# 2024年理解讲话稿三分钟一篇(5篇)

来源：网络 作者：明月清风 更新时间：2024-08-23

*范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。理解讲话稿三分钟...*

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**理解讲话稿三分钟一篇篇一**

拐八绕到了家门口，忙不迭地冲屋子里喊：“妈妈，我们同学来了，我考试第一名!”我连珠炮似地说了好几遍：“妈妈，我考试第一。这是我们同学，来告诉您的!”没有妈妈的应答。她正在我家低矮的小厨房里干活。1月份了，妈妈还只是穿着一件单薄的青布褂子，弯着腰，正费力地将烧火用的煤块码放在炉子边上，两手煤黑，裤子上也蹭上一块块黑印，一绺头发耷拉着遮住半拉脸，妈妈看了我们一下，眼睛里没有什么惊喜，只是平静地直直腰，举着两只满是煤末的手，却没有去拿同学手里的喜报。答应了一声之后，又弯下腰，继续干活。同学的眼睛中也透出了一种失望和不理解。其中一个同学没有忘记学校交给的任务：“阿姨，朱军考试得第一，老师叫我们给您报喜。”

妈妈再次直起腰，回身看看我，用手背轻轻抹了一下脸颊，淡淡地说了一句：“知道了。”说完又出门继续搬煤。我傻愣愣地站在门口，同学们一脸愕然地看着我。我又小声嘟囔了一句：“妈，我考试得了第一。”妈妈继续干活，搬起了一簸箕煤，对愣在一边的我们说：“孩子们，我知道了。你们快回家吧，谢谢你们。”语气平静地像完全没有报喜这回事。

同学将那张粉红色的喜报放在桌上，我尴尬地站在院子里，勉强送走了同学，心中的委屈从头涌到脚，觉得自己的成绩被母亲否定了，自己的面子被母亲打碎了，刚刚建立不到半天的自信心被母亲摧垮了，自尊心被母亲伤害了!

我站在院子里一声不吭，看着母亲来回搬运煤块也不像往常那样去帮忙。母亲忽然间在我的心中变得那么渺小，那么不近人情。好几天，我都闷闷不乐，甚至故意不理睬母亲。

在一个四年级小学生的心里，也许渴望有这样一个美好情景：漂亮的母亲站在亮堂堂的院子里，见到同学们送来的喜报，不停地夸奖自己，拿出好多糖果招待同学，甚至还请同学在家吃饭——这事关一个孩子的自尊心。可惜我什么都没有得到。那天我觉得脸被丢尽了，从此更不爱和同学说话了，开始感到家境的贫寒带给我的压力，甚至变得心事重重。

直到有一天，我回到家里，照例和母亲没有什么话说，走到房间门口，我愣住了。

母亲一个人坐在床边，依旧穿着那件洗得褪了色的青布褂子，她身后的墙壁上，花花绿绿地贴满了大哥得到的各种奖状，足足占了半面墙。大哥从小学开始，年年是三好生，有一年还被评选为兰州市“三好学生”。那时候，大哥是父母的骄傲。每次拿来奖状，他并不张扬，悄悄放在家里桌子上，母亲看到后，就端端正正贴在墙上。直到大哥参加工作，他上学时的奖状还贴在墙上!

夕阳的余辉透过窗户，落在母亲瘦弱的身上。她手中拿着我那张粉红色的喜报，轻轻摩挲着，偷偷地掉眼泪——

那一刻母亲的形象，像一副经典油画深深地印在我的脑海中。一瞬间，我什么都明白了，对母亲的记恨顿时烟消云散。母亲对我的爱，对我的每一点进步，发自内心地高兴。只是为了让我明白，家里穷，上学是一种奢侈的付出，学好功课理所应当，不应该那样张扬。

直到母亲去世，我都没有和她提起这件事，但是我清楚地记得当我长大之后，无论是回兰州家里，还是把母亲接到北京住，只要有我的同事朋友在场，母亲无论身体多么难受，都要特意换一件利利索索的衣服，把头发梳理整齐，端端正正，面带微笑地坐在椅子上，拿出最好的烟酒茶水招待我的同事朋友，和大家聊天。见过母亲的朋友都说：“朱军的妈妈气质真好，难怪养出了这么一个儿子。”

**理解讲话稿三分钟一篇篇二**

亲爱的老师.同学们：

大家好，今天我演讲的题目是《如何面对失败?》。

任何一个成功者都回被人们看做是会做事的的人，人们情不自禁地将羡慕的眼光投向他们。可是，你是否想到，几乎他们中的每一个人都经历过失败考验。

爱迪生为了研究，失败过无数次;居里夫人为了“镭”，遭受过许多挫折袁隆平为了“杂交水稻”经受了难以想象的打击。然而，他们挺过来了，他们微笑着面对，微笑着成功。

所以，如果一个人有着巨大的心理承受能力，他就有了成功的首要条件。我们努力了，总是想拥抱成功。可是，如果失败了呢?

申雪.赵宏博着两个中国人的名字在爱好花样滑冰的美国都是家喻户晓的,然而，，就在几年前，他们遭遇过惨败。那是一次世界级的比赛，在一次抛出转体四周的动作中，申雪重重的摔在了冰面上，金牌与他们擦肩而过。但是，他们并没气馁，微笑着接受了一切。终于，在20xx年世界花样滑冰锦标赛上，他们成功了。在华盛顿体育馆中，全场观众起立，掌声为他们响起。讲到这儿，我想起了唐代诗人杜牧的一首诗：“胜败兵家事不期，包羞忍辱是男儿。江东弟子多才俊，卷土重来未可知。”

人生像一杯茶，不会苦一辈子。但，总得苦一阵子。

珍妮是个不幸的人，至少她认为是这样。因为，在两个月中，他经历了家庭的变故及父亲的去世。感恩节到了，虽然情绪十分低落，但，还是忍不住去了花店。在了解了她的遭遇后，花店老板向她推荐了“荆棘花”，这种花很特别，是玫瑰剪掉了花，所剩下枝干。花店老板说：“人不能乞求一帆风顺，苦难也是上帝送给你的财富，同样的，要感恩!”

微笑着面对失败，不要抱怨生活给予你太多磨难，不要抱怨学习给予你太多曲折。大海如果失去巨浪的翻滚就会失去雄浑，沙漠如果失去飞沙的狂舞就回失去壮观。人生如果只求两点一线一帆风顺，生命也就失去了存在的魅力。

同学们，其实再平的路上也会有几块石头。遭遇挫折是我们每个人成长历程必经的一站，既然我们无法逃避它，就让我们勇敢地面对它吧!

**理解讲话稿三分钟一篇篇三**

各位领导、各位评委、各位工友们：

大家下午好!

今天很高兴能够和大家一起探讨奉献青春这个话题，青春需要实现人生价值，而创业是实现人生价值的途径;所以我们可以得出一个结论--青春需要创业。创业难，难创业;作为我们青年应该如何去创业呢?

“让青春烈火燃烧永恒，让生命闪电划过天空，用所有热情换回时间，让年轻的梦没有终点”!这句话一直用它激励自己的学习、工作和生活。我认为，青春就应该燃烧，发出亮光才有价值!人的一生可能燃烧也可能腐朽，既然这样，我不愿腐朽，也不能腐朽，我愿意燃烧起来!在座的朋友们!你们愿意吗?

说到这里，我想起了这样一句话：“有的人活着，他已经死了;有的人死了，他还活着。”生命的意义在于活着，那么活着的意义又是什么呢?当然不是为了活着而活着，答案只有两个字，奉献!我们可以设想一下，不付出、不创造、不追求，这样的青春必然在似水年华中渐渐老去，回首过往，没有痕迹，没有追忆，人生四处弥漫着叹息。我想，这绝对不是我们存在的意义。古往今来，有无数能人志士在自己的青春年华就已经成就了不朽的人生，在这里我来不及一一列举。

说实话，×年前，我刚来工作的时候也有过失落和茫然，因为工作环境恶劣，空气中到处弥漫着灰尘，感觉现实不尽如人意，感觉离曾经的梦想总是有一些距离，一度陷入困惑之中。可是，青春的我是一把刚刚铸好的刀，不容得你有片刻的等待和迟疑。我决不能眼睁睁看着这把刀慢慢氧化，失去光泽，随即斑驳、锈蚀、风化，最后成为一块废铁。我告诉自己，“如果你是金子，到哪都能发光，只要你斗志昂扬的面对生活、面对工作，你就会有所获得”。青春是学习的季节，青春是奋斗的岁月，不要停止我们前进的步伐，因为青春的路正长。有空的时候静下心来好好看看书，回头想想自己走过的路，为自己的人生做好一个规划，把自己的理想铭刻在心中，做一个甘于寂寞，敢于创新、干劲十足的年青人。

作为一名××人，心中无不闪烁着梦想，那么现在就是我们努力实现梦想的时候了。我们要做的有很多很多。纵使艰难险阻，也要努力前行：追求卓越，真诚回报，释放青春能量，点燃创业梦想。或许我们成不了伟人，纵使我们平淡一生，但这都不要紧，群星闪烁时我们同样灿烂，这样的平凡其实是一种伟大。因为只有我们自己清楚，平凡的岗位需要我们付出，火热的生活需要我们的付出，构建宏伟蓝图需要我们大家一起付出。我们的青春是有限的，有限的青春因为我们的奉献变得充实、久远。

我选择了，从某种意义上来说，就已经选择了奉献。青春不是人生的一段时期，而是心灵的一种状况。如果你的心灵很年青，你就会常常保持许多梦想。大家都知道我们企业的精神：务实、敬业、创新、高效，虽然我们工作在不同的岗位，但我们拥有一个共同的家，在这里，我们信守同样的精神，写下同样的奉献承诺，拥有同样的壮美青春。这是一次演讲，更是一次告白。当我满带着青春的气息，怀揣着沉甸甸的梦想与信念站在这里的那刻，我的内心是如此的坦荡与激昂，那种难以形容的兴奋与紧张，我真诚的邀请你们一同分享。

**理解讲话稿三分钟一篇篇四**

老师、同学们：

大家好!

生活在这个多彩的世界上，任何一个人都不会是孤立的，相信台下的你们也一样，每一个人都拥有自己的朋友。

如果你拥有朋友，就请你珍惜这份来之不易的友谊、珍惜你的朋友。诗人纪伯伦曾说过：“和你一同笑过的人你也许很快就把他忘却，而和你一同哭过的人你也许一生就会记住他。”其实道理很简单，因为与你一同笑过的人也许很多很多，然而，与你一同哭过的人，也许就是那么的几位!毕竟，哭泣是需要理由的，如果没有真实的情感，是永远也找不到哭的感觉。当你难过的时候，第一个想到的人就是你真正的朋友，因为在他的面前你不用再伪装，你可以尽情地倾诉你的烦恼!你一生中有这样的朋友，应该懂得珍惜。

有人说过：“亲情是天生的，爱情是靠缘分的，而友情却需努力争取的。”其实，朋友之间不需要太多的言语，友情更多的是需要用心的付出，用心去了解朋友，也让朋友用心去体会，只有双方共同用心的对待彼此，多些了解朋友的感受，给朋友多些体谅，如果朋友有什么缺点，但也不要感到厌烦，毕竟人无完人嘛。这样，不仅是生活上有朋友的关心与帮助，更重要的是内心的安慰与满足，彼此间的友谊也会长久!

回想那匆忙又艰辛的高中生活，在身边总会有那么几位要好的朋友，他们总是会在你忧伤时，想出各种办法，让你重新露出笑脸;在你失落时，给你关怀，让你重新振作;在你欢乐时，与你共享欢乐，让欢声更加浓郁。在人生旅途上，尽管有坎坷、有崎岖，但有这样的朋友陪伴，给你鼓励、给你关怀，并且帮你度过最艰难的岁月，风雨过后便是美丽的彩虹!

刚开始来到这个陌生的环境时，你是否也经常想起了你的朋友，怀念你的朋友，间隔一段时间就会非常想和他们说话，谈论这个新校园，谈论你的军训生活，分享你最近发生的一切。每当夜深人静时，望向夜空，往事一幕幕，一些琐碎的回忆总会不时地浮现在眼前。有些事不会因时光流逝而褪去，有些人不会因不常见面而忘记，面对这样的朋友，我们应该懂得珍惜。

现在，我们告别了忙碌的高中生活，踏进多姿多彩的大学生活，在这个缤纷的环境中，如果遇见对你好的朋友，你一定要懂得珍惜。另外，要切记一点，“己所不欲，勿施于人”。其实很简单，对待朋友多一点了解、信任、交流与关心!

谢谢!

**理解讲话稿三分钟一篇篇五**

敬爱的老师，亲爱的同学：

大家好!

地震是自然界10大灾害之一，也是损失最为严重的灾难，带给社会和人们的是破坏和毁灭。

目前，人类对地震的预报，仍然是一道尚未攻克的科学难题。我国地震工作者经过30多年的不懈努力，在成功地预地震上，积累了丰富而宝贵的经验。现在全国建有400多个台站，网点20\_\_多个。防震减灾贯彻的是以“预防为主，防御与救助相结合”的方针，重点抓好防震减灾宣传工作。一旦地震发展，主要是保证震时和震后如何有条不紊地进行家庭的防震救灾。

那么，地震发生前有哪些预兆呢?

1、地下水异常。

由于地下岩层受到挤压或拉伸，使地下水位上升或下降;或者使地壳内部气体和某些物质随水溢出，而使地下水冒泡、发浑、变味等。记这样一个顺口溜更有利于我们发现地震：井水是个宝，前兆来得早，天雨水质浑，天早井水冒，水位变化大，翻花冒气泡，有的变颜色，有的变味道。

2、动物异常。

震前一、二天，牛、马赶不进圈，乱蹦乱跳，嘶叫不止，烦燥不安，饮食减少;一些猪羊不吃食，烦燥不安，乱跑乱窜;狗狂叫不止;鸡不进窝，惊啼不止;鸭不下水;家兔乱蹦乱跳，惊恐不安;鸽子在震前数天惊飞，不回巢;密蜂一窝一窝地飞走;老鼠反应最灵敏，在震前一天至数天，老鼠突然跑光了，有的叼着小老鼠搬家;有些冬眠的蛇爬出洞外，上树;鱼惊慌乱跳游向岸边，翻白肚等。震前动物有预兆;老鼠搬家往外逃;鸡飞上树猪拱圈;鸭不下水狗狂叫;冬眠麻蛇早出洞;鱼儿惊慌水面跳。

地震前我们又该如何准备呢?

首先我们要掌握防震减灾知识，提高自我保护意识;其次我们要明确地震时的疏散路线和避震场所;清除楼道和门前的杂物;妥善处置室内易燃易爆物品;最后我们还应该关闭煤气，切断电源，熄灭炉子火等;衣袋里装上家庭成员名单、工作单位、通讯号码等。

地震时我们该怎样求生呢?我们一定要牢记以下几点：

1、能撤离时，迅速有序地疏散到选定的安全地区，不要拥挤在楼梯和过道上。

2、来不及撤离，应就近避震，震后再迅速撤离到安全地方。例如：在家里可躲在床或桌下面或跨度较小的房间，如卫生间等。在教室里可躲在书桌下或墙角边。在车间里可躲在机床下或小房间。在影剧院，在饭店可躲在椅子下。

3、撤到室外或正在室外的人员要选择空旷地带避难。

4、避震时，要注意保护头部，如用枕头顶在头上，用脸盆顶在头上，用书包顶在头上，用双手护住头部。

我的演讲完毕，谢谢!

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