

2023年篮球目标演讲稿三分钟 课前三分 钟演讲稿篮球(汇总9篇)

演讲属于现实活动范畴。它是演讲家通过对社会现实的判断和评价，直接向广大听众公开陈述自己主张和看法的现实活动。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的演讲稿模板范文，我们一起来看看吧。

篮球目标演讲稿三分钟篇一

大家好！

也许你曾抱怨过上帝是捉弄人的，他对你吝啬幸福，却让痛苦折磨着你，日日夜夜，疲惫不堪，换来的只是滚烫的泪珠。但苦尽甘来后，当你揭开那沉重的幕纱，你会看清，上帝是公平的，磨难也是一种财富。

曾经有人做了一个试验。他点清了一座山林中的红羊后，把山中的狼全部捕捉起来，让红羊没有敌人。照理说，红羊应该是悠闲自得、快乐地生活了，但事与愿违，红羊为了争夺一小片土地、甚至一棵青草而搏斗，由原来一支整齐的队伍变为一盘散沙。经过搏斗的红羊一只只疲惫不堪，过去那种矫健、奔跑如飞的红羊在这座山林中再未曾出现过，而且，红羊的数量也在逐渐减少。是什么原因呢？因为人们捕获了狼，红羊没有了给它们造成生命威胁的动物，而自相残杀直至消亡，失去了危机，同时也失去了生机。可见，在生态环境中，没有磨难就不会有生态平衡的系统。

张海迪胸部以下失去知觉，但这些困难反而使她有了更为远大的目标，学习掌握了德语、日语、英语。她为什么能取得常人都不容易取得的成就呢？因为她在承受巨大挫折的同时，也将挫折化为了动力，让挫折成为自己的奴隶，再一次战胜

了磨难。

人生如一块璞玉，这是上帝赐予你最大的财富，这块璞玉中有着酸甜苦辣，也许痛苦过后便是幸福，这是上帝给予你最大的机遇。只有自己努力来雕琢这块璞玉，才能使它成为完美无瑕的艺术品。

同学们，当你遇到挫折、困难时，不妨想想，上帝是公平的，有时磨难也是一种财富。

谢谢大家！

篮球目标演讲稿三分钟篇二

今天，我就给你们聊聊“目标确立”的问题，希望从中能给予你们一点启迪。

自古有言：凡事预则立，不预则废。也就是说，做任何事都必须要有有一个明确的计划和目标，才能把事做好。现在你们正值十五、六岁的年龄，这是一个美好的花季年龄，也是一个确立人生目标的年龄。

同学们，作为一个人活在这个世界上，不能没有人生目标。如果你们现在能够把握好这个年龄，正确地确立自己未来的奋斗目标，那么这有可能就是你们人生走向成功、走向辉煌的起点。反之，则可能就是一辈子平庸，碌碌无为。

1、目标的确立

（1）探险家的故事

故事的主人公是一位美国著名的探险家，名叫约翰·戈达德。

在他十五岁的时候，他就把自己这一辈子想干的大事很庄严

地写在了纸上，并且题名为“一生的志愿”。他在这张纸上明确地写着：“到尼罗河、亚马逊河和刚果河探险；登上珠穆朗玛峰、乞力马扎罗山和麦特荷恩山；驾驭大象、骆驼和野马；探访马可波罗和亚历山大一世走过的道路；主演一部《人猿泰山》那样的电影；驾驶飞行器起飞降落；读完莎士比亚、柏拉图和亚里士多德的著作；谱一部乐曲；写一本书；游览全世界的每一个国家；结婚生孩子；参观月球……”共有127个目标。

目标确立之后，他便开始抓紧一切时间去实现它们。16岁那年他随父亲到乔治亚州的奥克费诺基大沼泽和佛罗里达州的埃弗格莱兹去探险。从这次探险经历开始，他便正式迈开了实现目标的步伐。20岁时他已经在加勒比海、爱琴海和红海的深海中潜过水；这年他还成为了一名空军飞行员，在欧洲上空作过33次战斗飞行。21岁时他就已经到过21个国家旅行。

此后，他乘筏漂流了整个科罗拉多河，探察了长达2700英里的刚果河，登上了阿拉特峰和乞力马扎罗山，驾驶过两倍的超音速喷气式战斗机飞行，写成了一本《乘皮艇下尼罗河》的书；这期间他结了婚生了五个孩子……他接连不断地在实现着自己的人生目标，完成着自己的人生愿望。戈达德正是因为有了这许多的人生目标，所以他对生活一直充满着无限的热情，将近60岁的他依然显得年轻干练、英俊潇洒，而此时的他不仅是一位经历过多次探险和远征的老手，而且还是一位杰出的电影制片人、作家和演说家。

戈达德就是这样凭着自己坚定的信念，在他一生的岁月中出色地完成了自己确立的127个目标中的106个。

（2）故事给我们的启示

同学们，当你们看了上面的故事之后，是否也会如我一样地被戈达德的信念所感染，被他的毅力所鼓舞，心中顿时涌现出无数个愿望呢？也许你们还会产生一些疑惑：戈达德确立

的目标如果放在我们身上，这是否是幻想呢？你们会产生这样的疑虑是对的。

因为戈达德是生在美国这样一个经济发达、思想意识超前且个性自由发展的国度里。但也勿庸否认，这些仅仅是外部给他提供的环境和条件，而如果没有他个人的志向、毅力和奋斗精神，他还能够实现这许多的目标吗？答案是否定的。

因此，对于目标的实现，外部的环境和条件是次要的，个人的志向、毅力和奋斗精神才是至关重要的。

同学们，你们现在的年龄正是当年戈达德确立127个奋斗目标的年龄，你们能否也如他当年一样，以一种自信的、乐观的心态去构筑你们的未来、你们的人生目标呢？而且从确立目标的这个时刻起，就锲而不舍地朝着自己的人生目标去努力奋斗，那样的话，你们就会感到自己的信念和干劲在倍增。

同学们，我深信，只要你们会付诸行动的话，你们所确立的所有目标都有可能实现！当然，这里还存在一个会不会确立目标的问题？也就是说我们还必须学会确立目标，这点也是非常重要的。

（3）如何确立目标

首先，目标的确立必须立足于实际。只有实实在在的目标，才能让你踏踏实实地去奋斗、去实现它。其次，目标的确立也不能太远、不宜过高，必须是可望又可达才好。总而言之，目标的确立，既要超越现实，又要贴近生活。

我亲爱的同学们，你们也许还会有疑问：我们的目标确立了，那么怎样才能保证目标得以实现呢？在这里，我只能给你们提供一个仅供参考的方法——把自己确立的远大目标分解成若干个小目标，再循序渐进地去实现它们。我认为这样做的方式，不失为是一种智慧之举。

2、如何实现目标

(1) 马拉松运动员成功的故事

同学们，为了能够更好地让你们理解这种方式的妙处，接下来我再给你们说一个真实的故事。

这个故事的主人公是一位名叫山田本一的日本马拉松运动员。这是一位个子矮小的运动员，但就是这样一位身材矮小的运动员却曾经在1984年和1986年度的世界马拉松邀请赛上，两次荣获世界冠军。当记者问及他为什么能够取得成功的原因时，他说自己完全是凭借智慧战胜对手的。

众所周知，马拉松赛是体力和耐力的运动，只要身体素质好又有耐性就有希望夺冠，爆发力和速度都在其次，而说用智慧取胜确实有点勉强。因而，山田本一的“智慧之说”一出口，媒体就认为他是在故弄玄虚。

当然，他为什么会这么说也一直是一个谜。直到十年之后，这个谜底才在山田本一的自传里解开。他在自传中这样写道：每次比赛之前，我都要乘车把比赛的线路仔细地看一遍，并把沿途比较醒目的标志画下来，比如第一个标志是银行；第二个标志是一棵大树；第三个标志是一座红房子……这样一直画到赛程的终点。

比赛开始后，我就以百米的速度奋力地向第一个目标冲去，等到达第一个目标后，我又以同样的速度向第二个目标冲去。40多公里的赛程，就被我分解成这么几个小目标轻松地跑完了。起初，我并不懂这样的道理，我把我的目标定在40公里外终点线的那面旗帜上，结果我跑到十几公里时就疲惫不堪了，我被前面那段遥远的路程给吓倒了。

(2) 故事给我们的启发

我想同学们看过山田本一的成功经验之后，一定会有所启发的。倘若你们在学习上要确立一个超前的目标，而且要把这个目标实现的话，不妨采用山田本一的做法。也就是把这个超前的目标分为若干个小目标，然后在依次渐进去实现它们。

这样一来，不仅容易实现这个超前目标，而且还可以在实现目标的同时，使内心有一种成就感，自信心也会大增。以后再要实现较大的人生目标就相对容易了，也就不至于面对目标时望而却步了。

其实，我们都有过这样的经验，我们之所以有时不能实现自己确立的目标，并非是自己没有行动，而是因为自己确立的目标过于高远，自己在奋力前进的时候，还没等到达目标的一半或者说三分之一，就已经是精疲力竭了，因而导致了失败。

3、我们如何实现自己的目标

经验证明，我们做事会半途而废，往往不是因为目标的高远、难度的艰巨，而是由于上述原因所造成的，是自己在行动的时候总感到成功离自己太远。准确地说，我们之所以不能获得成功，究其原因不是由于失败而放弃，而是由于倦怠而失败。所以，我们要想实现自己的目标，就必须尽可能地把远大的目标分解成几个自己触手可及的小目标，并且始终让自己保持充沛的精力、旺盛的斗志。

尽管如此，在实现目标的过程中，我们也依然会碰上困难、遇到挫折，但只要我们能够善于去总结经验，不逃避、不放弃，而是以更认真的态度去做，就一定会使自己很快地走出困境，看见自己实现目标的希望。一句话，只要自己肯吃苦，在实现目标的征途中就不会有“困难”两个字出现，并且还会使自己变得更加坚强和信心十足，从而感到无比的快乐和满足。

亲爱的同学们，如果说你们现在拥有的青春是美好的，但那毕竟是短暂的。如果要让自己拥有更持久的美好人生，就必须不断地去确立自己的人生目标，去追求、去创造、去实现。只有在不断地去实现自己确立的目标的时候，我们才会感到活得充实、活得阳光；才会感到生活是无比的美好。同学们，请赶快行动起来吧，给自己一个目标！

老师寄语：没有比脚更长的路，没有比人更高的山！努力吧，只要你自己相信自己“能”，就一定“能”！

篮球目标演讲稿三分钟篇三

喜庆、祥和的新春佳节伴随着短暂的寒假生活已经过去，新的学期已经到来，我们满载着20xx丰收的喜悦，步入了满怀憧憬的20xx。我们又将投入到紧张而又充实的校园生活中。

我们要定好目标，执着信念，永不言败，一起因目标而努力，因梦想而精彩，塌塌实实地一步步走下去。固然，成就和荣誉往往令人羡慕、钦佩，但是“千里之行，始于足下，”要想使理想成为现实，积累是必不可少的，我们应该从现在做起，从点点滴滴做起，一步一个脚印塌实地朝着宏伟的目标迈进。

新学期，无疑也为我们提供了崭新的园地，但是需要提醒的是：荣誉的桂冠往往要荆棘编就，成功的道路往往由汗水铺通，征途决非一帆风顺。它需要忠贞不渝的追求，朝气蓬勃的热情，脚踏实地的努力，持之以恒的攀登。所以，要培养坚忍不拔、吃苦耐劳的精神。决心学习的人，得有经受磨练的思想准备，要有高远的志向，要有学习的热忱，在困难和挫折面前，不灰心丧气，把坚韧不拔的毅力体现在学习之中！

我们还应该培养优秀的道德品质。当我们坐在明亮的教室里，手捧崭新的课本，听着老师的教诲，同学们，我们是否想到了我们正受到社会各界给予我们的帮助及关爱呢？我们的老师、

父母以及社会上与我们素不相识的人都默默地关注着我们，而中国自古以来就有“滴水之恩将涌泉相报”的古训：父母养育了我们，我们应该感谢父母；老师给予了我们知识，提高了我们的能力，我们应该感谢老师；他人关心帮助了我们，我们应该感谢他们。学会感恩、知恩图报是中华民族的传统美德，值得我们不断发扬和继承！

新学期，新征程，新面貌，此时此刻，相信我们每一位同学的心中都充满着奋进的激情，因为我们每个人的脸上都洋溢着青春的活力。让我们把握住20xx这个美好的春天，把理想化为宏图，把计划付诸行动，荡起理想的双桨，与学校同舟共济，破浪前行，展现学子的风采，奉献青春的智慧。

路还是昨天的路，但里程碑已是新的；歌还是昨天的歌，但今天唱出的更动听；太阳还是昨天的太阳，但它放射出的却是全新的光芒。当我们看着东方的第一抹朝阳时，是否应该检查一下自己：我的梦是否依然，我的心是否依旧飞扬？我们曾经拥有过辉煌，但那已成为枕边一段甜美的回忆；也许，我们也曾经遭受过挫折，但那已成为几滴苦涩的泪痕。忘记曾经的成功与失败，我们只需把经验和教训铭刻于心，让曾经的辉煌激励我们，过去的失败只是为了衬托未来的成功。

篮球目标演讲稿三分钟篇四

理想与目标不同之处是，理想可以是远大的，或者是付出终身努力后才能实现的。理想可以使人奋进。而目标可以是短小的，近期的。给自己找到一个具体的前进方向，让自己知道现在应该做些什么，或者是怎么样才能让自己达到理想的那个高度。

人们常说的白衣天使是安琪儿，但安琪儿如果没有理想，又怎么会无所畏惧地与病魔做斗争呢？伟大的科学家居里夫人也不是因为她的理想而奋斗吗？这一切的一切都是因为理想。理想它可以让人从疲惫变得充满活力。

大家可能都听说过这个故事，马拉松运动员山田本一，他曾在1983年和1987年的国际马拉松比赛中两次夺得世界冠军。大家知道他是怎么做到的吗？每次比赛之前，他都要乘车将比赛的路线仔细的勘察一遍，并把沿途比较醒目的标志画下来，比如第一个标志是一家银行，第二个标志是一棵大树，第三个标志是一座公寓……这样一直到赛程的终点。比赛开始后，他便以百米冲刺的劲头向第一个目标冲去；到达第一个目标后，又以同样的速度向第二个目标冲去，40多公里的路程就这样被分解成若干个小目标而轻松的跑完。起初，他并不是这样做的，而是把目标一下子定在终点线的那面旗帜上，结果跑到十几公里就觉得疲惫不堪了，因为他被前面那段遥远的路程吓倒了。这个故事告诉了我们理想和目标的重要性。

想一想，如果我们没有自己的理想和目标，漫长的人生中，也许我们会迷失方向，也许我们会找不到通往成功的大门。没有理想就等于没有人生意义。

当有了目标，人生道路变得清晰、明朗。生活便会添加更多的活力与激情。使我们自身隐匿的潜能得到充分地迸发，这样成功也就不会遥远。

从前有一群猴子，住一条河的东边，而河的对岸则是一片果园，每到秋天树上就结满了果实，然而由于河流太急，每次猴子过河去摘果子的时候都被水冲走了，于是如何到河的对岸则成了猴子们的理想。后来又来了一只小猴子，它什么话也没说，只是每天都到山上去砍木头，日子一天一天的过去了，终于有一天，它在两岸搭起了一座独木桥，从而很容易的就达到了对面。同学们，千里之行，始于足下。这个故事告诉我们不但要有理想，更重要的是确定一个明确的目标，朝着这个目标并付出艰辛的努力，这样总有一天才会如愿以偿，获得成功。

成功的人绝不会只以把事情做完为满足，而会要求自己不断地做得更好，以获取更大的成功。所以当我们完成一个目标后不能当做终身的胜利，而是继续朝着更大的理想目标努力。

希望我们每一个人从现在开始就制定人生理想和目标，从点滴做起。抛弃那种重复着平庸的生活，努力去挖掘自己内在的潜力，激发自己的闪光点。要相信是金子不论在哪里迟早都会发光的道理，不管自己遇到什么艰难险阻，终究会取得成功。让我们新的生活就从确定梦想明确目标之日开始吧！

谢谢大家。

篮球目标演讲稿三分钟篇五

大家好！

新的学期，新的开始，新的起点，自然也要有新的目标。

我的目标很简单粗暴，那就是两个字“优秀”！做一个成绩优秀的好学生就是我的目标，高中阶段进入奥赛班也是我的目标。我的目标很多，但都离不开一个前提，那就是学习优秀。我有这些目标，和我的父母也有分不开的理由。

望子成龙，望女成凤，是每一个父母的愿望，我的父母也不列外。几乎把“威逼利诱”在我身上都用了个遍。就像三年级的时候他们说，有压力才有动力。然后给我讲了一大堆大道理，在我频频点头之后立马给我买来了好几套卷子，弄的我真是哑巴吃黄连——有苦说不出呀！

后来就不给我口头压力了，而是给了我现实的目标，这就是我最初的目标。和我不同，很多人的目标都是自己制定的，而我一直到了小学六年级才开始自己制定目标。虽然说之前的目标都是父母帮我定的，但效果不错，我的成绩也一直名列前茅。可六年级就不同了，目标一开始定的太复杂，忙了几周不但目标没完成，反倒把自己累的够呛，后来不断改正、调整才适合了自己。

当然，新的学期肯定不能用旧的目标。先给自己定一个长远

的目标，再分成一小部分一小部分来完成，做好了就适当给自己些奖励。比如：好好休息一整天之类的。这学期我给自己定的目标是成绩名列年级前十，我要先把这个目标分成两部分，第一我要做到认真听老师讲的每节课，仔细做每个科目的笔记，根据我的学习状态给自己定下要求；第二多学习同学们的优点，使自己一点一点进步，最后就是按照计划向着目标努力！

我的目标简单粗暴，但对我很适用。所以，目标对一个人很重要，如果你还没有，就赶快给自己制定一个目标吧！

篮球目标演讲稿三分钟篇六

各位兄弟们，朋友们！各位部长，各位会长，大家下午好！

我叫。。。 ，来自10国贸四班，我竞选的职位是__工商大学义工·志愿者协会经贸学院分会宣传部的部长。

一，团结同学，协调合作

作为一个班长来说，一个班的好不是在于他有多少个技术牛人，也不是在于他有多少个能说会到的人，而是在于他的团结与协作。我是一个班长，所以我在团结协作这方面有个性的见解，而且我能够将同学的团结力量变成一把利剑，斩断阻挡我们前进的道路。

二，做事认真踏实，富有责任心

我是一个极具责任心的人。我做任何事情都会尽心尽力，脚踏实地！

三，善于学习，虚心请教，能够集百家之长

“忠言逆耳利于行，良药苦口利于病”。每个人对每件事情

都有自我不一样的看法，对于这点我十分的尊重每个人的看法。任何有利于我们的意见我都会思考，然后将他结合为有利于我们成长的意见。

四，个性有激情，有决心。

一旦我认准一件事，我就会注入我百分之百的激情，必须要做到它。

我们做任何事都就应有计划，有计划，才能够成就大事业！下方介绍一下我对未来工作的展望！

假如我当选部长后，我将会从这几个方面着手改善：

一，严格的要求自我，树立一个榜样

做好了自我，才能影响他人。所以我必须要做一个好榜样，以能够成功带领我们走向成功。

二，日常生活的安排，活动任务的分配

平时我们总感觉很闲，有时候忙起来却不知从何下手。活动的开展往往让我们忙的一塌糊涂，所以以后的活动安排，必须会适当的安排调整好，具体到某一个人身上，不会因为有关交集而虎头蛇尾。

三，提高办事效率，合理的时间管理

时间花费进去了，结果却没有。就算过程再完美，也会感到十分遗憾。主要是一个办事效率的问题，效率的高低能够看出一个部门的好坏。我会将办事效率提高上来，任务的安排得当，时间的管理得当都是必不可少的。

四，提高干事的用心性和执行力

做任何事情都离不开一个执行力，执行力的重要性不言而喻。没有强的的执行力就没有高的效率，没有高的效率就没有好的结果，那我们的辛苦将化为白沫。

五，用心加强同协会其他部门的交流与合作

春活力！

我做人的原则；沉着和冷静是我遇事的态度；也许我不是最优秀的，但我绝对是最努力的。请相信：用心必须能赢得精彩。

多谢大家！

篮球目标演讲稿三分钟篇七

大家好：

这个学期一开学，我就给自己定了一个学习目标，那就是一定要冲进全班前三名。

有了这个目标后，每日里上课我都认认真真的听着老师讲课，不懂的就会去问成绩比我好的同学，或者直接去老师的办公室问老师。

一段时间下来，我得到了老师的夸奖，不过我可并没有就此沾沾自喜，因为我还有目标，这个目标就是指引着我前进的明珠，时刻都在照亮着我，让我们不至于在行走途中迷路，失去方向。

在学校里组织的第一次考试的时候，我明显的进步了，不过是在班级的十几名，这比起我之前总是在中间凑数的名次来说，确是一大进步。

得到这个名次后，我是有一些得意，但是那一张贴在我桌子

上的便利贴，上面写着我的目标，明明确确的在提醒着我，我不敢让自己太过得意，因为老师常说，人一得意起来就是最容易退步的时候，这句话我是深信不疑的。收了收自己骄傲了一阵阵的心，我又立马投身于学海中，我的目标可是还没有实现的。

学校里是每一个月举行一次大考，这一次考试过后，我就期待起下一个月的考试来了，我给自己打打气，在下次考试中，争取实现自己的目标。

时间过得很快，不知不觉，就到考试了，我满带着信心进入了考场，加油！相信自己能行！

果然，期望越大，失望就越大，在这一次考试中，我的名次比起上次来说只前进了几名，排在了第九的位置，这让我多少都有一些的灰心。不过却也激起了我全身的斗志，就算是一个名次一个名次的慢慢往上爬，我也要实现我的目标。

这一次考试过后，我更加全身心的投入到了我的目标之中，我相信我一定能成功！

篮球目标演讲稿三分钟篇八

在我的心里一向有一个梦想，那就是成为一个和nba中麦蒂一样的传奇球员。

但是上了高中后学习任务越来越紧，我对篮球的热爱并没有减少。每一天走过操场望见同学们在打球，只是看看然后走开。因为我的篮球技术并不是很厉害而且，别人有时候也不要我加入。看他们打球很顺手，我每一天在家里有时间就运球练习。之后我觉得自己厉害了很多。

篮球，一开始我并不喜欢——因为我觉得他们在操场上跑来跑去，只但是是为了抢夺一个球，然后把球扔到篮筐里罢了。

所以觉得篮球很无聊。

我爸是个篮球迷，他每一天晚上都要在电视前“狂热”一会儿，所以我有时也会无奈地看上一小会儿，没几次，我便被电视上的“飞人”深深震撼住了。你看那个科比又在一次次地扣篮，令我激动不已，我的眼球被吸引住了，也渐渐喜欢上了篮球，便和同学开始练习打篮球。

每次放假我都会去小区打篮球，那里的大人都很厉害。我每次去都练习投篮，但是就是投不中。命中率总是很低，一边的大人就跟我说，其实像你们这样的小孩子打篮球就当锻炼身体，投不投的中都是次要的。

之后篮球就成为我生命中不可缺少的一部分，不开心了去打打篮球，开心也去打打篮球。而且在球场上也认识了许多好朋友。

我热爱篮球。很爱很爱。

篮球目标演讲稿三分钟篇九

篮球是经久不衰的运动，不论男生还是女生，都非常热爱这项运动，那么，关于篮球的演讲稿该怎么写呢？下面是本站小编为你整理的几篇篮球演讲稿五分钟，希望能帮到你哟。

各位同学：

大家好！

黑曼巴是一种拥有致命剧毒的蛇，为什么我取这个名字呢？是因为我一旦进入赛场，我就是致命的，就像黑曼巴一样。所以在场下我可以开玩笑，但是我一旦进入赛场，我马上会像换了一个人一样，在球场上全神贯注。

我现在35岁了，算是走到了职业生涯的后半程，像这样一些受伤也是司空见惯了。一旦受伤，你就觉得世界停止了，不管是膝盖受伤，肩膀受伤等等。我知道很多人因此而把整个职业生涯都葬送了，有的人甚至一蹶不振，甚至无法返回赛场。当那个时刻发生的时候，我会看着镜子中的自己说，“科比你会怎么样？如果你经历这样的伤痛你会怎么样？”“你知道我每次看到别人受伤，我见到很多人受伤后回不来，我看着镜子中的自己喃喃自语说，”是不是应该退出了？是不是应该停止打球了？”“我自己都不知道还能否返回赛场。我现在坐在这里告诉你，我要完全康复回到球场。要抓住一切机会，向所有人证明你自己，证明你能够迎接挑战。向那些说你永远不可能成功，你一定会失败的人证明，这就是我的看法。如果有人说你这次受伤，要一蹶不振了，对我来说，如果别人受了这种伤可能就退出了，但是科比不能这样。别人说这下你不行了，我会说，你这样你才可能会退出。所以我必须要证明给他们看，尤其是给那些支持我，热爱我的粉丝们，我一定要赢了自己，要赢了伤痛，能够重返赛场。这样才能让那些怀疑我的人重新思考，什么叫将不可能的变成可能。这些伤疤的重要性体现在这里，这些伤疤就是我成长转变的体现。

作为一个球员，我与生俱来的激情就是想要成功，想要赢。同时也是人生最难却最重要的事情。作为一个球员，要到球场上去迎接最大的挑战，我觉得最大的挑战就是要把全队的人变成像一个人那样，要不断地，不断地取得胜利，这就是团队竞技比赛的最大挑战，这也正是我的激情所在。对我个人来说，最重要的事是不断地迎接挑战，而且永不畏惧挑战极为重要。

但更重要的是要对事物保持不断的好奇心，比如说怎么样打得更好，怎么样提高技巧，怎么样从别人身上学到什么。其实我从小到现在一直从各个方面寻找激励我的因素，不仅仅从迈克尔·乔丹身上，从魔术师埃尔文·约翰逊身上，还从迈克尔·杰克逊，贝多芬，达芬奇，李小龙身上，这些伟大

的人给了我激励，让我前进，所以这就是黑曼巴的精神。并不是说你要不断进攻别人，而是要永不停歇你前进的脚步。人生是学无止境的，于是不断学习就显得极为重要。你要不断地学习，学习，再学习，和别人交谈，了解，学习，而不是觉得你自己什么都懂。

只有这样，你才能成为一个更好的人，你的技巧才能进一步提高。最后才会有一个副产品，成为冠军，成为更好的自己。对我来说这就是黑曼巴的精神，我的精神的源头所在。所以如果我能够把这种精神传递给在座的各位，不管你想要做什么，成为一个篮球运动员，一个作家或者是主持人，不管你的梦想是什么，你们一定要坚持梦想，从成功的前人身上汲取经验和知识，各行各业的成功人士，他们身上都有一些共性使得他们脱颖而出，取得成功，这就是我今天想要传递给各位的正能量。

我们做到了！

演讲时间□20xx年6月21日

我们做到了！我们做到了！

我的内心感到很甜蜜，因为每个人都在庆祝，我无法用足够的言语来形容这有多么重要，以及这片蓝色和黄色的海洋有多么美丽。这里的所有球迷，一直都在支持我们，现在看到整个奥克兰都在庆祝我们这次夺冠，我非常激动能够成为这支球队的一员。我们整天都在讨论，球队的每一个成员都必须团结在一起并让这一切发生。

我们做到了，这是一段漫长的旅程。这个赛季充满很多乐趣，67胜是令人难以置信的，夺得总冠军更是一件困难的事情。鉴于我们今年所取得的成就，我们应该为此感到骄傲。

我记得六年前，当我在选秀大会上被选中的时候，我就住在

这里附近，那时候我可以走在大街上而不被路人认出。现在，我们是总冠军了。（此时，库里的女儿茉莉被抱上台）

现在，大家认识我是因为我是茉莉的爸爸，我对此没有任何意见，她是一个很特别的小女孩。我们必须像没有明天一样的庆祝这次夺冠，因为这是一段不可思议的经历，我们值得拥有（这个总冠军），这是很棒的。但很酷的一件事情是，三个月之后我们将披挂上阵并努力再次夺冠。

你想说什么吗？（库里对着茉莉说道）

她想说什么。（可能是有些紧张和害羞，茉莉一开始并不愿说话。过了好一会儿，她才对着麦克风喊了一声，然后就投入爸爸的怀抱。但场下的球迷们还是给予茉莉掌声和鼓励。）

勇士球星库里在他的mvp演讲中感谢了家人、朋友、球队上下，他表示，自己一路走来并不容易，过去的他个子小，没力量，投篮丑陋，远不是今天看起来这般风光。

“我有一点紧张。这是一份巨大的荣誉。首先，我要感谢我主耶稣基督，感谢你赐予我从事这项运动的天赋，感谢你赐予家人对我的时刻支持。此刻，我是您谦卑的仆人，语言不足以形容我的信仰对于我从事这项运动、对于我认识自我有多么重要，我是如此幸运地受到了上天的眷顾，对于今时今日的地位，我满心感激。

我热爱篮球，我想这一点是毋庸置疑的。从我2岁时起，我就开始打球，用的是那种玩具篮球。我的外婆今天也在这里，昨天我们还在谈这事。过去她为我充当解说员，她就是我的鲍伯-菲兹杰拉德（译注：库里mvp颁奖仪式的主持人，勇士比赛的现场解说），为我计分。当年我投进了绝杀什么的，我就会跌跌撞撞地跑过去，跟祖母击掌庆祝之类。所以，从故事的开头，到今天我站在你们所有人面前，这是一个难以置信的旅程，这一路上发生了太多太多。

一路走来，我遇到了许多好人，他们对于今天这座奖杯的点滴贡献丝毫不亚于我。在此我务求提及你们每一位，无论是身在现场的，还是正在观看节目的那些一直以来对我的这段旅程意义非凡的人们。当然了，如果我没有提及到你，而你曾是其中的一员，还请理解，这并不是全部。我还沉浸在无比的幸福中，如有遗漏，在所难免。

显然，我们现在正处在季后赛的征程中，这是最重要的事情。但今天是一个庆典时刻，这是肯定的。所以我想充分利用一些时间来好好讲述一下我对这一切怀有怎样的感恩，这就是我要做这番演讲的目的。

我想尽自己最大努力去解释此刻的我是怎样的心情，所以请你们多多忍耐。我必须先从我的妻子说起。我们是在北卡罗莱纳州的夏洛特相识的，当时我们才14、15岁，过去的7、8年真是相当美妙，我们都已长大成人。我们一起横跨版图，从美国的一边搬家到另一边，开启一段崭新的生活，你是我的主心骨。你放手让我去追逐我的事业，让我专注于篮球，专注于我的职业生涯，同时还为我营造了一个家庭。你做出的牺牲是难以置信的。对于你的为人、你日复一日对我的激励、对我的启迪，我有着千言万语也说不完的感谢。我们已经拥有一个美丽的女儿，另一个也即将到来，此刻，她正在你的肚子里冲着我笑。真的，我是如此深爱着你，每一天你都是我的坚强后盾，我对你真的有太多的感谢。无论我打了一场好球，抑或是一场臭球，不管我们是输，还是赢，当我回到家里，一切都是那么美好，让我安心，让我慰藉。我只想发自内心深处地为你对我所做的这一切说一声感谢。毫无疑问，你值得全场为你送上一轮雷鸣般的掌声。

然后是妈妈，爸爸。我想，一般人是无法理解我和弟弟、妹妹对你们二老的感激之情的。你是我们的榜样。爸爸，你奉献了一段长达20xx年的nba生涯，你给了我们三个生命，从小教育我们要好好做人。妈妈，你是我们的精神向导，有时候，你也是我们的严师，因为在爸爸不在家的时候，总是你

在我们身边。显然，如果我们真的遇到什么大麻烦，爸爸会赶回家，帮我们处理。但是妈妈，你是那么认真，一丝不苟地把我们抚养大，不容任何疏忽。

当然，我们都知道对于我们这一家人来说，体育是很重要的。但人生是有先后轻重的，显然，你的信仰是第一位的。我们在学校的成长方式是非常重要的，如果我们没有尽到自己的义务，那么我们就不能享受任何权利。我还记得，我中学的第一场比赛因为没完成家里的家务而作壁上观了。如果你在自己中学的第一场比赛上不得不告诉你的球队‘嘿，伙计们，今晚我没法上场，因为我在家里没洗碗’，那这可是相当尴尬的时刻。当时同学们的反应都是：什么？你在说什么？所以，那堂课教会我，生活的意义重于篮球。

当然，你的家人永远是最重要的，一家子在一起互相照顾，彼此关爱，不论生老病死。我知道，不管我打篮球，或不打篮球，你们都会一样地爱我。无论我踏上什么样的道路，你们都会不遗余力地支持我。在此深深地感谢你们。

爸爸，你在球场内外都是一个真正的职业球员典范。我还记得你生涯里的许多时刻，能够追随你的脚步，这于我意义非凡。这真是太特别的经历。我真的为你在职业生涯的那些成就而骄傲，我丝毫没有把这一切视为理所当然。

很多人觉得，我有一个在nba打球的父亲，所以一切对我来说都是特别容易的。这部分我稍后会讲到。这是一段很有趣的旅程。你在成家立业上给我做出了很好的榜样，真的感谢你，爸爸。

我的弟弟，塞斯，他也在这。伙计，我为你骄傲。从小我们就有不少交锋，从我们在自家后院玩1对1开始，每一天你都在向我发起挑战。我总是开玩笑，说我们的对决要打到通宵。到最后，往往只有2种理由才能让这一切结束。一种是我们的老妈杀了过来，说我们吵到邻居了，因为时间太晚了，我们

还在拍球，等下人家会上门来抗议了。要么就是理由二，因为我赢了你，结果你气坏了，在那不停地说我作弊，因为我总是对你犯规而不给哨。然后你会把球抢走，到处跑，直到我说好了好了，你可以得到你的犯规吹罚，你才作罢。那些兄弟间的对抗充满了欢乐，我永远都不会忘记。

现在看着你，你已经长大了，拥有了自己的职业生涯。我知道，有一个在nba打球的哥哥，这真的不是一件轻松的事情，当然，还有一个老爸，在我俩之前他就在nba里留下过成功的职业生涯。然而，你处理这一切的方式真是令人钦佩。唯有天空才是你的极限。继续做你一直坚持在做的事情，继续让这个家庭为你骄傲。

希德尔，噢，伙计，我得讲讲我们小时候的故事。你逼我看的所有那些疯狂的电影，还有那些我都不知道的台词八卦，但我真的很为你骄傲，为你成长道路上所做的那些决定而骄傲。这一切让人惊叹。我很喜欢跟你打电话，开着玩笑，考考你哪首歌是哪部电影的，我们之间的这些小游戏永远不会过时。不管生活怎样，这些对于我来说都非常重要。我喜欢我们之间这种稳定不变的关系，我也真心为你而骄傲。

坎迪外婆，我永远是你心中的头号宝贝。这一点可永远都不许忘记。我还有个奶奶，达基奶奶，现在她大概正在家里看着直播，那里大概正是东部时间的中午。她可能正在这个节目和棒球比赛之间切换，查看一下比分什么的，因为她永远不会错过一场亚特兰大勇士队的比赛。但我知道她在看，我只想对你说，我爱你，奶奶。我也知道，杰克爷爷此刻正在天上俯视着我们，为我们这个家庭有如今的成就感到无比的自豪。这对我来说意义非凡。所以，我希望你们也能感到骄傲。我爱你们。

我的兄弟布莱恩特-巴尔，老兄，自从我在戴维森学院读大一开始，过去的7、8年里，我们一起经历了很多。你就像是我的另一个亲兄弟，你是我最要好的朋友。在精神上，你始终

在激励着我，鼓舞着我，支持着我所做的每一件事情。我真心感激这一切。从第一次，我们一起踏上戴维森校园开始，你我有过不少投篮比拼，谁命中半场投篮，谁就不用付本地比萨店的账单。当然，赢的人是他。然后我们上了车，去了比萨店，点了一大堆食物，结果，我拿出“我忘记带我的钱包”的老把戏，显然，我在从训练馆到比萨店的路上丢了钱包。所以，下一餐记在我账上，我的好兄弟。漫漫长路，我们一同走来，感谢有你伴我左右。我真的为你自豪，我们一起共同书写的故事令人赞叹，我们之间仍会一直葆有这份情谊，谁都不能从我们这儿夺走。

一路走来，有许多教练都曾帮助过我。科尔教练，这赛季你太谦虚了。诚然，我们确实拥有一队了不起的、充满天赋的阵容，但是，你和教练组在率领这支队伍上的功劳不可不提。这是如此特别的一个赛季，从第一天开始，你就激励我们要把握面前的大好时机。现在，我们走到了这场战斗的半途中，但我可以代表我的球队说这样的话：我非常享受这个赛季，胜过以前的任何一个赛季。当然，赢球在其中占据了很大因素，但你们每一天所为我们做的准备工作，不让我们自满，不让我们忘记自己是谁，这一切一直有目共睹。而且我觉得，你是之所以今天我们能站在这儿的一个巨大原因。所以，感谢真诚如你，坚持自我，把这支伟大的教练组集结了起来。现在你们每个人就坐在那儿，我可以细数你们每一位，这就是我们之所以收获成功的一个巨大因素。感谢你们每个人天天如一日付出。

布朗教练，他是我在夏洛特读高中时的教练，我知道他也在看。谢谢你每天的鼓励，是你领我上路，我对此深表感激。麦克基洛普教练，伙计，这是我在戴维森学院的教练，他是我之所以拥有如此自信的一个巨大原因所在，因为他，我对篮球，对生活才能拥有这样的态度。今天，我能够代表戴维森学院的篮球运动站在这个领奖台上，这真是意义特殊。一日野猫(译注：校队队名)，终身野猫。我希望每一名校友都为己自豪，我将永远铭记我们的校训：信任、承诺、关怀(译

注：简称tcc(由于对母校的深爱，库里离开大学后就把它纹在了自己的右手腕)，这也是教练你从第一天开始就教导我面对事事都应拥有的态度。所以，感谢你每天指引我、激励我，从我的第一堂训练课开始，你向我挥舞那面白旗，问我想不想就此投降，我直视你的脸，然后说：不，我还要继续战斗下去。从那之后，我一路都在战斗，一直战斗到了今天。所以，非常感谢。

致勇士高层，乔、皮特、里克、鲍伯，所有这些管理层的人员，我们所效力的是一支一流的球会，你必须对此心怀感激。我热爱每天来训练的感觉，因为你们对我是如此的款待。你们改变了球队文化，展示了出色的领导能力，感谢你们所有人的努力工作，感谢你们这一路上所做的一切决策。

我得快速提一下这个家伙，埃里克-豪森，他在后排，他一定很不好意思。他是我们球队的设备管理员，全nba联盟最好的设备管理员。我想现场的大家都会同意我的说法。你可能还有更多官方的头衔，但你每天都在悉心照料我们，有时候我们要求有点多，有时候我们可能需要额外多准备一双球袜，因为我们自己的错，搞丢了袜子，所以才有这种需求。但这正是我们欣赏你所做的一切的原因所在。我们走进更衣室，我看到一双崭新的球鞋摆在我面前，袜子就在那，这些事情虽小，意义却很重大。这关系到每天的备战日常。也许你觉得很平常，但我希望你知道，我们对你的一切工作都深表感激。我知道你很为自己是这支球队的一员而自豪，你在这里的时间恐怕也是最久的，干得漂亮，伙计。

拉里-莱利也在这。他是我之所以能为勇士打球的原因所在。是他选中了我。他从还是大学球员的我身上看到了潜力，还有老尼尔森教练，他们做了那些决定。你冒险选择了一个来自小学校的瘦弱小孩。我想谢谢你对我的信任。6年时间我们一路前进，这段过程太疯狂，只想感谢你，老兄。对于你当初的决定，更多的感谢都难以形容。

还有所有其他的勇士工作人员，是你们让我们变得如此出色，要对你们说声谢谢。谢谢你们宣传推广球迷阵营。谈到球迷阵营，我一直都在说，我们拥有全联盟最好的球迷。那年我刚刚被勇士选中时，我们还是一支很糟糕的球队，非常烂。我的新秀赛季应该就赢了23场球吧，两个赛季过后，我们终于捅破窗户纸，打进了季后赛。可是，若你在20xx年走进我们的球馆，甚至在那之前进我们的球馆看看，你会发现，每个晚上我们球馆的那种能量，让你根本看不出来这是一支负多胜少的球队，根本看不出来这是一支离季后赛大军还差很远的球队。

所以，谢谢你们，你们每个晚上都来支持我们的比赛，让我们拥有了全联盟最好的主场优势。后面的比赛我们仍需要你们大家贡献这种力量。我们热爱为你们这些球迷打球，我们希望通过把总冠军奖杯带回家而来让你们骄傲。这是我们的终极目标。这是我们的使命道路上的一个小小关卡，所以我们要对它发起一波强烈的攻势，尽我们的一切力量去保卫勇士的领土。

还有拉尔夫-沃克，他人呢？在哪呢？原来他正在守着大门。拉尔夫，我们的首席安保，过去3年里我见到你的次数太多了。每个活动、每堂训练、每场比赛，你都会在。你是我们的耳目，感谢你在我们每次需要你的时候都会出现在你的岗位上。

最后，我要感谢我的经纪团队。我有最强大的后援团在支持着我，我感谢你们从第一天就守护着我。这太疯狂了。特别感谢杰夫，你能想象到今天吗，老兄？在我爸爸还在打球时，你就在了，感谢你和团队的所有人，非常感谢。

以上就是我要详述的个人。而其实，当我昨天得知自己赢得了mvp时，我是真的不知道自己该做些什么。比赛结束后，我就回家了，我的很多家人都在城里，因为他们来现场助威比赛的，我一下车，他们的举止真的太怪异了，比如他们一直问我奇怪的问题，把我往房子的各个不同的地方拖，我无

法参透他们葫芦里到底卖的什么药。

然后，我弟弟叫我，说什么‘嘿，你翻一下你的衣柜，能不能让我看几眼你的球鞋呀？’我就说，好的，没问题。结果我就看到，我那一大家子的人都穿着我的赞助商特别制作的t恤，一开始我根本没办法看清楚上面写的是什麼。我不知道是怎么回事。我认真看上面的字，我妹妹给了提示，上面的字是和所有人跟我的关系有关。阿耶莎的衣服上写着“sc30是我老公”，下面有黄色的小字写着mvp。我一开始没能看清楚，我又看了一眼，我的反应是：等一下，你说什麼？这是真的吗？我控制不住地哭了起来，和大家紧紧拥抱。我的余生都将永远铭记这个伟大的时刻。

激动之后，我坐在角落的椅子上，回想这一路而来的旅程。在那10分钟里，我百感交集，回想着这一路上帮助过我的所有人。这个故事的每一个细小部分都为我的人生创造了不同的凡响。显然，这段旅程有好的时光，也有坏的时光，有一度让我想放弃的时光，也有那些让我明白天道终将酬勤的时光，这让我领悟，我能够有今时今日，能够站在这个舞台上通过坚持自我而去影响全世界的无数人，这是多么受上苍的眷顾和庇佑。

我和妻子一起坐下来，努力思考今天我所要讲的话，所要传递的信息。我们想了4个关键词来描绘这个旅程，这是我所能找到的最好的概括方式，它们是：信仰、热情、动力、意志。

显然，我的信仰，我希望借这个机会好好阐述一下我是一个怎样的人，以及是什么样的动力驱使我像今天这样打球。每一次当我命中一记投篮或是做出精彩传球时，我会场上做一个小手势，我会捶一捶我的胸口，然后指向天空，这象征着我心向上帝。这是我在大学时期和我妈妈一起想出的点子。每次当我站上球场，我也总是会做这个动作，以时刻提醒自己是在为上帝打球。

热情部分是关于我对这项运动的热爱，对于我来说，这就是粮食。我的故事其实几乎就是一个终极的悖论，我是一位拥有20xx年nba球龄的老将的儿子，我还记得关于他的许多职业生涯片段，我很幸运自己从小就有一个优越的家世，从未真正为生计犯愁过，这要感谢我的父亲和他的职业生涯。从小我们就有很多计划，所以你会想，我的未来已经建立在这些基础之上，但其实不然。

一谈到打篮球，我永远都是自己球队里那个个头最小的孩子。在我14岁那会，我的那种猛地出手快投的投篮动作简直糟糕、丑陋到极致，因为我不够强壮，所以没有足够的力气把球举过头顶来投篮，因此，我不得不花整个夏天的时间去重新改造我的投篮，那是我人生中最糟糕的3个月。

你们都以为，我这一路走来肯定没有什么需要克服的艰难险阻或障碍，可即便当我进入高中，我也没有上过任何权威的生源排名。是的，我没有排名。作为一个高中苗子，我并没有广受青睐，没有被各种吹捧，从来没有哪个人真的冲到我家门口，敲我的门，说：拜托，拜托，拜托，请一定要来我们学校打球，直到麦克基洛普教练打来电话。

凡事必有因，而凡事都会有属于它的故事。如果你花点时间弄清楚你的梦想是什么，你的人生真正想要的是什么，无论是什么，是体育也好，或是其它领域的东西也好，你得明白，你必须为之付出努力，而且不管是从事什么，你都要成为最刻苦最勤奋的那一个，然后你就会把自己放进一个迈向成功的位置，你必须要对自己所做的事情充满热情，而我的热情就是篮球，是它带着我走到今天。

热情的一部分就是继续前进的动力，这就和你身边的人息息相关。坐在这里的14位球员，你们每天都在鞭策着我，你们是这支球队组成的一分子，也是这座mvp奖杯之所以会出现在这儿的重要原因，希望几个月后另一座奖杯也将安放在此。

我谈过了信仰、热情、以及每天在我身边的这些家伙给我带来的动力，但这其中你还需要意志才能够实现成功。你要明确自己会为此投入辛勤工作，并有信心将它展示出来，我告诉人们的是，不管你做任何事情，你都要做到最好。你不必非得活在别人的故事里，有时候，世人让事情看起来仿佛你不得不具备某种先决条件或是一段疯狂的人生故事才能够在这个世界上收获成功一样。但真相是，你真的不必如此。不管你出身如何、你有什么、没有什么、欠缺什么、或是哪方面过剩，你只需要拥有对上帝的信仰、对自己正在做的事和这一生所选择的事的一种永恒的热情、无情的动力、以及那种为了成功什么都愿意做的意志即可。