三分钟的课前演讲(实用5篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

三分钟的课前演讲篇一

演讲稿的写法比较灵活，可以根据会议的内容、一件事事后的感想、需要等情况而有所区别。在社会一步步向前发展的今天，演讲稿的使用越来越广泛，为了让您在写演讲稿时更加简单方便，下面是小编为大家收集的三分钟课前演讲稿，仅供参考，欢迎大家阅读。

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。一切成就，都是从正确的观念开始的。一连串的失败，也都是从错误的观念开始的。要适应社会，适应环境，适应变化，就要学会改变自己。

柏拉图告诉弟子自己能够移山，弟子们纷纷请教方法，柏拉图笑道，说：“很简单，山若不过来，我就过去。”弟子们一片哗然。

这一个世界上根本就没有移山之术，唯一的一个移动山的方法就是：山不过来，我便过去。同样的道理，人不能改变环境，那么我们就要改变自己。

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!

在威斯敏斯特教堂地下室里，英国圣公会主教的墓碑上写着这样一段话：当我年轻自由的时候，我的想象力没有任何局限，我梦想改变这个世界。当我渐渐成熟明智的时候，我发现这个世界是不可改变的，于是我将眼光放得短浅了一些，那就只改变我的国家吧!但是我的国家似乎也是我无法改变的。当我到了迟暮之年，抱着最后一丝努力的希望，我决定只改变我的家庭、我最亲近的人——但是，唉!他们根本不接受改变。现在我在临终之际，我才突然意识到：如果起初我只改变自己，接着我就可以依次改变我的家人。然后，在他们的激发和鼓励下，我也许能改变我的国家。再接下来，谁又知道呢，也许我连整个世界都可以改变。

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。

我的演讲完毕，谢谢大家！

三分钟的课前演讲篇二

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家上午好！

今天的课前的三分钟的演讲轮到我了，今日我要向大家分享的演讲是“冲刺期末考试”。那么在此感谢大家给的课前展示自我的机会，让我在大家的面前展示自己。

马上就要到期末了，一学期过的是非常快的。现在我们都是高一学生，这一学期是我们踏入高中的第一个学期，我想大家心中对高中都有自己的一个体会了吧。高中的知识更加的深奥，很多东西看似都学过，可是理解却是不一样的。面对即将要到来的期末，我想大家心中一定都有些躁动，毕竟我发现班上有许多的同学一直没把学习当回事，觉得时间还长，所以就不急着努力。但是我觉得努力不能不着急，你以为高中时间很长吗？高中时间很短的，只有三年不到，我们现在才高一，如果不去努力，那么后面你一定会吃很多苦。我们已经经历过一个初中了，难道大家还没有这种意识吗？我希望大家在接下来的时间里能够去冲刺一下，不要觉得期末不重要，成绩或许只是一个考核自己一学期学的怎么样，但是成绩也能够给我动力前进啊。当你看到自己的努力被肯定了，看到自己拿到良好的成绩，你肯定是欢喜的，肯定会更加的

想去学习。

其实很多同学之所以不想努力，不想在最后拼搏一下，就是因为觉得自己努力没有用，看到自己成绩很差，就觉得自己没有必要去努力了。不是的，同学们，期末是考量我们一学期以来的学习情况，我觉得要重视起来，只有重视期末考试，你才会去学习，不会放弃。期末就要来临，大家不要放弃，只要能够进步一点，也是你努力的成功，那也是值得开心的事情。我相信你们只要愿意冲刺，我想最后的结果不会太差，成绩至少不会下降吧。身为学生，学习本来就是我们的职责，如果你不想让自己后悔，你就必须为期末做准备，这样学期结束后，你看到自己的成绩不会失望，而因此失去对学习的兴趣。我跟大家说，我是一个很希望进步的人，实际上我也不是那种很聪明的人，可是当我看到自己进步一点点，我都会觉得之前的努力是值得的，因为努力给了我回报，让我一点点的重拾信心，并努力朝前走。所以，同学们，冲刺一下期末，你一定不会后悔，抓住时间努力吧。

谢谢大家！

三分钟的课前演讲篇三

尊敬的各位老师、同学们：

大家好！

我的演讲题目是“保护环境，珍惜水资源——让大自然里依旧能听到水流动的声音。”

一则公益广告我铭记心中：一个水龙头正艰难地往外滴着水，滴水的速度越来越慢，最后终于再也滴不出水来。随后，出现一只眼睛，眼中滴下一滴泪水——如果人类不珍惜水，那么，我们看到的最后一滴水，将会是我们的眼泪！在自然界中，有许多令人流连忘返的美景，那美丽静谧的湖泊、欢快

活泼的小溪、奔腾不息的江河、汹涌澎湃的大海，无一不令人心驰神往，可是那湖波、小溪、江河、大海里流着的就是那水龙头里的水，如果水龙头中的水一滴也滴不出来了那湖波、小溪、江河、大海里还会有水吗？要不就已经干涸了，要不就是所剩无几了。

水是万物之源，是自然界不可缺少的物质。有了水，才有了令人向往的美景，才有了自然界无穷无尽的能量。近年来，电视节目中经常提到水资源短缺问题：黄河的许多河段已越来越浅，渭河已见断流，汾河水也早已不再奔流，而淮河、太湖等的水污染警报更是频频传来。更令人心忧的是，一些地处西部偏远地区的.小山村，缺水缺到过年才能分到五斤水的地步。就说我外婆家的小河里的水也比以前浅了许多许多，童年的往事想来有趣，令人发笑，它们就像一颗颗珍珠在眼前浮现，往年，在那小河里游泳，河水到我脖子里，可是现在游泳浅的地方到我大腿，深的到我肚子。

有了水，才构成这个蔚蓝的星球；有了水，整个世界才有了生命的气息；有了水，我们的世界才变得生机盎然；有了水，我们才有了秀美的山川、清澈的溪水、湛蓝的海洋……我们才有了一切。

三分钟的课前演讲篇四

尊敬的领导、老师，亲爱的`同学们：

一年前，我们怀揣着梦想，跨进了大学的校门，经过大学生活一年的洗礼，我们更加成熟。在这一年里，不管曾经是哭过，笑过，这份坚持，这份执着，我认为已经是一种进步，一种成功。也许每个人对成功的定义会有不同，但是，在我的世界里，金钱和权利并不代表成功，成功是一种心态，一种对不断超越自我的追求。大家都渴望成功，我也一样，但是我不是那种会把梦想挂在嘴边的人，我的梦想很平凡，因为“不凡只是瞬间的风景，而平凡却是永恒的美好”，我认为

只要脚踏实地，根据自己面临的机遇和挑战，选择那条你认为，对你自己是最好的路，然后一步一个脚印的去实现它，证明你的价值，那就是一种成功。

古人云“哀莫大于心死，穷莫过于志穷”，我认为，一个人活在世上，你可以没有要成为巨人的雄心壮志，但是你不能没有要站在巨人肩膀上超越自己的梦想；你可以生活的平平淡淡，但是你不能让自己生活的平平庸庸。如果你的人生只剩下颓废和死亡，那又和深沟里的死水有何区别？有志者事竟成，当然，如果你像马云所说的“晚上想想千条路，早上起来走原路”，你又怎么能成功？所以，不管你有什么想法，既然想到了，就请你付之于实践，不要对他仰望，因为那样，你的眼睛有可能会被欺骗，不管前面是坦途如砥，还是荆棘密布，一旦选择了，你都必须向前走，发扬“不到黄河心不死”的精神，立志成才，始于脚下，路就在脚下。

也许很多人会突然发现曾经的梦想好久不曾想起；也许有人会突然发现自己以前很失败，浪费了很多时间；也许有人发现自己入学时的雄心壮志已经消磨的差不多了。现在我要告诉你们从现在树立自己的梦想，从现在做起也不晚，因为你有这个认识。过去已成为历史我们无法改变，唯一能做的就是活在当下。

既然我又站在这里说明我有这份实力，所以我相信自己，也请大家相信自己，不要让我们的志向消逝，把握现在，让我们一起用实践成就梦想。

我的演讲完毕！谢谢大家！

三分钟的课前演讲篇五

尊敬的xx

记住，这个世界上没有绝对的.公平!!!

活着的时候，为了生存，每个人都要面对他人的竞争，而不得不努力的挣扎着，以获取属于自己的一片天地。但在很多时候，我们努力了，却没有得到期望的结果。不要悲伤，不要哭泣，不要怨天尤人，擦干眼泪，默默的舔食自己的伤口，平静的面对这个世界——因为，在这个世界上，没有绝对的公平!!!

竞技体育素以标榜“公平”著称，但是在潜规则下，“公平”也只是个相对的概念。毕竟，所有的规则都是人来制定，并由人来执行的。而人是有私心的，人的意识在彼时彼刻是不同的，每个人都有自己的好恶倾向。要想做到绝对的公平是不可能的，要想得到绝对的公平更无异于异想天开。

人活着，有机遇、有坎坷，有欢乐，有痛苦，一切都不会换来公平的待遇。世界就这么大，世界上的东西就那么多，别人得到了，你就不要再去争，徒劳无益;自己得到了，就好好珍惜，别人也不会随便就能剥夺你的所有。

就像爱情。谁都有过梦中情人，都有过甜蜜回忆。可世事作弄人，梦中情人早已成为了别人的伴侣，你的伴侣也肯定是别人曾经的梦中情人。失去的就让它彻底的失去，得到的就好好珍惜。

就像足球。水平有高低，裁判有尺度，水平是自身的，裁判是有好恶倾向的，无论在场上发生了什么，不要去提什么异议，毫无意义。被红牌罚下了，就安静的离开那片草地，走上看台为同伴加油呐喊助威更实际一些。不要去拿什么公平来说事，因为裁判判罚了，就不会再更改，即使判罚本身是荒谬绝伦的，规则就是这样。既然生而为人，就遵守世界上的规矩吧，没有规矩不成方圆;在场上如果没有了裁判的尊严，比赛就会中断就会失去仅存的那么一点意义。记住吧，没有绝对的公平。如果不公平找到了你，那么就让自己的心公平的接受不公平的“贺礼”。

就像工作。岗位有限，人却很多，领导看你顺眼了，就用你。换了领导，看你不顺眼，就把你剔除，很残酷，却很实际。干的活一样多，甚至比别人还苦还累，但到手的薪水却比别人少了一大截，不要难过，更不要心理失衡，要知道，没有公平的事情，或许有人比你更可怜。

我活着，就要快乐的活着，不要因为世界的规则让活着失去了应有的意义。活着，本身就是公平与不公平的一场较量。想开了这些，你我的生命都会有自己的独特之处。

谢谢大家！