

我眼中的生命演讲稿三分钟 我眼中的新时代演讲稿三分钟(优秀5篇)

演讲是练习普通话的好机会，特别要注意字正腔圆，断句、断词要准确，还要注意整篇讲来有抑有扬，要有快有慢，有张有弛。大家想知道怎么样才能写得一篇好的演讲稿吗？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的演讲稿模板范文，我们一起来了解一下吧。

我眼中的生命演讲稿三分钟篇一

大家早上好,今天我国旗下讲话的题目是《做新时代的雷锋》。

绿色的三月微笑着向我们走来，在这令人感动的季节里，对于离开雷锋时代已46个春秋的我们而言，只能从传颂中认识他，在我的印象中，雷锋有一张永远洋溢着青春气息的笑脸，是一个乐于助人，大公无私，舍己为人的青年，他说：“一个人的生命是有限的，可为人民服务却是无限的，他说到也做到.我想他那灿烂的笑容就是来自为人民的快乐，是一种发自内心的满足。

雷锋走，但他的精神体现着人中至善的一面，因而他赢得世人的尊重，学习雷锋，不是一个口号，更不是一个形式，而是一个个鲜活的事例在生活中现，当我们受挫时，身边的你一个鼓励的微笑，让我们重新鼓起勇气，跌倒时，你伸出援助之手拉我们一把，我们明白你一直在支持着我们。这些都不是什么惊天动地的壮举，但却感动着我们，这或许也是雷锋精神的一种吧!这样的精神让我们感受到一种人文的关爱。

“事实上，雷锋精神以成为半世纪以来对中国人的精神和道德影响最深刻的一种标准”，抚顺雷锋纪念馆总攥搞人霍元斌说：“雷锋精神深深地打上时代的烙印,历史发展到今天，那就是热爱祖国，为人民服务，敬业爱岗，艰苦奋斗和学习

创新。

雷锋精神以成为中华民族传统美德和思想道德的一种体现，而我们也应该有一义务把这种精神继续发扬光大，雷锋日记中有这么一段话：“你既然活者，你又是否对未来人类的生活付出你的劳动，使世界变的更美丽，是呀，我们是否在努力付出我们的劳动，是否知道让世界一天天变得更美丽的劳动，其实就是我们能在自己平凡或不平凡的工作岗位上认认真真做好自己的本职?而绝不是口号式的空调行动。

在学习雷锋46周年的日子里,我思绪飘飞，然而始终萦绕在脑海中的，还是那张年轻的面庞，灿烂的笑容，一个微笑如此永恒，在我心中犹如明灯。同学们，雷锋是一个普通人，做的是一件件小事，我们也是普通人如像雷锋那样坐好每一件小事，我们的周围就会充满关怀和爱，我们的学习就会成功，希望同学们从现在做起，做一个充满爱心，敢于进取的新时代青年。

三月雷锋，永远的光辉。

我眼中的生命演讲稿三分钟篇二

大家好!

大会上作了精彩报告，最令人影响深刻的就是一个“新”字——新时代、新成就、新思想、新目标、新部署、新征程。一个“新”字指引着我们未来的发展道路。

近些年来，我们处处可以感受到生活中新的变化。高楼大厦如雨后春笋般矗立起来，公园像织锦一样铺满了城市，宽广的马路和地铁好似丝带一样连接着角角落落。周围的商场、电影院、ktv越来越多，网上购物、手机支付、共享单车越来越普及，所有这些新的变化都让大家的生活更加便捷，更加

美好。

学校也在发生着新的变化，操场铺上了新草皮，教学楼换上了新外墙，教室装了新空调、电子白板……学校内外焕然一新，让我们有了更加舒适的学习环境。当我们穿上新校服，坐着新桌椅，手拿新课本，学习新知识，感受着新时代的新变化时，内心无比激动，作为社会主义接班人，祖国未来的主人翁，我们一定要努力学习，天天向上，为了“国家富强，民族振兴，人民幸福，实现中华民族伟大复兴”的中国梦不懈奋斗。

但是，新时代还存在着许多不美好。共享单车乱停乱放，草坪被任意踩踏，公共场所大声喧哗……虽然生活变得越来越富裕，但是城市文明还需要不断提升。让我们齐心协力，共同建设富强、民主、文明、和谐的新中国。

我眼中的生命演讲稿三分钟篇三

老师让你演讲，却又不给你题目，这叫无定向演讲，是不是脑洞不够用了？下面是黑洞脑本站小编为你整理的初中的三分钟演讲稿范文，希望能帮到你哟。

在人生的旅途上，我们会穿过许多房间，它们并非只是门和墙的集成体，大门紧闭也未必是一条死路，我们还能为自己打开一扇窗，获取新的空气与阳光。

人生从来没有真正的绝境，有的只是对困境绝望的人。惟有打开奋斗之窗，才能够微笑面对生活，迎来明天的日出。

曾被喻为美国传媒界“金矿”的莎莉·拉斐尔女士也有过失落的生活经历，她尝试投身于各个行业，却屡次碰壁。经统计，她平均每1.5年便会被辞退一次。这意味着一扇又一扇

大门在她面前无情地关上，但从未被击倒的她却打开了一扇属于自己的人生之窗，并且阳光明媚。

美国总统奥巴马曾说过：“如果这个世界上有上帝，那么他能帮助我们的时候也只有在我们改变自己之时。”是的，只要我们走出失败的阴影，上帝关起一扇门的同时也必将打开一扇窗，不要放弃，不要把今天的阴云带上明天的路。

我国第一位获得欧洲体育学博士学位的专家田麦久，曾是国家800米纪录的保持者，但是在一次车祸之后他却再也没能站起来。坐在轮椅上的他迷失了人生的方向，终日将自己关在屋里思索后半生应该如何度过。幸而他终于为自己打开了一扇窗，将对体育的热情投入理论领域，开始攻读博士学位。最后，他成功了，并成为了国家田径队的主教练。正是这位坐在轮椅上的主教练，率领国家队在亚运会上两次夺冠。

奇迹往往始于打开一扇窗后透进来的第一缕阳光，成功之路的第一步往往始于走出大门被关闭的黑暗。恰如德国精神学家林德曼的理论所陈述的那样：一个人只要保持精神上的乐观，便能维持肌体上的健康。生活所形成的往往是一种镜面反射，我们的面庞经生活之镜的反射之后也预示了前方的道路。

君不见李白“放白鹿于青崖间”的旷达，君不见陶潜“不为五斗米而折腰”的清高，君不见屈原“纫秋兰以为佩”的自尊，君不见“竹林七贤士”“邺下放歌”的执着，当功利仕途的大门关起的时候，他们为自己开启了精神独立的窗，人生价值就这样灿烂起来。

请记住，打开一扇窗，翻开人生的新篇章，前方必有“柳暗花明又一村”的景致在守候。

我不爱出去游山玩水，不爱旅行，只喜欢呆在一个小小的世界中，一个不需要太大的地方，就足够了。于是，这个暑假，

我住到了表姐家，那个山清水秀的地方，到处是天籁之音，到处是绿色的海洋。

我常常和表姐一起出去，一起走在山阴道路上，如同在一幅幅美丽的风景画中游走。

晨曦初露，村内到处缥缥缈缈，笼罩着一层轻轻的薄纱，犹如一位羞答答的少女蒙上一层薄薄的面纱，让人感觉神圣而不可侵犯，身披一袭清朗，心系一份执着，一滴滴圆润的露珠似少女晶莹剔透的眸子，默默凝视着那冉冉升起的朝阳，无声地滋润着大地，把清纯透明的吻献给了鲜花，树木和小草，枝头的花朵相继绽放又凋谢。

不久，拂面的清风吹散了薄雾，耳边是潺潺的溪水声，我们来到小溪边，看着流水冲击着石头，是那么清澈见底，鹅卵石粒粒可数，小鱼在水里快活地游来游去。我们伸出手捧了一把水洗脸，凉凉的，让人神清气爽。又是一幅美丽的风景画。

我们来到一片荷花池边，池中荷花千娇百媚，有的亭亭玉立，有的鹤立鸡群，有的含苞待放，有的则躲在莲叶下和我们捉迷藏，水面流淌着淡淡的碧光。

来到村后面的小山，只见青树绿蔓，草盛花繁，一片生机勃勃的景象。蜜蜂从睡梦中醒来，嘤嘤嗡嗡地开始了它一天的工作。蝴蝶也开始展开翅膀，在繁花绿草上翩翩起舞。耳边是蝉鸣鸟叫，麻雀，杜鹃在树上蹦蹦跳跳，自由自在，无忧无虑。

不知不觉当中，我们来到了一片竹山。这里是竹的世界，竹的海洋，不由得让我想起郑板桥的竹石，“咬定青山不放松，立根原在破岩中。千磨万击还坚劲，任尔东西南北风。”进入竹海，雾气飘荡，犹如置身于绿色的云层。那些粗壮的竹子，高大挺拔，直冲云霄。那茂密的青枝绿叶，遮天蔽日。

当微风拂过时，侧耳倾听，仿佛是一曲天籁之音，那舒缓的节奏，雄浑的音色，那是风吹过竹海的竹涛，让我们陶醉地飘飘然起来。

午后，飘起了丝丝小雨，落在脸上，痒痒的，凉凉的。此时此刻，竹笋探出了小小的脑袋，好奇地张望着这个碧绿的世界。“未出土时先有节，至凌云处总虚心。”每当看见竹笋，总是不由得想起这两句诗句。竹枝摇曳，竹叶婆娑，当阳光再次露除笑脸时，斑斑驳驳地洒在竹林间，像一个个跳动的精灵。

在这个梦幻的地方游走，享受着，无疑是最美好的事了。

夏日的夜晚总是很闷，压得人喘不过气来，到澄湖去散散心吧！

悠然漫步至澄湖广场，心中不觉一阵清凉舒爽。被水滤过的空气，渗进了我的肺中，再一次唤醒了那已沉睡多时的大脑。缓慢搏击的血管贪婪地吸收着新鲜的氧气，跳动的血液欣喜地四处乱窜，向身体的每一寸肌肤、每一根骨骼、每一条神经传递着生命之声。

目光自然地投向远方，一条威武壮观的水龙正腾空而起，旋转的身体带动起一阵龙卷，在霓虹灯的映照下放射出五光十色的彩虹之光，令人眼花缭乱。升腾至顶部，犹如一颗水雷被投进水中，整条水龙的身体崩裂了，一丝丝细微的水线编织成一块巨大的水帘，向人们铺天盖地的拂来。“呼”，仿佛是风之精灵和水之精灵带来的礼物，在被水帘穿透的一瞬间，身体仿佛来到了舒适的春的世界，令人感觉连心都开花了！浸湿的灵魂变得轻飘飘的，畅快淋漓的在天空中自由飞翔。我一阵晕眩，原来当个天使的感觉这么棒。

镶嵌在地面上的光滑的鹅卵石仿佛也有了生命，穿起了华丽的衣裳，开起了夏日晚会。变幻着、闪烁着，鹅卵石们像一

一个个小顽童，欢笑着、奔跑着、跳跃着，为我的脚部做着舒适的按摩。我也不由得随着他们的节奏舞动起来，有如一只轻快的夜莺，自由翱翔，快乐歌唱。

不觉中已置身于竹林，青绿的翠竹在暮色的点染下，以明月做纸，黑夜为笔，用清晰的竹影构造出一幅极具浓郁的中国风味的《墨竹图》。一杆杆竹子仿佛是清纯的少女，在这个舞台上若隐若现，若即若离。

我仿佛穿越时空，来到了古代，在不经意之间，我已经领略了中国传统的古典之美。

坐上小船赏景，眼前别是一番风味。湖中一个与岸似断似连的小岛，仿佛是一只浮出水面的巨大乌龟，高耸的龟壳边缘上，一排排的柳树在向我迎风招手，摆动的柳条仿佛是滑顺的头发，拂水而过，一幅活灵活现的《少女洗梳图》便呈现在我眼前。岛上的各种游乐设施上站满了嬉戏玩耍的孩童，欢笑的声音回荡在空中，空气也好像被感染了，“咯、咯、咯”地笑了起来，整个湖面似乎也洋溢着喜庆的气氛。

小船随微波荡漾，我感觉自己的心也融进了这江南水乡之中……

我眼中的生命演讲稿三分钟篇四

大家好！

当我进入-后，才算是真正的走入了大学生活。在最初的印象便是军训，虽然被折磨的苦不堪言，但终究也是过去了。军训的结束，也意味着大学生活真正的开始，原先在不知不觉中，我已经是个大学生，和我幻想的也并不相同，因为与过去没有过多的不一样，只是每一天奔波于“宿舍—食堂—教室”间。可是与高中不一样的是没有教师的束缚。事实上此

刻课程的强度与高三没什么区别，这更与我眼中的大学有了分歧，可是这样的生活也是蛮充实的。在人生的道路上，你停步不前，但却有人不停地赶路。应对当今社会就业的压力，我们并没有理由选择挥霍青春。难道悠闲的大学生活才是我眼中的大学，我想不是的，我已由向往简便大学生活的感知转化为期望在有限的大学生活中吸收更多知识。

所以此刻我眼中的大学生活应当分为四个阶段：生活、学习、恋爱、展望。[由整理]大学生活是独立的，不被干涉。每个人都有自我独立空间，有时难免会无聊、寂寞。这时应当展望未来，为将来的生活作打算，便不会忙忙碌碌一天一无所获。也应当珍惜宿舍生活，人生中难得有机会与同龄人生活在一齐。这不仅仅是缘分，也是我们彼此锻炼人际交往的机会。

大学的学习，是中学所不曾拥有的，没有教师的督促，全凭自觉、自主、自立、自律、自省。在大学里分数不完全代表着一个人，它只是考评学生的因素之一，有更多的机会，将自我的本事展现给别人。

有人说没有谈过恋爱的大学，不算完整的大学生活，但如果由于无聊才去，这样的感情也注定是失败的。又或者为了拥有完整的大学生活而去恋爱，那么也会来的快去得也快。所以我觉得遇到了真正的感情，才去开始一场感情，可能才是明智的选择。

在大学我们理应为将来的生活而打算，时不时的憧憬未来有益于今日更好的提高。大学时光才刚刚开始，未来长路漫漫。大学只是人生的一个阶段，但完善自我人生中的每个阶段，那便是美丽人生了。

大学是一座象牙塔，也是一条路，一条用我们汗水与努力走向成功的路，珍惜眼前的生活，珍惜美丽的大学生活。

我眼中的生命演讲稿三分钟篇五

大家好！

人生的自由源于内心的自由，在于自己的内心不受利益的束缚。真正的自由是由内而外的。

要自由地生活，你需要从书中汲取营养。让书籍创造精神自由，生活会更加无拘无束。当人们从百家争鸣中领悟人生之道，从秦赋中寻求人生的顿悟，从唐诗宋词中探讨人生的雅化，智慧开始打开人们封闭的精神世界，让人们随意的思绪在精神的天空中飞翔翱翔。当人们从陶渊明的《桃花源记》中想到隐逸的情怀，从梭罗的《瓦尔登湖》中拾起自然的脉搏，精神开始变成灵鸟，自由地标榜自己的翅膀，俯视生命的大地。只有收获书中的智慧，放下书中的精神，人才能懂得自由自在的生活，不为形式而战。

当我们的的心在草原上驰骋，当我们的灵鸟在整个大地上飞翔，当我们的耳朵安静时，我们可以像奔腾的黄河一样流淌。

谢谢。