

2023年三分钟演讲稿 三分钟精彩演讲稿(大全14篇)

通讯稿是一种传达信息的重要方式，它可以快速准确地传递消息，是现代社会的不可或缺的交流工具。这些讲话稿范文展现了演讲的力量和影响力，对于我们提高演讲能力非常有帮助。

三分钟演讲稿篇一

成功者的人生价值，表现的也不会是完美的，而成功者也是本着自我朴实的本性而生活着，他们在自我人生舞台上表现出来的的是他自我的举止，他们从不自以为是这个世界上的骄子。其实人生价值无需轰轰烈烈的做什么大事，只需要适合于自我的工作场所，尽善尽美做出自我的事情，结出丰硕的果。无悔吾心。一个人的躯体终会解散，变成尘埃滚滚、清风缕缕，但他在这个世上的行动造成的影响是不会消失的，他或好或坏的行为必竟开花结果，影响后人。每个人都有肩负着极其重要并且庄严的使命——他的价值继承着过去，开辟着未来。

在这个世界上，平凡的人活得最实在，平常人的一言一行有时能改变一个自认为价值观成功者，不可否认，价值观成功者善于思考、学习、谦虚、进取、创意精神强于一般人，他优秀之处与众不同。

自我的价值如何体现，怎样做才能准确阐明自我的人生价值，是轰轰烈烈做一番业?还是创造出巨大的财富?或是实实在在做好本能的事情?不一样人的价值观反应出不一样结论，不必苦恼、沮丧、悲观、走出自我，能生存本身就是一种价值的体现。

感激启悟下的自我，珍惜手中的拥有，把握生命，尽所能完

善自我价值的实现。

谈起价值，每个人都会有自我的感受，所经历的过程、一些事、结果、看法、体会各不相同，这是个人的个性所在，共性是都在实践中找到自我，守住一个宝贵的人生信条，并持之以恒下去。人无完人，你就是你自我，做大事做小事必须有真正的自我，好高骛远、弄虚作假那就失去了自我的价值。

在体现自我价值的同时，能帮忙一些人做一些事，在你那里可能是举手之劳，而被帮忙的人可能因得到你的帮忙而会扭转他的人生命运，此时，你会踏实在你的步骤中，不需要多么的高尚，和获得别的人称美，实实在在尽自我的本事，是最好的证明，你的价值充分体现着你是一个这样的人，一个创造价值的人。

其实每个人应量力而行，恰到好处，当行则行，该止则止，价值过分则成谬误，压力职责过一分则会把生命压垮，找一个临界点告诉自我，实实在在做人，诚实自我的价值，切不要和别人比，自我和自我比，不要把自我当成一个超负荷运转机器。虽然自我每一天做的全是小事，但你做好也是在说明你的价值的体现。

亲身体验价值的存在，才会感到价值应有的作用。外来挑战虽然严酷，但不管你能不能克服，总有过去的时候，此刻对你造成威胁的事件，以后未必还会存在，能够从中找到原因，从头再来，一点一点来实现你要实现的目标，内心的自我永远不会消失，相信自我，增添自信，如果做事缺乏自信心，这一生就不会摆脱它的控制，价值也在失败中无所收获。

无论大事还是小事，自我有自我的特质的地方，而这些特质又是别人无法模仿的，也不必非得来你能做得了的事。有时，价值的欲望无止境，常常会忘记价值实现时的欢乐时光，偶尔想起刻骨铭心价值的失败，会心疼，其实应让欢乐的心境常驻心里，来抵抗外在的干扰，价值在自我身上体现多少，

就满足多少，坚持愉快平和的心态，做起事来才会成功。

三分钟演讲稿篇二

尊敬的领导，亲爱的朋友们：

大家好！今天我演讲的题目是《人生价值》

“人生自古谁无死，取丹心照汗青”，文天祥面对敌人，毫无畏惧的发出这人生的感慨，不仅如此，这更是一个民族的呼吁，一个世纪的雷鸣，一个时代的强音。他视死如归，舍小家而顾大家，让我们敬意尤佳。

人活着，就要有所作为，干出一番事业来。人生，并非一场梦、一把赌局，它蕴含着很深很深的哲理，只要你肯去深究，它就会使我们的一生得以充实。如果这样，雷锋同志可能会说是“无限的生命”吧！

“为人民服务”，是的，张思德同志虽然早已离我们而去，但他仿佛在另一个世界里继续着另一段人生。他时而冷淡一笑，时而转身一瞥，时而摸摸额头，时而内心流泪。

武警战士哭了，是因为他没有见到妻子最后一面。我们永远铭记着他：他用实际行动践行着一个当代军人的核心价值观，谱写了一曲悲壮而豪迈的人生之交响曲。当小林浩举起手向消防叔叔行礼的那一刻，全国人民震惊了，世界人民震惊了。看啊，这就是炎黄子孙，我们为他的所作所为而感到骄傲。

郭明义叔叔，杨善洲爷爷，他们身上镀了一层人生本色之漆，他们甘于奉献，兢兢业业，以此自终，却从来没有想过图任何私人利益。

当这一切的一切发生之时，无不体现出一种人生价值观。对于我们来说，做一个有利于社会、有利于人民、有利于国家

的人。这就要求每个中国人，必须从现在做起牢固树立正确的人生价值观。

昨天永远属于昨天，今天就在脚下。让我们高举人生价值观之旗帜，寻找人生之航线，方显人生之本色，勾描人生之蓝图，为体现当代中国人的人生价值观而不懈努力、奋斗！

三分钟演讲稿篇三

大家好！

以前，我总为我的父亲不满意，别人的父亲是个大企业家，大老板，有学问有才华的人，而我的爸爸却是做装修的。

爸爸不光乐于助人，而且什么都会做，上回科技课要做实验，我花了半天做了那个实验，却怎么也做不出来，正在我灰心丧气的时候看到爸爸，就仿佛见到了救心，便请教爸爸，爸爸便耐心地指导我。后来，我做的是我们四人小组中做的最好的。这还要归功于爸爸呢。

别看我爸爸是个五大粗，可是爸爸他闲的时候都帮妈妈做家务，他炒的菜可是一流的，做的是色香味俱全。

自从大伯来之后，有空的时候还和大伯吟诗作对，我为此对爸爸刮目相看。啊，我为有这样的爸爸而感的自豪。

三分钟演讲稿篇四

尊敬的各位领导、各位老师：

大家好！

当我一次次看着初升的太阳，一次次看见花儿娇艳的笑脸，一次次听着小鸟的纵情歌唱，我为我是名幼儿园教师感到骄

傲和自豪，我为选择了这份太阳底下光辉的神圣职业无怨无悔。

孩子，我爱你们！我的梦境，有你们而美丽多彩。我的心情，有你们而舒畅明亮。我的灵魂，有你们而纯洁高尚。

孩子，我爱你们！在美丽的童话世界里，有我——你们的老师和妈妈，有你——天真活泼、顽皮淘气的叽叽、喳喳们。我们在一起，相亲相爱、甜甜蜜蜜走过生命中难忘的一段幸福时光。我们将做上爱海方舟，做上轰隆隆的大火车去看让我们心驰神往、留连往返的蓝蓝的天空、绿绿的草原、静静的湖水。然后，我领着你们穿越时空隧道，和你们手拉手走进神奇迷人的大森林，参加由森林之王虎爷爷举办的动物狂欢节。我们和美丽温柔的兔兔姐姐、诚实稳重的熊熊哥哥，和一大堆从四面八方赶来的小朋友们载歌载舞，我们的童心在愉快的歌声中放飞，我们的好梦在欢乐的舞蹈里闪亮。

孩子，我爱你们！在一往无际的知识海洋里，我们拥抱大海，和大海歌唱，和大海欢腾。我将满足你们的求知欲望，激发你们的奇思妙想，培养你们的学习兴趣，教会你们做人的道理。让你们每天都有一点一滴的收获，每天都有一言一行的规范。我将教给你们在寓教于乐中，学会一笔一画写中国字。我会告诉你们人字怎么写，告诉你们人字的结构是一撇一捺，相互支撑、相互依靠，从而教会你们明白团结友爱的道理。我会告诉你们天上因为有了太阳爷爷，地上才有了万物的生长，才有我们娃娃们的笑脸，从而让你们懂得亲近大自然、孕育一颗感恩的心。我还要告诉你们，一年有春、夏、秋、冬四季，教会你们用笔画出祖国的大好河山。告诉你们春天来了，草绿了，花开了。夏天来了，太阳大大的，天气热热的，在树荫下玩很凉快，还能听到蝉在树上的放声歌唱。秋天来了，大地金黄金黄的，农民伯伯在收割庄稼，把地里的粮食搬回家，脸上都堆着丰收的笑。冬天来了，雪花大大的，火炉暖暖的，我们的小脸红彤彤的。

孩子，我爱你们！我还会教会你们学到许许多多有用的基础知识，明白许许多多做人的浅显道理，掌握许许多多的基本生存技能。我感到欣慰的是，当你们将学到的春、夏、秋、冬四季变化和很多有趣的知识讲给爷爷、奶奶、外公、外婆听的时候，屋子里飘出一家人的笑声。爷爷、奶奶、外公、外婆都夸你有出息，有本领。感到欣慰的是在我的身边，你们围着我，向小鸟一样的，老师好！老师好的叫过不停时，我童年时代的思绪也被你们一张张充满童真稚趣的笑脸拉了回来。还让我感到欣慰的是，从你们身上，我看到了祖国更加美好的未来发展希望和勃勃生机。

孩子，我爱你们！作为一名幼儿教师，我真诚希望和欢迎更多的有志青年投身幼儿教育事业，用真情关注幼儿教育、用真心关爱我们的每一个孩子，让孩子们沐浴爱的阳光，在雨露滋润中春色满园，在祖国大花园里含苞绽放。

春种一粒粟，秋收万颗籽。国家发展的希望靠教育、民族振兴的希望靠教育。孩子，我爱你们！为表达我的此时此刻心情，我把我们幼儿教师亲手编织的爱心高挂在祖国的蓝天，算作我们献给天下孩子的一份礼物。让我们共同祝福我们的孩子在爱的怀抱里茁壮成长，祝福孩子们早日成为国家的栋梁，祝福我们伟大的祖国日新月异，更加繁荣昌盛。

三分钟演讲稿篇五

尊敬的：

读完《丑小鸭》这篇文章后，我懂得了“不能以貌取人”，不能嘲笑别人。

虽然有些人小时候长的难看，但她的心底善良、有智慧，长大也能变成一只美丽的“白天鹅”。也有些人小时候长的挺漂亮，像公主一样，可是她的内心恶毒，爱嘲笑别人，等到过一段日子，她就会一个朋友也没有，越长越难看，小时候的

“白天鹅”也会变成“丑小鸭”。

外表的美与丑只是人生很小的一部分。

我觉得虽然这篇文章的丑小鸭没有信心，但它还是很坚强的，它知道自己长的很丑，它知道朋友们不喜欢它，但是它没有想：“既然我自己长的那样的丑，既然朋友们都不喜欢我，我活在这个世界上还有什么用啊！”要是我是文章中的丑小鸭，那些小鸭子、小狗、小猫再嘲笑我，我会对它们说：“虽然我长的难看，但是我心底善良，坚强，总会有人喜欢我的。”

我们要向文章中的丑小鸭学习，不管别人说什么，你都要坚强，不要轻言放弃，我们也要懂得一个道理“一个人的美丑不在外表，美丽的真谛在于拥有一颗纯洁的心灵。”

谢谢大家！

三分钟演讲稿篇六

时间就像滔滔江水一去而不复返，可人们总是花费有用的时间做没用的事，总感觉时间还多不用担心，可你们知道吗，人生只有三天：昨天，今天，明天。昨天已经过去了，永不复返今天已经和你在一起，但很快就会过去。明天就要到来但不久就会消逝。只有抓紧这三天你才有可能成为新世纪的主人。时间就是生命，时间就是金钱，时间就是一切，只有把握住时间，时间才会为你效劳，如果你只会浪费时间，时间就会从你身边溜走。

珍惜时间吧，让我们成为新世纪主人，记住时间就是生命，时间就是一切。从现在抓紧时间吧！

三分钟演讲稿篇七

幸福是什么?幸福就是和自己最好的朋友一起玩、一起吃饭、一起打游戏。

有一次，我把自己的好朋友——马铭俊、朱衍冰和孙浩文请到家里玩。

我们先把家里的乐高拿出来拼，但快拼完时，有一个零件找不到了。我们四个东找找，西找找，怎么也找不到。就在我刚坐到沙发上的时候，“哎呦!”我大叫了一声，发现它就在我的手下面呢!我们三个看了看对方，傻笑了几下，一起把它装了上去。这时，我感到了一股幸福感迎面而来。

我们拼了那么久，肚子早已饿得咕咕叫了，我们就跟我爸爸一起去了一家饭店去吃午餐。

我爸爸生气地说：“老王啊!你还是没变，其他什么都好，就爱乱分析!他们中只有一个是儿子，剩下的都是他同学!”看着他们吵起来，我们也有说有笑地谈起来，又有一股幸福感涌来。

我们吃完了饭，一路小跑到了家。我爸爸一开门，我们就争先恐后地冲进了家门，拿出平板电脑，开始玩吃鸡。游戏开始，我们刚落地就死了。不过我们也很高兴，因为重在参与呀!我们又开始了第二局。

第二局我们玩的时间很长，当我在瞄一个人的时候。突然，我背后跑来一个人，幸好孙浩文来的及时，一锅就把他打死了，不然，我就变成“盒子精”了。我跟孙浩文说：“谢谢!”孙浩文说：“没事，我们不是好朋友吗?好朋友就要相互帮助呀!”我都快感动得哭了。

我们四个战胜了强大的`敌人，胜利了。我们知道了合作的重

要性，还共同感到了暖暖的幸福。

三分钟演讲稿篇八

亲爱的老师，敬爱的同学：

大家好！

今天中午午休的时候，我回到班上发现我的椅子居然被推了进书桌，摆放得整整齐齐，心想必定是哪位善意的同窗帮我放好了的缘故吧！当我还在后悔本人不做好的时候，我发明另一位同学的椅子也没放好，于是我急匆匆忙地走从前帮他放好椅子。我心里觉得一些的甜美。

在第一节课下课时，范老师望了望后门外的地位，又看了看我们。我顺着老师的眼光，也转头往后门看。哦，本来是值日生搞完卫生后将扫把跟垃圾铲放回指定的位置。在其余同学还没反响过来的时候，我立刻跑过去把它们放好了。范老师笑着说：“真棒！这么快就反映过来，去洗手吧。”我笑颜满面地答复：“嗯，这是我们应该做好的事情，这样能力为班级增光嘛。”后来，范老师为这件事在班上表彰了我一番，全班同学都热闹地鼓掌庆祝，让我无比激动！

这两个例子都阐明了细节十分重要，咱们在做事情时应当多留心一些细节是否做好了，假如疏忽了它，往往就会把办事的效力拖慢了，甚至可能把事件搞砸了。只有多留神细节的实现，才干获得更好的后果。

三分钟演讲稿篇九

大家好！

我想每个人都应该有一个目标，就像抉择一样。也许是想要尽快发财、也许是当领导、也许。无论是什么样的目标，我

们都要付出实际行动，而不要凭空想象，只有真正的奋斗过，认证的聆听过，才能真正的踏上成功的道路。

人们说：从前有一个充满智慧的教授和一位文盲相邻而居，他们的学历、地位和性格相差的太大，但是他们有一个共同的目标：如何尽快富裕起来。每天，教授都会傲慢的向文盲讲他的致富经，而文盲在一旁认真的聆听着，他非常钦佩教授，并且开始依着教授的'致富设想去实现。若干年后，文盲成了一个百万富翁，而教授还在空谈它的致富理论。一个人要想走向成功就要勇于设想，认真的聆听别人的经验，最重要的是要付出实际行动。如果这些你都做到了，那你就已经在成功的道路上迈出了一大步。

张海迪这个伟大的人物，她高位截瘫，但她并没有失去对生活的信心，失去斗志。虽然是一位残疾人，但她内心比正常人还要坚强。因此她被誉为“当代保尔”。面对残酷的命运时，她并没有选择退缩，而是发出挑战，她对生活充满信心。她没有像正常孩子一样，进入校园，她在家自学了小学及初中的全部课程，还自学了许多种外语，并攻读了大学硕士和研究生的学位。还翻译了许多作品，她才是一个真正的伟大的人物’。

张海迪与文盲的故事，让我深受启发，一个人如果有了远大的目标，就一定要为之奋斗，不要光说不做，要行动起来。如果心里只想：我要成功，我要成功，却不付出实际行动，那就永远也不会成功。

三分钟演讲稿篇十

各位老师、亲爱的同学们：

大家好！

初夏的五月，带着几分青涩。多彩的季节迸发出活力与活力。

怀着对未来完美的憧憬，我无怨无悔。

青春是人一生中最耀眼的光环，去追求感情、友情、亲情……去追求梦想，挑战的'不仅仅是自我，更是青春。

风华正茂的年龄，充满好奇，充满无限的活力，在风靡大陆的流行音乐时，有多少帅哥美女跳着街舞，舞出他们的人生，舞出他们的青春，让街舞在他们眼中绽放光彩。只要有梦想，去拼，去奋斗，青春才能无悔，才不会留下遗憾。

看过了《正青春》，让我真正感受到了青春的酸甜苦辣，爱的青涩，明白到了青春真正的意义。

谢谢。

此致

敬礼

三分钟演讲稿篇十一

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家好！

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。

谢谢。

三分钟演讲稿篇十二

大家好！

足球是我小学生生活中不可或缺的活动，是有益身心健康的体育活动项目。从小学一年级我们就开始练习足球技能，在足球训练中，我既感到了成功的快乐，又体会到练习的艰辛。

足球的技能是很多的，有：大腿颠球、脚背颠球、头球、脚内外侧倒球、踏球等许多技能。这些足球技能看起来简单，但做起来却十分困难，需要刻苦地练习，才能掌握这些足球技能。就说“大腿颠球”这一项足球技能练习吧，刚开始练习的时候，我只能颠一两个，感觉动作非常不协调，总学得球不听使唤，足球好像一只调皮的猴子，在我的腿上上蹿下跳，总是落到地上，有时球还磕到了我的脸上，我总是不停地捡球，一会功夫我已是汗水淋漓，精疲力竭。

我很困惑也很沮丧，我想，我到底到什么时候才能掌握这个足球技能啊？无奈，我请教了体育老师，老师一边耐心地给我做示范，一边告诉我：“大腿垫球”这个动作是需要两条腿互相协调才能颠得好。观看了老师的`动作，我发现球好像

有了魔力似的，老师一颠起球，就像铁片贴住了磁石，球在老师的腿上上下下跳动，就是不落到地上。

于是，我暗下决心，一定也要练得像老师那样出色。我利用休息时间，刻苦练习足球基本动作，我试着模仿老师的动作，可是一到左腿，总觉得不灵活，足球总是飞出去，动作缺少连贯性。于是我想先练习单腿颠球，等练习熟练再练习左右腿交替进行练习。渐渐地我找到一点规律：最开始颠球颠得不要太高，大腿要尽量放松，腿要尽量抬高，和地面呈九十度。虽然天气很热，但我仍然坚持着，两个。五个。七个。

我一遍遍练习，不停地捡球，不停地颠球，一会功夫衣服都湿透了，汗水几乎蒙蔽了我的眼睛，我仍然坚持着，最后我竟然颠了30个！这真是功夫不负有心人啊！通过练习足球技能，我感受到做什么事都不容易，需要有耐心，要持之以恒。不仅需要刻苦练习，还要讲究方法。在足球运动中，我不仅强健了体魄，同时也磨练了自己的意志，学会了许多足球技能，使我体会到成长中那无穷的快乐。

三分钟演讲稿篇十三

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xx子自己能够移山，弟xx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xx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，那么我们就改变自己。

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。

大家好！首先，我想问大家，您爱读书吗？相信多数人都不会给出肯定的答案。因为，我也爱读书。书籍——这一座智慧的殿堂，这一片思想的森林，这一片文明的沃野，包罗万象，藏珍蕴奇，怎能不使人心醉神迷，留连忘返？无论是朝霞灿烂的早晨，还是炊烟袅袅的黄昏；无论是月光如水的良宵，

还是风雨大作的暗夜，打开书，我就忘记了一切悲伤与孤寂，心头充满了愉悦与宁静。从而，缀饮知识的琼浆慢慢成长。

是的，是读书，让我由一个懵然无知的孩子，变成一个个对世界有初步了解、开始懂得思考的中学生。读童话，我走入一个纯净美丽的世界。当看到小人鱼为了所爱的王子，毅然放弃了三百年生命，化为海中的泡沫时，我忍不住潸然泪下。那天，我一整个下午在小溪边徘徊，看着澄澈的流水，想着小人鱼的善良与美丽，一种难言的忧伤与真诚的感动，占据了我幼小的心灵。而当看到童话中的主人公凭着勇敢与智慧战胜邪恶时，我又为之高兴不已，拍手称快，就这样，我开始懂得了真、善、美。

有人说“优秀的书籍就像一盏神灯，它照亮人们最遥远、最黯淡的生活道路。”的确，读传记，读翩翩风度、铮铮铁骨；读诗歌，看蒹葭苍苍、杨柳依依；读哲学，解心灵之惑、悟苍穹之远……我的世界因此而辽阔，我的生活因此而充实。

不过，最令我难忘的还是史书。翻开近代史，书中有南湖红船迎着迷茫烟雨艰难地起航，有抗日战士直冲云天的热血，有马蹄声碎、喇叭声咽的悲怆，有苍山如海、残阳如血的气象，也有千里跃进万马奔腾的豪壮，书中更有一曲曲直冲霄汉、光照九州的正气歌！一段段历史，一页页记载着苦难与辉煌的文字里，我看到了先辈前贤们虽九死犹未悔的艰难探索，我看到了人们对公平、自由与正义的不懈追求！我看到寻求幸福的道路百转千回荆棘密布，我更看到人们披荆斩棘跋山涉水一往无前的勇敢！这一切，都让我明白肩上的责任，让我看清前方的路，更使我明白，该怎样锻造一个洁白而美丽的灵魂！

各位朋友们，同学们，我想对你们说，享受阅读吧，这会让你享受到阳光的明媚，空气的清新，享受到心灵的愉悦和生命的奇妙！享受阅读吧！让思想的火炬飞越乱云飞渡，雨脚如麻的岁月，穿行在漫漫长夜亘古荒原，在坎坷中前行，在

低谷中攀升，照亮你前行的长路。享受阅读吧！乘着书的翅膀，掠过千山万水，走近自然，期盼幸福，收藏阳光！

让我们都来打开书，打开神奇的世界，打开无穷无尽的希望。文明之火薪火相传，让智慧之声响彻美丽人间！

我的演讲到此结束，谢谢大家！

三分钟演讲稿篇十四

大家好。

自强是直面困难困苦的强者才智，在困难困苦面前不灰心丧气，不长吁短叹；自强是头顶枪林弹雨的大丈夫气节，在危难面前，不卑躬屈膝，不委曲求全；自强是自身功名利禄之外的坦荡荡风度，在功名利禄面前，不随波逐流，不见风使舵。自强是风霜刀剑的逼迫仍棱角分明的坚毅，是登山者尽管举步维艰仍不达目的誓不罢休的`执著，是雄鹰击射长空的有力翅膀，是流水翻山越岭仍不甘落后的恢宏气魄！

自强者的精神之所以珍贵，在于其不怨天尤人，在于其永不言败的坚韧不屈，在于自己的拼搏、奋斗。

同学们：挫折并不行怕、逆境更能造就人才！只要我们自强不息，我们就肯定会取得胜利！天行健，君子以自强不息！让我们张开自强的翅膀，让幻想展翅飞行！

感谢大家！