

最新汇聚青春力量讲好民族团结故事心得体会 汇聚青春力量三分钟演讲稿(优质5篇)

在撰写心得体会时，个人需要真实客观地反映自己的思考和感受，具体详细地描述所经历的事物，结合自身的经验和知识进行分析和评价，注意语言的准确性和流畅性。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

汇聚青春力量讲好民族团结故事心得体会篇一

亲爱的老师，同学们：

青春有一种强大的力量力量叫做乐观。

“做人要做懒羊羊。”这是当今很流行的一句话，我们为什么要做懒羊羊呢？因为懒羊羊十分乐观。可乐观又是什么呢？乐观就是对生活的一种换位思考，通俗的说也就是开开心心生活。懒羊羊他天天吃饱了就睡，睡完了就吃，吃饱了再睡，天天无忧无虑，好不自在。当连灰太狼捉住他时，他还该吃吃，该睡睡，这可能是乐观的最高境界了吧。

有很多人畏惧死亡，但只要你拥有乐观的心态，学会换位思考，死亡，又有什么好怕的呢？人从一出生就逃脱不了死亡的命运，死亡是我们最终的归宿。我们无法改变命运，但可以选择命运。与其天天忧愁，给自己找不趣，还不如天天开开心心、无忧无虑。每个人的人生肯定是会遇到困难，关键是他们的解决困难的方法不同，有些人选择胆小的放弃或者逃避，而有些人则乐观的站起与困难抗衡，前者往往自生自灭，而后者往往取得成功。

有这样一个故事：“从前有一个老婆婆，她两个儿子，一个儿子是卖鞋的，一个儿子是买伞的，她天天愁眉苦脸，一个邻居问他为什么这么愁苦。老婆婆回答道：‘这两个儿命苦啊！你看，这要是晴天，我大儿子的伞就卖不出去，可若是雨天，我小儿子的鞋就要亏本了。’居听完笑呵呵地对她说：‘这两个儿子福气得很，你看只要是晴天你大儿子就有鞋可买，要是雨天你小儿子的伞就要卖光。’从此，老婆婆每天都笑呵呵的。”你看，老婆婆只要换位思考一下，生活就能开开心心的，乐观其实真的很神奇！很简单！晴天、雨天，买鞋、买伞，乐观就这么简单，可仍有很多人就是思考的方向转不过来。凡事要往好的方面想，这样你才能开心，往坏处想，只能整日愁眉苦脸。只要你天天开心，生活才会有乐趣，才会活的有滋有味，一生就会有价值。

苏轼数次被贬谪，但是仍旧豁达地面对人生，潇洒乐观；

越王勾践虽沦为奴隶，但他豁达乐观，卧薪尝胆，最终颠覆吴国；作家子尤虽患罕见恶性肿瘤，但他与病魔抗争，微笑着结束了他十六年的一生……他们并非强者，也是人，普通人，但他们微笑面对生活，驱散黑暗，诠释了生命的力量，感染了无数人。

乐观的力量，简单又快乐，学会换位思考，发现生活中的许多美，挑战命运，战胜命运。加油！

汇聚青春力量讲好民族团结故事心得体会篇二

亲爱的老师，同学们：

大家好！

拼搏，代表着勇敢，它只掌握在敢于战胜困难的人的手中。当我战胜困难的时候，我会感到快乐。

在人生的道路上，会有困难紧紧的守候着成功的大门，这就表示它在向我们发出挑战，向我们炫耀。在这时，我们要有不畏艰险的精神，要勇敢的去战胜它。困难就像突然降临的暴风雨，我们要勇敢的与它搏斗。困难就像复杂繁乱的一道习题，我们要善于寻找多种解决的方法。当我们战胜困难的时候，就会感到无比的快乐。我们要有梅花不畏严寒迎风怒放的精神，要有小草不畏险阻破土而出的毅力，要有海伦凯勒不畏困难努力奋斗的勇敢，在遇到困难的时候就会把它当成是一种磨练，在磨练中享受快乐。那么，困难对我们来说就非常容易解决了。

其实，困难也是我们开启成功的大门的钥匙。只要我们对困难发出挑战，战胜困难，把它变成开启成功大门的钥匙，我们就会有发自内心的快乐，享受成功的喜悦，对自己也会更加有信心，认为自己一定会成功，就会不断战胜困难。让困难见到我们就退缩，而不是我们见到困难就退缩。只有这样，我们在体验快乐的同时，也就更加为自己感到骄傲。

面对困难是经常的，当我们面对困难的时候，我们要像花儿一样绽放芬芳，展现出我们的勇敢和美丽，我们要像彩虹一样绽放绚丽，让自己的前途充满光芒，为自己的努力感到高兴。

我们战胜困难后，就会露出笑脸，这笑脸就像阳光一样，笑的那样甜，像歌声一样笑的那么美，像花儿一样笑的那么灿。

所以只有在我们拼搏之后，无论成功与否，我们都会快乐，会大笑。只要我们努力了，我们就会感到快乐。

我的演讲完毕。

谢谢大家！

汇聚青春力量讲好民族团结故事心得体会篇三

亲爱的老师，同学们：

春走后，把夏天引了过来。我习惯了早起，喜欢上了夏日的早晨——清新与活力。

梳洗后，从寝室门口出来，便感觉我们学校被茫茫白雾给团团围住了，眼远处总被一层雾模糊着。随后，我便听到了球场上有节奏的“嘭，嘭，嘭”的篮球声，我均匀地迈开步子朝着声音走去……走在熟悉的操场，我听到了学校背后碧绿的山坡长上传来的清脆的鸟鸣声；听到了身后寝室传来的水龙头流水的潺潺水生和朋友嘻哈的逗趣声……多么动听的乐章啊！撑开翅膀，像只蜜蜂在花丛里游荡一样。

不知不觉，眼不远处出现了蹦跑的、运球的、投篮的影子。抛开云雾看，原来是我们班的男生在打篮球啊，本来就非常喜欢篮球的我被这一场面吸引住了。我走到栏杆底下就看了起来。

“耶！”“oh no!”“好耶，球进——”“very good!”“thanks!”……一个运球上篮，一个旋转180度上篮，一个三大步上篮……呵，一个比一个强劲呢！我时不时兴奋地笑了起来！

不知过来多久，周围的雾渐渐散开了，操场上的人也多了，鸟鸣声也被校园里的声音所覆盖。同学们也打累了，也都洒脱的走人了。我还坐在地上，百思不得其解，望望天，渴望它能帮我指点迷津。云层里的太阳出来了一半，发出了刺眼的阳光照射着大地，显得那么的活跃；而在云层里没有出来的另一半，它不能照射大地，显得那么的凄凉。然而，阳光就是为了照射大地的！

难道，是青春的力量吗？是的，是的，因为青春就是要放射出它的光芒！

汇聚青春力量讲好民族团结故事心得体会篇四

各位领导，各位来宾：

下午好！我演讲的题目是《信念的力量》。

有这样一种力量，它可以使人在黑暗中不停止摸索，在失败中不放弃奋斗，在挫折中不忘却追求。在它面前，天大的困难微不足道，无边的艰险不足为奇。这种力量，就叫信念。

俄国的列宾曾经说过：没有原则的人是无用的人，没有信念的人是空虚的废物。就从我们古代说起吧：两千多年前的汉朝著名史学家司马迁，因“李陵事件”下狱，受了宫刑。应该说，人世间没有比这更大的耻辱了。可是他没有消沉，忍辱含垢，披肝沥胆，专心著述整整十一年，终于写成了《史记》那部五十二万字的鸿篇巨著。这需要多么大的毅力啊！假如他不是为了“究天下之际，通古今之变，成一家之言”，恐怕早就自尽身亡了。这就是信念的力量。

汇聚青春力量讲好民族团结故事心得体会篇五

大家好，我是初二三班的郭绮雯。

我演讲的题目是：青春因磨炼而美丽。

平心而论，谁也不希望自己的生命经常忍受磨练？哪怕因此可以增加青春的美丽，也不会有人欢呼而言：“我喜欢磨难。”人总是向往平坦和安然，然而，现实却往往不尽人意。

青春因磨炼而美丽，当挑战来临时，惴惴不安是毫无用处的，这是你要做的，就是以十足的勇气全力以赴以迎接挑战，勇敢的接受新的挑战。未经磨练的青春，不懂得珍惜的青春，不会发光发亮，未经磨练怎能成功！

谁说鸟儿不再唱，谁说花儿不放香，谁说青春不能灿烂辉煌。
磨练也许是青春中划过最美的弧线，最灿烂的记忆！

青春，要学会面对一切，挑战未来，昔日有暴风让空气都凝聚，昔日有困苦让生命都窒息，在风雨中看不到天空的晴朗，在迷茫中嗅不到人生的方向，这样也许是人生中最大的错误！但青春因磨练而美丽，磨练也愈加顽强！

一花凋零荒芜不了整个春天，一次挫折也荒废不了整个人生，一次磨练让青春愈加美丽！

谢谢大家。