

坚强的演讲稿三分钟(优质5篇)

演讲是练习普通话的好机会，特别要注意字正腔圆，断句、断词要准确，还要注意整篇讲来有抑有扬，要有快有慢，有张有弛。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？以下是我帮大家整理的最新演讲稿模板范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

坚强的演讲稿三分钟篇一

尊敬的老师、同学们：

大家好！

时光一点点流逝，我一点点长大，回忆一点点积累。题记从失败中学会了坚强，从跌倒中学会坚强，从嘲笑中学会了坚强，从伤心中学会了坚强，从痛苦中学会了坚强，从泪水中学会坚强。

现在，我们读初三了，苦日子来了，初三的生活有多“苦”，我们可以用这句话概括“起得比鸡早，睡得比狗晚，吃得比猪糟，过得比驴累”。正因为这样，我们班有很多同学都坚持不下去了，在刚刚品尝到初三生活的痛苦后，就早早地退学了。我也曾想过放弃，但我不甘心！每每天晚上熬夜“加班”时，我总想：累了，就退出吧！可是，每当我想要退缩时，脑海中就会浮现妈妈那慈爱的微笑，老师那亲切的微笑，同学那关爱的微笑，他们似乎告诉我：“你不能放弃，要坚强，冲下去，不要做缩头乌龟！”对呀，我不能退缩，留下来的都是强者，我要做强者，我不能辜负他们对我的期望。面对困难时，学会——坚强！

从我慢慢的变得坚强，只要你在挫折时不屈服，失败时能从容，困难时能面对，我相信：成功一定属于你，坚强一定属

于你!

坚强的演讲稿三分钟篇二

大家好!

站在这里，我感到非常的骄傲与自豪，我要演讲的是《学会坚强》。

为什么呢?因为我们不够坚强!

学会坚强!

我们要学会坚强!我们不可以这么胆小，我们以后的路还有很长，我们不可以在这里半途而废，我们不需要别人的可怜，我们有我们自己来可怜自己。

我们要学会坚强!我们是新中国，我们是未来的希望，我们在国旗下宣誓，我们要坚强!我们不可以放弃，至少为了我们的祖国。

我们要学会坚强!我们不能一直生活在别人的世界里，我们不能依赖别人，我们要靠自己，我们有自己的生活，我们要学会自立，因为我们有自己独特的性格。

学会坚强!

我们要学会坚强!在未来的路上，会有很多挫折，我们不能就此放弃，我们要走自己的路，可是你并不孤独，要知道，你，并不是一个人，有那么多的朋友在支持你，来吧，加油!

我们要学会坚强，如今的社会上，也许有很多人很多事都不如你意，可是你不能放弃，我们要乐观面对生活，要知道有一个有一句话是这么说的：伟大的.心胸，应该表现出这样的

气概——用笑脸来迎接悲惨的厄运，用百倍的勇气来应付一切的不幸。是啊！我们要坚强！

学会坚强！

我们不能这么懦弱，要知道，有那么多革命烈士为了新中国抛头颅洒热血，不能在我们这一代的手里携手供让，我们要坚强，我们不能辜负了那些革命前辈，我们不能放弃，加油！

我们一定要“学会坚强”！

谢谢大家！

坚强的演讲稿三分钟篇三

和煦的世纪风吹动着世界又一番对梦的追逐，当可口可乐的英文扬名世界，当玛丽莲梦露的裙摆魅惑全球时，大洋彼岸的美利坚合众国已经向世界昭示了他们勇敢庞大的美国梦，于是一个经济更为发达，民主更为健全的资本主义巨头崛起。当法西斯的征程失败，殖民扩张宣布破产，当政治经济一度陷入低迷，日本也在苦思冥想属于自己的日本梦，于是不久之后，一个高新科技雄厚的经济实体开始坐落于太平洋北部。当世界格局日趋复杂，自身实力减弱，当两次世界大战后元气大伤，欧洲人开始反思自我，瞭望世界，他们发现只有联合才是正道，于是欧盟成立，欧元流通。而今天，我们开始正视自我，五千年文化积淀下的华夏儿女需要更为深刻地吐露心中的中国梦。

杜鲁门卡波诺先生曾这样来定义梦：梦是心灵的思想，使我们的秘密真情。每一个中国人的心中都不止一次勾勒出理想中国的场景，我也不例外，孩童时期，我的中国梦就是希望中国雄踞世界，永远不败，少儿时期的天真总归是一种单纯的想法。中学时期，爱上了体育，中国梦更狭隘的停留在了希望中国队战胜一切对手，捧起冠军。而今接受了高等教育

的我则把中国梦放在最为简单的位置来阅读。

经历过汶川玉树地震的痛心，感受过三聚氰胺事件的伤害，饱受物价涨落的折磨，中国人其实真的已经没有什么力气再去折磨了，”平凡“，”感动“与”坚强“是我对于中国梦最朴实的定义。鲁迅在《有的人》一文中讲到：有的人死了，他还活着，有的人活着，他实则已经死了。每个人生来都是最为普通的人，我们理应是相亲相爱的一家人，然而随着物欲的增长，大多数人忘掉了平凡的本质，追逐着精神与物质极不和谐的平衡，导致了一起又一起令人心碎的腐败。很多人或许很难理解我笔下的平凡，渴望更多财富与美好生活本无可厚非，但在我简陋的中国梦里，我希望每一个中国人把自己的身段放低，做一个有涵养有追求的人，而不是揣着一颗浮躁的心临驾于同胞之上，我想这最终的结局定会是一败涂地。

对于感动，我们并不陌生，在每一个平凡的年份总有一些让人动容的瞬间存在，我们流下泪水，我们被痛击心房，共和国最可爱的人用生命与坚持筑造了一个个感动的时刻，教会了中国人大爱无言的终极定理，然而，莲山~课件为何在此我再一次强调感动，归根结底是由于太多人并没有学会去感动别人，相反在伤害别人。久远的_事件，以及更近一点的钓鱼岛事件，国人的思想瓶颈与道德操守遭遇严峻的考验，而不管是三鹿毒奶粉还是地沟油泛滥都让感动于中国人渐行渐远。因此，我在我自己灵魂最深处渴求中国拥有感动的这一梦境，而不是各种欺骗的噩梦。

我常常听到周围有这样的讨论：”世界上最坚强的民族是哪一个“，很多人表示以色列的犹太人毋庸置疑应该当选，这个高智商的种族自降生就遭受多重战火的洗礼，存活至今，理应是最为坚强，我并不否认犹太民族的伟大，但我更钦佩于中华民族的铮铮铁骨，我们走过五千年的艰难历史，接受了新世纪的血泪历练，在今天的世界上仍然有我们活跃的身影，我们理应自豪，中国人是最坚强的，我一直是这样告诉

自己的，强大的民族需要在内心上无比坚硬，不能有钢铁般的意志，拿什么寻找明天，在中国梦最后的这个关键词里，我并不是批判国人，更多的是一种鼓励与支持，我希望我们都能勇敢不屈地向未来进发。

梦可以很大，大到足以用几代人去完成；梦可以很小，小到我们触手可及。平凡中有感动，平凡中见坚强，我们以平凡自省，以感动自勉，以坚强自励。自此，我坚信在未来的道路上，古老的龙图腾民族定会向世界宣布自己的满血复活。

坚强的演讲稿三分钟篇四

敬爱的教师，亲爱的同学：

大家好！

我最喜欢、也对我最好的外公走了，在我还没来得及见到他老人家最后一面的时候，他离开了我。如果换做别人，我可能不会这么伤心难过，可为什么走的偏偏是我的外公。

我的外公是世界上对我最好最好的人，也是世界上最最慈祥的人。外公的. 离世，不仅我把眼睛哭肿了，而且连总喜欢拿外公开玩笑的爸爸也偷偷的抹了好几次眼泪，可最后需要被安慰的还是我，因为我太喜欢我的外公，也太舍不得他的离开了。

没办法，人死不能复生，在外公走了大概三个月后，我慢慢开始好起来，而这三个月里，我就像个宝宝一样，常常抱着妈妈哭，常常抱着妈妈要外公回来，常常做梦梦见外公陪我看电视……可我也清楚的知道，我已经不是一个宝宝了，我也是一个上六年级的小学生了，我必须面对外公他的离开，必须学着坚强起来了。

哪怕过去摔倒了，外公都会过来把我扶起来，帮我拍拍身上

的灰，问我摔的地方还疼不疼；哪怕过去被小朋友欺负了，外公都会把小朋友们召集起来教我们要友好对待彼此；哪怕是过去外公把所有的好吃的都留给我去了再拿出来吃，这些都已经都是过去式了，外公已经不会再回来了，外公他最多做个梦给我，他不会再牵着我的手去买好吃，也不会再陪着我去书店看书了，外公他走了，他真正的走了。我告诉自己，“__，你必须学会坚强了，你只有坚强起来，才能够让去了天堂的外公放下心来过好日子！”，我一遍遍的告诉自己要坚强，一遍遍的为自己加油打气，实在忍不住了就偷偷的哭一会儿，哭完之后继续告诉自己要坚强，要学会坚强。也就是在这种跌倒了又爬起来，爬起来又跌倒的循环往复中度过了三个月，三个月后，我慢慢开始好了起来，自己也在慢慢中学会了坚强。

坚强的演讲稿三分钟篇五

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

有一句话是这样说的：“当世界给你100个理由去哭泣时，你需要给世界1000个理由去微笑。”可是，一些人却从来都不想微笑，难道这些人连微笑的勇气都没有吗？如果这样，他们是不可能的人生中取得理想的高度的。所以说你只要有勇气去微笑，就能给人一些幸福、一丝安慰！

我的朋友曾告诉我一个故事：一个小男孩非常喜欢游泳，就加入游泳队。可是其他队员看到他弱不禁风的样子，就觉得好笑，于是，男孩夜以继日、拼命练习。终于，在他的带领下打败了对手，拿下了冠军。

由此可见，勇气带给人无穷的力量，决定你的成就，决定你的地位，更决定你的高度，只要有勇气去面对现实，面对人生、面对困难、面对挫折，就能取得理想的高度。

让我们拥有勇气，去迎接美好的明天，用微笑面对人生，站在合适的高度上，奋勇向前！