# 三分钟演讲稿范文精编【10篇】

来源：网络 作者：风月无边 更新时间：2025-04-20

*演讲稿具有宣传，鼓动，教育和欣赏等作用，它可以把演讲者的观点，主张与思想感情传达给听众以及读者，使他们信服并在思想感情上产生共鸣。以下是为大家整理的三分钟演讲稿范文精编【10篇】，希望对您有所启发！>1.三分钟演讲稿范文精编　　尊敬的各位领...*

演讲稿具有宣传，鼓动，教育和欣赏等作用，它可以把演讲者的观点，主张与思想感情传达给听众以及读者，使他们信服并在思想感情上产生共鸣。以下是为大家整理的三分钟演讲稿范文精编【10篇】，希望对您有所启发！

>1.三分钟演讲稿范文精编

　　尊敬的各位领导，同事们：

　　大家好！

　　安全是一个社会和谐的乐章，她让生命之歌如此美妙，对于我们每一个人来说，它是通往你成功彼岸的独木桥，只有在确保安全的前提下，你才能抵达成功的彼岸去感受成功的喜悦；它又是培育幸福的乐土，只有在安全这片沃土的培育下，幸福之花才能随时绽放在你的生命旅程。拥有了安全，虽然不可能拥有一切，但没有安全就一定没有一切。在人类的旅程中，健康是前提，物质是基础，精神是源泉，而安全，则是堡垒。一个让我们生命的状态时刻保持安全与平衡，让我们生存的环境时刻充满宁静与和谐的堡垒。没有了安全，再丰厚的物质也会变得一文不值，再丰沛的精神源泉也如无本之木。

　　我们每个人心里都必须明白，安全为了我，我要保安全，企业是由“我”组成的，我的安全理念，安全习惯，安全行为都在影响着别人，影响着企业，所以一定要提升“我要安全”的主动认识，强化“我必须安全”的责任意识。把安全的硬性规定变为我们的自觉行为，使各种规章制度不再是印在纸上，贴在墙上的一纸空文，而变成我们头脑中自觉的安全理念和思维模式。安全，是珍爱生命的前提。如果我们不注重安全意识，视安全隐患而不顾，对安全问题措施不及，防范不严，把生命当儿戏，那么造成的后果则不堪设想。

　　员工朋友们，我们要树立时时重视安全，时时注意安全，处处不忘安全的思想，见安思齐，见损而内自省，在岗一分钟，安全六十秒，做安全的忠实执行者，为我们的幸福保驾护航。让安全伴随着我们每一个人，让生命之花开的更加绚丽多彩！

　　谢谢。

>2.三分钟演讲稿范文精编

　　尊敬的老师，亲爱的同学们：

　　大家好！

　　窗外仍寒风呼啸，冷风刺骨，望着干秃秃的小树桠，内心不由一片寂冷迷茫。不由思索，自己人生道路又会如何，那些年付出的努力，努力的道路，都是正确的吗，当初坚信的都会开花结果吗？

　　时光飞逝，儿时单纯美好的画面都已随着岁月的流逝而斑驳，少时不切实际的幻想也随着岁月的流逝熏黄，慢慢剥落。不知何时，一颗理想的种子在心中慢慢发芽，不知不觉早已根生蒂固。那些梦想，我从未言弃；那种信念，我始终铭记。可我与梦想这之间总是隔了一座密不透风的墙，我在墙的一边徘徊，迷茫。

　　一个人可以反叛，徘徊，迷茫，但绝不可以放弃梦想，每只毛毛虫都有机会蜕变成蝶，只有它有梦想，心怀希望，永不言弃，便终可以用美丽翅膀划过旧日时光，飞向广阔未来。

　　全世界都嘲笑的梦想可以不叫做梦想，但当你江郎才尽时，不妨再试一次，只要梦还在，路还在，我们还在，起航追梦吧，现在青春正好，天空正晴！

　　谢谢。

>3.三分钟演讲稿范文精编

　　同学们：

　　大家早上好！

　　非常高兴我们又相聚在这美好的早晨！

　　下面我给大家讲一个真实的故事：一位母亲正骑自行车带着年幼的女儿迎面而来。孩子一不小心，手中的饼干掉在地上。妈妈马上停下车，轻声对女儿说：来，咱们把它扔到垃圾桶里去。说着便把孩子抱下来，俩人弯腰一起去捡地上的碎饼干。就是这普通的一幕，不由让人想起一句话：“素质，是一种习惯。”仔细想想，不是吗？无论这位母亲，还是将来的孩子文明素质如何，在这一细节中已有了答案。所以，今天我要对大家说：文明礼仪，一定要从我们自己做起。

　　那么，怎样才能当上“文明少年”呢？在此我建议同学们从以下几方面做起：

　　一、在课堂上表现为：坐姿端正、凝神听讲、举手发言；

　　二、在课间表现为：不随地吐痰、不乱扔废纸、不践踏花草，不乱刻乱画，不破坏公共财物，还要能主动捡起地上的杂物。上下楼梯靠右行，不要朝楼下冲，不大声喊叫（包括课间在教室里也不大声吵闹）。

　　三、在社会中表现为：公交车上主动让座，待人接物礼貌周到。文明礼仪还表现在一声真诚的“谢谢”，一句真心的“对不起”，还有每日的“您早、你好、再见”等之中。特别是本周四、五两天见到老师和检查的领导就要喊“老师好！”

　　同学们，让我们从现在做起，让文明礼仪不再是纯粹的理念，而是每个学子的自觉言行！让文明礼仪不再是外在强加的约束，而是自我内化的一种快乐！让我们携起手来，共同创建和美的文明校园，人人争做“文明少年”！

　　我的演讲完毕，谢谢大家！

>4.三分钟演讲稿范文精编

　　大家好！

　　每个人都有童年里美好的理想和愿望，但有人的理想是当老师，有的人的理想是成为一位外交官，有的人的理想是成为一位工程师，还有的是当一位解放军，还有的人的理想是当……而我的理想是当一位医生。

　　每当我看见到一个个伤痕累累的病人进入到医院，又一个个精神饱满的高高兴兴的走出医院时，我也很高兴，因为在这里——医院中又少了一个个病痛的病人！

　　所以，我也想当一位医生，这个医生的名字虽然普普通通，但对于我来说，医生这个名字是伟大的，是一个救死扶伤的意思。

　　亲爱的同学们，我们都是光荣的少先队员，我们是祖国未来的建设者和保卫者，我们从小就应该养成良好的习惯，良好的理想。让我们人人从我做起，从现在做起，上好每一节课，把老师的每一句话都记住，把每一节课都变成我们更好的更快的新的起点吧！美好的未来的的理想正向我们招手呢！

　　谢谢。

>5.三分钟演讲稿范文精编

　　尊敬的各位领导、朋友们：

　　大家上午好！

　　首先，我们要做环境保护的积极倡导者。环境保护，观念先行。加强舆论宣传，普及环保知识，营造浓厚的科学发展舆论氛围，是我们青年志愿者力所能及的事情。在教育自我的同时，在广大人民群众中倡导环境保护，让每个人都树立良好的环保意识，掌握必要的环保知识，锻炼一定的环保技能。

　　其次，我们要做保护环境的积极参与者。保护环境，人人有责。无论是个人还是组织，都要积极投身到活动中来，积极开展清理垃圾、生态监护、植树造林、护花种草的绿色环保公益活动。

　　最后，我们要做生态文明的积极推动者。在传播环保意识和环保知识的基础上，着力传播生态文化。广泛开展走进大自然、亲近大自然的生态体验活动，在全社会倡导健康文明的绿色生活消费观。

　　朋友们，环境保护是我们每个人义不容辞的神圣使命，让我们行动起来，用我们的热情和汗水，从小事做起，从身边起，从现在做起，为建设美丽的家园和繁荣的盐城贡献我们的青春，贡献我们的力量！

　　谢谢大家！

>6.三分钟演讲稿范文精编

　　大家好！

　　青春是活力，是校园蹦跳的身影；青春是甜蜜，是捂着嘴的手缝中明显看到的嘴角上扬的弧度；青春是羞涩，是角落里蜷曲着的身影眼角闪着的钻石般的泪光……青春是一盒五彩的糖果，青春的空气也是香甜的。

　　青春是巧克力，香浓而苦涩。我们不再为了心爱的玩具而哭泣，是为了肩上压着的学习而努力；我们不再为琐碎的小事而赌气，却常常为了未知的未来而沉思。倔强的不流泪强忍着泪微笑，是想告诉大人们我们真的很棒；逐渐成熟的思想让我们能在唯美的艺术前低下高贵的头颅。即使哭泣，即使难过，眼角的泪也闪着希望的光。心中滋长的情愫，甜蜜而青涩。就算星星从夜幕坠落，心也从不冷却，因为，青春的心是甜蜜，苦涩的，却也是永不灭的激情。就像巧克力定格在舌尖融化的那刻，甜蜜，香浓，苦涩一起蔓延！

　　青春是梦幻的棒棒糖，有五彩的颜色，奇怪的形状，不同的味道，我们常常幻想自己是美丽优雅的公主，备受呵护；是帅气逼人的街舞小子，炫酷少女们的心，又或者是红得发紫的天王巨星。稀奇古怪的想法是属于漫步在糖果的季节里的少男少女们的童趣。幼稚得有些可笑。就像在茫茫的雪地里抓一吧雪，加一颗草莓味味道的糖果，加一点男孩子的淘气，女孩子的天真；男孩子的倔强，女孩子细腻；再加一点欢笑，一点泪水，一点感动，一点懵懂……

　　谢谢。

>7.三分钟演讲稿范文精编

　　尊敬的老师，亲爱的同学：

　　大家好！

　　今天是我们儿童最开心的“六一”儿童节，当我们还没有迈入教室的时候，我们就会看见教室里五彩缤纷，墙上挂着五颜六色的彩带，黑板上写着：“六一儿童节联欢会。”

　　今天，是儿童最自由的日子，今天当然也是大家盼望已久的日子，因为在这一天，父母会把我们从笼子里放出来，让我们自由自在地玩耍。同学们，让我们抛开烦恼，让我们把一切束缚着我们自由的东西抛开，让我们一起无拘无束地玩耍。在这一天，小草和小花为我们跳舞，是我们的演员；大树向我们祝贺；小鸟为我们唱歌……在这一天，大自然的一切好像都活了。它们都在跟我们道喜。

　　老师，您就放纵一下你们的学生吧！毕竟这一天一年只有一次，您就让我们尽情地笑，尽情地玩，尽情地跳吧，过了这一天，一切都要恢复以往的样子了，我们的自由又要被束缚住。老师，您就成全我们吧！让我们自由自在地玩吧！

　　谢谢大家！

>8.三分钟演讲稿范文精编

　　亲爱的老师、同学们：

　　在小的时候，我很不爱读书，看着那些毫无生命的字，我心里无聊极了。

　　日子一天天过去，我也一天天长大，在父母的教育下，我渐渐爱上了读书。是因为妈妈把刚织的毛衣剪掉了，又对我说：我把毛衣剪了，不是很可惜吗?像你这样半途而废，不爱读书的人，对以后的生活有用吗?铁杵成针这个道理你懂吗?听了妈妈的话，我吸取了教训，并且暗下决心，要多读书。

　　从那以后，我爱上了读书。当我读《卖火柴的小女孩》时，我曾为小女孩的遭遇而流过眼泪;当我读《三国演义》时，我对诸葛亮的智慧敬佩不已。

　　一天，我从书上看见一句名言：书犹药也，善读可以医愚。不错，书就是知识的海洋，在书中可以得到许多的知识，许多快乐，许多乐趣！我在知识的海洋里欢快的遨游，让书香充满我们的世界，让我们感到读书的乐趣和浓浓的书香！让我们的世界更加美好！

　　是啊！我们只要努力学习，就可以体会到我阅读，我快乐，我成长的含义，激发我们对读书的乐趣，让我们创造美好的每一天！

　　谢谢。

>9.三分钟演讲稿范文精编

　　亲爱的同学们：

　　高三学子，我们的足迹已装帧在季节的封面，生命的扉页，我们将踏上奔赴明年六月的征程，朝着六月的梦想努力奔跑。

　　许多人都说高三学子像精卫一样填着题海，嘴里好像永远都念叨着ABC和XYZ，眼镜片一天天厚起来，头发一天天薄下去……高三意味着充实日出而作，日落不息。

　　所以，高三学年注定是沉甸甸的：沉甸甸的学习，沉甸甸的教诲，沉甸甸的期望，沉甸甸的关注……一切皆为了沉甸甸的收获。收获，在坚持中，在奋斗中！

　　知足者常乐，不知足者常进，很少有人能知道需付出多少努力才能实现心中的梦想，我们只能不断前进、前进，再前进。因此我们就要有这样的决心和干劲：“坚持到底，永不放弃！”夏天不摘秋天的果。摘下来，食之不甜，弃之可惜，还是等到收获的季节里再去品尝丰收的喜悦吧！

　　谢谢。

>10.三分钟演讲稿范文精编

　　亲爱的同学们：

　　大家好！

　　正处于花季的我们正处于一个激情燃烧的时代。在这一段时光里，我们是最活泼的，也是动的。我们会彼此走到一起，不在乎身份的差异，因为在校园里，我们都只是一个个普通的学生。我们彼此一起把各自的快乐共同分享，把烦恼一起分担。我们之间没有隔阂，所以我们可以肆意地胡天乱侃，从天南到地北，只要是我们感兴趣的都会成为我们讨论的对象，就算我们无意间伤害了彼此也从不计较……

　　青春是我们积累自己，丰富自己的时机。我们正处于精力最旺盛的时代，也是我们学习奋斗的时机。我们在一起可以彼此激励，一起努力向前冲刺，一起为自身的目标而努力。因为彼此间的不服气，一心想超越别人，所以我们也就有了前进、拼搏的动力，才会在课堂上认真听老师讲课，认真记笔记；在课间，一有不懂的问题就找老师或伙伴去问。有时我们考试考差了，会彼此安慰，同时也会去找自己的问题所在，并勉励自己下次不要再粗心，犯同样的毛病……

　　青春是一段令人难以忘怀的时光，带给我们太多太多美好的回忆。这回忆中有我们欢笑的背影，也有我们面对挫折时的举足无措，也有我们辛勤挥洒的汗水。从军训开始，我们相见，那时的我们还有一丝丝不熟悉，有些陌生，但军训结束后，我们俨然已成了一个大家庭，彼此相互关爱，团结一心。一年多了，我们越来越熟悉，彼此间的亲情也越来越浓厚，期间也发生过许多诸如运动会一样让我们难以忘怀的事情，真希望我们永远不分开……

　　谢谢。

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！