

2023年我的一天为题 我的家庭演讲稿三 分钟(大全5篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

我的一天为题篇一

朋友，你是希望下班回到家，就如同回到了一派春光明媚，夫妻情意绵绵的“桃花源”，还是希望坠入大事没有，小事吵个不休的“多瑙(恼)河”？是希望回到了鸟语花香，夫妻心心相印的“杏花村”，还是希望钻进了一触即发、硝烟弥漫的火药库？是希望回到平平安安、和睦相处的“平安里”，还是跌进夫妻之间爱答不理，闷声不语，冷战升级的“北冰洋”？我想既然选择了“执子之手，与子偕老”的誓言，选择了神圣的婚姻殿堂，百分之百的朋友会选择“桃花源”、“杏花村”、“平安里”的，谁也不愿意看到家变成了多恼河、火药库、北冰洋。

家庭是社会的细胞，家庭和谐是社会和谐的基础。可是，当今的社会现实不容乐观，诸多不和谐的音符笼罩着某些家庭，婚外恋、家庭暴力、家庭经济纠纷、夫妻感情不合、“第三者”插足等现象的频频发生，导致了許多家庭婚姻关系的破裂；不仅如此，更多的家庭还处于亚健康状态，表面看似风平浪静，但家庭矛盾却非常多，两口子就是凑合过日子，真正幸福的并不多。

到底什么样的家庭算是幸福家庭呢？我认为，家庭里面一定是有分工、有合作的，男人是中心、女人是核心。中心得保护核心、核心要支持中心。中心是本体，核心是灵魂。这两

个“心”一定要心心相印、相濡以沫，不能同床异梦、貌合神离。那么要如何做才能使我们的家庭处处律动着幸福和谐的音符呢？就让我们一起来看看被评为“三明市五好文明家庭”的黄国华同志的一家。

黄国华同志全家共有12口人，上有一位90高龄的老母亲，下有众多晚辈，子孙四世同堂，他和他的妻子俞建英结婚37年来，不仅在工作岗位上优秀员工，而且用他们自己的实际行动做到尊老爱幼、夫妻和睦、勤俭持家，邻里团结，用传统美德营造了一个幸福的大家庭。

在工作上，他们廉洁治家，爱岗敬业，积极奉献。

俗话说得好：“妻贤夫祸少，子孝夫心宽”，两口子作为中共党员，能够常怀廉洁之心，把好家庭廉政关，算好家庭廉政帐。俞建英是原市社保公司财务科长，从事人事财务工作35年来，严格执行会计法，遵守财务制度，兢兢业业，克己奉公，曾两次获省先进工作者表彰、连续八年被评为市级优秀共产党员称号。黄国华同志分别担任过原市水利局水政水资源科科长、市水土保持委员会办公室主任，从事水利事业工作41年，勤勤恳恳，他所负责全市水政水资源工作被评为全国先进单位，并且多次评为省级先进单位，他本人曾两次被评为部级先进个人、四次省级先进个人、五次市级优秀共产党员，是市直党工委党员示范岗人员。可以说，他们都在平凡的岗位上为社会做出了不平凡的贡献。

在生活上，他们赡养老人，争做子女的楷模。

中国古代著名思想家孔子曾经说过：“人之行，莫大于孝”；说的是孝敬是所有美德的根本，中华民族的传统美德孝顺和赡养老人在他们身上得到了体现。俞建英是一对老人从小抱养培育成材的，婚后两口子就一直赡养着老人，他们经常对子女说：养父养母应该比亲身父母更要尊重。当养母72岁碰到车祸在家瘫痪后，由于家庭经济困难，无法雇请保姆，俞

建英和女儿轮流看护，不言烦不言累、悉心照料、无怨无悔，整整坚持了3年，直到老人安详地离开了人世。在婆媳之间关系上，俞建英是又当婆婆、又当媳妇，由于公公早逝，她知道婆婆的孤独，除每月按时支付生活费外，每逢佳节都寄礼物，还经常打电话问候关心，通过聊天，知道婆婆的想法和需要，弥补老人内心的孤独。他们的外甥女武汉大学毕业考上荷兰研究生，寒暑假特地回国看望太姥姥，让她享受天伦之乐。

在处理家庭关系上，他们互敬互爱，家庭和睦，其乐融融。

夫妻关系是家庭关系的轴心，夫妻共同生活，难免会有磕磕碰碰。每遇到这种情况，他们先是找一种自己的兴趣爱好，比如听听音乐、看看小说，直到思想冷静，才进行互相交流，求得问题妥善解决，决不把大小问题、矛盾隔夜处理。做到了家庭大事商量，小事不计较，各自发挥特长，如购置大宗电器由丈夫拍板，零星小事由妻子安排。每逢节假日，由子女安排各家轮流聚会、加餐，交流思想。全家人互相尊重，互敬互爱，婆媳之间、连襟之间关系十分亲近。

在待人接物上，他们勤俭节约，邻里团结，热心助人。

由于人口众多，在经济不是很宽裕的情况下，他们采取“量力而行、量入为出”的方法过日子。在邻里交往中都树立一种“远亲不如近邻”观念。俞建英是负责社会保险养老基金工作，此工作是我国改革开放中一个重大养老制度改革，许多问题不为众人所知。她经常帮邻里办些业务，每次加工资都先告知那些退休的老人，整个街坊邻居都知道有个社保的老大姐。黄主任也是25幢的楼长，经常做打扫楼梯，安装过道灯泡等工作，热心履行楼长职责。

我的一天为题篇二

大家早上好！

人们常说，有志者，事竟成；还有人说，最贫的是无才，最贱的是无志。由此可见立志的重要性，所以，人不可没有梦想。雄鹰和母鸡都有一对翅膀，但雄鹰可以搏击蓝天，而母鸡只能扑腾于庭院。其根本原因就在于，母鸡的理想是一把米糠，雄鹰的理想是展翅翱翔！所以，我们立志就要立大志，志当存高远！

我们青年人好幻想，每个人都有自己美好的梦想。但如果不经奋斗，那梦想终究是梦想，绝无实现的可能。大家一定听说过“蜀鄙二僧朝南海”的故事。穷和尚和富和尚都立志要去南海，结果穷和尚凭一瓶一钵去成了南海，而富和尚“数年来欲买舟而下，犹未能也”。原因何在？就在于穷和尚勇于立志，更勇于践志；富和尚则只敢想，却不敢做。

同学们，心动不如行动，努力永远不会太迟！让我们马上行动起来吧！做一件事情，只要开始行动就可算是获得了成功的一半。演讲大师齐格勒曾说过这么一段充满哲理的话：世界上牵引力最大的火车头停在铁轨上，为了防滑，只需在它的八个驱动轮前面各塞一块一寸见方的木块，这个庞然大物就无法动弹。然而，一旦火车头开始启动，这小小的木块就再也挡不住它了；当它的时速达到100公里时，一堵5英尺厚的钢筋混泥土墙也能被它轻而易举地撞穿！从几块小木块就可令其无法动弹到能撞穿一堵钢筋混泥土墙，火车头威力变得如此巨大，原因不是别的，就因为它“动”起来了。

其实，人的威力也会变得巨大无比，许多令人难以想象的障碍也会被你轻松地突破。当然前提是：你必须开始奋斗。奋斗是万物之父，一个人无论做什么事情，只要你肯努力奋斗，是没有不成功的。一个人要想做好一件事情，成就一番大事业，就必须一心一意地做，必须少说些漂亮话，多做些日常平凡的小事情。

人都有惰性，都有太多的欲望，有时难免战胜不了身心的倦怠，抵御不住世俗的诱惑。很多人因此半途而废，功亏一篑。

我也是如此，做事总喜欢往后拖。一件事情明明可以在今天完成，却偏偏要拖到明天甚至后天。只有早日改掉这个陋习，我才能离成功更近。天行健，君子以自强不息！

古希腊最著名的雄辩家狄摩西尼原有口吃毛病，他每天口含一石子对着大海演讲，经过艰苦卓绝的努力而成为一位伟大的演说家。他为了使自己能专心一致的工作，剪掉了自己一大半头发，这使他很长时间不能出门，不能会客，于是工作效率大为提高。当一个人没有退路可逃时，他就只能一门心思地朝前奔了。我们应该向狄摩西尼学习，斩断自己的退路，破釜沉舟，勇往直前！

大多数人都想改造这个世界，却罕有人想改造自己。其实改造自己才是最难的事情。只要我们每天改变一点点，每天进步一点点，我们离成功，离腾飞的日子就会更近一点。

我的演讲到此结束，谢谢大家！

我的一天为题篇三

大家晚上好！

我是xx号选手，我今天的演讲题目是我的梦想！

同学们，为了各自的梦想，我们齐聚一堂，我们背负梦想的行囊，寻求美好的未来。我相信在做的每一位都有自己的梦想，也都在为那份梦想努力打拼。同样，我也有属于我自己的梦想。

同学们，梦想二字虽小，分量却重，它不仅是简单的口号，更是实际的行动，衣带渐宽终不悔，为伊消得人憔悴就是终其一生来诠释这两个字的含义。让我们拿出吹尽黄沙始到金的毅力，拿出直挂云帆济沧海的勇气，用汗水来锻造明日的辉煌！同学们，是龙，你就该龙腾四海，是凤，你就该凤舞

天！！

最后，我想说，华诞六十年，祖国的成就举世瞩目，但在民族复兴路上，万里长征，我们才迈出了第一步，所谓一万年太久，只争朝夕，我愿与在座的各位怀揣梦想与抱负，共上高楼，望尽天涯路！

我的演讲到此结束，谢谢！

我的一天为题篇四

梦想，是理想的翅膀，是待起航的航船。拥有梦想，才会拥有未来。以下是本站小编为您带来的我的梦想三分钟演讲稿，欢迎阅读！

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！我是来自二年级的刘彤。今天我演讲的题目是《我的梦想》。

有一天，老师问我们：你的梦想是什么？

同学们，我这么一说，你们是不是觉得梦想就像空气一样不可缺少呢？是的，梦想就在我们每个人的心中！

你别看我年纪小小，我也有属于我自己的梦想。

亲爱的朋友，你一定猜出我的梦想是什么了吧？对了，我的梦想就是当一名遨游太空的宇宙科学家。我要让梦想带着我飞向太空，为人类揭开更多更多宇宙的奥秘！

我的演讲完毕，谢谢大家！

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家早上好!

人们常说，有志者，事竟成;还有人说，最贫的是无才，最贱的是无志。由此可见立志的重要性，所以，人不可没有梦想。雄鹰和母鸡都有一对翅膀，但雄鹰可以搏击蓝天，而母鸡只能扑腾于庭院。其根本原因就在于，母鸡的理想是一把米糠，雄鹰的理想是展翅翱翔!所以，我们立志就要立大志，志当存高远!

我们青年人好幻想，每个人都有自己美好的梦想。但如果不经过奋斗，那梦想终究是梦想，绝无实现的可能。大家一定听说过“蜀鄙二僧朝南海”的故事。穷和尚和富和尚都立志要去南海，结果穷和尚凭一瓶一钵去成了南海，而富和尚“数年来欲买舟而下，犹未能也”。原因何在?就在于穷和尚勇于立志，更勇于践志;富和尚则只敢想，却不敢做。

同学们，心动不如行动，努力永远不会太迟!让我们马上行动起来吧!做一件事情，只要开始行动就可算是获得了成功的一半。演讲大师齐格勒曾说过这么一段充满哲理的话：世界上牵引力最大的火车头停在铁轨上，为了防滑，只需在它的八个驱动轮前面各塞一块一寸见方的木块，这个庞然大物就无法动弹。然而，一旦火车头开始启动，这小小的木块就再也挡不住它了;当它的时速达到100公里时，一堵5英尺厚的钢筋混泥土墙也能被它轻而易举地撞穿!从几块小木块就可令其无法动弹到能撞穿一堵钢筋混泥土墙，火车头威力变得如此巨大，原因不是别的，就因为它“动”起来了。

其实，人的威力也会变得巨大无比，许多令人难以想象的障碍也会被你轻松地突破。当然前提是：你必须开始奋斗。奋斗是万物之父，一个人无论做什么事情，只要你肯努力奋斗，是没有不成功的。一个人要想做好一件事情，成就一番大事业，就必须一心一意地做，必须少说些漂亮话，多做些日常平凡的小事情。

人都有惰性，都有太多的欲望，有时难免战胜不了身心的倦怠，抵御不住世俗的诱惑。很多人因此半途而废，功亏一篑。我也是如此，做事总喜欢往后拖。一件事情明明可以在今天完成，却偏偏要拖到明天甚至后天。只有早日改掉这个陋习，我才能离成功更近。天行健，君子以自强不息！

古希腊最著名的雄辩家狄摩西尼原有口吃毛病，他每天口含一石子对着大海演讲，经过艰苦卓绝的努力而成为一位伟大的演说家。他为了使自己能专心一致的工作，剪掉了自己一大半头发，这使他很长时间不能出门，不能会客，于是工作效率大为提高。当一个人没有退路可逃时，他就只能一门心思地朝前奔了。我们应该向狄摩西尼学习，斩断自己的退路，破釜沉舟，勇往直前！

大多数人都想改造这个世界，却罕有人想改造自己。其实改造自己才是最难的事情。只要我们每天改变一点点，每天进步一点点，我们离成功，离腾飞的日子就会更近一点。

我的演讲到此结束，谢谢大家！

尊敬的各位评委：

你们好！我叫×××，来自xx区xx小学。很高兴参加今天的竞选。我演讲的题目是《我有一个梦想》。

最近，我发现一个现象，同学们在一起，喜欢谈论网络游戏。网络游戏正吸引着广大青少年，进而引发一系列社会问题：近视、厌学、成绩退步、体质下降等。通过调查，我发现，在迷恋网络游戏的孩子当中，绝大多数是“钥匙儿童”，部分是隔代教育和单亲家庭的孩子。

生活在这个时代的孩子，并不缺乏物质。我们期望的，不是漂亮的衣服和精美的玩具，而是父母能抽出时间陪陪我们。然而，经济高速发展，大人们似乎越来越忙。许多父母亲没

有时间、也没有精力关注孩子。也有部分家长，缺乏责任心，放任自流。孩子们自控能力差，很容易迷上网络游戏。

发展经济的目的，是让人们生活得越来越幸福。让孩子受到良好的家庭教育，是其中的重要内容之一。许多发达国家，会建议母亲做专职妈妈。广州是个发达城市，大多数家庭经济条件不差，可家庭教育却不容乐观。我觉得，最好能制定一部《家庭教育法》，明确家长的责任。比如：下班后按时回家，陪孩子一起读书、学习、聊天、玩游戏、参加体育锻炼等。如果父母不能很好地履行自己的职责，就要受到批评教育，甚至惩罚。各单位都必须依法保障父母的权益，让他们按时上下班，陪伴孩子共同成长。

我有一个梦想，就是让每一个孩子，都拥有温暖的家庭，拥有父母的关爱，拥有健康快乐的童年！

我的发言完了，谢谢大家！

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！今天我演讲的题目是《我有一个梦想》。我不是诗人，不能用漂亮的诗句讴歌我的生活；我不是学者，不能用深邃的思想思考我的价值；我不是歌手，不能用动听的歌喉歌咏我的未来。

我只是一名学生，但我有我的梦想。

记得我三岁时，第一次迈入幼儿园的大门，第一次看到了那迷人的大眼睛和那甜美的酒窝，她是我的启蒙老师——刘老师。她总爱在春天带我们去郊外游玩。记得，那时，花儿总是开着的，草儿总是绿油油的，风儿总是和煦的，我们总是快活的。刘老师跟我们玩得很融洽，从来没有斥责过我们，她包容我们的一切。我们都把她当做自己的妈妈，在她面前撒娇，在她怀里睡觉。不知不觉，幼儿时期那无忧无虑的快

乐时光就在我们的嬉笑中溜走了。

但刘老师那慈母般的形象却在我的心底留下了深深的印迹。告别幼儿时期，进入了小学。这时，我又一次看到那敏锐的目光和那慈祥的笑容，她是我的小学老师——曹老师。她总爱在我取得好成绩时，给我一缕祥和的目光和一个称许的笑容：那目光告诉我，不要骄傲！那笑容鼓励我，不错，继续加油！小学六年，那目光、那笑容，像和煦的春风、像温暖的阳光吹拂着我、照耀着我，让我茁壮成长。光阴似箭，小学毕业了，我离开了生活六年的母校，但曹老师的音容笑貌让我永生难忘。

如今，我迈入了初中校门。记得第一节课是语文老师上的，她走上三尺讲台，用三寸粉笔为我们写下初中语文学习的四要点：看、读、思、写。鼓励我们只要掌握了这四要点，初中语文并不难。老师她自己也喜欢写作，她的文字清丽，感情真挚，字里行间，常常流淌着一腔温馨的情怀。老师的言传身教，老师的悉心指导，使得期中考试我的作文只扣掉两分。在我的心中，语文老师就是那辛勤的园丁，就是那燃烧的红烛！

那一颗懵懂岁月中飘来的种子，已在我的心中扎下了深根！

风在静止时是无声的，那么就让我们年轻的心跳动起来吧！那样，风便有歌了；水在静止时是无言的，那么就让我们滚烫的血液奔腾吧！那样，水便欢笑了；山一直是沉默的，那么，就让追梦的我们奋力攀登吧！那样，我们的梦想定会开花，我们的人生定会灿烂！

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好，今天我演讲的题目是《我有一个梦想》！为了一个共同的梦想我们会聚一堂，我们秉承文学的血脉，我们背负理想的背囊。我们追求美好的未来，我们追求智慧，我们讴

歌自由，我们抒发心中的激情，我们以诗的语言挥洒我们奔涌的热血。

读一百部书，活一百种人生。对生命来说，没有任何东西能像书籍那样具有如此的力量。书籍是孤独者的朋友，是被遗弃者的伴侣，是郁郁寡欢者的喜悦，是绝望者的希望，是沮丧者的欢畅，是无依无靠者的相助，是梦想者的曙光。

我希望同学们拿起手中的五彩笔，描绘美好的蓝图，从这里起飞，放飞你的梦想，如夸父逐日般追求我们的梦想。

人生不能没有梦想，我们是时代的骄子，祖国的未来，希望大家可以不断进步，超越自我，胸怀天下。

我希望每一个学生都能够在知识的海洋中遨游，在精神的世界自由搏击。沐浴先哲前贤的光辉思想，聆听仁人大师的谆谆教诲。

文学的殿堂富丽堂皇，我们怀着一颗赤热的心，抱着对文学的热爱，我们来了，我们无所畏惧，因为未了的激情。

只要我们去实践，只要我们热爱读书，只要我们喜欢写作，我们的精神是自由的，我们的思想是开放的；只要我们勤奋笔耕，只要我们不懈追求，只要我们有坚定的信念，只要我们有勇于探索的精神，只要我们敢于行动，我设想我们的梦想就会成为现实，我们的追求便会有回报。

我想！我做！我成功！今天，我有一个梦想！

我梦想未来的课堂是自由的精神家园，老师、学生自由地在知识的海洋中遨游。

我梦想将来不再以成绩决定一切，我们的学生都会快乐自由的学习。

我梦想同学之间亲如手足，消除矛盾，充满博爱精神。

我梦想我们的学校是一所知识的殿堂，书的海洋，人才的摇篮。

这就是我的梦想。

我的一天为题篇五

大家好！

我不是诗人，不能用漂亮的诗句讴歌我的生活；我不是学者，不能用深邃的思想思考我的价值；我不是歌手，不能用动听的歌喉歌咏我的未来。

我只是一名学生，但我有我的梦想。

记得我三岁时，第一次迈入幼儿园的大门，第一次看到了那迷人的大眼睛和那甜美的酒窝，她是我的启蒙老师——刘老师。她总爱在春天带我们去郊外游玩。记得，那时，花儿总是开着的，草儿总是绿油油的，风儿总是和煦的，我们总是快活的。刘老师跟我们玩得很融洽，从来没有斥责过我们，她包容我们的一切。我们都把她当做自己的妈妈，在她面前撒娇，在她怀里睡觉。不知不觉，幼儿时期那无忧无虑的快乐时光就在我们的嬉笑中溜走了。但刘老师那慈母般的形象却在我的心底留下了深深的印迹。

告别幼儿时期，进入了小学。这时，我又一次看到那敏锐的目光和那慈祥的笑容，她是我的小学老师——曹老师。她总爱在我取得好成绩时，给我一缕祥和的目光和一个称许的笑容：那目光告诉我，不要骄傲！那笑容鼓励我，不错，继续加油！小学六年，那目光、那笑容，像和煦的春风、像温暖的阳光吹拂着我、照耀着我，让我茁壮成长。光阴似箭，小学毕

业了，我离开了生活六年的母校，但曹老师的音容笑貌让我永生难忘。

如今，我迈入了初中校门。记得第一节课是语文老师上的，她走上三尺讲台，用三寸粉笔为我们写下初中语文学习的四要点：看、读、思、写。鼓励我们只要掌握了这四要点，初中语文并不难。老师她自己也喜欢写作，她的文字清丽，感情真挚，字里行间，常常流淌着一腔温馨的情怀。老师的言传身教，老师的悉心指导，使得期中考试我的作文只扣掉两分。在我的心中，语文老师就是那辛勤的园丁，就是那燃烧的红烛！

那一颗懵懂岁月中飘来的种子，已在我的心中扎下了深根！

风在静止时是无声的，那么就让我们年轻的心跳动起来吧！那样，风便有歌了；水在静止时是无言的，那么就让我们滚烫的血液奔腾吧！那样，水便欢笑了；山一直是沉默的，那么，就让追梦的我们奋力攀登吧！那样，我们的梦想定会开花，我们的人生定会灿烂！