# 课前三分钟演讲稿5篇范文

来源：网络 作者：风华正茂 更新时间：2024-06-18

*在学习、工作生活中，发言稿的使用频率越来越高，通过对发言稿语言的推究可以提高语言的表现力，增强语言的感染力。那么发言稿一般是怎么写的呢?以下是小编整理的课前三分钟演讲稿，欢迎大家借鉴与参考!课前三分钟演讲稿1成功是用最纯真的梦烹调出的佳肴梦...*

在学习、工作生活中，发言稿的使用频率越来越高，通过对发言稿语言的推究可以提高语言的表现力，增强语言的感染力。那么发言稿一般是怎么写的呢?以下是小编整理的课前三分钟演讲稿，欢迎大家借鉴与参考!

**课前三分钟演讲稿1**

成功是用最纯真的梦烹调出的佳肴

梦想如同坚果巧克力，苦中带甜，一帆风顺的逐梦之旅是被美化格式的任务。

梦想是侵满迷幻的画面，或悲伤，或欢悦。在摸索的道路上可能被荆棘刺伤，迷雾中彷徨。但为何不用我们对梦的执着将他们转化为可口的心灵鸡汤，慢慢沉醉在这浓郁的香甜中

梦裳

仲夏7月，我们同褪去稚嫩的羽翼。踏上了追梦的征程。步入初中，就意味着到达了一全新的阶段，为了驶向大洋的彼岸，开始进行一段全新的探险

在第一天，大家下课时都不打闹了，静静的看着书。从那时我明白初中三年的第一天战鼓就已经擂响，号角就已经鸣起。没有人会给你时间缓冲，大家都乐此不疲的与时间竞跑。四处弥漫着竞争的味道。但请不要说我们的青春如同烟灰色的天空

对于追梦，我们现在能做的，就是努力汲取书中的山珍海味，贪婪的将散发致命诱惑的墨香的佳肴通通归我们所有，用梦的力量将他们编织成保护我们闯过一道道难关，跃过一座座险山，淌过一条条污流的梦裳，让我们成功的到达大洋的彼岸

梦花

三岛由纪夫说过：“人生就是靠不断的遗忘，才比较容易活下去。”但许多造诣深的同学化用为：人生就是靠不断的放弃，才比较容易活下去。这句话也不无道理，到对于梦还说是不行，当你这样想，你已经很荣幸列入失败者的行列。

现在已经是初二的学生，考试已经习以为常，但许多同学面对自己的布满红叉的试卷，显得十分不满，认为付出与回报不成正比。认为自己不是没天赋，只是没有合适的土地能让他萌芽，唉，学习太苦!没错学习是苦，但苦不会白吃的。如果学业是一朵莲花，最令人欣慰的回报就是那清苦的莲心，一直苦到心里，才会有梦花的绚丽开放。

梦谣

闭上眼，听着窗外嘈杂的声音，但我的心如平静的湖水，并不会因外界的声音在心中荡起一层涟漪，慢慢睁开眼，透过窗帘，依稀看到窗外的太阳快要落山，余晖洒在我的睫毛上，是那样的温暖动人。这是太阳用生命的最后一刻谱出的壮丽的歌谣。即使他明天还会升起。现在的我们，想着我们还这么小，没事有什么到明天再说吧。明日复明日明日何其多!而我不要求活的轰轰烈烈，但要充充实实。当一天快要结束时，我可以大声喊出：“耶!你等着，我正向你进军!”而这则是每天支撑我的梦谣。

梦，是一个极富有挑战性的丫头。她的深不可测，令我着迷。同时我也乐享其中，即使是枯燥平淡的生活我也乐呵呵的。但对于在枯燥平淡生活中沉沦的人，我看不起他们。不是因为我有多高贵而是因为只有庸人懦者选择弃置他们的梦想。

梦想将我们武装起航，梦想让我们乘风破浪，梦想让我们坚持着方向，梦想让我们通向成功的大洋，我是有梦一族，我为自己代言!

**课前三分钟演讲稿2**

播下一种习惯，收获一种性格，播下一种性格，收获一种命运。所以说习惯是伴随人的一生的，多一些的养成好习惯，也就多一些有益的在生命中。

习惯的养成必定是一个漫长的过程，需要多次重复，形成记忆，再成为自己的无意识行为，这个过程首先会让你有些不适，有些拘谨，但结果一定让会你刻骨铭心，且终生受益。

我也经历过这样一段旅程，我的爸爸曾经是一名海军，在对我的教育方面，往往比一般的家长要苛刻些，爸爸似乎从来都不过分要求我的学业有多出色，但对于行为举止，生活习惯等方面却抓的十分吃紧。例如不能说脏话，长辈在说话时要认真听讲，大人谈天不能插嘴，长辈问话要即使答应。还比如做事要稳重，不能火急火燎，房间内务要自己打扫，再有就是有坐相站有站想。记有一次写作业，我趴在桌子上，下巴也靠在书桌上，爸爸就提醒了我一下，不过一会儿，我便又懒散的趴下了。爸爸就走过来一把把我提起，严厉的斥责了我，还罚我端正的坐在书桌前半个小时。在我家你没有第三次机会，只有一次提醒，所以你必须要做到位。

还有一件事，也是一直以来我认为是我坚持下来的最艰难的事，就是不管春夏秋冬，早晨只能用冷水洗脸。当初爸爸立这个规矩的时候，爷爷奶奶都不同意，都怕我冻着生病，可是爸爸还是坚持要我坐做了，所以从我七岁上学起，我每天早上都用冷水洗脸，没有一次破例过，有几次零下十多度，看着妈妈脸盆里冒着热气的水，我即羡慕有无奈，但爸爸坚持的是按条理做事，一件事没做好他就不会让我进行下一项，一日之际在于晨，如果我不用冷水洗漱，拖着时间不放，我就吃不到早餐，没人送我上学等等，我要为我早上的决定负责。

就这样，我在父亲的引导下养成了一些他人觉得过于严苛的习惯。但我现在深深的感受到，这些习惯都是对我有益的。在学校里当我看到身边的同学一个个都带着眼镜，有的捶背有的捏着脖子扭动时，我才知道，父亲一直以来让我行坐端正的缘由，当我看到其他同学各个在寒冬之际得了风寒，我才明白坚持用冷水洗脸的好处，当我见同学们抱怨学校种种的行为举止规范时，我才领悟到这些对于他们的约束，都只不过是我平日里的习惯罢了。

我感谢我的父亲，是他在我年幼之时引导着我，帮助我养成了许多好习惯，教会了我如何去坚持。

所以请大家记住，如果生命是朵花那习惯就是花瓣，没有花瓣有怎能绽放。

尽可能多的去养成一些好习惯，多一些去培养自己坚持的能力，你一定会收获到那份可贵的结果，那种你梦想的命运，其实一直把我在你手中，给它一个绽放的机会吧!

**课前三分钟演讲稿3**

以为那是冬日里的一束阳光，倾尽一生的青春为此等待。

以为那是梦靥中的一缕微笑，散尽毕世的荣华为此守候。

爱，只是梦一场;或多或少带着幽怨、恨意离去;

痛，只是哭一场;擦干眼泪，忘却过去重新再来。

想念带着一点苦涩，从此相思风雨中。

相聚带着一点愁离，从此各安天涯命。

若人生纵有诸多无奈，也只需尽心尽力面对。

记忆，是青春的伏笔，总免不了对花花世界的痴迷。梦想，是青春的动力，是我们所一直向往的国度。岁月，是青春的坟墓，却是见证我们这一路走来的艰辛。青春，是我们所仅有的;任何人带不走也割舍不了。

这些年，总是迷迷惑惑，跌跌撞撞;似乎也从来没有为自己的青春做过真正的打算。许多时候活在了别人的世界里，把自己当成饰品，当成孤儿。许多时候也明白这样的活着是多么的可悲，或许是没有用心，或许是不够坚定。

经历仿佛与年岁成了正比，渐渐才明白，才懂得一些人与物的关系。活在当下多半是为了自讨所需，阿谀奉承、仗势倚人、利益之间人人为所趋。哀叹社会的不公平，却忘了这时代已是这样，弱肉强食、人情冷漠。

感性的人，总有太多不舍得的原因;似乎也终究要为这样的性情悲悯。看惯了人来人往，听惯了喜怒哀愁，只是尝不尽世间冷暖，看不穿红尘滚滚，道不明冤情错案。若徒留一片丹心，又何能照得了明月。

感叹着即将逝去的青春，或许值得，或许不值得?与亲情有关，与友情有关，又或许与爱情有关。原以为人若没了爱情就会死，却忘了爱情是死不了人，放不下的只是那颗作祟的心。

有时候痛恨这样的自己，明明知不可能，却还要勇往直前;明知终究要面对，却一味的逃避现实;有太多的不切实际，忘了该怎么去讲述。

曾经在我最美好的时光里遇见你，我把这样的遇见定格为幸福;在那些日子里我为这样的幸福付出了很多，只是付出越多的时候，幸福反而离我越来越远。于是我迷惑，不得而知的结局，却渐渐明白了幸福需要淡泊，爱情需要沉淀。待到这一切都平静之后，所留下的才是真正属于自己的东西。转眼即逝的是青春，点点滴滴，剪碎在那时的回忆里。

喜欢过客这词，仿佛也如自己的境遇;总以为人生不过只是得到与失去的过程，有什么可留恋，又有什么可追求的呢?恋上一种风景，你会不顾一切的浏览她的全部，甚至对于她的瑕疵也能找出适当的美词来修饰。只是因为你喜欢这道风景，所以你能容忍她的所有。换而言之，谁又会为了不相干的人或事，而苦苦等待与追寻呢?似乎骨感的现实也正如此。

喜欢品茶，品各式各样的茶，却独独不能忘的是人生乌龙。品茶时，清淡而又悠远;入味时，苦涩中略带甜意;回味时，让人感叹。又仿佛如青春一样，有挫折，有辛酸，有开心，有快乐。

喜欢在午夜里听着淡淡的轻音乐，喜欢她的旋律，悠远而又沁人心脾;仿佛是寻寻觅觅中的蓦然回首，那如梦境的感触，成了我入睡时的催眠曲。有些人，有些事，终究不必太在意，就算真的在意了又能怎么样，倒不如没心没肺的放空这一切。

许多时候，幸福总在我们身边萦绕;只是我们都忘了这样的幸福显得那么微不足道，那么无心暇顾。也始终以为没有所谓的那种幸福感，或许是我们太过强求，总与幸福失之交臂。

有青春总是幸福的，不经意的相识，相遇，相爱，汇聚了多少的情感交织：宽容与理解。或许爱，或许恨;只是这样的青春年华终将逝去，看惯了风景的人，凝视自己的时候，是否还能有那么一点感触。

曾经的沧海桑田，经过了岁月的洗礼。或许也见证了青春的蕴意。摇曳在记忆中的青春，正一步一步的离我们而去。

当我们说爱的时候，应该让她自由;不爱的时候，让爱自由。别等不该等的人，别伤不该伤的心。有时，爱也是一种伤害。

残忍的人，选择伤害别人;善良的人，选择伤害自己。有时候我们应该看的淡一点，那样伤的就会少一点，时间过了，爱情淡了，也就散了。时间只会让深的东西越来越深，让浅的东西越来越浅。

许多时候我们真的要过了很久很久，才能够明白，自己真正怀念的，到底是怎样的人，怎样的事。什么事情都会习惯的，譬如别离和思念。青春也总有散场的时候，似乎也该对她说声：saygoodbye!

挥挥手，再见了我的青春，这即将逝去的年华，无怨无悔的走过。

挥挥手，再见了我的青春，和那流淌在我最美好的时光里的女神，一同消逝。

挥挥手，再见了我的青春，带着所有的回忆，一同埋葬。

**课前三分钟演讲稿4**

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好!

今天我要给大家介绍一部电视剧,它叫《花样少年少女》，戏中女主角卢瑞希为了见到自己所喜欢跳高偶像左以泉一个人从美国到台湾女扮男装、就读樱开男校。

故事就这样情形下展开女扮男装的瑞希面对各种各样挑战：一开始得知泉不跳高了後来受到欺负再来哥哥从美国来看(瑞希瞒着哥进男校)……

最后，在瑞希的鼓励和自己的努力之下，泉又找回了跳高的信心，重新回到了跳高台上。

虽然泉知道瑞希是个女生，

但由于两个人都不好说出口，怕揭晓这个秘密，于是，他们就把这个秘密一直保守下去，但自己却在心里爱着对方。

虽然这是一部偶像剧，但是我们依然可以从中学到很多很多。

比如泉为了可以再次回到跳高场上，他是加倍的努力，最后也还是成功了，这告诉我们，只要努力，没有什么不可以。

而瑞希为了自己的真爱，而不顾一切，只是为了见到自己喜欢的人而已，可是真是因为她对这份爱的努力，才使泉也对他有了好感。这可以告诉我们，为了自己的梦想而努力，这样我们才有实现梦想的机会与能力。

总之，我们一定要为了自己的梦而努力!演讲稿

我国作家老舍先生说过：骄傲自满是我们的一座可怕的陷阱，而这个陷阱是我们自己亲手挖掘的。我们从祖宗那一辈就开始宣传杜绝骄傲了，有孔子曰的：三人行，必有我师焉。还有故事书里面的龟兔赛跑等等。

记得我读小学的时候，班级里面选班干部，被选中的那位说的最多是“不行，不行，我干不了”，选来选去就没下文了，最后重担还是落到的班长身上。论能力，每个人都可以当选，只不多了那么的一点“谦虚”。可能在我们的心里那是谦虚，实质意义上它就是虚伪。

谦虚可以使你永远把自己置于学习的地位，并有助于发现他人的优点。但是，谦虚决不是客套与虚伪;不是遇到工作时的退缩与推委;更不是所谓的深藏不露。如果有机会需要你发挥自己的能力，而你也拥有这样的能力，你必须知难而进，当仁不让，决不能把谦虚作为推卸责任的借口!

我的演讲完了，谢谢!

**课前三分钟演讲稿5**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好!

今天是我课前三分钟演讲的时候了。在基督降生3\_\_年以前，有一个古希腊大政治家，雄辩家，是一个真正变态的家伙，不信，请允许我用他真实的经历给你们一一介绍!

德摩斯梯尼天生就是一个声音微弱、吐字不清而又气喘的人，(可以想象，他真是可怜!)尤其是“r”这个字母，他怎么说也说不清楚，而且他的发音比刚学会说话的小孩还更糟糕!

据说，他为了克服这些唇齿上的缺陷，便把石头含在嘴里不断的练习发音，他站在海边练习，想把滔滔波浪喊得平静下来，你们说他变态吧?演讲稿

当他站在台上面对听众演讲时，他经历了无数次的失败，尤其是在他第一次尝试演讲时，他的语句全混乱了，听众们都放声大笑。为了提高自己演讲能力，他特意挖了一个地洞，每天在里面练习他的声音，和演说的姿势，他还将自己的头发剃去了半边，以此来控制自己想上街的欲望。德摩斯梯尼的坚持终于取得了成果，他成为了自古以来古希腊最伟大的演说家之一。

这个故事告诉我们，一个人的缺陷有时就是上苍给他的成功信息的暗示，一个人的弱点可以成为他一生中的激励因素，也可成为你消沉胆怯的借口。当德摩斯梯尺在含小石子时，当他在海边、在洞坑里的时候，心里肯定依旧在想，我要变态!我要超越常人状态，在几十年后，他将会说：“如此的这种的变态，怎么可能不成功?!

爱迪生在发明灯泡的过程中，经历了1万多次的失败，;可口可乐公司开张第一年反销出了400瓶可口可乐;创立迪士尼乐园的沃乐特?迪士尼在报社工作曾以“缺乏创意”被开除;超级球星乔丹曾被所在的中学篮球球队除名;瑞弗。约翰逊，十项全能的冠军，有一只脚先天畸形。

当他们完成了各项伟业的时候，他们一定会说：如此的这种变态，怎么可能不成功?!

我的演讲完毕，谢谢大家!

**课前三分钟演讲稿**

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！