# 2024年生活的演讲稿三分钟(实用12篇)

来源：网络 作者：风月无边 更新时间：2024-04-13

*演讲作为人类一种社会实践活动，它必须具备以下几个条件：演讲者、听众、沟通二者的媒介以及时间、环境。优质的演讲稿该怎么样去写呢？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。生活的演讲稿三分钟篇一尊敬的老...*

演讲作为人类一种社会实践活动，它必须具备以下几个条件：演讲者、听众、沟通二者的媒介以及时间、环境。优质的演讲稿该怎么样去写呢？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。

**生活的演讲稿三分钟篇一**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

在这所与我相伴六年的学校里，每一处都记载了我和同学们的回忆。在这个熟悉的校园里，我们却再也不能在这欢笑、嬉戏。

再过不久，我们将迈出校门，走进另一所陌生的校园。毕业前夕，这所学校里的点点滴滴涌上我的心头。告别少先队，迎接团徽的召唤，互写同学录，这些细节联成了我们之间一扇扇友谊之窗，见证了我们依依不舍的告别。

绕过校园的跑道，一瞬间想到三年级时的赛跑，同学们一个个像离弦的箭往终点冲去。还有一个同学宁愿跑丢了鞋子，也要维护班级荣誉……校园的芒果树台，我和同学们在那儿摔过、哭过、笑过，而转眼间，高大的芒果树又不知不觉多了六圈年轮。芒果树勾起了我对同学的一幕幕回忆：一排大叶树下，我们班在那片泥土地里，捡起一片片落叶，清扫得干干净净，赢得了一次次的流动红旗。大叶树的叶子，仿佛让我突然回到了从前每一次清扫的场景之中。

当我们还是一年级乳臭未干的小孩子时，便向往着二年级的红领巾。当我们戴上红领巾时，又追求三年级的成熟。当我们成为三年级学生时，又渴望四年级的技术课。当我们迈上四楼时，又想成为五年级的学生。当我们步入五楼教室时，又更期待六年级的知识。当我们进入毕业冲刺时，又开始憧憬初中生的生活，可到了毕业之前才发现，原来我对这所学校的不舍之情，如此强烈。

就要结束小学生涯了，我才明白为什么以前那些毕业的大哥哥大姐姐要哭得稀里哗啦。我哭不出来，却由衷地想把小学生活重新拉回来，把小学同学留下来。从此以后，58只小鸟将各飞东西，寻找属于自己的那片天空。

再见同学，再见老师，再见小学，我将会带着你们给我的美好回忆，走进新学校，开始新生活。

**生活的演讲稿三分钟篇二**

同学们，你们知道世界三大粮食作物是什么吗？小麦，水稻，玉米被称为世界三大粮食作物。今天是\"世界粮食日\"，本周为我国\"爱惜粮食，节约粮食\"宣传周。今天，让我们将更多目光投向赖以生存的粮食。也许很多人会说：我们早已远离食不果腹的年代，吃饱饭......

职场生存法则潜规则

你都了解职场的生存法则和潜规则吗？如果你这些一点都不了解，在职场中你将会吃亏。以下是小编整理了职场生存法则潜规则，希望对你有帮助。职场生存法则与潜规则职场生存法则与潜规则一：建立亲密而友善的关系......

职场生存的几个沟通技巧

松下幸之助有句名言：企业管理过去是沟通，现在是沟通，未来还是沟通。我们也都知道日常工作中，上下级之间、同部门之间、跨部门之间的沟通是必不可少的，而且，有效、有技巧的沟通能减少彼此之间不必要的摩擦，提高双方的工作效率，更快......

节约环保优秀演讲稿：为生存环境，远离高碳生活

低碳，就是减低二氧化碳的.排放量。怎样演讲碳的危害，让人们保护环境，远离高碳生活。

**生活的演讲稿三分钟篇三**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好!

你们知道我的烦恼是什么吗?让我来告诉你们：我的`烦恼是爸爸妈妈很忙，他们已经好久没带我出去玩了!

放寒假了，我问妈妈：“可以带我出去玩吗?”“我没空，要玩叫你爸带你去!”妈妈头也不回地说。

于是我只好去问爸爸：“爸爸，你陪我去欢乐谷好吗?或者大悦城也行!求求你了!”“自己去小区花园跑跑步，跳跳绳，这就是玩了，我还有很多事情要处理呢!”“爸爸，这些我刚才已经做过了!”“那你就自己玩，反正我没空!”说完，爸爸便离开了。

我独自一人伤心地站在客厅里，爸爸妈妈的话一直在我耳旁回响，他们不明白我渴望玩耍的心情，也不知道玩耍对我来说是多么的重要!更不知道我很需要他们陪在我身边，不知道!不知道!他们什么都不知道，我小声地哭了!

我明白爸爸妈妈的工作很忙。要是他们的工作少

**生活的演讲稿三分钟篇四**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好!

每个人一生中不可能一帆风顺，顺风顺水的，总会有一些无法避免的困难，挫折。面对困难和挫折的人，却有2种，一种是乐观的去面对，一种是面对困难就害怕困难，不敢去面对，总是逃避，能躲一天是一天。到最后，这2个人的命运也会有很大的变化，乐观向上的人会过的更好，不积极的，害怕困难的那个人，只能逃避，躲躲藏藏，一生都是无法面对别人。

生活中总有成功的人，也有失败的人，我们应该积极的面对生活中的各种困难，生活中难免有一些不如意的事情，我们要学会坐看云卷云舒。我们要充满勇气去挑战生活中的各种困难。

爱迪生在发明电灯以前，总是在不断的失败，不断的挑战各种材料的极限，然而经历过无数次的失败，爱迪生终于找到了钨丝，这种廉价，又实用的材料，具有高溶点，价格低廉的特性，才让我们如今有这么明亮的夜晚，能够在放学后回家，在电灯下写作业，这样的人才是值得我们去学习的。

只有经历了挫折，经历过别人没有经历过的痛苦，你才能够长大。只有经历过地狱的磨练，你才拥有创造出天堂的力量，拥有乐观的生活态度，让我们一起乐观的面对生活吧。

**生活的演讲稿三分钟篇五**

老师们，同学们：

有些人说，生活是持续要求的全过程。也是持续造就的全过程，并非简易享受的全过程。有些人说，生活像果盘中盛着的获得与迷失。有些人说，生活有时候如同圆葱会给你流泪。也有人说，生活有时候是由成千上万苦恼构成的佛珠生活到底是啥，或许每一个人都是有不一样的回答。

之前的我一直想象着可以不劳费劲的获得自身要想的东西，但是实际跟我说，你要想的东西，并不是伸出手就能取得，不都是非常容易的获得，只是要努力相对的劳动者，如同吃橘子一样，不去皮无法吞咽，必须去皮后方可感受甘甜，要想要甘甜，没有理由先挺过艰辛。每一次认真学习后，尽管太累了，但還是获得专业知识了；每一次清扫劳动者，尽管很艰辛，但還是能够享受到劳动者的开心。

实际上生活另一个关键的层面应该是享受它，吃一个橘子，去皮哪些的，全是以便后边的能够品尝到的橘子肉，因此努力了劳动者后干万要渐渐地享受以后的瓜瓤，分为一瓣一瓣，渐渐地吃，享受甘甜与甜美。生活也是这般，努力学习后获得的专业知识能够渐渐地回味无穷，一直风韵无限；勤奋清洁卫生后，保持卫生，能够享受好长时间的整洁；与盆友高兴的相处，有时候追忆起來，会觉得很甜美。

有关生活的理解是许多的，生活是个回味无穷的话题讨论，愿我们能享受生活的快乐吧。

**生活的演讲稿三分钟篇六**

寒假，一个多么熟悉又叫人期盼的字眼!时光匆匆流逝，转眼间，过去一小半的寒假生活已成过眼云烟。但，仅仅是这十几天的假期却给我带来了无穷的喜悦。

虽然新年还没有到来，但是家家户户早已有了新年的气氛。我主动在玻璃窗上贴起了年画：一个胖娃娃抱着鲤鱼，寓意年年有余;两条可爱的小蛇宝宝绕着灯笼，象征吉祥如意。贴春联可是中华民族由来已久的风俗。“千门万户曈曈日，总把新桃换旧符”中“桃符”指的就是春联。我将春联工工整整地贴在门前，只见“上联：和睦人家春常在下联：勤劳门第富有余”几个引人注目的大字。最后，把寄托了人们对幸福生活的向往与祝愿的“福”倒过来贴在大门中央，便大功告成。

整个家里顿时变得喜气洋洋，热热闹闹的。

如今，在现代这个社会，绿色将要与我们挥别。人类不断地砍伐，侵占绿色的领地，地球上，绿色已经所剩无几了。可令人欣慰的是于20xx年12月7—18日在丹麦首都哥本哈根召开哥本哈根世界气候大会。这次大会的召开让人们立即提高了保护环境，保护绿色的\'意识，也都明白气候变化是全球的重大挑战，遏制地球家园，是全人类共同的使命，每个国家和民族，每个企业和个人，都应当责无旁贷地行动起来。

经过人们的共同努力，地球的状态明显有了好转。只是一个小小的涟水县，就有了很大的变化：路边种了很多树和花朵，显得绿的更绿，红的更红;校园里树木成荫，使得书香更加弥漫校园;小区内花草成群，更增添了小区的洁净……这样的绿色生活，正是我们所期盼的那样，事实也证明，只要我们意识到环境问题，并且下意识的去保护，只要努力向那方面发展，我们就务必能够改善生活，想着期盼的绿色生活迈进。

同学们，让我们一齐行动起来，多给地球母亲增添绿色，也让自己享受一下完美的绿色生活吧!

**生活的演讲稿三分钟篇七**

老师们，同学们：

我们每个人都来到这个世界，为什么有些人有良好的职业生涯，他们是不朽的，为什么有些人会安静地走，但没有任何东西能给后代和社会带来宝贵的价值。那些不希望自己的生命变得有意义和有价值的人，那么什么样的生活对于这个问题来说是一个有意义和有价值的生活……歌德说：“如果你想要爱自己的价值，就必须为世界创造价值。”

爱因斯坦说：“一个人的价值应该基于他的贡献，而不是他所得到的。”

共产党战士雷锋说：“我活着让别人变得更好。”

马克思是历史上伟大而伟大的人物。他创立了科学而光荣的共产主义学说，并为完全解放人类指明了前进的道路。马克思曾经说过：“如果我们能选择最适合人类工作的事业，那么我们就不会因为它的重量而变得沮丧，因为我们正在为人类做出牺牲，这样我们就不会陷入无意义的，狭隘的个人主义的快乐。我们的幸福属于成千上万的人。虽然我们的事业是沉默的，但它会永远存在。在我们死后，善良的人会在我们的骨灰上流下眼泪。当他这样说时，马克思只有17岁，在他晚年的生活中，他用实际行动完成了他所说的话。在他诞辰100周年之际，世界各地的无产阶级和革命人民仍然没有深深地想念他并哀悼他。因为马克思已经取得了出色的成就。对人类的贡献，他的生命具有如此重大的意义，他的人生价值。它是如此无法估量。

鲁迅先生也是一个伟大的人。如果他没有“十字架”的崇高精神和冷面，和蝎子牛弓，“如果他没有尽全力为中国人民的光明前途，他会死。生命的意义和价值不会那么大。

事实上，那些不朽的人，光明的历史和伟大的人类并没有为人类的共同事业作出巨大的贡献。

当然，我们可以不是马克思和鲁迅的第二个人，但真正的有志之士总能在最短的时间内取得巨大的成就，并在人生中尽最大努力造福人类。

一个人离开人类离开社会是不可能独立生活的。为了让生活变得有价值，他必须造福人类并为社会做出贡献。作为社会主义社会的青年，为了让生活变得有价值，你必须将自己的生活融入伟大的共产主义事业中。

生命的价值只能与一个人对社会的贡献量和成绩相称。

许多革命烈士在年轻时就为人民献出了生命。他们不爱生活，他们充满了爱，充满了对生活的渴望。然而，为了更多的人，他们决心面对死亡。他们的辉煌形象永远站在人们的心中！他们光荣地死去，死得很厉害，他们的生命价值对于那些不活跃和无穷无尽的人来说是无与伦比的。

在今天的现实生活中，有很多这样的例子。生活是无止境的，解决问题，为中国科学事业而奋斗到江珠英的最后一刻；美丽而富丽堂皇的青年，谱写了挽救了共产主义之歌的张华；用生命来履行公民的责任；面对艰难的生活道路，顽固而勤奋，顽固的学习，当代保罗张海迪仍然勇敢。在生命之旅中，他们都是坚强的人。他们的人生价值是宝贵的。

朋友，这一生有多美妙！

贝多芬曾经说过：“我必须学会掌握自己的命运，我永远不会屈服于命运。”能够一百次生活一千次真是太美了！”

然而，生活只有一次，paul·kochakin的名言，每个年轻人都应该牢记并将其转化为自己的实际行动。不要成为一个语言的巨人，一个行动的矮人，比如在turgenev的笔中旋转！

亲爱的朋友们，盲目，狡猾，悲伤和担忧并不等于思考，探索，推进，甚至是成熟的标志。我们不能让生命在卡片中消失，我们不能让青春融化成酒精，我们不能让战斗精神在幻想中崩溃，但我们应该为祖国的贡献创造自己的价值。人民！生命可能腐烂，可能燃烧，我们不想腐烂，让我们烧掉它！把它烧掉！把它烧掉！

**生活的演讲稿三分钟篇八**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

拜伦曾经说过：悲观的人，虽生犹死；乐观的人，永生不老。我们应该乐观地面对生活，学会热爱生活。

在现实社会中，大部分人的生活是充实的，他们有自己奋斗的目标，有自己的梦想，让青春焕发光彩。他们奋斗着，为改变自己的命运而拼搏着。

社会是残酷的。在人生道路上，有些事情我们不能改变，唯有乐观面对，就算失败了，也不会后悔。

乐观面对生活的人，往往会给身边的人带来快乐，这样的人即使暂时失败，也并不能代表永久失败，因为，他们过去的失败会铸就他们将来的成功。

或许我们会时常问自己为什么而活，可能有不同的答案，为了自己，为了家庭，为了和你一起奋斗的朋友。过程往往是艰辛的，但是我们要抱着前途是光明的思想面对人生，面对青春生活，拿出勇气大胆的往前拼搏，这才是我们活着的意义。

有许多人往往只重视结果，不注重过程，但我觉得过程往往比结果重要。如果什么也没有付出就取得了来之不易的成功，这只能说是偶然。而经过狂风暴雨，尝过酸甜苦辣的人才能体会到生活的甘甜。只有体验这样的人生，成功才是必然。

学会热爱生活吧，保持乐观的心态，做真实的自己，勇于拼搏，活出自己人生的精彩。

**生活的演讲稿三分钟篇九**

寒假，一个多么熟悉又叫人期盼的字眼!时光匆匆流逝，转眼间，过去一小半的寒假生活已成过眼云烟。但，仅仅是这十几天的假期却给我带来了无穷的喜悦。

虽然新年还没有到来，但是家家户户早已有了新年的气氛。我主动在玻璃窗上贴起了年画：一个胖娃娃抱着鲤鱼，寓意年年有余;两条可爱的小蛇宝宝绕着灯笼，象征吉祥如意。贴春联可是中华民族由来已久的风俗。“千家万户瞳瞳日，总把新桃换旧符”中“桃符”指的就是春联。我将春联工工整整地贴在门前，只见“上联：和睦人家春常在下联：勤劳门第富有余”几个引人注目的大字。最后，把寄托了人们对幸福生活的向往与祝愿的“福”倒过来贴在大门中央，便大功告成。

整个家里顿时变得喜气洋洋，热热闹闹的。

20\_\_年已载着忧愁悄然离去，20\_\_年正迈着轻盈的脚步姗姗而来，我们满怀憧憬。“咚咚咚”一阵欢乐的敲门声后面，是一个个心花怒放的笑脸。我怀着一颗感恩的心为爷爷奶奶拜年，送上心底的浓浓的祝福后，再献上一曲新年快乐歌，最后，我小心翼翼地端起一杯暖暖的绿茶敬给爷爷奶奶。每个人的脸上都洋溢着新年的喜乐。

当正月十五过去后，春节就算正式结束了。在这期间，我特意向奶奶请教了烹饪的手艺。谈论过后，我决定先巩固番茄炒蛋，再学习血豆腐汤。番茄炒蛋可难不倒我，先把鸡蛋打匀，等锅里的油热了，再将鸡蛋液快炒几下，出锅，然后把切块的番茄翻炒，放入炒好的鸡蛋，调味，撒上葱花，一道美味可口的佳肴就成功了。不过，血豆腐汤可没那么幸运了。刚开始的切猪血、豆腐还算简单，接着，将食材放入锅里。清炒可没那么容易了，一不小心豆腐和猪血就面目全非了，呀，还忘了放料酒去腥，我急急忙忙做好这些，再倒入高汤调味，大火煮开后才终于完成。

快乐的寒假还在等我细细品味，心里头虽还有诸多的留恋，但新学期的急促脚步也时时勉励着我，让我忍不住向前一步一步地迈进。

**生活的演讲稿三分钟篇十**

尊敬的各位老师、各位同学：

你们好！我来自初一一班，很高兴能在这样一个秋风微拂的清爽的日子里，怀着憧憬和梦想，与大家一起扬帆起航，开始了崭新而又令人期待的又一次旅程。

当站在空旷的\'操场上，面对一次次飘扬的红旗时，理想之船是否在你的心湖荡开波澜？当坐在整齐的课桌前，阅读一页页含蓄的美丽时，希望之芽是否在你的心里勃然萌发？当身处热闹的课堂中，聆听一声声谆谆的教诲时，知识之灯是否为你的心灵指引方向？面对新学期，开始新生活；面对新起点，燃起新希望！

我们是明光二中的学生——这是一种荣耀！因为我们可以安静的坐在教室里上课，可以充实的过完每一天。每一位老师，每一位同学，都是属于这个大家庭的——既然如此，为何不能和那鲜艳的五星红旗一样，每天都昂首挺胸地迎接第一缕希望，面对存在的一切挑战呢？因为崭新的一学期已经在我们的面前徐徐展开了，我们应当以焕然一新的面貌，从头再来。

套用初一语文第一课的诗句：“是的！人们啊，请相信——在不停地翻过无数座山后，在一次次的战胜失望之后，你终将会攀上这样一座山顶，而在这座山的那边，就是海呀，是一个全新的世界，在一瞬间照亮你的眼睛……”

新学期，新生活！新起点，新希望！愿大家在新的学期中，都能够完美的导演出一部属于自己的戏——生活！

谢谢大家！

**生活的演讲稿三分钟篇十一**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家早上好！

我演讲的题目是《感恩生活，勇于担当》。

四川地震，在我们心中留下了不可磨灭的伤痛。数万生命的陨落让人从心底发出一声喟叹：生命，在大自然面前竟是如此的羸弱和无奈。

当各种各样的消息铺天盖地涌入我们的视线，死亡人数不断飙升，电视上、网络上、报纸上房倒屋塌、血肉模糊的场面，冲击着我们原本坚强的神经，让我们一次次满眼噙泪，心痛得无法呼吸虽然我们与灾区人民素未谋面，但面对灾难却感同身受。

而我们，我们幸福地活着，让我们感恩生活吧!

同学们，尽管我们每个人都是社会微小的一份子，但我们可以担当责任，做一个有益于社会的人。什么是责任心?“有一种力量是从你跳动的心中发出的，它会指引你去做你认为重要的事，并且一定会竭尽全力，这就是责任心。”地震发生时，一位高三学生在教学楼倒塌前幸运地逃了出来。但他想起了他的同学，他不能一个人独自逃生，他转回来奔向废墟，用自己的双手，为他们挖出了一条生命道道，挽救了三十三条生命，全然不顾自己身处危境。他带给人们的感动，每每让人想起都会经受心灵的震撼，这瞬间的举动源自内心的品质。据报道，教育部已决定保送他上大学，这样的人国家定会重用。

说，多难兴邦。当祖国大地遭遇灾难，除了奉献爱心，我们更要学会感恩生活勇于担当责任，从谦卑做起，从感恩出发。作为教师，我们更加关爱我们的学生，更好地担当起教书育人的社会责任。作为学生，要珍惜今天所拥有的一切，好好学习，长大后报效祖国，担当实现民族伟大复兴的历史责任。

老师们，同学们：在鲜艳的五星红旗下，我们并肩而立!在不屈的中华大地上，我们众志成城，为我们历经磨难的民族积蓄生的力量!灾难终将去，生命依然延续。面对灾难我们选择坚强。因为坚强、刚毅是我们永远不倒的民族精神!

我的演讲完毕，谢谢大家!

**生活的演讲稿三分钟篇十二**

尊敬的老师，亲爱的同学：

大家好！我是初三二班的xx，此次担任生活部部长一职。首先很感谢校领导能给我这次锻炼的机会，我也很荣幸能够成为逸夫中学首届学生会中的一员，我一定会带领生活部成员做好同学们与老师们之间的纽带。由于我们生活部是最贴近同学们生活的部门，所以我们会更加细心地听取大家的意见和建议，创造一个同学们满意的学习生活环境。我希望同学们都能把生活部当成倾诉的对象，我们并不是同学们的领导，而是同学们忠实的公仆，会全心全意地为同学们、老师们服务。

我们生活部的主要工作是完成学校有关部门布置的劳动、卫生、美化校园环境等各种劳动的考核工作，并且负责同学们的生活管理，解决同学们在生活中遇到的实际问题。所以大家有什么困难和需要帮助的地方，请首先想到学生会生活部，我们全体成员一定会尽最大的努力为大家排忧解难。

不久之后我们生活部就会开启各种渠道，如果大家对生活部或者其他部门有什么意见或建议，都可以通过这些渠道提出，我们一定会虚心改正，做到让大家满意。总之请大家能够给予我信任和支持，我一定会给大家一个满意的答卷。谢谢大家。

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