# 三分钟演讲稿格式【十篇】

来源：网络 作者：风月无边 更新时间：2025-05-08

*演讲中的抑扬顿挫，相当于音乐中的节奏，音乐需要节拍，演讲也需要节拍，你应该让你的演讲充满节奏感，节奏就是你口头表达进度的度量。以下是为大家准备的三分钟演讲稿格式【十篇】，供您参考学习。>三分钟演讲稿格式　　不同类型、不同内容的演讲稿，其结构...*

演讲中的抑扬顿挫，相当于音乐中的节奏，音乐需要节拍，演讲也需要节拍，你应该让你的演讲充满节奏感，节奏就是你口头表达进度的度量。以下是为大家准备的三分钟演讲稿格式【十篇】，供您参考学习。

>三分钟演讲稿格式

　　不同类型、不同内容的演讲稿，其结构方式也各不相同，但结构的基本形态都是由开头、主体、结尾三部分构成。各部分的具体要求如下：

　　1．开头要先声夺人，富有吸引力

　　演讲稿的开头，也叫开场白，它犹如戏剧开头的“镇场”，在全篇中占据重要的地位。

　　开头的方式主要有如下几种：

　　①开门见山，亮出主旨。

　　这种开头不绕弯子，直奔主题，开宗明义地提出自己的观点。

　　②叙述事实，交代背景

　　开头向听众报告一些新发生的事实，比较容易引起人们的注意，吸引听众倾听。

　　③提出问题，发人深思

　　通过提问，引导听众思考一个问题，并由此造成一个悬念，引起听众欲知答案的期待。

　　④引用警句，引出下文

　　引用内涵深刻、发人深省的警句，引出下面的内容来。

　　开头的方法还有一些，不再一一列举。总之无论采用什么形式的开头，都要做到先声夺人，富于吸引力。

　　2．主体部分要层层展开，步步推向xx

　　演讲稿的主体，要层层展开，步步推向xx。所谓xx，即演讲中最精彩、最激动人心的段落。在主体部分的行文上，要在理论上一步步说服听众，在内容上一步步吸引听众，在感情上一步步感染听众。要精心安排结构层次，层层深入，环环相扣，水到渠成地推向xx。

　　主体部分展开的方式有以下三种：

　　①并列式。

　　并列式就是围绕演讲稿的中心论点，从不同角度、不同侧面进行表现，其结构形态呈放射状四面展开，宛若车轮之轴与其辐条。而每一侧面都直接面向中心论点，证明中心论点。

　　②递进式。

　　即从表面、浅层入手，采取步步深入、层层推进的方法，最终揭示深刻的主题，犹如层层剥笋。用这种方法来安排演讲稿的结构层次，能使事物得到由表及里的深入阐述和证明。

　　③并列递进结合式。

　　这种结构，或是在并列中包含递进，或是在递进中包含并列。一些纵横捭阖、气势雄伟的演讲稿常采用这种方式。

　　3．结尾要干脆利落，简洁有力

　　演讲稿的结尾，是主体内容发展的必然结果。结尾或归纳、或升华、或希望、或号召，方式很多。好的结尾应收拢全篇，卒章显志，干脆利落，简洁有力，切忌画蛇添足，节外生枝。

>1.三分钟演讲稿

　　尊敬的老师同学们：

　　大家好！

　　读书，是一种享受，也是一种快乐。捧起它，它是圣洁的；翻开它，它是万能的；阅读它，它是美妙的。

　　小时候，我就和书结下了不解之缘，从漫游书海中尝到了不少快乐。记得我上一年级时，妈妈对我说：“课外书中有好多故事等着和我们交朋友呢！我们赶快去读读吧，会找到很多快乐的。”我有点不相信，不过我还是拿出了妈妈早就为我买来的第一本课外书《白雪公主》，坐在妈妈的膝盖上和妈妈一起读了起来，读着读着，还觉得真有点意思，我一边看一边高兴地拍着手说：“好玩，好玩，看课外书真好玩！”

　　读书，让我知道了什么是酸的，什么是甜的，什么是苦的，什么是辣的。读书让我知道了怎么为人处事，让我知道了世间万千的变化。读书给我的感受就是：它丰富了我的大脑，增长了我的见识。

　　读书给了我知识，读书给了我乐趣，读书更给了我力量。

　　我爱看书，永远爱看书！同学们，爱书吧！书是智慧的源泉，书是知识的宝库，书是人类进步的阶梯，读书的感觉真好！

　　我的演讲完毕，谢谢大家！

>2.三分钟演讲稿

　　尊敬的老师、亲爱的同学们：

　　大家好！

　　生活中，有一种收获，让人一生受益，那就是读书的收获；人生中，有一种经历，让人难以忘怀，那就是读书的经历。

　　我爱读书。因为书中有知识，有精彩的故事，有大自然的奥秘，有生活中的趣事，有幽默、笑话、漫画、脑筋急转弯，还有做人的道理。每当我有了一本新书时，我会抱着新书，爱不释手，然后就看得废寝忘食。吃饭时，妈妈喊七、八遍，我还舍不得放下自己心爱的书。因此，我三天就能看完一本书，有的书半天就看完了。

　　现在，每每在夜里独自思索，在书页里苦苦寻觅，思索命运中的未知数。寻觅那初始的真挚悸动，其实人生也是一本书，现实生活的人更需要一些古典的心情，温柔的心情和一颗经过污染还能沉静的心去品读回味，桌上摊开的是人生，窗外流逝的是岁月，灯下独坐的，不是过客，是归人。

　　路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。读书的旅程永远也没有终点，知识的海洋需要不断地注入新鲜的源头活水。只有这样人生才能不断地充实，生活才会更加的阳光灿烂。面对读书，我会快乐，我会努力，高扬知识的风帆，在时代竞争的大潮中，挂云帆，济沧海。

　　我读书，我进步，我的演讲到此结束。谢谢大家！

>3.三分钟演讲稿

　　尊敬的各位领导，老师，亲爱的同学们：

　　大家晚上好！

　　说到感恩，其实很简单，就是对别人的帮助表示感谢。而遗憾的是，我们常常忽略了别人的帮助，这样，感恩就无从谈起了。

　　我想，我们首先应该感谢的是给了我们生命的父母。但是，我们做到了吗？

　　让我们一起自我检讨一下吧。在举步维艰的时候，我们有没有埋怨过父母没有和我们商量就把我们带到了这个未知的世界？当自觉处处不如人的时候，我们是否也望父成龙，望母成凤？每一年的那一天，爸妈为我们庆生的时候，我们是否因为觉得派对不够排场而觉得委屈生气？我们想过母亲怀胎十月是怎么过的吗？在那漫长的十个月里，妈妈她睡了几个安稳觉，爸爸又合了几夜眼，我们关心过吗？

　　老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼。这样，那根叫做的接力棒就得到了传递。

　　让感恩与施恩并存，接过爱的接力棒，把它传给身边的每一个人。这样，爱的光环就会成为不落的太阳！

　　我的演讲到此结束，谢谢！

>4.三分钟演讲稿

　　各位评委、亲爱的同学们：

　　大家好！20\_\_年已经过了一大半，我们也从一个满怀壮志的高中生，成为一名大学生，这期间虽然饱尝了山穷水尽疑无路的困顿，可丰富的大学生活又给我们带来了柳暗花明又一村的崭新境地，因为这里是我们攀登目标理想的新起点，这里也是我们积累知识阅历的新家园。

　　在过去的旅途中，无论你是否拥有过欢笑，拥有个阳光，这都已成为永远的记忆，加上一把锁将它封闭起来吧！摆在我们面前的，新的老师，新的同学，新的旅途，新的梦幻，新的生命正在破土而出，面对这一切，我们该怎么办。由于现实的残酷，我们将化身为一个个骑士，抹掉胸口上的创伤，擦掉昔日的荣耀，拿上我们的曾经的利器，整装待发，新学期的目标是我们新的征途的开始！

　　大学生活是多姿多彩的，但也需要我们去把握和深人体会。有人说：“平凡的大学生有着相同的平凡，而不平凡的大学却有着各自的辉煌。”但，你可以选择平凡，但却不可以选择平庸；可以的话，相信谁都想不平凡。好了，我今天的演讲也到此为止了。

　　最后，只上一句话：“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。”是的，送给我自己，也与大家共勉！

　　谢谢。

>5.三分钟演讲稿

　　老师们、同学们：

　　大家好！

　　关于小学生是否应该玩网络游戏，我认为小学生不应该玩网络游戏。首先，玩网络游戏很费时间。在我们小学生的生活中，最宝贵的就是时间。俗话说\"一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴\"，一旦我们荒废了宝贵的时间，以后再怎么懊悔，付出再多也无法追回了。

　　其次，玩网络游戏会影响我们的学习成绩。学习是我们小学生的主要任务。网络游戏就像一张无形的大网，会在我们毫无察觉的情况下悄悄网住我们的手脚。网络游戏中的场面十分绚丽多彩，让自制力不强的小学生们只要看过一次，就被深深地吸引住，就会一直想着去玩。吃饭的时候想着去玩，学习时也想着去玩。所以学习时不认真，学习成绩直线下滑。有的同学沉迷于电脑游戏，有时直接打一个通宵，第二天上课时精神不好，也是成绩下滑的主要原因。

　　网络是一个百宝箱，网络上的知识值得我们学习。但是，当面临网络游戏时，一定要调整好自己的心态，别被网络游戏这张大网网住了手脚。在这里，我向小学生们呼吁：为了我们的身心健康，让我们远离网络游戏吧！

　　谢谢。

>6.三分钟演讲稿

　　亲爱的同学们：

　　高尔基曾说：我们世界上最美好的东西，都是由劳动、由人的聪明双手创造出来的。其实我们生来就是一群劳动者，是劳动让我们创造出了这个七彩世界。是劳动，让田野瓜果处处飘香，是劳动，让红领巾喜悦地飘进知识的海洋。

　　许多同学认为劳动就是指体力劳动。那错了。它包含体力劳动和脑力劳动，它赠予人类许多骄傲，许多辉煌，也给中国历史留下不少闪光的华章铭文，如司马迁多年努力编成了《史记》，李时珍寻寻觅觅终得《本草纲目》……

　　同学们，五一劳动节刚刚过去，让我们从身边做起，从现在做起，随手捡起地上的垃圾，轻轻放入筒内。认真仔细地完成每一项作业，做个真正的好学生。我们是劳动者，更是未来世界的主人，那就让我们用心感受世界，用行动美化世界吧！

　　谢谢。

>7.三分钟演讲稿

　　尊敬的老师，亲爱的同学们：

　　大家好！

　　“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”是范仲淹的梦想；“老骥伏枥，志在千里”是曹操的梦想。我也有自己的梦想，小时候我的梦想是做一名巧克力厂的厂长，每天都可以吃到美味的巧克力；渐渐长大后，我的梦想是成为一名经济学家，为国家的经济发展做出贡献。

　　一路有你，我敬爱的老师，您是我梦想的导航。

　　一路有你，我亲爱的父母，您是我梦想的支撑。

　　一路有你，我钟爱的书籍，那是我梦想的桥梁。

　　如果把我的梦想比喻成成功的彼岸，那么，老师的教导就是那指路的灯塔，为我指明方向；父母的支持就是船上的给养，为我提供能量；书籍的作用就是手中的双桨，帮助我劈风斩浪。

　　我坚信，我的梦想终究会实现，因为一路有你。

　　谢谢。

>8.三分钟演讲稿

　　老师们，同学们，大家好！

　　我叫xxxx，是一个爱看书的小男孩。今年八岁了，上三年级。要想了解我，请往下看。我长着一双大大的眼睛，高鼻梁，嘴嘛，大人都说是樱桃小嘴，我想管它大小呢，还是我的眼睛重要，因为我最喜欢看书了。我的眼睛水灵灵的很好看，它是我心灵的窗户，为了保护它，我可没少下功夫，比如说，在看书时我既注意眼睛离书的距离又注意及时休息。还有我的头发，乌黑乌黑的，像黑黑的云一样。妈妈说：咱们一家头发真是一样呀，你是黑头发，我是黑头发，你爸爸还是。真是一家人呀。我的头发简直跟眼珠一样，黑黝黝的。爸爸妈妈都说：你的头发真好呀。我的头发不仅黑而且很硬，像我的性格一样爽直。我很好辨认，只要看到大眼睛黑头发的就是我。记好了，别找错啊。

　　我是一个爱交朋友的人。记得在一年级，魏同学掉了一块橡皮，我帮他捡起来，从此，他就把我当成了朋友。怎么样，我是不是爱交朋友呢？

　　我的特长是：画画和小提琴。我的理想是：长大后当一名画家或的小提琴家。喜欢我吗？

　　谢谢！

>9.三分钟演讲稿

　　尊敬的老师，各位同学：

　　大家好！

　　尽管常言道“三个臭皮匠顶得上一个诸葛亮”，可是要真让孔明成了鞋匠。而鞋匠成了军师，恐怕要出大乱。由于所处位置的不同，孔明不太可能成为—个优秀的鞋匠，而鞋匠带兵打仗也只会以失败而告终。

　　历有很多不适合君王这个位置的人被推上了舞台，结果使得国家灭亡、民不聊生，如文学家李煜、书画家宋徽宗等等。无疑，作为政治家的他们是失败的，而在其它位置上呢？他们却有着令人难以企及的成就。

　　无数鲜活的事例在告诉我们：正确的位置能使我们实现价值。而现实生活中我们往往会遇到这样或那样的面具从而迷惑了我们的眼睛，此时我们需要的正是执着地揭开它寻找到属于自己的位置。

　　“天生我材必有用”，处于正确位置的我们才能实现自身价值。

　　谢谢大家！

>10.三分钟演讲稿

　　同学们：

　　俗话说：“笑一笑，十年少”。其实，微笑不仅能让你年轻，还是一座沟通人际关系的桥梁，一剂化解人们矛盾的良药。

　　记得一次去医院看病，我坐在椅子上排队等待，一个男的对着护士说：“你们这是怎么搞的？医生约了我上午9点整来，你自己看看都已经9点40分了。”我本以为护士肯定会以牙还牙，然后两人会大动干戈，谁知，护士却微笑着对那个男的说：“先生，实在很抱歉，人太多了，我进去帮您看看，也催一下。请您稍等。”过了一会儿，只看见那个护土微笑着说：“先生，到您了，请进去。”我不禁佩服起这个护士来，过了一会儿，那个男的出来了，他找到刚才一直对他微笑的护土，诚恳地说：“刚才实在对不起，请原谅。”护士依旧微笑着说：“没关系的。”

　　可见，微笑有时候还能化干戈为玉帛。

　　每天你给别人一个真诚的微笑，别人也会给你一个微笑。

　　微笑能让别人对你所怀的顾虑在一瞬间消失；微笑能让你与别人的关系融洽；微笑是沟通彼此心灵的无声语言。既然如此，那么，朋友，就请大方起来，请别吝啬你的微笑。

　　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！