# 积极励志演讲稿三分钟

来源：网友投稿 作者：小六 更新时间：2025-02-18

*积极励志演讲稿三分钟（通用28篇）积极励志演讲稿三分钟 篇1　　尊敬的老师、同学们：　　大家好!　　人生犹如一场马拉松赛跑，需要顽强的耐力和斗志力，并敢于去拼搏。　　鲜红的跑道，使我热血沸腾，让青春的活力使我跑得更快、更猛吧!比赛是激烈的，*

积极励志演讲稿三分钟（通用28篇）

**积极励志演讲稿三分钟 篇1**

　　尊敬的老师、同学们：

　　大家好!

　　人生犹如一场马拉松赛跑，需要顽强的耐力和斗志力，并敢于去拼搏。

　　鲜红的跑道，使我热血沸腾，让青春的活力使我跑得更快、更猛吧!比赛是激烈的，更是残酷的。没有人会理会你，让你感到一种空洞洞的孤独感，但跑道边上却站满了为你加油助威的人，让你感到一种暖暖的温馨感。跑道似乎放眼望去，看不到尽头，让人感到前方一片迷茫。

　　可是既然是比赛，就会有名次，但这并不重要，也许你不但不是前几名，甚至是还是倒数第几名的时候，你曾想过，你的过程是否努力过，是否咬着牙去拼过，那时你会感到欣慰。也许你只剩下最终一口气，最终一点儿力气了，但只要你再迈开长腿跑几步，握紧拳头拼一下，胜利就会向你靠近。朋友们，尽情地挥洒你们汗水吧，让我们一齐赛出水平，赛出风格，赛出精彩来吧!

　　其实比赛考验的并不是成绩，而一个人的心态，生活也是如此，不是有位名人说过：“吃得苦中苦，方为人上人”嘛。学习上也一样，也是一个你追我赶的过程，只要你一放松，别人就会赶上你，超越你。

**积极励志演讲稿三分钟 篇2**

　　亲爱的老师，同学们：

　　大家好!

　　乐观是一把结实的伞，为你遮风挡雨;乐观是一件厚厚的棉衣，为你抵御严寒;乐观是一张柔软的床，你累了，让你忘记疲惫;乐观是一条干爽的毛巾，你哭了，为你拂去心中的泪水;乐观是一杯甜甜的冰红茶，你笑了，让你从嘴里甜到心里。

　　乐观是一种财富，是一种的财富，它让你在面对不幸时，不会对生活失望，对人生绝望，反而会更增一份自信，有信心战胜困难。

　　具有乐观的人，往往会把眼前的困难看作是一个个垫脚石，是通往成功道路上的基石，他们甚至会感谢老天赐予他们困难。著名科学家史蒂芬?;霍金，是一个高度残疾人，全身上下只有两根手指可以活动，但是他并每对生活失去信心，反而在科学的领域上作出了卓越的贡献。是什么让他能够支撑下去?是他的那种乐观的，他说，虽然自己没有了活动的自由，但是自己还拥有了许多，有爱自己的人和自己所爱的人，有爱自己的亲人、朋友……多么难得的乐观啊!他不因自己的身体的缺陷而放弃，更加奋发向上，有所作为，有所成就。乐观地面对生活，我想这就是霍金有所成就的前提吧!

　　然而，在我们现实生活中，悲观的人也是不少的，他们把眼前的困难看作是一个个绊脚石，他们怨天尤人，整日忧声叹气，在他们眼里，一切美好的事情都是灰暗的。我们能够经常在报道上看到：有中学生因考试失利而放弃自己的生命;有年轻人因工作不顺而放弃自己的生命;有中年人因生活的举人压力而放弃自己的生命……这些人就是因为太悲观而失去生命。为何不学着乐观一点呢?无数事实证明，乐观使学习变得更优秀，悲观是学习变得更落后;乐观使生活变得更充实，悲观使生活变得更乏味;乐观使人生变得更精彩，悲观使人生变得更无味……

　　沉浸在悲观中的人们啊!请你们醒醒吧!乐观地面对生活，你会发现你会得到一种的财富!

　　我的演讲完毕。

　　谢谢大家!

**积极励志演讲稿三分钟 篇3**

　　老师们，同学们：

　　大家好！

　　风萧瑟，夜语绝，明月你得独留。灯光昏暗，人很惨，不停的努力学习。

　　靠在窗户上的花已经枯萎、枯萎、掉落。让我想起残花落尽的悲壮，却又有种“落红不是无情，而是化作春泥更护花”的感觉。依稀记得，花没开的时候，被时间浪费，被岁月雕琢，让她渐渐长出新叶，萌芽，开花。若婀娜多姿的少女，枝头迎风，天空俯下，欣赏她婀娜多姿的身姿，芬芳馥郁。

　　就像冰心说的：“一朵成功的花，人们只羡慕她现在的美丽!但是，当初它的花蕾浸透了奋斗的泪水，洒下了牺牲的血雨!”一夜之间达到的美好，需要通过奋斗来实现，让青春凋零的时候，秋天甚至是尽头，都是夕阳的余晖和无数的果实。

　　老师说两点之间，线段最短。但我不知道残酷的现实，扭曲甚至打破了梦想的距离。所以要把人生的起点定在青春。用努力和汗水描述我们的颜色。总有一天，地平线会消失，展翅飞向胜利的彼岸。

　　路是坎坷的，荆棘载路。当你走到尽头，可能是断枝的尽头，也可能是鸟儿飞过，天空却不留痕迹。心痛，那又怎样，只要这辈子没有遗憾。面对逆风，我走过，经历过，失败过，但路上的风景依旧。

　　一股寒流吹过，孤独的夜语在孤独中滑落，拉长了我的头发。朦胧中我伤了花，看到残花掉落的地方又长出一股香味……

　　花季，手指容易掉。默默奋斗，不要浪费今天。

　　花季，我们在挣扎。

**积极励志演讲稿三分钟 篇4**

　　尊敬的领导、老师，亲爱的同学们：

　　你们好!

　　今天，是个特殊的日子，它一定会在我们每个人的记忆中铭刻，因为，再过\_\_\_天，我们就要迈进高考考场，去完成我们生命中第一个重要的转折。

　　三年前，带着憧憬与理想，我们来到了\_\_，来到这翰墨飘香的校园，在这里播种了希望;三年来，我们和困难斗争，我们和时间赛跑：春寒料峭中有我们执著的追求，夏雨滂沱中有我们坚定的身影，秋风萧瑟中有我们勃发的激情，冬日雪地上有我们深深的脚印……过去的一千多个日日夜夜，迷惘过，彷徨过，疲惫过，也后悔过——但，昨天已经古老!翘首未来，等待我们的是一个灿烂的远方!同学们，朝着太阳的部落，我们阔步向前!

　　十二年匆匆走过，一百天稍纵即逝。在这短短的时间里，我们应当如何迎战高考呢?

　　黄沙百战穿金甲，不破楼兰终不还。我们要为自己树立远大的目标。一位哲人说过：“瞄准星星射击，总能射得高一些。”只有树立远大的理想，才不会活得浑浑噩噩，才不会迷失自我，才会产生强大的动力，奋发有为。我们要做一只精卫鸟，不管身形多么瘦小，也要挑战东海的骇浪惊涛!

　　更行十万八千里，何惧东西南北风。我们应当树立必胜的信心，坚持到底，永不放弃。高考的路上坎坷难行，但不要怕受伤，它是生活赐予我们最美的勋章。困难只在弱者面前才是一座山，相信自己，顽强的毅力可以征服世界上任何一座高峰。

　　衣带渐宽终不悔，为“学”消得人憔悴。我们应当脚踏实地，刻苦用功。踏实勤奋的品质，可以让进步更加显著;平实严谨的作风，可以让脚下的路得以延伸;查漏补缺的态度，可以让能力飞跃升华。这一百天，对于懒惰者与脆弱者也许是灾难，但对于勤奋者与勇敢者则是一个机遇。既然成功不会向我们走过来，那我们就向成功走过去!

　　同学们，高考将翻开我们生命中崭新的一页，它会让我们的梦想绚丽如画，让我们的前程灿烂如星，让我们的生命完美如歌，而这一切只有两个字能实现，那就是“拼搏”!高考的冲锋号正在耳边回荡，最后的战役已经打响!现在是我们“亮剑”的时候了。狭路相逢——勇者胜!让我们珍视每一天，奋斗每一天，拼搏每一天，用奋斗铸就希望，用拼搏实现梦想!让我们用责任和使命去谱写青春的乐章!

　　我们想成功，我们要成功，我们必成功!

　　谢谢大家!

**积极励志演讲稿三分钟 篇5**

　　尊敬的领导、老师，亲爱的同学们：

　　大家好!

　　今天我演讲的题目是《坚定信念，超越自我》。

　　海伦·凯勒有这样一句十分形象而生动的话：“当一个人感觉到有高飞的冲动时，他将再也不会满足于在地上爬。”正是有了远大的理想，正是有一种信念，她理解了生命的挑战，创造了生命的奇迹。

　　她，盲聋哑集于一身的弱女子竟然毕业于哈佛大学，并用生命的全部力量奔走呼告，建起了一家家慈善机构，为残疾人造福，被评选为\_世纪美国十大英雄偶像。理想和信念像熊熊燃烧的烈火使她才走出黑暗，走出死寂，理想和信念像巨大的羽翼，帮忙她飞上云天。

　　从某种好处上说，人不是活在物质世界里，而是活在精神世界里，活在理想与信念之中。对于人的生命而言，要存活，只要一碗饭，一杯水就能够了;但是要想活得精彩，就要有精神，就要有远大的理想和坚定的信念。

　　理想信念使贫困的人变成富翁，使黑暗中的人看见光明，使绝境中的人看到期望，使梦想变成现实。

　　下面我给大家讲一个故事：

　　浩瀚的沙漠中，一支探险队在艰难地跋涉。头顶骄阳似火，烤得探险队员们口干舌燥，挥汗如雨。最糟糕的是，他们没有水了。水就是他们赖以生存的信念，信念破灭了，一个个像塌了架，丢了魂，不约而同地将目光投向队长。这可怎样办

　　队长从腰间取出一个水壶，两手举起来，用力晃了晃，惊喜地喊道：“哦，我那里还有一壶水!但穿越沙漠前，谁也不能喝。”沉甸甸的水壶从队员们的手中依次传递，原先那种濒临绝望的脸上又显露出坚定的神色，必须要走出沙漠的信念支撑他们踉跄着，一步一步地向前挪动。看着那水壶，他们抿抿干裂的嘴唇，陡然增添了力量。

　　最后，他们死里逃生，走出茫茫无垠的沙漠，大家喜极而泣之时，久久凝视着那个给了他们信念支撑的水壶。队长留意翼翼地拧开水壶盖，缓缓流出的却是一缕缕沙子。他诚挚地说：“只要心里有坚定的信念，干枯的沙子有时也能够变成清冽的泉水。”黑人领袖马丁·路德金有句名言：“这个世界上，没有人能够使你倒下。如果你自己的信念还站立着的话。”是的，即使在最困难的时候，也不要熄灭心中信念的火把。

　　同学们，不管你此刻的成绩怎样样，不管你此刻的基础怎样样，只要坚定信念，超越自我，你就有了努力的方向，你就有了奋斗的目标，你就有了生活的动力，你就有了成功的期望!

　　谁要是游戏人生，他就一事无成;谁不能主宰自己，永远是一个奴隶。

**积极励志演讲稿三分钟 篇6**

　　失败，它总是让人泄气。但是“失败是成功之母”这句话却一直流传至今。不过在我这，它似乎灵验了。

　　我已经五年级了。在班里唱歌也算好，我报了《我心中的百灵鸟》这个比赛。以前，我只进了一次决赛。

　　晚上我在，家里一遍又一遍地唱着歌，并且模仿视频上唱歌的人的动作。这首歌非常好听，我唱的时候不禁也偏偏起舞。

　　回到学校的第三天中午，是初赛。当到我的时候，我自信汇成商学院地接过话筒。当节奏过后我开始唱，等唱完了一段后，老师把歌停住：“好了，下一个人。”我放下话筒。

　　在回班级的路上，另一个同学对我说：“你这次肯定过了，我都看见有一个评委都跟着你一起唱。”我朝她笑笑，也没再说什么。

　　几天过后，成绩出来了，我竟然没有过，我非常伤心。

　　回家的时候，我跟妈妈说了这件事，它说：“没关系，下次继续努力，失败不要紧，要紧的是你是否认真。失败是成功之母。”

　　我点点头。

　　这次失败并没有让我气馁，因为我知道，“失败是成功之母。”

**积极励志演讲稿三分钟 篇7**

　　尊敬的老师，同学们：

　　大家好!

　　自信是什么?是惊雷，是飞雪，是骤风，横扫一切拖沓、迟滞、忧郁与懒惰。自信是战鼓，是号角，是旌旗，催人勇往直前，大胆挺进，日日精进。自信是阳光，是雨露，是琼浆，助人思维敏捷，精神抖擞，挥洒一切。自信使潜能释放，使困难后退，使目标逼近。正如乔。吉拉德—世界吉斯尼汽车销售冠军，是世界上最伟大的销售员，他连续20xx年荣登世界吉斯尼记录大全世界销售第一的宝座，他所保持的世界汽车销售纪录：连续20xx年平均每天销售6辆车，至今无人能破。乔·吉拉德，因售出13000多辆汽车创造了商品销售最高纪录而被载入吉尼斯大全。他曾经连续20xx年成为世界上售出新汽车最多的人，其中6年平均每年售出汽车1300辆。

　　乔.吉拉德也是全球最受欢迎的演讲大师，曾为众多世界500强企业精英传授他的宝贵经验，来自世界各地数以百万的人们被他的演讲所感动，被他的事迹所激励。

　　三十五岁以前，乔.吉拉德是个全盘的失败者，他患有相当严重的口吃，换过四十个工作仍一事无成，甚至曾经当过小偷，开过赌场;然而，谁能想象得到，象这样一个谁都不看好，而且是背了一身债务几乎走投无路的人，竞然能够在短短三年内爬上世界第一，并被吉尼斯世界纪录称为“世界上最伟大的推销员”。他是怎样做到的呢?虚心学习、努力执着、注重服务与真诚分享是乔。吉拉德四个最重要的成功关键。销售是需要智慧和策略的事业。但在我们看来，信心和执着最重要，因为按照预测推断没人会想到乔吉拉德后来的辉煌!

　　由此可以推断，如果你的出身比乔吉拉德强，没有偷过东西，如果你不口吃，那你没有理由不成功，除非你对自己没有信心，除非你真的没有努力过，奋斗过!

　　自信的人生不一般，不一般的人生有自信。要相信自己，相信人生。

　　谢谢大家。

**积极励志演讲稿三分钟 篇8**

　　尊敬的老师，亲爱的同学们：

　　大家好!

　　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，对哒伐不屑一顾。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\_世纪的伟大理论，为世人所瞩目。

　　同学们，或许我们无法成为像爱因斯坦一样成为为社会做出极大贡献的人。但我们依旧应该向他一样自信的面对一切，面对困难，面对挫折。

　　我坚信，自信是一种力量，一种引领我们坚持的力量。无论身处顺境，还是逆境，都应该微笑地，平静地面对人生，有了自信，生活便有了希望。“天生我材必有用”，哪怕命运之神一次次把我们捉弄，只要拥有自信，拥有一颗自强不息、积极向上的心，成功迟早会属于你的。

　　同学们，初中三年必定是一段峥嵘岁月。希望从今天开始，从现在开始，我们都可以把汗水的积累转化为骄傲，自信的资本。以舍我其谁也的雄心壮志面对我们应该面对的每一次考验。让我们的高中生活成为人生光彩绚丽的回忆。

　　我的演讲完毕，谢谢大家!

**积极励志演讲稿三分钟 篇9**

　　尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

　　早上好！

　　每年六月份的第三个星期日是父亲节。同学们，谈到父亲节，我们应当知道它的由来。19xx年，居住在华盛顿的布鲁斯.多德夫人，在庆贺母亲节时产生了一个念头：既然有个母亲节，为什么不能有个父亲节呢？多德夫人和他的5个弟弟早年丧母，是由父亲一手抚养大的。

　　多少年过去了，姐弟6人每逢父亲的生辰忌日，总回忆慈父含辛茹苦养家的情景。在拉斯马斯博士的支持下，她提笔给州政府写了一封言辞恳切的信，呼吁建立父亲节，并建议将节日定在6月5日她父亲生日这天。州政府采纳了她的建议，仓促间将父亲节定为19日，即19\_\_年6月第3个星期日。这个由外国人率先设立的节日，它同样符合我们中国人的国情，因为我们每个人也都是在母亲和父亲的关怀呵护下健康成长的。

　　记得有一首歌是这样唱的：那是我小时侯，常坐在父亲肩头，父亲是儿那登天的梯，父亲是那拉车的牛……相对于温柔亲切的母爱而言，父爱是深沉的。

　　如果说母爱是清凉的甘泉的话，那父爱就是巍峨的高山。父亲用坚实的臂膀挑起了家的重担，挑起了一个男人的尊严的同时，也把沉甸甸的父爱挑了起来。

　　本周日也就是6月16日，是今年的父亲节，同学们，让我们怀着感恩的心，对自己的父亲说声：“亲爱的爸爸，您辛苦了。”并努力的把更多的时间和精力放在学习上，学习好了，守纪律了，这就是对父亲的报答。

　　如果寸草心不能报答三春晖，我们自然也无法报答父爱的千万分之一，但是只要心中有理想，付出行动，我们就能做一个让父亲骄傲的好孩子。

　　在此，我也祝愿各位老师、各位同学的父亲、祝愿全天下所有的父亲永远健康！

　　谢谢！

**积极励志演讲稿三分钟 篇10**

　　尊敬的领导，亲爱的同事们：

　　大家下午好！

　　感谢学校给我这次机会，我要演讲的主题是：“争做优秀班主任”。

　　荣耀不是趋炎附势的权力相争，不是挖空心思的金钱膜拜，不是追寻安逸的享乐懈怠，在我理解：是争做一个优秀班主任的殊荣。

　　教师被誉为辛勤的园丁，被称为人类灵魂的工程师，被描述为托着太阳升起的人。教师的职业崇高而神圣，作为人民教师的优秀班主任，又是职业神圣崇高的递进，优秀的班主任更是教师中的脊梁。

　　为争做一名优秀班主任而荣耀，结缘教育，教育就是我一生的追求，因为只有在教育的战线才能发挥我所学，提升我所用，丰富我所思。所谓所谓“适者生存”，不也是专业对口的写照吗？我不知道离开了教育，我会做什么？我能做什么？既然离不开教育的舞台，定然在这个舞台上表演最亮丽的角色——争做一名优秀的班主任。

　　我为争做一名优秀的班主任而荣耀。班主任是一班同学的首领，是一班同学的靠山，是一班同学的知心人。当散乱的班级，凝聚成团结向上的力量，迸发出无限的生机，班主任凭借的是智慧。当“小鸟依人”的学生偎依在你的怀抱叙说着自己的喜怒哀乐时，班主任凭借的是包容慈祥。当班主任听到学生的父母也听不到的心声，班主任凭借的是信任与真诚。做一个班主任容易，可是做一个好的班主任难，做一个优秀的班主任难上加难。

　　我为争做一名优秀班主任而荣耀。“三尺讲台苦耕耘，几只粉笔乐播种”。教师的工作是辛苦的，三点一线生活模式是机械的，每月的薪资也是不高的。可是默默无闻的付出，换来的是“桃李不言，下自成蹊”的成就。每每收到学生的贺年卡，我们是欣喜的；每每听到“老师，祝您生日快乐”我们是激动的；每每看到展翅的雏鹰凌空搏击，我们是愉悦的。我们拥有精神上最大的财富。

　　不在其位，不谋其政，既在其位，当谋其政。纵是前进的道路上刀山火海，我们也应当义无反顾，我们应当相信教育的力量，信守“只有不会教的老师，没有教不会的学生”。既然做教师也是做，做班主任也是做，我们何不选择最光荣，最有挑战性，最基层的班主任而为呢？

　　凭借着我对教育事业的执着，凭借我多面来做班主任的经验积累，我会为争做优秀班主任时刻武装自己，充实自己，与时俱进，乐教不疲。

　　领导们，同事们。“天下兴亡，匹夫有责”，“科教兴国，教师责无旁贷”。

　　争做优秀的班主任荣耀无比，光鲜无比，就让我们积极地投身到争做优秀班主任的活动中吧！

　　我的演讲完毕！

　　谢谢大家！

**积极励志演讲稿三分钟 篇11**

　　今天站到这里，十分忐忑不安，因为台下做着许多比我优秀得多得多得同学。谁不知道我们这里是卧虎藏龙。我在这里讲话，貌似有点班门弄斧的感觉。不过既然大家给我这个机会，我一定要好好珍惜，争取对得起台下那一双双渴望的眼睛。

　　今天陈老师主要让我谈一下我的学习方法。其实说真的，我没有什么学习方法。就算真的要我总结出来的话，那就是，就是平时多翻一下课本，期末的时候猛上自习，基本就是住在自习室。其实并没有很特殊的地方。我想，每个人都有自己的特点。子曰：因材施教。所以，有时候别人的方法自己不一定管用，一切都要靠自己总结的。

　　那我今天谈什么呢?呵呵，我就谈一下我的经历和一些思考吧，也许会对大家有所助益。我所想的，也是一直在督促我努力的。

　　今天站在这里，回望过去的一年半时光，很有一种白驹过隙的感觉。大学生活一下就快过去了近一半。有时，自己也会在私下里思考，自己在这一年里有什么收获吗?我想，刚进大学时，大家也许是意气风发，觉得有一种全新的生活等着自己去开始。也许，自己心中有着美好的期待。但是随着时间的慢慢逝去，我们都看到，听到，经历到了许多东西。生活上总有种种不如意，比如感觉某些老师教得不好，上课学不到东西，大学生活的平庸与无奈。渐渐的，心中的棱角也被时光磨平。有时候，当一个人仰望天空的时候，会觉得一种莫名的失落。

　　闭上眼睛的时候，我问过自己两个个问题“自己想要的究竟是什么呢?自己的理想是什么呢?”也许在今天这种时代，有人觉得谈理想很土，谈理想有什么用呢?还不如金钱与地位来得实在。可是我觉得，人活着总是要有一个目标的。总不能白白在这个美丽的世界走一朝吧。无论你的目标是什么，总要给自己定个目标吧，找个好工作，考上研究生，自己创业等等都可以。在大学这个人生关键的阶段，也许就是要有一个目标来指引自己。

　　我不知道别人是怎么想的，反正我觉得我在大学四年，主要是让自己过得充实，学到一点实实在在的东西。有了自己的理想，就可以为了这个理想去努力，去慢慢充实自己的生活。其实无论自己的理想是什么都可以让自己充实的。像我寝室一个哥们，他就是想毕业，然后考司考，再然后就做律师。估计他的想法也和在座的许多人相同。有了这个理想，他就一直在为这个而努力。用他的话来说，总有太多的事情要做，时间不够用。在我映像里，他的桌上总堆着从图书馆借来的各种各样的书。之所以是堆着，是因为，他把我们寝室另外三个人的图书卡都拿去借书了。之所以是各种各样的书，是因为，他觉得，要多掌握一点各方面的知识。在另一些时候，他就在自学日语和英语口语，并且关注股市。听到我说到这里，大家一定觉得，他的生活一定比较枯燥吧。其实不是，他一样和众多男生一样，有时会半夜爬起看球，会玩电脑游戏。但是我觉得他所做的一切都是为了他的目标在前进。记得他曾经说过一句让我映像深刻的一句话：这个学校有太多的人不知道自己要干什么，而我却知道自己的目标。

　　再说说我自己吧。由于担心就业率的问题，加上对自己的能力不那么有信心，所以觉得自己可能找不到一个好工作，于是暂时决定和很多人一样，准备以后考研。于是就觉得，平时开得课程要学学好吧，对以后有帮助的。于是，和很多人一样，经常上上自习，翻翻书。由于上学期运气比较好，所以考得还可以。当然，这里面也有我付出的结果。在这里，我不是谦虚，因为我亲眼看到许多人是比我强很多。我的想法其实很简单，既然强手那么多，自己又没有特别优秀的地方，所以就笨鸟先飞了，多看看书，多用点功。一个学期，倒也达到了一个比较好的结果。更主要的是，有所收获，觉得自己这一个学习还是没有白过。其实我在这里并不是想号召大家一定要玩命学习，天天泡在自习室。大学生活是要多彩的，毕竟没有了高中那种升学的压力。我个人觉得，生活有主有次，既然已经有了一个理想，那么剩下的就是围绕这个目标转，尽量让自己过得充实吧。

　　呵呵，絮絮叨叨讲了这么多，也不知道讲得好不好。只是希望能给大家一点帮助。其实我知道，作为一个学生，作为一个大家的同龄人，自己是没有什么资格站在这个说什么感想的。因为我知道自己的看法肯定也有浅薄的地方。

　　但是，真的希望，每个人通过自己的努力都可以使大学生活过得充实。在毕业时，希望每个人都可以笑着说：大学四年我没有白过!

**积极励志演讲稿三分钟 篇12**

　　各位领导、们：

　　大家好!

　　当步手神圣的医学学府的时刻，我就深知作为一名医学生的重大使命，除人类之病痛，助健康之完美，在大学生涯里，我就激励自己要认真学习，刻苦钻研，求实创新，全面发展。

　　时光一晃，我参加了工作，随着接触的病人越来越多;随着接触的病情越来越复杂;随着接触的病因越来越难寻。在这时候我才领会到曾经誓词的真正含义，才发现医务工作者的\'重大责任;才发现医学知识的博大精深;才发现医学技术的无比重要。我要在工作中中磨练自己，学习大医精诚——做一名优秀的医务人员。

　　众所周知，医德和医术是医务人员的灵魂，也是唐代医学家孙思邈所著《大医精诚》中的精华。其中大医指优秀的医务人员，精即为专业熟练，诚指品德高尚。作为一名优秀的医务人员，就要全心全意为人民的健康服务，技术上就要精益求精，生命不息，探索不止。扁鹊、华佗、李时珍等行医者能千古留传，医学著作仍被世世代代沿用，他们就是大医：在防病治病工作中，涌现出的一大批医术精湛、医德高尚、群众称颂的优秀医务人员，他们又何尝不是大医呢?

　　当传染性极强的非典病毒突然袭来的时候，无数医务人员、科研人员冒着生命危险主动投入到这场没有硝烟的战斗中去。曾经有人问中国工程院院士广州呼吸病研究所所长钟南山，为什么会主动提出把危重病人集中到研究所来?为什么60多岁了还不顾危险每天到病房查看病人?钟南山回答很简单：治病救人是医生的天职，没有豪言壮语，但又有谁能说他不是大医呢?他就是新时代的大医。

　　工作在麻风第一线，默默无闻、埋头苦干的白衣战士，为做好传染病的防治工作，他风里来，雨里去，日复一日，年复一年的坚守在自己的岗位，就在这平凡的工作岗位上做出了不平凡的成绩，并多次在市里、省里受到表彰，在x年8月，他被省里评为优秀医生，但又有谁能说他不是大医呢。

　　作为一名检验科的医务人员，时刻牢记职业赋予自己的职责，准确、及时的发出检验报告，更好的配合临床医生对患者做出早期诊断、早期治疗;时刻以病人为中心，热忱对待每一个病人，消除患者对疾病产生的恐怖心理;时刻有严谨务实的态度，团结协作的精神，解决工作中遇到的疑难问题，在工作之余，经常翻阅医学资料，丰富自己的视野，学习先进仪器的使用……就在这平凡的工作岗位上，我不要有惊人的壮举，不要有耀眼的光环，只有一份执着，一份追求，我兢兢业业、我勤勤恳恳。

　　给生命一些绿色，让生命充满阳光。只要每一个医务工作者多一些奉献和责任，就能做到医患和谐，管理和谐，才能构建出一个和谐的医院，一个让群众满意的医院。

　　我的演讲完毕，谢谢大家!

**积极励志演讲稿三分钟 篇13**

　　老师同学们：

　　大家好!

　　小鸟因为选择了蓝天，才能尽情飞翔;小溪因为选择了大海，才能尽情流淌;青松因为选择了危峻，才显示了生命之顽强;花朵因为选择了绽开，才显示出生命之美丽。才而我因为选择了放飞，才拥有了曾经的梦想。

　　在过去的旅途中，无论你是否拥有过欢笑，拥有个阳光，这都已成为永远的记忆，加上一把锁将它封闭起来吧!摆在我们面前的，新的老师，新的同学，新的旅途，新的梦幻，新的生命正在破土而出，面对这一切，我们该怎么办。由于现实的残酷，我们将化身为一个个骑士，抹掉胸口上的创伤，擦掉昔日的荣耀，拿上我们的曾经的利器，整装待发，新学期的目标是我们新的征途的开始!

　　梦想是我们通往成功的地图，只有付出了行动，迈出我们坚实的步伐，才能让我们到达成功的彼岸。确定我们的目标，就要为了他努力拼搏。志当存高远!我们要立长志不要常立志。

　　人生是对理想的追求，理想是人生的指示灯，失去了这灯的作用，就会失去生活的勇气。因此，只有坚持远大的人生理想，才不会在生活的海洋中迷失方向。托尔斯泰将人生的理想分成一辈子的理想，一个阶段的理想，一年的理想，一个月的理想，甚至一天、一小时、一分钟的理想。

　　同学们，让我们树立信念，放飞梦想，你将能随它一起到达美丽的地方。树立信念，放飞梦想，你将会拥有一个更加灿烂的明天。让梦想飞翔，让信念开花。

　　谢谢大家!

**积极励志演讲稿三分钟 篇14**

　　亲爱的老师，同学们：

　　大家好!我演讲的题目是《自信是成功的基石》。

　　是什么，让种子冲破岩层的禁锢迎向光明?是什么，让雄鹰无畏风暴的阴遏冲向云霄?是什么，让骏马挣脱缰绳的束缚奔跑于天涯?是自信，只有拥有自信的心态才会拥有成功，因为自信是成功的基石。

　　自信的人是美丽的，自信的人生是璀璨的，如果没有了自信，再有实力的人也不能获得他人的认可，走向成功。

　　美国总统尼克松，因为一个缺乏自信的错误而毁掉了自己的政治前程。1972年，尼克松竞选连任。由于他在第一任期内政绩斐然，所以大多数政治评论家都预测尼克松将以绝对优势获得胜利。然而，尼克松本人却很不自信，他走不出过去几次失败的心理阴影，极度担心再次失败。在这种潜意识的驱使下，他鬼使神差地干出了后悔终生的蠢事。他指派手下的人潜入竞选对手总部的水门饭店，在对手的办公室里安装了。事发之后，他又连连阻止调查，推卸责任，在选举胜利后不久便被迫辞职。本来稳操胜券的尼克松，因缺乏自信而导致惨败。

　　多么令人惋惜啊，原本尼克松可以成功的连任总统，可是因为自己的不够自信而犯错，导致自己不能成功，被所有人指责嘲笑，这是多么沉重的代价啊!

　　有信心，才能克服眼前困难，看到光明前景，实现人生价值，走向成功。

　　居里夫人为了提取镭，以便测定镭的原子量，向科学证实镭的存在，曾终日穿着沾满灰尘和污渍的工作服，在极其简陋的实验室里，整日与不会说话的实验器具在一起，用和她差不多一般高的铁条搅动冶锅，从堆积如山的沥青矿的废渣中寻觅镭的踪迹。对于一个美丽的女人来说，条件极其艰苦也就罢了，还要进行非常危险的实验，忍受常人无法忍受的嘲讽，但她心里却充满自信。她对经常对搭档说：“我们应该有恒心，尤其要有自信心!我们必须相信我们的天赋是用来做某种事情的，无论代价多大，这种事情必须做到。”最终，她终于获得了成功，获得了诺贝尔奖，她受到了后世的称赞，她的事迹鼓舞了一代又一代人!

　　自信是火，点亮梦想的火炬;自信是火炬，照亮通往成功的道路;自信是路，指引走向成功的大门。只有自信的人才能创造人生的价值，只有自信的心态才才能走向成功，我始终坚信——自信是成功的基石，让我们做一个自信的人吧!

　　我的演讲完毕。

　　谢谢大家!

**积极励志演讲稿三分钟 篇15**

　　一个人，他曾经经历过无数次失败，但他仍是勇往直前，永不放弃。每次失败，他面对自己说：“这次我已经尽力了，已经无怨无悔。这次失败让我向成功又迈进了一步。”随后总结自己失败的原因，继续向前挑战。

　　另一个人，他尝试过许多工作，但总是失败。航海遭遇风险，驾车翻车，做生意亏本等，使他心痛不已，一次次思考以后的工作。

　　最终，第一个人在一次次的失败中走向成功的讲台，而第二个人到头来仍是一无所获。

　　其实，第一个人代表一种人。他们面对失败时，勇往直前，永不放弃，在一次次的失败中走向成功。第二个人人代表一种人，他们面对失败时，沮丧后退，不思进取。如果他在航行遇风暴后重新扬帆，可能已是一个熟练的帆手;在驾车翻车后重新站起来可能已是技艺精湛的车夫，在做亏本生意后重新进入商海，可能已是一位精明的商人。但是，他什么都不是。因为他经不起失败与挫折。

　　古时，越王勾践在与吴王之战中一败如山倒，并沦落为他的仆人。回国后，越王勾践不是从此消失，而是卧薪尝胆，养精蓄锐，最终一举打败夫差，一雪前耻。

　　而威灵顿将军也曾在战争中一败涂地。从势如山崩的败阵中逃出，他身边已无一兵一卒。在破庙中，将军几乎想结束自己的生命。最后，他看到一只正在结网的小蜘蛛，蛛网几断几结。将军终于找回了勇气和信心，重振旗鼓，在滑铁卢战役中打败了拿破仑，取得成功的硕果。

　　要记住，每一个人的成功并不是一朝一夕的成果。只要努力了，失败了也无所谓。一句话“失败乃成功之母”，不经历失败怎能获得成功?我们应该正确认识失败，不要把失败看成洪水猛兽，因为失败只是我们面向成功的踏脚石!

**积极励志演讲稿三分钟 篇16**

　　尊敬的各位领导、各位老师、亲爱的同学们：

　　大家好!我是高三\_\_班的\_\_，今天演讲的题目是《无高考不青春》。

　　首先我想谈谈自己的经历，或许没有那么励志，但于我是我拼搏的见证。

　　从小我就是个胆儿特大的女孩，除了爬树，上山下河无所不能，但是我却有些自卑。我特别羡慕那些成绩好的同学，家长们口中“别人家的孩子”。

　　我现在站在这里想说的是，高三一年你付出了多少，你苦不苦、累不累，只有你自己知道。

　　所以在激烈的竞争与角逐下，你选择退缩吗?若干年后，你真的甘心一生庸碌毫无作为吗?你真的甘心日日愁于温饱而四处奔波吗?你真的甘心要屈于人下被人漠视，只能在底层仰望别人的身影、羡慕别人的风华，而自己只能停留原地吗?如果你不甘心，你为什么不去拼搏不去奋斗?如果你不甘心你为什么不去争取，不去尝试?如果你不甘心你为什么还任由自己继续堕落下去?

　　时间不待人，你要记住，高考前你穿什么用什么住什么都不重要!重要的是你读什么看什么想什么做什么!你要学习，你要出人头地;你要学习，你要奋起直追。

　　“寒窗十二载，数日决高下”，只要你的高三，你的青春，不虚度，不后悔，你就是最终的赢家!

　　我的演讲到此结束，谢谢大家!

**积极励志演讲稿三分钟 篇17**

　　每个人都希望自己成功，也在不停的努力成功，当我们执著于追求成功的时候，却忘了我们还得必须经历失败，失败固然很痛，但有时候失败也是一种幸福。

　　如果一个人连失败都没经历过的话，他的人生一定不会完美。人生，人生就是要多姿多彩才叫人生，才不枉来这世上走一遭吧，至少我这么认为的。当我们面临困难的时候，勇敢的选择，勇敢的接受，如果我们连一个失败的机会都不给自己的话，那又何来成功呢?

　　所以这个失败的PIZZA送给自己，虽然没有想象的那么好，但是还是有意外的收获的，比如那芝士夹心，比如切开像蛋糕一样一层一层的形状，是我没有想到的，正好，我不喜欢那种硬梆梆的皮，这个对于我来说正好失败也是一种幸福——芝心水果PIZZA还是水果派?。只是不知道各位JM烤出来是怎么样的，是像我的一样，里面软软的么?我有点担心我没烤熟失败也是一种幸福——芝心水果PIZZA还是水果派?

**积极励志演讲稿三分钟 篇18**

　　各位同学：

　　大家好!我演讲的题目是《流泪不如流汗》。

　　流泪和流汗虽然都是生理现象，但是只要你仔细去分析，它们又是不同的。

　　当我们遇到困难，或是遭遇挫折时，有的人总是一把鼻涕一把眼泪地哭，有时甚至哭上半天，丝毫不知自己为何要流泪。记得有一次我有几道数学题不会，得不到解答，于是就哭了。这时爸爸走过来说：“\_\_\_，你不能因为几道数学题而哭。知道吗?流泪不如流汗，如果你肯花点时间去思考，下工夫去研究，就对你很有帮助了，多流一些汗，总比流泪要值得。”

　　我听了，马上擦干眼泪，再坐回去，仔细地分析题目中的每一个字，尽管汗珠一滴滴地流下来，我也不去擦拭，因为我知道了“流泪不如流汗”的道理。

　　在稻田里，经常可以看到那拿着锄头，‘旧出而作，日落而息的勤劳的农夫们，正一次又一次用锄头翻松泥土。看，汗水正从他们的额头流下，从他们的脸颊滑过，但他们不在乎，还是继续劳作。他们花力气流血汗，最后总会有收获。所谓“一分耕耘，一分收获”就是这个道理，可以说收获是流汗换来的。

　　一滴泪水和一滴汗水是不同的，流泪的人到最后还是一无所获，但是流汗的人羚力地工作，最后毕竟可以尝到成功的果实。

　　“流泪不如流汗”，我们别再浪费这宝贵的时间，想想：当你滴下择珠时，成功的果实已在萌芽，收获已在眼前了。同学们，多下点儿功夫，多流点儿汗，开创自己的一番大事业吧!

　　谢谢大家!

**积极励志演讲稿三分钟 篇19**

　　亲爱的老师，同学们：

　　大家好，今天我要演讲的题目是《绝望有时候是新的开始》。

　　有这么一个故事，话说一个士兵一直在为自己国家的光荣而战斗，而且国家也非常看好这名士兵，甚至将士兵间最无上的荣耀赐予了他。士兵也以光荣的战斗作为自己一生的追求。但是渐渐的，战斗似乎不再那么光荣，国家派给他的任务也从激烈的血战变成了残羹的收拾。他看着自己的武器击杀一个又一个无辜的平民，他开始问自己，这是他想要的吗?是吗?

　　战争还是那个战争，光荣却不再光荣。士兵如同行尸走肉般斩杀着无辜的平民。有一次，他带着自己的部队进行清剿任务的时候，遭遇了敌人激烈的反扑，这是个陷阱，敌方大部队势力都在这儿，自己的部队根本不够对面塞牙缝，他向国家申请支援，国家给他的答复是等待，支援马上就到。他和他的部队打起信心，继续与对面鏖战，就在双方胶着不分的时候，国家的“支援”到了，那是一记无差别打击的生化弹幕，那一刻，他的心死了，他和他的部队成为了国家的弃子，成为了让对方上钩的诱饵，他拼尽力气从这场轰炸中逃出，他的部队已经消亡殆尽，整个战场只有他一个人站着，他拿出国家赐予的光荣，目光却透露着死灰，他抛弃了光荣，并摧毁了自己的武器。开始了自我放逐的旅途，这是一个新的开始，是他人生的升华。后面的故事就凭大家自己想象。

　　我要说的是，人，有时候真的会经历绝望，但是，千万别被绝望打败了自己，堕落是懦弱的行为，寻找一个新的开始，你或许能成就不一样的人生。不要回首过往，将怀疑抛诸脑后，为了更大的良善，我的斗志还没有失去，断剑重铸之日，骑士归来之时。

　　谢谢大家。

**积极励志演讲稿三分钟 篇20**

　　尊敬的领导、老师,亲爱的同学们:

　　大家好,今天我演讲的题目是《坚定信念,超越自我》。

　　海伦·凯勒有这样一句非常形象而生动的话:“当一个人感觉到有高飞的冲动时,他将再也不会满足于在地上爬。”正是有了远大的理想,正是有一种信念,她接受了生命的挑战,创造了生命的奇迹。

　　她,盲聋哑集于一身的弱女子竟然毕业于哈佛大学,并用生命的全部力量奔走呼告,建起了一家家慈善机构,为残疾人造福,被评选为20世纪美国十大英雄偶像。理想和信念像熊熊燃烧的烈火使她才走出黑暗,走出死寂,理想和信念像巨大的羽翼,帮助她飞上云天。

　　从某种意义上说,人不是活在物质世界里,而是活在精神世界里,活在理想与信念之中。对于人的生命而言,要存活,只要一碗饭,一杯水就可以了;但是要想活得精彩,就要有精神,就要有远大的理想和坚定的信念。

　　理想信念使贫困的人变成富翁,使黑暗中的人看见光明,使绝境中的人看到希望,使梦想变成现实。

　　同学们,不管你现在的成绩怎么样,不管你现在的基础怎么样,只要坚定信念,超越自我,你就有了努力的方向,你就有了奋斗的目标,你就有了生活的动力,你就有了成功的希望!

　　谁要是游戏人生,他就一事无成;谁不能主宰自己,永远是一个奴隶。

　　我的演讲完毕,谢谢大家!

**积极励志演讲稿三分钟 篇21**

　　亲爱的老师，同学们：

　　大家好!

　　时间如白驹过隙，仿佛昨天，我们还在绿茵场上欢快的踢着足球，肆意挥洒着汗水与笑容;还坐在教室里上着音美，和老师贫着嘴，光明正大的看着小说;还能在午休时间不顾一切的睡上一觉，还以为自己是个天才，什么知识一听就全会了。初一初二多么美好。可是一觉醒来，还是那片明朗的天空，那缕迷人的阳光，不同的是，我们失了那时的纯真，蜕变成初三的学生。可能是缺少准备，一不留神，一个多月过去了，两次考试过去了，几个单元过去了。现在面对的，就是每天重复的科目，听无数知识飞快的从老师嘴里说出，沉浸在书山题海之中，有时上课还要凭坚定的信念支撑着上下眼皮……好吧，事实没有那么残酷。听学姐说，初三，就是要乐观面对。

　　面对书本。莎士比亚曾形象地比喻说：“生活里没有书籍，就好像地球失去了阳光;智慧里没有书籍，就好像小鸟失去了翅膀。”在他眼中，读书让地球得到阳光，让小鸟拥有了翅膀。以书为友，远离声色犬马，淡泊中折射出一个人的美好品质，宁静中透视出一个人的美好追求;以书为友，无形中使人内涵深厚，有形中使人举止庄重。这真可谓是乍读几天书，容易将自己视为圣人;多读几天书，才知道自己的肤浅。

　　面对考试。几乎每场考试我们都会元气大伤，主要是因为太紧张，害怕平时自己不会的知识考到。于是面对自己的弱项，我们要解决它，不断练习。在每次考试中做到心如止水，效果才是极好的。

　　面对更强者。对于强者，我们大概只有仰慕、敬佩的态度，认为他们就该比自己强。非也。他们只是付出了更多的汗水。除了人前的辉煌，我们更应注意到他们的努力，自己也要更拼，为了有朝一日做个更强者。

　　面对挫折。挫折也是人生的财富。每一个人都期望一帆风顺。许多人都说：前进的路上，即使没有莺歌燕舞和盛开的鲜花，那也没有风雨和挫折。这是不可能的。聪明人不但能够从自己的挫折中明白一些道理，还善于从别人的失败中总结经验教训。其实只有经历过，才更有发言权，不是吗?

　　如果初中是一叶舟，它或许在海岸边搁浅;如果初中是一首歌，它可能正低回宛转;如果初中是一只不知疲倦的飞翔的小鸟，它也许正身处囚笼。初三，就是要使搁浅的舟重新拥入大海的怀抱，要使沉闷的歌变得活跃生机，要使小鸟重获自由，飞的更高。同学们，面对初三，你们准备好了吗?让我们一起在初三的天地，尽情翱翔吧!

**积极励志演讲稿三分钟 篇22**

　　尊敬的老师们，同学们：

　　大家早上好！

　　我今天国旗下讲话的主题是《父亲节的来历》，昨天是6月xx日，是今年的父亲节，你们有没有给自己的父亲献上节日的礼物呢？

　　世界上的第一个父亲节，1910年诞生在美国。人们在庆祝母亲节的同时，并没有忘记父亲的功绩。当时，凡是父亲已故的人都佩戴一朵白玫瑰，父亲在世的人则佩戴红玫瑰。这种习俗一直流传至今。但是开始时父亲节的日期各不相同，而且有的地方用蒲公英作为父亲节的象征，有的地方则用衬有一片绿叶的白丁香作为父亲节的象征。直到1934年6月，美国国会才统一规定6月的第三个星期日为父亲节。

　　后来，全世界有二十多个国家通过教堂仪式，送卡和礼物来纪念父亲节。很多人认为给父亲买礼物最难，其实有很多有趣的，合适的礼物是会令父亲们开心的。

　　同学们，其实你们可以自己动手设计一张贺卡，写上自己的心理话，或者自己画一幅画，或者为父亲做一些力所能及的家务活，等等，作为自己送给父亲的节日的礼物。

　　当然，做一个听话、懂事的好孩子，自觉、认真学习，考出好成绩，这是献给父亲的节日礼物，以感念父亲的养育之恩。

　　今天的国旗下讲话到此结束，谢谢大家！

**积极励志演讲稿三分钟 篇23**

　　尊敬的老师，亲爱的同学们：

　　大家好!

　　时光如指间沙，不知不觉，距离高考只剩下\_\_天了。高考，已不再是遥远的事情，不论你是否意识到，不论你在不在学习状态，高考都在悄悄地逼近你。

　　高三是特殊的时期，天下高三一般黑，都会是脑神经累得迷迷糊糊，生物钟扭得乱七八糟，身心忙得疲惫不堪，每天感到天昏地暗。高三的学生经常这样讲：要成功、先发疯!不苦不累、高三无味;不拼不博、高三白活。

　　同学们，不管你愿不愿意承认，在你的内心深处在你的骨子里面你一定一直都在渴望做个能让别人看得起的人，做一个父母永远为你感到骄傲和自豪的人。

　　最首先的就是要明确个人目标，制定学习计划。

　　一个人只要知道自己为了什么而活，他就能够忍受任何一种生活。古人云：人贵有志，当志存高远。这不是一句简单的口号，请大家想一下，当高考结束，面对高考志愿表时，有多少人能斩钉截铁地说：我就要报这个专业，我一直在为着这个目标而奋斗!

　　其次是天道酬勤，哪里有什么天才，我只是挤出别人喝咖啡的时间来学习。天赋固然有助于取得成功，但如果离开后天的努力，也必然会像方仲永一样“泯然众人矣”。幸福不会平白无故从天降，付出努力才会有补偿，没有人能随随便便就辉煌，除非是好梦一场。时光能红了樱桃，绿了芭蕉，却不会使懈怠者出什么成果，抛弃时间的人时间也会抛弃他。而我们所能做的就是抓紧时间，勤奋、勤奋、再勤奋!

　　最重要的，高三是信念下的执着与顽强。

　　高三免不了许多考试，周考、月考、联考……免不了许多的挫折与失败，当成绩不如别人，而想到前景叵测时，当苦苦拼过一段时间后，考试成绩依旧，当看到父母脸上的担忧与关注时，许多人会感到焦虑浮躁。对自己的信心与能力产生怀疑，甚至选择放弃，自己打败了自己。其实不必担心，要充满自信。一个人并不是为了失败而生的，一个人可以被毁灭，但不能给打败。

　　花季少年，初生牛犊，指点江山，激扬文字，敢与天公试比高。年轻是我们的资本，成功是我们的追求，奋斗不止是我们的宣言，愈挫愈勇是我们的气魄。

　　珍惜\_\_天，让飞翔的梦想在六月里张开翅膀;

　　奋斗\_\_天，让雄心与智慧在六月里自由翱翔;

　　拼搏\_\_天，让父母和恩师在六月里畅想期望;

　　冲刺\_\_天，让生命的礼花在六月里绚丽绽放!

　　我的演讲完毕，谢谢大家!

**积极励志演讲稿三分钟 篇24**

　　尊敬的老师，同学们：

　　大家好!

　　千里之行，始于足下。“脚踏实地”，就是要求真务实，身体力行，扎扎实实地从奠基的实事做起，一步一个脚印地向前迈进。就学生而言，就是要树立起为振兴中华而勇担大任的使命感，并将此融入到当前的学习和将来的社会实践之中去，在校园和社会这两个大熔炉里，学会知识，学会做人、学会生活，学会技能。

　　我们不仅要脚踏实地，还要不断地超越自我。

　　人类最初的梦想是天真的。看见鸟儿在空中飞翔，我们梦想能像鸟儿一样自由搏击广阔无垠的天空，于是我们有了飞机。看见鱼儿在水里游弋，我们梦想能像鱼儿一样欢乐的遨游辽阔无际的海洋，于是我们有了船舶。……梦想牵引着一代又一代的人的心。为了梦想，有的人脚踏实地、努力奋斗、超越自我;而有的人只是躺在梦想的摇篮苦苦等待。努力付出者必将收获美梦成真的喜悦;蹉跎岁月者换回的只是时间在脸上留下的悔恨，最终一事无成、一生虚度。

　　世上无难事，只怕有心人，积极的思想几乎能够战胜世间的一切障碍。一个人如果对自己的生活、对学习充满热爱，并选定了自己的奋斗目标，就会自发地尽自己的努力去面对、去奋进、去超越自我。爱默生告诫我们：“当一个人年轻时，谁没有空想过?谁没有幻想过?想入非非是青春的标志。但是，我的青年朋友们，请记住，人总归是要长大的。天地如此广阔，世界如此美好，等待你们的不仅仅是需要一对幻想的翅膀，更需要一双踏踏实实的脚!”不要四处乱撞，把平凡的事做好就是不平凡，把简单的事做好就是不简单;在遇到挫折的时候，坦然微笑地面对生活，这样就可以享受到成功的境界。实现梦想要一步一步来。超越自我，梦想就离我们并不遥远!

　　别人可以替你开车，但不能替你走路：可以替你做事，但不能替你感受。人生的路要靠自己行走，成功要靠自己去争取。天助自助者，成功者自救。机会总是留给有准备的人，如果自己不准备好的话，即使好运降临也会错过。

　　时间年轻着，岁月却总会老去。“仰望星空”的接力棒，必然要一代代传承。生活在一个伟大的时代的我们，只有不断充实自己，奉献自己，脚踏实地，超越自我，尽情地放飞理想，才能让自己的人生辉煌而壮丽，才能用我们的不懈努力来谱写美好的未来!

**积极励志演讲稿三分钟 篇25**

　　尊敬的老师、亲爱的同学们：

　　成功学的创始人拿破仑·希尔说：“自信，是人类运用和驾驭宇宙无穷大智的管道，是所有‘奇迹’的根基，是所有科学法则无法分析的玄妙神迹的发源地。”奥里森·马登也说过这样一段耐人寻味的话：“如果我们分析一下那些卓越人物的人格物质，就会看到他们有一个共同的特点：他们在开始做事前，总是充分相信自己的能力，排除一切艰难险阻，直到胜利!”

　　自信的确在很大程度上促进了一个人的成功，从不少人的创业史上我们都可见一斑。自信可以从困境中把人解救出来，可以使人在黑暗中看到成功的光芒，可以赋予人奋斗的动力。或许可以这么说：“拥有自信，就拥有了成功的一半。”

　　同样两个努力工作的人，自信的人在工作时总会以一种更轻松的方式度过：当很好地完成了任务时，会认为这是因为自己有实力，当遇到实在无法完成的任务时，则认为也许任务本身实在太难。而缺少自信的人则会把成功归功于好的运气，把失败看成是自己本领不到家。只是由于这小小的心理差异，虽然二人花的时间，精力都差不多，但往往较为自信的那一方的收获要大得多。

　　国内外多少科学家，尤其是发明家，哪一位不是对自己所攻克的项目充满信心呢?一次又一次地失败只会一次又一次地激发起他们的斗志——他们认为：失败越多，距离成功也就越近了。但自信不是平白无故地就会附着在人身上的，首先人要有真才实学，接着才会有真正意义上的自信，并把它作为一种极其有用的动力。空有满腹自信，那只说得上是自以为是罢了。这种所谓的“自信”，不但不能推动人前进，反而害人不浅。

　　网络评论人王小山说过：“没有真东西，只有信心的话，前途只有一条——死，而且死得很难看。”这句话听起来有些过火，但事实上如果仅有自信的话确实是十分危险的。

　　同样，在我们的学习中，仅有自信也是不够的，自信应该与努力有机地结合起来。时常见到有部分同学在考试之际，没有一丝紧张，满怀自信地步入考场。但考试过后，这部分同学中有的分数挺高，有的分数却是羞于见人的。这看似不可理喻的事情其实很简单：这部分同学中一种是既自信，又刻苦认真学习的;一种是单有自信，却未付出努力的。这两类同学看上去都是充满着信心去应试，但由于平时知识的积累不一样，后果就截然不同。

　　所以说，我们做人，就应当先做一个满腹经书，然后才充满自信的人。因为自信只是一种虚无的力量，想要成功，就得让自信附着于“实干”这一燃烧自信的机械上，以使自信发挥出它应有的力量。

　　谢谢大家。

**积极励志演讲稿三分钟 篇26**

　　有一位哲人说过：“梦里走了许多路，醒来还是在床上。” 它形象地告诉我们一个道理：人不能躺在幻想中生活。人不仅要有理想，还要大胆幻想，但更要努力去做 ，在幻想中躺着等待新的开始，这样不仅离理想遥遥无期，甚至连已经拥有的也会失去。同学们，你们是否也正在幻想中彷徨呢?所以今天我要演讲的主题就是我的理想。

　　理想，是夏天的第一束灼阳;理想，是冬天里的第一片雪花。雄鹰的理想是飞上更高的蓝天，海燕的理想是穿越茫茫的海面。那么理想究竟是什么呢?

　　其实没有理想才是最可怕的一件事，就如同汽车没有汽油，火箭没有燃料，植物不再吸收阳光。所以说理想是其实是一种强大的能量，它会是你前进的动力，当你遇到挫折，想到自己的理想就会突然满身都是能量。

　　有人的理想是做一名工程师，还有人的理想是做个闪闪发亮的明星。我的理想是什么呢，其实我自己也不清楚。如同我先前所铺垫的那样，我知道没有梦想这个事实十分可怕，也很可悲。但我很庆幸自己发现了这一点并希望去为之改变。正因如此，我也很清楚地知道自己该做什么，不该做什么。对于对未来感到模糊、并无清晰憧憬，我所要做的是清醒地去关注自己所做的点点滴滴，在完成应做的任务同时，抓住各种机会发掘自己内心深处所持有的热情和自身未展现出的潜能，而非心不在焉地混日子。我没有一个深刻在心的理想来作为标杆向之前进。但我有一个真心坚信的念头去努力为之拼搏，那就是

　　寻找我的梦想!因此对于现在的我而言，寻找梦想，就是我的理想吧!我相信这一趟寻觅的旅程，将会让我在不断的尝试和充实之中，发现能让自己真正愿意付诸努力、让自己乐在其中的事情。那种将全部身心投入进去的快活和热情，便是我现在的目标。这个终点离我或近或远，但这就是为我提供能量的来源。我不会停止寻觅的步伐，因为我知道，找到梦想，就意味着找到真实的自己，找到拼搏的信念。这便是生活的意义吧!就像有句话所说：“梦想还是要有的，万一实现了呢?”

　　谢谢!

**积极励志演讲稿三分钟 篇27**

　　尊敬的各位老师领导,

　　你们好我是来自\_\_\_\_班的\_\_，性格开朗大方、处事沉着，能够顾全大局。拿破仑有句名言“不想当将军的士兵不是好士兵”，凭着九年班长和参与组织众多社会活动的经验，我很荣幸地站在这里表达自己由来已久的愿望：“我要竞选学生会主席。”曾经听过这样一句话：“既然是花，我就要开放;既然是树，我就要长成栋梁;既然是石头，我就要铺成大路。”那么，既然要做一名合格的学生会主席，我就要成为一名出色的领航员!我有足够的自信与能力来胜任这个职务。首先，我有足够的工作热情。一名好的学生干部最首要的就是要有工作热情。因为热情是工作的原动力，拥有了热情才能主动服务于同学，拥有了热情才能成为同学的朋友，进而成为老师的助手!其次，我有丰富的工作经验。9年的班长工作，让我把位同学们服务视为自己的一部分;3年的团支部工作，让我了解到了协调合作的重要性;组织并参与“.................活动，增强了我的组织能力;在............生活，积累了我的社会经验和实践能力..................，提高了我的协调能力;“市级三好学生”的获得，则是对我能力的肯定……第三，我深知团队合作的重要性。一座大厦不可能只由一根柱子来支撑。正如马克思、恩格斯所说：只有在集体中，人才能获得全面发展才能的机会。可见一个人的能力是有限的，要想搞好一个组织，就得分工合作，结合团队的最大力量，进而更好的建设学生会!第四，要做一个合格的学生干部，就应当以大局为重。这就要求有高度的责任感和吃苦耐劳的精神!同时，我会不断地武装自己，努力在各方面充实自己，开拓创新，以便进一步地建设好学生会，从而更好地服务于同学们!

　　我认为，学生会主席不只是个称号，不只是个光环，它背后有实质性的内容，与数千位校友息息相关。所以，假若我当选，我不会让这个“主席”成为一个虚名。

　　假如我当上了学生会主席，我首先会要求学生会的成员语言文明，举止大方礼貌 ，因为别人在聆听我们，别人在关注我们。

　　假如我当上了学生会主席，我要进一步完善自己，提高自己各方面的素质，要进一步提高自己的工作热情，以饱满的热情和积极的心态去对待每一件事情;要进一步提高责任心，在工作中大胆创新，锐意进取，虚心地向别人学习;要进一步的广纳贤言，做到有错就改，有好的意见就接受，同时坚持自己的原则。

　　我知道自己该为同学们做什么!所以请相信我!给我一个机会 服务大家的机会!

**积极励志演讲稿三分钟 篇28**

　　大家好!

　　巴金在自己的随想录中说过。“人不是点缀太平的。而是工作的，正因为有了荆棘，才需要我们在荆棘中开辟道路。”一个人来到世界上，平平坦坦过完一生是毫无意义的。要建立自己的天地，让成为主宰自己的主人。这一切都不可以空想，要靠实际行动、勇气、智慧、毅力才能实现。可是这条路不好走。放眼望去它若隐若现，只有一条荆棘丛生、弯弯曲曲、坑坑洼洼的小路。为了自己的目标，为了磨练自己的意志，我们必须果断的选择这条路。

　　从我们降生到世上那一刻起，注定要经历一翻彻骨寒。有人要逃避磨难，导致被小小的寒气所\_。我走在这条路上，永不后悔。我赤着双脚。用双手扒着荆棘，荆棘的锋芒和我的肌肤一次次零距离接触，伤痛让我一次次动摇决心，但我固守阵地，决不动摇!强忍伤痛依然义无反顾的朝目的地前进。虽说伤痛时常让我疼痛难忍。我却从中总结了不少经验，伤痕弥合留下了不少疤痕，每一个伤疤都是一次挫折，都是一次经验的积累，都是一次成长的标志，所以我不悲伤，坚定的走下去。只有在这样的道路上我才能充分挖掘自己的潜能。

　　曾几何时，刘邦、项羽目睹秦始皇浩浩荡荡的出游队伍、富丽华美的车帐、八面凛凛的威风，随生雄心万丈的自信：“大丈夫当如此也”，“彼可取而代也”。于是，汉高祖立千秋帝王大业，楚霸王成万古悲壮英雄。诗人李白自信，他发出了“天生我才必有用，千金散尽还复来”、“仰天大笑出门去，我辈岂是蓬蒿人”的浩叹，便有壮丽辉煌的诗章千古流传。巴尔扎克自信，放弃家人为他选定的职业，毅然走上创作道路，终有惊天动地的《人间喜剧》彪炳千秋。

　　有了自信，中华民族便有了无数追求成功的动人的故事：“头悬梁，锥刺骨”、“凿壁偷光”、“囊萤映雪”……有了自信，一双脚便能穷尽大漠沙海，脚下就飘起“丝绸之路”，身后就有“丝路花雨”;有了自信，一双手便能雕绘出莫高窟的金碧辉煌，筑起葛洲坝“截断巫山云雨”，托起“神州号”飞船遨游神秘的天宇。

　　自信不是狂妄自大，也不是心血来潮，更不是“宁信度，勿自信也”形而上学的固执。它是理想进取中折射出的生命的灵光，是孜孜追求路途中永恒的生命潮汐，是成功碑塔下第一块灵活辩证的基石。

　　自信吧，朋友!有了自信，才会拥有自我，才会拥有成功，才会拥有辉煌灿烂的人生!

　　谢谢大家!

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找