

最新三分钟即兴演讲题目和答案(实用8篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。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作文，欢迎大家分享阅读。

三分钟即兴演讲题目和答案篇一

什么样的朋友才算真正的好朋友？这个问题一定有很多人都在问。现在，我就教给大家一个最简单的评判标准，那就是——如果你和她很长时间没有联系，你们再见面时依然有说不完的话，不陌生，不疏离，感觉像从来都没有分开过一样。哪怕什么都不说，在一起也不觉得尴尬。这样的朋友，就是你一生的好朋友了。

其实，有时候，你太容易在友情中受伤，不是朋友的原因，而是因为你对朋友的期望太高。她和你是好朋友，不意味着她就没有交别的朋友的权利，不意味着她就不能和别人聊得热火朝天，也不意味着她事事都要顾虑你的感受和你的看法。就算是最好的朋友，她也可以拒绝你的要求，也可以不同意你的观点，也可以对你提出批评，也可以和别人聊得热火朝天暂时忘记你的存在。哪怕你再反对，她也有权利选择她自己的选择，热爱她自己的热爱。反之，你也是一样。不要总是说自己被友情弄得伤痕累累，很多的伤都是你对友情的要求过高才造成的结果。

每个人都喜欢听好话，嘴上抹蜜的人比起那些不擅长表达的人，好像总是要多那么几个朋友。但是聪明的你们，当你看一个朋友对你是不是真心的时候，一定要好好想想她对你做过些什么，而不是她对你说了些什么。即使是在言语上伤害过你的友人，如果在你最需要帮助的时候帮助过你，为你挺

身而出过，都是值得你信赖的朋友，要珍惜。

当你遇到另一种情况，那就是朋友已经伤害了你，你是否应该原谅她。

虽然，从小我们被教育宽容是一种美德。但是，你一定要在心里给自己设定一个底线。如果不触碰，一切都好说，如果触碰了，你就要认真地考虑一下，你们之间的朋友关系到底应该继续还是结束。其实，你不一定要费尽心思去守护一份友情的。你想想，如果大家都说她不好，你非要说她好，就等于你告诉她，就算她做了任何伤害，你都是可以接受的，也是可以被宽容的。

如果在很久之后，你想起她对你的伤害，你还是觉得不能原谅，你也完全不必原谅她。但是，你一定要放下，不要去打听关于她的一切。因为她无论是好上天还是坏到底都跟你没有任何关系了。各走各的路，无需嫉妒，更不必悔恨。

最后，用一句话来概括友情：在一起很欢喜，分开后很想念，只是想念也很欢喜。

玫瑰不及百合的高洁与典雅，百合不及薰衣草的浪漫优雅，但就是普罗旺斯的薰衣草花海也不及友谊的芬芳与美丽。朋友是个令人愉快的东西，他们总在不经意间给我们支持和安慰，在朋友面前，我们可以纵情放肆的苦笑，在朋友面前，没有那些矫揉造作，阿谀奉承。有的是直言与关爱，理解与宽容。

在阿拉伯有这样一个传说，两个朋友一起去沙漠旅行，但他们在途中吵架了，一个人甚至还给了另外一个人耳光，挨打的觉得搜到了侮辱，但他在沙子上写道，“今天，我的好朋友打了我。”他们在沙漠中继续旅行，后来遇到了风沙，他的朋友又救了他，他就用小刀在木头上刻下，“今天我的朋友救了我。”他的朋友很好奇，问他，为什么要这么做？他却

回答说，“朋友对我的坏确实我不顺心，但一吹风事就过去了。但朋友对我的好，我要提醒自己时刻铭记在心。”“万两黄金容易的，知音一个也难求。”所以有了朋友我们就一定要好好珍惜。他们是我们人生的一笔财富，有了朋友我们才会幸福快乐充实的度过每一天。没有朋友的人在富有也是贫穷的。

你身体里的满强热血，是真挚的友谊在静静的流淌永不止休，夜空中那璀璨的繁星，是朋友那永不湮灭的双眸，当全世界都背叛你当众人都离你而去，回首，朋友还在我们的身后为我们默默地守候。

同学们，还记得你生病时为你着急上火的那个人吗？还记得天凉了嘱咐你多穿衣服还给你送上一杯热乎乎的奶茶的那个人吗？还记得那个你哭他也哭你笑他也笑，陪着你我是风风火火或是平静的度过一年或是两年美好的高中生活的那个人吗，他们就是我们的好朋友我挚亲挚爱朋友。亲爱的同学们，请你们用最嘹亮的声音回答我，你们爱不爱自己的朋友？你们会不会与他们不离不弃！

三分钟即兴演讲题目和答案篇二

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家早上好！今天我国旗下讲话的题目是《让梦想腾飞》。

我们每个人都有梦想，无数人的梦想托举起一个强大的中国梦。梦想是石，擦出星星之火；梦想是火，点燃希望的灯；梦想是灯，照亮前行的路；梦想是路，引你走向成功。

我们有梦想，学校给我们提供了良好的条件，引领我们的青春，助力我们梦想的腾飞。午间，体育馆里同学们施展青春的活力，洒下汗水，那是篮球社和羽毛球社的同学们在朝着梦想迈出坚实的每一步；教室里，同学们在老师的带领下穿

越时空，往返于古今中外，那是史镜堂的同学正在探索国家的崛起和衰亡，学习古人的智慧；法庭社的同学再一次开庭，他们在模拟的法庭中感受法律的庄严；下午，同学们会到自己感兴趣的专业教室，在专业老师的带领下朝着梦想迈进；学校还会带我们去天安门看升国旗，增强我们的爱国之心；带我们听音乐会，培养我们的内涵修养，让我们聆听世界的声音。这一切的一切都是学校对我们梦想的重视和呵护，竭尽全力助力我们梦想的实现。

在这样优美和谐的环境中，我们有什么权利无所事事呢？同学们，作为一名中学生，我们要有一个梦想，目标。当代青年的抱负决定着中华民族未来的前途和命运，共和国的新一代骄子应当不负重托，以更强的使命和责任感迎接新世纪的挑战，在壮阔的新世纪画卷上书写新的篇章，给未来的东方时空播洒更多的甘露和阳光。

即将开始艺术节，希望大家踊跃参加到其中，尽情展示自我才华，践行我们青春美好的誓言，让我们的青春充满活力，让我们的生活丰富多彩！

我的讲话到此结束，谢谢大家！

三分钟即兴演讲题目和答案篇三

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！

独立，按照我自己的理解，就是独立，活在这个世界上。我们每个人从小就被父母照顾。爸爸妈妈给我们安排好了一切，我们什么都不用担心。而我们这些向往自由的小鸟，却总是期待着有一天脱离父母的控制，在我们的蓝天上自由飞翔。我也这么认为。

在择校的时候，我选择了世外西区，不仅因为它有一个美丽的校园，还因为它是一所寄宿学校。我一直希望中学能在生活的学校里学习和生活。这真的说明我已经是一个有独立生活能力的人了。很多人得知我要住校后，都问我：“姐姐，你会想家吗？”“没有！”我毫不犹豫地回答。我的一个叔叔也为我发现了父母可以每周三来看我。听了这些，我坚定了住校的想法，向他们证明我已经是一个独立的人了！

但是，独立并没有我想象的那么简单快乐。学校里的独立没有夏令营那么短暂的几天。刚在学校生活的时候，因为学校时间太紧，没有完全适应，把一切都搞得一团糟。我甚至开始怀念父母的唠叨。这时，乡愁出现了。从周二开始就盼着周三了。我希望我妈妈能来看我。周三，我在操场上散步，看到一个熟悉的身影，妈妈！我冲过去扑到妈妈怀里，眼泪夺眶而出。

刚发现独立不容易。现在逐渐适应了独立生活，说明一切都需要一个适应期。现在，我们能做的就是独立生活。我们将来会在经济上独立。

独立，苦，乐！

三分钟即兴演讲题目和答案篇四

日常生活中，我们经常会被一些凡人善举所感动。比如说在你受伤的时候同学关心的目光、在你生病时家长照顾你的一举一动、公共汽车上别人给你让座这些看似毫不起眼的举动，却使我们深深地被感动。这次我要讲的是我的班主任李老师。

李老师不但交给我知识，还在我成长过程中及时给予了关爱、支持和人生启迪。

叮铃铃，叮铃铃，上体育课了。今天，体育老师说，运动会快到了而跳长绳也是一个集体项目，所以最近都要训练大家

跳长绳。刚开始我不敢跳，害怕被抽到，而会跳得则极力催促我们让我们也一起跳。慢慢地有些大胆的同学越跳越好，而我还是发挥的不太理想。到后来，几乎大家都能很熟练的跳过了，可我还是发挥不太稳定，时好时不好。于是就有一些人开始让我自愿退出队伍。后来，每当我跳不好时，就会传来一阵责骂声。由于跳长绳是集体项目，同学们认为我的不稳定表现会连累我们班在运动会上的成绩。这是我很伤心又不知该如何是好，我也担心自己的不足为班级抹黑，于是去到老师办公室，找李老师哭诉，李老师拍拍我的肩膀，对我说：那些嘲笑你的人确实有错，但是，你可以把他们的嘲笑化为前进的动力啊！孩子，不要害怕，鼓起勇气，你一定能克服困难的。不知为什么，听完老师的话我心里踏实了许多，接下来的练习中也没有那么怕绳子了，而且，不会太介意其他一些同学的嘲笑，专心的练习跳绳。最终，我依靠自己的努力，跳好了长绳，并且把长绳变成了我最爱的运动。

这一番话如同刻在了我的脑海里，永远挥之不去。从此以后，每当我遇到困难并被别人嘲笑时都会想起这番话，它让我有了勇气去面对困难。

因为这句话使我更加自信，因为这句话使我遇到困难时鼓起勇气不在后退，也因为这句话使我被深深地感动。

三分钟即兴演讲题目和答案篇五

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！

今天去教育局，到了那才知道要面试，吓了我一声汗，好在不是说课，是3分钟即兴演讲而已，题目是：今天，我如何建设师德。在当时紧张的情况下我实在不知道要怎么说，就随便准备了一下。内容如下：

师者，所以传道、授业、解惑、树人。教师不仅要教书更应育人。学校是学生成长的摇篮，而教师则是学生成长的拐杖。我们应该利用好这根拐杖！现如今，我们更重视教师的素质修养，而师德也是其中一方面。我认为建设师德应该做到以下几点：

□

教师应该平等地对待每一个学生，善于发现学生身上的闪光点。冰心说过：“世界上没有一朵鲜花不美丽，没有一个孩子不可爱。”

□

在批评中成长的孩子学会了谴责，而在赞扬中成长的孩子就学会了自信。每个老师都应怀着赏识的态度去看待每一位学生！

□

生活中，学习上的‘琐事’都能成为一个教学案例，教师应抓住每个细节，循循善诱！

教师是学生学习的榜样，因此教师的一举一动都会被学生所模仿。

以上就是我今天即兴演讲的内容，上台一点都不紧张，可是就是到最后不知道讲什么了，楞那了几秒钟，好在时间到了，不然糗大了，感觉自己讲得有点离题……好在我仪态大方，还和老师们眼神交流了好几次的，不知道老师能不能网开一面，哈哈，就给我个高分啦！

三分钟即兴演讲题目和答案篇六

尊敬的各位领导、各位评委、老师们：

大家下午好！

也许你曾抱怨过上帝是捉弄人的，他对你吝啬幸福，却让痛苦折磨着你，日日夜夜，疲惫不堪，换来的只是滚烫的泪珠。但苦尽甘来后，当你揭开那沉重的幕纱，你会看清，上帝是公平的，磨难也是一种财富。

曾经有人做了一个试验。他点清了一座山林中的红羊后，把山中的狼全部捕捉起来，让红羊没有敌人。照理说，红羊应该是悠闲自得、快乐地生活了，但事与愿违，红羊为了争夺一小片土地、甚至一棵青草而搏斗，由原来一支整齐的队伍变为一盘散沙。经过搏斗的红羊一只只疲惫不堪，过去那种矫健、奔跑如飞的红羊在这座山林中再未曾出现过，而且，红羊的数量也在逐渐减少。是什么原因呢？因为人们捕获了狼，红羊没有了给它们造成生命威胁的动物，而自相残杀直至消亡，失去了危机，同时也失去了生机。可见，在生态环境中，没有磨难就不会有生态平衡的系统。

张海迪胸部以下失去知觉，但这些困难反而使她有了更为远大的目标，学习掌握了德语、日语、英语。她为什么能取得常人都不容易取得的成就呢？因为她在承受巨大挫折的同时，也将挫折化为了动力，让挫折成为自己的奴隶，再一次战胜了磨难。

人生如一块璞玉，这是上帝赐予你最大的财富，这块璞玉中有着酸甜苦辣，也许痛苦过后便是幸福，这是上帝给予你最大的机遇。只有自己努力来雕琢这块璞玉，才能使它成为完美无瑕的艺术品。

同学们，当你遇到挫折、困难时，不妨想想，上帝是公平的，

有时磨难也是一种财富。

谢谢大家！

三分钟即兴演讲题目和答案篇七

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

宇宙无垠，星河浩瀚。

一个世纪又一个世纪，银河系这颗蔚蓝色的星球——地球在不停地旋转。地球向人类慷慨地提供各种资源，人类也在地球上一代又一代地繁衍生息。

只有一个地球，如果它被破坏了，我们别无去处。让我们快快行动起来吧！走吧，让我们植树在荒山里，将小鸟放飞在蓝天上，栽花种草在校园和小区。来吧，让我们打造一片绿色，送给大地一件绿色的‘纱衣’。

不要再去排放废气，多骑自行车出行，还大自然一片洁净的空气；不要再杀害野生动物，不要再喝鱼翅汤，不要再吃熊掌和果子狸。每一个物种都有生存的权利，所有生物都应该自由自在地生活在大自然的怀抱里。

爱我家园，让我们一起行动起来保护大自然，保护地球，保护我们美丽的家园吧！

三分钟即兴演讲题目和答案篇八

尊敬的各位评委，在各位观众：

你们好！

我演讲的题目是青春本色！

作为新一代的我们理想是饱满的，我们对未来充满激情，但是我们却不得不承认，现实是骨感的！因为青春不仅仅需要激情，同时也需要一颗求实进取的心！每一个人都有自己的梦想，然而梦想总是离现实相隔万里。有些人梦想成为教书育人的人民教师，有些人梦想成为救死扶伤的白衣天使，有的人梦想成为保家卫国的人民子弟兵，有的人梦想成为人类社会开展的工程师……不管是教师也好，医生、战士还是工程师，只要对国家、对社会奉献了自己的价值，他们都有同一个美丽的名字，叫做“人类绿色灵魂工程师”青春是我们现在所拥有的最珍贵的财富，我们的生活应该充满激情！青春，充满了梦想。

然而我们的生活中有许许多多的无奈，当我们经历了越来越多的坎坷，我们是否会对未来产生一丝迷茫，我相信答案是肯定的！但是这并不是我们可以失败的理由，也绝不是我们就此沉沦的原因，青春应该充满朝气，记得奥斯特洛夫斯基的《钢铁是怎样炼成的》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，充满着求知和斗争的志向，充满着希望和信心的青春！”确实如此。

青，是绿色，是生命的颜色，春，是季节，是成长的季节，青春是人生最美好的季节，青春是人生最铿锵的篇章，青春是摧枯拉朽的豪情，青春是旭日东升力量，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！少年兴那么国兴，小年强那么国强！此时的我们正当年少，正如一柄刚刚出炉的刀，容不得版刻的等待遇迟疑，否那么只会在似水的岁月中慢慢氧化失去光泽，随即斑驳、锈蚀、风化，最后成为一块废铁！

有人说，19世纪是英国人的世纪，20世纪是美国人的世纪，而21世纪，就是我们中国人的世纪，中国经过几十年来的艰

苦建设，已取得了“乘长风，破万里浪”的迅猛开展，但我们不要忘记，我们仍然是个开展中的国家，还有许许多多地方有待完善和开展，要想国家富强，就必须努力，而希望就寄予在我们这一代人身上。有一句俗语说，能登上金字塔的生物只有两种：鹰和蜗牛。虽然我们不能人人都像雄鹰一样一飞冲天，但我们至少可以像蜗牛那样凭着自己的耐力默默前行。

我们坚信：宝剑锋从磨砺出！