# 思修课上的三分钟演讲稿

来源：网友投稿 作者：小六 更新时间：2025-02-18

*思修课上的三分钟演讲稿（通用5篇）思修课上的三分钟演讲稿 篇1　　中学生的日子有太多太多的快乐和美丽，可是有一个人却在独自煎熬着。　　文俊睿是贫穷家里的孩子，他生活在单亲家庭中，生性有些孤僻，但自尊心却很强，有一天……　　“妈！我们班明天要*

思修课上的三分钟演讲稿（通用5篇）

**思修课上的三分钟演讲稿 篇1**

　　中学生的日子有太多太多的快乐和美丽，可是有一个人却在独自煎熬着。

　　文俊睿是贫穷家里的孩子，他生活在单亲家庭中，生性有些孤僻，但自尊心却很强，有一天……

　　“妈！我们班明天要交60元的课外资料费，全班同学都要交，老师说不能不交，所以，你明天给我拿60元……”文俊睿又在向母亲要钱了，母亲听了，疑惑的问道：“上次不是才交了吗？怎么又交啊？”“哎呀，我都初三了，快考高中了，老师当然得给我们好好复习啊！”文俊睿不耐烦的说。“哦。”母亲无奈的同意了。

　　过了几天，文俊睿又对母亲说：“妈，我们后天要秋游，要教60元。”母亲洗好布满伤疤的苹果，走出来说：“怎么又秋游了？你们学校怎么天天都有活动？天天都要花钱啊？”文俊睿接过苹果，勉强的吃了几口，不耐烦的说：“妈，我马上要考高中了，会和初中的同学分开的，这次秋游，可以留下快乐的记忆啊！”

　　“好吧，不过你一定要好好复习，考个好高中，不要像我这样。”母亲只好答应了。

　　第二天，等文俊睿走后，母亲从床下箱子里拿出60元，走出家门，去文俊睿的学校。文俊睿早已到了学校，等待着母亲。盼着盼着，终于来了。文俊睿走出教室门，对母亲说：“妈，谢谢你，你快走吧，别让别人看见了。看见了多不好！”“哦，那好，我先走了，你一定要记着，去的时候小心点，保护好自己。”母亲从手中递过钱，嘱咐。“好好好，不要那么啰嗦，同学们马上要进来了！”文俊睿生怕同学看见自己的母亲这般模样，于是催赶着。

　　母亲担心自己的儿子，于是未经儿子同意去了办公室，看到了文俊睿的同学。

　　“哟！那就是文俊睿的母亲啊？整个一个土老包子，穿的是麻袋，呵呵！”男班长张军嘲笑道。

　　“啊？那个就是文俊睿的母亲啊？我还以为是收废品的呢！呵呵！”走在班长旁边的纪律委员曹洋也随机应和着。

　　“你们这是干什么啊？怎么能这样呢？”女班长佳佳劝道。

　　“切……”一群男生说完走进教室。

　　“文俊睿，你母亲长的太好看了，穿的也很好看，你们家里好有钱啊！”曹洋又说起来。文俊睿看了他一眼，低下头看自己的书。张军看不起作用，于是大声远闹说：“大家还不知道吧，文俊睿的母亲有多漂亮，纪律委员还以为是收废品的老太婆呢！呵呵。”“是啊，不知道有多漂亮，简直一个土老包子！”刘强也说。

　　一群的同学议论起来，文俊睿受不了了，走上前去，对张军恶狠狠的说：“你不要乱说，好不好！”“哟！大少爷，你家那么有钱，怎么不允许我们说说呢？”张军看了他一眼，说。文俊睿没有办法抵抗，只好又坐到座位上继续看书。

　　晚上，文俊睿回到家里，大发脾气，说母亲不应该那么久还不走。母亲也不想吵起来，跟文俊睿说了母亲要和文俊睿一起秋游的事情，文俊睿差点没有晕倒，他烦恼的说：“你这是干什么啊？”说完就躺下睡觉了。母亲也只好不说话，早早睡觉了。

　　一听到文俊睿的母亲要和大家一起秋游，班上就炸开了锅，张军在黑板上写“欢迎土包子！”还故意说：“大家，文俊睿的母亲就要来了，我们可不能怠慢了人家。”同学们则是七嘴八舌的议论。

　　“他母亲想干什么啊？不准他儿子好好秋游就可以了，凭什么不让我好好秋游啊？”

　　“是啊，我看到他母亲，肯定会吐的，到时候我还要他付医药费呢！”

　　“确切的说，他母亲已经疯了，我才不想和文俊睿一起玩，沾到土包子母亲的风气，我这一辈子就完了。”

　　……

　　文俊睿和他的母亲来了，大家纷纷议论着，文俊睿心里很气很难过，真想找个地洞钻进去。

　　……

　　因为母亲和文俊睿一起秋游，弄得文俊睿没有脸面都丢光了。因此，当天晚上，文俊睿和班上一些社会的混混同学在一起，而母亲早已回了家。

　　“睿哥！你母亲怎么了？”小蒋问文俊睿，并且给了文俊睿一杯酒。文俊睿接过酒，一口气喝完了，生气的说：“我妈有神经病，不要管她。”说完，又倒了一杯酒，喝起来。小刘又说：“哎，有这样的妈真是烦躁，我妈就不是这样，她已经完全不管我了，呵呵！看我多自由！”文俊睿喝了两杯已经快不行了，但是还是觉得心里不舒服，又喝起苦酒来，说：“我妈死了就好了，就没有人管我了，我爸早就跟别的女人跑了。我妈死了就没有管我了”喝了几杯闷酒的文俊睿已经醉了，脸通红。

　　“睿哥，别这样！这样有什么好玩的，走，我们去开车，来个急速漂移！”小蒋拉起文俊睿来到了一辆轿车旁，把文俊睿扶着进了车子，自己也进去了。两个初中学生就在路上乱开，文俊睿要自己开。小蒋就让他开，他知道文俊睿不会开车，但是他觉得好玩，就同意了。

　　“嘀嘀！嘀嘀！”文俊睿按喇叭，因为前面好像有一个老妇人。由于文俊睿不太清醒，就一直开了过去，“嘭”的一声，老妇人摔倒在地方，大片的血迹溅到在车子的玻璃上。

　　突然，老妇人在被撞击后举起手，文俊睿看到了一条手链，那条手链是他10岁时送给母亲的，他急忙冲下车。一看，就是自己的母亲，他愣住了，终于回过神来，悲痛万分的大叫道：“妈！怎么会是你？我错了，妈！”小蒋看到这个场面，赶快开车逃走了。“妈！我错了！”文俊睿失声痛哭道……

　　最后，母亲被送到医院，虽然腿断了，但是还是活着的，文俊睿的嘴角终于扬起一丝微笑。原来，那天，母亲看儿子迟迟没有回家，就出来寻找。文俊睿握着母亲的手说：“妈，我明白了，只有你，只有你才最重要，我再也不会嫌弃你了，再也不会……。”此时，泪眼朦胧的文俊睿又说了：“妈，我要永远和你在一起，永远孝敬你，永远！永远……”

**思修课上的三分钟演讲稿 篇2**

　　中学生的日子有太多太多的快乐和美丽，可是有一个人却在独自煎熬着。

　　文俊睿是贫穷家里的孩子，他生活在单亲家庭中，生性有些孤僻，但自尊心却很强，有一天……

　　“妈!我们班明天要交60元的课外资料费，全班同学都要交，老师说不能不交，所以，你明天给我拿60元……”文俊睿又在向母亲要钱了，母亲听了，疑惑的问道：“上次不是才交了吗?怎么又交啊?”“哎呀，我都初三了，快考高中了，老师当然得给我们好好复习啊!”文俊睿不耐烦的说。“哦。”母亲无奈的同意了。

　　过了几天，文俊睿又对母亲说：“妈，我们后天要秋游，要教60元。”母亲洗好布满伤疤的苹果，走出来说：“怎么又秋游了?你们学校怎么天天都有活动?天天都要花钱啊?”文俊睿接过苹果，勉强的吃了几口，不耐烦的说：“妈，我马上要考高中了，会和初中的同学分开的，这次秋游，可以留下快乐的记忆啊!”

　　“好吧，不过你一定要好好复习，考个好高中，不要像我这样。”母亲只好答应了。

　　第二天，等文俊睿走后，母亲从床下箱子里拿出60元，走出家门，去文俊睿的学校。文俊睿早已到了学校，等待着母亲。盼着盼着，终于来了。文俊睿走出教室门，对母亲说：“妈，谢谢你，你快走吧，别让别人看见了。看见了多不好!”“哦，那好，我先走了，你一定要记着，去的时候小心点，保护好自己。”母亲从手中递过钱，嘱咐。“好好好，不要那么啰嗦，同学们马上要进来了!”文俊睿生怕同学看见自己的母亲这般模样，于是催赶着。

　　母亲担心自己的儿子，于是未经儿子同意去了办公室，看到了文俊睿的同学。

　　“哟!那就是文俊睿的母亲啊?整个一个土老包子，穿的是麻袋，呵呵!”男班长张军嘲笑道。

　　“啊?那个就是文俊睿的母亲啊?我还以为是收废品的呢!呵呵!”走在班长旁边的纪律委员曹洋也随机应和着。

　　“你们这是干什么啊?怎么能这样呢?”女班长佳佳劝道。

　　“切……”一群男生说完走进教室。

　　“文俊睿，你母亲长的太好看了，穿的也很好看，你们家里好有钱啊!”曹洋又说起来。文俊睿看了他一眼，低下头看自己的书。张军看不起作用，于是大声远闹说：“大家还不知道吧，文俊睿的母亲有多漂亮，纪律委员还以为是收废品的老太婆呢!呵呵。”“是啊，不知道有多漂亮，简直一个土老包子!”刘强也说。

　　一群的同学议论起来，文俊睿受不了了，走上前去，对张军恶狠狠的说：“你不要乱说，好不好!”“哟!大少爷，你家那么有钱，怎么不允许我们说说呢?”张军看了他一眼，说。文俊睿没有办法抵抗，只好又坐到座位上继续看书。

　　晚上，文俊睿回到家里，大发脾气，说母亲不应该那么久还不走。母亲也不想吵起来，跟文俊睿说了母亲要和文俊睿一起秋游的事情，文俊睿差点没有晕倒，他烦恼的说：“你这是干什么啊?”说完就躺下睡觉了。母亲也只好不说话，早早睡觉了。

　　一听到文俊睿的母亲要和大家一起秋游，班上就炸开了锅，张军在黑板上写“欢迎土包子!”还故意说：“大家，文俊睿的母亲就要来了，我们可不能怠慢了人家。”同学们则是七嘴八舌的议论。

　　“他母亲想干什么啊?不准他儿子好好秋游就可以了，凭什么不让我好好秋游啊?”

　　“是啊，我看到他母亲，肯定会吐的，到时候我还要他付医药费呢!”

　　“确切的说，他母亲已经疯了，我才不想和文俊睿一起玩，沾到土包子母亲的风气，我这一辈子就完了。”

　　……

　　文俊睿和他的母亲来了，大家纷纷议论着，文俊睿心里很气很难过，真想找个地洞钻进去。

　　……

　　因为母亲和文俊睿一起秋游，弄得文俊睿没有脸面都丢光了。因此，当天晚上，文俊睿和班上一些社会的混混同学在一起，而母亲早已回了家。

　　“睿哥!你母亲怎么了?”小蒋问文俊睿，并且给了文俊睿一杯酒。文俊睿接过酒，一口气喝完了，生气的说：“我妈有神经病，不要管她。”说完，又倒了一杯酒，喝起来。小刘又说：“哎，有这样的妈真是烦躁，我妈就不是这样，她已经完全不管我了，呵呵!看我多自由!”文俊睿喝了两杯已经快不行了，但是还是觉得心里不舒服，又喝起苦酒来，说：“我妈死了就好了，就没有人管我了，我爸早就跟别的女人跑了。我妈死了就没有管我了”喝了几杯闷酒的文俊睿已经醉了，脸通红。

　　“睿哥，别这样!这样有什么好玩的，走，我们去开车，来个急速漂移!”小蒋拉起文俊睿来到了一辆轿车旁，把文俊睿扶着进了车子，自己也进去了。两个初中学生就在路上乱开，文俊睿要自己开。小蒋就让他开，他知道文俊睿不会开车，但是他觉得好玩，就同意了。

　　“嘀嘀!嘀嘀!”文俊睿按喇叭，因为前面好像有一个老妇人。由于文俊睿不太清醒，就一直开了过去，“嘭”的一声，老妇人摔倒在地方，大片的血迹溅到在车子的玻璃上。

　　突然，老妇人在被撞击后举起手，文俊睿看到了一条手链，那条手链是他10岁时送给母亲的，他急忙冲下车。一看，就是自己的母亲，他愣住了，终于回过神来，悲痛万分的大叫道：“妈!怎么会是你?我错了，妈!”小蒋看到这个场面，赶快开车逃走了。“妈!我错了!”文俊睿失声痛哭道……

　　最后，母亲被送到医院，虽然腿断了，但是还是活着的，文俊睿的嘴角终于扬起一丝微笑。原来，那天，母亲看儿子迟迟没有回家，就出来寻找。文俊睿握着母亲的手说：“妈，我明白了，只有你，只有你才最重要，我再也不会嫌弃你了，再也不会……。”此时，泪眼朦胧的文俊睿又说了：“妈，我要永远和你在一起，永远孝敬你，永远!永远……”

**思修课上的三分钟演讲稿 篇3**

　　最近刚看完星云大师的《舍得》，细细品味之余，感慨良多。

　　星云大师的人生从江苏扬州起步，12岁出家，22岁前往中国台湾布法，之后再创建佛光山，以弘扬\"人间佛教\"为宗风，树立\"以文化弘扬佛法，以教育培养人才，以慈善福利社会，以共修净化人心\"宗旨，致力推动佛教教育、文化、慈善、弘法事业，并融古汇今，手拟规章制度，将佛教带往现代化的新里程碑。

　　如果单纯说他是一个佛教大家，就我这个没有什么宗教信仰的人而言，星云大师并没有什么吸引我的地方。但难能可贵的是，星云大师实至名归著作等身，却淡薄功名利禄。更令人钦佩的是，他不断地向社会民众弘扬除了宗教之外的为人处世之道，深入浅出阐释人生哲理，并不以劝人皈依佛教为终极目的。之所以这么做，星云大师的出发点只有一个，就是想为创建一个和谐、幸福的社会做出自己的一点贡献。

　　手上的这本《舍得--星云大师的人生经营课》，充分展示了大师的为人和处世的正确理念。在星云大师的讲述里，我宛如看到了他一生行走于世间的身影，也耐心地体味到他行为背后的那颗心，不禁为之深深感佩。书中一个古老的故事让我记忆犹新：很古老的一天，一个守财奴的家乡发大水，贫穷的人们都因为没有所要带去的东西，顺利游在水中获救了，而这个守财奴却把家中的金银财宝装满了全身，奋力地在水中挣扎并向远处的一个小船喊救。船上的人大声喊他并让他把身上的附带的物品扔去，让他暂且不沉水并马上划船去救他。但这个守财奴却不能舍得扔掉自己的金银财宝。结果可想而知，他不舍得放弃，便不能为自己争取获救的时间，他沉水溺死了。如他能把身上重重的包袱舍去，他得到的便是生命。于是，佛感慨而曰：舍得舍得，有舍才有得。

　　舍得既是一种处世的哲学，也是一种做人做事的艺术。舍与得就如水与火、天与地、阴与阳一样，是既对立又统一的矛盾概念，相生相克，相辅相成，存于天地，存于人世，存于心间，在存微妙的细节，囊括了万物运行的所有机理。万事万物均在舍得之中，才能达至和谐，达到统一。只有真正把握了舍与得的机理和尺度，才能把握了人生的钥匙和成功的机遇。百年的人生，不过就是一舍一得的重复。

　　由此，我还想到了墨子说过的一句话，大意是贫穷的时候显示出廉洁，富有的时候表现出仁义。华西村的老书记吴仁宝说：\"家有黄金万两，一日不过三餐，住房独占鳌头，也只睡一个人的位置。\"这也告诉我们，不奢望占有一切，舍得才意味着自己的富有。我们在工作和生活中亦然，舍弃是一种智慧，也是一种境界，懂得舍弃的人往往会有大收获。舍得本身就是一种快乐。

**思修课上的三分钟演讲稿 篇4**

　　春天，是一个充满生机的季节，也是一个美丽的季节，今年的春天，像一个雍容而调皮的小姑娘故意姗姗而来。一年之计在于春，春风吹过，万物复苏，勤劳的人们为了秋收丰硕的果实，正忙碌地耕耘播种，撒下希望的种子。

　　虽然，春天他的第一个脚步，总是踏市在寒气犹存的人间和大地。但是，它使冰河碎裂，使万物舒展变柔，生机勃发，使每一颗美好的新都充满幻想和希望。

　　在睡梦中，我朦朦胧胧地听到了小燕子在“唧唧，唧唧”地叫着。哦!原来是春天来了。我走出家门。春雨过后，空气显得特别地甜润、清新、我深深地呼吸着，感受着。

　　轻风微微地吹拂，如毛一般的细雨从天而降，千万条柔柳，舒展着她们的筋骨。瞧!那脆弱而娇嫩的小草正破土而出，看着美丽的春，允吸着春水。

　　好一派春意盎然的景象啊!

　　春天真美啊，春天真可爱。春天，她给予了人们生机，给予了我希望。

　　萧索单调的冬季里，总是在盼望春天。盼望她的草长莺飞，丝绦拂堤，盼望她的千树琼花，碧波涟漪，盼望她的兰馨蕙草，润物如酥;盼望她的春色满园，落红如雨。

　　如今，春天即在眼前了，一伸手便可触摸到她湿润的发梢，感受到她温暖的呼吸，可春天，到底是怎样的呢?

　　春是悠然自得吗?“春水碧于天，隔船听雨眠。”春水粼粼烟雨蒙蒙的江波之上，人儿悠哉游哉地在画舫里听雨而眠，雨也怡然，风也缱绻，是何等的惬意，而“有约不来过夜半，闲敲旗子落灯花”，又是何等的悠闲。

　　还是万物复苏?“竹外桃花三两枝，春江水暖鸭先知。”小鸭子入水了，岸上桃花点点枝头，春意盎然。“几处早莺争暖树，谁家新燕啄春泥。”小燕子回家了，呢喃着搭着新窝，鸟鸣山涧，春回大地，花也粲然，燕也欣然。

　　春是情意切切吗?“夜月一帘幽梦，春风十里柔情。”似是月光如水的夜里，独对绣帘而作的清幽美梦，又似是十里春风扬州路上的，一片若许柔情。

　　还是不解风情?“花褪残红青杏小……多情总被无情恼。”满枝的海棠，你又怎舍得一夜之间将她变得绿肥红瘦?“夜来风雨声，花落知多少?!”，一抹明媚的春光，竟无法留住这纤弱的美丽。片片落红如蝶飞舞，萎地无声，捡拾起飘零的花瓣，任忧伤满怀。

　　春是离人眼中的一滴泪吗?“春衫着破谁针线，点点行行泪痕满。”孑然孤客，长年漂泊，感伤春日又将过，有家归未得，春衫破，无人补，伤心泪，满衣服。“细看来不是杨花，点点是，离人泪。”杨花三分春色，二分落于尘土，一分细随流水，花已落尽，待凝眸，分明是离人清泪。

　　故人是襟前的一枝花?“春风知别苦，不遣柳条青。”春风定是知道了此去经年，应是良辰好景虚设，故迟迟不舍把亭旁的柳枝变青。可是十里长亭外，故人终须别，那么，就折一朵相送的花，把祝福别在襟上吧，而明日，又隔天涯。

　　春是一纸写意渲墨吗?“日出江花红胜火，春来江水绿如蓝。”嫣红如火的江花星星点缀着碧蓝的江水，水流云在，春日的阳光淡淡洒在江面上，一抹微红粼粼而起，让人见了，都想拿起水墨画笔，把这幅美景临摹带回家。

　　还是一卷工笔勾勒?“一树春风千万枝，嫩于金色软于丝。”春风轻柔，杨柳垂丝皆画，不知是谁的纤纤素手，将这千条万条的柳丝染上了青翠，嫩黄?信步雨后的古桥上，芬芳素雅，仰望斑驳的松枝间，月朗星稀。

　　呵，我试着要解读春天，可我发现她太绚烂，有没有这样一支笔，能画出柔媚欲滴的春色?我又发现她太短暂，有没有这样一扇窗，能留住一纵即逝的春光?一季季的春来了又去，去了又回。究竟春为何物，我想，你我心中，早已有了答案。

**思修课上的三分钟演讲稿 篇5**

　　每个人都有不足的方面，一个自卑的自己，所以当你看到别人的优越，总会不禁地自卑和嫉妒。可现在我却发现，嫉妒也要有资格——别人要是高出你一点半点时，你会嫉妒;要是高出很多时，你就只有羡慕了。默默地自卑就成了一件无可奈何的事了……

　　“嫉妒要有资格”，看到以这样6个大字命名的文章，我是那样疑惑，嫉妒也要有资格?这使我不解，好奇地读下去，才一解疑惑——文章只讲述了一个年轻职员的故事：小林一直嫉妒同校毕业的同事小海，直到小海连番高升，小林就觉得小海是那样的遥不可及，不再想要超越小海，只是羡慕。直到有一天，小海对小林语重心长地说：“嫉妒要有资格”后，小林便不再颓丧，而变得勤奋努力工作，终于和小海站在同一个高度上。不再羡慕或嫉妒了。

　　文章没有告诉我嫉妒要有哪些资格，但我却深刻地了解到嫉妒别人是需要资格的。和自己大致在一个层面上的人才会让你嫉妒，就像我们谈起比尔盖茨时，谁都不会自卑一样，所以嫉妒也要有资格。也许对一些人来说，这句尖锐的话就像一把利刃，残忍地割开了他的心中最脆弱的部分。但我觉得，这句“反常”的话，意义不凡，若一个人总是习惯仰望在高处的人，一味自怨自艾，那么他就连嫉妒别人的资格都没了。反之，若一个人愿意摆脱自卑，不断努力使自己和那些成功者站在一起，那么他不但能拥有嫉妒任何一个人的资格，也会被别人用钦佩的目光羡慕着。

　　小林的故事让我明白了，取得嫉妒资格需要一个人为目标的成功而不断做出努力。这也让我想起了那件令我羞愧的事情。

　　双子是我初一时结交的好友也是我无话不谈的铁哥们。他是一个贪玩的小子，但学习成绩却异常的好。这总是让我感到尴尬和嫉妒，似乎我的付出和努力永远不成正比。于是我总是爱和他私下较劲，比这比那，可每当考试成绩单发下来后，又把我和他的距离拉开了一条银河大小的距离。终于，在一次考试中我的小聪明使我赢了。但每当再他次提起那场测试，我不禁生气起来，我气我的无用，气我的虚荣心……那件事后，我明白嫉妒资格不是一时的输赢，而是真正的强大，嫉妒不是一种自怨自艾的消极情绪，而是一种促使你不断进步、不断超越的能量。

　　嫉妒，要有资格。或许让许多人不解，但这似乎就是它的奥秘之处。用不同的视角看待不同的事，沉淀下的东西也会与众不同。这本书也许没有故事书那样富丽浪漫的故事，没有教科书那样新鲜的知识，它有的却是珍贵的哲理。所以我觉得，别逗了，时间不是金钱，而是另一种无与伦比的财富。

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