

# 最新三分钟演讲稿(通用10篇)

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。我们想要好好写一篇演讲稿，可是却无从下手吗？下面小编给大家带来关于学习演讲稿模板范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

## 三分钟演讲稿篇一

演讲稿是一个人在公众场合发表的言论。对于三分钟的演讲稿，小编整理了一些关于【三分钟演讲稿大全】，欢迎阅读。

大家好！

今天我要演讲的题目是《母亲》。

母亲的笑容，是世间温暖和煦的春风，母亲的皱纹，是辛苦岁月风霜雪雨的刻痕，而母亲的爱在这世间便另有天地。仿佛有一扇门，推开它便会看到万丈光芒。这光，给你指引，给你保护，给你温暖，给你希望。

小的时候，每次跌倒，都希望母亲能将我扶起。而母亲却总是站在一旁，用坚定不移的目光鼓励我，让我依靠自己的力量重新站起来。长大后的我，终于懂得母亲的良苦用心。她是要我从小便养成自立自强、顽强不息的性格。在当今这个充满竞争的社会，这样的精神尤为重要。

母爱是心甘情愿，母爱是恩慈，母爱是永无止息。

母亲无私的爱值得我们的尊重，母亲的宽容需要我们的尊重，母亲为了我们辛苦劳作，所有逝去的青春年华，应当赢得我

们的尊重!

请打开双臂，拥抱我们的母亲吧!告诉她，我们懂得她的爱，懂得他的付出，同样要告诉她的是我们无限的感激和敬意。只是无法用语言表达完整的是我们深深的爱。

天地间便再也不会有任何人给予我们如此盛大、永无止息的爱和恩慈，再也不会有这样心甘情愿，只为我们笑逐颜开而不计得失辛苦的劳作。母亲无私的爱值得我们的尊重，母亲的宽容需要我们的尊重。

微笑是每一个人最富有魅力的肢体语言。

它代表着愉悦,善意,友好,接受等一切积极乐观的精神。它是一门极具魅力的人生哲学。

生活付于了我们太多太多崎岖与坎坷，我们有时候甚至于不知道自己的位置和在生活中所扮演的角色。我们迷惘，困惑，徘徊，孤独，无助，不知所措;这种低落的情绪很容易使我们从这个极端走向另一个极端!

于是,悲剧便产生了!

我们每日生活在这钢筋混凝土编织的灰色网络里,早已迷失了自己。只是，我们没有勇气去发现和承认罢了。其实，我们脆弱得不堪一击，因为我们缺乏面对生活的勇气，更缺乏面对自己的勇气。

朋友们，其实，如果你每天醒来在镜子面前微微一笑，你就会发现我们每天早晨醒来后一切都已经是新的了。太阳是新的，空气是新的，花草是新的，树木是新的，就连每个人的面孔都是新的。如果你再学会对这一天中每一样新的事物微微一笑的话，那你就会发现原来生活并不是我们所认为的那样糟糕。

因为，在你用微笑面对人生好与不好，坏与不坏，对与不对的时候，这一切也都在用微笑回应着你！

首先，我想问大家，您爱读书吗？相信多数人都不会给出肯定的答案。因为，我也爱读书。书籍——这一座智慧的殿堂，这一片思想的森林，这一片文明的沃野，包罗万象，藏珍蕴奇，怎能不使人心醉神迷，留连忘返？无论是朝霞灿烂的早晨，还是炊烟袅袅的黄昏；无论是月光如水的良宵，还是风雨大作的暗夜，打开书，我就忘记了一切悲伤与孤寂，心头充满了愉悦与宁静。从而，缀饮知识的琼浆慢慢成长。

是的，是读书，让我由一个懵然无知的孩子，变成一个对世界有初步了解、开始懂得思考的中学生。读童话，我走入一个纯净美丽的世界。当看到小人鱼为了所爱的王子，毅然放弃了三百年生命，化为海中的泡沫时，我忍不住潸然泪下。那天，我一整个下午在小溪边徘徊，看着澄澈的流水，想着小人鱼的善良与美丽，一种难言的忧伤与真诚的感动，占据了我幼小的心灵。而当看到童话中的主人公凭着勇敢与智慧战胜邪恶时，我又为之高兴不已，拍手称快，就这样，我开始懂得了真、善、美。

有人说“优秀的书籍就像一盏神灯，它照亮人们最遥远、最黯淡的生活道路。”的确，读传记，读翩翩风度、铮铮铁骨；读诗歌，看蒹葭苍苍、杨柳依依；读哲学，解心灵之惑、悟苍穹之远……我的世界因此而辽阔，我的生活因此而充实。

不过，最令我难忘的还是史书。翻开近代史，书中有南湖红船迎着迷茫烟雨艰难地起航，有抗日战士直冲云天的热血，有马蹄声碎、喇叭声咽的悲怆，有苍山如海、残阳如血的气象，也有千里跃进万马奔腾的豪壮，书中更有一曲曲直冲霄汉、光照九州的正气歌！一段段历史，一页页记载着苦难与辉煌的文字里，我看到了先辈前贤们虽九死犹未悔的艰难探索，我看到了人们对公平、自由与正义的不懈追求！我看到寻求幸福的道路百转千回荆棘密布，我更看到人们披荆斩棘跋山涉

水一往无前的勇敢!这一切，都让我明白肩上的责任，让我看清前方的路，更使我明白，该怎样锻造一个洁白而美丽的灵魂!

各位朋友们，同学们，我想对你们说，享受阅读吧，这会让你享受到阳光的明媚，空气的清新，享受到心灵的愉悦和生命的奇妙!享受阅读吧!让思想的火炬飞越乱云飞渡，雨脚如麻的岁月，穿行在漫漫长夜亘古荒原，在坎坷中前行，在低谷中攀升，照亮你前行的长路。享受阅读吧!乘着书的翅膀，掠过千山万水，走近自然，期盼幸福，收藏阳光!

让我们都来打开书，打开神奇的世界，打开无穷无尽的希望。让文明之火薪火相传，让智慧之声响彻美丽人间!

各位领导:

大家早上好!

首先感谢各位领导给了我这样一次面试的机会，我叫xx[]毕业于xx大学。我此次想应聘的岗位是xx[]我是一个乐观、开朗自信的女孩，除了学习专业的知识外，现在我也正在学习营销方面的相关知识;另外，在业余时间，我积极参与了社会实践[]xx年10月，我在西安开元蜂星电讯做三星手机的销售员，这是我的第一份兼职工作，虽然工作很累，但是使我亲身接触市场，了解了顾客需求，使我对市场的认识更加深刻。由于我对工作认真负责，对顾客热情。得到了当时督导的好评。于是，在xx年一月，我成功应聘上了三星手机的督导助理，在担任助理期间，使我的沟通能力及协调能力得到了更进一步的提升。

通过以上的工作经历，使我对通信市场这个行业产生了极大的兴趣，同时也通过以上的工作经历，使我得到了磨练与提升。所以，我觉得自己有能力胜任这个岗位。

希望各位领导能给我这个机会。谢谢！

## 三分钟演讲稿篇二

大家好！

今天我演讲的题目是《扬起自信的风帆》

在漫漫的人生旅途上，我们哭过、笑过、成功过、失败过。当种种情形摆在我们眼前时，我们又该如何抉择呢？是的，人生并没有人们所期待的一帆风顺，面对成功，人们总是欣喜万分，因为它是我们努力的认可；面对失败，人们总是黯然神伤。但我们真的没必要因为失败而心灰意冷，不是有句付出总会有回报的话吗？所以挫折是难免会有的，但自信却是我们不可遗弃的。

人生的航程本来就是有波浪，有涟漪；人生的道路上一样也会有坎坷，有崎岖。我们应该坚信付出就会有回报的真谛，同时既不要因成功而沾沾自喜，也不要因失败而闷闷不乐，要以一种积极向上的生活态度来面对成功与失败，从而以成功或失败作为契机，并以此当成新的开始。

在我的记忆里，曾有一人令我钦佩不已。他从小热爱音乐，在他的世界里到处充满着悦耳动人的旋律。但天不从人愿，偏偏让他成了聋人，使他向往美好世界的道路上又增添了一堵厚重而严实的墙。难以想象的是他并不是因为前途困难而退缩，而是以积极的态度接受命运的挑战，坚持不懈的创作，终于，他的努力得到了人们由衷的赞赏，他也因此成为了闻名世界的著名音乐家。也许你们早已猜到，没错，他就是为世界创出无数动人乐曲的伟大音乐家贝多芬！从他的人生中，我明白了人生并不是那么不堪一击，阻碍我们的是在于我们是否有坚强的意志和信念。我相信，只要我们真诚地付出就没有任何事能难倒我们！

同学们，让我们扬起自信的风帆，越过波涛汹涌的大海，抚平微风荡漾的涟漪。你会发现，成功的彼岸就在不远的前方。笑对人生，以自信来面对我们可能遭遇的挫折与痛苦。生命是一张白纸，当自信为他披上五颜六色的新装时，生命才充满活力！

我的演讲到此结束，谢谢大家！

### 三分钟演讲稿篇三

尊敬的xx□

友情是一盏黑暗中的明灯，是一支照亮你心灵的蜡烛，它好似潺潺小溪边生长的野花，零星的、散落的，但却是芳香的、天然的、浓郁的、悠长的。曾经有一位傲慢的记者讽刺一个衣着寒酸的老农：“请问您觉得自己有多富有？”老农毫不犹豫的回答：“我是一个富翁，一个比国王还要富有的富翁，因为我有朋友！”一个人有了朋友，就好比有了一大笔财富。

当你因为忘拿铅笔而发愁，朋友递过一支铅笔时，当你忘带午餐，朋友把自己的面包一分为二时，你的心里是否充满了感激与幸福？学会去品尝友情吧！学会去咀嚼友情吧！学会去珍惜友情吧！学会去感恩友情吧！

告诉你……

朋友是一种语言，想在暗夜之后的日出；

朋友是一颗星星，点缀你的价值与色彩；

朋友是你走进考场握着你的手说“我相信你”的话语；

朋友是你的玩伴、你的同学、你的老师、你的知己、你的另

一个你！

朋友们，感谢友情吧！它将会成为你一生的感动。

谢谢大家！

## 三分钟演讲稿篇四

尊敬的各位领导，各位来宾，同志们，朋友们：

大家好！在这群山吐翠、百花争艳的美好季节里，我们非常高兴地迎来了20\_中国淮北食品工业博览会的胜利召开。在此，我谨代表中国食品工业协会，向各位领导的莅临表示最诚挚的欢迎！向大会的召开表示热烈的祝贺！

食品产业是人类的生命工业，与人类的物质生活需求密切相关，是考察一个国家发展和文明程度的重要指标，对经济增长和社会进步具有重要意义。30多年来，我国食品工业实现了跨越式大发展，全国规模以上食品工业总产值由1980年的568亿元增加到20\_年的10万亿元，增长了170多倍。中国食品工业协会作为改革开放后全国成立的第一批协会之一，将进一步强化服务意识，为促进我国食品工业又好又快发展做出新的更大的贡献。

淮北市位于安徽省北部，地处苏、鲁、豫、皖四省交界处，居于淮海经济区中心位置，是国家重要的粮、棉、畜禽、蚕桑等农副产品生产基地。近年来，淮北市依托本地优势，强势推进食品工业发展，努力打造中国食品工业名城，“\_”以来，淮北市食品工业每年保持50%以上的增速。当前淮北市已建成凤凰山、宝迪、口子、百善等四大食品特色园区，具备举办食博会的优越区位条件。特别是去年4月，淮北市成功举办了首届中国淮北食品工业博览会，取得了十分丰硕的成果。中国食品工业协会作为中国淮北食品工业博览会的主办方之一，将会一如既往的高度关注、大力支持大会的举办。

最后，预祝第二届食博会圆满成功！祝各位领导、各位来宾在淮期间心情愉快，身体健康，万事如意！

谢谢大家！

## 三分钟演讲稿篇五

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家早上好！今天我国旗下讲话的题目是《让梦想腾飞》

我们每个人都有梦想，无数人的梦想托举起一个强大的中国梦。梦想是石，擦出星星之火；梦想是火，点燃希望的灯；梦想是灯，照亮前行的路；梦想是路，引你走向成功。

我们有梦想，学校给我们提供了良好的条件，引领我们的青春，助力我们梦想的腾飞。午间，体育馆里同学们施展青春的活力，洒下汗水，那是篮球社和羽毛球社的同学们在朝着梦想迈出坚实的每一步；教室里，同学们在老师的带领下穿越时空，往返于古今中外，那是史镜堂的同学正在探索国家的崛起和衰亡，学习古人的智慧；法庭社的同学再一次开庭，他们在模拟的法庭中感受法律的庄严；下午，同学们会到自己感兴趣的专业教室，在专业老师的带领下朝着梦想迈进；学校还会带我们去天安门看升国旗，增强我们的爱国之心；带我们听音乐会，培养我们的内涵修养，让我们聆听世界的声音。这一切的一切都是学校对我们梦想的重视和呵护，竭尽全力助力我们梦想的实现。

在这样优美和谐的环境中，我们有什么权利无所事事呢？同学们，作为一名中学生，我们要有一个梦想，目标。当代青年的抱负决定着中华民族未来的前途和命运，共和国的新一代骄子应当不负重托，以更强的使命和责任感迎接新世纪的挑战，在壮阔的新世纪画卷上书写新的篇章，给未来的东方时空播洒更多的甘露和阳光。



即将开始科艺节，希望大家踊跃参加到其中，尽情展示自我才华，践行我们青春美好的誓言，让我们的青春充满活力，让我们的生活丰富多彩！

我的讲话到此结束，谢谢大家！

结语：

张海迪说过：“每个人的生命都是一只小船，理想是小船的风帆。”每个人都有自己的梦想，为了这份梦想我们应该向自己的人生目标前进。像雄鹰一样飞越自己的蓝天。

## 三分钟演讲稿篇六

亲爱的老师、同学们：

大家好！

每个人都有一个梦，不管是平凡的，还是伟大的；不管是现实的，还是虚化的；不管是微不足道的，还是神圣高尚的。每个人都会为了自己的梦而执着，去努力、去奋斗、去拼搏。梦，伴随着我们每一个人。

如果你的梦在讲台上，那你要做一个兢兢业业的人民好教师。

如果你的梦在宇宙中，那你要做一个敬业忠诚的伟大航天英雄。

如果你的梦在实验室里，那你要做一个站在科技高峰上的科学家。

未来，我或许是个有实力的科学家，把月球、火星……制造成我们的家园。并会研制抵抗病菌，让人们长命百岁。我会是一个侦探，一个举世闻名的侦探，像福尔摩斯一样。我是

深具潜力的侦探，我会解除各种各样的疑难杂案，从一个个细节查出结果，把和平推向全世界。我还要发明一台时光相机，让美好的一刻永久保留。这就是我的梦。

我有梦，中国也有梦。中国梦，就是中华民族的复兴之梦，是十三亿中华儿女共同拥有的伟大梦想。中国梦是蓝色的。梦是一种境界，梦是一种睿智，梦是一种超越。蓝是一种自由，蓝是一种开放，蓝是一种高贵。梦之蓝承载着一个梦想，引领一种方向，开拓一片天地。

我仰望蓝天，我想要那样的中国。

那个强大的中国。不再需要外进科技，做自己的品牌。每一个物品上都是“中国创造”。

那个团结的中国。不再相互猜忌，和睦共处，携手共同进步。不为那是鸡毛蒜皮的小事，争得你死我活。万事以和为贵。

那个温暖的.中国。中国不仅是人口大国，还应是素质大国。社会能充满温暖，不会再出现人于危难而无人相救的冷漠。人人不会因为利益而失去道德底线。吃的放心，用的放心，能把心，安安稳稳的托付给我们的生产者。

“少年强则国强，少年富则国富”我们每个人都怀揣着一个梦想，让中国的梦实现，让中国成为真正的大国、强国、富国。这是中国梦，更是我们的梦。

世界上最宽广的是海，比大海更远的是天空，比天空更广阔的是梦。梦像海一样具有宽广而博大的胸怀，像浪花一样充满竞争和创造力量。

我仰望蓝天，仰望着我的中国梦，中国梦，我的梦！

## 三分钟演讲稿篇七

尊敬的各位领导、老师、亲爱的同学们：

大家上午好！

我是初三十八班的王海燕，能作为学生代表在此发言我真的倍感荣幸。今天我们不引唐诗宋词也不借儒家经典。我，是一个在96小时后就要离校的毕业生，我的心中百感交集，我也有千言万语，我想把这三年的故事讲给在场的你，来见证，在翰林是我们最美的相遇。

面对毕业，不同的人有不同的感受，我就是那种有些后知后觉的人，直到昨天老师告诉我要准备一篇这样的演讲稿，我才感觉这次我们真的来到了分叉的路口，到了该相拥着说珍重的时候。青春兵荒马乱我们潦草的离散，有人把她比作一本太过仓促的书，三年的时光，一千多页的喜怒哀乐就这样匆匆翻过。还记得因为一道数学题争论到快要吵起来的你们吗？还记得那个熬夜到凌晨说好初三要逆袭的你们吗？还记得练完体育大汗淋漓时送来的纸巾和热水吗？还记得筋疲力竭时的那句加油努力吗？还记得哭泣时一直陪在身边的肩膀吗？还记得多少次躲在角落里找勇气吗？还记得你再三思索要用来表白的小纸条吗？还记得跑完800米后你为什么歇斯底里的大哭吗？还记得初一时我们许下时光不老我们不散的最美誓言吗？你都记得！因为这是你青春的回忆，它深深地刻在了你一生只有一次的青春里。和你们相识在最美的青春里便是今生最美的相遇。

亲爱的老师，我们这群捣蛋而任性的孩子总是欠您一句对不起和一句谢谢您。您包容我们的无理取闹，尽管我们再三顶撞您也从不计较。我始终记得那个超了预产期八天却依旧挺着大肚子要陪我们到最后一刻的班主任；我始终记得那个因扁桃体发炎不顾医生的再三劝告却从未拉下我们一节课的贵亮哥；我始终记得那个一晚上改完一百二十多张试卷并写下

爱的批语的青姐。你们舍小家顾大家，在我们心中，你们是最可爱的人。追梦路上有你们保驾护航，我们倍感荣幸。三年的路，我们一步一个脚印的走来，一瘸一拐的成长。这三年来，你不仅仅收获了知识，最重要的是你在这些日子里变得坚强、阳光、乐观、向上，身上有伤疤，眼里有故事，心里有梦想，未来有希望，遇到了更好的自己变成了想要的模样。

接下来我想对学弟学妹们说，你们现在这一张张稚嫩的脸庞都是我们最初的模样，我们都怀揣着梦想也带着希望。三年，是一个说起来多么漫长的字眼，就像夕阳下被拉长的影像。当你慢慢的长大就会慢慢地懂得什么叫光阴似箭什么是弹指一挥间！你可知有多少人羡慕我们年轻，你又可知为什么？有听过吗？那首《趁你还年轻》。有人说最痛心的不是我不行而是我本可以！请你在最美的年华做最有意义的事。愿来年，在你们的毕业典礼上可以少些遗憾多些欣慰。

最后我要感谢我们的母校。一路走来，我们有母校相伴，在此之中，我们从懵懂无知走向成熟稳重，在学风的熏陶下我们变的有理想有抱负。是母校给了我们精神、品格、能力和知识，让我们在人生的道路上勇往直前。是母校，为我们提供了优越的环境，让我们飞向理想的高中，是母校使我们完成人生的蜕变，破茧而出，自由翱翔。我的母校，愿你越来越好！

毕业季我们只到珍重不说再见，祝前途似锦愿再见如故。翰林是我们的锦程一站，在这里我们放飞梦想，飞得更高，跳得更远。今天桃李芬芳，明天国家栋梁。在最美的六月，让我们备好行囊，扬帆起航，驶向人生另一处美丽的港湾。下一刻，让我们世界精彩处见！

谢谢大家！

## 三分钟演讲稿篇八

亲爱的老师们，亲爱的学生们：

大家好！

夜深人静的时候，爬上高坡，看着城市的喧嚣安定下来。上面，闪烁的星星明亮地照耀着天空。在这样伟大而神圣的星辰之间，我有一颗火热的心，一个璀璨的梦。

青春是一道亮丽的伤疤。当我们走在柔软的草地上，不小心会被石头捆住，但谁的青春是无悔的？我们只想冒险。凭借我们独特的冒险精神，我们不怕失败，所以我们可以重新开始。失败，在给我们伤痕的同时，变成了我们前进的动力。在追逐梦想的过程中，我们不怕摔倒，却怕分崩离析。不管结果如何，我们都要坚定地走下去。

青春是一首奏鸣曲，梦想恰好是最美的音符。在那些美丽的世界里，梦是一种象征，但却是现实却总是使梦想破碎。在青春的日子里，我们懂得了什么是朋友、什么是家人、什么是知己、什么是喜欢的人。我们在这日子里哭过、笑过、失去过、得到过，不知不觉中，我们已经在挫折中一步一步成长。青春，梦想，当着两个有趣的词碰撞出火花，那结果一定是变得更加绚烂。

一次次的失败让梦想开始模糊，一次次的嘲讽刺痛着我的心。不管这路多么艰辛，我将坚定地吹响青春的号角。在群星的簇拥中，我们背起行囊，以青春的姿态，坚定地行走在梦想的道路上。

谢谢大家！

## 三分钟演讲稿篇九

大家好！

做工作不能安于现状，而要不断开拓进取，争取新的业绩，为企业树形象、创效益。从而体现员工对企业要忠诚。作为工作人员，应该说我的工作始处于挑战之中，工作的经验使我的观念不断的更新，在挑战中锻炼、进步、收获。因此必须勤奋学习，与时俱进。工作实践中，我深刻体会到：

世上无难事，只怕有心人。有心人做工作，工作就有成效。前提是立足本职，爱岗敬业。历史及现实都证明，任何一个能有成就的人，都是富有责任心的人，责任成就价值。作为xxxx公司的一员，我思考更多的是如何使自己激发出更多责任心，从而最终转化为企业的生产力。

“不积跬步，无以至千里；不积小流，无以成江海”。自然界的规律昭示给我们，想要成功，就必须目标、信念坚定、持之以恒。既有时间概念上的“持久”也有意识概念上的“坚持”。

虽然，我圆满完成了领导交给的任务，也取得了一点成绩，但我还有许多不足之处，专业知识还不够全面，有待更好的学习；需要领导和同志们的帮助和自己的努力。关键是要善于及时总结经验、吸取教训，扬长避短，探求前因后果，拿出对策，有效整改达标。

谢谢。

## 三分钟演讲稿篇十

亲爱的老师，同学们：

大家好！

有这样一个故事：很久以前，有个小和尚，想学会理发来帮寺庙的与尚剃发。于是他就开始用冬瓜练习，只是每次打水洗冬瓜时总要顺手把剃刀插到冬瓜上。没多久就学会了如何剃发，当他第一次帮人剃发，去打水洗头时，“顺手”把剃刀插了上去。结果可想而知，小和尚成了杀人犯。

究竟是什么给小和尚的一片好心带来害人害己的结果呢？

答案很简单。就是因为他用冬瓜作练习时养成了把剃刀插向冬瓜的习惯，尽管为自己的师兄剃发时心里想着这是人不是冬瓜，但是手却不听使唤，习惯性地把刀插了上去，因此，是那个小小的坏习惯害了他。

虽然这个故事有几分夸张，我们也不可能会是一个为别人理发的小和尚。可是同学们，你们有没有类似的坏习惯呢？比如：随地吐痰、随意骂人、说脏话、随手乱扔乱撂、经常大声喧哗、在楼道里追逐打闹、自习课上说话等，如果有，它们迟早会给你带来或大或小的麻烦。

这个故事再一次告诫我们：坏的习惯一旦养成，即使是很小的，也不容易改掉，最终会给自己与他人带来危害。

同学们，良好的习惯是成功的一半，养成良好的习惯，从现在开始，从自我开始吧！

谢谢大家！