

# 2023年演讲稿三分钟科学故事视频 三分钟的故事演讲稿(通用7篇)

演讲稿是一种实用性比较强的文稿，是为演讲准备的书面材料。在现在的社会生活中，用到演讲稿的地方越来越多。那么演讲稿怎么写才恰当呢？下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

## 演讲稿三分钟科学故事视频篇一

各位老师、同学们：

大家晚上好！漫漫高考长征路已经进入尾声了，再过五天，牵动人心的时刻就要到来了，大家就要迎来高考这场既满怀期待又心存担心的考试了。此时此刻，你的心情如何呢？是期待、紧张、兴奋、还是百感交集。

高三一年的奋斗，特别是高考前的点点滴滴，正是这所有的一切努力，将轻轻的把你推向了人生的又一个彼岸。有一位教授说了一句话：“高考，四分考实力，六分考心理。”就是说一个人心理调节成功与否，将会极大的影响到他的高考成绩。

一考定终身，分数就是硬道理！这句话从某种角度来说也是成立的。高考牵动着亿万家长的心，关系着学生一辈子的前途和幸福！在剩下的五天的时间里，重要的不再是知识掌握的多少，要弥补也是有限的。更重要的是大家的心态调节，能否把掌握的水平充分地临场发挥出来。高考考前同学们的心理调节是我们教师、家长和学生的共同关注！

一、考前心理调节。十六个字：强化信心、优化情绪、进入状态、充分发挥。在临考的这几天里，努力做好以下十件事就可能达到调整心态十六个字的要求。

(1)制定好作息时间计划及复习安排。把每天的复习功课、文体活动、休息与睡眠的时间安排合理，防止复习忙忙乱乱，才能使生理节奏感与心理节奏感增强。同学们千万要记住，无论你原计划在高考前准备把功课复习三遍也好，五遍也罢，这时都应该停下来，对知识结构进行梳理拾漏补缺，将重点的内容重点复习。

(2)进入高考时间节奏。今年高考科目顺序有变动，要根据高考上午开始时间与下午开始时间复习功课，例如按上午考试科目的高考时间复习该学科，有助于进入高考状态，有助于充分发挥已掌握的知识。

6月2日-4日距离高考3---5天：上午：6:30起床，洗漱，稍微活动一下。6:50吃早餐。早读、1、2节、看书。休息半个小时。3、4节、复习理综或文综。做题。午间休息吃饭休息半个小时。15:00—17:00复习英语、数学。以做题为主。休息，听听音乐，运动一下。晚上：19:30—22:00看书。休息。23:00准时入睡。

6月5日距离高考还有2天：上午：6:30起床，洗漱，稍微活动一下。6:50吃早餐。7:30—8:30看书。休息半个小时。9:00—11:30复习语文。因为第二天就要高考了，所以今天最好复习第二天的考试科目。午间休息吃饭。午睡40分钟—1小时，根据自己的情况调整。下午：13:40—14:30看书。休息半个小时。15:00—17:00复习数学。以做题为主。休息，听听音乐，运动一下。晚上：19:30—22:00看书。休息。23:00准时入睡。

6月6日距离高考还有1天：放松，考前动员，看考尝熟悉考场周围环境，包括卫生间等等。乘车路线、乘车时间、考虑堵车等因素。一般不安排时间学习。最后一天，晚上不要太早休息，防止睡不着，不要破坏平时的习惯。

(3)每天以高考的心态做适量的卷子。有些考生认为自己已经

做了好几个月的卷子，临考前十天八天不做，看看就行了，这可能会导致考试时抓不住感觉，手生，影响发挥。

(4) 抓住最佳记忆时间。早晨起床后半小时以及晚上睡觉前半小时由于不受前摄抑制、后摄抑制的影响，记忆效果最好。建议同学们可以在早晨起床后半小时以及晚上睡觉前半小时复习最关键、最重要的课程内容。

(5) 注意饮食卫生，防止胃肠疾病。饮食是这个阶段不可忽视的问题，在此期间，千万不要盲目吃大量的补品或者吃以前不习惯的东西，还是吃以前一些清淡且熟悉的食品为佳，只要注意保持每日所需的营养就好，平平淡淡才是真。建议同学们按照平时的饮食习惯吃饭就可以，没有必要因加强营养去吃大鱼大肉。要注意饮食卫生，高考前这三天，除了合理地调剂好一日三餐外，还要特别注意饮食卫生，最好不要去卫生条件差的小摊点上就餐。生吃瓜果要用开水烫洗或消毒；做凉拌菜时，调料中可加醋加蒜泥，既可杀菌又能增强食欲。

(6) 参加自己喜欢的文体活动。调节情绪、消除疲劳、养精蓄锐，以稳定的、饱满的情绪迎战高考。但参加体育活动时，切忌剧烈运动，防止受伤。最好不玩电脑和上网。因为玩电脑、上网容易上瘾，容易在大脑形成优势兴奋灶，抑制已掌握知识的发挥。

(7) 调整心理状态。临考前，每天挺胸抬头快步走，有助于增强信心，要相信自己的力量，不要迷信。许多同学在这个时候，会出现焦虑不安、担心考不好等心理负担过重现象。如何调整好考前的心理状态呢？一是要增加自信心。不要总是想着考不好，因为越是担心考不好，造成心理紧张就越是考不好。此时要相信自己，尽力就好，至于考试结果则不必再去多想。要以平常心对待，不要对自己太苛求。二是多跟家长和同学交流谈心，从他们那里你会获得鼓励和帮助；三是可以跑跑步、做做操，进行体育锻炼，这也是释放心理压力的好办法。总之，考前要有一个乐观、自信、平和的心态。

(8)调整睡眠，保证充分休息。在考前的三天里，要充分休息好，比平时要多休息1--2个小时，把以前“欠”的觉补一补，把精神恢复过来，是非常必要的。从现在开始就不要再“开夜车”了，根据自己的情况把晚间睡眠调整到十一点。6月6日晚上切不可提前上床，否则很容易辗转反侧难以入睡，使心绪烦躁不安，影响考试。

(9)心平气和，防止烦躁。不想考试后的事，不与人争论问题，心平气和地对待考前的一些事情。随着高考日的临近，不少考生开始想起考后的安排了，容易分散注意力，我们建议同学们在考前应集中心思，全力以赴迎考。考前有些紧张担心在所难免，考前有些轻度焦虑有助于发掘你的智力潜力。把自己的轻度考试焦虑看得太重，这才是影响考试的负面心态。

(10)增强信心。从现在开始不再做难题，不再做新的题目，以免自信心受打击。强化自己已掌握的知识，增强信心，每一个人掌握知识的程度不一样，高考的目标就不一样。只要达到了自己能力所及的目标就是高考成功。临考前这几天，每天挺胸抬头快步走，有助于增强信心，要相信自己的力量，不要迷信。信心是高考成功的灵魂，只要你有良好的心态就能达到你力所能及的考试目标。

## 二、考试期间要求。

(1)在考试期间要适当增加营养。饮食安排要做到食物多样，谷类为主，要多吃蔬菜和水果，常吃奶类、豆类或豆制品，经常吃适量的鱼、禽、蛋和瘦肉，吃清淡的饮食，不宜饮酒，要吃清洁、卫生、不变质的食物。要吃饱，要吃好，要清淡，要少吃脂肪和糖，要适当吃些杂粮，要及时补充水分。不宜用饮料代替白开水；不宜贪凉；不宜午睡时间过久；不宜节食；不宜室内外温差过大；不宜在风口上猛吹。

(2)要认真遵守学校的各项纪律求。入住酒店要遵守作息时间安排，讲文明、守纪律、重安全，认真对待每一场考试。

(3)要消除不必要的烦恼焦虑，要保持愉快乐观的情绪。要学会“关门”。学会关紧“昨天”和“明天”这两扇门，过好每一个“今天”，既不对昨天耿耿于怀，也不对将来的事忧心忡忡。

(4)要具备信心专心细心恒心——这是高考成功的保证。

同学们，竞赛的胜负不仅是技术水平的较量，而且是心理素质的较量，心理素质的好坏，直接影响竞技水平的发挥。考试也是如此，要在考试中保持最佳的心理状态，要具备“四心”：

**信心：**有它不一定能赢，没它一定会输。信心是成功的精神支柱，有信心的人有以下表现：

要充满自信，做到战略上藐视困难，战术上重视困难。胸有成竹，从容不迫，学习生活有规律。考前要千方百计调整好生物钟，使自己的兴奋点和考试时间同步。信心在考场中的表现，是遇到难题，镇静自若，沉着应考。

**专心：**头脑清醒、精力集中的前提。有的同学考前存在私心杂念，有畏惧心理，这是可以理解的。但一上考场，则必须排除一切干扰，专心致志、净化精神。只有专心致志才能保持头脑清醒，才能感知深刻、积极思维，才能处于最佳心理和生理状态。

**细心：**别因一两分名落孙山。每次评卷总结，老师们都要谈到考生的过失性失分，有的忘填小空，有的漏掉小题，有的忘了一页，造成不应有的损失。有的人就因为这关键的一两分而名落孙山。除做题外，有的考生还粗心到忘带准考证、考试必需品等，结果一上考场就手忙脚乱，影响考试。克服粗心，必须细心。

第一、考前准备要细心。要做好思想和物质准备。考前考后

要检查准考证、钢笔及其它文具是否带齐，还要估计一下出现突发事件怎么办？各种情况都要考虑周全，做到有备无患。不管是使用圆珠笔或是钢笔，都要准备两支；还有画图形和涂机读卡的铅笔、尺子、橡皮、圆规等文具也都要充分准备，做到有备无患。特别要指出的是铅笔一定要买正牌2b的，这是最重要的。

第二、考试时做题要细心。做题前先填考号、姓名，将试题浏览一遍，做到心中有数。做题时要先易后难。每道题都要细心、认真地研究。要学会“会做求全对，稳做中档题，一分不浪费。”

切忌漏题，要注意试卷的正面和背面，不要漏掉背面的题。要注意单页试卷，按要求填好机读卡。

第三、要有时间观念，充分利用有效时间。不应迟到，不宜早退，要做到三个环节：通览全卷，全面解答，校对复查，这样就可以使自己不失掉该得的分数。

第四、要认真熟悉考试环境。熟悉的环境，往往有助于启发思维，生疏的环境则阻碍思维。考场一般都不是自己的“老窝”，有必要熟悉自己的考室、位子。

做到细心的口诀：通览全试卷，填好号和名；审题要仔细，题意要弄清，遇到拦路虎，不妨绕道行；细中求速度，快中不忘稳；不争交头卷，检查要认真。

恒心：出师不利也要坚持到最后一秒。参加考试，不可能一帆风顺。有的人可能出师不利，首战受挫，第一道题就不会做或第一科就考得不够理想，有的人可能中途受阻。面对这种情况，容易产生消极情绪，而消极情绪对以后各科的考试极为不利。它会分散注意力、影响记忆、遏制思维、降低效率。这就需要冷静下来，认真总结失败的原因，尽快把注意力转移到下一门考试中，不必再对前者耿耿于怀。要提得起，

放得下。考试期间做到三不：不同别人对答案，不讨论不会做的题，不找老师解题。决不能一失败就灰心丧气，要有恒心，要有锲而不舍的精神，不管前面的学科考得如何，都坚持考到最后一科，最后一秒。

同学们，高考已经一天天的逼近了。现在已是别无选择，只能全力以赴向自己的目标冲刺!这时候，很多知识的积累都已经定型，但心理的波动往往会影响你的复习和考试。所以首先要学会放松，放松的目的就是能够有一种平常心去面对一切，不要患得患失。放松的另一个目的是要让相信自己，不止要相信自己的实力，更要相信自己的运气。

如果前一个阶段复习效果不大理想，更别慌。成绩不好，不外乎状态不好，哪个基础点不扎实，哪里没复习够这几个原因。这样一来，心态也得到了很好的调节。在这一段最紧张的日子里，不要给自己太多的压力，要放松，只要是努力了即使失败了也没有关系，只要发挥出自己的水平就好。要让自己的心平静下来，要能够以一种坦然的心态去面对高考，面对人生。能够在坦然与自信中，走过高考的风风雨雨。为自己的高中生涯画上一个圆满的句号。

最后，预祝同学们高考一帆风顺!满怀信心地步入考场，笑容满面地凯旋归来!谢谢大家!

## **演讲稿三分钟科学故事视频篇二**

亲爱的同学们，敬爱的老师们：

你们好，我今天演讲的题目是：感恩母亲

是谁，给予了我们的生命;是谁，在你委屈难过时抚摸你受伤的心灵;又是谁，让我们看到这五彩缤纷的世界?毫无疑问，这个人就是母亲。

记得有一次，妈妈在为我做饭时，一些又辣又烫的炸油突然跳到妈妈的手臂上，顿时，一串又肿又大的小水痘呈现在眼前，可妈妈却还忍着为我做饭.....同学们，这样类似的经历你有过吗?我想一定有!这世上并不缺少爱，只缺少发现的眼睛!

同学们，虽然母亲节已经过去，但在今天，如果你们突然对妈妈说：“妈妈，母亲节快乐!”在她们一头雾水时，把事情的经过从头到尾给她们说一遍，她们一定会感到欣慰的!她们会想：“我的孩子长大了，会关心妈妈了。”

同学们，“感恩”这两个字说起来简单，做起来却是难上加难!俗话说得好：“滴水之恩，当涌泉相报!”更何况母亲给我们的不是滴水之恩，而是一片汪洋大海!母亲的爱比山高比海深，我们一辈子也报答不完呀!我们只能一点点地报答，我们一定要学会感恩!感恩母亲，感恩全社会!

我的演讲完毕，谢谢

### **演讲稿三分钟科学故事视频篇三**

我们从一个哇哇大哭的小孩成长为一个懂事聪明的学生，成长中，经历了成功、失败、欢乐，这一次次经历，就是一个一个故事，为我们的人生添上绚丽的一笔。

那是不久前的一个故事。一天，老师说有一个作文竞赛，每个班派出实力最强的选手。同学们极力推荐我，我有些飘飘然，在老师和同学的推荐下，我被选为班上的代表，去参加作文竞赛。这些天来，同学们知道我要参加作文竞赛，纷纷借给我作文书看，拍着我的肩，满怀期望地说：“你一定要加油啊!我们的希望都寄托在你身上了。”

“我会尽力的。”我微笑着回答。老师也常常点评并修改我的作文，看着老师和同学期待的目光，我更有干劲了，天天

埋头苦干，想得个好名次，为班级争光，不想让同学们期望的目光黯淡下去。

临近作文竞赛的那几天，我既兴奋又紧张。我害怕我落选，让老师们和同学们失望，我也无颜面对他们。这个想法像一块石头，一直压抑在心里。然而，这种担心不是多余的。我，落选了！我走在路上，目光呆滞，嘴角也不自主地抽动，我似乎在自嘲。我的脑海中又浮现出同学们信任的目光，老师期望的笑容，耳边还久久回响着他们鼓励的话语。而我却让他们的期望成为了泡沫，随着我的失败而消失。

我不知不觉走入了一片树林，这时，不远处传来一声清脆的鸟鸣。我闻声望去，只见一只弱不禁风的小鸟趴在地上，似乎想振翅高飞，却失去了力气，无法起来。我想帮它，它看见我，似乎有些害怕，乌黑的双眸不停地转动，我只好躲在树后，观察它的动静。小鸟吃力地扇动翅膀，在空中摇摇晃晃地飞了一圈后，又重重地摔在地上。它仍然坚持着，终于在试飞三次后，它飞向了湛蓝的天空。我被这一幕震撼了，人生有许多次经历，失败了没关系，只要你在原来摔倒的地方重新站起来，经过一次次的尝试，你终会成功。

成长是一个磨练的过程，没有失败就没有成功，没有付出就没有收获，你本是一株树苗，成长后就变成参天大树，我们要正确面对成长中的点滴，做一个成功的人！

## **演讲稿三分钟科学故事视频篇四**

光阴似箭，日月如梭我终于来到了四年级在这四年里我克服了很多困难，最深刻的是我学骑自行车的那几天。

恰好今年的7月7日是我的生日，爸爸妈妈送给了我一辆崭新的黑色自行车。当我看到自行车时，心里十分的高兴。因为我老早就渴望有一辆属于自己的自行车，那是因为我就可以像小鸟一样自由自在地在道路上奔驰。

每个星期天，我一写完作业，就让爸爸带着我去学骑自行车。我们先来到广场的一个空地上，爸爸先给我做示范，我迫不及待地上去骑，谁知刚上去，只听“rdquo;地一声，我就摔倒了，像一只四脚朝天的乌龟，笑得爸爸合不拢嘴。爸爸扶起我，告诉我学骑自行车首先要掌握平衡，不能横冲直撞。我听了爸爸的话，心想：有什么难的，我不相信，我就不会骑自行车！我又再次骑上自行车，刚没走几步，我就又摔倒了！爸爸耐心地给我如何骑自行车，而我呢，就像一只泄了气的气球一样，看着崭新的自行车被阳光照得更加鲜亮，我怎么就掌握不了它呢！

爸爸说：“孩子，每个人学东西，都会受到挫折的，你现在受了点小挫折，就泄气，那可不行，要勇于挑战挫折！”

爸爸跑过来，笑着鼓励我说：“孩子，有进步了！摔一下没什么，骑自行车的时候，重点要学会拐弯和刹车。拐弯的时候，要先拐车把，然后车身、车尾就很快拐过来了，而且一定要注意，有紧急情况时，一定要握住前把，进行刹车，不能心急，也不能慌张。一定要目视前方，身子要正，不要紧张，随时掌握平衡，不能像一只无头苍蝇瞎撞。”

我领悟了学骑自行车的这些要领，经过连续几个星期天的反复练习，我终于可以轻松自如地骑自行车了，那种感觉太美了，那天气格外晴朗，好象阳光在特意为我而灿烂，风儿轻轻地在我耳边吹过，好像对我说：“你真棒！”我还听见鸟儿在空中叽叽喳喳地唱着快乐地歌，我慢慢悠悠地骑着我心爱的黑色自行车，心是甬提有多高兴了！

通过学自行车，让我明白做什么事都要讲究技巧，还要有充足的信心和毅力，要有不怕苦、不怕累的精神，名言说得好：“不经一番彻骨寒，怎能梅花扑鼻香”。

我深深地悟出了：“世上无难事，只要肯攀登”的深刻含义，无论是在生活中，还是在学习中，我要有不畏艰险，迎着困

难上的精神，才能取得更好的成绩，才能登上胜利的山峰！

## 演讲稿三分钟科学故事视频篇五

生活是一首美丽的诗，它书写着我们的梦，我们的童年；生活是一卷美丽的画，它表现着我们的爱，我们的青春。下面是本站为大家准备的三分钟生活故事演讲稿，希望大家喜欢！

尊敬的老师，亲爱的同学：

从前有一只小老鼠，总觉得自己了不起，对别人很不礼貌。

一次他去上学，一只蜗牛迎面走了过来，挡住了他的去路。小老鼠凶巴巴地说：“小不点儿，滚开，别挡我的路！”小老鼠说着一脚踢了过去，把蜗牛踢得滚出去很远。

还有一次，小老鼠到河边喝水，觉得河里的一条小鱼妨碍了他，于是，捡起一块石头就扔了过去。小鱼受到袭击，吓了一跳，慌忙躲避。小老鼠哈哈大笑说：“知道我的厉害了吧！”

一天晚上，小老鼠在回家的路上看见一只小猪躺在路边，就趾高气昂地说：“谁给你这么大的胆子，竟敢挡住我的路！”说着，一脚踢了过去。“嘭”地一声，小老鼠正好踢到小猪的脚上，小猪倒没什么事，小老鼠却“唉呦，唉呦”地叫了起来，原来他的脚肿起了一个大包。小猪站起来对小老鼠说：“你对别人傲慢无礼，不懂得尊重人，今天尝到苦头了吧！只有尊重别人，才能获得别人的尊重。”小老鼠看着受伤的脚，羞愧地低下了头。

敬爱的老师，亲爱的同学们，讲文明，知礼仪是多么重要啊！文明就是一粒最有生命的种子，只要在心里播下这粒种子，它就会在我们的精神世界里生根、开花、结果，那么我们的

生活就会更加美好，我们的校园就会更加和谐。让我们一起把文明之花撒在我们的身边。

谢谢大家！

尊敬的xx□

童话，是我们每一个孩子必读的读物，也是我们对世界认知的开始。曾记得在那不眠之夜，是童话故事陪伴我入眠；曾记得，我走进学校，第一次登台，讲的就是童话故事；曾记得，为了看童话，我竟会忘记时间。就算是现在的我，也会时不时在脑海中浮现那童话中的故事。

《白雪公主》是一篇唯美的故事，无论皇后怎么迫害白雪公主，她都能被很多人帮助，就算是最后吃了毒苹果一睡不醒，却迎来了可以把他吻醒的白马王子，终于和王子过上的幸福的生活。而《灰姑娘》的故事虽然没有白雪公主那样幸运，但她却因为亲生母亲的在天之灵和三次参加选妃舞会落下舞鞋，而成了王妃，和王子回皇宫过幸福生活去了！

她们的幸福生活的来源，除了有别人的帮助外，她们自身的善良、公平的对待任何人，是他们能够幸福的前提条件，我记得，当灰姑娘的妈妈临死之前对她女儿说：“亲爱的孩子，你要虔诚、善良，这样，亲爱的上帝会一直帮助你，而我愿意从天上向下望着你，长在你身边。”这是一位母亲最后的遗言，也是要告诉我们，人能找到幸福的根本。

但我最爱的却是《美女和野兽》，美女很节俭，很聪明，为了救父亲，她主动嫁给了野兽，但她没有想到的是，所谓的野兽其实是一个中了魔法的王子，他们都互相爱对方，从此过上了快乐、幸福的生活。其实人真是不可以光看外表呀！野兽以前的外貌虽然长得很可怕，但他却有一颗温暖、真诚的心，丑陋的外表并不意味着他的内心就是丑陋的。野兽为了爱情，几乎付出了自己的生命。而《小美人鱼》也给了我

小的震撼，深海里的小美人鱼为了拥有一个不灭的灵魂，交出了美丽、优美的声音，忍受着永远的痛苦。最后，却为了自己最心爱的王子浪费、抛弃了自己三百年的生命，化成了海面上的泡沫。虽然她历经磨难，却仍是没有获得王子的爱情，但她却像我们证明一条人鱼所能做的最好的。最后，她获得了一个本该属于她的灵魂。

“公主”，一个父母捧在手心，含在嘴里的名字，她们却用她们内心的那份爱心、善良、坚持、追求自己的理想，不惜牺牲自己的生命，告诉我们：在生活中无论遇到什么样的境遇都不要放弃对美好事物的追求。珍惜我们的爱心，别叫它死亡，别去管别人如何地对待我们。珍惜我们的梦想，别去管我们此时此刻是多么地艰难。只有这样，我们才会无悔了。

谢谢大家！

尊敬的xx□

读完《丑小鸭》这篇文章后，我懂得了“不能以貌取人”，不能嘲笑别人。

虽然有些人小时候长的难看，但她的心底善良、有智慧，长大也能变成一只美丽的“白天鹅”。也有些人小时候长的挺漂亮，像公主一样，可是她的内心恶毒，爱嘲笑别人，等到过一段日子，她就会一个朋友也没有，越长越难看，小时候的“白天鹅”也会变成“丑小鸭”。

外表的美与丑只是人生很小的一部分。

我觉得虽然这篇文章的丑小鸭没有信心，但它还是很坚强的，它知道自己长的很丑，它知道朋友们不喜欢它，但是它没有想：“既然我自己长的那样的丑，既然朋友们都不喜欢我，我活在这个世界上还有什么用啊！”要是我是文章中的丑小鸭，那些小鸭子、小狗、小猫再嘲笑我，我会对它们说：“虽然

我长的难看，但是我心底善良，坚强，总会有人喜欢我的。”

我们要向文章中的丑小鸭学习，不管别人说什么，你都要坚强，不要轻言放弃，我们也要懂得一个道理“一个人的美丑不在外表，美丽的真谛在于拥有一颗纯洁的心灵。”

谢谢大家！

## 演讲稿三分钟科学故事视频篇六

尊敬的老师、同学们：

大家好！

如果成功是一朵让人日思夜想的玫瑰，挫折和悲伤就是遍布周围的针刺。人们想要把握玫瑰，又惧怕针刺带来的痛苦。当某种精神支撑起人们的心灵，那么痛苦只是一种微弱的触感，而替代恐惧的是更多的对完美的无限向往。这就是信念。

生命因信念而美丽。如果说，生命是一座巍巍大厦，没有信念的栋梁，它只是一堆散乱的瓦砖；生命是一条滔滔大江，没有信念的河床，它只是一片泛滥的波涛；生命是一簇熊熊篝火，没有信念的火种，它只是一堆冰冷的的柴火。伟大的生命，都以信念为支柱！

信念的力量在于即使身处逆境，亦能帮忙你鼓起前进的船帆；信念的魅力在于即使遇到险运，召唤你鼓起生活的勇气；信念的伟大在于即使遭遇不幸，亦能促使你坚持崇高的心灵。

当丧失信念时，一切已成过去：

堂堂西楚霸王项羽，在四面楚歌之后，失去信念，落得霸王

别姬、乌江自刎的下场；一代三国枭雄曹操，在火烧赤壁之后，失去信念，仅有卧病在床、抱憾而终的结局。当信念消失，所谓的自信、坚持、勇敢只化为乌有，那被失败宰割的生命之灯，也会黯淡熄灭。

许多人在成功即将来临之前，就以松懈为结局，信念的丧失使万丈光芒的活力之火冷冷浇灭，无限光辉的前程就此结束，就连那唯一值得骄傲的、用热血洒下的奋斗史也蒙上厚重的灰尘。人们仅有用苟延残喘的失败人生，来填补最终的空白。

信念给予我们信心、毅力、勇气，更为我们在绝境中送来更多可能，它让我们不会失败在与成功的一步之遥。

当你拥有一份信念，经得起时间的消磨，忍得过痛苦的煎熬，那么你的心灵就是开启成功的最终一把钥匙！

## 演讲稿三分钟科学故事视频篇七

梦想，犹如一双艳丽洁白的翅膀，让本不会翱翔的身躯乘风破浪，追逐人生的精彩。下面由本站小编向你推荐梦想故事演讲稿三分钟，希望你满意。

亲爱的老师、同学们：

大家好！

我今天演讲的题目是《我的梦想》。

小时候，我曾有过无数美好的梦想。无论是当飞行员还是当医生，无论这些梦想是否现实，它们成为了我生命旅程中最美好的点缀。我要努力让梦想照进现实，我要成为最勤奋最坚强的追梦人！

如今我的梦想是当一名玩具设计师。看似很没出息梦想却一直得到爸妈的支持。在书籍和玩具的陪伴下，我快乐幸福地成长着。我最喜欢拼装、改装玩具。我把玩具归类、反复改装，让它们在我灵动的手指下变成各种造型的飞机、轮船、汽车。很多时间我都陶醉在自己改装设计的各种玩具中不能自拔。家中的两个沙发和沙发附近的地盘全被我的各种玩具占领。学习劳累时、心情不佳时、需要灵感时，那里就是我的天堂，玩具就是我亲密的伴侣。我的喜怒哀乐都和玩具有关，它们带给我无数美好的童年回忆。

我要当一名玩具设计师，我要让我设计出的玩具与众不同，我要让它们给更多的小朋友带来快乐，让他们自信、开心、幸福地成长。我不会把设计玩具当成赚钱的工具，因为玩具设计也是一门艺术。我要揣摩孩童的内心，走进他们的世界，让他们在玩具中无忧无虑地成长，让他们的童年五彩斑斓，让他们在玩具的世界中看到真、看到善、看到美！那时，我会为自己是孩子们的偶像而荣幸。

要当好一名玩具设计师，必须有变通思维、逻辑思维、立体思维，美术思维，所以我要把每一个科目都学好，就像万丈高楼从地起。我要打好坚实的基础，我要脚踏实地，我要锲而不舍，用汗水、用泪水证明我的梦想不是乱想、不是空想！

敬爱的老师、亲爱的同学们：大家好！今天，我来说说梦想。

梦想，简简单单的两个字却包含了太多太多。有人说：有理想并为之奋斗的人一定是坚强的人，有梦想并陶醉其中的人一定是浪漫的人。而我想说：梦想，真的很美，拥有梦想并为之奋斗的人，更美。

认认真真地看完了《开学第一课》，给了我很大的感触。小时候，梦想真的很简单。那时候我们不管梦想是否现实，科学家，艺术家，老师，医生，等等一切美好的职业都能成为我们梦想中最美好的点缀。也正是因为这些美好的梦想伴随

着我们一步步地成长，到如今，我们已经学会为着自己的梦想而努力奋斗，我们已经懂得追逐自己的梦想，并且不放弃。

我想，梦想贵在坚持。寻梦的旅途是坎坷的，梦想的终点是遥远的，但是未来却是光明的。当一个身体残缺的人为着梦想不懈地努力，当刘伟用那双人人都拥有的平凡脚弹奏出一首首不平凡的钢琴曲时，你是否想过自己对于梦想的态度，是否真的坚持过？当孟衡在水中起伏的时候，当他因梦想失败而愤怒地嘶喊的时候，他父亲告诉他，这只是梦想的第一步，跌倒了，再站起来。一个成功背后至少有一千个错误，我们永远都只能是倒下了再站起来。

梦想是可以传递的，韩璇的梦想是做一名教师，可是他却已经无法实现了。而如今，我站在这里，追求着我的梦想，也是做一名教师的梦想。说实话在这之前，我从没真正地意识到将来我要做一名人民教师。可是就从现在开始，就从演讲开始，因为这是为成为一名合格教师所做的铺垫，这也是我寻梦途中的一块基石。对于这个梦想的未来我似乎还缺少点信心，因为就目前的我，我们而言，距离成为一位合格教师的资格还差很远。但是我想借章子怡最后的那句话与大家共勉：“为梦想，做一个坚强勇敢的女人。”

各位领导、各位老师同学们：

大家下午好！

我是五四班的郑豆豆。很荣幸能登上这个光荣的讲台，为大家讲一个故事。我今天要讲的故事是《读书成就梦想》。

叶奕绳是我国明末清初的著名文学家。他小时候生性愚钝，记忆力也非常差，读书来像是过眼烟云，后面的刚读完，前面的又忘记了。不过，他却并没有灰心。而是更加勤奋起来。由读书变为又读又抄，读个一二十遍，再抄个一二十遍，把抄好的纸贴在墙上，这样就无处不能看到，他就这样边读边

记，终于成为了一名著名的文学家。

听了这个故事，相信你们一定和我一样从中有所感悟、有所启迪吧？

在人类历史上，不论是国内还是国外，因勤奋读书而改变命运，成就梦想的人犹如天上的繁星，数不胜数。他们的故事影响着、激励着一代又一代的人。而要认识他们，从他们身上汲取精神力量最好的办法仍是读书再读书。如果有人问我们：你们每个人有梦想吗？我们会自豪地告诉他：有！那么，就让我们从此刻起，开始或继续读书吧！书是黄金，珍贵无比；书是阳光，能量无穷。捧起书本，可以废寝，可以忘食。在读书中，我们快乐地成长；在读书中，我们收获着力量。我爱读书，我坚信，读书可以成就我的梦想！

谢谢大家。