

2023年青春三分钟演讲稿(通用7篇)

演讲稿也叫演讲词，它是在较为隆重的仪式上和某些公众场合发表的讲话文稿。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。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。

青春三分钟演讲稿篇一

风再冷，不会永远不息；雾再浓，不会经久不散；风息雾散，仍是阳光明媚。如今我们年少的青春，只有希望，向着远方的未来，我们愿张开双臂，迎接新的未来。相信自己，明天是美丽的。学习，是一个艰辛求知的过程。它像是一座陡峭，充满挑战的高山。当你决定攀登这座高山时，抬头仰望，它仿佛是那么的雄伟。那么的不可逾越，心里不免产生一丝恐惧，但更多的是兴奋与好奇，不禁让我们跃跃欲试。

前进的路上，不可能是一帆风顺的，一定要历尽艰辛，才能一步一步迈向自己的目标，到那时，回头看看那些被自己克服了的陡坡，心中自会油然而生一种自豪，一份喜悦，可能当你抬头看那遥远的，未曾尝试过的路程时，可能脑中又会闪过一缕忧愁·····然而，这正是考验你的时刻，你只有重新振奋精神，继续向着目标前进，才有可能成功。

当你经过无数次跌倒，又爬起后，你的意志就会变得愈加坚强。

因为你是无畏困难险阻，克服种种困难挫折登上山顶的胜利者。

向着美好的未来冲刺把，成功永远属于不懈努力的人！

青春三分钟演讲稿篇二

尊敬的各位：

大家好，我是xx班的xxx。我演讲的题目是：青春目标

一个人走在路上，头发被尘土染成了灰色，怎能不让人心酸？又想起一句话：好好上学，干活不容易。我总是被夜幕下的父亲的背影所感动。

成功，是一次又一次失败的叠加，没有人可以随随便便成功。曾经多少次对自己说好好学习天天向上。然而，每每取得一点小小的成绩就沾沾自喜不学习了。殊不知somebody比自己努力的多；在班里成绩强那么一点就找不着北了，却不知道老张和大班长为什么成绩稳定。

有帆没舵的船，可以航行，但没有终点。目标好比是人类进步的滑板车，好目标会让你前进，不好的目标则会让你踌躇不前，甚至后退。脑海中又浮现出父亲的背影，时时刻刻告诫自己：好好上学，为了自己，更是为了爸妈。目标是前进的动力。树立适当的目标是成功的关键，所以我决定“重新做人”。

目标是向上的动力，有了动力才会前进。相信自己，明天属于你。believe yourself。成功属于你。没有比脚更长的路，没有比人更高的山。

青春三分钟演讲稿篇三

亲爱的老师们，同学们：

大家好！我是xx号，我演讲的主题是“正能量，青春”。

细节温暖人心：那是上个学期的事了。那天学校组织我们大

扫除，我们班负责的是前校园的公示栏。当时是秋末冬初，天气很冷，加上在冰冷的水里投布。不一会同学们的手都被冻僵了。这时细心的京辉发现了这一现状，便默默无闻的开始行动起来了。我们看见京辉端着一盆干净的水走来，便迎了上去准备投布。谁知他却躲了过去并没有让大家投布，而是走进了教学楼。他的行为让大家非常不解。有人猜想。难道是他小气不让我们是他换的水，也有人说京辉平时乐于助人不会是这样的人。大家来不及多想便又去干活了。

过了一会京辉端着一盆热气腾腾的清水，从教学楼里走了出来。还一边走一边说：“这里有热水大家快来投布呀。”这时大家才明白过来，原来刚才他端着盆是给大家对热水去了。真是个热心又细心的大男孩呀。大家用这热水投着布，不光手上暖暖的，心中也被这简单的微不足道的小小的正能量所感动着。这时京辉看见大家都用自己换来着热水投着布，脸上也露出了欣慰的笑容。

关键体现人心：这件事发生在去年的运动会期间。运动会眼看就要举办，其他班都纷纷进入了训练备战期间，我们班也不甘落后。有项目的同学也纷纷开始了各自的训练，唯独我们班的接力训练迟迟没有开展，老师一问原来是没有接力棒导致的。于是老师在班中问谁家有接力棒，可是没有一个人举手说自己能带来一个的。于是这件事就又耽搁了几天。

几天之后裴老师见同学们谁家也没有，于是就让自己的爱人把家里车上的雨刷器做成了一个接力棒。就在这时候我们班的小赵同学也牺牲了家里的拖把，把手柄做成了一个接力棒。这下在我们班老师和同学的共同努力下我们班的接力队也可以训练了。同学们手中拿着老师和同学精心制作的接力棒，更卖力的训练了，脚下好像跑的更快了。

行为感染人心：我们年级自打我们入校以来，就一直坚持带我们去首都图书馆服务。就在去年我们还在那挂牌，使那里成为了我们社会实践服务的基地。年级大部分人都去过那里

服务大众，为人们做贡献。虽然每次都很累，但是看见你自己整理好的书柜，看见那些大人们对你赞许的眼光，以及那些小朋友们对你羡慕的眼光，似乎也不怎么累了。

以前我在那里看书，到现如今成为了那里的一份子。我感到非常的自豪。有一次我们在老师的带领下，去首图参加社会实践活动。在其中我感受到了我们这个活动的意义所在。就在我们整理书柜的时候，一个小女孩走过来手里拿着一本书，我看她在寻找着什么。我就上前去问她要干嘛。她说要把书放回原位，我问她为什么，她说如果不放回原位又要有人去整理了。通过她的事件，我彻底的明白了，我们社会实践的意义所在了。我们去做社会实践不仅能锻炼自己，还可以感染他人。

一辈子，很累，真的不需要去苛求自己，什么都要完美，你的生活，有你的足迹，有你的泪水，有你的笑声，你的世界就已经完美了。对生活多些感恩，多些知足，用那些正能量去驱散人生的迷雾和阴霾，用一颗阳光的心，还自己一片澄净的艳阳天。我们需要正能量，我们需要青春的正能量！

我的演讲完毕，谢谢大家！

青春三分钟演讲稿篇四

亲爱的老师，同学们：

大家好！

人生最美好的时光就是青春，青春是什么？青春是挂在夜空中的圆月，青春是地平线上的朝阳；青春是一支支圆舞曲，它还是一首抒情诗。青春是我们走向成熟的必经之路，青春，让人听了多么羡慕的字眼儿啊！

二七岁，我们怀揣着梦想，在三高中的蓝天下飞翔。想飞的

日子里总是有风有雨，一起在林荫道上嬉戏，一起在辩论会上唇枪舌剑，一起在篮球场上争抢高低，一起探讨科学的奥秘。我们载着年轻的梦，在知识的海洋里自由自在地遨游，到处可以分享我们青春的激情。

席慕容说：“翻开那发黄的扉页，命运将它装订得极为拙劣。含着泪，我一读再读，却不得不承认，青春是一本太仓促的书。”有时候，我们也会一个人坐在天空下发呆，幻想着美好的未来。追赶忆着幼稚的童年，不知不觉中眼泪已悄然滑落，可是谁也不知道这泪是为谁而流。也许我们还太年轻，我们有着一颗年少轻狂的心，虽然经不起风浪，但是却总想知道世界还有什么，总是觉得自由流浪才是真正的人生。

就在这个懵懂的年纪，我们要把自己的理想变成自己的理想变成现实。拼几个春夏秋冬，换一片万里晴空。失败了再爬起来，凡事总要试一试，拼一拼，因为我们年轻，年轻是我们最大的资本。因为我们有青春相伴，“有花堪折直须折，莫待无花空折枝。”抓住青春的衣角，跟上青春的步伐，让青春伴随着我们一路高歌。

青春是人生的鲜花，是年轻生命的闪耀，是纯真的结晶。青春就像抓在手里的泥鳅，不经意间便从指缝间溜走，等你发现，却只剩下一条尾巴。窗台上的日历又翻过了一页，要知道，今天过去不会再回来，十七岁过去了，不会再有另外一次。没有人会为你唤回青春，也没有人替你走完人生。青春的每个日子，都是一本内容不同的书，一幅风格迥异的画。而此时我们是书中的主角，画中的人物。趁年轻，让我们把青春的书写成成长的日记，装满微笑与赞美。

同学们，准时开出的列车不会等待姗姗来迟的旅客，滚滚向前的时代巨轮不会迁就虚度年华的浪子，让我们拽紧青春的线绳，把我们的梦想放飞在蔚蓝的天空吧！

我的演讲完毕。

谢谢大家！

青春三分钟演讲稿篇五

“我命由我不由天”我想这是一句许多人都十分喜欢的名句吧。的确我们美好的未来是要我们自己用我们自己的汗水去创造的，正如《学会改变命运》中的那句话一般“今天我们含泪播种，明天欢呼收获。”

从古到今人们创造了许许多多自我鼓舞的名句，如“人定胜天”、“勤奋出人才”、“有付出才有回报”等等，的确改变命运的方法有许多种，但这些方法如果少了一个坚定不移的信念，就会变成空谈。

神秘的复活节岛的石像，它们经历过千年风雨的洗礼，是信念让它们笑对世间沧桑，是执着让它们屹立不倒。

人生就像一盘棋局，你想要杀的精彩，就要敢于落子。我们的幻想毫无价值，我们的计划渺如尘埃，只有我们的行动才能改变一切。

要实现一个远大目标的方法就是“从第一个盘子开始”。古语有云“欲速则不达”，也对一口起吃不了一个胖子，不要着急妄想把目标一下子完成，那么只会使你手足无措，最后只会一事无成。对于那些远大的目标，我个人认为我们无须太着急，只要一步步走下去，一不一个脚印，自然会水到渠成的。

青春三分钟演讲稿篇六

青春励志演讲稿范文（三分钟）

励志的演讲稿总是能够激动人心，让人热血沸腾，下面是小

编为大家带来的三分钟青春励志演讲稿范文，希望大家喜欢!

尊敬的老师，同学们，

大家好!

今天我演讲的题目是《青春的誓言》

作为新一代的我们，理想是丰满的。我们对未来充满激情，但是我们却不得不承认，现实的骨感!因为青春不仅仅需要激情，同时也需要一颗求实进取的心!

每一个人都有自己的梦想，然而梦想总是离现实相隔万里。有些人梦想成为教书育人的人民教师，有些人梦想成为救死扶伤的白衣天使，有的人梦想成为保家卫国的人民子弟兵，有的人梦想成为人类社会发展的工程师……不管是教师也好，医生、战士还是工程师，只要对国家、对社会奉献了自己的价值，他们都有同一个美丽的名字，叫做“人类绿色灵魂工程师”

青春是我们现在所拥有的最宝贵的财富，我们的生活应该充满激情!

青春，充满了梦想，然而我们的生活中有许许多多的无奈，

当我们经历了越来越多的坎坷，我们是否会对未来产生一丝迷茫，

我相信答案是肯定的!但是这并不是我们可以失败的理由，也绝不是我们就此

沉沦的原因，青春应该充满朝气，记得奥斯特洛夫斯基的钢

铁是怎样炼成的. 中有这么一段话:生活赋予我们一种巨大的和无限高贵的礼品, 这就是青春:充满着力量, 充满着期待, 充满着求知和斗争的志向, 充满着希望和信心的青春!”的确如此, 青, 是绿色, 是生命的颜色, 春, 是季节, 是成长的季节, 青春是人生最美好的季节, 青春是人生最铿锵的篇章, 青春是摧枯拉朽的豪情, 青春是旭日东升的力量, 青春的我们意气风发, 青春的我们敢为人先, 青春的我们斗志昂扬!

少年兴则国兴, 少年强则国强!此时的我们正当年少, 正如一柄刚刚出炉的刀, 我们容不得片刻的等待与迟疑, 我们要像蜗牛那样凭着自己的耐力默默前行. 我们更要像雄鹰一样一飞冲天!我们绝不让似水的岁月在慢慢氧化中失去光泽, 我们更不会让它布满斑驳, 成为废铁!我们要迎着青春之歌, 奋发向上, 砥砺前行!

我的演讲完毕, 谢谢大家!扬起自信的风帆

尊敬的老师, 同学们, 大家好!

今天我演讲的题目是《扬起自信的风帆》

在漫漫的人生旅途上, 我们哭过、笑过、成功过、失败过。当种种情形摆在我们眼前时, 我们又该如何抉择呢?是的, 人生并没有人们所期待的一帆风顺, 面对成功, 人们总是欣喜万分, 因为它是我们努力的认可;面对失败, 人们总是黯然神伤。但我们真的没必要因为失败而心灰意冷, 不是有句付出总会有回报的话吗?所以挫折是难免会有的, 但自信却是我们不可遗弃的。

人生的航程本来就是有波浪, 有涟漪;人生的道路上一样也会有坎坷, 有崎岖。我们应该坚信付出就会有回报的真谛, 同时既不要因成功而沾沾自喜, 也不要因失败而闷闷不乐, 要

以一种积极向上的生活态度来面对成功与失败，从而以成功或失败作为契机，并以此当成新的开始。

在我的记忆里，曾有一人令我钦佩不已。他从小热爱音乐，在他的世界里到处充满着悦耳动人的旋律。但天不从人愿，偏偏让他成了聋人，使他向往美好世界的道路上又增添了一堵厚重而严实的墙。难以想象的是他并不是因为前途困难而退缩，而是以积极的态度接受命运的挑战，坚持不懈的创作，终于，他的努力得到了人们由衷的赞赏，他也因此成为了闻名世界的著名音乐家。也许你们早已猜到，没错，他就是为世界创出无数动人乐曲的伟大音乐家贝多芬！从他的人生中，我明白了人生并不是那么不堪一击，阻碍我们的是在于我们是否有坚强的意志和信念。我相信，只要我们真诚地付出就没有任何事能难倒我们！

青春三分钟演讲稿篇七

亲爱的老师同学们：

大家好！

人生十六七的我们，有时也会沉默和忧郁，我们常会一个人坐在窗口，望着高楼和蓝天，独自一人在那发呆，想着自己的过去，但即使你青春没有如此的光辉，也不必遗憾。诗人拜伦说过：“失去虚度的年华不是一件遗憾。”因此当你意识到这一点时，青春也同样在闪光，发热。这光不为你的骄傲而存在，而是为你照你前进的道路；也不是为你的享受而存在，而是为了添加你拼搏的力量。所以青春的字典里没有“遗憾”的字根！

青春是短暂的，智慧是无限的，抓紧时间学习知识是把握青春的最好办法。雨果说：“啊！春天是一年的青春！青春就是生命的春天！”既然我们不能留住春天，那么就抓紧在春天播种

吧!

人生十六七，多么美好的岁月啊!让我们都来珍惜。拥有青春的日子，我们不要让它在茫然与不知中逝去，向着理想努力吧，做一个最出色的你。