

最新坚持才有希望的演讲稿三分钟 坚持的演讲稿(通用9篇)

演讲稿也叫演讲词，是指在群众集会上或会议上发表讲话的文稿。演讲稿是进行宣传经常使用的一种文体。演讲的作用是表达个人的主张与见解，介绍一些学习、工作中的情况、经验，以便互相交流思想和感情。优质的演讲稿该怎么样去写呢？以下是我帮大家整理的最新演讲稿模板范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

坚持才有希望的演讲稿三分钟篇一

大家好！

今年过年，爸爸带着我和妈妈去看望老家的爷爷奶奶，在奶奶家的书柜里，我翻到了一本旧书——《青春之歌》，我仔细打量着这本书，书的外包装纸显得残旧不全，泛黄的纸页透出一股霉味，边缘处微微地上翘着，封面布满了犹如蜘蛛网一般的细纹，我翻开这本书，里面却密密麻麻地做了好多的读书笔记，看得出来，当时的读者一定是认真仔细地阅读了这本书。

我拿着书本去问奶奶：“奶奶，这本书这么旧了，是谁的啊？”奶奶接过书，抹去书上在灰尘，笑咪咪地对我说：“是你爸爸以前读过的书，奶奶一直没舍得扔。”“爸爸你这么喜欢读书啊，笔记做得好详细啊！”我惊叹地朝着爸爸喊起来。奶奶又笑着对我说起了爸爸的故事：爸爸当时因空军招飞落榜，一心想当飞行员翱翔蓝天、献身国防的梦想破灭了。但爸爸并没有为此而灰心丧气，他深信只要有坚定的信念，努力读书学习，通往理想的路有很多条。这一年的冬天，只有十七岁的爸爸悄悄地报名征兵了。欢送爸爸参军的那天清晨，天气特别的寒冷，同车的孩子都带着家人准备的苹果、饼干、鸡蛋，而爸爸却背着一个蛇皮袋，除了几

件换洗的衣服，满满的全是书和笔记本。

到了军营，爸爸慢慢地理解作为军人的使命与责任。部队生活很紧张、训练也非常累，但爸爸抓紧一切可以利用的时间进行学习。白天别人训练休息的空隙，他拿出自己摘抄的英语单词背诵；深夜别人已经进入梦乡，他却埋头苦做数学，为报考军校作准备。功夫不负有心人，第二年的部队招生考试中，爸爸成功地被军校录取，圆了上大学深造的梦想，实现了他的人生道路上的一小步理想。

听了奶奶的讲解，我被爸爸年轻时的志向深深地触动了，我们现在身在好时代，过着好日子，坐在宽敞舒适的教室里安心读书、快乐成长，我们更应该从小树立远大的理想，更要认识到读书的重要与意义，刻苦学习，掌握各种科学知识，练就一身过硬本领，为实现自己的理想而努力奋斗，将来为祖国的建设贡献自己的一份力量。

坚持才有希望的演讲稿三分钟篇二

设想在一个依山傍水旁建造一所花园式的学校，春天漫步在桃花的世界，夏天在池塘边静坐赏荷，秋天在黄蝶飞舞的树林里晨读，冬日在夕阳的照射下回味着雪中的严寒。

那一幢幢的楼房都是庭院式的二层楼高，一楼为教室，二楼为教师工作休息室，冬暖夏凉，用的可不是当今流行的空调，那可是从我们学校毕业出的师兄们发明的高级“风能空调”。所有的教职员工都是住在学校里，免去了上下班的道路交通拥挤堵塞的困惑。

学生们上完二十分钟的课，就在老师指定的范围内打开个人电脑进行收索、查询有关资料，对老师提出的问题思考与资料相结合中进行回答，整个过程都是互动中，像猜谜语，做游戏那样好玩轻松，四十分钟的课结束了，学生们即一只只欢乐的小鸟飞奔出教室。

一、二年级的活动区里有翘翘板、滑梯、沙坑、揪千……，整个活动在气氛和谐文明中进行，几乎每人都能玩到，根本不用你挤我，我推你，当然每个班的学生也只有15个人，每年级也只是两个班，因为是招小区里的学龄孩子，所以人数是有限的，不会像现在这样拥挤，不安全因素多。

上午上完三节课后就吃午饭了，午饭选用的自助快餐，即方便又节约，想吃多少就盛多少，这餐饭如果一点也没浪费，走出餐厅后还有奖励，班组每星期还公布“节约粮食之星”的荣誉。

午休时间，可不是读书学习玩耍的时间哦，那可是要排着队在校园里走一圈消化消化。因为美丽的校园实在太大太美，一圈走下来就很累，但心情是愉快的，因为大家都有爱自己的校园。

接下来下午是让我们体验当工人、农民、解放军……，总之各种职业技能的尝试，一学期下来看你是否都认真参与体验过，那可是要记录你的成绩哦！千万别掉以轻心。

坚持才有希望的演讲稿三分钟篇三

蒙蒙细雨下个不停，却阻挡不了我们参加运动会的热情，在卓佰达校长宣布“瑞安五中第十届体育节暨第三十二届运动会开幕”时，我们的心情是激动的，因为我们等这一刻的到来已经等了很久了。

我们高一(7)班的目标很简单却又很艰难——竞技组第三名、团体第三名、大众组第三名。为了这个目标，我们早早地开始了运动员的选拔和训练。尤其是我们班集体跳绳的8位同学：胡立培、左文华、夏蕊、徐恩钱、彭从程、刘晓敏、夏雅诗、徐林云，他们每天训练。

每天下午，他们8个人会在孙老师的带领下去操场上练习。每

天下午，他们看着同学们早早地去吃饭、去洗澡，也许很想和同学们一样，可是想到训练，他们就会打消这种念头。每天同学们回教室去写作业的时候，他们8个人总是大汗淋漓，但是仍然坚持不懈，不放弃。

每天练得双脚酸软、面红耳赤，他们为了什么？只是为了一个目标。为了这个目标，他们不怕劳累，坚持训练，就是因为有了坚持，才一点一点地进步：就是因为有了坚持，才有最终的胜利。

还记得比赛那天，8个人是那样的默契。全班同学在一旁大声地数数“1，2，3，……101，102，103……199，200，201，202”“时间到”。这数数声是那样的洪亮，我们班同学是那样的团结。我们的声音仿佛是胜利的凯歌在奏响，充满了激情。

正是这8个人的汗水和坚持换来了成功，正是这8个人的汗水和坚持换来了胜利，我们全班因为有他们8个人而感到骄傲。

运动会本来就是一个汗水和坚持体现的平台，正因有了汗水和坚持，才有胜利的曙光。

运动会就是汗水+坚持=胜利。加油！运动会，加油，高一(7)班集体跳绳组！

坚持才有希望的演讲稿三分钟篇四

大家好！

先给大家点个赞！

没有比人更高的山，没有比脚更长的路。只要迈开脚步，踏上征程，就能站在山之巅，就能到达海之滨。昨天的第一节课大家能自觉、安静地学习，这不就是自律的开始吗？这不

就是超越自我，走向优秀，走向卓越的开始吗？没有那么难，只要开始做，就能做到。坚持下去，水滴就能穿石。

昨天的培训中，我感受比较深的一点是：我们的阅读缺少了规划，缺少了深度。我们停留在了阅读的表面，虽说也读了不少的书，可没有主题，不成系列。这样在有限的的时间里，没有进行有效的阅读，我们的思维和视野就不能达到应有的高度。培训老师讲到他的家教经验是从历史书籍开始到人物传记到科技，到高中时期读学术著作，两个孩子培养的非常优秀。同学们可以和家长商量、讨论，根据自己的特点，家庭情况规划一下自己的读书计划。班级内眼前我们要做的是做好期末复习，取得优异成绩。下学期的班级读书计划，老师打算从推荐的书中，选取一本开展主题阅读。通过这一本书，将语文知识，语文能力，学习方法和习惯相结合，感受祖国语言文字的魅力，从而提高我们的语文综合素养。

一路前行，不惧风雨。谷音山回，我们师生携手共同创造属于我们五年三班的班级文化。

坚持才有希望的演讲稿三分钟篇五

大家好。今天十分荣幸可以由我来为大家进行课前三分钟的演讲。

首先，我要给大家分享一句话。“我宁愿选择骄傲也不选择自卑。因为骄傲需要资本，资本需要积累，积累需要汗水，而自卑却什么也不需要。”这句话是我在看乔松楼将军在复旦大学演讲视频时偶然间听到的。

每个人的`人生都并非一帆风顺，并非永无波浪的湖面。而是一场充满艰辛，坎坷，曲折，充满挑战与挫折的旅途。属于我们的每一个新的一天都是一次挑战。在迎接每日的朝阳时，我们需要足够的自信来克服遇到的困难。

爱因斯坦的“相对论”发表之后，有人曾炮制了一本《百人驳相对论》，网罗了一批所谓名流对这一理论进行声势浩大的挞伐。可是，爱因斯坦自信自己的理论必然胜利，对挞伐不屑一顾。他说：“假如我的理论是错的，一个人反驳就够了，一百个零加起来还是零。”他坚定了必胜的信念，坚持研究，终于使“相对论”成为20世纪的伟大理论，为世人所瞩目。

坚持才有希望的演讲稿三分钟篇六

今天我国旗下讲话的题目是“成功贵在坚持”。

古今中外，许多成功人士都在给我们讲坚持的道理。“不积跬步，无以至千里，不积小流，无以成江海。”这是战国时代荀子在说“坚持”；“若有恒，何必三更眠五更起；最无益，莫过一日曝十日寒。”这是明代学者胡居仁在说“坚持”，也是毛泽东求学时自我激励的对联；“涓滴之水终可以磨损大石，不是由于它力量强大，而是由于昼夜不舍的滴坠。”这是音乐巨人贝多芬在说“坚持”；“耐心是一切聪明才智的基础。”这是大哲学家柏拉图在说坚持。

我们来分享柏拉图的一个小故事。在柏拉图还是一个学生的时候，有一天他的老师苏格拉底要学生每个人把自己的手臂先尽量向前甩，然后再尽量向后甩。

学生们做完动作后，苏格拉底向大家提出了要求：每个人每天都要这样这样将手臂甩动三百下。学生们感到很容易，就嘻嘻哈哈的答应了。

学生们面面相觑，在这么多学生中，只有柏拉图一个人坚持不懈的做了一年。

介绍一个发生在我们身边的故事。

在某年的中考中，她考出了农村中学第一名的好成绩，777分，仅比某某市状元低15分。她就是今天的护旗手——某某同学。

同学们，当困难阻挠你成功脚步的时候；当失败挫伤你进取雄心的时候；当负担压得你喘不过气的时候，不要退缩，不要放弃，一定要坚持下去，因为只有坚持不懈，才能通向成功！

今天离高考还有15天，高三的同学们，你们在淮中的近三年来取得了骄人的成绩。决胜小高考，笑傲市统测；生物竞赛夺冠，化学竞赛获奖，物理竞赛登顶，数学竞赛折桂。

你们取得了一次又一次的成功。在这考前最后的15天中，希望你能勇往直前，以百倍的信心去迎接挑战；坚持到底，以昂扬的斗志去面对高考。相信有了你的坚持和努力，在高考之时，你一定会看见彼岸花开，花开不败。

谢谢大家

坚持才有希望的演讲稿三分钟篇七

大家好！

坚持的昨天叫立足，坚持的今天叫进取，坚持的明天叫成功。

谁都会有遇到苦难、挫折的时候。

那样的事情，是我们一路走来的必经。只不过当初承受压力，咬咬牙坚持下来的人，今天已成功或是还有待成功；而当初轻言放弃的人只有悔恨的回忆，都变成了不可磨灭的痕迹。那些曾经的坚持，也将会化为明天的成功回报我们。人生有低谷也有高潮，有失意也有得意，任何时候都应保持平和心态，这样的我们才会坚持下来，才能取得成功。要知道，前行的路，贵在坚持。

一路走去，一路成长。我们知道真正的成功源于生命里的坚持不懈，没有谁的一生是一帆风顺的，总会有些磕磕绊绊，不管是学习还是面对生活，要习惯于承受压力和痛苦，只有具备坚持不懈、不放弃的意志，雨过应该就会有彩虹，苦难背后就是胜利的彼岸。

许多取得成功的人，都因为他们始终坚持自己的信念，渴望成功。通过不断努力积累，使自己变得充实强大，实现梦想，走向胜利，凡是决心取得胜利的人是从来不言“放弃”的。是骏马，就应坚持驰骋于沙场；是雄鹰，就应坚持翱翔于天际。要相信，我们想让梦想成真，就应不断坚持努力达到目标，奋勇前行，学会在逆境中生存挑战。坚持到最后的，才是最终的胜利者。

经历风雨的洗礼，蓦然回首，我们会发现，坚持，才是真谛。

坚持才有希望的演讲稿三分钟篇八

大家好！

坚持的昨天叫立足，坚持的今天叫进取，坚持的明天叫成功。

谁都会有遇到苦难、挫折的时候。

那样的事情，是我们一路走来的必经。只不过当初承受压力，咬咬牙坚持下来的人，今天已成功或是还有待成功；而当初轻言放弃的人只有悔恨的回忆，都变成了不可磨灭的痕迹。那些曾经的坚持，也将会化为明天的成功回报我们。人生有低谷也有高潮，有失意也有得意，任何时候都应保持平和心态，这样的我们才会坚持下来，才能取得成功。要知道，前行的路，贵在坚持。

一路走去，一路成长。我们知道真正的成功源于生命里的坚持不懈，没有谁的一生是一帆风顺的，总会有些磕磕绊绊，

不管是学习还是面对生活，要习惯于承受压力和痛苦，只有具备坚持不懈、不放弃的意志，雨过应该就会有彩虹，苦难背后就是胜利的彼岸。

许多取得成功的人，都因为他们始终坚持自己的信念，渴望成功。通过不断努力积累，使自己变得充实强大，实现梦想，走向胜利，凡是决心取得胜利的人是从来不言“放弃”的。是骏马，就应坚持驰骋于沙场；是雄鹰，就应坚持翱翔于天际。要相信，我们想让梦想成真，就应不断坚持努力达到目标，奋勇前行，学会在逆境中生存挑战。坚持到最后的，才是最终的胜利者。

经历风雨的洗礼，蓦然回首，我们会发现，坚持，才是真谛。

坚持才有希望的演讲稿三分钟篇九

大家好！

有这样一个故事，在古老的东方，挑选小公牛到竞技场格斗，有一定的程序，他们被带进场地，向手持长矛的斗牛士攻击，裁判以他受伤后在向斗牛士进攻次数的多寡来评定这只公牛的勇敢程度。从这之后，我须承认，我的生活每天都在接受类似的考验。如果我坚韧不拔，勇往直前，迎接挑战，那么我一定会成功。

在学习的道路上，我从不退缩。因为有梦想，所以有动力。孟子说：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为。”我决不做学习的弱者，我时刻准备好，迎接挑战。在初一上半学期的学习中，我只位于年级五十多名，但动力的雨露洒满心田，我努力地向前奔跑着，奋斗着，到现在我已是年级前二十名中的一员。但我并不满足于此，我始终保持着饱满的斗志，继续昂首前进。辛勤的汗水，浇开了智慧的花朵。因此我多次被评为“三好学生”。在学校举行的各科竞赛中也多次获奖。

成绩优异源于自控能力，我在努力学习的同时，也担负着班级的责任。身为纪律委员，我清楚自己的义务，以关心的姿态约束同学，以帮老师分忧之心管理同学，经常和其他班委组织班级活动，使大家的课余生活变得充实而多彩。因此，我多次被评为校级出色班干部，并荣获三门峡市出色班干部的称号。

在初二上学期，我第一批加入了中国共产主义青年团，并光荣担任了团支书一职，从此我更加严格要求自己，带领其他团员认真履行自己的义务，值日时率先垂范，纪律上严于律己。这不仅培养了自己的责任感，还使全班同学更加紧密团结，共同进步。我也周周被评为“周之星”，“月标兵”。

出于对文字的热爱，书法是我最大的爱好。当我手持毛笔在宣纸上自如挥洒时，就立刻被优美的汉字所陶醉。我从六岁就开始学习书法。把它当做生活中的挚友，每日都要与它切磋。在这当中有过汗水，有过泪水。每当我遇到挫折想要放弃时，都会鼓励自己坚持下去，因为我相信成功就藏在拐角后面，只要坚持下去，就有可能获得成功，放弃一定失败！。辛勤耕耘总会有收获，我多次参加书法比赛，并屡屡获奖。现在它已成为我生活中必不可少的一部分。

我还热爱体育运动，跆拳道也是我的特长之一。从我穿上道服的第一天起，我就深深喜欢上了跆拳道，它不仅使我的身体变得更加强壮，还让我懂得了“忍耐克己。百折不屈”的跆拳道精神。通过刻苦训练，今年八月份我已取得了红黑带证书。

除此之外，我还积极参加学校组织的各项活动。科学节中，我与同学开动脑筋，发挥想象，制作的水火箭获得了二等奖；艺术节上，多次展示书法作品，现场表演，为艺术节增添色彩；元旦晚会上，与同学合作表演的相声，赢得了大家的阵阵掌声。我喜爱我的同学，敬爱我的老师，热爱我的学校，我会用我全身心的爱去爱他们，努力发挥自己的光和热，为

二中添姿添色。

我的演讲到此结束，谢谢大家。请大家支持我！