# 中国精神演讲稿3分钟合集5篇

来源：网络 作者：落花时节 更新时间：2025-02-17

*演讲稿也叫演讲词，它是在较为隆重的仪式上和某些公众场合发表的讲话文稿。下面是小编精心整理的中国精神演讲稿三分钟(合集五篇)，仅供参考，大家一起来看看吧。中国精神演讲稿三分钟1各位老师、同学们：大家好！今天我演讲的题目是《中国精神，永存我心》...*

演讲稿也叫演讲词，它是在较为隆重的仪式上和某些公众场合发表的讲话文稿。下面是小编精心整理的中国精神演讲稿三分钟(合集五篇)，仅供参考，大家一起来看看吧。

**中国精神演讲稿三分钟1**

各位老师、同学们：

大家好！今天我演讲的题目是《中国精神，永存我心》。

中国精神，就是在遭到外辱的时候，不屈不挠的斗争精神。中国精神，就是在灾难面前先人后己的献身精神。中国精神，就是在祖国遭遇灾难的时候，全国人民众志成城的团结精神。

我们的祖国，饱经沧桑的她早已度过了五千多个春秋，从女娲造人的上古时期，到黑暗封建的夏、商、周时代，从七国战乱到秦始皇统一天下，从兴盛的隋唐五代到受尽侮辱的明清时代。祖国母亲经历了紫禁城落成后百年的辉煌，经历了圆明园被烧毁的奇耻大辱。经历了五门事变的战火。经历了朝代更替的血洗。经历了开国大典上亿万人的自豪，更经历了共和国一次次美丽的蜕变。回顾历史，祖国经历了太多的坎坷与磨难，但祖国的脚步却越走越坚定，祖国的脊梁却越挫越坚强。

刚刚走过的这几年，更是一段不平凡的时光，中华民族再次经受了重重磨难与考验。太多太多的磨难，太多太多的伤痛，但我们都没有退缩。全民一心，齐心闯渡天大的难关。共同迎接命运的挑战。面对灾难，中华儿女挺直了不屈的脊梁，共同迎接命运的挑战，这就是中国精神！自强不息、奋发图强的中国精神！

在5.12大地震中，上演了一幕幕感人肺腑的故事，他向我们诠释了中国精神的博大。

我们的英雄教师谭千秋，德阳市汉旺镇东汽中学教导主任，在地震来临之际，他组织同学们有秩序的撤离、疏散同学，最后教室里只剩下四个孩子了，而此时教室已经摇摇欲坠，他不顾个人安危，立刻返回教室，奋不顾身扑了上去，将四名孩子掩护在身下。

他弓着身子，张开双臂紧紧地趴在课桌上，巨大的楼板、冰雹般的砖块、瓦片纷纷砸到他的身上，热血顿时奔涌而出。他咬紧牙拼命地撑住课桌，四名同学活下来了，而谭千秋老师却就这样匆匆地走了。他用他的生命，书写了人生的壮丽诗篇，用自己的行动诠释了生命的价值，用大爱铸就了一座永远不倒的教育丰碑！这就是中国精神。

**中国精神演讲稿三分钟2**

亲爱的老师、同学们：

大家好!有人说，青春是一首歌，回荡着欢快、美妙的旋律;有人说青春是一幅画，镌刻着瑰丽、浪漫的色彩。

1919年的5月4日，为了驱逐黑暗、争取光明，为了祖国的独立和富强，一群意气风发的青年用热血和生命谱写了一曲最壮丽的青春之歌，绘就了一幅最宏伟的青春图画。如今，\"五·四\"运动已作为光辉的一页载入了中华民族的史册。然而，\"五·四运动\"绝不仅仅是一个历史事件，它更是一种精神，一种伟大的\"五· 四运动\"的精神。在这种精神里，有着青年人关注国家命运的责任和使命，有着青年人振兴民族大业的赤胆与忠心。

90年来，一代又一代青年在中国共产党的领导下、在爱国、进步、民主、科学的\"五·四精神\"指引下，以高尚的爱国情操和真挚的民族情感，为民族的独立与复兴、国家的建设与发展、人民的安康与幸福奉献着青春和力量，实现着人生价值。

今天，我们的祖国已经进入了一个新的历史时期，振兴中华的责任，已落在我们青年人的肩上，\"五·四\"的火炬，已传到了我们青年人的手中。\"五·四\"的精神，需要我们青年人发扬光大。可是要弘扬\"五·四\"精神，就必须思考一个问题。我们应该拥有一个怎样的青春?怎样的人生?是在浑浑噩噩中度过，还是在拼搏中进步?\"五·四运动\"告诉我们，青年人要有正义感、更要有责任感;\"五·四精神\"昭示我们，青年人要有爱国心，更要有进取心。我们的青春应该是飞扬的，我们的人生应该是激情的。因此，弘扬\"五·四精神\"不应只停留在口号上，更要体现在实际行动上：在生活中，要注意行为规范，着装得体，展示青年人朝气蓬勃的精神风貌;在学习上，刻苦钻研，勇于拼搏，彰显青年人\"舍我其谁\"的豪情壮志。有人说，19世纪是英国人的世纪，20世纪是美国人的世纪，而21世纪，就是我们中国人的世纪。21世纪是一个充满希望和挑战的世纪，是一个机遇与成功并存的世纪。一个有价值的人生应该是：无怨无悔的昨天，丰硕盈实的今天，充满希望的明天。

同学们，让我们拿出行动来，用激情，唱响人生最壮美的青春之歌;用青春，绘就人生最瑰丽的生命画卷!充实的人生，因为奋斗而更加美好;闪光的人生，因为拼搏而更加绚丽!

**中国精神演讲稿三分钟3**

亲爱的外国友们：

大家好！

欢迎各位来到中国！我是复兴中学的学生代表李华，很高兴也很荣幸能在这里发言，为大家介绍“中国精神”。希望我的发言能让您更好得了解中国，爱上中国！

中华民族是拥有五千年历史的泱泱大国，中国在这五千年的历史发展中也凝聚了中国精种。中国精神是忧国忧民的爱国精神，也是默默无闻的奉献精神，更是努力奋斗的拼搏精神。

中国精神就是文天样的“人生自古谁无死，留取丹心照汗青”的爱国精神。

当代著名散文家朱自清宁愿死也不吃美国的`数济粮，是对他最好的诠释。“中国氢弹之父”于敏也是如此，为了国家需要隐姓埋名三十载，磨砺出“国之锋芒”。他一言一行都积淀着中国知识分子的精神与风骨。报效祖国、不忘初心，立鸿鹄之志，个人修身，谦虚持守，行谈泊之道，独立自主，用轰动世界的“于敏方案\"为中国在研制氢弹打开了一扇大门。“敏于创新，国之锋芒”这就是中国的爱国精神。

中国精神就是龚自珍“落红不是无情物，化作春泥更护花”的奉献精神。

“不要人夸好颜色，只留清气满乾坤。”张富清用他近一个世纪的坚持和守望书写了一生的宁静淡泊和一世高风高节，身藏赫赫战功但他从不以此作为去炫耀的资本，更未用来换取分毫利益。转业后，他主动到湖北最偏远的地区，忘我的工作，克己奉公，心系群众，为民尽责他用自己的一生演释了从“人民功臣”到“人民公仆”。“披肝沥胆为人民。清廉无私映初心”这就是中国的奉献精神。

中国精神就是周恩来\"为中华之崛起而读书”的拼搏精神。

“国家需要，我就去做。”孙家栋少年勤学，青年担纲，成了国家的栋梁。导弹卫星嫦娥、北斗都是属出他的传奇。七年学飞机，九年造导弹，五十多年发射卫星。42年为中国造了34颗卫星“年过古稀未伏枥，犹向苍穹寄深情”他始终坚持国家利益高于一切，将自己60多年的岁月，奉献给了中国航天事业。如今，为了中华民族的航天梦，他仍然呕心沥血，奋斗拼博，永不止息。“家国情怀，国之栋梁”这就是中国的拼搏精神。

亲爱的外国友人们，这就是中国精神，让我为之自豪，为之骄傲的中国精神！

我作为新时代的青少年，作为时代翻涌的后浪，更会以前辈们为榜样。担当起自己的历史责任，弘扬中国文化，传承中国精神。成为中国的脊梁，让祖国的未来锦上添花。

我的发言完毕，谢谢大家。

**中国精神演讲稿三分钟4**

亲爱的老师，同学们：

大家好!

大家知道今天是什么日子吗?或许你会回答今天是周末，可以不用上课，可以不去上班当然是个高兴的日子了。悄悄告诉你哦，今天是九月初九。在国家法定节日中重阳节并没有纳入其中然而重阳节的意义并不亚于法定节日。重阳有登高，赏菊等习俗更有亲人团圆，尊敬长辈等象征意义。

在昨天晚上我进空间的时候无意中看见了新生演讲比赛的题目“传承中华美德，弘扬中国精神”，当我看见这个题目的时候我就在思考如果是我去演讲，我又该怎么去组织这篇演讲。我想了很久终于让我在9月28号的那次演讲沙龙中找到了演讲的方向。“坚守自己的道德底线就是对中华美德和中国精神最好的传承和弘扬”。

坚守自己的道德底线

在新生演讲比赛中很多人都喜欢用国庆节天安门广场在升旗仪式后留下的5吨垃圾作为反面素材来举例，可以你们知不知道相比05年的时候可是19吨垃圾这已经少了14吨。这也是一个不小的进步了。我们总喜欢用这些负面的素材来举例，来批判人们的素质是多么的低下，可是我们在谈论别人的同时你是否管住了自己的手，你难道就真的不是他们一伙的。别总是去谈论别人的不是，想想自己早上带着早餐来到教室下课后那些塑料袋牛奶盒是不是还躺在课桌下的搁物架上。

当我们在外面看见有老年人摔倒在路上没有人去搀扶时，在公交车上看见有弱势群体却没有人主动给他们让座时，一种愤恨之情不由而生，认为这个社会缺失了中华的传统美德。可是我们想一想，为什么这个老年人会独自摔倒在路上，他的子女这时去哪里了。如果他的子女能陪伴在老人身边那么又怎么会摔倒在路上，如果他的子女不能陪伴在老人身边那么这个老人应该是在养老院里而不是摔倒在路上。在高中时我记得我们语文老师讲了有一个小学生因为在过马路时自觉遵守红绿灯而受到老师的表扬。可是过马路时自觉遵守红绿灯本来就是我们应该做的，这又何须表扬呢?可见大多数孩子都没有遵守这个交通规则。如果说一个民族没有英雄是可悲的，那么我想说一个民族需要英雄才是真正的可悲。我们每个人都能坚守自己的道德底线又何须反复夸耀那些坚守了道德底线的英雄。

作为一名文学传媒专业的学生，我保证自己没有记错每一篇中华诗歌就是最好的传承;作为一名计算机专业的学生，我保证自己不用所学的技术去黑别人的电脑就是最好的传承;作为一名生化专业的学生，我保证自己不用所学的知识去毒杀自己的室友就是最好的传承。作为一名大学生，如果我们不能准时的去上课，上课总是谈论着与课堂无关的话题，你演讲什么都是多余的。想想自己为了什么来到大学，想想自己来读大学父母付出了什么样的代价。当你在大学里整天无所事事的时候，你的父母可能还在烈日下为你挣学费，为你每天的吸烟喝酒的费用流下辛苦的汗水。如果我们连一个学生最本职的工作都做不到，我们还有什么资格在这里谈“传承中华美德，弘扬中国精神”。

“传承中华美德，弘扬中国精神”绝对不是一句口号，任凭你嘶声力竭也无济于事。作为学生认真地听老师讲课，作为子女担起赡养父母的责任，只要做好自己的本职工作，坚守自己的道德底线就是对中华美德和精神最好的传承和弘扬。

我的发言到此结束，谢谢大家!

**中国精神演讲稿三分钟5**

敬爱的老师，亲爱的哥哥姐姐们：

大家好!

我是一年级一班的，我演讲的题目是《我心中的中国精神》。

在我拿着画棒涂鸦时，爸爸教我认识了红色。有一次我玩耍时，不小心碰伤了额头，血流不止，到医院缝了三针，从此我知道了血也是红色的，而且流血好疼，好疼!但是在我看到电视中八路军打鬼子时，很多叔叔、阿姨为了打败鬼子，常常都受伤流血，甚至牺牲了。我不明白：叔叔阿姨们不怕疼吗?妈妈对我说：因为他们热爱祖国，想让我们过上幸福的生活，所以，他们勇敢、坚强、不怕流血牺牲。而且我们的国旗——五星红旗也是红色的，就是这样无数的叔叔阿姨用鲜血染成的。

在汶川地震、舟曲泥石流中，好多解放军叔叔不畏艰险去救人，好多好心的叔叔阿姨自己拿了好多好多钱和东西给他们，帮助他们重建家园，我的爸爸妈妈也捐了钱。不过，我不明白为什么要这么做。爸爸说：“因为我们是一家人。”

我们班的马婷婷腿不方便，我常看见老师背她去上厕所。我又不明白了：你又不是保姆，她去不了，叫她爸爸妈妈啊!干嘛要去做?老师告诉我，我们所有的同学，都是她的孩子，所以她爱我们，我们也要像兄弟姊妹一样互相帮助。

老师们，哥哥姐姐们，站在这里，我还是不知道祖国究竟是什么，也不知道什么是中国精神，但是，我知道，我一定要努力学习，认真完成作业，讲究卫生，要热心帮助同学，也要爱护学校公物，遇到事情时要更要坚强勇敢。老师们，哥哥姐姐们，请相信我，我一定会做到!

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！