

2023年演讲稿三分钟励志英文 三分钟励志演讲稿(实用8篇)

使用正确的写作思路书写演讲稿会更加事半功倍。在日常生活和工作中，能够利用到演讲稿的场合越来越多。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？下面我给大家整理了一些演讲稿模板范文，希望能够帮助到大家。

演讲稿三分钟励志英文篇一

大家早上好！

今天我们国旗下演讲的题目是：诚信。

美国开国大总统华盛顿小的时候，是个诚实的孩子。他跟父亲之间，曾有过这样一段故事。

一天，父亲送给他一把小斧头。那小斧头新崭崭的，小巧锋利。华盛顿可高兴啦！他想：父亲的大斧头能砍倒大树，我的小斧头能不能砍倒小树呢？我要试一试。他看到花园边上有一棵小樱桃树，微风吹得它一摆一摆的，好像在向他招手：“来吧，小华盛顿，在我身上试试你的小斧头吧！”华盛顿高兴地跑过去，举起小斧头向樱桃树砍去，只听“咯嚓”一声，小树成了两截，躺倒在地上。

他又用小斧头将小树的枝叶削去，把小树棍往两腿间一夹，一手举着小斧头，一手扶着小树根，在花园里玩起了骑马打仗的游戏。一会儿，父亲回来了，看到心爱的樱桃树倒在地上，很生气。他问华盛顿：“是谁砍倒了我的树？”华盛顿这才明白自己闯了祸，心想：今天准得挨爸爸揍啦！可他从来不爱说谎，就对父亲说：“爸爸！是我砍倒了你的樱桃树。我想试一试小斧头快不快。”父亲听了华盛顿的话，不仅没有打他，还一下把他抱起来，高兴地说“我的好儿子，爸爸宁愿

损失一千株樱桃树，也不愿你说一句谎话。爸爸原谅诚实的孩子。不过，以后再也不能随便砍树了。”华盛顿点点头，把父亲的这些话牢牢记在了心上。

“身不正，不足以服；言不正，不足以动。”人世间有百媚千红，我独爱诚信这一种！诚信是个人成功的基石，是大家发展的动力，更是我们生生不息的民族之魂！

谢谢大家，我们的国旗下演讲完毕。

演讲稿三分钟励志英文篇二

尊敬的老师、同学们：

大家好！

没有狂暴的风沙，就没有壮观的沙漠；没有汹涌的波浪，就没有没有宏伟的大海；没有努力地奋斗，就没有绚丽的人生。

常言道“不经历风雨怎能看见彩虹”，在我们生活中也同样如此“不经历奋斗怎能尝到欢乐”；面对困难，我们不能蜷缩在墙角瑟瑟发抖，而应当站起来，拍拍身上的泥土，努力地奋斗。

别被困难所迷惑，别被困难所击倒，别对自己丧失信心；没有过不去的坎，没有打不破的困难，没有经历不了的事，只要你努力去做了，努力奋斗了，就一定是最棒的！

雏鹰在悬崖中学会翱翔；仙人掌在沙漠中努力生存，我们难道就不能在逆境中奋斗吗？古往今来，那些功成名就的大人物哪个没有经过困境呢？伟大的作品不是靠力量，而是靠坚持来完成的。凡事欲其成功，必须付出代价——奋斗，奋斗并不困难，但如果你连奋斗的勇气都没有，那么你能被困难所击倒。

“世上无难事，只怕有心人”。风雨之后，便是彩虹；付出之后，便是收获；奋斗之后，便是绚丽的人生！

谢谢。

演讲稿三分钟励志英文篇三

大家好！我演讲的题目是《励志成功，始于信念》。我先给大家讲个故事。

在非洲的一片茂密丛林中，走着四个皮包骨头的男子，他们扛着一只沉重的箱子，在密林里踉踉跄跄地向前走。他们跟随队长进入丛林探险，可是，队长却在任务即将完成时患疾病而不幸长眠于丛林中了。

临终前队长把亲手制作的箱子托付给他们，并十分诚恳地说：“如果你们能把这个箱子送到我的朋友手里，你们将得到比金子还宝贵的东西。”

埋葬了队长之后，他们便扛着箱子上路了，道路越来越难走，他们的力气也越来越小了，但他们仍然鼓起劲往前走着。最后有一天，绿色的屏障突然拉开了，他们历经千辛万苦之后最后走出了丛林，找到了队长的朋友，但是那个朋友却说：“我一无所有啊！”

于是，打开箱子一看，竟是一堆无用的木头！就这么个故事，看起来队长给了他们一箱无用的木头，其实，他却给了他们行动的目的，使他们获得了比金子还贵重的东西——生命。这个故事启示着我们学习、做任何事情务必要有明确的目的和奋斗目标。

如果你认为自己十分突出，你就真的会很优秀；如果你想象渺小，你就会落后于人；如果你想象勇敢，你就会真的无所惧怕；如果你想象辉煌，你就会变得很伟大。

同学们，励志要有明确的目标，目标的实现要有成功的信念，从此刻开始，让他们在你的想象中成为现实——去感受它们、经历它们、相信它们。相信，不久的将来你就会看到它们最终变成现实。

谢谢大家！

演讲稿三分钟励志英文篇四

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

青春——一朵怒放的花朵，绚烂耀眼。正以独特的方式向人们展示着那情，活力与蓬勃。它正承载着无数少年的理想起航，演绎着年轻的成长。

推着单车走在细雨朦胧的街上，有一颗雨珠不偏不倚的落在车把上，轻盈的向四面溅开一朵水花，小巧、美丽。

青春也是这样，感受成长的快乐与幸福。

小学，无忧无虑的天堂，和同学朝夕相处，一起玩耍、一起嬉戏，五年时光一晃而去，留下了美好的回忆与单纯的友情。如今再也没有一群领你在树下玩耍、讲故事的老师。却有一群陪你日夜奋斗，直到见证你进步的老师。身旁不再是那个对你傻傻笑着的伙伴，而变成了竞争对手，也是相知相惜的好友，共同努力、共同进步。少了一份开怀大笑，但那一个默契的眼神，就足够了。

同时青春也经历艰难的蜕变。

记得分离时眼角有止不住的阳光折射水滴的彩虹印记，常常一个人去欣赏黄昏时天际燃烧的那片橘红色，爱听轻柔的音

乐，常常一人漫无目的地到处乱窜。妈妈对我说：“这只不过是小学而已。”我庆幸多亏是小学，不然肯定会大哭一场。直到后来，当我站到中学校门前的一刻，我知道未来等着我去挑战，去探索，新奇而刺激。

青春也是孤独寂寞的。

每天迎着晨曦上学，顶着黑夜回家，日复一日累了，倦了在孤独房间里，四面冷清的墙壁，但总有一个人会风雨无阻的等待着我。

蝴蝶不经历蜕变的痛苦，就没有翩翩起舞的情影。自己褪去了一丝稚气，却更富有价值。

演讲稿三分钟励志英文篇五

人的生活方式有两种，第一种是像草一样活着。你尽管活着，每年还在成长，但是你毕竟是一颗草；你吸收雨露阳光，但是长不大。人们可以踩过你，人们不会因为你的痛苦而产生痛苦；人们不会因为你被踩了，而来怜悯你，因为人们本身就没看到你。所以，我们每一个人都应该像树一样成长。即使我们现在什么都不是，但是只要你有树的种子，即使被人踩到泥土中间，你依然能够吸收泥土的养分，自己成长起来。也许两年、三年你长不大，但是十年、八年、二十年，你一定能长成参天大树，当你长成参天大树以后，遥远的地方，人们就能看到你；走近你，你能给人一片绿色、一片阴凉，你能帮助别人。即使人们离开你以后，回头一看，你依然是地平线上一道美丽的风景线。树，活着是美丽的风景，死了依然是栋梁之才。活着死了都有用，这就是我们每一个同学做人的标准和成长的标准。

当一个人为了别人活着的时候，就非常麻烦。因为别人的标准是不一样的，没有坚持了自己的追求而想要的东西，你的尊严和自尊是得不到保证的，因为你总是在飘摇中间。对于我

们来说，保持自己尊严和自尊的方法是什么呢？就是说你有一个梦想，通过从最基本的一个步骤，你就可以开始追求。比如说最后你想取代我，成为新东方的董事长和总裁，你能不能做到？只要你有足够的心态和足够做事情的方法，以及胸怀，肯定是能做到的。

凡是想要一下子把一件事情干成的人，就算他干成这件事情，他也没有基础，因为等于是沙滩上造的房子，最后一定会倒塌。只有慢慢地一步一步把事情干成的，每一步都给自己打下坚实的基础，每一步都给自己一个良好的交代，再重新向未来更高去走每一步的人，他才能够把事情真正地做成功。

当你决定了一辈子干什么以后，你就要坚定不移地干下去，就不要随便地换。你可以像一条河流一样，越流越宽阔，但是千万不要再想去变成另外一条河，或者变成一座高山。有了这样一个目标以后，你生命就不会摇晃，不会因为某种机会，你就到处乱窜，这样你才能够做出事情。

我们未来生活的一种重要能力，叫做忍辱负重的能力。很多社会名流会遇到很多很多你不能忍受的事情，但是你不得不忍受。而你就不忍受就不可能成功。为什么，因为你不忍辱负重，你就没有时间，你就没有空间，没有走向未来的空间。如果你想走向未来，最后变得更加强大、更加繁荣，你就必须要做好给自己留下足够的时间和空间。轮到我们自己的生命，要想为一个伟大的目标而奋斗的时候，你排除也得必须排除，你生命中一切琐碎的干扰，因此你就必须忍辱负重。

不管我们是什么年龄，我们哪能做一时气不过的事情。这个世界上让你气不过的事情太多了，只有你气得过的时候，这个世界才在你面前才能展开最光辉的一面。

我有这么一个比喻，每一条河流都有自己不同的生命曲线。长江和黄河的曲线，是绝对不一样的。但是每一条河流都有自己的梦想，那就是奔向大海。所以不管黄河是多么的曲折，

绕过了多少的障碍；长江拐的弯不如黄河多，但是她冲破了悬崖峭壁，用的方式是不一样的，但是最后都走到了大海。当我们遇到困难时，不管是冲过去还是绕过去，只要我们能过去就行。我希望大家能使自己的生命向梦想流过去，像长江、黄河一样流到自己梦想的尽头，进入宽阔的海洋，使自己的生命变得开阔，使自己的事业变得开阔。但是并不是你想流就能流过去，其实这里面就具备了一种精神，毫无疑问就是水的精神。我们的生命有时候会是泥沙，尽管你也跟着水一起往前流，但是由于你个性的缺陷，面对困难的退步或者说胆怯，你可能慢慢地就会像泥沙一样沉淀下去，一旦你沉淀下去，也许你不用为前进而努力了，但是你却永远见不得阳光了。你沉淀了下去，上面的泥沙就会不断地把你压住，最后你会暗无天日。所以我建议大家，不管你现在的生命是什么样的，一定要有水的精神。哪怕被污染了，也能洗净自己。

像水一样，不断地积蓄自己的力量，不断地冲破障碍，当你发现时机不到的时候，把自己的厚度给积累起来，当有一天时机来临的时候，你就能够奔腾入海，成就自己的生命。

渡过难关是一种心态，你想要跨过去的话，就必然能跨过去。很多人在工作的时候，带着怨气和怨恨在工作，你的工作就远做不好。如何能够把事情做得更成功的几个要点。第一要点，如何尽可能把自己的长期目标和短期目标结合起来。我们要先分清楚，哪些事情是我们想一辈子干的事情，哪些事情是一下子干完，我们就可以不用干的事情。中国有句话叫急事慢做，你越着急的事情，你做的越仔细、越认真，越能把事情做好。而你越着急的事情，做的越快反而越做的七零八落，我把这个急事也叫做大事。第二个要素就是要决定自己一辈子干什么。那么还有一个我觉得非常重要的，就是平时做事情的时候，对时间的计划性。还有一点，就是成功要自我约束。任何时候，当你前面面临一个巨大的诱惑，和其它任何可能产生诱惑的时候，如果你觉得自己停不下来，你千万别去追那个东西。因为你追了那个东西停不下来，最后栽跟头的一定就是你。

千万记住一点，做任何事情的时间都是能挤出来的。

伟大与平凡的不同之处，一个平凡的人每天过着琐碎的生活，但是他把琐碎堆砌出来，还是一堆琐碎的生命。所谓伟大的人，是把一堆琐碎的事情，通过一个伟大的目标，每天积累起来以后，变成一个伟大的事业。

我的核心价值观就是，以善为生，用善良的心态来对待自己的生命和别人的生命。

有两句话我是比较欣赏的。生命是一种过程；事业一种结果。我们每一个人是在活在每一天的，假如说你每一天不高兴，你把所有的每一天都组合起来，就是你一辈子不高兴。但是假如你每一天都高兴了，其实你一辈子就是幸福快乐的。有一次我在往黄河边上走的时候，我就用矿泉水瓶灌了一瓶水。大家知道黄河水特别的浑，后来我就放在路边，大概有一个小时左右。让我非常吃惊的发现，四分之三已经变成了非常清澈的一瓶水，而只有四分之一呢，是沉淀下来的泥沙。假如说我们把这瓶水，清水部分比喻我们的幸福和快乐，而把那个浑浊的那个沉淀的泥沙，比喻我们痛苦的话，你就明白了；当你摇晃一下以后，你的生命中整个充满的是浑浊，也就是充满的都是痛苦和烦恼。但是当你把心静下来的以后，尽管泥沙总的份量一点都没有减少，但是它沉淀在你的心中，因为你的心比较沉静，所以就再也不会被搅和起来，因此你的生命的四分之三，就一定是幸福和快乐的。

人的生命道路其实很不平坦，靠你一个人是绝对走不完的，这个世界上只有你跟别人在一起，为了同一个目标一起做事情的时候，才能把这件事情做成。一个人的力量很有限，但是一群人的力量是无限的。当五个手指头伸出来的时候，它是五个手指头，但是当你把五个手指头握起来的时候，它是一个拳头。未来除了是你自己成功，一定要跟别人一起成功，跟别人团结在一起，形成我们，你才能把事情做成功。

可是同学们，你们又有多少人 是把父母放在第一位的呢？不少同学总是不断地报怨自己的父母这样不好，那样不对，对父母的行为和做法挑三拣四，横加指责，甚至于直接与父母顶撞！你们知道自己父母身体的健康状况吗？你们记得自己父母的生日吗？有的连自己父母的工作单位在哪都不知道，想想看，父母为你们付出那么多精力和心血，你关心过他们吗？你为你们的父母做过什么呢？如果什么也没做过的话，那又有什么理由去指责你们的父母呢？对待自己的父母尚且如此，又怎么敢奢望你们会善待你们的老师和朋友呢？国家有难，又怎么敢指望你为他抛头颅洒热血呢？如果人人都是这么自私自利的话，社会哪里还会有温情呢？如果我们生活在这个失去温情的世界，那么我们活着又有什么意义呢？光靠喊口号是没有任何用处的，我们应该用我们实际的行动来关爱我们的父母！同学们，我想说，假如今天是我生命中的最后一天，首先我们应该怀着感恩的心，感谢父母对我们的养育之恩，为他们尽自己的一份孝心；感谢那些曾有恩于我们却不求回报的人。常怀感恩之心，我们对人对环境就会多一份欣赏，少一份挑剔。

感恩是五彩画笔。学会感恩，生活将变得无比精彩。感恩描绘着生活，将生活中大块的写意，挥洒得酣畅淋漓；将生活中清淡的山水，点缀得清秀飘逸；将生活中细致的工笔，描绘得细腻精美。

努力吧，同学们，为了我们国家的更加繁荣和富强，为了我们的母亲的强健和安康，努力吧！让我们怀着感恩的心一路走来，让我们的人生焕发出光彩吧！

演讲稿三分钟励志英文篇六

尊敬的教师，亲爱的同学们：

今日我演讲的题目是“成功与胜利永属自强者”。

自强者有健康的心理素质，坚定的品格意志和自强不息的进

取精神，他们坚信“天生我材必有用”、“前途是自我创造出来的”。他们藐视困难，追求高远目标，应对人生激流中的暗礁与险滩，奋勇搏击，不懈努力。

他们应对挫折和失败，坚强地站起来，用自我毅力，勇气和智慧扬起自强的风帆，驶向胜利的彼岸，中国女足就是这样一个个自强不息，顽强拼搏的光荣团体，为了祖国的荣誉，只愿付出和奉献；她们自信，自强，不怕挫折和失败。

她们把这宝贵的自强精神和献身精神浓缩在竞技场上，印刻在长期的奋斗历程中，书写在一个个金光闪闪的奖杯上，她们的事迹告诉我们。成功与胜利永远属于自强不息的人。

自强不息者的力量来自信念、意志和毅力。那些有成就的革命家、科学家、艺术家、文学家都有着坚定的必胜的信念，有着艰苦奋斗、顽强拼搏的精神，有着百折不挠、奋发向上的毅力。

当今世界，随着科学与技术的不断提高和发展，世界竞争日趋激烈，我们应当努力拼搏，生命不息，奋斗不止，扎扎实实地夯实业的基础，在人生奋斗的道路上迈出坚定的步伐，为祖国更好的明天添砖加瓦！

我的演讲完毕，多谢大家！

演讲稿三分钟励志英文篇七

古今中外名人，皆是自信心十分之强的人。有诗仙李白之天生我材必有用；有我们伟大领袖毛主席之会当击水三千尺；有前苏联著名作家索洛维契克之一个人只要有自信，那他就能成为他希望成为的那样的。如此例子，不胜枚举！

自信来自于实力，自信产生魅力。没有真正实力的专讲求自信心，是难以成功的。成功是上天专门给有实力、有自信的

人的赏赐。国际著名音乐指挥家小泽征尔在一次赴欧洲参加指挥大赛中，演奏时发现乐曲有一些不和谐的地方，在场的作曲家和评委都声明乐谱是经千挑万选出来的，不可能会出现问题。但小泽征尔考虑再三，依然自信地坚持的观点而最终获得大赛的冠军。

小泽征尔的成功证明了这一点——自信源于实力。但反过来想，是不是实力不足的人就不能有自信呢？不是的。自信是对自己能力的肯定，并不同于自傲、自夸、自大或自命不凡。对自己能力的肯定也即是更知道和清楚自己的实力和分量，所谓知己知彼，百战不殆！只有自信，人才能志气昂扬、精神抖擞地去学习、去工作、去奋斗、去拼搏！

据有关研究表明，一个人处于自信时，思维能力非常活跃，精神也一直保持乐观、积极向上的状态；而处于自卑时，就显得思维反应迟钝，看上去也精神萎靡，像冬天霜打过的茄子一样，整天都是蔫的。

有人说：有自信，不一定能成功；但没有自信，就一定不能成功。你想成功吗？如果想的话，赶紧令自己充满自信，再立志、创业。看，成功就在不远处向你招手！

演讲稿三分钟励志英文篇八

尊敬的各位教师，亲爱的同学们：

大家好！

同学们，你喜欢自己吗？你对自己满意吗？你很羡慕某些人，甚至愿意自己也成为他吗？如果你对自己有疑惑，那么我来告诉你：就像每一片叶子都有它独特的形状，每一朵花儿都有它独特的香味，我们每一个人都是世上独一无二的个体，在这个世界上，没有两个人是完全一样的。我们每一个人的存在，都有自己的价值与意义，别人可以比我好，也可以比

我差，但没有人可以取代我。美国少年天使肯尼，一出生就因为身体畸形截掉双腿，后来又发现切口的根部被癌细胞侵入，只好把腰部以下的身体全部切除。但是，肯尼并没有向病魔低头，他在家人的帮助下向自己的生命挑战，拼命练习生存技能，使得自己日渐独立，能跟常人一样上学，甚至还学会了溜滑板、溜冰。肯尼的生命是美丽的、动人的。

有时候我们以为遭遇到的危机使我们走投无路了，却在事后发现这是生命的转机。美丽的生命在于勇于更新，且愿意努力学习。化蛹为蝶，才能使生命焕然一新。人的一生也需要蜕变才能成长。每一次蜕变都回带你走进人生的新领域、新境界，使你获得新的感受、新的惊喜。

健康的我们，更要学会容忍自己的不足和缺点。俗话说人无完人。正因为这样，我们才要不断学习、不断提高自己。如何在正视不足和缺点的前提下，采取积极的行动来弥补不足、克服缺点呢？一方面要正确和别人做比较，认识到自己在群体中处于什么样的位置，寻找以后努力的方向；另一方面要正确认识自己。不要只从不同的方面平价自己，却看不到自己的优点，老觉得某某的学习比我好，某某的书法比我好，某某的琴比我弹得好，而实际上每个人身上都有自己的闪光点：学习好的可能体育不如你，书法好的可能学习不如你，不要一味给自己挑毛病。既能够看到闪光点，也能够看到不足之处，对自己的认识才会全面，才能更好的取长补短。

著名作家琼瑶，小时候除了语文外，其他学科成绩并不好。有一次，数学考试她只考了20分，学校发给她一张通知单，要她拿回去给父母盖章。捱到深夜，她鼓足勇气拿着交给母亲。母亲整个脸色都阴暗下去，将他好好责骂了一顿。她绝望的给母亲写了一封长信，服毒自杀，幸亏抢救及时，才没有造成终身的遗憾。从死神手中逃回来的她，分析了自己的长处与短处，下决心取长补短，专心写作。父母默认了她的追求，她开始发挥自己写作方面的长处，真正追求自己的事业，最终取得了令人羡慕的成就。

所以我们要多鼓励自己：成绩单不漂亮没关系，只要我努力，就是一名好学生！基础不好没关系，只要我每天都有进步，就是一种成功！我的生活是充满阳光的，努力的我最美丽！这样自信的度过每一天，你会越来越体验到：我的人生是非常有价值的，我是最棒的！