

# 2023年适合大学生五分钟演讲的(大全5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？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 适合大学生五分钟演讲的篇一

可能是小时候童话故事听多了，每次提到狼，脑海中首先冒出的便是贪婪、残暴、凶恶、狼心狗肺、狼子野心……这些字眼，总觉得狼是一种没有理性、没有情感、没有道义的动物，直到读完《狼王梦》这本书，狼，在我心中的形象才彻底改变了。

在一个狂风骤雨的夜晚，母狼紫岚生下了五个孩子，四只公狼崽，一只母狼崽，其中一只公狼崽因为紫岚的疏忽，死于暴风雨中。在经历了与大白狗的殊死搏斗，在遭受了痛失爱子的沉重打击后，紫岚并没有倒下，她做出了在我们人类看来最绝情的举措：吃掉那个死去的孩子，让自己的乳房鼓起来，去哺乳剩下四只饿的奄奄一息的幼崽。

这是何等的残忍，都说“虎毒不食子”，在不知情的人看来，紫岚是一个“十恶不赦”的坏妈妈；这又是多么的伟大，为了其它的孩子能够生存下去，作为母亲，紫岚做了她最不愿意做的事情。我们无法体会将自己亲生的孩子一点一点撕裂、吞咽是一种什么样的心情，但是，“死去的已经死去了，重要的是要让还活着的能活下去，而不是一味地沉湎在悲痛中不能自拔。”这就是紫岚的生存法则，这就是狼兽的理性之道。

其实，紫岚一直有一个梦想，希望把自己的后代培养成狼王，

这也是紫岚死去的老公黑桑的心愿。但在残酷的现实面前，她一次又一次的失败了。

黑仔是狼崽中最壮的一只，和死去的黑桑极像。紫岚极力偏袒这只小狼，在别的狼崽面前也毫不掩饰，占最大的乳房，吃最好的食物，这都是黑仔的特权。这只小狼崽似乎也朝着紫岚所期待的方向发展。然而，在紫岚觅食外出时，黑仔竟被一只饥饿的金雕叼走。紫岚悲痛难当，却不落魄，她又将希望寄托在蓝魂儿身上。在紫岚的精心喂养下，蓝魂儿很快成为了一只优秀的大公狼，等冬天狼群再聚集时，就可以篡夺王位了。事与愿违，为了一只被肢解的羊，蓝魂儿落入了猎人的陷阱。为了不让蓝魂儿受到猎人残忍地杀害和猎狗肮脏的奚落，紫岚被迫一口咬断蓝魂儿的喉管，让她在自己安抚的温馨中，毫无知觉地死去。当紫岚把目光落到到双毛身上时，不由得叹了口气。双毛瘦弱干小，眼里没有狼应有的冷峻与孤傲。更可怕的是，双毛在幼年时被黑仔霸道蹂躏成一副天生奴仆样。即便如此，紫岚也没有放弃，经过种种“上等食材”的喂养和一系列“克服自卑”的魔鬼训练，双毛终于成了家中的头狼。然而，在与狼王洛夏的决斗中，双毛最终被打败。四个狼儿的接连死去让紫岚彻底绝望了，她陷入了极端的孤独和痛苦中，甚至对自己的命运产生了质疑。但当她看到自己仅剩下的女儿媚媚时，那即将泯灭的希望之火又重新燃烧起来。

尽管，故事的结局并不像我们所期待的的那样完美，为了保护狼孙，紫岚与一只曾经吞噬过自己儿子的金雕同归于尽。紫岚是失败的，她并没有亲眼看到自己的后代成为狼王；同时，紫岚又是成功的，女儿媚媚与卡鲁鲁产下的五只狼崽又给予了她无限期望，他们当中也许有一只将来会成为顶天立地的狼王。人物一理，为了追逐梦想，为了成为狼王，紫岚毕生都在不懈努力着，哪怕是一而再再而三的遭受丧子之痛，哪怕是最最终搭上了自己的性命，都不轻言放弃，都不肯服输，这是狼之道，也是人之道。紫岚身上所体现出的“狼精神”，值得我们每一个人反思、学习。

## 适合大学生五分钟演讲的篇二

叶，舞者。

垂暮的落叶有它自己的美丽，人们都为之沉醉。落叶的悲壮与凄美是秋天林中的绝妙风景，既婉约又豪放。不管是阔叶还是灌木，无论是丛生还是独秀，无论是初秋还是寒霜，无论是凌厉还是轻弱，由天向地，由枝到泥，落叶的舞都是那么从容、自然、独特而震撼人心。

蓬勃在植株上的叶子也会舞蹈，那是另一种舞，所有的叶子都是舞者。生机盎然的叶，颜色因植物的种类而不同，那些就是叶们自己的舞裙。春风春雨，夏日夏云，完美的布景，广阔的舞台。是一曲生命的颂歌，是一场澎湃的舞蹈，也是自然钟其神秀于叶，而演绎于天地。

二、水。

水，舞者。

水是自然界中永恒的灵气，水的舞蹈尽显独特魅力。气态的水是缥缈的，充盈整个世界，赋予世间万物润物无声的友好抚慰。水蒸气的舞蹈是无形的，游荡于气体间，随升随降，随盈随收，是一种舒展和轻松，是将自己的舞蹈融入世界，是化无形为神韵，是邀轻灵与和谐共在的优雅群会。

液态的水，它的舞独具风韵。水是有特质的，别具一格的液体，二氢一氧，最完美的分子组合。无数的人为水歌颂，无数的人为水陶醉。地形地势是水舞步的所在，水的舞因万物而变，又不同于万物中任何一物。柔和百转，千般灵动，任何语言也无法说出那神奇的舞蹈为何如此多姿。

固态的水，为冰为雪，为颗为粒，以历历身形在无垠的舞台上跳跃。冰的舞蹈是缓慢的，雪的舞蹈是浩荡的。它们是寒

冷里最热血最奔放的舞者，不管它们的温度，只论冰雪的意气。如此水，如此舞，天地绝唱。

### 三、火。

火，舞者。

为火者，非液非气非固，实乃世间奇物。火是分子蓬勃迸发的体现，所以不仅无形无态，还不可寻觅。火的舞蹈，是最活跃的，在火的舞中，可以看到热烈的生命在欢呼，跳跃。你无法触摸到火的舞步，但你可以呼吸到它的姿态。你无法控制火的形胜，但你可以看到火穿越空间般的幻异。如此舞者，千姿百态。

赤橙黄绿青蓝紫，火的色彩可以将光谱尽显。没有根基定式，没有形状轨迹，光芒四射，热量传递。火舞是星星点点的光辉，火舞是跳跃燃烧的流苏，火舞是闪烁奇异的明睛，火舞是奔腾旋转的气流。火既是黑暗也是光明，火既是毁灭也是新生，火就是处与颠峰的一种状态，它的存在是世界的新纪，是纵横四射的班驳华丽。

### 四、风。

风，舞者。

温度、气流……普通的事物也能造就不平凡的传奇。风是一种不同于火的状态，它是流动的气体集体的趋势，运动的空气造就不可捉摸的灵动。风是以无形主有形，天上地下，风之翼扇动而舞。一切物体都可以为风伴奏，一切物体都是风的舞伴。风的呼啸、低吟、呜咽、泣诉、柔声、暗语，都是随舞而生的颂歌。

风似乎同于水汽，但风的足迹更为广阔。山巅的风凌厉多变，拨云弄雾，大踏步迈来迈去。丘壑的风善于演奏，灵活的身

形穿于各沟各丘之间，摇摆玲珑。平原的风豪迈而开阔，天地之间的任何一立方厘米都是它的舞台，有席卷万物之势，浩浩荡荡冲撞上下，舞的酣畅淋漓。还有沙漠的热风，竹林的清风，海滩的柔风，冰原的寒风，都多姿而不凡。

五、尘。

尘，舞者。

尘是肉眼可见之物中最渺小的，它无处不在，不计其数。尘的舞蹈也是多种多样，每样都有独特的美感。常见的尘舞，于金黄阳光倾泻下，光束间飞扬旋转，小小的舞者正演绎着永不停歇的舞剧。细小的颗粒们没有颜色，只有光辉。尘的舞，虽微小但也盛大。尘可以将万物包容，就连蓝天的美丽也是许多尘舞精彩的汇粹。

尘并不微小，它的家族构成了整片整片的大陆。于是，尘的舞蹈就是大地的舞蹈，大地一直在舞动着。我们没有看见过大地神奇的舞姿，但正是大地的舞，衍生了这无比多彩的世界。尘之舞，成大千万物者也。

千姿舞者，舞于天地，自然绝美……

### 适合大学生五分钟演讲的篇三

流星雨，纵然美丽，却只是在夜深人静是划过寂静的天空，瞬间绽放她的美丽，繁华过后永远消失，不留痕迹，如果我们能把握住这流星雨，流星雨的光辉便点亮了我们人生的整个夜空。

它如静夜里撒下的颗颗钻石，瞬间照亮漆黑的夜晚，绽放如虹般的色彩，它如明亮的月夜激动时溢出的滴滴缤纷的泪珠，它就如灿烂的青春短暂而又辉煌。

有人说，当流星雨来临时，只要发自内心地许一个愿，愿望就会实现，所以我一直期待在那流星雨划过的夜晚，真诚地许下自己的心愿，在那绽放青春的季节，播种下希望的种子，用拼搏和奋斗的汗水去浇灌，在金色的秋天收获年少时种下的硕果。

我一定要、一定能在这青春流星雨来临的季节展翅高飞，看到那属于自己的璀璨。

春意盎然的日子里，一朵朵金黄的蒲公英花终于褪去了金色的童年开出了毛茸茸的蒲公英。当清晨的第一缕阳光温柔地抚摸着它们时，它们早已幻想着离开母亲的怀抱，飞向更广阔的草地，期待那份属于自己的新生活。于是当微风吹过它时，它毫不犹豫地去抓住微风的手。可是春风好像故意跟它作对似的，狠狠甩开了它的手，不停地折磨它。但它心中对外面的世界与新生活的憧憬，却一刻也没有停止过。于是，它毫不畏惧，依然坚定地伸出了小手，奋力地抓着轻风的衣角，弱不禁风的身体在空中颤栗着。终于它征服了春风，在春风的怀抱里，它第一次感受到了那门泛着闪闪银光，不时漾起阵阵涟漪的诱人湖面，它看到了那散发金子般耀眼光芒的金黄色的沙漠，一切的如此美妙。它将自己的根扎在了一片长满青草的沃土里，第二年春天，蓝天艳阳下，一片迷人的金色花绽放出了快乐的笑容，洋溢着无限的生机。他不为离开母亲的怀抱而感到伤感、后悔，因为他得到了前所未有的快乐与辉煌。

把握青春的流星雨，像蒲公英拼尽全力抓住微风的衣角。在这青春流星雨来临的季节，我知道我要好好把握这短暂而又美丽的流星雨。在这青春的季节播洒下自己的奋斗与希望，像海燕一般搏击风浪，像黄河一般奔腾咆哮，像滚滚长江一般永不枯竭，不断前进。只为在精疲力竭时，蓦然回首，看到那因为自己的奋斗与努力而永不褪色，永不坠地的流星雨，露出那灿烂的微笑。

流星雨纵然美丽，但却只有一瞬，然而这青春流星雨却永远生辉，嘹亮这着整个人生。流星雨已来临，把握那最美的瞬间，永不褪色！

## 适合大学生五分钟演讲的篇四

恩，闺蜜。

你知道吗，小城的今夜下了好大的雨。

我说过，我是个怀旧的人，多愁且善感。

以前至少还有个你陪着我一起肆无忌惮的发神经，假装这是只有你能懂的小清新。而今，距离那么遥远，只是一个怀旧的因子就足以将怀旧的我吞噬殆尽。

小a啊~记得吗？

初三时每一个下雨的晚自习，是我挽着个子较高的你，用同一种心情在一把伞下共用一个随声听，从漆黑的学校门口走到路灯的尽头。根本不用在意伞外的雨是有多大，或是更本没下。

可这雨好大，大得我站在雨里无论怎么努力抬头却还是看不到那个时候我们岑那么喜欢过的蓝色天空。就这么一下子，我突然想到了你——我亲爱的小a同学。你不是我第一个朋友，但却是第一个让我可以如此敞开心扉的人。我们之间的缘分，细数的话要从上一代开始算，不是吗？你看，天注定，你我不该是陌生人。

自始至终，我以为时光会模糊一切，包括记忆，距离，温情，无论是欢笑的，还是痛苦的，都会随着逝去的岁月，渐行渐远。不想去问，那一年，那一日的故事，不想去说，那个人，那件事的源由，不想去提，那阵风，那场雨的情怀，有些记

忆，随风而逝，便是留给自己最好的安慰。

然而，在某些方面，越是模糊的，便记得越发清晰，比如情感，比如曾经在乎过的人。

就连我自己也不知道为何，生性怯懦的我，对于你的属性却能如此笃定，执以偏执。我们是同桌；是朋友；是闺蜜；是知己，穿梭于彼此的世界，来去自如；是彼此的另一个自己。我们秉性一样，兴趣差不多，多愁善感的时候，会不自觉的唱起一起喜欢过的歌。我很乐意让你那么挽着我就那样一人一只耳机安安静静地走过学校后山的每一条大街小巷；也很满足那个盛夏时时刻刻有你陪着我，一起记录十五岁的点点滴滴；我们都是字恋狂，喜欢用细琐的文字记录岁月的成长，写成一本不薄不厚的日记，有关某某，然后傻傻的珍藏。

我看过你写的笺笺小字，一张连着一张，最后湿了心房，打结成一团，解不开，亦不想解。

我深知，每个人的心里，都住着一座城，一个人，一份情，时光远走，唯有珍藏走过时的美好，而你是个善良，性情中的女子，对于过往的隐忍与伤害，会选择释然，任由流年抚平心痕。或许，爱到荼蘼，花落极致，凋零的时候，请你，闭上双眼，细听，花谢的声音，如此，安好。

我想，我们不仅在文字里，在生活中，在城市间，都有相似的喜爱。比如万花丛中一点红，比如割舍不下的情感，比如穿梭于不同的小镇，重拾起思绪，行走。

可人事沧桑，小城这么小，一个小小的分离，却还是让我们弄丢了对方。

用键盘敲下这些琐碎的故事，不是我不愿长大，而是想留住那些纯真美好的友谊，闲暇时光中，仍可细细咀嚼回味。



知道吗？

那年夏天的花期很短，花开的最好的时候，是我们在一起有风的日子。

## 适合大学生五分钟演讲的篇五

同学们，老师们：

大家好！

有一种美，使人冷艳使人回味使人寻求，这是一种可以吸引眼光的美，它光彩夺目；

有一种美，飘逸在浮云上，深埋在古垒下，这是一种可以吸引灵魂的美，它深躲不露；

有一种美，给生活带来豪情，给生命带来温馨，它无时无刻不与我们同在。

构建和谐社会，构建和谐校园，我们大家现在都是大学生，都是校园中的一份子。大家都想知道怎样的校园氛围才是和谐，是打造和谐的人际关系，是构成良好的校园文化？实在我们大家很清楚，构建和谐校园就如同“保持公共卫生一样”那需要公民公德素质的进步。一样构建和谐校园有待于每个同学人文素质的培养。所以我要说：构建和谐校园要从培养我们大学生的人文素质开始。

所谓“人文”就是对人生的思考，是心灵对生活的关怀，而人文教育是人类自由的摇篮，它使生命个体与自己根源契合在一起，构成自我熟悉与自我超出个价值观和行为方向。

人文精神最根本的一点是唤起人自由安闲的人格境地，一种独立精神与为它思想。广义的“文化”是指人类在熟悉世界，

改造世界，发展进程中所创造，积累的物质财富和精神财富的总和，包括，物质文化，精神文化，制度文化，行为文化等多种类型。

《国富论》中指出了制度对社会的重要性，对学校来讲，制度是校园管理的具体情势，体现一个学校的责任感。公道的校园管理制度与校园的和谐密不可分，制度作为处理，学生与学生，学生与老师，学生与学校，老师与学校，平常事务的直接根据，它的公道与否关系到校园之内的和谐，更重要的是，由于公道的制度对每个人都是一样的，使我们的老师，同学在处理任何关系时都有一种公平和谐的心态，对构建和谐校园，完善校园内的各项规章制度应当作为校园建设的重中之重。好的校园规章制度在变化中求和谐，在和谐中求发展，和谐的规章制度是一切教学工作的保障。

假如大学是一棵树，那末滋养它的是“学生的精神文化素质”，学生的精神文化素质的充实空虚与否，是衡量校园文化是否是和谐，是否是健康活力富有生机的根据。一个和谐的校园精神文化，能够增强大学内群体的积极性主动性。

千里之行。始于足下。同学们，我们已有了制度文化素质，精神文化素质，但我们现在所缺的是“行为文化素质”，构建和谐校园需要我们大家共同努力，我们的言行要与我们美丽的校园相和谐，要与我们的校园规章制度相和谐，要与我们的传统道德文化相和谐！

谢谢大家！