# 三分钟演讲稿格式及范文【10篇】

来源：网络 作者：落花时节 更新时间：2025-04-09

*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三分钟演讲稿格式及范文【10篇】，供大家阅读与鉴赏！>三分钟演讲稿格式　　不同类型、不同...*

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三分钟演讲稿格式及范文【10篇】，供大家阅读与鉴赏！

>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。

>1.三分钟演讲稿范文

　　敬爱的老师，亲爱的同学们：

　　大家好！

　　有一种情意，使人心心相印；有一种情意，让人牵肠挂肚；有一种情意，将人紧密联系……这样的情意，是绿叶与根的情意。

　　绿叶就是我们，根就是我们的祖国母亲。我们从小就生长在根的保护下，吮吸着甘甜的乳汁，品尝着爱的味道。如今的我们，已经长成了参天大树，而老迈的母亲，又需要谁来保护呢？是我们，我们要以炎黄子孙的名义撑起这个东方大国！努力学习，将自己发展成一个对祖国、对社会有用的栋梁之才！当我们还幼小的时候，是祖国哺育我们茁壮成长，而我们长大了，翅膀硬了，可以展翅高翔了，难道就可以忘记我们对母亲的恩情吗？不，我们要用我们的行动，来证明这种感情，让这种情感一代又一代的流传下去。

　　根给叶以无限生机，给叶以青春活力，给叶以无私关爱……直至将自己的生命无私地奉献给叶！这就是根对叶的奉献！这种爱是多么的高尚！这种爱是多么的伟大！

　　谢谢大家！

>2.三分钟演讲稿范文

　　老师，同学们：

　　大家下午好！

　　伍老师告诉我们，有一次，他在楼梯上看见一片纸屑，他就耐心地观察有没有人把它捡起来，五分钟，过去了，十分钟过去了，纸屑还在那里，伍老师很失望。如果我们一走进我们的学校大门就看见的是满地乱飞的纸片和塑料袋，草坪上是一道道走出的小路，耳朵里是不堪入耳的粗话，你的心情会好吗？答案当然是否定的。

　　文明很重要，也许会影响我们的一生。文明就像一阵风，轻轻地吹走那些不良的行为习惯；文明更像一堵墙，挡住骂人的嘴打人的手；文明还是一场春雨，把一切危害健康、污染环境的坏习惯通通洗涤。

　　我们应该怎么才能成为文明小天使呢？印度就有谚语：播种一种行为，收获一种习惯；播种一种习惯，收获一种性格；播种一种性格，收获一种命运。让我们从现在做起，从自己做起，从点点滴滴的小事做起，养成良好的文明习惯。

　　我想文明就是，管理好我们的口；管理好我们的手；管理好我们的脚。最后，让我们携起手来，带上文明之花，活跃在校园里，开放在祖国肥沃的土地上！

　　谢谢大家！

>3.三分钟演讲稿范文

　　大家好！

　　像久旱初逢甘霖，像蝴蝶飞过花丛，每当回忆起小的时候，我就觉的有一种美好的情感跃入我的心房。

　　小时侯，我无意中看到这句话：“读书可以作为消遣，可以作为装饰，也可以增长才干。”那时我粗识文字，却不懂这句话的意思，读书怎么可以增长才干呢？

　　一个念头在我幼小的脑中萌生：我只要多读书，不就了解这之中的原委了吗？

　　至此，我的生活逐渐日益充盈起来，恰似一幅幅流光溢彩的画页。因为我识字不多，我的阅读范围选择连环画。

　　稍微大一点后，我喜欢上了读故事，后来连故事也不能满足我的需求。我便喜欢上了读小说。书中的各种人物的遭遇，他们的悲欢离合，令我牵肠挂肚。

　　读书丰富了我的课余生活，也每时每刻地影响着我的学习。

　　因为我喜欢读书，我对在语文课上所学的修辞手法和结构，特别敏感。而且我阅读古诗文，自己大概也能理解—二。

　　在这里我倡议大家多读书，读好书，好读书，共筑我们美好的未来。

　　谢谢。

>4.三分钟演讲稿范文

　　早上好！

　　记得有人说过：“人，一撇一捺，写起来容易做起来难。我们要经常性地思考，我在做什么，我做得怎样，我要成为怎样的人。”做怎样的人，一百个人会有一百种答案，但在每一个答案的背后都有一个基点，那就是做人首先要做一个文明的人。

　　文明是什么？文明是路上相遇时的微笑，是同学有难时的热情帮助，是平时与人相处时的亲切，是见到师长时的问早问好，是不小心撞到对方时的一声“对不起”，是自觉将垃圾放入垃圾箱的举动，是看到有人随地吐痰时的主动制止……文明是一种品质，文明是一种修养，文明是一种受人尊敬并被大家广泛推崇的行为。

　　“良言入耳三冬暖，恶语伤人六月寒”，这句俗话大家要记住。文明礼貌是最容易做到的事，同时也是生活里最重要的事，它比的智慧、比一切的学问都重要。礼貌经常可以替代最珍贵的感情。

　　做文明之人，永远的呼唤！一生的追求！

　　谢谢。

>5.三分钟演讲稿范文

　　亲爱的同学们，各位来宾，老师们：

　　大家上午好！

　　同学们步入大学，即将开始人生中一段最重要、最丰富多彩的旅程。对未来的大学生活，你们可能有着无限的憧憬和向往，也或许有着点点的困惑与迷茫。“如何才能不辜负大学的美好时光和青春年华”，一定是大家思考的最多的问题。

　　大学生活不同于初中高中学习生活，在这里，你们将开启人生的新篇章，塑造一个全新的自我，为一生的发展奠定基础。此刻，探讨如何度过大学生活，意义重大。

　　教育以育人为本，育人以立德为第一要务。对立德修身的要求，是儒家经典《大学》最重要的精神。品德、修养、诚信、孝道、担当是对为人处世的基本要求，是齐家治国平天下的基础。当代大学生应该是有知识、有文化的有德之士。人无德不立，人无德寸步难行。

　　同时，读书科研一定要认真，不能马马虎虎，切忌一知半解，似懂非懂；要实事求是，来不得半点虚伪和骄傲，也不能急于求成；要学会找准问题，锲而不舍，究其本质；要平心静气，融会贯通，培养全新的挑战和进取精神，以及面对严峻现实问题时乐观自信的心态。回归“读书科研”的常识，我们就能：于自身，是开阔视野，增长才干，提升自我；于社会，是“为天地立心，为生民立命，为往圣继绝学，为万世开太平”。

　　谢谢。

>6.三分钟演讲稿范文

　　大家好！

　　这次，我看到了不同的人。我从胆怯中爬起来，不再害怕，变得自信。

　　钢琴考试那天，我带着紧张的心情和妈妈来到考场。经过反复练习，我已经把钢琴谱背得滚瓜烂熟，但到了考场几乎忘了。主持人大声念着我的名字，我的鸡皮疙瘩都起来了，小心脏跳得比平时还快，我战战兢兢的上了舞台。我低头看舞台的时候，看到了评委犀利的眼神和观众期待的眼神，还有妈妈激动的表情。自我介绍完，我坐在钢琴椅上开始弹。我的身体有点弯曲，弹出的声音很小。后来被音乐氛围感染后变得自信起来。弹完钢琴，音乐停止了。我鞠躬，满怀信心和喜悦走下舞台。

　　谢谢。

>7.三分钟演讲稿范文

　　尊敬的各位领导、评委、老师，亲爱的同学们：

　　大家好！

　　“南部是我家，人人热爱她”。这是一句朴实的话语，也正是南部人民共同的心声，更是我们前进的不竭动力。这是一片神奇的土地，这是一片希望的田野，更是130万儿女为之魂牵梦绕、身心永系的家园。

　　南部县历史悠久、山川秀美、生态环境良好、物产资源丰富，城市建设起点高，发展快，基础设施完备。工业门类齐全、能源、食品、化工、机械、纺织、建筑、建材已形成支柱产业；农业产业化发展迅速，畜禽、蚕桑、水果、优质枇杷、中药材等已形成规模。农民收入大幅度提高，旅游业更加兴旺。南部的春天是温柔的，南部的夏天是豪放的，南部的秋天是丰硕的，南部的冬天是纯洁的。正可为“翠绿的春，火红的夏，金黄的秋，洁白的冬。”

　　在这个美丽的地方，在这片生我养我的土地，有着质朴的兄弟姐妹，有着深沉厚重的关爱与支持，我能做的就是努力学习！我深深地明白，如果没有祖国母亲的培养，如果没有家乡父老的关爱，也就没有我们美好的明天。

　　谢谢大家，演讲完毕！

>8.三分钟演讲稿范文

　　尊敬的老师，亲爱的同学们：

　　大家好！

　　再过几天是农历的五月初五，就是我国的传统节日端午节了。

　　端午节是讲究卫生的节日。端午前后正是春夏交替之时，天气炎热，多雨潮湿，蚊虫滋生，病虫害渐渐增多，是传染病的高发时节。我们江南地区也将进入闷热、多雨、潮湿的梅雨季节。为了避免疾病的发生，人们在端午节前后插艾叶、悬菖蒲用以驱赶蚊子苍蝇、虫子蚂蚁、净化空气，后来又加上了石榴花、大蒜和龙船花，合称“天中五端”。

　　端午这一天成年人要喝雄黄酒和菖蒲酒驱蛇虫，小孩要佩戴藏有朱砂、雄黄、香草的香囊预防疾病。这样来看，端午节是中国最早的“卫生防疫节”。

　　端午是美食节，因为我们要吃粽子。古代，粽子被正式定为端午节食品。人们浸糯米、洗粽叶、包粽子，其花色品种更为繁多。形状上有四角形、锥形、菱形，有用竹筒装米密封烤熟“筒粽”等等。

　　还有，等我们过完端午节，整个学期也临近尾声。希望同学们能认真上好每一节复习课，有计划有目的的进行复习，争取在期末考试中取得好成绩。

　　谢谢。

>9.三分钟演讲稿范文

　　大家好！

　　各位同学都是父母的“掌上明珠”，从小到大很多事情可能是父母帮助或代劳的多，家人照顾的多。进入大学，成为一名光荣的大学生，应该告别之前可能的依赖，要学会自理、自立和承担责任。学会自己管理自己，自己照顾自己，自己规划自己，提高独立生活的能力，让家长放心，让亲友放心，让老师和学校放心，让社会放心。

　　看到一些同学勇敢地第一次独自出远门坐火车到学校报到，我感到很高兴，为你们自立的第一步点赞。在学校集体生活中，大家要养成良好的生活习惯，饮食有节，起居有常，既有利于自己，又不影响他人。要劳逸结合，坚持锻炼身体，做到学习好，身体棒。要重视仪容仪表，养成讲究卫生的好习惯。

　　要反对浪费，勤俭节约，不忘：“一粥一饭，当思来之不易；半丝半缕，恒念物力维艰”。还要积极参加学校社团活动和各种社会公益活动，从中发现自身潜力，体会自立、责任和感恩的内涵，自己成长，也有益社会，为将来跨出校门、贡献社会做好准备。

　　你们要保持头脑清醒，不冲动，不跟风，不“人云亦云”，不断提高分析问题和解决问题的能力。要保持批判和质疑精神，不读死书，不迷信书本，努力通过独立思考，不断取得创新性成果。要学习历史，了解社会，明辨是非。

　　谢谢。

>10.三分钟演讲稿范文

　　大家好！

　　通过阅读书籍，我也养成了做读书笔记的习惯，把书中优美的语句，精彩的段落，简练的成语也都摘抄了下来，丰富和锻炼了我的记忆力。

　　小时候写作文时，写说话的动态，一个说字使全部解决。后来通过摘抄增多了各种词句脑子里贮存了许多精美的动态词语和静态片段，不再是一个说字的搪塞了。

　　现在，我更喜欢上了读四大名著，虽然内容有些难理解，生字多，却也提高了我的生字兴趣，不认识的字就查字典并记在本子上。

　　随着我一天天的长大，读书也显得尤为不足。读书关系到一个人的思想境界和修养，一个不读书的人是没有前途的。

　　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！