# 最新上课前三分钟演讲 上课三分钟演讲怎么说(19篇)

来源：网络 作者：逝水流年 更新时间：2024-10-05

*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。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。上课前三...*

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。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

**上课前三分钟演讲 上课三分钟演讲怎么说篇一**

生活颇像一枚橄榄，有喜有优，有笑有泪。生活中的“苦”，代表着不幸与失败，而生活中的“甜”，则包含着幸福和成功。巴金曾说过：“人们是这样，苦与甜交织他的心房，成与败编成他的历史。”的确，在茫茫的大千世界里，“苦”与“甜”织就了人们的生活。

苦与甜是对立统一的，没有苦，就无所谓甜;反之，没有甜，也就无所谓苦。“吃尽苦中苦，方得甜中甜”，无数历史事实，都证明了这一点。

春秋末年，吴国打败了越国，越王勾践卧薪尝胆，励精图治。“苦心人，天不负”，越国重新强大起来，一洗前耻。勾践的成功正是“艰难困苦，玉汝于成”的最好注解。

小橄榄中含有各种各样的物质，但只有在唾液中酶的催化作用下，才反应而生成糖类。生活中，“苦”转化为“甜”，同样是得有一定条件的。其中，最重要的是，一个人必须有拼搏和奋斗的毅力，有与不幸和困难决一死战的精神。

海伦凯诺是一位集聋、哑、盲三种残疾于一身的美国姑娘，但在老师的培养下，她从未沉沦。她把泪水溶进生命，在崎岖的人生道路上艰难地跋涉，在汹涌的人生海洋中顽强地扬起风帆。功夫不负有心人，海伦终于成了一名震古铄今的教育家和作家。

由此可见，只要锲而不舍，即使是在极端不利的条件下，也可以取得巨大的成功，也可以化苦为甜。“自古雄才多磨难，从来纨垡少伟男。”的确，苦难，对于懦夫是异常可怕的，而对强者，则是磨砺意志的砥石。苦转化为甜决不是轻易的，它需要付出代价，这代价有时甚至是青春、鲜血和生命。

小橄榄实在太苦了，于是有人把它用盐水泡过了再吃。这样，苦味没有了，但甜味也大为逊色，远不及先前那般清香、甘甜。生活不也是如此吗?只有尝到那苦到极点的滋味，才能享受到甜到极处的舒畅。试想，梅花如若不经一番寒霜苦，又焉能花香袭人呢?人，如果自甘落后，违背甜与苦的辩证关系，那么甜同样会转化为苦。就如那水，有蒸发升腾为彩虹的高雅美丽，也有堕入阴沟的污秽不洁。类似之事，在我们周围是屡见不鲜的。

当然，也有人对小橄榄尝都不愿尝，或者咬一口就把它抛得很远很远。也许这是个人的爱好，别人无权干涉。但倘若对待生活如此，那他将永远品尝不到小橄榄的美味。怕苦，会使人一事无成，会使人“白了少年头，空悲切”!生活中处处都有哲学，正如小小橄榄也会使我们悟出苦与甜的辩证关系一样。

为了甜的到来，让我们勇敢地投入生活，去品尝那苦涩的“小橄榄”，去迎接那充满无穷的幸福回味的明天吧!

**上课前三分钟演讲 上课三分钟演讲怎么说篇二**

古老的钟声在耳畔响起，缓缓睁开了眼，不禁自叹道“好个秦州!”在浩瀚的历史烟海中，在文人的唐诗三百中，在这片土地上人们的久久传唱中。我，是如此的欢喜，成为被人们所牵挂着的长安。

古人云：“秦州之地帝王都!”或许是因为八水绕长安的得天独厚的地理环境，又或是因为主观偶然吧。长安成为了历史上建都最多的古都。

翻看《汉书》，笔墨间的历史激荡之处，点缀了长安的雄伟。细翻史书，想当初。项羽三万楚军大破刘邦。刘邦暗渡成仓逃之夭夭。后正值楚军与秦军正面对敌。刘邦却从一个市井之徒，急越函谷天险，入了咸阳，一举成为了关中王。同样的人物却又在不同的地方改写了命运。忍辱偷生的汉高祖和一把焚阿房的西楚霸王，在乌江边上。一个开始了自己的盛世辉煌，一个悲歌了自己的无奈彷徨。也许是受到历史的感召，长安在大汉朝的建立下，屹立在渭河平原，开始登上了历史舞台，从此了开始她的繁华三千。

细品《唐诗》，行间的记忆蜂拥而至，成就了长安的俊逸。忽听见李世民的高呼“今天下之才已尽入我矣。”我轻轻地抚摸着雁塔提名的篆楷。想起白居易的“慈恩塔下题名处，十七人中最少年”。还有孟郊的“春风得意马蹄疾，一日看尽长安花”。至今仍能想象出身着白衣的才子，站在夕阳中，年少轻狂的笑。自然有人欢喜有人忧，不知道后世失意的鸿儒们，是否如我一般为长安而怅然。太多感情的投入，已使我失了一个作为看客的漠然。情不自禁，向一幕幕长剧，伸长了自己渴望的脖子。忍不住想在暮春的西京，暂且举酒高歌，附庸风雅一番了。

望长安，忆江南。我久久伫立在这儿，看尽塞北春花，吟罢江南小雪。与江南相较，我是有另一番风致的。唱不惯低吟浅唱的《西厢》，《长恨歌》的故事在这片土地上却更添悲情。“一骑红尘妃子笑，无人知是荔枝来”。杨玉环的爱情故事是为大家所了然的。是呀!多么美丽的女子!你怎么会有如此哀伤的结局。一曲《霓裳》之后，一场生离死别。有人对你口诛笔伐，指责你的《霓裳》，说是“乱了帝王心，覆了天下事。万般缘由，皆系与此女。”你可真又成了北齐的冯小怜，还是南国《后庭花》般的亡国靡靡之音了。这是诗里的诗谶，还是历史的必然。都无可计较了。我想救她，但却不能，唯有为她扼腕。怎么发生在我身上的事，我却无计可寻。只有寻来一丝清风，吹散马嵬坡头的倩影，不要受束于此，可好!

出于什么缘由我也不知。很多人在追寻着记忆深处的长安。或许是因为遥不可及吧，南国的人们更显其甚，不喜烟波画柳桥的怡静，独独偏爱这秦砖汉瓦砌成的长安，歌尽三百故事的长安，故事里人人诉说着的长安。

我已不再是我了，却又愈发显得更像我了。我早已悄然粉墨登场，就在无数个故事中，连我自己也不知道。铅华下的长安，我已不再是我了，却又是我了。

**上课前三分钟演讲 上课三分钟演讲怎么说篇三**

六月的初夏，是最美的一段风景，淡淡的沁入心田的风，带来一段最美的回忆，还有那烙在心底的最美的微笑。那时，云淡风轻，头顶着一汪蔚蓝的苍穹，时而飘过一两片薄薄的云，不久便弥散在其中，那骄阳下的时光，到现在都如此令人难以忘怀，不经意的想起这些，却勾起了藏在深处的两个身影。

夏天来了，游泳成为人们玩耍的主调，爸爸也带我去了海边，说是去玩玩，但是，如果早知道是他为了让我学会游泳才去的话，我一定会反抗这种折磨的，可惜啊……一到海边，他便拉着我匆匆换衣服下水，在水中，他犹如一条得水之鱼，翻腾着，溅跃着，看得我一脸的佩服。爸爸看见我如此，嘴角弯起了一个狡黠的弧度，“想不想学学啊?”我便像小鸡吃米般连连点头。

几分钟之后，我品尝了大自然调配的盐水，心里便咚咚地打起了退堂鼓了，刚欲离开时，爸爸一把拉住我，一个劲儿给我按到水里去了，挣扎着好不容易出水时，撞见了爸爸笑盈盈的脸，之间平日的忧虑。劳累老早便一哄而散，只有如孩童般的喜悦。我明白，这是躲不开的“悲哀”。

灿烂的骄阳炙烤着大地，回归大海是最美妙的事，但此时海边的浅滩中有两道人影，似乎是忽视了周围的一切，一个是我，一个当然是爸爸。我渐渐的进入了状态，对各种技巧，各种方法渐渐熟悉起来，爸爸不出所料的一改脸色，转之为严肃，指导着我。但我偶尔会被呛得剧烈咳嗽，这时望向他时，他便会游过来，拍拍我的背，递给我一个微笑，就再次游开，继续指导，搞得我莫名其妙的，嘀咕着真是六月的天，说变就变。不过也总会在这时，有了一种感觉，不知何处而来的感觉，我便以此为动力，致力于练习，在水中翻腾，一次次精疲力竭，化为又一次次的努力，沉浸于此，未曾注意爸爸脸庞上的线条变得越发柔和，上扬的嘴角不住的表达着喜意，构成了于油画《父亲》截然不同的画面。

我忽的一下钻出水面“终于没喝到水了!”忍不住沾沾自喜起来，然而，下一刻我的表情便凝固了，“水下灵活度太差，继续，到我满意为止。”爸爸的表情再次被严肃取代，看了我一会儿才抛出这句话。我犯着愁，心中叹着：mygod!这是要培养运动员么?继续吧!我可不想出啥事儿……过了很久了，到现在我常常会回想起当时要走的时刻：我练着练着突然“消失”，再突然从爸爸背后跳出来时，爸爸脸上布满的惊讶，成为了我的一个笑料，而他最后脸上挂满了微笑，让我感觉久违的又“神秘”的微笑，令我找到了之前力量的源头，原来，爸爸对我的爱，甚至宠溺，时时绕在我的身边，那天的学习，让我捕捉到了爸爸深藏于心的最美的微笑。

他的微笑，仿佛是无尽沙漠中的一抹翠绿;仿佛是炎炎烈日下的一整凉风;又仿佛是茫茫黑暗中的一处光亮，他的微笑，化为一股斗志，激励着我，鼓舞着我，始终陪伴着我，坦然的，向前方，向未来，缓缓走去……

**上课前三分钟演讲 上课三分钟演讲怎么说篇四**

刚走进腊月，就闻到了淡淡的年味。

每年一到腊八，我就垂涎三尺，因为腊八有好喝的腊八粥。这不，腊八一大早，我的巧手妈妈就用红枣、核桃、大米、糯米、小米、黑米、红豆和葡萄干加上浓浓的亲情熬成了香甜可口的腊八粥，闻起来就让我的口水“飞流直下三千尺”，热气腾腾的腊八粥端上来，我喝着溢满了妈妈浓浓母爱的腊八粥，看着爸爸温暖灿烂的笑靥，感受着如山的父爱如海的母爱，我的心里像灌满了香甜的蜜糖，这就是年的味道——香甜温暖。

“小孩小孩你别馋，过了腊八就是年。”真是啊，刚喝过香甜的腊八粥，我很快来到了腊月二十三，迎来里一个新的节日——小年。我们家乡过新年有扫房子、吃糖果、贴窗花的风俗，我们家刚乔迁新居，不用打扫房子，所以，我和爸爸妈妈一大早就到超市买了六福窗花和一大包糖果。贴窗花是妈妈的工作，我更喜欢吃糖果，尤其是灶糖，所以一回到家，我就迫不及待地打开糖果袋子，抽出一个灶糖，津津有味地吃起来，灶糖的味道香香甜甜，这就是年的味道——幸福美满。

“送走小年辞旧岁，迎来除夕贺新春”，大年三十除夕降临，我和爸爸妈妈乐呵呵地围坐一桌吃团圆饭。外边灯火通明，耳畔炮声不断。门前屋后的腊梅朵朵绽放缕缕飘香，一树繁花的灿烂绚丽传递着浓浓的春的气息;屋内娇艳欲滴的风信子争奇斗艳，房间里弥漫着浓郁的花香。虽然我是个习惯早睡的孩子，但除夕的夜晚我双眼水灵灵地看《春节联欢晚会》一直看到十二点还一点儿不困，爸爸戏称我是“变色龙”。新年的钟声敲响了，我和爸爸点响了长长的鞭炮，伴随着我们“噼噼啪啪!”的鞭炮声，家家户户的烟花爆竹都响起来、亮起来，真是“噼噼啪啪炮竹响，龙飞凤舞烟花靓”，炮竹声声在天空交织着闪烁、升腾、飞扬，伴随着满天飞杨的纸屑和漫天迷漫的烟雾，此起彼伏地响彻夜空;烟花朵朵在天空盛开、绽放、闪亮，千姿百态美不胜收让人目不暇接……这就是年的味道——喜庆吉祥。

“火树银花不夜天，灯火辉煌庆团圆”到了正月十五元宵节，新年已经接近尾声。我和爸爸妈妈簇拥在厨房里，妈妈用洁白的糯米粉混合纯净的水揉成软嫩的面团，做成一个个糯米皮，我们一家人一起用糯米皮包着水果馅做汤圆，你一个我一个，看谁做得又圆又好看。做好了放进沸腾的水中煮，随着热烈的水汽，蒸腾出元宵的香甜，蒸腾出生活的美满。吃过香甜的汤圆，我和爸爸妈妈去看灯展，大街上人山人海川流不息，各式各样的花灯美轮美奂栩栩如生，有孔雀灯老虎灯;有九龙壁有生肖灯……因为今年是鼠年，有很多灯是围绕着马做的，有八骏闹春，有万马奔腾;有鼠年呈祥，有金马送福……这些灯有的在空中，有的在水里，有的在树上，有的在楼台，运用新现代灯光艺术，多重灯光效果设备，加上美轮美奂的亮化工程，打造了一个个绚丽多彩美轮美奂的“梦幻灯光世界。这就是年的味道——灿烂。

这就是年的味道——香甜温暖、幸福美满、喜庆吉祥、光辉灿烂。

**上课前三分钟演讲 上课三分钟演讲怎么说篇五**

从遥远的乡下来到我家，她脑后盘着一个发髻，身穿一件沾满了尘土的蓝布衣，脚踏一双洗的发白的黑布鞋。这位奶奶当然不是我的亲奶奶，她是在我爷爷去世后，我的奶奶请她来我家帮忙干活的。由于这位奶奶人好心善，我爸爸是她带大的，所以我爸爸也尊称她为“妈妈”。也许因为她不是爸爸的亲妈妈，与我并无血缘关系，所以我不屑也不愿理睬“土”气十足的她。爸爸妈妈却对她极为敬重，要她在我们家安心养老。

随着时间的推移，时节已进入了深秋。那天天气骤冷，还下起了蒙蒙雨，天阴沉沉的，空气里透着一股刺骨的寒意，坐在教室里的我冷得直打颤。这时，一位同学跑来告诉我，一位老婆婆为我送伞来了。我的心陡然一沉，悄悄地奔出了教室。

我曾经委婉地对她说过，没事就别来学校，我害怕她的那般装束会引来这些城里孩子无端的哄笑和蔑视的目光。一想到那令人尴尬的情景，我顿感不寒而栗。全身不自在的奶奶正站在一堵墙前，她的身影就像干枯的小树在风中摇曳，阵阵干咳的声音不时从狭长的走廊传入我的耳际。我硬着头皮迎了上去。

奶奶一瞧见我，两眼一亮，原来盈满焦急之情的脸，立刻荡起了笑意，“孩子，天冷了，我怕你着凉，给你拿来了伞和衣服。”说着便把伞和深藏在怀里的衣服送给我。“好了，快上课了，我该回教室了，你也快回去吧!”我说。

“嗯……”奶奶的声音有点涩，一阵风吹过，她裹了裹上衣，孱弱的身躯在风中颤抖。

“孩子，先把衣服添上，别感冒了，还有……”。

“别啰嗦了，我知道了!”我嗔怪着。

她一时愣了，她万万没料到满腔的热情却迎来了一张冷若冰霜的脸，说话间，我忽然发现她额前的头发是散乱的，而且还滴着水，身后的衣裳已被雨水打湿了，紧贴着背，我霎时明白，其实她比我还要冷……

那蜡黄的脸掠过的一丝失望和感伤更是深深地震撼着我，使我不知所措……我意识到，她这么大年纪，大半辈子的劳苦，大半辈子的沧桑，如今竟连对孙女的关怀也不被理解和接受，这确是多么痛苦的一件事啊!

曾听爸爸说，当年因为爷爷早逝，奶奶便请她来打点一切。她也是早年丧父，无儿无女，便任劳任怨地为我们家干了一辈子活。养鸡、养鸭、种地、照顾孩子，她无所不通，一切安排的井井有条，以致我们的家由原来的拮据到后来竟逐渐宽裕。她，就像一只蚕，为我们家吐着绵绵的丝;更像一盏灯，默默地放射出全部的光芒，直到老得不能拿起一样活。

现在，她又把那伟大的爱延续到我身上，而我那苍白的虚荣心却使我看不见她对我的爱。我抚摸着怀里仍带着余温的衣服，一股揪心的愧疚袭上心头，鼻子一酸，双眼不由得模糊了……

泪眼朦胧中，奶奶已默默地走进了雨中。秋风飒飒，掀动着她的散发，阵阵咳嗽声，回荡在茫茫的雨里……秋雨就如绢丝一般，又轻又细，无声无息，那么滋润，那么温柔。深深地愧疚，再一次使我的泪水涌出，扑簌簌地滴落下来。

**上课前三分钟演讲 上课三分钟演讲怎么说篇六**

我爱你，我们的祖国!

作者：张佳艺

我爱你，我们的祖国!

美丽的祖国，我们在书本中认识了你，

是你让我们有了美丽的家园

是你让我们有了宝贵的生命

是你让我们有了可贵的尊严

如果没有了你，我们会在哪里?

是在那充满罪恶的战场上的尸体中

还是被迫移民到日本

祖国，我为你而自豪，我为你而骄傲!

20xx春天是一场迟到的春天

那场震撼全世界的大地震

虽然夺去了许多的 花朵儿般灿烂的生命

但我们还是生死不离

这是因为 我爱你，我们的祖国!

**上课前三分钟演讲 上课三分钟演讲怎么说篇七**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好!

时光在沙漏中悄无声息地流逝。许多记忆已经变得模糊起来，但那段拼搏的时光却令我难以忘怀。

刚上初一时，学校举行秋季运动会。可能是因为我长得比较高大健壮，同学们推荐我加入班里的4x100米接力阵容。其实，他们是以貌取人了，我的100米成绩只是比一般同学略好一点。但当时不知是出于自尊心，还是什么原因，我居然答应了。可答应了，我就有点后悔。好在还有一个多月的时间，我决心拼搏一下。

每天清晨，我被那讨厌的闹钟叫醒，在晨曦中奔跑，一圈又一圈;每天傍晚，我在学校操场上像时钟的钟摆一样，重复着同一个动作，一圈又一圈。练习了一段时间后，我的耐力上来了，不像一开始那么气喘吁吁了，脚步也变得轻快有力了。在和队友们的比拼中，我的100米冲刺成绩也不落下风。可接下来遇到的问题，却令我始料未及，大伤脑筋。

大家知道，4x100米接力是一个团体项目，不是4名队员100米成绩好，你就一定能取得好成绩，更重要的是做到配合默契。配合默契就是交接棒顺利，在最短的时间完成交接棒。在和队友合练时，无论是交棒还是接棒，我都是最差的，不是跑出交接棒区，就是致命的掉棒。更关键的是，训练了几天，我却没有一点长进。我分明看到了队友们眼中抱怨的目光，我想到了放弃。一连几天，运动场上没有了我奔跑的身影，我的情绪低落到了极点，我的生活也变得暗淡无光。可妈妈的一句话“爱拼才会赢”使我重拾信心。在家里，我看着田径大赛录像用短擀面杖和爸爸尝试着交接棒，调整自己的步伐节奏，体会着交接棒的技术细节，不断增强自己的信心。在学校，我在队友们质疑的目光中，踏上了跑道，接棒、交棒一气呵成，毫不拖泥带水，大家向我投来赞许的目光。

比赛当天，我跑最后一棒。当看到第三棒队友向我跑来时，我紧张得全身都要僵硬了，我长吐一口气，拼了!我摆好冲刺的姿势，回忆交接棒的细节。当接力棒打在我向后伸出的右手掌时，我的激情和动力被完全调动起来了，我就像一只脱缰的野马，奋力向前冲去，耳边风声呼呼，第一个冲过终点。

在同学们的欢呼声中，我躺在终点线上，享受着拼搏带来的成功喜悦，浮想起了那一个多月来一天天拼搏的美好的时光。

**上课前三分钟演讲 上课三分钟演讲怎么说篇八**

--年11月6日，是我们-教师都应该记住的日子，是-区全体教育工作者和全体老师值得骄傲和自豪的一天，是将在我区的教育历史上写下光辉一页日子。建国60年以来，党和领导第一次来我市、我区视察教育工作，并对我们这些年来教育所取得成绩给予了高度评价，这是我们全体-教育人共同努力的结果，是大家近几年来辛勤劳作、奋力拼搏的结果。在这喜人而又逼人的新形势下，党和领导给我们提出了新的要求，作为一名教师，我在思考我该做些什么?

答案是：我与教育共发展!

首先，我愿与老师们齐心协力，将教育改革推向纵深。解放思想、转变思路，加大开放才能加快发展，这已成为人们的共识，教育也不例外。在经历了教学开放日，家长课堂的活动之后，在感受到社会各界对教育的关注和理解之时，我才深知，虽然教师岗位平凡，但肩负的却是崇高而伟大的历史使命。改革后的新型教育，关系到亿万青少年的健康成长，关系到全民素质的提高，关系到国家的未来，我怎能懈怠!

其次，我愿与老师们一道，努力追求自身的现代化。要实现教育现代化，师资队伍的现代化至关重要。我身边的许多老师，没有因为身体或年龄的原因而放弃现代教育技术的学习，没有因为家庭生活的变故而耽误自身“现代化”的进程。看到他们为之付出的努力，我确实受到不小的触动。身为一名教师，我的基础和条件并不比别人差，那么，我还有什么理由停滞不前，甘于落后呢?

当然，教师的“现代化”并不是一句空话。面对当前“减负增效”、“轻负提质”的新要求，我们青年教师更应该自觉地变压力为动力，在课堂上严格实施“课课清”的教学流程管理，让学生劳逸结合、放飞心情、融入生活，真正享受快乐幸福的童年。

虽然我已有了几年的教书经历，也取得了一些微不足道的成绩，但处在这大发展大跨越的关键时期，我仍有必要给自己提出如下要求：献身教育、甘为人梯;热爱学生、诲人不倦;严于律己、为人师表。这看似老套的话语，实则蕴含深厚。当今社会，物欲横流，有了献身教育、甘为人梯的精神，才能坚守住三尺讲台;有了关注和爱护、激励和引导，才能使学生树立起理想的信念;有了身体力行、率先垂范的精神，才能得到学生、家长和社会的认可和赞赏。我要胸怀理想，充满工作激情，不断充实提高自我，将爱和美播洒在学生的心田。

我知道，教师的成长发展是一个渐进的过程，发自教师内心求真、求善、求美的内因，才是自我完善的真正动力。我希望，用我的爱心帮助学生撑起一片理想的天空，让他们的人生充满奋进的动力;通过我的引导，教会学生用自己的头脑和双手大胆探索，不断地去寻求和发现真理，让祖国的未来在他们的手中建设得更加美好!

我，愿与教育共发展!

**上课前三分钟演讲 上课三分钟演讲怎么说篇九**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

水的灵动在于有重物的衬托，土的结实在于有生命的踩踏，生命的精彩在于有责任的相随。

生命的存在，让世界变得缤纷多彩，而缤纷多彩的世界，也给了生命无穷的展示空间。生命存于世，总有它的责任，正如绿叶为了衬托花朵的鲜艳。白雪为了衬托梅花的芬芳。星星为了衬托夜空的浩瀚。责任呢？责任是为衬托生命的伟大。生命也因责任而更加的精彩。缤纷的世界给予生命展示的空间，在这个空间里，每一个生命伴演了一个不同角色，不同的角色也赋予了我们不同的责任。

生命是神圣的，责任是崇高的，也许你会因负责任而放弃一些对你十分重要的。但是你必须去付出。

就如那翱翔高空的雄鹰妈妈，为了让儿女以后飞得跟高跟远，它不得不忍受子女的恨及自己的伤心，而狠心地把子女扔下那万丈高崖，也许从此以后它会失去一个爱子，也许从此家庭不在和睦，但是它必须如此，因为这是它的责任，它要把子女培养成一个以后翱翔高空的健儿，就必须如此。

生命因责任而变得精彩，也许你在付出责任的时候会痛苦万分，但是最后的时候，我们不会后悔，因为我们的生命在付出中得到了升华，生命的过程让我们回味无穷。

责任的崇高，让我们仰视，它让你我们的生命更加精彩，正如河流选择了高崖，宁可粉身碎骨，结果美丽由瞬间铸就了永恒，其实它的责任是勇往直前的奔腾。飞鸟选择了高空，也许会筋疲力尽，但它最终到达梦想的地方，并在风雨中逐渐成长，它挑战了广阔的，不可知的大自然，其实它的责任是追求自由以及飞翔。

在追求责任的过程中，那种谁也道不名说不清如烟的境界，证明了生命的精彩，也诠释了生命的意义。千年的古木依就载着沉甸甸的果实，透出生命的馨香，它的香体现着生命的重量，它永恒的存在于世间。

水一样贲腾，为了这生命的重量，鸟儿依然飞翔，为了这天际的广博，花儿一样开放，为了这世间的芬芳。责任的存在，为了体现生命的伟大。

生命因责任而精彩，让我们一起努力，共创美好生命空间。展示我们自己的舞台，这就是我们的责任。

**上课前三分钟演讲 上课三分钟演讲怎么说篇十**

是什么伴我们形影相随?是习惯。是什么在漫长的人生道路上点燃我们心灵之灯?是习惯，是好习惯!它无声地引导我们的行动，默默影响着我们的一生。

大家对“鲁迅”这个名字不陌生吧，他是中国的文坛巨匠，他的很多作品还被选入语文课本中呢。。知道吗?鲁迅从少年时代就养成了爱护图书的好习惯。每次看书，他总是先洗手，一旦发现书脏了，就小心地把它擦干净;他还学会了订书、补书的本领，备有一套工具，如发现书有破损，便及时细心整理，修补，使之面貌一新。因为“爱书”这个好习惯，帮助他在文学上取得这么大的成就。正如培根所说：习惯是一种顽强而巨大的力量，他可以主宰人生。

我这里还有一个故事：1920xx年，一位11岁的美国男孩踢足球，不小心碰碎了邻居家玻璃。邻居要他赔12.5美元，这在当时是一笔不小的数目，他向父亲求助。父亲说：我先借给你，但是一年后你要还我。从此，他开始了边上学边打工的艰苦生活。没到一年，就挣足了这笔钱，还给父亲。这男孩就是后来成为美国总统的里根。我们发现，是诚实守信的好习惯成就了里根总统的人生。好习惯是我们言行的导师，是描绘人生蓝图的五彩笔。

想想我自己，五岁起就开始了漫长的学钢琴生涯。磕磕绊绊,跌跌撞撞,期间不知经历多少的酸甜苦辣，曾经有几次差点放弃。因为坚持,练琴成了我日常生活中的一种习惯,成了我生命中的一部分,钢琴成了我亲密的伙伴;因为坚持,几年的努力没有白费,我现在已经达到钢琴九级的水平。明年暑假我预备通过十级考试。未来的生活我将一样执着地坚持,与音乐为伴!与好习惯同行!

妈妈告诫我：“注意你的思想，它们会变成你的言语;注意你的言语，它们会变成你的行动;注意你的行动，它们会变成你的习惯;注意你的性格，它会决定你的命运。”

老师告诉我：播种一个行动，你会收获一个习惯：播种一个习惯，你会收获一个个性;播种一个个性，你会收获一个命运。

同学们，我们人生的旅途还很漫长,让我们从现在做起，从每件小事做起，从小埋下各种“好习惯”的种子，让“好习惯”的果实为我们的明天带来芳香!让“好习惯”伴我们快乐成长!让好习惯永远成为我们的心灵之灯!谢谢大家!!

**上课前三分钟演讲 上课三分钟演讲怎么说篇十一**

用一秒爱上你,确要用一辈子忘记你,爱

情一但动了心,请坚持到底...

——题记

两只白天鹅，它们是夫妻，当其中一只白天鹅不幸死去，另一只白天鹅会在它身边守候三天三夜，最后飞上天空，一头坠下来，撞死在那只白天鹅的身边。

刚开学没多久，学校组织看电影，男孩坐在一个朋友的右边，而女孩则坐在这个朋友的左边，一开始大家都不认识，但正因为有了这个中间的朋友，很快就认识了。

大家坐在一起，边看电影边吃东西，女孩还很友好的问男孩要不要吃，男孩很客气，没有接过女孩递来的零食。于是女孩就转过去继续看电影。而男孩这时在偷偷的望着女孩，脸上泛起一道红晕。

数日后的一个早晨，女孩和男孩在校园中相遇了，男孩问：“吃饭没?”

“吃了，你呢?”女孩说到。

“我还没吃呢?我都是在外面吃的，这就准备去食堂吃呢。”

“我都是在家吃的，我妈妈烧给我吃。你还吃就快去吃吧，快上课了。”女孩笑着说。

“那好，我去吃饭了，要不真的要迟到了。拜拜。”男孩向飞奔去，做了一个再见的手势。

这是女孩和男孩自看电影后的第一次谈话。

周末，男孩在篮球场上卖力的打着篮球，这时女孩突然来了。男孩停下来，向女孩打个招呼：“嘿，这么巧。”这时旁边一个和男孩一起打球的另一个男孩盛走了过来，对女孩说：“你来了。”

女孩点点头。这时男孩盛对这个男孩说：“这是我女朋友。”

当男孩听到这句话时，身体微微颤了一下，但随即回答到：“你小子艳福不浅呀，找了个女朋友这么漂亮。”

男孩盛笑笑说：“没有的啦。”随后向女孩看去。

男孩笑了笑，准备继续打球，就在转身的那一刻，男孩偷偷看了女孩一眼，女孩很老实的站在一旁，很幸福的样子。

之后女孩就很少见到男孩了，偶尔见到男孩也只是在球场上，看到男孩大汗淋漓跑来跑去的样子。

其实女孩不知道，男孩自从第一眼见到女孩就喜欢上她了。当男孩知道女孩有男朋友之后，表面上很冷静，但心中很痛苦。但男孩知道，真正爱一个人，不是要占有她，而是要她生活的开心、幸福。于是男孩就装作很冷静的样子，不去打搅女孩的幸福，心中的郁闷与不开心，就借在球场上发泄出来。

日子过的很快，一学期就这样平平淡淡的过去了，男孩拿了一份不错的成绩单回家了。

在回家的路上居然碰到了女孩，女孩一个人低着头慢慢的向前走，好像很不开心的样子。男孩走了上去，说：“这么巧啊，你家也向这个方向走?”女孩淡淡的回答到：“是呀，我上个月才搬的家。”“搬到哪了?”男孩问到。“就前面那个小区。”“\*\*小区?”男孩很意外，“我家也住那。”“是呀，这么巧...”女孩回答的有气无力的。“怎么了?看你好像不太开心。”男孩关切的问到。“还用说吗?考试考砸了呗。”女孩垂头丧气的。“没事的，不就一次考试吗?代表不了什么的。”男孩安慰说。“能没事吗?卷子被妈妈看到了，肯定又是一顿臭骂”。“放心的，不会有事的，大不了被家里人讲两句么，下次好好考就行啦。”男孩微笑着对女孩说。“可我就是学不好啊，我都怀疑自己的智商是不是有问题了?”女孩傻乎乎的说。“怎么会呢，就算不够聪明，但只要努力了，即便考不好，也对得起自己了么。再说，我看你行你就行!”男孩肯定的说。

“真的吗?可我脑子笨哦。”

“真的，我相信你，再说了，有什么不懂的可以来问我呀，而且我两家现在又住这么近，而且我不收学费的，呵呵。”男孩挠着头不好意思的说。

“那我有不会的就问你拉?”

“没问题!包在我身上。”

从那以后两个人上学放学都一起走，成了最好的朋友。就这样，一天天过去了，男孩一直勤勤恳恳的帮女孩学习功课，男孩觉得那是一种幸福，不求占有她，每天只要能看见女孩就已经心满。还有一个男孩在默默的关心她，爱着她，每天都开开心心，无忧无虑的。而男孩就一直在女孩身边默默陪伴着...

一天女孩对男孩说：“我失恋了...”

男孩先是愣了一下，但马上安慰女孩：“没什么大不了的，天涯何处无芳草，失恋没啥不烦恼。况且你还有我这个好死党呢，失恋算什么，不就是一个人过了么，就你这条件，还怕找不到好的呀。”

女孩沉默。

男孩见这招不见效，故作深沉的问到：“怎么?我不合格?那我回养殖场再去盖一个章，你在这等我啊。”

女孩被逗乐了，笑着说：“那好哇，就盖笨猪专用章，其他的章可都不合格哦，快去快回啊。”

这时两个人都笑了，女孩笑的很开心，失恋的阴影烟消云散了。

冬天来了，女孩的手很容易就起冻疮，当男孩注意到这点之后，就在平安夜那天送了女孩第一副手套，白色的，因为女孩在男孩的心中是那样的纯洁，那样的完美。

第二天，女孩穿了一身粉红色，见到男孩轻轻的打了个招呼：“猪，圣诞节快乐，昨天谢谢你的手套。”

男孩笑着回答说：“你是粉红猪，哈哈。”

女孩抢着说到：“可是你自己承认自己是猪的哦。”

男孩说不过女孩，站在一旁傻傻的笑，这时男孩注意到女孩的衣服与手套不相配。

元旦节很快就到了，男孩又送了一副手套给女孩，这次是粉红色的。

女孩皱皱眉毛，嘟着嘴巴说：“怎么又是手套呀?”

男孩笑而不语，过了一会，神秘的说：“我是怕看到你的猪蹄，看的我都快吃素了。”

女孩跑过来，将拳头轻轻的落在了男孩的肩膀上。

男孩嘿嘿的傻笑。

从此以后，每逢过年过节，男孩都要送女孩一副手套，女孩很奇怪：“你丫怎么老送我手套呀，你家可是开手套店的呀?”

“我不说了么，我怕看见猪蹄。”男孩坏坏的说道。

女孩跑过来，给了男孩一脚。

男孩蹲在地上，装做很疼的样子，女孩以为真的弄疼男孩了，过来轻轻的拍拍男孩的肩膀：“你没事吧。”

男孩摸了点灰在腿上，说：“你看，都紫了。”

女孩后悔了：“对不起呀，我不是故意的，早知道你那么不经打，下次我出手就要轻点了。”

男孩嘿嘿笑了两声，边跑边说到：“我会那么不经打吗?哈哈哈...”

女孩这才意识到自己被男孩耍了，追上去又要打男孩。

走廊上留下了两人的欢声笑语，老天也开心的哭了，而且哭的很厉害。

两人赶紧躲到教室里，女孩看着外面，突然间没了精神：“这天怎么回家呀，我妈还等着我吃饭呢。”

“本少爷我神机妙算，昨晚我夜观星相，算出今天会有一场倾盆大雨，所以呢，防护工作做好啦”

“你带伞了?”

“是的，不过就带了一把。”男孩坏坏的笑到。

“那我们一起走吧，让你得逞了，哼。”

于是两个人共挤一把小小伞下，艰难的行走着。那天雨特别的大，好几年都没见过这么大的雨了，仿佛这场雨就为今天的他们而下的。

男孩一个劲的把伞向女孩这边偏，女孩仿佛有些感动了，一路上一句话都没说。女孩家比男孩家略远一点点，快到男孩家时，男孩突然跑了出去，说：“猪，你家远，伞你用，快点回去吧。”

还没等到女孩说话，男孩就已经跑远了。望着男孩渐远模糊的身影，女孩心中觉得暖暖的。

第二天，女孩把叠的整整齐齐的伞还给了男孩。

一天，天色阴阴的，感觉很闷。男孩觉得好像有什么事要发生。

快放学的时候，男孩的一个同班同学，指着窗外说：“看，一个女孩被背了下去。”

当男孩在向外看时，已经看不见了。

男孩心中有种不详的预感。

一下课，男孩飞奔了出去，跑到女孩教室发现女孩不在，心中很着急。

于是就到处打听女孩的去处。这时一个同学告诉男孩，女孩突然胃疼，被送到医院去了。

还没等那个同学说完话，男孩就飞一样冲下了楼梯，向医院跑去。很快男孩到了医院，很快男孩凭着直觉找到了女孩，这时女孩正处于熟睡中，一个同学在一旁坐着。

男孩焦急的正准备问那个同学发生什么事的时候，女孩仿佛醒了，男孩急忙跑到女孩的病床边，女孩睁开眼，第一眼看见的就是男孩，忍着疼痛，故作轻松的说：“我一睁眼就看见一个猪头在我眼前晃来晃去。原来是你。”

男孩心疼看着女孩，说：“笨猪，身体不舒服就请假么，还硬撑着。身体搞坏了怎么办?胃还疼吗?”

“没事，好多了。”然后转过脸对那个同学说到，“你先回去吧，他在这就行了。”

于是那个同学走开了，女孩说：“我有点渴。”

男孩很快就买了果汁和吃的东西上来，医生说：“她胃不舒服，最好喝点热的东西。”男孩对女孩说：“你再忍一会，我去把果汁弄热。”

“不用了......”还没等女孩说完，男孩就已经跑了出去。才五分钟，女孩像是等了好长时间，男孩回来了，女孩埋怨到：“怎么去了那么长时间啊?”男孩看了看表：“才五分钟啊。”后来男孩把女孩送回了家。

再过几个月就要高考了，女孩学的是艺术，男孩读的是理科。之后的日子就是不断的学习学习再学习，做题做题不断的做题。

但男孩和女孩还是一起上学放学。高考是残酷的，黑色的六月终于来临，女孩对男孩说：“我在生日的时候许了一个愿望，就是希望我们都能考上大学，而且是一所大学。”

高考很快就过去了，现实是残酷的，女孩顺利的考取了一所不错的大学，而男孩却发挥失常，没考上。

男孩很郁闷，为此自闭了一个多月，后来女孩对男孩说：“复习一年，你那么聪明，一定会考上的。”

男孩说：“那我可要考到你那所学校去哦。”

“我就等你来呢!”女孩笑着回答。

艰苦的复习开始了，男孩一心扑了到了学习上。

但阴差阳错的是，女孩家人没让女孩去上那所大学，而是去了一所邻近大学读书。

男孩又郁闷了，但又重新振作起来，立志要考到女孩所在的城市。

当男孩认真复习的时候;女孩在上大学。

男孩的生活很紧凑;女孩的生活很无聊。

当男孩在学习的时候;女孩在上网玩游戏。

在复习的一年，男孩没和其他一个女孩说过话。

而女孩在网上认识了一个男孩晖。

男孩一开始不知道，仍在努力的学习。

当男孩高考完时，男孩知道了一切，毅然没报那个女孩所在的城市的大学，而是去了一座更远的城市。

之后，女孩和那个网上的男孩晖在一起了。

男孩更沉默了。

男孩一直都在默默的爱着女孩，可男孩一直都没有向女孩表白，因为男孩怕失去女孩。

男孩知道，真正爱一个人，不是要占有她，而是要她生活的开心、幸福。

女孩和男孩的联系越来越少，男孩越来越沉默，越来越郁闷。

上了大学后，男孩显得更加孤独，更加颓废了。寂寥、孤独、颓废、郁闷等等的一切，男孩知道，这一切都是因为女孩。

男孩会一直默默爱着女孩，有人说男孩傻，可男孩就这会这样一直爱着女孩。

男孩爱着女孩四年，忘记女孩至少也需要四年。

爱上一个人不容易，忘记一个人更加不容易。

两只白天鹅，它们是夫妻，当其中一只白天鹅不幸死去，另一只白天鹅会在它身边守候三天三夜，最后飞上天空，一头坠下来，撞死在那只白天鹅的身边.

永不分离.....

真正爱一个人，不是要占有她，而是要她生活的开心、幸福。

猜你感兴趣：.

**上课前三分钟演讲 上课三分钟演讲怎么说篇十二**

在当今这个社会，讲文明讲礼仪似乎已经成为了一大问题。

学生的出口成“脏”，问路者的“冰冰”有礼，道路的垃圾遍地，公交车上的争夺拥挤等等的一切都在述说着我们所丢失的宝贵。古人说的好：玉不琢，不成器，人不学，不知义。为人子，方少时，亲师友，习礼仪。

古代的一个小故事：孔融让梨，就告诉我们礼仪的重要性。

孔融，鲁国人，是东汉末年的文学家，建安七子之一，他的文学创作深受魏文帝曹丕的推崇。据史书记载，孔融幼时不但非常聪明，而且还是一个注重兄弟之礼、互助友爱的典型。孔融四岁的时候，常常和哥哥一块吃梨。每次，孔融总是拿一个最小的梨子。有一次，爸爸看见了，问道：“你为什么总是拿小的而不拿大的呢?”孔融说：“我是弟弟，年龄最小，应该吃小的，大的还是让给哥哥吃吧!”孔融小小年纪就懂得兄弟姐妹相互礼让、相互帮助、团结友爱的道理，使全家人都感到惊喜。从此，孔融让梨的故事也就流传千载，成为团结友爱的典范。

而另一个故事：程门立雪，则告诉我们尊敬师长的重要性。

相传，一日杨时、游酢，来到嵩阳书院拜见程颐，但是正遇上程老先生闭目养神，坐着假睡。这时候，外面开始下雪。这两人求师心切，便恭恭敬敬侍立一旁，不言不动，如此等了大半天，程颐才慢慢睁开眼睛，见杨时、游酢站在面前，吃了一惊，说道：“啊，啊!他们两位还在这儿没走?”这时候，门外的雪已经积了一尺多厚了，而杨时和游酢并没有一丝疲倦和不耐烦的神情。这个故事，就叫“程门立雪”，在宋代读书人中流传很广。后来人们常用“程门立雪”的成语表示求学者尊敬师长和求学心诚意坚。

文明在我们的生活中无处不在，哪怕是一个手势、一句话语。帮助别人是一种美德，也是一种文明的行为。它可以表现出一个人的道德修养，可以增进人与人之间的友谊。像这种讲文明、有礼貌的小故事，可谓是数不胜数的!

一个小小的文明举动，可以给我们带来多少笑容和快乐啊!如果人人都讲文明，我们的社会该会多么和谐、快乐呀!

**上课前三分钟演讲 上课三分钟演讲怎么说篇十三**

尊敬的各位领导，老师们：

大家好!

记得小时候，父亲问我：“你长大了干什么?”“当老师!”是的，小时候，我的愿望就是当一名教师。为了那梦想，常常召集几个小顽童，墙上挂上一个小铃铛，用手摇几下，表示上课了，然后便摇头晃脑的讲起了连自己都一知半解的“锄禾日当午，汗滴和下土。”那种庄严而神圣的感觉便油然而升，长大后，当我带着大学校园青春的激情踏入一中校门时，当我开始成长为一名人民教师时，才真正懂得了这已不再是一种游戏，而是一种事业，伴着这种事业要求我具备高尚的教师道德、素质，这才是我们心灵的归宿。

俗话说：“教学是一个良心活儿!”这句话一针见血地道出了师德的重要性。师德高尚的老师会用自己的言行影响学生，潜移默化的感染学生，在传授知识的过程中，教会学生如何做人;师德高尚的老师，会不断更新教育观念，教学中指导学生学习，传授学习方法，使学生终生受益;师德高尚的老师，会时时处处默默耕耘，无私奉献，蜡烛一样，无怨无悔。\_中早已是\_\_市的一流学校，社会各界人士都已认可。

一份耕耘，一份收获，我校之所以取得如此骄人的成绩，那是因为我们有一支过硬的领导班子，更离不开教师们辛勤的付出。我们随处可以看到，我们学校的教师无时无刻不在起着示范作用，以他们执着的精神、渊博的知识，丰富的教学经验为一中发挥着光和热。多少次老师们都是带病上课，多少天老师们都是以校为家，多少位老师都是一个班主任，三个班的课，孩子尚且在读书求学的关键时刻。然而，他们无怨无悔，他们不曾抱怨。当看到学生们羽翼丰满、展翅高飞时，他们倍感欣慰;当他们听到学生“老师，您辛苦了”这普遍的问候时，艰辛都已烟消云散，唤来的又是旭日东升的明天。

有人说，从来没有哪一个职业像老师一样付出如此的多。是啊，他们只求付出不求回报。说无私吧，太老套了，用他们自己的话说就是对得起自己的良心，我们的老师呀，在世人肆意践踏良知时，却用生命去维护，一遍一遍地向学生们讲述着真、善、美，不惜付出毕生的代价，何以为证?夜晚的星光可以作证，校园的梧桐树可以作威作福证，桌上大大小小的药瓶可以作证，那在门口等妈妈回家冻得瑟瑟发抖的孩子可以作证!

“勤勤恳恳、默默无闻”这是老黄牛的精神;“采得百花成蜜后，为谁辛苦为谁甜”这是蜜蜂的精神，燃烧自己，照亮了别人“就是蜡烛的精神。可以说每种产物的存在，都有年一种精神支撑着它。教师的存在呢?支撑它的就应该是这种高尚的师德吧!

一位哲学家说过：“人的一生只有三个日子：昨天、今天、明天。昨天叫无奈，今天叫无畏，明天叫无悔。”到年迈花甲，蓦然回首，感慨平凡孕育了伟大，生活赐予了幸福。

谢谢大家!

**上课前三分钟演讲 上课三分钟演讲怎么说篇十四**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好!

时间，是一首无声的歌;时间，是一缕无痕的风;时间，是一张没有回程的车票。向前看，仿佛时间悠悠无边;猛回首，方知生命挥手瞬间。

同学们，时间老人把我们推到了期中考试的前沿，冲刺期中的号角已经吹响。俗话说：三分天注定，七分靠打拼，爱拼才会赢!期中考试的战鼓已经擂响，我们别无选择。

电视剧《亮剑》中李云龙说得好：“古代剑客们在与对手狭路相逢时，无论对手有多么强大，就算对方是天下第一剑客，明知不敌，也要亮出自己的宝剑，即使倒在对手的剑下，也虽败尤荣，这就是亮剑精神!”

同样，亮剑精神也是我们应该崇尚的精神!今天，离期中考试只有一个星期了，是我们亮剑的时刻了!为了报答家长、亲友的殷殷期望，让我们亮出宝剑!为了回报老师、同学的关怀帮助，让我们亮出宝剑!

“狭路相逢勇者胜”，此时不搏何时搏?卧薪尝胆的勾践，闻鸡起舞的祖狄，面壁静修的达摩，程门立雪的杨时……告诉我们：目标引导行动，行动决定命运。没有经历风雨的果实不会甜美，没有远大目标的人不会成功。

伟人告诉我们：只有勤奋才是通向智慧圣殿的唯一道路。鲁迅说过：“不耻最后。即使慢，驰而不息，定能达到他所向地目标。”在冲刺期中考试的奋斗历程中我们决不气馁。

青春的理想，成功的钥匙，生命的意义，都包含在两个字中——奋斗!阿基米德曾经说过：“给我一个支点，可以撬起地球。”其实，我们可以相信，给谁一个支点，谁都可以把地球撬起来。人本来没有多大的区别，关键在于是否正确地把握一个最佳的支点，让我们用我们奋斗来做支点，迎接命运的撞击。

同学们!一位着名作家说过：“人生的道路很漫长，但关键处就那么几步”。这几步选择好了，享一生幸福;选择不好，成一世遗恨。我认为，接下来的时间如何度过是关键的关键。衷心希望同学们抓住这难得的机会，利用这宝贵的时光，静下心来，沉下心来，吃常人不能吃之苦，忍常人不能忍之痛，最终得到常人不能得到的收获!同学们，请你们把父母的声声叮咛，师长们的殷殷期盼化作动力吧!只要我们增强信心，严格勤奋，团结互助，奋力拼搏，我们就一定能战胜困难，超越自我，获得成功!

秣马厉兵一个星期，敢抒凌云之志;砥砺宝剑一星期，誓酬蹈海雄心。一星期，愿我们奋发图强，持之以恒。举胸中豪情，倾热血满腔，与雷霆碰杯，同日月争光。

同学们，是浆，就要搏击风浪;是船，就要奋勇前进;是雄鹰，就要以飞冲天!

同学们，努力吧，亮出我们的剑吧!用一星期给自己一个机会，用一星期为自己创造一个奇迹，用一星期天为关爱你的人送上一个“惊喜”!

最后祝同学们在即将到来的期中考试中取得优异的成绩!

谢谢大家!

**上课前三分钟演讲 上课三分钟演讲怎么说篇十五**

老师们，同学们：

早上好!今天我讲话的题目是“想成功，就要坚持”。

首先我想与大家分享一个有趣的故事：记得有一次，大哲学家苏格拉底对学生说：“今天咱们只学一件最简单也是最容易做的事：每人把胳膊尽量往前甩。”说着，苏格拉底示范了一遍，“从今天开始，每天做300下，大家能做到吗?”学生们都笑了，这么简单的事，有什么做不到的!过了一个月，苏格拉底问学生们：“每天甩300下，哪些同学坚持了?”有90%的同学骄傲地举起了手。又过了一个月，苏格拉底又问，这回，坚持下来的学生只剩下八成。一年后，苏格拉底再一次问大家：“请告诉我，最简单的甩手运动，还有哪几位同学坚持了?”这时，整个教室里，只有一人举起了手。这个学生就是后来成为古希腊另一位大哲学家的柏拉图。这个小故事所蕴含的深刻含意是显而易见的。

法国伟大的启蒙思想家布封曾经说过：“天才就是长期的坚持不懈。”我国著名的数学家华罗庚也曾说：“做学问，做研究工作，必须持之以恒。”的确，我们干什么事，要取得成功，坚持不懈的努力和持之以恒的精神都是必不可少的。古今中外，有多少这样的例子，巴尔扎克用如痴如狂的拼劲，每天奋笔疾书十六七个小时，即使累得手臂疼痛，双眼流泪，也不肯浪费一刻时间。这就是他能够完成一部部巨作的原因。他给我们的启示又是什么呢?我想，他给我们每个人注入了一股强大的精神力量，那就是明确目标，坚持不懈，终能成功!世间最容易的事是坚持，最难的事也是坚持。说它容易，是因为只要愿意做，人人能做到，说它难，是因为真正能做到的，终究只是少数人。

坚持是一种信念，坚持是一种修养，坚持是一种高尚的品质。

而如今我们有些同学为了眼前利益，不做长远的打算，竟在考试中作弊，这种不合新海高中校风的做法，不仅让学校、老师蒙羞，也失去了检测自己的机会，而失去这次机会，就相当于放弃了自己，最终一事无成。

成功和失败之间往往只有一步之遥，想成功，就要坚持。这是一个并不神秘的秘诀。但只坚持勤奋，却选错了方向，则令人可悲。“勤奋”不是只要存在就有价值，偏离了正确方向，方向错了，就是一列疾速列车脱了轨，你汗水也罢，泪水也罢，血水也罢，那个终点却是“可望”而“不可及”的了。如果把坚持勤奋美化成点金石，以为无论何种腐朽经过它的点化都会变成神奇，殊不知这就像把一块石头变成一匹锦缎，把一束丝线攻成美玉，也许力道、方法都恰当，却选错了对象。

当困难，绊住你成功脚步的时候;当失败，挫伤你进取雄心的时候;当负担，压得你喘不过气的时候，不要退缩，不要放弃，一定要坚持下去，因为只有坚持不懈，才能通向成功!

谢谢大家!

**上课前三分钟演讲 上课三分钟演讲怎么说篇十六**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好!今天，我演讲的主题是：珍爱生命之水。同学们，相信大家一定都听说过这样一句广告词：如果人类不珍惜水资源，那么世界上的最后一滴水将会是人的眼泪。

水， 为生命提供能量，让生命绽放光彩;水，孕育了大千世界，芸芸众生。对于地球上的所有生命来说，缺少水就意味着疾病、饥饿和死亡。地球上超过三分之二的面积 被水覆盖，人体内百分之七十的成分是水，水在我们的生活中无处不在，水的作用巨大而无可替代。所以说水是生命之源。然而人类却没有善待水资源：有些小朋友 经常忘了关水龙头，任凭水白花花的流走;有的上完厕所后却在里面打起了水仗，玩起了水游戏;更有的甚至把喝水的水壶当成水枪;还有的把杂物塞到水管里造成 堵塞，水溢满了整个厕所。

水虽然很普通，却是大自然赋予人类最保贵的财富。随着人类对水的需求量急剧增长，作为生命之源的水资源已造成严 重短缺，有些地方已闹起水荒，一向温顺的水向人类敲响了警钟。我国是世界上12个贫水的国家之一，有300个城市缺水，近50个城市严重缺水，18个沿海 城市中14个缺水。而30年后，我国人均水资源占有量将从现在的基础上在减少五分之一，缺水问题将更加的突出。缺水现象不仅在中国，也是一个世界性的问 题，因此从1993年起联和国将每年的3月22日定为世界水日。

水，让碧草更绿;水，让百花绽放;水，让大树挺拔;水，让我们的世界无比精彩。同学们，让我们积极行动起来，从现在做起，从自己做起，从身边做起，自觉保护和节约身边的每一滴水，做出我们少先队员应有的贡献!

谢谢大家!

**上课前三分钟演讲 上课三分钟演讲怎么说篇十七**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好!

人的一生，不可能时时顺心，事事如意。总是避免不了挫折，失败。然而在逆境中成长，则更可以锻炼人的身心意志，坚强成长。

在逆境中成长有助于成功。诸葛亮说过：“善败者不亡。”越王勾践，立志复仇，十年屈辱，卧薪尝胆，最终灭掉吴国，成就霸业。发明大王爱迪生，在发明电灯时经历了一千三百多次失败，毫不气馁，最终发明了钨丝电灯。可见，伟大的成功与艰苦的环境是分不开的。

在逆境中成长更能成就伟名。我国唐宋八大家之一欧阳修自由丧父，母亲靠微薄之力将其养大，于是他更加发愤图强，成为宋代名相。开国领袖，在中国最艰苦最落后时期，勇于同敌人斗争，终于在开国大典上一声“中华人民共和国今天成立了”中，让世界的人们永远记住了他。海伦凯勒自小变为盲聋哑人，但他在困难中学会了坚强，成为了一位著名作家。后来人们说道：“19世纪有两个奇迹，一个是拿破仑，一个就是海伦凯勒”。

在逆境与成长中更能考验品格。著名影星成龙从小家贫而被送入戏班，练武经常受伤还遭师傅毒打，可他承受住了命运的考验，以刚毅的性格赢得了人们的青睐。画家梵高执着画画，却被人们成为“傻子”，但他在极度抑郁的情况下，创造出了宣告自己依旧对生活乐观向上的向日葵，终成为一代名家。

孟子说过：“天将降大任于是人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤。”所以说逆境是通向成功的阶梯，垫脚石。最美的刺绣，往往都是以明丽的花朵映于暗淡的背景，而绝非用暗淡的花朵映于明丽的背景。超越自然的奇迹，总是在对困境的征服中出现的。让我们一起面对挫折，挑战困难，迎接成功。

**上课前三分钟演讲 上课三分钟演讲怎么说篇十八**

记忆里，童年的天空清透。蓝天，白云。每个人的成长中，都充满了喜、怒、哀、乐。成长中的故事，丰富多彩，又连连不断。在我成长的过程中，体会到了成长的快乐。

成长是一种里程碑。当我们睁着眼睛，幸运的来到这个世界上，我们便开始成长。从无知到有知，从天真到深沉。成长充实了我们的知识。成长的过程中也含有父母和老师辛勤的汗水。长辈的期望也寄托在我们的历程中。

成长是一种美丽，成长的美在于我们不断的温故知新，就在于它孕育出灿烂的笑容和丰收的果实。我们成长着，我们的成长的历史是以一种生活方式代替着另一种生活方式，立足于一种成熟走向另一种成熟。成长的历程有花也有果，更多的还是未开放的花蕾。我们的父母，老师看到我们绽放时的美好，脸上露出欣慰灿烂的笑容。只有奋发进取，我们才能够“更上一层楼”。

成长是一笔财富，“一匹马如果没有另一匹马紧紧追赶并超越它，就永远不会疾驰飞奔”。马需要挑战，人的成长更需要挑战，没有一个人的生活是一帆风顺的，只有勇敢的接受生活的挑战。成功很简单，就是看你有没有面对困难的自信与执着，我们可以把任何困难看成一次次锻炼提升的机遇，可以把它们当作生活的每次挑战，美好幸福的一切你将完全拥有。

成长是一份成熟。从无知到青涩，再到而立，老去，渐渐明白了许多。当不再计较小事，学会了宽容别人时，猛然发现自己多了一分成熟，有了许多的朋友，人生的路，仿佛又向前迈了一步。

成长是一份改变。不再冥顽不化，不再调皮任性，学会了听话，沉稳。当发现自己已经不再浮躁，不再自傲，学会了谦逊，可以听进他人的良言忠告时，猛然间，发现自己改变了许多，增加了一份优雅可亲。

**上课前三分钟演讲 上课三分钟演讲怎么说篇十九**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

相信自己的人，往往自己的意志比较坚定，有自己的选择能力。例如，李玉刚刚出道时，他的家人不同意他唱戏，但他一意孤行，虽然当时还没有业绩，但是他不放弃。他和他的女朋友准备结婚时，女方的家人不同意他们结婚，觉得他是戏子，不会有什么前途，但是他依然不为所动，终于“开花结果”，最终向全社会证明了自己的选择是对的。

有些人过于一意孤行，做出的选择往往与现实相反，导致后悔一生。他们以自我为中心，肯定自己，否定别人，有些人还强制用自己的观点去帮助别人，这样过于的相信自己，过分的自信不但会害了自己，也会害了别人。

我们在相信自己的前提下，也可以听听别人的建议。封建社会许多朝代中，很多帝王乐意听取建议，朝代存活的时间较长。例如：魏徵多次劝谏，唐太宗听取他的建言并采纳，使得唐朝繁荣。我们在做出选择时，也可以适当听取别人的意见，或许可以不用，但是听听别人的意见对选择是有帮助的，正如“三个臭皮匠，赛过诸葛亮”，人多力量大。

但是不能不加选择听取别人的意见，也许别人有些意见是错误的。有些贪污的大臣，他们往往想的都是利益，对待百姓的生死漠不关心，给皇上的建议往往都离不开自己的利益，这些人的建议是不能采纳的。我们在听取建议之前，要看看它是否正确，是否值得采纳。

我们在选择道路时，既要有自己的选择又要适量的听取别人的建议，每个人的选择不可能都尽善尽美，正如一把双刃剑，不可能只有一面。

我们要学会取其精华，去其糟粕，运用自己的主见和别人的建议相结合，得出自己正确的选择，这样即使选择错误，也不会有太多的遗憾，因为这是根据自己的实际，听取别人的意见而做出的选择，所以不会感到后悔。人生的选择在于最后的决策，两者兼有。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找