

# 医生即兴演讲稿三分钟(汇总8篇)

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。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面是小编帮大家整理的优秀演讲稿模板范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 医生即兴演讲稿三分钟篇一

我今天要演讲的题目是节约用水。如今，节约用水已经成为当务之急，重中之重。如果我们还一味的继续浪费下去，20\_\_年，北京就会陷入缺水之中。

国家水利部副部长鄂竟平在刚刚结束的全国节约用水工作会议上指出，由于人口的持续增长，到2030年中国人均水资源占有量将从现在的不足两千两百立方米降至一千七百至一千九百立方米，需要用水量接近水资源可开发利用量，缺水问题将更加突出。

中国是一个严重干旱、缺水严重的国家。淡水资源总量为二十九万亿立方米，占全球水资源的百分之六，仅次于巴西、俄罗斯和加拿大，居世界第四位，但人均不足两千两百立方米，仅为世界平均水平的四分之一、美国的五分之一，是全球十三个人均水资源最匮乏的国家之一。

全球现有十二亿人面临中度到高度缺水的压力，八十个国家水源不足，二十亿人的饮水得不到保证。中国属于缺水大国之一，人均淡水资源为世界人均量的四分之一，居世界第一百零九位，属于全世界十三个严重缺水国家之一。全国六百多个城市中有一半以上城市分别有不同程度缺水，其中严重缺水的有一百一十一个。全国城市缺水总量为六十亿立方米。

节约用水是人类的一场持久战，也许你回说：“节水是政府的事，就算我有心去做，也没有那能力。”其实，并非只有那些轰轰烈烈的大事才叫做节水，我们身边也有许多我们可以做的事情，看到没关紧的龙头把它关上；刷牙时用杯子接水，杜绝长流水；洗脸洗脚用盆；把广播中的节约小窍门告之家长，这些，都是你可以为节水做的。

不要以为地球母亲依然精力充沛，能量无限，她现在正渐渐地失去力量！积羽成舟，滴水成河，只要我们携起手来，共同努力，就一定能让我们唯一的地球母亲更健康，更年轻，也更加健壮！

## 医生即兴演讲稿三分钟篇二

大家好！首先请允许我做一個简短的自我介绍。我是来自经济系国贸1033班的尹阳平。很高兴能够站在这里，下面是我的演讲，主题是我的梦想。

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家上午好！

梦想是我们给自己铸造的一座城池，是我们奋斗的最远的目标。听过马丁·路德·金慷慨激昂的演讲——《我有一个梦想》，让每一天听众心潮澎湃。他的梦想是如此的伟大，而我的梦想没有他那么的伟大，但是我坚信每一个人的梦想都是神圣的、值得尊重的。

天行健，君子以自强不息。青春无畏，行者无疆。让我们扬起生命的航帆，向梦想进军！

谢谢大家，我的演讲完毕。

## 医生即兴演讲稿三分钟篇三

大家好！

大学生活是多姿多彩的，但也需要我们去把握和深入体会。有人说：“平凡的大学生有着相同的平凡，而不平凡的大学却有着各自的辉煌。”但，你可以选择平凡，但却不可以选择平庸；可以的话，相信谁都想不平凡。那么，怎样才能使自己的大学生活充实有意义，怎样做主自己的大学生活呢？我随便谈谈个人的几点观点。

首先是要确立目标和计划，放远目光。古人有“志当存高远”，没有目标便没有前进的努力方向，也毫无动力可言。计划目标，又可分为近期和远期。如近期我要看完多少本书，这一个月我要学懂什么知识，假期有什么实践打算等等。

第二，是要放远眼光，是指不被暂时的情绪和心情所拖所沉溺，要成就大事业，就必须大事抓紧，小事放松。如，不要被上网玩游戏等所带来的满足感所一直沉溺，孰不知，暂时满足的背后的更大的空虚。相信大家都有这种体会。

第三是树立就业危机感。我们总是在怪自己自控力不强，没有上进的动力。孰不知是自己的意识上没有清醒。

好了，我今天的演讲也到此为止了。最后，只上一句话：路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。是的，送给我自己，也与大家共勉！

谢谢。

## 医生即兴演讲稿三分钟篇四

大家好！

## 一、强势的工作风格

每天早上过来，你在想：我有没有好的客户可跟；如果没有好的客户可跟，那我今天该不该出去；我是不是只能指望手头上不多的几个质量好些的客户。

客户部出的单，不管是什么级别的，都需要sales去验证，没有可能在电话里就完全了解清楚对方的情况。我们的产品没有用友、金碟那样高的知名度，我们是在销售自己。

也有一种sales为每天早上打电话约不到客户而高兴（也许是潜意识），这是一种在困难面前退缩的表现。

如果单纯按客户部打出的单上写的联络人接洽，则会漏掉很多机会。原因在于客户部的小姐在电话联络时，了解的信息不一定完整，也不一定正确。比如：客户接电话的人不一定了解事情的内幕；电话里也不一定可以得到老板的电话号码等。

强势的sales应该拜访完单上所列联络人之后，在前台不走，同前台小姐了解很多情况，如“老板大多什么时间来厂”“你们公司福利情况如何”等等，了解到这些情况之后，可以在合适的时间直接去老板办公室（“这个项目我同你公司某某谈过，他说做不了主，要和您直接谈才可以”）。如果所谓的联络人不配合你，那你就绕着他，直接往下走。

要学会引导客户。如果联系人告诉你会将你公司的情况反映给老板，可能你等两、三周之后还没有回音。常规的跟单方法根本无法将我公司同其他软件公司的差异化体现出来。sales要同联系人搞好关系，搞好本身的包装，并在此基础上创造机会让经理同老板见面。

不上门去你如何得到这些信息？其他软件公司的sales出去三天半，你出去五天半，你在时间上就占优了。

这是强势销售风格的问题，不具备主动进攻性的销售经理，就不是一个优秀的销售经理。只有这样才能体现出我们同其他软件公司的差异，这就是真正的fyming团队精神。

## 医生即兴演讲稿三分钟篇五

永远让心中充满期待，永远让梦想与未来相连。我们的心是一首纯净浪漫的歌，是一条五彩缤纷的丝带，是一个跳动不息的音符，是一个充满希望的未来！

带着尘土飞扬的道路，对青春的憧憬，对多彩梦想的追求，我们终于走到了一起。面对未来和自我的挑战，只有让理想在这里飞翔，青春才会变得丰富多彩！

青春如梦，岁月如歌，时光不逝。怎么才能拿回来？青春是人生中不可磨灭的插曲，注定“不平凡”。它需要我们用灵魂和智慧去解读它，它需要我们用勇气和信心去充实它。当我们收拾好行囊，来到象牙塔平顶山的时候，是我们展现青春，舔色的时候了！

人只活一次，生命本来就脆弱。但是有了理想的支撑，生活才能变得强大。正因为如此，我们走过的漫长而荆棘的路，并没有让我们感到难过。我们用辛勤的汗水驱散痛苦，用坚定的信念在崎岖的路上铺就了一条通向理想的平坦之路。我们要学会珍惜这里的一切，在风雨中成长，在坎坷的泥泞中奋斗，在惊涛骇浪中奋进，在浅滩暗礁上开拓。我相信美好的生活是熊熊烈火。

在生活中，我们可能面临“占有”或“感知”，但无论如何我们必须选择后者。青春的价值不在于每天忙碌或无所事事。它需要我们用心去体验和感受，用理想去选择和培养自己。人生就像一个坐标，时间是纵轴，理想是横轴，人生的目标在这个坐标上运动。生活就像向理想迈进了一步。每一步都会留下不一样的印象，让我们书写人生不一样的篇章！

让我们敞开美丽的心扉，让理想飞到别的地方，不要让理想随着时间的流逝而消逝。用青春去敲打生活的. 音乐，相信每一个音符都会是一个理想的归宿！青春梦想演讲！理想是勤劳的人画的画，是智慧的人开辟的天空，是劳动者用汗水和汗水养的花，是执着的人用心培育的情怀！

让青春和梦想成为齐飞

也许你在为生活中的得失而挣扎，也许你在痛苦的边缘徘徊，也许你一直在努力等待，也许你失败了，但请记住，其实这些都很重要，重要的是我们有青春，我们有梦想！

有梦想的青春简单快乐。有梦想的青春在奋进。有梦想的青春，无所畏惧，所向披靡。

来吧，用梦想的翅膀托起青春的心，让青春和梦想成为齐飞！

## 医生即兴演讲稿三分钟篇六

大家早上好！

曾看过这样一段话：小鸟说：我从天空中飞过，但天空中没有留下我的痕迹。泰戈尔说，天空中没有留下我的痕迹，但我已飞过。同样的状况，却有两种不同的态度，相信后者的态度更能赢得大家的认可。其实生活是一面镜子，你对他笑，他就会向你露出笑脸，你对它哭，那么你最终只会收获沮丧的心情。这就是我要演讲的——乐观的生活态度。

相反的，正如我们熟知的林肯先生，在遭受24岁经商失败，26岁爱人死去，27岁精神崩溃，中年时代多次竞选参议员和副总统，却均以失败告终，可面对如此多的打击与磨难，他始终没有放弃自己的梦想，而是以积极的生活态度应对这些不如意，最终他成为美国第十六任总统，正是这积极乐观的生活态度，让林肯最终实现自己的理想。

相信，假若没有积极乐观的生活态度，摔残肢体的桑兰，高位截肢的张海迪，生命中没有光明与黑暗的海伦—凯勒，他们同样不会有灿烂的人生，也就不会赢得世人的尊重与赞美。

亲爱的朋友们，虽然我们无法预知下一秒会发生怎样的事情，但相信只要我们持一种积极乐观的生活态度，我们生活一直是快乐的。所以，即使有一千个理由哭泣，也要为自己找出一万个理由微笑，这样，我们的生活就会充满更多的阳光和快乐。

## 医生即兴演讲稿三分钟篇七

爱岗敬业是人类社会最为普遍的奉献精神，它看似平凡，实则伟大。

一份职业，一个工作岗位，都是一个人赖以生存和发展的基础保障。同时，一个工作岗位的存在，往往也是人类社会存在和发展的需要。所以，爱岗敬业不仅是个人生存和发展的需要，也是社会存在和发展的需要。爱岗敬业应是一种普遍的奉献精神。

“爱岗敬业”是直属大队xx年工作的一个重点，直属大队也多次开展“爱岗敬业”主题教育活动，以此来进一步提高全体干部队员为人民服务和集体主义精神的认识，树立良好的道德观念，提升每一个干部队员实现自我价值、干好行政执法工作的内在动力。

我认为，“爱岗敬业”的实质就是脚踏实地，真抓实干，一步一个脚印地做好工作。抓“爱岗敬业”教育，不光是嘴上说说，应该从思想上提高认识，以新的思想、新的姿态投入到工作中，牢固树立“爱岗要敬业、敬业要精业”“干一行、爱一行、精一行”一步一个脚印的做好工作，增强工作责任感和主动性，高标准、高质量地做好各项工作，不断提升城市管理行政执法水平。毛泽东同志曾经说过：“政治路线确

定后，干部就是决定因素。我们的事情能不能办好，既定的任务能不能如期完成，关键在人。”所以“爱岗敬业”的精髓是做好工作。

做好工作就是通向高山之巅的阶石，缺少了这样的阶石，就会走弯路、摔跟斗，甚至半途而废，所以只有甘于并善于一步一个脚印地做好工作，我们才会认识到以往工作的不足，提高认识，改变方式放大，我们才能取得真绩实效，才能把城市管理行政执法工作不断推向前进。

一步一个脚印地做好工作，反映了辩证唯物主义和历史唯物主义的科学精神。马克思主义认为，人类的一切实践活动，总是受到客观条件的制约和客观规律的支配的，只有认识规律、把握规律、按照规律办事，才能有效地改造自然、改造社会。但这不是一蹴而就的，而须经历实践——认识——再实践——再认识这样一个循环往复的过程，需要有科学的态度和不懈进取的精神。

一步一个脚印地做好工作，就要一切从实际出发，立足实际，脚踏实地。这就要求我们必须注重研究自己所在部门和单位的实际情况，根据自己的特点，制定目标措施，明确方法步骤，把上级的方针政策同自身的实际结合起来，创造和掌握实情上下功夫，努力使本部门、本单位的实际情况了然于胸。

1、我市目前高额限养的政策已不适应目前少数居民的实际需求。

2、犬类管理执法工作缺乏司法保障，取证设施和执法工具落后，现行法律、法规对犬类管理执法实际工作中的具体措施可操作性差。

3、执法过程中主要突出存在的“三难”问题。

一取证难；



二是有犬无人，造成多次上门，执法效率低；

三是，执法阻碍执法、妨碍公务时有发生。

但我大队没有因为碰到这些问题而退缩，通过执法过程中的所碰到的这些难点问题，多次组织人员通过提“金点子”、组织座谈，各有关部门协调等办法，讨论研究对策，在相应的法规没出台前，自己研究可行性办法，缓解了矛盾。大队通过一调整犬类管理执法人员，增强犬类管理分队的力量，集中优势队员实施早晚时段内对主要道路、窗口地段、公园和市民练身较为集中的场所进行巡查，严格控制早晚遛犬的现象。

二积极联合相关管理部门和当地街道、公安派出所、公安九大队等，推行犬类执法进社区的工作，逐步将犬类执法工作推向全市各街道、社区(小区)。把犬类执法作为与社区共建的工作抓手，转变观念，形成相关部门相互配合、齐抓共管的执法工作机制。使犬类执法难的问题出现转机，得到了广大群众市民的支持。并通过一是改变了工作方式，从常规操作的一把铁夹上门，见犬就捕，到持录音笔上门，重在取证、重在整改，充分尊重相对人的选择权利，充分体现了文明执法。

二是，避免了矛盾的正面冲突，贴近群众，面对面的搞宣传、讲法规，亲和互动，充分体现了行政执法工作以人为本的指导思想。三是，执法成效明显，威慑力强，成效大，大张旗鼓贴通告，搞宣传，形成强大的舆论导向，发动群众参与，查处工作一视同仁，充分体现了公正、公平的执法原则。

三是改善了捕犬装备和设施，我们购买捕犬专用的网枪，改变目前用木棍、铁钳捕犬的落后状态，同时考虑到在捕犬中不致造成犬只的损伤，使群众和犬主能易于接受。我们还制作捕犬专门的网兜，在执法中允许当事人主动将犬只抱入犬笼中，避免了捕犬钳对犬只造成的伤害，体现了亲民执法管

理的理念。

一步一个脚印地做好工作，还要有端正的态度和扎实的作风。一方面，对于已经确定的目标、看准了的事情，就要咬定青山不放松，聚精会神一抓到底，力求每一项工作都抓出成效，每一件事情都有着落，努力保持工作的一致性、连续性；另一方面，要善于抓主要矛盾，把工作的重点放在影响当地发展和人民群众迫切需要解决的突出问题上，攻坚克难。绝不能图省事、嫌麻烦，更不能避实就虚，避重就轻，只愿抓一些驾轻就熟、省时省力的事，甚至热衷于做形式主义的表面文章。干事业、做工作，倘若没有越是艰险越向前的精神，缺乏扑下身子、埋头苦干的劲头，那是不会有什么好结果的。

空谈误国，实干兴邦。只要直属大队上下始终坚持求真务实的精神，认清自己肩负的担子，热爱本职、谦逊谨慎、注重团结，勇于改革、努力提高执法业务本领，一步一个脚印地做好正在做的事情，我们的行政执法工作一定能够蒸蒸日上。

他们对国际合作这种深厚的感情，我们理解；对于他们坚持在国外工作的举动，我们支持。因为暂时分离使得我们更加的懂得关爱、更加的懂得珍惜和感恩。

张起云董事长在曾经的获奖感言中的一句话让我至今感动。他说，感谢我的员工，是你们的付出，使合作公司越来越强大。而今我想代表众多的家属说：感谢公司，是你们让我的家人找到了个人发展的平台，不仅仅是物质上的富足，更多的从精神上找到了归属感和成就感。

再次谢谢公司的关怀！我们会一同走的更远！

## 医生即兴演讲稿三分钟篇八

大家好！

记得张晓风的一个故事，她去买水果，只挑了两个比较小的，成色一般的。店员就非常奇怪地问她为什么不挑几个好的，大家都在争着挑好一点的水果呢。而她，只是一笑置之。之后，她写道，只是偶尔起兴想买几个水果解解口渴，何必要挑那么好的呢，自己够吃就好。需要与人竞争的事太多了，不必连买个水果也与别人争吧。

我当时看了这篇文章，心里一丝窃喜。原来，她与我一样。我的体育不好，准确来说，是短跑不好。第一是因为膝盖有伤。第二，则是我根本不想跑那么快。所以，从来也没有挑战过自己速度的极限。只要合格就好，这是我对自己的要求。

所以我跑步的时候，永远都是注视着周边的人，我从不直视着终点，因为它对我而言，并没有实质性的意义。我只是想享受这过程，看看别人努力的姿态。谁赢谁输，并不重要。

周围人总说我没什么上进心，永远混迹人堆，却总不会掉队。这就是我，一个没有竞争意识的我。失败了？没关系，还有下一次。成功了？加油，这次表现得不错。我就是这么过了十六年的。

小时候经常和别人吵嘴并且非在嘴上胜了别人不可，越大越觉得，生活的意义不在于输赢，而在于宽容和自由。这样的生活使我觉得快乐。不管你选择怎样过，生命的长度不会因此而改变。