

2023年五分钟演讲稿内容不限 五分钟演讲稿(精选9篇)

演讲中的抑扬顿挫，相当于音乐中的节奏，音乐需要节拍，演讲也需要节拍，你应该让你的演讲充满节奏感，节奏就是你口头表达进度的度量。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的演讲稿模板范文，我们一起来了解一下吧。

五分钟演讲稿内容不限篇一

大家好！

生活像个万花筒，每天都有许多的故事呈现。这些故事或趣味横生，或平淡乏味，或发人深省，或……下面我就和大家分享几个我们身边的小故事吧！

镜头一

川流不息的马路，一个繁华的路口，大家都在等着过马路，人们脸上都是焦急的神态。忽然一位年轻的男子不顾前面是红灯就冲了出去，却被一个戴红领巾的小男孩拉住了，小男孩说：“叔叔，你这样做是不对的，你不能因为你着急，而违反交通法则，所以请你站到后面去，绿灯亮了你再走。”那个男子红着脸挠了挠头，说：“不好意思，小朋友，我下次再也不会这样了。谢谢你的提醒！”说着，他退到了最后。绿灯一亮，只见那位男子牵着小男孩一起走了过去。

镜头二

在热热闹闹的肯德基店里，大家正一个接一个的点餐。这时，一个叔叔插进了队伍里，边插还边说：“让开！”大家都用鄙视的眼神望着他，他却满不在乎甚至还带点得意。这时一个

小姑娘对她妈妈说：“妈妈，你平常不总说要遵守公共秩序吗？那这个叔叔为什么可以不遵守呢？”听完小朋友的话，大家你一言我一语地讨论开了，那个叔叔脸上终于挂不住了，只好站到后面等待点餐。

镜头三

有一回，我们一家子去参加朋友聚餐。大家聊得开心，也吃得开心。爸爸他们一桌聊到兴起，有人提议来点小酒。服务员拿来了酒和酒杯。我一见可急了，连忙跑去抢了爸爸的酒杯，说：“爸爸，你等会儿还要开车呢，不能喝！”爸爸笑了，说：“好，听你的，不喝！”

”大家听了我的话，尴尬地笑了笑，说：“远远说得对，我们以后开车都不喝酒了！”说完，大家都放下了酒杯，我得意地笑了笑。

今天，我就跟大家分享了这几个故事，相信这些故事会给大家带来感触。是呀，在生活中，如果我们大家能随时提醒自己遵章守纪，有一颗敬畏法律的心，那我们的生活一定会更加精彩，更加美好！

五分钟演讲稿内容不限篇二

妈妈总是冲我微微一笑，回答道：“还有一段路程呢。”这时，我总是撇撇嘴，很不满地看向窗外。看着飞快闪过的风景，我又浮想联翩起来……窗外，温暖的阳光通过树叶的缝隙照向大地，叶子们挨挨挤挤，随风舞蹈，发出“沙沙”的声音，我坐在大树下，微笑地闭上了眼睛感受着乡村的美好，我深吸一口气，闻见了大自然的气息，天然、清新。那照在树荫下的阳光，我好像似曾相识——那奇妙的微光……和印象模糊的光点中的一样温暖，却又有些不同。“我们到了。”妈妈轻轻地把我从幻想世界中呼喊回来。

我们从车上下来，果然，我闻到了清新的气息。把什么事都想好了的妈妈把事先租好的两辆单车推了过来，拍拍车座，对我说：“骑上来吧！”我点点头，骑上了一辆红色的自行车。我在田野间奔驰，把体质本来就不怎么好的妈妈甩在了身后。“小心点……别骑那么快……妈妈跟不上了……”妈妈在我身后气喘吁吁地说。我装作没有听见，继续向前骑着，骑着……可是原本心情很愉悦的我，渐渐不再那么开心，心里有了几丝说不清的感觉。我依旧飞快地骑着，可却无心感受乡村的气息，只是一直都在看着前面。

我听不见了妈妈的声音，我的心中多了担心。

妈妈万一没有追上了，或者看不到我担心怎么办呢？我还是等一会儿妈妈吧……可是，我刚才没有理会妈妈，现在要是转过去看她是不是会她让生气？还是继续骑吧……我还在犹豫着要不要等等妈妈，或者转过头去看看她的时候，我的好像脚步变得很沉重，骑车的速度也慢了许多。一瞬间，我好像又看到了那田野的光亮……我愣了一会儿。过了一会儿，我干脆不骑了，直接停下来，转过头去看着妈妈。

五分钟演讲稿内容不限篇三

大家好！

青春，如花似火，灿烂热烈，是我们人生交响曲的序曲。就算遇到再多的困难，遇到再多的曲折，但对于我们来说，也是有益的经历。因为它能使我们得到宝贵的经验。青春是全盛的，它蕴含着人生中最大的创造力。但它需要开发；青春是美好的，它凝聚着人生中最动人的活力，但它需要释放；青春是短暂的，它拥有着人生中最迅速的旋律，但它需要把握，青春是我们的，它是我们人生中最美好的时光，但它需要珍惜。

青春，是该珍惜。它给了我们动力，让我们继续向前。青春，

是该珍惜。它给了我们希望，让我们更加努力。如果你拥有了青春，那你就拥有了前进的动力；如果你拥有了青春，那你就拥有了最迅速的旋律；如果你拥有了青春，那你就拥有了最美好的时光。

青春，是该把握。青春是非常短暂的，它不仅需要我们珍惜，同时也需要我们把握。李大钊曾这样说过：“青年之字典，无‘困难’之字，青年这口头，无‘障碍’之语；惟知跃进，惟知雄飞，惟知本其自由之精神，奇僻之思想，锐敏之直觉，活泼之生命，以创造环境征服历史”。而我也要說：“青年之字典，无‘退缩’之意，青年之口头，无‘放弃’之字。青年之字典，应有‘把握’之字。”青春是美妙的，如果挥霍，那就是犯罪。青春是我们人生中的黄金阶段，如果不能把握，那就太可惜了。

青春，是该清点。清点青春，放飞青春。有时，青春上会拥有一根厚厚的绳索，但是我们要毫不犹豫地解开束缚在我们青春上的绳索，这样，我们的青春才会释放。只有清点我们的青春，我们的人生才会是多姿多彩的。

看！青春，它已向我们伸开了翅膀，只要我们愿意，它随时都可以带着我们展翅翱翔。

听！青春，它正向我们呼喊，只要我们准备好，它随时都可以带着我们策马奔腾。

瞧！青春，它已张开了热情的怀抱，我们应该投入青春的怀抱，把握住这一刻。

每个人都渴望青春，憧憬自己的未来，让我们从现在做起珍惜所拥有的青春。来吧！让我们把握青春，清点青春，为这火红的青春鼓鼓劲，加加油吧！

五分钟演讲稿内容不限篇四

保护环境是人类应尽的职责，我们不能随地乱扔垃圾。人们喝完的饮料瓶子不能乱扔，还要正确投入进可回收的垃圾桶。吃完东西的包装袋，应当投进不可回收的垃圾桶。

一次性筷子虽然用了一次就扔掉，非常的方便，可是有没有谁想过十双一次性筷子就相当于一棵小树呀！以此类推人们一年要砍伐多少棵小树。

我们日常生活中的白纸、餐巾纸都是要一棵棵大树倒下做成的。

大树既是我们的“森树水库”，因为森林的树冠就像一把把绿色的大伞，可以挡住一部分雨水，不让它们直接冲刷地面。树干上的苔藓和树下的枯枝败叶也可以吸收一部分雨水。森林里土壤的蓄水能力就更大了，剩下的雨水渗进土壤，大都能够被储存起来。森林也是一个巨大的空调器。夏天林子里枝林茂密，挡住了强烈的太阳光，自然就比站在太阳底下凉快许多，冬天，由于树木遮挡，林子里的热量不容易消散，所以也就比外面暖和些。

每天不管什么时候，总能看见车来车往的在马路上奔驰。汽车也随着越来越多，城市污染也就严重了。

我们现在随意的破坏地球，将来痛苦的还不是我们吗？善待地球也就是善待我们自己。拯救地球了就是拯救未来。让我们行动起来为欠的家园而努力、奋斗！

五分钟演讲稿内容不限篇五

大家下午好！

都说09年是一个寒冬，不光是经济冷，天气更冷，刚发生在

海地的大地震又让我们再次看见生命脆弱的一面，但是我看今天我们这里确是格外的温暖，房务口的兄弟姐妹们能共同坐在一起分享09年的收获与成长，展望来年的美好愿景，真是一次难得的机会。

今天站在这里我最想说是感谢台下的各位同事们，因为在这一年中我们岗位住客率高，人手不足，大家能齐心协力，互帮互助，顺利圆满地完成各项接待任务。8月份，柯林公司的加盟，通过这几个月来的配合，卫生和服务质量得到一致的好评，在这里也要感谢他们。在日常工作中能注重与班组员工沟通，通过各种团队活动的开展，使得我们的工作氛围越来越融洽，团队凝聚力得到了提升。全员销售意识强，超额完成月饼销售指标，房餐收达25万。

在09年我们的服务质量得到稳步提升，宾客问卷得分呈现明显上升趋势，在总经理密函和网评中也经常看见我们的优秀服务案例。9.8的接待工作也得到了众多宾客的好评和赞誉，收到的密函和表扬信达63封。甚至还有宾客向我们询问谁是客房掌门人，能够带领如此出色的团队。“会议管家”的设立，是今年的一个新亮点，管家们起早摸黑，竭尽全力的为客人服务，在接待中做好沟通协调，完成会议接待的同时自身也得到了锻炼和提升。岗位的个性化服务已成为一种常态化的工作，一杯水，一张写着有温馨话语的留言条虽然简单，但是却能代表我们的一片真心和热情。

在09年我们同样还存在很多的遗憾，暗访成绩虽有达标，但是还存在很多不足，比如服务意识方面，我们的对客礼节礼貌，规范化操作，流程的执行，以及对商务客人的关注还很欠缺，这也给我们敲响了警钟，这与酒店的专业，职业，敬业的目标还有一定的差距。管理者的检查和控制的标准还要加强，现场督导能力有待提高。

俗话说“不进则退”，在新的一年里我们将会以酒店20__年的大纲为要求，全面培训和提升自己，适应宾馆的不断发展，

为宾客提供满意加惊喜的服务。不久8号楼就要改造装修了，让我们一起期盼它的一个全新模样，也一起期盼酒店的美好明天！

最后在这里祝大家新年快乐，家庭幸福！

谢谢大家！

五分钟演讲稿内容不限篇六

大家早上好！

我是高三()班的__，今天我演讲的题目是《挑战自己，超越自己》。

每个人来到这个世界上，都希望能演绎出辉煌的人生，希望能得到社会的认可，得到他人的赏识与赞美。但是，并不是每个人都能在灯光闪烁的舞台上神采飞扬，在领奖台上感受国歌的雄壮。因此，我们要挑战自己，超越自己，在有限的时间内缔造属于我们自己的奇迹。

我们都是九零后出生的青年，没有经过_的洗礼，也没有经过艰苦奋斗的岁月，而是成长在蜜汁与鲜花中，拥有着被父母的宠爱。但是，我们却有极强的自尊心，我们的心中常常流露出一不为人知的脆弱与孤独。

挑战自己是一种知难而进的自信，是一种卧薪尝胆的魄力，是一种惊心动魄的搏击，更是一种坚持不懈的努力。三峡工程、探月工程、青藏铁路，无不体现挑战自己，超越自己的精神。然而，在挑战自己的征程上也会遇到挫折与艰险，这就需要我们克服惰性，磨练意志，坚定信念，永不言弃。只要我们拥有勤劳的双手、智慧的头脑，就一定能在挑战中超越自己，铸就辉煌！

浪花超越平湖才会有波涛汹涌的壮观，松柏超越平常树才能四季常青。挑战自己，超越自己是我们别无选择的生存方式，是我们走向康庄大道的利器。挑战自己也充满着激情与惊喜，苦难与欢乐。只要我们能够不断努力，必将得到辉煌人生的回馈，得到社会的认可。

同学们，让我们在有限的人生旅途中书写挑战自己，超越自己的美妙乐章吧！

谢谢大家！

五分钟演讲稿内容不限篇七

战国末期，七国争雄。七国之中，唯秦最强。

秦国向赵国下了战书，扬言出兵三十万，一月之内灭掉赵国。当赵国国王接到战书时，秦军已站在秦王宫广场上接受秦王嬴政的训话。

秦王宫广场

西北的大风，三分阴寒七分凌厉，风吹在嬴政身上，显现的是一种不可一世的王者霸气；风吹进黑压压一片的军阵中，散发出的是那股攻必破、战必胜的无敌杀气。

将士们举戈高喊：“大王英明，大王万岁！”

嬴政从腰间擎出太阿宝剑望东一指：“出发！”

浩浩荡荡的秦军潮水般涌出王宫，乘着西北凌厉的大风杀奔赵国。

赵王宫内

赵王气得全身发抖：“你们……你们真把寡人气死啊！”

突然一阵雷鸣打断了大臣们的议论声：“不准投降！”

赵王心中大喜：“好！只有在危难之时，寡人才知道谁是真正的英雄。”立即拨了一万五千精兵给飞龙将军，还将劝降的大臣统统斩首示众。赵国百姓人人积极应征，同仇敌忾，以迎战西来的豺狼。

金平关迎敌

这天，三十万秦军摆起一字长蛇阵向赵国边塞第一关金平关进发。秦军身着黑色军服，关前十里的白沙霎时间变成了黑色的海洋，黑色的潮水乘着西北的狂风向关上涌来。守关的士兵见秦军杀到，立即飞报将军，将军抖擞精神冲上城楼一望，只见前军是举盾如山的盾牌军，中军是举戈如林的长戈军，后军是不计其数的弓弩军，黑色的军旗上绣着一个大大的“秦”字。黑色的潮水在怒号的秋风中翻滚着，汹涌着。

秦军统帅突然令旗一举，全军停住，然后挥动令旗，弓弩军立即变作前军，一时间弩车、脚弩、手拉弩各就各位，只等统帅一声令下。肃杀的秋风冲进箭阵中，也准备与秦箭一同建功立业，开拓大秦江山。

将军望见秦军大摆箭阵，右手一挥，大喝一声：“防御！”一排排铜盾在城楼上立起，如同一面铜墙铁壁。雄壮的号角声吹起，雄浑的秋风将地上的白沙卷起，犹如一条玉龙平地而起，怒视着三十万秦国虎狼之师，在阳光的照耀下，杀气冲天。

“射!!!”

“风!风!风!!”

秦军统帅一声怒喝，千万支弩箭驾着秋风从秦军阵中杀出，弩箭如飞蝗般杀进关内，巧妙地飞过了城楼，绕过了铜墙铁壁，把来不及躲避的百姓统统射杀，弩箭穿进木屋，将在屋里躲箭的百姓杀了个干净。飞蝗一波一轮地从秦军阵中密密麻麻的杀出，一些狡猾的飞蝗绕过铜盾，狠狠地叮在士兵的肩膀、手臂、大腿上，士兵痛得靠着墙坐在地上。将军见此情形大喝一声：“起来，都给我站起来！你们都是大赵最强的勇士。国家正需要我们，我们又怎能倒下?!”受伤的士兵听了将军斩钉截铁的话，士气大振，个个忘了伤痛，英勇地从地上爬起，继续高举盾牌，保护着赵国的百姓——尽管关内的百姓都死了个精光。

进城

城门极其容易地攻破了一一没有一个赵军阻挡，城里百姓都死于乱箭之下，尸横遍地，血流成河，城里阴风阵阵，寒气彻骨，活似一座人间森罗殿。

秦军统帅率军攻上城楼，他要看看到底是什么力量让赵军打破了秦军箭阵无敌的神话。上到城楼，看到的景象令他大吃一惊——守城的将士们身上插满了箭，却依旧保持着举盾的姿势，没有一个人倒下，特别是飞龙将军。他双目怒视前方，双手撑着一支金枪，威武地立在那里，宁死不倒。血，从他额头流至喉处，铠甲的领子染成了红色，为保护赵国的百姓，他用自己的身躯挡住了秦军的百万弩箭，始终没有倒下，他与所有士兵一样——都是站着死的。

秦军统帅摘下头盔，对这些赤胆忠心的赵国将士们深深地鞠了三个躬，并下令厚葬。

忠烈墓前

肃杀的西风，迷茫的长空，凄厉的雁鸣，军号声沉重地被凛冽的秋风所切割和撕裂，断断续续，慷慨悲壮，似乎在哭祭。

五分钟演讲稿内容不限篇八

大家好！

上个学期，我们学校组织看了《小学生日常安全》的片子，看了之后，我感触到：安全是多么的重要！是呀，安全教育对我们十分重要，十分必要。到现在我对那部影片还过目不忘，那一幅幅场景依旧浮现在我脑海里，使我在日常生活中时时注意安全。

生命，是多么重要，我们只有一次生命，所以我们应该注意安全，珍爱生命，生命的逝去会带给家人，同学，老师，朋友多大的痛楚啊。

7月1日，是我一辈子不可能忘怀的。那天烈日炎炎，同学们都在家里待着，我想出门，可是小其和其他年级的同学一起，来到小兵家叫小兵游泳，小兵被动来到沱江河，第一个脱下衣服跳下去，不料这一跳使他送去了生命，小兵的父母，朋友在岸上呼喊，听不到回音，在岸上眺望，看不见身影，请了许多人，才在6小时后捞上来，可捞上来一具尸体，我震撼了，才和我们相处过，一天之后，居然离开了我们。

生命如同蜡烛，经不主风吹雨打，生命是多么脆弱，千万别拿生命当玩笑。尽管校长，老师，家长天天念，天天叨，我们都听烦了，但有些人还是一点也听不进去，如果听了，小兵就不会离开我们了。

请珍爱生命，注意安全吧！

五分钟演讲稿内容不限篇九

大家早上好！

很荣幸能站在这里代表全体新生致辞。

三年拼搏过后，我们终于亲手推开梦想的大门，步入大学的殿堂。于是，在这个秋高气爽的时节，我们光荣地站在这里，成为x大学x级一名新生，怀揣着期待迎接崭新的大学生活，预备着用自己未来的努力为育明再续辉煌。

佛曰，红尘滚滚，芸芸众生，缘分缘散，处处皆缘。我们相识并相聚于此是一种缘分，用张爱玲的话说，我们于千万人中遇见自己所要遇见的人，于千万年之中，时间的无涯的荒野里，没有早一步，也没有晚一步，刚巧赶上了。而步入校门的那一刻，更是注定我们与这所学校结下了不解之缘。高中三年的拼搏让我们追随梦想的脚步来到这里，来到这座我们曾在心底无数次描摹过的学府，走进未知但闪烁着美好的大学生活。此时此刻，我们心中充盈着喜悦与幸运感，当然还有感激，感谢身边所有悉心关怀并默默支持我们的人，也感谢自己，没有辜负这一段青春。

光阴易老，却也见证了我们的成长。岁月目送我们由懵懂走向成熟，由单纯走向深沉，由肤浅走向高远。在这里，我们还将学会心系民族，胸怀理想，追求荣誉。

然而我们的奋斗需要明确的目标，这便是理想。苏格拉底曾说，世上最快乐的事，莫过于为理想而奋斗。由此可见，远大的理想为我们指引人生的航向，如同提灯的引路人，在我们迷惘的时候导向，在我们退缩的时候鞭策。胸怀理想，让我们更加坚定地走上通往成功的坎坷小径，进而实现个人与民族的双重价值。

荣誉感则是这一过程的推动力，当我们为荣誉而不懈奋斗之时，便会在不知不觉中向着理想迈出坚实的步伐。那取得的一项项荣誉正如同我们在人生之路上留下的足迹，每一个都预示着成功的靠近。在某种意义上，为理想而奋斗的过程就是追求荣誉的过程。追求理想的道路上，我们和民族荣辱与共。

未来的无限魅力，恰恰来自于它的不可确定性，也是我们唯一有能力改变的光阴。大学四年正是最明艳的青春年华，理应留给梦想。明确目标，坚定信念，执着前进，我们相信，一切皆有可能。四年时光可以改变很多，而它最重要的意义，在于我们需要在这时确定人生的航向。昨日的荣辱都已成为历史，我们的面前还有值得探索的远方，还有需要描绘的未来。军训是对品性的磨砺，更是对人格的提升。我们相信自己能保持军训时的优良作风，尽快适应新的环境，迅速进入学习状态，不负父母的期盼，恩师的厚望，用行动书写自己的传奇。人生而独特，每个人都有能力创造奇迹。希望在四年之后，当我们回首往事的时候，就像保尔·柯察金说的那样，“不会因虚度年华而悔恨，也不会因碌碌无为而羞愧”，而是对自己说，我没有辜负这段最好的岁月。成败又如何，搏一无怨无悔，足矣。

站在这个崭新的起点，让我们携手向理想进发，为民族，为学校，也为我们自己摘得前所未有的荣誉。既然缘分让我们相聚在这里，我们便永远在一起，同荣辱，共进退，期冀在未来的一日，破浪远航！

谢谢大家。