

最新以苏炳添为的演讲稿三分钟(精选9篇)

演讲稿也叫演讲词，它是在较为隆重的仪式上和某些公众场合发表的讲话文稿。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？以下是我帮大家整理的最新演讲稿模板范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

以苏炳添为的演讲稿三分钟篇一

大家好！

过年了，我与爸爸妈妈一起去超市购置年货，准备回老家看望爷爷奶奶。

这两种声音一直交织在我的耳际。可是我刚想往前迈步，脚还没有落地，耳边响起了老师常常教育我们的话“诚信是做人的根本”！拿走会失去信任，还回去会获得人生中最美的赞语，我坚定的决定选择后者。给妈妈要了20元钱，快速走向收银台。转身之际，许多赞美的声音随之而来，妈妈微微一笑，朝我竖起大拇指，此刻，我心里乐开了花。

从此，我深刻的认识到，做一名诚实守信的新时代的红领巾是多么的荣耀。诚信是绽放在人与人之间的一朵鲜花，让我们的社会变得更加和谐、更加美丽。让我们手挽手，让诚信遍布机构的每个角落，同学之间互相学习、取长补短，杜绝一切不讲诚信的不良习气，树优良学风，做新时代的诚信小学生！

以苏炳添为的演讲稿三分钟篇二

人生中不断地在烦恼与幸福之间徘徊，在期望与失望中大悲大喜。

有时烦恼，可不经意幸福的事就会不期而至，有时幸福包围了自我，可烦恼却也挥之不去。

我们渴望拥有，可机会总是失之交臂；得到手的不需要，渴望拥有的得不到。我们为了不可知的未来而烦恼，为了已经拥有的而不安，为了错过的一份美丽而懊悔。

有的人本来很幸福，看起来却很烦恼；有的人本来该烦恼，看起来却很幸福。

活得糊涂的人，容易幸福；活得清醒的人，容易烦恼。

我们不要烦恼，因为除了呼吸，什么都不重要。

我们站在地狱里仰望天堂，我们站在烦恼里仰望幸福。

心能静下来，就没了烦恼。

以苏炳添为的演讲稿三分钟篇三

大家早上好！

那么，让我们再来看看别人是怎么做的。著名的管理学讲师余世维先生讲过这样一段经历：那是在德国，他去拜访一位朋友，主人是一位普通的德国妇女，问他是否需要喝水，他回答说“来一杯”，然而他没有喝掉，女主人很不开心，说了这样一句话“一杯水虽然不值什么钱，但它是我们日耳曼民族的资源”。

同样是一杯水，但是对待的态度却不同，处理的方式也不同。这说明什么？我想，至少说明一点：那就是这名普通的德国人，她的资源意识比我们强！这一细节也足以暴露出我们这个民族节约意识的严重不足关于节约的演讲稿关于节约的演讲稿。

俭，还是磨练意志，提高品格的重要手段。人为什么会有坚强意志，为什么会有崇高品格，毫无疑问，从逆境中磨炼关于节约的演讲稿。而俭正是在很大程度上创造了逆境，换句话说，也就是俭创造了人才。匡衡凿壁偷光，家贫而志坚，终成国之器；刘禹锡以俭律身，虽两袖清风，却写下千古流传的《陋室铭》。历史上像这样的例子还有很多很多。

时至今日，物质文明和精神文明都已高度发达。但是，发扬勤俭节约、艰苦朴素的作风依旧是我们的重任。中国地大物博，具有丰富的物产资源，但是庞大的人口基数给它加上了一个巨大的分母。也就是说我们拥有的多，但分配到每一个人却很少关于节约的演讲稿。所以，在这种形式下讲求勤俭节约和艰苦朴素是十分必要的，它既符合我国的国情，也符合我校的校情。我们知道热爱祖国、关心学校应该从点点滴滴做起，“勿以善小而不为，勿以恶小而为之。”所以我们每节俭一点，就是为学校发展出了一份力，为我国综合国力的提高尽了一份心。

要做到节俭，其实并不难。只要我们在现实生活中稍稍注意，就会发现，很多举手之劳就能节约资源，减少浪费。比如每天少用一双一次性筷子，意味着成千上万亩森林可以免遭砍伐；每天少用一个塑料袋，可以节省大量的石油消耗关于节约的演讲稿。随手关灯、关电器，把白炽灯换成节能灯，把空调温度上调1度，据专家测算，如果我们大家都这样做，那么全中国每年可以节约450亿度电，相当于三峡工程半年的发电量！

同学们，心动不如行动！从今天开始，从现在开始，赶快行动起来吧，放学时请记着关灯、关空调；电脑关机时，请记得关显示器，打印资料时，请尽量双面打印；买饭时吃多少，买多少，尽量减少浪费，让我们有能力把爱心传递到世界上每一个角落。

我相信只要我们携起手来，共同努力，从小事做起，从身边

的事情做起，那么我们一定能再次拥有采菊东篱下，悠然见南山的诗意生活。

最后请问一句：同学，今天你节约了吗？

以苏炳添为的演讲稿三分钟篇四

大家好！

每一个人都有自己的理想，而我的理想就是做一个成功的律师。

我从很小的时候就已经理想成为一个律师。而随着我慢慢地成长，这一个理想就越来越坚定。每当有关于法律的节目和电视剧，我都会收看。每次我都会被法庭上的律师吸引着。看着他们在法庭上认真的样子，听着他们所指出的种种疑点，我都会从心底里佩服这些律师，所以我的理想就是做律师。

我要做一名律师，因为我觉得律师是一个很伟大的工作。在法庭上每一个人都是平等的，每一个人都没有特殊的权力，更没有谎言。就是律师，是他们让虽然贫穷但是无辜的人脱罪。将富有但却犯罪的人绳之于法。所以我要在法庭上做一个成功的律师，帮无辜的人洗脱罪行，将犯罪的坏人绳之于法，让他们受到法律的制裁。

虽然我现在还未长大，还未能做到一名成功的律师。但是我会向着做一名成功的律师这个目标努力前进。从现在开始，更加的努力学习。

谢谢。

以苏炳添为的演讲稿三分钟篇五

人说台上一分钟，台下十年功，虽然在台上演讲一分钟，那么这一分钟对你的人生来是有帮助的，下面请参考有关一分钟演讲稿范文！

如果青春是醺人欲醉的海风，那么自信就是这和风前行的路标；如果青春是巍峨入云的高耸，那么拼搏就是这山脉层层拔高的动力；如果青春是高歌奋进的谱曲，那么坚强就是这旋律奏响的最强音！

回眸往昔，风流江山如画。

抚摸着钟鼎上的甲骨铭文，青铜的纹理烙刻辉煌的过去，记录民族的兴衰；第一束阳光破开帷幕，新的世纪到来，这，是我们的纪元，是我们的天地，是我们一展才华的舞台。

乘着好奇心起飞，我们飞遍千山万水，成长的'痕迹镌刻在记忆中，成为生命的永恒，随着青春前行，也许我们会体验到成长的痛苦，也许泪水会模糊我们不愿意哭泣的双眼，也许我们会面临一次又一次的艰难抉择，但我们不会退缩，更不会放弃，因为，我们是90后！

历史的车辄辗过，留下先辈的印记；时代的洪流向前，引领我们的未来！拼搏，拼搏，拼搏！我们将用不懈的坚持，用高昂的斗志，书写热血的青春！

我们常听到人们说：“永远不要放弃。

”这句话可能是要鼓励别人，也可能是表示自己的决心。

相信自己的人，不管经历多少次失败，都会不断试着要达到目标。

我认为，有成功的决心是每个人都应该有的重要特质。

因此，我认为我们应该永不放弃。

其中一个理由是，如果我们太轻易放弃，就几乎无法完成任何事。

我们第一次尝试新事物会失败，这是很平常的事，所以我们不应感到气馁，而应该要再试一次。

而且，如果我们总是一失败就放弃，就无法培养新技能并且不断地成长。

我们应该永不放弃的另一个原因是，只有再努力一次才能从错误中学习。

如果我们不再试一次，那么我们所学到的教训就白白浪费了。

最后，我们应该永不放弃，因为当我们努力达到目标的时候，我们就会培养出自信，而这种自信将有助于我们在生活的其他领域中获得成功。

如果我们不挑战自我，我们就会开始怀疑自己的能力。

简言之，当我们努力追求目标时，永不放弃是很重要的。

不管最后有没有成功，我们都会学到一些东西，而我们所学到的东西，将会使自己成为一个更好、更有自信的人。

而且，如果放弃的话，我们就没有机会达到目标。

但是如果不断地尝试，总有一天我们一定会有机会成功的。

青春是什么？

有的人说青春是绚烂多彩的花季，是阴晦而缠绵的雨季，是青翠嫩绿融融的春，是浪漫而炽热的夏，有的人说青春是欢

笑时泪水，是流泪时的微笑，是轻松的压抑，是沉重的放纵，还有的人说青春是一坛醇香的酒，是一束鲜艳的话……………每个人对青春都有自己的诠释，每个人都有每个人的答案。

正是为了尊长这种自迥异的答案与诠释，人们才匆匆走上一条条属于自己的道路，去探寻属于自己的谜底，破译青春的密码。

青春惊得起磨练却经不起消磨，经得起开发却经不起挥霍。

保尔·柯察金曾经说过：“人最宝贵的是生命，生命对于每过忍耐只有一次，人的一生应当这样度过”，当他回首往事的时候，他不会因为虚度年华的悔恨，也不会因为碌碌无为而羞愧，当他临死的时候，他能够说：“我的整个生命和全部精力，都已经献给了世界上最伟大的事业——人类的解放而斗争”。

所以我们应该珍惜青春，乘着自己还年轻，尽自己所能，在青春的舞台上展现自己亮丽而独特的风采，让青春飞扬！就像无数的星星在生活的星空中发出自己耀眼的光芒。

1.一分钟演讲稿范文

2.励志一分钟演讲稿范文

3.一分钟演讲稿精选范文

4.英文一分钟演讲稿

5.一分钟励志演讲稿

6.一分钟精彩演讲稿

7.一分钟演讲稿大全

8.有关成功演讲稿范文

以苏炳添为的演讲稿三分钟篇六

大家好！我是三年级七班的黄子诣。今天，我代表三年级的同学说说秋游的收获。

秋天，是一个美丽的、收获的季节。上周一，我校全体师生一起去百万葵园秋游。当我们来到五彩缤纷，让人心旷神怡的百万葵园时，可爱的小动物，艳丽的花朵深深地吸引着我们的

在这次秋游的过程中，我也感受到了同学们的一些变化。比如：有的同学学会了分享，每组同学都津津有味地吃着彼此的食物；有的同学学会了爱护环境，吃完饭后自觉把自己所在大范围打扫干净；还有的同学不仅自理能力强，还学会了照顾他人。就像吴悠同学，为几位同学找回了遗失的衣服和水杯……同学们的这些变化，让我感觉到大家都长大了、懂事了！

不过，我们还有一些不足。如：我就遇到了一点小麻烦。我带的食物的汁儿漏出来了，满书包都被“污染”了。当时，我惊慌失措不知如何是好。后来，幸亏老师帮助了我。从这件事，我觉得自己的应变能力还要提高。

最后，我要感谢辛勤培育我们的老师们、爸爸妈妈们，有了您们，才有了我们的不断成长和进步！

我的发言完了，谢谢大家！

以苏炳添为的演讲稿三分钟篇七

生活中的我们每一天都在抱怨，抱怨父母的不理解，抱怨老

师的严厉，抱怨同学的不友好，其实，这一切都源于没有一颗感恩的心。

懂得感恩的人是幸福的人。生活中值得感恩得事太多太多了，它并不遥远，就在我们身边，就在妈妈煮的豆浆里。每一天临睡之前，妈妈把豆子捡好，泡好，第二天一早就起来磨。豆子在豆浆机的怀抱里打滚，豆浆机痒痒了，再咯咯的笑呢！豆浆煮好了，杯口不断逸出袅袅热气，喝一口，甜甜的。望着妈妈脸上荡漾的笑意，一股暖流流淌在心间。

懂得感恩的人拥有无形的力量。记得前年在张家界登天子山的路上，我奔跑，我追逐，为7000多梯全力以赴。可攀到中途时，我却全身乏力，双腿像喝了几斤醋似的。望着那可望而不可及的山顶，先前的豪言壮语早已抛之脑后，此时我多么期望眼前有一张软软的席梦思，让我美美的睡上一觉。这时，一位胖胖的，黑黑的叔叔从山下跑上来，他看见我，微笑着对我说：“小朋友，真不错呀，还有几座小山就到了！”叔叔的鼓励点燃了我的期望，树起了我前进的风帆。我向叔叔笑了笑，转身奋力向上登攀。最后，我到了山顶。站在山顶，耳旁是呼呼的风声，脚下是美丽的风景，而心底，是无限的感动。

生活是一面镜子，你笑，它也笑；你哭，它也哭。你感恩生活，生活也将赐予你幸福与完美。

让我们怀揣着一颗感恩的心上路，你会发现，山更蓝了，水更绿了，生活原先能够这般宁静与完美。

以苏炳添为的演讲稿三分钟篇八

杨子茜

隋朝著名学者卢思道，小时候脑子很灵。有一次，他父亲把他的诗文拿给朋友看。朋友们都伸出大拇指赞不绝口。这一

来，卢思道有点飘飘然了，不愿再下苦功学习了。

从此，卢思道好象变了一个人，再也不在众人面前夸夸其谈了。他先是在家刻苦自学，以后又带着各种疑难问题去请教名人。就这样，他的知识越来越丰富，写的文章也日见长进。有一天，卢思道又见到了刘松。他恭敬地把自己的文章拿给刘松看，请他指教。刘松看了，拍手大加赞赏：“想不到你小小年纪，竟能写出如此文情并茂的文章，不简单！”说罢，还老老实实地承认自己对卢思道文章中的一些典故搞不大懂，要求他一一加以解释。从这件事上我深刻认识到“满招损，谦受益”的道理，学习要谦虚，不能骄傲。

以苏炳添为的演讲稿三分钟篇九

大家好，我演讲的题目是：要学会控制负面情绪。

假设，你就是电视上被人用枪顶着的人。那一刻，你会有怎样的情绪？肯定是恐惧。在众多的情绪中，恐惧最不受我们欢迎。我们经常说：“希望人生从此免于恐惧。”其实，恐惧也并不是一无是处，它会让我们学会躲避，学会反败为胜，关键在于你能否控制情绪。

除了恐惧，我们也会产生悲伤。悲伤让人情绪低落，甚至了无生趣。我们经常说：“希望人生从此免于悲伤。”其实，悲伤也有好处。它可以使我们学会更深刻地体会与思考。

心理学上曾有一个著名的实验：同一件事情问不同的两个人群。一群人刚经历了快乐，一群人刚经历了悲伤。结果，前者回答任性，杂乱无章。后者却能冷静地思考，做出最正确的回答。所以，情绪无所谓正面与负面，只要你能控制它，就能为自己所用。

可是，日常生活中，我们很难成为情绪的主人，反而常常被它控制。怒火燃烧时，失去理智；悲伤欲绝时，深陷抑郁。

我们要冷静下来，学会控制情绪，控制了情绪，才可能拥有完美的人生。

同学们，我们正处于青春期，情绪容易躁动，要学会控制情绪。这样在学习的道路上，才能走向巅峰！