

最新三分钟精彩早恋演讲稿 三分钟精彩演讲稿(精选9篇)

演讲是练习普通话的好机会，特别要注意字正腔圆，断句、断词要准确，还要注意整篇讲来有抑有扬，要有快有慢，有张有弛。大家想知道怎么样才能写得一篇好的演讲稿吗？以下是我帮大家整理的演讲稿模板范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

三分钟精彩早恋演讲稿篇一

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。

三分钟精彩早恋演讲稿篇二

尊敬的老师、同学们：

大家好！

蝴蝶因为有了破茧的痛苦，才会在空中留下美丽的身影；鱼儿因为有了惊涛骇浪的洗礼，才会有鱼跃龙门的美丽传说；雄鹰因为经受住了风刀霜剑的磨练，才会有叱咤风云的豪迈。

成长道路中磨练是人生的必修课。

俗话说的好，自古英才多磨难。回顾历史我们会发现许多名人都很注重在逆境中磨练自我的意志。

孔子的高徒颜回家境贫寒，屋舍破陋，卧在席上只能蜷着身子，他处在这样的逆境中却自得其乐学有所成。

宋濂少时家贫，学习上无书无师。学艰难，穷冬时节，穿行深山雪谷中。一日粗茶淡饭仅有两顿……经过多上磨练才最终有所成就。

我想这些名人之所以能取得巨大成就与他们在艰苦环境中的磨练是分不开的。正如孟子所言：天将降大任于斯人也，必先苦其心志劳其筋骨饿其体肤，空乏其身。仅有经历了磨练之后，才能真正树立起应对困难的信心。

阳光总在风雨后。

三分钟精彩早恋演讲稿篇三

大家好！

“世界上最快乐的事，莫过于为理想而奋斗”，在我小的时候甚至高中我一直有梦想，但是我没有为它奋斗过，到了大学之后我才渐渐的明白要想取得一点成功必须要付出艰苦的努力。

人生的意义就在于自己的理想而奋斗，生活好比旅行，理想就是路线，失去了路线，只好停止前进。但是仅仅有理想是不够的，我们不要耽于幻想，要有实际行动，即使我把未来勾画得再美好，但也只是空中楼阁罢了！

人生的道路漫长，有铺满鲜花的日子，也有阴雨连绵的时候，有掌声和欢笑环绕的日子，也有独自一人寂寞的时候，当我们不可避免的遇到挫折和困惑，走到人生的低谷时，我们的办法就是好好整理自己的心情，坚定自己的理想和信念，继续向前走。

每个人都应该有坚忍不拔，百折不挠勇往直前的使命感，努力拼搏是每个人的责任，我对这样的责任怀有一种舍我其谁的耐心，毅力和信念。我们都应该保持我们的信念，今天我在这里不是让在座的各位向我学习什么，而是作为一个后进生的例子，我相信我做到了，你们也可以。

谢谢。

三分钟精彩早恋演讲稿篇四

敬爱的老师，亲爱的同学：

此刻的我们，都是一名高中生，对未来充满了向往，我们的人生无法畅通无阻，应对一堵堵墙，我们要努力冲破。当我

们看到台上的主持人的神采飞扬时，我们不明白台下的他，是如何的艰辛，正所谓台上一分钟，台下十年功；我十分崇拜的那些舞蹈演员，在对他们深入了解后，我才明白，他们是多么的不容易，脚上起了一个又一个的泡，舞鞋不明白磨坏了多少双。令人敬畏的是，他们成功了，他们拥有了自我的新天地。

二，你必须要有脱离你那安全、温暖的巢穴的勇气。”这是不是同样告诉我们，当我们有了梦想之后，就不能像温室里的花朵一样了，我们要有吃苦、向上的精神，离开爸爸妈妈的宠爱，自立自强，去实现自我的梦想。蛹听到要离开自我的巢穴，似乎有些害怕了，就问蝴蝶：“这是不是意味着死亡”蝴蝶告诉他：“从蛹的生命意义上说，你已经死亡了；从蝴蝶的生命意义上说，你又获得了新生。”当我们实现梦想的时候，我们就会像新生儿一样生活在新天地，丢掉了以往的幼稚与无知。

宝剑锋从磨练出，每一把惊世骇俗的宝剑，以往的以往都是铁而已，没有什么好炫耀的，而他经过了水深火热的磨练后，便成了明星，然而没有经过磨练的铁，仍就是块普通的铁，时间会去侵蚀它，岁月的痕迹会布满他的身躯，最终的最终，它会变成一块废铁，被人们所遗弃。这便告诉我们，人仅有一生，要有自我的梦想，并为之奋斗，不要颓废不前，一生碌碌无为，浪费了大好的时光，在人世间白白的走了一遭。

我们要有自我的梦想，要实现梦想，要有不凡的人生。要记住宝剑锋从磨练出，必须敢于为了实现梦想而经历艰苦的磨练，在磨练中重新更生，塑造一个“新我”，创造一番自我的新天地。

三分钟精彩早恋演讲稿篇五

尊敬的刘总、华经理、黄经理、各位嘉宾、我最亲爱的同事们：

大家现在好!

光阴似箭，岁月如梭，奋斗的20xx即将过去，在过去的一年里，我们挥洒汗水，付出辛劳，迎来进步，收获硕果。20xx元旦钟声即将敲响，在这辞旧迎新的时刻，我们欢聚一堂，欢声笑语，畅想美好未来!

今天能有机会站在这个舞台上，首先要感谢我们公司的刘总，是您创建了意旺，为我们提供优越的工作和生活环境，我们把最发财的掌声送给刘总，也要感谢黄经理，各部门所有人员的大力配合，正因为有大家的积极参与配合，才有我们今天的精彩，更要感谢的是在场的每一位嘉宾的到来。请把我们的20xx最发财、最给力、雷鸣般的掌声送给在座的嘉宾朋友，带去我们最温馨的祝福——祝大家元旦快乐!今天我给大家带来的《感恩意旺》希望我们在20xx年以爱心做人，用感恩的心做事，预祝20xx我们意旺公司再创新的辉煌!感恩父母，是他们给予我们生命，感恩师长，是他们用知识丰富了我们的头脑，给我们飞向蓝天的力量!感恩朋友，茫茫人海、相遇便是最大的缘分。

感恩是一种生活态度，一种智慧，是员工忠诚企业的基础。一个有着感恩之心的员工，会执着而无私，博爱而善良，敬业而忠诚，一个有着感恩之心的员工，会对企业充满感激，转化为勤奋工作。感恩是一种美德，是一种态度，是一种信念，是一种情怀，同时也是人生的一种使命!

三分钟精彩早恋演讲稿篇六

亲爱的老师，同学们：

大家好，今天我要演讲的题目是《大学我来了》。

金秋九月，硕果累累的收获季节里，我带着亲朋好友的祝福，带着父老乡亲的期望，告别了美丽富饶的家乡，带着理想和

梦想踏进了西藏民族学院，有一些激动，有一些感慨，这里即将是我实现梦想的摇篮。

无论是在同年的时候，还是在风华正茂的大学时代，无论是在花季的时候，还是在雨季的时候，每个阶段，每个人都有自己的梦想，可是离我们最近的是属于我们的大学时代，因为这个时候才是我们真正去追求梦想的起点。

一张稚气未脱的脸，却难掩盖心中的喜悦迈着轻快的脚步踏入大学校门，同年时的大学梦想终于实现了，未来的梦想将在这里继续，我想说：“只要你相信自己，你就是最优秀的，唯有你相信自己，你才是最优秀的！”

回头看看走过的岁月，你会发现时间的迅疾，光阴的飞逝，当可亲可爱的亲人们期待着用我的翅膀点缀蓝天时，眼前的大学生活无限向往，无限憧憬，我相信西藏民族学院将会成为我梦想的摇篮，这里是我实现理想的起点。

明天未知，明天肯定美好；未来未知，未来值得憧憬；今后的大学生活未知，大学生生活要用心体味。

三分钟精彩早恋演讲稿篇七

别看它是一条黑母牛，牛奶一样是白的。

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。

温馨提示：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。

三分钟精彩早恋演讲稿篇八

尊敬的各位领导，亲爱的同事们：

大家上午好，我是来自建筑事业部的程陆伟，今天我演讲的题目是《多难兴邦精诚共抗疫》。

壬寅虎年，新冠病毒再度来袭，来的不仅有老式病株，还有新型变异病株，2022年的开端，似乎又是不平凡的开始。20xx年12月16日来到陕西渭南岩棉保温项目，恰逢西安疫情突发，一直感觉疫情离我那么近，却又那么远。但这一次，说实话，心里真的慌了，对于疫情，我们似乎有信心去战胜它，但又仿佛没有百分百的把握去战胜它，悄无声息、毫无察觉的就能让一个城市彻底沦陷，如何做好疫情防控工作就是我们的当务之急。

疫情防控，不仅是国家、社会集体的事情，更是我们个体的事情，只有我们个体做好，社会集体、国家才能更好，面对疫情，除了对疫情的关心与关注，我们能做什么，可以做什么，才能为抗击疫情出把力？其实无论是‘宅在家’用微小力量抗击疫情，还是‘不传谣’用自信凝聚前行合力，我们每个人都是抗击疫情的急先锋，面对本轮疫情，所有人都在尽自己最大努力不给集体添乱，不给国家添乱。但却也出现了‘陕西铁人三项’的笑谈，共享单车夜赴淳化、单枪匹马翻越秦岭、寒冬腊月横渡渭河，在他们看似英勇行动的背后，就是我们个人对抗击疫情工作的不负责。纵有千万理由，在疫情面前，他们都是失责者，但失责者终是少数。西安装修工人梁炎平与他的一位工友，因疫情隔离在工作现场，在只装修了地面、墙面的毛坯房里，靠着一个热水壶、四床棉被、几箱方便面，在夜间平均气温零度以下的房子里，自我隔

离21天。他们是疫情防控工作的勇者，是真正的担责人。面对疫情，“戴口罩”是防护的第一关，“不聚集”是防护的第二关，这些都是我们个人可以做到的事情，上下同欲者胜，同舟共济者赢，希望我们每个人上下一心，精诚抗疫，才能守住春天。

社会集体是每个人的凝聚，简单来讲，我们同作为工程项目的建设者，在工程施工现场中，我们就是一个集体，工程项目的防疫工作中我们就是领头人。我们必须贯彻执行“预防为主、分级控制、分层管理、及时处置”的工作原则；必须务实、高效、科学、有序地预防和控制新型冠状病毒的传播；遵循公司指导方针，结合项目部实际情况，统筹安排，精细管理，召开疫情防控专题会，成立疫情防控小组，专事专办，对项目现有人员封闭管理，对后续进场人员提前报备，仔细筛查每个人的行程轨迹。对疫情发展具有前瞻性，提前准备，提前储备、分发防疫物资、检查佩戴情况、每日测温、每日消毒杀菌。对疫情防控工作具有信心，纵是疫情扰乱，所有工作依旧安全有序进行，项目部人员同心所向，不曾出现人心惶惶。我们虽然只是一个小集体，但千千万万这样的小集体组合起来，就是一个大集体，所有的小集体都行动起来，疫情防控的'胜利指日可待。

我们的国家，我们的党，是我们无数中华儿女最大的庇护所。面对疫情，国家和党率先出击，团结我们，指导我们，引领我们。成立专家团队，研究新冠疫苗，逐步实现全民免费接种。10天建设火神山医院，18天建设雷神山医院，这样的丰功伟绩，只有我们的国家，我们的党才能做到。这肆虐的疫情，这特殊的战场，正是检验“初心使命”的考卷。党组织的战斗堡垒作用和党员的先锋模范作用，在此时更加凸显。也许，防控疫情斗争第一线的同志们，背不出多少高深的理论，但他们牢牢记住了自己的身份，是一名党员，是伟大祖国的儿女，群众有难，必须上前，哪怕舍弃了自己的“小家”，也不能放弃了“大家”□20xx与20xx年的防疫工作中，北京年近八旬的老党员、小汤山医院设计者黄锡璿主动请缨

赴鄂支援建设；湖南近300名医务人员踏上援鄂征途，许多人在请战书里写下同一个理由：“我是共产党员”。面对突如其来的挑战，有一群斗士心怀大爱，在抗击疫情的战场上，那一面面鲜红的国旗，在一线阵地上迎风飘扬，那舞动的铁锤镰刀，正闪烁着金色的光芒，迎接着新一轮春暖花开。

多难兴邦，无论面对洪水、地震、sars疫情，还是遭遇金融危机、贸易摩擦，我们党始终带领全国人民，一往无前，不懈奋斗，战胜了一个又一个的困难，创造了一个又一个奇迹。五千多年的中华民族，经历过无数次大风大浪而不倒、濒临绝境而不亡，反而愈发强大，缘何？答案就在万众一心，众志成城。

面对本次疫情，我相信，只是一场简单的考验，多难兴邦，精诚共抗疫，春天已到，回暖可期。

三分钟精彩早恋演讲稿篇九

时间就是金钱，时间就是生命，时间是非常珍贵的。

有人说：世上最公平的就是时间，它没有偏见。可是，偏偏有的人觉得时间太多，有的人觉得时间太少；有的人觉得时间过得太快，有的人觉得时间过得太慢。其实，根本原因是人对待时间的态度不同。鲁迅先生说过：浪费别人的时间，等于谋财害命。这话绝非夸大其词。

从古至今，和时间赛跑的人很多，司马光就是其中一个。为了抢时间，避免睡过头，他特别设计了一种圆木枕头。睡觉时只要一翻身，枕头就会滚走，把他弄醒，好起床继续工作。司马光形象地把这种枕头就“警枕”。

20xx年12月的一天，福州市钱塘小学二年级(2)班的小临被医院诊断患上了白血病，经抢救后苏醒过来的小临，告诉母亲的第一句话就是：我多么想活下去！

时间是有限的。而且，它像一只长着灵巧翅膀的小鸟，你不抓住它就会飞走了！

所以从现在开始我们要学会珍惜时间，合理利用时间。