

青春因拼搏而精彩演讲三分钟(优质7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。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

青春因拼搏而精彩演讲三分钟篇一

大家好！

后悔过去，不如拼搏现在。这一直是我的座右铭，我一直相信拼搏的力量。看到拼搏两个字，我不禁想起了去年我刚进入足球班时，拼搏带给我的力量。

刚进足球班时，我对什么都感到新奇，也很迷茫，更别说快乐了，我一直担心自己可能被撵出足球班。第一节课，教练就给我们来了个“下马威”：“看看你们懒散的样子，我五岁都比你们的好。之后，教练看到我那笨拙的样子，大骂道：“你长得是猪耳朵吗？我教你的都踢不进去，踢球简直像狗熊掰棒子。”同学们听了哄堂大笑，从来不哭鼻子的我那天竟然哭肿了眼睛，我便立下把足球踢好的目标，一定要让我们教练对我刮目相看。

看看别人，毫不费劲，做几百下都不累，可我呢？做了十几个就气喘吁吁，汗流浹背了。看着别人在球场上健步如飞的样子，我暗自问自己，难道自己不如别人吗？不，我一直相信只要自己肯拼搏，就一定会做的更好。我渐渐女里起来，别人去休息了，我继续自己练习，别人在练一遍，我就练五遍，我甚至在家中巴掌大的地方练习射门，同时，我想起了我的偶像C罗，我想起电视中他拼搏的模样，他通过自己的拼搏成就了自己在足球上的地位。我想像他一样，通过拼搏，向老师同学们证明我自己。于是，我每天更加努力地训练自己，

每当我训练的精疲力尽时，我总想起他的拼搏，鞭策着我。

因为拼搏，渐渐地，我找回了笑容，我成为了朋友中的“王牌”前锋，因为拼搏，我让老师刮目相看，因为拼搏，我找回了自我。我一直相信，拼搏的力量是强大的，我也希望拼搏的精神一直在我的生命中，伴我成长。

我的演讲完毕。

谢谢大家！

青春因拼搏而精彩演讲三分钟篇二

青春年华，似水而逝。钟表上的时针与分针争分夺秒地你追我赶，时间就在这一分一秒中流逝，青春路虽不如所想象的那般美好，但只要奋力拼搏过，再回首时就不会后悔。

青春就像是挂在门口的风铃，微风吹过，叮当作响，唤醒了我的心扉。

桌子上堆着高高的习题，我一页一页地做着，题目似乎越来越难，我越想加快进度，却感觉到这些习题偏要和我对着干，它们古怪刁钻的面孔，越来越陌生，我心里一时有些无助。那些难题们似乎在嘲笑我，看不起我，我冷冷地盯着它们，心里顿时燃起了熊熊的火焰，不服输的青春斗志蓦然迸发，脑子飞速转动，手下的笔毫不懈怠。一番较量之后，心中满意的答案终于呈现于笔下，我微笑着把这页习题拿过一边，微风拂过，烦躁无影无踪。盛夏的午后，太阳的金色光辉洒满了大地，倾听树上的蝉鸣声，细嗅小草的淡雅清香，花儿的浓郁芬芳在空气中弥漫，心中阴霾一挥而散。

青春就像是悦耳动听的音符，陪我一路奔跑，冲向希望的方向。

体育课上，为了锻炼身体，增强免疫力，所有同学一起跑步，速度不是很快，但是很消耗体力，我是属于微胖的体形，没跑几圈，我的腿就如同灌了铅一样，抬不起来了。心里一闪而过的是放弃的念头，但看看身边的同学们斗志昂扬地从我身边跑过，我的心里更多的另一个声音在呼喊：“加油，努力，坚持，战胜自己，胜利就在前方等着你。”看着椭圆的操场，眺望着远方观众席上的人山人海，耳边环绕着杂乱无章叽叽喳喳的谈话声，我一把抹去满脸汗水，咬紧开关，奋力向前冲去，在跨过终点的那一刻，我不知道脸上流下的是汗水还是泪水。

青春就像是漂亮绚丽的彩笛，悠扬的笛声吹动着我的梦想早日实现。

参加演讲比赛的那天，尽管有父母、老师和同学们的陪伴和鼓励，我依然有些紧张。轮到我上台了，我扫了一下舞台下面，无数双期待的眼神让我感到如此温暖，瞬间这个赛场好像只有我一个人，忘掉了紧张和不安，心中只有一个想法：不放弃自己、不辜负老师家长和同学们。演讲结束，台下掌声响起，我知道又一次战胜了自己，成功了！额头上的汗水悄然落在地上，不知碎成了几片，瞬间融入大地，笑容绽放在我脸上，那么灿烂，大概这就是青春的模样。

青春没有回程票，每一天都是现场直播，没有重来的机会。只有拼命努力过，奋斗过，拼搏过，才有资格对自己说：我的青春，无悔！

青春因拼搏而精彩演讲三分钟篇三

早上好！我是高三(6)班的，校学生会体育部部长。今天我演讲的题目是《拼搏进取点燃青春》。

本周四、周五，“我学习我快乐我运动我阳光”20xx年校秋季运动会就要召开了。每年一届的秋季田径运动会是我校的传

统，是同学们的一次体育盛会，同时也是我校校风的一次大检阅，是各班精神风貌和思想素质的一次展示。运动会是一个竞技场，优胜劣汰，来不得半点虚假，在同一起跑线上，你付出了多少汗水，就会获得多少回报。体育的舞台是人生大舞台的一个缩影，鲜花只会献给最优秀的选手，掌声会给胜利者和坚强毅力者以鼓舞，给失利者以安慰，高高的领奖台上，只会给那些脚踏实地，顽强拼搏、不畏艰难的人留下空间。

从古罗马竞技场上奴隶间的角斗，到现在奥运会赛场上运动员们的竞争，体育从来都是社会的兴奋点。比如说足球，篮球这类的运动，再到梅西、C罗，内马尔，科比布莱恩特，詹姆斯。好的身体并不是你花钱就可以得来的，身体是革命的本钱，所以强健的身体素质是学习、生活、工作的基本保证。

因此，我们每一名学生，都要明白我们当前主要的任务是学习，大家要注意理顺体育锻炼和学习的关系。只有合理的安排体育锻炼时间，才能取得更好的学习效果。在紧张繁重的学习生活同时，每个同学都不要忘记对自己身体的呵护，每天抽出一点时间，活动一下身体，将更有精力去完成学习任务。也希望有参赛项目的同学在未来的几天内，充分利用业余时间，抓紧训练，争取在校运动会中取得好成绩，为班级争光。

借此机会请允许我代表大会组委会向全体师生提几点出要求和希望：

- 1、希望运动员能发扬“更高、更快、更强”的奥运精神，安全参赛、文明参赛，规范参赛。赛前作好准备活动，赛中遵守各项规则，服从裁判。
- 2、各班要抓紧运动会入场式的训练。加强纪律，严格要求，在运动会上展示出良好的精神风貌。

3、没有比赛项目的同学，大会上要服从管理，不要擅自出入比赛场地，文明观赛、主动服务，保持良好的团队风貌，为运动员呐喊加油，为班级获得“体育道德风尚奖”出力。

同学们，运动会就要来了，请大家行动起来吧！让我们共同积极地参与，共同安全出色地完成比赛。另外，更希望同学们以此次运动会为契机，在今后的人生道路上，有运动相伴，有精彩相伴，有健康相伴！

最后，祝愿我们的运动会圆满成功！

谢谢大家！

青春因拼搏而精彩演讲三分钟篇四

大家好！

是啊，青春的美好，不必详尽地铺陈，单单想到这一点便令人心醉——青春是一种特权！

无妨犯一点错误，或者无妨耍一点脾气，肆无忌惮地笑，尽情尽兴地哭……因为他们正当青春，所以不要苛责他们！

“我还年轻！”这是自己对自己的一种几近于全面的谅解。以后的事情以后再想，以后再谈。让世界只是一幅画，生活只是一首歌，理想只是朦胧的朝霞，事业只是远方的车站……因为我们正当青春，所以只管扭动欢快的舞步！

然而岁月匆匆，一个那样的日子终于来临——脚尖触到了门槛，青春的门槛！

抬头一看，门槛外面是一个惊心动魄的世界。

啊，青春的门槛！

你怎能不迈过那青春的门槛?那是无可回避的。世上有那样一种人，他年龄早已超过青春期，但心理结构和为人处世水平仍停留在青春门槛以内。这种人常常因不能适应社会、生活、他人而被视作低能儿，永远保持青春的活力是非常美好的，永远保持青春期的心理结构和为人处世水平，特别是超越青春期仍建立不起坚实的信仰、理想、道德观和事业心，那就不但不称其为美好，甚至要堕入丑陋和丑恶了!

你必须迈过那青春的门槛!

当你脚尖触到青春的门槛时，你必须勇敢地失去青春!

只有丢失青春，才能换取成熟。

只有任仲春的劲风吹落花瓣，才能在骄阳中结出你青色的幼果。

怎样迈过那青春的门槛?

要欢欣鼓舞。青春诚美好，但青春的门槛那边更奇妙。花儿落了，会有果实。最初的果实的确是苦涩的，甚至是丑陋的，然而果实比花朵更有价值，随着新的岁月中的奋斗，果实将逐渐硕大，逐渐饱满，逐渐光彩照人，逐渐果香四溢——青春如花，点缀得这个世界缤纷似锦，但主要是供于观看;青春后的生命果实，使这个世界变得滋养，并通过种子延续着人类的文明，它就不仅是供于观瞻而是创造出新的生命……迈过青春的门槛，在失落的痛苦之后，又将获得多么大的快乐!预支一部分那至高的快乐吧，果断而敏捷地迈过青春的门槛!

他该怎样才能把这幅画儿画得更好呢?

青春因拼搏而精彩演讲三分钟篇五

大家好!

不再回头的不只是那古老的辰光，也不只是那些个夜晚的星群和月亮，还有我们流逝着的青春。所以请拒绝平淡，告别无为，让我们的青春在阳光下真正的飞扬起来，激荡起来！

让我们在阳光明媚的日子，愉快地歌唱；在花开的日子里，遨游知识海洋，一起编织梦想；在飘雨的季节里，用心情的音符，谱写青春悦耳的篇章！任前方荆棘丛生我们将持之以恒。茫茫学海中，我们要做勇敢的水手，乘风破浪，共赴前程。青春脚步如行云流水，青春的岁月需要知识的滋养。让我们把握生命中的每一天，向着成功的彼岸前行。

不再为落叶伤感，为春雨掉泪；也不再满不在乎于地挥退夏日的艳阳，让残冬的雪来装饰自己的面纱；岁月可使皮肤起皱，而失去热情，就也可以使灵魂起皱，让生命失去激情。所以，我们要用智慧和勇气扬起理想的风帆，用青春和生命奏响时代的强音。当我们抛弃了迷茫，掌握了航向，当我们共同努力，不懈的摇桨，青春的激扬乐章终将奏响！

我的演讲到此结束，谢谢大家！

青春因拼搏而精彩演讲三分钟篇六

猎猎西风中，我翔游于无垠的高山云间，我听到了鹰在歌唱：“鹰之心于高远，取鹰之志而凌云，习鹰之性以涉险，融鹰之神在山巅。”我微笑——鹰选择迎风而搏，它的生存哲学是拼搏。

草原上，我看见一只鹿在野狼斥逐下飞窜。浮云遮日，我明白，一场血战即将开始。鹿被狼逼到山顶，它一声尖叫，跳下山崖。我闭上了眼睛，我的心在流血——鹿选择了死亡，它的生存哲学竟是不屈。

飞过阿尔卑斯山，我来到了古希腊。一位长者正躲在木桶中对亚历山大大帝说“走开，别遮了我的阳光！”他就是柏拉图。

柏拉图一生潦倒，世人无法理解，最终他选择了自杀。我坚强的心开始温化——柏拉图选择了思考，他的生存哲学是尊严。

外邦无人道。于是我飞往了世界文明之邦中华族落。在青山绿水中，我在溪水中看到了自己的翅膀，我明白，只有冷眼旁观才能游刃有余。

忽见一个长者手采一支菊，微笑去劳作，他边去边吟：“凝霜殄异类，卓然见高枝，乐哉！”在功名世昏的王朝，陶潜选择了一菊一牛一耕，他的生存哲学是清逸。

我累了，我无法看清所有的生命，生命是一种感动，生存的哲学是一种抗争。

太行山喷火了，我明白，生命将终，凤凰的归宿是火，但不是毁灭，而是涅槃！

火烧遍我的身体，那一种红火之心随尘落入世间，我顿时醒悟——我的生存哲学是折翼！

折翼，让我不再浮躁，用心生存。

青春因拼搏而精彩演讲三分钟篇七

人生本如一场戏，有些人戏里来戏里去，最终仍旧只剩下自己。

人，本来就是为自己的将来而拼搏，努力，并且为此付出代价，不付出辛勤的劳动，怎么能收获丰硕的成果呢？同学们努力学习，只是为了能拿到好成绩；大人们努力工作，只是为了能够给自己的妻儿子女一个安稳的生活。

尽管目的不同，但过程所付出的努力是一样的。我也曾为自

己的将来拼搏过，努力过，奋斗过，并且最重要的是此时此刻我正在努力阿。失败了没关系，我们可以从头再来。我只是想要去努力学习，想要去拿个能令爸妈满意的好成绩。却总达不到她们的目标。

老师说“：心急吃不了热豆腐。应该脚踏实地奋步向前。”

嗯，努力吧！