

最新社会正能量演讲稿三分钟 正能量演讲稿(汇总6篇)

演讲稿是进行演讲的依据，是对演讲内容和形式的规范和提示，它体现着演讲的目的和手段。那么演讲稿怎么写才恰当呢？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。

社会正能量演讲稿三分钟篇一

大家好，今天我为大家带来的演讲叫做《青春需要正能量，青春拥有正能量》。

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。青春里的正能量。强大的能量助我支撑起坚定的信念，让我对充满挑战的明天信心满满。

谁的青春没有过悲伤？谁的青春不曾想过放弃？又有谁的青春没有挫折与困境？可是，我不再惧怕，我知道在我身边终会有一种正能量，就好像炽热的阳光般温暖我心房，带我走向美好的明天。而我，也会成为他人的正能量，尽我所能去鼓励和温暖就好像曾经的我一样无助的人。

人生的花季是生命的春天，它美丽，却短暂。作为一名大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。

前人说得好，“有志之人立长志，无志之人常立志”，那些无志之人的“志”，就是美梦，就是所谓的“理想”，他们把自己的蓝图构画得再美好，再完善，也只是空中楼阁，海

市蜃楼罢了。同学们，你是立长志之人，还是常立志之人呢？在青葱岁月里，每当我忧伤迷茫、徘徊无助时，总有一些人或物鼓励着我，散发着积极昂扬的光芒温暖着我。

做一个有正能量的人，让自己有动力去前进。正能量是一种强大的能量，它势必包括一个积极地推动力，只有这样才能让你的学业，事业，生活质量等得到进步。没有动力是很可怕的一件事，就如同汽车没有汽油，火箭没有燃料，植物不再吸收阳光，你只会混沌地过每一天，做着同样的事，到了这个点自然做该做的事，也没有什么远大的目标和理想。难道这样不够可怕吗？你甘愿沉默得就好像一潭死水原地踏步着，也不愿多些动力去迎接每日的太阳增添能量吗？当然不是了，当你拥有正能量后，你会很自然地迈出你的步子，并且有动力去奔向新的起点。

青春需要正能量，正能量将为我们插上翱翔的翅膀，飞向广阔蔚蓝的天空！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！

社会正能量演讲稿三分钟篇二

人们都晓得，用自己的左手温暖自己的右手是一种自怜，而用自己的双手去温暖别人的双手却是一种奉献。作为一名白衣天使，面对患者渴求的目光，我们义无反顾；面对时代的召唤，我们勇往直前。无私的奉献，是我们白衣天使永恒的追求！既然选择了地平线，留给世界的就只有背影；既然选择了这身洁白，就要守住生命的蓝天。

我们都知道，医院是一个浓缩人间欢乐悲伤的世界，有的人在这里获得了新生；有的人在这里失去了挚爱；有的人抱着

对生命的满满期待而来，最终却绝望伤心而去？我知道，我不是天使，也不是普渡众生的救世主，我是一名普普通通的护士；我知道，我没有宽阔的肩膀，也没有百灵鸟的伶俐牙齿，但我愿意燃烧我的青春，为每段迷失的生命导航，用我暖暖的心语抚慰他们冰凉的心。

有人说这份工作最脏，因为即使病人浑身散发出令人窒息的异味，我们也要为他擦洗身体、翻身、热门思想汇报护理口腔；有人说这份工作最累，因为有时候抢救病人要连续十几个小时，而此时我们无法顾得上吃饭，也来不及给家人一个电话；有人说这份工作最委屈，因为每天要面对病人和家属的情绪，有时候我们辛苦的付出换来的却是病人无理的谩骂，但委屈的泪却只能悄悄流进我们的心房；有人说这份工作最无规律，因为我们没有节假日，别人在享受天伦之乐的时候，我们还在这无硝烟的战场上战斗着。

谁的青春没有过悲伤？谁的青春不曾想过放弃？又有谁的青春没有挫折与困境？可是，我不再惧怕，我知道在我身边终会有有一种正能量，像炽热的阳光般温暖我心房，带我走向美好的明天。而我，也会成为他人的正能量，尽我所能去鼓励和温暖像曾经的我一样无助的人。

人生的花季是生命的春天，它美丽，却短暂。作为一名大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。

前人说得好，“有志之人立长志，无志之人常立志”，那些无志之人的“志”，就是美梦，就是所谓的“理想”，他们把自己的蓝图构画得再美好，再完善，也只是空中楼阁，海市蜃楼罢了。

做一个有正能量的人，让自己有动力去前进。正能量是一种强大的能量，它势必包括一个积极地推动力，只有这样才能

让你的学业，事业，生活质量等得到进步。没有动力是很可怕的一件事，就如同汽车没有汽油，火箭没有燃料，植物不再吸收阳光，你只会混沌地过每一天，做着同样的事，到了这个点自然做该做的事，也没有什么远大的目标和理想。难道这样不够可怕吗？你甘愿沉默得像一潭死水原地踏步着，也不愿多些动力去迎接每日的太阳增添能量吗？当然不是了，当你拥有正能量后，你会很自然地迈出你的步子，并且有动力去奔向新的起点。

青春需要正能量，正能量将为我们插上翱翔的翅膀，飞向广阔蔚蓝的天空！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！

社会正能量演讲稿三分钟篇三

大家好！

我演讲的题目是《无悔的青春》。

有人说青春是匆匆人生中易逝的年华，也有人说青春是一种永恒的心态，还有人说青春是擦身而过的嫣然一笑，是滔滔激流中的奋力一搏。其实，青春是色彩缤纷的。

青春是蓝色的，像深远的晴空，像迷人的海洋，深远辽阔，富于幻想。

青春是绿色的，像滴翠的青竹，像坦荡的草原，充满无限生机和活力。

青春是红色的，像燃烧的火焰，像初升的太阳，朝气蓬勃，

充满希望，愿把光和温暖无私奉献。

青春是白色的，如云如月，犹如一张白纸，爱画最新最美的图画。

青春是无色的，像风变幻无穷，像雾绚丽迷人。放纵它，遗憾终身；驾驭它，乘风破浪。

青春是彩色的，拥有了它，便拥有了七彩的人生。

青春是一首美丽的诗，是一支动听的歌……

年轻的我们拥有多彩的青春，是否应该骄傲地面对蓝天，给青春一个奋斗的理由。

年轻赋予了我们激情，我们就要热烈地拥抱成功；

年轻赋予了我们力量，我们就要无畏的执着追求。

社会正能量演讲稿三分钟篇四

大家好！

今天我演讲的题目是“成功与胜利永属自强者”。

自强者有健康的心理素质，坚定的品格意志和自强不息的进取精神，他们坚信“天生我材必有用”、“前途是自己创造出来的”他们藐视困难，追求高远目标，面对人生激流中的暗礁与险滩，奋勇搏击，不懈努力。

他们面对挫折和失败，坚强地站起来，用自己毅力，勇气和智慧扬起自强的风帆，驶向胜利的彼岸，中国女足就是这样一个自强不息，顽强拼搏的光荣团体，为了祖国的荣誉，只愿付出和奉献；她们自信，自强，不怕挫折和失败。

她们把这宝贵的自强精神和献身精神浓缩在竞技场上，印刻在长期的奋斗历程中，书写在一个个金光闪闪的奖杯上，她们的事迹告诉我们。成功与胜利永远属于自强不息的介。

自强不息者的力量来自信念、意志和毅力。那些有成就的革命家、科学家、艺术家、文学家都有着坚定的必胜的信念，有着艰苦奋斗、顽强拼搏的精神，有着百折不挠、奋发向上的毅力。

伟大的革命家马克思身处逆境，自强不息，奋发努力，呕心沥血，花了整整四十年，才有巨著《资本论》的问世。

科学家居里夫人，历经十几年的苦心研究，不怕挫折和失败，才从几十吨矿石中提炼出几克镭。艺术家达·芬奇z顽强的毅力，刻苦磨练，几百次画蛋，才有从蒙娜丽莎的诞生。

我国伟人的文学家、鲁迅先生身处白色恐怖的恶劣环境中，仍顽强拼搏，利用别人喝咖啡的时间努力学习和写作，终于成为中国文坛的巨匠……。

纵观华夏五千年历史，自古至今，从万里长城、四大发明到三峡工程，无一不表现出中国人奋发向上，自强不息的奋斗精神，这许许多多的事例都充分说明了自强不息是成功和胜利的重要保证。

马克思曾经说过：“在科学道路上没有平坦的道路，只有不畏劳苦沿着陡峭山路攀登的人，才有希望达到光辉的顶点。”这形象地告诉了我们要想在事业上取得成功和胜利，就必须努力奋斗，自强不息。因为它是成功和胜利的保证，也只有这样，青春才会永驻。

当今世界，随着科学与技术的不断进步和发展，世界竞争日趋激烈，我们应该努力拼搏，生命不息，奋斗不止，扎扎实实地夯实事业的基础，在人生奋斗的道路上迈出坚定的步伐，

为祖国更好的明天添砖加瓦！

我的演讲完毕。

谢谢大家！

社会正能量演讲稿三分钟篇五

大家好！

今天我为大家带来的演讲叫做《青春需要正能量，青春拥有正能量》。

我们，撇下我们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。青春里的正能量。强大的能量助我支撑起坚定的信念，让我对充满挑战的明天信心满满。

谁的青春没有过悲伤？谁的青春不曾想过放弃？又有谁的青春没有挫折与困境？可是，我不再惧怕，我知道在我身边终会有有一种正能量，像炽热的阳光般温暖我心房，带我走向美好的明天。而我，也会成为他人的正能量，尽我所能去鼓励和温暖像曾经的我一样无助的人。

人生的花季是生命的春天，它美丽，却短暂。作为一名大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。

前人说得好，“有志之人立长志，无志之人常立志”，那些没有志之人的“志”，就是美梦，就是所谓的“理想”，他们把自己的蓝图构画得再美好，再完善，也只是空中楼阁，海市蜃楼罢了。同学们，你是立长志之人，还是常立志之人

呢？在青葱岁月里，每当我忧伤迷茫、徘徊无助时，总有一些人或物鼓励着我，散发着积极昂扬的光芒温暖着我。

做一个有正能量的人，让自己有动力去前进。正能量是一种强大的能量，它势必包括一个积极地推动力，只有这样才能让你的学业，事业，生活质量等得到进步。没有动力是很可怕的一件事，就如同汽车没有汽油，火箭没有燃料，植物不再吸收阳光，你只会混沌地过每一天，做着同样的事，到了这个点自然做该做的事，也没有什么远大的目标和理想。难道这个样不够可怕吗？你甘愿沉默得像一潭死水原地踏步着，也不愿多些动力去迎接每日的太阳增添能量吗？当然不是了，当你拥有正能量后，你会很自然地迈出你的步子，并且有动力去奔向新的起点。

青春需要正能量，正能量将为我们插上翱翔的翅膀，飞向广阔蔚蓝的天空！

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！

社会正能量演讲稿三分钟篇六

下午好！

很荣幸参加此次“青春正能量，我的中国梦”演讲比赛。我演讲的题目是：《蓬勃青春放飞中国梦》。

青春是人生旅站中最绚丽的一站，是最奇妙的一站，也是最灿烂的一站。青春孕育着无穷无尽的能量去开采，去挖掘，去释放。此时此刻，每一个生命都是美丽的，连最小的花也不会拒绝开放。

当历史的车轮再一次带我们回想1920__年青春的一代，他们用生命震荡出来的纯洁而又可贵的爱国之情……我们不会忘记，那霏霏雪雨中的青春中国，是列强瓜分的铁蹄践踏神圣的土地；我们不会忘记，那惊风急雨中的青春中国，割地求和给万里河山留下伤害几许，我们不会忘记，那腥风血雨中的青春中国，是破碎的卢沟晓月、八年风霜、山河失色……青春的中国，把痛苦深深地埋在心底，不屈的信念在磨练中孕育！

你听，那是莘莘学子的激情高呼声，那是车水马龙的鸣笛声，那是百姓奔小康之路雄健有力的步伐声……顷刻，我热血沸腾，心潮澎湃，思绪万千。纵观我们伟大的祖国，国富民强，蒸蒸日上，捷报频传。当改革开放的春风终于来临，在一个崭新的战场上，我们和祖国一起打拼！我们重新“站起来了”——无愧无悔啊，我点燃了你的奥运圣火；我敞开了你的“世博”胸襟；新兴经济体，我因你闪亮登场；金砖国家，我为你华丽转身；神舟飞船，我为你一飞冲天；天宫一号，我为你抒写梦想……强盛的中国，顶天立地的形象在世界的东方巍然屹立！

作为21世纪青年一代的我们也热爱着自己的祖国，为把我们祖国建设为富强、民主、文明、和谐的现代化国家而奋斗！当雄鸡在那遥远的东方高唱的时候，中华民族腾飞的捷报一定会频频传扬，我们一定会用自己的智慧和汗水，放飞青春梦想，成就明天的辉煌！