# 感恩优选演讲稿10篇范文

来源：网络 作者：静默星光 更新时间：2025-07-05

*感恩，汉语词汇，拼音gǎnēn。意思对别人所给的恩惠表示感激。出自《三国志·吴志·骆统传》：“飨赐之日，可人人别进，问其燥湿，加以密意，诱谕使言，察其志趣，令皆感恩戴义，怀欲报之心。”下面小编给大家带来关于感恩优选演讲稿，希望会对大家的工...*

感恩，汉语词汇，拼音gǎn
ēn。意思对别人所给的恩惠表示感激。出自《三国志·吴志·骆统传》：“飨赐之日，可人人别进，问其燥湿，加以密意，诱谕使言，察其志趣，令皆感恩戴义，怀欲报之心。”下面小编给大家带来关于感恩优选演讲稿，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

**感恩优选演讲稿1**

大家好!

我今天演讲的题目是:“拥有一颗感恩的心”“感谢太阳，感谢天地;感谢你的满足和付出;感谢今天的拥有，感谢明天的风雨，感谢彼此的关心。

感恩中，慢慢学，珍惜甜蜜。“当我看到这段话时，我认为它意义重大。文中表达的一切不正是我们经历过的，现在拥有的吗?能在阳光下沐浴，能在城市和乡村漫步，能与久违的亲人重逢，能有自己的成就，等等，这些都是世界上最普通、最普通的事情。但是，为什么要对这些看似平凡的事情心存感激呢?现实中我们并不习惯这一切!是的，习惯当然掩盖了所有来之不易的东西，而我们在享受这一切的同时，却忘了感恩。”

但是多少爱情有着一寸长草的成语，千古传诵，告诉我们不要感恩，但我们往往忘记了，生活和生活都需要感恩。在很多人眼里，只有活得开心的人才能感受到善良。我无法给幸福一个解释，但在我看来，让一个人快乐或不快乐的不是财富、地位或成就的多少，而是他用什么样的心去看待自己和身边的世界。经常背负怨念的人，即使是炫富，依然像背上的寒山，活得毫无情趣。一直心存感激的人都知道“人靠别人活着”这个简单而深刻的道理，所以他们对自己得到的一切都心存感激。他感谢老师和朋友，为自己的成长付出努力;他感谢自己的辛勤劳动和善良善行，换来的是生命的依赖和世人的敬仰;他感激自然的太阳、月亮、星星、山川、蓝天、白云、红花、绿草、飞鸟、鱼儿。他们滋养了自己，娱乐了自己，让生活丰富多彩，充满爱。

记得台湾作家林清玄曾经写过一篇文章，题目叫《感恩的心》。作者在随笔中把自己比作尘土中的一粒沙，那么渺小，那么微不足道，但也感谢浩瀚的宇宙给他生命，感谢风沙陪伴着我让他不孤独，感谢自然界的一切让生活充满幸福。这就是名人心中的幸福。

幸福就是这么简单，只要我们记得感恩，因为这颗心是幸福的钥匙，它可以打开幸福的大门，通向一个充满快乐的新世界...演讲结束后感谢大家!

**感恩优选演讲稿2**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好!

在北京某学生刚考上大学后向父母承诺，上大学的所有费用均为向父母借贷等工作以后逐步偿还，这件事引起了社会上的议论。

父母给钱让孩子上大学似乎是理所应当的事，因为那是父母对我们的爱，是对我们的呵护，而父母对我们的爱与关怀是永恒的，是值得我们用一生去铭记的，怎么能够用金钱去衡量呢?这位大学生也许是无意的，他只想让父母知道他已经成人，也可以独当一面了，他不想让父母对他有太多担心，但是在亲情面前谈借贷难免有些叫人无法接受，但最重要的事还是要学会感恩父母，感恩父母对我们的爱，毕竟羊羔跪乳乌鸦反哺，受人滴水恩要当涌泉报。更何况是父母对我们数不清的爱呢?

父母总是把最好的一面留给我们。记得有这样一个故事，医生说一位母亲最多只能活三个月，这位母亲想见一见那个连“妈妈”都不会叫的孩子。老公抱着孩子，站在她旁边，她伸出双手想抱，无奈，手举不起来。孩子看到妈，特别亲切，手舞了起来，脚动了起来，也许这就是亲情吧。站在一边的人都流下了眼泪，孩子的父亲将孩子放到孩子母亲怀里。妈妈微笑着轻轻吻着孩子，然后头朝向床里，流下了眼泪。最后一眼，她留给孩子的是微笑。

孩子心中也许无法留下妈妈的映像，但心灵深处会有一个慈祥的笑容，父母总是把最好的一面留给我们，这也许是我们应当报答他们的原因，所以，我们要学会感恩。

13岁的赵子森是山东省济宁市看庄镇前迄小学学生，在他9岁时，母亲查出有肠癌，而父亲又身患尿毒症。年幼的子森便一边上学一边照顾生病的母亲，每天早起晚睡，用他那稚嫩的肩膀，承担起了家庭的重担。母亲的去世，子森继续精心照顾父亲。父亲的情绪不稳定，他便不厌其烦地开导，父亲病情加重时更是彻夜不眠，帮父亲翻身，喂水，洗脸，耐心的伺候父亲的大小便……直到父亲去世。

子森是感恩父母的典范，他被评为看庄镇首届“看庄好人道德模范”“看庄镇孝道少年”“孔孟之乡二十四孝星”。他用坚韧和毅力挫败了命运的嘲笑，让父母宁静而幸福的离去。我们应当向他学习，学会感恩。

感恩一直以来都是被人们亲切谈论的话题，可真正学会感恩并付诸行动的人并不太多，不如让我们用上微信玩游戏的空闲时间，多给父母洗洗脚捶捶背，多陪他们说说话……

带着感恩出发，每一天都会将行囊装满，无论是喜是忧，那都是我们和父母人生阅历上一个挥之不去的字码。

**感恩优选演讲稿3**

尊敬的老师、同学们：

大家好!

又一次旭日东升，又一度秋风送爽，又一个收获的季节菊桂飘香。老师，在您忙碌的身影后，在您不倦的指缝间，在您深夜的台灯前，又一个教师节将悄然而至。同学，在你躁动的音符间，在你懵懂的记忆里，在你成长的里程中，又一个期待的九月祝福满堂。在这个令人敬慕的节日里，请允许我代表\_\_\_小学全校学生向老师们表达最真诚的祝福——亲爱的老师们，您们辛苦了!祝您们节日快乐!

同学们，我想我们每个人都明白，是亲爱的老师们，用心灵的阳光，撒向每一片新绿，用希望的雨露，滋润每一个蓓蕾，给春笋拔节向上的力量，给雏鹰翱翔蓝天的翅膀;是亲爱的老师们，用热情如春风，吹拂每一棵新苗，用挚爱如小溪，流向每个人心房，给心灵走向远方的勇气，给意志百炼成钢的坚强。是老师用母爱抚慰受伤的心灵，用真情扶起跌倒的希望;是老师用汗水编织美丽的花环，用勤劳奏向美妙的歌声。让我们感谢老师辛勤的教育，感恩于他们谆谆的教诲，让我们大声的说：老师您辛苦了!老师谢谢您!

感恩老师，并不需要我们去做惊天动地的大事，它表现在日常生活中的点点滴滴：课堂上，一道坚定的目光，一个轻轻的点头，证明了你在全身心投入，你在专心致志地听讲，这便是感恩;下课后，在走廊里遇到了老师，一抹淡淡的微笑，一个轻轻地招手，一声甜甜的“老师好”，这也是感恩;我们知错就改，接受老师的批评教育，这同样是感恩;我们积极进取，尊重老师的劳动成果，这依然是感恩。

当然，认真地完成每次作业，积极地举手发言，认真的思考，主动的参与，靠自己的努力换来理想的成绩，取得更大的进步，获得更好的发展，这便是对老师辛勤工作的最好回报，也是老师最大的欣慰。还有，我们以良好的心态，严格遵守学校的各项规章制度，做一个讲文明、懂礼貌、善言行的学生，在知识上、感情上理解老师、体贴老师，这更是对老师谆谆教诲的最大肯定，也是老师最快乐的满足。不要把这些归结为无谓的小事，不要不屑于身边的这些点点滴滴，因为在这点滴小事的背后，包含的正是你对老师的尊重和肯定，更是对自己健康成长的尊重和肯定。

老师们、同学们，让我们携起手来，共同努力，用爱心点亮童心，用汗水浇灌知识，用人格塑造灵魂，用希望去点燃心中不灭的梦想。老师们、同学们，让我们团结一心，共同努力，让心灵充满阳光，让热情随波流淌，让汗水把收获丈量，让理想托起心中不落的太阳。

最后，再次预祝全体老师们：节日快乐!工作顺利!身体健康!祝全体同学们：天天开心!快乐学习!快乐成长。

谢谢大家!

**感恩优选演讲稿4**

亲爱的老师们，亲爱的学生们:

大家好!

花感激雨露，因为雨露滋润了它的生长;苍鹰感激天空，因为天空让它飞翔;山感激大地，因为大地使它巍峨;我感激很多人，但我最感激的是我的老师。

你去过那个岛吗?那是我的家乡，一个偏僻的小岛。没有路，没有车，没有繁华的街道……你见过我们的老师吗?那是一群世界上最普通的老师，没有华丽的衣服，浓妆艳抹。他们中的一些人只是被海风吹皱了，但他们总是面带微笑...他们中的一些人出生在这个岛上。三十多年来，他们把所有的岁月都献给了岛上的教育;为了教育和岛上的孩子，他们放弃了多次离开小岛的机会，依然默默的站在三尺讲台上。你见过那个老笑脸吗?悲伤在善良中显露。他是我们学校的老教师，快六十岁了。在这个年龄，他应该享受他幸福的晚年。但是，由于儿子突发白血病，家人的不幸并没有打败他。在匆忙照顾儿子几天后，他匆忙回到自己的教学岗位。没有我们这些孩子，他活不下去。这样的老师怎么能让我们不爱他不尊重他呢?当然，我们学校有很多老师。他们有的是国家模范教师，有的为了岛上的孩子放弃了出国的机会...你见过那群年轻的人物吗?那是一群岛外的老师。他们远离家乡和亲人。他们来这里教我们知识，告诉我们外面世界的美好事物。这些老师只能回家半个月以上，每次看着老师坐在那条小船上，在汹涌的大海里颠簸摇晃。我总是在心里祈祷:海浪，你能不能轻轻的动一下，然后轻轻的?让他们在船舱里做个甜甜的梦!让他们顺利上岸。你听说过“留守儿童”这个词吗?我身边很多同学都是留守儿童。但是你知道吗?我们的很多老师，为了教育我们的留守儿童，让自己的孩子成为留守儿童。他们为我们付出了多么大的代价!有一段时间，我们抱怨老师为什么经常回家。但是，半个月或一个月一次的回家之旅能叫频繁吗?老师的孩子也需要妈妈的爱!老师，您能原谅我们的无知吗?老师，谢谢!

老师，你是春天的阳光，每一片草都沐浴着你的温暖。你是久旱，每一株幼苗都尝过你的甜头;你是严厉的老师，你是慈爱的母亲，你是跳动的烛火，善良的光辉沐浴着每一个孩子的心灵…

我们感谢我们的老师，

感谢老师，给我们前进的动力;

感恩的老师，给我们飞翔的翅膀;

感恩的老师，给我们指明人生的方向;

感恩的老师，让我们放眼世界...

再说一遍:谢谢老师!

我的演讲结束了，谢谢。

**感恩优选演讲稿5**

亲爱的老师和同学们:

大家好!

是谁把我们带到了这个五彩缤纷的世界?是我们的父母!当我们遇到困难时，能付出一切帮助我们的人就是父母。当我们受委屈的时候，父母是能耐心听我们倾诉的人。当我们犯错时，能毫不犹豫原谅我们的人也是父母。当我们成功时，是父母真诚地庆祝，并与我们分享他们的快乐。

我还记得，当我们只在婴儿期哭的时候，我们咕哝着爸爸妈妈的第一句话，是父母教我们说话;当我们用小脚在地板上跌跌撞撞时，是父母教我们走路的。当我们激动地用笔写下自己歪歪扭扭的名字时，是父母教会了我们写字……也许我们从来没有注意到父母在这漫长的一生中付出了多少努力、付出了多少爱和希望!

我还记得我们第一次爬山，充满了热情和信心。结果我们爬到半山腰就有了放弃的想法。这时，父母鼓励我们“坚持就是胜利!”而且一直在向上爬，父母的言传身教给了我们信心，是的，我们想成为胜利者，所以我们要在苦难之后爬上山顶，山顶的美景令人耳目一新，一种巨大的成就感油然而生。是父母教会了我们坚持!

当我们背着书包上学的时候，父母总是告诉我们几次:上学要听老师的话，不要和同学顶嘴，不要拿别人的东西，要友好、诚实、坚强、礼貌。他们希望我们多了解，多理解。他们像蜡烛一样燃烧自己，愿意为我们付出代价。他们用自己的心血为我们的成长铺路，帮助我们走向社会，走向未来，是教导我们做人的父母!

父母给了我们生命，是我们的启蒙老师，是养育我们茁壮成长的辛勤园丁，是我们坚强生活的天使。让我们以感恩的心对待父母，健康成长，成为建设祖国有用的人才，才能对得起父母!

谢谢大家!

**感恩优选演讲稿6**

各位老师中午好：

感恩节的脚步已悄然来临，面对感恩我们往往吝啬于自己的言辞，很少对关心自己的亲人说“谢谢”“我爱你”。回想自己成长的点滴，从牙牙学语到为人师的这一路，有着太多的感恩，只是羞于表达，默默的用着属于我的方式在诠释。

借此演讲的机会我将大胆的说出深藏已久的感恩，首先感谢今天让我能够站在这里参加此次演讲并有机会表达爱的所有人，当然包括勇敢迈出第一步的我自己。我今天要演讲的题目是《感恩的心》。

“感恩的心，感谢有你，伴我一生有勇气做我自己，感恩的心，感谢命运，花开花落我一样会珍惜”这段歌词和手语都是大家所熟悉的。感恩，感谢生活中的点滴不一样心情;感恩，感谢在我身边经过的每个人。

感谢我的父母。对于我的父母我一度迷茫过，心中充满排斥，那个时候我听不到他们对我的呼唤，体会不到他们对我的爱，感受不到生活的缤纷与亲情的温暖。我像迷失森林中小孩试图绕开阻挡我前进的树木，可一切徒然。直到有一天姑父的一句话犹如仙女的魔法棒帮我走出了森林。是啊，没有我的父母就没有我的今天，是他们给了我生命，教会了我人生中的第一句话;是他们帮我规划了一切，为我铺设了平坦的求生之路;我成功时，他们为我高兴，却从不表露于言辞;失败受挫时，他们静静的听我哭诉，为我指点迷津;为我付出最多的人是他们;为我担心流泪的人还是他们。用他们的话说：“我们辛苦辛苦所做的一切都是为了你，只要你好也就是我们好”。朴实的话语却真切无疑的表露了他们对我的爱。而我?却需要姑父的提醒才懂得去感谢他们，感谢他们的付出，也才开始明白这是我一生都报答不尽的。我想我应该用暖人的话语真切的行动去大声的说“爸妈，谢谢您!我爱您!谢谢您对我的爱”。

感谢姑父和干爹。对于你们我一直有种敬畏，不敢靠近，生怕我的不懂事给你们带来不必要的言论，可经过考编这件事我发现我错了，就像我爸爸说的“你们对于我的关爱正如对自己的女儿一样，甚至比我这个做爸的还关心。”是啊，就是这一年你们为我添了不少的白发，给我联系老师，陪我一起赶考面试。当得知我再次被刷的时候，姑父您对姑妈说：“明天还不知道去哪，还有什么心思吃鱼啊，要吃你吃吧!”要知道您那一天都没有吃什么东西。而我亲爱的干爹还在考场外焦急的等我，当听到我的名字第18的时候时候，您第一个走进会场找到我并拍拍我的肩说：“进步很大，我们还有明天。”我却不明事理的说：“我放弃了!”第二天是你们的.坚持，是你们给的信心，让我踏上了成功的彼岸。当我电话通知你们我过了的时候，你们比我还开心。帮我向所有关心我的人传达着我成功的喜悦。也就是这天我知道了那一次我没进你们比我还难过，却还要来安慰我。是你们让我知道世界的另一种色彩，让我更快的成长。谢谢你们!

感谢我的每一个朋友。感谢那些在我迷茫的时候听我唠叨的人，有了他们的陪伴，我才心情平和享受温暖的阳光;感谢那些在我伤心流泪时安慰我鼓励我的人，是他们给了我勇气，让我坚强起来，笑着面对世界;感谢我的每一位朋友，感谢他们包容我的任性，原谅我不经意的伤害，感谢他们分享我的快乐，倾听我的悲伤，让我忙忙碌碌的日子多姿多彩。亲切的说一句：“朋友，谢谢你!”

**感恩优选演讲稿7**

大家下午好，我是1404班的王婕。今天我演讲的题目是《心存感恩》。

自古以来，感恩的话题永恒不变，感恩的歌曲源远流长，感恩的颂词代代相传，感恩的行动永伴你我。

首先，我们应该感谢的是我们的父母，父母给了我们生命母亲为我们操劳着，父亲为我们的生活四处奔波，他们任凭双颊染上易见的沧桑。我们可曾想过，在他们疲惫的时候为他们轻柔一下双肩吗?我们又曾想过在他们生活压力大的时候给予他们安慰和支持吗?然而我们并没有，我们做的是在青春的叛逆期与他们无休止的争吵，我们做的是在他们没有满足我们的愿望时表现的不理解和不满，我们做的一件又一件让他们伤心，让他们失望的事，我们用他们辛苦挣来的血汗钱挥霍无度。虽然我们总无理取闹的伤害他们，但是他们依然无怨无悔的养育着我们，他们看着我们成长，只要我们开心健康，他们脸上就会露出无比欣慰的笑容。

然后，我们感恩老师，他们用辛苦的汗水培育着我们，他们用半夜不息的灯光以及粉笔灰染白的秀发引领着我们前进，他们的一生都奉献在教育事业上，我们感恩老师付出太多的心血和青春。当我们不听话时，可曾想过伤害的是老师那颗恨铁不成钢的心啊!

其次，我们感恩那些对社会做贡献的人，感恩起早贪黑的清洁工们，感恩救死扶伤的医生，感恩送人归途的司机。正因为有这些人，所以我们要心存感恩。

最后，我们要感恩那些帮助过我们的人，是他们在我们无助的时候点亮我们的希望，我们还要感恩那些伤害过我们的人，是他们让我们懂得了成长。

因为感恩，所以奉献。亲爱的同学们，让我们积极行动起来吧。让我们荡漾于这缕感恩的春风中，使我们的校园更加美好，使我们的未来更加灿烂，使我们的社会变得更加平安与和谐。
我的演讲完毕。谢谢大家!

**感恩优选演讲稿8**

尊敬的老师、同学：大家早上好

我今天演讲的题目是《感恩父母》。

感恩是一种美德，是一种历史悠久的精神遗产。它的源泉则是如溪水般长流的爱。回忆历史，我们总被这样的故事感动着：古代孟母，为了儿子能够成大业，不惜三次迁居，为后人留下了“孟母三迁”的佳话。近代，抗日将领马敬斋的母亲，她被捕后，面对日本人的威胁，毫不畏惧，毅然让儿子继续抗日，随后绝食而死。马敬斋写下了“伟大母亲，虽死犹生，儿承母志，继续斗争”的誓言。这一个个事例，一首首爱的赞歌，不正体现了一位位做母亲的伟大吗?

现在的我已懂得：感恩，是心与心的撞击，它可以迸发出爱的火花，我真诚的希望天下儿女都有一颗感恩的心。

我的演讲完毕，谢谢大家!

演讲人：\_\_\_x

20\_\_\_年\_\_\_月\_\_\_日

**感恩优选演讲稿9**

亲爱的老师们，亲爱的学生们早上好：

我今天演讲的主题是：感恩，带着爱走下去。

都说世界上最珍贵的东西是自由的东西，而这些自由的东西看起来都像灰尘一样小，很容易被人忽略。就像一句名言：“鱼对它一直生活的水没有太大的感觉，在它最需要的东西中，没有仔细感受水的清澈或浑浊。”人也是如此。我们总是忽略了身边最平凡的爱，所以让我们心存感激，用心去爱。

拥有一颗感恩的心，不是单纯的忍受和承受，而是以一种宽容的心态积极面对生活。我始终相信，所有温暖的前任都是冰冷的，只有学会感恩，拥有一颗感恩的心，才是真正的快乐。“羊有下跪喂奶之恩，乌鸦有反哺之意”，“送玫瑰给他人，手留余香”，都是因为有一颗感恩的心才芬芳馥郁。

同学们，让我们怀着一颗感恩的心，对待生活。让我们一起呐喊：感恩，带着爱走下去。

**感恩优选演讲稿10**

亲爱的同学们：

大家好!

中国自古就有“受人滴水之恩，当以涌泉相报”的谚语。当我们接受他人的帮助和得到他人恩惠的时候，一句“谢谢!”就可以表现出我们的感激之情。虽然只是短短的两个字，但是它可以使给予我们帮助和给我们施恩的人感受到我们有一颗感恩的心。

如今，越来越多的西方节日被我们所重视。教师节、父亲节、母亲节……为的就是让我们学会感恩。教师节那天，学子们会从四面八方会聚到恩师的身边，道上一句节日的问候，感谢老师的教育之恩;母亲节、父亲节那天，儿女们会为父母送上一份最温馨的礼物，感谢他们辛勤的养育之恩。美国有一个古老的传统，每年11月的最后一个礼拜四为感恩节。每逢这一节日，美国的许多家庭团聚在一起，意在庆祝丰收和感谢上帝。不少家庭还做好事：邀请离家外出的朋友参加聚餐，共享欢乐;帮助社区低收入家庭，捐赠衣物、食品;给帮助过自己的人写感谢卡等。虽然每年只有这一天，但是就是这一天，它让人们心中常怀感恩之心。怀着如此一颗感恩的心，我们能学会付出，我们能学会给予，我们能学会把快乐带给身边的每一个人!因此我们应该从小就培养自己有一颗感恩的心，让我们生活在充满感激的世界里!

不久前，报纸上报道了这样一则新闻：著名球星杜威在赴苏超凯尔特人队前推掉了所有商业活动，带着自己的父母到崇明的根宝足球基地感激恩师。虽然这在其他人看来只是一件小事，但是足以看出杜威有一颗感恩的心。他在成名并踏上国际足坛之后，他并没有忘记把他从河南带到上海的教练徐根宝。在临行前，他最想做的就是和恩师道别，可以看出他从没有忘记教练对他那么多年来的培育之恩，在他心里，对教练的感激之情时常在心中。

我的演讲完毕，谢谢大家!

style=\"color:#FF0000\">感恩优选演讲稿10篇

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找