣。他们给予我们理解、支持和鼓励，使得我们的生命更加充实和美好。因此，我们应该时刻感谢我们的朋友。应该经常与朋友保持联系，互相帮助，共同进步。当我们身处困境时，朋友给予我们坚定的支持；当我们取得成功时，朋友给予我们热烈的祝贺。朋友之间应该真诚、宽容、理解和关心，让我们的友谊经得起时间的考验。

感谢社会是我们的责任。我们生活在这个以和谐为主题的年代，我们应该以感恩之心对待社会，回报社会。我们享受社会文明的成果，同时也要为社会做出贡献。我们生活在这个美丽神奇的地球上，应该守护自然环境，珍爱资源，为环境保护贡献力量。我们应该积极参加公益事业，为困难的人们伸出援助之手。只有这样，我们才能以我们的行动回报社会，为社会的繁荣和进步做出我们的贡献。

感恩，使我们充满力量，使我们富有幸福感。感恩不仅仅是一种行为，更是一种心态。我们应该时刻怀感恩之心，让感恩的力量贯穿我们的一生。感恩不需要华丽的辞藻，也不需要豪华的礼物，只需要我们真诚的表达和行动。让我们一起努力，让感恩的火焰燃烧在我们的心中，为我们的生活增添更多的温暖和快乐。

谢谢大家！

感恩演讲稿分钟篇四

尊敬的各位领导、亲爱的同学们：

大家好！今天我非常荣幸能够站在这里，向大家分享一些我在感恩这条道路上的心得体会。

感恩，是一种对生活的态度，也是一种对他人的尊重和感激。作为当代青年，我们所处的社会环境中充满了互助、关爱和礼仪的精神，感恩不仅是我們应有的品质，更是我们成长道路上重要的一课。在我成长的过程中，感悟了许多关于感恩的深刻理解。

首先，感恩让我们更加珍惜眼前的幸福。回首过去的岁月，我深深地明白，幸福并非来自于金钱的多寡，而是来自于内心的满足和对生活的感恩之心。在我青少年时期，我家庭条件并不富裕，但是我父母用他们满满的爱和无私的付出给予了我最好的生活。他们从不言 *complainsy*，即使生活中遇到困难，他们总是默默地为我提供支持和保护。每当我回忆起我家庭中的点点滴滴，我就会深深地感到幸福和满足。感恩之心使我更加懂得珍惜身边的一切，不抱怨、不埋怨，而是带着满腔的爱去面对生活的挑战。

其次，感恩让我们更加关注他人的需要。在我们的周围，也许有很多人正面临着比我们更为艰难的困境。通过感恩之心，我们能够更加关注他人的需要，提供帮助和支持，这是一个价值回报的过程。在大学期间，我参加了许多社会志愿服务活动，我见证了许多弱势群体所遭受到的困苦和痛苦。这让我更加明白，我们应该积极做出贡献，帮助那些需要帮助的人。通过感恩之心，我们能够把自己的幸福、成功和爱心分享给他人，为社会创造更多的正能量。

第三，感恩让我们更加看重学习和成长。感恩之心使我们懂得，我们所拥有的一切都来自于努力和付出。没有人能在没有经历过艰辛和困难的时候，获得真正的成功和成就。站在这里，我要感谢学校和老师给予我这些年教育和培养的机会。他们培养了我对知识的好奇心和对世界的探索精神。他们教导我如何学会独立思考和合作，这些都是我成长的关键。在

追求学业的舞台上，感恩之心使我更加努力地学习，不断充实自己的知识储备，不断提高自身的综合能力。

最后，感恩让我们更加珍视友情和家庭的温暖。人生的旅途中，我们会遇到许许多多的人，有些人只是路过，但有些人却成为我们一生的挚友。感恩之心使我们珍视每一段友情，尊重每一个与我们相伴的人。在这里，我要感谢我身边那些给予我的忠诚和信任的朋友。在我经历低谷时，他们总是在我身旁，给予我力量和鼓励。同时，感恩之心也让我更加珍视家庭的温暖。家庭是我们成长的避风港，他们是我们生命中最重要的人。感恩之心使我更加关心我的父母，并尽力回报他们的养育之恩。

尊敬的领导、亲爱的同学们，感恩是一个深邃而细腻的情感，也是一种高尚的品质和精神。我相信，在未来的日子里，感恩之心会伴随我们不断地成长与进步。让我们怀着感恩之心，感悟生活的真谛，关注他人的需要，努力学习和成长，并珍惜友情和家庭的温暖。感恩之心，让我们拥有幸福、快乐和成功的人生。

谢谢大家！

感恩演讲稿分钟篇五

第一段：引言（引出话题和参加演讲的背景）

近日，我有幸参加了一场主题为“感恩”的演讲比赛。这场比赛旨在通过演讲的形式，让我们反思我们身边的人和事，培养感恩的心态。演讲中的每一个故事、每一句话都深深地触动了我的内心，给我留下深刻的印象和感悟。

第二段：感恩的重要性

在演讲中，我听到了很多感恩的故事。有人感恩父母为自己

的成长奉献的辛勤汗水，有人感恩老师对自己的悉心教导，还有人感恩朋友在困难时伸出援助之手。这些故事让我意识到感恩的重要性。感恩不仅让我们体验到被爱的幸福，更能让我们懂得珍惜身边的人和事物，保持一颗平常心。

第三段：感恩的落实

在演讲的过程中，我受到了许多重要的启示。我明白了感恩并非只是一种口头上的表达，而是一种需要付诸行动的态度。感恩需要我们主动去关心他人的需求，帮助他人解决困难；感恩需要我们用实际行动来回报那些帮助过我们的人；感恩也需要我们宽容和接纳他人的不完美之处。只有将感恩融入我们的日常生活，才能体现出真正的感激之情。

第四段：感恩的成果

通过参加这场演讲，我深刻体会到感恩的成果。感恩给予了我力量和动力，让我有了更加积极的人生态度。当我结识了一位需要帮助的同学时，我不再视之作为一种负担，而是乐于提供帮助，因为我懂得了他所需要的，我也理解他们心中的困惑和渴望。感恩也使我更加自觉地关心身边的人，关注他们的需求，关心他们的成长。感恩让我成为一个更加温暖和善良的人。

第五段：感恩的启示

这次演讲让我明白了无论身处怎样的环境，我们都应该心存感恩之心。感恩是一种美德，是一种积极向上的情感。在感恩中，我们能够体味到生活的美好，感受到他人之爱。感恩不仅能帮助我们建立起良好的人际关系，也能使我们成为更好的自己。通过这次演讲，我深刻认识到感恩的重要性和意义，也更加坚定了我将感恩融入日常生活的决心。

总结：

这次演讲使我对感恩有了更深刻的认识和体会。感恩不仅是一种美德，更是一种生活态度。感恩能够让我们感受到生活的温暖和幸福，让我们成为更加善良和宽容的人。我将永远铭记这次演讲所带给我的启示，将感恩融入我生活的方方面面，并将其传递给身边的人，让感恩的力量影响更多的人。我们要时刻保持感恩的心态，珍惜身边的人和事物，感恩一切帮助过我们的人，让我们的生活更加美好！