

# 2023年珍爱生命关爱成长演讲稿三分钟(大全10篇)

演讲稿具有宣传，鼓动，教育和欣赏等作用，它可以把演讲者的观点，主张与思想感情传达给听众以及读者，使他们信服并在思想感情上产生共鸣。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，我们一起来看一看吧。

## 珍爱生命关爱成长演讲稿三分钟篇一

俗话说：“笑一笑，十年少”。其实，微笑不仅能让你年轻，还是一座沟通人际关系的桥梁，一剂化解人们矛盾的良药。

你听说过关于日本原一平先生的故事吗？

原一平本是一位极其普通平凡的保险推销员，他相貌平平，身高只有158厘米，但是，他为什么能成为日本家喻户晓，妇孺皆知的名人呢？正是因为他有事没事就研究微笑，对着一面随身携带的小镜子练习，并把这些微笑应用到工作中去，才走向了成功，成为鼎鼎有名的人。

原一平在工作中，在生活中，一共研究出了39种微笑，并且自己也将这39种微笑练得非常自然。有的微笑能让人感到温暖，有的微笑能让人感到亲切，有的微笑能带给人们力量，有的微笑能让烦躁不安的人立刻安静下来，有的微笑能让你不由自主地去聆听。

正是他的微笑，让客户与他成为无话不谈、无事不说的知心朋友。

的确，微笑能沟通人的心灵，把彼此间的距离拉近，甚至帮助你走向成功。

可见，微笑有时候还能化干戈为玉帛。

每天你给别人一个真诚的微笑，别人也会给你一个微笑。

微笑能让别人对你所怀的顾虑在一瞬间消失；

微笑能让你与别人的关系融洽；

微笑是沟通彼此心灵的无声语言。既然如此，那么，朋友，就请大方起来，请别吝啬你的微笑。

谢谢大家！

## 珍爱生命关爱成长演讲稿三分钟篇二

大家好！

在漫漫的人生路途中，我们总会遇到这样那样、形式不同的难题。有的人面对这些难题一筹莫展，不知从何下手，从而被难题所困；而有的人却毫不畏惧它们，积极面对，解决了一个有一个的难题，并最终迎来了成功的曙光。

爱迪生是美国伟大的发明家，给人类带来了电的福音。在他的人生路途中就是难题重重。小时候，他学习成绩不好，被学校开除了，但是他的母亲不放弃他，在家里教他学习；长大后，他热爱科学发明，在火车上进行试验却惹出了祸端，被车长打成了左耳失聪。但是他并没有退缩，仍坚持着科学试验；发明电灯时，他试验过六千多种材料都不能做灯丝时，他仍不放弃，继续试验并最终找到钨丝发明了电灯。试想，如果爱迪生在面对身体残疾、发明不顺利等等难题时，不是积极地去面对，他的成功从何而来？也正是因为他在面对人生的难题时的“不抛弃，不放弃”才使他成为举世闻名的大科学家，为人类的进步做出了不可磨灭的贡献。

与爱迪生一样积极面对人生难题的人还有他——贝多芬。贝多芬是众所周知的音乐巨匠，他所谱写的《英雄交响曲》、《命运交响曲》等都是广为传颂的宏伟乐章。可是有谁知道他的后半生是在一片寂静中度过。在他人到中年事业正如日中天的时候，命运给了他一道“难题”——双耳失聪。要知道声音是音乐人的命脉，听不到声音就无法谱曲。可是贝多芬却不想放弃自己热爱的音乐。他用嘴叼根木棒来感应音符，克服了重重困难，谱写出了《命运交响曲》。贝多芬在面对人生的磨难时没有选择放弃，而是找到了一种解决方法，并凭借着顽强的毅力，积极面对最终获得了成功。

孟子曾说过：“故天将降大任于是人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，行拂乱其所为，所以动心忍性，曾益其所不能。”古人都知道要想成才必先吃苦这一道理，更何况我们。

谢谢大家！

## 珍爱生命关爱成长演讲稿三分钟篇三

大家好！

是谁陪我栉风沐雨，静看春花秋实？是谁，为我驱寒散热却独自承受坎坷？是谁忙里忙外、脚步匆匆？是谁日渐苍老、为我面容憔悴？我感觉到了，那是我的妈妈——我慷慨的母亲，慷慨到把母爱化成光环，永无终点；我感觉到了，那是我的妈妈——我吝啬的母亲，吝啬到只愿一个人咀嚼生活的艰辛，永不言悔。我的调皮偷走了您的年华，却化作细密的皱纹和两鬓的白发。此刻，您正在考场外焦急地向我的方向张望吧。妈，想起您的付出，您的鼓励，想起这日日夜夜的您的陪伴、您的牵挂，此时女儿的心里真的很感动。今天我就让我把这些许欣喜、些许历练后的飞翔化作满篮、满世界的春光送给您。这么多年来您的忍耐与坚持，您的不朽的无私的爱，让我懂得了什么叫感恩。

我已记不清有过多少这样的日子，也不知道寒冬腊月冰封了我多少积蓄的力量与您的渴望。高中生活单调而枯燥，却又是毛毛虫变成美丽蝴蝶翩翩而飞必不可少的过程。于是我学着适应，左手是坚持，右手是你们的牵挂，中间是在坚韧与忍耐、宽容与感恩中洗礼的成长。冰心曾在《一日的春光》里说：“这九十天的冰封，只为这一日的春光！”妈妈，百部我已走好了九十九，等跨过这一步，我为你准备的将是一生的春光！

天底下的子女们，亲情已不仅仅是“临行密密缝”的关怀，不仅仅是“雨中黄叶树，灯下白头人”的守候，更多的时候，“天地有大美而不言，回时有明理而不说”，它似大海静水流深，最深的爱里你是看不到浪花。同时，亲情又是一根长线，线的这头有父母的付出，另一头就需要我们的感恩与尽孝，在这样明媚的日子里，让我们提篮春光，去看妈妈——让她看到我们的蜕变，让她们的努力化作了一世界的芳香。

## 珍爱生命关爱成长演讲稿三分钟篇四

早上好！我今日国旗下讲话的题目是《此刻就去做》。

好机会往往稍纵即逝，犹如昙花一现。对作家来说，当一个生动而强烈的意念突然闪耀在脑海，就会萌生一种难以遏制的创作冲动。此时，如果无暇执笔，一拖再拖，意念就会变得模糊甚至从脑海中消失。对画家来说，当一个神奇美妙的幻想突然跃入思维，此时如果拖延，就会错过一个好的创意，甚至失去一幅影响深远的名作。

历史上不乏因拖延而造成悲惨结局的事例。雷尔司令派人给恺撒送信。但当信使把信送给恺撒时，正在和朋友们玩的恺撒随手把信放在衣袋里，等牌玩完之后才去阅读。所以。他错过了最好的作战时机，导致全军被俘，连自我也命丧敌手。

多拖延一分，工作就难做一分，欢乐就减少一分。还有什么

习惯比拖延更有害还有什么习惯比拖延更容易使人懈怠让我们都来树立“此刻就去做”的观念：收到了信件第一时间就去回复，订好了计划第一时间就去执行……让“此刻就去做”成为我们的口号，让我们成为时间的主人。

## 珍爱生命关爱成长演讲稿三分钟篇五

《老人与海》中的老人在海上孤独地同鲨鱼搏斗最终却只拖回了鱼骨。也许有人会说老人的行动很傻，得不偿失但我却认为老人是最聪明的，他懂得去追逐梦想。

人的一生中充满了梦想。小时候是想有一个洋娃娃，再大一点是想考试得高分，再大一些想有一份好工作……人的一生就是在逐梦中度过的。梦想既是人生的目标，又是人实现这个目标的源源不断的动力。

梦想无好坏大小高低贵之分，它只是人们心中的一颗星，在天闪闪发光，指引你前进的方向。

马丁·路德·金有一个梦想，实现所有人种之间的平等相处。正因为他有了这个梦想并且去追逐它，实现它。他的功绩因此而伟大，他的人生因此而辉煌，他的名字因此而不朽。

屈原有一个梦想，希望楚国能够强大起来，抵抗秦国的进攻。“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。”这不仅是他心路历程的写照，更是他追逐梦想为了实现梦想的决心。

焦裕禄也有一个梦想，“不治理好兰考的绿化，我死也不瞑目。”他追逐着这个梦想献出了自己的一生。他们的伟大不在于自己本身，而在于他们有梦想，并能为了这个梦想而去拼搏、奋斗。他们的精神同老人一样坚韧与顽强。这就是他们的人生美。美就美有意义，有价值。

人的一生短暂而平凡，能够成为伟人的屈指可数。大多数人

在人类进程中只不过一颗流星，转瞬即逝。因此，有人感叹“人生苦短”。但我要说人生短暂是对的，人活在世上很辛苦也是对的，但是感叹“人生苦短”我就有不同看法了。正因为时光飞逝，所以我们更要珍惜，同老人一样，与鲨鱼搏斗看似辛苦，可是在这段日子里，与成群的鲨鱼斗智斗勇，其中的欢乐与思索，沉静与兴奋，都是任何事物无可比拟的。所以有人说“做一件事，结果带来的喜悦，与过程中带来的喜悦是无法比拟的。”我想，人生也是如此吧！

人生之美，美就美在过程，而不是结果。

人生之美，美就美在追逐梦想而不仅是实现梦想。

## 珍爱生命关爱成长演讲稿三分钟篇六

大家好！今天我们要演讲的题目是《感谢您，我的母校！》。

日月如梭，光阴似箭，我们即将度过六年难忘的小学生活，母校的一草一木和美丽的容颜已经刻在我们的心间。回首过往，母校为我们的成长帮助了许多，也记录了许多。六年的点点滴滴，流驶而过的回忆，如同一部部记录片，美丽而富有诗意。

从单纯的儿童到懂事的少年，勤劳的园丁们已经为我们撑起一片宁静的蓝天，让我们从幼小的树苗成长为一棵棵茁壮小树。六年来，我们从嗷嗷待哺的小鹅，渐渐长大为骄傲的白天鹅，依靠强劲的翅膀，在天空中自由地飞翔。如今，我们即将告别亲爱的老师和同学们，象蒲公英一样，各自去寻找另一片更广阔的天空。母校教我们深深地懂得，依然要怀着一颗感恩、热情的心，无畏地踏入未来之路，即使前面是尖利的荆棘丛，是坎坷的不平路，但是，再多的艰难和困苦，也阻挠不了我们前进的步伐，阻挡不了我们努力奋斗的理想和目标。老师，您是神圣的播种者，美丽的耕耘者，是您用明媚的阳光普照我们，用甘美的雨露滋润我们，用拳拳的爱

心照料我们，为我们浇水，施肥，驱虫，才使得我们如桃李开满天下，换来姹紫嫣红，繁花锦簇的春色满园。

亲爱的朋友，多么神圣而美好的字眼!如若不是母校，我们又怎么能结识这么多的知心朋友?六年的朝朝暮暮，在这个大家庭里，我们共呼吸，同命运，历经风风雨雨，大家互相帮助，团结友爱，其乐融融，无论谁有困难，同学们都会鼎力相助，帮他解决困难。兄弟情，姐妹情，凝聚在一起，谱写最真挚的人间真情!

感谢您，我的母校!是您赠予我渊博的知识，是您为我照亮前方的道路，是您让我倍尝到友情的甘露。回忆起每天早上开始，我们的脚步奔跑在校园小径，欢声笑语回荡在清香淡雅的花坛，一张张笑脸灿烂如花，操场上一个个身影箭步如飞……这些，不都是我们珍藏在母校的最珍贵宝藏吗?母校的每一个角落，都凝聚着师生爱，朋友情，弥漫着我们的喜悦，绽放着我们的笑颜，这是母校赠予我们最好的礼物，感谢您——我的母校!您就像一条耀眼灿烂的星河，刻画着我们闪闪发光的梦。无忧的童年有您的熏陶和培育，我们永远无悔!母校，我为您骄傲!

谁言寸草心，报得三春晖。母校赠予我们这么多，我们能做的，就是要把自己最棒的一面展示给母校，给母校留下最完美美好的印象——朝气蓬勃的个性，精神抖擞的斗志，锲而不舍的精神。我们一定要发奋努力，为母校争光，为母校的荣誉献出最丰硕的回报。

谢谢大家!

## **珍爱生命关爱成长演讲稿三分钟篇七**

光阴如潮，冲撞两岸青葱的思绪。远方，一如这生命的蓝色。有谁，感应那阳春的凋零，热情这片飘寒的刻意?是生命。生命如风，一个亘古的比喻，需跋山涉水，在时空里淘尽沙砾，

去寻找这个比喻的真谛；生命如水，一股奔腾的源泉，流经的曲折最终会奔向大洋；生命如诗，一片写意的境域，用心丈量世界，用诗倾诉生命。

生命的张弛仿佛换来一季花香，沁人心脾：聆听班得瑞的音乐，在阳光的气息中悟出生命的美妙，发现晴天。他用独特的乐感孕育出一曲曲动人的旋律，在森林中采撷一声声清脆鸟鸣，在河边拾取一汨汨流水馨音……然后融合在一起，释放出大自然的恬静，生命的释然，濯洗在喧嚣中污浊的心房，呼唤在生命尽头的灵魂，温暖冻僵了的生命之花。不禁为那一声声问候而感动，为那一抹抹唯美而畅然，为那一朵朵笑脸而欣慰。娴熟的手指在钢琴的黑白之间演绎着生命与自然的凯歌。聆听，自然物语诉说着珍爱生命的故事，那便是大自然给人类的启示。

阅读《假如给我三天光明》，透过海伦的语言，却仿佛穿越了她的生命世界。丝毫感受不到一个不幸的人对生活的抱怨和不平。她展现给我们的是一个无比温馨、诗情画意的世界。正是这一片境域告诉世界，生命是美丽的，更是脆弱的，只有珍爱生命，清醒着、奋斗着，让生命犹如垂落的瀑布，飞珠溅玉。因为，我们的毅力缘于生命。

生命如风，于是梵高看见了风。他在向日葵田

地中躺着，耗尽心血的画作竟无人欣赏。幸而他看见了一阵风穿过向日葵田地。那阵风被阻挡了，发出愤怒的吼叫，然而它们向前，全然不顾被招摇的枝干划破身躯，它们成功了。于是他也成功了，他的《向日葵》便成为价值连城的稀世珍品。

生命如水，于是司马迁看见了水。他珍惜眼前这涓涓细流，尽管背后身负着多少冷眼与耻笑。因为深谙：对水来说，没有不同的道路，所有的道路早晚一定会把它带到大洋。于是他完成了巨著《史记》，创造了历史的辉煌。



生命如诗，于是苏轼谱写了他人生的诗章。在赤壁的月夜，他心灰意冷之时，却听到了诗的倾诉：生命原来也可以用诗谱写，他心中郁结的块垒一消而散。于是寄情山水，最终名垂千古。

.....

在生命的号角穿过自然，穿过人生，穿过历史时，相信许多睿智的眼睛已经看到它在昭示着什么：惟有珍爱生命，才能藐视一切挫折，让大地映照出生命恢复原状的过程，让阳光洒满旅途。

生命的意义是每一个生灵所必须面临的灵魂的拷问，是生命的价值对灵魂的诠释。还记得曾经的非典与海啸，那些劫难让我们看到了生命的顽强，接受了一次灵魂的洗礼：即使生命沉默了，但它更以无声发出坚韧有力的号召：珍爱生命，用信心，以人生去做天平，称出每一个人生命的价值。

## 珍爱生命关爱成长演讲稿三分钟篇八

大家早上好！

像往常一样，课前三分钟轮到我做励志演讲。我演讲的题目是乐观的生活态度。

我曾经看过这样一段话：小鸟说：我飞过天空，但是天空中没有我的踪迹。泰戈尔说，天空中没有我的踪迹，但我已飞过。同样的情况，有两种不同的态度。相信后者的态度能赢得大家的认可。其实生活就是一面镜子。如果你对他微笑，他也会对你微笑。如果你为此哭泣，你只会心情沮丧。

相反，众所周知，林肯先生24岁时遭遇商业失败，26岁时爱人去世，27岁时精神崩溃。他中年时曾多次竞选参议员和副总统，但都以失败告终。然而，面对如此多的打击和磨难，

他从未放弃梦想，而是以积极的生活态度回应这些失望，最终成为美国第16任总统。正是这种积极乐观的生活态度，让林肯最终实现了自己的理想。

我相信，如果没有积极乐观的生活态度，没有四肢骨折的桑兰，没有高位截肢的张海迪，没有生活中光明与黑暗的海伦凯勒，他们也不会有辉煌的人生，不会赢得世界的尊重与赞誉。

亲爱的朋友们，虽然我们无法预测下一秒会发生什么，但我们相信，只要我们对生活抱着积极乐观的态度，我们的生活就会永远幸福。所以，即使有1000个哭的理由，也要给自己找10000个笑的理由，这样我们的生活才会充满更多的阳光和快乐。

## 珍爱生命关爱成长演讲稿三分钟篇九

大家好！开学6周来，你们总体表现不错。当你们踏着好奇、激动、求知的步伐走进莱芜中学这所学校时，我从你们眼睛里看到了新的希望。在这个起跑线上，每一位同学都会走向那美好的未来，实现自己的理想。作为初一的一名老师，我的心情和你们一样激动，一样充满着向往，充满着希望！我相信我们的每一位同学，都能以自己的勤奋与智慧创造出美好的未来。

多年前，前苏联宇航员加加林乘坐“东方号”宇宙飞船进入太空遨游了108分钟，成为世界上第一位进入太空的人。他在20多名宇航员中能够脱颖而出起决定作用的只是一个偶然的事件。原来，在确定人选之前一个星期，主设计师罗廖夫发现，在进入飞船前，只有加加林一人脱下鞋子，只穿袜子进入座舱。就是这个细节一下子赢得了罗廖夫的好感，他感到这个27岁的青年如此懂得规矩，又如此珍爱他倾注心血设计的飞船，于是决定让他执行这次飞行。加加林的成功从脱鞋开始。脱鞋虽然是小事，但小事能折射出一个人的品质和

敬业精神，而这正是培养好习惯的关键。

这个故事告诉我们：想要成功，先从培养好习惯开始。所以本学期要求同学们在行为习惯上，发扬讲文明、懂礼仪的好风貌。在和同学的相处中，要互助友爱。在课外活动时，不在校园里追逐打闹，见到地上的纸屑主动拾起来。在教室里不大声喧哗，不乱丢垃圾。在新的学校里，希望同学们提高自己的学习成绩，做一个对国家、对社会、对自己负责的人；做一个有爱心、善心、孝心的人，做一个关心父母、关爱他人、关爱社会的人，做一个互助友爱、善于合作的人；做一个诚实守信、遵纪守法的人。

这个故事告诉我们：什么样的选择决定什么样的生活。中学生在校的主要任务是学习，目前我们正处于积累知识的黄金时期，需要同学们珍惜时间，集中精力搞好学习。任何一个人的成功都离不开勤奋。要从今天开始，从现在开始，定好自己三年后目标。一日之计在于晨，早晨来到学校抓紧早读，认真上好每一堂课，认真听讲，积极思考，热烈发言，善于发现问题，解决问题，一丝不苟完成老师布置的作业，当天的学习任务当天完成，决不拖到明天。数学课上，你们能攻破一个个难题；语文课上，要看到你们声情并茂的朗读；英语课上，要听到你们正宗流利的发音；音乐课上，传来你们悦耳动听的歌声。这样的学生，才能走向明天的成功，这样的校园，才是充满活力的校园。

这个故事告诉我们：多一门技艺，多一条路。” 21世纪是一个充满竞争的世纪，它需要的是各方面综合发展的人才，仅仅学好书本上的知识是远远不能满足现代社会的需要的。所以，我们应当从小培养自己的特长和技能。课余时间积极参加学校活动，如广播站、各类竞赛等活动（鼓励大家踊跃报名参加8周学校举行的运动会），养成勤于课外阅读的习惯，不断拓宽视野，丰富知识。

新学期开始了，我们带着希望，踏上了新的征程，也许你昨

天曾拥有辉煌，但那已经成为一段甜美的回忆，也许你昨天曾遭受打击，也早已成为几滴苦涩的泪水，忘记以前的成功与失败，新的学期意味着新的起点，只要你肯拼搏，胜利永远属于你！

最后说一个通知：三周后进行本学期的期中考试，请所有同学提前做好准备。谢谢大家！

## 珍爱生命关爱成长演讲稿三分钟篇十

大家好！

我是xx级艺术设计的xxx□我竞选的职位是学生会主席。我是经过慎重考虑才做的决定。

我从学生会组建开始一直工作到现在，是看着学生会成长起来的，我也是从最细小的事情做起，一步一步走向统筹和策划，经过两年的锻炼和过渡，我越来越对自己有信心。

学生会主席在学生会当中非常重要，主席的动向直接影响学生会的工作方向，正因为这样，要求主席必须对学生会整体运作，每个部门职能甚至细节都要非常了解，也只有这样，学生会活动的前期准备才会更有效率，活动才能保证质和量。这确实是很高的要求，虽然我工作有些时日，也不敢说对所有事情都非常了解，不过，两年的工作过程会给我很多经验和启示，而这些宝贵的经验使我自信。

如果说只有经验就够了，那也是不对的，还得看是什么经验，因为出在不能职位锻炼的和接触的是不一样的，也就是说，没有达到一定职位锻炼过，所决策出的很多方案也只能是摸索或想象，而主席这个职位的工作是不能靠想而完成的，任何闪失都会对这个集体产生负面影响。以前的学生会是没有很多经验才去摸黑探路，现在不同，我们现金处在他们多次成功举办活动的基础上，所以，很多方面靠的是以往的成功

经验。为期一年的副主席工作一定程度上帮助我了解主席在决策时考虑的种种因素，也承蒙主席对我的厚爱，多次耐心的教导我等等，我才有十足的信心做好主席的工作。

从学生会运作第一天到现在，所有活动我都参与并且策划过，缺点和优点我都非常清楚，优点要继续发扬，缺点要及时避免和改正，希望老师能给我这次机会，让我带着以往容易出现的问题去找解决的办法，让我的激情继续留在学生会里燃烧下去。如果我当选，我相信学生会一定会取得更大的发展。

我感谢老师对我以往工作的肯定，感谢你们对我的耐心教导，感谢学生会全体成员对我工作的全力支持与配合，谢谢你们。经过这一年的风风雨雨，我们经历过开心和快乐，享受过成功的喜悦，也有过苦楚，不能说的委屈，最后，我希望我们把开心快乐刻在石头上，把苦楚委屈写在沙滩上，石头上的我们永远记着，沙滩上的让海水去冲刷，什么都不要留下。

谢谢大家！