# 三分钟优秀演讲稿

来源：网友投稿 作者：小六 更新时间：2025-01-14

*三分钟优秀演讲稿（精选28篇）三分钟优秀演讲稿 篇1　　老师们、同学们：　　大家好！我是\_班的。　　自古以来，我国就是文明之国，礼仪之邦。讲文明、有礼貌是一种美德，也是每个人的追求。今天，随着社会的发展，生活水平的不断提高，一些不文明现象也*

三分钟优秀演讲稿（精选28篇）

**三分钟优秀演讲稿 篇1**

　　老师们、同学们：

　　大家好！我是\_班的。

　　自古以来，我国就是文明之国，礼仪之邦。讲文明、有礼貌是一种美德，也是每个人的追求。今天，随着社会的发展，生活水平的不断提高，一些不文明现象也逐渐多起来。这不得不让我们再提文明礼仪。

　　记得一位名人曾说过：“德行的实现是由行为构成的，而不是文字。”我们的一言一行，无不体现着一个人的品质与修养，道德与情操。无数事例也表明，走向事业辉煌，开创成功人生的关键就是要有高尚的情操。

　　我们年轻一代，更应该是文明的先锋，礼仪的标兵。看，在马路边，人们都自觉遵守信号灯；看，在公交车上，人们纷纷给老人、孕妇让座；看，在校园里，一位小同学磕倒了，大同学就主动跑过去，扶起他——到处洋溢着文明礼仪的气息。

　　文明礼仪是我们学习生活的根基，是我们健康成长的臂膀。不要让文明只在纸上出现，更要出现在行动中，让我们从小事做起，从点滴做起，争做新世纪、新时代的文明之星，让文明与我们同行！

　　谢谢。

**三分钟优秀演讲稿 篇2**

　　尊敬的老师、同学们：

　　大家好！

　　青春就像一只粉红的信件，里面写满了我的流年；青春就像清明的风筝一样，放飞了我的梦想；青春就像枫叶一样，随往事一片片落；青春就像一首逍遥叹，唱出了白雪纷飞终成空。我的青春就像是这样。

　　青春就像一个调色盘。一抹湛蓝的天空，白云绵绵，树荫下，我一个人描绘着青春的色彩，上头说到：青春的颜色需要你自我来调配，其他人只是你画中的一部分。或许青春是一副很长的画卷，而我就是那个画家，我要让这副画画的很完美。这时候感觉青春的味道是甜的，棉花糖一样的甜。

　　青春就像一个录音机。一排整齐的按键，高高低低，书桌上，我一个人收听着青春的自述，上头说到：青春有很多烦恼，教师不喜欢你捣乱纪律，妈妈不喜欢你玩到通宵，什么都得管，什么都要管，这样的青春很烦恼。或许青春是一卷很长的录音带，而我就是那个录制者，我要让这个录音带变得很动听。这时候感觉青春的味道是苦的，苦瓜一样的苦。

　　青春就像一片大海。波涛翻滚的海面，浪花朵朵，海岸上，我一个人舞动着青春的力量，上头写着：青春的活力，是我所具备的欢乐；青春的力量，是我所拥有的一切。或许青春是一朵刚柔并济的浪花，而我就是那朵浪花，我要使自我变得很勇敢很机智很伟大。

　　青春就像一碗麻辣烫。红白搭配的汤面，片片青菜，碗面上，我一个人吹动着青春的热量，上头浮着：青春的热量，会随着你的吹动从而逐渐溜走，珍惜吧！青春无极限。

　　谢谢。

**三分钟优秀演讲稿 篇3**

　　大家好！

　　友情是一盏黑暗中的明灯，是一支照亮你心灵的蜡烛，它好似潺潺小溪边生长的野花，零星的、散落的，但却是芳香的、天然的、浓郁的、悠长的。曾经有一位傲慢的经理讽刺一个衣着寒酸的老农：“请问您觉得自己有多富有？”老农毫不犹豫的回答：“我是一个富翁，一个比国王还要富有的的富翁，因为我有朋友！”一个人有了朋友，就好比有了一大笔财富。

　　当你因为忘拿铅笔而发愁，朋友递过一支铅笔时，当你忘带午餐，朋友把自己的面包一分为二时，你的心里是否充满了感激与幸福？学会去品尝友情吧！学会去咀嚼友情吧！学会去珍惜友情吧！学会去感恩友情吧！

　　朋友，一个多么美妙的字眼，然而，朋友是什么？这个既简单又复杂的的问题却需要极高的领悟，对于这个问题，那只艾迪的球鞋会告诉你，那在雪崩时被朋友推开的姿势会告诉你，那飞度的羚羊会告诉你，那因朋友鲜血而盛开的野菊会告诉你，那飞舞的蝴蝶会告诉你，那银色的月光会告诉你……

　　告诉你……

　　朋友是一种语言，像在暗夜之后的日出；

　　朋友是一颗星星，点缀你的价值与色彩；

　　朋友是你走进考场握着你的手说“我相信你”的话语；

　　朋友是你的玩伴、你的同学、你的老师、你的知己、你的另一个你！

　　朋友们，感谢友情吧！它将会成为你一生的感动。

　　我的演讲完毕，谢谢大家的聆听。

**三分钟优秀演讲稿 篇4**

　　大家好！

　　母语是我们最初的语言，如同母亲的乳汁般滋润心田，哺育灵魂。母语对民族是生存发展之根，对国家是源源不断的动力。在这个喧嚣纷杂的时代，我们开始崇尚新潮的外来词汇，“酷”、“卡哇依”声声入耳，最传统而最丰富的母语却淡褪了视线，我们开始趋之若鹜地报考托福雅思，报名的队伍蜿蜒数十米，而母语的等级测试却鲜有出现。

　　真正掌握了母语，回归母语经典，文化的火种才得以代代相传，生生不息。

　　远离浮躁，回归母语，我们一样跟上时代的节奏，高速发展中的中国，正向世界展示焕然一新的面貌。据显示，越来越多的发展中国家已经加大推广汉语学习的力度，在法国，汉语已将成为第三多的选修语种。那么，作为炎黄子孙，我们是否应更重视母语的学习呢？学习母语，更能促进对外来文化的学习，更能融入全球的趋势，展望未来，博览古今。

　　谢谢。

**三分钟优秀演讲稿 篇5**

　　大家好！

　　今天天是个值得纪念的日子，是一年一度的父亲节！

　　母爱深似海，父爱重如山。人们在庆祝母亲节的同时，并没有忘记父亲的功绩。x年就开始有人建议确定父亲节。x年x月，人们庆祝了第一个父亲节。当时，凡是父亲已故的人都佩戴一朵白玫瑰，父亲在世的人则佩戴红玫瑰。这种习俗一直流传至今。

　　据说，选定x月过父亲节是因为x月的阳光是一年之中最炽热的，象征了父亲给予子女的那火热的爱。父爱如山，高大而巍峨，让我望而生怯不敢攀登；父爱如天，粗旷而深远，让我仰而心怜不敢长啸；父爱是深邃的伟大的纯洁而不可回报的，然而父爱又是苦涩的，难懂的忧郁而不可企及的。父亲像是一棵树，总是不言不语，却让他枝叶繁茂的坚实臂膀为树下的我们遮风挡雨制造荫凉。岁月如指间的流水一样滑过，不觉间我们已长大，而树却渐渐老去，甚至新发的树叶都不再充满生机。每年x月的第三个星期日是父亲的节日，让我们由衷的说一声：爸爸，我爱你！父亲节快乐！

　　现在，会考和期末考试将至，我建议我们要抓紧时间，努力学习，用优异的成绩作为送给父亲的礼物，去回报伟大的父爱，我相信那时父亲的笑容是最美的！同学们，加油吧！

　　谢谢。

**三分钟优秀演讲稿 篇6**

　　亲爱的老师们、同学们，大家早上好!

　　今天，我国旗下演讲的题目是“尊老从我做起 共筑大同社会”。

　　近日，网友们列出“不要对父母说的几句话”受到热捧。各位同学们听听，你们是否也曾对父母说过类似的话：

　　好了好了，我知道了，真啰嗦。

　　说了你也不懂，别问了。

　　我要吃什么我知道，别给我夹

　　叫你别收拾我房间，你看东西找都找不到了。

　　我自己有分寸，别说了，烦不烦。

　　父母是我们最亲近的长辈，但是即便亲近如他们，有时我们也会口出恶言，恶语相向。有同学或许会想，我只是口头上说说罢了，父母也肯定不会往心里去的。但是，这连口头上都不曾有的敬爱，更何谈我们内心应有的尊敬。

　　总能听到有一些人这样说，等我长大以后有了车，一定带父母出去玩;等我以后有了大房子，把父母接到我家舒舒服服地住几年……越来越多的以后我要怎么做，以后我该怎样去弥补，而实际上呢?众小成多，积小致钜，现在造成的伤害，以后都还来得及吗?我们在一天天长大，父母却在一天天的衰老，现在不敬更待何时?行孝须及时，子欲养而亲不待，为何不从现在开始好好对待他们呢?父母是我们最亲近的长辈，如果连他们我们都不敬不爱。又怎么能做到我们梦寐了上千年的大同社会中的那句“故人不独亲其亲?”呢?

　　各位同学可曾看到过爷爷奶奶年轻时的照片?纵那斑驳的黑白照片也仍消减不了他们当年的风华正茂，当年的意气风发、年富力强，与如今的我们别无二致。但是岁月无情，不仅无声地带走了他们的容貌，力量，思维，更带走了他们勃勃的生命力。他们的眼睛逐渐浑浊，脊背逐渐佝偻。再无奈、再不情愿，他们也终于从这个社会的脊梁，渐渐弯曲，变成了这个社会的弱者，那个需要我们去帮助、需要我们去关心的弱者。无论在公交车上亦或是地铁上，我们总能听到或看到请为老弱病残孕让座的倡议。同样的，我们也可以发现，在众多弱势人群中，老者排在了最前面。难道同学们就没想过为什么吗?明明都是上车买票，凭什么我要为他们让座?原因其实很简单：首先，老人是弱者，出于人道主义，我们作为有能力的一份子，理应帮扶。其次，老人也曾为这个社会做出过他们的贡献，当他们老去，就是这个社会回报他们的时候了。再次，如果我们不曾让座，不曾敬爱，可曾想过二十年后，我们的父母也将老去，他们也将面对这个冷漠的社会，你真的忍心吗?再想想五十年后，我们老去，回报我们的就将是这一张张同样漠然同样无情的脸，你又忍心吗?

　　其实，孝从来不局限于一个由血脉维系的家庭，更应该表现在社会这个大家庭中。总能听到有人抱怨我们不曾活在最好的时代，无法成就一个完美的自己。但是我们常说“因果循环”。如果我们现在种下恶果，我们又怎能期待以后能收获累累?相反，如果我们现在种下善因，那么以后回报我们以及我们家人的就定将是一点点温暖，基于这个社会的点点美好。佛家提倡济世度人，独善其身终究不能功德圆满，唯有行善点点，集腋成裘，方能誓愿皆成，我们也才能遇到最好的时代，才会成就最好的自己。

　　对于尊老爱老亦或是行善，我们从来不应该期许他人。大家都有过这样的经历，当一群人都不曾伸出援手，即使你心存善意，你也不敢伸手，你怕尴尬，怕成为一个异类，所以你也成为了那一个个冷漠路人中的一员，将心底的善意深深掩埋。其实，刚好相反，只要是你认为是对的事，就不要去管别人怎么想，别人怎么看，就只跟着自己的心去做。事成后你就会发现，你在做善事时，或许你一开始踽踽独行，但是不久后，你的身后将会有越来越多的人认同，越来越多的人跟随。这也就是我们常说的“德不孤必有邻。”

　　从最基本的尊老爱老开始，从我们自己做起，将点点善意汇集，我相信，这丝丝善意汇聚，终将成为一个\_大海，汇聚成一个理想的社会。

　　我的演讲到此结束，谢谢大家!

**三分钟优秀演讲稿 篇7**

　　尊敬的各位领导、老师们：

　　大家好！

　　今天我充满信心地来竞聘小学教师的职位，是因为我相信我能！我一定能成为一个优秀的人民教师。

　　因为我热爱教育事业，把它作为我毕生的追求。在我选择了师范学校时，我就秉承学高为师，身正为范的理念，决心终生奉献于人民教育事业。在踏入我校的那一刻起，我顿时涌起一种责任感，从今以后，我将以校为家，以校为荣，誓与我校共荣辱共兴衰。

　　在过去的一年里，我兢兢业业，勤奋工作，刻苦钻研教材，深入了解学生，虚心向老教师学习，不断在工作中总结，改进提高，不断取得进步，我付出的努力是有目共睹，所取得的成绩也是众所周知的。

　　虽然如此，我还是在过去的日子里暴露出了不少问题，还存在一些不足之处，的问题是，我还年轻，缺乏长久的教学经验，还需要更深入地钻研教材和学生，更谦虚地向各位学习，更刻苦地用功，我深深地知道问题的差距，倍加珍惜这个机会，我相信在接下来的日子里，我将做得更好！我一定会做得更好的！

　　没有，只有更好，只要给我一个机会，一切奇迹都有可能发生！

　　谢谢大家！

**三分钟优秀演讲稿 篇8**

　　尊敬的章总、钱总及农机的各级领导、各位农机战线的朋友们：

　　大家上午好！

　　我和合作只有短短三年，三年来，在农机公司各级领导的关怀和呵护下，我公司与农机同频共振，奋力开拓，在湖南湘西北区域市场上取得了一席之地。

　　湖南是全国水稻最多的省之一，水稻机在全国的销售一直稳居首位，而地处洞庭湖区的常德更是水稻机的发源地，从20xx年到20xx年x年时间，水稻机的发展每年都在上升；尤其是像“星光”双滚筒、纵向轴流等新款、高性能、高价格的全喂入，已逐步取代传统的低价格的全喂入收割机，迅速分割市场。

　　即将过去的20xx年，相信是农机人永远值得回味的一年，但不同的人可能会有不同的体会和收获。这一年我们身边发生的无数事情，教会了我们如何做人、如何做事、如何去做农机企业。

　　今天值得高兴的是，农机的快速发展不仅是自己在争朝夕也引起一个行业的惊叹，坦率来讲，超出了我们的预计和想象；我将进一步加大对产品的投入和宣传，与农机一起见证一个个奇迹的发生。

　　我始终坚信：胜利一定属于我们！未来的一定比我们今天描绘的好！

　　谢谢大家！

**三分钟优秀演讲稿 篇9**

　　敬爱的老师，亲爱的同学们：

　　大家好！

　　农历正月初一是春节，又叫阴历年，俗称“过年”。

　　在古时候有一只叫“年”的怪物。“年”有三怕，一是怕灯光，二是怕红色的东西，三是怕声响。所以每家每户在正月初一都会亮着灯，贴红色的春联和放炮竹。这就形成了春节的传统习俗。春节的习俗还有喝屠苏酒、贴“福”字、贴春联、包饺子等等。不过我印象最深的事情是包饺子。

　　那年春节，我和妈妈就开始包饺子的准备工作。妈妈先拿出一袋面粉，倒出部分放盆子里，加水揉成面团，再用擀面棒擀成饺子皮。再拿出一块肉，把肉剁成肉泥，就可以开始包饺子了。

　　正在我得意之际，突然感到对手湿漉漉的，原来是油从饺子左面冒了出来。于是，我捏左边，可是沾了油的饺子皮始终合不拢。我非常气恼，一使劲，左边是捏住了，可是右边又冒油了，真是气死我了。于是，我同时捏住两边，再使劲一捏，饺子的肚子就给撑破了，这可气的我火冒三丈，不得不再拿一张饺子皮补住。我手里拿着的已经不是饺子了，而是一个肉汤圆。哎，没办法，谁让我没看清学懂呢。

　　通过这次包饺子，我懂得了一个道理，无论做什么是，我们都要讲究方法。

　　到了吃晚饭的时候，妈妈就去厨房把我们做好的饺子拿出来煮了，等妈妈把煮熟的饺子端出来的时候，我特别高兴。

　　谢谢。

**三分钟优秀演讲稿 篇10**

　　各位领导，同事们：

　　小时候,曾有人问我：“你最崇拜的人是谁?\"我毫不犹豫地回答:\"是老师”不错，在我幼小的心灵里，我就喜欢老师，最怕的也是老师，能得到老师的一个表扬，我就会高兴，激动好几天当时我不听话，做错事情父母总会说：“我要告诉老师”，我心里就害怕极了在党的教育下，我也成为了一名光荣的人民教师。

　　在教学生涯里，我不断地努力奋斗，对教师的含义也有更深刻地认识不错，教师是人类灵魂的工程师，每次站在讲台上，面对几十双渴求知识，纯洁的眼睛，我就会感到“老师”这两个字的份量在这由知识、情感、理想、信念汇成的三尺讲台，是多么神圣教师的一举一动将会影响这些纯洁孩子的一生因此，我深深懂得，什么是为人师表，在教学工作中如何努力进取，不断学习，不断地用新的知识充实自己，让自身的知识与时俱进，不断地创新只有这样，才能做一名合格的教师正如一位名人说：“教学对教师本人，来说也是一种最高意义的自我教育三尺讲台使教师照亮了别人，也升华人自己”甘愿吃苦，乐于奉献这就形成了教师的精神。

　　在讲台上，我们成了孩子们眼中的百科全书;成了孩子们心中的鲜红的太阳，能体会到最温暖的春风和情感，能体会到世上最真最纯的友爱在每次的“教师节”的时候，我都会收到一些学生送来的贺卡，里面写着“老师好”就这么小小一句问候，或者学生的一个微笑，我就会感到很幸福、很快乐这种甜美的感受，并不在于学生的物质回报，而在于教书育人本身所带来无穷的乐趣，以及桃李芬芳时的满足感和成就感这，就是乐于奉献的教师精神站在讲台上，我就会产生一种无言的神圣与庄严这样甘愿吃苦，乐于奉献，不断进取的教师精神，铸成了教师淡薄名利，超然物外的气度，为了党的教育事业而无私奉献 的精神，这就是师德，师魂。

　　我热爱党的教育事业，三尺讲台，是我无悔的选择 我愿把自己的一生无私奉献给党的教育事业

**三分钟优秀演讲稿 篇11**

　　尊敬的各位领导，朋友们：

　　我们从小就被教育，节约要从小处着手，从一粒米、一滴水做起，然而，节约终究并不只是小事，现在的社会有时候变得很陌生，节约反而成了小气被人笑话，节俭被当成贫穷的表现。我们需要在全社会改变那种所谓的虚荣消费心理和浪费观念，需要重新认识老祖宗留下的千年传统和良好美德。

　　俭朴，勤奋是我们中华民族的美德。俭、勤这两个字看似寻常，却不能等闲视之。它是我们作为一名电力工作者不可缺少的美德，是成才的一种激素。因为只有具备这种美德，才能忘怀得失，不慕荣利;只有具备这种美德的人，才能胸怀大志，处困境而不沮丧，受窘厄而泰然如常;只有具备这种美德，才能摒弃奢欲，以事业为重，有所成就，有所作为。

　　当国家电网公司的“三节约”活动理念迅速渗透到公司系统各个角落时，当厉行节约将成为我们的一种境界、一种习惯、和一种文明的生活方式时，我们有理由相信眼前这个曾经“大手大脚惯了”的显些浮华浮躁的社会正在踏实务实起来。如果说，这境界、这习惯、这文明的生活方式的培养，是从“节约一分钱，节约一张纸，节约一寸导线……”的多个节衣缩食的“一”开始的，那么，它体现的却是我们电力人对人与自然关系的新认识，对严竣的资源和能源形势的危机感，对人类社会可持续发展的责任感。

　　由此，我也想到了我们的节约意识却反差很大。回想我们在工作和生活中，是否注意节约每一滴水、每一度电、每一张纸……往往是我们在不经意中就造成了诸多浪费。许多纸张只写了几个字就扔进废纸篓;白天亮着的电灯;卫生间水龙头哗哗流水……其实稍加注意，我们可以做得更好，但往往我们却忽视了这些细节。我想，在家里我们肯定能做到随手关灯、关水;朋友间联系，若没有重要的事情，我们肯定会选择发短信而不是打电话……，为什么在单位里却忽略了这些细节?关健是我们没有将自身真正溶入到企业中，没有将节约养成一种良好的习惯，并形成一种观念。

　　三分钟演讲稿

　　“三节约”是国网公司倡导的一种勤俭精神，也是对广大干部员工的基本要求。作为公司的一名员工，我们应该大力发扬勤俭节约的精神，在平时的工作中，严格执行各项节约制度，努力培养自己的节约意识，通过开展学习“三节约”活动理念，我们应该拨起算盘珠子，小至“一分钱、一张纸、一寸导线”，大至一台实验仪器、一座试验室的建设维护，精打细算地过日子、科学节约地保安全。

**三分钟优秀演讲稿 篇12**

　　尊敬的老师，亲爱的同学：

　　大家好！

　　拿破仑说过，不想当将军的士兵不是好的士兵。所以，我非常珍惜此次的三好学生竞选的机会。非常感谢大家给予我这个机会，我会以此为动力锻炼和提高自己的能力以及胆量。

　　我竞选三好生的理由如下：

　　一、我的学习成绩虽然不是最 好的，但我一直努力着；

　　二、我对自己的工作认真负责，因为，能做好每一件小事，也是一件不容易的事情。

　　三、我在学校严格要求自己，不放任自流，不骄傲自大、目中无人。

　　四、我也有一些课外爱好，比如绘画阅读等。

　　假如我当上了三好学生，我会严格要求自己，为同学树立榜样，相信在我们的共同努力下，充分发挥每个人的聪明才智，使我们的整个班级形成一个团结向上、积极进取的集体；假如我当上了三好学生，我会把班级活动作为展示特长、爱好的场所，把学习当作一种乐趣，在集体里互帮互助；假如我当上了三好学生，我会经常为同学们推荐好书，鼓动大家有选择地挑选、购买好书。我会致力于自身素质进一步完善。我会努力做一个德、智、体全面发展的中学生。我会更加严格的要求自己，取得更加优异的成绩，为同学们做好表率。我会尽心尽力做好本职工作，并争取有创新、有突破。

　　最 后，希望大家把宝贵的一票投给我，谢谢大家！

**三分钟优秀演讲稿 篇13**

　　亲爱的老师，同学们：

　　大家好！

　　随着时间的推移，岁月的流逝，我们告别了天真烂漫的童年，来到了一个金黄的岁月——青春。

　　不经历三九天的严寒，怎能迎来梅花扑鼻的芳香？在青春路上，遇到风浪，要以坚决的信心和卓越的信念去冲破风浪。若失败了，就要越挫越勇，更好地迎接今后的人生挑战。

　　在拼搏的青春路上需要坚持，当我们迷失时就会想到放弃，若放弃了，就会更久地迷失。贝多芬的坚持足以震撼人心，他身为一个音乐家，却双目失明、两耳失聪，用自己的双手敲打着黑白琴键，弹奏出生命的悲壮乐章，诉说自己的命运。人们常说：不放弃该放弃的是无知，不放弃不该放弃的是无悔，总有一天，你会为你的坚持不懈而感到无悔与欣慰。

　　拼搏的青春是美的，是贵的。席慕蓉说：青春的美与贵，就在于它的无邪与无暇，在于它的永不可回。青春是花一样的季节，多姿多彩；青春是诗一样的韵律，潇洒活泼。在这个花样的季节里不去拼一把，怎样对得起这灿烂的青春！

　　我的演讲完毕。

　　谢谢大家！

**三分钟优秀演讲稿 篇14**

　　大家好！

　　人生是对理想的追求，理想是人生的指示灯，失去了这灯的作用，就会失去生活的勇气。因此，只有坚持远大的人生理想，才不会在生活的海洋中迷失方向。托尔斯泰将人生的理想分成一辈子的理想，一个阶段的理想，一年的理想，一个月的理想，甚至一天、一小时、一分钟的理想。当你听到这里，同学们，你是否想到了自己的理想？

　　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。

　　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！

　　我的演讲完毕，谢谢大家。

**三分钟优秀演讲稿 篇15**

　　大家好！

　　自古以来，书就是人类的好朋友。至圣先师孔夫子，以书为伴，满脸经纶，流芳百世。有时，读书似乎是一件苦事，不然，为什么有人头悬梁，锥刺股？读书似乎又是一件快乐的事，否则，为什么会有人囊萤映雪，凿壁借光？一本好书经得起时间的推敲，经得起岁月的打磨，一本好书是我们的良师益友，一本好书将使我们受益终生。

　　我爱读书既不是为了“黄金屋”，也不期望有“颜如玉”，只想从读书中体会到乐趣；使我们增知长识，不出门，便可晓天下事；读书能够提高我们的阅读潜力和写作水平，提高我们的修养，让我们感受到世界之大，自然之奥妙，生活之多彩，让所有的知识画面在我们脑海中一一呈现。一句话，读书让我成长！

　　我爱读书，人因读书而美丽，读书的美，像是一杯淡淡的清茶，清新自然、神采奕奕、潇洒自如。我爱读书，书能够开阔我的视野，使我懂得做人的道理，还能够让我分美丑，辨是非，明善恶！

　　谢谢大家！

**三分钟优秀演讲稿 篇16**

　　大家好，今天我演讲的题目就是我们前面铁的两个字——团结！

　　\"团结就是力量！\"这句歌词好啊，它激励着我们做任何事情都要团结一致，勇往直前，而不是只靠某一个人的力量。俗话说，一个巴掌拍不响，就是因为这个\"巴掌\"没有团结的动力，没有去团结另一个巴掌。就好像我们人一样，独自一个人不团结别人的话，他的贡献也就微乎其微。所以我们不管在集体中还是在生活中，都要团结，因为团结的力量比铁还要硬，比钢还要强！

　　同心山成玉，协力土变金！成功需要克难攻坚的精神，更加需要团结协作的合力！只有懂得团结的人，才能明白团结对自己，对别人，对整个集体的意义。才会把团结当作自己的一份责任。

　　我们大家都知道彩虹美，彩虹的美丽就在于它的七色光彩，如果七色光彩不团结得话，哪还会展现出这么耀眼的光彩呢？

　　团结，团结，越团越结！那就让我们更加团结，永远团结，让我们永远去散发这彩虹般耀眼而美丽的七彩之光！！！

　　我的演讲完了，谢谢大家！

**三分钟优秀演讲稿 篇17**

　　亲爱的同学们：

　　大家好。

　　这里的同学们，你们是不是经常抱怨自己的早餐不够丰盛，衣服不够漂亮？你羡慕别人家有钱吗，你觉得人家父母地位够不够？如果你有这个想法，说明你对你的生活不是很满意，但是你知道吗？生活中有一种精神可以让你永远快乐，那就是知足。只要你懂得知足，你一定会比别人感觉更好。

　　如果你身体健康，没有疾病，那么你比几千万人幸运。

　　如果你银行里有钱，钱包里有现金，口袋里有零钱，你就是世界上8%的幸运儿。

　　如果你冰箱里有吃的，有穿的，有住的房子，你会比世界上75%的人都富有。

　　同学们，无论何时何地，都应该心存感激。有句话叫“当你担心自己没鞋穿的时候，有些人就没脚了”，所以感谢生命。我们人生都很幸运。让我们永远记住，知足常乐，人生无悔！

　　谢谢，我的演讲结束了。

**三分钟优秀演讲稿 篇18**

　　尊敬的老师们、亲爱的同学们：

　　大家好!

　　清晨，我们相聚在此，能够站在国旗下讲话，我感到很荣幸，谢谢老师给了我这样一个宝贵的机会，今天，我要演讲的主题是“让我们迎接期末考试的到来”!

　　有这样一首歌大家听过吗：“阳光总在风雨后，乌云上有晴空，珍惜所有的感动，每一份希望在你手中。”这首歌的名字大家应该很熟悉，叫做《阳光总在风雨后》。生活就是如此，不经历风雨，怎么能见到彩虹?那么我们不经历期末考试，怎能知道我们学习的效果?怎能知道我们的成绩是什么?

　　期末考试就快临近了，我们都进入了紧张的备考阶段，同学们，你们做好准备了吗?在这里，我想给大家提点建议，有不足之处，请大家批评指正。

　　第一，与时间赛跑

　　时间就是生命，时间就是一切，也许一分钟的时候不能给你带来一分的成绩，但是一分钟的时间，绝对可以给你带来一点一滴的进步。在历史的长河中，时间是最公正的，但也是最短暂的，只有争分夺秒去努力，只有与时间赛跑，我们的成绩才会有更多的进步，期末考试才会变得轻松自在。

　　第二，与汗水相伴

　　锲而不舍，金石可镂;锲而舍之，朽木不折;坚持到底，不懈追求，一切皆有可能。美国作家海明威的《老人与海》中的主人公，永不言败的信念让他创造了奇迹。同时坚持也包含了历经磨练的过程。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，可见，成功是与汗水相伴的。期末考试也是如此，只有我们不断努力，不怕辛苦，不畏艰难，汗水会化成雨露，取得期末考试的大捷。

　　机不可失、时不待我，有的同学以为自己的成绩差，到期末考试了，再怎么努力也赶不上前面的同学了。其实不是这样，原来基础较差的同学更加应充分利用期末复习的时机，狠抓基础，查漏补缺，做到复习到位，消化到位，宁可学少点，也要学好点。哪怕期末考试的时候取得最后一名，但是只要尽力了，也是最好的一名。

　　第四，不心急如焚

　　临近考试了，很多同学就感到心情很沉重，吃饭吃不香，睡觉睡不好，一心只想着要考试了，其实这样是不对的，心态是最重要的，一定要保持一颗平稳的心，坦然的迎接考试，迎接梦想的飞翔。你可以思慕古人那种“不以物喜，不以己悲”的旷达胸襟，向往诗圣李白恃才傲物的豪迈情怀，艳羡\_的“问苍茫大地，谁主沉浮”的高瞻远瞩。运筹帷幄，决胜千里之外;啸傲考场，人生处处精彩，让我们都拥有足够的信心，充分的做好准备，迎接期末考试的到来。

　　第五，不投机取巧

　　考试是一场公平的比赛，是靠平时的日积月累，在考试当中，不要心存侥幸获得他人的劳动成果，我们每个人都应该有一种“文明考试，诚信做人”的意识，我们要以饱满的热情和积极的姿态投入到期末考试中，杜绝作弊，坚决不能投机取巧。

　　各位同学，大鹏一日同风起，扶摇直上几万里，要想取得期末考试的好成绩，努力是必不可少的，信心也是非常重要的。此时此刻，我们都应当以学习知识为首要任务，不虚度青春，努力拼搏实现人生的价值。让我们都养足精力，充实头脑，在期末考试中打好漂亮的一战，让我们迎接期末考试的到来，让所有的人都为我们欢呼，让我们以优异的成绩踏上高年级的阶梯!

**三分钟优秀演讲稿 篇19**

　　尊敬的各位领导、老师，亲爱的同学们：

　　早上好！

　　水是大地的血脉，它滋润着崇山峻岭，灌溉着良田；水是一切生命的源泉，它养育着飞禽走兽，哺育着花草树木；水是人类文明的摇篮，在人类文明的发展，因为水环境的变化，导致一个国家一个民族盛衰变迁的例证举不胜举。源远流长的中华文明，也正是依存长江、黄河等母亲河的支撑，而发展下来的。

　　长期以来，人们普遍都认为水是“取之不尽，用之不竭”的。其实我们地球虽被称之为“水球”，但其淡水储量却是少之又少！水资源并不是“取之不尽，用之不竭”的，水将成为21世纪威胁世界和平影响社会发展的障碍。

　　节约是一种美德，节约是一种智慧，节约更应该成为一种习惯和风气。建设节约型社会需要全社会的共同参与和共同行动，找回失去的节约意识，从身边的点点滴滴开始，持之以恒，在建设节约型社会中，将节约这个“传家宝”进一步发扬光大！

　　作为当代的中学生，我们应该弘扬中华之美德，节约身边之滴水。

　　莫让人类的眼泪成为地球上最后一滴水！

　　谢谢。

**三分钟优秀演讲稿 篇20**

　　敬爱的学校领导、老师们，同学们：

　　晚上好。首先，我代表95中师班的全体同学，感谢学校的领导和老师们能在百忙之中抽出宝贵的时间来参加我们的毕业晚会。在此，让我们以热烈的掌声表示欢迎！

　　光阴似箭，日月如梭。当年，我们从四面八方来到这间学校时，对教育知识几乎是一无所知。在这三年里，我们在学习上得到学校老师的鼓励支持、悉心指导；在生活上得到老师们无微不至的关怀，使我们无论是学习成绩还是纪律情况，在学校都是优秀的，起到了带头作用。经过这三年的学习，在学校老师的指导下，我们全班同学基本上掌握了教育知识和技能技巧，并且经过教育实习，使我们能从各门学科中获得的知识技能得到综合运用和提高，并为将来从事小学教育事业打下基础。今天我们要毕业了，就要走上我们梦寐以求的工作岗位了，这与学校老师的辛苦工作分不开的，在这里，让我们再次以热烈的掌声向我们敬爱的老师致以衷心的感谢！

　　老师们，同学们，让我们举起手中的酒杯，祝愿老师们身体健康，工作顺利，祝愿我们的明天更美好！

　　谢谢。

**三分钟优秀演讲稿 篇21**

　　尊敬的老师，亲爱的同学们：

　　大家好！

　　从踏入高中这一个门槛开始，就只有一个奋斗的方向——高考。

　　高中生活再没有像小学，初中那样轻松自在，高中的生活其实是枯燥的。我们每天的任务就是学习，学习，然后还是学习。我们每天都埋头在书海里，地上，课桌上，床上，都是我们的书籍，我们每天都与书本、作业、试卷为伍，不知所倦，日复一日。虽然枯燥，可是枯燥中都是我们奋斗的身影。

　　每天天未亮，我们就在铃声中迅速起床，刷牙洗脸，一气呵成，毫不拖泥带水，我们要用最快的时间冲去操场，每天清晨的跑步声，口号的呐喊声，都是出自我们口中的激情，一天的开始就在运动中起步。

　　等到我们早读时间的时候，教室里都是我们的朗读声，或整齐或杂乱，或高或低，混杂着所有不同的嗓音，每一个嗓音中都满带着激情的呐喊。

　　早读过后是早饭时间，这时候我们期待已久的太阳也露出脑袋，我们就在阳光下奔跑，我们争分夺秒，不想浪费丁点时间，时间都应该花在我们的英语单词上，花在困扰着我们的难题上，匆匆的吃过早饭，回了教室后，我们又开始了书海战题。

　　高中生活同样是在这种匆忙中度过的，我们总感觉时间不够多，我们做的题目不够多，似乎什么都还不够。因为距离我们结束的那一天正在一日一日的减少，我们更加珍惜每一分每一秒。

　　高中生活难忘，因为在这一段时光中，不管我们最后成功与否，都不负青春。

　　谢谢。

**三分钟优秀演讲稿 篇22**

　　亲爱的老师们，亲爱的学生们：

　　大家早上好！我是高一二班的。今天，我怀着激动的心站在这里发表演讲。青春充满激情，青春充满活力，青春充满梦想。而我今天演讲的题目是《激扬青春，放飞梦想》。

　　多少人悲叹青春，诗意的岁月，火热的岁月！屈原曾说：“一百金买一匹马，一千金买一个美人，一万金买一个高骑士。哪里可以买到青春？”屈原那么喜欢青春；“逝者如斯夫，熬夜。”孔子为青春的逝去而惋惜；\"年轻人，生命，生命的春天，生命的中国。\"李大钊高举自己的青春。的确，青春那么短暂，只是一眨眼的功夫。但是青春的美好在于，它挥起了梦想的桨，实现了人生的价值！

　　青春，充满梦想，梦想，连接未来。做梦，怎么能不做梦呢？没有梦想，就没有奋斗的目标；没有梦想，生活平淡如水。不知道为什么要，也不知道为什么要。一切都是虚伪的。

　　阿里巴巴互联网创始人马云从未放弃梦想。他曾经想考重点小学，失败了；重点中学又失败了；花了三年时间进入大学；大学毕业后，他想去哈佛，但他没有接受这份工作。他总是被别人嘲讽，却“剑锋磨砺，梅花香自苦寒来”。经过反复的失败和努力，他终于成功了。因为他心里总有一个梦想鼓励他永不放弃。现在他成了中国首富。

　　当然，梦不是空谈，我们绝不能成为鲁迅先生所说的“做梦也不醒的人”。巴金在回忆中说：人不是添油加醋的和平，而是工作。正是因为有荆棘，才需要在荆棘中开路。坚持工作，学习，工作，就像余洪敏说的那样，只要你坚定地走向梦想，总有一天你会发现梦想会离你而去。

　　作为高一新生，这是一个全新的开始。昨天的辉煌已经过去，明天的辉煌还需要今天的奋斗。进入高中也意味着即将高考。好的开始是成功的一半，要夯实基础，探索自己的学习方法。同学们，无论你现在的成就如何，无论你现在的基础如何，只要坚定信念，超越自己，你就有了奋斗的方向，有了奋斗的目标，有了生活的动力，有了成功的希望。

　　面对未来和自我的挑战，只有让梦想在这里飞翔，青春才会变得丰富多彩！青春如梦，岁月如歌，时光不逝。怎么才能拿回来？青春是人生中不可磨灭的插曲，注定“不平凡”。它需要我们用灵魂和智慧去解读它，它需要我们用勇气和信心去充实它。

　　跟我来，让你的梦想绽放。我们不需要借口，我们需要勇气，我们不需要胆怯，我们需要团结，我们不需要彷徨，我们需要坚定。有梦想的人生不必为了失败而停留，有期待的明天不必为了挫折而破灭。踏着台阶，我们似乎能把“121，121”数得像小溪一样轻盈舒适。不要迷失自己，在庭前看花开，仰望天空。把人生当礼物，把青春当惊喜。相信失败是必然的，否则，成功不会是一个没有母亲的孩子！

　　在这里，让我们一起唤起青春，一起放飞梦想！

　　我的发言到此结束，谢谢！

**三分钟优秀演讲稿 篇23**

　　尊敬的各位领导、工友们：

　　大家好，

　　我今天演讲的题目是：

　　《幸福与安全永存》。

　　说到幸福人们会想起家人团聚其乐融融的场景；

　　说到幸福，心中会涌起付出而收获后的成就感；

　　说到幸福耳畔会响起朋友牵挂的问候。

　　而这一切幸福的根基是什么呢？是极易忽视，却又重如泰山的安全。

　　我们热爱生活，在岗位上挥洒汗水，憧憬着明天；

　　我们珍惜生命，拒绝事故给我们带来的伤害；

　　我们喜欢劳累后的休憩；我们喜欢朋友间的小酌，

　　而这一切都离不开它——安全。

　　安全是什么？安全是一种责任、是一种态度，

　　安全是一切安全是一个年年讲、月月讲、天天讲，常讲常新永不过时的话题。

　　安全，是多么美好的字眼，如同温馨一样，让人倍感亲切、踏实。

　　\"安全生产\"人人都会说，但真正做到就不容易了，多年养成的陋习已根深蒂固难以改正。

　　可是，为了各自的生命，还是一定要痛下决心，务必改正。我们不求活得多么灿烂、多么耀眼，只求个幸福和睦、平平安安。

　　当我们结束一天的工作，回想起来并无半点不安全现象时，饭也吃得香觉也睡得踏实，家人也安心。

　　有句歌词说得好：

　　\"老人不图儿女为家做多大贡献，一辈子不容易就图个平平安安\"。

　　在激情的六月，让我们为安全谱写乐章，宣传安全，守候安全把握安全，为了我们家人的幸福，\"珍爱生命、远离违章\"，高高兴兴上班来平平安安回家去。

　　\"关爱生命，安全发展\"，让企业构筑美丽祥和、五彩缤纷的幸福，让我们一起奏响六月的旋律让我们一起为安全月歌颂！

　　我的演讲完了，谢谢大家。

**三分钟优秀演讲稿 篇24**

　　各位敬爱的老师，亲爱的同学：

　　大家好！

　　我是503班的。我们503班是“未来星”中队，我们中队以“团结奋斗，永不后退，未来之星挑战第一！”为特色中队口号，以“在学习中体验快乐，在活动中感受成功，在助人中获得自助”为特色发展方向。

　　首先感谢学校给予这次机会能够和大家分享我们班班级建设方面的心得。我们班能被评为五班集体，这不光是学校领导对我们班的关心和教导，同时最离不开是全班同学的同心协力。

　　我们503班是一个由41名充满激情、活力、爱心的成员，组成的团结奋进的集体。我们有强烈的集体观念，有浓厚的班级情感，有坚强的集体核心，有自己的班级特色和特长，我们班的特长是跑步，我们班有许多跑步健将：等，是最让我们班骄傲的，在一次比赛中他受了伤，但他坚持跑完了800米。

　　5年来，我们共同体会着这个集体更加团结，更加友爱，更加积极向上的过程，也感受到我们的团队精神在日益变得强大。

　　谢谢大家，我的演讲结束了。

**三分钟优秀演讲稿 篇25**

　　尊敬的老师，同学们：

　　大家好!今天我演讲的题目是《最初的梦想》。最初的梦想就握在自己手上，最想要去的地方就别在半路返航。

　　如果梦想不曾坠落悬崖，千钧一发，又怎么会懂得，执着的人，有双梦的翅膀。不顾一切疯狂追寻过，失落过，也妥协过，但都不能湮灭梦想兑现时的片刻欢喜。在梦想与现实交锋的那一瞬间，我看到了它们的差距。而这只是一个梦想的差距，需要太多的勇气，太多的才气，太多的热情，才能点燃青春的高潮。

　　是成为笑傲天穹的精灵，还是成为陆地上平庸的小丑，这一切都由你自己决定。当奥运健儿站在最高领奖台上，当国歌奏响、五星红旗缓缓升起的那个瞬间，我们看到是自豪、骄傲。可这自豪的背后又有多少不为人知的艰辛与汗水，要实现梦想就必须为之奋斗。战国时期的政治家苏秦。年轻时，学问不深，曾到好多地方做事，都不受重视。家人也瞧不起他。这对他的刺激很大。所以，他下决心发奋读书。常常读书到深夜，很疲倦，他便想出了一个方法，一打瞌睡，就用锥子往自己的大腿上刺一下。这样，猛然间感到疼痛，使自己清醒起来，再坚持读书。才有了“苏秦刺骨”的佳话。几千年前年轻的苏秦都懂得克制，更何况现在的我们呢?青春的日子请好好把握，不要等到梦里都麻木的一天，才懂得懊悔，更不要等到青春散尽的一天，才懂得珍惜。

　　无数事例表明，走向事业辉煌，开创成功人生的关键，是品德高尚的情操。代表民族未来的我们，需要学习继承的东西有很多很多，然而最基本的问题是，我们究竟要以什么样的精神风貌，什么样的思想品质，什么样的道德水准，去接过人类文明的接力棒。同学们，我们播下一个动作，使收获一个习惯;播下一个习惯，使收获一个品格;文明已被人们放在心里的一个重要位置，时时刻刻在与文明交谈，千万不要把文明行为习惯看作小事。每个人的举手投足之间都传递着丰富的文明信息，让我们从现在做起，从自己做起，从点点滴滴的小事做起，养成良好的文明习惯，做文明学生，管住我们的口，不随地吐痰;管住我们的手，不乱扔垃圾;管住我们我们的脚，不践踏花草。我相信，我们全体师生经过努力，一定会营造成一个宁静、有序、有着良好学习环境的校园。

　　谢谢大家。

**三分钟优秀演讲稿 篇26**

　　敬爱的老师，亲爱的同学们：

　　大家好！

　　我是一只小鸟，每天无忧无虑地在天空中翱翔。我平常喜欢飞出去外面欣赏美景，当然会顺便去觅食。

　　今天，我跟平常一样出去外面觅食，飞过了一片树林，闻到树木的芳香；飞过了一座湖泊，看见湖泊上波光潋滟的样子；还飞过了一座城市，听到人间的喧闹声。当我抓到猎物时，天空乌云密布、一片漆黑，不久后，还看到令人胆颤心惊的闪电和震耳欲聋的雷声。我眼看不对劲，于是赶紧飞回鸟巢，没想到飞到一半竟然下起大雨，湖泊瞬间变得雾蒙蒙，湖面上还有阵阵涟漪，森林里的动物纷纷跑去避难，显得格外沉静。

　　飞回巢里，雨却愈下愈大，忽然间，晴天霹雳，把树上摇摇欲坠的“窝”打了下来。我只好赶紧躲进阴暗的的山洞里避难，待在里头，屏息观察外面的世界。这场雨造成许多地区大淹水，蚂蚁正划着它们以树叶做成的小船逃跑，整座森林也变成鱼儿的游乐场。不仅如此，恐怖的泥石流正以迅雷不及掩耳的速度冲向市区，让市区里的人们个个像热锅上的蚂蚁，顿时失去方向……

　　等我醒来后，终于雨过天晴，可爱的阳光露脸了，人们马不停蹄地重建家园，蚂蚁辛辛苦苦的寻找新家，而我筑好新的鸟巢后，继续快快乐乐的觅食；大地又是一片生机盎然，大家都安然度过这场风雨。别害怕！雨后还有彩虹等着我们，加油吧！

　　谢谢。

**三分钟优秀演讲稿 篇27**

　　尊敬的领导，同事：

　　大家好！现在我给大家讲一个童话故事，它是英国作家王尔德写的《巨人的花园》、故事讲的是一个巨人看到孩子们在自己的花园里玩耍，很生气。于是，他在花园的周围筑起了高墙，将孩子们据于墙外。从此以后，园里花不开鸟不语，一片荒凉。花园里也没有了春夏秋，只有冬天永远留在了这里。一天，孩子们从墙洞爬进来，园里立刻生机勃勃。巨人看到后，再次将孩子们赶出花园。园里又被冰雪覆盖了。后来，巨人觉醒了，随即拆除了高墙。花园成了孩子们的乐园。巨人生活在漂亮的花园和孩子们中间感到无比幸福。

　　人们常说：赠人玫瑰手有余香。其实快乐也一样。给别人快乐，自己也快乐。那个巨人，他两次将孩子们赶出花园，给花园带来了冰雪寒冬，让孩子们失去快乐的同时，自己也同样孤单寂寞，更享受不到花园里明媚的景色。还有这样一句名言：把你的痛苦与别人分担，你的痛苦会减少一半；把你的快乐与别人分享，你的快乐会增加一倍。

　　分享快乐不会使自己损失什么，却能让这个时间充满温情。与别人分享快乐是一种美德，因为快乐能够传染。其实很多时候与别人分享快乐，既是给自己一个机会，也给了别人一个好心情，自己也留下了一份好心情。既然这样，真诚与别人分享。如果自己是一团火，就点亮别人；如果自己是一盆水，就洗净别人；如果自己是一个粒种子，就长出更大的稻穗；如果自己是一弯月，就给夜行人送去清辉。分享本身就是一种快乐，请不要吝啬你的笑！

　　谢谢大家！

**三分钟优秀演讲稿 篇28**

　　尊敬的老师，亲爱的同学们：

　　大家好！

　　在漫漫成长的道路上，有一句话相随我，那就是：走自己的路，让别人去说吧。

　　这句话的意思是：在成长道路上，总会有人对你风言风语，不必太在意这些话，因为在意的话，会使你失去前进的动力。

　　有一次，兴趣班开展了一次文艺演出，我被安排弹奏钢琴。钢琴可是我的拿手好戏。我经常在校内外的活动中进行表演。为了加深观众对我的印象，我特意穿了一条漂亮的白纱裙。万事俱备，只等上台。

　　上台了，我先对观众们笑了笑，开始弹奏。刚开始，就出了问题，竟有观众在台下对我指指点点，怎么？难道是我皇冠戴歪了，还是哪里弹错了？会不会有同学说我假装会弹，其实一点儿也不会弹？

　　结果，我越想越紧张，越想就越着急。钢琴都弹得乱七八糟。

　　别人都认为我是第一次登台太紧张了，只有我知道，我在追求完美。于是，我便告诉自己这句话：走自己的路，让别人去说吧。不要受外界影响，坚持做好自己。

　　如果你某一次在意了风言风语，你可能就会失去宝贵的信心和所得的成绩。“走自己的路，让别人去说吧。”从某种意义上说是它是我成长路上的伙伴。有这句话，真的很好！

　　谢谢大家！

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