# 关于5分钟励志演讲范文

来源：网友投稿 作者：小六 更新时间：2025-02-21

*关于5分钟励志演讲范文（精选28篇）关于5分钟励志演讲范文 篇1　　亲爱的各位同学：　　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*

关于5分钟励志演讲范文（精选28篇）

**关于5分钟励志演讲范文 篇1**

　　亲爱的各位同学：

　　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，日出而作，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，但是流汗的人奋力地工作，最后终于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：当你滴下汗珠时，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！

**关于5分钟励志演讲范文 篇2**

　　各位老师，各位同学：

　　大家好！

　　我的演讲题目是“自信，不要自卑与自负”。

　　自信是成功的第一秘诀，它不仅仅是对自己潜质的信任，更是对自己所追求目标的坚定信念。有了它，才能驶向胜利的彼岸。当中国革命处于低潮时，毛主席坚信“星星之火，能够燎原”；当敌人日搜夜捕，陈毅“屡不得脱”时，他满怀自信，高唱“血雨腥风应有涯”，“人间开遍自由花”！陈毅的《梅岭三章》就是撼人心魄的自信之歌、胜利之歌！科学家门捷列夫说得好：“只有自信，才能让人在的心理状态下工作，而不致被怀疑吞食你的想象力”。苏格拉底也说：“一个人是否有成就，只要看他是否具有自尊和自信。”总之，自信是指向胜利的导航塔，是前进的不竭动力。

　　自卑却与自信背道而驰。自卑者往往对别人的优点看得过多、过重，而对自己的长处认识不足，只觉得自己什么都不行，又不想去发奋赶上，于是沉重的心理压力使这些人唯唯诺诺，裹足不前。自卑者的心理障碍限制了潜质的发展，使他们坐失成功的良机，最终一事无成。而走出自卑阴影，前面必定是艳阳天！无论是《千手观音》还是舞动奇迹中的《追光》，演员们都以强者的信念与命运抗争，战胜了自卑，他们震撼的演出博得了观众热烈的掌声，深受人们的喜爱。可见，战胜自卑，培养自信，是我们必然的选取。

　　自负者与自信者也格格不入。自负与自卑都是极端心理，自负者在取得一些成绩后沾沾自喜，甚至目空一切，妄自尊大。这些人就算是先前取得一些成就，也只是昙花一现。历的教训值得我们记取。楚汉相争时，项羽在反对暴秦的残酷统治的斗争中起了不可低估的作用，但暂时的军事优势使他盲目自负，自封“霸王”，结果被刘邦打败，昔日不可一视的英雄，落得自刎乌江的下场。三国时的曹孟德折戟沉沙，覆军于赤壁，又是一个自负导致失败的教训。由此可见，正确估价自己的长处和成绩，正视自己的短处和不足，划清自信与自负的界限，对一个成功者来说真的很重要。

　　怎样看待自信、自卑、自负，其中充满辩证法。我们要坚信自己，却不自负；要正视不足，却不自卑。选取自信，战胜自卑，远离自负，这是新世纪的要求，是追求完美人格的要求。“数风流人物，还看今朝”！

　　我的演讲完毕，谢谢大家！

**关于5分钟励志演讲范文 篇3**

　　你是否因为容貌丑陋而自惭形\_，你是否曾因身处困境而垂头丧气，你是否曾因生活失意而懊恼不已。没关系，点亮自己，会绽放永恒的光芒，点亮他人的黑暗。

　　点亮自己，怀揣忘我的\'心态!

　　蝴蝶在花丛中翩然起舞，因为它忘却了挣脱蛹蚕束缚的痛苦，才得以点亮自己自由飞翔的人生;竹叶在月光下姿态婆娑，是因为她忘却了冲破泥土压迫的艰辛，才得以点亮自己不屈不挠的品格。

　　王昭君，家喻户晓，妇孺皆知，仅仅凭借一纸婚约换来汉朝与匈奴万古长青的友好，以忘我的情志为两国人民点亮了和平的明灯，成就了双赢的意义和发展的空间!巾帼不让须眉，这不是最完美的诠释么!

　　点亮自己，挺气自己不屈的脊梁!

　　想当年，辛弃疾金戈铁马，气吞万里如虎，踏碎千里金国城防，然而主和派游宴玩乐歌舞升平，纵使你栏杆拍遍，无人会。但是你在危急关头挺起了脊梁，点亮了自己前进的方向，为后人带来几多光明，承载了多少希望啊!

**关于5分钟励志演讲范文 篇4**

　　同学们：

　　大家好！

　　作为刚迈入初中的学生，我们正前行在人生奋斗的征途中，万里长征，我们刚刚起步。就在这起步的阶段，我们获得过掌声，也遭逢过挫折。月考与竞赛后的几家欢乐几家愁，就是的证明。面对成绩，无疑要胜而不骄，再接再厉；而面对失败，我们则要坚定地说，切莫放弃。

　　亚伯拉罕林肯先生，24岁经商失败，26岁恋人死去，27岁精神崩溃，中年时代多次竞选参议员和副总统，均告失败。或许只有这些，才能算得上人生中真正的挫折。可面对这么多挫折，林肯并没有放弃自己的追求，而是仍旧坚持不懈地努力。最终，他成为了美国第十六任总统。正是因为决不在挫折面前轻言放弃，林肯最终实现了自己的理想。

　　如今的我们，将理想分成了几个小目标，一个一个地去奋斗、去努力。比如说在月考中取得好成绩，比如说在生活中成功进行富有挑战性的活动。倘若我们因为一点小小的挫折就轻易说放弃，那些目标又有什么意义？上苍赋予我们生命，就是要我们去不懈地拼搏啊。

　　同学们，决不轻言放弃是一种美德，更是一种积极的人生态度。我们无法创造命运，但我们可以以实际行动改变命运，我们可以向命运中的艰难困苦挑战。不被困难所吓倒，不言放弃，终能历经风雨见彩虹，谱写精彩的人生。

　　无论前路多么坎坷，“决不轻言放弃”将永远是我们人生追求的永恒动力。

　　谢谢大家！

**关于5分钟励志演讲范文 篇5**

　　下午好，女士们，先生们。

　　我很荣幸站在这里给你一个简短的演讲!首先，我想问一个问题，昨天晚上每个人都做了一个好梦吗?其实，今天我想和你谈一谈梦，当然，我想说的不是你昨晚的一个梦，而是一个梦想--关于生活。

　　每个人都有梦想的生活，在不同的生命阶段不同的梦想，我们需要梦想来支持我们。理想就象是星星我们永远无法到达天空，但最喜欢的水手(水手)，我们可以指引我们的方向的人。有了梦想，我们有一个方向，一个方向，我们不再迷茫，有了梦想，就有希望，有了希望，我们有力量去战斗。

　　但我知道，生活是艰难的，有总是跌宕起伏，也许我们失败的方式到我们的目标，我们可能会感到沮丧，每当在这个时候，在我们心中的梦想总是可以安慰我们，鼓励我们，并支持我们前进。

　　年轻的!幸运的是，我现在很年轻，只是由于它，我知道没有什么是不可能的，我坚信没有什么可以挡在我的路上。

　　我无法实现我的梦想，它导致我没有足够的努力，我不会找其他借口，如果没有人相信你，你可以使它证明你是正确的。如果你认为上帝没有祝福你，并没有真理在这里，你可以成为上帝，创造真理。

　　“我的呼吸燕子天空，使黄河溢出，我的剑是著名的九州和它可以折叠五圣山”。每个成就来源于我的努力工作。我始终相信，“如果你想比别人的成就，你必须更加努力。”

　　在某种程度上说，梦想是希望，如果你能坚持做某事，胜利就会到来。

　　紧紧抓住梦想，因为如果梦想死亡，生命将是一只翅膀折断翅膀的小鸟，无法飞翔，紧紧抓住梦想，因为当梦想离去时，生命是一片贫瘠的土地，冰冻的雪，亲爱的朋友们，想想你的旧的，也许是死去的梦，无论它是什么，把它从今天起，让它活着!

　　谢谢你的倾听!

**关于5分钟励志演讲范文 篇6**

　　尊敬的教师、亲爱的同学们：

　　大家好!

　　我演讲的题目是《用勤奋塑辉煌》书山跋涉，需要用勤奋的步伐，在无边的莽野中，踏出一条通向顶峰的道路。

　　学海泛舟，需要不懈地努力去擎起梦想高悬的风帆。

　　成功的花儿，人们只惊慕它现时的明艳，然而当初它的芽儿，洒满了血雨腥风，浸透了奋斗的泪泉!那是谁伴它走过生命中那艰难的一段长路?——勤奋!是勤奋擎着它五彩的风帆，驾驭着它生命的舵把，告诉它勇敢地走下去。仅有在汗水汇聚的江河里，才能将事业之舟驶向梦想的彼岸;明艳的明天，是今日汗水，血水的交融!

　　那站在科学顶峰上的伟人，向我们展示的不仅仅是闪着金光的硕果，更重的是谱写一曲汗水与泪光的交响，把那留在地平线上的背影向世人诉说那烙在手中的茧痕，那布满山峰的足迹，向人间折射的是“人生在勤”的真谛!21世纪年轻而颇具天赋的你们，请不要让追求之舟停泊在宁静的港湾，让我们乘着长风、扬起梦想的风帆去穿越海洋!

　　可是，朋友们你们要明白，离开勤奋的母土，天赋的种子便寻不到春荣、夏华、秋实、冬素的前程，你我的明天都将是一粒埋在沃土中干瘪的种子，从我人生的宫殿，都将只是一排在风中摇曳的危墙!此时此刻，你难道还需要徘徨、迟疑吗?动起来!迈出我们勤奋的步伐，踏出那无边的莽野，踏出一条属于我们自我的金光大道!让我们在时间老人的催促下，在勤奋的基石上构建人生宫殿的辉煌!

**关于5分钟励志演讲范文 篇7**

　　大家好！

　　活在当下，不是让大家忘记过去与未来，而是不要沉湎于对过去的回忆与对未来的幻想，要把握现在，抓住当下每一个进步的机会。

　　活在当下，首先是一种心情。一种快乐的心情，人只要活着就应该快乐。是啊，我们还能看到太阳的明亮与月亮的妩媚，还能听见朋友的笑语与亲人的叮咛，还能与所信任的人一起分享快乐与悲伤，还能为了未来而利用当下的一分一秒，这是多么快乐啊！怀着快乐的心活在当下，享受现在，不论得失，这不正是我们所追求的忘我么？一颗快乐又充满力量的心，这不正是我们所向往的自信吗？所以大家一定要笑起来，笑对当下，笑对生活。

　　活在当下，其次是一种态度。一种对自己负责、对别人感恩的态度。我们来到二中，虽然家乡不同，但有两点绝对一样。一是我们怀揣着对未来的梦想，二是我们都背负着家人殷切的期望。当我们看见床头自己理想大学的名称时，当我们望见老师们那充满希冀的目光时，当我们拿着同学们为落下课的自己所抄写的笔记的时候，当我们听着电话那头熟悉的乡音与矜持的思念的时候，又怎能因为一次成与败而放弃努力、失去信心？又怎么能再无所事事，浪费光阴？又怎么能甘心做一个班里的倒数几名。没错，我们不甘心。不甘心落后，不甘心沉沦，甚至不甘心于那看似荣耀的第二名、第三名，永远追求胜利，这是我们xx班人的信仰。那么，行动起来吧！行动，这正是我们当下最重要的一点，忽略过去，不想未来，活在当下，只想这一分这一秒的事，做到，不抱怨，不感叹，不空想，因为那些都是浪费时间。把握光阴，日积月累，用水滴石穿的恒心与决心去面对挑战和挫折。为了自己，为了亲人，为了所有我们爱和爱我们的人，开始战斗吧。行动起来，用我们的胜利证明，我们活在当下的光荣。

　　同学们，现在是觉醒的时刻了，让我们用我们的双手与热血，用追求梦想的不屈信念，共同铸造我们不悔的青春传奇吧。

　　谢谢大家！

**关于5分钟励志演讲范文 篇8**

　　我们是一群来自华南理工的理工科学生，作为一名理工科学生，想要排出一场轰轰烈烈的话剧确实是一件非常困难的事情。因为我们既没有文学院的才情，也没有史学院的稳重，更没有法学院的口才。有的只是一群只会编计算机程序、会做受力分析和画电路图的毛头小子。

　　但是这些对话剧并没有帮助，于是我们就尝试改行，或自愿或被逼着改变自己。

　　最终编程序的同学变成了编剧、受力分析的同学变成了动作指导，画电路图的同学变成了化妆师。

　　但我们也有我们固有的优势，理工学校男女比例严重失调，男生多女生少，排练起来可以随意粗线条，没有那么麻烦。

　　开个玩笑，其实我想说的是，一群理科生排话剧，要比专业团体甚至是文科生付出更多的努力。

　　或许最后的结果并不是尽如人意，但我们并不在乎，我觉得大学生话剧最重要的并不是最后的结果，而是过程。

　　我们不怕失败，因为我们还年轻，我们有失败的资本，除了生命，没有什么是我们输不起的，即使真那么不幸我们输了，我们还有那句话：大不了从头再来。

　　我们不看重成功，因为我们是一群追梦的孩子，无论最后我们成功的景象有多么辉煌，在人生的旅程中也只会一瞬而已。可是过程带给你的回忆却可能深深的埋入你的心灵深处并伴随着你的一生。

　　在我们的剧组里，有已经毕业几年的师兄，也有刚刚加入到剧社的07级新生，他们在这段时间里，有的人每天上班工作，有的人为保研东奔西跑，有的人身兼多职每天累到\*，有的人每天要做几个小时的公车来排练，有的人排完练还要做功课画图睡眠时间只有几个小时。当有人累了，有人委屈了，有人想放弃了的时候，我们都会用这样一句话相互鼓励：你可以的，你不是一般人！

　　说实话，各位都想成功，起码这是对自己努力的一种回报，但是，各位也都深深的明白一点，无论我们成功与失败，明天的太阳依然会升起，地球依然会继续公转与自转，而我们尚未完全成熟的心灵，却永远的被这一段难忘经历牢牢牵住了。

　　喜欢写话剧，并非梦想着有一天也能写出像《暗恋桃花源》一样经典的剧本，被世人称赞。

　　喜欢演话剧，也并非梦想着有一天能站在人艺的舞台上和众多专业的老师一起演出《雷雨》。

　　我们的梦或许很小很简单。

　　我们写话剧或许就是因为和别人打的一次赌，我们演话剧或许就是为了在心爱的女孩面前有一次表现的机会，可那又怎样呢？谁没做过梦呢？当有一天我长大了，当有一天我老了，我可以骄傲的问我正在上大学的儿子甚至是孙子：我上大学时候身高不到1米7都敢上台演男主角，你敢么？

　　我想我是幸福的，因为我有一群追梦的伙伴，有一群为我们提供梦想舞台的老师和领导，虽然这次大戏节已经闭幕了，但这正是个开端，我们要用我们的手，用我们努力，把更多更多没有机会站在这里的人的梦想搬上舞台，让更多更多的人能够像我们一样，完成自己的梦想。

　　我坚信：心有多大，舞台就有多大！

**关于5分钟励志演讲范文 篇9**

　　各位老师，同学：

　　大家好！

　　人生，有3个阶段青春，中年，老年，而这些当中最珍贵的就是青春，这一时期的任何举动都会影响后期的生活，可以说，青春期是人生的基础，后世的成功是建立在这个基础上的。有这样一本书，上面说青春期的年龄层是13—19岁的少年。细细一想，大家（当然指同学啦。）都是站在起点的人了。

　　那本书还说，人是青春期有一股热情，可以让自己的青春变的轰轰烈烈，可以为了一些细节，感伤的哭，这就是我们，快乐而不失沉稳，冲动而不失感怀。从先在起，写一本日记，长大后的某一天，一一个大人的平静心态去看一遍，也许你会感动得哭出来，也许会大笑半天，也许会做很多动作，因为这是我们曾经的青春，美好的像梦一样，快乐像仙人一样，朴实得像一树叶，在社会这片大树下辟出自己的树阴，外面的炎热与我们无关，我们只隔出自己的那片绿阴，放射着自己清凉，但我们会惋惜，因为我们放过了太多机遇，也失败了太多，这，就是我们，幸福的，不得懂珍惜的，淳朴的我们。

　　在这个时期如果放弃了努力，那么前途会渺茫无光，在山区有那么多的孩子渴望读书，只要一本书一些笔，还有一间可以上课的房子，别无他求，如果我们和他们一起上课，我不敢说我们这些城里的小孩比他们强多少，也许我们还不如这些我们眼中的“野孩子”强，因为只有失去过的人才会更加懂得珍惜，彩绘更加认真地面对每件事。

　　对于我们来说，初三后的中考就是一道坎，一件对于我们很重要很严肃的事情，能考到好高中吗？能有一个美好的高中生活吗？

　　这是现在所有人的疑问我们周围有许多人，中却的说是失败者，是败不起的失败者，也许是一次的失败，让他们寒了心，造就了一败不起的他们。也许他们曾经努力过，懊悔过，但来不及了，丢弃了就追不回来，其实每个人的实力都是相似的，只是缺了努力和信心，相信自己的力量，失败了没什么，但不能失去锐气，就算结局的失败让你站不起来，也不至于躺着输给生活，至少还有一次拼搏，以后再想起就不会这么遗憾，这么窝囊，不要留下遗憾，折实属于我们的青春，因当让我们自己主宰，加油吧，也许，胜利由此而来。

　　我的演讲结束，谢谢！

**关于5分钟励志演讲范文 篇10**

　　同学们：

　　大家好！

　　理想是为人的翅膀，有了它，人才能飞翔；理想是最温暖的关芒，即使在最黑暗的时候，它也能把前发的路照亮。

　　我有许多理想，有医生梦、教师梦、科学家梦。但我最坚定的一个理想是教师梦。

　　小时候，我十分羡慕老师站在讲台上讲课，觉得很威风。我还在家里准备了一个小黑板，自己当老师，让其他小伙伴当同学。

　　我会抱着理想去追求责任心进取心和耐心。因为做一名老师要是没有责任心，就没有资格去做一名老师。老师的责任是教书育人，让更多的人获取知识。我还会以最好的状态去面对学生，给他们上课、批改作业。让学生都喜欢我这位老师。

　　拥有一颗进取心是一笔巨大的财富。它是推动我们学习的重要动力。因为我们不懂，所以我们要认真地去学它。作为新世纪的教师，不能骄傲、不能以为自己懂，就目中无人。我们还应该向络学习，向家长学习，向学生学习。

　　耐心是教师的基本素养，教师的耐心，会如实反映出一个教师的自我修养程度。教书育人，为人师表，因此，耐心是一名教师的重要素质。

　　“春蚕到死丝方尽，蜡炬成灰泪始干。”我就想做这样一名教师。

　　理想决定了我的一生，现在的一切都是为将来的理想编织翅膀，让理想在现实中展翅高飞。

**关于5分钟励志演讲范文 篇11**

　　同学们：

　　大家好！

　　同学们，当你骑着车在马路上追逐，当你与伙伴在马路上玩耍时，你是否想过危险就在身边；当你的亲朋好友不顾一切乱穿马路、闯红灯的时候，你可想到这时的死神正在向他们招手……你知不知道这些会带来什么？

　　在我们的校园内、楼梯上总能见到与我们美丽的校园极不和谐的纸屑，甚至有的同学认为：反正有值日的同学和清洁工打扫，扔了又何妨；再例如有的同学在教学楼走廊上追逐打闹，走路推推搡搡习以为常；甚至还有个别同学故意损坏学校的公共财物。我们很多同学把文化知识的学习放在首位，而常常忽略了社会公德的培养，文明习惯的养成，而这并不应该是我们21世纪小学生的作为。

　　其实，文明离我们很近很近，近得触手可及，一份文明好像一滴水，许多文明就是一片海。一份文明好像星星之火，许多文明可成燎原之势。作为一个小学生，应该从现在做起，告别不文明的行为，养成文明的习惯，使文明的观念从意识层次进入无意识层次，使文明贯穿我们的一举一动。

　　谢谢。

**关于5分钟励志演讲范文 篇12**

　　各位领导，老师们：

　　大家好!

　　我为大家演讲的题目是《点亮梦想》。

　　梦想是一个人想达到的目标。有了目标，行走时不会苦，努力时不会累，委屈时不会抱怨。

　　已故教育家商友敬曾说：“没有梦想的人生是灰色的人生，没有梦想的教育是黑色的教育，没有梦想的教师是可怜的”口力劳动者“。”可见做梦想的教育和有梦想的教师是充实的。教育因为梦想更有意义，充满了成就和愉悦。

　　说到梦想，远的看看“杜朗口”“新教育”“洋思”，近的说说我们自己，90年代提出教学“七认真”，20\_\_年“两基普实”顺利达标，20\_\_年全县教育工作会畅想未来华章，骨干教师培训全面启动，这些收获无一不是教育工作者怀揣梦想、朝着目标行进的硕果。

　　目前我县的教育积弊太多：教师整体素质不高，缺乏现代教育理念等等。但是我们有信心，因为有你!有我!有我们三千彭水教育者执着的梦想!

　　心有多高，路就有多远。我是一名平凡而普通的老师，我的梦想很简单，就是用我的青春、汗水和激情把学生培养成为有独立的人格，有良好的心态，有健康的体魄的接班人。我会告诉他们：人生有机遇和巧合，不是所有的努力都会成功，但是不努力绝对不能成功。即使达到梦想的田园，努力的过程已经超越了结果本身。梦想不能空想，梦想不能靠运气，梦想需要脚踏实地的耕耘，梦想需要坚持不懈的奋斗!梦想的实现浸染了勤奋和汗水。点亮梦想，即使我们在枯燥孤独的日子亦能苦中做乐，苦中求乐。

　　没有比脚更长的路，没有比梦想更蔚蓝的天空。新东方总裁俞敏洪先生从小就种下穿越地平线的梦想，创业10多年来遇到挫折不气馁，碰到困难不低头，凭着坚持和创新的精神，让新东方闻名全国，实现了穿越地平线的梦想。在未来的日子里，我会怀揣梦想，撑一支篙向梦想处前行。

　　我的梦想很简单，但我会沿着梦想前进，点亮学生的未来，为彭水的教育尽一己之力。我坚信，不论未来是平坦还是泥泞只要热爱教育，一切都在意料中。

　　谢谢大家!

**关于5分钟励志演讲范文 篇13**

　　大家好。

　　今天我演讲的题目是《感恩父母》。

　　同学们，我们来自不同的地区，不同的家庭，不同的学校，我们有着很多很多不同的经历，但有一样我们相同的，同样拥有父母的爱。亲爱的同学今天你坐在这里，你知道父母在做什么吗?你知道父母那边的天气吗?是冷?是热?是晴?是雨?不知道。但我们的父母一定知道我们在做什么，他们更知道我们这里的天气如何，因为他们每天收看天气预报时，必定会因为我们而关注石家庄的天气，天冷了你一定能收到加衣服的信息，下雨了一定能收到“别忘带伞”的。父母就这样执着的把自己的心放在孩子身上，而我们能试试牵挂他们吗?同学们，请轻轻地闭上双眼，回想一下最近一次看到父母的形象，他们的额头是否有皱纹，他们的鬓角是否有霜痕，他们的眼睛是否已昏花，他们的脊背是否还挺直?

　　同学们一定清晰地记得，开学前父母为我们收拾行囊的那一刻，手不停，嘴不停，那一声声的叮咛里包含着他们多少个不放心，包含着他们多少个牵挂。当火车启动时母亲的身影越来越远直至看不到了，但我知道她依然在车站伫立，并且已经落泪了，“儿行千里母担忧啊”。

　　然而，同学们是否曾扪心自问：我对父母的牵挂有多少呢?翻看相册，看看自己成长的足迹吧，从“呱呱”坠地到长大成人，我们何曾一时一刻脱离过父母的关爱，吸吮着母亲的乳汁离开襁褓;揪着父亲得手迈开人生的第一步;多少个夜晚在母亲的童话中入睡;多少个清晨在父亲的呼唤中醒来;多少次生病让母亲彻夜守候;多少次跌倒让父亲高高举过头顶;多少次犯错让母亲揪心犯愁;多少次成长让父亲心花怒放……花开花落我们长大成人了，而我们的父母一天天老了，上个月母亲过四十五岁生日，发完祝福的信息我心情很沉重，此时此刻我深深理解了孔子的一句话“父母之年，不可不知也。一则以喜，一则以惧。”母亲也是奔五十岁的人了，而我却还不能自立，还要时时刻刻让母亲牵挂着，在母亲生日之际身为人子送不上像样的礼品，只能发一条信息，真是惭愧难当啊!

　　同学们，乌鸦尚知反哺，羊羔尚知跪乳，孝，更是为人之本，只有懂得感恩父母的人，才能算一个完整的人。尽管我们目前还不能与父母分担生活的艰辛，但我们可以让父母为我们少操心，尽管我们目前没有丰厚的物质去孝敬父母，但我们可以给父母打个电话，发个信息，报上平安送去问候。

　　同学们，让我们铭记父母的恩情，感恩父母的养育。风雨人生路，让感恩与你我同行!

**关于5分钟励志演讲范文 篇14**

　　从前有一个国家，地不大，人不多，但是人民过着悠闲快乐的生活，因为他们有一位不喜欢做事的国王和一位不喜欢做官的智慧大臣。

　　这个智慧大臣最大的特点就是积极——不论遇上什么事，他总是愿意去看事物好的那一面，而拒绝消极观点。由于智慧大臣凡事都抱着积极的态度，的确为国王妥善地处理了许多麻烦事，因而备受国王的敬重，凡事皆要咨询他的意见。

　　国王没有什么不良嗜好，除了打猎以外，最喜欢与智慧大臣微服私访民隐。智慧大臣除了处理政务外，就是陪着国王下乡巡视，如果是他一个人的话，他最喜欢研究宇宙人生的真理，他最常挂在嘴边的一句话就是“一切都是最好的安排”。

　　有一次，国王兴高采烈地到大草原打猎，随从们带着数十条猎犬，声势浩荡。国王的身体保养得非常好，筋骨结实，而且肌肤泛光，看起来就有一国之君的气度，随从看见国王骑在马上，威风凛凛地追逐一头花豹，都不禁赞叹国王勇武过人!花豹奋力逃命，国王紧迫不舍，一直追到花豹的速度减慢时，国王才从容不迫弯弓搭箭，瞄准花豹，嗖的一声，利箭像闪电似的，一眨眼就飞过草原，不偏不倚钻入花豹的颈子，花豹惨嘶一声，仆倒在地。

　　国王很开心，他眼看花豹躺在地上许久都毫无动静，一时失去戒心，居然在随从尚未赶上时，就下马检视花豹。谁想到，花豹就是在等待这一瞬间，使出最后的力气，突然跳起来向国王扑过来。国王一愣，看见花豹张开血盆大口咬来，他下意识地闪了一下，心想：“完了!”

　　还好，随从及时赶上，立刻发箭射入花豹的咽喉，国王觉得小指一凉，花豹就闷不吭声跌在地上，这次真的死了。

　　随从忐忑不安走上来询问国王是否无恙，国王看看手，小指头被花豹咬掉小半截，血流不止，随行的御医立刻上前包扎。虽然伤势不算严重，但国王的兴致破坏光了，本来国王还想找人来责骂一番，可是想想这次只怪自己冒失，还能怪谁?所以闷不吭声，大伙儿就黯然回宫去了。

　　回宫以后，国王越想越不痛快，就找了智慧大臣来饮酒解愁。智慧大臣知道了这事后，一边举酒敬国王，一边微笑说：“大王啊!少了一小块肉总比少了一条命来得好吧!想开一点，一切都是最好的安排!”

　　国王一听，闷了半天的不快终于找到宣泄的机会。他凝视智慧大臣说：“你真是胆大包天，我的手指都没了，你还认为这是最好的安排!”

　　智慧大臣发觉国王十分愤怒，却毫不在意说：“大王，真的，如果我们能够超越自我一时的得失成败，确确实实，一切都是最好的安排。”

　　国王说：“如果我把你关进监狱，这也是最好的安排?”

　　智慧大臣微笑说：“如果是这样，我也深信这是最好的安排。”

　　国王说：“如果我吩咐侍卫把你拖出去砍了，这也是最好的安排?”

　　智慧大臣依然微笑，仿佛国王在说一件与他毫不相干的事。“如果是这样，我也深信这是最好的安排。”

　　国王勃然大怒，大手用力一拍，两名侍卫立刻近前，国王说：“你们马上把智慧大臣抓出去斩了!”侍卫愣住，一时不知如何反应。国王说：“还不快点，等什么?”侍卫如梦初醒，上前架起智慧大臣，就往门外走去。国王忽然有点后悔，他大叫一声说：“慢着，先抓去关起来!”智慧大臣回头对他—笑，说：“这也是最好的安排!”

　　国王大手一挥，两名侍卫就架着智慧大臣走出去了。

　　过了一个月，国王养好伤，打算像以前一样找智慧大臣一块儿微服私巡，可是想到是自己亲口把他关入监狱里，一时也放不下面子释放智慧大臣，叹了口气，就自己独自出游了。

　　走着走着，来到一处偏远的山林，忽然从山上冲下一队脸上涂着红黄油彩的蛮人，三两下就把他五花大绑，带回高山上。国王这时才想到今天正是满月，这一带有一支原始部落，每逢月圆之日就会下山寻找祭祀满月女神的牺牲品。他哀叹一声，这下子真的是没救了。其实心里却很想跟蛮人说：“我乃这里的国王，放了我，我就赏赐你们金山银海!”可是嘴巴被破布塞住，连话都说不出口。

　　当他看见自己被带到一口比人还高的大锅炉，柴火正熊熊燃烧，更是脸色惨白。大祭司现身，当众脱光国王的衣服，露出他细皮嫩肉的龙体，大祭司啧啧称奇，想不到现在还能找到这么完美无瑕的祭品!

　　原来，今天要祭祀的满月女神，正是“完美”的象征，所以，祭祀的牲品丑一点、黑一点、矮一点都没有关系，就是不能残缺。就在这时，大祭司终于发现国王的左手小指头少了小半截，他忍不住咬牙切齿咒骂了半天，忍痛下令说：“把这个废物赶走，另外再找一个!”

　　脱困的国王大喜若狂，飞奔回宫，立刻叫人释放智慧大臣，在御花园设宴，为自己保住一命、也为智慧大臣重获自由而庆祝。

　　国王一边向智慧大臣敬酒说：“你说的真是一点也不错，果然，一切都是最好的安排!如果不是被花豹咬一口，今天连命都没了。”

　　智慧大臣笑着对国王说：“恭喜大王对人生的体验有了新的境界。”过了一会儿，国王忽然问智慧大臣说：“我侥幸逃回一命，固然是‘一切都是最好的安排’，可是你无缘无故在监狱里蹲了一个月，难道这也是最好的安排?”

　　智慧大臣慢条斯理喝下一口酒，才说：“大王啊!您将我关在牢中，确实也是最好的安排啊!陛下不妨想想，今天我若不是在牢中，陪陛下出猎的大臣会是谁呢?等到蛮人发现国王不适合拿来祭祀满月女神时，谁会被丢进大锅炉中烹煮呢?不是我还有谁呢?所以，我要为大王将我关进监狱而向您敬酒，您也救了我一命啊!”

　　有段犹太俗谚是这样的：如果断了一条腿，你就该感谢上帝不曾折断你两条腿;如果断了两条腿，你就该感谢上帝不曾折断你的脖子;如果断了脖子，那也就没什么好担忧的了。犹太人认为，拥有积极思想的人，对任何事都抱着乐观的态度，即使遇上挫折，积极者也会认为那是成功前的必经考验。所以，他们凡事都永远想好的一面。他们用这样一则幽默来劝说人们接受与加深这种思想。

**关于5分钟励志演讲范文 篇15**

　　尊敬的教师、亲爱的同学们：

　　大家早上好!

　　今日我演讲的题目是“把握此刻，成功在于坚持”，法国伟大的启蒙思想家布封以往说过：“天才就是长期的坚持不懈”，我国著名数学家华罗庚先生也曾说：“做学问，做研究工作，必须持之以恒”。的确，我们干什么事，要取得成功，坚持不懈的毅力和持之以恒的精神都是不可少的。

　　古今中外，这样的例子不胜枚举，就说说我们十分熟悉和崇敬的追风少年，跨栏英雄刘翔吧。刘翔八岁开始体育生涯，最开始练跳高，之后转入跨栏项目。在十几年的.刻苦训练中，每一天应对的就是奔跑，起跳，跨栏。日复一日，年复一年，这对于热爱音乐电脑的十几岁少年刘翔来说，只何等的枯燥，乏味!可是，刘翔坚持下来了，十几年如一日的刻苦训练，成就了刘翔。雅典奥运会上，一个令西方惊诧不已的东方神话横空出世，刘翔带给全中国人民的是何等的荣耀和自豪，他也给我们每个人注入了一股强大的精神力量，那就是：明确目标，坚持不懈，终能成功!世界上最容易的事就是坚持，最难的事也是坚持。说它容易，是因为只要愿意做，人人都能做到，说它难，是因为真正做到的，终究只是少数人。

　　成功在于坚持，这是一个并不神秘的秘诀。

　　在求知的过程中，我们多多少少会遇到一些“拦路虎”，有的人采取消极悲观的态度，立刻打退堂鼓，而有的人则会勇往直前，坚持不懈，与“拦路虎”作斗争，最终，那些临阵退缩的人，将会一败涂地，且一事无成;而那些勇往直前坚持不懈的人，所以走上了成功之道，获得成功的喜悦。

　　同学们，本学期即将结束大家难免身心疲惫，但当困难阻挡你成功脚步的时候，当失败挫伤你进取雄心的时候，当负担压得你喘可是气的时候，不要退缩不要放弃，必须要坚持不懈，才能通往成功!

　　多谢大家!

**关于5分钟励志演讲范文 篇16**

　　老师们，同学们：

　　大家好！

　　在人生道上是那么的路崎岖不平，前面每段路都是一个不能预知的危险，也总会有荆棘密布、暗礁丛生。于是，就有的人成功了，也有的人失败了。但是每个人的过去都不尽相同。无论你是辉煌的昨天还是不堪回首的过去，那也只能代表你昨天的奋斗、昨天的足迹、昨天的你。所以说在今天的征途上，每个人都站在同一起跑线上。

　　有的人总是追悔过去，每天都在痛苦与自责中熬过。他们总叹息：“哎，我那时……就好了！”他们今天在追悔，明天在追悔，后天还是在追悔。他们的未来都消耗在自怨自艾中，却从不能从过去的失败中汲取教训，重整旗鼓，在人生的沙场上再征战一番。

　　“再回首”是必要的，但更重要的是回过头来，潇洒地迎接一个崭新的太阳。那样，你才会有属于自己的未来，才会坚定而自信地说：“我的未来不是梦！”

　　其实，人生是由无数个昨天、今天和明天组成的。昨天永远是昨天，今天终究也要成为昨天，明天也要变成今天，但是抓住了今天，你就抓住了明天，抓住了未来。如果总是哭泣过去，那么失去的不仅仅是昨天。只要摔倒了，就要有毅力再爬起来，人生不就是这样一次次艰辛的跋涉，一次次壮丽的出海吗？努力下去，前面就是“柳暗花明又一村”，成功了，把它忘在脑后，明天还是要从零开始。

　　用坚强的毅力去拥抱明天的太阳，去创造属于自己的未来吧！

　　谢谢大家！

**关于5分钟励志演讲范文 篇17**

　　一则公益广告我铭记心中：一个水龙头正艰难地往外滴着水，滴水的速度越来越慢，最后终于再也滴不出水来。随后，出现一只眼睛，眼中滴下一滴泪水——如果人类不珍惜水，那么，我们看到的最后一滴水，将会是我们的眼泪!在自然界中，有许多令人流连忘返的美景，那美丽静谧的湖泊、欢快活泼的小溪、奔腾不息的江河、汹涌澎湃的大海，无一不令人心驰神往,可是那湖波、小溪、江河、大海里流着的就是那水龙头里的水，如果水龙头中的水一滴也滴不出来了那湖波、小溪、江河、大海里还会有水吗?要不就已经干涸了，要不就是所剩无几了。

　　水是万物之源，是自然界不可缺少的物质。有了水，才有了令人向往的美景，才有了自然界无穷无尽的能量。近年来，电视节目中经常提到水资源短缺问题：黄河的许多河段已越来越浅，陕西的渭河已见断流，山西的汾河水也早已不再奔流，而淮河、太湖等的水污染警报更是频频传来。更令人心忧的是，一些地处西部偏远地区的小山村，缺水缺到过年才能分到五斤水的地步。就说我外婆家的小河里的水也比以前浅了许多许多，童年的往事想来有趣，令人发笑，它们就像一颗颗珍珠在眼前浮现，往年，在那小河里游泳，河水到我脖子里，可是现在游泳浅的地方到我大腿，深的到我肚子。

　　有了水，才构成这个蔚蓝的星球;有了水，整个世界才有了生命的气息;有了水，我们的世界才变得生机盎然;有了水，我们才有了秀美的山川、清澈的溪水、湛蓝的海洋……我们才有了一切。

**关于5分钟励志演讲范文 篇18**

　　尊敬的老师，亲爱的同学们：

　　大家好!

　　有位哲人说过，高度决定远度，站在这个离峰顶仅有百步之遥的地方，回首过去，从前的美好一一再现——军训时昂扬的斗志，运动会上矫健的身姿，歌咏比赛中高亢的歌喉——时光虽然匆匆地从指尖滑过，但每一天每一刻都留下了她温暖而美丽的痕迹。

　　收获过幸福的我们现在抬起头来仰望峰顶，似乎看到了那场没有硝烟的战斗，仿佛闻到了剑拔弩张的\_\_味——对于中考，我们有着复杂的情感。坚强与软弱交织，勇敢与胆怯重叠，喜悦与恐惧如影随形，我们忍不住颤抖。

　　但是，我要在这里高呼：让我们今天的拼搏成为明天的回忆!因为拥有青春，我们没有什么做不到，惟有拼搏，才能在被失败击倒后，抓着她的裤脚重新站起来;惟有拼搏，才能使我们曾经经历过的生活无怨无悔!

　　不过，有些人在拼搏前就退却了，他认为自己不够聪明，无论如何也登不上成功的顶峰。

　　那么我告诉你，能帮助你成功的要素有五个，你完全可以凭借他们获得成功女神的青睐——第一是勤奋，第二是踏实，第三是科学，第四是高效，第五才轮得上智商。

　　勤奋是成功的第一块基石，常言道“勤能补拙”，可以说，无论是对于基础好还是基础差的同学来说，勤奋都能让你发现自身的不足，并给予你坚持不懈的动力。

　　踏实是成功的关键。在最后阶段务必把知识抓细、抓实、抓好，先从基本功下手，严把每次作业关，在稳中求进。不夸饰，不浮躁，能让你更上一层楼。

　　高效是成功的强大引擎。要做到高效有两个关键。一是提高时间的利用率，把大块时间留给自己的薄弱环节，好钢用在刀刃上。二是重视每一次考试，不放过每一次查缺补漏的机会。

　　科学的方法是成功的核心!首先你要明白，对于现在的你来说，老师就是科学。老师们若干年的执教经验会让你少走很多弯路。所以，要重视对老师指导的应试技巧和方法的消化，同时，要对老师的专题讲座与考前指导给予高度重视，及时做好练习巩固，把我们优秀的教师资源限度地发挥出来。另外，我们要学会从老师眼中定位自己，加强与班主任和任课老师的交流谈心。正所谓知己知彼，百战不殆。

　　也许你对自己接下来该怎么做已经有了初步计划，但我更要告诉你，十年树木，百年树人，培养刚正的人品比学习更重要。中国的留学生在美国取到博士学位但找不到工作，只因为他逃过两次票。只字不识的魏青刚可以感动中国，因为他有崇高的人格!在接下来的3个月里，我们一样不能放松对自己人格的培养。

　　同学们，三年磨一剑。三个月之后，我不亮剑谁亮剑。苦战百日，才能会当凌绝顶，奋斗3月，终将破浪展雄风!

　　在这里，我向这片哈佛红承诺——

　　为了不辜负学校的培养，我们勤奋刻苦，背水一战

　　为了不辜负老师的期望，我们披荆斩棘，全力一搏

　　为了不辜负家长的重托，我们争分夺秒，精益求精

　　为了不辜负我们的青春，我们竭尽全力，在最后的一百天里创造比上届初三更成功的辉煌!

　　某某高中等着我们!谢谢大家。

**关于5分钟励志演讲范文 篇19**

　　尊敬的各位评委、敬爱的老师、亲爱的同学们：

　　大家下午好，我是。今天我演讲的题目是《创先争优—勇作“弄潮儿”》。

　　目前，不少同学认为大学是一个学习周期的结束。其实不然，大学应该是学习周期与周期之间一个渐变的过程，大学给了我们一个发现自我的`平台，大学又给了我们迈向更高平台的机会。所以我们要珍惜这种机会，善于运用这个平台，敢于创先争优，勇作弄潮儿。

　　创先争优是针对新时期新任务新思路的要求和分析，在党的上提出来的。所谓的创先争优就是：创建先进基层党组织，争做优秀共产党员。我现在虽然不是一名共产党员，但是作为党的后备军，我有“争做优秀大学生”的志向。

　　作为大学生，要创先争优，首先要学好科学文化知识，这是我们的本职工作。科学文化素质是我们成长成才的基石。试想，如果我们连本职工作都做不好，还要谈创先争优，岂不有点滑天下之大稽的味道。我们以后可能会平凡，但我们不能平庸，因为我们拥有知识，因为知识才能改变一切，知识才是我们可持续发展的源泉。所以我们要努力学习，广泛涉猎，扩大自己的知识面，丰富自己的思想，为创先争优积累弄潮的资本。

　　作为大学生，要创先争优，还要积极参加社会实践活动。社会实践是我们从校园走向社会的一个缓冲期，是我们学以致用的舞台，我们所有的学习就是为了到社会中去检验。实践才是检验真理的唯一标准，而我要说社会是检验我们的唯一标准。我们要把个人和社会结合起来，把理论和实践结合起来，敢于在社会中展现和完善自我，敢于在社会的大潮中激流勇进，勇作弄潮儿。

　　作为大学生，要创先争优，还要善于发现榜样，善于向先进人物先进事迹学习。榜样的力量是无穷的。>正是有了敢于创先争优的决心，洪战辉一路坎坷走来，感动了全国人民;正是有了敢于创先争优的意志，长江大学的三名大学生用生命证明了自己的追求;也正是有了敢于创先争优的魄力，海尔从一个名不见经传濒临倒闭的工厂成了世界名牌;也正是有了创先争优的气势，中国成了世界第二大经济体，中华民族毅然昂扬屹立在世界民族之林。

　　作为大学生，要创先争优，还要正确充分地发挥主观能动性和创造性。要对生活充满激情，对未来充满信心。“长风破浪会有时，直挂云帆济沧海”。虽然我们追求的是静态的“先”和“优”，但动态的“创”和“争”才更显我们年青一代的魅力。让我们把创先争优当做是我们成长的一种动力，一种鼓励，一种精神的象征，一种信仰的支持。带着这种精神信仰，让我们在时代的大潮中勇作弄潮儿。

　　我的演讲完毕，谢谢大家。

**关于5分钟励志演讲范文 篇20**

　　尊敬的老师，亲爱的同学们：

　　大家好！

　　按照惯例，这次轮到我来做“课前三分钟励志演讲”，下面我要演讲的题目是乐观的生活态度。

　　曾看过这样一段话：小鸟说：我从天空中飞过，但天空中没有留下我的痕迹。泰戈尔说，天空中没有留下我的痕迹，但我已飞过。同样的状况，却有两种不同的态度，相信后者的态度更能赢得大家的认可。其实生活是一面镜子，你对它笑，它就会向你露出笑脸，你对它哭，那么你最终只会收获沮丧的心情。

　　或许有人会抱怨说，上天是如此的不公平，努力奋斗多年的我到现在为止还是一个经理助手。寒窗苦读十二年书的我，最终还是没能考上理想的大学。然而，这些抱怨无法改变现实，只能加重自己的烦恼，何不以积极乐观的心态看待呢？

　　相信，假若没有积极乐观的生活态度，摔残肢体的桑兰，高位截肢的张海迪，生命中没有光明只有黑暗的海伦凯勒，他们同样不会有灿烂的人生，也就不会赢得世人的尊重与赞美。

　　亲爱的朋友们，虽然我们无法预知下一秒会发生怎样的事情，但相信只要我们保持一种积极乐观的生活态度，我们的生活一直是快乐的。所以，即使有一千个理由哭泣，也要为自己找出一万个理由微笑，这样，我们的生活就会充满更多的阳光和快乐。

　　谢谢大家！

**关于5分钟励志演讲范文 篇21**

　　一、团结就是力量!

　　俗话说的好：兄弟同心，其力断金。这次培训让我深刻地体会到了什么是团队精神。所谓团队精神，简单来说就是大局意识、协作精神和服务精神的集中体现。一个真正的团队都有一个共同的目标，其成员之间的行为相互依存，相互影响，并且能很好合作，追求集体的成功。

　　经过了两天的拓展训练，我深刻的意识到这一点，在做每一个项目的时候，都离不开团队的支持，即使是看起来由个人独立完成的高空抓杆，当参于者把心悬在半空中的时候，团队的心又何尝不是提到嗓子眼了呢。如果没有整个团队的支持，没有团队在下面为你呐喊助威，没有他们为你加油鼓劲，你根本没有勇气站在那根碗口粗的同时还晃晃攸攸的柱子上，你也根本不可能在高空中跳出那勇敢的一步。

　　二、创新是团队发展的源动力

　　一个优秀的团队必须是拥有创新能力的团队，创新是团队发展的基础，创新是团队进步的动力。有了创新精神，那么就有了前进的希望。小鸟飞行需要翅膀，团队进步需要创新，创新是进步的翅膀。

　　中国有句古话：常有所疑，是创新的开端。勇于破疑，是创新的动力。团队中的每个成员都需要习惯改变，以适应环境不断发展变化的要求。创新是一个过程，它需要人们不断的学习，积累，应用，反思，再实践。在这次拓展训练当中，大家也是遵守这一规律，最终结出胜利的硕果。

　　通过这次拓展训练，我深深的体会到创新精神尤为重要，以小见大，当今社会是个飞速发展的时代，市场是无情的，竞争是残酷的，只有坚持创新，个人才能才得以展现，团队精神才能体现价值，企业才能获得优势，国家才能繁荣富强。

**关于5分钟励志演讲范文 篇22**

　　十年冷窗苦读，我们怀着冲动的心境跨进了大学的校门。在这里，我们吸纳着前人的智慧精华，接收着人文道德的洗礼。我们是幸福的，是荣幸的。由于我们是大学生，我们有毅力畅游知识的海洋、有韧性攀缘科学的顶峰，更有理性穿梭于多彩的世界。

　　人们给了我们光彩的称号，给了我们这么多荣幸的光环，更给了我们衷心回报社会、家庭的神圣的职责。这就是我们大学生应有的良知。在这知识的殿堂里，我们是否做天了与知己为伴，让灵魂得到高尚、让人格得到高贵、让人生得天升华呢!有的人做到了，时刻让良知牵引自己前行，尽力为以后的人生展垫着牢固的基石。然而，令我们可悲的是，在这通往光亮与光辉的路上，有人却轻易地抛掉了良知，让昏暗遮蔽了自己。

　　马加爵，这个曾经的乖孩子、昔日的优等生，但谁也无法想到，他竟然会亲手杀逝世自己的同学的四位同窗。四个不瞑的灵魂走了，留给我们的却是深深地思索。马加爵，作为一个大学生，本应当保卫自己的这片良知净土，积极乐观，克服心理作遂。但惋惜的是他泯灭了这一切，让自己同罪行的凶犯站在同一平台上，终极让\*毁掉了自己。他是可悲的，由于他没能让大学生的良知在自己的心中根深蒂固，因而造成了今天这无法挽回的悲剧。

　　还有一个不知该为他的不幸而哭，还是该为他的幼稚而笑的咸阳大一男生，由于在情人节送花给敬慕的\*遭到谢绝，他竟以选择跳楼而停止了自己和性命。他死了，人们给他的只是同情，同情他的年少、同情他的无知。作为大学生，没有大学生处置问题的沉着，更没有大学生应有的广阔胸怀，这真的是作为大学生的悲痛。

　　更有一个令人难以置信的法律专业的大学生，为了替父还债，竟然绑架了邻居小孩，\*20万元现金。被逮捕后，却以没想过伤害人质为由，请求广大处置。真令人痛心，这种痛是为她如此单薄的法律意识的痛;为她就这样轻易葬送自己美妙前途的痛;更为她作为大学生，却摈弃了大学生良知的痛。

　　等等的事件，在我们四周产生，带给我们的是震惊、是思索。我们心中自问:是什么使我们当中的他们产生了质的变更?是自卑、是脆弱、是无知，我这就是答复。

　　面对生涯的挫折与打击，他们没能凭毅力与智慧克服，因愚蠢而失败;面对生活的陷井他们没能悬崖勒马，因盲目而坠进其中，故事。一切罪行地产生都是错的，看似生涯的错，听似别人的错，但我以为更应当批评的是作为大学生，却摈弃大学生知己的他们。我们是大学生，我们真挚、乐观、自负、文明，我们对生涯充斥热忱，心灵，对人生满怀信念。这就是我们的实质，这就是我们的知己。马加爵，他们摈弃了这些，这是他们的悲痛，但我们不要。我们理解生的意义，我们铭刻人生的哲理——把有限的性命投进到无穷的为人类谋幸福之中，在性命逝往时，让精力之光照射万代，让人类之火熊熊燃烧。

　　同窗们!别让愚蠢的悲剧重演，励志歌曲，重演在这洋溢着智慧与活气的舞台上。让我们携起手来，坚守我们的良知，以此来演奏属于我们当代大学生的精美乐章!让我们携起手来，保卫我们的良知，以此来开启属于我们当代大学生的人生航帆。

**关于5分钟励志演讲范文 篇23**

　　各位老师，同学们：

　　大家好!

　　相信在座的同学们和无数的同龄人一样，在高考的华容道上，我们摩拳擦掌、披荆斩棘、过五关斩六将、无不豪情、无不壮志、无不快哉，在经历过车轮之战后，我们迈步踏进了为之奋斗的大学，压力的解脱尽如同漫天的繁星闪闪，虽然璀璨却令人目不暇接不知所措——迷茫、困惑、压抑、无聊、空虚这些毫无生机的字眼犹如幽魂一样缠绕于我们周身。这使我们不得不发问：我们的青春难道真的无处安放?我们的青春到底为谁张扬?我们难道真的允许青春悄然滑过指尖或用腐朽的残忍来埋葬我们的青春?不不!不是这样的!我们的青春飞扬!我们的青春在路上!

　　一个真正意义上的大学生，必须拥有使命感。像马丁路德金怀抱解放美国黑人的梦想而奋斗，像周恩来同志年少就立志为中华之崛起而读书，像比尔盖茨为了世界上每张桌上都有一台计算机而拼搏。

　　我，作为一名普通的大学生，我个人的未来同样是我更为关注的，是成功是辉煌是平庸是随便，我自然渴望成功不甘平庸，但究竟要走到哪一步，虽然未知，但我知道无论怎么走都得从第一步走起。这是最根本的一步，从这步走起，还要一步一步的积累，一步一步的奋斗。“不积跬步，无以至千里，不积小流，无以成江海”，不经历风雨，就见不到彩虹。

　　青春的美丽，不是街市流行的时装;青春的旋律，不是吉他弹奏的缠绵忧伤;青春的潇洒，不是身体摇摆的忸怩作态;青春的浪漫，不是车轮郊游的旋转飞扬。青春是一种态度、是一种精神，青春是一种勇往直前的冲劲、是为了理想而拼搏的不懈激情——如果你是一只雄鹰，你就应该向往蓝天，期盼飞翔;如果你是一艘轮船，你就应该依恋大海，渴望远航;如果你正年轻，那么，就请拒绝沉默，亮出青春的风采!

　　也许有人会说：我平凡得很，无一技之长，不会唱不会跳不会吟诗作画，注定青春就如水般平淡。可我要说，世上只不过一个天才贝多芬，只不过一个神童莫扎特，能登上金字塔的不仅仅有雄鹰，还有那勤奋的蜗牛。虽然我们不能人人都像雄鹰一样一飞冲天，但我们至少可以像蜗牛那样凭着自己的耐力默默前行。

　　请相信，青春，永不言败。

　　请相信，青春失败了第100次，我们爬起来第101次。

　　请相信，衣带渐宽终不悔，为伊消得人憔悴。

　　请相信，我们的青春飞扬!我们的青春在路上!

　　相信自己，我们一定能行。

　　谢谢大家，我的演讲完毕!

**关于5分钟励志演讲范文 篇24**

　　尊敬的老师们，同学们：

　　大家好!

　　光阴有最好的轻功。我们都敌不过他，只能默默地看他远去。

　　这个夏天，我跨过了“高考”这条让人又爱又恨的门槛。它见证了我为梦想不断努力的汗水，见证了我为梦想起早贪黑的身影，也见证了我曾有过放弃有过失落有过沮丧的念想。也许怀旧是永远的主题，难道是因为对过去的日子的难以割舍?还是因为对过去的某些人某些事难以从心底抹去?或许两者都是吧!然而当一切完结之时，我才发现，曾经抱怨过的，心不甘情不愿的时光怎么美的不可思议。现在的我已在一个全新的地方，看着周围这陌生的环境陌生的人，我知道从现在开始它开启了我对生活新的认知，在这里我将继续扬帆起航，点亮梦想之光。

　　军训这段时间里，也曾抱怨过天气太热，站军姿太累。都说“吃的苦中苦，方为人上人。”大道理人人会说，可真正做到的又有几人。但我喜欢东坡的一句话：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚韧不拔之志。”正是在这段时间有汗水，有笑声，更有无与伦比的回忆。那操场上空不时飘荡着各连拉歌的声音，那一瞬间，我听到的是热血沸腾的少年为青春为未来奋斗的声音。也许最快乐的时光就是看别的教官惩罚学生做俯卧撑，最放松的感觉就是在训练之后的那一声哨声。就这样，苦中有甜的感觉，时时勉励着自己，终于圆满的完成了这“大学的第一课”。

　　曾经我以为，上了大学我会有自己的时间去做自己想做的事;曾经我以为，上了大学我可以摆脱父母的管制逃脱父母的手掌心，我会感到快乐;曾经我以为，上了大学我依旧可以和一群同学闹的不可开交。然而，那些是我以为，现在的我并没有自己空闲的时间做我自己想做的事;现在的我并不会因为远离父母而感到快乐。相反的，只有在离开家时，才知道真正关心挂念自己的还是最亲最亲的父母。在这所陌生的城市，想家的时候，我就告诉自己:家不是让你待着，而是让你去远方的时候想着，那里永远是你最坚实的后盾。

　　到后来我才渐渐地明白，所有你想要的东西必须要靠你自己的努力去争取。每一件与众不同的绝世好东西，其实都是以无比寂寞的勤奋为前提的。要么是血，要么是汗，要么是大把大把的曼妙青春好时光。当我清楚自己要什么的时候，就必须付出一定的代价。所以，我现在努力的去多填补知识上和心里的空缺，我喜欢读书，喜欢一个人坐在无忧无虑的在午后阳光下捧着自己喜欢的书，看着那阳光洒在书桌上的喜悦，感受书籍带给我的愉悦心情。三毛说过：“读书多了，容颜自然改变，许多时候，自己可能以为看过的书籍都成了过眼云烟，不复记忆，其实他们仍是潜在的。在气质里。在谈吐上，在胸襟的无涯，当然也可能显露在生活和文字里。”我坚信在这里的时光中，我会成为我想成为的人。

　　因为年轻，所以坚信，我能到达的愿不止这些，我走的更远。

　　因为我的大学才刚开始。

**关于5分钟励志演讲范文 篇25**

　　尊敬的老师们，同学们：大家好！

　　今天我演讲的主题是：我的未来不是梦。

　　岁月的轮回铭刻着我们成长的脚步，时光的漏沙将懵懂掏空。在人生这个精彩纷呈的舞台上，我们无法选择自己的未来，却可以为了未来去放手一搏，去拼出自己的价值，展现生存的意义。让每一滴汗水浇灌出花开的绚丽，让每一个瞬间定格成艳阳的奔放。努力追求心中的梦，不要让懦弱的错过成为回首的过错。

　　戴高乐曾经说过：“眼睛所看到的地方就是你会到达的地方。伟人之所以伟大，是因为他们决心要做出伟大的事。”因此，要使自己的人生精彩些，首先应给自己一个明确的梦想，它有足够的难度，但又有足够的吸引力。你愿意为此全力以赴，那么你就可能获得成功。不管未来的道路何等崎岖，都会风雨兼程，勇敢面对。为理想活着，为你的未来活着，不要成为一只迷路的羊羔，漫无目的的四处乱撞，你不清楚你想做什么，你该做什么，你对你来到这个世界的使命一无所知，那么你就只能在错过了朝阳之后同样错过星辰和月亮，无论是黑夜还是白昼你不知选择如何拥抱，只能在街巷的角落独自哀怨命运的不公。

　　追逐梦想自由是方向，划出雷和闪电的力量，把浩瀚的海洋装进我胸膛，即使再小的帆也能远航。或许一个梦想就是一个希望，哪怕它渺小它微不足道，我们都有权利自由的追寻自己的梦想，不论天涯海角，只要心中的梦能乘风破浪，即使是再小的帆，也能远航向遥远的天边。

　　我的梦，我的未来。也许如星空浩渺，也许如尘埃微小，也许如艳阳耀眼，又也许如烛光温暖。而我们要做的，就是找到一个适合自己的梦，努力拼搏，永不言败。在回眸过往的跌跌撞撞中，能粲然一笑着道，我的未来不是梦。

　　谢谢大家！

**关于5分钟励志演讲范文 篇26**

　　敬爱的老师，亲爱的同学们：

　　大家好！今天我演讲的题目是“勿忘国耻，振兴中华！”

　　当鲜艳的五星红旗冉冉升起；当北京奥运会成功举办；当上海世博会也即将开幕。同学们，你们可曾想起那些曾在这个强大的民族头上横行霸道的侵略者呢？你还记得日本帝国主义大肆张开它的魔爪，伸向了我中华的心脏时的狞笑吗？让历史的风，吹翻起百年前的那一页，让我们怀着沉重的心去看看我们永生不能忘的国耻吧！

　　老话说的好呀！“落后就要挨打！”过去清政府的腐败，让我们土地肥沃的中国如一块肥肉被分的七零八落。可现在还是吗？在全中国人民的努力下，我们终于告别黑暗，走上了光明大道。沉睡的雄狮已苏醒，潜伏的巨龙以飞腾，我们站起来了！我们学生能做的就是好好读书，长大报效祖国，使祖国在世界面前更辉煌。

　　谢谢大家！

**关于5分钟励志演讲范文 篇27**

　　各位教师，各位同学：

　　大家好!我的演讲题目是“自信，不要自卑与自负”。

　　自信是成功的第一秘诀，它不仅仅是对自我潜质的信任，更是对自我所追求目标的坚定信念。有了它，才能驶向胜利的彼岸。当中国革命处于低潮时，某坚信“星星之火，能够燎原”;当敌人日搜夜捕，陈毅“屡不得脱”时，他满怀自信，高唱“血雨腥风应有涯”，“人间开遍自由花”!陈毅的《梅岭三章》就是撼人心魄的自信之歌、胜利之歌!科学家门捷列夫说得好：“仅有自信，才能让人在的心理状态下工作，而不致被怀疑吞食你的想象力”。苏格拉底也说：“一个人是否有成就，只要看他是否具有自尊和自信。”总之，自信是指向胜利的导航塔，是前进的不竭动力。

　　自卑却与自信背道而驰。自卑者往往对别人的优点看得过多、过重，而对自我的长处认识不足，只觉得自我什么都不行，又不想去发奋赶上，于是沉重的心理压力使这些人唯唯诺诺，裹足不前。自卑者的心理障碍限制了潜质的发展，使他们坐失成功的良机，最终一事无成。而走出自卑阴影，前面必定是艳阳天!无论是《千手观音》还是舞动奇迹中的《追光》，演员们都以强者的信念与命运抗争，战胜了自卑，他们震撼的演出博得了观众热烈的掌声，深受人们的喜爱。可见，战胜自卑，培养自信，是咱们必然的选取。

　　自负者与自信者也格格不入。自负与自卑都是极端心理，自负者在取得一些成绩后沾沾自喜，甚至目空一切，妄自尊大。这些人就算是先前取得一些成就，也只是昙花一现。历的教训值得咱们记取。楚汉相争时，项羽在某暴秦的残酷统治的斗争中起了不可低估的作用，但暂时的军事优势使他盲目自负，自封“霸王”，结果被刘邦打败，昔日不可一视的英雄，落得自刎乌江的下场。三国时的曹孟德折戟沉沙，覆军于赤壁，又是一个自负导致失败的教训。由此可见，正确估价自我的长处和成绩，正视自我的短处和不足，划清自信与自负的界限，对一个成功者来说真的很重要。

　　怎样看待自信、自卑、自负，其中充满辩证法。咱们要坚信自我，却不自负;要正视不足，却不自卑。选取自信，战胜自卑，远离自负，这是新世纪的要求，是追求完美人格的要求。“数风流人物，还看今朝”，某充满自信的名言，将永远激励咱们前进!

　　我的演讲完毕，多谢大家!

**关于5分钟励志演讲范文 篇28**

　　尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

　　大家好!

　　同学们都知道，高三阶段可以说是我们学习阶段中最重要的一年了，也可以说是我们人生中最重要的一年，因为这一年我们的努力的结果将会直接的影响到我们的未来，也会决定着我们未来要往哪个方向走。所以这一年我们是应该要必须要努力的去学习的，我知道这一年我们会非常的累，但我相信现在我们累一点之后是一定会很多的收获的。

　　我们离高考是一天比一天近了的.，永远都不要觉得还有时间，现在就可以多休息一下，这样的想法是非常的错误的。“明日复明日，明日何其多”，这句话是非常的有道理的，当你觉得时间还有很多的时候你就不会为了自己的未来去努力，你就不会为了提高自己的成绩而努力的学习，你就永远的不会有提高和进步。在高一的时候，你觉得时间还早，我可以理解，在高二的时候，你觉得时间还早，我也可以理解。但是现在我们已经是高三的学生了，离高考已经很近了，现在不努力的话，之后你想到什么时候再努力呢?等到你发现已经没有时间了的时候，等到你后悔了的时候，就已经来不及了。

　　高三阶段的每一天我们都应该要合理利用，每一个课间时间我们都应该要利用起来，我们要高效率的去学习，让自己在一段时间之内能够学到很多的知识。我认为我们是应该要做好一个计划的，按照计划去安排好自己的时间，在哪一个时间段应该要做一些什么，这样才能够利用好我们的时间。同时每一个阶段都要给自己树立一个目标，高三阶段每一个月都是有一次考试的，可以给自己设立一个在考试中进步多少的目标，努力的去完成这个目标，也为了完成自己的目标而努力。

　　我认为我们还是需要有一些紧迫感的，其实我们能够用来学习的时间已经不多了，所以我们更应该要利用好自己的时间。同学们，我们现在已经到了高中的最后一个阶段，要为了自己的未来而努力了，不要再像之前那样的虚度自己的时间了。如果现在还不抓紧时间的话，等将来工作的时候你就会后悔自己现在没有多学习一些东西了。同学们，从现在开始就为了自己能够有一个好的成绩而努力的去学习吧，不要让未来的自己为你现在所做的决定后悔。

　　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