# 最新适合三分钟的演讲稿(汇总9篇)

来源：网络 作者：红叶飘零 更新时间：2024-03-20

*演讲稿要求内容充实，条理清楚，重点突出。在社会发展不断提速的今天，演讲稿在我们的视野里出现的频率越来越高。那么演讲稿怎么写才恰当呢？以下是我帮大家整理的最新演讲稿模板范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。适合三分钟的演讲稿篇一尊...*

演讲稿要求内容充实，条理清楚，重点突出。在社会发展不断提速的今天，演讲稿在我们的视野里出现的频率越来越高。那么演讲稿怎么写才恰当呢？以下是我帮大家整理的最新演讲稿模板范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**适合三分钟的演讲稿篇一**

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好!

现在我们正从事一场伟大内战，以考验这个国家，或者任何一个孕育于自由和奉行上述原则国家是否能够长久存在下去。我们在这场战争中一个伟大战场上集会。烈士们为使这个国家能够生存下去而献出了自己生命，我们来到这里，是要把这个战场一部分奉献给他们作为最安息之所。我们这样做是完全应该而且非常恰当。

但是，从更广泛意义上来说，这块土地我们不能够奉献，不能够圣化，不能够神化。那些曾在这里战斗过勇士们，活着和去世，已经把这块土地圣化了，这远不是我们微薄力量所能增减。我们今天在这里所说话，全世界不大会注意，也不会长久地记住，但勇士们在这里所做过事，全世界却永远不会忘记。毋宁说，倒是我们这些还活着人，应该在这里把自己奉献于勇士们已经如此崇高地向前推进但尚未完成事业。倒是我们应该在这里把自己奉献于仍然留在我们面前伟大任务——我们要从这些光荣死者身上汲取更多献身精神，来完成他们已经完全彻底为之献身事业;我们要使国家在上帝福佑下得到自由新生，要使这个民有、民治、民享政府永世长存。

**适合三分钟的演讲稿篇二**

刚走进腊月，就闻到了淡淡的年味。

每年一到腊八，我就垂涎三尺，因为腊八有好喝的腊八粥。这不，腊八一大早，我的巧手妈妈就用红枣、核桃、大米、糯米、小米、黑米、红豆和葡萄干加上浓浓的亲情熬成了香甜可口的腊八粥，闻起来就让我的口水\"飞流直下三千尺\'，热气腾腾的腊八粥端上来，我喝着溢满了妈妈浓浓母爱的腊八粥，看着爸爸暖和绚烂的笑靥，感受着如山的父爱如海的母爱，我的心里像灌满了香甜的蜜糖，这就是年的味道香甜暖和。

\"小孩小孩你别馋，过了腊八就是年。\'真是啊，刚喝过香甜的腊八粥，我很快来到了腊月二十三，迎来里一个新的节日小年。我们家乡过新年有扫房子、吃糖果、贴窗花的风俗，我们家刚乔迁新居，不用清扫房子，所以，我和爸爸妈妈一大早就到超市买了六福窗花和一大包糖果。贴窗花是妈妈的工作，我更喜欢吃糖果，尤其是灶糖，所以一回到家，我就迫不及待地翻开糖果袋子，抽出一个灶糖，津津有味地吃起来，灶糖的味道香香甜甜，这就是年的味道幸福美满。

\"送走小年辞旧岁，迎来除夕贺新春\'，大年三十除夕降落，我和爸爸妈妈乐呵呵地围坐一桌吃团聚饭。外边灯火通明，耳畔炮声不断。门前屋后的腊梅朵朵绽放缕缕飘香，一树繁花的绚烂绚丽传递着浓浓的春的气息;屋内娇艳欲滴的风信子争奇斗艳，房间里充满着浓郁的花香。虽然我是个习惯早睡的孩子，但除夕的夜晚我双眼水灵灵地看?春节联欢晚会?始终看到十二点还一点儿不困，爸爸戏称我是\"变色龙\'。新年的钟声敲响了，我和爸爸点响了长长的`鞭炮，伴随着我们\"噼噼啪啪!\'的鞭炮声，家家户户的烟花爆竹都响起来、亮起来，真是\"噼噼啪啪炮竹响，龙飞凤舞烟花靓\'，炮竹声声在天空交织着闪耀、升腾、飞扬，伴随着满天飞杨的纸屑和漫天迷漫的烟雾，此起彼伏地响彻夜空;烟花朵朵在天空盛开、绽放、闪亮，千姿百态美不胜收让人目不暇接这就是年的味道喜庆吉利。

\"火树银花不夜天，灯火辉煌庆团聚\'到了正月十五元宵节，新年已经接近尾声。我和爸爸妈妈分散在厨房里，妈妈用雪白的糯米粉混合纯洁的水揉成软嫩的面团，做成一个个糯米皮，我们一家人一起用糯米皮包着水果馅做汤圆，你一个我一个，看谁做得又圆又好看。做好了放进沸腾的水中煮，随着热闹的水汽，蒸腾出元宵的香甜，蒸腾诞生活的美满。吃过香甜的汤圆，我和爸爸妈妈去看灯展，大街上人山人海川流不息，各式各样的花灯美轮美奂栩栩如生，有孔雀灯老虎灯;有九龙壁有生肖灯因为今年是鼠年，有许多灯是围围着马做的，有八骏闹春，有万马奔腾;有鼠年呈祥，有金马送福这些灯有的在空中，有的在水里，有的在树上，有的在楼台，运用新现代灯光艺术，多重灯光效果设备，加上美轮美奂的亮化工程，打造了一个个绚丽多彩美轮美奂的\"梦幻灯光世界。这就是年的味道绚烂。

这就是年的味道香甜暖和、幸福美满、喜庆吉利、光芒绚烂。

**适合三分钟的演讲稿篇三**

敬重的教师友爱的同学们：

大家早上好，很荣幸能拥有这次在国旗下演讲的时机，今日我演讲的题目是?父爱如山?。

记得小时候，爸爸曾经给我讲过这样一个故事：很久很久以前，有一棵又高又大的苹果树。一位小男孩，每天到树下来，他爬上去摘苹果吃，在树荫下睡觉。他爱苹果树，苹果树也爱和他一起玩耍。后来，小男孩长大了，不再每天来玩耍。

苹果树说：“很圆满，我也没钱，不过，把我全部的果子摘下来卖掉，你不就有钱了?〞男孩非常感动，他摘下全部的苹果，快乐奋兴地走了。然后，男孩好久都没有来。苹果树很难过。

“我没有房子，〞苹果树说，“不过你可以把我的树枝统统砍下来，拿去搭房子。〞

于是男孩砍下全部的树枝，快乐奋兴地运走去盖房子。看到男孩兴奋树好欢乐。

从今，男孩又不来了。树再次陷入孤独和哀痛之中。

苹果树说：“把我的树干砍去，拿去做船吧!〞于是男孩砍下了她的树干，造了条船，然后驾船走了，很久都没有回来。树好欢乐但不是真的。

“我再也没有什么给得出手了，只剩下枯死下去的老根，〞树流着泪说。

男孩说：“这么多年过去了，如今我感到累了，什么也不想要，只要一个休息的地方。〞

同学们其实这就是我们每个人的故事。这棵树就是我们的父母。

小时候，我们喜欢和爸爸妈妈玩长大后，我们就分开他们，只在需要什么东西或者遇到费事的时候，才回到他们身边。

无论如何，父母永久都在那儿，倾其全部使你欢乐。你可能认为这个男孩对树很残酷，但这就是我们每个人对待父母的`方式。记得看过一个广告，里面有这样的一段话：小时候，父亲的背是我们仰视的大山;长大后，父亲的背是我们休息的港湾。是啊，父亲始终是我们的依靠。无论我们遇到什么事，只要翻开家门，看到父亲微笑的脸，好似就什么都能解决了。

虽说父爱如山，但在高再大的山，假设不断地挖掘而不实行一些保护措施，那么这座山也会有采尽的一天。如今该是我们为这座山做出一些奉献的时候了，我们要给这座大山种上一些四年常绿的松柏，让大山常年葱郁、繁盛。从这一刻起，我们要向父亲表达出自己的爱意，在爸爸上班时说上一句吩咐，在爸爸下班回家时帮他捶捶肩，平常多倾听爸爸说的话，即使感到不耐烦。这些简洁的事情，却能令我们的父亲，印象中坚忍不拔。无坚不摧的父亲变得热泪盈眶。

每个人的父亲都是独一无二的，我的爸爸也是我心中的。爸爸，假设生命可以轮回，来生我还做您的儿子!在父亲节即将降临之际到，我只想在您耳边说一句：爸爸，我爱您!这是一个儿子的心声，同时也祝福天下的父亲母亲身体安康!

感谢大家我的演讲完毕!

**适合三分钟的演讲稿篇四**

是什么伴我们形影相随?是习惯。是什么在漫长的人生道路上点燃我们心灵之灯?是习惯，是好习惯!它无声地引导我们的行动，悄悄影响着我们的一生。

大家对\"鲁迅\'这个名字不陌生吧，他是中国的文坛巨匠，他的许多作品还被选入语文课本中呢。知道吗?鲁迅从少年时代就养成了爱惜图书的好习惯。每次看书，他总是先洗手，一旦觉察书脏了，就注意地把它擦干净;他还学会了订书、补书的本领，备有一套工具，如觉察书有破损，便准时细心整理，修补，使之相貌一新。因为\"爱书\'这个好习惯，关心他在文学上获得这么大的成就。正如培根所说：习惯是一种坚韧而宏大的力气，他可以主宰人生。

我这里还有一个故事：19xx年，一位11岁的美国男孩踢足球，不注意碰碎了邻居家玻璃。邻居要他赔12.5美元，这在当时是一笔不小的数目，他向父亲求助。父亲说：我先借给你，但是一年后你要还我。从今，他开头了边上学边打工的艰辛生活。没到一年，就挣足了这笔钱，还给父亲。这男孩就是后来成为美国总统的`里根。我们觉察，是诚恳守信的好习惯成就了里根总统的人生。好习惯是我们言行的导师，是描绘人生蓝图的五彩笔。

想想我自己，五岁起就开头了漫长的学钢琴生涯。磕磕绊绊,跌跌撞撞,期间不知经受多少的酸甜苦辣，曾经有几次差点放弃。因为坚持,练琴成了我日常生活中的一种习惯,成了我生命中的一局部,钢琴成了我亲近的伙伴;因为坚持,几年的努力没有白费,我如今已经到达钢琴九级的程度。明年暑假我预备通过十级考试。将来的生活我将一样执着地坚持,与音乐为伴!与好习惯同行!

教师告知我：播种一个行动，你会收获一个习惯：播种一个习惯，你会收获一个共性;播种一个共性，你会收获一个命运。

同学们，我们人生的旅途还很漫长,让我们从如今做起，从每件小事做起，从小埋下各种\"好习惯\'的种子，让\"好习惯\'的果实为我们的明天带来芳香!让\"好习惯\'伴我们欢乐成长!让好习惯永久成为我们的心灵之灯!感谢大家!!

**适合三分钟的演讲稿篇五**

各位教师、同学们：

大家好!今日我讲话的题目是：团结友爱!

历史阅历很屡次证明，无论是一个民族、一个国家，还是一个社会、一个团体、一个家庭，只有重视团结，珍惜团结，维护团结，搞好团结，才能有强大的力气，才能和谐相处，和谐进展。

一个班级是否具有训练气息，是否具有良好的班风，关键是要看这个班的班级是否团结友爱。在一个团结友爱的班级中，全体同学会自发地形成一股浓郁的\'和谐风气，在这样的集体中，同学能融洽地与同学相处，与教师沟通，友好地进展合作，彼此互帮互助，共同进步。在这样乐观向上，温馨和谐的环境中，同学会把班级当成自己的家，有着剧烈的集体荣誉感和归属感。

正所谓一滴滴水只有融入大海才会永不枯槁，一根根筷子只有捆在一起才会坚不行摧。这一句句布满哲理的话语告知我们，一个集体只有团结友爱才会迸发出无穷的力气。

给大家讲一个真实的故事吧。在辽宁省师范高校训练系里，有两位特别的同学，一位叫周婷婷，另一位叫王铮。她们一个双目失明，一个双耳失聪。然而，就是这样的两个人组成了海伦`凯勒号结合舰队，两人在生活上、学习上互帮互助，周婷婷听不清看得清，她做了王铮的眼睛;王铮看不清，她做了婷婷的耳朵，两人取长补短，扬长避短，在学习上获得了优异的成果。他们为什么会获得成功?那是因为她们把握了成功的一个法宝团结友爱，互相协作。

像她们一样在学习上团结友爱，不存一己之心，在其他方面也是如此，拿班级常规来说，按时到校、自习课宁静、校服穿戴整齐、说话用语文明等等，这些都是团结的行为。或许有许多人认为这些不过是些微缺乏道的小事，可是，一屋不扫何以扫天下，这些小事上的不到位，恰恰反映出了这些人责任意识淡薄，缺乏足够的集体主义观念。

还有多少同学因为这样或那样的缘由造成不能按时到校?

还有多少同学在打了预备铃后还没有做好上课预备?

还有多少同学在下课时大声喧哗?

还有多少同学在见到师长时面无表情得匆忙而过?

同学们，付出一份友爱，你将收获两份欢乐。让我们从身边做起，从小事做起，不迟到，不吵闹，不说脏话，不取笑别人，让友爱的甘泉滋养我们的心灵。让我们手牵手，心连心，共同构筑班集体辉煌的殿堂。

感谢大家!

**适合三分钟的演讲稿篇六**

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好!

在人生的旅途中，梦想是最好的伙伴，如果说梦想是一棵常青树，那么，浇灌它的必定是出自心田的清泉;如果说梦想是一朵常开不败的鲜花，那么，照耀它的必定是从心中升起的太阳。太阳与清泉，交相呼应，而我们的生命，也会因为有了梦想而变得更加精彩。

梦想是用永恒的执着和顽强的韧劲筑起的一道铜墙铁壁，她固若金汤。有这么一个人，小学三年级便被迫辍学，认识的汉也不多，他每天往返于家和图书馆之间，在深夜他勤奋的身影依然清晰。他日复一日的坚持写作。汗水与泪水铸就了他的成功。他就是著名的童话大王郑渊洁。试想一下，当所有人都对他表示不屑时，他没有退却，依然坚定，他只是很单纯的爱写作而已，他所做的一切，只为了心中那个作家梦。为了实现心中的梦想，他付出了多少努力，一个人，一本杂志，十三年。他笔下的贝克与舒塔给了无数孩子童年的快乐。他的梦想成就了他的人生，他的梦想，给孩子们美丽的童话。郑渊洁的生命因为有了梦想而精彩。

梦想是用不凋的希望和不灭的向往编制的七色彩虹，她绚丽辉煌。人们常说：“失败是成功之母。”但又有多少人能够面对挫折，仍然坚挺着呢?美国第16任总统林肯就是这样一个人。他出生在一个清贫的家庭，自小就十分好强，参加总统竞选多次，均以失败告终，那段时间他几乎崩溃，有一天他在窗户边看到初升的太阳，恍然大悟，决心振作起来。在林肯心中，当总统或者“为官一任造福一方”，是他一生的梦想，这条路很艰辛，当他面对挫折的时候，他没有放弃。正是梦想激励着林肯，在一次次失败后再次崛起。他所做的一切，只为了心中那个总统梦。他成功了。在他的领导下，美国人民走向了更加自由，更加幸福的生活。林肯的生命因为有了梦想而精彩。

梦想是用意志的血滴和拼搏的汗水酿成的琼浆，她历久弥香。在我心中有一个坚强的身影，她就是舞蹈家邰丽华，在她两岁那年，因高烧而失去了听力，难以想象她当时的寂寞与痛苦，在她婀娜的舞姿背后，她付出了比常人多好几倍的辛苦。台上一分钟，台下十年功。她说她爱舞蹈，虽然没有音乐，但是她用自己的心去伴奏。她是舞台上一株美丽的`奇葩。她从不叫苦叫累，只是默默坚持着。她所做的一切，只为了心中那个舞蹈梦。她成功了。《千手观音》给了观众艺术的美感，她们优美的舞姿震慑了所有人的眼睛。邰丽华的生命因为有了梦想而精彩。

郑渊洁的梦想，给了自己人生一个成功的诠释，给了孩子们快乐美好的童年，林肯的梦想，肯定了自己的能力，给了美国人民自由幸福的生活，邰丽华的梦想，让自己的人生因为舞蹈而充实，以自己的舞姿感动了千千万万的人。

为了梦想而努力吧，这样，你的人生会更加精彩!

**适合三分钟的演讲稿篇七**

亲爱的老师、同学们：

大家好！

我们认为诚信是一种美德，是立身处事的根本。可有人都不顾诚信，只顾自己的利益。在改革开放的\'今天，更需要诚信的阳光洒向社会的每个角落。

作为一名学生，诚实不说谎话，坦荡毫不虚假，做人要清澈如水，做人要白玉无暇。要记住，无论是谁，只要说一句谎话，他就失去了别人信任的心。学习上弄虚作假的人总有一天会吃到苦头，做错了事要敢于承认，做错了事要自我检讨，这样做才能解脱自己，这样选择才是正道。诚信，是中华民族的一种传统美德。这种美德的核心是真诚。失去诚信，在生活上会失去朋友，在商业场上会失去顾客，只有诚信，才是人生的通行证。诚实的孩子心坦荡，诚实的孩子人人爱，诚实的孩子是时代的主人，诚实的孩子是祖国的未来，假话空话都不说，纯真坦诚实实在在，这是新世纪的呼唤，这是新世纪的期待，谢谢。

**适合三分钟的演讲稿篇八**

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好!

这样的日子，让这个鲁国人很不满。他心想：以自己做鞋的技艺，如果到其他国家去，一定大有所为。一天，他对妻子说：“咱们待在鲁国也不是个办法，长期下去，估计会饿肚子，倒不如趁现在还有些盘缠，去越国那边发展。”他的妻子听后，觉得很有道理。于是，夫妻俩收拾行装，准备出发。就在这时，一位友人前来拜访，见他们整装待发，便好奇地问：“你们夫妇这是准备去哪儿?”

“在鲁国混不下去了，我们准备去越国看看。”他无可奈何地回答说。

“越国?你们去那儿能做什么?只会更加贫穷。”朋友劝慰道。

“为什么呢?难道以我们的技艺会在越国没有饭吃?”他有些生气地说。

朋友没有直接回答他，而是反问他们最擅长做什么。

“这还用问，当然是编草鞋和织白绢了!”他淡淡地说。

“草鞋是用来穿着走路的，而越国人习惯光脚行走，根本不需要鞋子;白绢是用来做帽子的，而越国人习惯披头散发。帽子对他们来说毫无用处。如今，凭借你们的长处，到用不着你们的地方去，你们认为会有所为吗?”

后来，这个鲁国人听从了朋友的建议，去了齐国。在那里，他们夫妻俩充分发挥自己的特长，草鞋和帽子都十分畅销。随后，他们又不断地将自己的生意做大做强。没过几年，这对鲁国夫妇就过上了富裕的生活。

**适合三分钟的演讲稿篇九**

3月25日在3305进行了第一次课前三分钟演讲，当时演讲的主题为论武侠小说与当时中国社会的关系。作为第一轮的前几位演讲者，怀揣着好奇与激动的心情在演讲前做了充分的准备。

三分钟演讲秉承着学校锻炼我们口才的信条，而要达到这一点，发自内心的表述演讲内容则成为重中之重，只有自己对内容有所感悟才能让同学们跟着自己的情感去体会，更好的将同学们调动起来。因此，我这次演讲的选材着重于自己有所悟以及同学们较为感兴趣的方面。事实证明，这样较之读些自己都感觉生僻的内容，较为远离日常生活的“高级思想”来说更能吸引同学们的注意力，使得自己在安静以及同学们专注的眼神下演讲完毕。

在我看来，演讲拼的还是表现力，而对稿子烂熟于心则是释放表现力的基础，所以我在演讲之前为脱稿做了充足的准备。在做准备的过程中，将好久不用的记忆细胞再次激活，记忆的同时让我对内容的理解感悟再次加深，使得在演讲时可以很自然的运用一些肢体动作。上台演讲，让我更加懂得了用怎样的语气与表达方式可以吸引同学们，达到演讲目的。

的与同学们产生眼神等方面的交流。

当然此次演讲也有需要加强的地方，下次要注重语调的变化，用语调的变化强调出主要观点，更利于同学们了解我演讲的中心思想。上台还是很紧张，希望多进行几次三分钟演讲后可以沉稳的上台。

演讲当然是锻炼口才的极佳方法，与此同时，我认为演讲可以增强自信心，当自己将需要表达的内容流利的脱口而出时，那种自信与满足感会瞬间笼罩自己，让自己渐渐爱上这个活动。今后我会更加重视三分钟演讲，在演讲中锻炼自己，争取早日将三分钟延伸到30分钟乃至更长的时间！

姓名：杨宇华

学院：经济管理 班级：保险122 学号：2012015452

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家好!

今天我演讲的题目是《改变不了环境，就改变自己》。

著名的文学家托尔斯泰曾经说过：“世界上只有两种人：一种是观望者，一种是行动者。大多数人想改变这个世界，但没人想改变自己。”想要改变现状，就要改变自己;要改变自己。就得改变自己的观念。

一个黑人小孩在他父亲的葡萄酒厂看守橡木桶。每天早上，他用抹布将一个个木桶擦干净，然后一排排地整齐地放好。令他生气的是，往往一夜之间，风就把他排列整齐的木桶吹得东倒西歪。

小男孩很委屈地哭了。父亲摸着小男孩的头说：“孩子，不要哭，我们可以想办法去征服风。”

于是小男孩擦干了眼泪坐在木桶边想啊想，想了半天终于想出了一个办法，他从井边挑来一桶又一桶的清水，然后把它们倒进那些空空的橡木桶里，然后他就忐忑不安地回家睡觉了。第二天，天刚蒙蒙亮，小男孩就匆匆地爬了起来，他跑到放桶的地方一看，那些橡木桶一个一个排列得整整齐齐，没有一个被风吹倒的`，也没有一个被风吹歪的。小男孩开心地笑了，他对父亲说：“要想木桶不被风吹倒，就要加重木桶的重量。”男孩的父亲赞许地微笑了。

是的，我们不能改变风，改变不了这个这个世界上的许多东西，但是我们可以改变自己，给自己加重，这样我们就可以适应变化，不被打败!

人生如水，人只能去适应环境。如果不能改变环境，就改变自己，只有这样，才能克服更多的困难，战胜更多的挫折，实现自我。如果不能看到自己的缺点和不足，只是一味地埋怨环境不利，从而把改变境遇的希望寄托在改变环境上，这实在是徒劳无益。

虽然我们不能改变世界，但我们可以改变自己，让我们用爱心和智慧来面对一切环境。

生命是惟一的，是宝贵的，世界因为有了生命而变得精彩。我们要珍惜生命，无论是自己的，还是别人的。据不完全统计我国约每年死于交通事故的人数超过10万人，交通已成为“世界第一要害”。如今，作为新一代的我们，一定要遵守交通规则。

在科技飞跃进展的当今社会，车流量相当的多。可能只是一时疏忽，就将酿成大祸。记得四年级的时候，我们班的肖蕾就在十字路口上被一辆飞驰而过的面包车撞上。当时，我虽然没能目睹。但通过同学们的描述，这事有多可怕，她和几个同学一起走来上学的途中，肖蕾冲在最前头，在红灯的时候冲向人行道后来，这时就发生了那惨烈的一幕。肖蕾因为车祸将近半年没来上学。不幸中的万幸是肖蕾只是骨折。但她也因此耽误了学业。肖蕾的是告诉我们一定不能闯红灯！ 同样是闯红灯，这位同学就没那么幸运了。放学时，一位孩子，和另外一个伙伴打闹中不慎闯了红灯，其中一位被开来的大货车撞倒在地，司机没有发现，从那个小孩的身上活生生地压过去。导致儿童当场毙命。

2024课前三分钟演讲稿精选

范文一：

人生中，经常有无数来自外部的打击，但这些打击究竟会对你产生怎样的影响，最终决定权在你手中。

祖父用纸给我做过一条长龙。长龙腹腔的空隙仅仅只能容纳几只蝗虫，投放进去，它们都在里面死了，无一幸免！祖父说：\"蝗虫性子太躁，除了挣扎，它们没想过用嘴巴去咬破长龙，也不知道一直向前可以从另一端爬出来。因而，尽管它有铁钳般的嘴壳和锯齿一般的大腿，也无济于事。

\"当祖父把几只同样大小的青虫从龙头放进去，然后关上龙头，奇迹出现了：仅仅几分钟，小青虫们就一一地从龙尾爬了出来。

温馨提示：命运一直藏匿在我们的思想里。许多人走不出人生各个不同阶段或大或小的阴影，并非因为他们天生的个人条件比别人要差多远，而是因为他们没有思想要将阴影纸龙咬破，也没有耐心慢慢地找准一个方向，一步步地向前，直到眼前出现新的洞天。 范文二：

同学们：

大家好！

我今天演讲的主题是\"学会换位思考，缔造属于自己的八度幸福\"。

12月20日，也就是上个星期六我们进行了英语四级考试，结果怎么样就不多说了，反正我是惨不忍睹。基本上每个人都说时间不够吧，比较惨的人是做好的题目来不及涂答题卡，我们班似乎也有人，是吧。

但是我在回寝室的路上却听到一个刺耳的声音，是一女生在骂脏话，细细一听原来她在咒骂她的监考老师，抱怨那个老师老催她涂答题，这本是出于老师的一片好意，在这位同学看来却是非常不耐烦，甚至将自己答题的不如意也归咎于老师的身上。我不知道别的人听到这几句粗话作何感想，而我是深深的同情那位老师，真的是所谓\"好心没好报\"吧。

曾经听说一个关于篮球的故事。据说篮球运动刚诞生时，篮板上钉的是真正的篮子。每当有人进球，就需要有一个人专门踩在梯子上把球拿出来。为此，比赛总是时断时续地进行，缺少紧张激烈的气氛。人们想了很多取球方法，但是都不太理想。有一位发明家甚至制造了一种机器，在下面一拉就能把球弹出来，但这仍没有实质的改善。终于有一天，一位父亲带着儿子来看球赛。小男孩看到大人们一次次不辞劳苦地取球，不由大惑不解：为什么不把篮筐的底去掉呢？一语惊醒梦中人，于是才有了今天我们看到的篮筐样式。

去掉篮筐的底，就这么简单，但那么多有识之士都没有想到。听来让人费解，然而这个简单的\"难题\"却困扰了人们多年。可见，无形的思维定势就像那个结实的篮子禁锢了我们的头脑，使我们笨拙地去搬梯子、去制造机器......却忘了将篮底去掉这一最简单的方式。

其实生活中何尝不是这样，我们总是用我们自己的模式去思考问题，往往忘了站在他人的角度去重新看问题。我们总是抱怨他人的不是，忘了去反省自己是否也有错......这就需要我们学习换位思考。

换位思考就是设身处地为他人着想，即想人所想，理解至上。人与人之间少不了谅解，谅解是理解的一个方面，也是一种宽容。我们都有被\"冒犯\",\"误解\"的时候，如果对此耿耿于怀，心中就会有解不开的\"疙瘩\";如果我们能深入体察对方的内心世界，或许能达成谅解。一般说来，只要不涉及原则性问题，都是可以谅解的。谅解是一种爱护，一种体贴，一种宽容，一种理解！！

在一个不出名的景点草堂门口立着一块杉木牌。那块木牌上刻着这样一段话——

如先改变自己，对方也会改变；对方有了改变，心境也会改变；心境有了改变，言词也会改变；言词一有改变，态度也会改变；态度一有改变，习惯就会改变；习惯一有改变，运气就会改变；运气一有改变，人生随之改变！

这块杉木牌的名字就叫\"八度幸福\"。

人生不如意事十之八九，如果不能拥有美好的人生，就要拥有美好的人生观。

让我们学会换位思考，为他们着想，缔造属于自己的\"八度幸福\"！

谢谢大家！

范文三：

各位同学：大家好！

前不久，我读了一则童话故事，它是英国作家王尔德写的《巨人的花园》。故事讲的是一个巨人看到孩子们在自己的花园里玩耍，很生气，他在花园周围筑起了高墙，将孩子们拒于墙外。从此以后，园里花不开，鸟不语，一片荒凉，春夏秋都不肯光临，只有冬天永远留在这里。一天，孩子们从墙洞爬进来，春天也就跟着孩子们来了，园里立刻变得生机勃勃。当他把孩子们再次赶出花园之后，花园又被冰雪覆盖了。后来，在小男孩的启发下，巨人醒悟了，随即拆除了围墙，花园成了孩子们的乐园，巨人生活在漂亮的花园和孩子们中间，感到无比地幸福......

王尔德的这个快乐故事，让我的心久久不能平静，那个巨人，他两次的自私与冷酷给花园带来了冰雪寒冬，让孩子们失去欢乐的同时，他自己也同样孤单寂寞，更享受不到花园里明媚的景色！我们常说：\"赠人玫瑰，手有余香\"。其实，快乐也一样，给别人快乐，自己也快乐。

我还记得这样几句名言：\"把你的痛苦与人分享，你的痛苦将会减少一半；把你的快乐与人分享，你的快乐将增加一倍。\"是啊，分享快乐不会使自己损失什么，却能让这个世界充满温情。相反，有了快乐，一个人独乐，最终也不会快乐。

与别人一起分享快乐是一种美德，因为快乐能够传染。其实很多时候，与别人分享快乐，既是给了别人一个机会，也是给了自己一个机会；既给了别人一个好心情，自己也留下了一份好心情。

既然这样，那么请打开你的心灵，真诚地与别人分享吧——自己是一团火，就要想法把别人点亮；自己是一盆水，就要想法把别人洗净；自己是一粒米，就要想法长出更大的稻穗；自己是一弯月，就要想法给夜行人送去清辉......与人共享快乐，你也会更加快乐！

大家好，我今天给大家讲一个故事叫：一面镜子

一个年轻人正值人生巅峰时却被查出患了白血病，无边无际的绝望一下子笼罩了他的心，他觉得生活已经没有任何意义了，拒绝接受任何治疗。

一个深秋的午后，他从医院里逃出来，漫无目的地在街上游荡。忽然，一阵略带嘶哑又异常豪迈的乐曲吸引了他。不远处，一位双目失明的老人正把弄着一件磨得发亮的乐器，向着寥落的人流动情地弹奏着。还有一点引人注目的是，盲人的怀中挂着一面镜子！

年轻人好奇地上前，趁盲人一曲弹奏完毕时问道：“对不起，打扰了，请问这镜子是你的吗？”

“是的，我的乐器和镜子是我的两件宝贝！音乐是世界上最美好的东西，我常常靠这个自娱自乐，可以感到生活是多么的美好”

“可这面镜子对你有什么意义呢？”他迫不及待地问。

盲人微微一笑，说：“我希望有一天出现奇迹，并且也相信有朝一日我能用这面镜子看见自己的脸，因此不管到哪儿，不管什么时候我都带着它。”

白血病患者的心一下子被震撼了：一个盲人尚且如此热爱生活，而我他突然彻悟了，又坦然地回到医院接受治疗，尽管每次化疗他都会感受到死去活来的痛楚，但从那以后他再也没有逃跑过。

他坚强地忍受痛苦的治疗，终于出现了奇迹，他恢复了健康。从此，他也拥有了人生弥足珍贵的两件宝贝：积极乐观的心态和屹立不倒的信念。

想把握好自己的人生和命运的人，一定要有乐观和坚强的品质，因为乐观和坚强是掌管人生航向的舵手，是把握命运之船的动力桨。

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