

最新大学生课前演讲题目 大学生课前演讲 (汇总7篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。相信许多人会觉得范文很难写？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

大学生课前演讲题目篇一

亲爱的同学们：

大家好！

我是__班的___，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！

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。

我的演讲到此结束，谢谢大家。

大学生课前演讲题目篇二

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！今天，我演讲的题目是：“养成良好的饮食习惯”。国务院曾对青少年一代做过一个调查，发现同学们在饮食上常存在以下误区：

1、早上随便吃一点，甚至不吃饭。

其实早餐十分重要，因为已经十几个小时没有进食了，早上起来急需补充一些身体必须的营养与热量，早上不仅要吃饭，而且还要吃好。

2、用公用餐具就餐。

3、不合理的饮食结构。

由于同学们大多数是独生子女，挑食、厌食者日益增多，很多学生都喜欢吃零食，不爱吃主食的习惯成自然。

中学生是处于生长发育的黄金时期，不仅身体发育需要消耗大量的营养，并且处于紧张的学习过程中也需要消耗大量的热量，因此同学们这样的饮食习惯严重地影响了正常的生理发育，影响了同学们的身体健康，还影响到同学们的学习效率。由此看来，养成良好的饮食习惯十分重要。

如何养成良好的饮食习惯呢？同学们应该做到以下几点：

- 1、一日三餐，定时定量，既要保证营养所需，还要考虑到发热量；
- 2、饮食一定要注意卫生，不使用公用餐具，不随便在饮食摊点上就餐；
- 3、不喝酒，不暴食暴饮，不吃冷食；
- 4、不吃零食，特别是小吃，不吃变质过期食品；
- 5、早上要吃好，不要吃得太饱，否则会引起大脑缺血，上午上课犯困。

梁启超曾说过：少年强则国强，少年智则国智。同学们，我们是祖国的未来，是民族兴盛的希望。祖国需要的不是文弱的书生，而是综合素质优秀的全面发展的、健康的，像雄鹰一样在蓝天展翅翱翔的接班人！

愿同学们都养成良好的饮食习惯，把载知识之本、道德之寓的身体养护好。

谢谢大家。

大学生课前演讲题目篇三

亲爱的老师们，亲爱的学生们：

大家好！

我演讲的题目是《生命的硬度》

在广阔的沙漠中，一棵树站不起来，显示出纪念碑的形象。

巍峨的青山，千树耸立，连成一片的是雄伟的长城。

在长长的河岸上，所有的树都竖起来了，构成了龙的荣耀。

我们象征太多，诠释太多。但我相信，我的形象绝不是手软皮肤肥的林黛玉，也不是蓬头垢面衣衫褴褛的现代苏乞丐。我们象征着期望和活力。所以这一刻在别人面前，要表现出一个具有英气、朝气、活力的现代新青年形象，一个融入大自然的精灵化身。

有人曾经说过，人生是有硬度的，正直和尊严是支撑人生硬度的骨头。死不如安，仰望天空不屈服于地面，这一直是中国的传统美德。李白的诗《哦，我怎么能庄重地向地位高的人和职位高的人打躬作揖，永远不会忍受被人看到一张诚实的脸》会让那些没有自尊的人感到惭愧，那些失去自尊的人是没有价值的人，作为时代的先锋，如果我们永远沉浸在黑暗中，我们仍然应该是一个顶天立地的好人，一朵在风雨中绽放的铿锵玫瑰。答案不言而喻。再荒凉的沙漠，矗立着纪念碑，青山寂寞长城环抱，河水平静，龙卧。然而，无论时代如何变化，我们的形象和荣耀都将保持不变。因为我们有自尊，因为我们自信，因为我们有鲜活的生命。正因为如此，河岸长，沙漠广阔，青山常青，生命的硬度永存。

大学生课前演讲题目篇四

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家好！

今天我演讲的题目是《想要变优秀，就要改变自己》。

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。

这世界上根本就没有移山之术，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，那就从我自己做起吧。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。。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，让我们用坚强来面对一切环境。

我的演讲完毕，谢谢大家！

大学生课前演讲题目篇五

敬的老师，亲爱的同学们：

大家早上好!

按照惯例，这次轮到我来做“课前三分钟励志演讲”，下面我要演讲的题目是乐观的生活态度。

曾看过这样一段话：小鸟说：我从天空中飞过，但天空中并没有留下我的痕迹。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。

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。

大学生课前演讲题目篇六

今天是我课前三分钟演讲的时候了。在基督降生xxx年以前，有一个古希腊大政治家，雄辩家，是一个真正变态的家伙，不信，请允许我用他真实的`经历给你们一一介绍!

德摩斯梯尼天生就是一个声音微弱、吐字不清而又气喘的人，（可以想象，他真是可怜！）尤其是“r”这个字母，他怎么说也说不清楚，而且他的发音比刚学会说话的小孩还更糟糕！

当他站在台上面对听众演讲时，他经历了无数次的失败，尤其是在他第一次尝试演讲时，他的语句全混乱了，听众们都放声大笑。为了提高自己演讲能力，他特意挖了一个地洞，每天在里面练习他的声音，和演说的姿势，他还将自己的头发剃去了半边，以此来控制自己想上街的欲望。德摩斯梯尼的坚持终于取得了成果，他成为了自古以来古希腊最伟大的演说家之一。

这个故事告诉我们，一个人的缺陷有时就是上苍给他的成功信息的暗示，一个人的弱点可以成为他一生中最大的激励因素，也可成为你消沉胆怯的借口。当德摩斯梯尼在含小石子时，当他在海边、在洞坑里的时候，心里肯定依旧在想，我要变态！我要超越常人状态，在几十年后，他将会说：“如此的这种的变态，怎么可能不成功？！”

爱迪生在发明灯泡的过程中，经历了1万多次的失败，；

可口可乐公司开张第一年反销出了400瓶可口可乐；

创立迪士尼乐园的沃乐特迪士尼在报社工作曾以“缺乏创意”被开除；

超级球星乔丹曾被所在的中学篮球队除名；

瑞弗。约翰逊，十项全能的冠军，有一只脚先天畸形。

当他们完成了各项伟业的时候，他们一定会说：如此的这种变态，怎么可能不成功？！

大学生课前演讲题目篇七

各位同学、老师：

大家好！

友谊之舟在生活的海洋中行驶是不可能一帆风顺的，有时会碰到乌云和风暴，在这种情况下，友谊应该受到这种或那种考验，在这些乌云和风暴后，那么友谊就会更加巩固，真正的友谊在任何情况下都会放射出新的光芒。

长亭外，古道边，芳草碧连天。晚风拂柳笛声残，夕阳山外山。天之涯，海之角，知交半零落。一瓢浊酒尽余欢，今宵别梦寒。不知道你们是否听过这首歌，这首歌唱出了深深的友谊，对友人的依依不舍之情。古代的这种纯真友谊在这个社会可能很难体会到的吧。但只要我们懂得两颗心真诚相待，而不是一颗心对另一颗心敲打，这就是我们现代的真正友谊。

有段时间我也曾矛盾过，什么才是友谊，它是个什么样的概念呢？它让我很茫然，让我不敢靠近。那是怎样的一个季节我已不记得，因为那是对于我可以说是又好又不好的过去。一向善良。胆小。内向的我来到学校里，我不敢和人说话，人家也不理我，只有一个女同学主动来和我说话，这样我们慢慢的成了朋友，我就开始依赖着她，我感觉她就是我的支柱，没有她可能就会倒下，我们每天都在一起形影不离，只和她有说有笑的，别的同学都不去理。这样我们生活了一年，我以为我们的是最好的朋友了，我也觉得我不再是一个人的了。但是，就在这时什么都改变了。我站在门口外听到这样的话：“你怎么老是和她一起的，你不知道班上的人都不喜欢她吗？她看起来很高傲的！你不怕班里的人也不喜欢你吗？”“我也不想老是和她一起啊，她太有依赖性了，粘着人的习惯对她也是不好的。”听到这里我整个人瘫痪了，她居然也是和别的同学一样不喜欢我的，可我还以为有最好的朋友了。最后什么都是假的，为什么会是这样的，为什么她们都不喜欢我。

难道友谊是那么的渴望而不渴即，老天不给那真正的友谊我呢？许多的为什么，为什么。

之后的几天我都没说过话，她见我这样就来问我怎么了，我都不理会她。她就生气的对我说了一大堆：“你知道同学为什么不喜欢你吗？我为什么说不喜欢你的依赖人，粘着人吗？你安静，又胆小，也不愿主动和同学培养感情，看起来你就想一只带有刺的弱者，让人无法靠近。还有你喜欢依赖着别人做事，这样子你想过你以后没父母给你依靠了，你将怎么生活呢，所以我说这些就是让你能好好的生活。你自己想想吧！”听了她的话，我心里深处的从不敢接受的事情就这样进入我的脑里。是的，是到承认的时候了。我是怎样有勇气承受的呢？是她，曾经我怀疑现在我信任的朋友，她让我认识了所谓真正友谊，首先是诚恳，是批评同学的错误。从此我打开内心去迎接世界，去拥抱那友谊。

如果总是耿耿于怀别人对你批评，你就只会停留在原点什么的不到，所以我们要坦然的接受别人的批评和赞扬。原谅自己，原谅朋友，才会得到真正的友谊，而且直到永恒。