

2023年课前三分钟的演讲稿(通用7篇)

演讲中的抑扬顿挫，相当于音乐中的节奏，音乐需要节拍，演讲也需要节拍，你应该让你的演讲充满节奏感，节奏就是你口头表达进度的度量。那么演讲稿怎么写才恰当呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看一看吧。

课前三分钟的演讲稿篇一

大家上午好！

今天的课前的三分钟的演讲轮到我了，今日我要向大家分享的演讲是“冲刺期末考试”。那么在此感谢大家给的课前展示自我的机会，让我在大家的面前展示自己。

马上就要到期末了，一学期过的是非常快的。现在我们都是高一学生，这一学期是我们踏入高中的第一个学期，我想大家心中对高中都有自己的一个体会了吧。高中的知识更加的深奥，很多东西看似都学过，可是理解却是不一样的。面对即将要到来的期末，我想大家心中一定都有些躁动，毕竟我发现班上有许多的同学一直没把学习当回事，觉得时间还长，所以就不急着努力。但是我觉得努力不能不着急，你以为高中时间很长吗？高中时间很短的，只有三年不到，我们现在才高一，如果不去努力，那么后面你一定会吃很多苦。我们已经经历过一个初中了，难道大家还没有这种意识吗？希望大家在接下来的时间里能够去冲刺一下，不要觉得期末不重要，成绩或许只是一个考核自己一学期学的怎么样，但是成绩也能够给我动力前进啊。当你看到自己的努力被肯定了，看到自己拿到良好的成绩，你肯定是欢喜的，肯定会更加的想去学习。

其实很多同学之所以不想努力，不想在最后拼搏一下，就是

因为觉得自己努力没有用，看到自己成绩很差，就觉得自己没有必要去努力了。不是的，同学们，期末是考量我们一学期以来的学习情况，我觉得要重视起来，只有重视期末考试，你才会去学习，不会放弃。期末就要来临，大家不要放弃，只要能够进步一点，也是你努力的成功，那也是值得开心的事情。我相信你们只要愿意冲刺，我想最后的结果不会太差，成绩至少不会下降吧。身为学生，学习本来就是我们的职责，如果你不想让自己后悔，你就必须为期末做准备，这样学期结束后，你看到自己的成绩不会失望，而因此失去对学习的兴趣。我跟大家说，我是一个很希望进步的人，实际上我也不是那种很聪明的人，可是当我看到自己进步一点点，我都会觉得之前的努力是值得的，因为努力给了我回报，让我一点点的重拾信心，并努力朝前走。所以，同学们，冲刺一下期末，你一定不会后悔，抓住时间努力吧。

谢谢大家！

课前三分的演讲稿篇二

大家好！

自古以来，书就是人类的好朋友。至圣先师孔夫子，以书为伴，满脸经纶，流芳百世。有时，读书似乎是一件苦事，不然，为什么有人头悬梁，锥刺股？读书似乎又是一件快乐的事，否则，为什么会有人囊萤映雪，凿壁借光？一本好书经得起时间的推敲，经得起岁月的打磨，一本好书是我们的良师益友，一本好书将使我们受益终生。

我爱读书既不是为了“黄金屋”，也不期望有“颜如玉”，只想从读书中体会到乐趣；使我们增知长识，不出门，便可晓天下事；读书能够提高我们的阅读潜力和写作水平，提高我们的修养，让我们感受到世界之大，自然之奥妙，生活之多彩，让所有的知识画面在我们脑海中一一呈现。一句话，读书让我成长！

我爱读书，人因读书而美丽，读书的‘美，像是一杯淡淡的清茶，清新自然、神采奕奕、潇洒自如。我爱读书，书能够开阔我的视野，使我懂得做人的道理，还能够让我分美丑，辨是非，明善恶！

谢谢大家！

课前三分钟的演讲稿篇三

大家上午好！

今天我为大家演讲的题目是《健康，是你自己的》。

也许大家都会觉得这个题目很老套，又或者会联想到像霍金、张海迪这些身残志坚的大人物，但今天，我想讲的是我自己。

大家都知道前几天我的脚崴了，也听到有不少同学“不用做操，不用上体育课，真好！”之类的“羡慕”的话语。其实受伤前我也是这样想的，但想现在我就不这么觉得了。

首先是很痛，毕竟脚长在你自己身上，说不痛是假的。这几天晚上我都痛得睡不着，早上早早的就痛醒了，精神也不大好。

其次是不好看，人人都有爱美之心，尤其是夏天，穿的很薄，看着脚上一大块纱布裹着，走路还歪歪扭扭的，心里特别不是滋味。

可能过我的这一番话同学们并没有真正听进去，但是意外是永远无法预料到，我们与其在受到伤害后痛苦，还不如在日常生活中保护好自己；与其哭泣，还不如欢笑！随时保护好自己，是对自己的承诺最后，提醒大家：保护自己，捍卫健康。给自己一个承诺，生命便会还你一片美丽！

课前三分鐘的演講稿篇四

我最喜歡普通的桃樹，因為她只懂得奉獻，不求回報。在你不理不睬的時候，她却給了你一桌豐富的“晚餐”。

我們小区門前有一大片桃花林。春天，桃花開了。你看！遠遠望去，一片火紅的朝霞吸引了很多人駐足欣賞。走近一看，每一朵桃花都綻放著自己最美的笑臉，怪不得路過的人都爭著與她合影呢！這時，一大群蜜蜂飛來了，後面還跟著蝴蝶大軍，她們飛向桃花林。突然蜜蜂跳起了圈圈舞，蝴蝶跳起了草裙舞，原來，桃花們在招呼它們：“朋友們，我要用最好的花粉來款待你們！”蜜蜂和蝴蝶快樂得在花叢中飛來飛去。

桃樹不但花美、果甜給人以享受，如果在山區種植食用果桃，那麼，桃樹還能給山區鄉的人們開辟一條致富之路呢。我仿佛已經看到了山上成片成片的桃樹林了，那里是一片桃花海了，不久就會桃紅滿山野了！

啊！真是一片不要回報的桃樹，我為它們的奉獻精神而感動！

课前三分鐘的演講稿篇五

各人好！

曾看過這樣一段話：小鸟說：我從天空中飛過，但天空中沒有留下我的痕迹。泰戈爾說，天空中沒有留下我的痕迹，但我已飛過。同樣的. 狀況，却有两种差異的態度，相信後者的態度更能贏得各人的認可。其實生活是一面鏡子，你對他笑，他就會向你露出笑臉，你對它哭，那麼你最終只會收獲沮喪的心情。這就是我要演講的——樂觀的生活態度。

相反的，正如我們熟知的林肯先生，在遭受24歲經商失敗，26歲愛人死去，27歲精神瓦解，中年時代多次競選參議員與副總統，却均以失敗告終，可面對如此多的攻擊與磨難，

他始终没有放弃自己的梦想，而是以积极的生活态度应对这些不如意，最终他成为美国第十六任总统，正是这积极乐观的生活态度，让林肯最终实现自己的理想。

相信，倘使没有积极乐观的生活态度，摔残肢体的桑兰，高位截肢的张海迪，生命中没有灼烁与黑暗的海伦。凯勒，他们同样不会有辉煌光耀的人生，也就不会赢得世人的尊重与赞美。

亲爱的同学们，虽然我们无法预知下一秒会发生怎样的事情，但相信只要我们持一种积极乐观的生活态度，我们生活一直是快乐的。所以，纵然有一千个理由哭泣，也要为自己找出一万个理由微笑，这样，我们的生活就会充满更多的阳光与快乐。

课前三分种的演讲稿篇六

大家好！今天，我演讲的主题是《我最感动的一件事》。

前天下午，我们在班里看的那段视频节目，让我感动不已。那是发生在一座深山里的故事，一个洞里住着18户人家，生活尽管贫苦、拮据，但很温馨，很快乐。湖南电视台举办了一次活动，让几个十岁多的城市孩子到那洞里与他们一起生活。离开了父母的城市孩子，没有通信工具，没有成堆的零食，没有多余漂亮衣服，有的仅是生活必需品。来这之前，他们并不知道会这样，所以一个个变得十分的失落。不过，他们很快的对这里的生活充满了好奇感。

对于这些来说，我没有太多的感动。真正感动我的是其中的两个细节。一个是父母为了锻炼孩子们的吃苦能力却把自己最疼爱的孩子留在了山上。临走前，父母和孩子都哭了，其中一位母亲说：“孩子，不是妈狠心，只有让你现在经历苦难，今后你的生活才会更加精彩！”看到这里时，我忽然想起了一句话：可怜天下父母心！

另一个片段是，两个孩子跟着一个山洞学校的孩子一起生活。生活拮据的山里村民是好客、无私的，即使家里穷的揭不开锅，为了欢迎我们的到来，借来别家的母鸡杀掉，拿出舍不得吃的大米款待他们，毫不吝惜。看到这样的情景，两个城里的孩子感动的哭了。这时，我才发现我已经泪流满面。

看完节目，我在感叹的同时，更惊诧于在我们挥霍、浪费，满身名牌的时候，竟然还有这样一群吃不饱、穿不暖的大山里贫困的孩子。此时此刻，我想了很多，但更多的是从心底油然而生的一种对大山里孩子的那种崇敬和佩服！

那么，作为我们应该怎么去做呢？我想我们大家都知道。

我的演讲完毕，谢谢大家！

课前三分种的演讲稿篇七

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。

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。