

最新课前三分钟演讲稿青春 课前三分钟演讲稿三分钟演讲稿(优质6篇)

演讲稿是一种实用性比较强的文稿，是为演讲准备的书面材料。在现在的社会生活中，用到演讲稿的地方越来越多。那么演讲稿怎么写才恰当呢？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。

课前三分钟演讲稿青春篇一

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。下面是由本站为大家整理的课前三分钟的演讲稿范文，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。

课前三分钟演讲稿青春篇二

大家好！

多年前，村里有个年轻人成家后和父母分家另过，父母给儿子一家分了块坡地。年轻人一直在建筑行业干活，没有种过田，对农活一无所知。

夏天的时候，年轻人就像村里其他人家一样，开始在坡地上种玉米，为了能多增加一点收入，年轻人还在玉米的旁边种上了会爬藤的豇豆。

随着雨水的落地，玉米开始节节长高，豇豆也开始爬藤了，那藤条就像蛇一样紧紧地缠在玉米秆上。

秋收的时候，年轻人发现，自己玉米地里的玉米苞子没有别家的大，玉米粒也没有别家的那么饱满，豇豆也结了，却不像其它地里的那么颗粒饱满。

年轻人感到奇怪，为什么自己施的肥也不少，怎么会出现玉米、豇豆都不饱满的情况呢？于是就向父亲请教，父亲是种田的行家里手，也许能解答这个问题。

父亲听了儿子的疑惑后，什么也没说，领着儿子来到院子外的菜地上。菜地靠近路边，一圈篱笆环绕着菜地，父亲指着篱笆对儿子说：“你看，早上，太阳出来的时候，照在篱笆的东面；傍晚，太阳西斜的时候，照在篱笆的西面。不过，不管怎样，太阳都不能同时照到篱笆的两面。”顿了顿，父亲又接下来说，“就像你在地里既种了玉米，又种了豆子，怎么可能两样都会饱满呢，其中的道理是一样的。”

谢谢大家！

课前三分钟演讲稿青春篇三

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！

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。

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，那么我们就要改变自己。

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！

课前三分钟演讲稿青春篇四

我的姥姥，个子不高，体型微胖，弯弯的眉毛下有一个塌塌的鼻子，看上去很慈祥。姥姥十分勤俭节约。

有一天，妈妈为我们做了一锅美味的饭菜。红的、黄的、绿的和白的，各种各样的菜品齐聚一堂，香气扑鼻。没一会儿工夫，一大锅的菜被我们吃得差不多了，但最后的那点锅底却谁也吃不下了。大家你看看我，我看看你，正准备把这些剩饭菜倒掉的时候，姥姥一把将盘子夺了过来，“哗啦”几下便吃了个精光，然后头也不回地走了，一边走，还一边说：“竟然这么浪费，太可恶了！”我不由惊叹，原来姥姥这么节俭呀！

姥姥不仅节俭，而且还十分勤劳。在姥姥家的院子里，有一块很大的菜园。这里的蔬菜种类繁多，应有尽有：有圆圆的卷心菜，有高挑的玉米，还有害羞的白萝卜……之所以这块

菜园这么好，是因为有我们家的种菜高手——姥姥。不管是在什么时候，只要一有时间，姥姥都会忙着照看菜园。她一会儿清除杂草，一会儿给蔬菜浇水，真是好忙呀！

这就是我的姥姥，一个勤劳节俭，又爱唠叨的姥姥。

水，是一切的生命之源。正因为有了水，才有了这个蔚蓝而美丽的星球，才使人类、动植物得以生存。

假如真的没有水，那会怎样呢？那地球上也会和火星、土星一样，没有生命，死气沉沉。那么，将不会有人类的出现，树木，花草等一切将不复存在。鲜花经过浇灌才会绽放，绿叶经过滋润才会美丽。如果没有水，鲜花会绽放吗？小溪会欢唱吗？小鸟会飞翔吗？小树会枝繁叶茂吗？答案不言而喻。

水资源是有限的。陆地上的淡水资源非常之少，地球的表面虽然被百分之七十的水所覆盖，但大多是海水，海水是咸水，不能直接利用，而淡水资源只占地球上水体总量的百分之二点五三，其中近百分之七十是固体冰川，即分布在两极地区和中、低纬度地区的高山冰川，还很难加以利用。目前人类比较容易利用的淡水资源，主要是河流水、淡水湖泊水，以及浅层地下水，储量约占全球淡水总储量的百分之零点三，只占全球总储水量的十万分之七。

在日常生活中，水总是不知不觉地被浪费掉。洗菜要一盆一盆地洗，要是开着水龙头冲，一餐饭就要耗水50千克。用洗衣机洗衣服满桶再洗，若分开两次洗，则多耗水120千克。淘米水洗菜，再用清水清洗，不仅节约了水，还有效地清除了蔬菜上的残存农药。洗衣水洗拖帕、帚地板、再冲厕所。第二道清洗衣物的洗衣水擦门窗及家具、洗鞋袜等。大、小便后冲洗厕所，尽量不开大水管冲洗，而充分利用使用过的“脏水”。淋浴如果关掉水龙头擦香皂的话，洗一次澡可节水60千克。夏天给室内外地面洒水降温，尽量不用清水，而用洗衣之后的洗衣水。自行车、家用小轿车清洁时，不用

水冲，改用湿布擦，太脏的地方，也宜用洗衣物过后的余水冲洗。家庭浇花，宜用淘米水、茶水、洗衣水等。家庭洗涤手巾、小对象、瓜果等少量用水。宜用盆子盛水而不宜开水龙头放水冲洗。

如果大家都没有节水的意识，如果真的到了水贵如油的那天，将会有无数的人干渴而亡，地球上的最后一滴水将会成为人们悔恨的眼泪！

珍惜水资源，保护水环境。污水处理系统，加强水环境监测，强化法律意识，依法管理水资源、水环境。

节约用水，利在当代，功在千秋。所以，我呼吁大家，节约用水，从现在开始，节水，爱水，珍惜水资源，保护水资源。从我做起，从身边的一点一滴做起！

勤俭节约是中华民族的传统美德，可是随着生活水平的提高，家家户户都变得富裕起来，这种美德便渐渐被人们淡忘了。但是，有些人并没有忘记这一传统，依旧勤俭节约，我的奶奶就是其中的一员。

奶奶已经七十多岁了，满头白发，脸上堆满了皱纹。她平时十分节俭，恨不得把东西复制几个，按奶奶的话说就是：“这东西没坏，凑合着用吧。”奶奶平时喜欢捡瓶子去卖钱，小时候，在奶奶的感染下，我也有了这个习惯，在我上一年级时，一次在校园里，我看见了一个瓶子，于是我把它偷偷藏了起来，到了下午放学的时候，我放下书包，马不停蹄地往我藏瓶子的地方跑去，当我看见瓶子还在时，欣喜若狂，连忙跑到栏杆前，对着栏杆外面的奶奶喊道：“奶奶，我找到一个瓶子！”说完，我用尽全身的力气，把瓶子扔了出去，奶奶捡起瓶子，拍了拍上面的灰尘，放进了随身携带的袋子里。奶奶夸奖我，“真是勤俭节约的好孩子。”我听了后，心里美滋滋的，现在回想起来真觉得有点可笑。

奶奶的衣着十分朴素，在奶奶看来，衣服只要是没有穿破，就算是好衣服。一次，妈妈给奶奶买了一套新衣服，奶奶见了，十分生气，“买这么贵的衣服干什么？，赶紧拿去退了，”奶奶的态度很坚决，在奶奶的坚持下，没办法，妈妈只能把衣服退掉。事后妈妈生气地对我说：“再也不给你奶奶买衣服了！”

别看奶奶平时这么节俭，但遇到大事上却一点也不含糊，听妈妈说，在20xx年汶川大地震时，奶奶把自己节省下来的钱，全部捐赠给了地震灾区，用来帮助那些急需帮助的人们。

这就是我勤俭节约的奶奶，我要学习奶奶的这种美德，并把这种美德传承下去。

“奢侈浪费真可耻，勤俭节约是美德。”这是爷爷奶奶经常说的话。每当我听到这话时，我都十分惭愧。

记得有一次，我不仅没把碗里的饭吃完，还掉了许多饭粒在地上，爷爷看见了问我：“你学过《悯农》这首诗吗？‘谁知盘中餐，粒粒皆辛苦’这句诗写得多好啊！”爷爷又说，“现在世界上有许多小孩，整天饿着肚子，面黄肌瘦，过着衣不蔽体的生活；而你呢，随意浪费粮食。虽然我们的生活好了，但是节约粮食的传统不能丢。”我听了这话，觉得爷爷说的对，勤俭节约的好习惯要从小培养，以后我一定要注意。

还有一次，我看见一件衣服残旧了，便把它丢在一边，不穿了。妈妈语重心长地对我说：“不是我不买新衣服给你。这件衣服虽然旧了，但还可以穿啊！能用的就用，这是最基本的美德。”又问我，“你听过《毛泽东同志的军装》这个故事吗？毛主席在延安时穿着一套洗得发白，补丁摞补丁的军装，同志们几次要他换一套新的，他都不同意。有一次同志们背着他给他领了一套新军装，他发现后，硬是退了回去。毛主席的旧军装穿了四五年，大大小小的补丁有18块呢！听了这话，我想：毛主席是国家领导人，他都这么艰苦朴素勤俭节约，

为什么我不能勤俭节约呢？”

勤俭节约是劳动人民的本色，是中华民族的光荣传统。我一定要继承和发扬这种光荣传统，我要永远记住“奢侈浪费真可耻，勤俭节约是美德。”这句话！

为小学生的我们更应该从小事做起，从点点滴滴做起，自觉塑造廉洁人品，节约一滴水、节约一粒米，“滴水汇成河，粒米攒成筐。”“勤俭永不穷，坐食山也空。”

任何一个国家，任何一个民族，如故果浪费成风，那么这个国家，这个民族也就没了希望。

我们在平时生活中，要节约用水看到在滴水的龙头应立即关上，在家里，洗菜水

可以拖地，洗脸洗衣服的水可以冲厕所；人离开要随手关灯；一个学期下来未用完的

本子可以装订起来作为草稿本；不乱丢粮食；不乱买东西，穿衣不讲名牌；铅笔可以

用到短得不能再用为止等等，都是我们要养成勤俭节约的好习惯。

让勤俭节约成为一种精神，我们永远铭记在心！

课前三分钟演讲稿青春篇五

演讲稿可以帮助发言者更好的表达。在不断进步的时代，我们使用上演讲稿的情况与日俱增，那要怎么写好演讲稿呢？下面是小编精心整理的三分钟勤俭节约的演讲稿，希望对大家有所帮助。

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家好！

今天，在这个庄严的时刻，我怀着激动的心情，向大家演讲的主题是“爱国励志，勤俭节约”。我们伟大的祖国有着五千多年悠久历史。在这历史长河中出想了许许多多的爱国人士。其中对我印象最深的就是近代杰出的科学家钱学森他在美国获得了非常大的成就，他有了金钱、地位、名誉……他如果留在美国，可能会开上名车，住上豪华的私人别墅，担任美国航天与火箭事业的研究制造者。如果他回到祖国，不仅失去了在美国的一切金钱、地位、荣誉，而且可能过上比原来穷苦十倍。甚至二十倍的生活。当时的中国非常贫穷落后，刚刚解放，百废待兴。可他毅然选择了回国。他说：“我是中国人，我可以放弃这里的一切，但是不能放弃祖国，我应该早日回到祖国去，为建设新中国贡献自己的全部力量。”

这是一番多么恋人的话语啊！而且为了祖国，可以放弃一切，难道这还不足以表达钱学森的爱国之情吗？我们小学生是初升的太阳，是祖国的花朵与未来。我们应该学习钱学森在困境中不屈不挠，有坚定的决心与巨大的勇气与精神，以及他爱国胜过爱一切的品质。我作为一名小学生，我要好好学习，用优异的成绩来报答祖国。我在学校上课要认真听讲，积极参加学校组织的各种活动与比赛，克服困难，改正错误，发扬优点。我觉得帮助弱者，帮助有困难的人也是爱国。我是一名少先队员，我要帮助那些需要帮助的人。学校社会上每年都要慈善捐款。我总能力所能及捐点钱给有困难的人，但愿对他们有所帮助，这也是为国出力，也在为国分忧。

保护环境是我们每个人应尽的义务。我现在就要从我做起，从小事做起，在学校，我不乱扔垃圾，不踩踏草坪，不伤害小树，自觉维护校园环境。在公园，我要爱护花草树木，爱护公共设施，在公共场所，见到不讲卫生的人，我要主动出

来劝告与制止。这就是作为一名小学生独特的爱国方式，也是我的爱国方法。

水是生命之源，万物之本。没有水就没有生命，就没有大千世界的五彩缤纷。春暖花开，雨水唤醒了万物，炎炎夏日，河水灌溉了农田，金色的秋天，泉水吸引了游人，冰天雪地，热茶让人倍感温暖。重视水，节约水是我国的基本国策，也是每个公民包括我们每位同学的义务与责任。我们要牢固树立“节水光荣，浪费水可耻”的信念，养成节约用水的好习惯，让我们从我做起，从现在做起，以主人翁的责任感，重视水，节约水，珍惜生命之源。

我们要珍惜眼前的光阴，带着一丝不苟的态度去学好文化知识，学好科技本领。从现在做起，从一点一滴小事做起，踏好脚下的每一步，做到“一步一个脚印”，树立远大的理想，培养高尚的情操，努力做一个爱国励志，勤俭节约的好学生。明天的我们，定会收获美好的前程，绽放人生的光彩。

谢谢大家！我的国旗下讲话完了。

课前三分钟演讲稿青春篇六

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

要想有船来，就必须修建属于自己的码头。要想成功，就必须通过自己的努力。“闻鸡起舞早耕耘，天道酬勤有志人。”上天会按每个人的付出给予回报，唯有努力才能抓住机遇。只有立足于当下克服浮躁才能成功。

任何一件事在你执行前都是从零开始的，可以有参照，但绝无现成。创业就是一个再好不过的例子了。阿里巴巴的创始

人马云想必也是家喻户晓令人刮目相看了。但是马云在创立阿里巴巴前却是一名英语教师，本来英语说不标准的他当一名教师时常常被人讥笑和嘲讽。可是他可没有在意这些，善于观察生活的他抓住互联网发展的机遇开始自己的创业。同样的例子还有腾讯的创始人马化腾。他们都是善于观察抓住了机遇才能成功。

成功并不是一时半就成功的，要有水滴石穿的决心与毅力才能厚积薄发。伟大的社会主义理论家马克思为了完成他的《资本论》废寝忘食的在图书馆查阅