

最新短视频演讲稿 三分钟的演讲稿 件(精选5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。那么演讲稿怎么写才恰当呢？那么下面我就给大家讲一讲演讲稿怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

短视频演讲稿篇一

大家好！

军训，渗着泪水和汗水，透着深呼吸，高度紧张思想和敏捷有力的动作无一不构成一道道美丽的风景线。我们穿上军装，由原来的懒散步伐到几天后的整齐划一，由原来的娇生惯养到几天后的坚强独立。

军训这几天，带给我们的除了肌肉的酸痛，更多的是对生活的认识，它让我们学会了太多平时在学习中学不到的东西。军训磨练了我们的意志，把我们的部分生活推到了极限，我们的精神面貌也焕然一新。

渐渐地，我发现，我在走路时会自然而然地抬头挺胸了，我站立时会习惯性地挺直腰杆了，我会在一个人的时候哼起那首日落西山红霞飞，战士打靶把营归了。这些都是因为军训而改变的。

在军训中，我最喜欢的是军姿。军姿是最美好的姿态，双脚分开约60°，脚跟并拢，双手紧贴裤缝，前后贴紧不留缝隙，两肩后张，收腹，下额微收，抬头挺胸，目视前方。军姿展现的是军人的风采，也体现出一种坚定，坚强，坚毅的美。硬骨傲苍穹，笑傲风霜雪。站军姿时，感觉有股浩然正气贯长虹。如果青春是首动人的歌，那军姿就是其中最铿锵的旋

律。

都说当兵的人是最可爱的，在这次军训中，我终于体会到了这句话的内涵。教官们响亮的口令，整齐的步伐，都让我深深折服。“一，二，三，四”的口号声，在某一时刻，我竟觉得是世上最动听的声音。当教官用沙哑的喉咙唱起那首《第一天当兵》时，我不禁落下了眼泪，有种感情在内心喷发，那是对军人的浓浓敬意。

军训的日子就像风雨过后的泥土，经过了无数次的洗刷，最终会沉淀下去，直至融入我生命的最底层……军训，真的让我学会了很多，同学之间的团结友爱，师生情，军民情，好多感情共同发酵，凝成我脑中最美丽的回忆！

谢谢大家！

短视频演讲稿篇二

现今，有一个很热点的词，上至达官贵人下至黎民百姓，都在召唤着，并努力追寻着。如果能摘获它，那真是件别人艳羡、自己欣喜的事。然而，自我认识我们致立学校的赵秀娟老师以来，感觉这词本就存在于她的举手投足之间，似乎专为她而造。这词就是——与时俱进！

一般而言，女人有了一定的资历，就想安逸，能按部就班地走完余下的职业生涯也不枉过失，可年过五十的赵老师却是依旧善于学习、努力进取，她的一言一行丝毫不逊于年轻人，有些方面甚至还遥遥领先。

她爱唱歌，怀旧的、通俗的、流行的，她拈手就来，张口就唱□ktv房内我们常常自叹弗如；她喜欢跳舞，无论“快三”还是“慢四”，无论“恰恰”还是“伦巴”，连陌生的舞者都会热情相邀，因为她依旧“轻舞飞扬”；她崇尚现代通讯，时不时会把温馨的短信、精美的电子贺卡或载满深情的emil发给

同事、朋友、兄弟姐妹；她爱玩数码相机，于是，为实践课提供图片，为学校收集资料；她热衷学习网络操作，悄悄地把平时收集、珍藏的建校五年来工会工作中的点点滴滴制成精彩纷呈的多媒体光盘，不仅让朝夕相处的同事们啧啧称赞，也让前来检查、联谊的领导、同行及外行朋友叹为观止。

如果把拥有先进的理念和同步的言行，并取得相应的实效，诠释为“与时俱进”的本意，那赵老师的外表则丰富了这词的内涵。

女人爱美，都希望拥有窈窕的身姿。赵老师比较丰盈，可她从不刻意减肥，因为她的“胖”为她平添几多妩媚、柔婉和雍容华贵之气韵。有时我会想，她是否自唐朝的深宫闺院款款而来？可她分明很现代啊，你看：短短的卷发染成栗壳色，新潮的服饰端庄又得体，青春的气息呼之欲出！三十几岁的我和略施粉黛的她站一起，一定有人会把我们的年龄错位呢。

她的细腻，她的慈爱，她的热情也同时拓展着“与时俱进”的外延。除了工会，她还兼顾着政教、《人体与卫生》的教学等工作，工会工作的繁琐众所周知，师生们的各种保险、理赔要她出面；逢年过节时的大小活动她要帮着设计张罗……眼看越来越多的学生进入青春期，需要相关的指点和帮助，她忙里偷闲多次组织图文并茂、浅显易懂的讲座，把普校才试点引入的性教育抢先带进了智残教育领域；别看她犹如优雅的仕女，可每当学生突然发病或尿湿屎脏，只要她闻息，必然冲在最前面，尽管每次的换洗也会让她恶心得想吐；她尽可能地关爱着自己认养的孩子，节假日里带着吃的用的去看望不说，有空闲时还会把孩子带到家里，让其享受一下“少爷”滋味；她也关注其他孩子，今年初，一学生患先天性心脏病过世，按常理，保险公司可以不作理赔，可恻隐之心使她不顾劳累地跑了七、八次的保险公司，好说歹说、以情动人，终于为那个一贫如洗又失去孩子的家庭争取到了七千多元的安心费，捧着一大叠人民币，孩子父亲不停地说着发自肺腑的两个字：“谢谢”；对同事，她也从不吝啬她的热

情，谁有了头疼脑热，她不忘温言软语去安慰；谁生病住院了，她会端上时令的美味佳肴去探望，让你感受致立特有的亲情。

她常说：我可以没有通天的云梯，但不能没有拥抱月亮的手臂；满足于曾经拥有，又如何去雕刻经典的版本？是啊，我们没有理由怀疑她的人生版本不经典，因为她的每一天都时尚着，俱进着！

短视频演讲稿篇三

我是飞行在城市间的孤独的流浪者。飞，不知疲倦的飞，这是我唯一的姿态，是我仅有的选择。

我不能停止翅膀的煽动。这不仅仅是因为城市之间我无处可栖，重要的是我一旦落脚生命安全将受到威胁，随时有被活捉的可能，还有一个选择那就是死，死很容易，可我还不能放弃生的希望。我没有选择，也没有退路。尽管我早已厌倦了飞的姿势，尽管我很想停靠在某棵大树上歇歇脚。可是却又不相象我的同类那样甘愿被人囚禁在笼子里，我几次劝说它们，试图就它们出来，它们却不领情，只愿意那样衣食无忧的生活，却舍去最大的自由。

我不要这样，不要。

当我慢慢睁开双眼是，正躺在树的怀抱里，身上盖着几片新叶，我感觉身体得到了休息，可心还是疲倦的很。“给，喝水，你睡了3天3夜了，好几天没休息了吧！”大树微笑着对我说，他用树叶盛来了清晨的甘露。我口真的很渴，端起叶杯(树叶制成的水杯)大口大口的喝下去。喝完水后，看见树望着我，我不好意思地笑了笑。它看起了天空，跟我说：“以前我身上有成千上万的鸟栖息，在鸟的王国里被称作‘鸟的天堂’，你应该听说过吧！”“嗯，听母亲树过，国王还亲自来这感谢过您呢，以前我很想来这玩，在大家的传言中这是个很美丽的地方，可当时我年龄还小，还不能很熟练的掌

握飞行的技巧,母亲担心我受伤,所以不让我来,但等我长大后就没听任何家族里的鸟谈起过此地了,好像大家遗忘了曾经很向往的地方。”树叹气说:“是啊,这里曾经是那样的繁华。后来鸟全部都走了,有的被人捉了,养在鸟笼里;有的飞走后在没有回来……我一直都盼望能有年在我身上气息,就算是歇歇脚也可以……可一直没有……我很久没见过鸟从我身边飞过了,许多鸟都厌倦了飞行,甚至忘记了飞行的姿势……没想到还有你这个小家伙还坚持着。”说到最后他看了我一眼,眼里饱含着泪水。我从心底感觉到一股忧伤在内心蔓延开来。

我接过水,飞到树下,把它撒在树的根部。我心里回响着一个声音:

再见了!

天还是那样蓝,天空中还是我所熟悉的空气,我又开始了飞行之旅,可是心里并没有觉得开心,也没有伤心,只是觉得我该去面对我将要面对的了,逃避不了。

“嘭——嘭——”我突然感到被什么东西击中了身体,顿时感到全身无力身体也闻声而落。眼前最后的画面是:树转身,好像很焦急的样子,向我伸出手臂。我不知道该怎么做,说些什么,只是对它笑了笑……之后就什么也看不见了,听不到了。

“你早就知道前面等待着你的的是鸟注定的宿命了,还是义无反顾,你在死前还对我笑,你认为这是解脱吗?还是对我说不让我伤心难过呢?……无论怎样,让肉体在树洞里休息,灵魂去天空中飞翔吧!”树泪流满面。

短视频演讲稿篇四

大家下午好!我今天演讲的题目是:中国梦 我的梦 我是教师我骄傲。

教师有什么骄傲的?我来给你细数：1、每年至少有三分之一的时间自己支配。2、相当纯洁的人际关系3、社会地位必须有。第4点也是最欣慰的一点，年龄增长与工资增长成正比。

回头看看。儿时写作概率最高的题目，除了《最难忘的一件事》就是《我的梦想》，小时候，我的心中总有那么一根燃也燃不完的蜡，没错，当一名老师。似乎这个梦想就是为了作文课而生的。在人生路上左顾右盼磕磕绊绊的，我们长大了，无意中，我实现了儿时的梦想。才发现最初梦想才是最真实的，也是最可靠的。

挫折，我们都经历过。人的性格多种多样，家庭教育也各有不同。面对经常事与愿违的情况，我深深理解了耐心不比努力简单。面对学生家长的轻视和不理解，我憋屈、我懊恼、我愤怒。有时我觉得自己失去了快乐。其实，这很蠢。别人的一句话，一句评论就生气半个月，现在想想我这是有多无聊啊。一句轻描淡写的话算什么呢?与家长一次成功的沟通就见证了一次能力的提升。那么让暴风雨来得更猛烈些吧!面对不断进步的自己，我才能感到骄傲。

我一直在思考如何激发孩子们学习语文的兴趣，如果是因为我的教学方式方法而导致孩子溜号，我会惭愧。我想让他们快乐学习语文，在学习中与我交流互动。我想听孩子们大声的回应，我想见他们焦急的举手抢答。我尤其想看到孩子们在课堂上因答对一个问题而露出纯真笑脸。我爱他们，我拥有他们，所以我骄傲。

二十五年了，没有哪个人生阶段比现在更乐于学习，有压力才有动力，从前那个凡事都拖拖沓沓的自己要改变了。身为一个女孩子大大咧咧、马马虎虎可以是我的个性。可作为一名班主任“对付、差不多、还可以”这类词汇则会让你的工作变得一团糟。每一次犯错，都教训我下次得思考，要琢磨，需谨言慎行。是的，我要干好我的工作，要在这个校园扎根，要称每个同事为朋友。要使孩子们心中都开花。

前苏联教育家说过：“教师是太阳底下最光辉的职业。”我是粉笔，我是蜡烛，我是园丁，我就是教师，我的梦想，我骄傲。

短视频演讲稿篇五

看！_____班的运动员们走过来了！他们个个精神饱满，英姿飒爽，准备在本次运动会上大显身手。_____班素有团结拼搏的优良作风，永争第一是他们永不放弃的口号！你看！他们的步伐多么的豪迈整齐！你听！他们的声音多么的嘹亮铿锵有力！他们愿将更高、更快更强的体育精神实现于运动场上的每一刻，愿将永攀高峰的意志带给每个人！来吧！祝愿他们在本次运动会中实现自我，胜不骄、败不馁；让我们为他们每一次拼搏加油，让我们为他们的每一次努力喝彩！

瞧！一群意气风发、精神抖擞的年青人正向我们走来。整齐的步伐踏着他们的坚定，灿烂的微笑写着他们热情，嘹亮的口号体现着他们的实力。就是这样一个由41人组成的团体，他们团结友爱，勤奋好学。他们用拼搏的汗水挥洒赛场，用晶莹的泪水拥抱胜利的辉煌。这就是他们，这就是永远的、激情飞扬的——班！

各位老师、同学们，现在朝主席台走来的，是由_____班健儿们组成的方阵。这是一只顽强拼搏的队伍，一个团结向上的集体。在去年的运动会上，虽有几名运动健儿因故未参加，但在所有人的奋力拼搏下，依然取得了团体第八名的好成绩。今年，他们凝聚实力，决心向更好的成绩发起冲击、发动挑战。他们的口号依然是：“团结进取、奋力拼搏、齐心协力、共铸辉煌。”请拭目以待吧！

我们带着崭新的力量随春天而至，鲜花将为我们开放；

我们有缘才能相聚，有心才会珍惜，我们的心朝着同一方向眺望，

我们心相连，手牵手。团结成就我们旧日的辉煌，今天年轻的心萌动新的希望。

我们青春飞扬，我们团结向上，我们相信有梦的地方就会有飞翔。

放飞理想、放飞激情、勇往直前、永不言败，_____班正踏着朝阳，激情豪迈地走过来；这，是一个奋发向上、充满朝气的班级，他们步伐矫健、精神抖擞，在向你我庄严的宣告：_____班，本界运动会上最亮丽的风景线！

我们同欢乐、我们共追求，我们驰骋赛场、挥洒豪迈，让我们的热血无悔地沸腾吧！加油吧！运动健儿们！胜利，将与我们的_____班同在！

迎面走来的是_____班，朝气与活力在每一个人身上洋溢，友爱与鼓励在每一个人心中传递，稳中求进，挑战自我是他们的起点。不懈努力，不倦追求是他们的历程，突破自我，争创第一是他们的目标，奋斗造就辉煌！昨日的汗水必能成就今朝的辉煌，加油，_____班，你将成为成功的代名词！

现在走来的是_____班的健儿们，他们意气风发，他们勇于坚持，他们将在这次运动会上展现他们矫健的身姿，他们将在这次运动场上写出他们青春的名字他们如大风压林，他们有豪气干云，他们有一颗非我莫属的年轻的心，他们是一杆永争第一的青春旗！

现在入场的是_____班，这是一个团结的集体。同行是一首歌，我们用自信、顽强谱写青春的旋律。我们这里有短跑冠军，长跑健将。我们这里高手云集，人才荟萃。团结是我们斗志的源泉，是不断激励我们向更高更快更强努力的精神支柱。我们_____班一定会争创佳绩，勇夺第一。

迎着太阳的光辉，迈着整齐的布法，现在想主席台走来的

是_____班。看，运动健儿一个个精神饱满、英姿勃发；听，整齐的步伐向大家展示着他们是一个有纪律的班集体。原男子110栏纪录保持者___就是来自于这个班级，另外，_____的获得者_____也在该班。_____班就是这样一个有活力的班集体，她一定会大步的走向光明的明天！

现在走过来的是_____班的方阵，_____个兄弟姐妹组成的一支朝气蓬勃，英姿勃发的队伍。他们昂首挺胸，迈着整齐有力的步伐，俨然一个不可分割的整体。就是这样一个团结拼搏的集体在去年运动会上力挫群雄，夺得团体总分第三的不俗成绩。今天，他们又意气风发，信心十足地站在这里，为了班级荣誉而战，我们坚信，他们一定会不负众望，再续辉煌。让我们拭目以待！

恰同学少年，风华正茂；逞飒爽英姿，一代天骄。

看，现在迈着整齐的步伐，正昂首阔步向主席台走来的，是我们_____班的同学们。

这是一个热情如火，团结向上的集体。他们不但学习优秀，工作积极，参加各类文体活动也从不甘落后。今天，他们本着友谊第一，比赛第二的宗旨，个个精神抖擞，想在百米赛场上与各路英雄一争高下。

_____班，祝你们好运！

瞧，_____班的代表队整齐的走过来了，他们精神抖擞，步履从容。他们没有赛前的豪言壮语，却知道平时在运动场上轰轰烈烈；他们并不是时时以别人的步伐前进，却能在比赛中不断努力的超越自我、奋力前行。他们要把自己当作体育健儿的代表，要用自己的拼搏进去诠释时代的体育精神。他们

说：“也许昨天是属于你的，但今天的主角一定少不了我！”听，他们嘹亮的口号，不就是他们向胜利发出的最强有力的呐喊吗？让我们一起衷心的祝愿，祝愿_____班取得优异的比赛成绩吧！

听见那激昂嘹亮的口号声了吗？看见那整齐稳健的步伐了吗？感觉到那永不言败的气势了吗？不用怀疑，这就是_____班！坚定的目光代表我们执着的追求，沸腾的热血证明我们必胜的决心□we are the best !we are the wonder!