

# 家政公司演讲稿三分钟 高中三分钟演讲稿三分钟演讲稿(模板7篇)

要写好演讲稿，首先必须要了解听众对象，了解他们的心理、愿望和要求是什么，使演讲有针对性，能解决实际问题。那么你知道演讲稿如何写吗？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看一看吧。

## 家政公司演讲稿三分钟篇一

从儿时的牙牙学语到此刻的辩论辟谈，晃晃而悠的时间，在日新月异中流逝，消散。可梦想却在这摸不着的淡忘中扬起风帆。有位哲人说过：“梦里走过许多路，醒来却还是在床。”他形象的告诉我们一个道理：人不能躺在虚幻式的梦想中生活，在梦想中等待新的开始不仅遥遥无期，甚至连已经拥有的也会失去。朋友们，你们是否也在虚幻式的梦想中徘徊呢？人的一生要有所追求，要有属于自己的人生梦想，人生目标。前人说得好：有志者立长志，无知之人常立志。那些无志之人将自己的蓝图构画的十分完美，但却不付诸行动，不去努力，或者只是三分钟热血，那么最终也只能使空中楼阁，海市蜃楼罢了！

我们早已告别无忧无虑的儿童时代，步入了少年，今天的我们充满力量，充满志向，充满希望。如今，我们有必要去好好规划一下我们的人生，为自己，为父母，为我们明天的生活去努力，去奋斗。别再犹豫，别在徘徊，时光在流逝，青春就在我们手中，抓住这短暂即逝的光阴，珍惜这来之不易的生活，为生活，为梦想去拼上一拼！

列夫托尔斯泰把人生的梦想分成一辈子的梦想，一个阶段的梦想，一年的梦想，甚至一天，一小时，一分钟的梦想。如果我们也能按照这样的模式去规划我们的梦想，每天进步一点，那么你会以最短的时间，最高的效率实现你的目标，实

现你的梦想。但是，要知道机会永远是留给有准备的人的。的确，青春是资本，但是如果你不懂得珍惜，不去把握，时不待人，稍纵即逝，终将一事无成。我们的人生只有一次，青春只有一次，它禁不起挥霍，它终将逝去。人生就如同一个坐标，时间是纵轴，梦想就是横轴，人生的目标就在这个坐标中移动，不要怕输，青春是永不服输的，只要你去行动，只要你肯努力，梦想终究会实现！

在自己的世界里，到底什么才是你的梦想呢？梦想不能说，会破；梦想不能碰，会痛；梦想不在前方，在以往；梦想不在水面，而在深埋藏；有时候梦想不是物质，而是精神；有时候梦想不是炫耀，而是远离尘嚣；有时候梦想不是为了自己，而是心中所想到的人；有时候梦想不是生前，而是生后；曲终了，人散了，梦想就出现了；酒醒了，心碎了，梦想就清晰了；坚持了，熬过了，梦想就实现了；去过了，看见了，梦想就放大了；梦想不是回忆，是努力，是努力了创造活着的意义；梦想不是忍受是怒吼，是决定在明天不等待；梦想不是服输，而是挣扎，然后活得更潇洒；梦想不是保守，而是愿意付出任何代价，然后分享给大家；原来梦想不是孝顺，而是有时间去陪伴；原来梦想不是溺爱，而是有能力去关怀；原来梦想不是争辩，而是会心一笑；原来梦想不是来自光明的动力，而是常常来自于阴沉的激励。

昙花苦等十年，只为一现，甘愿承受长久的寂寞；雄鹰苦练十年，只为搏击长空，毅然接受了严峻的考验；彩虹苦经风雨，只为展现自己，甘愿经受风雨的洗礼；流星放弃生命，只愿瞬间永恒，宁可付出沉重的代价。梦想，一旦付诸行动，就会变得无比精彩。人生道路漫长，也有铺满鲜花的日子，也有阴雨连绵的时候，有掌声环绕的日子，也有独自一人寂寞的时候，当我们不可避免地遇到挫折和困惑，走到人生的低谷，我们唯一的办法就是调整好自己的心态，坚持自己的梦想与信念，继续向前走。林肯说过：“每个人都应该坚韧不拔，百折不挠，勇往直前的使命感，努力拼搏是每个人的责任，对于这样的责任感，我们应该怀有一种舍我其谁的耐

心，毅力与信念。

海阔任鱼跃，天高任鸟飞。每个人都怀揣着属于自己的梦想。然而，什么是梦？什么又是梦想？梦是期待，而梦想是坚强——是你把飘渺的梦坚持作为自己梦想的勇气与执着，是你对自己负责的最高境界。但扪心自问，我们有多少人能够成就自己心中最初的梦想？我们的梦想，是一个简单的信念，是一份对自己未来与生命的责任。也许，是二十岁的豪情壮志；也许，是青春期的迷茫与冲动；也许只是一份平淡的渴望，渴望掌声，渴望成功。无数的“可能”，无数的“希望”，以为我们的青春岁月充满奇迹，我们心中大大小小的梦在生活中的每一个角落里弥漫芬芳。亲爱的朋友们，回眸自己的一路成长，还记得每一个梦想带来的悸动吗？让梦想从心灵起飞，让梦想在岁月的海洋中扬帆起航！

## 家政公司演讲稿三分钟篇二

我会想起“未来”“期望”“美好”“努力”这四个词。

梦想，它是对未来的期望，它比现实更加美好，但却需要更大的努力与付出。梦想，它不像白日梦那样遥不可及，只要你努力就有可能办到！梦想，我相信只要是一个有知识的人就会有梦想。可是有些人，只是嘴上说说要努力学习实现梦想，可自己却在冥冥中慢慢退步，最后说“我不想实现梦想了”。梦想它不是你偶尔做一做作业，偶尔上课听听讲，偶尔举手回答问题就能实现的，它必须要通过自己的努力才能实现，那些实现了自己梦想的人，他们在背后付出了多大的努力，流下了多少泪水和汗水才实现了梦想，实现梦想，并没有那么简单。

梦想它没有大小之分，不管是探索宇宙的奥秘，保护地球，教书育人，还是救死扶伤等等，都是一个梦想。它值得人们为了这个梦想不断去努力，只要肯努力，梦想就会开出绚丽的花朵，自己的心中也会绽放出耀眼的光芒。

梦想是属于自己的，这个梦想，是在你坚持了几年，几十年才完成的，无比珍贵。首先我们自己先要清楚，我们的梦想是什么。我们做了这个职业，能为祖国做些什么，做出哪些贡献。

比如现在的人气小偶像tfboys[]20xx年出道的一个组合，首先是大哥王俊凯一人担任，后来加入王源，易烱千玺组成了tfboys[]我们在电视上很容易看到他们那三个小男孩，他们仅仅出道了1年，人气就直线超过了韩国明星，他们只是14、15岁的小男孩，许多人发出疑问，他们凭什么这么红？他们只出道了一年，演唱了许多歌，发表了许多专辑，参加了杂志拍摄，代言真知棒，热力赛车，雅客食品，在快乐大本营上登台演出等。你们只是说他们凭什么这么红，有的说是因为队长王俊凯家里是富二代，所以他们会红，但是你们有想过他们在背后付出的所有努力和汗水吗？在新闻当事人中，我们可以清楚地了解到他们的日常生活，和在红之前所有的训练。有一期里，我们可以看到大哥王俊凯和队员王源在训练拉筋的时候是多么痛，甚至哭出来，但是他们依旧没有放弃！不管路途有多遥远，王俊凯家离训练的地方很远，他每天早晨六点就要起床去训练，几年中，不管春夏秋冬，他都只有一次因为天气太冷而迟到过一次！那时他才11岁！同龄的孩子里，没有几个像他这样为了一个梦想努力的吧！在tfboys三人共同的努力下，他们成功的实现了自己的梦想！成为了一个歌唱和舞蹈都行的全能idol[]

同学们，每个人都有梦想，不管大或小，不管崇高或平凡，双目失明的人，梦想着看到春天那一缕阳光，双耳失聪的人，梦想着听到夏天那一声蝉鸣，不能说话的人，梦想着诉说自己的心事。不能走路的人，梦想着踏上祖国那肥沃的土地。梦想让自己的人生有了意义，让生命有了目标。假设我们都没有梦想，那我们会是什么样的？可想而知。

我自然也有一个梦想。那就是去教书育人，当一名老师。每

当我在电视上看到那些贫困山区的孩子们每天起早贪黑、跋山涉水去学习的时候，心里不由得涌出一股暖流，心里想：我以后一定要成为一名老师，不让那些孩子们那么辛苦！让那些想学习的孩子走出贫穷，走出大山，来到这美丽的城市，不用再走那危险的山路，让他们来实现自己的梦想。教师虽然只是一个普普通通的职业，但在我心中，却是一个很光荣的职业，令我自豪的一件事！因为在我的教育下，会有更多爱学习的孩子，我会为国家培养出更多的人才！

同学们可能会问，实现梦想很难吗？其实，梦想并不是那么高不可攀的，只要同学们循序渐进，制定出可以达到的目标，一点点的来努力，不断奋斗，相信你们最后都能到达终点。即使实现梦想的道路很艰辛，也无所畏惧，直到梦想成真。同学们，我们不仅要有梦想，更要时刻鼓励自己去实现梦想，每个人心中都有一股向上的力量，梦想就像一个指南针，把你引向正确的方向，走上成功之路！

梦想是平凡生活中的等待，梦想是奋斗路上的执着，梦想是漫漫长夜里的一丝光明。梦想不是一下就能实现的，难免遇到挫折，但只要我们克服困难，继续前进，一定能实现梦想！让我们一起为了梦想努力，一起实现梦想吧！

## 家政公司演讲稿三分钟篇三

尊敬的评委，各位听众，大家好！今天我演讲的主题是征信，这是一个关乎每个人都会接触到的话题。在这个日益复杂的社会里，保持良好的信用记录非常重要，它关系到我们申请贷款、购买房屋、租房子、申请信用卡等许多方面。所以，我想分享一下我对征信的一些体会和想法。

### 第二段：征信的定义

首先，我们需要了解什么是征信。征信是指一种评价个人的信用记录的系统。每个人在从事经济活动时，会产生一些信

用记录，如借贷、信用卡、担保、保证等交易记录，并将这些记录提交给相应的征信机构。征信机构将这些记录整理汇总，并形成一个个人的信用报告。

### 第三段：征信的重要性

那么，为什么征信如此重要呢？首先，所有银行、信用卡公司、房地产公司和其他金融机构都会使用征信机构提供的信用报告来评估一个人的信用记录。如果你的信用记录不良，他们将可能拒绝你的申请。其次，一个好的信用记录将帮助你更容易地申请贷款或获得更好的贷款利率。它还能帮助你租到更好的房子，并获得更好的保险费率。综上所述，保持良好的信用记录是每个人日常生活中必须要注意的事项。

### 第四段：如何建立良好的信用记录

接下来，我们来谈谈如何建立良好的信用记录。首先，确保按时还款。无论是信用卡、贷款还是其他形式的借贷，逾期还款都会严重损害你的信用记录。其次，管理好你的信用卡使用。不要超支或者超过信用额度，这将会产生不良记录。另外，不要申请过多的信用卡，因为银行会怀疑你是否能够按时偿还所有的信用卡账单。最后，保持稳定的工作和住址，这可以帮助你提高你的信用等级。

### 第五段：总结

最后，我想总结一下我今天演讲的主题——征信。征信是一个评估个人信用记录的系统，它的重要性不言而喻。保持良好的信用记录可以帮助我们申请贷款，租房子，申请信用卡等方面更轻松容易。而我们可以通过按时还款、管理好信用卡使用、少申请信用卡以及保持稳定的工作和住址等方面来建立良好的信用记录。最后，我再次感谢各位的聆听和评委们的支持，谢谢！

## 家政公司演讲稿三分钟篇四

今天是我课前三分钟演讲的时候了。在基督降生320xx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？！

# 家政公司演讲稿三分钟篇五

尊敬的评委、亲爱的听众，大家好！我今天的演讲主题是征信。征信作为金融领域中至关重要的一项服务，几乎涉及到我们的日常生活的方方面面。正因如此，我深入研究征信信息管理，了解了征信对我们的意义和重要性，总结出了一些自己的体会和思考，今天我想分享给大家。

## 第二段：征信的定义和意义

那么，什么是征信？简单来说，征信是指经过银行、信用卡公司等金融机构的授权，由专业的征信机构所收集记录的与个人信用有关的信息。它主要包含个人的信用等级、信用记录、还款记录、欠款以及借贷信息等。征信的意义不言而喻，在我们的日常生活中，征信记录与我们的金融生活息息相关，申请信用卡、贷款、购房、租房等，都会涉及到征信的问题。

## 第三段：征信的影响因素和重要性

那么，我们的征信如何得出呢？有不少人认为，征信就是一份简单的信用档案，是按照照片、个人资料、电话号码、地址等个人基本信息以及贷款记录、信用卡记录、欠款记录等因素来评估的。但是实际上，征信不仅仅是这样。市场上每个征信机构都有自己的评分模型，常见的主要因素包括信用卡账户管理、信用卡使用情况、贷款还款记录和债务负担、法律纠纷等。因此，每个人的征信结果都是不一样的。因此，保持良好的征信记录至关重要。一个好的征信记录可以为我们带来无数的好处，例如更好的利率，更多可获得的借款金额和更高的信用额度等等。而一旦失信，则可能面临额度减少、利率提高、进入黑名单等重大后果。

## 第四段：建立良好的征信记录

那么，怎样才能保持良好的征信记录呢？首先，我们需要



认真审视自己的日常生活，保持良好的还款习惯，养成约定俗成、遵纪守法、爱护信用良好的信用风格。此外，提高自身的金融素质和意识，对于相关的法律法规和市场细则要有所了解 and 掌握，这样才能真正保障我们的资产安全以及信用记录的良好。

## 第五段：总结

尊敬的评委、亲爱的听众，从今天的演讲中，我们了解了什么是征信，征信的意义和影响因素，以及保持良好的征信记录所需要注意的事项。综上所述，征信是金融领域中不可或缺的一环，而建立良好的征信记录则是保护自身资产安全和促进自身发展的重要保障。让我们共同努力，共建公平安全、诚实守信的金融生态环境！

## 家政公司演讲稿三分钟篇六

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！

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。

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！

## 家政公司演讲稿三分钟篇七

同学们：

俗话说：“笑一笑，十年少”。其实，微笑不仅能让你年轻，

还是一座沟通人际关系的桥梁，一剂化解人们矛盾的良药。

你听说过关于日本原一平先生的故事吗？

原一平本是一位极其普通平凡的保险推销员，他相貌平平，身高只有158厘米，但是，他为什么能成为日本家喻户晓，妇孺皆知的名人呢？正是因为他有事没事就研究微笑，对着一面随身携带的小镜子练习，并把这些微笑应用到工作中去，才走向了成功，成为鼎鼎有名的人。

原一平在工作中，在生活中，一共研究出了39种微笑，并且自己也将这39种微笑练得非常自然。有的微笑能让人感到温暖，有的微笑能让人感到亲切，有的微笑能带给人们力量，有的微笑能让烦躁不安的人立刻安静下来，有的微笑能让你不由自主地去聆听。

正是他的微笑，才让人乐意购买他推销的保险，认为他推销的保险有百利而无一害；正是他的微笑，让客户与他成为无话不谈、无事不说的知心朋友。

的确，微笑能沟通人的心灵，把彼此间的距离拉近，甚至帮助你走向成功。

记得一次去医院看病，我坐在椅子上排队等待，一个男的对着护士说：“你们这是怎么搞的？医生约了我上午9点整来，你自己看看都已经9点40分了。”我本以为护士肯定会以牙还牙，然后两人会大动干戈，谁知，护士却微笑着对那个男的说：“先生，实在很抱歉，人太多了，我进去帮您看看，也催一下。请您稍等。”过了一会儿，只看见那个护士微笑着说：“先生，到您了，请进去。”我不禁佩服起这个护士来，过了一会儿，那个男的出来了，他找到刚才一直对他微笑的护士，诚恳地说：“刚才实在对不起，请原谅。”护士依旧微笑着说：“没关系的。”

可见，微笑有时候还能化干戈为玉帛。

每天你给别人一个真诚的微笑，别人也会给你一个微笑。

微笑能让别人对你所怀的顾虑在一瞬间消失；微笑能让你与别人的关系融洽；微笑是沟通彼此心灵的无声语言。既然如此，那么，朋友，就请大方起来，请别吝啬你的.微笑。

谢谢大家！