

2023年大学演讲稿三到五分钟 青春的三 分钟演讲稿(通用9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。演讲稿对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写演讲稿呢？以下是我帮大家整理的最新演讲稿模板范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

大学演讲稿三到五分钟篇一

大家好!今天我演讲的题目是《青春》。

青春，是我的资本，快乐是我的标志，勇往直前是我一生不悔的誓言，我相信，只要不放弃，一切皆有可能。

我的舞台我自己建造，要让全世界看到!我的剧本我自己写好，相信自己永远是主角!我的魅力我自己知道，定会出乎每个人意料!我的青春我自己照耀，每个明天，让我用青春和爱真心拥抱。我喜欢刺激，因为年轻让个性张扬;我喜欢冒险，因为年轻让血液沸腾;我敢于挑战，因为年轻让勇者无畏;我敢于超越，因为年轻让思维创新。张开手，让年轻无极限!穿越在不同的领域和空间，挑战一切，生命因此有了不同的体验;不害怕改变，不停地向前，前面未知的区域是我冒险的起点。享受每一分钟，我看见世界的明天奇迹出现!年轻无极限，我一直相信：只要坚持，明天就会更好;只要坚持，我的青春就一定会绚丽多彩!

谢谢大家。我的演讲结束。

大学演讲稿三到五分钟篇二

大家上午好!问世间什么最美丽，是明媚的阳光?是灵动的山

川?还是微风吹拂着的. 波澜?我说: 最美丽的是我们跳跃的青春旋律!青春梦想是石, 敲出星星之火;是灯, 照亮前行的道路;是火, 点燃希望的灯;是路, 引你走向黎明。青春是说不完的话题, 今天我为青春演讲的题目是“弘扬爱国精神、激扬青春风采”。

五月令人向往, 值得赞美。上世纪之初, 1919年五月, 中国热血青年作为一支新生的社会力量登上了历史舞台, 掀起了伟大的五四爱国主义运动。xx个春秋过去了, 以爱国主义、振兴中华为核心的五四精神一直激励着我们青年一代, 并逐渐成为热血青年的一种神圣的精神追求。

有一位哲人说过: “梦里走了许多路, 醒来还是在床上。”它形象地告诉我们: 人不能躺在梦幻式的理想中生活。实现青春理想的路上免不了坎坷崎岖, 我们需要有决心, 有信心, 有不畏艰难、锲而不舍的精神, 面对挫折, 我们不能望而生畏, 就此让步, 要拿出克服困难的勇气, 不懈地去努力, 因为, 青春正在赋予着我们激情、力量, 我们没有任何理由有丝毫的懈怠, 从而消磨浪费它, 我们要在不断追求与奋斗中挥洒青春的色彩, 让青春飞扬!

青春最好的不是年华, 而是我们的心境。这个心境就是用五四精神指引, 在社会进步中扮演积极而具有建设性的角色。这个角色首先要热爱我们的工作单位及其岗位。一个国家是由千千万万个单位有机组成的, 践行五四精神首先要从爱单位开始, 没有这一点, 弘扬五四精神仅仅是一句空话, 找不到现实落脚点。因此, 我们要在做好本职工作上, 从甘心奉献做起, 有损于单位形象的话不说, 与单位这个大局向违背的事不做, 时时刻刻从单位的角度去思考问题, 去约束自己, 这才能够体现爱单位、爱祖国的五四精神。

最后, 祝愿青年朋友们、同事们, 以弘扬五四精神为己任, 激扬青春风采, 成为自己青春的主人、成为建设国家的栋梁。让青春之路, 始于足下。

谢谢大家!

大学演讲稿三到五分钟篇三

青春,是绿色的,她时刻充满活力,下面是本站小编为大家整理的大学生致青春三分钟演讲稿,欢迎阅读。

青春是一段无知的奔忙,总会留下颠沛流离的伤;青春是一道明媚的阳光,总会带来天真无邪的欢;青春是一场雪,总会盖去花样年华的歌。在人与道德、与社会、与现实的碰撞,摩擦中,它让我们明白感恩,让我们追寻理想。

在毕业之际,有人曾问我:“你的理想是什么?”我不假思索地说:“成为一名作家,把文字的欢乐带给世界。”时光如白驹过隙,当我一只脚迈进中学的大门,又有人提到这个问题,我从心底深处的那片净土里刨出这个理想,我开始迷茫,开始惊慌,如同森林中那条十字路口,让我无从选择。

那天,我又回到了母校。母校还是依旧,如诗、如画,笼盖在操场上方的榕树遮天蔽日,它的枝干更加拼命地向四周伸展,满树的绒花,仿佛历史的古画,染尽了亘古绵延的琳琅。我坐在树底下,又翻开了那本珍贵的相册,里面记录了我们六年的美好时光,每一张照片,都记载了一个关于我们理想的故事。我笑着,合上相册,眼里含着泪光,仰着头,望着那方被榕树伸出的“手臂”,遮挡住的湛蓝天空,眼中却是一片绿色的汪洋。我找到了理想的方向。

伸手触碰理想,又是遥不可及的距离,不禁使我黯然神伤,我开始失神,想要放弃。“好久不见。”她说,一如从前的神态。我一愣,却还是报以微笑。她是我的尊师,我的启蒙导师,是她拉着我的手,将我从无知的黑暗世界带入光明。热爱文字,传承文字的重任,是她与我心灵的交接,我对她有着无比的崇敬。她在我身旁坐下,温和地笑,问:“我们多

久没见了，最近还好吗？”我点点头，却又不禁愁眉苦脸，忐忑不安地回答：“老师，我对自己的未来充满着迷茫，未来就像一团浓雾，我不知道自己能否为着自己的理想而努力、而奋斗？”她轻抚着我的发，语重心长地说：“一个人有理想才有动力，未来不是迷雾，如果你认为自己的理想是正确的，就去做吧！毋须怀疑。”我的心被撼动，如心中激起的浪花，拍击着坚硬的岩石。我的眼里又盈满泪花，抬头，倒影着绿叶的泪珠和那股自信的力量又汇成了那片绿色的汪洋。我会告诉自己：我要坚持，我在坚持。

理想是青春路上的火，点燃熄灭的灯；理想是青春路上的灯，照亮夜行的路；理想更是青春人生中的一条路，引我走向黎明。

我的青春飞流直下，而我的理想却在青春的瀑布中逆流而上。

青春：她经得起磨练却经不起消磨，经得起开发却经不起挥霍。保尔·柯察金曾经说过：“人最宝贵的是生命，生命对于每过忍耐只有一次，人的一生应当这样度过”，当他回首往事的时候，他不会因为虚度年华的悔恨，也不会因为碌碌无为而羞愧，当他临死的时候，他能够说：“我的整个生命和全部精力，都已经献给了世界上最伟大的事业——人类的解放而斗争”。所以我们应该珍惜青春，乘着自己还年轻，尽自己所能，在青春的舞台上展现自己亮丽而独特的风采，让青春飞扬！就像无数的星星在生活的星空中发出自己耀眼的光芒。

家喻户晓的张海迪阿姨在20xx年11月13日被选举为中国残联第五届主席团主席。张海迪以顽强的毅力克服疾病和困难，学习了多国语言。1983年她走上了文学创作的道路。1991年，张海迪在做完癌症手术后，继续以坚强的意志与命运抗争，她开始学习哲学专业研究生课程，并取得了辉煌的成就。

时光老人的脚步在悄悄前进，光阴似箭、日月如梭的感觉时刻伴随着我们？陶渊明曾有过这样的感叹：“盛年不重来，一日难再晨，及时当勉励，岁月不待人”。青春对我们每个人

仅有一次，愿我们把握住自己的青春。朋友，让我们把青春聚合成美丽的冰雕，让我们将年轻抒写成美丽的诗行，让我们把信念挂在桅杆上，让成功之船启航！

谢谢大家！

青春对于每个人来说都是与众不同的，对青春都有着不同的理解，当然，在我的字典里，青春也有我自己的定义。

小学、初中、高中、大学都留下了属于自己那一份青春的记忆，所以对于我来说青春是一部成长史，在那里，它见证了我成长的历程。

瞬间我傻了，没想到我努力了一下午的成果被说成是废稿，之后他和我谈了他这些年的经历，的确，青春是用时间和经历去浇灌的，就好比是一颗小树苗长成一棵参天大树，你得看它的根须有多深。根须的深度决定了你在青春的历程中走过了多少，经历了多少，成长了多少，不是你嘴上说的那么轻松，它掺杂了五味瓶中各种味道，只有你经历了才会有深刻的体会。

青春的选择方式不同，结果也会有所不同。

一般说来，青春有两种选择方式。一种是选择吃喝嫖赌，过着醉生梦死的生活，一睁眼，一天过去了；一闭眼，一生就这么过去了。

青春也没有好坏、等级、年龄之分。无论你是还是清洁工，这些人没有卑贱之分，他们同样有着属于自己的青春，他们只是把自己的青春都奉献给了国家，奉献给了自己的工作。至于谈到年龄，为什么大部分人会觉得老人慈祥呢？这并不是他们年纪大了，而是他们用一生的时间和经历来谱写属于属于他们自己的青春交响曲，[慈祥”恰恰证明了他们已经把这些事儿都看透了，当然，我说的不是看透红尘啊；小孩儿的青

春则是无忧无虑、快快乐乐、自由自在的成长。

是啊，青春是一段用时间和经历来感受生活的过程。它促使你成长，让你变的成熟，它不是像你学习上解高数的 $x \square y \square z$ 微积分一样到最后总会得到结果那么简单，不懂时还可以向老师咨询，它必须自己亲身去经历，才会明白青春到底是什么。

以上就是我对于青春的理解，不需要每天高喊什么青春无悔、青春万岁，真的没那个必要，只需经历，你就可以得到你想要的答案。

希望我讲述的这些可以对大家有些许心灵上的冲击，最后也祝愿我们每一个人都有一个为之骄傲，与之不悔的青春。

大学演讲稿三到五分钟篇四

尊敬的各位评委，在各位观众，你们好！

我演讲的题目是《青春本色》！

作为新一代的我们理想是丰满的，我们对未来充满激情，但是我们却不得不承认，现实是骨感的！因为青春不仅仅需要激情，同时也需要一颗求实进取的心！每一个人都有自己的梦想，然而梦想总是离现实相隔万里。有些人梦想成为教书育人的人民教师，有些人梦想成为救死扶伤的白衣天使，有的人梦想成为保家卫国的人民子弟兵，有的人梦想成为人类社会发展的工程师……不管是教师也好，医生、战士还是工程师，只要对国家、对社会奉献了自己的价值，他们都有同一个美丽的名字，叫做“人类绿色灵魂工程师”青春是我们现在所拥有的最宝贵的财富，我们的生活应该充满激情！青春，充满了梦想。

然而我们的生活中有许许多多的无奈，当我们经历了越来越多的坎坷，我们是否会对未来产生一丝迷茫，我相信答案是肯定的！但是这并不是我们可以失败的理由，也绝不是我们就此沉沦的原因，青春应该充满朝气，记得奥斯特洛夫斯基的钢铁是怎样炼成的中有这么一段话：生活赋予我们一种巨大的和无限高贵的礼品，这就是青春：充满着力量，充满着期待，充满着求知和斗争的志向，充满着希望和信心的青春！”的确如此。

青，是绿色，是生命的颜色，春，是季节，是成长的季节，青春是人生最美好的季节，青春是人生最铿锵的篇章，青春是摧枯拉朽的豪情，青春是旭日东升力量，青春的我们意气风发，青春的我们敢为人先，青春的我们斗志昂扬！少年兴则国兴，小年强则国强！此时的我们正当年少，正如一柄刚刚出炉的刀，容不得版刻的等待遇迟疑，否则只会在似水的岁月中慢慢氧化失去光泽，随即斑驳、锈蚀、风化，最后成为一块废铁！

我们坚信：宝剑锋从磨砺出！

大学演讲稿三到五分钟篇五

大家好！我是号，我演讲的主题是“青春要树立理想”。

青春不仅仅是一声声的赞美，它更是拥有使命并为之奋斗不息的源泉。因为生命的光环一个个被践踏的躯体赋予了新的灵魂；因为青春的绚丽，一个个飞舞的思绪会聚成一首悲壮的挽歌。

时光的老人又一次送来了五月，迎来了又一个“五四”青年节。在这阳光灿烂，安宁祥和的幸福生活之时，我不禁想起了那些曾为中华民族的民主，科学，独立而抛头颅洒热血的青年们，是他们，在民族遭受屈辱的时刻挺身而出，以力挽狂澜之势救黎民于苦难。在斗争中，青年们敢于直面惨淡的人生，敢于正视淋漓的鲜血，他们以燃烧的*和鲜血凝聚成精神的火炬，点燃了未来。这种青春是多么绚丽夺目呀，这种

使命是多么震撼人心啊！

放眼看看吧，在我们社会主义现代化建设的征途中，涌现出许多新时代青年的楷模。从伟大的共产主义战士雷锋到以服务祖国需要为乐的王杰，从自学成才的张海迪到科技创新的秦文贵……他们在平凡的岗位上，用五四精神诠释了青春的使命！演绎了一幕幕惊天动地的话剧！谱写了一曲曲壮丽雄浑的青春赞歌！

作为新世纪的我们，要树立远大的理想，人的一生只能享受一次青春，当一个人年轻时就把自己的人生与人民的事业紧紧相连，他所创造的就是永恒的青春。我们要坚持勤奋学习，立志成才。二十一世纪，信息交流日益广泛，知识更新大大加快。形势逼人自强。催人奋进。我们要跟上时代步伐，更好的为现代化建设贡献力量就必须学习学习再学习，打下坚实的知识功底。在学习中，还要善于创新，善于实践，善于把所学的知识运用到改造主观世界客观世界活动中去，不断成才。同时我们应树立正确的世界观，人生观，价值观，努力培养良好的品德，提高综合素质，完善人格品质。做有益于祖国个人民的人。

国家的繁荣富强，人民的富裕安康，社会主义制度的巩固和发展需要几代人，十几代人甚至几十代人的努力。艰苦能磨炼人，创业能造人。青年一代的我们，只有做到艰苦奋斗，才能顺应时代发展的潮流，才能真正地做到把个人的前途和命运与国家，民族的前途和命运紧密相连，为祖国奉献青春，这是当代青年最嘹亮的口号，我真心地希望，这不仅仅是口号，更是我们青年一代的旗帜！

生命对每个人只有一次，而青春则是这仅有的一次生命中易逝的一段。我坚信：流星虽然短暂，但在它划过夜空的一刹那，已经点燃了最美的青春。这让我们肩负起历史的使命，让身体里流淌的血液迸发出热情！让我们都做夜空下那颗闪亮的星星！

同学们：少年强则国强，少年独立则国之独立，振兴国家，匹夫有责，赶快行动起来吧！

我的演讲完毕，谢谢大家！

大学演讲稿三到五分钟篇六

大家早上好！

我是高二(14)班的，很荣幸能够站在这里。今天我国旗下讲话的题目是《扬起激情之帆》。

泰戈尔曾经说过：“激情，这是鼓满船帆的风。风有时会把船帆吹断；但没有风，帆船就不能航行。”激情是指一种强烈的爆发式的情绪状态，是指人内在的强烈激动的情感外化为一种昂扬的精神状态，是人们追求成功的强烈愿望，是获得成功的基础和动力。

我们中学生正处于激情燃烧的岁月，青春洋溢的年华。在我们的校园中，激情就是早晨同学们朗朗的读书声，激情就是同学们运动场上矫健的身姿，激情就是同学们跑操时铿锵有力的口号与整齐划一的步伐。试想，每天早晨天微微亮时，是激情激起了你起床的欲望；当你晚自习感到困倦时，是激情促使你重新焕发精神；当你感到失落想要放弃时，是激情激励你在困境中砥砺前行。

大诗人乌尔曼说过：“年年岁岁只在你的额头上留下皱纹，但你在生活中如果缺少激情，你的心灵就将布满皱纹了。”是的，没有了激情，生活会像一潭死水寂寥无声，没有了激情，生命会像行尸走肉木讷前行，日复一日，周而复始，自始至终。

中学生的学习生活需要永葆激情。这就要求我们要形成积极紧张的状态，树立自强不息的精神，实现激情高效的学习。

例如，升旗，跑操时听到哨子声迅速集结；早读迅速打开书本，快速标准站好，高声朗读；课前充分准备，上课铃一响马上聚精会神听讲，积极践行“我回答，我补充，我质疑”的上课方式；课堂上手脑并用，圈点勾画，听说读写，讨论展示，思维敏捷，紧张高效；自习节奏快，入室即静，入座即学。

时不我待，志在必得；在极其有限的时间内，实现自己的人生志向，求学目标，就必须珍惜每一分钟。分秒必争，延长有效学习的时间；谁主动赢得了时间，谁就能赢得成功；效率决定效果，哪个同学具有高效状态，哪个同学就会有高分成绩。激情似火，心静如水。努力做到让珍惜时间成为一种习惯，让争分夺秒成为一种行动，让提升时间效率成为一种智慧。

我们年轻，我们有青春的激昂；我们向往“海阔凭鱼跃，天高任鸟飞”的所在。激情，它无时无刻不在身边徘徊，在心底的脉动里流动，当人拥有希望，梦想，目标，动力之后，它就会跳动着舞步，合着这些节奏创造人生中的奇迹。

让我们端正我们的态度，找出我们的动力，释放我们的激情，扬起激情之帆。

大学演讲稿三到五分钟篇七

大家好！

人生十六七的我们，有时也会沉默和忧郁，我们常会一个人坐在窗口，望着高楼和蓝天，独自一人在那发呆，想着自己的过去，但即使你青春没有如此的光辉，也不必遗憾。诗人拜伦说过：“失去虚度的年华不是一件遗憾。”因此当你意识到这一点时，青春也同样在闪光，发热。这光不为你的骄傲而存在，而是为你照你前进的道路；也不是为你的享受而存在，而是为了添加你拼搏的力量。所以青春的字典里没有“遗憾”的字根！

青春是短暂的，智慧是无限的，抓紧时间学习知识是把握青春的最好办法。雨果说：“啊！春天是一年的青春！青春就是生命的春天！”既然我们不能留住春天，那么就抓紧在春天播种吧！

人生十六七，多么美好的岁月啊！让我们都来珍惜。拥有青春的日子，我们不要让它茫然与不知中逝去，向着理想努力吧，做一个最出色的你。

大学演讲稿三到五分钟篇八

大家好！

总是让心声装满期待，总是让梦想连着未来，我们的心海，是一首纯真浪漫的歌谣，是一条绚丽缤纷的彩带，是跳动着不知疲倦的音符，是播种着充满希望的未来！

带着一路风尘，带着对青春的渴望和对五彩梦幻的追求，我们终于走到一起来了。面对未来和自我的挑战，只有让理想在这里放飞，青春才可以变得色彩斑斓！

青春如梦，岁月如歌，时不消逝，何能复得？青春是人生中一段难以磨灭的插曲，它注定是“不平凡”的。它需要我们用心灵和智慧去诠释，它更需要我们用勇气和自信去充实。

让青春与梦想齐飞。也许你正挣扎于人生的得失，也许你正徘徊于痛苦的边缘，也许你曾经苦苦等待，也许你曾经失败，但请记住，其实这一切都部重要，重要的是我们拥有青春，我们拥是有梦想！

拥有梦想的青春是简单快乐的，拥有梦想的青春是奋发向前的，拥有梦想的青春是无所畏惧的，拥有梦想的青春是所向无敌的！

也许，青春的我们会迷茫，但梦想一如既往！也许，梦想最后不会成真，但青春的心无怨无悔！来吧，让青春的我们背上行囊，让梦想为我们导航，让我们带着梦想踏上人生的征途，让我们的青春一路高歌，让青春与梦想齐飞吧！

谢谢大家！

大学演讲稿三到五分钟篇九

大家好！

青春是一泓山间的泉水，是一条奔腾的小河。平静时，泉水叮咚，绵绵诉说着青春的故事；激荡处，汹涌澎湃，百折不回，抒发着青春的热情。

青春是璀璨的夜空，有如月色般美丽的抱负，也有数不清的幻想渴望。只是青春的星儿比夜空的星儿更繁、更亮，青春的月儿比夜空的月儿更丰满、更耀眼。

当我们经历了越来越多的坎坷，我们是否会对未来产生一丝迷茫，我相信答案是肯定的！但是这并不是我们可以失败的理由，也绝不是我们就此沉沦的原因，青春应该充满朝气，记得奥斯特洛夫斯基的《钢铁是怎样炼成的》中有这么一段话：生活赋予我们一种巨大的和无限高贵的礼品，这就是青春：充满着力量，充满着期待，充满着求知和斗争的志向，充满着希望和信心的青春！”的确如此，青，是绿色，是生命的颜色，春，是季节，是成长的季节，青春是人生最美好的季节，青春是人生最铿锵的篇章，青春是摧枯拉朽的豪情，青春是旭日东升的力量，青春的我们意气风发，青春的我们敢为人先，青春的我们斗志昂扬！

少年兴则国兴，小年强则国强！此时的我们正当年少，正如一柄刚刚出炉的刀，容不得片刻的等待与迟疑，否则只会在似水的岁月中慢慢氧化失去光泽，随即斑驳、锈蚀、风化，最

后成为一块废铁!

朋友，青春是一笔不耐花销的财富，请你千万不要徘徊，不要迷茫，也不要随意的挥霍、虚度。时光匆匆如流水，岁月如流不复回。不要拿青春去赌明天，须牢记：上帝永不抛掷色子，就让我们珍惜青春，珍视自己，在青春的岁月里扬起你理想的风帆，驶向你辉煌的明天。

谢谢大家!