

# 2023年坚持的演讲稿 成功需要坚持演讲稿三分钟(优质5篇)

演讲，首先要了解听众，注意听众的组成，了解他们的性格、年龄、受教育程度、出生地，分析他们的观点、态度、希望和要求。掌握这些以后，就可以决定采取什么方式来吸引听众，说服听众，取得好的效果。优质的演讲稿该怎么样去写呢？下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

## 坚持的演讲稿篇一

敬爱的各位老师，同学们：

大家好！

今天，我为大家演讲的题目是《梦想与坚持》。

同学们我相信我们大家在小时候肯定会被老师或家长问到过同样的一个问题“你的梦想是什么？你长大后想做什么？”或许有人想成为歌唱家，也许有人想成为宇航员，也许有人想成为一名企业家……答案五花八门。“你的梦想是什么？”也许同学们已经能够脱口而出，但你对你说出的梦想是不是够坚定够坚决呢？你究竟为你的梦想付出了多少努力？梦想是跟眼泪和汗水融合在一起的，假如梦想离开了汗水和眼泪，那就变成了空想乱想，所以你必须努力并把梦想坚持到底。

曾经有一个孩子，梦想成为演讲家，可是他口吃严重，经常气短，还爱耸肩，这样的毛病怎么能成为雄辩家呢？为此，他没少遭受旁人的奚落，但这个孩子却不信这些。为了克服口吃，他天天口含沙石到海边练习演说，为了克服去短，他边攀登陡坡边吟诵诗歌，为了克服耸肩的毛病，他甚至在肩上悬起两把剑……。他坚持再坚持，日复一日，年复一年，说话逐渐流利起来了，也不再气短耸肩，他用自己的坚持实现

了自己的梦想。这个孩子就是古希腊演讲家德摩斯梯尼。

说实话，我们每个人都曾经有过自己远大的梦想。但为什么我们多数人的梦想会离我们越来越远呢？主要原因在于我们没有像德摩斯梯尼一样，即使遭受嘲笑，遭遇挫折也要把梦想坚持到底。甚至我们还会习惯去为自己不坚持梦想找理由，用我没有别人聪明，我没有条件去安慰自己。可是这不是你不向前的理由，如果我们也能像德摩斯梯尼一样，认定了目标便坚持不懈，即使在遭受人生重大挫折时也不放弃，那我们一定会顺利地到达梦想的彼岸，因为胜利只属于最有毅力，坚持不懈的人。

1999年阿里巴巴的创始人马云对梦想从不放弃。他曾经想考重点小学，但却失败了，考重点中学也失败了，后来考大学也是考了3次，但他并没有因此而放弃并开始了艰苦复读，于是他在20岁那年毅然参加了第3次高考，在高考前，有位姓余的老师对马云说：“就你这数学成绩，能考及格了就把我的姓倒过来写。”马云被刺激得够呛，但他还是不放弃，最终凭自己的努力考进了杭州师范。他虽然在之前总是失败，但他有坚持不懈，勇往直前的精神。俗话说：“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”他通过自己的努力，最终成功了。冰心曾说过：“成功的花，人们只惊羡他现时的明艳，然而她当初的芽，却浸透了奋斗的泪泉，洒遍了牺牲的血泪。”马云也曾说过：“梦想要脚踏实地和坚持的。”所以当我们遭遇挫折时，不要放弃自己，更不要自暴自弃，坚持下去，用泪水和汗水去坚持自己的梦想。

曾看到过一位叫张琦的女生在在自己的《中考宣言》中说：“一定要发扬中国女排永不言败的精神，保持刘翔110米跨栏的状态……”同时我也想把这句话送给高三的师兄师姐们，希望你们保持好状态，坚持到最后一刻。

同学们，时光匆匆，我们没有多少时间去荒废，不要等年龄立秋了才听到你落叶般的叹息，如果你有梦想，请你朝着你

的梦想之路前进，坚持下去，不论路途多么崎岖难行，不论多么接近目标，不论身心多么困乏疲惫，也要勇敢的坚持下去。要相信：对于坚持不懈，永不放弃的人来说，成功就像太阳一样，明天早上一定会从东方升起。

谢谢大家，我的演讲完毕。

## 坚持的演讲稿篇二

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

坚持是一片阳光，让你在阴郁的日子里明朗起来。

记得要期末考试了，学校进行了一次测试，我不但没有考好，连九十分都没有，考出了我的历史最低分。顿时感到小草枯了，花儿谢了，太阳不见了，心里难过极了。我一方面怕同学们笑我，一方面怕回家被爸妈骂。真的失去了信心。

回到家我不情愿的把试卷慢吞吞的从书包里拿出来，等待着狂风暴雨的到来，可是爸爸不但没有责怪我反而鼓励我说：“阳阳，从哪里摔倒就从哪里爬起来。坚持就是胜利，你一定会成功的，爸爸相信你，加油！”听了爸爸的话，又重新振作起来，认认真真的开始复习。

离考试只有一天了，我一如继往地好好复习，等待着明天的到来，清脆的铃声传入耳里，这是考试的铃声，我既满怀期待但又很紧张，希望自己一直坚持和努力没有白白浪费，考着考着，我遇到了一个难题，左思冥想仍然答不出来，这时爸爸的话又回响在耳边：“从哪里摔倒就从哪里爬起来，坚持就是胜利。”我努力回想，静下心来，尝试各种方法，突然眼前一亮，终于想出了答案。我终于明白了坚持就是胜利的真正道理。

最终我以优异的成绩取得了最后的胜利，我开心极了，高兴的跑回家把成绩单拿给了爸爸看，爸爸会心的笑了，对我语重心长的说：“以后碰到什么事，可不要轻言放弃啦，要相信自己，坚持到底就是胜利。”每当我做什么事情坚持不下去的时候，爸爸的话就会回荡在我的耳边：“在哪里摔倒就从哪里爬起来，胜利在于坚持……”

## 坚持的演讲稿篇三

荀子说过“锲而舍之，朽木不折；锲而不舍，金石可镂。”是的，海伦·凯勒双目失明、两耳失聪，但她依靠着坚持不懈的意志，在老师的帮助下学习盲语，不断触摸着新事物，在她理想的天空涂上了人生最靓丽的色彩；屈原小时候不顾长辈的反对，无论严寒酷暑，躲到山洞里偷读《诗经》。经过整整三年，他熟读了《诗经》305篇，正是因为他的勤奋与坚持，使他成为一位伟大诗人。

我们东苑中学初三学子即将面临中考，初二的同学们迎来地生小中考，初一的的学生们将要接受期末考试挑战，我们要将“不积跬步，无以至千里；不积小流，无以成江海”铭刻在心中。所谓天才，就是靠坚持不断的努力。

当我们在学习上遇到困难，我有以下几点建议：

- 1、严格要求，保证质量，每个问题都要追根究底，在保证质量的前提下，追求速度。
- 2、勤思考，多讨论，遇到不会的题目，积极询问同学。
- 3、做到课前要预习，课后要复习，遇到难以理解的问题可以在课间询问老师。

如不坚持到底，半途而废，那么再简单的事也只能功亏一篑。相反，只要有锲而不舍、持之以恒的精神，再难办的事也会

迎刃而解。

学习贵在坚持，勤奋创就辉煌，让我们一起努力！

## 坚持的演讲稿篇四

仰观宇宙之大，纵论古今名人，凡是功成卓绝之人，他们都有一个成功的秘诀，那就是坚持！坚持是取得成功的必备素质。

它犹如一条红线，贯穿了始终，是长久不变的意志表现。

“骐骥一跃，不能十步；弩马十驾，功在不舍。

锲而舍之，朽木不折；锲而不舍，金石可镂！”这句话充分说明了一个人如果有恒心，一些困难的事情便可以做到；没有恒心，再简单的事也做不成。

胜利贵在坚持，要取得胜利就要坚持不懈地努力，饱尝了多次的失败之后才能成功，即所谓的失败乃成功之母，成功也就是胜利的标志，也可以这样说，坚持就是胜利。

古往今来，许许多多的名人不都是依靠坚持而取得胜利的吗？

《史记》的作者司马迁，在遭受了腐刑之后，发愤继续撰写《史记》，并且终于完成了这部光辉著作。

他靠的是什么呢？还不是靠坚持而已，要是他在遭受了腐刑以后就对自己失去信心，不坚持写《史记》，那么我们现在就再也看不到这本巨著，吸收不了他的思想精华，所以他的成功，他的胜利，最主要的还是靠坚持。

外国名人杰克·伦敦，他的成功也是建立在坚持之上的。

他坚持把好的字句抄在纸片上，有的插在镜子缝里，有的别

在晒衣绳上，有的放在衣袋里，以便随时记诵。

终于他成功了，他胜利地成为了一代名人，然而他所付出的代价也比其他人多好几倍，甚至几十倍，同样，坚持也是他成功的保障。

荀子说：“骐骥一跃，不能十步，弩马十驾，功在不舍。

”这也正充分地说明了坚持的重要性，骏马虽然比较强壮，腿力比较强健，然而它只跳一下，最多也不能超过十步，这就是不坚持所造成的后果；相反，一匹劣马虽然不如骏马强壮，然而若它能坚持不懈地拉车走十天，照样也能走得很远，它的成功在于走个不停，也就是坚持不懈，这也就像似龟兔赛跑：兔子腿长跑起来比乌龟快得多，照理说，也应该是兔子赢得这场比赛，然而结果恰恰相反，乌龟却赢了这场比赛，这是什么缘故呢？这正是因为兔子不坚持到底，它恃自己腿长，跑得快，跑了一会儿就在路边睡大觉，似乎是稳操胜券，然而乌龟则不同了，他没有因为自己的腿短，爬得慢而气馁，反而，它却更加锲而不舍地坚持爬到底。

坚持就是胜利，它胜利了，最终赢得了比赛。

“水滴石穿，绳锯木断”，这个道理我们每个人都懂得，然而为什么对石头来说微不足道的水能把石头滴穿？柔软的绳子能把硬梆梆的木头锯断？说透了，这还是坚持。

一滴水的力量是微不足道的，然而许多滴的水坚持不断地冲击石头，就能形成巨大的力量，最终把石头冲穿。

同样道理，绳子才能把木锯断。

功到自然成，成功之前难免有失败，然而只要能克服困难，坚持不懈地努力，那么，成功就在眼前。

在我们现在的学习中，一定要学会坚持，只有坚持才能取得成功，所以说，坚持就是胜利。

总览古今中外，大凡有成就的人，无不具有坚持的精神。

《史记》这部鸿篇巨著被世人称之为“史家之绝唱，无韵之离骚”，可你知道，它是司马迁耗费了17年的时间，不顾宫刑的折磨，呕心沥血的杰作。

更有李白铁杵成针，屈原洞中苦读，匡衡凿壁偷光，他们的精神印证了“贵有恒，何必三更五更睡，最无益，只怕一日曝十日寒”的真理。

他们用行动告诉我们，只要有滴水穿石的精神，持之以恒，成功不会遥远。

大家都熟悉愚公移山的故事，愚公之所以能够感动天帝，移走太行、王屋二山。

正是因为他具有锲而不舍的精神。可见，成功离不开坚持。

让我们站在此刻的起点上，坚持到底，永不言弃。

用今天的刻苦，铸就明日的辉煌！

## 坚持的演讲稿篇五

坚持不懈是走向成功的唯一道路，有付出才有收获，有努力，才能成功，让我们用坚持不懈的努力，去追逐自己的目标，去获得自己的成功吧！下面我们一起来看看励志坚持三分钟演讲稿，希望大家喜欢。

亲爱的老师，同学们：

大家好！

生活是一张白纸，我们只有紧握“坚持”的画笔，才能绘出人生的壮丽。毛毛虫羽化成蝶一路艰辛，大黄蜂展翅高飞历经坎坷，飞蛾扑火不惜献出自己的生命……青春洋溢的我们从不轻言放弃，让我们对着蓝天大地，对着高山大海疾声高呼：生活需要坚持！

坚持是一种美丽。还记得邰丽华吗？那个听不见声音的美丽女孩。面对命运的残酷，她并没有选择放弃，而是坚持演绎自己的生命，于是她舞出了最美的奇迹。还记得霍金吗？那个全身瘫痪的物理学家。病魔的顽劣并没有使他向命运低头，他依然放飞自己的思绪，在有着神秘黑洞的外太空中摸索，于是他成了唯一一个能与爱因斯坦相提并论的伟人……当我们付诸坚持的时候，生命必将绽放异彩！

坚持是一种承诺。彩虹经过与雷电的搏击，才为人们带来七色光彩；梦想经过与现实的碰撞，才能成为现实；雄鹰经过生死挣扎，才能翱翔在蓝天……自然界的一切生灵都可以为了自己的责任和目标而坚持奋斗，为什么我们不行？经历了几次失败就认为自己没用了，经历了几次打击便从此一蹶不振。

朋友，生活需要坚持！

我的演讲完毕。

谢谢大家！

亲爱的老师，同学们：

大家好！

今天，是一个不同寻常的日子。为什么呢？让我来告诉你吧！我们学校今天举行难得的县里体操比赛，同学们都希望能夺得第一名，所以全都精神抖擞，不敢有任何的松懈。我也翘首以待，着装整齐地怀着一颗高兴而又忐忑不安的心来到学



校，准备迎接扑面而来的挑战。

随着时间的流逝，不一会儿就到下午三点钟了。同学们都排着整齐一致的队伍，拿着闪闪发亮的花球准备跑操。“一、二、三、四，一二三四……”看那儿，大家那整齐的口号声，挥舞的花球，是校园里最美的一道绿色，四-六年级全都到达操场后，裁判员早已就位了，我们紧张不安的看着裁判员，心里不禁默默加油：一定要表现到最好。接着，准备做广播体操和自编操了。大家拿着金闪闪的花球在空中划起一道优雅的弧线。

顿时，同学们安静了下来，全都笔直地站在操场上，活像一个个坚守战地的将军。我也昂首挺胸地挺立在风雨中，仿佛那倾盆大雨在我们面前根本算不了什么！雨水像个调皮的小孩子，一会儿滚落在外套上，一会儿滴在我们的眼珠里，但大家都无动于衷，永不放弃！大家继续做着一致的广播体操，似乎比之前的更漂亮，更美丽！给风雨交加的操场上添上了一道美丽的彩虹。

这一次比赛不仅使我体会到坚持后胜利的喜悦，也使我真正明白了“坚持就是胜利”的道理。

我的演讲完毕。

谢谢大家！

亲爱的老师，同学们：

大家好！

阳光冲破阴霾，是对普照大地的坚持；水滴穿透顽石，是对径自流淌的坚持。人生当如此，坚如磐石，定如松，于坚持中造就辉煌篇章。

且不论那宏业伟绩源于何人坚持，即便是细小如蜘蛛结网，都闪烁着坚持的力量。一丝坚持，一丝辛劳，反反复复，终于成网。这网虽渺小，却也是它的坚持造就的辉煌这便是，坚持的力量。

坚持是阶梯，助人攀上高峰。

世上哪有无端天才，惟有坚持才是真理。

大文豪巴尔扎克享誉盛名，一部《人间喜剧》，写尽世间百态，道尽冷暖疏离。人们赞颂他，惊异于他与生俱来的才情，却不知，他坚持写作，每三天就要更换十几个笔头。正是这份坚持，助他攀上了文学之巅。

坚持是绳索，助人度过坎坷。

中国台湾女歌手陈绮贞，坚持自我。走自己的道路，打造自己的风格。她的“小众”路线最初并不为人追捧，最惨淡的时候她甚至要自己骑自行车销售唱片。可她的坚持，助她度过了这坎坷，在漫漫音乐路上，贴上了自己的标签，为乐坛带来了一股清新之流。正是这份坚持，助她捱过了艰辛，赢得了希望之光。

坚持是翅膀，助人实现梦想。

戈壁大漠，满目荒凉。然而这里，却是最佳的科研基地。林俊德，中国的儿子，中华的脊梁，就在这里，献出了他的一生。五十二年，他致力为国家打造核盾，鞠躬尽瘁，任劳任怨；五十二年，他用青春和热血铸就了一段坚持为国的不朽传说。这份坚持，助他实现了为国效力的梦想！

放眼未来，日益强大的中国需要我们为之坚持，为之奋斗。只有一个人的努力，“中国梦”只是一个梦想，但若我们全体为之坚持，“中国梦”将不再遥远！这便是，坚持的力量。

坚持是阶梯，是绳索，是翅膀，我们定将借助这神圣力量去攀登，去承担，去实现梦想，用坚持的力量，缔造新的辉煌篇章。

我的演讲完毕。

谢谢大家！

尊敬的各位领导、敬爱的老师、各位同学大家好：

我很荣幸能在毕业典礼上发言。今天对我们而言，是一个值得铭记的日子。三年的初中生涯在今天即将结束。此时此刻，我的心情和在座的各位一样：纵然有着欢聚一堂的喜悦，也有着掩藏不住地回忆和留恋。

有人说，初中的生活是一本太仓促的书。是的，三年的时光——一千多页的喜怒哀乐就这样匆匆翻过，但是却给我们留下了那么多生动的细节，那么多精彩的片段。我们用勤奋和智慧创造了一次又一次的辉煌，编织了温馨绚烂的初中生活。课堂上，有我们专注的眼神；运动场上，有我们挥洒汗水的飒爽英姿；联欢会的舞台上，有我们清亮的歌声、轻盈的舞步。回顾这三年，我们已从稚嫩走向成熟，从无知走向理智，我们的青春在奋斗中谱写，我们的汗水在拼搏中挥洒，我们的热情在竞争中激昂！

三年前，我们在这里相聚，开始用生命和心灵演绎自己的精彩；如今，我们又要在哪里告别，各自踏上新的征程。青春是生活赋予我们最珍贵的礼物。而唯有努力学习，才是对青春的最好珍惜。希望大家在升入高一级学校之后，能永远牢记母校的校训，保持母校的优良学风，努力进取，自强不息。让我们铭记自己曾经是一位黄垓中学学子，“今天我以黄垓中学为荣，明天黄垓中学以我为骄傲！”

最后，愿同学们能永远记住相处三年的老师与同学，记住这

特殊的一天！

在此祝愿：祝母校前程似锦，祝敬爱的老师们青春永驻，祝每一位同学鹏程万里！

同学们，在这个世界上，在成功者的队伍里面，很多人并不见得很聪明，在失败者的队伍里面很多人并不见得愚笨。其实，有一样东西比聪明的脑袋更重要，那就是人的心灵和意志，一个人的贫穷很大的程度是心灵的贫穷，一个人的成功很大程度是意志的成功！马加爵事件，大家都知道，他最致命的弱点是什么呢？就是心灵有问题，斗志有问题。在做案前，他花了很多时候很多精力上网查资料：用什么工具杀人最隐蔽，逃跑时走什么路线等等，他都花了很多心思去考虑，但是，整个过程他都没为父母考虑过，马加爵他没有想到，当自己的父母以负罪的心情，给那些被残暴杀害大学生的父母们下跪时，那些老人会操起棍棒就想.....

一个婴儿生下来，没有人会问是生下一个还是一个部长；是生下一个老板还是一个打工仔；是生下一个教授还是一个流浪汉，人们只会问：是个男孩还是个女孩？是个少爷还是个千金？对一个刚生下来的孩子来说，将来的一切都未知数，没有谁知道也不可能知道他将来会成为什么样的人。由此说来，人刚生下都是一样的，要有差别那大体上就只有男女之别。然而，随着时间的推移，环境的改变，学习的艰难，世道的艰辛，人情的冷暖，人们的心灵和意志就会慢慢地发生改变，这样的改变将会导致人与人之间的差距，于是，有些人很成功，有些人很失败；有些人很出色，有些人很平庸；有些人很幸福，有些人很痛苦。你想在这个激烈竞争的社会成为中学生励志演讲稿一个很成功、出色、幸福的人，关键在于你有没有一颗永远不冷不死的心！有没有一股不管是主观因素还是客观因素都打不垮的意志！