

陪伴演讲稿三分钟(优质7篇)

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。大家想知道怎么样才能写得一篇好的演讲稿吗？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看看吧。

陪伴演讲稿三分钟篇一

在人生的道路上，风风雨雨，有几朝能见彩虹？但在我的生活中，几乎天天都能见到最奇丽、最耀眼的彩虹。这条彩虹是甜的，是陪伴我的彩虹糖。

这颗彩虹糖就是我的弟弟——同同。他也是咱家的乐天派，说一些“无理取闹”的话，逗我们一家人开心，是我生活中一个不可缺少的角色。因为有了这颗彩虹糖，我才过得无忧无虑，自由自在。

我最喜欢在小区里游荡，听小鸟明亮的金嗓子，看小草随风舞动的身躯，闻小花芬芳的花香，感受风姑娘轻柔的抚摸。好一个诗情画意的世界！

记得那天，我和同同在水池边玩。玩了一会儿，累了，就在水池边的长椅上坐下。同同靠在我的肩头，拿着玩具自言自语着。望着清澈的河水，有几团黑色的球在水里游动——是小蝌蚪！我兴奋极了，一边吩咐同同盯着蝌蚪，一边小跑着去家里拿网兜。

我拿两个网兜和一个吊桶，见同同正睁着水灵灵的大眼睛盯着蝌蚪，聚精会神，把注意力全都聚集在眼睛上。我悄悄地给了同同一个网兜，于是慢慢的把网兜伸进水里，慢慢的，慢慢的贴近了“大头娃娃”……我手腕一弯，一条“大头娃娃”就上了钩。渐渐地，吊桶里黑乎乎的小可爱多了起来。

可我已经腰酸背痛，这样下去可不行！

哦，原来这小家伙是这心思！想让我走水里去捉更多的！

我也看到那只即将变成青蛙的大头娃娃，肥嘟嘟的，很可爱的，我很想捉住它。于是卷起裤腿儿，下水捉蝌蚪，又捉了好多只。我偷瞄他一眼，正在那儿心满意足的笑呢！

最后，我们都心满意足了，我拎起吊桶，刚想满载而归，牵着他的手“凯旋”，同同却拉住我说：“姐姐，把小蝌蚪放回去吧！把它们放在家里会死掉的，好可怜呀！我们就当高兴高兴好了！”这时，我突然觉得自己练一个六岁还没上小学的小孩儿都不如，真的很惭愧！

同同，有你陪伴，我得到了欢乐，得到了亲情，你也教会了我许多我已淡忘了的道理。有你陪伴，我永远也不会孤单！

陪伴演讲稿三分钟篇二

邀一轮明月，携一缕清风，品一盏香茗，手捧一卷书，任思绪畅游在其中。

千年的蒹葭散发着幽香，细品纯朴的民风；杨柳岸晓风残月的美景，铭刻着分手的惆怅；花落人之红楼梦断，感慨有情无缘的爱情。一路走来，有书陪伴，于是丰盈了青涩的青春。

蒹葭苍苍，曲不哀

秋更深了，寒露更浓了，河边一丛丛芦苇迎风招展，白色的花絮上有晶莹的露珠在闪烁，好似少年盛开的心事，纷乱而又单纯——远处俏丽的身影飘然而过，少年沿河追溯，可是河水汹涌阻隔，只能朦朦胧胧地看到她的衣裳飘在风中，转眼间她隐约在河的中央。河水无语，岸边伫立着一个期盼的

身影，任凭冬去春来，日复一日，年复一年，甘愿化为河底柔柔的青草，守候在她脚下的柔波中，伴着日出日落，潮涨潮汐，始终守望着心中的那份美丽。

晓风残月，更与何人说？

晓风习习，疏柳萧萧，一弯残月高挂杨柳梢头。这是哪里？我身处何处？一丝蝉鸣，是那般的无力。对了，我已离开的京城，昨日已经告别了朋友，此处是异地他乡。寒蝉声再起，这个冷落的清秋啊！何时才能执子之手呢？从此天涯永隔，美好的年华只有长久的空寂与思念中度过。“杨柳依依，今我别昔”，离别的绝唱唯有“晓风残月”。

红楼梦断，何处是香丘？

姹紫嫣红的大观园，隔断了世俗与肮脏。可贾府的衰落是不可逆转的，小小一园不可避免悲剧的上演。十二女伶的“离乡怨”，林黛玉的“潇湘馆”，薛宝钗的“恨无缘”，直至贾宝玉悬崖撒手“遗红怨”。理想与现实在此冲突，现实多弊却根深蒂固；理想难行却矢志不渝。可柔弱的理想如何改变黑暗的现实？“质本洁来还洁去”吧，“一杯净土掩风流”何处是香丘？手捧一卷空余满腹惆怅，唯有掬一把热泪洒与闺阁之中。

陪伴演讲稿三分钟篇三

人生是一次旅行，总有一些风景陪伴你走过一段历程。没有永恒，有些事物总是来了又去，去了又有。一路上，陪伴的人不少，却没有谁能陪我走向旅程的终点。只是，曾经有过，现在拥有，未来却无法预料。

那些曾经出现在我的生活里的人儿，那些曾经发生在我生活里的事情，陪伴我走过那段曾经的岁月。我知道，那只是

曾经。旅行的路上，不能贪恋于眼前的风景，因为后面的风景也许会更迷人。他们只是生命中的过客，终有一天，他们也会朝着自己的人生方向，离我远去。只是，在我们短暂的相处中，我们找到了在单人旅途中无法得到的美好。这些美好，确确实实存在过，只是不能陪伴我一路旅行，因此，他们成为了一种回忆。也就是这美丽的回忆一直陪伴着我。

回首之前走过的路，回望身后越来越远的风景。我会遗憾、会后悔、会感动、会不舍。但是，我不能总想着过去，因为过去的回不来。我只能不停地往前走，我必须去寻找更多不同的风景，就算曾经的风雨再怎么让我不舍，我也不得不放弃。有时候，放弃会是一种更好的选择。我带着憧憬的心情和回忆继续我的旅行。在没有遇到更美好的风景之前，我还是会留恋于我的回忆。却不再那么想要回去了，我清楚地知道，生活还得继续。回忆只是一中陪伴，只要它一直陪着我，我就至少不再那么孤单，因为想起曾经，还是那么美好。

我就在回忆的陪伴下，遇到了更迷人的风景。我想，这次我应该会对那一定会逝去的风景，不再那么的固执地挽留了。之前走过的路程，我没懂得珍惜，使我在离开时感到茫然失措。我不再重蹈覆辙了，人生有几次能让你错过。我必须把握住现在的时时刻刻，珍惜眼前的点点滴滴。因为现在的风景，也会成为将来的回忆。我不想在未来重温旧梦时，感到遗憾和后悔，就像现在，我对曾经留下的回忆已经无法完全拥有一样，我只能在风景还未消失，人还没离开之前，好好珍惜这些美好，曾经没有过，将来也不一定会有。只求在我真的离开一处风景后，还有回忆陪伴着我。

人生之旅漫长且多姿多彩。在你还没路过之前，你永远不会知道它是什么样的。在你已经路过的行程，你也只是知道并经历了。虽然它属于你，却是属于过去的你，现在的你拥有的只是对过去的回忆和想念。

旅行途中，你见过的风景，尽管没有永恒，尽管换了又换，

却是你一路上不会失去的。这些不一样的风景，和你的回忆一起，陪你走过了美好又残忍的年华，陪你经历了得与失，陪你到人生的尽头，旅行的终点。

陪伴演讲稿三分钟篇四

清晨的缕缕阳光从我的发丝笔直地倾泻下来，我捧起书好似看到很久之前我满手捧起的美好时光。

想起年幼的时候，总喜爱捧着注音的童话故事。费力的拼读着，眼神里闪着无比耀人的明亮。我认为那翻开书时崭新的墨香是那样的迷人。翻开了，我就翻开了一个美丽的故事。里面只有纯洁的美好，所有的结局都是美丽的。无论多费力的读完一本书，但在最后我都喜欢大声的告诉母亲：白雪公主和王子过上了幸福快乐的生活！阳光照耀得我的脸庞无比的快乐。那书香就陪伴着我进入每一个梦乡。梦醒了，我已告别了做梦的年代。但那书香却越加浓烈的陪伴着我的少年。我开始思考于梦想与现实。阳光依旧灿烂得炫目。我还是一样热爱读书，从那白纸黑字中我开始学会分辨人间的是是非非，美恶善丑。我看着别人的故事，投入自己的情感，真切感受着喜怒哀乐。虽然懵懂，但我依旧热爱着那清新的墨水的香气。那书本煽动时的香气，使我陶醉。伴随着那书香，我开始领悟人世间的美丽。那不仅仅是知识，还是真善美。

时光不留分说的流走，我已经渐渐踏向成熟。夕阳的光彩笼罩着我的房间暖黄。我放下手中握得发热的钢笔。房间里充满着钢笔水的味道。我依旧热爱着读书，成长的时光中我开始懂得了表达，我开始写着我自己的故事，让别人感受我的喜怒哀乐。我叙述着属于我的青春的故事。夕阳如血，交织着云朵，那古老的城墙内敲响了一阵晚钟。伴随着那阵阵书香。

多少个年年岁岁，就那样不经意的从我手中溜走，改变了许多的许多。但是不变的依旧是那对书的热情。看着自己那成

排成排的书柜，我终于明白了。原来书教会我的不只是知识，还是做人，生活的道理。我闭上眼，最后一缕阳光那样的灿烂，仿佛在对我微笑。

书香伴我成长。

陪伴演讲稿三分钟篇五

各位同学、老师，你们好。今天我演讲的题目是《感恩父母》。

流年似海，当曾经的过往被遗忘，当曾经的允诺被风化，当生命饱经沧桑，母亲依然是迷人的梦境，父亲依然是沉默的汪洋。无论你身在何地，心在何方，有两个人始终占据着你心底最柔软的地方。他们愿意用生命去爱你，这种爱允许你肆意索取与享用，却不需任何回报。他们就是我们至亲至爱的父母啊！

流年似水，亲情的味道，源远流长。星落凡尘，斑白了双鬓；碧水荡漾，蹉跎了青春。从婴儿的“呱呱”坠地到哺育我们长大成人，父母的关心和爱护是最博大最无私的，吮着母亲的乳汁离开襁褓；牵着父亲的手迈出了人生的第一步；在满满的幸福中酣然入睡，在无微不至的关怀中茁壮成长。父母为我们不知付出了多少心血与汗水，寄托了多少个日日夜夜，才使我们在这个五彩缤纷的大千世界里，体会着人生的冷暖，享受着生活的快乐。父母的爱如冰清，如玉洁，深沉如海，恩重如山。对这种比天高，比地厚的恩情，我们又能体会到多少呢？当我们不再牵着父母的双手时，是否知道他们的双手已长满老茧？当我们不再依偎在父母怀里时，是否知道他们的面庞已满是皱纹？这些都是岁月留下的痕迹啊！有了这，才有了我们这似火的青春啊！

这时，我想到了感恩，鲜花感恩雨露，因为雨露滋润他成长；苍鹰感恩长空，因为长空让他飞翔；高山感恩大地，因为大地

让他高耸。因为感恩才会有这个多彩的世界，因为感恩才会有真挚的亲情，因为感恩才让我们懂得了生命的真谛！

现在的人们总是对国家有着这样那样的抱负，但是却很少对父母尽孝，对父母之孝是对国家之忠的根本，没有实现对父母的孝道就很难完成自己的理想抱负。我们也会有为人父母的一天，我们不希望自己孤度终老，那么从现在起，关心自己的父母，尽可能的为他们多做些事，为下一代做好榜样。

谢谢大家！我的演讲完毕。

陪伴演讲稿三分钟篇六

如果书是一座文学大宝藏，那么读书便是打开这座宝藏的路线图和钥匙。我会在读书的乐趣中，积累智慧，丰富我的智慧。下面是小编带来的让阅读陪伴成长演讲稿，仅供参考。

书，被人称为“知识的宝库”，这个比喻，感染了我。

在我的脑海里，有许多闪闪发光的星星，每颗星星里都有我读书的经历，恰似一幅流光溢彩的图画，也似一湾连绵不断的泉水。

妈妈告诉我，在2、3岁的时候，妈妈给我买了一本“小画片”的书，书页上有五彩斑斓的景象，打开书里面有很多的水果或食物，我看见了就抱起书往嘴里塞，妈妈见了在一旁笑我。

开始我看的津津有味，天长日久，我就觉得没意思了。

有一次星期四的时候，我看《水孩子》忘了写作业，妈妈知道后狠狠的说了我两句，叫我再也不要这样了。我想：读书

有什么错，再说你小时候还没有我这样刻苦，你还来说我呢，真是的。虽然妈妈说以后再也不要这样了，但是我还一直坚持每天睡觉前看一会儿书。

对了，我还读了一些作文书。

有一次，妈妈给我买了一本《出色作文》，我拿到手上一看好厚好厚，我翻开一看，有好多篇，一篇都有3、4页，真是千篇一律。其实，我不喜欢作文，但我的作文水平还是不错的。过了一段时间，我慢慢的爱上作文书了，因为它可以扩展我们的想象力。

这就是我目前的读书经历，我想以后我也一定会坚持下去的，我一定会坚持下去。

从小我就爱读课外书。只要一拿到书，我就废寝忘食地看不停；一进书店，我就想妈妈撒娇要买书。长大后，我简直就成了一条“书虫”，每天的钻进书里咀嚼书的美味。

我还记得，在四年级的一天，妈妈给我买了我很想看的、一本名叫《芝麻开门》的书。我欣喜若狂，开心地手舞足蹈。急忙打开书一页、两页……我如一匹饿狼，贪婪地读着。我津津有味地读着。时间也在这快乐的时光中悄悄溜走了。一转眼，天黑了，吃饭时间到了。妈妈喊了我几声，可我却只是嘴上答应着，身体一动也不动。过了一会儿，妈妈已经是怒气冲天了，她三步并作两步走到我身边，刚想训斥我一顿，却发现我在看书，便轻轻地对我说：“子涵，吃饭了。”可我这时正沉浸在“张天与老师和同学们发生的一些好玩的事情中”，一听妈妈来了，连忙放下手中的书，说：“是的，长官，我这就去吃饭。”说着便恋恋不舍地吃饭去了。妈妈看我这模样，便笑着说：“我们家在这书虫要想丢书可是不可能的事喽！”还有一次，我从哥哥家中拿来了许多好看、好玩的书。而在这其中，我最爱看的是一本小说——《海蒂》。

这本书，我已翻阅了十几次，可还是百看不厌。这本书主要讲了小女孩海蒂用一颗真诚、善良、热情的心使爷爷又对生活有了希望，又帮助一个半身不遂的富家女恢复双腿行动的故事。当读到海蒂在富家女克拉拉家中因思念爷爷而哭泣时，我的心为之震动，我也差点随之哭泣了。当我读完这本书时，我还不时推荐同学、朋友们看这本书，她们可还都纷纷说这是一本好书呢！

我喜爱阅读的热情是无法扑灭的，因为阅读增添了我生命的颜色，我的生命也因阅读而多姿多彩！

我非常喜欢读书，读书给我带来了许多好处，我读的书很多，每读一本书，都会令我受益匪浅。

我把我读的书分为三类，有对学习有用的历史故事，还有大名著作等，只要一有书，我就忘了吃忘了睡忘了累，近来妈妈给我买了两大厚本水浒传，其中，宋江的深情厚意令我感动，吴用的智谋，我要好好学习，奋发图强……，每当我放学回家，我写完作业，立刻看书，一看就是几个小时，妈妈催我睡觉，我总是说“好，等一会儿”，总是口头上答应，却不行动，妈妈只好强令我睡觉。

还有三国演义，它告诉了我许多典故，比如桃园三结义，我被他们的义气所感染，本来可以领导天下的，看完后，我怒火中烧，心想一定要杀死曹操。

还有对学习有用的书，我也很喜欢，我经常做笔记，积累好词好句，这些词句对我的作文还真有用，我的作文水平有所提高，从原来那不起眼的二十三分，慢慢提高到三十二分。这些书我灵活用，现在说话出口成章，给我的作用非常大，所以我很爱他们，作文书中的文章都令我深受启迪，获得了许多人生道理。

每当我买回一本新书时，我就兴高采烈，当没有书的时候，

我就会感到寂寞、孤独，我就是一日无书，百事荒芜，在我失败的时候，我就会想到书，是书给了我力量，让我重新振作起来，在我因考试分数而大灰心时，我也会想到书，它会给我精神，让我更加努力，争取下次考出好成绩。

我爱阅读，它就像一个和我形影不离的好朋友，把蓝天当纸，大海当墨，也算不尽我对书的喜爱！

高尔基说：书籍是人类进步的阶梯。读书不仅能增长知识，还能从中得到快乐。

我的阅读习惯是在家庭和学校的双重管教下养成的。为了从小奠定良好的写作基础，学校从一年级就开始培养我们的阅读爱好，开展了“我的阅读存折”和“阅读小明星”评比活动，并要求家长在家和孩子“亲子阅读”。我的妈妈有一定的写作特长，她积极响应学校的号召，及时给我购买了阅读书籍，有：《小学生出色作文》、《影响孩子一生的一百零一个成长故事》、《十万个为什么》等等，好多呢！我刚开始读书是被逼的。妈妈要求我每天下午放学后，写完作业的必修课就是阅读，一篇文章就行。妈妈先让我给她读两遍，然后问我什么意思，再挑出里面好的词语让我抄下来，并查出注释写到词语后面。比如：废寝忘食、郁郁葱葱、温馨、精致……经过一段时间的强制阅读后，我会自觉的拿起书读给妈妈听，还会把自己喜欢的词语抄下来，偶尔忘了妈妈也会提醒我。现在我已经习惯了阅读，从中能读通历史、读懂现在、读到未来、读出快乐，一天不读便觉得少了什么似的。

感谢老师，感谢妈妈，让阅读陪伴我成长，我要将阅读进行到底。

书籍是人类进步的阶梯，只有书籍才能冲破国界、人种、社会制度的束缚，成为我们进行交流的共同语言，是全世界人民的营养品。我，也不例外，爱读书！

古人说“书中自有黄金屋，书中自有颜如玉”，这话不假，爱阅读的人，会在阅读中懂得很多做人的道理，也会在书的潜移默化下，坚守做人的原则。我爱阅读，更爱在书中得到有益的启示！

陪伴演讲稿三分钟篇七

——题记

顺境与逆境编织成我多彩的人生，我在阳光的沐浴，风雨的洗礼中茁壮成长。

然而，困难与挫折是我成长道路上的一道风景线。

远处，阳光初露眉头，鸟儿唱出悦耳的歌声。在这怡人的假日，我同母亲一起去地里干活，母亲耕地，我播种。阳光照在母亲滚满汗珠的额头上，闪耀着光芒，想起母亲每天在地里干活，本本分分，只知道在清苦中，平凡度日；只知道在贫寒中，节俭持家。从来没有过多的要求，自己把一切默默承受，这是纯朴农民的本性。她对我的教诲，常在我耳畔响起——“对生活不苛求，对社会不抱怨”。

夜深，一轮弯月挂在空中。在这寂静的深夜，我看着母亲正在织毛衣，那昏黄的灯光照在母亲身上，头上。白发清晰可见，皱纹爬满了额头。

想起孟郊的《游子吟》“慈母手中线，游子身上衣”，一件毛衣是母亲对孩子的爱与期盼。小时候母亲关心我是否吃饱穿暖。如今，我固然不需要母亲那些细致的照顾了。但想起以前的一幕幕，感动又涌上我的心间。

清风拂面，对我诉说着：这次的期末考试我从全年级第六名降至第十名，四个名次啊！它让我如断翅的雄鹰，无法翱翔

于蓝天；它让我如干涸的河流，无法充满活力；它让我如在茫茫大海中，迷失方向的船只，无法回到岸边。在我深思下，我的心情沉重而又复杂，但我并没有因此而气馁，更没有因此而变得自暴自弃。

回到家中，母亲放下手中的活问我：“期末考得怎么样啊？”我低着头不说话。母亲似乎感受到了我低落的情绪，知道我考得可能不是很好，便不再问。转而对我说：“今年的庄稼，不是很好，并不意味着明年的庄稼不好。”我顿时明白了母亲的意思。便又展现出了我的笑容。

我明白这是我心灵深处的力量，是它支撑着我奋然前行。

或许这就是成熟，在经历了无数次考试，多次失败后。若还不能够调整好自己的情绪，化失败为动力，那我岂不是太柔弱了？想到这儿，我的心灵变得更加坚强了。

有人说，“命运是一些人的亲妈，但也是另一些的后妈”。命运对于大多数人来说，有可能是幸运，但也有可能也是灾难。命运总是偏心地将一些人抛在逆境的深渊。其实命运是公平的，它给了你逆境，同时也会给你通往顺境的路。

成长总有风风雨雨，经历风雨的洗礼，会看到彩虹；经历黑夜的煎熬，会看到黎明；经历挫折，就会成功。