# 演讲稿范文3分钟【5篇】

来源：网络 作者：独影花开 更新时间：2025-04-22

*演讲又叫讲演或演说，是指在公众场所，以有声语言为主要手段，以体态语言为辅助手段，针对某个具体问题，鲜明，完整地发表自己的见解和主张。本篇文章是为您整理的演讲稿范文3分钟【5篇】，供大家阅读与鉴赏！>1.演讲稿范文3分钟　　敬爱的老师、亲爱的...*

演讲又叫讲演或演说，是指在公众场所，以有声语言为主要手段，以体态语言为辅助手段，针对某个具体问题，鲜明，完整地发表自己的见解和主张。本篇文章是为您整理的演讲稿范文3分钟【5篇】，供大家阅读与鉴赏！

>1.演讲稿范文3分钟

　　敬爱的老师、亲爱的同学们：

　　大家好！

　　我们知道水是生活之本、生命之源。如果没有水，人类将无法生存。也许有人说：“我们的地球是一个蓝色的水球，有那么多水，怕什么呀？”可那大部分是咸水，无法直接饮用。有人比喻说，在地球这个大水缸里，可以用的水只有一汤勺。由于缺水，我国农村粮食产量减少，西北沙漠化严重，沙尘暴频繁发生……保护水资源，已刻不容缓！

　　然而，侧耳倾听，淮河在呐喊，黄河在哭泣，长江在叹息……水污染，水浪费，水浪费，水污染哪！请听听我家乡那条小河的诉说吧！

　　它曾经是那么清澈，那么美丽，犹如一块碧绿的翡翠。河里，鱼虾快活地游动；岸边，人们愉快地生活。一到夏天，河里满是尽情欢笑的人们。我们亲昵地叫它“快乐河”。一年年过去了，河水不再碧绿清澈了。取而代之的是浑浊，是乌黑，是恶臭！小河成了人们的“伤心河”。谁？是谁？让小河面目全非！谁？是谁？让小河伤痕累累！人类！是人类！我们人类竟是罪魁祸首！人们胡乱地向小河倾倒垃圾，皮革工厂不断地向小河排泄废水……这一切的一切，都是人类破坏水资源的罪证！

　　谢谢。

>2.演讲稿范文3分钟

　　大家好！

　　捏一撮龙井放入杯中，再倒上烧得滚烫的水。水入杯中，卷起一泓波澜，带动茶叶上下翻滚，旋转，漂舞，漫游。真像绿色的精灵，在浩瀚的空中飞舞。许久，茶叶一片一片沉在水底，冒着白气的水，已呈现出淡淡的茶色，有些鹅黄，有些嫩绿。盖上盖子，看着气泡来回翻腾，蒸气给人以李白诗中的“飞流直下三千尺”的错觉；打开盖子，一股清香，又给人“日照香炉生紫烟”的幻感。这时，手执蒲葵，身从藤椅，面向花庭，轻品一口龙井，定似有“宠辱不惊，任庭前花开花落”的况味；这时，即使是红尘滚滚，也恰似闲庭信步，“去留无意，看天上云卷云舒”。

　　打开一本好书，嗅着那书页的芳香，我曾不只一次为美人鱼化为泡沫而惋惜流泪，也曾为老人与鱼的恶搏而心惊胆战。《三国演义》让我读懂了豪气冲天的英雄；《红楼梦》让我感慨于“见花落泪，见月伤心”的痴情；《水浒传》让我刮目于朴实可爱的农民；《西游记》让我感悟到欲取得成绩要不怕艰难，在困境中勇往直前，令人敬佩！

　　倾听一首音乐，就是洗刷了一次罪恶的心灵。我不会演奏音乐，但我却会倾听。《星空》让我享受到夜的温柔；贝多芬的《命运》让我品味到生的顽强；一曲《回家》让我体会到思乡的忧愁。

　　谢谢。

>3.演讲稿范文3分钟

　　尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

　　大家下午好！

　　今天，我站在这里，蓦然回首，那个稚气的中学生不见了。我带着青春的激情，青春的叛逆，冲破高三的桎梏，而今已开始了一段新的征程。

　　大学，每个学生心中的梦想之地，在这里我们展示自我，飞扬激情。如今，我已迈进xxxx大的校门，而我便要在这里陶冶自己，锤炼自己。在这里我们是主人，是勇士，是继往开来的开拓者，是品味生活美酒的幸运儿，更是虔诚的梦想的追随者。发掘智慧，积聚智慧，寻找自己的方向，在奋斗中体现于自我价值。纵然我们一生都未能达到心目中的高峰，可只要我们努力过，经历过，思考过，感受过，回忆过，那我们的存在便有意义。作为一名大学生，面对自己的未来，面对前人的希望与后人的责任，我们更要做一个有理想的人，有责任心的人，能够在苦难中不断奋斗的人。

　　有人说：从绝望中寻找希望，人生终将辉煌，每个人的人生乐章，都需要用心去谱写。我的人生，我想用自己的双手去创造。我的大学生活，我想用自己的方式去活出精彩。我想用拼搏与汗水去赢得一片片掌声！我的大学就是我的青春、我的梦！这就是我作为一名大学生的豪情壮志！

　　谢谢。

>4.演讲稿范文3分钟

　　亲爱的老师、同学们：

　　大家好！

　　记得在很小的时候，我们学的第一首唐诗是：“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。“老师和父母经常教育我们节约每一粒米，农民叔叔们工作太辛苦了，我们吃的每一粒粮食都是被雨水和汗水浇过的，节俭是中华民族的传统美德，在当今社会中最重要的任务之一。

　　在日常生活中，一些同学有铺张浪费的坏习惯，经常拿高档文具互相比较和炫耀，过时后，就会扔掉再重新买。一些同学总是认为学校的食物不好，经常倒掉食物，要知道我们这顿饭，凝聚了多少人的汗水啊，农民叔叔顶着烈日和风雨，食堂里的叔叔阿姨，辛辛苦苦地买、挑、洗、炒菜，才有热腾腾的饭菜送到我们手里，我们怎么能不珍惜呢？

　　同学们，地球上的每一种资源都是我们人类共同的，它不是可以用金钱来衡量的，你就是再富也要养成节约的意识，因为节约是一种美德，节约是一种智慧，节约更应该成为一种习惯和风气。请记住：你与我，是浪花里的一滴水，无数滴水汇聚起来，是澎湃汹涌的浪涛，是波澜壮阔的大海！一个人的力量有限，但无数个有限组合起来，便是无限，这个无限，便是无坚不摧的力量！

　　所以在今天，我们应该大声提倡：让我们采取积极行动，树立节俭意识，“让节俭成为一种习惯”、“让节俭成为一种生活方式”。我们应该坚持从自己做起，从每一天做起，从每一件小事做起，节约每一滴水、每一度电、每一粒粮食。只有处处节俭，才能节约资源，只要我们处处节俭，地球家园才能永远美丽富饶！

　　我的演讲到此结束。

>5.演讲稿范文3分钟

　　尊敬的老师，亲爱的同学们：

　　大家好！

　　流泪和流汗虽然都是生理现象，但是只要你仔细去分析，它们又是不同的。

　　在稻田里，经常可以看到那拿着锄头，日出而作，日落而息的勤劳的农夫们，正一次又一次用锄头翻松泥土。看，汗水正从他们的额头流下，从他们的脸颊滑过，但他们不在乎，还是继续劳作。他们花力气流血汗，最后总会有收获。所谓“一分耕耘，一分收获”就是这个道理，可以说收获是流汗换来的。

　　一滴泪水和一滴汗水是不同的，流泪的人到最后还是一无所获，但是流汗的人卖力地工作，最后毕竟可以尝到成功的果实。

　　“流泪不如流汗”，我们别再浪费这宝贵的时间，想想：当你滴下择珠时，成功的果实已在萌芽，收获已在眼前了。同学们，多下点儿功夫，多流点儿汗，开创自己的一番大事业吧！

　　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！