# 最新弘扬正能量演讲稿三分钟 弘扬正能量演讲稿(实用10篇)

来源：网络 作者：梦醉花间 更新时间：2024-07-15

*演讲是练习普通话的好机会，特别要注意字正腔圆，断句、断词要准确，还要注意整篇讲来有抑有扬，要有快有慢，有张有弛。那么演讲稿怎么写才恰当呢？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。弘扬正能量演讲稿三分钟篇一也许答案...*

演讲是练习普通话的好机会，特别要注意字正腔圆，断句、断词要准确，还要注意整篇讲来有抑有扬，要有快有慢，有张有弛。那么演讲稿怎么写才恰当呢？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。

**弘扬正能量演讲稿三分钟篇一**

也许答案从20\_\_年10月的一段监控视频中可以找到：广东佛山，两岁女孩小悦悦，被两辆汽车先后碾轧，18个路人经过却都未施以援手，一朵尚未绽放的小花最终不幸凋零。全国上下一片哗然，我们在震惊、悲愤之余，不禁也在扣问：我们的道德怎么了?联想起近些年出现的黑心棉、毒奶粉、毒胶囊等事件，更让人不寒而栗。面对糟糕的道德现状，我们亟需寻找一股“向善”的正能量。那个仅仅走过22年生命的普通战士再次浮现在我们眼前：他很平凡，但他却用他的平凡传递着爱，传递着奉献，他的精神也哺育和激励着一代又一代人成长。是的，他就是雷锋。我们需要的正是雷锋精神。

随着时代的变迁，多元价值观的形成，社会上不时会涌起雷锋精神“过时论”和“无用论”的错误思潮。一个重要的原因就是不能准确理解和传承雷锋精神。周总理曾经把雷锋精神全面而精辟的概括为：“憎爱分明的阶级立场、言行一致的革命精神、公而忘私的共产主义风格、奋不顾身的无产阶级斗志。”的确，我们已经告别了革命年代，也无需再进行阶级斗争。但无论环境如何变化，时代如何变迁，雷锋身上所体现的服务人民、助人为乐的奉献精神，干一行爱一行、专一行精一行的敬业精神，锐意进取、自强不息的创新精神，艰苦奋斗、勤俭节约的创业精神却永远不会过时。

那么雷锋精神究竟还有没有用呢?面对当前道德领域的突出问题，雷锋精神更加显示出独特的意义和价值。以雷锋为标杆，我们才能在思想观念多元多变的今天，明确究竟坚持什么、反对什么、褒扬什么、贬斥什么，确立时代的精神坐标，激发前行的道德力量。

既然雷锋精神既没有“过时”也没有“无用”。那我们应该如何传承雷锋精神呢?有些人会认为雷锋精神高不可攀，很少有人会向雷锋那样伟大，甘愿成为“一滴水”、“一缕阳光”、“一颗最小的螺丝钉”。也有很大一部分人认为只有关键时刻的挺身而出、见义勇为才是学雷锋。但事实上，传承雷锋精神更多的时候是举手之劳的平凡善举：它可以是公交车上的主动让座、斑马线上扶老人过街。它不仅可以发生熟人之间，例如在寒冷的冬日为同事奉上一杯热茶，为含辛茹苦的父母做一次饭、洗一次脚;还可以发生在素不相识的路人之间，例如为迷路的人指出正确的方向，帮忙碌的人分担繁重的工作，陪孤苦的人度过一日时光。只要我们每个人都把雷锋精神根植心间、落实到行动中，从自己做起、从身边做起、从点滴小事做起。只要每个人伸出一双温暖的手，就能汇聚成爱的森林。

传承雷锋精神，既要从小事入手，又要注重常态化。“雷锋叔叔三月来四月走”，是人们对学雷锋形式主义、“一阵风”的讽喻。我们传承雷锋精神，重在实践、贵在坚持。提请诸位注意的是我在此处用的是“传承”，而非“弘扬”。主要原因即是弘扬侧重于宣传，而传承侧重于实践。借用总理在回答中外记者问时的一句话来证明实践的重要性，那就是“扯着嗓子喊，不如甩着膀子干”。被誉为“当代雷锋”的郭明义就是用实实在在的行动传承着雷锋精神，他将传承雷锋精神的善举融入到生活和工作中。他发起的爱心团队吸引了来自全国16个省市自治区的6万多名志愿者参与，彰显了无声无疆的大爱。哪里有困难，哪里需要帮助，哪里就有爱心团队的身影。而我们各个社区在街道办事处的统一部署下，也成立了爱心服务队，即是要推进传承雷锋精神的常态化，这是一个崭新的载体，必将成为传承雷锋精神的先锋。魏巍曾在《谁是最可爱的人》一文中，向我们展示了在朝鲜战场保家卫国的战士形象，他深情的把战士们称为最可爱的人。如果现在您问我谁是最可爱的人，我会毫不犹豫的告诉您，是我们的志愿者。他们用自己的笑脸和汗水谱写着虽朴实却绚丽的华章。

**弘扬正能量演讲稿三分钟篇二**

亲爱的老师、同学们：

大家早上好！我是四（4）班的王慕新。今天，我演讲的题目是《弘扬雷锋精神，做传递正能量的使者》。

学习雷锋好榜样，忠于革命忠于党……大家听到这首耳熟能详的歌时是否想起一个人？那就是拥有助人为乐、钉子精神的雷锋叔叔。阳春三月，一年一度的学雷锋活动月又到了，再过两天就是学习雷锋纪念日。雷锋精神总是伴随着春天的脚步，一再融进我们的生活，给我们的精神带来温暖的气息。

今天在这里，我想给大家讲个关于雷锋叔叔的小故事。1960年10月间，雷锋叔叔担任了抚顺市两所小学少先队组织的校外辅导员。他平时的工作任务很紧张，但他却经常利用中午休息时间或是恶劣天气时不出车的机会到学校里和老师、辅导员们一起跟队员们谈谈心。他爱孩子们，孩子们也爱他，把他当成自己最亲密的朋友。一个阳光灿烂的中午，雷锋穿着崭新的军装，胸前飘着鲜艳的红领巾向学校走去。红领巾在阳光下闪闪发亮，把他的脸映衬得红彤彤的。他一踏进校门，马上就被一群学生团团围住了，他们像一群快乐的喜鹊，跳着、欢呼着：欢迎雷锋叔叔。请雷锋叔叔讲故事！雷锋和孩子们在一起就笑得闭不上嘴了。

今天，他也是刚出车执行任务回来，本来身体就很困乏，可一想到孩子们盼望他能多来和他们玩时，也就顾不上休息，马上换了衣服就急冲冲地来了。雷锋和孩子们接触多了，他发现有一些孩子本来是很聪明的，可就是调皮惯了，有时约束不住自己，经常违反纪律，还影响了学习。因此他觉得当辅导员更应该要想尽一切办法，把这些孩子领上正路上来。建设路小学六年级有个小马同学很聪明伶俐，可就是调皮，整天打打闹闹不好好学习，个子老大了还没能戴上红领巾呢。中队委员们都气得不愿理他了。雷锋知道了这件事后教导队干部们：小马是你们的同学，大家有责任帮助他。他功课不好，要吸收他参加学习小组，帮助他赶上来，怎么能不理他呢。中队委员不服气地说：他不听我们的话，怎么帮助呢？雷锋说，不要紧，我们一起想办法。这以后，雷锋就经常刻意接近小马，给他讲故事，跟他谈心，还热情地约他到宿舍来玩。经过雷锋、老师们的多次教育，少先队的帮助，小马逐渐克服了爱玩爱闹的缺点，学习上进步很大。当他第一次戴上红领巾后见到雷锋的时候，他紧紧拉住雷锋的手，激动地说：雷锋叔叔，我加入少年先锋队啦！

同学们，你们知道吗，雷锋叔叔就是这样一个热心的人，他做的好事说也说不完。讲到这，有些同学也许会认为学雷锋是一个遥不可及的话题，而我们小学生根本就做不了吧。不！其实很容易，我们向雷锋叔叔学习，就要从做好日常生活中的每件小事做起：捡起地上的一片纸屑，你就是一个爱清洁的环保小卫士；同学摔倒受伤了，你将他扶到校医室，你就是一个有爱心的好同学；珍惜时间，努力学习，你就是一个爱学习的小标兵。这些都是学雷锋的具体体现。看到了吧，学习雷锋很简单，想必你现在就能发现，我们身边也有不少这样的小雷锋吧！大家还记得我们学校里曾涌现三位拾金不昧的好少年吗，他们分别是六（9）班的刘美滋和五（9）班的陈泰志、周天骄，他们都是我们学习雷锋精神的好榜样，我觉得这就是正能量的体现。一个国家只有凝聚正能量才能富强、民主、文明、和谐；一个社会层只有凝聚正能量才能自由、平等、公正、法制；一个学校只有凝聚正能量才能稳定、发展、积极、向上；一个人只有凝聚正能量才能变得自信、积极、乐观、向上。那就让我们人人争当小雷锋，行动起来，做传递正能量的使者，让我们的学校充满着正能量。

**弘扬正能量演讲稿三分钟篇三**

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好!

我在追梦的路上一边彷徨无措，一边寻找指路的灯!当我听到中国梦的时候，想象着未来国家的繁盛与昌茂，心中的激动久久不能平息。一个大国的崛起之梦，该需要多少的人和物来实现啊。但就是这么一个“崛起”，却让几代的中国人夜不能寐!

在激动过后，我却一度不能相信中国梦能够实现。

可是，当我看到那些勇敢的人，那些无畏的人，那些可敬的人的时候，我对梦想冷淡的心又重新火热了起来。我仿佛听到了梦想的召唤，听到了那些传自人与人之间的正能量的召唤!

什么是正能量?

他们是永远不会凋零的战争之树，那棵树挥洒出绿色的正能量，当他开花结果时，整个人间都能嗅到清冽的芬芳!

什么是正能量?

什么是正能量?

是官员们将我们百姓放在心上，是他们听到我们的声音，接纳我们的意见，执行我们的想法。当我听到关于久久悬而不决的食品安全问题终于有了阶段性成果，当我听到《最高人民法院、最高人民检察院关于办理危害食品安全刑事案件适用法律若干问题的解释》的出台，那一刻，我高兴了，甚至是足之蹈之!

什么是正能量?

是为了自己的梦想，克服挡在身前的一座座高山，淌过一条条涧水，纵然需要走过千里万里路也永不放弃。我们中国的梦宏大广阔，需要几代人的共同努力才能实现。但站在前方探路、指挥的领导们却从不言弃，默默耕耘，坚持而努力，方能得成正果。

我也将和这泱泱华夏一样，让自己的梦和这壮丽的山河崛起之梦维系在一起，让自己的一点一滴融入到更大的梦想里，我想，想要靠近太阳，为此而努力着，就算最终到不了太阳，但一定能够踏足月亮!

梦想的正能量正在酝酿，我将细细品尝这能量的美，让梦勇敢启航!

**弘扬正能量演讲稿三分钟篇四**

尊敬的领导、各位同事：

大家好！

10年前，我以一名职工家属的身份加入了公司，成为一名公交驾驶员。开始只是想赚钱养家糊口，只是找到一个工作，没有真正去用心思考一些问题。每天都是简单的工作重复做——把乘客拉出来，再送回去，日复一日、年复一年的做着一件简单的事情，这就是我最初的想法。直到公司组织学习省级劳模隋岗同志的先进事迹归来，我才明白：简单不等于容易，把简单的事情重复做到极致，同样也是一种光荣。我开始重新去思考。

在这个工作岗位上，我得到的还有工作中同甘共苦、同舟共济的同事。我在单位工作这么多年，在日常工作中得到了领导和同事们的帮助，生活中也得到了领导和同事们的关照。当我运行中途抛锚时，是他们及时去救援；当我被乘客刁难落泪时，是他们挺身而出，化解纠纷；每到我生日时，车队为我送上祝福的短信和生日蛋糕。这一切，让我真切的感受到了团队的温暖。我感恩这份工作，感恩身边的每一位同事，感恩我生活在如此和谐的环境中，我们在这里相互扶携，携手共进，走过人生的美好时光。

10年来，我亲眼目睹着公司不断壮大，员工队伍不断扩大，人员素质逐年提高，管理制度逐年完善的过程，亲身体会到我们公司的蒸蒸日上，我骄傲我是东营公交的一员！我感谢公司——给了我深重的使命感，让我开启自己的人生旅程，让我知道我的事业只有起点，没有终点；感谢公司——给了我神圣的岗位，激发了我无穷的工作热情和灵感；感谢广大乘客——给了我高度的责任感，让我学会用宽厚的心包容所有的人和事；感谢所有同事——给了我工作的快乐，让我由衷的发出对工作更深层次的热爱。

回首二十年，我需要感谢的人很多。而这种感谢是无需用语言表达的，只有更加发奋工作，优异的工作成绩才是最好的感谢。作为一名公交驾驶员，我一定要以“只有不周到的服务，没有不对的乘客”的服务理念为宗旨，面对每一位乘客都做到“您字当先，请字当前，微笑不断”，委屈服务做到“忍”、微笑服务做到“甜”、文明服务做到“响”、热情服务做到“诚”，让乘客满意让领导放心。同志们，让我们常怀宽容感恩敬业之心，同心协力，携手共进，构建和谐公交，共建东营公交美好明天。

**弘扬正能量演讲稿三分钟篇五**

朋友们：

青春是人生中最壮丽的一幅巨作，勾勒出的是人生中最壮美，也最难忘的一段年华。青春需要正能量！

没有对生命的渴望，就没有破茧而出的飞蛾；没有对自由的渴望，就没有庄生扑蝶的美梦；没有飞天的梦想，就不可能实现嫦娥奔月的神话，只有怀着梦想的民族，才能经不衰，愈走愈强。

5月4日在中国航天科技集团公司中国空间技术研究院，参加“实现中国梦、青春勇担当”主题团日活动，强调广大青年要坚定理想信念，练就过硬本领，勇于创新创造，矢志艰苦奋斗，锤炼高尚品格，在实现中国梦的生动实践中放飞青想，在为人民利益的不懈奋斗中书写人生华章。

同日，中共中央政治局委员李源潮在x与中国青年五四奖章获得者等优秀青年代表座谈时指出，当代青年要按照党坚定理想信念，学习不停步、奋斗不停步、奉献不停步，脚踏实地创新创业创优，让青春在中国梦的实现中焕发光彩。

青年始终备受重视，近代梁启超曾说过“少年智则国智，少年富则国富，少年强则国强”，也对广大青年寄予厚望，强调“世界是你们的，也是我们的，但是归根结底是你们的。

你们青年人朝气蓬勃，正在兴旺时期，好像早晨的太阳，希望寄托在你们身上”，日前，时值五四青年节，两位领导人亲自出席青年活动，更体现了当对青年的关注。

青年是国家的未来，是发展的.能量之源，是社会进步的动力，是最富有理想的群体，广大青年要深入贯彻落实各级领导的讲话精神，积极进取，表现出与其他人不同的一面，用自己的朝气与积极向上的状态感召别人，用自己的行动传递着青春正能量。

要实现“中国梦”，需要青年人脚踏实地、埋头苦干。空谈误国、实干兴邦。喊破嗓子，不如甩开膀子，青年要树立远大的理想，有自己的“青年梦”，这样前进才能有方向，同时还要刻苦学习、扎实工作，立足本职岗位，切实做到“抓铁有痕、踏石留印”。

雄关漫道真如铁，是对梦想的追求；而今迈步从头越，是对梦想的执着！历史的接力棒已经交到我们手中，教育是中国的灵魂，我们要大声宣言：勿忘昨天的苦难与辉煌，无愧今天的责任与使命，不负明天的梦想与追求，来吧，为了美好的明天，为了光荣的未来，前进！我的梦，中国梦！

**弘扬正能量演讲稿三分钟篇六**

尊敬的各位领导、老师，亲爱的同学们：

大家好，今天我为大家带来的演讲叫做《青春需要正能量，青春拥有正能量》。

我们，撇下我们无知迎来了属于我们的青春。青春，让我们肆无忌惮，畅然释怀，体味风那样的自由，感受云那般的自在，因为青春赋予我们的是生命的巅峰，我们无须成熟，我们不再无知，我们唯有执着。青春里的正能量。强大的能量助我支撑起坚定的信念，让我对充满挑战的明天信心满满。

谁的青春没有过悲伤？谁的青春不曾想过放弃？又有谁的青春没有挫折与困境？可是，我不再惧怕，我知道在我身边终会有一种正能量，像炽热的阳光般温暖我心房，带我走向美好的明天。而我，也会成为他人的正能量，尽我所能去鼓励和温暖像曾经的我一样无助的人。

人生的花季是生命的春天，它美丽，却短暂。作为一名大学生就应该在这一时期，努力学习，奋发向上，找到一片属于自己的天空。青年是祖国的希望，民族的未来。每个人主宰着自己的明天。

前人说得好，“有志之人立长志，无志之人常立志”，那些没有志之人的“志”，就是美梦，就是所谓的“理想”，他们把自己的蓝图构画得再美好，再完善，也只是空中楼阁，海市蜃楼罢了。同学们，你是立长志之人，还是常立志之人呢？在青葱岁月里，每当我忧伤迷茫、徘徊无助时，总有一些人或物鼓励着我，散发着积极昂扬的光芒温暖着我。

做一个有正能量的人，让自己有动力去前进。正能量是一种强大的能量，它势必包括一个积极地推动力，只有这样才能让你的学业，事业，生活质量等得到进步。没有动力是很可怕的一件事，就如同汽车没有汽油，火箭没有燃料，植物不再吸收阳光，你只会混沌地过每一天，做着同样的事，到了这个点自然做该做的事，也没有什么远大的目标和理想。难道这个样不够可怕吗？你甘愿沉默得像一潭死水原地踏步着，也不愿多些动力去迎接每日的太阳增添能量吗？当然不是了，当你拥有正能量后，你会很自然地迈出你的步子，并且有动力去奔向新的起点。

青春需要正能量，正能量将为我们插上翱翔的翅膀，飞向广阔蔚蓝的天空！

最后我想用梁启超的话来结束今天的演讲：“少年智则国智，少年富则国富，少年强则国强，少年进步则国进步，少年雄于地球，则国雄于地球。”让我们洒一路汗水，饮一路风尘，嚼一跟艰辛，让青春在红旗下继续燃烧；愿每一位青年都怀抱着自己的理想，在人生的航程上不断乘风破浪，奋勇前进！

**弘扬正能量演讲稿三分钟篇七**

大家好，今天我给大家分享的题目叫做《青春需要正能量，青春拥有正能量》。

我们，撇下无知迎来了属于我们的青春。青春，让我们肆无忌惮，畅然释怀，体味风那样的自由，感受云那般的自在，因为青春赋予我们的是生命的巅峰，我们无须成熟，我们不再无知，我们唯有执着。青春里的正能量。强大的能量助我支撑起坚定的信念，让我对充满挑战的明天信心满满。

谁的青春没有过悲伤?谁的青春不曾想过放弃?又有谁的青春没有挫折与困境?可是，我不再惧怕，我知道在我身边终会有一种正能量，像炽热的阳光般温暖我心房，带我走向美好的明天。而我，也会成为他人的正能量，尽我所能去鼓励和温暖像曾经的我一样无助的人。

一段时间以来，关于\"老人摔倒到底扶不扶\"的问题曾引起公民的热议。每个人都有向上向善的意愿，关键在于，这种朴素的情感有没有被激活。

现在，总有些人在抱怨，坑蒙拐骗者有之，欺瞒诈骗者有之，毫不利人专门利己者有之。食品安全问题、城市安全问题、社会道德的滑坡种种事例让每个人都产生着不安全感和不信任感。很多人会说再也不相信人是善良的，不相信诚信，不相信真情。殊不知，在道德的主流高地上，绝大多数人都在坚守。我曾经看到过这样一则新闻：20xx年的一天，扬州大学附属中学17岁的学生徐砺寒骑自行车去上学。在经过一辆宝马车旁边时，无意中将这辆车的后视镜撞坏了，车身也被蹭掉一块漆。车主不在，他却没有溜走，而是选择在原地等待车主。后来因赶着上课，只好留下\"联系纸条\"欲赔偿。这件事在微博上引起轰动，徐砺寒也因此被网友称为\"诚信中学生\".车主获得消息后很快在微博上回应称：\"作为车主，当时我极度震惊，不知道说什么，心中只有感动，拍了拍孩子的肩催他赶紧去上学。望着他远去的背影无限感叹：我们的下一代若都如此，社会有希望!\"

\"自己做错了事，就应该负责。\"在后来的媒体采访中，徐砺寒这样回答为什么自己当时没有溜之大吉。在这诚信稀缺，甚至\"打死都不肯认错\"的今天，的确让人喟叹。徐砺寒用自己的实际行动给社会传递着正能量。这诚信的故事正启示我们，其实，正能量存在于每个人的身边和心中。而我们更需要的是多一些发现、多一点信任和多一份付出。看我们周围：工人们正用心地打着地基，筹备着建筑高楼的器材;街道上的女孩正把糖纸放进路边的垃圾箱;清洁工们正一点一点地清理着布满灰尘的街道……看感动中国人物：\"生死托举\"杨文求，用有力的臂膀，托起爱与担当;\"启音天使\"荐雪梅，用唇齿间的密码，开启沉寂的天籁;\"慈母大爱\"许张氏，一个连名字都没有的老人，却以弯曲的脊背，撑起瘫痪儿子生命的希望……再看中国出彩少年：孝心少年王艳文，纵使大海为墨，长空为纸，也写不完对父母的.深情;震灾英雄雷楚年，像一匹狂野的骏马穿梭于生与死之间，用自己的生命换取了7个同学的生命……这一切的一切，都是正能量的演绎，都是真情的延续。

英国作家狄更斯在他的《老古玩店》中说过：\"恶往往是昙花一现的，都和作恶者一同灭亡，而善则永世长存。\"不管是孔子的性善论，还是老子的上善若水思想，在21世纪的今天仍然熠熠生辉。所以，我们青少年，祖国未来的栋梁，更应努力凝聚并传播向上向善的正能量。努力学习，追求上进;尊敬师长，待人友善;担任班干部，对班集体负责;积极劳动，不乱丢垃圾……因为我们是青少年，处在人生中最美好的阶段，我们澎湃着热血，我们洋溢着激情，我们充满着爱心与正能量。

在培育和践行社会主义核心价值观的当下，我们更应主动开启向善的心门、自觉坚守美德。主宰世界的是我们，放弃世界的仍是我们，所以让我们拒绝平淡、告别无为，让我们奋发向上、崇德向善，让我们做品德高尚的优秀青年，让我们的青春在阳光下真正地飞扬起来!

我的讲话完毕，谢谢大家!

**弘扬正能量演讲稿三分钟篇八**

10年前，我以一名职工家属的身份加入了公司，成为一名公交驾驶员。开始只是想赚钱养家糊口，只是找到一个工作，没有真正去用心思考一些问题。每天都是简单的工作重复做——把乘客拉出来，再送回去，日复一日、年复一年的做着一件简单的事情，这就是我最初的想法。直到公司组织学习省级劳模隋岗同志的先进事迹归来，我才明白：简单不等于容易，把简单的事情重复做到极致，同样也是一种光荣。我开始重新去思考。

在这个工作岗位上，我得到的还有工作中同甘共苦、同舟共济的同事。我在单位工作这么多年，在日常工作中得到了领导和同事们的帮助，生活中也得到了领导和同事们的关照。当我运行中途抛锚时，是他们及时去救援；当我被乘客刁难落泪时，是他们挺身而出，化解纠纷；每到我生日时，车队为我送上祝福的短信和生日蛋糕。这一切，让我真切的感受到了团队的温暖。我感恩这份工作，感恩身边的每一位同事，感恩我生活在如此和谐的环境中，我们在这里相互扶携，携手共进，走过人生的美好时光。

10年来，我亲眼目睹着公司不断壮大，员工队伍不断扩大，人员素质逐年提高，管理制度逐年完善的过程，亲身体会到我们公司的蒸蒸日上，我骄傲我是东营公交的一员！我感谢公司——给了我深重的使命感，让我开启自己的人生旅程，让我知道我的事业只有起点，没有终点；感谢公司——给了我神圣的岗位，激发了我无穷的工作热情和灵感；感谢广大乘客——给了我高度的责任感，让我学会用宽厚的心包容所有的人和事；感谢所有同事——给了我工作的快乐，让我由衷的发出对工作更深层次的热爱。

回首二十年，我需要感谢的人很多。而这种感谢是无需用语言表达的，只有更加发奋工作，优异的工作成绩才是最好的感谢。作为一名公交驾驶员，我一定要以“只有不周到的服务，没有不对的乘客”的服务理念为宗旨，面对每一位乘客都做到“您字当先，请字当前，微笑不断”，委屈服务做到“忍”、微笑服务做到“甜”、文明服务做到“响”、热情服务做到“诚”，让乘客满意让领导放心。同志们，让我们常怀宽容感恩敬业之心，同心协力，携手共进，构建和谐公交，共建东营公交美好明天。

**弘扬正能量演讲稿三分钟篇九**

正能量是一种看不见、摸不着、闻不到，似乎是一种离我们很远、很神秘的东西。

正能量时而远在天边，时而近在眼前。没有人能知道它的踪影迹，没有人能找到它，其实它，就在我们的身边。

在几年前，我们家的附近，住着一位善良的大姐姐，她似乎是铁路中学的学生，因为某些原因的关系，她在这附近租了一间较小的房子，一个人住了下来，这个大姐姐很好，经常和我以及我的一些朋友在一起，她时不时就会帮助我们，我们有一些难题不会做了，我们会向她提出来，她也会尽力地帮助我们，我们很喜欢和大姐姐一起，我们经常和她一起写练习，找乐子等等，一但我们谁有困难，她就会很耐心地教我们，一直教到会为止。她也可以算是我们的辅导小老师。不仅教我们学习，还教我们玩一些她以前玩的一些小游戏，时不时还会教我们做菜，尽管我们的手艺超级烂，她也会温柔的说：“没有关系，第一次做，做不好也是理所当然了。”

慢慢的，随着时间的流逝，她能和我们在一起的时间也渐渐地缩短了。现在的她，学习任务非常多，个人都忙不过来，还要时不时地来和我们在一起，我们都明白，她现在已经高三了，很快就要考大学了!我们决定不要打扰到她的学习，不再经常和她在一起玩了，不过，周末的时候，我们还是会和她在一起玩的，她会教我们学习，我们也会和她在一起找乐子。

原以为现在的生活不会太坏，可是，伤心的事情还是发生了。

那一天晚上，妈妈回到家，以为是我把杯子打碎了，就打了我一巴掌，我不想向妈妈解释杯子其实是妹妹打碎的，妈妈根本就不会相信是妹妹打碎的杯子，又何毕解释呢?那时我心里想着。

妈妈打了我以后，我并没有说什么，只是流着泪跑了出去，在我跑出不久后，那位大姐姐看到了我。她很好奇我为什么流着泪，就问了一句：“你怎么了。”那时候，我没有说话，她把我带回了她家，回到她家时，我已经没有流泪了，那是因为，在回家的路上她一直在说一些可以让我不流泪的话。

回到了姐姐的家，她让我自己坐一下，她去了厨房，我在她的家里走了一会，意外地发现她的房子里竟然会有两只小麻雀。她告诉我，那是她在回家的路上发现的，发现它们的时候它们受了伤，如果不管它们的话，它们会死了，经过几天的治疗，它们已经好了很多，我想再过几天它们就能回到大自然了吧!

“好了，那么你现在可以告诉我你为什么会流泪了吧!”她带着善良的语气向我提出问题，我如实地告诉了她。

“是这样啊，你要知道，人是不能够随便地流泪地。”

“嗯?为什么呢?“

“因为，曾经有人说过，哭了，就不再是自己了!“

“什么意思?“

“你以后就会明白了!”她温柔地笑着，觉得时间着不多，就把我送回家了。

光阴似箭，姐姐也考上了一所理想的大学，不过她要搬走了，她在和我们分别之前，还说了一句“不能再哭了哟!”

这个善良的大姐姐，就像是黑暗中的点点光明，即使光亮很小，也要照亮一点点的黑暗，她总是在我难过的时候让我感到开心，在我孤单的时候让我不再感到孤独，在我遇到困难的时候给我勇气。

谢谢大姐姐的这股正能量，我要继续把这股正能量传递下去，我相信，只要有一个人都献出一点爱，世界会变得更加美好，正能量一定能给这个世界带来无尽的力量，无尽的希望。就像水融入着水，光簇拥着光一样。

**弘扬正能量演讲稿三分钟篇十**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

今天我演讲的题目是怎样传播正能量

正能量是最受大家欢迎的流行语。正能量是一种积极向上的`态度，正能量是一种可传递的能量，让我们心态更加积极，更加阳光。

多情自古伤离别，我们告别了短暂而美好的高一上学期，我们经历了离别时的不舍与辛酸，我们又走进了一个异性陌路的新班级，面对此景，同学之间的交往是否会有些迟疑呢？班级的凝聚力是否不够呢？我想是的，人都是有感情的，每当我们想起了昔日一起学习与生活的朋友时，总会有一种伤感。

大家都能碰撞出激烈的火花，我想这就是一种正能量。在最后激动人心的颁奖典礼上，我们虽然没有获奖，但我想说的是：“同学们，我们收获了许多，不是吗？同学之间友情的增加和班级的团结不正是我们将这种正能量发实用演讲稿大全演讲稿书写格式演讲稿书写技巧竞聘演讲稿爱国主义教育演。英语演讲稿挥出最大的作用了吗？不正是给予我们的最丰厚的奖赏吗？同学们，在以后的学习与生活中，我们应该传递我们的正能量，回想我们在六中的岁月，从“给力”，从“hold住”一路走来，它早已不是简简单单的“正能量”这三个字，它已经上升成为一个充满象征意义的符号，与我们的情感深深相系，表达着我们的渴望，我们的期待。

那么究竟什么是正能量呢？正能量就是一种思想的力量，比如感恩、信任、豁达、洒脱、奋进这些都是正能量。

萦绕着正能量，同学之间传递的会是理解和包容，那么也就会收获喜悦和幸福。摆正自己的心态和位置，做好分内的工作、对同学的关心和帮助，回报以感激和祝福。充满自信的学习，当面对冷言冷语时，第一反应不应是反感，而是体谅和接纳，也许对方遇到了什么学习难题或者家庭中有什么为难的事情，从这种角度出发，也许不但能帮助到同学的困难，还能提升同学间学习的默契；面对同学成绩的提高和奖励，应给予正面的祝福，看到同学进步的方向，就要思考自己在哪里做的不足，观察细节就能在细节中有所收获。对方的成绩未尝不是对自己的一种鞭策和提醒。

我的演讲完毕，谢谢大家。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn