

2023年励志的三分钟演讲稿(大全9篇)

演讲是练习普通话的好机会，特别要注意字正腔圆，断句、断词要准确，还要注意整篇讲来有抑有扬，要有快有慢，有张有弛。那么演讲稿怎么写才恰当呢？以下我给大家整理了一些优质的演讲稿模板范文，希望对大家能够有所帮助。

励志的三分钟演讲稿篇一

圣诞节时，保罗的哥哥送他一辆新车。圣诞节当天，保罗离开办公室时，一个男孩绕着那辆闪闪发亮的新车，十分赞叹地问：“先生，这是你的车？”

保罗点点头：“这是我哥哥送给我的圣诞节礼物。男孩满脸惊讶，支支吾吾地说：

“你是说这是你哥哥送的礼物，没花你半毛钱？我也好希望能……”

当然保罗以为他是希望能有个送他车子的哥哥，但那男孩所谈的却让保罗十分震撼。

“我希望自己能成为送车给弟弟的哥哥。男孩继续说。

保罗惊愕地看着那男孩，冲口而出地邀请他：“你要不要坐我的车去兜风？”

男孩兴高采烈地坐上车，绕了一小段路之后，那孩子眼中充满兴奋地说：“先生，你能不能把车子开到我家门前？”

保罗微笑，他心想那男孩必定是要向邻居炫耀，让大家知道他坐了一部大车子回家。

没想到保罗这次又猜错了。“你能不能把车子停在那两个阶

梯前？男孩要求。

男孩跑上了阶梯，过了一会儿保罗听到他回来的声音，但动作似乎有些缓慢。原来他带着跛脚的弟弟出来，将他安置在台阶上，紧紧地抱着他，指着那辆新车。

只听那男孩告诉弟弟：“你看，这就是我刚才在楼上告诉你的那辆新车。这是保罗他哥哥送给他的哦！将来我也会送给你一辆像这样的车，到那时候你便能去看看那些挂在窗口的圣诞节漂亮饰品了。”

保罗走下车子，将跛脚男孩抱到车子的前座。满眼闪亮的大男孩也爬上车子，坐在弟弟的旁边。就这样他们三人开始一次令人难忘的假日兜风。

那一次的圣诞夜中，保罗才真正体会耶稣所说的“施比受更有福的道理”。

励志的三分钟演讲稿篇二

你是否注意到，无论在会议室、教室或各种聚会中，很多人都喜欢坐在后面的座位，而且后面的座位往往都先被坐满。事实上，大部份抢占后排座位的人，都是希望自己不要“太显眼”，他们怕受人注目，究其原因就是缺乏信心。

20世纪30年代，在英国一个名不见经传的小镇里，有一个叫玛格丽特的'小姑娘，从小受到严格的家庭教育。父亲经常向她灌输这样的观点：无论做什么事情都要力争一流，永远走在别人前头，而不能落后于人，“即使坐公共汽车，你也要永远坐在第一排。”父亲从来不允许她说“我不能”或者“太难了”之类的话。

“永远要坐在第一排”是一种积极向上的人生态度，是一种一往无前的勇气和争创一流的精神。在这个世界上，想坐在

第一排的人不少，真正能够坐在第一排的却总是不多。许多人所以不能坐到前排，就是因为他们把“坐在第一排”仅仅当成ren生的理想，而没有采取具体行动。

尽自己最大努力克服一切困难，做好每一件事情，事事必争一流，以自己的行动实践着“永远坐在第一排”的誓言。

玛格丽特上大学时，学校要求每个学生用5年来学习拉丁文课程。她凭着自己顽强的毅力和拼搏精神，硬是在一年内全部学完了。令人难以置信的是，她的考试成绩竟然名列前茅。玛格丽特不单是学业上出类拔萃，在体育、音乐、演讲及学校的其他活动方面也都一直走在前列，是学生中凤毛麟角的佼佼者之一。当年她所在学校的校长评价她说：“她无疑是建校以来最优秀的学生，她总是雄心勃勃，每件事情都做得很出色。”

正因为如此，40多年后，英国乃至整个欧洲政坛上才出现了一颗耀眼的明星，她就是连续四届当选为英国保守党领袖，并于1979年成为英国第一位女首相，雄踞政坛长达__年之久，被世界政坛誉为“铁娘子”的玛格丽特·撒切尔夫人。

励志的三分钟演讲稿篇三

一个人在森林中漫游时，突然遇见了一只饥饿的老虎，老虎大吼一声就扑了上来。他立刻用最快的速度逃开，但是老虎紧追不舍，他一直跑一直跑，最后被老虎逼到了断崖边。

站在悬崖边上，他想：“与其被老虎捉到，活活被咬死，还不如跳入悬崖，说不定还有一线生机。”

他纵身跳入悬崖，非常幸运地卡在一棵树上。那是长在断崖边的梅树，树上结满了梅子。

正在庆幸之时，他听到断崖深处传来巨大的吼声，往崖底望去，原来有一只凶猛的狮子正抬头看着他，狮子的声音使他心颤，但转念一想：“狮子与老虎是相同的猛兽，被什么吃掉，都是一样的。”

刚一放下心，又听见了一阵声音，仔细一看，两只老鼠正用力地咬着梅树的树干。他先是一阵惊慌，立刻又放心了，他想：“被老鼠咬断树干跌死，总比被狮子咬死好。”

情绪平复下来后，他看到梅子长得正好，就采了一些吃起来。他觉得一辈子从没吃过那么好吃的梅子，他找到一个三角形的枝丫休息，心想：“既然迟早都要死，不如在死前好好睡上一觉吧！”于是靠在树上沉沉地睡去了。

睡醒之后，他发现黑白老鼠不见了，老虎和狮子也不见了。他顺着树枝，小心翼翼地攀上悬崖，终于脱离了险境。原来就在他睡着的时候，饥饿的老虎按捺不住，终于大吼一声，跳下了悬崖。

黑白老鼠听到老虎的吼声，惊慌地逃走了。跳下悬崖的老虎与崖下的狮子展开激烈的打斗，双双负伤逃走了。

生命中会有许多险象丛生的时候，困难危险像死亡一样无法避免。既然无法避免不如放下心来安享现在拥有的一切，无意中就会享受到生命的甜果。

励志的三分钟演讲稿篇四

不要受外部因素的影响，想一想你的工作是否有价值。如果一家公司没有任何事情可做，那么无论财务业绩多么好，都必须做出彻底的改变。做事没有价值。它需要以两种方式进行衡量：首先，从用户的角度来看，您能为用户带来巨大价值吗？第二，你能为工业界带来价值。如果你能把两者结合起来，就商业价值而言，这样的公司不会破产。

创业是解决问题，只想赚钱、著名的、自由企业家注定要失败！有人说创业就是为了赚钱。为了获得财富，创业成功获得合理和合法的财富是可以理解的。但没有企业家成功获得更多财富。有人说创业是为了自由。可以说创业是最不自由的。因为作为一名企业家，你必须是公司中最自律的人。每个人都可以迟到而早退，但你不能。

有人说创业是有名的。如果你从这个想法开始这个行业，最终99%的结果是你真的很有名，但这是一个典型的例子。让我们来分析你的失败方式。你必须爱上你的行业并喜欢它！要成为一个行业的，你必须爱上这个行业！这是您学习、的成长和成功的先决条件！

太多人可能拖累您的业务！许多创业失败不是因为缺乏联系，而是因为太多的联系。忙于各种无意义的联系是浪费时间，不仅无法照顾公司，而且也没有时间与家人共度。把你的时间和精力放在一些不必要的东西上，然后慢慢拖延你的事业。

失去对公司的控制意味着失去一切！一个企业家企业失去了对企业的控制并失去了一切。投资者和企业家始终是平等的伙伴关系。初创企业并不代表弱点，企业家的成功并不意味着你可以超越投资者。坚持底线并积极协商。

我宁愿忍受我暂时没有赚钱的耻辱，我也不能继续愚蠢！一家不赚钱的公司必须非常可耻，因为它无法创造真正的利益。但是，如果一家公司在不赚钱的情况下赚钱，那就太愚蠢了。我宁愿忍受我暂时没有赚钱的耻辱，我不能继续愚蠢。

不要在股权比例设置上浪费时间！在融资过程中，不要把时间花在股权比例设定上。您必须使您的企业成为非常成功的公司，因此即使您拥有较小的持股比例，也不会影响您的财富回报。

创业失败的根本原因只有一个——团队不能，其他人都是借

口！无论在哪个国家，在什么样的社会、法律和文化环境中，一家公司的失败只是因为你的团队不能，所有其他因素都是借口。

经过这么多年的创业，我一个有短期恐惧感的地方就是恐惧的内部团队管理并不好。例如，企业文化错误，企业文化崩溃，没有价值、的信念，整个团队内部管理失控，这些将是致命的。

简单的技巧可以在世界上掌握，立于不败之地！有必要将简单的技巧发挥到极致，放弃光滑，专注于内在技能的培养，并打败每个人。老祖先有一句古老的说法是真理，不是要求巨额利润，长期流水！自从我开始创业以来，我从未有过牟取暴利的想法。这是、的长期流程。比例是、。这是祖先的宗教信仰。我坚持这个原则，所以我是第一个价格为中关村的商家。

企业必须合法、干净而成功，让员工过上有尊严的生活！企业必须承担社会责任，社会责任是什么？有一群正直和善良的人，以及一群在、方面彼此相爱的人，他们在法律上和成功的成功，并拥有尊严和、的生活。这是我们最负责任的社会责任。

这个时代，挣钱，不再是靠体力，更不是靠一天熬八个小时打工，而是靠思维方式的改变！这是一个观知识致富的时代。在意还是不在意，相信还是不相信都改变不了铁定的事实，该觉醒了，该行动啦！要想人生总辉煌，不同时期要改行。

励志的三分钟演讲稿篇五

尊敬的各位领导、各位老师、亲爱的同学们：

大家下午好！我是来自xx班的xxx[]今天我给大家演讲的题目是《心中有梦，与众不同》。

“你要全力保护你的梦想，那些嘲笑你梦想的人，他们必定会失败。他们想把你变成和他们一样的人，我坚信，只要我们心中有梦，我就会与众不同，你也是。”这是电影《当幸福来敲门》中的一段经典台词。它也鼓励着我，要心怀梦想，去闯荡未来。要用梦想这把锋刃，刺向一切未知之处，无所畏惧。

在爱迪生发明电灯之前，全人类对于永恒的光明简直难以置信，但爱迪生不怕失败，用自己不懈的追求将人类从黑夜的限制中彻底解放出来，为人类带来永恒的光明，实现了自己的梦想。

梦想如花，绽放在绚烂的花季里；梦想如鹰，在广阔的天空中展翅翱翔；梦想如歌，奏响在每个人的心中；梦想如剑，我们就是持剑的少年。但是朋友们请记住，无论剑如何锋利，如果持剑之人不愿努力，那么再锐利的锋刃也会迷失方向，再凌厉的剑气，也会暗淡无光。所以，同学们，让我们一起努力吧！实现心中的梦，让你我与众不同！

我的演讲到此结束！谢谢大家！

励志的三分钟演讲稿篇六

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。

励志的三分钟演讲稿篇七

本站发布三分钟励志演讲稿范文【三篇】，更多三分钟励志演讲稿范文【三篇】相关信息请访问本站演讲稿频道。【导语】演讲稿的结构分开头、主体、结尾三个部分，其结构原

则与一般文章的结构原则大致一样。这篇“三分钟励志演讲稿范文【三篇】”来自本站，查看更多相关内容，请访问演讲稿频道。

篇一

尊敬的领导、老师，亲爱的同学们：

大家好，今天我演讲的题目是《坚定信念，超越自我》。

海伦·凯勒有这样一句非常形象而生动的话：“当一个人感觉到有高飞的冲动时，他将再也不会满足于在地上爬。”正是有了远大的理想，正是有一种信念，她接受了生命的挑战，创造了生命的奇迹。

她，盲聋哑集于一身的弱女子竟然毕业于哈佛大学，并用生命的全部力量奔走呼告，建起了一家家慈善机构，为残疾人造福，被评选为20世纪美国十大英雄偶像。理想和信念像熊熊燃烧的烈火使她才走出黑暗，走出死寂，理想和信念像巨大的羽翼，帮助她飞上云天。

从某种意义上说，人不是活在物质世界里，而是活在精神世界里，活在理想与信念之中。对于人的生命而言，要存活，只要一碗饭，一杯水就可以了；但是要想活得精彩，就要有精神，就要有远大的理想和坚定的信念。

理想信念使贫困的人变成富翁，使黑暗中的人看见光明，使绝境中的人看到希望，使梦想变成现实。

下面我给大家讲一个故事：

队长从腰间取出一个水壶，两手举起来，用力晃了晃，惊喜地喊道：“哦，我这里还有一壶水！但穿越沙漠前，谁也不能喝。”

沉甸甸的水壶从队员们的手中依次传递，原来那种濒临绝望的脸上又显露出坚定的神色，一定要走出沙漠的信念支撑他们踉跄着，一步一步地向前挪动。看着那水壶，他们抿抿干裂的嘴唇，陡然增添了力量。

终于，他们死里逃生，走出茫茫无垠的沙漠，大家喜极而泣之时，久久凝视着那个给了他们信念支撑的水壶。

队长小心翼翼地拧开水壶盖，缓缓流出的却是一缕缕沙子。他诚挚地说：“只要心里有坚定的信念，干枯的沙子有时也可以变成清冽的泉水。”

黑人马丁·路德金有句名言：“这个世界上，没有人能够使你倒下。如果你自己的信念还站立着的话。”是的，即使在最困难的时候，也不要熄灭心中信念的火把。

同学们，不管你现在的成绩怎么样，不管你现在的基础怎么样，只要坚定信念，超越自我，你就有了努力的方向，你就有了奋斗的目标，你就有了生活的动力，你就有了成功的希望！

篇二

尊敬的各位领导，亲爱的全体九年级的老师们、同学们：

今天是2019年中考百日誓师的日子，首先我代表学校向即将参加中考的全体同学表示热烈的祝贺，向三年来辛勤工作的老师们表示崇高的敬意。

艰苦而难忘、痛并快乐着的三年初中生活。可曾记得，刚刚踏进校园时那随风摇曳的小树，如今已傲然挺立于风雨之中；那稀疏的迎春花已是枝繁叶茂、郁郁葱葱；你曾经纯真的双眸已经多了几分深邃、顽皮的脸庞已经增添了几分凝重、纯真的心田已经悄然增添了责任与信念！可曾记得，三年师生的

风雨同舟，同窗之情，师生之爱，酸甜苦辣，记忆积淀，终生难忘，我们一起用心用情描绘着人生最丰富的色彩，张扬着人生最有活力的青春。可曾记得，多少喜怒哀乐、盈盈泪光，多少欢歌笑语、激荡飞扬；多少个日日夜夜寒窗苦读，多少个春夏秋冬拼搏奋战！

九年面壁，三年铸剑，破壁之日即将来临。经历了春耕夏耘，我们终于迎来了收获的时节。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，“最困难之时，就是离成功不远之日”。如今，宝剑在手，木棉绽放，背水一战的时刻到了，我们全体九年级老师的心与同学们一起在跳动。三年的书山揽胜、题海遨游，深夜里的孤灯奋战，夏日里的涔涔汗水，父母的声声叮咛，师友的殷殷期盼，都将化作无穷动力，催你们前行，励你们成功。再经过一百天紧张而又充实的学习，你们的初中生活即将点上一个标点，是*结束的句号？还是遒劲有力，充满惊喜的感叹号？答案在你的行动之中！

一百天，卧薪尝胆，一百天，奋发图强。奋斗一百天，让汗水哺育不凡；奋斗一百天，用智慧丰富内涵；奋斗一百天，凭毅力创造灿烂；奋斗一百天，靠实力独占鳌头！我们坚信：今年的6月你们的笑脸将更加灿烂！我们的太中将更加辉煌！

中考，是一次知识、能力、心理的较量；中考，是一次智力、体力、毅力的比拼。在这最后一百天里，希望你们明确自己的目标，整合时间，合理安排，劳逸结合，讲究方法，提高效率，抓住重点，查漏补缺，综合平衡，调整心态，树立信心，以饱满的热情、高昂的斗志、充分的准备、冷静沉着走进考场。

作为你们的校长，我有幸陪着大家一同走过你们生命中最亮丽的青春季节。我们愿意记住每张灿烂如花的笑脸和每一个阳光遍地、书声朗朗的早晨。在这有限的的时间里，我们无法给予你们更多的东西，只能倾其所有，助你们扬帆远航。剩下的时间里，也许对你们有更苛刻的要求，更艰苦的训练，

更严厉的批评，但我们相信大家能够理解，这一切，都是为了大家能够出类拔萃，为了大家能够有所作为。同学们，“三分天注定，七分靠打拼，爱拼就会赢！”山可摇，地可动，但我们的执着不能改，我们的意志不能撼！

篇三

各位老师、各位同学：

下午好！

有位哲人说：“世界上一切的成功、一切的财富都始于一个信念！始于我们心中的梦想！”心中有目标，学习才有动力。这一阶段，你们的近期大目标就是考入理想的高中或中专，近期小目标应该是每天都有新收获，每天都有新进步。也许你现在还不算优秀，但只要你朝着目标执着地追求，理想高中或中专的大门就会向你敞开。但目前我们有一些同学学习还不是很认真，有些同学认为考不考学校无所谓，大不了去打工。要知道打工并不是我们想象的那样美好，我们看到的是打工人回来时好像荣耀的一面——花枝招展的打扮、奇形怪状的发式，还拿着很时尚的手机。可我们谁看到他们工作的“辛苦”——一天十几个小时、几百块钱工资，吃饭都不够。我们身边的亲人和朋友打工回来后，还不都是由衷的劝我们要好好读书吗！同学们，醒醒吧，在这个充满竞争的时代里，比的是知识积累，比的是知识运用。知识越多，掌握越精的人，他占的优势就越大，在社会的各个领域越能超凡脱俗，而知识贫乏的人，则是没有立足之地的。

同学们，优秀的学生不是天生的。要相信自己还有潜力没有被挖掘出来，坚信凭自己的能力一定能学好各门功课。要相信自己能取得更大的进步，能够取得更优秀的成绩。成功从不主动上门，它来自积极的努力，勤奋创造奇迹。牛顿是世界一流的科学家，当有人问他到底通过什么方法得到那些非同一般的发现时，他坦诚的说是靠勤奋和持之以恒。道尔顿

也从不认为自己是什么天才，他认为他所取得的一切成就都是靠勤奋和点滴积累。一点点进步都来之不易，任何成功都不会唾手可得。如果你想成功，勤奋就是的资本。你们要有倾尽全力的学习态度，持之以恒的积极行动。或许，以前你因为疏懒、不认真、散漫，又或是自卑、心情烦乱等原因，学习成绩有些不如意。那么，从现在起，奋起直追，和每一位老师默契配合，认真对待每一次考试，认真作好每一科笔记，认真处理每一个问题，作好每一个细节，严格自律，分秒必争，刻苦学习，养成严谨、踏实的良好习惯。那么，六月的考场上，你一定会成为三角路中学的一匹黑马。以最少的时间赢得的学习效率，是许多优秀学生的诀窍。现在，所有科目都进入了总复习阶段，同学们将要面对众多的作业、考试，更需要掌握科学的学习方法，提高自己的学习效率。

如何提高学习效率呢?在这里我提醒同学们注意几点:

一、合理安排——限度地利用时间。

也许有同学问，剩下的两个月我们能做什么?一个成功者曾讲述过这样一个故事：一个胸怀理想的青年，带着崇敬的心情，去向一个名人请教成功的秘诀。这位名人很忙，有一天这个年轻人走进了名人的办公室。他推开门，一下子楞住了：屋内一片狼藉，书散落了一地，各种文件到处都是，桌上的茶杯躺着……名人对青年说：“对不起，请你等我三分钟。”说着，他把青年推出了门，把门关上了。三分钟后，门开了。青年走进去，惊讶地发现屋内整洁光亮!青年非常惊讶地望着房间里的一切……名人看出了年轻人的心思，说：“三分钟足够了，不是吗?”他顿了顿，又说：“这就是我成功的秘诀。”青年若有所思地点点头，离开了名人的办公室。后来，青年成了一位有名的企业家。一分钟、三分钟，在我们同学的心目中，可能不会被算作用来做事的时间。可是，我要告诉大家，只要你愿意，只要你真心投入，一分钟我们都可以取得进步!何况还有99天的时间呢?时间是最公平的，决不多给谁一分，也决不少给谁一分，谁赢得时间，谁就能赢得最后

的胜利。希望同学们明确学习任务，形成做事前思考的习惯，课堂上力求当堂掌握，自习课及时巩固。合理安排，就会提高效率，也就是节省了时间。

二、要有良好的自律意识。

如克制自己打篮球、上网的念头，上课坐姿端正，抬头听课，做好笔记，认真完成老师布置的每一个作业任务，克服浮躁和焦虑情绪，做到“入室则静”等等。同学们，把握自己的方向，坚持心中的梦想，放下手中的小说，拒绝迷人的*，走出堕落的泥潭，点亮自信的明灯，相信自己的实力，苦别人所不能苦，拼别人所不能拼，战别人所不能战，达别人所不能达的高度，你就能驶向成功的彼岸。

三、掌握适于自己的学习方法

同学们每天应该将自己所学的知识进行整理，可以将自己每天的小疑问或者还未巩固的东西记于专门的本上，及时巩固，每天晚上睡着之前将各科的知识点回忆一遍；对于不能一下记牢的东西，将它分散到一天零碎的时间中去记忆等等。这些都需要每个人自己总结，根据自己的实际情况，摸索出适用范围自己的学习方法。

亲爱的同学们，“一分耕耘，一分收获”，只有坚持不懈地与时间赛跑，才能创出佳绩，创造奇迹。我们要坚信“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”

100天，就是100次的冲锋，100天，就是100次日的搏击；100天，就是100次的努力。同学们，让我们携起手来向100天挑战，为100天加油，为100天奋斗。希望大家：以最饱满的热情，最昂扬的斗志，最刻苦的精神，最坚韧的毅力，下定决心：志存高远，脚踏实地；刻苦努力，勤奋多思；满怀信心，永不放弃，夺取胜利。希望，靠我们来实现；奇迹，让我们来创造；三角路，由我们来装扮。

励志的三分钟演讲稿篇八

尊敬的引导、老师、心爱的同学们：

大家好！

青春，一个如许美妙而又令人憧憬的字眼。它是热情的，张狂的。

而义务，它并不是一个甜蜜的字眼，它有的仅是岩石般的冷峻。正如英国王子查尔斯曾经说过：“这个世界上有很多你不得不去做的事，这就是责任。”没错，责任是冰凉的，束缚的。

人们总难以将青春与责任接洽到一起，一个神情飞腾，一个却是约束操劳。但是，陈独秀说过：“青春之于社会，犹新颖活跃细胞之于身。”于是，为社会贡献青春成为了我们的责任。

青春是一笔弥足可贵的财产，但是，有的人却对自己的青春绝不负责，多少风华正茂的年轻人，浪费时间，挥霍生命，将人生的名堂年华虚度在网吧中，舞厅内。多少消息报道过不少处于花季雨季的少年？女，因为陷溺网络，而旷废学业，最后有的甚至走上犯法的道路。他们是否晓得：糟蹋别人的时间是谋财害命，浪费自己的时间则是慢性自残。他们不担负起青春的责任，白白蹉跎了岁月，断送了自己的前程！

青春的脚步如行云流水，生涯的途径靠我们探究。莫叹息，莫停留，要思考，要斗争，趁风华正茂，莫让年华付水流。

是否记得1919年的5月4日？在民族危亡的关头，一群青春挺身而出，用羸弱的肩膀担起了民族救亡的重任，他们用青春，扛起了救国度于水火的重担。往今来，多少仁人志士为了“责任”二字，用青春，用热血，用性命去实行，去？卫。

同样青春的我们，现在的义务便是好好学习，如今的责任便是把国家建设得更加繁华强盛。

青春不是游戏人生，它是踊跃进取，卑躬屈膝。它是那句“为中华突起而读书”的覆信。

青春不是粉面桃腮，它是迎难而上，刻苦刻苦。它是那一句“有国才有家”的魄力。

同学们，青春是一道漂亮的景致线！固然美丽的青春难常存，但只有我们有常驻青春的激情，有为国为民的责任，让我们的青春年华承当责任，我信任我们将永远领有这份俏丽。

谢谢大家。

励志的三分钟演讲稿篇九

尊敬的各位评委、老师，亲爱的同学们：

大家好！今天我给大家演讲的题目是：感悟心灵的成长：青春与奋斗。

火山喷发过，熔岩才会定格为坚硬的岩石；流星飞驰过，天空才会闪耀着美丽的弧线；人生奋斗过，生命才会烙下坚实的脚印。

事实上，我们可能尝试着为目标奋斗过。眼前的路，那样虚幻，那样黯淡。我们奋力前行，去触摸周围一切能带给我们现实与光明的东西，结果被撞得头破血流，摔得粉身碎骨。因为吝惜青春，所以，我们有时候会停止奋斗的脚步。于是，刚刚踏出的脚印又被我们磨平。

今天，当我再一次站到镜子前，发现自己，额头上的道道又变多了，眼睛里不再有儿童时代的那种纯真。我感到，我的

青春已经逝去。脑海中又浮现那句话：“几乎没有人能感觉到青春正在逝去，而几乎所有人都能感觉到青春已经逝去。”

也许，我们还不明白自己该干什么，也许，我们以为明天会更好，也许我们相信会出现奇迹。于是，我们选择无谓的等待。可是，我们的青春，却没有时间等待那一天的到来，因为我们的青春只剩下今天。莎士比亚说过：“在时间的大钟上，只有两个字—现在。”

我们没有太多的时间可以等待。“不屑今天，等待明天，”的观望态度，会像一条肆无忌惮的蛀虫一样，吞噬我们的心灵，吞噬我们头脑中的时间紧迫感，蛀空我们谋求上进的灵魂。最终留给我们一具空洞而毫无战斗力的躯壳。

生命的主流，应该是水不停歇的奋斗而不是等待。人活在这世上，只是一种形式，奋斗才是对它唯一的注解，因为生命无法承受之轻，因为生命无法接受堕落，因为生命无法容忍平庸。人生短暂，白驹过隙，拥有生命是一种最大的幸运，带着奋斗上路，才会让生命闪耀光彩！

所以，还在犹豫徘徊的同学，请迈开你的脚步，往前走吧！不用去管是否会成功。既然选择了远方，便只顾风雨兼程。放手去追求吧！有句话说得好：“人的生命是在他停止追求的那一刻结束的。”不要吝惜自己的青春与生命，因为它的价值恰恰是在不断地为理想奋斗中体现出来的。

也许那些在落叶上写诗的心情会渐渐老去，也许成长要以孤独作为代价，逝去的日子无非给我们一个把握今天的启示。其实，又有谁能够对美好的日子—完整的人生下一个固定的概念呢？外部原因固然重要，但自身的拼搏才起决定作用。更多的时候，我们必须由自己去擦拭旅途中心灵的尘埃，用自己的问候驱散跋涉的疲顿。在人生旅途中，我们必须用奋斗去奠基自己的人生大厦，把握自己生命的价值，演绎出自

己人生的辉煌。奋斗应该在不甘寂寞中周而复始，只有这样，你的生命之旅才会留下清晰的脚印。

纵然，前面的路会无比坎坷，可是，我们有理由相信自己能够战胜一切挫折，不是因为我们比别人伟大，而是因为我们比别人年轻。年轻，是我们最大的资本！奋斗，是我们永恒的追求！

我的演讲完毕，谢谢大家！