

最新演讲稿三分钟青春与梦想 青春梦想 一分钟演讲稿(汇总5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。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

演讲稿三分钟青春与梦想篇一

青春是人生一道洒满阳光的风景，是一首用热情和智慧唱响的赞歌，下面是小编为大家收集了关于青春梦想一分钟演讲稿，供大家参考借鉴。

曾几何时，望着天真的追逐和嬉戏，如同阳光里纯真的笑颜？聆听雨敲窗棂，纯真的笑容透露着无限的乐趣，梦想不时在心扉拍打，雄心壮志，让我们细细品味到了人生的音符，当用一把记载岁月的小刀，把每一簇暗淡和踌躇刻向心房，你是否还对生命心存放飞的欲望。

梦想如诗，梦想如画，在激荡的天空，不似稚儿的期待，许下草草的诺言，当问一下明天，却看不见天真的双眸里闪过的阴晦，任时光穿越四季，忘了眼前的新绿，忘了回荡在四壁上的声响，轻许我的世界不悔的明天，暗淡的儿时记忆，不时的充任时光的刻痕。在舞动的生命中，如同花间蝶舞飞扬，哪怕象是暮霭的余晕，退色的天空，醉倒的斜阳，潦望镜前苍白的自我，劳碌的身旁，问一声：“你还好吗。”

生命中久积的尘埃，如同岁月的流年，总要有放弃，总要寻找值得的珍爱，当你匆忙奔向远方，错失路旁的风光，绿叶、阳光、青春、梦想无不在低落的深谷被丢在一旁。失败、挫折如同太阳的周而复始，是无可避免，重要的不是因此人生

而变成残篇断章，生命在于舞动，只有敢于追求，只有不悔平庸，才会有云开月明，才会有梦的阳光。

无悔的青春莫过于不放过生命中的每一个机遇，每一次追求，青春梦想在拍斥，或许你有过失败，有过挫折，只要勇于面对，舞动青春，让生命的热情在追求中激荡，一片曙光便会因你的追求而升起，一个希望便会因为你的奋斗而腾飞，我们需要付出的是汗水，是辛苦，人生的土地才会留下我们深刻的烙印、不悔的追求。放飞你的青春、放飞你的生命、放飞你的理想，趁你还年轻，拥有着世间最雄厚的资本，伸出你的双手，谱写生命中壮丽的篇章吧！

在这条人来人往的路上，走过了多少从幼稚到成熟的年轻人，尽管物是人非，却从不曾停留。

人一生中最美好的时刻莫过于青春，比牡丹还浓艳，比金乌还绚烂的青春。纵然每个人的青春都不相同，却同是满载活力的新鲜血液，对世界开拓与创新充满干劲。夏多布里昂曾说“青春似一日之晨，它冰清玉洁，充满着遐想与和谐”。一切朝气与希望都赋予青春力量，青春在手有恃无恐，让我们有了拼搏、追求、实现梦想的资本。

你知道，有些青春注定不会被关在笼子里，它们的每一片羽毛上都闪耀着梦想的光辉。就在今年的第16届喀山世界游泳锦标赛上，22岁的宁则涛斩获100米自由泳金牌，创造了亚洲的游泳历史。成功的光芒背后，是他从10岁就开始艰苦训练的汗水和付出。他用自己的青春梦想书写下为国争光的荣耀。

从生理学上说，青年时期是力量的巅峰期，体力和智力都渐臻佳境，国家和社会赋予了青年们拼搏的资本。在此基础上，我们应该珍惜青春韶华，奉献社会、追求梦想，将主要力量放在做对社会有价值的事情上。

一个人的精力是有限的，故此我们要分配好自己的力量，将最强的力量集中在对国家对社会有益的活动上，而把小部分力量用于自己的私利，汇聚无私的力量，成就大家的幸福。还记得让我们无比痛惜天津爆炸中拼死逆行的年亲消防战士们，其中未满18岁的袁海冲进火场，永远的离开了我们。他们正处青春的年华，却用尽全身力量保护广大人民与社会的安危。

青年时期的力量蠢蠢欲动，从小就怀揣的梦想，在青年时期有了更具体更实际的可操作性，梦想为青春注入新力量。梦想，包含着我们对未来的向往，对未来的希望，对未来美好的憧憬。大概从小学开始，我就有了当语文老师想法，初中就在语文科上多花时间，高中毅然选择文科，大学上了汉语言，一路坚持下来，走过了青春，不断缩短和梦想的距离，梦想的力量支撑着我对成为人民教师的渴望，让我更明确了教师为人民服务的使命。

青春是人生一道洒满阳光的风景，是一首用热情和智慧唱响的赞歌。

人世间有许多东西失去了还可以得到，惟有青春，对任何人来说都属于“一次性消费”，而且是易耗性消费，所谓“人生易老”，所谓“如白驹之过隙”，所谓“高堂明镜悲白发，朝如青丝暮成雪”，说的就是它。

青春，既是一个极具诱惑力的话题，又是一种感觉。这种感觉，有时是无限美好的生活的滋味，平平淡淡中的一种温馨享受，有时又是一份静静的逍遥，有时是一份思念的遐想，有时是一个甜甜的无边无际的憧憬。于是，诗情画意的梦，天真纯洁的幻想、无忧无虑的日子，就这样自自然然地汇集成一个灿烂的青春季节。

也许平淡无奇的世界使你感到孤寂和落寞，周而复始的生活节拍让你备尝烦躁和无聊。但蓦然之间，你发现在天蓝风轻的春光中，一切都像是透明的，而感到一种超然的力量在心

底滋生；也许你为时光的悄然流逝而感到无助与无奈，可当你沉浸于茫茫书海，真实地度过青春的每一分钟，你就会觉得青春的生命在静静延伸。

拥有青春，就应该拥有春的憧憬、夏的蓬勃、秋的浪漫、冬的深刻。年青的朋友，让我们高举爱国的旗帜，继承前人开创的事业，在改革开放的强国富民之路上高歌猛进；让我们的青春之火，在21世纪的挑战中闪光；让我们的拳拳爱国之心，在共创祖国辉煌的征程中闪耀夺目的光彩！

演讲稿三分钟青春与梦想篇二

各位评委、亲爱的同学们：

我演讲的题目是：追逐青春，放飞梦想

青春，充满激情的年代；梦想，包容无数的未知。拥有青春我们可以无所为畏惧，怀抱梦想我们可以飞向天堂。也许你看到的青春在岁月的蹉跎中渐渐暗淡，追逐的梦想在现实的利剑前慢慢的破灭。但其实是你坚守的梦想动摇了，飞扬的青春气馁了。不要害怕前进的道路崎岖，青春的时光经不起时间的雕刻。我们要拥有怀抱梦想的信念，放飞青春的豪迈。

在极速发展的社会中，在时过境迁的现实里，青春是我们拼搏的资历；在忙碌无常的生活中，在钢筋水泥的建筑屋里，梦想是我们奋斗的动力！

青春的心蠢蠢欲动，让梦想带我们去旅行。

纵使山高入云霄，纵使水深不见底，纵使鸿沟无边际，青春的心有梦想的乘载，年轻的我们扬起梦想的翅膀，跨越困难，飞越极限。

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。

让我们一起追逐青春，放飞梦想吧！

谢谢大家。

演讲稿三分钟青春与梦想篇三

是否为你心心念念的梦想青春励志三分钟演讲稿而苦恼呢，及时雨本站小编为你整理了几篇梦想青春励志三分钟演讲稿，快来收藏吧。

在荆棘中开辟道路

巴金在自己的随想录中说过，“人不是点缀太平的，而是工作的，正因为有了荆棘，才需要我们在荆棘中开辟道路。”一个人来到世界上，平平坦坦过完一生是毫无意义的。要建立自己的天地，让成为主宰自己的主人。这一切都不可以空想，要靠实际行动、勇气、智慧、毅力才能实现。可是这条路不好走。放眼望去它若隐若现，只有一条荆棘丛生、弯弯曲曲、坑坑洼洼的小路。为了自己的目标，为了磨练自己的意志，我们必须果断的选择这条路。

从我们降生到世上那一刻起，注定要经历一翻彻骨寒。有人要逃避磨难，导致被小小的寒气所封杀。我走在这条路上，永不后悔。我赤着双脚，用双手扒着荆棘，荆棘的锋芒和我的肌肤一次次零距离接触，伤痛让我一次次动摇决心，但我固守阵地，决不动摇！强忍伤痛依然义无反顾的朝目的地前进。虽说伤痛时常让我疼痛难忍。我却从中总结了不少经验，伤

痕弥合留下了不少疤痕，每一个伤疤都是一次挫折，都是一次经验的积累，都是一次成长的标志，所以我不悲伤，坚定的走下去。只有在这样的道路上我才能充分挖掘自己的潜能。

荆棘并不可怕，可怕的是没有信心、没有勇气走下去，半途而废。没有荆棘的道路，没有挑战性；没有挑战的人生，没有意义；没有意义的人生，生不如死！！荆棘的道路上成就有勇气、有自信、有智慧、有梦想的人！荆棘的道路上锤炼了人的意志，荆棘的道路上打磨了人的梦想。走在荆棘的道路上，用古人仁的经验告诫世人，成功的人必须有成功的路，成功路上必定坎坎坷坷、荆棘丛生，荆棘丛生必定能苦其心志。

只要有我们坚定的信心和勇气，荆棘便不会阻碍我们通向成功。相反，荆棘是我们成功的垫脚石，磨难使我们越挫越勇。在荆棘丛中开辟道路！

我要在荆棘中开辟道路！

青春的力量

青春是一道绚丽的风景，一串跳动的音符。青春是躁动的，青涩的，青春更是热情的，生动的。青春的我们，是时代的精英，是事业的精兵，是宏伟蓝图的绘制者，也是国土事业的普通一兵。平凡的岗位，给了我们挑战的机遇，国土事业给了我们展示自我的空间。艾青说过：“为什么我的眼里常含泪水，因为我对这土地爱得深沉。”是的，我们也爱这土地，是脚下的沃土孕育了我们蓬勃的生命，年轻的我们，无怨无悔地选择了将青春奉献给这片深情的大地。

开篇；调查研究，是我们工作的起点。爱岗敬业，是我们理智的抉择；勤奋忘我，是我们的工作准则。

无数个日出和日落，青春的我们扛起信念的锄头，用虔诚去开垦这片沃土，播下一个个绿色的希望，不奢望湛蓝的天空

能飘过七彩雨，只奢望晶莹的汗水能滋润干涸的麦田。

面前有“干劲”，学习面前有“钻劲”。青春的我们，认真而不敷衍，踏实而不轻浮，奉献而不索取，真实而不虚伪。面对时代的挑战，我们决不退缩；面对繁重的工作，我们决不推脱。我们年轻，富有旺盛的激情，富有神奇的构想，我们要把青春的活力化为创造的灵感，去感知时代的脉搏，去体现新时代的特征。

挺一挺青春的身躯，露一露青春的微笑，生动每一枚深深浅浅的足迹。在春天，我们踏踏实实地耕耘着——这就是我们！拧在一起，我们就是一道闪电，就是一堵火墙；聚在一起，我们就是整个星空，就是一轮金光四射的太阳！这太阳……就是我们青春的力量！

大家好：

失望是什么？我们是否逃避了就没有了失望？希望是什么，难道就那样遥远？摆脱冬天最后一层冰雪的桎梏，春天再次开启四季的轮回之门；摆脱蛹中的最后一次挣扎，终于破茧为蝶；同样，摆脱失望的最后一秒，我们就会迎来下一次希望！人们习惯赋予春天温柔的性格，殊不知，他经过了夏、秋、冬的蜕变；人们也习惯于观看蝴蝶的翩翩起舞，殊不知他经过了多次挣扎！他们美好的希望不是凭空产生的，而是付出了垂死的漫长挣扎！事物的联系是普遍存在的，所以说失望无处不在，希望随后就到来！生活不是呆板的平面画，而是立体的雕塑；不是平静的海底，而是波光粼粼的湖面。所以说希望总与失望长伴，它们是双胞胎，他们是人与影子，从不分离。这就是规律，是不可违背的客观规律！失望时，愚昧的人会感伤和叹息；而明智的人会向上攀登。矛盾是对立统一的，遵循规律的人获得成功，不理它的人宣告又一次沮丧！

失望并不可怕，怕的是不会运用失望。失望并不可怕，怕的是违反矛盾的特性；失败并不可怕，怕的是等到了倒数第二秒

而放弃了最后!我们的意识要有超前性,黎明前的黑暗是给我们更好的期望,我们不可能到了黎明就不迎接明天!

年轻人在希望中生活,为什么不呢?人生长河,哪个人是一帆风顺?有几个人又是平步青云?青春之所以美好,是因为希望是你的锦绣,是你灿烂的前程,挺过了这一秒,迎接你的,也许是另一番天地!我们要有良好的意志,正确的意识具有能动作用!凡是行百里者,必须经过九十步!

希望在前,我们能不断向前。这一秒不要失望,我们下一秒就有希望!

是的!在人生中有许多的事情让人欲哭,甚至欲绝望!比如,被人误解,友谊破裂……这些事情我们别无选择地承受!我们哭,我们伤心,那么之后呢?之后是否就把阳光和欢乐拒之门外?别人误会你了,你难道连自己也不相信?朋友离开你,你难道连自己也遗弃?经历风雨后就有许多怡人的风景!是的!生活有时捉弄人,就像大人逗小孩一样,抢走孩子手中的糖块,孩子哭了,大人觉得可笑。其事实上,上帝并不像大人捉弄孩子,它对每个人都是公平的,他留给了你失望,在前面的不远处一定就留了希望!坚持下去吧!拨开重雾吧!这一秒不失望,下一秒就有希望!

爱迪生发明电灯泡,前后实验千余次;曹雪芹著《红楼梦》先后十余年!勾践尝胆复国!没有坚定的意志,如何有希望?生活中不如意,我们可以哭,但不可以失望!“山重水复疑无路,柳暗花明又一村”,我们谁也不知道今后会发生什么?但是有一点可以肯定,希望是有的!上帝既然不吝啬给你挑战,也一定不吝啬给你希望!

失望是什么?是希望前的曙光!希望是什么?是失望的产儿!生活就是有希望与失望结合的彩练!朋友!当你沮丧时,还有什么理由不勇往直前?一次次的失败,就像黑夜里的明灯,指引你到达成功的彼岸!让我们笑对失望,因为有希望在等待!

演讲稿三分钟青春与梦想篇四

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！我是三年级一班王晗宇，有机会站在这里和大家聊聊自己喜爱的书，我感到无比的高兴！

“书是智慧的钥匙”、“书是进步的阶梯”、“书是人类的营养品。”走进书本，我结识了太多的童话人物，了解了历史的变迁，懂得了生命的起源书成了我亲密的朋友。

同学们，请读一读这本书吧！让我们一起来学习詹姆斯和他的朋友们吧！你不仅能学会坚持、学会团结，学会合作。更能感受到友情的珍贵，友情的美好。

同学们，心动不如行动，请捧起手中的书，让我们在书的海洋里尽情地遨游吧！

演讲稿三分钟青春与梦想篇五

梦想是什么？梦想是石，敲出星星之火；梦想是火，点燃熄灭的灯；梦想是灯，照亮夜行的路；梦想是路，指引你走向成功。

而我的梦想则漂泊不定。

五岁时，我看见妈妈做饭时很好玩，做出的饭很好吃，所以我就想长大做一名厨师。为了实现这个梦想，我趁爸爸妈妈出去时，跑到厨房做饭，但是大家肯定知道了，我怎么可能可能会做饭呢？但是我还是那样做了，要知道我可是很坚定的。我走到厨房，乱搞一通后，深情地捧着我的“杰作”出来，却没有发现厨房里已经狼狈不堪了。爸爸妈妈回来后，我请他们品尝我的“杰作”，爸爸妈妈看到我那乱七八糟的“杰作”自言自语：“这东西能吃吗？”妈妈看到厨房狼狈不堪的样子，惊叫起来：“怎么会这样！你怎么回事？以后不准进厨

房!”可想而知，我的这个梦想泡汤了。

七岁时，我另一个伟大梦想出世了!我和妈妈去买衣服时，看到一个个漂亮的衣服，我有孕育出了一个梦想：长大要当服装设计师!我要妈妈给我买了一个芭比娃娃当我的模特，一天，我正在为找不到材料而发愁时，看到床上有一个很漂亮的衣服，心想：“正好给我当材料。”于是我就把它拆开，用针缝，缝来缝去，漂亮的衣服被我变成了一堆破布。妈妈看到了我的杰作，说：“这堆破布怎么看着这么眼熟呢?”我说：“什么吗!这才不是破布呢!这个是我设计的衣服，你侮辱我做的衣服，等会就会倒霉的。还有是用床上那件衣服做的。”我话音刚落，妈妈就飞奔到了卧室。这才发现衣服不见了。我幸灾乐祸道：“我说了嘛，侮辱我做的衣服会倒霉的。”妈妈怒气冲冲地说：“你以后再这样，休怪我不客气!”哎，我的梦想又灰飞烟灭了!

九岁时，我又找到了我的梦想，当化妆师。为了练习，我趁妈妈出去时，对我的妹妹伸出了魔爪，我翻出妈妈的化妆盒，开始工作了。妹妹的脸就像一张白纸，任凭我在上面乱涂乱画，由于妹妹乱动，她的脸被我画成了小花猫，我忍不住笑了起来。看来我不适合当化妆师。

在十岁时，我终于确定了我的梦想，做一名医生，做一名品德高尚的医生。去救死扶伤，去拯救每一个人。医生是多么崇高的职业。他们在医院里拯救了一个个生命，医生救人小到门诊，大到手术。他们总是那么专心致志，不该有一点疏忽大意。在20__年非典时，一名医生因为救治病人染上了非典，但他临死前还嘱咐：“我死后，把我的遗体给医院解剖，让他们尽早找到治这种病的方法。”看完了这个故事我非常感动，更加坚定了做医生的梦想。

有了梦想，我们不会在人生的道路上迷失方向;有了梦想，我们不会在茫茫海洋中漂泊不定;有了梦想;我们握有指南针，驶着船远航;有了梦想，我们就拥有了一双隐形的翅膀!无论

这个梦想有多大，只要你坚持不懈，勇往直前，就一定能实现。同学们，让我们一起放飞梦想吧！