# 3分钟演讲稿范文(通用3篇)

来源：网络 作者：梦醉花间 更新时间：2024-12-12

*3分钟演讲稿范文1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...*

**3分钟演讲稿范文1**

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得话，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！

现在我们喊得最响亮的一句口号就是：one world，one dream！同一个世界，同一个梦想。如果我们不团结，哪来的同一个世界，更何谈同一个梦想。

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。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斑耀眼而美丽的七彩之光！

我的演讲完了，谢谢大家

**3分钟演讲稿范文2**

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家早上好!

今天我演讲的主题是：学会健身，快乐生活。

世卫组织去年公布，懒得运动已成为全球第四大死亡风险因素。据估算，全球每年因此而死亡的\'人数高达320万人，且逐年增长。而南京市疾控中心曾经对4万多18岁以上的南京人进行调查。结果显示，近60%居民体育锻炼频度为1月1次或者不运动。

广大青少年身心健康、体魄强健、意志坚强、充满活力，是一个民族生命力旺盛的体现，是社会文明进步的标志，是国家综合实力的重要方面。体育锻炼是提高学生健康素质的有效途径，对青少年思想品德、智力发育、审美素养和健康生活方式的形成具有不可替代的作用。

运动无时无刻不在，所以在今天开始，从现在开始，让我们掀起运动的热潮，用实际行动投身到运动中取，把“更快、 更高、更强”的奥林匹克精神迁移到学习、工作及生活中，使我们的生活更具魅力，同学们，运动起来吧，让纯真的笑颜绽放在明媚的冬日。让未来的天空更辽远，更广阔。

谢谢大家，我的演讲到此结束!

**3分钟演讲稿范文3**

尊敬的各位评委老师，亲爱的各位同学们，

大家好!我是18级思想政治教育一班的贾珍玉。我演讲的题目是《心系感恩胸怀孝道》。

在这次演讲之前，我特意在我的朋友圈中做了一个调查，你会给谁挑选最珍贵的礼物?得到的答案位居榜首的是父母，由此引发我的思考，为什么会是父母呢?让我想到了孝，这个从古代到现代一直占据着中华儿女情感中分量足够重的词汇。

古人云：百善孝为先!在我国，影响深远的儒家伦理思想中，“孝”一直处于核心地位，是千百年来中国社会维系家庭关系的道德准则，是中华民族的传统美德。古有望云思亲、上书救父、卧冰求鲤的故事，今有陈斌强背母上班的故事，陈斌强是感动中国十大人物之一，是一名人民教师，他的母亲患上了老年痴呆症，生活不能自理。为了更好的照顾母亲，家住省城的陈斌强，每周都会将母亲绑在自己的身上，骑摩托车30公里，带着母亲去上班，到了周五，又将母亲带回家中照料，一连五年，风雨无阻，他用自己朴实的行为给他的学生，也给整个社会上了极为生动的一课。

我们在品读别人的故事时，其实也在反思自己。

来到安康学院之前，我从来没有离开过我的父母。也是来到大学之后，我才发现孝敬父母并不是在父母生日的时候给他们邮寄一个没有温度的冷冰冰的礼物，也不是在等到父母生病住院时才放下自己的事情抽出时间去看他们，孝敬父母应该从身边的小事做起，从每时每刻做起，我现在的舍友就是我的老师，他每天都会在晚饭的时候给他的`父母打视频电话，询问他们吃的什么，天气转暖凉了，要记得添加衣物，注意保暖;真的，虽然只是一件小事，但是对我却有很大的震撼与反思，我想问一问现场的各位，你们有谁能做到每天给父母打一个电话，有谁会将自己在学校发生的趣事分享给自己的父母，又有谁会记得在天气转凉的时候给父母一个关心一个问候?

孝顺是对父母发自内心的感激、感动、感恩，是真心实意的对待。孝顺不是付出生命的代价来换取的才叫孝顺，孝顺不是感人肺腑、可歌可泣的故事才叫孝顺，孝顺是每个普通平凡人都可以支配思想，摸着良心做到的简单事儿。

所以，乘阳光正好，乘微风不噪，乘父母未老，珍惜当下，心怀感恩，及时尽孝!

我的演讲到此结束，谢谢大家!

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！