

2023年成长演讲一分钟(优质5篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

成长演讲一分钟篇一

大家好！今天我给大家演讲的题目是：感悟心灵的成长：青春与奋斗。

火山喷发过，熔岩才会定格为坚硬的岩石；流星飞驰过，天空才会闪耀着美丽的弧线；人生奋斗过，生命才会烙下坚实的脚印。

事实上，我们可能尝试着为目标奋斗过。眼前的路，那样虚幻，那样黯淡。我们奋力前行，去触摸周围一切能带给我们现实与光明的东西，结果被撞得头破血流，摔得粉身碎骨。因为吝惜青春，所以，我们有时候会停止奋斗的脚步。于是，刚刚踏出的脚印又被我们磨平。

我们没有太多的时间可以等待。“不屑今天，等待明天，”的观望态度，会像一条肆无忌惮的蛀虫一样，吞噬我们的心灵，吞噬我们头脑中的时间紧迫感，蛀空我们谋求上进的灵魂。最终留给我们一具空洞而毫无战斗力的躯壳。

生命的主流，应该是水不停歇的奋斗而不是等待。人活在这世上，只是一种形式，奋斗才是对它的注解，因为生命无法承受之轻，因为生命无法接受堕落，因为生命无法容忍平庸。人生短暂，白驹过隙，拥有生命是一种最大的幸运，带着奋斗上路，才会让生命闪耀光彩！

所以，还在犹豫徘徊的同学，请迈开你的脚步，往前走吧！不用去管是否会成功。既然选择了远方，便只顾风雨兼程。放手去追求吧！有句话说得好：“人的生命是在他停止追求的那一刻结束的。”不要吝惜自己的青春与生命，因为它的价值恰恰是在不断地为理想奋斗中体现出来的。

成长演讲一分钟篇二

生活总是充满坎坷，人生的过程就是一个经历磨难的过程，在经历过磨难之后，你的人生便会达到一个高度，此时成功便离你不远了。下面是本站小编为大家整理的几篇一分钟积极向上演讲稿，希望能帮到你哟。

各位老师，亲爱的同学们：大家早上好！

我演讲的题目是《以积极的心态面对人生》。

有一本叫做《高效能人士的七个习惯》的书，能够很好的告诉我们这个问题的答案。这本在世界上影响很大书，总结了成功人士的七种习惯，分别是“积极主动，始终如一，行动优先，合作双赢，知彼知己，统筹安排，善于创新”；而“积极主动”排在成功人士各种好习惯的第一位。

积极人生的至理名言是：命运的缰绳掌握在自己手中，只有主动地追求一个目标，才可能实现这个目标；您把努力用在哪儿，命运就会走向哪儿。无论获得初一年级考试第一名的张凯琳，还是年级进步最大、前进74名的张珊源，都是以积极的心态面对学习的人。她们能够掌握自己的时间，安排自己的行动，遇到困难坚忍不拔，积极寻找解决办法，直到实现自己的目标。

世上无难事，只怕有心人。对于持有积极心态的人来说，逆境包含着进步，行动才能收获成功。同学们，让我们用积极

的人生态度面对挑战、迎接未来吧!积极的心态能使懦夫变得坚强，积极的行动能使落后变成先进。只有积极的心态，才能带给我们一生好运!

谢谢大家!

老师们，同学们:

奋发向上，是中华儿女几千年来与大自然拼搏而储蓄形成的核精神;崇德向善，是中华文明发展历史的光辉结晶。奋发向上的精神，促进了社会人文的发展;崇德向善的品德，增进了人类与自然、国与国、人与人之间的和谐发展。

作为小学生的我们，是祖国的花朵，是22世纪的接班人。我们应该努力弘扬中华民族的传统美德，而一切美德的基础就是爱。爱是生命的强光心存爱别人的心，去做力所能及的事。看到老人摔倒就勇敢去扶，要相信世间总不是伤害好人，让其受到谴责，人都是会老的，难道你愿意哪天自己老了以后，一个人摔倒在街道上，却无人问津?我们应该有爱。在校园内更是如此，从身边的小事做起，不乱扔垃圾、不骂人、尊敬师长、孝敬父母、不做违纪的事。这些事并不难，只是自己的意念之差。我们为什么不能在学校努力学习，积极进取，崇德向上那?有了这些，一些不可能的事也皆为可能。记得鲁迅说过这样一句话：唯有民魂是值得宝贵的，唯有他发扬起来，中国才有进步。这句话是说我们每个人都是应该积极向上的。所以，我们要以身作则，从我做起。

最后重在坚持，培育的践行奋发向上、崇德向善的精神。对这种精神要崇尚和坚守。就一个人而言，是一种良好的品性习惯。就一个班级而言，是一种健康向善的班风学风。就一所学校而言，是一个和谐文明的精神家园。修身利己，才会有朝气蓬勃的生命，才会有不断出彩的人生。我们每个人心底要蕴藏着善良道德意愿，建设我们共有的精神家园，广大青少年学生都应该自觉成为传统美德的传承者，和良好社会

道德风范的建设者，让我们满怀信心，奋发向上，汇聚起推动社会前行的强大动力，为实现中国梦而努力吧！

微笑是每一个人最富有魅力的肢体语言。

它代表着愉悦，善意，友好，接受等一切积极乐观的精神。它是一门极具魅力的人生哲学。

生活付于了我们太多太多崎岖与坎坷，我们有时候甚至于不知道自己的位置和在生活中所扮演的角色。三分钟演讲稿：微笑面对人生。我们迷惘，困惑，徘徊，孤独，无助，不知所措；这种低落的情绪很容易使我们从这个极端走向另一个极端！于是，悲剧便产生了！我们每日生活在这钢筋混凝土编织的灰色网络里，早已迷失了自己。只是，我们没有勇气去发现和承认罢了。其实，我们脆弱得不堪一击，因为我们缺乏面对生活的勇气，更缺乏面对自己的勇气。朋友们，其实，如果你每天醒来在镜子面前微微一笑，你就会发现我们每天早晨醒来后一切都已经是新的了。

太阳是新的，空气是新的，花草是新的，树木是新的，就连每个人的面孔都是新的。如果你再学会对这一天中每一样新的事物微微一笑的话，那你就会发现原来生活并不是我们所认为的那样糟糕。因为，在你用微笑面对人生好与不好，坏与不坏，对与不对的时候，这一切也都在用微笑回应着你！

成长演讲一分钟篇三

大家好！我是今天的第xx号演讲者xx，我演讲的题目是《我在追梦中成长》。

其实，第一眼看到这个题目的时候，我的脑袋是空白的，没有任何想法，随即还跟同事打趣说：我可以写篇《我在做梦中成长》，但玩笑过后，我就立刻陷入沉思中。

幼年时的我，经常希望自己有一天能像动画片中被幸运选中的美少女战士一样，变身成各种角色帮助弱者、惩奸除恶、匡扶正义，仿佛自己身上有无穷尚未开发的超能力一样，对于自己的未来，充满了期待。直至现在，我仍能清晰地感觉到自己当时那份天真可又不乏对于梦执着追求的心情。

渐渐地我长大了，我终于知道人生与动画片是不一样的，我不可能有超能力，也不会那么幸会告诉我，你年轻！是啊，我还年轻，所以有迷茫的权利，我还年轻，就依旧有机会纠正自己；因为我还年轻，所以追梦的脚步就不能停止。渐渐地我懂了，人生跟人生是没有可比性的，我们的人生是怎么样完全决定于自己的感受。你一辈子都在感受抱怨，那你的一生就是抱怨的一生；你一辈子都立志于改变这个社会，那你的一生就是斗士的一生。虽然追逐梦想的道路是艰难险阻的，有时候纵然我们已拼尽全力，也有可能遭遇失败。是的，一将功成万骨枯，梦想成功这件事其实成功率极低，毕竟猴子都知道往香蕉比较多的树上爬，权衡得失、趋利避害，是每一个动物的本能。但追求这种近乎渺茫的成功正是我们人类区别于其他动物之所在，一个人他一辈子没有任何梦想，没有为梦想做任何尝试，他不做任何冒险，他也不为任何事情努力，那当然，他永远都不会失败，他都没有资格遭遇失败！但是你不同，你做过梦，你哭过、笑过、奋斗过，你爱过、恨过，你也后悔过，于是，芸芸众生中那么普通的一个你却拼尽全力活出最好的自己，谁还有资格说你是失败者呢？所以你期待成功的每一天，都充满了一种叫做忐忑的幸福。当你拼尽全力失败依旧来临的时候，你会知道你的人生因为花费在梦想上，所以它从来不曾被辜负。

成长演讲一分钟篇四

大家好！

那天晚上，我们全家吃完饭，由于我第二天要早起，便只好孤独地守着家，而爸爸妈妈还有妹妹则高高兴兴地坐着车去

逛街。原本热闹的家，顿时变得十分冷清，空荡荡的。

我在房间里做着作业，时间在我转动的笔尖上飞逝，转眼间，已到了七点。我收起作业，从冰箱里拿出一杯牛奶，悠闲地坐在沙发上边喝牛奶边看电视。

不知不觉中，时钟已指向了八点，我的心不知怎么地“怦怦怦”地跳，我拿起电话准备叫妈妈快点回来。平时按键按得很溜的我，不知怎么按“1”却按成了“3”，按“3”却按成了“7”，不知按了多少次，终于打通了。谁知，电话的另一边却传来了“你自己先睡吧，我们要逛到十点”的“指令”。这怎么可能呀，我可是最怕黑的，让我独自睡，简直比登天还难呀！妈妈也太狠了！

看着时钟已快到九点，我直奔厕所，以最快的速度洗漱完毕，便上床了。我鼓起勇气关了灯，瞬间，屋里一片漆黑，伸手不见五指。我凭着感觉，找到了床，连忙钻着被窝里，浑身发抖，身体缩成一团。

不一会儿，我就满头冒汗，只好探出头来，突然，窗帘被一阵风掀开，窗前传出“哗哗”的响声，令人毛骨悚然，我不禁又躲进被窝。这只是阵风而已，没什么可怕的，我都快上初中了，还怕什么！想着，我又凭着内心的勇气从被窝里钻了出来。

听，我的耳边传来了细微的脚步声，我的心不由地咯噔了一下。我起身，猫着腰，从门下的缝隙望去，在客厅过道上的灯光的照映下，地板上映着一个黑影。是谁？又是脚步声又是影子的，难道是小偷？我也没听见大门的动静呀！难道是鬼？我立马钻进了被窝，转眼又想，这世界上哪有鬼呀，这只不过是大人拿来吓唬小孩的，我怕什么呀！我静下心来，闭上眼睛，伴着“哗哗”声，我进了梦乡。

第二天醒来，阳光洒满整间卧室，哈哈，勇气好可贵，我终

于拥有了它。

美丽的前行属于坚强的人，坚强的人拥有勇气，勇气则使前行更美丽，因为，前行需要勇气！因为，成长需要勇气！

成长演讲一分钟篇五

大家好！

在我的记忆中，我很小就开始读书了。我上幼儿园中班的时候，妈妈给我买了《格林童话》，是我最爱看的。我在书里徜徉着，那引人入胜的故事，常常看的我发迷。

到了小学一年级，我告别了《格林童话》，又去寻找新的伙伴，妈妈给我买来了有精美插图的四大名著，要是有人问我国大名著是哪些，我会自豪的说，四大名著是《红楼梦》、《水浒传》、《三国演义》和《西游记》。这些书中有各种各样的人物，你瞧，有多情爱哭的林黛玉；有调皮机灵的齐天大圣；有足智多谋的诸葛亮，还有敢于同老虎搏斗的武松……我把他们当成我的朋友。我还听妈妈说，四大名著是中华民族智慧的结晶，也是中国文学史上的明珠，真是了不起呀！

而现在，我又爱阅读作文书，每当看到一些作文书，我就会爱不释手，有时还去图书馆借。每次我写完作业，我就会抽时间去读作文书，要是看到精彩的段落，我肯定会用笔写下来的。

同学们，读书吧！在你们人生的起跑线上，让书成为你们生命的一部分。如果那样，我有充分的理由相信，你们的灵魂将会变得充实而丰富，你们的眼睛将会变得明亮而深邃，你们的行动也将变得理智而富有创造性。

我的演讲完毕，谢谢大家！