

# 最新部队军事训练个人总结报告(优质5篇)

演讲，首先要了解听众，注意听众的组成，了解他们的性格、年龄、受教育程度、出生地，分析他们的观点、态度、希望和要求。掌握这些以后，就可以决定采取什么方式来吸引听众，说服听众，取得好的效果。大家想知道怎么样才能写得一篇好的演讲稿吗？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看看吧。

## 大学生演讲稿三分钟篇一

早上好！今天我演讲的题目是《做一个文明之人》。

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。

做文明之人，就要会用文明语，做文明事。再简单地讲就是要懂礼貌，明事理。中国素有“礼仪之邦”之称，礼貌待人是中华民族的传统美德。生活在幸福时代的我们，如果不能继承和发扬这种优良传统，就不能真正做一个快乐的人。“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。

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文明之花！祝愿我们自己一步步地迈向文明！

做文明之人，永远的呼唤！一生的追求！

谢谢大家！

## 大学生演讲稿三分钟篇二

你们好！今天我要演讲的题目是《理想》。

理想，是春天的第一朵鲜花；理想，是夏天的第一束灼阳；理想，是秋天的第一颗果实；理想，是冬天的第一片雪花；理想，是沙漠里的绿洲；理想，是吹响生命的号角.....山溪的理想是大海，囚鸟的理想是蓝天，树木的理想是大地。我的理想是什么？我的理想我的梦！

物尚且如此，何况人乎？纵观古今中外，凡成大业者，哪一个没有远大的理想！是啊！一个人没有了理想，那么他的生活就像在大漠中失掉了罗盘，迷失了方向。如果一个人没有了理想，那么就像鸟儿失掉了翅膀，永远不能飞翔。如果一个人没有了理想，就像太阳失掉了光辉，永不能射出耀眼的光芒！

司汤达的忘却警言和理想，是遭人鄙弃的。我两者都没有卸，我树立了自己的理想，坚信自己就能实现。理想是事业的大门，是登堂入室的旅程，这个旅程的尽头，就有成功在等待着。

每个人都有自己的梦，因为有了梦，才有梦想，有了梦想，才有理想，才有为理想而奋斗的人生经历。雪野茫茫的小草，寒冷孤寂中怀抱着“理想”取暖；征途迢迢南飞的大雁，因

为“理想”才不停地往前飞。志向是人生前进的动力，那么理想是希望和梦想的灵魂，奋斗、挣扎、超越，就是打破无知的道路，走向理想的殿堂。

理想，是我们每个人心中的一盏明灯，它可以为我们指出前进的方向。然而，理想也是被需要的一个奋斗目标，但是它需要我们自己来实现。世界万物都有自己的理想，理想是石，敲出星星之火；理想是路，照亮夜航的路；理想是火，点燃熄灭的灯；理想是路，引你走到黎明。

太阳总在有理想的地方升起，月亮也总在有理想的地方朦胧。理想是永恒的微笑，我的理想不尽，我要理想之花永不合拢，为了梦，那遥远而真实的理想，我会努力前行!!!

## 大学生演讲稿三分钟篇三

大家好!

是谁陪我栉风沐雨，静看春花秋实?是谁，为我驱寒散热却独自承受坎坷?是谁忙里忙外、脚步匆匆?是谁日渐苍老、为我面容憔悴?我感觉到了，那是我的妈妈——我慷慨的母亲，慷慨到把母爱化成光环，永无终点;我感觉到了，那是我的妈妈——我吝啬的母亲，吝啬到只愿一个人咀嚼生活的艰辛，永不言悔。我的调皮偷走了您的年华，却化作细密的皱纹和两鬓的白发。此刻，您正在考场外焦急地向我的方向张望吧。妈，想起您的付出，您的鼓励，想起这日日夜夜的您的陪伴、您的牵挂，此时女儿的心里真的很感动。今天我就让我把这些许欣喜、些许历练后的飞翔化作满篮、满世界的春光送给您。这么多年来您的忍耐与坚持，您的不朽的无私的爱，让我懂得了什么叫感恩。

我已记不清有过多少这样的日子，也不知道寒冬腊月冰封了我多少积蓄的力量与您的渴望。高中生活单调而枯燥，却又是毛毛虫变成美丽蝴蝶翩翩而飞必不可少的过程。于是我学

着适应，左手是坚持，右手是你们的牵挂，中间是在坚韧与忍耐、宽容与感恩中洗礼的成长。冰心曾在《一日的春光》里说：“这九十天的冰封，只为这一日的春光！”妈妈，百部我已走好了九十九，等跨过这一步，我为你准备的将是一生的春光！

天底下的子女们，亲情已不仅仅是“临行密密缝”的关怀，不仅仅是“雨中黄叶树，灯下白头人”的守候，更多的时候，“天地有大美而不言，回时有明理而不说”，它似大海静水流深，最深的爱里你是看不到浪花。同时，亲情又是一根长线，线的这头有父母的付出，另一头就需要我们的感恩与尽孝，在这样明媚的日子里，让我们提篮春光，去看妈妈——让她看到我们的蜕变，让她们的努力化作了一世界的芳香。

## 大学生演讲稿三分钟篇四

大家好！

也许你曾抱怨过上帝是捉弄人的，他对你吝啬幸福，却让痛苦折磨着你，日日夜夜，疲惫不堪，换来的只是滚烫的泪珠。但苦尽甘来后，当你揭开那沉重的幕纱，你会看清，上帝是公平的，磨难也是一种财富。

曾经有人做了一个试验。他点清了一座山林中的红羊后，把山中的狼全部捕捉起来，让红羊没有敌人。照理说，红羊应该是悠闲自得、快乐地生活了，但事与愿违，红羊为了争夺一小片土地、甚至一棵青草而搏斗，由原来一支整齐的队伍变为一盘散沙。经过搏斗的红羊一只只疲惫不堪，过去那种矫健、奔跑如飞的红羊在这座山林中再未曾出现过，而且，红羊的数量也在逐渐减少。是什么原因呢？因为人们捕获了狼，红羊没有了给它们造成生命威胁的动物，而自相残杀直至消亡，失去了危机，同时也失去了生机。可见，在生态环境中，没有磨难就不会有生态平衡的系统。

张海迪胸部以下失去知觉，但这些困难反而使她有了更为远大的目标，学习掌握了德语、日语、英语。她为什么能取得常人都不容易取得的成就呢？因为她在承受巨大挫折的同时，也将挫折化为了动力，让挫折成为自己的奴隶，再一次战胜了磨难。

人生如一块璞玉，这是上帝赐予你最大的财富，这块璞玉中有着酸甜苦辣，也许痛苦过后便是幸福，这是上帝给予你最大的机遇。只有自己努力来雕琢这块璞玉，才能使它成为完美无瑕的艺术品。

同学们，当你遇到挫折、困难时，不妨想想，上帝是公平的，有时磨难也是一种财富。

谢谢大家！

## 大学生演讲稿三分钟篇五

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，整个学期也接近尾声。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。

## 大学生演讲稿三分钟篇六

大家好！

相信自己的人，往往自己的意志比较坚定，有自己的选择能力。例如，李玉刚刚出道时，他的家人不同意他唱戏，但他一意孤行，虽然当时还没有业绩，但是他不放弃。他和他的女朋友准备结婚时，女方的家人不同意他们结婚，觉得他是戏子，不会有什么前途，但是他依然不为所动，终于“开花结果”，最终向全社会证明了自己的选择是对的。

有些人过于一意孤行，做出的选择往往与现实相反，导致后悔一生。他们以自我为中心，肯定自己，否定别人，有些人还强制用自己的观点去帮助别人，这样过于的相信自己，过分的自信不但会害了自己，也会害了别人。

我们在相信自己的前提下，也可以听听别人的建议。封建社会许多朝代中，很多帝王乐意听取建议，朝代存活的时间较长。例如：魏徵多次劝谏，唐太宗听取他的建言并采纳，使得唐朝繁荣。我们在做出选择时，也可以适当听取别人的意见，或许可以不用，但是听听别人的意见对选择是有帮助的，正如“三个臭皮匠，赛过诸葛亮”，人多力量大。

但是不能不加选择听取别人的意见，也许别人有些意见是错

误的。有些贪污的大臣，他们往往想的都是利益，对待百姓的生死漠不关心，给皇上的建议往往都离不开自己的利益，这些人的建议是不能采纳的。我们在听取建议之前，要看看它是否正确，是否值得采纳。

我们在选择道路时，既要有自己的选择又要适量的听取别人的建议，每个人的选择不可能都尽善尽美，正如一把双刃剑，不可能只有一面。

我们要学会取其精华，去其糟粕，运用自己的主见和别人的建议相结合，得出自己正确的选择，这样即使选择错误，也不会有太多的遗憾，因为这是根据自己的实际，听取别人的意见而做出的选择，所以不会感到后悔。人生的选择在于最后的决策，两者兼有。

## 大学生演讲稿三分钟篇七

大家好！

我今天要演讲的题目是：《我难忘的大学生活》。

20\_\_年9月我从地处偏僻的黄金乡来到这旅游名城哈尔滨，走进了旅游学院，圆了我多年梦寐以求的大学梦。有人说：“大学是铸就平凡人的辉煌，造就大师的摇篮。”作为一名普通的大学生，我注定不能成为大师，但平凡的我决不能选择平庸。“非志无以成学，非学无以广才”，这次难得的求学机会将是我人生中一次重要的转折点，所以我会倍加珍惜。带着这份朴素的感情、也带着我的希望和梦想，就这样默默地坚持着三年的大学生活。我虽然柔弱，但我不乏毅力；我虽然基础不扎实，但我用勤奋和汗水弥补着不足。

在两年多姿多彩的大学生活中，学院领导的关心爱护以及老师的谆谆教诲、同学们的和谐快乐相处，给我留下了美好的记忆，我衷心的感谢你们，感谢你们给予我知识和能力，给

予我温暖和关怀，在这里我要真诚地说一声：谢谢你们！丰富多彩的大学生活需要自己好好把握，我认真地上好每一堂课，认真地完成好每次的作业。课后我总是畅游在图书馆、电子阅览室的知识海洋中，汲取着新鲜营养。我将每一点一滴时间都聚集到了课程中、专业中。“是斗士就要拼搏沙场，是学子就要勇攀高峰。”对于我，学习的艰辛可想而知，我要攻克的一道道学习障碍。一道道难题不会我就请教老师或者和同学们一道探讨。

“一份耕耘，一份收获”，我最终取得了良好的成绩。我爱我的大学生活。只要付出的辛勤汗水能得到学院、单位的肯定和大家的赞许，就足以让我感到万分欣慰，因为我学习的动力就是将学到的知识能更好地为未来铺就一条成功之路。愉快、难忘的大学生活即将结束，两年多的大学生活为我将来的工作打下了良好的基础。我坚信，在以后的工作中，我会更好地发挥主观能动性，从点滴的小事做起。古人说：不积跬步，无以至千里。我将以高尚的职业道德、严谨的工作作风、负责的工作态度，通过我勤劳的双手，将一个个困难变成一个个跳动的音符，奏响出悦耳动听的旅游工作交响曲。

时光流逝，空间转移。再见了，美丽的哈尔滨吗！再见了，我的大学，难忘的旅游学院！老师们，再次真诚地感谢你们，我在工作中会时常想念你们；同学们，让我们展开壮志与毅力的事业双翼，一起飞向更高的蓝天！

我的演讲完毕，谢谢大家！

## 大学生演讲稿三分钟篇八

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。

你听说过关于日本原一平先生的故事吗？



原一平本是一位极其普通平凡的保险推销员，他相貌平平，身高只有158厘米，但是，他为什么能成为日本家喻户晓，妇孺皆知的名人呢？正是因为他有事没事就研究微笑，对着一面随身携带的小镜子练习，并把这些微笑应用到工作中去，才走向了成功，成为鼎鼎有名的人。

原一平在工作中，在生活中，一共研究出了39种微笑，并且自己也将这39种微笑练得非常自然。有的微笑能让人感到温暖，有的微笑能让人感到亲切，有的微笑能带给人们力量，有的微笑能让烦躁不安的人立刻安静下来，有的微笑能让你不由自主地去聆听。

正是他的微笑，才让人乐意购买他推销的保险，认为他推销的保险有百利而无一害；正是他的微笑，让客户与他成为无话不谈、无事不说的知心朋友。

的确，微笑能沟通人的心灵，把彼此间的距离拉近，甚至帮助你走向成功。

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！

## 大学生演讲稿三分钟篇九

各位老师各位同学，大家好！

今天我给大家演讲的题目是：“让诚信的光辉把人生和世界

永远照亮”。

诚信是什么?诚信就是诚实守信!就是表里如一,言行一致。我是一个七年级的学生,从小我们就受过关于诚信的教育,听过许多关于诚信的故事:历史上著名的商鞅变法就是从“立木取信”赢得人心开始,新法得以顺利推行,秦朝振兴扫荡六国实现了中国的统一!现实生活中高考状元唐黎因没喝过某种“补脑汁”,而拒做该种产品广告,舍弃了巨额广告费却宁肯自己东挪西借凑钱上大学!

古人云:“诚信于君为忠,诚信于父为孝,诚信于友为义,诚信于民为仁,诚信于交为智。”

诚信渗透于生活的各个方面。商人合法经营是诚信、人们之间平等交往是诚信。诚信是最宝贵的美德,是取信于人的根本,是一个社会繁荣的前提,是一个国家稳固的基础。没有了诚信,就没有了社会的契约,就没有了社会的秩序,就没有了社会游戏的基本规则!诚信,也是中华文明古国的传统美德,几千年受到人们的自觉信奉和推崇。但是,现在许多事情却背离诚信让人骇然!假烟假酒、地沟油;假评选、假广告、假文凭,搞得人人自危防不胜防,天怒人怨。诚信的缺失给我们给国家带来了太多太多的伤害!

作为一个青少年、作为我们伟大祖国的未来,我们自己一定要坚持做诚实守信的人,外面的诱惑再多,我们也不能为之所动。诚信待人诚信处事,付出真诚收获友谊和尊重。一切从我做起,一切从身边做起!诚信的建立,不是一个学校的责任,一个家庭的责任,而是全社会全人类的责任!是每个有良心有道德有理想的‘人’的责任!

是我们国家富强民族振兴的伟大的力量!同学们:让我们呼唤诚信、追求诚信,携起手来捍卫诚信!我们要让诚信那不朽的光辉,把我们的社会把我们的人生永远照亮!

谢谢大家