# 2024年演讲稿三分钟努力 三分钟演讲稿(精选8篇)

来源：网络 作者：心旷神怡 更新时间：2024-08-16

*演讲稿首先必须开头要开门见山，既要一下子抓住听众又要提出你的观点，中间要用各种方法和所准备的材料说明、支持你的论点，感染听众，然后在结尾加强说明论点或得出结论，结束演讲。那么你知道演讲稿如何写吗？下面我给大家整理了一些演讲稿模板范文，希望能...*

演讲稿首先必须开头要开门见山，既要一下子抓住听众又要提出你的观点，中间要用各种方法和所准备的材料说明、支持你的论点，感染听众，然后在结尾加强说明论点或得出结论，结束演讲。那么你知道演讲稿如何写吗？下面我给大家整理了一些演讲稿模板范文，希望能够帮助到大家。

**演讲稿三分钟努力篇一**

亲爱的老师，同学们：

大家好。

我相信，文明就在我们身边，离我们很近很近，跟我们形影不离，近得触手可及。终有一天，你会发现，文明原来如此简单。

我们总是埋怨这个社会的险恶，可为什么不尽自己的努力去改变这个世界呢？个人的力量虽然弱小，但再小的力量汇聚在一起也是一种支持。

是啊，文明就是这么简单。只要你时时刻刻将它牢记心中，把文明礼仪当成自己应尽的责任，那么它一定会在你的心中开花、结果！愿文明之花处处开，礼仪之风时时在。

谢谢。

**演讲稿三分钟努力篇二**

各位同仁：

大家好!

紧张而富有收获的-年过去了，充满希望和勃勃生机的--吉祥年到来了。在这辞旧迎新的日子里，首先感谢各位同仁在过去的一年的辛勤劳动，感谢大家为公司发展所做的重要贡献!

一分耕耘，一分收获。20--年，我们的汗水换来了丰收，我们的拼搏换来了喜悦，我们的付出得到了回报，我们的希望得到了实现。去年我们有很多经验值得总结，有很多果实值得我们珍藏。

但是，一个公司的发展不是一蹴而就的，公司的长久繁荣昌盛需要我们每个人精心呵护，来不得半点掉以轻心、半点糊里糊涂。战略决定方向，细节决定成败。我们公司要持续发展，需要我们每个人每天每月每年兢兢业业，同心同德，创新进龋在这里，我主要强调三个字：

第一个字---品

品就是品德、品质、品牌。

我们常说“做事先做人”，它就是指要成就一番事业，首先要有好的品德。古人说：“人之立身，所贵者惟在德行”。品格如同树木，名利如同树荫。我们常常考虑的是树荫，却不知树木才是根本。的确，学会做人是成事之道，人品人格是谋事之基。我们既然以“人”的身份在人世间生活，首先从本质上讲是“人”，所以一个人若要成功，首要问题就是学会做人，如果连做人都不会，怎么能把事做好呢?比尔·盖茨曾说过：“我把人品排在人所有素质的第一位，超过了智慧、创新、情商、激-情等，我认为如果一个人的人品有了问题，这个人就不值得一个公司去考虑雇用他。”广东今日集团总裁何伯权说：“我们用人的原则是德才兼备，以德为先。打个比方说，品德就像火车的方向、路轨，才能就像马力。如果方向、路轨偏了，马力越大，造成的危害也就越大。”我相信，没有好的人品，是难以生产出好的产品的。

当然，我们公司绝大多数人都有好的品格。他们懂得尊重别人，懂得互谅互让，懂得爱护集体，懂得勤奋努力。不因小事而毁誉，不因私利而废公。我们公司需要这样的人，欢迎这样的人，我们要造就更多的这样的人!能力固然重要，人品同样不可或缺。品德好的人总是能赢得人缘和信任。有了人品做航标，你的人生之舟就能乘风破浪，到达成功的彼岸。

那么，你的答案呢?其实，不论是怎样出来的，零缺点的品质目标才是我们想要的。但是，要达到零缺点目标，靠的是大家齐心协力、认真负责，也就是说品质是靠各位员工做出来的。我们生产产品要做到：不良为零、浪费为零、故障为零、投诉为零，最终生产出一流的产品。“质量就是生命”，这句话不是老生常谈，而是千古不变的商海准则。

没有好品质，品牌就是无源之水、无本之木。有了过硬的产品，我们就要全力创品牌、创名牌。名商曾宪梓说过他是靠好质量、大广告取得成功的。现在，我公司产品已获湖北省名牌产品称号，但这还未达到我们的目标。我们下一步目标是进一步加大广告宣传力度，向中国名牌冲刺!

第二个字---赢

赢，是指双赢。我赢你输，我输你赢，都不是赢。真正的赢就是双赢，是皆大欢喜，大家都获胜，大家都获益。这里包括三层意思：

1、企业与客户双赢。客户是我们的衣食父母，客户的利益就是企业的利益，让客户赚到钱，我们才能赚到钱。你的工资不是会计发的，不是总经理发的，也不是董事长发的，是谁发的呢?是客户!我们的客户越多，我们的收入就越多。

2、企业与员工双赢。企业要发展，靠的是员工，仅有几个领导是不可能的。我开办企业的目的，其实不是我急于要赚钱，而是增加社会就业，让更多的人都赚到钱。只有大家齐心协力，努力工作，我们才能都有钱赚。

3、企业与社会双赢。社会要发展，企业的贡献不可或缺。企业要对区域发展献一份力，要热心公益事业，支持环境保护，树立良好的社会形象。最终使社区更多的人拥护我们、支持我们。

第三个字---和

和，就是和睦和-谐。《诗经》说：“谦谦君子，赐我百朋”。有一首歌唱道“团结就是力量---这力量是铁，这力量是钢，比铁还硬，比钢还强。”团结就是力量，这句话至今是许多企业里的座右铭。团结就是力量，团结，一切困难都可以迎刃而解;团结，任何对手都可以战胜;团结就是力量，团结出凝聚力、出战斗力、出生产力、出社会活力。一个集体如果不团结就是一盘散沙。一滴水只有放进大海里才永远不会干涸，一个人只有当他把自己和集体事业融合在一起的时候才能最有力量。俗语说，人心齐、泰山移。只有心往一处想，劲往一处使，形成强大合力，经济社会才会持续快速和-谐健康发展。另外，要和睦，必须讲纪律，必须有纪律。我们的纪律表现就是集体的面貌，集体的声音，集体的动作，集体的表情，集体的信念。

和，主要注意以下三点：

花放梅稍生意满，春归柳苑鸟声和。让我们在新的一年，牢记品、赢、和三个字，努力实现物质和精神双丰收!

最后，衷心祝愿全体员工及家属春节愉快，身体健康，合家欢乐，生活美满!

**演讲稿三分钟努力篇三**

尊敬的教师、亲爱的同学们：

大家好！

你喜欢自我吗？你对自我满意吗？你很羡慕某些人，甚至愿意自我也成为他吗？如果你对自我有疑惑，那么我来告诉你：就像每一片叶子都有它独特的形状，每一朵花儿都有它独特的香味，我们每一个人都是世上独一无二的个体，在这个世界上，没有两个人是完全一样的。

我们每一个人的存在，都有自我的价值与意义，别人能够比我好，也能够比我差，但没有人能够代替我。美国少年天使肯尼，一出生就因为身体畸形截掉双腿，之后又发现切口的根部被癌细胞侵入，只好把腰部以下的身体全部切除。可是，肯尼并没有向病魔低头，他在家人的帮忙下向自我的生命挑战，拼命练习生存技能，使得自我日渐独立，能跟常人一样上学，甚至还学会了溜滑板、溜冰。肯尼的生命是美丽的、动人的。

有时候我们以为遭遇到的危机使我们走投无路了，却在事后发现这是生命的转机。美丽的生命在于勇于更新，且愿意努力学习。化蛹为蝶，才能使生命焕然一新。人的一生也需要蜕变才能成长。每一次蜕变都会带你走进人生的新领域、新境界，使你获得新的感受、新的惊喜。

另一方面要正确认识自我。不要只从不一样的方面平价自我，却看不到自我的优点，老觉得“某某的学习比我好，某某的书法比我好，某某的琴比我弹得好”，而实际上每个人身上都有自我的闪光点：学习好的可能体育不如你，书法好的可能学习不如你，不要一味给自我挑毛病。既能够看到闪光点，也能够看到不足之处，对自我的认识才会全面，才能更好的取长补短。

台湾作家琼瑶，小时候除了语文外，其他学科成绩并不好。有一次，数学考试她只考了20分，学校发给她一张“通知单”，要她拿回去给父母盖章。捱到深夜，她鼓足勇气拿着通知书交给母亲。母亲整个脸色都阴暗下去，将他好好责骂了一顿。她绝望的给母亲写了一封长信，服毒药，幸亏抢救及时，才没有造成终身的遗憾。从死神手中逃回来的她，分析了自我的长处与短处，下决心取长补短，专心写作。父母默认了她的追求，她开始发挥自我写作方面的长处，真正追求自我的事业，最终取得了令人羡慕的成就。

所以我们要多鼓励自我：“成绩单不漂亮没关系，只要我努力，就是一名好学生！”“基础不好没关系，只要我每一天都有提高，就是一种成功！”“我的生活是充满阳光的，努力的我最美丽！”这样自信的度过每一天，你会越来越体验到：

我的人生是十分有价值的，我是最棒的！

**演讲稿三分钟努力篇四**

尊敬的xx：

记住，这个世界上没有绝对的公平!!!

活着的时候，为了生存，每个人都要面对他人的竞争，而不得不努力的挣扎着，以获取属于自己的一片天地。但在很多时候，我们努力了，却没有得到期望的结果。不要悲伤，不要哭泣，不要怨天尤人，擦干眼泪，默默的舔食自己的伤口，平静的面对这个世界——因为，在这个世界上，没有绝对的公平!!!

竞技体育素以标榜“公平”著称，但是在潜规则下，“公平”也只是个相对的概念。毕竟，所有的规则都是人来制定，并由人来执行的。而人是有私心的，人的意识在彼时彼刻是不同的，每个人都有自己的好恶倾向。要想做到绝对的公平是不可能的，要想得到绝对的公平更无异于异想天开。

人活着，有机遇、有坎坷，有欢乐，有痛苦，一切都不会换来公平的待遇。世界就这么大，世界上的东西就那么多，别人得到了，你就不要再去争，徒劳无益;自己得到了，就好好珍惜，别人也不会随便就能剥夺你的所有。

就像爱情。谁都有过梦中情人，都有过甜蜜回忆。可世事作弄人，梦中情人早已成为了别人的伴侣，你的伴侣也肯定是别人曾经的梦中情人。失去的就让它彻底的失去，得到的就好好珍惜。

就像足球。水平有高低，裁判有尺度，水平是自身的，裁判是有好恶倾向的，无论在场上发生了什么，不要去提什么异议，毫无意义。被红牌罚下了，就安静的离开那片草地，走上看台为同伴加油呐喊助威更实际一些。不要去拿什么公平来说事，因为裁判判罚了，就不会再更改，即使判罚本身是荒谬绝伦的，规则就是这样。既然生而为人，就遵守世界上的规矩吧，没有规矩不成方圆;在场上如果没有了裁判的尊严，比赛就会中断就会失去仅存的那么一点意义。记住吧，没有绝对的公平。如果不公平找到了你，那么就让自己的心公平的接受不公平的“贺礼”。

就像工作。岗位有限，人却很多，领导看你顺眼了，就用你。换了领导，看你不顺眼，就把你剔除，很残酷，却很实际。干的活一样多，甚至比别人还苦还累，但到手的薪水却比别人少了一大截，不要难过，更不要心理失衡，要知道，没有公平的事情，或许有人比你更可怜。

我活着，就要快乐的活着，不要因为世界的规则让活着失去了应有的意义。活着，本身就是公平与不公平的一场较量。想开了这些，你我的生命都会有自己的独特之处。

谢谢大家!

**演讲稿三分钟努力篇五**

亲爱的老师，同学们：

大家好！

人生无畏奋斗，在风雨前行，在梦中幻想，总想实现与成功。

走在归途，总想着成功而不奋斗，那就是妄想。

奋斗过了，才知道梦想成真的感觉，就算是梦不伟大，又奈何？

航船离开港湾，就不惧风暴，海不是无边的天涯，另一端的陆地还待你踏上。不要放弃，奋斗才是人生的意义。我因奋斗，踏上了海的彼岸。

谢谢。

**演讲稿三分钟努力篇六**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好!

xx说过，若不团结，任何力量都是弱小的，中国的一句谚语也是这样的：人心齐，泰山移。如果有人问我：“世界上大的力量是什么?”我会说：“当然是团结呀!”是的，团结，的确是世界上大的力量。

记得小时候，我和小朋友玩泥巴时，发现了一只蚂蚁在一块很“大”的糖面前不知所措。于是，它就返回洞中，带了一群蚂蚁出来了。最后，它们齐心协力，每只蚂蚁都奉献出自己的力量，将那一“大”块糖果搬回洞里去了。

团结就是力量，在“两人三足”比赛中的我们，也深知这个道理。

记得那次，我们正在\_\_\_军训，教官说我们要开一个两人三足的比赛，于是，我和我的好朋友就“走马上阵”了。首先，我们将腿绑在一起，喊着街拍，走着走着，仿佛我们的心也连在了一起。过了一会儿，比赛开始，我和好朋友对视一笑，就将腿又绑在了一起。比赛开始了，我们齐心协力又开始喊起了口号……终于，比赛结束，我们得了第一名。

团结，其实并没有那么难，只要大家学会团结，任何事都难不倒我们。所以，让我们行动起来，消除妒忌恨、讨厌。让团结，尊敬，喜爱与赞美重新回到我们身边来吧!

谢谢大家!

**演讲稿三分钟努力篇七**

亲爱的同学们：

大家早上好！

今日由我来为大家进行课前三分钟的演讲，我感到十分的荣幸。今日我演讲的主题就是自信。

不明白大家有没有听过这么一句话：“我宁愿选择骄傲也不选择自卑。因为骄傲需要资本，资本需要积累，积累需要汗水，而自卑却什么也不需要。”这句话是我在看乔松楼将军在复旦大学演讲视频时偶然间听到的。

每个人的人生都并非一帆风顺，并非永无波浪的湖面。而是一场充满艰辛，坎坷，曲折，充满挑战与挫折的旅途。属于我们的每一个新的一天都是一次挑战。在迎接每日的朝阳时，我们需要足够的自信来克服遇到的困难，不要一遇到一点困难就觉得是世界末日了，其实都会过去的，并没有那么困难。

爱因斯坦的“相对论”发表之后，有人曾炮制了一本《百人驳相对论》，网罗了一批所谓名流对这一理论进行声势浩大的挞伐。可是，爱因斯坦自信自我的理论必然胜利，对哒伐不屑一顾。他说：“假如我的理论是错的，一个人反驳就够了，一百个零加起来还是零。”

同学们，或许我们无法成为像爱因斯坦一样成为为社会做出极大贡献的人。但我们依旧应当向他一样自信的应对一切，应对困难，应对挫折，或许前面有很多的机会在等着我们。

居里夫人说过：“我们应当有恒心，尤其要有自信心！我们必须相信，我们的天赋是要用来做某种事情的，无论发生什么事情，活着的人总要照常工作。”正是自信，支持她在经受了失恋、丧夫、社会上的流言蜚语等打击之后，两次荣获了诺贝尔奖，为人类的科学事业做出了巨大的贡献。

我一向都坚信，自信是一种力量，一种引领我们坚持的力量。无论身处顺境，还是逆境，都应当微笑地，平静地应对人生，有了自信，生活便有了期望。“天生我材必有用”，哪怕命运之神一次次把我们捉弄，只要拥有自信，拥有一颗自强不息、积极向上的心，成功迟早会属于你的。

亲爱的同学们，从今日开始，从此刻开始，我们都能够把汗水的积累转化为骄傲，自信的资本。以舍我其谁也的雄心壮志应对我们应当应对的每一次考验。让我们的学习生活成为人生光彩绚丽的回忆。

我的演讲完毕，多谢大家！

**演讲稿三分钟努力篇八**

各位评委、亲爱的同学们：

大家好！人人都想实现生命的价值，在有限的生命里，发挥出的价值。但这条路，是艰辛的。这就应了一句古话，“天降大任于是人也，必先苦其筋骨，劳其筋骨。”当然，有人会半途而废，有人会持之以恒，也有人会守株待兔，所以，要想将“大任”归为囊中之物以此来实现生命的价值，就需要毅力。

毅力是坚持不懈的勇气。它们顽强的拼搏，奋发的向上，虽然躯干是扭曲地、旋转地从石缝间生长出来，而且每一寸树衣上都结着伤疤，但它们依旧从缝隙中，汲取雨露，汲取阳光。不知经过几度寒暑，几度春秋，它们终于长成了高树，伸展开了繁茂的枝干，团簇着永不凋落的针叶。耸立在悬崖断壁上，耸立在高山峻岭的峰巅，只有那盘结在石崖上的树根在无声地向你述说，它们的生长是一次多么艰苦的拼搏。

所以，无论是海伦·凯勒所感受的黑暗，石缝间生命所需的顽强，还是蝴蝶折翅后的艰辛，蚕在破蛹时撕裂般的痛苦，草原狼在腿受伤后毅然咬断的勇气……都需要非凡的毅力，因为只有这样，生命的价值才得以体现。

摒弃退缩，坚持不懈，人生之路因此缤纷绚烂；顽强拼搏，克服挫折，生命的价值因此熠熠生辉！

谢谢。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn