

三分钟演讲青春(实用7篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

三分钟演讲青春篇一

诗仙醉酒，一袭白袍，挽袖吟诵，“天生我材必有用，千金散尽还复来”。他满身皆有诗之灵气，他在小女子的’梦中姗姗来迟。小时候的我喜读诗，却更爱读李白的诗句。欣赏他的豪迈，欣赏他的大气，于是，时时读到他的惆怅，时时梦见他的愁与“酒”同在。那种放荡不羁，那种壮志凌云，却惹得我感慨不已。是的，我踏上文学漫漫长路的第一步，是他。给了我勇气与力量。

“美人如玉剑如虹”。论才气，不及那削身薄命红颜李清照，她的词凄楚、婉约，惹人心痛。那“满地黄花堆积，憔悴损，如今有谁堪摘？”那“花”与那“愁”同在。我崇拜她。她的超脱于世俗女子的才气，她的文墨香气，她命运的坎坷。

诗词兼顾，于此，我心生醉意，欣赏才子佳人，更爱那字里行间满皆韵味。

一觉醒来，占据我心灵之上的诗句意源于海子。“面朝大海，春暖花开”，他将希望与温暖给予了世人，他爱海，他把如海般博大的爱给了世人。对他，我心生敬意，字字有情，却句句含泪，我终是感叹海子自己了结了生命。从未鄙视过，那是他自己的选择，可是。我却由此更爱生命，用心感受生活的点滴之美。

梦醒了，孤身旅游回到了归所，这一路还在继续，文学的海洋漫无边际，我也许是条很小很小的鱼儿，在一点一点找寻前进的方向。但我的灵魂并不孤寂，因为曾经欣赏过的才子守望我，曾经崇拜过的佳人注视于我，曾经衷情于的诗人在给我力量。一路上，还有我可用心感悟的文字与我相厮相守，我，不寂寞。

漫游文海，欣赏我所欣赏的人、事、物，宁可徘徊于我如痴如醉的世界。

三分钟演讲青春篇二

曾经有人做了一个试验。他点清了一座山林中的红羊后，把山中的狼全部捕捉起来，让红羊没有敌人。照理说，红羊应该是悠闲自得、快乐地生活了，但事与愿违，红羊为了争夺一小片土地、甚至一棵青草而搏斗，由原来一支整齐的队伍变为一盘散沙。经过搏斗的红羊一只只疲惫不堪，过去那种矫健、奔跑如飞的红羊在这座山林中再未曾出现过，而且，红羊的数量也在逐渐减少。是什么原因呢？因为人们捕获了狼，红羊没有了给它们造成生命威胁的动物，而自相残杀直至消亡，失去了危机，同时也失去了生机。可见，在生态环境中，没有磨难就不会有生态平衡的系统。

张海迪胸部以下失去知觉，但这些困难反而使她有了更为远大的目标，学习掌握了德语、日语、英语。她为什么能取得常人都不容易取得的成就呢？因为她在承受巨大挫折的同时，也将挫折化为了动力，让挫折成为自己的奴隶，再一次战胜了磨难。

人生如一块璞玉，这是上帝赐予你最大的财富，这块璞玉中有着酸甜苦辣，也许痛苦过后便是幸福，这是上帝给予你最大的机遇。只有自己努力来雕琢这块璞玉，才能使它成为完美无瑕的艺术品。

同学们，当你遇到挫折、困难时，不妨想想，上帝是公平的，有时磨难也是一种财富。

谢谢大家！

三分钟演讲青春篇三

现在给你三分钟的时间让你演讲，你会说些什么呢？三分钟短短的时间内，我们要演讲写什么精彩的内容才会被人们所记住呢？以下是关于精彩三分钟演讲稿，欢迎阅读！

感谢大家给我一个上台的机会！

俗话说：“台上一分钟，台下十年功。”如果一个人很有成就，不是别人给予的，更不是从天上掉下来的。

是靠自己的努力、勤奋争取的。

才能主要来自勤奋学习是不可猜疑的。

每一个人的才能不是天生就有的，而是靠自己的勤奋努力而来的。

比如说德国数学家、物理学家和天文学家高斯。

他从小就酷爱学习，一生为科学事业做出了巨大贡献，但是如果他没有从小的勤奋努力学习，他也不可能成为著名的科学巨人。

没有勤奋努力的学习是不可能有什么成就的。

这样的例子有很多很多，可以说每一位有成就的人都曾努力学习、努力探索过。

学习的关键在于“肯学”和“敢学”。

如果你的愿望是成为一名有成就、有才能让人敬重的人物，但你又不肯，或不敢去学习最终还是会一事无成的。

并准确地测定了它的原子量，证实了镭的存在。

这是一次多么让人惊叹的事实。

正是居里夫人的.肯做、敢做才证实了镭的存在。

因此，要想成为有才能的人，就要从小“肯学”、“敢学”。

尊敬的各位领导各位老师，亲爱的同学们：

大家晚上好。

非常荣幸今天能作为学生代表在此发言。

曾经有人说过：蕴藏于人身上的潜力是无尽的，你能胜任什么事情，别人无法知晓，若不动手试试，他对自己的这种能力就一直蒙昧不查。

我觉得我能有今天这样的一点点小成绩，很重要一点就是在于我迈出了向自己挑战的一步。

在不断的工作过程中我学会了自信而又坦诚的面对一切，从此让我觉得学生工作既充满挑战，又富有乐趣，所以我乐此不疲，保持热情直到现在。

有了良好的开端之后，关键就要看自己的坚持情况了。

我把握好了自己，清楚自己在做什么，而且确实朝着自己的计划在前进，所以我就取得了成绩。

这样不但使我的工作出色的得以完成，而且还使能力得到了长足的提高。

是你们对我的关心和教导使我在前进的道路中看清了方向，加快了步伐；还要感谢所有同学，有了你们4年来的理解和支持，才让我可以不遗余力的朝前发展。

衷心的感谢你们！

我们是当代的大学生，承前启后，继往开来，是未来社会的生力军，是推动社会生产力发展和先进文化发展的中坚力量。

党和人民对我们寄予无限希望，祖国的未来靠我们去创造。

努力实践三个代表 的重要思想，刻苦学习科学文化，发展创新科学技术，这是时代赋予我们的神圣使命和历史责任，我们有权利也有义务去承担起这份责任。

最后和大家分享一句话，我们共勉：青春啊，永远是美好的，可是真正的青春，只属于这些永远力争上游的人，永远忘我劳动的人，永远谦虚的人。

亲爱的同学们，敬爱的陈老师：

大家上午好！我今天演讲的题目是《论实干》。

实干，顾名思义，就是实实在在的干，一步一个脚印脚踏实地的干。

像老黄牛一样埋下头来做自己的事情，就是实干。

如果你想成功，那么你就得实干。

实实在在做有用的事情。

如果每天喊口号似的，我要做多少题目，要看多少页书，而不付出行动的，那么，我可以肯定的告诉你，成功一定不会青睐你。

因为你是活在口号中，而不是活在实干中。

大家应该都知道王进喜的事迹。

在石油要从油井中喷出的紧要关头，如果他不用身体去和水泥，而是站在旁边干着急，结果有会是怎样？众所周知，魏书生先生是一个伟大的教育家。

请大家假想一下，假如魏老师做的和说的不一样，结果有会是怎样？肯定的，如果他们不去实干，不付出行动，那么他们就不会成功。

实干，造就了一代代成功人物。

在科学技术经济水平不断发展的今天，实干尤为重要。

如果不是医务工作者的实干，SARS就不会这么快被攻克；如果不是广大人民群众の实干，我们今天的生活就不会这么好。

在我们的学习中也是如此，那些基础知识扎实，平时肯实干的同学，成绩就会好。

相反的，那些平时没事做，整天生活在口号当中，一到考试就临时抱佛脚的人，成绩就会差。

所以在学习当中，我们一定要实干，多做实事，少喊口号。

只有实实在在的做有用的事，知识才会一点点的积累，学识才会一步步的提高。

为了自己理想的实现。

为了在高考场上一举夺魁。

我们必须从现在起踏踏实实走路。

日计划、周计划、月计划，我们要一个个的落实。

不能让它们成为一纸空文。

当天的学习任务要当天完成，不能推迟。

要做到说了算，定了干，一不做，二不休。

知识点要一个一个过关。

学习是一个持恒的过程。

每天的学习，我们不仅要落到实处而且要持之以恒的做下去。

这样才会有明显的效果。

就像我们写《创新日记》一样。

“实干”二字，说出口容易，写出来也不难，难就难在其意：实实在在的干。

而且要不得持之以恒的干，尤其是在学习方面。

谁能够持之以恒的踏踏实实的学习，谁就是最后的胜利者。

实干如同一叶船桨，推动着我们不断前行；实干如同一只萤火虫，照亮并指引我们前行的路；实干又如同一只信鸽，带着我们的梦想飞向远方。

同学们，为了我们的理想，为了我们的班级，为了我们的第一，请投身于实干中去吧。

我的演讲完毕。

谢谢大家！

三分钟演讲青春篇四

尊敬的老师、同学们：

大家好！

蝴蝶因为有了破茧的痛苦，才会在空中留下美丽的`身影；鱼儿因为有了惊涛骇浪的洗礼，才会有鱼跃龙门的美丽传说；雄鹰因为经受住了风刀霜剑的磨练，才会有叱咤风云的豪迈。

成长道路中磨练是人生的必修课。

俗话说的好，自古英才多磨难。回顾历史我们会发现许多名人都很注重在逆境中磨练自我的意志。

孔子的高徒颜回家境贫寒，屋舍破陋，卧在席上只能蜷着身子，他处在这样的逆境中却自得其乐学有所成。

宋濂少时家贫，学习上无书无师。学艰难，穷冬时节，穿行深山雪谷中。一日粗茶淡饭仅有两顿……经过多上磨练才最终有所成就。

我想这些名人之所以能取得巨大成就与他们在艰苦环境中的磨练是分不开的。正如孟子所言：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。仅有经历了磨练之后，才能真正树立起应对困难的信心。

阳光总在风雨后。

三分钟演讲青春篇五

敬爱的老师，亲爱的同学：

毛毛虫蜕变成蝴蝶，要经历化茧的煎熬；雏鹰欲振翅高飞，要忍受一次次摔落的痛苦；温室里的小草想茁壮成树，要承接风吹雨打的历练；而我们要想成长，就必须经过不断的磨练。

小时候，我是父母的掌上明珠，真是“捧在手里怕摔了，含在嘴里怕化了。”可上了初中，爸爸突然就铁石心肠起来。必须要把我送去寄宿。无论我怎样的埋怨、哭喊、哀求，都该变不了我去寄宿的命运。

初到寄宿的地方，我感到一切都是陌生的。学校里有陌生的教师和同学，寄宿班里有陌生的阿姨和同龄孩子。那段时间，我真的感觉一切都糟透了，陌生的环境带给我的未知感，对家人的思念，没有人陪伴的孤独全都包围着我。于是，我努力把自我变得冷漠，变得像刺猬一样惹人厌恶。双休日回家时，冷漠的对待父母家人，我以为把自我隔绝会让我欢乐一点，可我却越来越悲痛。

直到之后，同学们对待我的友好让我卸下了自我一层层冰冷厚重的盔甲，融入了班级这个大团体。寄宿班阿姨和其他孩子对我的`好让我感到了前所未有的温暖。我不再任性，变得开朗活泼了，我学会了好多以前不会的东西，就像叠被子，洗衣服，打扫房间等一些小事情，大家都说我长大了。

有一天，我偶然看到了一个视频；成年母狮把自我的孩子们一个个赶出家门，不再喂养它们，任小狮子怎样哀求，母狮子都无动于衷。之后这些饥饿的小狮子只能自我捕食，最终它们全都学会自食其力的生活了。看完视频，我突然明白了父母的良苦用心，他们是想让我变的坚强，成长起来，不依靠

别人靠自我活着。

“墙角数枝梅，凌寒独自开。”梅花仅有经过寒冷的侵袭才能绽放。所以，不要害怕磨练，仅有经过了一次次磨练，我们才能一次次成长。

三分钟演讲青春篇六

亲爱的老师，同学们：

大家好！

有些人，不会给我讲知识，也不会告诉我许多道理，她们只会和我玩一些有趣的游戏，或和我一起分担痛苦。她们是我的好朋友、好同学。

我要感谢我的朋友。上课时，我们一起热烈的讨论；下课时，我们一起开心的玩耍。她们带给了我快乐。

好朋友会互相帮助，宁愿牺牲自己。有一次，放学了，窗外下起了瓢泼大雨。而且我并没有带伞，我急得像热锅上的蚂蚁，心想：又要淋着雨跑回家，万一淋感冒了怎么办？正当我即将绝望的时候，一句温暖的话语从好朋友嘴里说出：“我借你用吧，我让我爸爸来接我行了。”直到第二天早上我才知道，她并没有叫他爸爸来接她，而是自己跑着回家的，都发烧了，而且很严重。

我要感恩我的好朋友，是她们在我需要帮助我的时候，伸出了援助之手；是她们让我有了信心和勇气；是她们给予了我开心与快乐。

我爱我的好朋友！

谢谢。

三分钟演讲青春篇七

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家下午好！

我们都知道，水是生命的源泉，假如没有水，我们这个美丽的星球——地球就不会孕育出生命。也就是说，包括人类在内的一切生物都无法在地球上生存，地球也就不会呈现出今天生机勃勃的景象。那会是何等的荒凉啊！

事实上，地球上的淡水资源本身就很紧张。据统计，全球约有13亿人与安全洁净的饮水无缘，很多疾病，特别是消化道疾病，都与水污染有关。淡水问题，已经成为全球范围内最为严重的环境问题之一。由此看来，如果人们再不注意节约用水，地球上的淡水资源是终有一天会被人类消耗完的。为了保护地球，为了人类的可持续发展，让我们行动起来吧！

作为小学生，我们应该做一些力所能及的、保护淡水资源的事情。例如，我们可以尽量一水多用，用洗菜的水浇花、冲xxxx桶等。只有人人都注意保护水资源，才能摆脱水资源减少带来的厄运。

节约用水，从我做起，从一点一滴做起！

我的演讲完毕，谢谢大家！