

# 最新三分钟演讲大学生 大学生三分钟演讲稿(通用7篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 三分钟演讲大学生篇一

各位老师：

下午好！

我是02五计的，今天我要演讲的内容是“海阔凭鱼跃，天高任鸟飞”。

再过一月，我们即将毕业，我们将要从学校进入社会，这种环境的转变将会带给我们些什么，现在的我不得而知。但是我知道即将开始的是一个新的人生、一个新的起点。

我记得美国的小说家——毛姆写过一篇小说，叫做《刀锋》，是说人们从一种状态过渡到另一种状态的时候，就像从刀的一面过渡到另一面，而最艰难的时候就是趟过刀刃的那一刻，其实走过去就会发现，刀的另一面远没我们想像的那样不可忍受。

在平常的生活中，总会听到关于初出茅庐的学生经受的挫折是多么可怕的话，其实我们不必太过在意，许多挫折往往是美好的开始。有人在挫折中成长，有人在挫折中跌倒，关键在于个人是如何看待的。要知道这个世界从来都是相对的，有挫折必定有成功，重要的是看你要以怎样的心态去面对，

站起来便能成就更好的自己，硬是在地上赖着，自怨自艾悲叹不已的人，注定只能继续哭泣。哪个站在台面上的人，不是有一堆令人辛酸的过去？挫折往往令他们站得更稳。

不管遇到怎样的难关，我们只要尽量找出其中的光明面，这样，不论多不好的困境都会好转。不然，只会让自己一直陷在不幸之中。

我要说，相信自己，一定会成功！

谢谢老师，我的演讲完了。

## 三分钟演讲大学生篇二

XXX:

大家晚上好。

今天，我在这里，面对这么多注着的目光发表演讲，展示自己。对于我来说，既是一个考验，又是一次难得的机会。“青春无几，时不我待”，我要抓住这次机会，通过竞选，争取成为学生会中的一员。我先作一下自我介绍，我是环治专业07级的潘顺。这次竞选我申请加入校学生会学习部。

今天，我来竞选的目的只有一个：一切为了大家，希望能为大家谋利益。我自信在同学们的帮助下，我能胜任这项工作，也正是这种内驱力，当我走上讲台来的时候才信心百倍。在现在这个没有硝烟的社会，要想使自己或一个团体立于不败之地，除了要自强，必须还要有一种合作精神，我相信我能够团结好这个团体，也有责任为学校做一份实事。所以，我想成为学习部的一员。

进入大学以后，我为自己制定了一些目标。第一，搞好学习，打下坚实的理论基础。第二，做一些学生工作，锻炼自己的

工作能力，扩大交往面。经过半学期的努力，我的前一个目标已经实现。现在，我正在向第二个目标奋进。有大家的支持，我一定能实现第二个目标。

我深知，再多灿烂的语言也只不过是一瞬间的智慧与激情，朴实的行动才是开在成功之路上的理想之花。我想，如果我当选的话，一定会言必行，行必果。请各位评委给我一张信任发投票，给我一个施展才能的机会！谢谢！

演讲稿二：尊敬的老师们、同学们：

早上好！今天我要讲的题目是“养文明习惯，做文明学生”。

先让我为大家讲述两个事例：

第一个事例是：新加坡是一个通用英语的国家，这个国家的公共场所的各种标语大多是用英语书写。但其中的一些涉及文明礼貌的标语，如“不准随地吐痰”、“禁止吸烟”、“不准进入草坪”等却用中文书写。为什么呢？人家回答：因为有这些不文明行为的大数是中国大陆的游客。为此，到新加坡考察的一位中学校长语重心长地说：不文明行为也是国耻。

第二个事例是：据中央电视台报道，国庆节后的天安门广场，随处可见的口香糖残迹，显得格外刺眼，40万平方米的天安门广场上竟有60万块口香糖残渣，有的地方不到一平方米的地面上竟有9块口香糖污渍，密密麻麻的斑痕与天安门广场的神圣和庄严形成了强烈的反差。

以上两个事例表明，文明的一切都是由细节构成的，通过这些细节，我们看见了文明离我们国家还有一定距离，因此我们每个学生都应该养成文明习惯，做文明学生。尤其是对于我们施桥中心小学的学生来说，你们中有不少学生是经过各种途径和努力后，才得以成为了施桥中心小学的一员。然而

遗憾的是，在我们身边，在一部分同学身上，还是有着一些不文明行为。例如，我们的校园内、楼梯上总能见到与我们美丽的校园极不和谐的白色垃圾，尤其星期六、星期日教室里、校园内垃圾随处可见，甚至有的同学认为，反正有值日的同学打扫，扔了又何妨；再例如可见在教室走廊上的起哄大闹，走路推推搡搡，随意撞坏门窗，也不觉心疼；再例如校园内部分同学之间相互的讲脏话、粗话，随意攀爬学校墙头、国旗围栏和车棚围栏，甚至还有个别同学故意损坏学校公共财物。我们很多同学把文化知识的学习放在首位而常常忽略了社会公德、文明习惯的养成，而这恰恰从本质上体现一个人的思想品质。事实上，良好的行为习惯是保证我们良好学习的前提，也是树立健康人格的基础。在学校没有良好的行为习惯的同学就目无纪律，不讲卫生，扰乱整个学校的学习环境。相反，如果我们养成了文明的行为习惯，学习环境就是良好的、有序的。我们知道：一个学校的学生具有良好的文明行为习惯，才能构建出优良的学习环境，创造出优良的学习成绩。现在，我们正处于人生中最关键的探索时期，在这个时期的所作所为，将潜移默化的影响到我们自身的心理素质，而文明的行为就在帮助我们提高自身的心理素质，同时也完善了自身的道德品质，如果我们不在此时，抓好自身的道德素质建设，那我们纵然拥有了丰富的科学文化知识，于人于己于社会又有何用呢，所以，我们应该先成人，后成材，不要做一部单纯掌握一些知识技能的机器，而要成为一个身心和谐发展的人。文明就是我们素质的前沿，拥有文明，那我们就拥有了世界上最为宝贵的精神财富。

痰；管住我们的手，不乱扔垃圾；管住我们我们的脚，不践踏花草。我相信，我们全体师生经过努力，一定会营造成一个宁静、有序、有着良好学习环境的校园。

谢谢大家。

## 三分钟演讲大学生篇三

哈佛大学图书馆里流传着很多名言，其中一条就是“never put things you can deal just now to tomorrow(勿将今日之事拖延至明日)”。人们常说“今日事今日毕”，然而现实生活中往往并不能充分实现这一点。因为惰性而产生的拖延时时刻刻发生在我们的身上：早上躺在床上不想起来，起床后什么事也不想干，能拖到明天的事今天不做，能推给别人的事自己不做。“懒惰”就像很有诱惑力的怪物，每个人的一生都会与这个怪物相遇。它是人类最难对付的一个敌人，许多本来可以做到的事，都因为一次又一次的懒惰拖延而错过了成功的机会。

富兰克林说：“懒惰像生锈一样，比操劳更能消耗身体。”懒惰是人的一种劣根性，为了做成某件事，必须与它抗争，超越这种劣根性的钳制。这种抗争和超越，一开始总要先由一些外力来强制，进而才逐渐内化为恒定的精神和行为习惯。一旦养成勤劳的习惯，往往会拥有一份稳定的愉快心情。因为人在专注的时候，意念与行为协调归一，所以恶劣的情绪便没有潜入的机会，更没有盘踞的空间。一个进入勤劳状态的人，心中就不会有长久驻足的懒惰。所以，克服懒惰最直接、最有效的方法就是使自己忙碌起来。

露西娅是美国一家家族企业的老板，事业上，她完全依赖于自己的丈夫，自己也因此变得越来越懒惰。后来，由于她的丈夫突发车祸意外身亡，公司也跟着倒闭了，家庭的全部负担都落在露西娅一个人身上，并且她还要抚养两个子女。面对如此困窘的境况，露西娅不得不去工作赚钱。她每天把孩子们送去上学后，便去替别人料理家务，晚上，孩子们做课时，她还要做一些杂务。有一天，露西娅发现很多现代妇女都因外出工作无暇整理家务。于是她灵机一动，花了7美元买来清洁用品，为有需要的家庭整理琐碎家务。为了这一份工作，露西娅付出了很大的勤奋与辛苦。渐渐地，她把料理

家务的工作变为了一种技能，并成立了专门的公司。后来，甚至大名鼎鼎的麦当劳快餐店也找她代劳。如今的露西娅拥有了自己的保洁公司，每天的订单滚滚而来，但是她并没有因此而松懈，仍然夜以继日地工作。

懒惰，从某种意义上讲就是一种堕落，它就像精神腐蚀剂一样，慢慢地侵蚀着你。一旦背上了懒惰的包袱，生活将是为你掘下的坟墓。马歇尔·霍尔博士认为：“没有什么比无所事事、懒惰、空虚无聊更加有害的了。”对于懒惰的人来说，想要成大事几乎是不可能的，因为懒惰的人总是贪图安逸，遇到一点儿风险就吓破了胆，另外，这些人还缺乏吃苦耐劳的精神，总存有侥幸心理。而那些能够成大事的人，他们更相信“勤奋是金”。所以在被懒惰摧毁之前，你要先学会摧毁懒惰。现在开始，摆脱懒惰的纠缠，不能有片刻的松懈。

“勤奋是通往成功的必经之路！”这是古罗马皇帝临终前留下的遗言。古罗马人有两座圣殿，一座是勤奋的圣殿，一座是荣誉的殿堂。他们在安排座位时有一个顺序，必须经过前者的座位，才能到达后者。勤奋是通往荣誉圣殿的必经之路。人生的道路也是如此，要想到达成功的圣殿，唯一的道路就是勤奋。

在哈佛，所有的学子都明白这样一个道理：懒惰的人缺少的是行动，他们是思想的巨人，行动的矮子！所以青少年朋友要时刻提醒自己：“成事在勤，谋事忌惰。”要知道，人生短暂，懒惰就如同自杀。

## 三分钟演讲大学生篇四

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

五年前的我们，才刚刚踏入期盼已久的学校，还都是一群天

真的孩子，认为所有的事都如想像中那般简单，从来没有想过要成为一名出色的`21世纪人才需要付出这么多的眼泪和汗水。

我们一天天在汗水和泪水中长大，随着青春的步伐，我们也渐渐的在泪水中懂得，在汗水中明白，成长是需要付出的，而成功则一定需要代价。

我的青春是缤纷多色的，一路走来，有同学的鼓励，朋友的陪伴，老师的关怀和亲人的呵护，他们为我的青春增添了不少的色彩，让我从中得到了不少的欢乐，所以我是幸运的。

青春是我们最真实的资本，永远无法忘却的是美丽的心情，永远不会放弃的是成长的意义，没有任何的感伤，只有如期而至的平静与欣慰，我们每个人都有一片自己怕天地，在这片天地之中，我们不一定会有显赫的身世和绝世的美貌，甚至没有人曾注意过自己，但这并不重要，重要的是自己，青春的舞台是属于自己的，每个人都在台上跳着那支属于自己的舞蹈，就算跳的不好，就算没有人为我鼓掌，可是总有一天，我可以看到挥舞的荧光棒。

虽然说青春故然美丽，但也有着无数个飘雨的日子，常常被一些真挚的情意感动而流泪，喜欢在黑夜里，孤灯下遥望着天边的星座，倾听那美妙的钢琴曲，在那些被伤害的日子里也学会了去思考，去面对，去言语，去原谅。

但时间还是在一分一秒地过去，它是无情的，它赋予了我们同样的身心和智慧，给了不一样的旅程和归宿，让我们行走于天地间，只是在一味地走，但不论成败怎样，结果如何，时间只是在鉴证青春留下的脚步。

虽然是在措手不及间踏上这样一条未知的路，但青春是美丽，多彩的，可它是容易逝去的，而在每一个朝阳和夕阳的交替中让人感悟，不管曾经是怎样的灿烂过，最终又要如何地默

然和孤寂，又该以一种怎样的心境才能挽留住这份美丽的回忆。

我想这也许就是青春留下的脚印吧，无论是痛苦，还是开心，都会觉得幸福，这种幸福会永远映入我们的生命，有了这种幸福，我们不会畏惧青春的离别，会永远幸福，因为我们曾经拥有过，所以永远也不会后悔。

青春犹如一场梦，而岁月就是像一首歌，一切就好像被计划好的一样，为着明天而奋斗，向目标而奋进，而现在的我们将踏着青春的步伐，飒爽地迈向新世纪的明天！

## 三分钟演讲大学生篇五

尊敬的.老师，亲爱的同学们：

大家早上好，我是高一7班地程文思，我今天给大家演讲地题目是：成长路上花香满径！

青春是一条小河，哗哗地向着前方奔去，永不停止，永无止境。

带上信念，拿着勇气，心存希望，怀揣梦想，青春地我们神采飞扬，朝气蓬勃。向着前方地光明，大踏步地前进。青春之树应该站在高高地悬崖峭壁上接受风血地洗礼，而不是在温室中懒洋洋地晒太阳。“不经一番寒彻骨，怎地梅花扑鼻香”风雨中，与寒流同呼吸，洗涤心灵地污浊，锻造坚定地心灵，才能长成参天大树，让青春成为无沿荒地最闪亮地一点。

青春有梦想。梦想是前进地方向，是茫茫黑暗中地那一点点星光。青春地你我拥有梦想，就一定要用现实地行动来逐步实现。“理想地巅峰越高，就越会得到无限地充实，就会迸发出激情，就会成长”。

青春有激情。激情是前进的动力，没有激情的青春是乏味的，有激情才有创造力。激情是一道闪电，带来了光明，使青春之光更加绚烂。

青春有智慧。帕斯卡尔有一句名言：人是一株会思考的、有思想的芦苇。青春如果不与思想结合，就会显得盲目和浮躁。善于思考，勤于思考，乐于思考，青春就会发出智慧的光芒。

青春有缺憾。世上没有完美地无可挑剔的事，青春亦是如此。第一次离开父母，第一次主宰自己，总会有不圆满。正因为不圆满，才多了一份不同的体验，多了一种美好的希冀。

青春是琴，要用心弹奏。青春没有理由垂头丧气，不论是好事还是坏事，都要抬头挺胸，斗志昂扬。

抬起头，天空中总有阴沉的日子，但只要心里有光，眼前就永远是炫目的太阳！

我的演讲到此结束，谢谢大家。

## 三分钟演讲大学生篇六

各位领导，同事们：

大家好！

清晨温柔的阳光透过绿色的叶子洒向大地，年轮中曾经青涩的时光向未来讲述着美丽的传说。记得奥斯特洛夫斯基的《钢铁是怎样炼成的》这部名著中有这么一段话：“生活赋予我们一种巨大的和无限高贵的礼品，这就是青春。充满着力量，充满着期待的志愿，充满着求知和斗争的志向，充满着希望和信心的青春。”的确如此，青春是人生最美好的季节，是人生最铿锵的篇章，是摧枯拉朽的豪情，是旭日东升力量。青春的我们意气风发，青春的我们敢为人先，青春的

我们斗志昂扬。

青春的拼搏是人生一副洒满阳光的风景，是一道转瞬即逝的彩虹，是一首用热情奏响的乐章。所谓“高堂明镜悲白发，朝如青丝暮成雪”，说的就是青春。青春既是一个极具诱惑力的话题，又是一种感觉。于是，诗情画意的梦，天真纯洁的幻想、无忧无虑的日子，构成了一幅美丽的青春画卷。但蓦然回首，你发现在天蓝风轻的春光中，一切都像是透明的，从而感到一种超然的力量在心底爆发，时刻提醒着我们要永远向前。生命易老，时光飞逝，无论失败或是成功，青春的痕迹告诉我们永远努力奋斗。

作为刚踏出校门不久的年轻人，我们双手握着梦想，怀揣着美好的明天，带着年轻人无比的朝气和敢为人先的激情，就这样开始了我们人生的旅途跋涉。不过很幸运，我们成为了热电公司的一分子，在这里我们成长了，将理论知识与实际工作得到了融会贯通，将个人的能力和特点在这个大舞台上得到了充分的展现；在这里我们更加深刻的了解了什么是大家庭，什么是团结协作，什么是自我奉献。来到这里，我们默默地为即墨的热电事业贡献着自己的一点点微薄之力，为即墨的广大老百姓在寒冷的冬天中送去一份温暖和关怀，让自己的一点点光和热去温暖每个人的心灵。

“人过留名，雁过留声”，我们每一个年轻人都非常努力的在自己平凡的岗位上拼搏着，青春就是我们前进的脚印，汗水就是我们奋斗的希望，老百姓的微笑就是我们劳动的成果和工作的动力。作为热电部门的一份子，我们很骄傲，很自豪，但我们不高傲，不狂妄。我们知道自己的渺小和平凡，我们会继续将自己的青春、汗水和智慧在平凡的岗位上奉献着，挥洒着，创新着……至少让别人知道我们曾经在这里流过汗，出过力，作为新世纪的年轻人我们要让这短暂的青春化作永恒的记忆，让这寒冷了冬天也有一分暖意在心中，让即墨热电，情暖万家！

拥有拼搏的青春，就应该拥有春的憧憬、夏的蓬勃、秋的浪漫、冬的深刻。因为我们年轻，所以我们富有，因为我们年轻，所有我们不怕失败，因为我们年轻，所以我们用拼搏描绘明天。学习在暴风骤雨中奋力搏击的海燕吧……热电的广大年轻朋友们，让我们高举热电的旗帜，继承前人开创的伟大事业，借着改革开放的东风，尽情挥洒青春的激情吧！让我们的青春之火，在21世纪的挑战中闪光；让我们的赤诚之心，在自己的平凡的岗位上闪耀夺目的光彩。

## 三分钟演讲大学生篇七

再过几个月我们将面临毕业实习，我们将要从学校步入社会。这种环境的转变对我们来说意味着什么，现在的我不得而知，但是我知道即将开始的是一个新的人生，一个新的起点。

我记得美国的小说家毛姆写过一篇叫做《刀锋》的小说。说的是人们从一种状态过渡到另一种状态的时候，就像从刀的一面过渡到另一面。而最艰难的莫过于趟过刀刃的那一刻。其实走过去你就会发现，刀的另一面远没有我们想象的那样不可以忍受。

在平时的生活中总会听到关于初入社会的大学生遇到的挫折是多么可怕的话，其实我们不必太过在意。许多挫折往往是美好的开始，有人在挫折中成长，有人在挫折中跌倒。关键在于个人是怎样看待的。要知道这个世界从来都是相对的，有挫折必定有成功。重要的是以怎样的心态面对：站起来便能成就更好的自己，硬是在地上赖着，自怨自艾悲叹不已的人注定只能继续哭泣。哪个站在台面上的人，其背后不是有一堆令人心酸的过往。而挫折往往令他们站得更稳。不管遇到怎样的困境，只要我们尽力找出其中的光明面，这样不管多不好的困境都会好转，不然，只会让自己一直陷在不幸之中。

现在快毕业的我们面临的是找工作或者是接本。一直都听到

毕业即失业这句话，而这句话仿佛已经成了现在大学生的代名词。为什么还没开始就要选择放弃呢？人们说机会是留给那些有准备的人的，而在这里我想加上一句机会是留给那些勇于挑战的人的。只要勇于挑战再加上我们三年来的积累，我们没有什么比不过别人的。况且相对来说我们的专业能力要比一般本科生强，而且我们还有一次实习的机会。从先决条件上来看我们已经优于他们了，还有什么必要去自怨自艾呢。

社会就像大海一样广阔，像天空一样高远，在如此广阔，如此高远的社会环境中怎么会找不到自己的立足之点呢。

相信自己，一定会成功！