

最新毒鸡汤演讲稿分钟(汇总6篇)

演讲稿要求内容充实，条理清楚，重点突出。在社会发展不断提速的今天，演讲稿在我们的视野里出现的频率越来越高。那么演讲稿怎么写才恰当呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看看吧。

毒鸡汤演讲稿分钟篇一

大家好！

在漫漫的人生道路上，总是充满荆棘的，如挫折。每个人都会遇到挫折，有人选择逃避，他或许越来越弱；有人选择战胜挫折，那么他会越挫越勇。我告诉她件事，一件与我们寄宿生的生活紧密相连的事。一个女生，那时她13岁，她有点骄傲、任性，又害怕孤单，她是父母的心肝宝贝，母亲说她父亲太溺爱她了，她不以为然。刚读完一个学期，她的好朋友全部转学了，她重新和班里的同学认识，她开始有点自卑，因为同学是县城的，她是农村的。不善于交流的她无助地哭了。她开始埋怨父母为什么送她来这里读书，让她孤单一个人。她在班里的同学很友好。她小心翼翼地和同学交流。她知道自己的缺点，但又不加改正，可是挫折又降临在她身上，她被分配到一个陌生的寝室，室友说的话她完全听不懂，遇到不开心的事时，找不到倾诉的对象，她努力把注意力放在学习上，但星期六和星期天，室友全回家了，她要补课，一个人在空荡的寝室里，难免不害怕。

而大家都在一楼，她在三楼，她不想去和同学一起睡。在一个风雨交加的夜晚，狂风猛吹窗子旁边的竹子，发出恐怖的沙沙声，雨打在窗上，就像十几个人敲打着门，她躲到被子里，身体不停地颤抖，她放声大哭，呢喃地着：“我明天就回家，再也不来这个地方了，呜呜”。不知道过了多久，朝霞的红光洒在她身上时，她觉得自己不应该逃避。于是，在

这个学期，她发生了翻天覆地的变化，自信，学会尊重他人，换位思考，不再任性成了她的收获。看！一个小小的挫折，想不到拥有如此的魔力，它让她学会长大，学会如何面对困难，而不是轻易地哭泣。

你有梦想吗？当一个有梦想的人遇到挫折时，有两种人。一种是不顾一切地向前，把挫折当成是向前冲的屏障；另一种是，绕路而行，直至梦想发生变化，扭曲了最初的梦想。我认为这种人太经不起考验了，他的梦想不值一击。

没有经历挫折的人，像襁褓中的婴儿，永远需要人保护；像飞翔不了的老鹰，不能自由自在地翱翔；偈干涸的小溪弹奏不出生命的乐趣和精彩。

经历挫折后，以前认为比珠穆朗玛峰还高的困难也不过如此。把挫折当成你的朋友吧！它会教你如何做人，如何学习，如何面对这复杂的社会。

毒鸡汤演讲稿分钟篇二

大家上午好，今天我演讲的题目是《传递正能量，放飞青春》。说到正能量这个词，想必大家都不会觉得陌生了，他现在的风靡程度赶得上前段时间的“江南style”了，但是我想问一下大家，如此广泛的运用，有没有给你带来更深层次的思考呢？什么才是真正的正能量呢？可能有人说是坚强，是追求，是前进，他是所有的良善之词，但是却无法给它一个完整的定义，那么今天就由我来说一下我的理解吧。正能量他代表着人生一种积极的向上姿态，如果说生命是一座庄严的城堡，如果说生命是一株苍茂的大树，如果说生命是一只飞翔的海鸟。那么，正能量就是那穹顶的梁柱，就是那深扎的树根，就是那扇动的翅膀。没有正能量，生命的动力便荡然无存；没有正能量，生命的美丽便杳然西去。对于我们新新少年来说，什么又是属于我们的正能量呢？我们正青春，拥有无限的潜力，拥有无限的正能量。

作为一名学生，传递正能量的首要表现恐怕就是学习了，用自己对学习的热情，感染身边的同学，为老师为父母带来一份安慰，为自己博一个前程。我们更是社会的一员，为社会传递正能量更是我们责无旁贷的责任了，扶老奶奶过马路传递爱心，把垃圾捡到垃圾桶保护我们的家园，对给自己盛饭的阿姨说一声谢谢，虽然微小，但足以温暖人心。

所以，传递正能量，千万不要“勿以量小而不为”，正能量本身就是小力量的集聚，改变整个社会。在《因为痛，所以叫青春》这本书了，作者有个很妙的比喻，假如人能活到八十岁，与一天的二十四小时做比例，再拿现在自己的年龄与一天的二十四小时做比例，就能得出十七岁的我们正处在早上的五点二十分！对于我们的一天来说，正是积蓄力量的睡眠时间！同样对于人生来说，我们正青春！这样充满活力，充满潜力的我们不是正能量的传播载体吗？我们享受正能量带给我们的鼓舞，振奋与幸福，又怎么能不加入成为传递的一员呢？只有正青春的我们的加入，才能给这支大军注入新鲜的血液，使它激情四射。

人的一生很长，不管做什么事情，只要不放弃，总会有翻盘的机会，或许成功的早晚不是那么至关重要，关键是要做的漂亮！做，就做到自己的！就像四季的鲜花，季季有自己的韵味，传递着自己的正能量，晚开的梅菊不需要羡慕早开玫瑰的妖娆，而玫瑰也不需要羡慕梅菊的淡雅。

我们正青春，正是爱哭爱笑爱闹的年纪，我们拥有别人羡慕不来的活力与激情，是正能量的代言人！作为新新一代，我们应该用自己的肩膀，担起我们的责任，传递我们的正能量，放飞我们自由飞翔的青春！谢谢！

毒鸡汤演讲稿分钟篇三

大家好！今天，我要演讲的是关于奋斗的故事，首先，请允许我给大家讲一个哲理故事。

说完之后，队长就去世了，他们在埋葬了队长之后，就扛着箱子继续赶路。随着时间的推移，他们的体力越来越耗尽，粮食也越来越少，当然，道路也越来越难走了。但是，他们总是在困难的时刻，想起队长的嘱咐，他们最终还是鼓起勇气，继续艰难的往前行走。

终于，皇天不负有心人，他们最终还是战胜了困难，走出了丛林，将箱子交给了队长的朋友。可是，队长的那个朋友对他们的突然到访感到很惊讶，原来，他根本就不知道队长会给他送去东西。于是，他们一起打开箱子一看，箱子里面装的居然是一堆无用的木头！

故事讲完了，同志们，听到这个故事，您有什么感触呢？故事的表面看起来，队长给他们的只是一箱无用的木头。其实，他却给了他们行动的目的，使他们获得了“比金子还贵重的东西”——奋斗。从哲学角度上讲，人不同于其它动物之处，就在于人会励志向上，有奋斗精神，也具有高级思维能力。我们人类不能像其它动物一样浑浑噩噩地活着，人的行动必须有明确的目的和奋斗的目标。

在座的各位朋友们，听完这篇励志故事，你是否找到自己奋斗的目标，如果没有，赶紧寻找自己的目标吧，因为有了目标，人生才能完美，有了目标，才有奋斗的方向，让我们共同为了自己的目标而奋斗吧，我的演讲完毕，谢谢大家。

毒鸡汤演讲稿分钟篇四

亲爱的老师，同学们：

大家好！

“天行健，君子以自强不息”这句充满哲理性的话语，我们用一个众所周知的高贵伟大的灵魂挣扎来诠释。

伟大的音乐家——贝多芬，就在他音乐创造的高峰时期，不幸遭遇了耳聋。对于一个音乐家来说，没有听力简直是一个致命性的打击，可他并没有在困难面前低头，放弃努力，他坚信音乐就是自己的人生，仍旧顽强地进行自己的音乐事业。他创作的《命运交响曲》闻名于世，不就印证出命运的定义吗？他扼住了命运的咽喉，不就折射出人性高贵的尊严吗？音乐巨人的命运坚韧自强，我们的人生亦如此。

人生，在于自己，更在于自强不息。人生并非确定了一个理想目标后就会一片光明的，也并非有了正确方向就会所向披靡，成功到底。在这个过程中，有许多人败就败在不会吸取教训，不能积累经验。其实，每个人的人生都不可能十全十美，一帆风顺，但也正因为如此，我们十分需要“失败”。你或许觉得这十分可笑吧！人生需要“失败”？我敢断言，人生没有“失败”的存在，成功也无意义。常言道：失败乃是成功之母。经历过失败的人，才有可能成功；经历过挫折的人，才可能坚强。在我们的人生里，失败会带领我们走向成功的彼岸！失败就如同一根扁担，搭在我们肩上，难以平衡，时而横向这边，时而竖向那边。可你发现了吗？只要多几次调整，我们就能慢慢适应，就算再不听话的小孩经过这么长时间的“朝夕相处”，也会安分守己了！

总而言之，成功的人生不会属于轻易放弃的人，不会青睐那些自甘堕落的人，套用北岛先生的话来说“坚持是坚持者的通行证，放弃是放弃者的墓志铭”。努力乐观的人永远坚信：人生，在于自己，在于自强不息。

我的演讲完毕。

谢谢大家！

老师们，同学们：

大家好！今天我演讲的题目是：感恩。

落叶在空中盘旋，谱写着一曲感恩的乐章，那是大树对滋养它大地的感恩；白云在蔚蓝的天空中飘荡，绘画着那一幅幅感人的画面，那是白云对哺育它的蓝天的感恩。因为感恩才会有这个多彩的社会，因为感恩才会有真挚的友情。因为感恩才让我们懂得了生命的真谛。

感恩，是一种心态，一种品质，一种艺术。学会感恩，生活将变得无比精彩。感恩描绘着生活，将生活中大块的写意，挥洒得酣畅淋漓；将生活中清淡的山水，点缀得清秀飘逸；将生活中细致的工笔，描绘得细腻精美。记得英国作家萨克雷曾说：“生活就是一面镜子，你笑，它也笑；你哭，它也哭。”你感恩生活，生活将赐予你灿烂的阳光；你不感恩，只知一味地怨天尤人，最终可能一无所有！生活告诉我们要时时怀有一颗感恩的心。怀有一颗感恩的心，才更懂得尊重。尊重生命、尊重劳动、尊重创造。怀着感恩的心，一代伟人邓小平在古稀之年说：“我是中国人民的儿子，我深深的爱着我的祖国和人民！”怀着感恩的心，诗人艾青在他的诗中写到：“为什么我的眼中饱含泪水，因为我对这片土地爱得深沉。”听说过一个人向树道歉的故事吗？听说过所有正在行驶的汽车为狗让路的故事吗？这些真实的故事，感动于人对生命的关爱，感动于人对生命的尊重。当我们每天享受着清洁的环境时，我们要感谢那些保洁工作者；当我们迁入新居时，我们要感谢那些建筑工人；当我们出行，要感谢司机……懂得感谢，就会以平等的眼光看待每一个生命，重新看待我们身边的每个人，下面谈谈教学中使我感动的一刻。

或许是太累，或许是近来准备课太忙的缘故，我的喉咙有点痒，声音有些沙哑，还时不时地咳嗽几声。上课铃声响了，我照例走进教室，在讲台前扫视了一下全班，刚才还喧闹的教室顿时安静下来，同学们坐得挺端正，只有个别顽皮的孩子还在小声嘀咕着，我看了他们一眼，说：“上课！”孩子们齐唰唰地站了起来，紧接着我又忍不住咳嗽了几声，这时，胡家龙同学从课桌旁飞快地跑过来，手里还拿着一包餐巾纸，说：“何老师，给你！”甜甜的声音回荡在教室里。那一瞬

间我心里被幸福充得满满的，感动得差点落泪。我笑着说：“老师这儿有，我们开始上课吧！”他又一蹦一跳地回到了座位上，教室里安静极了，同学们都认真地听我讲课，刚才那几个顽皮的孩子立刻停止了说话，也专心地听了起来，不知不觉的一堂课很快地过去了。

课间我坐在教室里批改作业，这时孩子们都围了过来，个个都在小声嘀咕着，好象在说些什么？还是那个胡家龙，他走过来微笑着说：“老师，你病了，休息一下吧！”我感动地说：“老师没事，你们去玩吧！”“老师，我帮你拿来水，你喝点吧！”……这时，几只小手抢着把水壶递到我的手里，我说：“老师没事，太谢谢你们了！”孩子们才连蹦带跳地去玩了。那一刻，我的心里暖暖的，我还能说些什么呢？孩子们天真无邪的举动，一次又一次让人感动，我感动于孩子们的关爱，感动于他们的一个微笑、一个眼神、一声祝福、一句劝勉，从那一刻起，我感谢同学，是同学让我更加有斗志，感谢坎坷，坎坷教会了我坚持，每一段曲折的路都让我更接近生命的真谛。教会我用一颗感恩的心去生活，用感恩的心去发现，去探索，去品位生命中的至真至纯！

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

在漫漫成长的道路上，有一句话相随我，那就是：走自己的路，让别人去说吧。

这句话的意思是：在成长道路上，总会有人对你风言风语，不必太在意这些话，因为在意的话，会使你失去前进的动力。

有一次，兴趣班开展了一次文艺演出，我被安排弹奏钢琴。钢琴可是我的拿手好戏。我经常在校内外的活动中进行表演。为了加深观众对我的印象，我特意穿了一条漂亮的白纱裙。万事俱备，只等上台。

结果，我越想越紧张，越想就越着急。钢琴都弹得乱七八糟。

别人都认为我是第一次登台太紧张了，只有我知道，我在追求完美。于是，我便告诉自己这句话：走自己的路，让别人去说吧。不要受外界影响，坚持做好自己。

一次，我参加了学校女足。因为我个子太矮，常常被别人笑话：“呦，你看，女足的小矮子！”但我并不在意，最后因丰富的足球经验，我当上了女生足球队队长。这是因为我没被那些嘲笑和风言风语影响，而是坚持做好自己，使自己变得更强大。

如果你某一次在意了风言风语，你可能就会失去宝贵的信心和所得的成绩。“走自己的路，让别人去说吧。”从某种意义上说是它是我成长路上的伙伴。有这句话，真的很好！我将继续相随在我的成长路上。

敬爱的老师、亲爱的同学们：

大家早上好！今天我演讲的题目是：昨天，今天，明天。

有人说：人的一生有三天：昨天、今天和明天，这三天组成了人生的三步曲。但我说，人的一生只是由无数的今天构成的，因为不会珍惜今天的人，既不会感怀昨天，也不会憧憬明天。乐观的人，喜欢描述明天的美好前景；悲观的人，总担心明天会发生什么不测。但生命的内涵只在于今天，生命是宝贵的，它是由一分一秒的时间堆积而成的，珍惜今天就是珍惜生命，荒废了今天就是荒废了生命。

自喜或愁眉不展中悄悄流逝。每个人都会乘坐“今天”这班车驶向明天，一天一个驿站，一天一处风景，趁着明天还未到来，我们就应抓住今天，这样等待着你的才会是果实累累的明天。

我们不应该在昨天寻觅什么，也不应该向明天祈求什么，最重要的是怎样对待今天。在这有限的时间里努力学习，抓紧今天的分分秒秒，用今天的努力去弥补昨天的空隙，去实现明天的崇高理想。

聪明的人，检查昨天，抓紧今天，规划明天；愚蠢的人，悲叹昨天，挥霍今天，梦幻明天。一个有价值的人生应该是：无怨无悔的昨天，丰硕盈实的今天，充满希望的明天。

同学们，让我们共同珍惜今天，珍惜现在的分分秒秒吧！

各位老师、同学们：早上好！

今天，我在国旗下讲话的题目是：让优秀成为一种习惯。古希腊哲学家亚里士多德说过：“我们每一个人都是由自己一再重复的行为所铸造的。因而优秀不是一种行为，而是一种习惯。”亚里士多德说的话，告诉我们，任何一个人来到人世，除了脾气会因为天性而有所不同外，其他的东西基本都是后天形成的，是家庭影响和教育的结果，是自己发展的结果。从远古的历史走来，今天我们来重温这句话，感受这句话，仍是感慨万千。这充分说明人追求优秀，成为优秀，形成优秀是各个社会所提倡的，所需要的。也是个人，集体，国家，乃至整个人类取得更加文明，更加良好生存和健康发展的基础。

优秀习惯的养成需要时间和过程，我们要从每件小事做起，从点点滴滴做起，从现在做起。习惯有很多种，有刻苦勤奋的习惯、有礼貌守纪的习惯，有负责的习惯等等，当然也有做事拖拉、敷衍了事的习惯，有不守时的习惯等等。而优秀，则是要把所有美好都集中一身的好习惯。俄国教育学家乌申斯基说过：“你有了好的习惯，一辈子都享受不尽它的利息；你有了坏习惯，一辈子都偿还不完它的债务。”因此，我们从现在起就要把优秀变成一种习惯，使优秀行为习以为常。

同学们、老师们：播种一种习惯，收获一种性格；播种一种性格，收获一种命运。失败的人让懒惰成为一种习惯，成功的人让优秀成为一种习惯，成功的人无论做什么事，都会斗志昂扬，都会锲而不舍，都会一丝不苟，都将努力做到，做到极致！，让我们始终保持一颗优秀的心，超越自我，让优秀成为习惯，成功也就成为习惯，我们的人生也定会因优秀和成功而显得绚丽多姿，异彩纷呈！

让生命之花在优秀中绽放！

谢谢大家！

毒鸡汤演讲稿分钟篇五

大家好！

清晨温柔的阳光透过绿色的叶子洒向大地，年轮中曾经青涩的时光向未来讲述着美丽的传说。记得奥斯特洛夫斯基的《钢铁是怎样炼成的》这部名著中有这么一段话：“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，充满着期待的志愿，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，青春是人生最美好的季节，是人生最铿锵的篇章，是摧枯拉朽的豪情，是旭日东升力量。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。

青春的拼搏是人生一副洒满阳光的风景，是一道转瞬即逝的彩虹，是一首用热情奏响的乐章。所谓“高堂明镜悲白发，朝如青丝暮成雪”，说的就是青春。青春既是一个极具诱惑力的话题，又是一种感觉。于是，诗情画意的梦，天真纯洁的幻想、无忧无虑的日子，构成了一幅美丽的青春画卷。但蓦然回首，你发现在天蓝风轻的春光中，一切都像是透明的，从而感到一种超然的力量在心底爆发，时刻提醒着我们要永

远向前。生命易老，时光飞逝，无论失败或是成功，青春的痕迹告诉我们永远努力奋斗。

作为刚踏出校门不久的年轻人，我们双手握着梦想，怀揣着美好的明天，带着年轻人无比的朝气和敢为人先的激情，就这样开始了我们人生的旅途跋涉。不过很幸运，我们成为了热电公司的一分子，在这里我们成长了，将理论知识与实际工作得到了融会贯通，将个人的能力和特点在这个大舞台上得到了充分的展现；在这里我们更加深刻的了解了什么是大家庭，什么是团结协作，什么是自我奉献。来到这里，我们默默地为即墨的热电事业贡献着自己的一点点微薄之力，为即墨的广大老百姓在寒冷的冬天中送去一份温暖和关怀，让自己的一点点光和热去温暖每个人的心灵。

“人过留名，雁过留声”，我们每一个年轻人都非常努力的在自己平凡的岗位上拼搏着，青春就是我们前进的脚印，汗水就是我们奋斗的希望，老百姓的微笑就是我们劳动的成果和工作的动力。作为热电部门的一份子，我们很骄傲，很自豪，但我们不高傲，不狂妄。我们知道自己渺小和平凡，我们会继续将自己的青春、汗水和智慧在平凡的岗位上奉献着，挥洒着，创新着……至少让别人知道我们曾经在这里流过汗，出过力，作为新世纪的年轻人我们要让这短暂的青春化作永恒的记忆，让这寒冷了冬天也有一分暖意在心中，让即墨热电，情暖万家！

拥有拼搏的青春，就应该拥有春的憧憬、夏的蓬勃、秋的浪漫、冬的深刻。因为我们年轻，所以我们富有，因为我们年轻，所有我们不怕失败，因为我们年轻，所以我们用拼搏描绘明天。学习在暴风骤雨中奋力搏击的海燕吧……热电的广大年轻朋友们，让我们高举热电的旗帜，继承前人开创的伟大事业，借着改革开放的东风，尽情挥洒青春的激情吧！让我们的青春之火，在21世纪的挑战中闪光；让我们的赤诚之心，在自己的平凡的岗位上闪耀夺目的光彩。

谢谢大家的聆听。

毒鸡汤演讲稿分钟篇六

大家好，这天，我演讲的题目是：《只有勤奋才能成就人生》。

勤奋，是扣开成功人生的敲门砖。

我们无法验证这个故事的真实性，就算是假的，我想这个编故事的人也无非想告诉我们这样一个道理：没有人能只依靠天分成功，上帝给予了人天分，人依靠勤奋而将天分变为天才！记得一位哲人以前说过：“世界上能登上金字塔的生物只有两种，一种是鹰，一种是蜗牛。”不管是天资奇佳的鹰，还是资质平庸的蜗牛，能登上塔尖，极目四望，精鹜八极，都离不开两个字——勤奋！

默默耕耘，用心付出，这样的人生，才是“勤劳的一生”。

坦然应对，在过程中付出汗水和心血，那么我们就能够自豪的交给人生一份满意的答卷。

谢谢大家！