# 课前的三分钟简短演讲稿5篇范文

来源：网络 作者：心旷神怡 更新时间：2025-03-25

*演讲稿可以提高演讲人的自信心，有助发言人更好地展现自己。在社会发展不断提速的今天，演讲稿应用范围愈来愈广泛，还是对演讲稿一筹莫展吗?以下是小编整理的课前的三分钟简短演讲稿，欢迎大家借鉴与参考!课前的三分钟简短演讲稿1老师同学们：大家好!人生...*

演讲稿可以提高演讲人的自信心，有助发言人更好地展现自己。在社会发展不断提速的今天，演讲稿应用范围愈来愈广泛，还是对演讲稿一筹莫展吗?以下是小编整理的课前的三分钟简短演讲稿，欢迎大家借鉴与参考!

**课前的三分钟简短演讲稿1**

老师同学们：

大家好!

人生中最美好的一次遇见，发生在一个夏天的傍晚。

那天，我们几个小伙伴一起玩耍过后，大家作鸟兽散。夏天的天气总是让人捉摸不透，刚刚还是晴空万里，忽然就山雨欲来风满楼。一下子把没带伞的我打了个措手不及。只好躲进了一座亭子里，准备等我妈来接了。

雨点开始气势汹汹地往下打来。我无聊地望着四周，亭旁一面通路，三面依湖，湖上有许多的杂草，被风刮得倒下了身子。我想收回视线，可就在这时，一抹粉色吸引住了我，让我一下打起了精神，凑了过去。

那是一朵半开半露的荷花，像一位娇羞的女子，用面纱将自己绝美的面孔遮住。可以想象荷花那如今就这么娇嫩的粉色花瓣，长开以后会是怎样的一番动人。

可现在，这朵荷花却要遭受摧残。暴风雨可不懂得怜香惜玉，它们只知道破坏。于是，这朵荷花不得不面对她的“敌人”。风雨来势汹汹，整个湖都开始激起波浪。一旁的杂草早就被刮得抬不起头，好像已经屈服在了风威之下。荷花也好似挡不住这攻势，弯下腰去。我的心也提了起来：难道荷花就这么倒下了?风雨也好像力竭了，停了一会儿，那荷花便一下子又立了起来，我也松了一口气。可风雨又怒了，再次发起怒来，让那荷花枝弯成了一条弧线。可当风一停息，它就又顽强地挺过身来，傲然挺立。这样的战争不知持续了多久。终于，那风力竭了，那雨消退了，乌云也溜走了，只留下了太阳照在那仍残留着几滴水珠的荷花身上，耀眼夺目。

妈妈的车终于到了。我恋恋不舍地上车，虽然已经看不到那朵荷花，但它给我带来的震撼却仍残留在我心中。那是我一生中最美的遇见，是它让我明白：只有坚持到底，才能晴空万里!

**课前的三分钟简短演讲稿2**

各位同学：

大家好!

小草看到苍松的伟岸，便立志发奋图强，可经历千辛万苦，还是一株普通的小草;蜩与学鸠看到扶摇直上的大鹏，便极希望自己也能鹏程万里，于是冬练三九，夏练三伏，可临终也没有“若垂天之云”的双翼，更没有“水击三千里，抟扶摇而上者九万里”的辉煌。

它们付出努力了，却没有实现自己的目标。为什么呢?因为它们没有认清自己，没有把握好自己应该努力的方向。

一个人若想得到成功女神的垂青，努力、奋斗虽必不可少，但认清自己的实力，把握好自己奋斗的方向显得犹为重要。

正是认清了自己在文学方面的缺陷，班超毅然投笔从戎，使自己不仅在军事方面取得较高的成就，而且也保卫了大汉江山的稳定与繁荣。杨振宁坦然面对自己的失败，认真分析原因，正确地评估自己的能力，最终，他卸下了“实验物理”的专业抱负，改修“理论物理学”，在理论方面，他驾轻就熟，一日千里，最终摘下“诺贝尔奖”的桂冠。

认清了自己的方向，努力才是通向成功的捷径，奋斗才会有结果，很难想象潘长江能够在NBA的赛场上抢篮板、抢断、扣篮……也很难想象姚明穿着时尚的服装，站在舞台上将欢声笑语送进千家万户。

如果不能成为自己的伯乐，不能认清自己，努力方向与实际南辕北辙，那么再多的努力，再多的汗水也只能是石沉大海——没有一点壮观的波澜，再多的付出也不会得到回报。现实中，我们每个人不一定都要轰轰烈烈，流芳百世，每一个人的事业不一定都要惊天动地，垂名千古，只有适合自己的，才是的。

做自己的伯乐，发现自身的闪光点，认清自己奋斗的方向，把握自己，经过坚持不懈地奋斗，经过挫折的暴风雨，才会出现鸥翔鱼游的天水一色。

同学们，只有认请你的方向，走出失败的荆棘地，前面才是铺满鲜花的康庄大道。

谢谢大家!

**课前的三分钟简短演讲稿3**

老师们、同学们：

大家好!不知大家是否明白“节能”和“低碳”这两个词的意思?我想当然明白。“节能”不就是节约能源吗?“低碳”不就是降低碳排放量吗?是啊，的确简单。我们经常把它们挂在嘴边。但是，你真的理解它们吗?它们真的深深扎根在你的心底了吗?

以前，地球母亲留给我们丰富的能源使我们兴高采烈，感叹地球上的能源取之不尽，用之不竭，此刻，最新统计证明，石油将在50年后枯竭，煤还能够供人类使用200年;以前，物资、能源的浪费多么猖獗，此刻，“节约光荣，浪费可耻”成了新一代的口头禅;以前，“发展第一”，环境问题被忽视的状况时常发生，此刻，可持续发展，与大自然和谐相处成了最大的课题。不难看出，环境问题在不断被人们重视。

尽管如此，环境问题仍然严峻，节能减排、低碳生活迫在眉睫。在哥本哈根气候大会上，这一影响人类命运的问题却迟迟无法达成协议。在生活中，开着大排量汽车，购买含氟空调、冰箱，含磷洗衣粉，夏天把空调开着低温还一边裹着被子，日光灯彻夜长明，水龙头滴水声日夜不息这些影响环境的现象屡见不鲜。

如果整个社会是大海，每个人就是一滴水，大海的污染，影响着每一滴水，也需要每一滴水努力帮忙净化污染。美国总统肯尼迪说过：“不要问国家能为我们做些什么，先要问自己能为国家做些什么。”低碳生活需要人人参与!

大家还记得熄灯一小时活动吗?假设每个家庭的灯都是五十瓦，每家有五盏，如果有一亿五千万人参与，按每家三口人算，那就是五千万家，一共就是四百五十亿瓦电。同学们，这是整整四百五十亿瓦电啊，这些电能够抵得上多少个三口之家全年的用电量啊。如果我们每一天都节约用电，那么，全国十三亿人，全年能节约的电量将是四百五十亿瓦的多少倍?这样的话，不就做到低碳了吗?

况且，要使生活低碳、绿色的方法还有很多，如：少开私家车，多坐公交车;少用纸巾，多用手帕;开空调时多开一度，这样能够减少百分之七的电力;不用干衣机烘干衣服，让衣服自然晾干，这能够减少2300克的二氧化碳排放量等。

同学们，让我们行动起来吧，从身边做起，从此刻做起，一齐加入低碳生活的行列，成为低碳达人吧!也许我们的行动很微不足道，但用我们聚沙成塔的信心和力量能汇聚成地球绿色的期望!只要我们凝聚每一份力量，减少每一千克碳排放，在二氧化碳减排过程中，普通民众同样也拥有改变未来的力量!

**课前的三分钟简短演讲稿4**

老师们，同学们：

早上好!

今天我讲话的题目是《成功在于坚持》。

首先我想与大家分享一个有趣的故事：这个故事发生在古希腊。开学第一天，大哲学家苏格拉底对学生说：“今天咱们只学一件最简单也是最容易做的事。每人把胳膊尽量往前甩。”说着，苏格拉底示范了一遍，并要求学生们从今天开始，每天做300下，学生们都笑了，这么简单的事，有什么做不到的!可过了一个月，苏格拉底再问学生们，能够坚持下来还有90%。又过了一个月，坚持下来的学生只剩下八成。一年后，苏格拉底再一次问大家，这时，整个教室里，只有一人举起了手。这个学生就是后来成为古希腊另一位大哲学家的柏拉图。

这个小故事所蕴含的深刻含意是显而易见的，的确，我们干什么事，要取得成功，坚持不懈的毅力和持之以恒的精神都是必不可少的。成功之路，贵在坚持。谁能坚持到底，谁应能获得成功，众所周知，贝尔发明了电话，可他所做的仅仅是将电话中一个螺母转动了4.1周，而之前的大量工作是由爱迪生等科学家完成的。双方为此走上了法庭，法庭最终将发明权判给贝尔。原因是爱迪生等科学家虽然做了大量工作，但还是放弃了对电话的研究。可贝尔没有放弃，正是那4.1周，使电话有了实际用途，爱迪生等科学家并非没有那个能力，只是在发明电话时缺少了一份坚持，才会与成功擦身而过，有许多伟大成就都正在于一份坚持。

九十九度加一度水就开了。开水与温水的在于这一度之差。有些事之所以天壤之别，往往也正因为这一度之差。同学们，当困难拌住你成功脚步的时候;当失败挫伤你进取雄心的时候;当负担压得你喘不过气的时候，不要退缩，不要放弃，一定要坚持下去，因为只有坚持不懈，才能走向成功!

谢谢大家!

**课前的三分钟简短演讲稿5**

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。

有汽车懒得走路，能坐电梯就不爬楼梯，网上联络代替当面沟通……种种现代生活催生了很多“懒虫”。英国《每日邮报》近日报道，英国一项近万人的调查显示，86%的人出现了比其实际年龄大4岁才会出现的健康问题。究其原因，懒惰造成的缺乏运动和过度肥胖是罪魁祸首。

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!

**课前的三分钟简短演讲稿**

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！