

2023年我的业余生活普通话三分钟演讲(汇总5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。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

我的业余生活普通话三分钟演讲篇一

人常说：活到老，学到老。这足以说明学习应该贯穿人一生。

可以说我是一个热爱学习的人，从来不以学习为苦，因为学习使我增长知识、开阔眼界。学生时代就是以学习为主要任务，而我也总是把学习放在第一位。还记得我中考前夕，爸爸下班回家，买了许多我爱吃的水果，可当时我正在做一套数学模拟试卷，我给自己规定了答题时的时间，所以当爸爸叫我快去吃水果的时候，我没有去。我告诉爸爸，我要把这套数学题做完才吃水果。说实话，那时的学习的确很辛苦，因为当时的压力是很大的：上重点高中是有分数限制的，如果在中考中达不到规定的分数，就要按照差的分数用钱来补齐。叫做：“择校费。”而我是一个很要强的孩子，不想让父母为我上学多拿钱，所以当时的我，压力是很大的。爸爸很理解我，也很心疼我，想让我放松一下精神，缓解一下压力，但最后，他还是没有勉强我，只是把洗好的水果放在了我的桌子上，就悄悄的走出了房间。终于，功夫不负有心人，在那年的中考中，我取得了理想的成绩。

我觉得我的学生时代是成功的，学习任务虽然繁重，尤其是在六年的中学期间，但是，对于我来说，学习生活也是非常充实的，在学习中，我不惧怕困难，因为爸爸总是告诉我：办法总比困难多，而真正的困难是没有胆量去面对困难。每一个人都想成为生命的强者，所以每当我在学习中遇到困难，

想要退缩的时候，我总会想起爸爸的'这句话，在我每一个阶段的学习生活中，这句话一直都在激励着我。

我的业余生活普通话三分钟演讲篇二

我的课余生活，大部分是在双休日。谈起我对双休日的评价，是“又爱又恨”。

爱，因为这是休息时间。早上睡个自然醒，充满活力。和朋友去公园感受春天：花开了，草绿了，小树长出了新枝芽______忙碌了一周的大脑进入“半休眠”状态，把一切学习压力抛弃_____真幸福！

这不，又到了周六下午，这是我的游戏时间，是我的“最爱”。叫上伙伴，拿上活力板，到公园外的广场上“奔驰”。回到小区内，进入地下室，开始“地下”捉迷藏。地下室是串通三个单元的，我们可以随意“穿梭”在三个单元中。捉我们的人可苦了，跑到这个单元、那个单元，来回折腾上好几回，终于瞧见了，仔细一看，又“回窝”了（“回窝”的人不能捉）。尽管不好捉住，我们还是很快乐。

接着，最可怕的、“最可恨”的时刻就是作业“大军”降临：学校作业、数奥作业、英奥作业、音乐素养作业，四大作业军团同时“侵袭”，让人不堪重负。

这就是我的双休日生活，让我又受。你的呢？

篇七：我的业余生活普通话三分钟说话稿

我的业余生活普通话三分钟演讲篇三

时代的飞速发展，尤其是这个技术至上的时代，向我们提出

了不断学习的要求。真正到了“活到老，学到老”的时候了，否则你只能让出岗位，靠一边去。俗话说读书学习是“充电”，真地很形象。学习对我们来说是真的很重要。

我喜欢读书。每天吃完午饭，家人都休息了，就翻出各种各样的书来读，有图书馆借来的，有自己花钱买的。这些书中，有教人如何维护自尊的《简·爱》，有展现一代女皇风采的《武则天》，还有如何教学培养孩子的。世界名著固然精彩，包罗万象的杂志也令人爱不释手，我看属于我们的《中国青年》，看描写我们的《金色年华》，还有女生喜欢看的时尚杂志《瑞丽》《女友》等。

一本好书在手，一切烦恼都抛于脑后。每当读过一本好书，总是希望有人与我分享。在上课工作之余，我们与同学讨论《红楼梦》中林黛玉与贾宝玉的爱情，讨论《三国演义》中曹操这个角色，他是奸诈小人，却也不可置否的是个真英雄。我们讨论科学知识，讨论古今未解之谜。各抒己见，侃侃而谈，神采飞扬。古语说：书中自有黄金屋，书中自有颜如玉。但我读书既不求黄金屋，也不为颜如玉，我求的是知识，用它来开拓我的视野，武装我的头脑，充实我的精神世界。在书中，我找到了现实生活中的答案，在书中看到了人间的欢乐与苦难，在书中窥测到人的崇高与卑劣……我爱书，正是因为它早已成为我的知己。

现在是科技时代，读书也不再局限于捧在手里的书本。我还喜欢上网，利用网络查找教学资料、新闻信息，非常的方便快捷。而且在网上有很多论坛，我可以选择自己感兴趣的论坛去注册，这样就能跟全国各地的，志同道合的朋友相互交流，提高了我的认识水平。我觉得，我们要用智慧的头脑，运用现代化的信息技术来驾驭这个世纪。电脑网络丰富了我的生活，开阔了我的视野。

我的学习生活是多姿多彩的，它给我带来无穷的乐趣。在这个飞速发展的时代，让自己不被社会淘汰，唯一的办法就是

继续学习、不停“充电”！唯有学习可以使我们紧紧跟着时代的步伐前进，不至于落伍。

我的业余生活普通话三分钟演讲篇四

回首我们刚进入初一的时候，突然之间增加了许多新学科，使我们不禁变的手忙脚乱，即使你上课认真听讲了，那也未必就能学好，必须要巩固复习，否则你上课再怎样认真听讲，那成绩也未必能突出，所以我们要经常复习，为以后的学习来打好基础，就好比盖一层楼一样，底层不稳定，盖多少层也都是功亏一篑，所以我们做什么事都要先打好基础。

当然，在即将过去的一年里，我也学会了不少知识，丰富了我的大脑，更重要的是，我学会了怎样合理安排时间，同时也拥有了属于自我的学习方法，当然，我也明白，初一时我并没有十分努力的学习，自主学习时也只是心不在焉，三心二意，看书也只是个囫圇吞枣，所以没有打好基础。可是我相信经过自我的不懈努力与拼搏就必须会成功的。

回首这一学期的点点滴滴，我们学会的真是太多太多，我们将要在不久的将来升入初二，我们面临的是更高一级的考验，坎坷不平的路，总有一天会成为宽广而光滑的大路。

在初一打好基础，以后的学习也随而变得简单、容易，倘若初一就被这一个个绊脚石所绊倒，那么以后岂不是更难爬起。

一年仅有一个春夏秋冬，春天你会被那苗条的柳枝叶所迷惑，夏日你会被这炎热的大火球所吸引，秋天你会为这落叶而叹息，冬天你会被那雪花掀起你童年之乐。这一系列的问题都是一颗颗绊脚石。所以我们应当从初一打好基础，不被这绊脚石所绊倒。

我的业余生活普通话三分钟演讲篇五

在普通话的三分钟考试中，有一个关于我的业余生活的演讲题目，我们要抓住重点，围绕主题说话。下面是本站小编整理的我的业余生活普通话三分钟讲话稿，仅供参考。

说起我的课余生活，那可真是丰富多彩，真像万花筒一样色彩斑斓。

每当下午第四节兴趣课铃声敲响时，同学们就像一只只活蹦乱跳的小猴子一样，赶快跑出教室，去参加自己喜爱的兴趣活动小组，刚才还沉浸在一片读书声的校园里霎时变得热闹非凡。有的参加科技小组、有的参加乒乓球小组、还有的参加美术小组……我也不例外，参加了有趣的足球小组。

“预备”的哨声吹响了，我们精神抖擞上了球场，前锋、中锋、后卫、守门员各就各位，只见小队员们个个信心十足，一副盛气凌人准备打败对方的样子，不停的跑来跑去，追来追去，摔倒了马上爬起来，虽然我们是一群平均年龄才8岁的小足球队员，可是我们觉得丝毫不比专业水平的球员逊色。在球场上我们除了不怕苦、不怕累之外，还要发扬团队精神，相互合作才能把球踢进对方的球门。有时我踢得满头大汗觉得很累，都快跑不动了，可是一想到坚持就是胜利，我就还是坚持下去了，灿烂的笑容又回到我的脸上，越踢越有劲了，越踢越有信心了。“锐烈，注意，接球，射门！”“好样的！”当在我们的共同努力下，把球射进射门的那一刻，球场上荡漾起我们欢乐的叫喊声！

踢足球不但锻炼了我的身体，而且还增强了我的信心和勇气，并且加深了我和小伙伴的感情，踢足球真是一件快乐的事情。

我觉得课余生活真快乐，童年更快乐！

俗话说：青菜萝卜，各有所爱。有人喜欢球类活动，有人喜欢婀娜多姿的舞蹈，有的喜欢开发智力的小制作，有的喜欢陶冶性情的集邮，还有的喜欢……至于我，我却要对看课外书情有独钟。

我以“小书虫”自居，这可不是吹的！对我来说，看书是生活中一种不可缺少的乐趣。

四岁时，我就已经认识很多字，这可一点都不假。我四岁识字，这和阅读课外书有着不可分离的关系。那时候，妈妈拿着一本书，我依偎在妈妈温暖的怀里，听着她用甜甜的嗓音娓娓动听地讲着……后来，就变成我那着书念给妈妈听了。妈妈还特意我去丽水买了一大堆书，我开心得手舞足蹈！

现在，我天天看课外书，也从课外书中懂得了美丽与丑陋，知道了善良和邪恶……记得有一回，我在家里看书，被里面的故事情节吸引住了，直至连妈妈叫我吃饭也没听见。妈妈无可奈何，只好先打饭。这时，我看见主人公要跳崖了，我身临其境，大叫一声：“不要，你还有救，不能这样放弃生命，应该努力活下去，一切都还有希望的！”这时候，妈妈破门而入，惊讶地问道：“怎么了？谁要自杀？”我回到了现实世界，不好意思地说：“嘿嘿，太投入了！”妈妈笑眯眯的。

书可以净化人的心灵，所以：爱书吧，它是知识的源泉！

有人会在自己的课余时间扔垒球，做运动。看电视，而我会在我的课余生活中看书。你可能会不耐烦地说：“书有什么好看的！”可对于我来说，看书是一件快乐的事，它可以让我把烦恼抛向九霄云外，让我忘了时间。

从小，我就听过这样一句话：“书中自有黄金屋，书中自有颜如玉。”我以为翻开书，就会有黄金掉下来，会有玉落下来。所以我缠着妈妈给我买书。

直到我翻开第一本书时，才发现自己很傻，因为根本就没有我所想要的东西。但是我却独自一人“啃”起了这本书。许久，我才发现我爱上了书，喜欢闻这淡淡的油墨味。也许从这开始，书成了我课余生活不可缺少的一部分。

第一次，钟，“嗒嗒”地响着，随着半夜的风轻轻拂过，我看了一本又一本的书。一个个简单的故事，一个个平凡的人，一波未平一波又起的经历，有时让人欢喜有时忧。书中悠悠散出的味道，使我有种说不出的感觉。每本书有自己的语言。《三国演义》充满了战场的血腥味，充满了满腔豪情，是股战场的气息。《繁星》是股慈母的气息，冰心奶奶思母心切的情感，让我不禁想起《游子吟》：慈母手中线，游子身上衣……从那一刻起，我真正爱上了书。

有时周末，我在图书馆看书入迷了，就从早上看到下午，午饭也不吃。这样的事时常发生在我身上，因为书中好像真的有黄金屋和玉一样。从书中，我学会了许多做人的道理，学会了怎样安排时间，学会了……。

“书中自有黄金屋，书中自有颜如玉。”

书，带给我的是朝气蓬勃的艳阳天，书带给我的是喜气洋洋的喜庆……书充实了我的课余生活，充实了我的每一天！

关于我的业余生活我想要分三个阶段来说，分别是：我的童年时代、我的中学时代、我的大学时代。

我的第一个阶段即是我的童年阶段。在我的记忆当中，我童年时的生活是丰富多彩的，童年里总是有很多好玩的，总是充满着笑声。小时候最喜欢跟在哥哥姐姐后面一起去抓鱼了，每次出去我的任务就是提篮子，然后坐在溪边，看到哥哥抓到鱼了就会大喊“哥哥好厉害啊！”接着就会去数篮子里的雨有多少条。上学以后就喜欢和女伙伴们在课间放学后在操场上玩，我们会玩的也很多，比如：打石子、跳格子、跳绳、

进攻城等，每天不到天黑就不回家，也常常因此受到爸妈的责备。而我们玩的最疯狂的就是星期天的时候，我们十几个小鬼凑在一起，玩“保命”为了避免被抓我们经常会从街道的小店的前门进去，穿过走廊从后门出来了，直接到达了目的地，而店里的阿姨总是对我们这些小鬼无奈的笑。

我的中学时代，是在沉默中度过的，那时候的生活就是从学校到家里，再从家里到学校不段循环的过程，要说业余生活，也就只是一个在静静的听一下音乐，或是看着邻居里的小家伙在玩自己以前常玩的游戏，偶偶跟朋友一起出去打打球，去个边散散步的，也就没有其他的了。

到了大学生活，有了自己的自主权，要做什么，要怎样过都是自己一个人说了算。大学里有很多业余时间，也有很多的业余活动，不过我最喜欢的还是在业余时间上网跟同学聊聊天，问问他们过得好不好，或是在微博上发发心情，在博客上学学自己最近以来的感受，同时也希望在业余生活中过了解一点时事的新闻、消息，而不至于太过落后。在无聊的时候还是经常会去图书馆找一些课外书充实一下自己，偶偶去运动一下。

我喜欢我现在这样的业余生活，很快乐，也很充实。

我的课余时间，大部分是在双休日。谈起我对双休日的评价，是“又爱又恨”。

爱，因为这是休息时间。早上睡个自然醒，充满活力。和朋友去公园感受春天：花开了，草绿了，小树长出了新枝芽______忙碌了一周的大脑进入“半休眠”状态，把一切学习压力抛弃______真幸福！

这不，又到了周六下午，这是我的游戏时间，是我的“最爱”。叫上伙伴，拿上活力板，到公园外的广场上“奔驰”。回到小区内，进入地下室，开始“地下”捉迷藏。地下室是

串通三个单元的，我们可以随意“穿梭”在三个单元中。捉我们的人可苦了，跑到这个单元、那个单元，来回折腾上好几回，终于瞧见了，仔细一看，又“回窝”了（“回窝”的人不能捉）。尽管不好捉住，我们还是很快快乐。

接着，最可怕的、“最可恨”的时刻就是作业“大军”降临：学校作业、数奥作业、英奥作业、音乐素养作业，四大作业军团同时“侵袭”，让人不堪重负。

这就是我的双休日生活，让我又受。你的呢？

共2页，当前第1页12