

## 即兴演讲稿

作者：有故事的人 来源：范文网 www.wtabcd.cn/fanwen/

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/fanwen/zuowen/167752511575066.html>

范文网，为你加油喝彩！

红楼梦第五回原文-太阳喜欢



2023年2月28日发(作者：百日誓师大会)

1/8

三分钟即兴演讲稿6篇

三分钟即兴演讲稿(1)

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

以前，我理解的掌声就是欢迎某人到来和谢谢某人的表演，然而，那次的掌

声让我有了更多的理解，因为，那次的掌声，使我不害怕；那次的掌声，让我明

白了鼓励的含义；那次的掌声，给了我相信。

去年的一天，班主任叶老师在班上宣布：“学校要选大队委干部，我们先在

班上投票选两名举候选人，明天候选人带演讲稿参加学校的竞选活动……”结果，

我很幸运地被选为候选人。

第二天，我带着认真准备好的演讲稿来到了竞选的现场，看着听着其他候选

人精彩的演讲，我的心里感觉很不安，手心一直冒汗，要知道，我是第一次参加

学校这么大的选举啊！快要轮到我了，我越发感觉怀里像揣了一只小兔子在“砰

砰”乱跳……

“下面请严研同学上台来发表演讲。”主持的老师宣布道。我快步走上演讲

台，看着台下坐着的一群人和一双双直盯着我的眼睛，我突然感觉脸上一阵发热，

估计“唰”的一下就红到耳根了。我先向老师和同学们深深鞠了一躬，台下便响

起了经久不息的掌声。我心里知道，这掌声是大家对我的鼓励啊！

顿时，我就像缓过神来了，头脑清醒了许多。于是，我站直了身子，双手捧

起演讲稿，便开始了流利的演讲，演讲结束，台下就响起了一阵掌声，似乎这

次的掌声比刚才还要热烈！这一定是大家对我的肯定啊！我又向台下深深地鞠了

一躬。

经过老师们的筛选，大队委干部选举结果终于出来了，我很荣幸地当上了大

队委劳动委员，一听到这个消息，我激动得都要蹦起来了。

现在只要一提到“大队委”三个字，我的耳边立刻就会响起“大队委”选举

2/8

的那天的掌声，我非常感谢那次的掌声带给我的鼓励，让我克服了害怕；感谢那

次的掌声带给我的肯定，让我从此更加自信。

### 三分钟即兴演讲稿(2)

今天，老师要给大家聊聊美化校园的话题。我想现在可能会有一些同学在想，

美化校园？我们的校园不是很美吗？你看校园里：操场上干干净净无纸屑，四周围

绿树草皮话烂漫，楼房整齐一排排，同学们穿红着绿好漂亮，外面还有绿水青山

来拥抱，谁敢说我们的校园不美吗啊？可是今天，老师要实话实说：我们的校园

里还有美中的不足，还存在着“丑”的东西。

再过一月，我们即将毕业，我们将要从学校进入社会，这种环境的转变将会

带给我们些什么，现在的我不得而知。但是我知道即将开始的是一个新的人生、

一个新的起点。

在平常的生活中，总会听到关于初出茅庐的学生经受的挫折是多么可怕的

话，其实我们不必太过在意，许多挫折往往是美好的开始。有人在挫折中成长，

有人在挫折中跌倒，关键在于个人是如何看待的。要知道这个世界从来都是相对

的，有挫折必定有成功，重要的是看你要以怎样的心态去面对，站起来便能成就

更好的自己，硬是在地上赖着，自怨自艾悲叹不已的人，注定只能继续哭泣。哪

个站在台面上的人，不是有一堆令人辛酸的过去？挫折往往令他们站得更稳。

我记得美国的小说家——毛姆写过一篇小说，叫做《刀锋》，是说人们从一

种状态过渡到另一种状态的时候，就像从刀的一面过渡到另一面，而最艰难的时

候就是趟过刀刃的那一刻，其实走过去就会发现，刀的另一面远没我们想像的那

样不可忍受。

现在，快毕业了面对的是要去考编制，我在学校里经常听到有同学这样说”

我们比不过本科生的，还不如不去考呢！” ，每每听到这样的话，我都会嗤之以

鼻。在我看来，本科生固然厉害，但是我们也不是孬种，为什么还没开始就选择

放弃？通常都说“机会是留给有准备的人的”，在这里我要加上一句“机会是留

给那些敢与挑战的人的”，只要有勇气去挑战，再加上我们5年来的积累，我们

没什么比不过本科生的。况且我们的专业能力比他们要强很多，毕竟我们是花了

3/8

5年的时间来学习的，再加上我们有两次的实习机会，看看，还没比呢，我们在

先决条件上就已经远远的优与他们了，那还有什么必要去自怨自艾呢？

不管遇到怎样的难关，我们只要尽量找出其中的光明面，这样，不论多不好

的困境都会好转。不然，只会让自己一直陷在不幸之中。

社会就像大海一样广阔，就像天空一样高远，我们在如此广阔、如此高远的

社会环境中，怎么会找不到自己的立足之点呢？

同学们，让我们在国旗下共同祝愿，祝愿我们的生活处处开满文明之花！祝

愿我们自己一步步地迈向文明！

做文明之人，永远的呼唤！一生的追求！

三分钟即兴演讲稿(3)

很高兴今天能给我这样一个机会站在这里，来表达我内心对大学的那份感

情，对学生会的那份憧憬。

大学，一个丰富多采彩的世界。酸甜苦辣都是大学的经纬点。

大学如酒，或芳香，或馥郁，因为激情，它变得醇厚。

大学如歌，或高昂，或低沉，因为憧憬，它变得悦耳。

大学如画，或明亮，或暗淡，因为诚挚，它变得美丽。

社会学老师在开学的第一堂课问我们：为什么要读大学？如何度过大学时光？

对于刚刚迈进大学校园的我们，对一切都很陌生，很懵懂。

关于为什么要读大学，我要说，这是我们步入社会的起点，也是我们成就事

业的基础阶段。

关于如何度过大学时光，我要说，我会在老师的指导和帮助下，客观分析自

身条件、科学确定职业发展目标、有序的安排校园生活、坦诚与人交流沟通、不

断完善学习与生活方法，让大学时光充实而不忙乱、紧张而不压抑、自由而不失

控、多彩而不偏激。

有人说，大学在某种意义上说是高中的延伸，还要继续高中时代拼命苦学的日子；也有人说，跨进大学在某种程度上说前途和事业有了保障，放任自我，虚度光阴，浪费了青春，消磨了意志，迷失了自我。我认为，大学是一幅空白画卷，大学生活像是块调色板，你可以妙手丹青，可以信手涂鸦，更可以用智慧和热情描绘属于自己的七彩青春。无论这幅画卷是青春激扬，个性张扬，自我飞扬，还是提笔书写的坚强乐观，自立积极，独立向上，当时光飞逝四年离去时，我们将收获各自的风采和人生最关键的画卷。

大学是自主的美好。这是因为，进入大学终于放下高考的重压，第一次自由的追逐自己的理想和兴趣；第一次离开家庭生活，独立参加社团和社会活动；第一次不再枯燥学习知识，有机会边学习边亲身实践；第一次不再有父母安排生活和学习的一切事物，而有足够的时间和精力支配自己的生活。

大学是沉淀的文化。这是因为，大学是专门熏陶和完善个人的修养，增进和系统个人的智慧，发掘和拓展个人的潜能。我要在不断精化专业知识的基础上锻炼自己的创造力，积极开发自我的创新能力，不断实践和证实理论知识，积极锻炼自我自学能力的同时，还要不断提高个人的修养和才能，创建和谐的师生关系，懂得与人真诚交往，努力提高为人处事的能力。

大学是培养的园地。这是因为，大学有可能是人生最后一次系统性地接受教

育，也是最后一次建立你的知识基础，也是最后一次将大量时间用于学习的人生

阶段，也可能是最后一次可以拥有较高的可塑性，集中精力充实自我的成长历程。

所以，我必须培养自己的自学能力。在学习上，不应在老师后亦步亦趋，应该主

动走在老师的前面。做到课前认真把课本相关知识琢磨清楚，课中弥补自己对知

识的认识和不足，课下，充分利用图书馆和网络，培养独立学习和研究的本能，

为以后工作和进一步深造做好基础。

大学是锻炼的起点。这是因为，大学里有学生会、团委、各种社团等开拓的

舞台。能够进入学生会是我莫大的荣幸，我怀着挑战的心态参加面试，怀着焦急

的心态等待结果，现在，怀着感恩的心态想要在这里留下我的痕迹。我会从点点

滴滴做起，真真正正的融入学生会大家庭。在这里，我要学习的还有很多，但我

会从零开始，迅速地使自己成长起来。

5/8

### 三分钟即兴演讲稿(4)

各位老师、各位同学：

大家好！

在我们求学的路两旁布满了鲜花绿草。早晨，我欣喜地踏着一路芳香来到学校，香气弥漫，四处飘摇，我陶醉其中。其实在人生之路上，感恩也正是这种芳香，它因为你的欣喜和陶醉而馨香四溢。

刘备三顾诸葛亮于草庐之中，亮终出师，那是他对刘家的感恩。

龚自珍离京，留得“落红不是无情物，化作春泥更护花”名句，那是落花对泥土的感恩。

“谁言寸草心，报得三春晖”，那是孟郊对老母亲的感恩。

乌鸦反哺，羔羊跪乳，这些不都是在提醒着我们去感恩吗？

父母劳累的身影回到家中，我们奉上一杯热茶，送上一句关心，带上一份祝愿，那是我们的感恩。感恩无需惊天动地的誓言，满载她的，是我们生活当中那些微小的动作。当我们在欣赏着流行音乐时，我们是否听见父母埋在心中关于望子成龙，望女成凤的声音？当我们在网吧中沉迷忘返时，我们是否感觉到那“滴答”的敲键的声音宛若父母炎炎烈日汗水的滴落？当我们在小卖部前驻足留连时，

我们是否想到口袋中的钱凝结着父母的血与泪？每每听见这样的话——“我长大了一定要好好养育父母”、“我将来一定要让父母过上好日子”……静下心来想想，

为什么要等到以后呢?我们现在是没有经济实力，可我们现在能给他们精神上的

安慰，可以为父母洗次脚，为父母捶次背，为父母刷次碗……诸如此类都是我们

力所能及的，我们为什么不能以此来作为一份小小的感恩呢?

家中有父母，学校有老师。“春蚕到死丝方尽，蜡炬成灰泪始干”，或许是对

老师最好的写照了。她用知识滋润着我们干涸的心田，她用人生阅历为我们送上

一碗心灵鸡汤。“三尺讲台迎冬夏，一腔热血写春秋”。老师就像无声的细雨，滋

润着我们，我们难道不应该感恩于她吗?

同样，我们也要感谢自然。是她让小草教会了我们顽强，是她让腊梅教会了

6/8

我们斗争。丝丝惬意，是她在春日对我们的奖赏;习习凉风，是她在夏日给我们

的礼品;累累硕果，是她在秋日对我们的回报;漫漫白雪，是她在冬日给我们的惊

喜。她教诲着我们，为我们送上这人生的真谛，感恩于此，有为过乎?

感恩，远不是寥寥数笔能道尽的，她融入在我们的生活中，或是那微微一笑，

或是那一阵掌声，都是感恩的表现。让我们携手起来，共同让感恩的馨香万里飘

扬吧!

谢谢大家！

### 三分钟即兴演讲稿(5)

尊敬的老师，亲爱的同学们，大家早上好！

曾看过这样一段话：小鸟说：我从天空中飞过，但天空中没有留下我的痕迹。

泰戈尔说，天空中没有留下我的痕迹，但我已飞过。同样的状况，却有两种不同

的态度，相信后者的态度更能赢得大家的认可。其实生活是一面镜子，你对他笑，

他就会向你露出笑脸，你对它哭，那么你最终只会收获沮丧的心情。这就是我要

演讲的——乐观的生活态度。

或许有人会抱怨说，上天是如此的不公平，努力奋斗多年的我到现在为止还

是一个经理助手。寒窗苦读十二年书的我，最终还是没能考上理想的大学。然而，

这些抱怨无法改变现实，只能加重自己的烦恼，何不以积极乐观的心态看待呢？

相反的，正如我们熟知的林肯先生，在遭受24岁经商失败，26岁爱人死去，

27岁精神崩溃，中年时代多次竞选参议员和副总统，却均以失败告终，可面对

如此多的打击与磨难，他始终没有放弃自己的梦想，而是以积极的生活态度应对

这些不如意，最终他成为美国第十六任总统，正是这积极乐观的生活态度，让林

肯最终实现自己的理想。

相信，假若没有积极乐观的生活态度，摔残肢体的桑兰，高位截肢的张海迪，

生命中没有光明与黑暗的海伦—凯勒，他们同样不会有灿烂的人生，也就不会赢得世人的尊重与赞美。

亲爱的朋友们，虽然我们无法预知下一秒会发生怎样的事情，但相信只要我

7/8

们持一种积极乐观的生活态度，我们生活一直是快乐的。所以，即使有一千个理

由哭泣，也要为自己找出一万个理由微笑，这样，我们的生活就会充满更多的阳

光和快乐。

### 三分钟即兴演讲稿(6)

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好!

你想成为优秀的人吗?那但愿你是拥有自信的!

爱默生说过：“偏见常常扼杀很有希望的幼苗。”因此，为了避免自己被“扼

杀”，只要看准了，就要充满自信，敢于坚持走自己的路。

但是，从以前就有这样一句话：沉默是金;而现在人们也常说：做人、做事

都要低调，不要不把别人放在眼里……虽然这些说法我不认为错了，但也并不认

为全对。

的确，沉默固然是金，但也是一些懦弱、自卑者作为托词的废铁罢了。的确，

做人、做事都要低调，不要不把别人放在眼里，但自信与自负不同，自信是给人

以做事的动力、坚持的信念，并不是将人推向得意忘形的巅峰。

自信者心中有朝霞、露珠和常年盛开的花朵;退缩冰结心城，四海枯竭，丛

山荒芜。比鲁莽更糟糕的是退缩。不能因为一时的缺乏自信，而给自己的未来留

下太多的遗憾!

要学会欣赏自己、赞美自己，看清自己身上的成绩及优点，找到自己好的地

方。必要的时候，在自己心中夸耀自己、表扬自己，并不断激励自己“我可以做

好”、“我能够做到”，这样，你就拥有了自信，就会感到生活的美好，而你的生

命也会充满活力，因此，你将永远保持着奋发向上的动力!

这个世界上我们每个人都是独一无二的奇迹，都是自然界最伟大的造化，什

么都完全一样的几个人是不会有的。物以稀为贵，所以，只有正确认识自己的价

值、对自己充满信心、并不断发挥自身的潜力，才能将我们生存的意义充分体现

出来。

盈盈月光，我掬一杯最清的;凄凄芳草，我捧一束最美的;漫漫人生，就让我

们共同来把握这最珍贵的自信吧!

更多作文请访问 [https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/92\\_0.html](https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/92_0.html)

文章生成doc功能，由[范文网](#)开发