

分钟讲话稿 励志演讲稿三分钟(通用6篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

分钟讲话稿篇一

演讲要讲究照应的技巧。这是因为，作为一种特殊的日语交际方式，演讲有声语言的消逝性和态势语言的视觉感，在一定情况下影响和制约着听众对演讲内容的理解程度和接受效果。下面我们一起来看看励志演讲稿范文三分钟，希望大家喜欢。

老师同学们大家好，今天我演讲的题目是《生命目标的价值》！

每个人的生命都有动机，每个人生命目标的价值都各不相同。当人们定了他的人生目标的时候，同时也对他自己的价值下了一个定义。人生命目标的价值可以分为两种，一种是满足个人的需要和享受的目标，固然价值不高第二种是为了全人类的需要，甘于抛弃自己个人的享受，这才是最高的生命目标的价值。拿第一种来说：这种人从小的目标就是为了自己和家人能过的好，活得好。我们都能听到许多稚气未泯的孩子说：“我长大当一个大老板，赚好多好多的钱”这类话。但是这种人又分两类，第一类是“君子爱财，取之有道”这种人通过正当的手段来获取钱财固然没有什么错，还有一类就是为了自己想要的东西，不择手段不惜一切代价得到，比如一些贪官为了能拿到钞票，就不惜一切代价得到，结果就

走上了不归路，这类人是卑微的是低贱的，是被人唾弃的。这种生命目标是最没有价值的。

还有一种人生目标是崇高的，是伟大的，是最有价值的。同样的我们也能听到许多小孩说：“我长大要当一个发明家，发明好多好多东西。”这种为了人为了人类的幸福抛弃了个人的享受。这无疑是一般人做不到的。居里夫人就是期中最杰出的代表。当她费劲千辛万苦，终于提炼出镭时。全世界是多么的需要镭呀！如果他以此申请了专利，可以让子孙后代永远享受这一专利带来的荣华富贵，她照样名垂千古。但他却放弃了这一专利。毫无保留的公布了镭的提纯方法。

毫无疑问，这种生命目标是最有价值的。

同学们，从现在开始，选好人生的目标。人生目标可以让你的生命有不同的价值，活出自己生命的价值吧！

我的演讲完毕。

谢谢大家！

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！今天我演讲的题目是《我有一个梦想》。

我虽然是一个小学生，但是我拥有着我的梦想。

当我依偎着爸爸妈妈迈进幼儿园的大门时，我第一次看到了她那张美丽的脸庞，脸庞上洋溢着动人的微笑，她就是我的幼儿园老师——王老师。

我小时候总是不肯去上幼儿园，每次到了幼儿园我常常闹来闹去的，使教室里乱成了一锅粥。在这个时候，王老师总会出面解决问题。她并没有像我想象的那样凶狠地大骂一顿我，

而是轻轻的安慰着我，直到我安静下来。

当我上小学的时候，一进校园便被学校的欢乐气氛包围住了，虽然校园并不是十分的大，但是到处回荡着同学们的欢声笑语，当我慢慢地走进教室时，第一眼看到的就是我的班主任——董老师。董老师教我们语文和数学。她虽然没有年轻的老师那么的活泼，但是董老师上课能够让我们这一群顽皮的小马牢牢地坐在椅子上。

我长大以后也要当一名老师，教育祖国的花朵，培养祖国的栋梁，把自己的知识传授给同学们，不辜负老师们的期望，为祖国做出奉献。

虽然这个梦想离我十分遥远，但我相信，只要我努力，一定能够成功！

我的演讲完毕。

谢谢大家！

亲爱的老师，同学们：

大家好！

时间如小河流淌，匆匆地从我们身边流过。转眼间，我即将要步入中学，但我对陪伴了我六年时光的母校充满了不舍。

尽管我的心里有多少个不舍，还是逃脱不了分别的宿命。“词圣”苏轼说得好：“人有悲欢离合，月有阴晴圆缺。此事古难全。但愿人长久，千里共婵娟。”是呀！天下没有不散的宴席，该离开的总是该离开。在离别之前，我要感谢母校，感谢无私传授我知识的老师，感谢与我共同学习的同学们！

感谢您!母校!您如同肥沃的土壤,栽培了我们这些刚刚露出芽尖儿的花朵,赋予我们营养,培育我们健康地成长。如今,我即将离开这块肥沃的土壤,但我绝不会忘记,不会忘记这里的一草一木,不会忘记在这里度过的时光。别了!母校!

感谢您!我敬爱的老师!您如同树根,从土地里汲取营养传递给我们:又如同辛勤的园丁,孜孜不倦地培育着我们……是您教会我人生的哲理,是您教会我计算、解方程,是您教会我科学知识……别了!我敬爱的老师!

谢谢你们,我可爱的同学们!我们大家一起经历过无数酸甜苦辣,尽管平时少不了稍大小脑,但一到关键时刻,就站在一条战线上。因此取得许多优异的成绩!

再见了!我的母校!

谢谢母校!

我的演讲完毕。

谢谢大家!

尊敬的老师们,亲爱的同学们:

大家好!

从古至今,中华民族的优良传统一直传承着,且广泛流传,人们对传统的理解虽有不同,但总体是一致的,友善,文明,诚信的道德品质是整个社会一直追求的。

一石激起千层浪,由此引起社会的负面影响日渐升温。人们对于出现此类情况,在伸手援助前产生了迟疑、彷徨。前车之鉴,是否会重蹈彭宇覆辙呢?该不该帮助困难的人呢?会不会被误解而产生麻烦呢?于是各种不和谐现象频频出现:有

绕道而走的，有旁观不决的，更有甚者劝他人不要多管闲事的。一时间这股不良风气如雾霾般时时存在，人与人之间缺少了诚信，使我们的千年优良传统蒙受尘埃。

乌云终将散去，阳光总会来临，我们社会的正能量如泥土下的春笋总会破土而出，且遍地发芽生根。人们希望社会的和谐，希望人与人之间的友善、文明与诚信。当有人伸出援助之手帮助他人时，人们都投于赞许的眼光，给与热情的表扬与喝彩。网络也发挥了它的传播功能，“托举哥”，“最美的交警”，“最美的老师”等等，有些社会机构还设立了见义勇为奖金，专门表彰那些帮助他人的好人。优良传统又得以弘扬，和谐社会处处是春风。让我们为这些出色的人点赞，为正能量喝彩。

春晚小品《扶不扶》宣传了一个很真切的道理：人倒了最终还能扶起来，人心倒了可就扶不起来了。社会上十分需要这种友善，文明的正能量，需要人民的正能量撑起这个社会，同样也需要人与人之间建立起来的诚信。失去了友善，文明，诚信的道德品质，就像是社会失去了照亮前方路途的光明，把人们推向无边的陌生，带来更多的负面影响。我们应该为社会上的每个付出，传播正能量的公民点赞，为他们的举动喝彩，向他们的行为学习……抛开更多的杂念与警惕，敞开心去信任对方，为社会奉献力量。

一滴滴雨水能汇聚成海洋，人人奉献出一丝正能量，待人文明，友善，做个讲诚信的人，就会凝成一股无穷的力量，点亮整个社会。

分钟讲话稿篇二

同学们，从今天开始，高考冲刺的战役正式打响。高考，是人生征途中最激动人心的驿站之一，它对翻开我们生命中崭新的一页有着不可估量的作用。他可能会让你的人生如诗如

歌，可能会让你的梦想绚丽如虹；可能会让你拥有更大的施展雄心壮志的舞台，可能会让你登上一座座风光无限的山峰。

一千个日日夜夜，你们牢记着“我心一片磁针石，不指高考不罢休”的志向，攀登书山，畅游题海。书山上留下你们奋笔疾书的背影，题海中展示着你们顽强拼搏的豪气。我们青春无限，我们壮志满怀。“十年砺剑百日策马闯雄关，一朝试锋六月扬眉传佳音”，我坚信，同学们经过百日拼搏，一定能超越自我，实现理想，以优异的成绩向母校献上一份厚礼！在这木棉花怒放枝头，杜鹃花堆锦叠秀的季节，迎来了一年一度的高考百日冲刺。决战的号角声已经吹响，我们全体高三老师的心与同学们一起在跳动。尽管我们这一届的基础比不上往届的学生，尽管我们的实力与其他学校还有差距，但只要我们努力拼搏，就能取得成功。三分天注定，七分靠打拼，爱拼就会赢！在龟兔赛跑中，乌龟所以取得最后的胜利，是在于它的锲而不舍。鲁迅说过：“不耻最后。即使慢，驰而不息，定能达到他所向的目标。”九百多天我们从风雨中走来了，在这最后的冲刺中我们决不能气馁，让我们用我们的勤奋来迎接命运的撞击，擦亮一中的牌子！

大学梦，是人生梦的起点，没有经历过大学的人生是有缺憾的，大学是真正塑造我们思维的一个非常重要时期。我们要抢占人生的制高点，创造无悔无怨的人生！高三是人生征途中的重要一站，千万不要把太多的精力和时间消耗在一时的享乐当中，当你竭尽自己的努力去为实现自己的梦想而奋斗，你将收获超出你预期的成果；当辉煌的落日即将沉沦，当你眼中金色的光亮即将消失时，你的梦没有实现，这才是你最刻骨铭心的痛！

在这最后一百天里，我们高三全体老师众志成城，奋力耕耘，竭尽全力，“甘将心血化时雨，润出桃花一片红”。我们相信通过师生共同努力，以我们的智慧驾驭战场，定能决胜于千里之外。

高三是人生履历中最为亮丽的一道风景线，人生没有大学校园的记忆是不完美的，没有高三生活的回忆是有缺憾的。

高三是享受拼搏、奋斗人生的时光。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。

高三是拼搏的一年。人们常说：此时不搏何时搏；就是说，拼搏要抓住时机。幸福在于拼搏，享受在于拼搏。拼什么？拼效率，有了效率才会有成功；拼心态，愉悦的心态激活大脑的思维；拼意志，顽强的毅力不畏任何失败；拼潜力，人们往往会被自己巨大的潜力惊得目瞪口呆。

历经一次高考磨练的我们将用心把握仅剩下的三十六万四千三百二十分钟，用青春书写灿烂，用汗水诠释辉煌！

我们未曾忘记，看到成绩的瞬间，一切骄傲的梦想，都离我们而去。

我们不能忘记，看到红榜上一个个熟悉的名字，却没有自己。

我们不敢忘记，站台上的同学即将踌躇满志地离去，却留下孤独的自己。

我们的誓言不会改变，我们的风采依旧飞扬，我们是今日的誓师者，必将是明年的成功人。超越梦想，不是梦想——我坚信，来年的六月定为我们奏响胜利的赞歌。

分钟讲话稿篇三

亲爱的同学们：

大家好！

梦想，如一盏明灯，照亮我们前行的道路，指引我们向前，激励着我们努力奋斗直至成功。我们年轻，年轻人就应该有梦想，为追逐梦想不停息。也许一个人的梦想的力量是单薄的，但是千千万万的中国人的梦想的力量聚集起来就可以改变国家甚至世界。中国梦，凝聚13亿中华儿女的梦，推动着整个中华民族的发展。为梦想奋斗，只因我们是中国人，我们要实现中国梦。

纵观中国几千年的历史，让我们想到了中华民族曾经的兴盛与衰落。曾经的繁华告诉我们，中国要崛起，要走复兴之路，达到曾经的辉煌；以往的衰败警示我们，复兴之路存在许多艰难与挑战。

有一种过程，叫波澜华夏梦。自公元前2070年，大禹建立我国历史上第一个王朝——夏，便已注定这世界的东方将有一颗明星升起——华夏。花开花败，潮起潮落，在华夏的古典史册里，也记载着一个个王朝的兴盛与衰落。秦国，经历了商鞅变法统一了六国；汉武帝平定七国之乱才使中央集权加强；唐朝的贞观之治，实现唐朝的鼎盛；元朝在地方上实行行省制度，巩固了多民族国家；清朝设立军机处才使君主专制加强。华夏一步一走过来，走向光明。

有一种进步，叫知耻而后勇。1840年，列强用鸦片打开了中国大门，从鸦片战争到第二次鸦片战争，从中日甲午战争，到八国联军侵华，华夏族儿女在战乱下忍辱负重，在经历多年学习和改变后，迅速崛起。为了实现救国救民的梦想，坚忍的中国人艰难的摸索着，直至中国共产党的诞生，带领中国人民走向光明，让日本无条件投降，建立一个新的中国，开始了新的生活。

有一种发展，叫中国速度。从新中国百废待兴到社会主义改造的完成，社会主义制度的建立。改革开放以来，中国发展迅速，政治，经济，文化，军事各方面得到前所未有的提高，综合国力增强，国际地位提高。现在，我们为实现中华民族

的伟大复兴而努力。13亿人的梦想将在中国这片土地生根发芽。

提出“中国梦”，即实现国家富强，民族复兴，人民幸福，社会和谐。

设定了伟大的中国梦三部曲：第一步，用20xx年的时间到中国共产党成立1xx年全面建成小康社会；第二部，再花30年的时间到新中国成立100周年，全面实现中国特色社会主义现代化；第三部，在整个21世纪实现中华民族的伟大复兴。体现了全体中华民族儿女的共同心声，分步走的战略使目标更加明晰，为人们提供了明确的奋斗目标与方向，中国梦的实现指日可待。

中国的发展，经过几代人的努力，才有今天的成果。作为一个中国人，我是自豪的，我们赶上了中国发展的黄金时代，可以为祖国的发展添砖加瓦。我们大学生，作为一个青年团体，更要发挥先进示范作用，用自己的行为感染更多的人，将中国梦宣传开来，弘扬其精髓和内涵，推动我们的核心文化内涵走向世界。

中国梦，每个中国人的梦，作为祖国未来希望的我们，更要热衷于为国家的发展做贡献，努力提升自己，让梦想落地，开花。

分钟讲话稿篇四

各位老师，亲爱的同学们：

大家上午好！

理想，是一个人追求的希望，是努力进取的鼓舞，一个人树立了远大的理想，就像一位航者树立起心灵的航标，不会迷失方向，也会有前进的动力。

每当我看到电视机上一宗宗怪病、顽疾、绝症的病例时，我不禁感到惋惜和无奈，每当看到因为亲人病逝而悲痛欲绝、痛哭流涕的家属，我也难免产生深深的同情和伤感。人类长久以来一直在被疾病所困扰，某些人或许正在黑暗中与病魔进行殊死搏斗，有些人或许正在生死线上挣扎，他们受尽了疾病的折磨，但又有谁能在黑暗中给他们带来光明呢？难道人类对于某些疾病就是束手无策，而病人也只能在无奈中度过余生吗？我的理想就是当一名医学家。

自古以来，人们一直把医生称为救死扶伤的白衣天使，既然披上这白大褂，就应该对每个病人负起责。这是一种义务，也是一份光荣，白色象征着纯洁的生命，象征着幸福和安康，我须时刻铭记自己的责任，我的手是一双神奇的手，拯救生命，解除病痛，让黯淡的生命重现光泽，绽放生命之花。但也要小心呀，失误同样是性命攸关。

现在，癌症、艾滋病等不治之症纷至沓来，成为了威胁人类健康的恶魔，也是人类医学界长期以来难以攻克的难关，由于这些顽疾没有治疗的有效手段，所以这类疾病就显得异常猖獗、肆虐，不知夺去了多少人的性命。我打算发明一种特效药，给患者痊愈的希望，让生命之树不至于过早枯萎，造福全人类。就像青霉素的发明，让肺结核成为了小疾，特效药的发明让癌症、艾滋病等所谓的不治之症也不再是什么大病，让人们安享天年。

同样，作为一名医务工作者，我也将同社会上的不良现象做斗争，抵制劣质医疗器械，拒绝使用假药，坚守职业道德，维护医学的神圣。

我们每个人都有理想，它就像大洋彼岸的一片热土，吸引我们这些淘金者前往，那就让我们扬起理想的风帆，搏击风浪，朝着心中的目标奋勇前进吧！

青春励志演讲稿范文5分钟3

大家好，今天我为大家带来的演讲叫做《青春?理想》

我们，撇下无知迎来了属于我们的青春。青春，让我们肆无忌惮，畅然释怀，体味风那样的自由，感受云那般的自在，因为青春赋予我们的是生命的巅峰，我们无须成熟，我们不再无知，我们唯有执着。

人生的花季是生命的春天，它美丽，却短暂。作为一名中学生就应该在这一时期，努力学习，奋发向上，找到一片属于自己的天空。青年是祖国的希望，民族的未来。每个人主宰着自己的明天。

最后我想用梁启超的话来结束今天的演讲：“少年智则国智，少年富则国富，少年强则国强，少年进步则国进步，少年雄于地球，则国雄于地球。”让我们洒一路汗水，饮一路风尘，嚼一跟艰辛，让青春在红旗下继续燃烧；愿每一位青年都怀抱着自己的理想，在人生的航程上不断乘风破浪，奋勇前进！

分钟讲话稿篇五

各位同学：

大家好！

小草看到苍松的伟岸，便立志发奋图强，可经历千辛万苦，还是一株普通的小草；蜩与学鸠看到扶摇直上的大鹏，便极希望自己也能鹏程万里，于是冬练三九，夏练三伏，可临终也没有“若垂天之云”的双翼，更没有“水击三千里，抟扶摇而上者九万里”的辉煌。

它们付出努力了，却没有实现自己的目标。为什么呢？因为它们没有认清自己，没有把握好自己应该努力的方向。

一个人若想得到成功女神的垂青，努力、奋斗虽必不可少，

但认清自己的实力，把握好自己奋斗的方向显得尤为重要。

正是认清了自己在文学方面的缺陷，班超毅然投笔从戎，使自己不仅在军事方面取得较高的成就，而且也保卫了大汉江山的稳定与繁荣。杨振宁坦然面对自己的失败，认真分析原因，正确地评估自己的能力，最终，他卸下了“实验物理”的专业抱负，改修“理论物理学”，在理论方面，他驾轻就熟，一日千里，最终摘下“诺贝尔奖”的桂冠。

认清了自己的方向，努力才是通向成功的捷径，奋斗才会有结果，很难想象潘长江能够在nba的赛场上抢篮板、抢断、扣篮,,,也很难想象姚明穿着时尚的服装，站在舞台上将欢声笑语送进千家万户。

如果不能成为自己的伯乐，不能认清自己，努力方向与实际南辕北辙，那么再多的努力，再多的汗水也只能是石沉大海——没有一点壮观的波澜，再多的付出也不会得到回报。现实中，我们每个人不一定都要轰轰烈烈，流芳百世，每一个人的事业不一定都要惊天动地，垂名千古，只有适合自己的，才是最好的。

做自己的伯乐，发现自身的闪光点，认清自己奋斗的方向，把握自己，经过坚持不懈地奋斗，经过挫折的暴风雨，才会出现鸥翔鱼游的天水一色。

同学们，只有认清你的方向，走出失败的荆棘地，前面才是铺满鲜花的康庄大道。

我的演讲完毕，谢谢大家！

分钟讲话稿篇六

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

人是一种怀着自卑感的存在。

我们总是羡慕别人，却忘记了自己的优秀。我们都想成为所有老师眼中的好学生，又或是全班男生都喜欢的“沈佳宜”，却吝啬给自己一个肯定的眼神。

在追梦的道路上，只看见走在最前方的人，却遗忘了有人在我们身后。人太容易自卑了，但这绝不是不健全的人格。其实，不管是多么优秀的人，内心总有一处自卑的角落。也许，我们总是在找理由逃避；也许，我们总是不敢直视镜中的自己，害怕看见自己的不足之处，一直在放大自己的负面因素，结果就只会是一个我们亲手创造的负面人生。

所以，我们要有接纳不完美的勇气，然后努力追求更美好的自己。

勇敢永不过时。

我们总是有太多顾虑，越长大，却越失去了孩童时期冲向终点的勇气。每天带着遗憾起床，每天又带着遗憾睡去。躲在黑暗的屋子里，不敢迈出一步。

人生苦短，不要让时间留给我们遗憾。人生最可怕的不是失败，而是“我本可以”：我本可以拥有不一般的人生，我本可以在年轻的时候更加努力……但当我们说出“本可以”三个字的时候，应该也只有遗憾了吧。既然不想被淹没，既然想做些什么，那么就请努力吧，就算现实残酷，但是我不会躲闪，就算逆着光也勇敢前行。

迎风奔跑吧，去追求我们发烫的梦想，不过是放手一搏，总比顾虑太多而不敢出门好。

但是，你究竟是想做一个好人，还是一个完整的人呢？每个人都是不完美的，但是每个缺点后面，都隐藏着优点。正如那首歌中：我就是我，是颜色不一样的烟火。在爱别人之前，先学会爱上最真实的自己，然后容光焕发地走进人群之中，不要害怕被淹没，因为我们都是天空中最美的烟火。

当你不再自卑，爱上自己并足够努力之时，你会发现自己竟如此光彩动人。别怀疑，因为越努力，越勇敢，所以越美丽，越幸运。