

# 高中分钟演讲 高中三分钟演讲稿三分钟演讲稿(汇总5篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编为大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 高中分钟演讲篇一

今天是我课前三分钟演讲的时候了。在基督降生320xx年以前，有一个古希腊大政治家，雄辩家，是一个真正变态的家伙，不信，请允许我用他真实的经历给你们一一介绍！

德摩斯梯尼天生就是一个声音微弱、吐字不清而又气喘的人，（可以想象，他真是可怜！）尤其是“r”这个字母，他怎么说也说不清楚，而且他的发音比刚学会说话的小孩还更糟糕！

当他站在台上面对听众演讲时，他经历了无数次的失败，尤其是在他第一次尝试演讲时，他的语句全混乱了，听众们都放声大笑。为了提高自己演讲能力，他特意挖了一个地洞，每天在里面练习他的声音，和演说的姿势，他还将自己的头发剃去了半边，以此来控制自己想上街的欲望。德摩斯梯尼的坚持终于取得了成果，他成为了自古以来古希腊最伟大的演说家之一。

这个故事告诉我们，一个人的缺陷有时就是上苍给他的成功信息的暗示，一个人的弱点可以成为他一生中最大的激励因素，也可成为你消沉胆怯的借口。当德摩斯梯尼在含小石子时，当他在海边、在洞坑里的时候，心里肯定依旧在想，我要变态！我要超越常人状态，在几十年后，他将会说：“如此的这种的变态，怎么可能不成功？！”

爱迪生在发明灯泡的过程中，经历了1万多次的失败，；可口可乐公司开张第一年反销出了400瓶可口可乐；创立迪士尼乐园的沃乐特？迪士尼在报社工作曾以“缺乏创意”被开除；超级球星乔丹曾被所在的中学篮球球队除名；瑞弗。约翰逊，十项全能的冠军，有一只脚先天畸形。

当他们完成了各项伟业的时候，他们一定会说：如此的这种变态，怎么可能不成功？！

## 高中分钟演讲篇二

老师们，同学们：

早上好！

今天我课前三分钟演讲的题目是《成功在于坚持》。

首先我想与大家分享一个有趣的故事：这个故事发生在古希腊。开学第一天，大哲学家苏格拉底对学生说：“今天咱们只学一件最简单也是最容易做的事。每人把胳膊尽量往前甩。”说着，苏格拉底示范了一遍，并要求学生们从今天开始，每天做300下，学生们都笑了，这么简单的事，有什么做不到的！可过了一个月，苏格拉底再问学生们，能够坚持下来还有90%。又过了一个月，坚持下来的学生只剩下八成。一年后，苏格拉底再一次问大家，这时，整个教室里，只有一人举起了手。这个学生就是后来成为古希腊另一位大哲学家的柏拉图。

这个小故事所蕴含的深刻含意是显而易见的，的确，我们干什么事，要取得成功，坚持不懈的毅力和持之以恒的精神都是必不可少的。成功之路，贵在坚持。谁能坚持到底，谁应能获得成功，众所周知，贝尔发明了电话，可他所做的仅仅是将电话中一个螺母转动了4.1周，而之前的大量工作是由爱迪生等科学家完成的。双方为此走上了法庭，法庭最终将

发明权判给贝尔。原因是爱迪生等科学家虽然做了大量工作，但还是放弃了对电话的研究。可贝尔没有放弃，正是那4.1周，使电话有了实际用途，爱迪生等科学家并非没有那个能力，只是在发明电话时缺少了一份坚持，才会与成功擦肩而过，有许多伟大成就都正在于一份坚持。

谦虚可以使你永远把自己置于学习的地位，并有助于发现他人的优点。但是，谦虚决不是客套与虚伪；不是遇到工作时的退缩与推委；更不是所谓的深藏不露。如果有机会需要你发挥自己的能力，而你也拥有这样的能力，你必须知难而进，当仁不让，决不能把谦虚作为推卸责任的借口！

九十九度加一度水就开了。开水与温水的在于这一度之差。有些事之所以天壤之别，往往也正因为这一度之差。同学们，当困难拌住你成功脚步的时候；当失败挫伤你进取雄心的时候；当负担压得你喘不过气的时候，不要退缩，不要放弃，一定要坚持下去，因为只有坚持不懈，才能走向成功！

谢谢大家！

### 高中分钟演讲篇三

我会想起“未来”“期望”“美好”“努力”这四个词。

梦想，它是对未来的期望，它比现实更加美好，但却需要更大的努力与付出。梦想，它不像白日梦那样遥不可及，只要你努力就有可能办到！梦想，我相信只要是一个有知识的人就会有梦想。可是有些人，只是嘴上说说要努力学习实现梦想，可自己却在冥冥中慢慢退步，最后说“我不想实现梦想了”。梦想它不是你偶尔做一做作业，偶尔上课听听讲，偶尔举手回答问题就能实现的，它必须要通过自己的努力才能实现，那些实现了自己梦想的人，他们在背后付出了多大的努力，流下了多少泪水和汗水才实现了梦想，实现梦想，并没有那么简单。

梦想它没有大小之分，不管是探索宇宙的奥秘，保护地球，教书育人，还是救死扶伤等等，都是一个梦想。它值得人们为了这个梦想不断去努力，只要肯努力，梦想就会开出绚丽的花朵，自己的心中也会绽放出耀眼的光芒。

梦想是属于自己的，这个梦想，是在你坚持了几年，几十年才完成的，无比珍贵。首先我们自己先要清楚，我们的梦想是什么。我们做了这个职业，能为祖国做些什么，做出哪些贡献。

比如现在的人气小偶像tfboys[]20xx年出道的一个组合，首先是大哥王俊凯一人担任，后来加入王源，易烊千玺组成了tfboys[]我们在电视上很容易看到他们那三个小男孩，他们仅仅出道了1年，人气就直线超过了韩国明星，他们只是14、15岁的小男孩，许多人发出疑问，他们凭什么这么红？他们只出道了一年，演唱了许多歌，发表了许多专辑，参加了杂志拍摄，代言真知棒，热力赛车，雅客食品，在快乐大本营上登台演出等。你们只是说他们凭什么这么红，有的说是因为队长王俊凯家里是富二代，所以他们会红，但是你们有想过他们在背后付出的所有努力和汗水吗？在新闻当事人中，我们可以清楚地了解到他们的日常生活，和在红之前所有的训练。有一期里，我们可以看到大哥王俊凯和队员王源在训练拉筋的时候是多么痛，甚至哭出来，但是他们依旧没有放弃！不管路途有多遥远，王俊凯家离训练的地方很远，他每天早晨六点就要起床去训练，几年中，不管春夏秋冬，他都只有一次因为天气太冷而迟到过一次！那时他才11岁！同龄的孩子里，没有几个像他这样为了一个梦想努力的吧！在tfboys三人共同的努力下，他们成功的实现了自己的梦想！成为了一个歌唱和舞蹈都行的全能idol[]

同学们，每个人都有梦想，不管大或小，不管崇高或平凡，双目失明的人，梦想着看到春天那一缕阳光，双耳失聪的人，梦想着听到夏天那一声蝉鸣，不能说话的人，梦想着诉说自

己的心事。不能走路的人，梦想着踏上祖国那肥沃的土地。梦想让自己的人生有了意义，让生命有了目标。假设我们都没有梦想，那我们会是什么样的？可想而知。

我自然也有一个梦想。那就是去教书育人，当一名老师。每当我在电视上看到那些贫困山区的孩子们每天起早贪黑、跋山涉水去学习的时候，心里不由得涌出一股暖流，心里想：我以后一定要成为一名老师，不让那些孩子们那么辛苦！让那些想学习的孩子走出贫穷，走出大山，来到这美丽的城市，不用再走那危险的山路，让他们来实现自己的梦想。教师虽然只是一个普普通通的职业，但在我心中，却是一个很光荣的职业，令我自豪的一件事！因为在我的教育下，会有更多爱学习的孩子，我会为国家培养出更多的人才！

同学们可能会问，实现梦想很难吗？其实，梦想并不是那么高不可攀的，只要同学们循序渐进，制定出可以达到的目标，一点点的来努力，不断奋斗，相信你们最后都能到达终点。即使实现梦想的道路很艰辛，也无所畏惧，直到梦想成真。同学们，我们不仅要有梦想，更要时刻鼓励自己去实现梦想，每个人心中都有一股向上的力量，梦想就像一个指南针，把你引向正确的方向，走上成功之路！

梦想是平凡生活中的等待，梦想是奋斗路上的执着，梦想是漫漫长夜里的一丝光明。梦想不是一下就能实现的，难免遇到挫折，但只要我们克服困难，继续前进，一定能实现梦想！让我们一起为了梦想努力，一起实现梦想吧！

## 高中分钟演讲篇四

从儿时的牙牙学语到此刻的辩论辟谈，晃晃而悠的时间，在日新月异中流逝，消散。可梦想却在这摸不着的淡忘中扬起风帆。有位哲人说过：“梦里走过许多路，醒来却还是在床。”他形象的告诉我们一个道理：人不能躺在虚幻式的梦想中生活，在梦想中等待新的开始不仅遥遥无期，甚至连已经拥

有的也会失去。朋友们，你们是否也在虚幻式的梦想中徘徊呢？人的一生要有所追求，要有属于自己的人生梦想，人生目标。前人说得好：有志者立长志，无知之人常立志。那些无志之人将自己的蓝图构画的十分完美，但却不付诸行动，不去努力，或者只是三分钟热血，那么最终也只能使空中楼阁，海市蜃楼罢了！

我们早已告别无忧无虑的儿童时代，步入了少年，今天的我们充满力量，充满志向，充满希望。如今，我们有必要去好好规划一下我们的人生，为自己，为父母，为我们明天的生活去努力，去奋斗。别再犹豫，别在徘徊，时光在流逝，青春就在我们手中，抓住这短暂即逝的光阴，珍惜这来之不易的生活，为生活，为梦想去拼上一拼！

列夫托尔斯泰把人生的梦想分成一辈子的梦想，一个阶段的梦想，一年的梦想，甚至一天，一小时，一分钟的梦想。如果我们也能按照这样的模式去规划我们的梦想，每天进步一点，那么你会以最短的时间，最高的效率实现你的目标，实现你的梦想。但是，要知道机会永远是留给有准备的人的。的确，青春是资本，但是如果你不懂得珍惜，不去把握，时不待人，稍纵即逝，终将一事无成。我们的人生只有一次，青春只有一次，它禁不起挥霍，它终将逝去。人生就如同一个坐标，时间是纵轴，梦想就是横轴，人生的目标就在这个坐标中移动，不要怕输，青春是永不服输的，只要你去行动，只要你肯努力，梦想终究会实现！

在自己的世界里，到底什么才是你的梦想呢？梦想不能说，会破；梦想不能碰，会痛；梦想不在前方，在以往；梦想不在水面，而在深埋藏；有时候梦想不是物质，而是精神；有时候梦想不是炫耀，而是远离尘嚣；有时候梦想不是为了自己，而是心中所想到的人；有时候梦想不是生前，而是死后；曲终了，人散了，梦想就出现了；酒醒了，心碎了，梦想就清晰了；坚持了，熬过了，梦想就实现了；去过了，看见了，梦想就放大了；梦想不是回忆，是努力，是努力了创

造活着的意义；梦想不是忍受是怒吼，是决定在明天不等待；梦想不是服输，而是挣扎，然后活得更潇洒；梦想不是保守，而是愿意付出任何代价，然后分享给大家；原来梦想不是孝顺，而是有时间去陪伴；原来梦想不是溺爱，而是有能力去关怀；原来梦想不是争辩，而是会心一笑；原来梦想不是来自光明的动力，而是常常来自于阴沉的激励。

昙花苦等十年，只为一现，甘愿承受长久的寂寞；雄鹰苦练十年，只为搏击长空，毅然接受了严峻的考验；彩虹苦经风雨，只为展现自己，甘愿经受风雨的洗礼；流星放弃生命，只愿瞬间永恒，宁可付出沉重的代价。梦想，一旦付诸行动，就会变得无比精彩。人生道路漫长，也有铺满鲜花的日子，也有阴雨连绵的时候，有掌声环绕的日子，也有独自一人寂寞的时候，当我们不可避免地遇到挫折和困惑，走到人生的低谷，我们唯一的办法就是调整好自己的心态，坚持自己的梦想与信念，继续向前走。林肯说过：“每个人都应该坚韧不拔，百折不挠，勇往直前的使命感，努力拼搏是每个人的责任，对于这样的责任感，我们应该怀有一种舍我其谁的信心，毅力与信念。

海阔任鱼跃，天高任鸟飞。每个人都怀揣着属于自己的梦想。然而，什么是梦？什么又是梦想？梦是期待，而梦想是坚强——是你把飘渺的梦坚持作为自己梦想的勇气与执着，是你对自己负责的最高境界。但扪心自问，我们有多少人能够成就自己心中最初的梦想？我们的梦想，是一个简单的信念，是一份对自己未来与生命的责任。也许，是二十岁的豪情壮志；也许，是青春期的迷茫与冲动；也许只是一份平淡的渴望，渴望掌声，渴望成功。无数的“可能”，无数的“希望”，以为我们的青春岁月充满奇迹，我们心中大大小小的梦在生活中的每一个角落弥漫芬芳。亲爱的朋友们，回眸自己的一路成长，还记得每一个梦想带来的悸动吗？让梦想从心灵起飞，让梦想在岁月的海洋中扬帆起航！

## 高中分钟演讲篇五

亲爱的`同学们：

大家下午好！

我是高二班的×××，此时此刻，作为“进步生”代表发言，我感到非常荣幸。首先，请允许我代表在本次考试中取得进步的同学，对学校 and 辛勤培育我们的老师，以及支持帮助过我们的同学，表示衷心的感谢和诚挚的敬意！是你们给了我们发挥才能的空间，是你们给了我们知识和勇气，是你们给了我们无限的关心、爱护和支持！

我在这次考试中，取得了不错的成绩，在年级进步了将近二百名，而且进了班里前十名，这是我自上高中以来取得的最好名次。

我认为优秀成绩的取得，不是由于偶然，而是刻苦努力的结果。自从上高二以来，我感觉自己的心态比高一平稳了许多，不在整天想着放假，二部分精力放在学习上。我每天学习的时间抓得很紧。我认为一天有两个时间段是很重要的，一个是中午吃完饭到上午自习的时间，二是晚自习下课到就寝的时间，加起来大约有一节课。我每天就是抓住这两段时间，学习成绩才有了较大提升。这说明了一个道理，付出越多收获越多。希望大家能为将来的收获付出现在的汗水。

从高二的学习方法中，我总结了几条学习方法，在这和大家分享一下，希望能给大家一些帮助。

1、抓课堂效率。

理科学习重在平日功夫，不适于突击复习。往常学习最重要的是课堂45分钟，听讲要聚精会神，思维紧跟老师。

## 2、抓作业质量。

所谓高质量是指高正确率和高速度。写作业时，有时同一类型的题重复练习，这时就要有意识的考查速度和准确率，并且在每做完一次时能够对此类题目有更深层的思考，诸如它考查的内容，运用的思想方法，解题的规律、技巧等。

## 3、抓思考提问。

首先对于老师给出的规律、定理，不仅要知“其然”还要“知其所以然”，做到刨根问底，这便是理解的最佳途径。其次，学习任何学科都应抱着怀疑的态度，尤其是理科。对于老师的讲解，课本的内容，有疑问应尽管提出，与老师讨论。总之，思考、提问是清除学习隐患的最佳途径。

## 4、抓课外练习。

课余时间对我们中学生来说是十分珍贵的，所以既要抓课外练习，又要少而精，只要每天做两三道题，天长日久，你的思路就会开阔许多。

以上是我的几点学习方法，方法固然重要，但刻苦钻研，精益求精的精神更是不能缺少。只要你坚持不懈地努力，就一定可以学好知识。

常言道，”一分耕耘，一分收获。”有了辛勤的劳动，我们才会有成果，不劳而获的事情是不存在的，因为只有我们勤奋学习，我们才能实现自己的目标，在追逐梦想的舞台上一显身手。在学习的道路上我们只有勤奋踏实的将一点一滴的知识掌握，才能最终走向成功。

同学们，让我们记住这几句话吧：成功永远属于珍惜时间，爱惜光阴的人；属于脚踏实地，一丝不苟的人；属于坚持不懈，持之以恒的人；属于勇于探索，勇于创新的人。！在以

后的学习中，希望我们大家能够共同学习，共同进步，共同提高，为学校的明天共争荣光！

谢谢大家！