

# 2023年换届竞选演讲稿三分钟 三分钟演讲稿(大全10篇)

演讲稿是演讲者根据几条原则性的提纲进行演讲，比较灵活，便于临场发挥，真实感强，又具有照读式演讲和背诵式演讲的长处。好的演讲稿对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇演讲稿下面是小编为大家整理的优秀演讲稿模板范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 换届竞选演讲稿三分钟篇一

大家早上好！今天我们国旗下讲话的题目是《给自己一片悬崖》。

世界上第一位讲授成功学的杰出人物、世界成功学鼻祖拿破仑希尔，在他全球畅销几千万册的《思考致富》中，曾经提出了这样一个成功学理念：“过桥抽板”。当然，他所倡导的“过桥抽板”，绝不是教导我们要忘恩负义，而是告诉我们在做一项不是能够轻易实现的事业时，最好把自己的退路切断，让自己无路可退，这样才能激发我们所有的潜力，调动所有的激情，义无反顾，勇往直前，坚持到底。

我们中国人的智慧讲求凡事都要留有余地，这样才不至于走投无路，退路便是象征着一份安稳，一份可进可退的凭借。然而，当真正想要专心致志地前行时，这份安稳却也会成为成功的阻碍与懈怠的根源。每当你想要下定决心时，有个声音却告诉你不必太认真，总要留有余地，每当你想要全力以赴时，有个声音却提醒你不必太拼命，总有退路可寻，日积月累，心中的火焰一次次的黯淡下来，这无穷多的借口就垒成森森的高墙，将成功的光芒拒之门外。

有些同学无论做什么，也总喜欢给自己留有余地，总喜欢沉浸在这样的话语中——没事，这个明天可以背的，这个嘛，

老师肯定不会叫我回答的，算了，不思考了.....是的，在某些时候，当我们给自己放宽要求时，我们是学得放松了，没有太多的负荷了，可是却在无形之中比别人少了太多能使自己变得更强的机会。

有时候，给自己一片没有退路的悬崖，从某种意义上说，就是给自己一个向生命高地冲锋的机会。

好像人天生就有一种本能，做事前总会权衡利弊思虑周全，甚至为自己找好一条退路，那么“即使失败也能有台阶下”，于是并不能拿出全部的经历和热情去做事，所以失败也成了预料之中。既然如此，我们是该满腹深情地哀叹一番，还是就此一蹶不振，沉沦下去？大家是否想过，也许还有更好的选择？比如正好趁此机会，给自己一片悬崖，尽管去放手一搏，任它乱石穿空，惊涛拍岸，任它渊临崖欺，被逼无路。只长啸一声，奋起一击，破釜沉舟地拼上一番，一定会收到意想不到的效果。

## 换届竞选演讲稿三分钟篇二

大家早上好！

我是\*\*\*。今天我演讲的题目是《改变不了环境，就改变自己》。

著名的文学家托尔斯泰曾经说过：“世界上只有两种人：一种是观望者，一种是行动者。大多数人想改变这个世界，但没人想改变自己。”想要改变现状，就要改变自己；要改变自己。就得改变自己的观念。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，就要学会改变自己。

这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：山不过来，我便过去。同样的道理，人不能改变环

境，那么我们就改变自己。

于是小男孩擦干了眼泪坐在木桶边想啊想，想了半天终于想出了一个办法，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的许多东西，但是我们可以改变自己，给自己加重，这样我们就可以适应变化，不被打败！

人生如水，人只能去适应环境。如果不能改变环境，就改变自己，只有这样，才能克服更多的困难，战胜更多的挫折，实现自我。如果不能看到自己的缺点和不足，只是一味地埋怨环境不利，从而把改变境遇的希望寄托在改变环境上，这实在是徒劳无益。所以我们要从自己开始改变，因为环境太大，我们所能做的就是把自己建设的更好。

## 换届竞选演讲稿三分钟篇三

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！

## 换届竞选演讲稿三分钟篇四

大家好！我是XXXX班的XXXXX□

今天，我再一次参加大队委员改选活动。虽然在此之前，我已经连续两年当选，但此次改选，还是让我心感忐忑，大队委员会给我带来无尽的风光，但背后得付出更多辛勤的汗水，我知道，一旦当选了，就会有更多的机会来锻炼自己、展示自己，做同学们的好伙伴，老师的好助手。

我是一个在学习各方面还算优秀的学生，上课时，我会积极开动脑筋、认真听讲；下课时我会尽我所能帮助老师、同学们做一些力所能及的小事；在日常生活中，我也会积极地参加学校里组织的各项活动。我会个开动脑经：我努力，我能行！

这次，如果竞选成功，我会协助大队辅导员做我力所能及的事情，开展同学们感兴趣的活动。如果我没有当选上，我也不会气馁，更不会因此嫉妒当选上大队委员的同学，而是尽心尽力地协助他们，不会在意肩膀上到底有几条杠杠。

我的竞选宣言是：我相信！我能行！我会为我的目标勇往直前、永不退缩！

请同学们举起你们的手，为我投上宝贵的一票吧！今天，你们给我投上一票，明天，我就会为大家贡献出一份力量！

## 换届竞选演讲稿三分钟篇五

一场情意绵绵的春雨停歇了，第99个三八国际妇女节来到眼前，又是一个女人的节日！透过窗台，放眼朝大街上望去，那穿红着绿的女子，无不装点了这个世界的美丽与温柔。

女人是什么，有人说女人如花。20岁的女人如同迎春花，明眸皓齿，天真烂漫；30岁的女人如同玫瑰，艳丽照人，热情奔放；40岁的女人如同牡丹，成熟大方，妩媚可人；50岁的女人如同出水芙蓉，走过风雨，练就风韵；60岁的女人如同腊梅，奉献一生，愈久弥香；70岁的女人如同雪莲，德高望重，慈祥可亲……花有花季，也有花期，但女人的一生都好似一朵永不凋零的花。

什么是女人？暴雨雷电前狂风肆虐的那一分钟里，她的脑海里会接连闪过几个念头：爸妈家里的菜买回没？老公带伞没？孩子衣服穿够没？一个普通的生活场景，就道破了身为女人的种种。她，从呱呱坠地的那一刻起，就在一点点地担当着不同的角色扮演。从襁褓中不谙世事的女婴，到青春懵懂的女孩，到成熟稳重的女子，从女儿，到妻子，到妈妈，演绎着女人的一生。

而如今女人远不止于此。在过去的年代，家庭、丈夫、儿女

就是她的整个天空，时代变迁，女人从家庭走入社会，又撑起了社会的半边天。

冰心说，女人是为爱而活着的。是的，女人一生追求爱，渴望被爱，但她们也从不吝啬付出爱，对社会、对亲友、对丈夫、对儿女、对自己，她们百折不挠地爱着。

## 换届竞选演讲稿三分钟篇六

大家好！

我独自倚坐在窗前，听着雨打梧桐的声音，点点滴滴，心欲碎，那声音仿佛锤子打在了我的心头，敲击着心口最柔软的地方，我面容平静，但内心却如泉水般波涛汹涌。

可见父爱是多么的'平凡，但我相信这份爱不平凡，因为这就是父亲，走进他的世界，我才明白父爱无痕的真谛！

谢谢。

## 换届竞选演讲稿三分钟篇七

大家早上好！

今日，我在国旗下讲话的题目是：今日，你浪费了吗？

同学们，当听到“此刻很多孩子花钱大手大脚，买东西讲名牌，买的玩具一天两天就不玩了，苹果吃了一半就随便扔掉”这样的话时，大家心里怎样想呢？难道我们就真的甘愿做他们想象中的爱浪费的孩子吗？同学们，我们都是好孩子，就让我们从今日起，跟浪费说“再见”，让大家都觉得我们天宫中心小学的学生是最棒的！

多谢大家！

## 换届竞选演讲稿三分钟篇八

早上好。今天我演讲的主题是：音乐，让生活更美好。

音乐无处不在。婴儿刚刚降临，音乐就已经进入他们的耳朵里，伴随着柔和动听的摇篮曲，宝宝进入了甜蜜的梦乡。

长大后，我常一个人静静地听着流行音乐，或者是古典音乐，这些都会让我心情舒畅，轻松无比。

(唱□□georgia on my mind□)

我认为，普通的日常生活有了音乐会有色彩，音乐能够渲染人的情绪。它可以使你走出阴影，获得阳光；它可以使你走出悲哀，获得快乐。记得有一本书上说过：即使你心里的痛是任何语言、任何行动都无法化解的，但是只要音乐响起，你的痛苦就缓解了好多。

音乐让人感同身受，很多人觉得歌词正是在写自己，这就是创作和表达的魅力。

正是因为音乐的这种特性，它具有不分年龄、地域、语言的流通性。流浪汉在街边可能因为偶然听见莫扎特而驻足，拼搏在外的人们也可能因为一曲乡村民谣而感慨万千。

(唱□□my heart will go on□)

相信大部分人都熟悉泰坦尼克的主题曲□celinedion的

《myheartwillgoon□□很多人即使听不懂歌词，也能被旋律中流露的真诚和深情所打动。这就是美好的音乐所带给我们的，它不分国界，不分语言。

(唱：《月亮代表我的心》)

这首陈芬兰的《月亮代表我的心》想必每个人听了也都能跟着哼唱几句。这就是经典的音乐。它们不会因为时间、空间的变换而褪去它原本的颜色，而是一代代地流传下去。

音乐，每个人都爱。

作为一名中学生，我们在学习文化课的同时，亦应了解一些乐理知识。这不仅体现一个人艺术修养，亦有助于提升一个人的综合素质。

(唱：《我只在乎你》)

音乐就是这样一种奇妙的东西，具有一种神奇而捉摸不透的力量，你不必很懂它，但它总可以唤醒我们，触动我们，抚慰我们，让我感受到生活的精彩。

老师们，同学们，作为现代人，我们应该有音乐情感，我们并不需要会唱，更不需要会唱得有多好，只要有热爱音乐的情怀，有热爱生活的情怀，我们就会是一个健康向上的生命，就会给自己他人带来冬日里的温暖。

谢谢！

## 换届竞选演讲稿三分钟篇九

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家好！

今天我演讲的题目是《改变不了环境，就改变自己》。

著名的文学家托尔斯泰曾经说过：“世界上只有两种人：一种是观望者，一种是行动者。

大多数人想改变这个世界，但没人想改变自己。

想要改变现状，就要改变自己；要改变自己。

就得改变自己的观念。

一个黑人小孩在他父亲的葡萄酒厂看守橡木桶。

每天早上，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，我们可以想办法去征服风。”

于是小男孩擦干了眼泪坐在木桶边想啊想，想了半天终于想出了一个办法，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，但是我们可以改变自己，给自己加重，这样我们就可以

适应变化，不打败！

人生如水，人只能去适应环境。

如果不能改变环境，就改变自己，只有这样，才能克服更多的困难，战胜更多的挫折，实现自我。

如果不能看到自己的缺点和不足，只是一味地埋怨环境不利，从而把改变境遇的希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，但我们可以改变自己，让我们用爱心和智慧来面对一切环境。

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家好！今天我演讲的题目是《改变不了环境，就改变自己》。

著名的文学家托尔斯泰曾经说过：“世界上只有两种人：一种是观望者，一种是行动者。

大多数人想改变这个世界，但没人想改变自己。

想要改变现状，就要改变自己；要改变自己。

就得改变自己的观念。

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，就要学会改变自己。

柏拉图告诉弟子自己能够移山，弟子们纷纷请教方法，柏拉图笑道，说：“很简单，山若不过来，我就过去。

弟子们一片哗然。

这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：山不过来，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己。

一个黑人小孩在他父亲的葡萄酒厂看守橡木桶。

每天早上，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，我们可以想办法去征服风。”

于是小男孩擦干了眼泪坐在木桶边想啊想，想了半天终于想出了一个办法，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的许多东

西，但是我们可以改变自己，给自己加重，这样我们就可以适应变化，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！但是我的国家似乎也是我无法改变的。

当我到了迟暮之年，抱着最后一丝努力的希望，我决定只改变我的家庭、我最亲近的人——但是，唉！他们根本不接受改变。

现在我在临终之际，我才突然意识到：如果起初我只改变自己，接着我就可以依次改变我的家人。

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，谁又知道呢，也许我连整个世界都可以改变。

人生如水，人只能去适应环境。

如果不能改变环境，就改变自己，只有这样，才能克服更多的困难，战胜更多的挫折，实现自我。

如果不能看到自己的缺点和不足，只是一味地埋怨环境不利，从而把改变境遇的希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，但我们可以改变自己，让我们用爱心和智慧来面对一切环境。

我的演讲完毕，谢谢大家！

## 换届竞选演讲稿三分钟篇十

大家好，今天我演讲的题目是《20xx我创造的幸福》。

幸福是需要我们大家自己去创造出来的。

不知从哪里飘来一张纸，上面有着我喜欢听的歌的歌词。死光的脑细胞瞬间恢复了，音乐会怎能少得了个去呢！我快速奔下楼，拿来手机播放这首歌。

听着，听着，我想起了与四档之间的点点滴滴，不禁跟着哼起来。渐渐地，我能看着歌词一字不漏的唱出来了：“……是你的双眼折射思恋，用微笑欺骗……我放开了手，却张不开口，是你的微笑让我沉默接受……loving you baby let is go……”这首歌的名字叫《想陪你一起走到终点》我和死党都特别的喜欢。

一首喜欢的歌，一幅美丽、动人的画面，有歌有舞，让我沉浸在欢乐之中，淅沥的雨后不会见到彩虹，但它是快乐的，自由的。我能够是自己感受到快乐，这也是一种幸福。

每个人对幸福的定义大不相同，其实只要我们用心感受、用心体会、用心聆听、用心创造，你就会发现：我们身边的点点滴滴都是幸福！

我的演讲完毕，谢谢大家！