

2023年积极乐观向上的演讲稿三分钟(精选5篇)

演讲稿具有观点鲜明，内容具有鼓动性的特点。在社会发展不断提速的今天，需要使用演讲稿的事情愈发增多。演讲的直观性使其与听众直接交流，极易感染和打动听众。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。

积极乐观向上的演讲稿三分钟篇一

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家好！

今天我演讲的话题是：《扬起自信的风帆》。

著名作家爱默生说：“自信，是成功的第一秘诀。”是的，拥有自信，不断努力，才能取得成功！

生活就是一片广阔的大海，我们就如同那一只只小帆船，难道我们要永远地停留在原地吗？不，我们不能这样。而自信，就是我们的风帆，是我们前进的动力。我们要扬起自信的风帆，让我们的船乘风破浪。

很多人因为自信而成功，如爱因斯坦坚持相对论。他的“相对论”发表以后，有人网罗了一批所谓名流对这一理论进行声势浩大的反驳。可是爱因斯坦并没有动摇，而是自信自己的理论必然会取得胜利，对反驳不屑一顾，他自信地说：“如果我的理论是错的，一个反驳就够了，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20世纪的伟大理论，举世瞩目。

自信是惊雷，是飞雪，是飓风，

横扫一切拖沓、迟滞、犹豫与懒惰。

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；

自信的人生不一般，不一般的人生有自信。

同学们，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。可以这么说：“拥有自信，就拥有了成功的一半。”但自信不是平白无故地就会拥有，所以我们首先要有真才实学，这样才会有真正意义的自信。否则空有满腹所谓的自信，那只是自信的误区——自负罢了，不但不能推动人前进，反而会害人不浅。

所以，朋友们！我们要学好本领，相信自己一定必定成功，去扬起自信的风帆，使我们通向成功的彼岸。

我的演讲完毕。

谢谢大家！

积极乐观向上的演讲稿三分钟篇二

敬爱的老师，亲爱的同学们：

今天我怀着无比激动的心情来踏上这讲台。世界上成功者的队伍里，很多人并不见得很聪明，但是在失败者的队伍里，

很多人也不见得愚笨。其实，有一样东西比聪明的脑袋更重要，那就是人的心灵和意志，一个人的贫穷很大的程度是心灵的贫穷，而成功很大程度是意志的成功！有时候我们以为遭遇到的危机使我们走投无路了，却在事后发现这是生命的转机。美丽的生命在于勇于更新，且愿意努力学习。化蛹为蝶，才能使生命焕然一新。人的一生也需要蜕变才能成长。生命就像游戏，但不能游戏人生；生活需要歌舞，但是不需要醉生梦死；生活需要艺术，但不能投机取巧。

我们订的计划和目标总是坚持不了几天；我们总是跟在别人后面，白白消磨大好时光；困一点，累一点，就把今天该做的事推到了明天所有这些，能说努力了吗？全力以赴了吗？虽然付出未必就有回报，努力和成功不能划等号，但是，不付出就绝不会有回报！不努力就绝不会成功！

同学们，不要担心努力后的结果如何，得不得到回报，请记住一句话：尽心就是优秀，尽力就是成功！何必为自己的欠缺、自己的失败而沮丧呢，何必为别人的嘲笑、别人的讽刺而痛苦呢，这些是上天赐给你我的福分，把人生一切不幸的遭遇照单全收！我们感谢上苍所做的一切不合理的安排！感谢社会的残酷！感谢世态的炎凉！因为，越磨砺，越光芒！当一个孩子生下来的时候，没有人会问：是一个国家总统、还是国家干部；是一个教授、还是一个流浪汉？我们只会问：是男孩还是女孩？这一切都是未知数，只有性别的差异。随着环境的改变，学习的艰难，人情的冷暖，人们的心灵和意志就会慢慢地发生改变，这样的改变将会导致人与人之间的差距，于是，有些人很出色，有些人很平庸；有些人很幸福，有些人很痛苦。万事需要一种积极向上的状态。面对生活中的逆境，请不要退缩！沮丧时，让我们引亢高歌；悲伤时，让我们开怀大笑；恐惧时，让我们勇往直前！最后让意气洒脱的我们以饱满的热情去迎接未来的机遇与挑战吧！

谢谢大家，我的演讲完毕。

积极乐观向上的演讲稿三分钟篇三

每个人都有自我的梦想，并且每个人的梦想都是不一样的。比如有的人想当教师；有的想当设计师；有的想当艺术家；有的还想当作家可是我敢相信100个人最多有50人能完成自我的梦想，甚至还不到。其原因是什么？原因就是他们没有努力的去追求自我的梦想，没有用自我的实际行动去完成自我的梦想。在实现梦想的途中，往往会遇到各种挫折阻难你的道路，这时就是最为关键的时候了，如果你因为害怕受伤害怕遇到挫折而放弃的话，你的梦想就犹如一片荒原，终年雪地冰天。反之，如果你能够扛住磨难不怕任何挫折，那么你就是最伟大的人，你就能如愿以偿的完成自我的梦想。

追求是一种艺术，懂得追求的人，必须也是懂得艺术的人。

追求多么刺眼了两个字啊，懂得追求的人，也是懂得放弃的人，在利益面前，必须学会放弃，追求就像火柴，梦想则是那熊熊火焰。仅有学会追求才能创造梦想。追求就是要用实际行动来证明一切，证明你是否懂得了追求，懂得了放弃，懂得了创造梦想是每个人所拥有的，它充满了生机，充满了活力，如精灵一般在人的大脑自由的遨游。同时它也充满了人类的自私，为实现梦想而不择手段，为实现梦想而去伤害身边无辜的人，为实现梦想而去陷害别人谋私利。这种人是可耻的人，更确切的说这种人根本就不配拥有梦想。梦想是属于那些勇于实践的人，属于那些不自私的人，属于那些勇敢的人，属于那些不怕困难的人，属于那些能舍己为人的人总之梦想只属于那些有远大抱负的人。

追求梦想的第一原则就是要超越自我，战胜一切阻挡我志向的所有困难，它们就像我们脚下的绊脚石，稍不留神就栽了个跟头，所以我们就要把那些绊脚石重重的踢开。

追求梦想就是成功的彼岸！

积极乐观向上的演讲稿三分钟篇四

不管你是微笑着面对生活，还是痛苦诅咒生活，明天的太阳依然会升起，生活不以人们的意志为转移。与其沉溺在痛苦中，不如勇敢地面对苦难，乐观地面对生活。

记得一位著名的政治家曾经说过：“要想征服世界，首先要征服自己的悲观。”战胜悲观情绪，用积极的心态、乐观的情绪、豁达的态度去对待生活，你会发现生活原然有许多的乐趣。

乐观地面对生活，在不经意间，你会发现“青草池边处处花”、“百鸟枝头唱青山”、“绿水青山带笑颜”、人间处处充满爱。

乐观地面对生活，你会发现，天是湛蓝的，水是碧绿的，空气是清新的，阳光是灿烂的，世界是美丽的，生活是美好的。

乐观地面对生活，从容淡定，超然洒脱，做到“去留无意，闲看庭前花开花落；宠辱不惊，漫随天际云卷云舒”；乐观地面对生活，放下包袱，轻装上阵，“不以物喜，不以己悲”。

乐观地面对生活，你会惊讶于人类的伟大。你会发现，苦难是人生的财富，挫折是人生的阅历，失败是成功的借鉴，压力是生活的动力。

乐观地面对生活，你会发现，人生处处风景美，放弃是一种新生，奉献是一种乐趣，花开有花开的美丽，花谢有花谢的哀怜，月圆有月圆的完美，月缺有月缺的理由。

让我们乐观地面对生活，用笑脸迎接每一天的太阳。雨果说：“微笑就是阳光，它能消除人们脸上的冬色。”在人生的旅途中，无论成功还是失败，都是人生路上一道亮丽的风景。

乐观地面对生活，你的生活就会充满希望和阳光。

积极乐观向上的演讲稿三分钟篇五

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，是一种精神的财富，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。

具有乐观精神的人，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，但是他并没有对生活失去信心，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？是他的那种乐观的精神，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！

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精神的财富！

我的演讲完毕。

谢谢大家！