

2023年养老演讲三分钟(汇总7篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。相信许多人会觉得范文很难写？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

养老演讲三分钟篇一

大家下午好！

首先，我非常地感谢校组织给了我一个锻炼自己的机会，我也未能参加这次演讲比赛感到无比地自豪。今天，我所要演讲的题目是“我的大学”。

起先，我想谈谈自我来到大学之后的感触与想法。

刚进入大学我们都参加了军训，那对于我来说是第一次带着苦涩与汗水的美好留恋，军训，让我明白了什么事团结与不懈，它在我的大学生活中平添了几分自信与勇气。伴随着社团的招新与一项项层出不穷的比赛，使原本就对大学充满无限崇高理想和五笔美好憧憬的我，对大学也就有了更进一步的定义。

斗转星移，岁月如梭，回首间，恍如昨日的一幕却已相隔半年之久，时光总在人们不经意间悄悄溜走。如今，站在这里，我更加地知道我的大学拉开帷幕已经很久了。

大学，梦想萌芽的地方，它可以是学习的殿堂，也可以是放纵的温床，关键是看自己如何珍惜这个积累和锻炼的机会。大学，我要用我的热情去营造，他是竞争的舞台，是明天起跳的踏板。我的大学，我将用绚烂的红色激情去面对一切的挑战，用理性来灌溉我的梦想。

首先，规划好自己的人生。

大学生活的本质也是见人见智的，但有些内容却是公认的，那就是掌握好专业知识，做好职业规划。大学——人生的黄金时代，纵然有迷惘的时候，纵然有失落的时候，但积极向上乃是生活的主旋律。合理规划好人生最美好的时光，把握自己，创造辉煌。大学里，应该有两件事是主导我们大学生涯。一个就是学习，另一个就是社会工作，或者称是课余生活。大一的选择可能就决定了整个大学生活的轨迹，不管是充实地度过大学生活好事为了走好人生的每一步，一个明确的计划正确的规划尤为重要。前路总是充满着机遇与变数，若是能够及早的做好充分的思想准备，应付起来应该会更加从容淡定。大学，时值风华正茂，可谓寸阴寸金，浪费不得。凡是预则立不预则废，提前为自己的未来勾画蓝图，有意识有重点的培养自己，终会踏实成稳。

养老演讲三分钟篇二

我心潮澎湃，思绪万千！我要放声高歌：“祖国，我爱您！”

我们伟大的祖国“上下五千年，英雄万万千”。爱国主义在中华民族历史上就是巨大的精神力量，热爱祖国，为祖国献身的英雄深受我们的尊敬和爱戴。我们虽然还不能像那些勇敢的战士那样，用自己的生命在战场上保卫祖国。《小学生守则》第一条就有“热爱祖国”，做为小学生，我们到底该拿什么爱国？又该怎么爱国呢？在星期一升国旗仪式上，肃立敬礼是表现爱国的一种形式，更具体的爱国精神应该表现在我们的学习上：上课不说话，认真听讲，认真完成作业。

“热爱祖国”这不是一个只说不做的空词，要从生活中的一举一动做起：遵守公共秩序，在公共场所不乱放鞭炮，不喧哗；爱护公物，不乱涂乱画，爱护树木，绿化环境等等，这些都是爱国的具体行动。现在你一定知道了，爱国就是在我们所作的一点一滴中体现的，无论何时，无论何地，我们都应

该把祖国放在自己的心中，做一个合格的小公民！

亲爱的老师、同学们：

大家好！

今天我要演讲的内容是“我爱祖国”。

“起来，不愿做奴隶的人们……”每当雄壮的国歌在我耳边响起，鲜艳的国旗在我面前缓缓上升时，作为一名中国人，我总是感到无比自豪！

有多少人身在异国，心却留在遥远的祖国而奉献了他们的一生；有多少人手中的笔写下了一句句赞颂祖国的诗句……那是因为他们无论在何时，无论在何地，心中都有一个神圣的名字，那就是“中国”！

我们在星光灿烂下倾听时代的钟声，我们在漫长的夜里等待新的一天。多少次，我们心潮澎湃；多少次，我们辗转反侧；那是为了等待不同寻常的一天——新中国的诞生！

亲爱的同学们，染个我们把真情捧出来，把赤诚捧出来。化作长城上的一块砖，化作长江里的一多浪花，化作昆仑山上的一朵白云，为了祖国美好的明天，努力吧！

我爱祖国，也爱祖国的大自然的风景。

我不仅爱祖国的山河大地，就是一草一木，一花一石，一砖一瓦，我也感到亲切，感到值得我留恋和爱抚。

且不要去说什么俄罗斯的森林，英吉利的海，芬兰的湖泊，印度尼西亚的岛了。咱们中国自有壮丽伟大的.自然图景。

我爱我们祖国的土地！狂风曾来扫荡过它，冰雹曾来打击过它，霜雪曾来封锁过它，大火曾来烧灼过它，大雨曾来冲刷过它，

异族奴隶主的铁骑曾来践踏过它，帝国主义的炮弹曾来轰击过它。不过，尽管受了这些磨难，它还是默默地存在着。一到了春天，它又苏醒过来，满怀信心地表现出盎然的生意和万卉争荣的景色。

祖国的山对我们总是有情的。我们对它们每唱一首歌，它们都总是作出同样响亮而又热情的回响。

我爱祖国的劳动人民，是他们开辟荒野，种出粮食，挑来河水或井水把我哺育长大。

我怀念我的母亲。她用她的乳汁喂养我，她用大巴掌抚摩我的头。直到今天，我的身上还能感到她怀里的体温。

我爱祖国的文化。有时我朗读中国诗歌中的名句，体会到其中最细微的感情，捉摸到其中耐人寻味的思想，想像到其中优美的图景，感触到其中铿锵的节奏、婉转悠扬的韵律，领略到其中言外的神韵。当我读到得意的时候，就不觉反复吟哦，悠然神往。当它触动到我心灵的襞褶的深处时，我就不觉流下了眼泪。

我爱祖国的语言。它的每一个词每一个字，都同我的生活血肉相连，同我的心尖一起跳跃。

从最简单的一句话中，我可以联想到一长串的人物的画廊，联想到一系列的山川、树林、村舍、田野、池塘、湖泊。

我曾经远离祖国几年。那些日子，我对祖国真的说不出有多么的怀念。这怀念是痛苦又是幸福。痛苦，是远离了祖国的同志、祖国的山川风物；幸福，是有这样伟大的祖国供我怀念。

祖国的大自然经常改变它的装束。春天，它穿起了万紫千红的艳装；夏天，它披着青葱轻俏的夏衣；秋天，它穿着金红色的庄严的礼服；冬天，它换上了朴素的雪白长袍。大自然的季

节的变换，促使着新生事物的成长。

2. 逐梦路上演讲稿爱国篇
3. 九一八事变演讲稿400字
4. 2017最新我爱祖国演讲稿大全
5. 保护地球的演讲稿400字
6. 关于安全的演讲稿400字范文
7. 保护森林的演讲稿400字
8. 筑梦路上演讲稿400字
9. 班长优秀发言稿400字

养老演讲三分钟篇三

大家好！

同学们，你喜欢自己吗？你对自己满意吗？你很羡慕某些人，甚至愿意自己也成为他吗？如果你对自己有疑惑，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，都有自己的价值与意义，别人可以比我好，也可以比我差，但没有人可以取代我。

健康的我们，更要学会容忍自己的不足和缺点。俗话说人无完人。正因为这样，我们才要不断学习、不断提高自己。如何在正视不足和缺点的前提下，采取积极的行动来弥补不足、克服缺点呢？一方面要正确和别人做比较，认识到自己在群

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己。不要老觉得“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己的闪光点：学习好的可能体育不如你，书法好的可能学习不如你，不要一味给自己挑毛病。既能够看到闪光点，也能够看到不足之处，对自己的认识才会全面，才能更好的取长补短。

“基础不好没关系，只要我每天都有进步，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：我的人生是非常有价值的，我是最棒的！

谢谢。

养老演讲三分钟篇四

大家好！

大家都知道，由于人类向自然界过度的索取，已经导致了大自然无情的报复：飓风、暴雨、暴风雪、洪涝、干旱、虫害、酷暑、森林大火、地震等灾情不期而至，全世界因干旱等原因而造成的迁移性难民预计到20xx年达到1亿人。

惨痛的生态教训，已经引起世界各国和全人类的重视，国际奥委会评估团视察申奥城市，就把生态环境改善列为其中重要的内容。我国高度重视环保工作台，先后出台了许多保护环境的政策和法规，开展了许多保护环境的工作和活动。

我国同时也非常重视保护环境的教育，“绿色学校创建活动”就是其中重要的内容之一，我校的环境保护和绿化工作已取得丰硕的成果。

我们经常看到许多同学在校园里的各个角落捡拾果皮纸屑；用自己的双手去保护校园环境的优美。但是，我们仍然存在着一些不足：仍然有人乱丢纸屑、食品袋废弃物；仍然有人在草坪上肆意践踏；学校的绿化带中，不时发现有深深的脚印、有的地方甚至走成了小道。

同学们，我们是21世纪的主人，环保意识是现代人的重要标志。我们应当切实地树立起时代责任感。心系全球，着眼身边，立足校园。多弯弯腰捡捡果皮纸屑，首先是不要随地乱扔乱丢；多走几步，不要穿越绿化带，践踏绿地。“勿以善小而不为，勿以恶小而为之”，从我做起，从小做起，从身边做起，从现在做起。保护地球母亲，净化绿色校园。让我们的校园更加美丽吧！

我的演讲完毕！谢谢大家！

养老演讲三分钟篇五

大家好！

今天下午活动时间，我们要在会议室召开绿色环保和安全的演讲会，这次活动是我一手设计的，从开始排版，到和校长主任洽谈，都是由我负责的！

就因为这次活动，耽误了我不少的课程，老师不满，妈妈生气，各方面给了我不少的压力。但是我顶住了各方面的压力，在重重困难下完成了这次的活动任务！

我在这里告诉老师，您放心吧！我不会让您失望的！告诉妈妈，我要学习活动两不误，要把我该做的事做好，做什么都要有始有终，您不要责怪女儿，您的唠叨女儿会记下的，一定要听您的话好好学习，把丢掉的时间补回来，一定不会让你失望的！老师和妈妈的责怪我都能理解，她们是怕我因为这次

活动影响了我的学习。所以在接下来的日子里，我一定要把耽误下的功课补回来，做老师的好学生，做妈妈的乖女儿，让老师满意，让妈妈放心，做一个完美的自己！

敬爱的老师、亲爱的伙伴：

大家好！

我叫梁创官，今天我第一次站在讲台上演讲，而第一次演讲就是竞选班长，此时此刻我很激动，也很紧张。班长是一个许多同学向往的'职位，需要一个有能力有爱心的人来担当，我相信我有这个能力。我在一二年级都当过班长，大家是不是继续给我这个机会呢？让我童年的日记里留下为全班同学服务的无比美好的回忆吧！我热情开朗、热爱集体、团结同学、拥有爱心。我的缺点是看不起差生，不爱听别人对我的劝告，在未来的日子里，我将改掉这些毛病。

假如我竞选成功当上班长，我将用旺盛的精力、清醒的头脑来做好这项工作，我将举办一系列活动如朗诵、演讲等等，当然还有很多我就不多说了。我想我们都应该当个实干家，不需要那些美丽的词汇来修饰。假如我落选了，说明我还有许多缺点，我将继续自我完善。

同学们，信任我、支持我，请投我一票，谢谢大家！

满山的桃花、碧绿的田野、金灿灿的油菜花望不到边际，农民，您用那粗壮的双臂换来我们的美食，您用汗水浇灌了我们的身体。

当你坐在小汽车享受个人的流动空间，当你坐在巴士享受公众的效益，当你坐在远行的大船享受旅途的潇洒，当你飞入蓝天把世界变小，您可知道劳动的美丽。

当你走进饭店、走进商店、走进繁华的商业区，你可知道服

务的辛苦，站了一天的腿还是那样站立。

当你走进学校，你可看见知识的闪光，你可听到书与人的交流，你可闻到老师的汗水，知识变的劳动更加的伟大无比。

当你一切容入了社会，周围的一切都是平凡的劳动所给予。

生活是如此的美好，人类是如此的进步，一切的一切无不来自于我们的艰苦劳动、平凡的劳动，劳动是那样的默默无闻。

劳动创造了历史，劳动创造了未来。在新的五一国际劳动节到来之际，让我们赞美劳动最美丽。

养老演讲三分钟篇六

大家好！

人生是一场新长征，理想在跋涉中不断上升，激情在新长征的路上升腾，坚毅是人生的资本，自信是人生的潜能，奋斗是理想不灭的源泉，困境是人生一道别致的风景，而坚持的精神则是人生中共度风雨的伙伴。

从古至今，无数伟人用他们的坚持书写了绚烂多姿的篇章，我们虽是无超能力的平凡人，但只要勇于尝试，不放弃每一个机会，终有一天，我们的奋斗也会插上翅膀，变为天空中的风筝，飞向远方。

拿破仑曾说：“世界上有两种力量，一种是利剑，一种是思想，而思想最终战胜利剑。”不懈坚持就是比利剑更坚硬的思想。

谢谢。

养老演讲三分钟篇七

大家晚上好!

大学生活是多姿多彩的，但也需要我们去把握和深入体会。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，你可以选择平凡，但却不可以选择平庸；可以的话，相信谁都想不平凡。那么，怎样才能使自己的大学生活充实有意义，怎样做主自己的大学生活呢？我随便谈谈个人的几点观点。

首先是要确立目标和计划，放远目光。古人有“志当存高远”，毛泽东也有“风物长宜放眼量”。没有目标便没有前进的努力方向，也毫无动力可言。计划目标，又可分为近期和远期。如近期我要看完多少本书，这一个月我要学懂什么知识，假期有什么实践打算等等。远期的如：争取毕业前拿到自考文凭，人际关系网应该多大，实践能力应有达到怎样的程度等等。而且，目标的实现又是一个个小怒表实现的连贯过程。如一天记5个单词，到考前便可记到很多。但，这需要坚持和毅力。

第一，是要放远眼光，是指不被暂时的情绪和心情所拖所沉溺，要成就大事业，就必须大事抓紧，小事放松。如，不要被上网玩游戏等所带来的满足感所一直沉溺，孰不知，暂时满足的背后的更大的空虚。相信大家都有这种体会。

第二是树立就业危机感。我们总是在怪自己自己控力不强，没有上进的动力。孰不知是自己的意识上没有清醒。有人会说：“爱情是学习的动力”或“家境贫穷的学习的动力”等等。其实，从直接意义上来说，就业危机感才是也应该是我们上进的动力。我自己常想自己毕业以后究竟能干什么？又多从报纸杂志上看到目前就业形势的异常严峻，所以心里很是后怕。有人说目前找工作：要么有关系，要么有文凭，要么有才能(技能)。而我们呢？文凭，只是大专；关系，相信在坐

的. 大部都没有什么关系。所以，我们唯一的出路便是要有什么才能。而这，就要问问自己：你学到了什么，你掌握了什么？现在的问题不是我们不知道学什么，而是我们不想学。

第三，是要学知识与发展能力并举。以前是重知识而轻能力，但现在不同了，恰相反，由于社会上影响，文凭要求的适当下降，所以现在的很多大学生纷纷跑出外面找兼职。如果他们是在不影响学习的前提下去的，那没话说，反而应该提倡。但他们有些不是，为了一份端菜的服务生工作，不惜请假旷课，晚自习也不上。我身边就有这样的现象。现在，出现了这样一种错位思潮，就是，在职的机关企业工作人员，纷纷利用业余时间”充电“，而在校的大学生们却纷纷跑到社会兼职。我觉的应该纠正这种思潮，归位。

此外，还有，就是，要多看看书和报纸杂志。了解最新社会动态，知晓国家大事，掌握第一时间的时政经济新闻……是的，这不仅对我们以后找工作容易有帮助，而且对我们本身的工作也有帮助。广告是一们综合边缘性学科，我们做为未来的广告人，就应该博学，什么都应该了解一下，并且要有重点地突出模些领域学科！

好了，我今天的演讲也到此为止了。最后，只上一句话：”路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。“是的，送给我自己，也与大家共勉！