

# 最新三分钟人物传记演讲稿 课前三分钟 演讲稿(通用18篇)

诚信是社会发展的保障，它能够维护市场秩序和公平竞争。现在，让我们一起来欣赏一些备受赞誉的演讲稿，感受演讲的力量和感染力。

## 三分钟人物传记演讲稿篇一

亲爱的老师、同学们：

大家下午好！今天，我演讲的题目是《敏而好学不耻下问争当有学识的中华少年》。

春秋时期的孔子是我国伟大的思想家、政治家与教育家，被人们尊称为最有学问的“圣人”。为什么孔子会有如此渊博的知识呢？《国学》课本里《孔子相师》的故事告诉我们，在日常生活中，随处都有做我们老师的人，我们要像孔子一样虚心请教问题。

记得上幼儿园的时候，有一天，我看到爸爸妈妈在下棋，一会儿爸爸赢了，一会儿妈妈又赢了。我感到很好奇，就问他们在玩什么。爸爸告诉我，这叫五子棋，哪一方最先有五颗棋子连成一条直线就算获胜。于是，我就请求爸爸教我下棋。从最开始的一直输，到偶尔的赢一两局，我慢慢掌握了下五子棋的诀窍。现在，我与妈妈下棋已经难分伯仲，经常是棋子都下完了还不能决出胜负，爸爸直夸我是“下棋高手”呢！

你看，在生活中总有自己不懂的事情，那就必须问。请不要让虚荣心堵住了自己的嘴。堵住了你的嘴，就是堵住了开启知识的大门。“敏而好学，不耻下问”，在生活中有虚怀若谷的精神，是会受益终生的。

我的演讲完了，谢谢大家！

## 三分钟人物传记演讲稿篇二

大家好：

我姓马，名晴。父母希望我活泼开朗，一路阳光，乐观向上，给我起名为晴。也许是这个缘故吧，我真的是这样一个人，一天到晚都是嘻嘻哈哈，叽叽呱呱地说话，快快乐乐的，好像永远没有烦恼。

我敢说，我带给周围同学的是快乐。活泼的我让人觉得我很有趣。但我也承认，我的话曾经伤害过同学。也许是我太快人快语，想到什么就说什么。有时是对同桌的一句批评，对干部的一条意见；有时是对同学不经意的嘲笑。前者是善意的，但应以委婉的方式，后者则应尽量避免。

我还是一个“多管闲事”的人。记得初中的时候，听到班上男同学在谈一个我感兴趣的话题，我想也许我能帮帮他们，就凑过头去发表见解。谁知他们不领情，一个男生说：“关你什么事？”我只好说一句很不雅的话自圆其说：“关我屁事！”班上的好几个科代想必已经注意到了我，我总会很积极地提醒他们的工作，或者提建议，但我也是出于对班级的热爱，望不要见怪。

我也算是乐于助人吧。有一次同学打电话问题目，我便滔滔不绝地讲起来，可她怎么也听不懂，她说，我还是先看看书吧。真是急得我直跺脚。于是我又重新讲起来，虽然我已经不耐烦，可我是个完美主义者，我讲不清心里就不舒服，还是继续讲，终于，那位同学听懂了。我舒了口气。

我就是这样一个人，热情奔放，乐观向上。我不希望大家都像我这样热情，但我希望大家能和我一样乐观地学习和生活。谢谢大家！

## 三分钟人物传记演讲稿篇三

大家好，我是xxx□我相信数学是很多人头疼的事情。然而，学习数学并不是你力所能及的。只要掌握了正确的方法，就能学好数学。

想学好数学，上课要跟上老师的思路，课后要独立完成作业，勤于思考。对于有些问题，因为自己思路不清，一时半会儿很难解决，所以要静下心来仔细分析问题，尽量自己解决。

想学好数学，多做题是必然的，所以要熟悉各种题的解题思路。对于一些容易出错的问题，可以准备一个错题集，写出自己的思考和改正解题过程，一起对比，找出自己的错误在哪里，以便及时改正。

确对待考试。要想学好数学，要调整好自己的心态，使自己在任何时候镇静，思路有条不紊，克服浮躁的情绪。特别是对自己要有信心，并且鼓励自己能克服困难。由此可见，要把数学学好就得找到适合自己的学习方法，了解数学学科的特点，使自己进入数学的广阔天地中去！

## 三分钟人物传记演讲稿篇四

大家好！

每个人都有辉煌的时刻，也有失败的时候，而辉煌总是在失败背后，有了失败才有成功。

这个世上就有许多成功的人，比如像爱迪生，他是一位伟大的发明家。为了发明出电灯，他失败过一千多次，但他没有放弃，最后还是给人类做出巨大贡献。居里夫人发明了镭。

他们都克服了困难，我也战胜了一个小小的困难。

我从小就很怕蟑螂，别人经常笑我胆小，一见到蟑螂心情总是忐忑不安，像个小女孩一样。这样被别人笑话的滋味真不好受。于是我下定决心，从此以后不再怕蟑螂。

三年级时，我和妈妈一起去时代广场对面的小吃一条街上，我看见一个摊子边上有好几个中年男子在吃蟑螂，我吓了一跳。于是问妈妈蟑螂能吃吗，妈妈说可以吃，我一下子想起了我以前经常吃中药，中药里有不少的蟑螂，原来我也吃过蟑螂，看了蟑螂也没什么可怕。

从这以后，没人再笑我怕蟑螂，我终于克服了这深藏已久的困难。

## 三分钟人物传记演讲稿篇五

尊敬的各位老师，亲爱的. 同学们：

大家好！

今天轮到我来做这一个课前三分钟的演讲，我今天演讲的主题是大学生要如何去规划好自己的课余时间。我们的课余时间是非常的充足的，但现在很多的同学都会把时间花费在对自身的发展没有帮助的事情上，比如看小说，比如打游戏，比如看电视剧。我并不是让同学们不要去这一类的事情，而是我们应该要有一个规划，要给自己留一些学习的时间，这样我们才能够在大学中学到一些东西，而不是等到大学毕业的时候还是什么都没有学到的状态。

我们是应该让自己在大学中去学到一些东西的，这样我们在毕业之后才会更好的找到适合自己的工作，才能够在自己的工作岗位上有所发展。我们的课余时间是很多的，每天只要能够花一小部分的时间在学习上，在丰富我们自己上，等到大学毕业的时候我们是一定会变得更加的优秀的，所以我想我们是应该要学会控制自己的行为，规划好自己的时间，

这应该是我们每一个大学生的必修课。我们不应该在学校里面虚度时间，这对我们自己的发展是没有一点帮助的，还会害了我们自己。

在你羡慕身边的人都有所长、有着很不错的能力的时候，你有没有想过要去改变自己。其实我们每一个人都是能够成为一个优秀的人的，能够有多优秀就要看我们自己付出了多少了。所以我们应该要规划好自己的时间，规定好每一个时间段自己应该要做的事情，这样才能够合理的去利用好自己时间，让自己能够去学到一些东西。在大学中我们是能够考很多的证书的，我们可以选择自己感兴趣的去报考，多拿一个证书自己毕业之后就会多一条职业发展的道路。所以其实我们是有很多的事情是可以做的。

我们应该要制定好一个计划，安排好自己每一天的时间，安排好自己在这一个时间段之内应该要完成一个怎样的目标，在完成之后再制定下一个目标。这样一个目标一个目标的去完成，等到了大学毕业的时候你就会发现在这四年的时间中你是做了很多的事情的，而不是在以后回忆起自己的大学生活时除了打游戏还是打游戏。

同学们，让我们规划好自己的课余时间吧，让我们在大学中能够去提高自己，能够学到更多的技能。

谢谢大家！

## 三分钟人物传记演讲稿篇六

无论是贫穷还是富有，无论是貌若天仙，还是相貌平平，只要你昂起头来，快乐会使你变得可爱——人人都喜欢的那种可爱，欢迎参考。

别看它是一条黑母牛，牛奶一样是白的。

珍妮是个总爱低着头的小女孩，她一直觉得自己长得不够漂亮。有一天，她到饰物店去买了只绿色蝴蝶结，店主不断赞美她戴上蝴蝶结挺漂亮，珍妮虽不信，但是挺高兴，不由昂起了头，急于让大家看看，出门与人撞了一下都没在意。

珍妮走进教室，迎面碰上了她的老师，“珍妮，你昂起头来真美！”老师爱抚地拍拍她的肩说。

那一天，她得到了许多人的赞美。她想一定是蝴蝶结的功劳，可往镜前一照，头上根本就没有蝴蝶结，一定是出饰物店时与人一碰弄丢了。

自信原本就是一种美丽，而很多人却因为太在意外表而失去很多快乐。

无论是贫穷还是富有，无论是貌若天仙，还是相貌平平，只要你昂起头来，快乐会使你变得可爱——人人都喜欢的那种可爱。

## 三分钟人物传记演讲稿篇七

尊敬的xx□

记住，这个世界上没有绝对的公平！！！！

活着的时候，为了生存，每个人都要面对他人的竞争，而不得不努力的挣扎着，以获取属于自己的一片天地。但在很多时候，我们努力了，却没有得到期望的结果。不要悲伤，不要哭泣，不要怨天尤人，擦干眼泪，默默的舔食自己的伤口，平静的面对这个世界——因为，在这个世界上，没有绝对的公平！！！！

竞技体育素以标榜“公平”著称，但是在潜规则下，“公平”也只是个相对的概念。毕竟，所有的规则都是人来制定，

并由人来执行的。而人是有私心的，人的意识在彼时彼刻是不同的，每个人都有自己的好恶倾向。要想做到绝对的公平是不可能的，要想得到绝对的公平更无异于异想天开。

人活着，有机遇、有坎坷，有欢乐，有痛苦，一切都不会换来公平的待遇。世界就这么大，世界上的东西就那么多，别人得到了，你就不要再去争，徒劳无益；自己得到了，就好好珍惜，别人也不会随便就能剥夺你的所有。

就像爱情。谁都有过梦中情人，都有过甜蜜回忆。可世事作弄人，梦中情人早已成为了别人的伴侣，你的伴侣也肯定是别人曾经的梦中情人。失去的就让它彻底的失去，得到的就好好珍惜。

就像足球。水平有高低，裁判有尺度，水平是自身的，裁判是有好恶倾向的，无论在场上发生了什么，不要去提什么异议，毫无意义。被红牌罚下了，就安静的离开那片草地，走上看台为同伴加油呐喊助威更实际一些。不要去拿什么公平来说事，因为裁判判罚了，就不会再更改，即使判罚本身是荒谬绝伦的，规则就是这样。既然生而为人，就遵守世界上的规矩吧，没有规矩不成方圆；在场上如果没有了裁判的尊严，比赛就会中断就会失去仅存的那么一点意义。记住吧，没有绝对的公平。如果不公平找到了你，那么就让自己的心公平的接受不公平的“贺礼”。

就像工作。岗位有限，人却很多，领导看你顺眼了，就用你。换了领导，看你不顺眼，就把你剔除，很残酷，却很实际。干的活一样多，甚至比别人还苦还累，但到手的薪水却比别人少了一大截，不要难过，更不要心理失衡，要知道，没有公平的事情，或许有人比你更可怜。

我活着，就要快乐的活着，不要因为世界的规则让活着失去了应有的意义。活着，本身就是公平与不公平的一场较量。想开了这些，你我的生命都会有自己的独特之处。

谢谢大家！

## 三分钟人物传记演讲稿篇八

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家好！

能参加今天的演讲，我感到万分荣幸！

在我的身边有这样一群人，他们虽没有闪光耀眼的名字，却在各自的岗位上默默耕耘；他们虽没有华丽动人的外表，却有着一颗颗真诚火热的心；他们虽没有惊天动地的优秀事迹，却以不懈的努力书写着城建历史的辉煌。他们就是建设局的领导和同事们，他们正满怀热情，为我县“扩容提质”的宏伟目标而努力奋斗。

这是一支纪律严明、作风严谨的队伍。记得我刚到建设局工作时，印象最深刻的就是办公环境整洁优雅，每一个地方都是那么一尘不染；工作同事和蔼可亲，每一句话都是那么贴心温暖，也许你认为这些事情根本不值得一提，但俗话说得好，“小中见大”，正是这些小事，让我真切地感受到了他们严格的管理和热情的服务。

到了这里，你会发现他们良好的工作作风不是体现在规章制度里，而是实实在在地表现在每个同志的言谈举止里。

谢谢。

## 三分钟人物传记演讲稿篇九

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。

柏拉图告诉弟子自己能够移山，弟子们纷纷请教方法，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。

一个黑人小孩在他父亲的葡萄酒厂看守橡木桶。每天早上，他用抹布将一个个木桶擦干净，然后一排排地整齐地放好。令他生气的是，往往一夜之间，风就把他排列整齐的木桶吹得东倒西歪。

小男孩很委屈地哭了。父亲摸着小男孩的头说：“孩子，不要哭，我们可以想办法去征服风。”

于是小男孩擦干了眼泪坐在木桶边想啊想，想了半天终于想出了一个办法，他从井边挑来一桶又一桶的清水，然后把它们倒进那些空空的橡木桶里，然后他就忐忑不安地回家睡觉了。第二天，天刚蒙蒙亮，小男孩就匆匆地爬了起来，他跑到放桶的地方一看，那些橡木桶一个一个排列得整整齐齐，没有一个被风吹倒的，也没有一个被风吹歪的。小男孩开心地笑了，他对父亲说：“要想木桶不被风吹倒，就要加重木桶的重量。”男孩的父亲赞许地微笑了。

是的，我们不能改变风，改变不了这个这个世界的许多东西，但是我们可以改变自己，给自己加重，这样我们就可以适应变化，不被打败！

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。

我的演讲完毕，谢谢大家！

## 三分钟人物传记演讲稿篇十

敬爱的老师、亲爱的同学们：

早上好！

人生中，经常有无数来自外部的打击，但这些打击究竟会对你产生怎样的影响，最终决定权在你手中。

祖父用纸给我做过一条长龙。长龙腹腔的空隙仅仅只能容纳几只蝗虫，投放进去，它们都在里面死了，无一幸免！祖父说：

“蝗虫性子太躁，除了挣扎，它们没想过用嘴巴去咬破长龙，也不知道一直向前可以从另一端爬出来。因而，尽管它有铁钳般的嘴壳和锯齿一般的大腿，也无济于事。

”当祖父把几只同样大小的青虫从龙头放进去，然后关上龙头，奇迹出现了：仅仅几分钟，小青虫们就一一地从龙尾爬了出来。

感悟：命运一直藏匿在我们的思想里。许多人走不出人生各个不同阶段或大或小的阴影，并非因为他们天生的个人条件比别人要差多远，而是因为他们没有思想要将阴影纸龙咬破，也没有耐心慢慢地找准一个方向，一步步地向前，直到眼前出现新的洞天。

## 三分钟人物传记演讲稿篇十一

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

相信数学是令许多人头疼的一门学科。但是，学习数学并不是无计可施，只要掌握了对的方法，数学就一定能学好的。接下来我讲一讲我的心得，希望对大家有所帮助。

要想学好数学，上课时要紧跟老师的思路，下课后认真独立完成作业，勤于思考，对于有些题目由于自己的思路不清，一时难以解出，应让自己冷静下来认真分析题目，尽量自己解决。

要想学好数学，多做题目是难免的，熟悉掌握各种题型的解题思路。对于一些易错题，可备有错题集，写出自己的解题思路和正确的解题过程两者一起比较找出自己的错误所在，以便及时更正。

要想学好数学，要调整好自己的心态，使自己在任何时候镇静，思路有条不紊，克服浮躁的情绪。特别是对自己要有信心，并且鼓励自己能克服困难。

由此可见，要把数学学好就得找到适合自己的学习方法，了解数学学科的特点，使自己进入数学的广阔天地中去！

## 三分钟人物传记演讲稿篇十二

同学们：

在开始演讲之前，我想问大家两个问题，自从进入初中以来，有好好坐下来与父母促膝长谈的，请举个手，好，有主动分享自己的学习生活与心路历程给父母的，请举个手。讲到这里，相信大家对我今天演讲的主题已能猜出几分了——多陪陪那些老去的爱我们的人.....

但他们并不认为自己老了，还当自己如健壮的青年，每次电话里殷勤的'慰问，一番语重心长后的欲言又止，千里迢迢从家里带来东西送到学校，家中饭桌上熟悉的菜香与厨房里忙碌的身影。

小的时候，稚嫩天真的我们，张开双臂，希望得到父母亲昵的拥抱与问候的话语，现在我们长大了，一路成长，有他们陪伴，他们将要衰老，我们也应该陪伴他们与给他们依靠。

时光荏苒，岁月不停流逝，而不再年少的我们，将要一次次挣脱他们的怀抱，陪伴他们的日子也会一天天减少，掰掰指头算算，上了初中，我们一周才能见他们一次，上了高中，可能一月才回家一次，出来工作后，相聚的时光更是少之又少，陪伴他们的日子一天天减少，促膝长谈的分分秒秒也很快不复存在，所以不要厌倦父母每一次的追问，每一次的问候，每一次的唠叨，请坐下来静听，在我们闲暇之时，也请好好看看父母头上新添的头发，脸上增加的皱纹，岁月无情，

莫让“子欲养，亲不待”的遗憾出现，每次回家，多陪他们一起谈天说地，多陪陪，那些老去的爱我们的人。

## 三分钟人物传记演讲稿篇十三

尊敬的各位领导，老师，亲爱的同学们：

大家好！

我是来自二年级6班的班长xx，我是一个自信，开朗，多才多艺，勤奋好学的小女孩。

今天，我能站在这里发言，心中无比的兴奋和自豪，对我的学校，老师更是充满了感激，是您们让我爱上了读书，是您们给了我发挥才能的平台，我才会书法比赛中获得了三等奖，在口算比赛中获得了二等奖，在故事大王比赛中获得了二等奖，在读写比赛中获得了三等奖，在演讲比赛中脱颖而出，喜获一等奖，并且荣获校级三好学生的称号。

作为一名班长，我时时告诫自己要有担当，要成为一名出色的领航员，做同学们的好榜样，当老师的得力助手，不但要管好班上的纪律，而且要帮助同学们热爱学习。最难忘的是前段时间，我们的班主任曾老师摔倒骨折了，住了十几天院，曾老师在病床上再三嘱咐我，在关键时刻要勇挑重担，履行一名班长的职责，我除了管好班上的纪律，还像老师一样，天天教同学们认生字，组词，因为个子不够高，就爬上凳子去抄写，硬是自学完了几课的生字，还得到了代课的张静老师的肯定和表扬。

我也记得，在最初得知老师住院的消息时，我伤心地在黑板上画了几个大红的爱心为曾老师祈祷，并布置同学们写一篇祝曾老师早日康复的小作文，还在杨老师的带领下，组织同学们去医院看望亲爱的曾老师，当同学们非常想念曾老师时，我又让他们写一篇盼望曾老师早日归来的小作文，并打电话

把那些表达同学们浓浓的思念之情的佳作读给曾老师听，感动的曾老师声音哽咽，热泪盈眶，并做出了不再休一个月的病假，而是拖着带伤的身躯回到爱她的孩子们中间的决定，也让我们感受到了曾老师对我们深沉的爱。

今后，我会慢慢长大，也一定会在成长过程中，扬长避短，一边体会师生之间的互敬互爱，一边体会成长带来的乐趣，我想作为一名沙小人，要是给我更大更多的平台，我的成长经历一定是最难忘的，我的成长过程一定是最幸福，最快乐，最有意义的！

谢谢大家的认真倾听！

## 三分钟人物传记演讲稿篇十四

几天前，语文课前三分钟讲话时，张婉君讲了这么一个故事：

埃森·豪威尔小时候受了一次伤，很小，小到可以忽视。于是他挺着，没告诉任何人，没想到三天后，伤势急剧加重，无法行走，医生说要截肢，否则有性命之忧。他不肯，还挺着。全家人都陪着他，他的伤最终好转。文章赞美他的坚忍。说就是因为他能“挺住困难”，所以才能有之后的成功。

可是我不这么认为，固然一定有他出众的坚强，一定百折不挠，但这个故事不能作为例子。

当人们处在绝望边缘时，守住自己的那一份信念不放弃，挺住自己正遭受着的磨难，直至看到耀眼的成功之光，这才是挺住困难！

## 三分钟人物传记演讲稿篇十五

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。

柏拉图告诉弟子自己能够移山，弟子们纷纷请教方法，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。

一个黑人小孩在他父亲的葡萄酒厂看守橡木桶。每天早上，他用抹布将一个个木桶擦干净，然后一排排地整齐地放好。令他生气的是，往往一夜之间，风就把他排列整齐的木桶吹得东倒西歪。

小男孩很委屈地哭了。父亲摸着小男孩的头说：孩子，不要哭，我们可以想办法去征服风。

于是小男孩擦干了眼泪坐在木桶边想啊想，想了半天终于想出了一个办法，他从井边挑来一桶又一桶的清水，然后把它们倒进那些空空的橡木桶里，然后他就忐忑不安地回家睡觉了。第二天，天刚蒙蒙亮，小男孩就匆匆地爬了起来，他跑到放桶的地方一看，那些橡木桶一个一个排列得整整齐齐，没有一个被风吹倒的，也没有一个被风吹歪的。小男孩开心地笑了，他对父亲说：要想木桶不被风吹倒，就要加重木桶的重量。男孩的父亲赞许地微笑了。

是的，我们不能改变风，改变不了这个这个世界上的许多东西，但是我们可以改变自己，给自己加重，这样我们就可以适应变化，不被打败！

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。

我的演讲完毕，谢谢大家！

同学们，大家好。今天十分荣幸可以由我来为大家进行课前三分的演讲。

首先，我要给大家分享一句话。“我宁愿选择骄傲也不选择自卑。因为骄傲需要资本，资本需要积累，积累需要汗水，而自卑却什么也不需要。”这句话是我在看乔松楼将军在复旦大学演讲视频时偶然间听到的。



是的，今天我演讲的主题就是自信。

每个人的人生都并非一帆风顺，并非永无波浪的湖面。而是一场充满艰辛，坎坷，曲折，充满挑战与挫折的旅途。属于我们的每一个新的`一天都是一次挑战。在迎接每日的朝阳时，我们需要足够的自信来克服遇到的困难。

爱因斯坦的“相对论”发表之后，有人曾炮制了一本《百人驳相对论》，网罗了一批所谓名流对这一理论进行声势浩大的挞伐。可是，爱因斯坦自信自己的理论必然胜利，对挞伐不屑一顾。他说：“假如我的理论是错的，一个人反驳就够了，一百个零加起来还是零。”他坚定了必胜的信念，坚持研究，终于使“相对论”成为20世纪的伟大理论，为世人所瞩目。

同学们，或许我们无法成为像爱因斯坦一样成为为社会做出极大贡献的人。但我们依旧应该向他一样自信的面对一切，面对困难，面对挫折。

居里夫人说过：“我们应该有恒心，尤其要有自信心！我们必须相信，我们的天赋是要用来做某种事情的，无论发生什么事情，活着的人总要照常工作。”正是自信，支持她在经受了失恋、丧夫、社会上的流言蜚语等打击之后，两次荣获了诺贝尔奖，为人类的科学事业做出了巨大的贡献。

我坚信，自信是一种力量，一种引领我们坚持的力量。无论身处顺境，还是逆境，都应该微笑地，平静地面对人生，有了自信，生活便有了希望。“天生我材必有用”，哪怕命运之神一次次把我们捉弄，只要拥有自信，拥有一颗自强不息、积极向上的心，成功迟早会属于你的。

同学们，高中三年必定是一段峥嵘岁月。希望从今天开始，从现在开始，我们都可以把汗水的积累转化为骄傲，自信的资本。以舍我其谁的雄心壮志面对我们应该面对的每一次

考验。让我们的高中生活成为人生光彩绚丽的回忆。

谢谢大家。

各位老师、各位同学：

大家好！

前不久，我读了一则童话故事，它是英国作家王尔德写的《巨人的花园》。故事讲的是一个巨人看到孩子们在自己的花园里玩耍，很生气，他在花园周围筑起了高墙，将孩子们拒于墙外。从此以后，园里花不开，鸟不语，一片荒凉，春夏秋都不肯光临，只有冬天永远留在这里。一天，孩子们从墙洞爬进来，春天也就跟着孩子们来了，园里立刻变得生机勃勃。当他把孩子们再次赶出花园之后，花园又被冰雪覆盖了。后来，在小男孩的启发下，巨人醒悟了，随即拆除了围墙，花园成了孩子们的乐园，巨人生活在漂亮的花园和孩子们中间，感到无比地幸福……王尔德的这个快乐故事，让我的心久久不能平静，那个巨人，他两次的自私与冷酷给花园带来了冰雪寒冬，让孩子们失去欢乐的同时，他自己也同样孤单寂寞，更享受不到花园里明媚的景色！我们常说：“赠人玫瑰，手有余香”。其实，快乐也一样，给别人快乐，自己也快乐。我还记得这样几句名言：“把你的痛苦与人分享，你的痛苦将会减少一半；把你的快乐与人分享，你的快乐将增加一倍。”是啊，分享快乐不会使自己损失什么，却能让这个世界充满温情。相反，有了快乐，一个人独乐，最终也不会快乐。与别人一起分享快乐是一种美德，因为快乐能够传染。其实很多时候，与别人分享快乐，既是给了别人一个机会，也是给了自己一个机会；既给了别人一个好心情，自己也留下了一份好心情。既然这样，那么请打开你的心灵，真诚地与别人分享吧——自己是一团火，就要想法把别人点亮；自己是一盆水，就要想法把别人洗净；自己是一粒米，就要想法长出更大的稻穗；自己是一弯月，就要想法给夜行人送去清辉……与人共享快乐，你也会更加快乐！

谢谢大家！

## 三分钟人物传记演讲稿篇十六

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，但是没人想改变自己。”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。

柏拉图告诉弟子自己能够移山，弟子们纷纷请教方法，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。

一个黑人小孩在他父亲的葡萄酒厂看守橡木桶。每天早上，他用抹布将一个个木桶擦干净，然后一排排地整齐地放好。令他生气的是，往往一夜之间，风就把他排列整齐的木桶吹得东倒西歪。

小男孩很委屈地哭了。父亲摸着小男孩的头说：“孩子，不要哭，我们可以想办法去征服风。”

于是小男孩擦干了眼泪坐在木桶边想啊想，想了半天终于想出了一个办法，他从井边挑来一桶又一桶的清水，然后把它们倒进那些空空的橡木桶里，然后他就忐忑不安地回家睡觉了。第二天，天刚蒙蒙亮，小男孩就匆匆地爬了起来，他跑到放桶的地方一看，那些橡木桶一个一个排列得整整齐齐，没有一个被风吹倒的，也没有一个被风吹歪的。小男孩开心地笑了，他对父亲说：“要想木桶不被风吹倒，就要加重木桶的重量。”男孩的父亲赞许地微笑了。

是的，我们不能改变风，改变不了这个这个世界的许多东西，但我们可以改变自己，给自己加重，这样我们就可以适应变化，不被打败！

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，但是我们可以改变自己，让我们用爱心和智慧来面对一切环境。

## 三分钟人物传记演讲稿篇十七

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，但是没人想改变自己。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。

柏拉图告诉弟子自己能够移山，弟子们纷纷请教方法，柏拉图笑道，说：很简单，山若不过来，我就过去。弟子们一片哗然。

这个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。

一个黑人小孩在他父亲的葡萄酒厂看守橡木桶。每天早上，他用抹布将一个个木桶擦干净，然后一排排地整齐地放好。令他生气的是，往往一夜之间，风就把他排列整齐的木桶吹得东倒西歪。

小男孩很委屈地哭了。父亲摸着小男孩的头说：孩子，不要哭，我们可以想办法去征服风。

于是小男孩擦干了眼泪坐在木桶边想啊想，想了半天终于想出了一个办法，他从井边挑来一桶又一桶的清水，然后把它们倒进那些空空的橡木桶里，然后他就忐忑不安地回家睡觉了。第二天，天刚蒙蒙亮，小男孩就匆匆地爬了起来，他跑

到放桶的地方一看，那些橡木桶一个一个排列得整整齐齐，没有一个被风吹倒的，也没有一个被风吹歪的。小男孩开心地笑了，他对父亲说：要想木桶不被风吹倒，就要加重木桶的重量。男孩的父亲赞许地微笑了。

是的，我们不能改变风，改变不了这个这个世界上的许多东西，但我们可以改变自己，给自己加重，这样我们就可以适应变化，不被打败！

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，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，在他们的激发与鼓励下，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与不足，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，但是我们可以改变自己，让我们用爱心与智慧来面对一切环境。

我的演讲完毕，谢谢大家！

## 三分钟人物传记演讲稿篇十八

尊敬的教师，亲爱的同学们：

大家好，

今日我演讲的题目是《正视挫折，走向成功》

秋收起义途中被捕，急中生智虎口脱险；

长征路上九死一生，冲破多少艰难险阻；

转战陕北兵临城下，重围之中谈笑自若；

敌机城南突然袭击，吟诗作赋胸有成竹；

革命一生痛失亲人，胸怀人民福祉中华。

这位胸才大略，高瞻远瞩，数风流人物的人民领袖毛主席，为了人民得解放，为了建立新中国，倾其一生，百般磨难，最终在他的英明领导下，推翻了旧中国，打倒了反动派，建立了新中国，可谓是历尽千险万阻，流血牺牲才取得的成功是多么不易呀！

成功者是需要坚韧的毅力和非凡的.勇气，一个人经历一些挫折并不是一件坏事情，“自古雄才多磨难”，在我们成长的道路上，有坦途也有坎坷，有鲜花也有荆棘，在你伸手摘取美丽的鲜花时，荆棘同时会刺伤你的手，如果因为怕痛，就不愿伸手，那么对于这种人来说，再美丽的鲜花也是可望而不可及的。

成功永远属于挑战失败的人，我们拥有年轻，年轻没有失败，只要能战胜荆棘，战胜自我，即便是弄得遍体鳞伤，至少能够证明我们以往奋斗过，我们不应是挫折的奴隶！

同学们，我们要对成功说：“你不要来的太快，太容易，笑在最终才是最好的，我们要对挫折说：“让暴风雨来的更猛烈些吧！”应对成功，请一笑而之，应对挫折，请从容应对，笑看人生。有道是世间自有公道，付出总有回报，说到不如做到，要做就做最好！加油吧少年！

多谢大家，我的演讲完毕！