# 三分钟左右演讲稿范文【5篇】

来源：网络 作者：雨后彩虹 更新时间：2025-04-18

*演讲稿也叫演讲词，它是在较为隆重的仪式上和某些公众场合发表的讲话文稿。演讲稿是进行演讲的依据，是对演讲内容和形式的规范和提示，它体现着演讲的目的和手段。本篇文章是为大家整理的三分钟左右演讲稿范文【5篇】，希望您喜欢！>1.三分钟左右演讲稿范...*

演讲稿也叫演讲词，它是在较为隆重的仪式上和某些公众场合发表的讲话文稿。演讲稿是进行演讲的依据，是对演讲内容和形式的规范和提示，它体现着演讲的目的和手段。本篇文章是为大家整理的三分钟左右演讲稿范文【5篇】，希望您喜欢！

>1.三分钟左右演讲稿范文

　　大家好！

　　食物是人身体的重要组成部分！随着21世纪人们意识的提高，人们对食品安全的关注度越来越高。\"君以民为天，民以食为天\"。在这句古话里，说明了食品安全对我们的重要性！

　　在食物中，它被分为许多种类。现在，我给大家介绍两种类型！第一种——水果，在我们平时吃的水果中，最熟悉的当然是红苹果了！苹果富含维生素A和维生素C，吃了会给我们的健康带来好处。但是我们吃那些烂苹果，不仅没有营养，还会给人类带来危害，引起腹泻、咳嗽、发炎……要花很多治疗费！为了防止我们生病，我们应该买一些新鲜甜的苹果！

　　离中秋节不远。中秋节快到了，我们应该谈谈月饼，这是节日食品。每到中秋节，家家户户都有吃月饼的习俗。说到月饼，大家都会一口吞下。但是，别忘了，我们吃月饼，首先要看生产日期，生产日期，保质期。如果吃过期的月饼，会造成很大的危害。还有一点，不要吃那些防腐剂，尤其是那些有毒的。如果你吃了那些防腐剂，你应该尽快去医院检查！记住，一定要注意食品安全！

　　我们必须更加重视食品安全。在这里，我还要呼吁我们人类：关注食品安全！

　　谢谢。

>2.三分钟左右演讲稿范文

　　大家好，我是六（1）班的xxx，今天作为“勤学之星”的候选人来参评，恳请大家能投我一票。

　　作为班干部我认真负责，尽职尽责。在学习上我更是勤奋刻苦，力争上游。

　　每次上课我总是专心听讲、积极发言，时刻跟着老师的思维，从不走神。每当学习遇到困难时，我绝不放弃，有一股顽强的不服输精神，总要想办法把它攻克出来。有时实在想不出，我就会去主动问老师或请教同学，做到不耻下问。我的作业本也是同学们学习的榜样，上面的字永远是整整齐齐、清清楚楚，而且正确率总是那么高。

　　学习之余，我还酷爱读书，书籍是我最亲密的朋友。放学回家做完作业，我就会拿出书本认真阅读，读着读着就会沉浸在书的海洋里。

　　“业精于勤，荒于嬉。”学业的精深来源于勤奋，持之以恒，我将更加努力，一如既往地做一头勤奋踏实的老黄牛。

　　谢谢。

>3.三分钟左右演讲稿范文

　　大家好！

　　每个人的心里都有一颗梦想的种子，它会随着你的努力生根发芽，随着你的小成就浇水施肥。可能有的人想当科学家，有的人想当舞蹈家，有的人想当歌唱家，还有的人想当警察，我也不例外，我也有一个梦想——当一位人民教师。

　　听到老师这个词，我们可能再熟悉不过了，每天面对那一张张温和的面孔，心里总会泛起一阵阵温暖。有的人也许会说：“当老师有什么好的？整天都在教室呆着，给那些捣乱的孩子讲课，一天到晚还那么辛苦，睡上几个小时都不容易，你还是换个梦想去实现吧！”这些话丝毫没有打动我，我还是没有放弃。

　　我为什么想当老师？因为老师在课堂上，讲的绘声绘色，有滋有味，毫无保留的把知识传送给了我们，让我们一点点成长，在写作文的时候，老师把技巧方法传授给我们，让我们的水平有了进步，老师并不烦躁，而是日复一日，年复一年的为我们讲解。我们日见成长。

　　随着年龄的增长，我对老师的认识也越来越多，他们就像辛勤的园丁，培育着祖国的花朵，他们又像灵魂的工程师，打造我们高尚的心灵，我愈发敬重教师这个职业。

　　谢谢。

>4.三分钟左右演讲稿范文

　　大家好！

　　今天走上讲台与同学一起竞争班长一职，我充满了信心，我想，下一次站在这里必定是我的就职演说。

　　我叫xxxx，以前当过两三回班干部，但我还是觉得我缺乏经验。所以，这一次我把以前当班干部的历史都翻了出来。总结经验。首先，我认为自信是成为的一半，做班长一定要严于律己，以身作则。其次是管理班级的方法。这样你才会得到大家的信任和支持。

　　我如果当上了班长，我一定会认真负责，竭尽所能当好老师的小助手，譬如早读课管好纪律，早操整理好队伍，认真收发作业本等等。我还要以理服人，和同学们团结一致，互相帮助，共同进步。

　　我认为，一个好的班级必须要做到分工合理，让最有能力的人去做他最能胜任的事。其次，在每一次班集体开展活动的时候，我都会把同学们的意见和想法都综合起来，设计一个让大家都满意的方案。最后，我还会成立一个互动小组，让成绩好的同学帮助成绩不好的同学，让每一个同学都感受到集体的温暖。

　　也许我并不优秀，但我会脚踏实地的做好每一件事，请大家给我投上珍贵的一票！

　　谢谢大家！

>5.三分钟左右演讲稿范文

　　大家好！

　　放假回家，母亲得了空便拉着我的手笑谈我小时候的故事，母亲沉浸在回忆中幸福的笑容，让我不忍打断，慢慢的我发现，母亲总是抱着相册一张张的抚摸，嘴里也絮絮不止。看着母亲脸上细小的皱纹，发根的银丝，我不得不承认，母亲老了。无论如何也想不出，当年雷厉风行的母亲在一夜之间就变得如此苍老，但也许，只是我们太匆忙而忽视了母亲，忽略了母亲第一根白发为谁而生，第一丝细纹为谁而皱。

　　也许，只有离开家，离开母亲的人才知道想家的情，思母的狂。想想自己，有多久没有与母亲心平气和的交流，有多久没有为母亲捶捶背，揉揉肩；又有多久没有真情的说一句“我爱您”。

　　总有一天，母亲没有力气再做我们的汪洋大海。所以，那一天，大海便需要我们为她，如同我们小时候她为我们一样撑起坚强的后盾，不会受伤，也不会忧愁，母爱如海，爱得深沉，爱的长远，母亲不在乎我们的回报，只在意一份关心，一份“我爱您”。

　　我的演讲到此结束。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！