

2023年乐观与忧患演讲稿五分钟视频 五分钟演讲稿(大全5篇)

要写好演讲稿，首先必须要了解听众对象，了解他们的心理、愿望和要求是什么，使演讲有针对性，能解决实际问题。优质的演讲稿该怎么样去写呢？下面我给大家整理了一些演讲稿模板范文，希望能够帮助到大家。

乐观与忧患演讲稿五分钟视频篇一

大家好！

大家好，我是一个可爱的小男孩，拥有一头乌黑的秀发和一双明亮的眼睛是我的特点。

就像七色的玻璃折射出七彩的阳光一样，我们每个人都有不同的优点。有的同学天资聪明，学习名列前茅；有的同学心灵手巧，多才多艺；而我呢？我不仅爱学习、爱运动，在学校里是老师的小助手，而且我拥有一颗善良的心灵，因为我乐于助人。

那天放学的时候，雷声大作，天空下起了倾盆大雨，我打着伞走在回家的路上。

在快回到家的时候，我看见一位腿脚不方便的老奶奶，正一步步艰难地向前走着，突然，她脚底一滑，“嘭”的一声摔在了地上，雨伞也落在了地上。我连忙走过去扶起了老奶奶，关心地问：“老奶奶，您没事吧？”老奶奶十分感激地说：“小朋友，谢谢你！奶奶没事，你真是好孩子。”我微笑着说：“不用谢，我把您送回家吧。”于是我就扶着老奶奶一步一步地走回了家。然后，我微笑地跟老奶奶说：“老奶奶，时间不早了，我也该回家了，妈妈一定等急了，再见。”于是我就开心地回家了。

我就是这样一个助人为乐的孩子。我喜欢帮助别人，在帮助别人度过困难的时候，心中就会有一股难以言说的自豪感会涌现出来，助人为乐真好！

乐观与忧患演讲稿五分钟视频篇二

大家好！

在每一个人的人生道路上都会有一些机遇出来阻挠，我相信绝大部分的人都是选择成功和辉煌。而我，却宁愿选择一次梦想，一次奋斗。

我曾经看到过这样一则故事。在一个寒冷的冬天早晨，在一个温暖的屋子里面，一个小女孩坐在书桌前，看着窗外飞舞的雪花陷入了沉思，她自言自语的说：“多好啊！我真希望自己有一天也能像那些叔叔阿姨们一样，登上南极啊！对这成为我的一个梦想吧。”于是，有了这样一个梦想之后，小女孩还为自己列了一张梦想清单，算起来一共有108项内容，之后这个小女孩一直都为这张梦想清单做出了超乎常人的想象的努力。背着一块重重的石头去爬山，在寒冷的冬天里大口大口的嚼食冰淇淋，让自己的肠胃适应冰冷。

渐渐的，在不知不觉的时光流逝中，这个小女孩长大了，这时果真如她十二岁那年预言的那样，她真的登上了南极，她真的成了一名南极探险家，她真的看见了南极的皑皑白雪，可爱的小企鹅，南极变幻莫测极光，探险了南极多年以来的都没有被发现的秘密，她真的成就了她自己人生中的第一次辉煌。走的时候，她把她十二岁时写下的那张梦想清单郑重的埋在了南极圣洁的白雪之下，她相信南极神圣的白雪会为她永远保存这张梦想清单。当她带着许多关于南极的秘密回到她的家乡挪威时，挪威的人们都亲昵的称呼这为勇敢的女士——白色精灵，她就是第一个登上南极的女孩子——列温·阿文丝。

也许有人会问，列温·阿问丝为什么能持之以恒的为她这个看似渺茫的梦想作努力呢？其实，只要你选择好自己的梦想，你这时已经成功了一步；你再持之以恒地为那份梦想做努力做奋斗，这时你就已经成功的一大半；你再有一颗勇敢坚定的心，你这时可以说是完全成功了。

你的梦想是什么？为自己的梦想做努力吧！不是有一句话说的好吗：海阔凭鱼跃，天高任鸟飞，大地这么广阔，只要你有自己的梦想你就可以在这一片大地上自由自在地飞翔，只要你为你的梦想努力再努力，你何愁不会成功呢！

我的演讲完毕。

谢谢大家！

乐观与忧患演讲稿五分钟视频篇三

大家好！

曾几何时，我们在交通和网络的高速发展中。无比欣喜地迎来了“天涯若比邻”的世界；在如陀螺般高速旋转的都市中，每个人都飞快地奔跑，人人都成了“闪电侠”——然而回过头来，我们在这高速的生活中遗失了多少美好呢？虽天涯比邻，却无海内知己。

交通的高速发展让我们缩短了世界的距离，不必再苦于思乡怀人，不必再苦于跋山涉水。然而却错过了路途的美景，拉远了心灵的距离。

放慢生命的速度，闲看云卷云舒；拉近心灵的距离，静听琴瑟叮咚。

生命的速度，放慢些，才有味道和美丽，才能看见路途的山水秀美。总望着远处的风景，你会错过脚下的繁花。转一个

弯路，山重水复之后，也是柳暗花明。

摘掉身上蜻蜓一样飞快扑扇的翅膀，竹杖芒鞋也轻快胜马，谁怕他风雨天晴！放慢生命的速度，闲看云卷云舒；拉近心灵的距离，静听琴瑟叮咚。

谢谢。

乐观与忧患演讲稿五分钟视频篇四

大家早上好！

我叫，是x中学学生会主席，初三九班班长。三年来，聆听着老师们的谆谆教导，伴随着校园中的缕缕书香，我逐渐成长为一名全面发展的中学生：我学习成绩稳居级部前列，连续三年被评为x市优秀学生干部。蹒跚着一路走来，足迹旁洒满汗水，我体会着人生百态，咀嚼着成长的快乐，我像是无际大海上的水手，眺望着水天一线的前方，扬起风帆、奋力起航！

除了在书海中遨游，我同样喜欢静静地坐在钢琴边，用指尖轻轻地触及键盘，让美妙的旋律从我的手中流淌出来。我也喜欢唱歌□20xx年，我加入了学校的合唱队，参赛曲目《美好的远方》获得了艺术月一等奖；同年，诗朗诵《我爱你中国》获得x市一等奖□x省三等奖。

不积跬步无以至千里，今后的日子里，我将脚踏实地，一步一个脚印，用我的智慧与自信，书写更加灿烂的明天！

谢谢。

乐观与忧患演讲稿五分钟视频篇五

生命，是最美丽，最让人向往的。在千年的历史长河中，几

乎所有的帝王在成就霸业之后，就在天下寻求成仙之道，亦或是寻找长生不老药，就是为了生命的永恒。显然，他们很愚蠢。有无数的科学理论可以将他们的痴心妄想击碎。但在某种程度上说，生命可以永恒。这是帝王们不曾想到的现实——生命因美丽而永恒。

即使世道再不公，人都执著追求着自己坚持的事物，这便是生命的美丽。古时的古公听闻戎狄要来夺取自己的百姓和土地，古公不忍百姓受战乱之苦，便带了几人避往蛮荒之地，举国百姓一人未伤，百姓们被他的厚德仁义所感动，纷纷偕老带幼归附于他，歌颂他的仁德。古公放下权柄而顾百姓之安危，是因他对仁义的追求，他的生命而因此愈加美丽。

陶渊明心怀“大济苍生”之愿步入官场，然而“性本爱丘山”的他终因“不为三斗米折腰”而拂袖而去。他执著追求着清廉与正直；韩愈不畏死而“一封朝奏九重天”愿为黎明百姓而献出生命，纵使自己的小女儿惨死于驿道，纵使前方的路艰苦万分，他也坚持着自己对国家的一片忠心。他执著追求着忠诚；杨涟独自一人挺身而出对抗阉党，被变态残忍的酷刑折磨得半死不活，却绝不妥协，坚决不让阉党祸国，他执著追求着良知。“凡可以得生者，何不用也？”“凡可以避患者，何不为也？”只因他们的追求，对正直、忠诚、良知的追求！这就是生命的美丽。他们的生命因此而美丽至极，光耀千古，得到了永恒。

然而，并不是所有的生命都是美丽的，有的人站在生命的路口，无视彼岸的美丽，他们看着面前的权力，金钱，痴痴地伸出了双手，最后被拖入了黑暗的深渊。

当国家危难之时，岳飞身披盔甲，精忠报国，秦桧这个小人却为一己之私以“莫须有”的罪名将其杀害。”青山有幸埋忠骨，白铁无辜铸佞臣‘，就连冷冰冰的白铁都在唾弃着他的生命。几千年的历史中，不知有多少可悲的人在心甘情愿的扮演着一个又一个的奸恶小人，你方唱罢我登场。他们被

各种诱人的事物蒙蔽了双眼，毫无反抗的让黑暗的社会将自己拉入永不得翻身的泥沼，就此沉沦。他们的生前的肉体被权力、金钱装饰得耀眼万分，却不是真正的美丽。在他们死后，这些东西将与他们没有任何关系，所留下的不过是响彻千年的骂名罢了。

生命的美丽是人类自己创造的，他们执著的追求着真善美，以此来升华生命，最后即便委于尘埃，其精神与品质犹存，生命的美丽还在。生命，便也得以永恒了。