# 有关三分钟梦想的英语演讲稿(推荐)

来源：网络 作者：风起云涌 更新时间：2024-07-04

*有关三分钟梦想的英语演讲稿(推荐)一2.走自己的路，让别人去开车吧!3.与其窝窝囊囊地暗恋，不如轰轰烈烈地追求!)前一阵子参加了一期培训，其间领导为考察学员的口头表达能力、个性、特长等，特意举办了一个三分钟的才艺展现的演讲。由于学员们几乎都...*

**有关三分钟梦想的英语演讲稿(推荐)一**

2.走自己的路，让别人去开车吧!

3.与其窝窝囊囊地暗恋，不如轰轰烈烈地追求!)

前一阵子参加了一期培训，其间领导为考察学员的口头表达能力、个性、特长等，特意举办了一个三分钟的才艺展现的演讲。由于学员们几乎都是叙述自己的工作态度、工作成绩，稍嫌沉闷，一向\*的我决定不走寻常路，以自己的方式完成演讲，纵使我的演讲会不太切合要求。

由于没有底稿，故当时的演讲内容已记得不是很深刻，大意如下。

尊敬的各位领导、各位老师、各位学员，下午好:

我叫，今年24岁，毕业于xx大学新闻系，现任职于xx单位。

一直以来，我是个较为叛逆、\*的人，不善于常规思维，习惯不走寻常路。这给我的生活、工作带来了不少的帮助，也增添了许多不必要的麻烦。在此，我想对大家说，如果今后因此有什么地方得罪了大家，还请大家多多包涵!因为无论思想、言行怎样叛逆、\*，我终究是个普通的人。或许，我就像别人说的:我是个特别的人，又是个平凡的人，所以我是个特别平凡的人。

大家来参加这次培训，根本目的都是为了实现自己的理想。在此我就向大家简单谈一下自己的理想。

曾经，我以为，我的未来不是梦。现在我相信，我的未来的确不是一个梦。我的未来，连梦都没有。呵呵，这当然不是真的，不过却在很大程度上反应了我现在的困境。当理想与现实像撞车一般撞击了若干次之后，现实依旧残忍，理想却已支离破碎。我能做的，就是整理支离破碎的理想，继续坚定地走下去。而当初和我一同上路的人们，此时可能已经像开车一般开着理想跑得很远很远。但不管了，走自己的路，让别人去开车吧!

其实，在人生道路上，每个人都会遭遇很多的困窘，但无论如何，我们都应当为了自己的理想而艰苦奋斗，绝不轻易放弃，何况我们都还年轻。我们应当拥有这样的人生信条:与其窝窝囊囊地活着，不如轰轰烈烈地追求!

末了，把刚刚的这句话修改一下，送给正饱受相思之苦的同胞们:与其窝窝囊囊地暗恋，不如轰轰烈烈地追求!

祝福大家!谢谢大家!

**有关三分钟梦想的英语演讲稿(推荐)二**

三分钟演讲稿(精选30篇) 由大文斗范文网会员“辛苦的猪”投稿精心推荐，小编希望对你的学习工作能带来参考借鉴作用。

篇1：三分钟演讲稿

尊敬的各位领导，教师，亲爱的同学们：

大家晚上好！今日，我演讲的题目是《感恩是爱的接力》。

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

我想，我们首先应当感激的是给了我们生命的父母。可是，我们做到了吗？

让我们一齐自我检讨一下吧。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样过的吗？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？

当我们学会了比较，不再以自我的爸爸妈妈为荣；当我们不愿意在同学们面前介绍这就是我的爸爸，这就是我的妈妈的时候，我们想过他们的感受吗？我们是否想过，我们的父母也很自卑，我们了解他们心痛却仍然无怨无悔付出的心境吗？

对于别人来说，我们也许只是毫不相关的路人甲乙。可是，对于我们的父母，我们永远都是最宝贝的人。有这样的爱包围着，难道我们还不幸福吗？我们不该感激他们吗？朋友们，让我们把手捂暖，然后拉拉我们的父母那双辛勤的手；张开双臂，去拥抱一下那为我们日夜操劳的身心；或者，我们还应当亲吻一下他们那已然不再年轻的脸颊。明白吗？这样做，他们会热泪盈眶，他们会欢乐很久，很久。

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。

让感恩于施恩并存，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，多谢！

篇2：三分钟演讲稿

尊敬的教师，亲爱的同学们：

大家好！

今日，我的演讲主题是——《保护环境》。

每一天清晨，当我们走进学校，每个人都能感受到她的美丽、整洁。瞧：校门口两棵粗壮挺拔的榕树像两位忠于职守的卫士，日夜不停地守卫着学校；操场东西两边高大结实的凤凰树像朝气蓬勃的小孩，贪婪地吮吸着春天的甘露；校雕下一株株娇嫩的小草在微风中轻轻地摇曳着，欢快地向我们招手；平整舒适的塑胶跑道更是学校一道亮丽的风景线……在这样整洁优雅的学校环境中，我们沐浴着阳光，吸取着营养。我们满怀活力，畅想未来。

同学们，学校为我们创造了这么好的学习和生活的环境，你想过要珍惜这来之不易的一切吗？不妨回忆一下自我平时的一举一动。你有过随意踏入草坪的行为吗？你有过胡乱打扫教室、环境区卫生而不去想这是不对的情景吗？你有过随手扔下一张废纸、一个零食袋吗？你有过打开学校的自来水龙头，而没有及时关上吗？你有过在雪白的墙壁上留下你肮脏的脚印、手印吗？你有过不把痰吐在纸上包起来扔进垃圾桶，而是吐在打扫得干净的地板上吗？

曲格平曾说过：“没有一个清洁完美的环境，再优裕的生活条件也无意义。”学校是我们的家，我们是学校的主人，学校环境的美化要靠大家的共同努力。保护我们的学校就从我做起，从身边的小事做起，从力所能及的事情做起。参与环保活动，培养环保素养，人人争做环保小卫士。不要把它想象成很难的事情，其实环保就在我们身边。当你捡起别人掉下的一张纸时；当你记得及时关灯，不浪费用电时；当你用好水龙头能及时关掉，而不是让水白白流掉；当你下课、集会时能做到有秩序、有礼貌，而不是高声喧哗、嬉闹；当你不乱涂乱画，不践踏草坪，不攀折树枝；你就已经在做着环保卫士应当做的事情了。诸如此类的太多太多小事，我们其实都能做到。我相信，只要我们人人洁身自爱，个个遵守公德，我们的学校必须会更加干净、整洁、美丽！

同学们，学校是我家，环保靠大家！

为了大家能有一个更优美、更舒适的学习环境，为了我们能更加健康茁壮地成长，让我们携起手来，为保护环境贡献自我的力量吧！

多谢大家！

篇3：三分钟演讲稿

后面还有多篇三分钟演讲稿！

教师们、同学们：

大家好！我今日演讲的题目是：学习贵在坚持。

仰观宇宙之大，纵论古今名人，凡是功成卓绝之人，他们都有一个成功的秘诀，那就是坚持！

坚持是取得成功的必备素质。它犹如一条红线，贯穿了始终，是长久不变的意志表现。“骐骥一跃，不能十步；驽马十驾，功在不舍。锲而舍之，朽木不折；锲而不舍，金石可镂！”这句话充分说明了一个人如果有恒心，一些困难的事情便能够做到；没有恒心，再简单的事也做不成。

总览古今中外，大凡有成就的人，无不具有坚持的精神。《史记》这部鸿篇巨著被世人称之为“史家之绝唱，无韵之离骚”，可你明白，它是司马迁耗费了17年的时间，不顾宫刑的折磨，呕心沥血的杰作。更有李白铁杵成针，屈原洞中苦读，匡衡凿壁偷光，他们的精神印证了“贵有恒，何必三更五更睡，最无益，只怕一日曝十日寒”的真理。他们用行动告诉我们，只要有滴水穿石的精神，持之以恒，成功不会遥远。英国首相丘吉尔在应对德国法西斯的疯狂进攻时，就曾对他的国民说过：“不要屈服，永远不可屈服。”这不可是一句振奋人心的豪言壮语，也是他最重要的人生总结，体现了他坚持到底的精神。大家都熟悉愚公移山的故事，愚公之所以能够感动天帝，移走太行、王屋二山。正是因为他具有锲而不舍的精神。可见，成功离不开坚持。

学习也一样，学习不是一朝一夕的事情，学习中感到枯燥在所难免，很多人都因半途而废，而最终一无所获或收益甚少。不少同学明白学习很重要，可是学习累了，作业多了，就失去学习的兴趣，就变得懒惰。究其根本，就是缺乏持之以恒的精神。学习需要恒心，需要持之以恒。在任何条件下，都向着自我的奋斗目标坚持不懈地努力，永不退缩。如果在学习中总是知难而退，半途而废，那么就永远不会取得好成绩。在学习中，我们要坚持把每一课学好，坚持克服每一个困难，坚持地朝自我定下的目标前进，总有一天能够把铁杵磨成针，把金石打磨穿。学习很苦，却又不苦，只要有坚持不懈地决心，那些学习中的困难也可是是脚下一粒石子，如果遇到困难就放，那困难就是眼前的高山。

蜗牛坚持着爬上金字塔顶得到了雄鹰的世界；乌龟坚持获得了兔子的荣誉；愚公坚持而让山移。仅有坚持，才能开启成功的大门，我们要学有所成，就要坚持学习。同学们，学习中就要有毅力，有恒心，相信“锲而不舍，金石可镂。”让我们站在此刻的起点上，坚持到底，永不言弃。珍惜初中剩下的时光，用今日的刻苦，铸就明日的辉煌！[网友投稿]

篇4：三分钟演讲稿

亲爱的同学们，敬爱的陈教师：

大家上午好！我今日演讲的题目是《论实干》。

实干，顾名思义，就是实实在在的干，一步一个脚印脚踏实地的干。像老黄牛一样埋下头来做自我的事情，就是实干。

如果你想成功，那么你就得实干。实实在在做有用的事情。如果每一天喊口号似的，我要做多少题目，要看多少页书，而不付出行动的，那么，我能够肯定的告诉你，成功必须不会青睐你。因为你是活在口号中，而不是活在实干中。大家应当都明白王进喜的事迹。在石油要从油井中喷出的紧要关头，如果他不用身体去和水泥，而是站在旁边干着急，结果有会是怎样？众所周知，魏书生先生是一个伟大的教育家。请大家假想一下，假如魏教师做的和说的不一样，结果有会是怎样？肯定的，如果他们不去实干，不付出行动，那么他们就不会成功。

实干，造就了一代代成功人物。在科学技术经济水平不断发展的今日，实干尤为重要。如果不是医务工作者的实干，sas就不会这么快被攻克；如果不是广大人民群众的实干，我们今日的生活就不会这么好。

在我们的学习中也是如此，那些基础知识扎实，平时肯实干的同学，成绩就会好。相反的，那些平时没事做，整天生活在口号当中，一到考试就临时抱佛脚的人，成绩就会差。所以在学习当中，我们必须要实干，多做实事，少喊口好。仅有实实在在的做有用的事，知识才会一点点的积累，学识才会一步步的提高。

为了自我梦想的实现。为了在高考场上一举夺魁。我们必须从此刻起踏踏实实走路。日计划、周计划、月计划，我们要一个个的落实。不能让它们成为一纸空文。当天的学习任务要当天完成，不能推迟。要做到说了算，定了干，一不做，二不休。知识点要一个一个过关。学习是一个持恒的过程。每一天的学习，我们不仅仅要落到实处并且要持之以恒的做下去。这样才会有明显的效果。就像我们写《创新日记》一样。

“实干”二字，说出口容易，写出来也不难，难就难在其意：实实在在的干。并且要不得持之以恒的干，尤其是在学习方面。谁能够持之以恒的踏踏实实的学习，谁就是最终的胜利者。

实干如同一叶船桨，推动着我们不断前行；实干如同一只萤火虫，照亮并指引我们前行的路；实干又如同一只信鸽，带着我们的梦想飞向远方。

同学们，为了我们的梦想，为了我们的班级，为了我们的第一，请投身于实干中去吧。

我的演讲完毕。多谢大家！

篇5：三分钟演讲稿

亲爱的教师、同学们：

大家好！

我演讲的题目是“仅有合作，才能双赢”。

有两个饥饿的人有幸得到了一位长者的恩赐：一根鱼竿和一篓鲜鱼。其中，一个人要了鱼，吃完后便饿死了；另一个要了鱼竿，走向大海，但路途遥远，他走了好几天才到海边，还没来得及去钓鱼也饿得一命呜呼了。

鱼能够暂时充饥，但解决不了长远的生计问题；鱼竿能够用来解决未来的生计问题，但对眼前的饥饿却无能为力。

由此看来，仅有将二者合起来，才能彻底解决眼前和长远的生计问题，仅有两个人合作，一齐享用这篓鲜鱼，一齐走向海边，才有可能同时获救。但可惜得很，他俩拒绝合作，最终落了个双双命赴黄泉的悲惨结局。

这个故事生动地印证了巴尔扎克的一句名言：单独一个人可能灭亡，两个人在一齐可能获救。当然，是指两个人合作起来共同创造生命的奇迹，但如果像上头那两个人一样你敲你的锣，我唱我的戏，最终也只能落个双败的结局。

日本松下公司董事长松下幸之助常说：“每个人都拥有不一样的智慧及无可限量的潜能，当大家对此有所了解，并同心协力开发时，就能为社会带来繁荣。”他的创业是从对电灯泡的研究开始的。当时，日本正处于经济危机时期，为摆脱困境，他亲自拜访了冈田电池公司董事长。二人商定，双方免费给顾客赠送一万只电灯泡和一万对干电池，联合进行产品宣传。此举广告效应极佳，无论是电灯泡也好，干电池也罢，两家公司都接到了很多订单，从而使两家公司都重振起了昔日的雄风。这一商战的胜利不正说明：仅有合作，才能双赢吗？

当今世界，科技高速发展，社会分工越来越细，而人的智力、知识却总是有限的，这就更需要人们有强烈的合作意识和合作习惯。

作为新世纪的初中生，更应当善于合作。与教师合作，聆听教师的教诲，你将迅速成长；与同学合作，在知识的海洋里去探索，你将获得无穷的智慧；与父母合作，善于倾听父母的唠叨，你将感受到无边的幸福。

同学们，让我们永远记住这句人生箴言吧：仅有合作，才能双赢！

多谢大家！

篇6：三分钟演讲稿

尊敬的教师，亲爱的同学

大家好！

我今日所演讲的是‘我的友谊’。友谊是朋友间深厚的情谊，是一种纯洁无瑕的感情。友谊能使人摆脱烦恼，远离孤独。友谊会使人发自内心的真诚去融化别人心中的冰霜。

寻觅朋友是一难，维系朋友就是二难。马克思曾说：“友谊总需要用忠诚去播种，用热情去灌浇，用原则去培养，用谅解去护理！”如果，把朋友当成任你驱使的工具，那么你将与友谊无缘！

自从拥有了友谊，我不在脆弱。当在人生之路跌倒时，心中被放弃这个字眼完全占据。可是，这是，朋友将我扶起，提醒我要坚强，漫漫人生路，岂能无荆棘？若被绊倒就一蹶不振，选择放弃，又怎能体味到人生的欢乐呢？这些话，令我又充满期望。

我对你们说：“遇见你，是人生中老天赐予我的礼物！你让我体会到了无私的关怀和真挚的友情。你的笑容萦绕耳边，你的温柔记忆犹新，你的话语，言犹在耳！”

在心底的最深最深处，我更相信这种淡淡的友情，无欲无求！

友谊若是一篇优美的诗歌，那朋友就是那诗歌中的精髓。友谊是永不落山的太阳，让朋友走进你的心田，滋润你的灵魂！

篇7：三分钟演讲稿

尊敬的教师，亲爱的同学们：

大家好！

胜利贵在坚持，要取得胜利就要坚持不懈地努力，饱尝了许多次的失败之后才能成功，即所谓的失败乃成功之母，成功也就是胜利的标志，也能够这样说，坚持就是胜利。

古往今来，许许多多的名人不都是依靠坚持而取得胜利的吗？

《史记》的作者司马迁，在遭受了腐刑之后，发愤继续撰写《史记》，并且最终完成了这部光辉著作。

他靠的是什么？还不是靠坚持而已，要是他在遭受了腐刑以后就对自我失去信心，不坚持写《史记》，那么我们此刻就再也看不到这本巨著，吸收不了他的思想精华，所以他的成功，他的胜利，最主要的还是靠坚持。

外国名人杰克·伦敦，他的成功也是建立在坚持之上的。他坚持把好的字句抄在纸片上，有的插在镜子缝里，有的别在晒衣绳上，有的放在衣袋里，以便随时记诵。最终他成功了，他胜利地成为了一代名人，然而他所付出的代价也比其他人多好几倍，甚至几十倍，同样，坚持也是他成功的保障。

荀子说：“骐骥一跃，不能十步，驽马十驾，功在不舍。”这也正充分地说明了坚持的重要性，骏马虽然比较强壮，腿力比较强健，然而它只跳一下，最多也不能超过十步，这就是不坚持所造成的后果；相反，一匹劣马虽然不如骏马强壮，然而若它能坚持不懈地拉车走十天，照样也能走得很远，它的成功在于走个不停，也就是坚持不懈，这也就像似龟兔赛跑：兔子腿长跑起来比乌龟快得多，照理说，也应当是兔子赢得这场比赛，然而结果恰恰相反，乌龟却赢了这场比赛，这是什么缘故呢？这正是因为兔子不坚持到底，它恃自我腿长，跑得快，跑了一会儿就在路边睡大觉，似乎是稳操胜券，然而乌龟则不一样了，他没有因为自我的腿短，爬得慢而气馁，反而，它却更加锲而不舍地坚持爬到底。坚持就是胜利，它胜利了，最终赢得了比赛。

“水滴石穿，绳锯木断”，这个道理我们每个人都懂得，然而为什么对石头来说微不足道的水能把石头滴穿？柔软的绳子能把硬梆梆的木头锯断？说透了，这还是坚持。一滴水的力量是微不足道的，然而许多滴的水坚持不断地冲击石头，就能构成巨大的力量，最终把石头冲穿。同样道理，绳子才能把木锯断。

功到自然成，成功之前难免有失败，然而只要能克服困难，坚持不懈地努力，那么，成功就在眼前。

在我们此刻的学习中，必须要学会坚持，仅有坚持才能取得成功，所以说，坚持就是胜利。

篇8：三分钟演讲稿

尊敬的教师，亲爱的同学

大家好！

感激大家给我一个上台的机会！

俗话说：“台上一分钟，台下十年功。”如果一个人很有成就，不是别人给予的，更不是从天上掉下来的。是靠自我的努力、勤奋争取的。才能主要来自勤奋学习是不可猜疑的。

一个人的才能不是天生就有的，而是靠自我的勤奋努力而来的。比如说德国数学家、物理学家和天文学家高斯。他从小就酷爱学习，一生为科学事业做出了巨大贡献，可是如果他没有从小的勤奋努力学习，他也不可能成为的科学巨人。没有勤奋努力的学习是不可能有成就的。这样的例子有很多很多，能够说每一位有成就的人都曾努力学习、努力探索过。

学习的关键在于“肯学”和“敢学”。如果你的愿望是成为一名有成就、有才能让人敬重的人物，但你又不肯，或不敢去学习最终还是会一事无成的。居里夫人和她的丈夫为了证明镭的存在，千辛万苦，冒着可能失去生命的危险，经过他们的勤奋、努力最终提炼出了十分之一克极纯净的氯化镭，并准确地测定了它的原子量，证实了镭的存在。这是一次多么让人惊叹的事实。正是居里夫人的肯做、敢做才证实了镭的存在。所以，要想成为有才能的人，就要从小“肯学”、“敢学”。

有些人说那些有才能、有成就的人从小就是“天才”、“神童”，像我们再努力有什么用啊。这种想法是错误的，他们是天才、神童，不是天生的，而是来自勤奋的学习。勤奋学习是成为“天才”、“神童”的先决条件。经科学家研究，人是智力是有差别的，可是仅仅是差一点点而已。所以说，“天才”、“神童”是靠人们勤奋学习而成为的。

才能来自勤奋学习，牛顿、爱因斯坦、爱迪生、郑板桥、白居易的事例都能够证明这一点。有许多的伟人为了造福人类，也作了巨大的贡献。如李时珍的著作《本草纲目》，他走访了许多地方，经过27个春秋的艰苦努力写成了这部巨作。

狄更斯说过“我所收获的，是我种下的。”每个人都有机会成为有才能的人，就看你去不去争取这个机会。才能来自勤奋。我们必须要努力学习。

篇9：三分钟演讲稿

敬爱的教师，亲爱的同学们：

你们好！

今日我演讲的题目是《自信，让你成功》。

谁一生下来便会走路、会写字？成功靠自信，勇气靠磨炼。别再红着脸，腼腆地说：“我不行。”因为成功不会等待停滞不前的人。自信把一句话带给人们：“天行健，君子以自强不息。”

世界上没有任何力量能像自信这样，有如此巨大的影响。自信让你在挫折来临时选择微笑，选择应对，选择冷静。

我们每个人像渴望呼吸那样渴望成功。像呼吸那样自然地将梦想融入生命；像享受生命那样将追求梦想的信念洒在人生的每个角落。同学们，只要有自信，成功自然会来到你的身边。

在成功的道路上有很多坎坷，我们不要退缩、不要气馁。成功本身就是酸甜苦辣的大集合。人生的旅途上处处长满了荆棘，鼓起你的勇气，大步向前。请相信，路是人踏出来的，别说“不行”，自信让你成功。

在课堂上，要踊跃发言，不必紧张，不必害怕。勇敢发表自我的见解，即使未必正确，没有人会讥讽你；即使说得结结巴巴，投向你的只会是敬佩的目光，同学们也会在心里为你鼓掌。

运动场上，请迈开步伐去拼搏、奋斗吧，别因为身体孱弱而退缩。经不起波浪的鱼儿永远不能跃出水面；只会躲在安乐窝中的雏鹰终究无法在苍穹中翱翔。不要害怕跌倒，它只会使你的脚步更踏实、矫健；不必担心失败，失败乃是成功之母。通往胜利的路上充满着坎坷，爱迪生为发明电灯曾试验过1000多种灯丝，每次失败，他都不气馁，当有人嘲笑时，他却自豪地说：“我发现了1000多种物质不适合做灯丝。”这是怎样的勇气和自信啊！朋友，困难在自信者面前只能是纸老虎。当你成功时，你就会发现：“这并不难，我行。”

同学们，不要让完美的青春在“不自信”中蹉跎过去。让我们举步踏入长满荆棘也充满阳光的大路，让生命散发光和热。自信，会让你成功！

我的演讲完毕。

多谢大家！

篇10：三分钟演讲稿

尊敬的各位评委，亲爱的同学们：

大家好！今日，我演讲的题目是：“用一颗奉献的心，回馈社会，回馈人生”。

在我们整天想着玩泥巴、堆雪人的童年时代，在我们无知、幼稚却总是故意假装大孩子的少年时代，在我们因为成长而烦恼、懵懂、迷茫的青少年时代，我们不懂得甚至不了解：何为志愿，何为奉献！认为那只是课本中写的，老是课堂中讲的，而非真实存在的。然而，在走过生命几度春秋之后的今日，蓦然回首，我们发现：从我们成为生命的那一刻起，就被他人、被社会以这样一颗珍贵的心呵护着、守护着。父母用无私的爱护住我们生命的根，教师用知识浇灌我们的生命之树，朋友用友爱滋润着我们成长路上的每一天，陌生的人们则用他们的存在让我们不感到孤单，而社会又以它独特的温馨、和谐与安定给了我们一个无忧的生长空间。

在我们的生命悄然走过四分之一后，我们开始思考：再过取得二十年里，我们似乎一向在获取，在心安理得的理解着来自社会各界的帮忙与照顾。那么，二十年后的今日，是我们该做些什么的时候了，是我们该以一颗志愿之心奉献社会的时候了。

志愿与奉献，绝不是一个单纯的、冠冕堂皇的口号，它真正需要的是我们的实际行动，是时刻去践行我们身为一个大学生、一个中国公民、一个生命所必须承担的职责。

雷锋曾说过：“一滴水仅有融入大海，才永远不干涸。”我们仅有把自身融入团体、融入社会，对困境中的人给予帮忙，真诚的为人民服务，才能实现人生的真正价值。有人说，雷锋精神已经渐渐离我们远去，然而倘若果真如此，又怎会涌现出一批批令国人甚至令世界动容的人物呢？

在奥运赛场上，闪亮的不只是运动员，还有我们的奥运志愿者，他们的身影随处可见，他们的汗水挥洒在奥运会场的每个角落，他们的笑容展此刻奥运盛事的每个瞬间。他们有着一颗不计得失、志愿服务的金子般的心；曾记否，在那没有硝烟却异常惨烈的非典战场上，我们的白衣天使同样是怀着一颗不惧生死、甘愿奉献的心与病魔顽强作战；曾记否，5月12日午时2时28分，四川汶川发生了8.0级得大地震，它震动了中国，震动了世界，也震动了无数有志之士。我们的\*\*\*\*人、人民子弟兵、医护人员、志愿者在第一时间赶赴灾区，他们可曾想过：下一秒，他们是否还能自由呼吸？是否还能睁眼看这个世界？是否还能见一眼最亲爱的人？不，他们不曾这样想，为什么？因为，他们只是不断的告诉自我：不能够停，不能够停，一秒也不能够停！因为，错过一秒，就有可能错过一个生命！

张米亚教师走了，向倩走了，无数的英雄走了，我们泪如雨下，但我们明白他们从未离开，他们早已化作天使，把奉献的种子撒如每个人的心窝——那片最肥沃的心之田！

同学们，让我们用爱守护这颗前人用真心、用鲜血、用生命换来的宝贵的种子，让它迅速的成长，支撑起我们信仰的殿堂，开启我们爱心的征程。让我们像那些平凡而又伟大的生命宣誓：我们将始终用这颗奉献的心，回馈社会，回馈人生！

我的演讲完毕，多谢！

篇11：三分钟演讲稿

尊敬的教师、亲爱的同学们：

大家好！

前不久，我读了一则童话故事，它是英国作家王尔德写的《巨人的花园》。故事讲的是一个巨人看到孩子们在自我的花园里玩耍，很生气，他在花园周围筑起了高墙，将孩子们拒于墙外。从此以后，园里花不开，鸟不语，一片荒凉，春夏秋都不肯光临，仅有冬天永远留在那里。

一天，孩子们从墙洞爬进来，春天也就跟着孩子们来了，园里立刻变得生机勃勃。当他把孩子们再次赶出花园之后，花园又被冰雪覆盖了。之后，在小男孩的启发下，巨人醒悟了，随即拆除了围墙，花园成了孩子们的乐园，巨人生活在漂亮的花园和孩子们中间，感到无比地幸福。

王尔德的这个欢乐故事，让我的心久久不能平静，那个巨人，他两次的自私与冷酷给花园带来了冰雪寒冬，让孩子们失去欢乐的同时，他自我也同样孤单寂寞，更享受不到花园里明媚的景色！我们常说：“赠人玫瑰，手有余香”。其实，欢乐也一样，给别人欢乐，自我也欢乐。

我还记得这样几句名言：“把你的痛苦与人分享，你的痛苦将会减少一半；把你的欢乐与人分享，你的欢乐将增加一倍。”是啊，分享欢乐不会使自我损失什么，却能让这个世界充满温情。相反，有了欢乐，一个人独乐，最终也不会欢乐。

与别人一齐分享欢乐是一种美德，因为欢乐能够传染。其实很多时候，与别人分享欢乐，既是给了别人一个机会，也是给了自我一个机会；既给了别人一个好心境，自我也留下了一份好心境。

既然这样，那么请打开你的心灵，真诚地与别人分享吧——自我是一团火，就要想法把别人点亮；自我是一盆水，就要想法把别人洗净；自我是一粒米，就要想法长出更大的稻穗；自我是一弯月，就要想法给夜行人送去清辉。

与人共享欢乐，你也会更加欢乐！

多谢大家！

篇12：三分钟演讲稿

尊敬的教师、亲爱的同学们：

大家好！

谦虚是一种美德，是一种难能可贵的品德。

自古以来，我国人民就有谦虚的美德，人们有许多这方面的格言警句启迪后人。如“谦受益，满招损”，“谦虚使人提高，骄傲使人落后”，“虚心竹有低头叶，傲骨梅无仰面花”，“百尺竿头，还要更进一步！”

事实上也是如此，没有一个人能够有骄傲的资本，因为任何一个人，即使他在某一方面的造诣很深，也不能够说他已经彻底精通，彻底研究全了。“生命有限，知识无穷”，任何一门学问都是无穷无尽的海洋，都是无边无际的天空。所以，谁也不能够认为自我已经到达了境界而停步不前、而趾高气扬。如果是那样的话，则必将很快被同行赶上、很快被后人超过。

爱因斯坦是二十世纪世界上最伟大的科学家之一，他的相对论以及他在物理学界的其它方面研究成果，留给我们的是一笔取之不尽、用之不完的财富。然而，就是像他这样，他还是在有生之年中不断地在学习、研究，活到老，学到老。

有人去问爱因斯坦，说：“您老可谓是物理学界的空前绝后了，何必还要孜孜不倦地学习呢？何不舒舒服服地休息呢？”爱因斯坦并没有立即回答他这个问题。而是找来一支笔、一张纸，在纸上画上一个大圆和一个小圆，对那位年轻人说：“在目前情景下，在物理学这个领域里可能是我比你懂得略多一些。正如你所知的是这个小圆，我所知的是这个大圆，然而整个物理学知识是无边无际的。对于小圆，它的周长小，即与未知领域的接触面小，他感受到自我的未知少；而大圆与外界接触的这一周长大，所以更感到自我的未知东西多，会更加努力地去探索。”

我们每个人都要养成一个“虚怀若谷”的胸怀，都要有一种“谦虚谨慎、戒骄戒躁”的精神。用我们的有限的生命时间去探求更多的知识空间吧！

篇13：三分钟演讲稿

大家好!今日课前三分钟由我来演讲，题目是《困境即是赐予》。

有一天，素有森林之王之称的狮子，来到了天神面前：“我很感激你赐给我如此雄壮威武的体格、如此强大无比的力气，让我有足够的本事统治这整座森林。”天神听了，微笑地问：“可是这不是你今日来找我的目的吧!看起来你似乎为了某事而困扰呢!”狮子轻轻吼了一声，说：“天神真是了解我啊!我今日来的确是有事相求。因为尽管我的本事再好，可是每一天鸡鸣的时候，我总是会被鸡鸣声给吓醒。神啊!祈求您，再赐给我一个力量，让我不再被鸡鸣声给吓醒吧!”天神笑道：“你去找大象吧，它会给你一个满意的答复的。”狮子兴匆匆地跑到湖边找大象，还没见到大象，就听到大象跺脚所发出的“砰砰”响声。狮子加速地跑向大象，却看到大象正气呼呼地直跺脚。狮子问大象：“你干嘛发这么大的脾气”大象拼命摇晃着大耳朵，吼着：“有只厌恶的小蚊子，总想钻进我的耳朵里，害我都快痒死了。”狮子一边走，一边回头看着仍在跺脚的大象，心想：“天神要我来看看大象的情景，应当就是想告诉我，谁都会遇上麻烦事，而它并无法帮忙所有人。既然如此，那我只好靠自我了!反正以后只要鸡鸣时，我就当做鸡是在提醒我该起床了，如此一想，鸡鸣声对我还算是有益处呢”

这个故事告诉我们，一个障碍，就是一个新的已知条件，只要愿意，任何一个障碍，都会成为一个超越自我的契机。在人生的路上，无论我们走得多么顺利，但只要稍微遇上一些不顺的事，就会习惯性地抱怨老天亏待我们，进而祈求老天赐给我们更多的力量，帮忙我们度过难关。但实际上，老天是最公平的，就像它对狮子和大象一样，每个困境都有其存在的正面价值。

篇14：三分钟演讲稿

敬爱的教师，亲爱的同学们：

大家好!

今日我演讲的题目是《改变不了环境，就改变自我》。

著名的文学家托尔斯泰以往说过：“世界上仅有两种人：一种是观望者，一种是行动者。大多数人想改变这个世界，但没人想改变自我。”想要改变现状，就要改变自我;要改变自我。就得改变自我的观念。一切成就，都是从正确的观念开始的。一连串的失败，也都是从错误的观念开始的。要适应社会，适应环境，适应变化，就要学会改变自我。

柏拉图告诉弟-子自我能够移山，弟-子们纷纷请教方法，柏拉图笑道，说：“很简单，山若可是来，我就过去。”弟-子们一片哗然。

这一个世界上根本就没有移山之术，唯一的一个移动山的方法就是：山可是来，我便过去。同样的道理，人不能改变环境，那么我们就要改变自我。

一个黑人小孩在他父亲的葡萄酒厂看守橡木桶。每一天早上，他用抹布将一个个木桶擦干净，然后一排排地整齐地放好。令他生气的是，往往一夜之间，风就把他排列整齐的木桶吹得东倒西歪。

小男孩很委屈地哭了。父亲摸着小男孩的头说：“孩子，不要哭，我们能够想办法去征服风。”

于是小男孩擦干了眼泪坐在木桶边想啊想，想了半天最终想出了一个办法，他从井边挑来一桶又一桶的清水，然后把它们倒进那些空空的橡木桶里，然后他就忐忑不安地回家睡觉了。第二天，天刚蒙蒙亮，小男孩就匆匆地爬了起来，他跑到放桶的地方一看，那些橡木桶一个一个排列得整整齐齐，没有一个被风吹倒的，也没有一个被风吹歪的。小男孩开心地笑了，他对父亲说：“要想木桶不被风吹倒，就要加重木桶的重量。”男孩的父亲赞许地微笑了。

是的，我们不能改变风，改变不了这个这个世界上的许多东西，可是我们能够改变自我，给自我加重，这样我们就能够适应变化，不被打败!

在威斯敏斯特教堂地下室里，英国圣公会主教的墓碑上写着这样一段话：当我年轻自由的时候，我的想象力没有任何局限，我梦想改变这个世界。当我渐渐成熟明智的时候，我发现这个世界是不可改变的，于是我将眼光放得短浅了一些，那就只改变我的国家吧!可是我的国家似乎也是我无法改变的。当我到了迟暮之年，抱着最终一丝努力的期望，我决定只改变我的家庭、我最亲近的人——可是，唉!他们根本不理解改变。此刻我在临终之际，我才突然意识到：如果起初我只改变自我，之后我就能够依次改变我的家人。然后，在他们的激发和鼓励下，我也许能改变我的国家。再接下来，谁又明白呢，也许我连整个世界都能够改变。

人生如水，人只能去适应环境。如果不能改变环境，就改变自我，仅有这样，才能克服更多的困难，战胜更多的挫折，实现自我。如果不能看到自我的缺点和不足，只是一味地埋怨环境不利，从而把改变境遇的期望寄托在改变环境上，这实在是徒劳无益。

虽然我们不能改变世界，但我们能够改变自我，让我们用爱心和智慧来应对一切环境。

篇15：三分钟演讲稿

同学们：大家好!

有个女孩，在月台上追赶一张被风吹飞了的纸。热心的人们看见她万分焦急的样貌，以为那是一张对她十分重要的纸，便纷纷加入追赶的队伍，可那张纸仿佛要存心捉弄大家，飞起又落下，落下又飞起来，像附了魂一样。越是这样，女孩追它的决心就越大。

最终，在众人的努力下，那张纸乖乖地就范了。那个追到纸的人，得意地将战利品递给女孩。女孩优雅地向大家道谢，然后拿着纸在众目睽睽之下走到一个垃圾筒跟前，将它塞了进去，回过身，她微笑着对大家说：好了，此刻它最终去了它该去的地方。

故事讲到那里，也许你会诧异于女孩的举动，也许你会怀疑于故事的真实。好了，先放下这些都不说，同学们，让我们闭上眼睛一同想象：在我们的周围，在我们的身边，是否有垃圾从同学的手中滑落，成为路面上醒目的感叹号是否有随手丢弃的塑料袋在风中“翩翩起舞”是否会在厕所洁白的墙壁上看到几个刺眼的脚印

同样的，在你的周围，是否有人大声叫嚷，让你的耳膜阵阵发聋是否有人口出脏话，污言秽语，招来人们鄙视的目光是否有人唏嘘起哄，吹口哨，叫人不可思议，令人费解

当发生这一切的时候，在它们主人的身上其实是丢掉了一样东西，那就是礼貌——几千年来中华民族宝贵的精神财富。这财富世代相传，它应当在你的身边：她是路上相遇时的微笑;是同学有困难时的热情帮忙;是平时与人相处时的亲切与关怀;是不细心撞到对方时一声“对不起”;是自觉将垃圾放进垃圾箱的举动;是看到有人随地吐痰、乱扔乱撂时的主动制止;是走廊内的轻声慢步;是宿舍里暖融融的家的感觉。它是一种品质，一种修养，一种受人尊敬的并被大家广泛推崇的行为。绿树红花，朗朗的读书声，暖人的话语，整洁的仪表，那是一幅美丽的画面。所以当有人离礼貌远

去的时候，请你温馨地提醒他：你掉了一样东西。

多谢大家!

篇16：三分钟演讲稿

大家好！

选择是一个人一生当中必须面临的一个问题。选择对，人生将绚丽多彩、事业顺利、飞黄腾达；选择错，人生将会昏天暗地、步履维艰、生活潦倒。选择是痛苦的，这就意味着我们可能失去原先获得的东西，而变得一无所有、从头一开始。这需要你有强大的内心足以支撑你做出一些选择。

我们的出生我们无法自我决定，可是我们以后的生活完全取决与自我，你想要什么的生活就去选择与它相对应的筹码。例如，你想要过舒适、安逸的生活，你无须太多的努力，大学毕业之后安安稳稳找一份工作，工资可能不高但足以让你活的潇洒；假如这种生活不是你所要的，你想要活力澎拜的，人上人的生活，那么，肯定的付出大的代价，可能你无法承受的痛苦。你做好选择了吗？

以往跟我年龄相仿的人此刻都到了上大学的年纪了，都已经成年了。当我们聚在一齐的时候，谈到了我们小时候的梦想，有的相当科学家、教育家、文学家等等。当我们在谈到这个话题的时候，许多同学都是呵呵一笑说：“那都是一些陈年旧事了，还提它干吗呢？”他们大多数可能也没忘了当初的梦想，只是迫于生活的压力，而不得不放弃了。而我想说的是——即使生活给我们再大的压力，我们也不要忘了自我的职责，做出正确的选择，不要浑浑噩噩，即使你实现不了你的梦想，至少你努力过。

我们的人生到底该如何选择呢？我不能给出正确的答案，每个人都有自我不一样的活法。生活中每时每刻，我们都在做着选择，有大的有小的，小的可能对你的影响不大，但每个人都会面临人生活的几个大的选择，这可能是你人生的转折点，就看你自我如何把握了！

人生如何选择，就看你的内心是否足够强大。

篇17：三分钟演讲稿

各位同学：

今日我要演讲的题目是珍惜生命、学会感恩。

生命犹如过往云烟，是短暂的，也是完美的。海伦凯勒以往说过：我在那短暂的三天时间里，不可能看完我要看的全部事物，仅有当黑暗重新降临时，我才会感到我没有看到的东西实在太多了。可是我脑海中会塞满那美妙的回忆，以至根本没时间去懊悔。今后无论摸到任何东西，它都会给我带来那原物是什么形状的鲜明回忆。

麻木的生活很长一段时间，像荒草一样肆意生长。以前的我说：我会在世界遗忘我之前将世界遗忘，这样便不会有太多的悲伤。此刻的我说：就算全世界都遗忘了我，我也不会遗忘自我。以往、我就像是生活在戏剧里的人，把自我的悲伤无限的放大。总说自我有多么多么多不幸。生活中一点的烦恼都能发现。伤春悲秋、恨不得全世界都跟着我一齐痛哭流涕。也许每个人的青春都会有那么一段时间，我们有选择欢乐的权利，只要你想，你就能够让自我很幸福。

经历那么多坎坷。每一次我总能学到点什么。一次次的患得患失。让我变得坚强又脆弱。我想要细心翼翼的呵护身边的每一份幸福。哪怕它很微小。那也是我所拥有的。以往那么喜欢向日葵，不管是笑还是哭都会习惯性地仰起头，脑海里会浮现向日葵的笑容，告诉自我要像向日葵一样，不变地仰望，阳光就在头上。

我把温暖换成夜里的每一句晚安。用微笑等待下一站幸福。我的梦想，深埋在金色的太阳花里，播撒期望、栽种幸福。下辈子，做一株向日葵，在阳光的掌心里。心若向阳、无畏悲伤。以微笑的姿态拥抱阳光。一路向阳，未曾改变。在心里。种上一株向日葵。当黑夜来袭的时候，释放光芒。

假如能给我三天光明，这是一种对生命的珍惜，对生活的感恩。人生即使再长也抵可是茫茫宇宙的无限，相当与它，我们渺小如尘埃，可是我们有思想、有态度，使仅有三天光明，我相信就算是在尘埃中也能开出灿烂的花朵。世上并不缺少美，可是缺少发现美的眼睛。世上也不缺少幸福，只是缺少感恩的心。仅有心怀感恩，你就能发现生命的美丽动人。

篇18：三分钟演讲稿

今日，教师要给大家聊聊美化学校的话题。我想此刻可能会有一些同学在想，美化学校我们的学校不是很美吗你看学校里：操场上干干净净无纸屑，四周围绿树草皮话烂漫，楼房整齐一排排，同学们穿红着绿好漂亮，外面还有绿水青山来拥抱，谁敢说我们的学校不美吗啊可是今日，教师要实话实说：我们的学校里还有美中的不足，还存在着\"丑\"的东西。

再过一月，我们即将毕业，我们将要从学校进入社会，这种环境的转变将会带给我们些什么，此刻的我不得而知。可是我明白即将开始的是一个新的人生、一个新的起点。

在平常的生活中，总会听到关于初出茅庐的学生经受的挫折是多么可怕的话，其实我们不必太过在意，许多挫折往往是完美的开始。有人在挫折中成长，有人在挫折中跌倒，关键在于个人是如何看待的。要明白这个世界从来都是相对的，有挫折必定有成功，重要的是看你要以怎样的心态去应对，站起来便能成就更好的自我，硬是在地上赖着，自怨自艾悲叹不已的人，注定只能继续哭泣。哪个站在台面上的人，不是有一堆令人辛酸的过去挫折往往令他们站得更稳。

我记得美国的小说家-----毛姆写过一篇小说，叫做《刀锋》，是说人们从一种状态过渡到另一种状态的时候，就像从刀的一面过渡到另一面，而最艰难的时候就是趟过刀刃的那一刻，其实走过去就会发现，刀的另一面远没我们想像的那样不可忍受。

此刻，快毕业了应对的是要去考编制，我在学校里经常听到有同学这样说“我们比可是本科生的，还不如不去考呢!”，每每听到这样的话，我都会嗤之以鼻。在我看来，本科生固然厉害，可是我们也不是孬种，为什么还没开始就选择放弃通常都说“机会是留给有准备的人的”，在那里我要加上一句“机会是留给那些敢与挑战的人的”，只要有勇气去挑战，再加上我们5年来的积累，我们没什么比可是本科生的。况且我们的专业本事比他们要强很多，毕竟我们是花了5年的时间来学习的，再加上我们有两次的实习机会，看看，还没比呢，我们在先决条件上就已经远远的优与他们了，那还有什么必要去自怨自艾呢

不管遇到怎样的难关，我们只要尽量找出其中的光明面，这样，不论多不好的困境都会好转。不然，只会让自我一向陷在不幸之中。

社会就像大海一样广阔，就像天空一样高远，我们在如此广阔、如此高远的社会环境中，怎样会找不到自我的立足之点呢

同学们，让我们在国旗下共同祝愿，祝愿我们的生活处处开满礼貌之花!祝愿我们自我一步步地迈向礼貌!

做礼貌之人，永远的呼唤!一生的追求!

篇19：三分钟演讲稿

同学们好：

今日我向大家演讲的题目是“祖国在我心中”。

我国是一个历史悠久、历经沧桑的礼貌古国。我国虽然历史悠久，可是在大家的心中有一段忘不掉的经历。抗日战争、虎门销烟、九.一八、七.七事变多历历在目。但我国的历史也有光辉璀璨的一面。

是古人发明了汉。很久以前，古人并不会写、记事，有人想出了绳结记事法，可是太麻烦了。就有一位叫仓颉的人发明了甲骨文。

在我国的文化史上那些诗人、文学家是不可缺少的。文天祥的《过零丁洋》是千古绝句;孟郊的《游子吟》歌颂了伟大的母亲;李白的《静夜思》表达了他的思乡之情。还有那些著名的文学家。司马迁的《史记》被鲁迅称为‘史家绝唱，无韵之离骚’;孙武的《孙子兵法》是古典文化遗产中的瑰宝;孔子写的《礼记》是中国古代一部分重要的典章制度书籍。

我国还有美丽的大好河山。长城是我国古代人们的一个骄傲，长城全长6330公里，在太空上，用肉眼看是一目了然。珠穆朗玛峰高达8444.43千米;纳木错是世界上海拔最高的咸水湖，海拔高达4718米;雅鲁藏布大峡谷是世界上第一大峡谷，深6009米......让我们把这悲惨的历史铭记在心中，去创造更完美的未来，让祖国更加富强!让我们行动起来吧!

篇20：三分钟演讲稿

同学们：

在人生的旅途中，梦想是最好的伙伴，如果说梦想是一棵常青树，那么，浇灌它的必定是出自心田的清泉;如果说梦想是一朵常开不败的鲜花，那么，照耀它的必定是从心中升起的太阳。太阳与清泉，交相呼应，而我们的生命，也会因为有了梦想而变得更加精彩。

梦想是用永恒的执着和顽强的韧劲筑起的一道铜墙铁壁，她固若金汤。有这么一个人，小学三年级便被迫辍学，认识的汉也不多，他每一天往返于家和图书馆之间，在深夜他勤奋的身影依然清晰。他日复一日的坚持写作。汗水与泪水铸就了他的成功。他就是著名的童话大王郑渊洁。试想一下，当所有人都对他表示不屑时，他没有退却，依然坚定，他只是很单纯的爱写作而已，他所做的一切，只为了心中那个作家梦。为了实现心中的梦想，他付出了多少努力，一个人，一本杂志，十三年。他笔下的贝克与舒塔给了无数孩子童年的欢乐。他的梦想成就了他的人生，他的梦想，给孩子们美丽的童话。郑渊洁的生命因为有了梦想而精彩。

梦想是用不凋的期望和不灭的向往编制的七色彩虹，她绚丽辉煌。人们常说：“失败是成功之母。”但又有多少人能够应对挫折，仍然坚挺着呢美国第16任总统林肯就是这样一个人。他出生在一个清贫的家庭，自小就十分好强，参加总统竞选多次，均以失败告终，那段时间他几乎崩溃，有一天他在窗户边看到初升的太阳，恍然大悟，决心振作起来。在林肯心中，当总统或者“为官一任造福一方”，是他一生的梦想，这条路很艰辛，当他应对挫折的时候，他没有放弃。正是梦想激励着林肯，在一次次失败后再次崛起。他所做的一切，只为了心中那个总统梦。他成功了。在他的领导下，美国人民走向了更加自由，更加幸福的生活。林肯的生命因为有了梦想而精彩。

梦想是用意志的血滴和拼搏的汗水酿成的琼浆，她历久弥香。在我心中有一个坚强的身影，她就是舞蹈家邰丽华，在她两岁那年，因高烧而失去了听力，难以想象她当时的寂寞与痛苦，在她婀娜的舞姿背后，她付出了比常人多好几倍的辛苦。台上一分钟，台下十年功。她说她爱舞蹈，虽然没有音乐，可是她用自我的心去伴奏。她是舞台上一株美丽的奇葩。她从不叫苦叫累，只是默默坚持着。她所做的一切，只为了心中那个舞蹈梦。她成功了。《千手观音》给了观众艺术的美感，她们优美的舞姿震慑了所有人的眼睛。邰丽华的生命因为有了梦想而精彩。

郑渊洁的梦想，给了自我人生一个成功的诠释，给了孩子们欢乐完美的童年，林肯的梦想，肯定了自我的本事，给了美国人民自由幸福的生活，邰丽华的梦想，让自我的人生因为舞蹈而充实，以自我的舞姿感动了千千万万的人。

为了梦想而努力吧，这样，你的人生会更加精彩!

篇21：三分钟演讲稿

尊敬的教师、亲爱的同学们：

大家好！

你喜欢自我吗？你对自我满意吗？你很羡慕某些人，甚至愿意自我也成为他吗？如果你对自我有疑惑，那么我来告诉你：就像每一片叶子都有它独特的形状，每一朵花儿都有它独特的香味，我们每一个人都是世上独一无二的个体，在这个世界上，没有两个人是完全一样的。

我们每一个人的存在，都有自我的价值与意义，别人能够比我好，也能够比我差，但没有人能够代替我。美国少年天使肯尼，一出生就因为身体畸形截掉双腿，之后又发现切口的根部被癌细胞侵入，只好把腰部以下的身体全部切除。可是，肯尼并没有向病魔低头，他在家人的帮忙下向自我的生命挑战，拼命练习生存技能，使得自我日渐独立，能跟常人一样上学，甚至还学会了溜滑板、溜冰。肯尼的生命是美丽的、动人的。

有时候我们以为遭遇到的危机使我们走投无路了，却在事后发现这是生命的转机。美丽的生命在于勇于更新，且愿意努力学习。化蛹为蝶，才能使生命焕然一新。人的一生也需要蜕变才能成长。每一次蜕变都会带你走进人生的新领域、新境界，使你获得新的感受、新的惊喜。

健康的我们，更要学会容忍自我的不足和缺点。俗话说人无完人。正因为这样，我们才要不断学习、不断提高自我。如何在正视不足和缺点的前提下，采取进取的行动来弥补不足、克服缺点呢？

一方面要正确和别人做比较，认识到自我在群体中处于什么样的位置，寻找以后努力的方向；

另一方面要正确认识自我。不要只从不一样的方面平价自我，却看不到自我的优点，老觉得“某某的学习比我好，某某的书法比我好，某某的琴比我弹得好”，而实际上每个人身上都有自我的闪光点：学习好的可能体育不如你，书法好的可能学习不如你，不要一味给自我挑毛病。既能够看到闪光点，也能够看到不足之处，对自我的认识才会全面，才能更好的取长补短。

台湾作家琼瑶，小时候除了语文外，其他学科成绩并不好。有一次，数学考试她只考了20分，学校发给她一张“通知单”，要她拿回去给父母盖章。捱到深夜，她鼓足勇气拿着通知书交给母亲。母亲整个脸色都阴暗下去，将他好好责骂了一顿。她绝望的给母亲写了一封长信，服毒\*，幸亏抢救及时，才没有造成终身的遗憾。从死神手中逃回来的她，分析了自我的长处与短处，下决心取长补短，专心写作。父母默认了她的追求，她开始发挥自我写作方面的长处，真正追求自我的事业，最终取得了令人羡慕的成就。

所以我们要多鼓励自我：“成绩单不漂亮没关系，只要我努力，就是一名好学生！”“基础不好没关系，只要我每一天都有提高，就是一种成功！”“我的生活是充满阳光的，努力的我最美丽！”这样自信的度过每一天，你会越来越体验到：

我的人生是十分有价值的，我是最棒的！

篇22：三分钟演讲稿

尊敬的教师、亲爱的同学们：

大家好！

今日我讲话的题目是《做一个持之以恒的人》。一个文质彬彬，充满才气，富有冒险精神，对朋友真诚、友善的小男孩伴着他那传奇的经历，征服了全球亿万读者。你明白他是谁吗？他就是\*，英国女作家jk罗琳所创作的“\*系列小说”中的主人公。你想明白jk罗琳是怎样完成这部小说的吗？

和其他作家一样，年轻的罗琳酷爱写作，是一个天真浪漫、充满幻想的英语教师。幸福的家庭，称心的工作都足以让罗琳满足。可没想到，甜蜜的家庭、美满的婚姻和梦想的工作在一瞬间变成了昨日云烟。丈夫离她而去，工作没有了，居无定所，身无分文，再加上嗷嗷等哺的女儿，罗琳一下子变得穷困潦倒。可是，家庭和事业的失败并没有打消罗琳写作的进取性，用她自我的话说：“或许是为了完成多年的梦想，或许是为了排遣心中的不快，也或许是为了每晚能把自我编的故事讲给女儿听。”她成天不停地写呀写，有时为了省钱省电，她甚至呆在咖啡馆里写上一天。就这样，第一本《\*》诞生了。然而，罗琳向出版社推荐这本书的时候，却遭到了一次又一次的拒绝，没有谁对这本写给孩子的童话书感兴趣。可罗琳并不气馁，直到英国学者出版社出版了第一本《\*》创下了出版界的奇迹，被翻成35种语言在115个国家和地区发行，引起了全世界的轰动。

罗琳成功了，可谁又明白，这成功的背后包含着多少辛勤的汗水和艰难。同学们，这个故事让我们看出：成功的道路并不是一帆风顺，但只要我们有信心、有热情、有目标、能够持之以恒地坚持努力，成功就会一步一步向我们走来。

我的讲话完了，多谢大家！

篇23：三分钟演讲稿

尊敬的教师、亲爱的同学们：

大家上午好！

今日，我演讲的题目是：《保护环境，从我做起》。

亲爱的同学们，当你踏着晨光走进我们花园般的学校时，当你坐在干净整洁的教室里学习时，你是否想到教师、同学们为此的辛勤付出？

我们都渴望学校中能有郁郁葱葱的草地，都期盼在整洁干净的环境中学习、玩耍，都期望在舒适温馨的宿舍里进入梦乡。

可是却有同学不懂得珍惜这些完美的事物。请同学们放眼学校仔细看看——那洁白的墙壁被打上了鞋印、球印；桌椅上留着乱涂乱画的痕迹；水龙头开着，让水肆意的流失；美丽的草坪、花圃上留着无情的脚印；塑料袋、包装盒、果皮纸屑扔得满地都是，在其他同学午晚休的时候，宿舍楼内外高声的喧哗，打破了这一片宁静。这些现象与我们美丽、礼貌、和谐的学校多么不协调！

我们崇尚礼貌，我们都需要生活在干净、整洁、美丽的环境中，然而，为什么我们总把打扫、维护的期望寄托在别人身上？为什么总是毫不怜惜的践踏这片宁静与美丽？为什么总是逃脱作为x中一份子的职责？

同学们，立即行动起来吧！一片纸，我们捡起；一滴水，我们节俭；一堆垃圾，我们打扫，爱一棵小树苗，保护一只小青蛙。为了我们的学校，做我们能够做的一切。“勿以善小而不为，勿以恶小而为之”。为此我向x中全体同学呼吁：创立清洁、礼貌的学校，需要你，需要我，需要我们大家共同的努力。让我们进取行动起来！让我们从此刻做起，从身边的小事做起，加强自我约束，相互监督，争做保护学校环境的小卫士。

我的演讲完了，多谢大家！

篇24：三分钟演讲稿

教师、同学们：

大家好！

今日，我演讲的主题是《我最感动的一件事》。

谈起感动，我想大家并不陌生，生活在这个人情冷暖的世界里，感动无处不在。也许是母亲的一句话，也许是别人为你做的一件事，也许是一个简单的节目……

前天午时，我们在班里看的那段视频节目，让我感动不已。那是发生在一座深山里的故事，一个洞里住着18户人家，生活尽管贫苦、拮据，但很温馨，很欢乐。湖南电视台举办了一次活动，让几个十岁多的城市孩子到那洞里与他们一齐生活。离开了父母的城市孩子，没有通信工具，没有成堆的零食，没有剩余漂亮衣服，有的仅是生活必需品。来这之前，他们并不明白会这样，所以一个个变得十分的失落。可是，他们很快的对那里的生活充满了好奇感。

对于这些来说，我没有太多的感动。真正感动我的是其中的两个细节。一个是父母为了锻炼孩子们的吃苦本事却把自我最疼爱的孩子留在了山上。临走前，父母和孩子都哭了，其中一位母亲说：“孩子，不是妈狠心，仅有让你此刻经历苦难，今后你的生活才会更加精彩！”看到那里时，我忽然想起了一句话：可怜天下父母心！

另一个片段是，两个孩子跟着一个山洞学校的孩子一齐生活。生活拮据的山里村民是好客、无私的，即使家里穷的揭不开锅，为了欢迎我们的到来，借来别家的母鸡杀掉，拿出舍不得吃的大米款待他们，毫不吝惜。看到这样的情景，两个城里的孩子感动的哭了。这时，我才发现我已经泪流满面。

看完节目，我在感叹的同时，更惊诧于在我们挥霍、浪费，满身的时候，竟然还有这样一群吃不饱、穿不暖的大山里贫困的孩子。此时此刻，我想了很多，但更多的是从心底油然而生的一种对大山里孩子的那种崇敬和佩服！

那么，作为我们应当怎样去做呢？我想我们大家都明白。

我的演讲完毕，多谢大家！

篇25：三分钟演讲稿

各位评委、亲爱的同学们：

大家好！20xx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，因为那里是我们攀登目标梦想的新起点，那里也是我们积累知识阅历的新家园。

今日，我的演讲题目是“我的大学，我的梦！”

也许中学时期就已经读到或者听到许许多多关于大学生活的信息，有人说大学生活绚丽多彩的，也有人说大学生活是无聊空洞、浪费青春的。也许，后者更多一些。是的，其实，他们说的都是正确的，因为真实经历，他们才会那么说，这两者是不矛盾的。这是因为在大学里，有的人确实过得很充实、很开心，深深留恋这块他们认为是一辈子都无法重复的净土。也有的人，从一踏进学校就很失望，觉得一切都跟自我想像的不一样。从此浑浑噩噩混日子，最终醒悟的时候才猛然发觉，仿佛一夜之间，大学已经过去，随之逝去的还有自我宝贵的青春。记住，仅有后悔大学混了几年的人，而不会有后悔上了大学的人。即使是那些在校时贬得他的母校犹如人间地狱的人，多年以后，回忆起大学时光，也往往会感慨万分，甚至泪流满面。不管你未来大学过得如何，至少你要时刻提醒自我：人生仅有一个大学阶段。

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，新的教师，新的同学，新的旅途，新的梦幻，新的生命正在破土而出，应对这一切，我们该怎样办。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，拿上我们的以往的利器，整装待发，新学期的目标是我们新的征途的开始！

梦想是我们通往成功的地图，仅有付出了行动，迈出我们坚实的步伐，才能让我们到达成功的彼岸。确定我们的目标，就要为了他努力拼搏。志当存高远！我们要立长志不要常立志。

人生是对梦想的追求，梦想是人生的指示灯，失去了这灯的作用，就会失去生活的勇气。所以，仅有坚持远大的人生梦想，才不会在生活的海洋中迷失方向。托尔斯泰将人生的梦想分成一辈子的梦想，一个阶段的梦想，一年的梦想，一个月的梦想，甚至一天、一小时、一分钟的梦想。当你听到那里，同学们，你是否想到了自我的梦想？

人生的花季是生命的春天，它美丽，却短暂。作为一名大学生就应当在这一时期，努力学习，奋发向上，找到一片属于自我的天空。青年是祖国的期望，民族的未来。每个人主宰着自我的明天。

历史的重任在肩，我们责无旁贷。我们必须会勇敢地挑起肩上的职责，虽然前方会有巨浪滔天，可是也会有长虹贯日。让我们拿出“吹尽狂沙始到金”的毅力，拿出“直挂云帆济沧海”的勇气，去迎接人生中的风风雨雨！“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，我坚信一分耕耘，一份收获，学习的根是苦的，学习的果子是甜的。我们奋发努力、勇往直前，必须会迎来收获的那一天。期望几年后的今日，我们能够收获自我辛勤劳作换来的累累硕果。同学们，今日让我们在一齐定下大学之约，让我们告别盛夏的流火，应承金秋的丰硕，用青春诠释我们以往的誓言，用汗水锻造我们明日的辉煌。未来的日子我们将共同走过，我们有着共同的追求。

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，你能够选择平凡，但却不能够选择平庸；能够的话，相信谁都想不平凡。好了，我今日的演讲也到此为止了。

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

篇26：三分钟演讲稿

亲爱的同学们：

我给大家讲一个关于“期望的种子”的故事。

在列宁格勒市中心，有一个科学研究所。研究所里建有一个巨大的仓库，那里保存各种粮食种子。

1942年，当德国人围住列宁格勒时，这个城市开始上演人间杯具：成千上万的人开始被饿死，人们想方设法寻找食物。

有些市民不惜穿越德军的封锁线跑到郊外，寻找树皮和已被冰封的湖底的鱼虾。但他们常常有去无回，成为德国纳粹枪弹的牺牲品。

饥饿让人变得疯狂。不少人看上了研究所中的那些粮食种子。这可能是当时列宁格勒城中储备很多粮食的地方。

驻守的军队来了，可是科学家说，

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！