

# 诚信的即兴演讲三分钟视频(通用13篇)

导游词是旅游行业中不可或缺的一部分，在旅游过程中起到引导、解说和推广的作用。下面是一些经典的加油稿范文，大家可以借鉴其中的表达方式和思路。

## 诚信的即兴演讲三分钟视频篇一

今天我演讲的题目是《超越自我，放飞梦想》！

梦想，似乎深不可测，但却近在咫尺。我们现在所想做的，就是超越自我，去追逐心中的梦想。初生牛犊不怕虎。我们正当年轻，没有挫折的失意，世界的一切对我们来讲都是充满机遇的，我们不甘平凡，就必定会发出不同凡响的声音，走出别人没有走过的路，超越自我，激情迸发。我们没有经验与教训，但是我们并不缺乏青春的冲动与热血激情。

海阔凭鱼跃，天高任鸟飞。每个人都怀揣着一个属于自己的梦想。然而，什么是梦？什么又是梦想？梦是期待，而梦想是坚强。是你把飘渺的梦坚持作为自己理想的勇气和执著，是你对自己负责的最高境界。但扪心自问，我们有多少人能够成就自己心中最初的梦想？我们的梦想，是一个简单的信念，是一份对自己未来与生命的责任。也许，是二十岁的豪情壮志；也许，是青春期的迷茫与冲动；也许只是一份平淡的渴望，渴望掌声，渴望成功。无数的“可能”，无数的“希望”，因为我们的青春岁月充满奇迹，我们心中大大小小的梦，在生活的每一个角落里芬芳弥漫。

亲爱的朋友们，回眸自己的一路成长，还记得每一个梦想带来的悸动，在生命中留下了怎样的足迹？为了修身养性，母亲让我6岁开始学习书法；因为还没断奶就会说话，母亲又断定了我有语言天赋，从小安排大量的语言训练；又因为母亲年轻时的“作家梦”，我从8岁开始接受正规的写作辅导.....

就像一块机械的海绵，疯狂的吸收那些陌生的课业知识，外语课、电脑课、家政财经课.....凡是母亲认为应该要学的，那就是我的义务。？“落红不是无情物，化作春泥更护花”。选择坚持，选择珍惜，选择成就生命的激情，勇敢的成就心中最初的梦想？无论是你，是他，还是我，当我们走进这个纷繁的世界时，心中都藏着一个美好的梦想。为了这个梦想，我们立下坚定的信念，我们有着不屈的意志和不懈的努力。？当我们走上自己的梦想之路时，我们发现自己的梦想之路又是那么的.艰难，那么的遥远。在广袤的市场上我们能感受到施展才华的宽广舞台，然而，异乡的举目无亲，让我们茫然而不知所措；初来乍到的无知，让我们深深的感受着这个社会舞台的多姿与无奈；开发市场的艰辛，也让我们真正感受到了什么才是销售。

所有的一切，就是因为我们拥有着梦想，有着不屈的意志，有着坚定的信念！我们绝不会放弃，更不会抛弃，因为我们心中有梦，有着自己一个美好的梦，而这个梦是需要坚韧和不懈的努力。？我们为梦想已经开始上路，已经走在路上，在这个路上将有更多的沟壑与荆棘在等待着我们，也有着更大的收获在等着我们。

放飞你的梦想，让我们用坚定的信心，满腹的豪情，永不退缩的信念，去迎接挑战！

谢谢大家！

## 诚信的即兴演讲三分钟视频篇二

一场成功的奥林匹克运动会，不仅是运动场上体育健儿激情的表演，更是一场动人心魄的大合唱！我把北京奥运比作一张画，我们每个人手中都有一支笔，不仅仅需要色彩的亮丽，更应该追求整体的和谐。只有整体和谐，才是最美丽的画卷。

作为中华民族的一员，我们不是每个人都能走上奥运的赛场，

在五环旗下迸发光彩！但我们也有自己的`奥运舞台，用我们一颗诚挚的心，为北京增添光彩！不在闪光灯下，不在领奖台上，我们照样能成为奉献奥运的英雄！

作为伟大祖国的公民，我们应当找准自己的位置，用自己的行动装点全民的奥运梦。你和我也许不会有像刘翔那样历史性的跨越，但我们每个人跨出文明的一小步，中国社会将向前迈出和谐的一大步。就像一个公益广告说的：“其实文明就在我们心中，我们会在生活中不经意地流露着。

有时，多一个手势，对别人来说，就是多一份体谅。还有时，多一点耐心的等待，对别人来说就是一种关爱。有时，多一点分享，对别人来说，就是多一份温暖。文明是一种力量，就像奥运火炬传递一样，在每个人心中传递，也能够汇聚所有人的热情。就让我们从自己做起，从小事做起，讲文明、讲奉献，关心奥运，支持奥运。用热情的笑脸，融化心灵的冰川；用和谐的理念，再创礼仪之邦！

激情成就梦想，和谐点亮未来。我们应该发扬奥运的精神，共同建设美好家园；我们更应该凝聚各方力量，共同推进经济社会的发展；我们还有必要调动社会各界的积极性，共同维护社会的和谐稳定。和谐的中国，将会让所有的人的眼睛为之一亮！发展的中国，必将赢得世人的赞叹！我们坚信，无论是战友还是对手，在奥林匹克会歌响起的时候，都会为我们热烈地鼓掌！

“同一个世界，同一个梦想”！让我们共同倡议：我以行动见文明，我以文明迎奥运！让我们将民族的信念融合，放进激情的奥运熔炉，历练出时代的“真金”。在2008年北京奥运会上向世界展示“和谐中国”的崭新形象！

## 诚信的即兴演讲三分钟视频篇三

尊敬的各位领导，各位老师们：

今天，老师要给大家聊聊美化校园的话题。我想现在可能会有一些同学在想，美化校园？我们的校园不是很美吗？你看校园里：操场上干干净净无纸屑，四周围绿树草皮话烂漫，楼房整齐一排排，同学们穿红着绿好漂亮，外面还有绿水青山来拥抱，谁敢说我们的校园不美吗啊？可是今天，老师要实话实说：我们的校园里还有美中的不足，还存在着“丑”的东西。

再过一月，我们即将毕业，我们将要从学校进入社会，这种环境的转变将会带给我们些什么，现在的我不得而知。但是我知道即将开始的是一个新的人生、一个新的起点。

在平常的生活中，总会听到关于初出茅庐的学生经受的挫折是多么可怕的话，其实我们不必太过在意，许多挫折往往是美好的开始。有人在挫折中成长，有人在挫折中跌倒，关键在于个人是如何看待的。要知道这个世界从来都是相对的，有挫折必定有成功，重要的是看你要以怎样的心态去面对，站起来便能成就更好的自己，硬是在地上赖着，自怨自艾悲叹不已的人，注定只能继续哭泣。哪个站在台面上的人，不是有一堆令人辛酸的过去？挫折往往令他们站得更稳。

我记得美国的小说家————毛姆写过一篇小说，叫做《刀锋》，是说人们从一种状态过渡到另一种状态的时候，就像从刀的一面过渡到另一面，而最艰难的时候就是趟过刀刃的那一刻，其实走过去就会发现，刀的另一面远没我们想像的那样不可忍受。

不管遇到怎样的难关，我们只要尽量找出其中的光明面，这样，不论多不好的困境都会好转。不然，只会让自己一直陷在不幸之中。

同学们，让我们在国旗下共同祝愿，祝愿我们的生活处处开满文明之花！祝愿我们自己一步步地迈向文明！

做文明之人，永远的呼唤！一生的追求！

## 诚信的即兴演讲三分钟视频篇四

即兴演讲在有限的时间内也可以写好自己的稿子，今天本站小编给大家分享一些三分钟即兴演讲的范文，希望对大家有所帮助。

我爱祖国啊，是您给予了我们的生命，让我们在辽阔的大地上茁壮成长；祖国啊，是您哺育多少英雄儿女，您为了明天的灿烂和辉煌，付出了多少艰辛和汗水。

20xx年初，一场罕见的雪灾袭击中国南方，大雪纷飞，引起交通堵塞，通讯中断，昔日令人赞叹的银装素裹的冰雪世界，今日却给国家造成了巨大的经济损失。到处冰天雪地，虽然大雪冰冻了大地，却没有冻僵中国人民的信心，中央领导人为了大家能过好祥和、愉快的春节，在日理万机中，不辞辛苦，千里迢迢，风尘仆仆来到现场，看望、慰问受灾群众，指挥安排工作，他们勇敢，不畏艰辛的精神感动了我们十三亿人，中国人民同甘共苦，风雨同舟，度过了难关。

同时，灾区的百姓也在勇敢地自救，灾区的情况时刻牵动着全球华人的心，中国人民伸出了援助之手，纷纷捐钱、捐物、献血，他们还自发地集会用行动鼓舞着灾区的人民——四川雄起！中国雄起！此时此刻我深深体会到了团结的力量！

20xx年8月8日8分，奥运会终于拉开了序幕，林浩作为小小护旗手与姚明一同引领中国代表队出场，赛场上体育健儿展现了敢于拼搏的精神风采，中国夺得了51枚金牌、21枚银牌、28枚铜牌，于8月24日8时北京奥运会圆满结束，也展现了我国强大的经济实力，让全世界了解中国发生了翻天覆地的变化！

继奥运会后，又迎来一件举国瞩目的大事，神舟七号载人飞船成功升空，中国实现了第一次太空行走，我国航天技术又进入了新的里程碑，我们祖国多么神奇，多么有智慧啊！

我是一个充满自信的女孩，在工作面前，我自信，我能干；在荣誉面前，我自信，我沉稳；在困难面前，我自信，我奋进。

在这里，最值得说的是我的性格。我宽容、豁达，好的事情总记得，不好的事情总不放在心里。大文学家雨果说过：“世界上最宽阔的是海洋，比海洋更宽阔的是天空，在天空宽阔的是人的心灵。”我总是向着这个目标前进，这一点，使得我不计较点滴的得失，总是有一个好心情，也能让我和同学、朋友搞好关系，少了矛盾，多了快乐。这也是一个大队委所必备的。

我认为自己很适合担任大队干部。首先，我热爱我的工作，我有相当的管理经验，领导能力。我活泼开朗，兴趣广泛；我严于律己、以身作则；我脚踏实地、兢兢业业。

假如我能当选，我将进一步加强自身修养，努力提高和完善自身素质，我将时时要求自己“待人真诚，办事公正”；要求自己“乐于助人，尊老爱幼”等等。总之，我要力争让大队干部的职责与个人思想品格同时到位。

是花，我就要开放；是树，我就要长成栋梁；是石头，我会铺出大路；假如我是大队委，我就要成为一名出色的领航员。

各位代表，你们所期望的大队干部，不正是敢想敢说敢做的人吗？我十分愿意做你们所期待的公仆。希望你们支持我、信任我，投上你们神圣的一票吧！

一场成功的奥林匹克运动会，不仅是运动场上体育健儿激情的表演，更是一场动人心魄的大合唱！我把北京奥运比作一张画，我们每个人手中都有一支笔，不仅仅需要色彩的亮丽，

更应该追求整体的和谐。只有整体和谐，才是最美丽的画卷。

作为中华民族的一员，我们不是每个人都能走上奥运的赛场，在五环旗下迸发光彩!但我们也有自己的奥运舞台，用我们一颗诚挚的心，为北京增添光彩!不在闪光灯下，不在领奖台上，我们照样能成为奉献奥运的英雄!

作为伟大祖国的公民，我们应当找准自己的位置，用自己的行动装点全民的奥运梦。你和我也许不会有像刘翔那样历史性的跨越，但我们每个人跨出文明的一小步，中国社会将向前迈出和谐的一大步。就像一个公益广告说的：“其实文明就在我们心中，我们会在生活中不经意地流露着。

有时，多一个手势，对别人来说，就是多一份体谅。还有时，多一点耐心的等待，对别人来说就是一种关爱。有时，多一点分享，对别人来说，就是多一份温暖。文明是一种力量，就像奥运火炬传递一样，在每个人心中传递，也能够汇聚所有人的热情。就让我们从自己做起，从小事做起，讲文明、讲奉献，关心奥运，支持奥运。用热情的笑脸，融化心灵的冰川;用和谐的理念，再创礼仪之邦!

激情成就梦想，和谐点亮未来。我们应该发扬奥运的精神，共同建设美好家园;我们更应该凝聚各方力量，共同推进经济社会的发展;我们还有必要调动社会各界的积极性，共同维护社会的和谐稳定。和谐的中国，将会让所有的人的眼睛为之一亮!发展的中国，必将赢得世人的赞叹!我们坚信，无论是战友还是对手，在奥林匹克会歌响起的时候，都会为我们热烈地鼓掌!

“同一个世界，同一个梦想”!让我们共同倡议：我以行动见文明，我以文明迎奥运!让我们将民族的信念融合，放进激情的奥运熔炉，历练出时代的“真金”。在20xx年北京奥运会上向世界展示“和谐中国”的崭新形象!

今天，老师要给大家聊聊美化校园的话题。我想现在可能会有一些同学在想，美化校园？我们的校园不是很美吗？你看校园里：操场上干干净净无纸屑，四周围绿树草皮话烂漫，楼房整齐一排排，同学们穿红着绿好漂亮，外面还有绿水青山来拥抱，谁敢说我们的校园不美吗啊？可是今天，老师要实话实说：我们的校园里还有美中的不足，还存在着“丑”的东西。

再过一月，我们即将毕业，我们将要从学校进入社会，这种环境的转变将会带给我们些什么，现在的我不得而知。但是我知道即将开始的是一个新的人生、一个新的起点。

在平常的生活中，总会听到关于初出茅庐的学生经受的挫折是多么可怕的话，其实我们不必太过在意，许多挫折往往是美好的开始。有人在挫折中成长，有人在挫折中跌倒，关键在于个人是如何看待的。要知道这个世界从来都是相对的，有挫折必定有成功，重要的是看你要以怎样的心态去面对，站起来便能成就更好的自己，硬是在地上赖着，自怨自艾悲叹不已的人，注定只能继续哭泣。哪个站在台面上的人，不是有一堆令人辛酸的过去？挫折往往令他们站得更稳。

我记得美国的小说家——毛姆写过一篇小说，叫做《刀锋》，是说人们从一种状态过渡到另一种状态的时候，就像从刀的一面过渡到另一面，而最艰难的时候就是趟过刀刃的那一刻，其实走过去就会发现，刀的另一面远没我们想像的那样不可忍受。

不管遇到怎样的难关，我们只要尽量找出其中的光明面，这样，不论多不好的困境都会好转。不然，只会让自己一直陷在不幸之中。

同学们，让我们在国旗下共同祝愿，祝愿我们的生活处处开满文明之花！祝愿我们自己一步步地迈向文明！

做文明之人，永远的呼唤！一生的追求！

## 诚信的即兴演讲三分钟视频篇五

尊敬的公司各位领导、各位师傅们：

大家上午（或下午及晚上）好！

我叫，来自\_\_环保。很荣幸今天能有机会站在这里，与各位领导、各位师傅共同探讨公司关于开展“爱心活动”、实施“平安工程”的话题，今天我演讲的题目是《和谐火电\_军》。

在腾飞的21世纪，在高速发展的今天，随着科学技术不断进步、国民经济的迅速发展、人们的物质生活与精神生活逐步改善、社会电力建设的繁荣昌盛，这也给我们火电\_军带来了勃勃生机。但是，在我们勃勃生机的背后却时刻存在着一个大家都不容忽视的问题——那就是安全。也只有安全了，我们才能静静的享受着爱与被爱，才能营造我们的和谐火电\_军！

从我们咿呀学语，蹒跚学步的时候起，耳边回荡的最多的便是母亲千叮咛、万嘱咐的：“一定要小心，注意安全！”当我们行于车道时、当我们第一天进公司时、当我们坚守工作岗位时——每一步的人生路程依然鸣着“安全第一”的响亮口号。

我们做为电建单位，安全将是一个永恒的话题，所以公司树立起“以人为本、安全第一”的安全、管理理念！公司首先建立起有效的安全管理网络：从公司本部的安监部到各项目的安监科及各施工班组专责安全员的分级设置，形成一整套行之有效的安全管理网络。二是加强安全文化宣传，营造公司安全氛围：相信大家在每个工地的入口都能见到“高高兴兴上班去，平平安安回家来”等安全警句、安全寄语的大标语牌，这样的话语时刻提醒着我们要遵章守纪，杜绝一切安全事故的发生；三是全面开展安全学习活动，提高认识，消除安全隐患：从新入司员工的三级安全教育、到各项目部

每日的班前“三交”、再公司每年安全月活动的开展等活动和学习，使公司员工做到知纪知章、遵章守纪，消除安全隐患的人为源头；四是增强意识，提高素质，夯实基础：在公司创建的“无违章工作现场”目标中，各个项目部抓好各项安全措施落实，各个班组规范人员行为，各个员工养成安全习惯，从开展安全思想、安全素质教育，创平安班组，开展安全竞赛等活动中提高员工安全技能素质，确保员工人身安全，严防安全事故发生。

公司从上到下一起创新我们的安全工作机制，发展安全管理实践，培养团队精神，培育平安理念，建设平安文化，从而实现电建\_军安全生产的长治久安，这也让公司每位员工都身受其益。

曾经看过一则寓言故事：一把坚实的大锁挂在大门上，一根铁杆费了九牛二虎之力，还是无法将它插撬开。钥匙来了，他瘦小的身躯钻进锁眼里，只轻轻的一转，大锁就“啪”的一声打开了。铁杆奇怪地问钥匙：“为什么我费了那么大力气也打不开，而你却轻而易举地就把它打开了呢？”钥匙说：“因为我最了解他的心。”是啊！每个人的心，都像上了锁的大门，任你再粗的铁棒也撬不开。唯有关怀，才能把自己变成枚细腻的钥匙，进入别人的心中，了解别人，帮助别人。

“爱心活动”“平安工程”正在我们电力系统深入推进，措施办法各式各样，效果自然也是差错不齐，为了达到“爱心活动”“平安工程”最终目的，我们努力打造一把“爱心钥匙”，深入人心。公司通过组织“爱心光明行动”、“企业是我家，我要忠诚他”、“前方监督，后方叮嘱”、“我为平安献爱心”等形式多样、行之有效的活动，营造献爱心、保平安的企业理念。从而培养一支富有爱心、忠诚企业、乐于奉献、宽容博爱的员工队伍，以达到公司创建“两型一流”现代企业的最终目标。

朋友们，我们的电力建设巨轮正扬起风帆，在急流险滩中向理想的彼岸全速前进，不管你是水手还是舵手，请伸出你的双手、献出你的爱心，共同建设我们的和谐火电\_军！

谢谢大家！

## 诚信的即兴演讲三分钟视频篇六

时间能改变一切时间，是一个神奇的词语。它成为了人们不能解释时的唯一借口，它成为了不能回头，不能倒退的代表。多少经不起它考验的情感只能深深的沉入谷底，消失。

我想，对于这个问题，我的答案是肯定的。时间能改变一切，时间能成就一切！下面我将来向大家解说这个观点。

首先，时间不可回转的特性，让我们看到了世界的改变，从原始人到现代的文明，我们看到了人类的一步步改变，是人类通过自己努力的改变，同时也是时间的改变，时间它不会静止，它改变了世界。时间的长河里，锻造出了亚历山大，牛顿，爱因斯坦，达尔文，孔子等伟人。这些名人的出现，促进了时代的变迁。时间能够改变一切，时间让我们看到未来将会更好，这个不会停止的进程里，永远有想不到的惊喜。

其次，从我们现实生活出发。时间能够改变一切，旧习惯会被新的习惯所替代。旧的我们也会染上新的气息，因为时间不会停止，我们也不会静止。总会有人在遇到挫折的时候，想要放弃。总会有人在遇到困难的时候，不再有勇气。可是，时间会改变他们，时间会给他们一个答案。就算有再大的挑战，只要有时间去改变，我们就会有希望成功。所以这些小挫折，永远也不会影响时间的更替。时间会让我们的努力看到结果，这便是时间的不可超越性。

时间能改变一切，时间能让孩童时的纯真、幼稚蜕变。时间能让一个生命在它的流里，显得微不足道。这些都是时间的

微妙。

时间能改变一切，但关键是你如何利用它，使它让你改变的更好，成为更好的人，成为更优秀的自己。

## 诚信的即兴演讲三分钟视频篇七

老师们、同学们，大家好！

大学生活是多姿多彩的，但也需要我们去把握和深入体会。有人说：“平凡的大学生有着相同的平凡，而不平凡的大学却有着各自的辉煌。”但是，你可以选择平凡，但却不可以选择平庸；可以的话，相信谁都想不平凡。那么，怎样才能使自己的大学生生活充实有意义，怎样做主自己的大学呢？我随便谈谈个人的几点观点。

“人生就像饺子，岁月是皮，经历是馅。酸甜苦辣皆为滋味，毅力和信心正是饺子皮上的褶皱，人生中难免被狠狠挤一下，被开水煮一下，被人咬一下，倘若没有经历，硬装成熟，总会有露馅的时候。”这一段话，不是我的原创，是崔永元评论人生的一段话。以我现在的经历还不配和大家谈人生，我要谈的是对于在座的每个人的一生都至关重要的大学生生活。

对于今天让我站在这里给大家讲如何度过关键的四年大学生生活，其实有点赶鸭子上架。在这里我结合自己的一点经历来谈一谈大学生生活。有人说：大学一年级往往“不知道自己不知道”，大学二年级就进了一步“知道自己不知道”，大学三年级时“不知道自己知道”，大学四年级“知道自己知道”。其实，至今我也没能吃透其中蕴含的意味，但是模模糊糊能体会到一点，就是从天上落到地上，从憧憬理想回到现实。很多人之所以不适应大学的生活，很大程度上是受到了网上或者杂志上的一些关于大学生生活小说的误导。很多作者描写大学生生活都是以调侃的语气，向读者描绘一个他心中理想的大学。受到这种误导，在每个人踏进大学之前会对自己的大学生生活

有一个理想的描绘。怀着这份美好，进入大学后，很多人都会迷糊一阵子，充分享受突如其来的自由和新奇感。但是在一天天上课，自习后，这种激情慢慢的消退，就开始进入迷茫阶段，怀念高中同学，怀念高中生活。在座的大都处在“不知道自己不知道”和“知道自己不知道”阶段，尤其是后者，往往是造成迷茫，困惑和郁闷的根源。而这也是慢慢长大踏实地的过渡到“知道自己知道”必经阶段。如果你现在觉得没有方向，也没必要着急，其实这很正常。很多人在没进大学前，就在脑子形成这样一种观念，认为高中的同学之间的感情才是最纯真的，到了大学彼此就不能坦诚相待了。我就有过类似的想法。事实上，随着和宿舍的同学相处，其实这种观念是不对的，至少对于和你一起朝夕相处的同班，同宿舍的同学是不适合的。在这种年纪，有的大多是性格上的棱角。等你有一天毕业了，回头想想自己的大学同学，你就会发现，其实现在的磕磕碰碰根本不值一提。现在大体聊聊我的大学第一年的生活和学习吧，或许能让大家能有所感悟和启发。我的大一和很多人一样，是茫然没有方向的。

我们总是在怪自己自己控力不强，没有上进的动力。孰不知是自己的意识上没有清醒。有人会说：“爱情是学习的动力”或“家境贫穷的学习的动力”等等。其实，从直接意义上来说，就业危机感才是也应该是我们上进的动力。我自己常想自己毕业以后究竟能干什么？多从报纸杂志上看到目前就业形势的异常严峻，所以心里很是后怕。有人说目前找工作：要么有关系，要么有文凭，要么有才能(技能)。而我们呢？文凭只是本科；关系，相信在坐的大部分同学都没有什么关系。所以，我们唯一的出路便是要有才能。而这，就要问问自己：你学到了什么，你掌握了什么？现在的问题不是我们不知道学什么，而是我们不想学。

第四，是要学知识与发展能力并举。以前是重知识而轻能力，但现在不同了，恰相反，由于社会上影响，文凭要求的适当下降，所以现在的很多大学生纷纷跑出外面找兼职。如果他们是在不影响学习的前提下去的，那没话说，反而应该提倡。

但他们有些不是，为了一份端菜的服务生工作，不惜请假旷课，晚自习也不上。现在，出现了这样一种错位思潮，就是，在职的机关企业工作人员，纷纷利用业余时间“充电”，而在校的大学生们却纷纷跑到社会兼职。我觉得应该纠正这种思潮。

还有就是，要多看看书和报纸杂志。了解最新社会动态，知晓国家大事，掌握第一时间的有关计算机方面的新闻 计算机信息安全是一门综合边缘性学科，我们做为未来的网络的护卫者，就应该博学，什么都应该了解一下，并且要有重点地突出某些专业学科!谢谢!

## 诚信的即兴演讲三分钟视频篇八

时间能改变一切时间，是一个神奇的词语。它成为了人们不能解释时的唯一借口，它成为了不能回头，不能倒退的代表。多少经不起它考验的情感只能深深的沉入谷底，消失。

因为时间的无情和冷酷，让多少人心生畏惧。可也不禁有人提出：时间能不能改变一切？

我想，对于这个问题，我的答案是肯定的。时间能改变一切，时间能成就一切!下面我将来向大家解说这个观点。

首先，时间不可回转的特性，让我们看到了世界的改变，从原始人到现代的文明，我们看到了人类的一步步改变，是人类通过自己努力的改变，同时也是时间的改变，时间它不会静止，它改变了世界。时间的长河里，锻造出了亚历山大，牛顿，爱因斯坦，达尔文，孔子等伟人。这些名人的出现，促进了时代的变迁。时间能够改变一切，时间让我们看到未来将会更好，这个不会停止的进程里，永远有想不到的惊喜。

其次，从我们现实生活出发。时间能够改变一切，旧习惯会被新的习惯所替代。旧的我们也会染上新的气息，因为时间

不会停止，我们也不会静止。总会有人在遇到挫折的时候，想要放弃。总会有人在遇到困难的时候，不再有勇气。可是，时间会改变他们，时间会给他们一个答案。就算有再大的挑战，只要有时间去改变，我们就会有希望成功。所以这些小挫折，永远也不会影响时间的更替。时间会让我们的努力看到结果，这便是时间的不可超越性。

时间能改变一切，时间能让孩童时的纯真、幼稚蜕变。时间能让一个生命在它的流里，显得微不足道。这些都是时间的微妙。

时间能改变一切，但关键是你如何利用它，使它让你改变的更好，成为更好的人，成为更优秀的自己。

## 诚信的即兴演讲三分钟视频篇九

今天，老师要给大家聊聊美化校园的话题。我想现在可能会有一些同学在想，美化校园？我们的校园不是很美吗？你看校园里：操场上干干净净无纸屑，四周围绿树草皮话烂漫，楼房整齐一排排，同学们穿红着绿好漂亮，外面还有绿水青山来拥抱，谁敢说我们的校园不美吗啊？可是今天，老师要实话实说：我们的校园里还有美中的不足，还存在着“丑”的东西。

再过一月，我们即将毕业，我们将要从学校进入社会，这种环境的转变将会带给我们些什么，现在的我不得而知。但是我知道即将开始的是一个新的人生、一个新的起点。

在平常的生活中，总会听到关于初出茅庐的学生经受的挫折是多么可怕的话，其实我们不必太过在意，许多挫折往往是美好的开始。有人在挫折中成长，有人在挫折中跌倒，关键在于个人是如何看待的。要知道这个世界从来都是相对的，有挫折必定有成功，重要的是看你要以怎样的心态去面对，站起来便能成就更好的自己，硬是在地上赖着，自怨自艾悲

叹不已的人，注定只能继续哭泣。哪个站在台面上的人，不是有一堆令人辛酸的去？挫折往往令他们站得更稳。

我记得美国的小说家————毛姆写过一篇小说，叫做《刀锋》，是说人们从一种状态过渡到另一种状态的时候，就像从刀的一面过渡到另一面，而最艰难的时候就是趟过刀刃的那一刻，其实走过去就会发现，刀的另一面远没我们想像的那样不可忍受。

不管遇到怎样的难关，我们只要尽量找出其中的光明面，这样，不论多不好的困境都会好转。不然，只会让自己一直陷在不幸之中。

同学们，让我们在国旗下共同祝愿，祝愿我们的生活处处开满文明之花！祝愿我们自己一步步地迈向文明！

做文明之人，永远的呼唤！一生的追求！

今天，老师要给大家聊聊美化校园的话题。我想现在可能会有一些同学在想，美化校园？我们的校园不是很美吗？你看校园里：操场上干干净净无纸屑，四周围绿树草皮话烂漫，楼房整齐一排排，同学们穿红着绿好漂亮，外面还有绿水青山来拥抱，谁敢说我们的校园不美吗啊？可是今天，老师要实话实说：我们的校园里还有美中的不足，还存在着“丑”的东西。

再过一月，我们即将毕业，我们将要从学校进入社会，这种环境的转变将会带给我们些什么，现在的我不得而知。但是我知道即将开始的是一个新的人生、一个新的起点。

在平常的生活中，总会听到关于初出茅庐的学生经受的挫折是多么可怕的话，其实我们不必太过在意，许多挫折往往是美好的开始。有人在挫折中成长，有人在挫折中跌倒，关键在于个人是如何看待的。要知道这个世界从来都是相对的，

有挫折必定有成功，重要的是看你要以怎样的心态去面对，站起来便能成就更好的自己，硬是在地上赖着，自怨自艾悲叹不已的人，注定只能继续哭泣。哪个站在台面上的人，不是有一堆令人辛酸的过去？挫折往往令他们站得更稳。

## 诚信的即兴演讲三分钟视频篇十

我爱祖国啊，是您给予了我们的生命，让我们在辽阔的大地上茁壮成长；祖国啊，是您哺育多少英雄儿女，您为了明天的灿烂和辉煌，付出了多少艰辛和汗水。

2008年初，一场罕见的雪灾袭击中国南方，大雪纷飞，引起交通堵塞，通讯中断，昔日令人赞叹的银装素裹的冰雪世界，今日却给国家造成了巨大的经济损失。到处冰天雪地，虽然大雪冰冻了大地，却没有冻僵中国人民的信心，中央领导人为了大家能过好祥和、愉快的春节，在日理万机中，不辞辛苦，千里迢迢，风尘仆仆来到现场，看望、慰问受灾群众，指挥安排工作，他们勇敢，不畏艰辛的精神感动了我们十三亿人，中国人民同甘共苦，风雨同舟，度过了难关。

同时，灾区的百姓也在勇敢地自救，灾区的情况时刻牵动着全球华人的心，中国人民伸出了援助之手，纷纷捐钱、捐物、献血，他们还自发地集会用行动鼓舞着灾区的人民——四川雄起！中国雄起！此时此刻我深深体会到了团结的力量！

2008年8月8日8分，奥运会终于拉开了序幕，林浩作为小小护旗手与姚明一同引领中国代表队出场，赛场上体育健儿展现了敢于拼搏的精神风采，中国夺得了51枚金牌、21枚银牌、28枚铜牌，于8月24日8时北京奥运会圆满结束，也展现了我国强大的经济实力，让全世界了解中国发生了翻天覆地的变化！

继奥运会后，又迎来一件举国瞩目的大事，神舟七号载人飞船成功升空，中国实现了第一次太空行走，我国航天技术又

进入了新的里程碑，我们祖国多么神奇，多么有智慧啊！

## 诚信的即兴演讲三分钟视频篇十一

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

一只小青蛙厌倦了常年生活的小水沟——水沟的水越来越少，它已经没有什么食物了。小青蛙每天都不停地蹦，想要逃离这个地方。而它的同伴整日懒洋洋地蹲在浑浊的水洼里，说：“现在不是还饿不死吗？你着什么急？”终于有一天，小青蛙纵身一跃，跳进了旁边的一个大河塘，那里面有很多好吃的，它可以自由游弋。

小青蛙呱呱地呼唤自己的伙伴：“你快过来吧，这边简直是天堂！”但是它的同伴说：“我在这里已经习惯了，我从小就生活在这里，懒得动了！”

不久，水沟里的水干了，小青蛙的同伴活活饿死了。

只有敢于打破自己固有的圈子，才可能改变自己的命运，才可能拥有更加广阔的发展空间。那些死守习惯、不愿脱离惯有轨迹的人永远都不会有所突破。

## 诚信的即兴演讲三分钟视频篇十二

尊敬的教师，同学们：

大家好！

最初的梦想就握在自己手上，最想要去的地方就别在半路返航。

假如梦想不曾坠落悬崖，千钧一发，又怎么会懂得，执着的人，有双梦的翅膀。不顾一切疯狂追寻过，失落过，也妥协过，但都不能湮灭梦想兑现时的片刻欢喜。

是成为笑傲天穹的精灵，还是成为陆地上平庸的小丑，这一切都由你自己决定。

当奥运健儿站在领奖台上，当国歌奏响、五星红旗缓缓升起的那个瞬间，我们看到是自豪、骄傲。可这自豪的背后又有多少不为人知的艰辛与汗水，要实现梦想就必须为之奋斗。

让我们去回想我们最初的梦想，燃起我们的激情，洒一路汗水，饮一路风尘，咀嚼一路艰辛。

让青春在红旗下继续燃烧，我们是搏击长空的鹰，是辽阔无垠的海，我们是有梦想，有作为的少年，我们乘风破浪，披荆斩棘，只为最初的梦，只为最炫目的光！

我的演讲到此结束，谢谢大家！

## 诚信的即兴演讲三分钟视频篇十三

我是一个充满自信的女孩。在工作面前，我自信，我能干；在荣誉面前，我自信，我沉稳；在困难面前，我自信，我奋进。

在这里，最值得说的是我的性格。我宽容、豁达，好的事情总记得，不好的事情总不放在心上。大文学家雨果说过：世界上最宽阔的是海洋，比海洋更宽阔的是天空，在天空宽阔的是人的心灵。我总是向着这个目标前进，这一点，使得我不计较点滴的得失，总是有一个好心情，也能让我和同学、朋友搞好关系，少了矛盾，多了快乐。这也是一个大队委所必备的。

我认为自己很适合担任大队干部。首先，我热爱我的工作，

我有相当的管理经验，领导能力。我活泼开朗，兴趣广泛；我严以律己、以身作则；我脚踏实地、兢兢业业。

假如我能当选，我将进一步加强自身修养，努力提高和完善自身素质，我将时时要求自己待人真诚，办事公正要求自己乐于助人，尊老爱幼等等。总之，我要力争让大队干部的职责与个人思想品格同时到位。

是花，我就要开放；是树，我就要长成栋梁；是石头，我会铺出大路；假如我是大队委，我就要成为一名出色的领航员。

各位代表，你们所期望的大队干部，不正是敢想敢说敢做的人吗？我十分愿意做你们所期待的公仆。希望你们支持我、信任我，投上你们神圣的一票吧！一场成功的奥林匹克运动会，不仅是运动场上体育健儿激情的表演，更是一场动人心魄的大合唱！我把北京奥运比作一张画，我们每个人手中都有一支笔，不仅仅需要色彩的亮丽，更应该追求整体的和谐。只有整体和谐，才是最美丽的画卷。

作为中华民族的一员，我们不是每个人都能走上奥运的赛场，在五环旗下迸发光彩！但我们也有自己的奥运舞台，用我们一颗诚挚的心，为北京增添光彩！不在闪光灯下，不在领奖台上，我们照样能成为奉献奥运的英雄！作为伟大祖国的公民，我们应当找准自己的位置，用自己的行动装点全民的奥运梦。你和我也许不会有像刘翔那样历史性的跨越，但我们每个人跨出文明的一小步，中国社会将向前迈出和谐的一大步。就像一个公益广告说的：其实文明就在我们心中，我们会在生活中不经意地流露着。

有时，多一个手势，对别人来说，就是多一份体谅。还有时，多一点耐心的等待，对别人来说就是一种关爱。有时，多一点分享，对别人来说，就是多一份温暖。文明是一种力量，就像奥运火炬传递一样，在每个人心中传递，也能够汇聚所有人的热情。就让我们从自己做起，从小事做起，讲文明、

讲奉献，关心奥运，支持奥运。用热情的笑脸，融化心灵的冰川；用和谐的理念，再创礼仪之邦！

激情成就梦想，和谐点亮未来。我们应该发扬奥运的精神，共同建设美好家园；我们更应该凝聚各方力量，共同推进经济社会的发展；我们还有必要调动社会各界的积极性，共同维护社会的和谐稳定。和谐的中国，将会让所有的人的眼睛为之一亮！发展的中国，必将赢得世人的赞叹！我们坚信，无论是战友还是对手，在奥林匹克会歌响起的时候，都会为我们热烈地鼓掌！同一个世界，同一个梦想！让我们共同倡议：我以行动见文明，我以文明迎奥运！让我们将民族的信念融合，放进激情的奥运熔炉，历练出时代的真金。在2023年北京奥运会上向世界展示和谐中国的崭新形象！