

# 2023年宋美龄精彩演讲稿三分钟 三分钟 精彩演讲稿阅读(汇总9篇)

演讲稿也叫演讲词，是指在群众集会上或会议上发表讲话的文稿。演讲稿是进行宣传经常使用的一种文体。演讲的作用是表达个人的主张与见解，介绍一些学习、工作中的情况、经验，以便互相交流思想和感情。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很难吧。下面我给大家整理了一些演讲稿模板范文，希望能够帮助到大家。

## 宋美龄精彩演讲稿三分钟篇一

大家好！

梦想是沙漠里的一股泉水，在我们干渴时，为我们滋润心田；梦想是寒冷时的火焰，在我们寒冷时，为我们带来无尽的温暖。

梦想是会改变的，不同的年龄、不同的时期都会有不同的梦想。虽然梦想改变了，过程却没变，都需要坚持不懈，还要有一种不服输的坚忍和失败后从头再来的勇气。

小时候我的梦想是当一名老师。当老师可以管理学生，还可以收到许多学生亲手做的小礼物。我也经常会想，如果我当了老师，我会对不听话的学生怎么做，会带学生们去操场上做游戏、烧烤等等，还会想如何给学生们上一堂有趣的课。但想象总是美好的，在我听到爸爸说现在考师范学校学习成绩要很好的，不像以前那样。我学习成绩平平，考师范应该有点困难吧，所以当老师也就不可能了。那时，我也想过要努力学习，考上师范，但是我坚持不了几天就放弃了。我缺的就是坚持不懈，就是不服输的坚忍。

而现在我的梦想是当一位服装设计师。或许是因为从小对画

画感兴趣吧，又或许是因为小时候经常在电视上看模特走秀的节目，但主要看的还是她们身上的衣服，不禁会感叹真好看。现在又会想，以后自己穿着自己设计的衣服，该多好啊！而且这衣服还是独一无二的。

我也会想，以后要设计很多保暖又不易破的衣服，捐赠给山区里的孩子和在街上流浪的、无家可归的人。尽管这么做，不能改变他们的生活，但可以为他们带去温暖。然而要实现这个梦想，我现在要做的，是要好好学习，还要把我的画功提上去（虽然我对画画感兴趣，但画功不是很好），然后考上一所有服装设计专业的学院。

当然，如果这个梦想没有，我也不会伤心！因为我为梦想努力过、奋斗过。只要记住我曾经为梦想坚持不懈，为了梦想，再大的困难我都挺过去了，为实现梦想我想尽了一切办法，我就会为我自己感到骄傲，感到自豪！

在我还没有梦想时，当我看见别人都有自己的梦想，都在为自己的梦想努力奋斗时，我会感到奇怪，感到不公平，为什么别人都有梦想而我没有？！到后来，我找到了我的梦想，我向着它一步步走去，尽管一路上有许多挫折和困难，但那都阻止不了我前进的步伐！

当你的梦想不被看好，被怀疑时，总有一种力量在鼓舞着你，那就是梦想，有这种感觉时，说明这就是你的梦想，一个不可更改的梦想！

## 宋美龄精彩演讲稿三分钟篇二

大家下午好！

我们都知道，水是生命的源泉，假如没有水，我们这个美丽的星球——地球就不会孕育出生命。也就是说，包括人类在内的一切生物都无法在地球上生存，地球也就不会呈现出今

天生机勃勃的景象。那会是何等的荒凉啊！

事实上，地球上的淡水资源本身就很紧张。据统计，全球约有13亿人与安全洁净的饮水无缘，很多疾病，特别是消化道疾病，都与水污染有关。淡水问题，已经成为全球范围内最为严重的环境问题之一。由此看来，如果人们再不注意节约用水，地球上的淡水资源是终有一天会被人类消耗完的。为了保护地球，为了人类的可持续发展，让我们行动起来吧！

作为小学生，我们应该做一些力所能及的、保护淡水资源的事情。例如，我们可以尽量一水多用，用洗菜的水浇花、冲xxxx桶等。只有人人都注意保护水资源，才能摆脱水资源减少带来的厄运。

节约用水，从我做起，从一点一滴做起！

我的演讲完毕，谢谢大家！

## 宋美龄精彩演讲稿三分钟篇三

毛毛虫蜕变成蝴蝶，要经历化茧的煎熬；雏鹰欲振翅高飞，要忍受一次次摔落的痛苦；温室里的小草想茁壮成树，要承接风吹雨打的历练；而我们要想成长，就必须经过不断的磨练。

小时候，我是父母的掌上明珠，真是“捧在手里怕摔了，含在嘴里怕化了。”可上了初中，爸爸突然就铁石心肠起来。必须要把我送去寄宿。无论我怎样的埋怨、哭喊、哀求，都该变不了我去寄宿的命运。

初到寄宿的地方，我感到一切都是陌生的。学校里有陌生的教师和同学，寄宿班里有陌生的阿姨和同龄孩子。那段时间，我真的感觉一切都糟透了，陌生的环境带给我的未知感，对家人的思念，没有人陪伴的孤独全都包围着我。于是，我努力把自我变得冷漠，变得像刺猬一样惹人厌恶。双休日回家

时，冷漠的对待父母家人，我以为把自我隔绝会让我欢乐一点，可我却越来越悲痛。

直到之后，同学们对待我的友好让我卸下了自我一层层冰冷厚重的盔甲，融入了班级这个大团体。寄宿班阿姨和其他孩子对我的`好让我感到了前所未有的温暖。我不再任性，变得开朗活泼了，我学会了好多以前不会的东西，就像叠被子，洗衣服，打扫房间等一些小事情，大家都说我长大了。

有一天，我偶然看到了一个视频；成年母狮把自我的孩子们一个个赶出家门，不再喂养它们，任小狮子怎样哀求，母狮子都无动于衷。之后这些饥饿的小狮子只能自我捕食，最终它们全都学会自食其力的生活了。看完视频，我突然明白了父母的良苦用心，他们是想让我变的坚强，成长起来，不依靠别人靠自我活着。

“墙角数枝梅，凌寒独自开。”梅花仅有经过寒冷的侵袭才能绽放。所以，不要害怕磨练，仅有经过了一次次磨练，我们才能一次次成长。

## 宋美龄精彩演讲稿三分钟篇四

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。

谢谢大家！

# 宋美龄精彩演讲稿三分钟篇五

## 三分钟精彩演讲稿【一】

敬爱的老师，亲爱的同学们，大家早上好！今天我讲话的题目是《守时是一种美德》。

的美国政治家乔治·德里说：“使美国强大的不是强权与实力，而是上帝赐予的美德，假如我们丢失了最根本而有用的美德，导弹和美元也不能使我们摆脱毁灭的命运。”其实，在今天我们比任何时候都更关心道德问题，尤其是孩子的道德问题，因为在今天我们面临着从未有过的道德危机和挑战。因为时间原因，今天我就来讲一则关于“守时”的小故事。

德国哲学家康德是一个十分守时的人。他认为无论是对老朋友还是对陌生人，守时都是一种美德，代表着礼貌和信誉。

车夫回答：“有，先生。在上游的地方还有一座桥，如果我们从那座桥上过去，最快也得40分钟。这样康德先生就赶不上约好的时间了。

于是，他跑到附近的一座破旧的农舍旁边，花了很多钱买了一块木头，在20分钟内及时修好了那座桥。

尊守时间是一种美德。懂得珍惜时间的人，不仅仅要注意不浪费自己的时间，也要时时注意不要浪费别人的时间。管理好自己的时间，就是让自己无论在做什么事的时候都能够轻松应对、游刃有余。一个守时的人，必将获得别人的尊重。

同学们：

大家好！

我的演讲从一个小故事开始——在一个深深的鼠洞里，一个老鼠家族正在召开会议，会议的中心是怎样在觅食的时候及时发现那只喜欢搞突袭的黑猫。不一会儿，一只小老鼠想出一个好办法——在黑猫的脖子上挂一只铃铛。话一说完，大家齐声说好，但接下来却都沉默了，因为没有哪一只老鼠敢去挂这只铃铛。

这个故事不禁让我浮现出一个念头：与行动相比，有时候，幻想或想象其实是一件再舒服不过的事——它没有风险，无需胆量，不受约束。你想尝试冬泳，便可以尽情地想象着数九寒天在冰冷刺骨的河水中游弋的豪迈；你想尝试弹琴，便可以尽情想象自己在高高的舞台上悠然地表演；你想学习一门外语，于是跑到书店买了一大堆复习资料，还把决心下了又下：每天至少要保证一小时的学习时间。在你的头脑中，一切都是那样美好、切实可行，不过，当热情渐渐冷却后，你却没有勇气跳入冰水中；你却不能忍受日复一日练琴的单调和枯燥；你却不能放弃每天的休闲时间埋头苦学。全部美好的幻想和想象都变成了一纸空文。

几年前，一位颇有名气的画家想画一幅以某历史事件为主题的画，这个历史事件在其他画作中鲜有表现，场景又极生动，形象，画出来一定很富感染力。这位画家翻阅了大量历史书籍，对事件的各种细节已了然于胸，加上他画技高超，若完成这幅画肯定能为他赢得巨大的声誉。一年以后，有人无意间提到那幅画，谁知画家根本就没动笔！他犹豫着想找理由解释，最后终于说还是太忙了，有许多事情要做，根本没时间画这幅画。

生活中，有许多这样的人，他们对人生有着种种设想与规划，有着十分美好的理想与愿望，可就是不用实际行动来实现它，这样一来，即使构想出再有价值的东西，也是胎死腹中，令人惋惜。

老鼠没有行动，是因为恐惧，我们没有行动，是因为什么呢？

不要找任何借口来回答这个问题，任何借口都是苍白无力的。

我们应该随时告诫自己：下定决心做某件事的时候，一定要立即行动。

谢谢大家！

我家住在丰台区，离六十六中很远，即使这样，每当在路上回想起学校，心中总会有丝丝感动涌上心头，也就不觉得有多远了，我虽然来到六十六中只有一年多，但我却深深地爱上了这里。

我从这片校园中得到了母性般的呵护，使我在这里得以成长，感恩的心，使我深爱这里。有了不足，听到的更多是鼓励；犯了错误，看到的还是宽容。难以忘怀□20xx年9月，刚开学，学校的开学典礼叫做感动校园，随着音乐声，我们回忆了更多在去年发生的感动校园的故事，虽然我没有经历过却依然被感动着。

我爱我校，因为这里有辛勤工作的老师，为了我们获得更多的知识，他们认真地备课，悉心的准备各种工具。针对每个学生的不同特点，因材施教。在他们的精心教导下，我们不但积累了许多知识，还明白了许多做人的道理，他们在引导我们进入知识圣殿的同时，为我们树立人格的楷模，精神的丰碑！我爱我校，这里是知识的宝库，是我们获取力量的源泉。是我们踏向社会的第一扇大门。我爱我校，在这里我们健康的成长，把心中的理想放飞。为了明天的辉煌，我们要现在打下基础去充实自己，终有一天我们会在天空中自由地飞翔，去创造更美好的未来。

谢谢大家！

## 宋美龄精彩演讲稿三分钟篇六

人活着，就要有一点精神。企业存在和发展，企业员工群体也应该有一种精神——企业精神。企业精神是企业理念的浓缩，是企业灵魂的集中体现，是企业生产经营活动中，为谋求自身的生存发展而长期形成并为员工所认同的一种健康向上的先进群体意识，集中体现了企业利益观念、竞争观念、道德观念，代表着企业共同的信念、员工一致的价值观，是企业文化发展到一定阶段的必然产物。因此，设计企业精神，首先要尊重广大员工在实践中迸发出来的积极精神状态，要恪守企业共同价值观和最高目标、不背离企业哲学的主要原则，要体现时代精神、体现构建和谐社会、体现现代化大生产对员工精神风貌的总体要求。以此为指导思想设计出来的企业精神，方能既“来源于生活又高于生活”，成为鼓舞全体员工为实现企业最高目标而奋斗的强大精神动力。

企业精神的设计应是有效性、合理性、操作性的完善结合，使企业价值导向与目标导向融为一体。企业精神的设计方法有以下几种。

1. 员工调查法。把可以作为企业精神的若干候选要素罗列出来，在管理人员和普通员工中进行广泛的调查，再根据员工群体的意见决定取舍而定。这种方法一般在更新企业文化时采用，缺点是需要花费较长的时间和较多的人力，观点可能比较分散，但由于来自员工，有很好的群众基础而容易被大家接受，很快深入人心。

2. 典型分析法。每一个企业都有自己的企业英雄，这些先进人物的身上往往能够凝聚和体现了企业最需要的精神因素，因此，对这些英雄人物的思想和行为进行全面深入的研究，确定企业精神。这种办法工作量较小，也容易被员工接受，但在企业英雄不是非常突出时，选取对象比较困难，不易把握。



3. 领导决定法。企业领导者由于站在企业发展全局的高度思考问题，加之他们对企业历史、现状的了解比较深入，因此由企业领导者来决定企业精神也不失为一种办法。此法最为高效快捷，但却受领导者个人素质的影响较大，在推行的时候宣传工作量较大。

4. 专家咨询法。将企业的历史现状、存在的问题及经营战略等资料提供给对企业文化有深入研究的管理学家或管理顾问公司，由他们根据所掌握的规律原则和建设企业文化的经验，设计出符合企业发展需要的企业精神。这种方法确定的企业精神站得高、看得远，有时不一定能够很快被员工接受，因而宣讲落实的过程稍长。

我们汽运集团的企业精神为“敬业、奉献、争先、创优”。“敬业”是员工不可缺少的意志品质，南通汽运集团将“敬业”作为企业精神，则具有深刻的内涵。要求全体干部职工忠于事业、忠于职守。“奉献”是员工独具的精神境界，弘扬奉献精神就是要做到立足本职岗位奉献。奉献，就是要有无私的精神、忘我的境界，要有“宁可自己千般苦，不让旅客一时难”的高尚的社会公德。真正做到一切替旅客着想，一切对旅客负责，一切让旅客满意。“争先”是员工必须具备的实践品德，“争先”一词有两层含义：一是争先进、争一流、争锦夺标，这是一种鼓足干劲、力争上游、斗志昂扬、意气风发的精神风貌；其二是积极探索、勇于创新、敢为人先。“创优”是员工必须具备的行为准则，创优是创造优美的环境，提供优质的服务，树立优良的形象，永远处于优胜者的行列。对客运企业而言，创优，既是构建和谐社会的需要，又是当前乐于竞争增加企业效益的需要。

## 宋美龄精彩演讲稿三分钟篇七

生命本是一张雪白的纸，当从你呱呱落地的那一刻起，人生的画笔就握在了你的手中，生命的画卷将由你来绘出。

我的生命曾经历过不同的时期，懵懂、迷茫、心灰意冷，亦或是不经意之间的愉快和感动。现在，我长大了，我要对自己的生命负责，我要在这张画卷上涂满属于我的颜色。红色，燃烧的火焰，张扬的色彩，讲述了我不会后悔的生命。

“我们惟一的悲哀是生活于愿望之中而没有希望。”这是意大利诗人但丁说过的话，而对于许多人来说希望是让生命继续下去的动力，正如黑暗中的火把把生命照亮，有了活下去的理由，有了生存的理由。燃烧生命，就如夜幕里炫丽的烟花，转眼的消逝却是永恒的美丽。

每一次正视自己，都有种特殊的感觉。每一天每一秒都在感受生命的流逝，前方的那条路日渐清晰，我知道人生的路是坎坷不平的，有高山有大海，有磅礴的大雨。无论多么艰险，都不能止步不前。曾经有过的低潮和迷茫都已经随着那岁月被抛弃，骨子里的那股倔强和不屈让我抬起头昂首接受即将面对的困难。

如果我还不够坚强就不要去假装坚强，那个时候的我还可以因为考试没考好，或者是摔倒了受了伤而抹着眼泪哭泣，因为我知道身边有家人有朋友可以包容我。而现在的我完全有能力去接受挫折，两个字“不怕”，三个字“我能行”。

的确，人生本来就是从一张白纸开始的，是我们自己用心中七彩的笔去找到属于我们自己的色彩，去描绘自己的色彩，走自己的路，体现自己的人生价值。

“君不见黄河之水天上来，奔流到海不复回。君不见高堂明镜悲白发，朝如青丝暮成雪。”生命可以说是只有短短一瞬，比起中华的悠久历史，比起苍茫宇宙的浩瀚，我们的生命就是如此渺小。可偏偏就有人用这短暂的生命创造了奇迹，写下了辉煌。“秦王扫六合，虎视何雄哉！”嬴政，从一个邯郸街头的叛逆少年长成一个大秦王宫的孤独君王，千古一帝这个词就从那时起深深印刻在历史中。原来，生命也可以是如

此绚烂。

生命像是流水，本没有方向，因为自己的坚持而让它有了自己的流向。我无法选择自己的生命，也不想它一帆风顺。珍珠在经历了千难万险之后才从一颗普普通通的石子变为在世人眼中珍贵美丽的模样。

如果说要用一种颜色来表达我的生命，我会毫不犹豫的选择红色。我会用这种颜色绘出自己的价值，绘出自己的路，绘出属于我的画卷。

庄子晓梦迷梦蝴蝶，是一种超然；苏子与客泛舟赤壁，是一种超然；陶潜采菊东篱下，是一种超然。他们以超然为生命着色，这样的人生显然是怡然自得的一生。而在他们的背后，不知曾经经历过多少艰辛的历程。风雨过后才能见彩虹。这份超然是需要我们铭记的，我们要坚守自己的超然，为生命着上永恒的一笔。

## 宋美龄精彩演讲稿三分钟篇八

大家好！

在我眼中，春节是一个热闹团圆的日子。每年春节前夕，即使是离家再远的游子也要赶在除夕之前回家，与家人团聚，共庆佳节。辛劳了一年的人们扛着大包小包奔向机场、火车站，他们的脸上都挂着无法掩饰的笑容，从他们匆匆的脚步中，我感受到了家对于他们的巨大吸引力和他们对于家的无限眷恋之情。我仿佛看到了除夕之夜，家家户户围坐在一起举杯庆祝、同看“春晚”、吃饺守岁的热闹场面，欢声笑语洋溢着快乐的节日气氛。

在我眼中，春节也是一个喜庆祥和的日子。放眼望去，大街小巷，彩旗飘飘，红灯高挂；家家户户的门上都贴着“福”字、春联或者年画，祈求着来年的幸福生活。人们身着节日的盛

装，手里拎着各种各样的礼品，走亲访友去拜年，互相传递着美好的新春祝福。

在我眼中，春节还是一个让孩子们充分享受快乐的日子。每到春节，孩子们都会穿上父母为自己买的新衣，都会得到长辈们给的压岁钱，他们可以在除夕夜和大人一起守岁，可以提着花花绿绿的灯笼去放爆竹和烟花，可以吃到各种美味的佳肴，还可以由大人带着去逛各种有特色的庙会。当夜晚来临，美丽的烟花绽放在天空中的时候，它们和孩子们的笑脸相映成趣，构成了一幅幅和谐的节日图景。

啊，春节，你让人们嗅到了春的气息，听到了春的脚步。在我眼中，你就是春天的使者，带领人们走进美好的生活！

我的演讲完毕，谢谢！

## 宋美龄精彩演讲稿三分钟篇九

童话，是我们每一个孩子必读的读物，也是我们对世界认知的开始。曾记得在那不眠之夜，是童话故事陪伴我入眠；曾记得，我走进学校，第一次登台，讲的就是童话故事；曾记得，为了看童话，我竟会忘记时间。就算是现在的我，也会时不时在脑海中浮现那童话中的故事。

《白雪公主》是一篇唯美的故事，无论皇后怎么迫害白雪公主，她都能被很多人帮助，就算是最后吃了毒苹果一睡不醒，却迎来了可以把他吻醒的白马王子，终于和王子过上的幸福的生活。而《灰姑娘》的故事虽然没有白雪公主那样幸运，但她却因为亲生母亲的在天之灵和三次参加选妃舞会落下舞鞋，而成了王妃，和王子回皇宫过幸福生活去了！

她们的幸福生活的来源，除了有别人的帮助外，她们自身的善良、公平的对待任何人，是他们能够幸福的前提条件，我

记得，当灰姑娘的妈妈临死之前对她女儿说：“亲爱的孩子，你要虔诚、善良，这样，亲爱的上帝会一直帮助你，而我愿意从天上向下望着你，长在你身边。”这是一位母亲最后的遗言，也是要告诉我们，人能找到幸福的根本。

但我最爱的却是《美女和野兽》，美女很节俭，很聪明，为了救父亲，她主动嫁给了野兽，但她没有想到的是，所谓的野兽其实是一个中了魔法的王子，他们都互相爱对方，从此过上了快乐、幸福的生活。其实人真是不可以光看外表呀！野兽以前的外貌虽然长得很可怕，但他却有一颗温暖、真诚的心，丑陋的外表并不意味着他的内心就是丑陋的。野兽为了爱情，几乎付出了自己的生命。而《小美人鱼》也给了我不少的震撼，深海里的小美人鱼为了拥有一个不灭的灵魂，交出了美丽、优美的声音，忍受着永远的痛苦。最后，却为了自己最心爱的王子浪费、抛弃了自己三百年的生命，化成了海面上的泡沫。虽然她历经磨难，却仍是没有获得王子的爱情，但她却像我们证明一条人鱼所能做的最好的。最后，她获得了一个本该属于她的灵魂。

“公主”，一个父母捧在手心，含在嘴里的名字，她们却用她们内心的那份爱心、善良、坚持、追求自己的理想，不惜牺牲自己的生命，告诉我们：在生活中无论遇到什么样的境遇都不要放弃对美好事物的追求。珍惜我们的爱心，别叫它死亡，别去管别人如何地对待我们。珍惜我们的梦想，别去管我们此时此刻是多么地艰难。只有这样，我们才会无悔了。

谢谢大家！