

# 2023年青春与梦想演讲稿三分钟以内(精选7篇)

演讲中的抑扬顿挫，相当于音乐中的节奏，音乐需要节拍，演讲也需要节拍，你应该让你的演讲充满节奏感，节奏就是你口头表达进度的度量。我们想要好好写一篇演讲稿，可是却无从下手吗？以下是我帮大家整理的演讲稿模板范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

## 青春与梦想演讲稿三分钟以内篇一

在自己的青春路上，我走自己的舞步，伴着和谐的曲调，欣赏风景，随风起舞，风化梦想。

日复一日，初中的我过着轻松快乐的生活。踏入高中的大门，在这里，我带着梦想乘风破浪起航！现实中的高中是“90后班”。我有点迷茫。在“英雄一池”的课堂上，“多元化发展”不再是大学的摇篮，而是e时代的延伸。

然而，我的梦想和他们的不同。于是我追随梦想，随风起航。在这里，我们不再依靠老师的力量前进，而是依靠自己，努力获得回报。

我在校园的老树间跳着自己的舞步，寻求自由。摔倒了，但是摔出来的是幸福。迈着自信的舞步，寻求前进的力量，摔倒了，摔倒的是经验。

我对未来充满了丰富多彩的想象，但希望和失望是不平衡的。高中，全是各种训练。充满打击和挑战的青春之梦，不能随风而飞。虽然我希望像风一样自由，但在高中无形的墙壁里，我努力争取高分，努力在老师热爱的领域脱颖而出。

我在这里舞动青春，放飞梦想。

## 青春与梦想演讲稿三分钟以内篇二

大家好！

我们的青春，总是充满活力，充满梦想。我们爱幻想，爱沉浸在自我的梦境里。高考，以往一度扼杀我们梦想的活力。来到大学，我感觉梦想在每一颗心里复苏，我们的活力、我们的浪漫细胞都醒过来了。我们在大学这片天空下，寻梦，追梦，一场奇幻旅程又开始了。

曾听法国电影大师吕克·贝松说过这样一句话：“梦想之于每个人，正如汽油之于汽车，梦想是我们前进的动力。”而吕克·贝松的人生经历也是一样。青春的他考电影学院被说“不适合做导演”，他没有放弃。他在电影界底层摸爬打滚十年，做过杂工，演过龙套。可是他会认真地抓住每一个学习的机会，因为“导演梦”一向在他心里。他的多部电影《第五元素》、《碧海情天》、《这个杀手不太冷》广受好评，成为欧洲最负盛名的天才导演之一。青春梦想，坚持下来了就是成功，就是奇迹。我们的青春是梦想的一架梯子，它能够延伸到梦想成真的那一刻，只要你不放弃。

梦想对于每个人都是平等的，不管你是贫穷、丑陋，还是富裕、美丽，每个人的梦想都是无价的耀闪的。不要因为你的普通，你的平凡，去放弃展现自我的机会，也不敢去向梦想迈出一步。我们只要让自我的青春乘上滑板，我们的生命、我们的梦想同样能够激越飞翔。

然而，有时我们因为一些俗务琐事，繁忙工作而让心境烦恼，我们便会丢弃、遗忘我们青春梦想，唯有让流水平静下来，太阳和月亮才能在它的表面上显现倒影。当人沉静下来，才能看出所有干扰清晰的思考、蒙蔽真实感情、影响智慧确定，以及阻碍自我找到答案的问题所在。我们要永远在内心保留一处梦想能够停驻的宁静的地方。

青春梦想是最美的，它有青春的凝定。

有梦的青春是最美的，它有梦想的飘逸。

我很喜欢的一个艺人韩庚，以他的经历拍成一部电视剧《青春舞台》让我很感动。记得他在剧中说了这样的话：“虽然我没有很好的舞蹈基础，可是我不会放弃跳舞，因为它是我的梦想。”因为喜欢舞蹈，喜爱表演，韩庚远走他乡，去韩国这样一个人生地不熟的地方学习。克服语言交流上的不便，以及对家人的思念，跳出青春最炫的舞步。《青春舞台》主题曲里的一句歌词是这样的：“飞越绝望，坚定的翱翔，绽放无限的笑容，青春梦想属于你和我。”坚持最初的梦想，我们的青春也会意义非凡。韩庚能够，相信我们也一样能够。

冰雪守望着太阳，正如生命守望着梦想，有梦的生命应当如鲜花一样绽放。有梦的青春应当如彩虹一样绚烂。

能够追寻的梦，是心中移动的城市。让心中的这座城市充满生命活力，充满青春活力。青春梦想，正在我们紧握的手中，努力去实现它吧！

### 青春与梦想演讲稿三分钟以内篇三

有信念，好样的！有追求，好样的！但是大家是否充分预见过这过程中的困难挫折呢？起点时固然有雄心壮志，终点处固然金光灿烂，但是当生活一步步将理想的锋芒磨平，那雄心壮志不照样会烟消云散吗？不要以为我们是在上大学。不是。高尔基说过：“苦难才是真正的大学。”也有一位伟人说过：“苦难是人生的必经之路。”所以当你拥有了雄心壮志的时候，同时你也要张开双臂迎接苦难。

补充：裴多菲说过“生命的多少用时间来计算，生命的价值用奉献来计算”，人的价值在于能给世界留下多少有意义的东西，这是学习许振超先进事迹后的最大感触。以前常想，

我是一个平凡的人，如何体现自己的价值?没有方向和精神动力，通过学习，我认识到一个人的价值不在于他的岗位是否重要，而在于能否在最平凡的岗位上作出不平凡的贡献。

许振超一位普普通通的吊车司机，如果没有他从一名只有初中文化的普通工人成长为同行赞誉的桥吊专家，在一年的时间内两次刷新世界集装箱装卸纪录;如果没有以他的名字命名的“振超效率”，在全国上下产生强烈反响;如果没有他在三尺吊台，书写出新时代产业工人的“神奇”与精神，也许大家谁也不会认识许振超，因为他真得是太平凡了，平凡的外表、平凡的经历、平凡的岗位，但正是他，凭着一份坚韧，凭着一份执着，积极进娶用自己的聪明才智，把昨天的理想变成了现实，将单调的音符，演奏成时代精神的华美乐章。由此可见文凭并不代表水平，学历绝不是成才的“瓶颈”，许振超以自身的经历昭示人们：技术工人同样可以取得成就;同样可以在平凡的工作岗位上创造非凡的业绩;同样可以和光环耀眼的科学家、教授、工程师们站在同一个领奖台上;同样可以获得社会的尊崇!

许振超走过的路，也是我们应该追求的路。平凡并不等于平庸，起点并不决定未来，积极进取最重要，勤奋刻苦最可贵。许振超的事迹充分说明了在新的历史时期，要想成为一名高技能人才，就是要具备不断学习新技术、新知识，勇于创新、突破自我，一心向学的精神。科学家巴斯德说：“机遇只偏爱有准备的头脑”，一心向学的头脑便是有准备的头脑。同样是水壶，普通人烧出的是开水，而瓦特却烧出了蒸汽机;同样是看到苹果从树上掉下来，果农见了只感到心疼，而牛顿却由此发现了万有引力定律。造成这种差别的根本原因是什么?答案只有一个：就是因为瓦特、鲁班、牛顿平时有一心向学的精神。

随着市场竞争的加剧，高技能人才的短缺已经成为制约企业竞争力的“瓶颈”，高级技工稀缺，高级技工的收入甚至超过了硕士生，相信不久的将来职业教育将为大家坦然接受，

勇做知识型工人将成为潮流。“三百六十行，行行有事业”，也许我们当不了科学家，但可以练就一身“绝活”，做个能工巧匠，同样无愧于时代，无愧于人生。

21世纪是科学技术飞速发展的时代，也是人才激烈竞争的时代，我们深感压力，倍感光荣。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，自古以来，伟人的成功事迹，又何尝不是出自他们那份“只有功夫深，铁棒也能磨成针”的信念和执着。我们深知“根深才能叶茂”的哲理，我们深知自己的知识仍有许多的不足，于是我们确立了扬帆出征的目标。昨天已成为过去，今天在自己手中掌握。我们充满活力，我们满腔热血，我们一定要胸怀祖国，放眼未来；我们一定要以乐观向上的精神风貌敢于克服困难，勇于面对挑战，勤于学习，勇于创造，以如饥似渴、只争朝夕的精神，滴水穿石、磨杵成针的毅力，永不满足、攀登不止地追求，认真学习科学文化知识，掌握过硬本领，做一个敢做敢为、开拓创新的能干人，立志成为有真才实学，德才兼备的复合型高技能人才。

## 青春与梦想演讲稿三分钟以内篇四

大家好！

清晨温柔的阳光透过绿色的叶子洒向大地，年轮中曾经青涩的时光向未来讲述着美丽的传说。记得奥斯特洛夫斯基的《钢铁是怎样炼成的》这部名著中有这么一段话：“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，充满着期待的志愿，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，青春是人生最美好的季节，是人生最铿锵的篇章，是摧枯拉朽的豪情，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。

青春的拼搏是人生一副洒满阳光的风景，是一道转瞬即逝的彩虹，是一首用热情奏响的乐章。所谓“高堂明镜悲白发，

朝如青丝暮成雪”，说的就是青春。青春既是一个极具诱惑力的话题，又是一种感觉。于是，诗情画意的梦，天真纯洁的幻想、无忧无虑的日子，构成了一幅美丽的青春画卷。但蓦然回首，你发现在天蓝风轻的春光中，一切都像是透明的，从而感到一种超然的力量在心底爆发，时刻提醒着我们要永远向前。

在这里我们更加深刻的了解了什么是大家庭，什么是团结协作，什么是自我奉献。来到这里，我们默默地为即墨的热电事业贡献着自己的一点点微薄之力，为即墨的广大老百姓在寒冷的冬天中送去一份温暖和关怀，让自己的一点点光和热去温暖每个人的心灵。

也许我们年轻人的工作做的不是很好，也许我们在工作中有过过错和失误，也许在前进的道路中有许多的坎坷和阻挠，但是我们从不气馁，从不妥协，因为我们年轻，因为我们拥有青春，因为我们拥有远大的理想和报复。跌倒了可以再爬起来继续前进，在风雨雷电的洗礼中，只会让我们更加成熟，更加勇敢，更加努力拼搏，为以后能更好的为即墨的热电事业贡献自己的青春和人生而奋斗着。

“人过留名，雁过留声”，我们每一个年轻人都非常努力的在自己平凡的岗位上拼搏着，青春就是我们前进的脚印，汗水就是我们奋斗的希望，老百姓的微笑就是我们劳动的成果和工作的动力。作为热电部门的一份子，我们很骄傲，很自豪，但我们不高傲，不狂妄。

我们知道自己的渺小和平凡，我们会继续将自己的青春、汗水和智慧在平凡的岗位上奉献着，挥洒着，创新着……至少让别人知道我们曾经在这里流过汗，出过力，作为新世纪的年轻人我们要让这短暂的青春化作永恒的记忆，让这寒冷了冬天也有一分暖意在心中，让即墨热电，情暖万家！

拥有拼搏的青春，就应该拥有春的憧憬、夏的蓬勃、秋的浪

漫、冬的深刻。因为我们年轻，所以我们富有，因为我们年轻，所有我们不怕失败，因为我们年轻，所以我们用拼搏描绘明天。学习在暴风骤雨中奋力搏击的海燕吧……热电的广大年轻朋友们，让我们高举热电的旗帜，继承前人开创的伟大事业，借着改革开放的东风，尽情挥洒青春的激情吧！让我们的青春之火，在21世纪的挑战中闪光；让我们的赤诚之心，在自己的平凡的岗位上闪耀夺目。

## 青春与梦想演讲稿三分钟以内篇五

大家好！

今天，我很激动地站在这里，以一颗感恩的心回望多年来各位领导对我的悉心指导，各位同事给我的真诚帮助。我宣讲的内容是《自强不息，成就梦想》。

1997年，我融入洪工局这个大家庭，亲历了98抗洪的波澜壮阔，耳闻目睹了工程技术人员在抗洪前线力挽狂澜的英雄壮举，我深深地体会到了技术的重要作用，也梦想着成为一名技术精湛、受人尊敬的工程师，能在洪湖分蓄洪区工程建设的历史中，在抗洪抢险的战场上记录下我的名字。然而，中专毕业，所学的美术教育专业又与水利工程技术风马牛不相及，我只能把这个不可能实现的梦想埋在心里。

“难道我只能就此放弃梦想吗？”就在我彷徨无助时，局党委为我们提供了去武汉水利电力大学深造的机会，梦想的大门似乎对我打开了一扇通道，我欣喜、我陶醉，幸福地憧憬着未来。。

然而在随后的实际工作中，我又深感学校所学的知识与实际工作有很大的差距，有时候领导安排的工作，干起来还是会非常吃力。如白云路危房改造工程中，因修改设计，领导安排我打个摸底预算，以避免价格谈判中被施工方漫天要价，我接受任务后，起初是满怀信心，但是一深入进去，深感在

学校所学的知识还远远不够用。由于建筑图大量采用平法标注，这种方法和水利工程设计中逐个绘制剖面和构件配筋详图的方法完全不一样，整张图上充满了各种编号和代码。看到这套标准化、集成化的建筑结构图，一开始我连上面的字符代表什么含义都不知道，通过找资料和请教别人，才知道平法绘制的结构图需要与标准构造详图配合使用，才成其为的一套完整的结构设计。于是我买来图集，从研究图集、看懂图册下手，一边查图集一边算工程量，再一项项的翻看定额，对比施工工艺，力求套用最贴合实际的统一基价。通过这件事，我完成了一次理论与实践的结合，也深刻的意识到了主动学习的动力和善于学习的能力是多么重要。同时也认识到简单地应付工作容易，但要高质量地完成领导交给的任务不是轻而易举的事，必须有扎实的功底、过硬的专业技术，要想得到大家的认可，受到别人的尊敬，必须不断地提升自己的综合素质。

想。在他的感染和带动下，我更坚定了学习的信心，找准和工作的结合点后，我也买来学习书籍，积极报名参加各类专业考试。要说在学习的过程中没有遇到困难，那是假话，面对厚厚的一摞考试用书和习题集，孩子小，没时间，太枯燥，看不懂，我可以给自己找一堆停滞不前的理由，但每当我想要放弃的时候，我都会在心里提醒自己：坚持梦想，迎难而上。在拿到全国水利工程造价工程师、全国二级建造师的注册证书和执业印章的那一刻，所有的艰难、辛酸、喜悦在那一刻交织。

## **青春与梦想演讲稿三分钟以内篇六**

今天是一个特别的节日，是我们青年人为之自豪的节日。五四青年节，是我们青年为之欢呼的节日，是我们为之呐喊的节日。

曾经的我，怀揣着青春的梦想，在一个寒冷的冬天的夜晚，踏上了北方的列车，从此我就有了从军的历史。正是因为这



个梦想，我实现了人生的转折。正是因为这个梦想，我比别人多吃了一些苦，也多收获了一份人生的经历。在军营，我摸爬滚打了十几载，把青春年华无私奉献了，我无悔，因为我收获了青春梦想。在军营，我自我加压，爬坡上行，比同龄人吃了更多的苦，我没有一丝的悔意，因为我收获了青春梦想。

曾经的我，同样在一个寒冷的冬天的夜晚，我独自一人离开了曾经奋斗的部\*，到另一个部\*。因为部\*缩编，我选择到了一个遥远的地方。好多战友不理解，好多战友劝我不要独自远行，好多战友劝我留在原部\*有更多的发展空间。我没有因此而动摇，我想，哪怕是我选择错了，但我笃信人生的经历没有错。离开，我并没有后悔，因为青春梦想激励着我前行。

曾经的我，同样在一个寒冷的冬天的夜晚，我离开部\*转业了，告别了送行的战友，我流下了真诚的泪水，但我毅然没有悔意，因为青春梦想告诉我，一个人要远行，多样的生活，人生才更丰富。时间和岁月告诉我，我的选择没有错。因为青春梦想，我在选择着，我在奋斗着，我在前行着，我在努力，一切都在进行中。只要努力，生活才会更美好！

在今天这个特别的日子，我没有追念“南陈北李”，没有更多的怀念1919年的今天，那些令中国曾为之骄傲的有骨气的先辈，而是小结我的青春梦想，看来是有些自私。作为个体的我，对我青春梦想的小结，也正是我人生的一次升华，也正是对我人生的一次考量，同样也是对先辈们的一种交待，也是对我更好的激励！我坚信着，一路前行，是我不懈的追求，哪怕是失败，同样是一种荣光！

## **青春与梦想演讲稿三分钟以内篇七**

大家上午好！今天我演讲的题目是“放飞青春梦想”。

众所周知，以企业为家，是大多数企业对员工的要求。公司“主人翁意识教育”倡导的是每位员工要把自己当成企业的主人，既享受主人应有的权利，也要承担相应的义务。目前，“主人翁意识教育”活动已经日渐深入人心，努力营造家庭式温馨氛围，促进企业各项工作正常有序地开展，已成为我们每个人的共识。

我很幸运，从学校毕业后能成为我们公司的一员。一年来，我看到许多员工的无私奉献，听到过许多家人带着关怀的埋怨，感受过大家在机组走完72小时后的欣慰，在这个充满着爱、奉献和责任的大家庭里，我所看到的、听到的、感受到的，无一不让我感动，更让我坚持自己当初的选择。

在我们身边，这种感动实在是太多太多了，他们拥有激情成就梦想，让青春闪亮在线，用敬业与奉献换明天的精神，他们把自己每一步踏实的脚印镶嵌在电力建设的史册上，把青春的岁月献给了平凡的生产工作，为机组的提前安全投产和企业的效益增长付出了真情与汗水的拼搏。而今年被评为公司“优秀共产党员”的汪公河同志无疑就是这支队伍中杰出的一员，也是我们六安项目部所有员工精神面貌的一面闪亮旗帜。

20xx年6月份汪公河同志从公司机关调入六安项目部任工程科长。两年来，他兢兢业业，勇于创新，追求卓越。工作中，我们都喜欢喊他“汪科”，在我的记忆中，他除了工程建设，根本就没有工作和休息之分，只要有事情，他随时出动。#1机跟他一起参加调试更让我感受倍深：夜以继日、废寝忘食，就是为了能够尽快按质按量的完成各个节点。所以在调试运行阶段，就是在离六安仅有70来公里的家，最长的时间竟有近三个月不回。

今年初，汪科主动请缨，担当了#2机组的调试重任，不论是从汽机本体还是辅机，抑或锅炉安装。在进度上，他都充分发挥各专业的特长，以每一个小节点的完成来保证大节点的实现；质量上，充分利用外部力量来抓质量管理，调动三级

质检及技术员的积极性，按“一次成优”来抓过程质量。一直以来，他都本着学习的态度，在自我提高的过程中，不断的将工作推向一个又一个高峰。正是这种忘我的工作作风和以企业为家的主人翁精神的感染和激励，让六安电厂工程突破各种困难，全面实现了提前投产目标，赢得了业主以及监理的一致赞赏，为公司争得了信誉。闲聊的时候，有人问他最大的理想是什么，他总是说“工作干出点特色来，多干几台机组，不断地攀登自己。”这么一句平淡如白开水的话，却让我们感到责任是如此之厚重！

发生在我们身边像汪科这样的先进人物和感动事件，实在是不胜枚举。那么，在电力体制改革日趋成熟，电力施工企业市场竞争愈来愈激烈的今天，事关我们企业的生存与发展在哪里，是等待，抑或祈求？我们企业员工的个人价值在哪里，是退缩，抑或逃避？谁都会激情飞扬，谁都会设想明天……，然而有时我们却依然彷徨和茫然。

今天，通过这些先进人物，通过主人翁意识教育，我们有了答案：有了企业的蓬勃发展，才有我们个人价值的实现，我们不仅承担着时代赋予的历史使命，也承载着公司的命运与希望。所以现在，让我们赶紧登上电力建设快速发展的客船，时刻拉紧“主人翁意识”责任感这面大旗，乘风破浪，为企业，更为自己，实现我们青年人的梦想，让激情回荡，成就梦想，让青春在奋斗中闪亮！

我的演讲结束了，谢谢大家！