

# 2023年播音演讲稿三分钟(实用10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。那么你知道演讲稿如何写吗？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看看。

## 播音演讲稿三分钟篇一

大家好！

### 一、强势的工作风格

每天早上过来，你在想：我有没有好的客户可跟；如果没有好的客户可跟，那我今天该不该出去；我是不是只能指望手头上不多的几个质量好些的客户。

客户部出的单，不管是什么级别的，都需要sales去验证，没有可能在电话里就完全了解清楚对方的情况。我们的产品没有用友、金碟那样高的知名度，我们是在销售自己。

也有一种sales为每天早上打电话约不到客户而高兴（也许是潜意识），这是一种在困难面前退缩的表现。

如果单纯按客户部打出的单上写的联络人接洽，则会漏掉很多机会。原因在于客户部的小姐在电话联络时，了解的信息不一定完整，也不一定正确。比如：客户接电话的人不一定了解事情的内幕；电话里也不一定可以得到老板的电话号码等。

强势的sales应该拜访完单上所列联络人之后，在前台不走，同前台小姐了解很多情况，如“老板大多什么时间来厂”“你们公司福利情况如何”等等，了解到这些情况之后，

可以在合适的时间直接去老板办公室（“这个项目我同你公司某某谈过，他说做不了主，要和您直接谈才可以”）。如果所谓的联络人不配合你，那你就绕着他，直接往下走。

要学会引导客户。如果联系人告诉你会将你公司的情况反映给老板，可能你等两、三周之后还没有回音。常规的跟单方法根本无法将我公司同其他软件公司的差异化体现出来。sales要同联系人搞好关系，搞好本身的包装，并在此基础上创造机会让经理同老板见面。

不上门去你如何得到这些信息？其他软件公司的sales出去三天半，你出去五天半，你在时间上就占优了。

这是强势销售风格的问题，不具备主动进攻性的销售经理，就不是一个优秀的销售经理。只有这样才能体现出我们同其他软件公司的差异，这就是真正的fyming团队精神。

## 播音演讲稿三分钟篇二

演讲是人类社会最富有审美价值的传播方式，上次课已经完成了主题演讲，这次课开始进行即兴演讲。

即兴演讲又称即时演讲或者即席演讲，相对于命题演讲而言，指演讲者事先无准备，在某种特定的景物或者特定的人物、气氛的激发之下，自发或者被要求立即进行的当众讲话（随想随说，有感而发），是一种不凭借文稿来表情达意的口语交际活动。

所以说即兴演讲最大的特征就是“临时性”，一般情况下是没有讲稿的，甚至连个演讲的提纲都没有，但是这并不是说演讲者在对自己要讲什么和怎么讲都心里没数的时候，就冒冒失失地进行演讲了。只是说演讲者在临时需要作出演讲时，需要在极短的时间内，大脑高速运转，在大脑中定好提纲，准备一个大致的“腹稿”，然后在登台的时候按照预设的思

路来边想边讲。

案例□19xx年7月15日，闻一多先生在云南大学李公朴的追悼大会上所做的《最后一次的演讲》，就是一篇著名的即兴演讲。（大会本身没有安排闻一多作演讲）

现代社会，人人都渴望成功，成功的一个因素便是人脉，人脉是靠交际交出来的。所以，在今天这个交际越来越频繁的社会生活中，即兴演讲被越来越多地应用到各种场合，如大小会议的开场白和总结致辞，各路名人的答记者问，各种礼仪讲话（生日、婚庆、开业庆典、节日祝福、聚餐聚会等），职场（应聘时的自我介绍，销售人员向客户介绍产品，向领导汇报工作），相亲（自我介绍，择偶标准，就一个问题交流等□□so即兴演讲已经成为我们交际的一种手段。

### 1、话题集中，针对性强

这是就演讲的主题内容而言，一般是围绕近期发生的或者眼前所见，有感而发，（闻一多的案例）。

### 2、临场发挥，直陈己见

不像命题演讲，事先已经知道要讲的主题，有时间可以进行讲稿准备，即兴演讲往往是当场打腹稿，就是即席讲话。说情况、讲道理、送祝福、提意见、表态度，都需要直截了当，明白清晰，切忌观点模棱两可，也切忌打官话。

女士们、先生们：

为了悼念周恩来，联合国下半旗，这是我个人的决定。原因有二：

一是，中国是个文明古国，她的金银财宝多的不计其数，她使用的人民币多的我们数不过来。可是，她的总理没有一分

存款。

二是，中国有九亿人口，占世界人口的四分之一，可是周总理没有一耳光自己的孩子。你们任何国家的元首，如果能做到其中的一条，在他逝世的日子，联合国总部将照样为他降半旗。

谢谢！

说完，他扫视了一下广场上的人群，然后转身返回秘书处办公点。起先，广场鸦雀无声，接着就响起了雷鸣般的掌声。

演讲不仅展示了秘书长的谈吐功力和外交才能，更是展现了周总理的品质。财富——无私心，一心为国家利益，孩子——把九亿中国人当成自己的孩子。做到了“父母官”该做的一切。周总理：无墓无碑无子女无遗言。

短小精悍，言简意赅。

### 3、生动活泼，短小精悍

因为是即兴演讲，所以时间一般不宜过长，那就需要做到简明扼要。而在简明扼要的同时，还要注意思想性、趣味性，忌讳冗长杂散，啰嗦重复。

案例：教材p276□□上述案例也可以。

延伸：林语堂的爱情观、林语堂和鲁迅的关系

### 4、以小见大，借题发挥

小入大出，浅入深出，以点带出面，以现象延伸到本质。

案例：闻一多《最后一次的演讲》

## （一）恰当的准备技巧

### 1、知识素养准备

案例：《美国杂志》曾经刊登过查理卓别林和他的两个朋友每天晚上都会玩的一个即兴思考游戏。?? 每个人都拿一张纸条写上题目，然后混在一起，抽取，立即进行一分钟的演讲，每次题目都不同?? 自从开始了这个游戏以后，我们的思维都变得敏捷了，五花八门的知识也变得丰富起来了，然而，比这更使人高兴的是：我们是在锻炼对于任何一个题目经过片刻就调集起知识和思想的能力，我们是在学习怎样即兴思考。

这个案例就说明不光要积累，还要长时间的反复的实践练习。

### 2、心理素质准备

短时间内有感而发，那就需要冷静、稳定的情绪，十足的信心，饱满的精神状态，这样才能保证思路通畅，才能去理清思路、调动原有的知识储备、组织语言表达。另外，即兴演讲都是在一定的情境下发生的，所以在进入这一情境之前，可以事先考虑一下会不会需要有即兴演讲的需要，如果有的话做什么样的演讲。这一的话，在被点到的时候，才能安然的、沉着冷静的应对。

### 3、临场观察准备

即兴演讲大多都是临场发挥，那么我们的发挥就完全可以把“临场发挥”变为“借场发挥”，包括借人、借物、借事、借场合、借氛围等等。

案例：周总理借“山峰”

喜马拉雅山那样巍峨永存！”

同一座山，在周总理演讲的开头和结尾被赋予了不同的象征意义。开头，周总理借喜马拉雅山的自然阻隔反衬中尼两国人民之间友谊之深厚，历史之悠久。结尾，总理借喜马拉雅山的巍峨高大和不可撼动，来象征中尼人民友谊长存，牢不可破。借得自然，用得灵活，寓意深远，语言贴切。

## （二）快速思维的技巧

上面讲的如果说是材料内容的话，这个方面就是讲对材料的组织综合。也是临场性决定即兴演讲者必须具有较强的快速思维的能力，它的表现就是快速创作、打好腹稿的过程。要做好“三定”：定主题、定观点、定框架。

### 1、定主题

选择你想说的、观众想听的、你能讲的、社会生活需要的。

### 2、定观点

明确精炼、正确深刻、为大家所能接受的、言之有理的观点。

3、定框架：教材上讲了众多的方法，我们主要是讲讲这些方法的思维方式。

纵深思维：从一般人认为不值得一谈的事，或无需做进一步探讨的定论中，发现更深一层的被现象掩盖着的本质？？数字8的反思：历史的进步（想发财的想法不再羞耻），精神文明的缺失（关于8的车牌号、手机号的交易，这无疑都是“先富起来的人”的物质财富的炫耀和攀比，这些人“发财以后”的精神文明该怎么办？？？纵深分析：信8信“发”其实还是中国人信天信地的迷信心理的体现，而这是一个历史症结，这个幸运号码背后沉淀的是民族心理、民族文化等传统精神世界。其次，现在的生活瞬息万变，人们确实有的时候无力把握现实，所以寄托于幸运号码。再次，我们试想如果

所有人都把“发”寄托在8上，那么真正的“发”将遥遥无期，又将会在哪儿？（历史、现实、未来）

发散思维：不局限于一个点一个面，多方观照。“滥竽充数”

综合思维，其实就是上述三种思维的综合，也通常一起用。

### （三）如何运用特定材料进行即兴演讲

#### 1、复述材料

因为如果不复述材料，而演讲中又对材料进行分析评判，那就会使人感到突兀和莫名其妙，也就没法完整地很好地欣赏你的演讲。

#### 2、防止跑题

材料虽然没有给出题目，但就出题者来说，肯定是有预设的主题，所以就要审准主题，围绕主题选好事例。

#### 3、图片型材料

看清图片细节，图片型材料往往都用到了“比兴”手法，以甲物比乙物，以此物延极他物。这个时候就不能只看到甲物 and 此物，眼光应该落到乙物和他物上。

#### 4、材料主题多元化

### （四）五注重

#### （一）自我介绍

可以使用一些辅助性手段，如明信片，推荐表，图片，成果资料等。

## （二）介绍他人

学会赞美、欣赏别人，给人以优越感。在陌生的环境中，人都会有不安感，而这样的介绍能让来者放轻松。赞美不等同于有意奉承或者拍马屁，是从内心发出的对别人优点的肯定与欣赏。具体做到：尊重对方的人格，善于发现对方的优点，重点强调对方的优点，适当夸大对方的优点。ps注意别人的“心理敏感区”，每个人都有自己的心理敏感区，比如说话语速慢的人。

## （三）竞聘演讲

目的很明确，就是为了获取某一职位，强烈的竞争性是它最突出的特点。要做到的就是充分展示自己的优势，吸引听众，争取听众，让听众最终愿意支持你，这其实不是严格意义上的即兴演讲，一般都会有所准备。

## （四）生活、礼仪演讲

## （五）研讨会演说

# 播音演讲稿三分钟篇三

一曲月光曲是贝多芬报予坎坷的命运最灿烂的微笑，

一本《假如给我三天光明》是海伦凯勒报予失明的一生最平和的微笑。

一部《史记》是司马迁报予不公的生命最动人的微笑。

人生在世，难免有失败与无奈，这需要我们怀抱感恩的心，用对生命所有的爱与希望，感恩挫折。

低矮的牢房里闪烁着昏暗的烛火，小小的天窗连接着外面沉

沉的黑。牢房外冷雨瓢泼的下，雨丝如万箭齐发，大地无处可逃，只能静静的躺在那一片透明的血泊中。牢房中，你独自踱步，内心的泪如万箭齐射，你无所适从，唯有任凭冰冷的泪水淹没你的颈，你的头，等待那最后窒息的一刻。桌上的圣旨静静的躺着，刺眼的大字一点一点灼伤了你的眼睛。当慷慨的死与苟且的活成为你的选择时，你迷茫了。命运待你如此不公，也许你该顺随他意，用一死来了却无尽的屈辱与悲痛。

你还依稀记得那天朝堂上汉武帝的盛怒，你还依稀记得那天周围文武百官丑恶的嘴脸，你还依稀记得这期间你受的百般煎熬种种屈辱，你恨，恨苍天无眼恨奸人当道，恨一生多艰命运不公。你不再留恋这黑暗的人世，不再留连这无道的世间，你决定用死来结束这本不该然而耳畔响起了父亲临终时的遗愿，脑中浮现出那未完成的史记，文中充斥着拘而演《周易》的文王，厄而作《春秋》的仲尼，失明却着有《国语》的左丘……你对生命所有的爱与希望重新被点燃，你对生命的感恩燃起了无穷的勇气。你毅然决定苟且的活下来，用高贵的姿态俯视屈辱，用有意义的一生对挫折微笑。在你余下的一生中充斥着世人的嘲笑，充斥着旁人的不屑，充斥着无数的不理解，但这都不能浇灭你对生命的爱与希望，都不能让你埋怨生活意志消沉，都不能阻止你勇敢的面对不幸，豁达的处理挫折。

终于一部《史记》使你能以胜利者的姿态面对挫折。

终于一部《史记》使你的光芒永垂千古。

终于一部《史记》让你向世人证明了生命的永生。

那一夜，那一座低矮的牢房，那一颗感恩的心，那一种对生命的态度，造就了你这颗历史长空的启明星，造就了《史记》那一部爱的赞歌恨的诅曲，造就了千百年来笑对挫折的态度，造就了这史坛永远的奇迹。

## 播音演讲稿三分钟篇四

大家好！

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。

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！

谢谢。

## 播音演讲稿三分钟篇五

大家好！

年轻人在希望中生活，为什么不呢？人生长河，哪个人是一帆风顺？有几个人又是平步青云？青春之所以美好，是因为希望是你的锦绣，是你灿烂的前程，挺过了这一秒，迎接你的，也许是另一番天地！我们要有良好的意志，正确的意识

具有能动作用！凡是行百里者，必须经过九十步！希望在前，我们能不断向前。这一秒不要失望，我们下一秒就有希望！

我们哭，我们伤心，那么之后呢？之后是否就把阳光和欢乐拒之门外？别人误会你了，你难道连自己也不相信？朋友离开你，你难道连自己也遗弃？经历风雨后就有许多怡人的风景！是的！生活有时捉弄人，就像大人逗小孩一样，抢走孩子手中的糖块，孩子哭了，大人觉得可笑。

事实上，上帝并不像大人捉弄孩子，它对每个人都是公平的，他留给了你失望，在前面的不远处一定就留了希望！坚持下去吧！拨开重雾吧！这一秒不失望，下一秒就有希望！

谢谢。

## 播音演讲稿三分钟篇六

大家好！

xx年已经悄然无息地过了一大半了，我们也从一个满怀壮志的高中生，成为一名大学生。

这期间虽然饱尝了山穷水尽疑无路的困顿，可丰富的大学生活又给我们带来了柳暗花明又一村的新境地，因为这里是我们攀登目标理想的新起点，也是我们积累知识阅历的新家园。

在过去的旅途中，无论你是否拥有过欢笑，拥有个阳光，这都已成为永远的记忆，加上一把锁将它封闭起来吧！摆在我们面前的，新的老师，新的同学，新的旅途，新的梦幻，新的生命正在破土而出，面对这一切，我们该怎么办。由于现实的残酷，我们将化身为一个个骑士，抹掉胸口上的创伤，擦掉昔日的荣耀，拿上我们的曾经的利器，整装待发，新学期的目标是我们新的征途的开始！梦想是我们通往成功的地图，只有付出了行动，迈出我们坚实的步伐，才能让我们到

达成功的彼岸。确定我们的目标，就要为了它努力拼搏，志当存高远，我们要立长志不要常立志。

人生是对理想的追求，理想是人生的指示灯，失去了这灯的作用，就会失去生活的勇气。因此，只有坚持远大的人生理想，才不会在生活的海洋中迷失方向。

人生的花季是生命的春天，它美丽，却短暂。作为一名大学生就应该在这一时期，努力学习，奋发向上，找到一片属于自己的天空。青年是祖国的希望，民族的未来。每个人主宰着自己的明天。

希望几年后的今天，我们能够收获自己辛勤劳作换来的累累硕果。

我的演讲完毕，谢谢大家！

演讲人□xxx

20xx年xx月xx日

## 播音演讲稿三分钟篇七

非常荣幸我能代表我们工会组的同仁在这里演讲。

我们这里，天依旧很蓝，鸟语花香，窗外孩子的笑声清晰可闻。可是很多孩子，他们却只能活在亲人的记忆里了，再也不会犯错误，永远再也长不大了。孩子就是希望！我们是幸福的，因为我们还活着，我们的孩子还在欢笑。我突然觉得自己的学生无比的亲切，自己的岗位无比的神圣。我对它开始充满依恋、充满爱意。语言变得苍白无力，自我变得轻若鸿毛。我不知道怎样才能体现这份爱，才能表达这种情！我现在唯一的选择就是敬业。

我们可能要面对新的问题，适应新的变化，创造新的生活，而这全新的一切，没有脚踏实地，没有尽职尽责，没有默默奉献又如何能完成？爱岗敬业说得具体就是要尽岗位职责，把具体事物一点一滴地做好，把工作时间一分一秒地抓牢。准备好每一篇教案，上好每一堂课，做好每一次作业批改，把握好每一名学生的成长。这就是敬业，这就是爱岗！这就是尽职！

我们以什么样的精神对待工作，决定着工作的成败；以什么样的态度面对学生，决定着学生的成长。我们的态度决定着学生的成长，这就是教育工作之所以神圣的原因，也应该是师德水平的重要体现。学生就好像花草树木趋向于阳光一样，趋向于教师。学生的这种向师性表明，教师对他们来说，实在是太重要了。我们应该是学生生活中、心灵上最重要与震撼的人物。他们每天的大部分时间，是同我们在一起或是在我们的影响下度过的。他们是不是能生活得有意义，是不是能学得有效果，是不是能健康成长，是不是幸福快乐，都和我们有太大的关系。他们每天都希望从我们这里得到美好的东西。

我们的敬业爱岗意味着要对学生的成长负责，不仅要关注学生的学业，也要关注学生的情感态度、生命价值；不仅要关注学生的学习，也要关心学生的品德和习惯。我们要成为“学生成长的促进者”，在我们学校培养学生的品德、习惯和学习能力尤为重要，使其和谐、健康的发展。树立起坚定的人生方向。我们还要成为学生成长的伙伴，既能理解学生成长的苦恼与抗争，具有同理心，又能带动、帮助学生，具有影响力；乐于做学生的伙伴，在平等中感受升华，在成长中享受收获。唯其如此，我们的责任心才能成为学生进步和发展的真正动力。

做人必须像人，不求惊天动地，但求问心无愧。忠诚于我们教育事业，就要有胸怀大局，恪尽职守，爱岗敬业的责任心；就要有尊重生命，无私奉献的崇高品德。在学生的眼里，我

们是神圣的，是美丽与智慧的象征，是正义与道德的代表，是让他们崇拜、信任、爱戴，并渴望接近和刻意模仿的人。我们除了无私奉献外，更重要的是用真心、诚心、信心去对待学生。爱自己的孩子是本能，爱别人的孩子是神圣。大难面前。这种大爱已化做一种本能，我不希望我们也有这样的机会。但是教书育人已经不仅仅是我们赖以谋生的职业，更是一项伟大的事业，一项实现了自己个人价值和社会价值的事业。

能够把个人的爱好作为自己谋生职业的人是很幸运的，能够把赖以谋生的职业变成一生为之追求奉献的事业的人更是了不起。看看我周围的同事们，谁也不例外。旗帜在前，催人奋进。我经常问自己，我离优秀的距离还有多远？我将朝着所确立的新教育目标继续去努力、去奋斗。

## 二

弹指一挥间，五年的岁月就在绘声绘色的讲课声中，就在埋头批改作业的笔尖，就在上课铃与下课铃的交替声中滑过。

还记得，小的时候，“老师与学生”的游戏是我的最爱。

还记得，上学以后，能歌善舞的老师就是我心目中的天使。

还记得，中学毕业时，志愿栏里毫不犹豫地写下“师范”。

往事一幕一幕。

15岁，我背着行囊走进师范。在那里，严谨的校风，严格的基本功训练，让我明白了教师这两个字眼的深刻含义：“学高为师，身正为范”。

18岁，我带着一脸稚气走进这所学校，满腔热情地融入到与我年龄相仿的学生当中。望着那些在教育战线上呕心沥血几

十年的老教师仍孜孜不倦，看着他们青丝变白发仍两袖清风，我突然特别深刻地理解人们为什么总是这样描写教师：“捧着一颗心来，不带半根草去”，“春蚕到死丝方尽，蜡炬成灰泪始干”。

我深深地知道：作为教师，光有奉献是不够的，振兴民族的希望是教育，振兴教育的希望在教师，特别是世纪之交的青年教师，我们要有一种紧迫感、使命感，必须不断学习，与时俱进，开拓创新，学习新知识，掌握新技能，以适应社会对我们提出的越来越高的要求，从1999年至今，我走过了我人生不平凡的五年。

曾先后两次参加县英语汇教获二等奖。并取得了全国高等教育自学考试的大专文凭□20xx年5月我被评为“全县模范青年团员”。去年，参加全国成人高考，被三峡大学成教院英语系本科录取。最重要的是去年8月，我以全县第四名的成绩被录用为正式编制教师。

我永远不能忘记的是那一段黑色的日子□20xx年10月，第一次参加进编考试的我因一分半之差被拒之门外。我失望，彷徨，一度想，要离开，想去看看外面的精彩世界，但最终我选择留下来了，我离不开我心爱的讲台，我离不开我心爱的学生，这里有我儿时的梦，这里有我一生的追求。

“一腔热血温故土，四季甘霖润嘉禾”，我无悔我的选择。

“撑一支长篙，向青草更青处漫溯”，我将永不懈怠我的追求，我深信，终有一天，我会“满载一船星辉，在星辉斑斓里放歌”。

## 播音演讲稿三分钟篇八

xx月xx日下午，即兴演讲思维训练。出题，2-4分钟思考，然后开讲，3分钟！

话说当时我真是一片空白。脑子不够用，思维不够快。老了。

所以，运用笨方法，将当时的思路全整理出来，不加润色，不做后期修改，只为仔细看看自己思维方面的缺点，以待提高。

人天生是软弱的。唯其软弱而犹能承担起苦难，才能显出生命的尊严。

这是第一命题，当时脑子一片空白，四分钟思考，我写下了以下的大纲，课后整理了出来。保留思维原貌，没有润色，只为记录思维的火花！

我的思路：

帕斯卡说过：“人是一支有思想的芦苇。”

是呀，“寄蜉蝣于天地，渺沧海之一粟”个人的生命与天地与历史相比，是如此渺小和短暂。尽管我们可能有强健的肌肉，俊美的外形，但却是这个星球最伟大的生灵。因为人有着其他生灵所没有的——思想和尊严。

生命短暂，活着并能承担起人生的苦难，有尊严活才拥有生命的意义。

那么，怎样才能有尊严的活？

我认为：那便是勇于挑战生命中所有的苦难。

人生苦短，我们可能会遭遇来自身体和外来的诸多磨难苦难甚至灾难。

对此，是逃避还是勇于面对？

帕斯卡终生多病多灾，却用强大的内心，深邃的思想让其短

暂的一生辉煌，在诸多领域做成了卓越的成就。

盲聋哑的海伦凯乐不愿如蝼蚁般苟延残喘毫无尊严的活着，使用强大的毅力让自己的单调的生活丰富，既完美了自己，又感动了他人。

再看看其他人吧，如林肯，如霍金，如达人秀的刘伟，又如汶川地震中的千千万万的幸存者。

我们每一个普通人也都有可能遭遇疾病，不幸，失败等苦难。

是的，生命是软弱的，自然的一阵风，一口水，一次抖动都可以轻而易举毁灭我们。但是，如果我们拥有强大的意志力，去挑战生命中的每一次苦难，去战胜苦难，活出生命的意义，实现生命的价值，方能显出人的尊严。

自我评价：太空，到时候可能忘词！

拥有初学者的心态是了不起的

我的思路：

我所理解的初学者的心态是热爱之心、投入之心、不畏之心、不馁之心。

所谓热爱之心是对所专注的事业投入百分百的热情。因为爱所以爱，没有任何的矫情与功利。

所谓投入之心是对所专注的事业投入百分百的精力，甚至到达废寝忘食的地步。想我初当教师之际，为了上好一节课，能用两周的时间去查阅去解读去专业。记得工作后在学校开的第一节课是《兰亭集序》，为了上好这节课，每一张幻灯片都掐时间，每一次阅读都掐音乐，拿父母做学生实验过若干次，对着镜子练习过若干次。我想这就是初学者之心，因

为热爱而投入。

初学者的心态还有不畏之心和不馁之心。那就是一种初生牛犊不怕虎的豪情与敢想敢做的冲劲。若此刻的我是刚刚工作的我，那么今天第一个冲上台的必定是我。那个时候，天不怕地不怕，想到会立刻去做。从不害怕失败。在经历过失败后也能睡上一觉后像打了鸡血。我想，那也是初学者之心。

而如今，社会的评价和职业的倦怠让我丧失了初学者之心，我开始抱怨开始懒惰，直到碰到了我的高中同学，他也是一名教师，工作十年获得若干教学、论文的奖项，更重要的是他一直有梦想有追求，永葆一颗初学者之心。

我问他，你是如何保持初学之心态的？

他告诉我：读书让人心静，所以对待自己的职业就会永葆热情、不惧怕失败。寡欲让人心清，不去计较物质就可以让自己对钟爱的事业投入百分百热情，于是就能去投入。

我想，拥有初学者的心态是了不起的。我也可以找回！

自我评价：热爱之心和投入之心有重复之嫌疑。

没有比人更高的山，没有比脚更长的路。

我的思路：

初看到这个命题时，我暗自惊喜，这是我初中最喜欢一句诗。再看，微笑，这让我想到了早晨陈玲玲老师的那一句：你能走多远，关键在于你能看多远。

是呀，心中有山，心便在山顶；脚下有路，路便达远方。

其实，这山顶，这远方不就是我们心中的梦想吗？

那么，我们该如何到达远方呢？

我想，主要还在于目标、实践和毅力。

杜甫说：“会当临绝顶，一览众山小。”广告语说：“山高人为峰。”是呀，心中有了坚定的目标，便可有个美好的梦想：登临山顶，俯视人间，睥睨世界，欣赏最美的风景。

当然，登山之路是要一步一个脚印走出来。我们要用脚步去丈量每一个目标，所以，实践不能少。倘若只是心中有山，脚下没路，有目标无实践，高处的山岚和远方的风景便会沦为梦境。

心中有目标，脚下有实践方能一步步接近梦想，而行百里者半九十，唯有在我们疲惫和懈怠时辅之以毅力，那种不放弃的精神，方能真正问鼎苍穹。

自我评价：论题为虚指，我依旧空谈，可能靠实一点更好！

在所有批评家中，最伟大、为正确、最天才的是的时间

我的思路：

众所周知，我们对事物的评价有主观的，有客观的。所谓公说公有理婆说婆有理，是为主观评价，主观评价无关对错，只关个人喜好和感情亲疏。而唯有客观的评价才是超脱于个人喜好的真实的公正的评价。

记得龙应台有一篇文章叫做《不相信》，大概有一段是说，她不相信历史，因为当朝历史总是后朝人所编写，后朝人又总会否定前朝的历史。再后朝的人又会否定之前的表述，于是，历史便在一次次的改写中失去了原貌。因为这里所做的批评依旧是人的评价。

她又说，她相信一些东西，比如时间，尽管历史层层迷雾，但随着时间的流逝，它终有晴朗的一天。这便是说时间的伟大了，它不需要动口，亦不需要动手，只是静静流淌，便可对世间的一切做出最公正客观的评价。

这不由不让我想到，我们中国历史上的那位聪明的女王，武则天。她的墓前巨大的无字碑似乎就是在让时间去雕琢，去评价，功过自有后人评说。又想起梵高，在世时穷困潦倒，名不见经传，但一切评价交给时间，时间便给予了他最公正的评价。

所以，不由莞尔，哀吾生之须臾，羨长江之无穷。个人的生命在时间之手中掌控，在所有批评家中，最伟大、为正确、最天才是的时间。

自我评价：李洁后来点评说，可以举一些经典书籍的例子，茅塞顿开。

如果你曾歌颂过黎明，那么也请你拥抱黑暗。

我的思路

这个话题应该是讲人面对成功和失败的态度。

我的例子：黎明——成功过（工作第二年……）。黑暗——失败过（工作第六年……）。我的认识和反思：调整心态——不惧与淡定，锻炼胆识——挑战自己，坚守——等待黎明。

总结：唯有拥抱黑暗，方能进步，方能记住那方黎明的天空！

我的评价：有点遗憾，这个我不擅长，不知道该怎么说！

港口的船是安全的，然而这并不是它被建造的目的

我的思路：

我想先和大家共享一篇文章，初三语文课本上有一篇苏联作家普里什文的一篇散文《林中小溪》，大家还记得那条小溪吗？勇往直前，向前向前，只为汇入大洋。遇到困境时便搏击。遇到坦途时更毫不留恋。最终汇入了大洋！因为，留恋坦途与沿途的风景并不是它的人生目的。

同样，船被建造就是为了去远航，去搏击风浪。而港口虽安逸却并不是它被建造的目的。

我们的人生也一样，生命的意义在于去充实去挑战。

作为一名教师，我坐在下面，是安全的。可是这是我此次培训的目的吗？

不由又想起汪国真的那句诗：“既然选择的远方，就只能风雨兼程。”所以，我上台来了。这里或许不够安全，但这里必将有充实我自己的精神财富，更有我战胜怯弱的勇气。我想，这才是我此次“出发”的目的！

我的评价：有点遗憾，我觉得我这个思路还行，可惜没有点我名。点了季帅名，和他不约而同想到一块去了，有一段。呵呵！

给每棵野草绽放的时间

我的思路：

看到这个题目，我一下子就想到了我们班的小x□两年前，他就像一棵角落里的野草，卑微而渺小，没有好成绩，没有好人缘。他的脸上很少有笑意，青春期的孩子个个如花般明艳，唯独他如花园中最不起眼的小草，被人忽视被人唾弃……后来，他休学了。他的离去没有激起一丝波澜。

提示”。我真笨！

一天便是永恒的瞬间

我的思路：

一天对于蜉蝣来讲，那便是它的一生一世。

一天对于天地山峦而言，那只是它的一瞬。

一天对于我们人类而言，那是每一个昨天、今天和明天。

如果能将每一个一天过得有意义，那这一天便是永恒的瞬间，定格人生的所有美好。

我想，作为一名教师，毫无思考的上课改作业不应该成为永恒的瞬间。唯有制定目标，脚踏实地，年年岁岁的坚守，仰望天空，追寻生活中的诗意，人生便可以将每一个今天延伸至永恒。（例子）

我的评价：幸好没有喊道我，这个我能想到的真只有这么多！

## 播音演讲稿三分钟篇九

你们好！我今天演讲的题目是“苦难也是一种财富”。

高考的时候，有一个考生写了这样一段话：我曾经抱怨说，黄色鞋底的布鞋，在我发现霍金的轮椅上嵌有深深的历史痕迹之前，无法步出青春的活力；我曾经诅咒过，脸黑的胎记反射不出漂亮的脸，直到我看到黑黑的男人，身体黑黑的，笑起来甜甜的，很美。

也许你抱怨过上帝在捉弄人。他对你刻薄，快乐，却让你痛苦。一天到晚，他精疲力尽，得到的只有滚烫的眼泪。但在

所有的苦难都来了之后，揭开沉重的面纱，你会清楚地看到，上帝是公平的，苦难也是一种财富。

有人曾经做过一个实验。他在一个山林里数完了红羊，就把山里的狼都抓走了，这样红羊就没有敌人了。说红羊应该悠闲快乐的生活是有道理的，但与预期相反，红羊为了一小块土地甚至一片绿草而奋斗，从整齐的队伍变成了散沙。

战斗过后，红羊精疲力尽。以前这片山林里从来没有出现过轰轰烈烈、速度快的红羊，红羊的数量也在逐渐减少。原因是什么？因为人抓狼，红羊没有威胁生命的'动物，而是互相残杀，直到死亡，失去危机。同时也失去了生命力。可见，在生态环境中，没有苦难就不会有生态平衡系统。

张海迪胸口以下失去了知觉，但这些困难让她有了更远大的目标，掌握了德语、日语和英语。为什么她能成就常人不易的事？因为她遭受了巨大的挫折，她也把它们变成了动力，让它们成为她的奴隶，再次战胜了苦难。

生活就像一块粗糙的玉石，这是上帝给你的最大财富。这粗玉里有悲欢离合。也许快乐是在痛苦之后，这是上帝给你最大的机会。只有努力雕琢这块粗糙的玉石，它才能成为一件完美的艺术品。

同学们，当你遇到挫折和困难的时候，想想吧。上帝是公平的，有时候苦难也是一种财富。

## 播音演讲稿三分钟篇十

大家好！

小鸟因为选择了蓝天，才能尽情飞翔；小溪因为选择了大海，才能尽情流淌；青松因为选择了危峻，才显示了生命之顽强；花朵因为选择了绽开，才显示出生命之美丽。而我因为选择

了放飞，才拥有了曾经的梦想。

梦想是我们通往成功的地图，只有付出了行动，迈出我们坚实的步伐，才能让我们到达成功的彼岸。确定我们的目标，就要为了它努力拼搏。志当存高远！我们要立长志不要常立志。

人生是对理想的追求，理想是人生的指示灯，失去了这灯的作用，就会失去生活的勇气。因此，只有坚持远大的人生理想，才不会在生活的海洋中迷失方向。

同学们，让我们树立信念，放飞梦想，你将能随它一起到达美丽的地方。树立信念，放飞梦想，你将会拥有一个更加灿烂的明天。让梦想飞翔，让信念开花。

谢谢。