# 2024年助人为乐的演讲稿150字(二十三篇)

来源：网络 作者：寂夜思潮 更新时间：2024-09-11

*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。大家想知道怎么样才能写得一篇好的演讲稿吗？下面我给大家整理了一些演讲稿模板范文，希望能够帮助到大家。助人为乐的演讲稿150字篇一大家好!有...*

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。大家想知道怎么样才能写得一篇好的演讲稿吗？下面我给大家整理了一些演讲稿模板范文，希望能够帮助到大家。

**助人为乐的演讲稿150字篇一**

大家好!

有一种久违的体验叫感动，有一种醉人的滋味叫感动。就是这轻轻的一触，让多少英雄落泪，让多少浪子回头;就是这轻轻的一触，才演绎出人世间如此之多的悲欢离合，铭心刻骨。

那是在暑假时，我独自一人去医院看病，在公共汽车上，车上人很多，我好不容易等到了座位，坐下之后，我正在看窗外的风景，突然，有一个老大爷颤颤巍巍上了车，仔细一看，只见老大爷年过花甲，老态龙钟，额上布满了皱纹，满头银发，身子十分瘦弱，手上拿了一根拐杖，行动缓慢。我正在犹豫该不该把座位让给老大爷，给吧，自己又没座位了，不给吧，老师不是说过要学习雷峰助人为乐的吗?

当我正在胡思乱想的时候，有一个大哥哥站了起来，微笑的对老大爷说：“老大爷，您坐我的座位吧!小心别摔跤了。”老大爷显得十分惊讶，但很快又回过神来，乐呵呵的对那位大哥哥边摆手边说：“还是你坐吧，你也别摔着了。”大哥哥听了很不高兴了，对老大爷说：“大爷，我不坐可以，我还年轻的很呢!没关系。”老大爷实在说不过只好坐下了。说道：“哎!现在的年轻人啊，越来越学习雷峰了。”大哥哥听见后只是笑了笑，什么也没说。这时我发现全车的乘客都用一种敬佩的眼光看着那位大哥哥，随后脸上又浮现出略带一丝羞愧的表情。

看到这一幕，我不禁被大哥哥学习雷峰乐于助人的精神感动了，是呀!，现在这个年代，人们虽然都在说：“要学习雷峰!要学习雷峰!”，可又有几个人做到了?从大哥哥身上，我最感动的是他那说到做到、尊老爱幼、助人为乐的精神。我一定要学习大哥哥，争取当一个跟他一样的活雷峰!另外，我也感到后悔，自己为什么不抢先一步，比大哥哥早一点，说不定老大爷已经坐在我的位置上了呢!

人的一生中有很多次感动，并在不断的感动之中，不要怀疑，因为我们并不是故作伤感，而是真真切切的情感流露，尽管世俗的东西已经让身边的事物变的模糊不清，尽管这样的感动变的越来越少。然而我们的生命需要象感动这样的东西如夜空中的繁星闪闪发光，照亮这个世界。所以我们需要……

**助人为乐的演讲稿150字篇二**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好!

人生最大的幸福是快乐，能给别人带来才是最大的快乐。

花儿在春风的抚摸下绽放，小草在大地的怀抱中成长，嫩芽在细语的洗礼下探头，白云在蓝天的映衬下美丽，别人在我的帮助下幸福，我在帮助别人中得到快乐。

赠人玫瑰手有余香

考场上，只看见同学们埋头苦思冥想着，只听见笔尖沙沙沙的声音，是唯恐试卷有漏网之鱼。可同桌的咳嗽声一声紧接一声，瞥了一眼他脸憋得通红，鼻涕都把眼泪呛的都出来了，我瞅了瞅老师快速抽出纸巾递给同桌，咳不容缓的同桌向我投来感激的目光，我用眼角的余光偷偷瞄了眼监考老师，他笑着竖起大拇指，并示意我赶快答题。我急兵出战，过五关斩六将，全身心投入，吞掉个个拦路虎，擒住一条条漏网鱼，尤其写作的思维犹如决堤河流，气势蓬勃，一泻千里，我从未有此的有灵感，有激情，有信心……。呀，帮助人的感觉蛮好的。

人有急难，倾财救之

当汶川地震的噩耗传来时，全国上下民众悲哀之时，纷纷自主献血，捐钱，出力……大家都用爱心为灾区同胞编织着美好的祝福。我握着衣袋里的10元钱，不再犹豫买零食，买发夹，买文具，很是快的虔诚地投入到了学校的捐款箱，眼前不时出现了学友们背着书包又坐在高大的教学楼里，朗朗读书声耸入云霄。助人不仅是物质上的帮助，更是精神上的支持，我拿起笔，在日记本上很快写下了“致汶川朋友的一封信”，我的心渐渐飘向天空，高呼着原来帮助别人蛮幸福呀!

助人为乐是中华民族的传统美德，物质上的帮助能救人一时之难，而感情上的抚慰，精神上的支撑却可使人终身受益。帮助小到一个眼神，大到一个生命的陨落。

**助人为乐的演讲稿150字篇三**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

帮助，是口干舌燥时的一杯清凉的水；帮助，是严寒冬天里的一件大衣；帮助，是雨天的一把伞；帮助，是失败时一句贴心的安慰；帮助，更是遇到困难时伸出的援救之手……俗话说：“只要人人都献出一点爱，世界将变成美好人间。”在我的脑海中，帮助别人是很高尚的举动。

那天下午，我蹦蹦跳跳地哼着歌向学校走去。到了班级，好朋友王丽对我说：“今天上午你和小燕吵架了？”一提起这件事，我的好心情顿时就消失了，是因为上午小燕把我的钢笔弄坏了，所以我便有气无力地说：“是啊。”

开始上课了，我从书包里拿出文具盒，又从文具盒中拿出黑水笔开始做试卷了。我不经意地往小燕那里一看，她正在寻找笔做试卷呢，一副焦头烂额的样子。我在心中暗暗地想：谁叫你把我的笔弄坏了？真是自作自受！这时我又转念一想：成人之美是一种高尚的品德，我们不应该因鸡毛蒜皮的小事而针锋相对，何况我们俩还是好朋友，应该团结互助。此时，我的思想被分为两部分，一边是魔鬼，一边是天使。经过一会儿考虑，终于，“善良”战胜了“邪恶”。于是，我小声地对小燕说：“你在找笔吗？我这儿有一枝笔，你可以先拿去用。”小燕见我主动借给她，她也变得不好意思起来，羞涩而又感激地对我说：“谢谢！”

从此以后，我们又成了好朋友。

经过这件事，我明白了，帮助是一件很神奇的东西，它可以使人快乐，也可以使自己崇高。我以后一定要多帮助他人，使别人得到快乐，自己也得到快乐。

**助人为乐的演讲稿150字篇四**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好!

“爱人者，人恒爱之;敬人者，人恒敬之。”这句话出自于孟子，在我们礼仪之邦的中国可谓家喻户晓，妇孺皆知，它告诉了我们一个既浅显又深刻的道理：只有首先给予别人爱，你才能得到别人的爱;只有首先给予别人敬，你才能得到别人的敬。

正像梁老师所说的那样“把爱心送给学生，给学生一个温暖和谐的家，自己也会享受家的温暖与和谐”。在我看来，就是要做一个有爱心的学生，因为只有有了爱心，大家才能学会宽容、学会感恩，有了爱心就能防止大家心生恶念，防止走错。爱心就是同学们在学习的道路上指引你学习知识，学会做人的那颗北斗星。

做一个有爱心的学生就要学会爱自己的父母，哪怕是他不停地在你身边唠叨，因为只有他才是你这个世上最亲的人。

做一个有爱心的学生就要学会爱自己的老师，哪怕是他曾经对你进过了严厉的批评，因为只有他才是你的成长道路上给你最大的无私帮助的人。

做一个有爱心的学生就要学会善待自己同学，哪怕是你们刚才还在争吵闹矛盾，因为只有同学才是你学习道路中的同伴，有了他的存在，这个旅程就不会再觉得孤单。

做一个有爱心的学生就要学会爱护学校的一草一木，因为他们装点了我们的生活，有了他的存在，我们的生活才会变的充满色彩。

我想只要同学们心存爱心，学会感激，与人为善，懂得包容，大家就一定会在我们的学校学习得好，生活得好。

爱，主要是给予，而不是接受与索取。爱身边的人就要主动帮助别人。就要做到饱知人饥，暖知人寒。爱身边的人，就要视人若己，济人危难，助人为乐，成人之美，先人后己。

让我们一起同行，共同唱响美妙的爱心之歌，让爱心永驻!

**助人为乐的演讲稿150字篇五**

大家好!

我今天演讲的主题是“助人为乐”。

也许许多同学会说：“帮助别人，对我们每个人来说，任何人都能做到。”但在你帮助别人之前有没有想过，你想帮助别人做的这件事本身好不好，如果你做的这件事本身不好，可能会对自己或别人造成伤害，那就不能叫帮助别人。例如，有些同学把自己的作业给其他同学抄，大家说，这算不算“帮助”呢?因此，我们每个学生都应该清楚地认识到，不是每件事都可以去帮助别人，帮助别人之前一定要三思。

那么，什么是真正的帮助呢?

有这样的一个故事：孔繁森抚养了三个在1992年拉萨地震中失去双亲的孤儿，并经常用自己的工资帮助生活在贫困中的人民。因此，常常不到半个月，他的工资就几乎花光了。他还会悄悄地跑去献血，在不到一年的时间里，他捐出了900毫升血液，并将900多元的营养补偿款全部用于三名孤儿的生活补贴上。

雷锋经常利用各种各样的机会，对需要帮助的战友伸出援手，帮助了许多陌生的人，特别是帮助了许多孩子和老人。而每次帮助别人之后，他都不愿意留下自己的名字，甚至把自己做的好事，记到其他同志身上。雷锋用他的一生，践行了他在日记中所写的那句话：“把有限的生命投入到无限的为人民服务之中去”。

孔繁森的行为和雷锋叔叔的精神充分体现了帮助别人是幸福的根源这一真理，即我们学生应该努力学习，把“帮助别人”付诸行动。

同学们，让我们一起行动起来，从小事做起，从自身做起，多为人民服务。例如，帮助别人拾起地上的笔，在别人比赛时帮他们拿东西，当别人遇到困难时，主动帮助别人，互相帮助，互相爱护。我相信我们会感受到帮助别人的快乐，认识到真正的助人为乐是什么。

我的演讲结束了，谢谢大家!

**助人为乐的演讲稿150字篇六**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好!

关于慈善，人们的理解各不相同。无论在何时，无论在何地，无论你是贫穷或是富贵，都可以去做，这就是我的理解。

正如周立波所说：“慈善不是富人们的游戏。”慈善的真正意义就是在别人需要帮助的时候伸出你的双手，尽管你的力量很微弱。这正如一碗水，在沙漠里的人饥渴难耐，如果你给他一碗水，那么就是做慈善;但反之，如果一个人周围全都是水，马上要被淹没，你却又倒进一碗水，那么这样就是谋杀。慈善，其实很简单。

在街头，给陌生人一个微笑，这可能使他感到温馨;在学校里，即使某位同学的学习成绩有多么不好，你也要说：“哇，你又进步了。”;朋友失败痛苦时，你拍拍他的肩膀，告诉他：“别哭，继续努力，下一次成功的就是你。”…

慈善，确实很简单。

春节的时候，我们一家人傍晚坐车去奶奶家。快要到的时候，我们被狠狠地颠了一下，下车看看，路上有一道沟，好像是安自来水时留下的。第二天清晨，我们回家的时候，再经过那里路已经被垫平了。坐在车里我想了很多：还是好人多，这个垫路的人一定做过很多这样的善事，一定帮助过很多人，一定有很多人因他开心。只要心存善念，常做善事，慈善就会在我们身边。

慈善，属实很简单。

折断翅膀的小鸟，如果你将它捧起，送到附近的动物保护协会，只是一个举手之劳，却拯救了一个生命。充满善举的生活会使你的心情更加舒畅。

奉献爱心，助人为乐，扶困济贫，哪怕只是举手之劳，那也是为社会做了慈善。我坚信，再小的动作也可以成就大作为。

**助人为乐的演讲稿150字篇七**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好!

有些人则真正地以助人为乐，经常帮助别人。

在日常生活中，我也同样喜欢帮助别人。出外购物或带回来的很多大包小包，我一定要抢着承担一些，否则我的手就会痒;朋友身上要负担很多东西时，我一定要帮他/她一把……我周六上午去老师家上二胡课。放学时，只有肩上、手上有很多东西，我才会有一种踏实感(帮女生背或提乐器)。

另外，当别人有困难时，我会竭尽全力帮助。比如，在5、12汶川大地震中，我从电视中看到地震灾区群众面临的困境，我毫不犹豫地拿出了自己原本就不多的压岁钱为灾区捐款，先后捐了三次共两百多元;还有一次，我随妈妈去采访一个孤零零的70多岁的老奶奶，她靠捡垃圾废品过日子，还收养了两个弃婴，并把她们抚养大。我非常感动，回到家和妈妈一起，带好衣服和一些书本，拿上我的压岁钱又去看望了老奶奶和两个姐姐!

帮助，简单的两个字，字典上的解释是“替人出力、出主意或给予物质上、精神上的支援”，我的解释是“让别人受益，给自己快乐的一种行为”。这样一件既利人又利己的事情，我们为什么不快快乐乐地去做呢?俗话说：滴水之恩，涌泉相报。就让我们时刻准备，帮助别人，做一个互帮互助、以助人为乐的好学生吧!

**助人为乐的演讲稿150字篇八**

亲爱的老师、同学们：

大家好!

我今天演讲的题目是《助人为快乐之本》

助人为快乐之本，关心体贴他人，当他人有迫切需要时，主动给予他人帮助和关心，急人之急，帮人之苦，忧人之忧，救人之危，我们也可以从中得到快乐，这是人一种高尚的行为。帮助别人是共产主义世界观的体现。在通往世界两万五千英里长征的路上，许多战士把粮食、药品、甚至生存的希望留给了他们的战友，把饥饿、痛苦和死亡的威胁留给了自己。这是因为红军认识到了自己的责任。在危急时刻帮助别人，这是高尚世界观的体现。

看看我们现在。我们这一代大多是独生子女。虽然我们这一代的独生子女有着自信，乐观和积极向上的优势，但也暴露了一些缺点，如自私、自我、傲娇等等。要纠正一个群体的缺点是不容易的。倡导助人为乐，热心公益，可以很好地增强独生子女在现代社会的自立与合作精神，弥补自私的缺点。

助人为乐要从小事做起，不要小题大做。帮助他人，任何小事都可以，走进教室，随手关门，把寒风抵挡在外;走过卫生拐角处，捡起掉在地上的垃圾，保持楼道的清洁。过马路的时候，扶起一个跌倒的小男孩，安慰他不要哭......这些在平时看似无关紧要的事情，其实都是在帮助别人。

亲爱的同学们，当你遇到困难时，你是否渴望得到别人的帮助?我相信你一定会。同样，当别人遇到困难时，我们也要伸出援手。幸运的是，现在我们身边很多人已经悄悄地涌入希望工程队列，甚至有很多学生参加了青年志愿者服务队等。这些让我们惊讶地发现，雷锋精神并没有消失，而是以各种形式在我们身边蓬勃发展。赠人玫瑰，手有余香，我相信，只要每个人都心存善意，这个世界将会更美好!

我的演讲到此结束，谢谢大家!

**助人为乐的演讲稿150字篇九**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好!

初来乍到，在教室的一角，我看到了一位坐在角落的女同学。

这个女同学有着红得像苹果的脸蛋，水灵灵的眼睛，乌黑发亮的秀发，真漂亮!

这就是我现在的好朋友—陈丹妮，它不仅看起来既文静又漂亮，而且，也是一个成绩好，乐于助人的女孩。

记得有一次，我们一起上学，当走到半路时，看见了一位拄着拐杖的老人要穿过马路，可是，这个时候路上偏偏却有着川流不息的汽车，我本来打算去扶那位老人，可是一看手表，哇!1点25分了，不行!要快点走，否则会迟到的。当我正要拉起她的手跑时，她二话不说，毫不犹豫地像火箭似地跑过去，我连忙跟上，说：“要迟到了，走吧!不然会受到惩罚的。”她却坚定的说：“你先走吧!我要把这位老人安全的送到马路的另一边，这样，我才能安心的离开，我不怕受到惩罚，反而比较担心那位老人的生命安全，我想等一下到了再和老师说清楚原因，我相信老师会理解的。”后来，我想了一下，对她说：“好，我们一起帮助这位老人。”随后，我们小心翼翼地把老人送到马路边去。

虽然这是一件小事，但让我知道了我的同学不仅文静，还是个乐于助人的女孩。

**助人为乐的演讲稿150字篇十**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好!

妈妈常常教育我要助人为乐，今天我才体会到助人为乐的真正意义。

这天放学，我刚走到校门口，突然我看到这样一幕：张洋摔倒在地，老师快步跑到张洋身边，扶起张洋。我赶忙凑过去问：“张洋，你没事吧?”这时张洋正倒在老师的怀里，面容扭曲，眉毛皱成一团，尖尖的小虎牙死死地咬住薄薄的嘴唇，右手紧握着脚踝，用哭腔的声音说：“我没事，只是崴到脚了。”老师交代我把张洋送回家，我犹豫了：张洋和我曾打过架，我们之间有点小矛盾。可转念一想：做人要宽宏大量，不能斤斤计较，何况作文张洋是我的同学，妈妈常常教育我要助人为乐，我怎能见难不帮呢?“老师您就放心吧，我一定吧张洋安全送到家。”我拍着胸脯向老师保证。

我让张洋把手搭在我的背上，一脚着地，我小心翼翼的搀扶着他，一步一步往前走，走了好久，才到了他家，开门的阿姨把张洋扶进屋，这时我已满头大汗、气喘吁吁了，阿姨连声向我道谢：“谢谢你!多亏了你了，你真是助人为乐的好孩子。”我挠挠头说：“阿姨，同学之间就应该互相帮助，这是我应该做的。”

我虽然已经筋疲力尽，但心里却是美滋滋的。

**助人为乐的演讲稿150字篇十一**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

也许，你不是璀璨的星星，也不是皎洁的明月，更不是那温暖的、无私的太阳，你只是一颗小草——默默无闻，但你却很快乐，这是为什么？

那是因为生活中的你帮助了许许多多的人，你感到快乐，你的心灵上得到满足，你也许只是做了一些微不足道的事情，但对别人来说，这却是一笔巨大的精神财富，你也许会搀扶盲人过马路，也许你会帮老奶奶提东西，也许……如果你是一个乐于助人的人，我相信，每当你做完这些事，心里肯定会有一丝触动，是啊，助人为乐太重要了，能使人与人之间变得更为和谐，助人为乐，会得到别人的尊重……

我的一个朋友曾给我讲述这样的一件事：有一位盲人过马路时，她虽然拄着她的盲杖，但最终还是走到了马路中央，这时，一辆汽车来了，司机赶紧刹车，不行，这是下坡道，即使刹车，由于惯性，这样还会撞伤老太太的。于是，他扭转方向，车与树相撞了，司机的头撞在了玻璃上，一下引来了一大群围观者，许久有人才想起拔打“120”，但由于脑部失血过多，抢救无效。听完这个故事，我不知是喜是悲。我欣赏那位司机的善良，我被他这种可贵的精神所打动，他是一个英雄，他不惜牺牲自己来换取别人的生命，但我也为世人的冷漠而感到无奈。假使正开始时就有人把盲人牵到马路边，假使有人伸出援助之手，这样的悲剧就不会发生了……

助人为乐是中华民族的传统美德，但为什么越来越多的人摒弃了这种思想呢？我不明白。每年三月都有“学雷锋”活动，为的是发扬雷锋助人为乐的精神。雷锋好事做了一火车，但却从不留名，他助人的时候，脸上总会露出灿烂的微笑，让我们把他的微笑留在心中，也尝试助人的快乐吧！

石油大王一—老洛克菲勒，他晚年身体特别不好，医生要他好好休养，他就开着自己的游艇到世界各地旅行。游艇上配着各种医疗设备以备他随时就医，在旅行中，他发现了一个让自己快乐的窍门，就是多帮助别人，看到别人开心的笑脸，他的心情也变好了许多，他的身体状况也好了起来。

**助人为乐的演讲稿150字篇十二**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好!

我漫步在记忆的长河中，捡拾着记忆的贝壳，聆听昔日的往事。一些往事已随时光流逝而淡忘，但在诸多的贝壳中，有着一枚闪闪发亮的、它记录着一件令我骄傲的往事，让我深深的感受到了，助人为乐是快乐之本。

故事发生在我上小学五年级时那个炎热的夏天。我在车站等车回家， 忽然看见前方不远处的地方，一位腿脚不太灵便的老奶奶摔倒了，我左看看，右瞧瞧，只见大家都在观望，没有一位想过去扶起的意思，有的还站在原地傻笑，那一刻，我多么想飞奔过去扶起可怜的老奶奶啊!但脑海中突然回放出电视上、报纸中，经常有助人为乐的人被受助者赖上的情形。我过去帮忙，她家人来了，会不会把我也误认为撞倒老奶奶的肇事者呢!如果真那样的话我就麻烦了!想到这里，我本已迈出的脚步停了下来，想上前扶起老奶奶的念头也被打消了。

我看见她两手撑地试探性的挣扎了2次也没爬起来，看她是那样的费劲，心里像“热锅上的蚂蚁——急的团团转”，怎么办?我看看天空炙热的太阳，再看看地上宛如火炉般蒸腾的热浪，不知是天太热还是我着急，那时我感觉手心乃至全身都冒出了热汗，我心里很是纠结，是过去扶呢?还是不扶?

猛然间我的视线里冒出个比我小的同校同学过去扶老奶奶了，可能因为劲太小，最终还是没扶起来，此刻我再也忍不住了，以迅雷不及掩耳之势跑过去和小朋友一起扶起了老奶奶，老奶奶不停的说“谢谢、谢谢”，而我心里很不是滋味。当我转身跑回车站时，我要坐的5路车却开走错过了。虽然我也过去扶了，但是在低年级同学的带动下才过去扶起的，要是我及时过去扶起老奶奶，她就不会坐在地上受那滚烫地面的烘烤了，那一刻我内心很是懊悔。

没过多长时间，又一辆5路车缓缓开来了，我上车坐在座位上心里任然高兴不起来。到了赛格电脑城那站，上来一位老大爷，司机叔叔喊了声：请哪位给老人让个座位呀!我像弹簧般——腾的站起来给老大爷让座，同起来让座的还有一位阿姨，我把老爷爷请到我的座位，老爷爷说谢谢，我说“不用谢，这是我应该做的，不用谢”，周围的乘客都对我笑，有的还竖起了大拇指。那一刻，我脸上洋溢出幸福的笑容，心里像吃了蜂蜜一般，甜到了心头。

我感受到了，助人为乐是快乐之本，感受到了，雷锋精神永存的含义。我要发扬雷锋精神，要发扬我国尊老爱幼的传统美德，做一个助人为乐的快乐学生。

**助人为乐的演讲稿150字篇十三**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好!

踏进中学的大门，我认识了许多新同学，他们有的幽默，有的大方，还有的乐于助人，其中给我应象最深刻的是乐于助人的新同学。

她有着一头长发，水灵灵的大眼睛，她的脸上总是挂着微笑，她非常的乐于助人，你要是不信，快瞧：星期一下午，考试的时候，我写着写着水笔没水了，我的心一下子提到了嗓子眼里，不由的想：这下惨了，才写了一半就没水了，到时候肯定要考差了，哎!我顿时急得像热锅的蚂蚁，坐立不安。我偷偷抬头望望我周围的人，他们都在埋头苦写。于是，我压低了嗓门向同学借笔，可是他却没听见，就在我急得团团转时，一根水笔已在我面前，我猛得抬头，啊，原来是她呀!她微笑着并点点头便又回去写卷子，我心里充满了感激，当下课铃响起时，我刚好写完卷子，我走到她面前感激地说：“谢谢你!”而她笑着说：“小事一桩，同学之间就应该互相帮助吗?”

她不仅仅帮助自己认识的人，还帮助自己不认识的人：星期天的上午，她在花园里散步，看见一个小妹妹手里拿着一包棉花糖蹦蹦跳跳地边走边吃，一不留神踩着了一块石头，重重的摔在地上，钻心的疼痛使小女孩嚎啕大哭。路过的人一个个都不肯帮忙，她毫不犹豫地走过去把小妹妹扶了来，轻轻地帮她拍去灰尘，并对小妹妹说：“别哭了，乖，姐姐给你买棉花糖，带你去看脚好吗?”小妹妹听了，抽噎地说：“谢……谢你”她把小女孩背上去医院，走了一小半路，她已经累的直喘气。汗水不断的往下滴，过了20分钟后，总于到了医院，治好病后，给她小妹妹买了一袋棉花糖，又送她回家，这时，小妹妹是家长为了感谢她，要送她一袋糖，她却拒绝了，说：“没事，我只是尽是的本能。”

她深深地影响了也使我变得乐于助人，不求回报，当然，我的新改变都归功于我的乐于助人新同学。

**助人为乐的演讲稿150字篇十四**

各位老师、各位同学：大家好

今天我演讲的题目是《助人为乐是快乐之本》。

助人为快乐之本，关心体贴他人，在他人急需的时候，能主动热情地给予帮助和照顾，急人之急，帮人之苦，忧人之忧，救人之危，

在别人得到帮助的同时自已也能从中得到快乐，这是人的一种高尚行为。助人为乐是共产主义世界观的体现。在闻名世界的二万五千里长征的途中，有许多战士把仅有的粮食、药品，甚至生存的希望让给了战友，而把饥饿、苦难和死亡的威胁留给了自己。这就是因为红军战士认识到自己肩负的责任。在关键时刻帮助别人，是高尚的世界观的体现。是的，古代有英雄的劫富济贫，当代有雷锋精神的出现。

再看一看我们现在。我们这一代是独生子女的时代。在座的不少同学是独生子女。我们这一代独生子女虽然有着自信、乐观、积极向上等优点。但是也暴露出一些缺点，如自私、以个人为中心等等。要改正一个群体的缺点是不容易的事。而提倡助人为乐、热心公益却可以很好地加强当代独生子女自立、合作精神，弥补自私这一缺点。助人要从日常小事做起，善小而不为。而你助人为乐，说大不大，说小

不小。走进教室，随手关门，将呼呼的寒风挡在门外。当你走过卫生角，随手捡起掉在地上的纸屑。当你经过讲台，随手将零乱的讲台整理好。当你穿过马路，扶起一位摔倒的小男孩，安慰他不要哭泣。这一些平时看起来微不足道的事，都是助人为乐的表现。亲爱的同学，当你身陷困难时，你是否渴望得到别人的帮助?你肯定会的。同样，当别人身陷困难时，我们也要助人一臂之力。庆幸的事，现在我们的身边已悄悄地涌起助希望工程，甚至有许多同学也参加了青年志愿者服务队等等。这些都让我们惊喜地发现，雷锋精神不但没有消失，而且以各种各样的形式在我们周围蓬勃地发扬光大起来。

**助人为乐的演讲稿150字篇十五**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

我的同学王康睿和我很要好。他经常助人为乐，在同学中很受欢迎。

印象中，他皮肤黑黝黝的，像刚从非洲旅游回来。他眼睛亮晶晶的，就像闪闪发光的星星。

一天下午，我和王康睿去倒垃圾。路上，我们一边说话，一边走。忽然，我停下了脚步。王康睿不知出了什么事：“你怎么了？”

“我累了。想休息一下。”

“那我帮你提吧。反正我还有力气。”王康睿马上抢过了我的垃圾桶。

等我们来到垃圾站。王康睿高高地举起了垃圾桶，我却举不起来。王康睿看见了，马上说：“别急，我来帮你举吧。”

只见王康睿拿起垃圾桶用力一举，就把垃圾倒进了垃圾站。接着，我们去洗垃圾桶。王康睿和我拿起刷子，像清洁工一样把垃圾桶洗干净。

该回教室了。我对王康睿说：“今天多亏有你，不然就倒不完了。”

“这是我应该做的。”王康睿很谦虚。

王康睿真是一个助人为乐的同学。

**助人为乐的演讲稿150字篇十六**

一个小女孩经过一片草地时,看见一只蝴蝶被荆棘弄伤了,于是她小心地为它拔掉刺,让它飞向大自然.后来蝴蝶为了报恩,化做一位仙女,对小女孩说:\"请你许个愿吧!我将让它实现.\"小女孩想想说,\"我希望快乐\"于是,仙女在她耳边细语一番便飞走了,后来,这个小女孩果真快乐地度过了一生.而这个快乐的秘密就是,力所能及地帮助身边的每一个人.

茫茫人海，滚滚红尘，回眸四望，助人是一道绝美的风景，一隅人人渴望、四季相宜、风味独特的景观。学会助人，你便懂得享受;学会助人，你便拥有快乐;学会助人，你便走近幸福;学会助人，便成为一个大写的人!

助人是一种享受，是一种实实在在的享受。无论何时何地，你学会了助人，你便收获快乐，收获温馨。懂得助人，你的心情便永远阳光灿烂。因为：赠人玫瑰，手留余香。

助人是一种情怀，是一种博大高雅的情怀。没有爱心的人，不懂得助人;缺少情趣的人，不知道助人。自私自利的人，更不会去助人。

助人是一种幸福，是一种帮助过别人的人才能享受到的幸福。大千世界，芸芸众生，自私自利者有之，助人为乐着也有之;自私自利者多，助人为乐者少。在别人感激的回眸一瞬，你会感受到助人滋生的幸福和快乐。

助人是一种态度，是一种发自内心体谅别人的态度。当你看到同学学习遇到困难，当你看到老师需要帮助，当你看到父母需要体谅，哪怕当你看到贫困者需要慷慨解囊……你的点滴帮助就是一种积极的人生态度。它会让你和身边的人更加的快乐。

助人是一种风格，是一种独特自在的风格。古语有云:\"己欲利,先利人;己欲达,先达人.\" 仁德的人，自己想站得住首先使别人也能站得住，自己做到通达事理首先要使别人也通达事理。我们帮助别人也就等于在帮助我们自己.

助人是阳光，是雨露，是冬天里的一把烈火;助人是玉液，是琼浆，是夏日里的一片浓阴。我们学会助人，我们便会温暖处处。我们学会助人，我们便会阴凉处处……

同学们，那些在困境中的人、伤心的人，拥有一朵花，感觉就像拥有了整个春天。我们只要为他们献出一片暖暖的关爱，就会为他们营造一个幸福的天堂。那时候，我们一定会感受到双倍的快乐和幸福。

**助人为乐的演讲稿150字篇十七**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好!

老师常常教导我们：赠人玫瑰，手有余香。爸爸妈妈也告诉我：当帮助别人时，你会感到心情愉快。这些话我一直铭记在心。

那是一个大雨滂沱的晚上，我正在四姨家吃饭，妈妈对我说：“你爸爸和你四姨夫回来了，没带伞。你拿伞下楼去接下他们吧!记住，在百家顺超市门口哈!”“知道了，我马上出发。”我拿了两把伞，迅速下楼，撑好伞，向百家顺超市跑去。

到了百家顺门口，我发现有一位大姐姐站在离我不远的大树下，她没有带伞，一副焦急的样子。我走过去问：“大姐姐，你在干什么啊?这么着急?”大姐姐面带微笑地说：“我在等出租车。”我听后，毫不犹豫地把手里多余的伞递给大姐说：“大姐姐，你先打这把伞吧，一会儿车来了，再还我也不迟”。“啊!谢谢你呀，小弟弟!”“不用谢，老师教育我们要助人为乐。这是我应该做的”。不一会，出租车来了，大姐姐把伞还给我后说：“真希望所有小朋友都像你这样爱帮助人，再见!”“再见!”说着大姐姐便钻进车里了。

我把这件事告诉了爸爸。爸爸说：“做得不错，值得表扬。”我心里美滋滋的，心想：我以后还要帮助更多的人，因为帮助别人，快乐自己!

**助人为乐的演讲稿150字篇十八**

如果你是一滴水，你是否滋润了一寸土地?如果你是一线阳光，你是否照亮了一分黑暗?如果你是一颗粮食，你是否哺育了有用的生命?如果你是一颗小小的螺丝钉，你是否永远坚守着你的岗位?

每一次想起雷锋叔叔，我就想起这一段话。有关雷锋做好事的故事多少年来脍炙人口，他的名字成了做好事的象征。有一次，雷锋因肚子疼到团部卫生连开了些药回来，见到一所小学的大楼正在施工，便推起一辆小车帮着运砖。当市二建公司敲锣打鼓送来感谢信时，领导才知道这件好事。雷

锋入伍时有200元的积蓄。后来，他把100元钱捐献给公社，辽阳地区遭受水灾时，他又将100元寄给了辽阳市委。雷锋每月有6元钱的津贴，全部用来做好事。自己的袜子却补了又补，平时连一瓶汽水也舍不得喝。

雷锋叔叔帮助别人的事迹，讲三天三夜也讲不完。我们二年二班也一直都有着助人为乐的良好风气。有一天中午，我和威凯放学回家进电梯时，发现吕 泓生同学自己一个人跑回来。咦，平常她都是有家长来接的呀，今天怎么自己回来了呢?一定不对劲!于是我和威凯就一起陪泓生回家，按了好几次门铃，可是一直没有人来开门。这下子泓生急得快哭了，我们也替她十分着急。于是，我们赶紧先把泓生带到威凯家，我立刻打电话给妈妈，通过我妈妈联系到了泓生的家长，才知道泓生的爷爷还一直在学校门口焦急地找不到泓生呢!不一会儿，泓生爷爷来接她了，对我们说：“真是谢谢啊!”我们连忙说：“不用谢!”看到泓生安全地被接回去了，我们心里别提有多高兴了。同学之间就是应该互相帮助。

在生活中，我们需要雷锋精神，只有我们自己发扬助人为乐的精神，与人为善，才能得到别人的帮助和尊敬，才能感到真正的快乐和幸福。

让我们大家一起向雷锋叔叔学习吧!

**助人为乐的演讲稿150字篇十九**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好!

“一个人所能给予他人的最珍贵的东西，莫过于自己身体的一部分。”这句话一直就像一股清流，萦绕在我的心间，令我久久不能忘怀。这是《永生的眼睛》这篇课文里的一句话。

这篇课文主要写作者琳达的爸爸妈妈在死前早已打算捐献自己的器官，而女儿温迪也受到了爷爷奶奶的感染，向爷爷奶奶学习，决定死后捐献器官的故事，赞扬了一家人乐于助人的良好品质，使人不禁被他们一家的精神所感染。

我掩卷深思，琳达一家乐于助人，一心为他人着想，他们的精神似绵绵流水，必将在后代的身上得到传承。而他们的生命，也必将在他人身上得到延续，成为永恒!

其实，这种助人为乐的精神无处不在。我有一个好朋友，她的名字叫农葆仪，我们俩常在一块打打闹闹，关系也很不错。有一次考试，我正在题海中艰难地奋斗着，忽然，我的笔居然不给力，没墨了!这下我该怎么写试卷呢?总不能不写吧?我急得像热锅上的蚂蚁，周围的人都在屏住呼吸写试卷，教室里安静极了，只听见同学们写试卷的声音。这时，一个天使般的声音传来：“欣蕾，你怎么了?”我转头一看，原来是农葆仪的声音啊!我支支吾吾地说：“呃……那个，我的笔……没墨了。”“哦，我刚好有一支备用的笔，你先用吧，写完试卷再说。”农葆仪会心一笑，把那只她一直不舍得用的笔递给了我。我说：“谢谢!”“不用谢，同学之间互相帮助是应该的。”她说。听了她这句话，我的心像有一股暖流在回荡，也许，这就是助人为乐精神带给你我的快乐和温暖吧。它不需要任何回报，却依然能拉近人与人之间的距离，摘下人与人之间的面具。不管你做的是一件惊天动地的大事，还是一件微不足道的小事，在助人为乐的天平上，它们等值!

“对人来说，最大的欢乐、最大的幸福是把自己的精神力量奉献给他人。”这是苏霍姆林斯基曾说过的一句名言。没错，世界上最温暖的一场接力赛是什么?是奉献。因为有了奉献，所以有了一段坚固的友情;因为有了奉献，所以有了一个团结友爱的班集体;因为有了奉献，所以有了一个到处充满爱的世界。奉献，是人间最美丽的两个字。让我们从现在开始，学会奉献吧!只要人人献出一点爱，世界将变成美好的人间。

**助人为乐的演讲稿150字篇二十**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好!

那是一次我坐公共汽车回家的路上发生的事。公共汽车来了，车还没停稳，一伙人就挨挨挤挤的争着上车。我不想这样，我就在一旁等，大家都上去了，我才上车。我一上车，还好，有座位。

我刚想坐下来的时候，后面上来一个老奶奶，她环顾了四周，我也随着她的目光向四周扫视了一遍，原来已经没座位了。我决定给她让个座。于是我对老奶奶说：“奶奶，来，坐这儿吧”。说完我站起，走到了一旁。

老奶奶说：“孩子啊，还是你坐吧。”我连忙说：“还是您坐吧，我站着就可以了!”，就这样老奶奶坐到了我的座位上。当时我觉得很是快乐，一颗心也终于放下，因为我当时心里还坏坏的想过难道我想做一次好事的愿望都实现不了吗?

这时突然听见后面一个小女孩的妈妈好象在对她的孩子说：“你看人家大哥哥多懂事，要向哥哥学习啊!”我听了，仿佛自己真的长大了，我能给予别人帮助了，心里别提有多开心。

从这件事后，我真的很快乐，因为我学会了帮助别人。知道原来帮助别人是件让人快乐的事，妈妈说的助人为乐，可能就是这个道理吧。

我觉得：帮助别人，快乐自己!

**助人为乐的演讲稿150字篇二十一**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好!

有这样一个人，在我幼小的心灵中，留下了深深的印象。他朴实无华，却有着金子般的心，与我们年年相约于三月。他只是一个军人，在人群中也许会显得不起眼，而被人忽略，但是他身上闪光的精神，却深深打动了数千人乃至数万人的心。他就是——雷锋叔叔。

然而，1962年，一个萧瑟的秋天，雷锋叔叔闭上了双眼，安静地离开了我们。他走了，走的那么匆忙，来不及再多看我们一眼。虽然生命只给了他22个春秋，但在这短暂的生命中，他创造了平凡而伟大的事迹，这些事迹，闪烁着灿烂的光芒!我们深深地怀念他，因为他是出色的劳动模范，是我们学习的榜样，在我们心中竖起了一座高大的丰碑。

雷峰叔叔曾说：“人的生命是有限的，而为人民服务是无限的，我要把有限的生命投入到无限的为人民服务中去!”这句话，激励了我，也启迪了我。有一次，我坐公交车去图书馆，半路，上来一位白发苍苍的老奶奶，手里还牵着一个五、六岁的小女孩，我连忙站起来给老奶奶让座。老奶奶拉着小女孩坐到我的座位上，直夸我是一个好孩子，我开心地笑了。回到家后，我把这事告诉了爸妈，爸爸说：“你做得很对，人要助人为乐，这才是最快乐的”。

我深刻的记住了爸爸说的这一番话。从此以后，每当我坐公交车时，只要看见老爷爷、老奶奶或抱小孩的阿姨就会让座。因为我也想当“雷锋叔叔”那样的人，其实在我们的校园里，就有许许多多的“小雷锋”，不信你看——他们有双勤劳的手，擦净一扇扇门窗，一张张桌椅，洗净一块块抹布;他们伸出节俭的双手，关掉亮着的灯，开着的水龙头;他们用灵巧的双手，认真修理教室里被同学们损坏的公物;他们有着一颗颗善良的心。

这些“小雷锋”是多么的可爱，在别人有困难的时候，无声地帮助别人，默默奉献自己的一份力，在平凡中孕育出崇高的精神。

**助人为乐的演讲稿150字篇二十二**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好!

春天到了，春姑娘带着春雨妹妹来到了人间。

春雨来到了教师外，同学们正在上课。同学们在老师的伴奏下唱着一首首优美的歌，脸上带着微笑。春雨姑娘看他们唱着歌这么开心，也跟着情不自禁地唱起来。同学们的声音和春雨姑娘的声音合在了一起。这种声音真好听。

春雨来到了城市里，看见到处是垃圾，空气中弥漫着一股股臭气。“沙沙沙沙沙”春雨姑娘下起了一场小雨。给整个城市洗了个冷水澡，空气清新多了，街道也变的干净多了。一个清洁工看见了说：“春雨姑娘谢谢你。”春雨姑娘说：“不用谢，这是我应该做的。”说完春雨姑娘又飞到别处去了。

春雨来到了田野边，看到到处是光秃秃的。突然从地上传来一阵呼喊声。春雨姑娘往地上一看原来是几颗小种子让春雨给它们浇水。春雨姑娘马上下了一场雨“沙沙沙沙”下的可欢了。小种子发芽了，说：“水真甜啊!谢谢你。”春雨姑娘说：“不用谢。”太阳出来了，她向小种子告别说：“我明天还会来看你们的。”说完便走了。

春雨姑娘这种乐于助人的品质值得我们学习。

**助人为乐的演讲稿150字篇二十三**

各位老师、各位同学：

大家好，今天我演讲的题目是《助人为乐是快乐之本》。

快乐的帮助别人,关心他人,在他人的迫切需要,能积极和热情帮助和照顾,紧急,帮助人们的痛苦,急人之急，帮人之苦，忧人之忧，救人之危，在别人得到帮助的同时自己也可以得到快乐,这是一个高尚的人类行为。

帮助别人是共产主义世界观的体现。在举世闻名的两万五千里长征中，许多战士放弃了唯一的食物、药品，甚至生存的希望，把饥饿、苦难和死亡的威胁留给了自己。

这是因为红军战士认识到他们所肩负的责任。在关键时刻帮助别人是高尚世界观的体现。是的，在古代有英雄抢劫富人帮助穷人，在现代有雷锋精神的出现。

再看一看我们现在。我们这一代人是独生子女时代。你们许多人还是孩子。虽然我们这一代独生子女有自信、乐观、积极等优点。

但它也暴露出一些缺点，如自私、个人主义等。纠正一个群体的缺点是不容易的。而提倡助人为乐、热心公益却能很好地增强当代独生子女的独立性、合作精神，弥补自私这一缺陷。

帮助别人应该从每天的小事做起，不因善小而不为。你帮助别人，说大不大，说小不小。走进教室，关上门，挡住呼啸的风。

当你走过卫生角落时，捡起掉在地上的任何纸屑。当你经过讲台时，随手将零乱的讲台整理好。当你过马路时，抱起一个摔倒的小男孩，安慰他不要哭。这些看似平常的小事，其实是帮助别人的表现。

亲爱的同学们，当你有困难的时候，你渴望得到别人的帮助吗?你会的。同样，当别人有困难的时候，我们应该帮助他们。幸运的是，现在我们已经悄悄地走出了帮助别人的浪潮。帮助弱者和残疾人，很多学生都加入了青年志愿者服务队等等。

这一切让我们惊讶地发现，雷锋精神不仅没有消失，而且以各种形式在我们周围大力弘扬。

现代化需要助人的精神。生活本身充满了起起落落。帮助别人可以使世界变得更美好。做人的情操和理念是自己可以牢牢把握的。亲爱的同学们，请不要再犹豫，伸出你的友爱之手，助人并且以之为乐，世界将因你而更加美丽!

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找