

2023年大学五分钟演讲稿 五分钟大学演讲稿(汇总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。演讲稿对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写演讲稿呢？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。

大学五分钟演讲稿篇一

两年前的自己痴迷茶道，因为我的师傅总会和我说一些简单易懂的哲理；现在的自己仍痴迷茶道，因为这两本书，两本越读越让自己“心静”的书。

书是我师傅在离开前给我的，扉页上用秀气的字体写着赠予我的话：“茶如人生，只有做好每一步，才能泡出好茶。深记。”这本书记述了泡茶的全过程，每个步骤都会让我心有所悟。

一、挑茶。把那些色泽不纯，形状不正的茶筛掉。这就像这个社会的优胜劣汰制一样，我们只有不断地努力向前才不会面临被“筛掉”的结局。

二、洗茶。就是先用热水把茶泡开，把那些茶粉泡出，并一起倒掉，这样第二壶的茶才会更加清透。这就好像每个人身上都有小毛病一样，我们要找到方法改掉它，我们的人生才会更加澄澈和高远！

最后的那一步就是品茶，品尽茶的所有味道……不知有没有人尝试过三道茶。三道茶，顾名思义，就是三次上茶的意思。

第一道茶其味甚苦，代表的是人生的苦境。人生之旅，举步

维艰，创业之始，苦字当头。正如孟子所言：“天降大任于斯人，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其皮肤，空乏其身，行拂乱其所为”。面对苦境，我们惟有学会忍耐并让岁月浸透在苦涩之中，才能慢慢品出茶的清香，体味出生活的原汁原味，从而对人生有一个深刻的认识。

第三道茶称为香茶，因集中了甜、苦、辣等味，又称回味茶。一个人的一生，要经历的事太多，有高低，有曲折，有平坦，有甘苦，也有诸如名利、权势、富贵荣华等等的诱惑。要做到“顺境不足喜，逆境不足忧”，需要淡泊的心胸和恢弘的气度。如果一味沉湎于成功或失败之中，把身外之物看得太重，太过执着，就会作茧自缚，陷入生活的泥潭不能自拔，丧失了许多人生乐趣。所以，这道茶清清楚楚地告诉我们：对于一些无关紧要的事，我们不妨看的清淡些，不要让生命承受那些完全可以抛弃的重负，只有这样，才能达到“宠辱不惊，闲看庭院花开花落；去留无意，漫随天外云卷云舒”的人生境界。

翻着这两本师傅写满小感的书，仿佛自己提着那紫瓷壶将那“牡丹水”倾于茶杯中；仿佛看着那些绿色的小精灵在水中有规律的上下浮动；仿佛手握着“闻香杯”，呼吸着那透着淡淡清香的空气，感到一种来自于心灵的豁达和释然。

成长的路上，总有迷茫，总有无助，每当这时，我都会翻开这本带着浓浓眷恋的书，让这些来安抚我那颗烦躁不安的心。在回忆师傅鼓励的眼神中拾起自信，在这弥漫茶香的小小世界里找到出口，在等待自己沉淀后，认真坚强地走向未来！

有墨香的纸张，铅印的字体，薄薄厚厚，这便是书；有优雅的语句，深沉的思想，长长短短，这便是书；人生因为书而有高度，成长因为书而有深度。而茶，则让我的人生和成长苦中带甜，甜中带香！

泡茶，是一个过程。其实，只要用心去泡，每一杯茶都会清

香四溢;而喝茶的人只要用心去感受，用心去品味，那么饮完每一杯茶都会如饮甘泉。

我愿做那茶，净化苦涩，散发清香。

大学五分钟演讲稿篇二

大家好：

有一种美，令人惊艳令人回味令人追求，这是一种可以吸引目光的美，它——光彩夺目。

有一种美，飘逸在浮云上深埋在古垒下，这是一种可以吸引灵魂的美，它——深藏不露。

有一种美，给生命带来激情给生活带来温馨，和谐之美——无时无刻与我们现在，只是没有人留意，而我却在无意中有所发现。

和谐之美在于宽容。和谐之美在于宽容。拥有宽容才会有和谐。因为宽容是人类情感的种子，她能在人类心灵这片静土上扎根发芽，在爱的呵护下茁壮成长。宽容之心是伟大的，她能浇熄怒火化解愁恨，她可以感化邪恶播散善良，她能无私奉献从不计较得失，她能化悲痛为力量解千愁为云烟，她可与快乐相伴毫无掩饰，她可与幸福同行畅游天地间，她可以让人间充满真情，让我们享受阳光般的温暖、雨露般的滋润——宽容之和谐，竟妙不可言。

和谐之美在于诚信。诚信是奠基石，是和谐美的结晶。诚信好比一枝玫瑰，在花园中她最美，美得妍艳欲滴，美得热人心潮。百花丛中她最美，美的无瑕、美的高尚。有了诚信，和谐之美足以体现!愿你拥有诚信之花，送给身边和每人一朵，让人间多一缕馨香。

朋友，若想演奏和谐的旋律，我劝你再携一颗友善的心，来面对鸟语花香的自然。对每一朵花，保你拥有一个花香四溢的春天；对每一只鸟友善，保你拥有一个燕歌莺啼的清晨；对每一条鱼友善，保你拥有一个自由欢畅的童年；只要你对每一棵树、每一滴水、每一株草友善，保你拥有一个天蓝草绿水清树茂的世界；只要你对每一个人友善，保你朋友如柔云新亲情如细雨，让你拥有快乐的天堂。我坚信，只要你对一切真心善待，世上的一切将会更和谐。

和谐之美亦在于平凡的生活，和谐之美绝不容忍名利所缚，只有淡泊名利才可称之为和谐之美。苍鹰是为了搏击长空而在天空自由翱翔，而不是为了炫耀自己的羽翼，因此无限的天空赐予了他自由快乐的空间；风帆只为乘风破浪而在海中搏击风雨，而不是为了夸耀自己的樯桅。因此浩瀚的大海给予了他豪壮宽阔的乐园。其实，你也一样，只要你用一颗平凡的心去对待，也会找到属于自己的星群。

宠辱不惊，看庭前花开花落；去留无意，任天上云卷云舒。愿你为自己寻觅一个桃花源，去发现和谐之美的所在。愿你播下宽容的种子，送上诚信的玫瑰，带上友善之心，伴上平凡的生活，躺在清风送爽的大草原上，仰望那无边无限的蔚蓝屏障，聆听那动人心弦的草原民谣，它会让你置身于另一个世界——充满和谐之美的人间天堂。

大学五分钟演讲稿篇三

老师们、同学们：

大家好！“人生就像饺子，岁月是皮，经历是馅。酸甜苦辣皆为滋味，毅力和信心正是饺子皮上的褶皱，人生中难免被狠狠挤一下，被开水煮一下，被人咬一下，倘若没有经历，硬装成熟，总会有露馅的时候。”这一段话，不是我的原创，是崔永元评论人生的一段话。以我现在的经历还不配和大家谈人生，我要谈的是对于在座的每个人的一生都至关重要的大

学生活。

对于今天让我站在这里给大家讲如何度过关键的四年大学生生活，其实有点赶鸭子上架。在这里我结合自己的一点经历来谈一谈大学生生活。有人说：大学一年级往往“不知道自己不知道”，大学二年级就进了一步“知道自己不知道”，大学三年级时“不知道自己知道”，大学四年级“知道自己知道”。其实，至今我也没能吃透其中蕴含的意味，但是模模糊糊能体会到一点，就是从天上落到地上，从憧憬理想回到现实。很多人之所以不适应大学的生活，很大程度上是受到了网上或者杂志上的一些关于大学生生活小说的误导。很多作者描写大学生生活都是以调侃的语气，向读者描绘一个他心中理想的大学。受到这种误导，在每个人踏进大学之前会对自己的大学生生活有一个理想的描绘。怀着这份美好，进入大学后，很多人都会迷糊一阵子，充分享受突如其来的自由和新奇感。但是在一天天上课，自习后，这种激情慢慢的消退，就开始进入迷茫阶段，怀念高中同学，怀念高中生活。在座的大都处在“不知道自己不知道”和“知道自己不知道”阶段，尤其是后者，往往是造成迷茫，困惑和郁闷的根源。而这也是慢慢长大踏实地的过渡到“知道自己知道”必经阶段。如果你现在觉得没有方向，也没必要着急，其实这很正常。很多人在没进大学前，就在脑子形成这样一种观念，认为高中的同学之间的感情才是最纯真的，到了大学彼此就不能坦诚相待了。我就有过类似的想法。事实上，随着和宿舍的同学相处，其实这种观念是不对的，至少对于和你一起朝夕相处的同班，同宿舍的同学是不适合的。在这种年纪，有的大多是是性格上的棱角。等你有一天毕业了，回头想想自己的大学同学，你就会发现，其实现在的磕磕碰碰根本不值一提。现在大体聊聊我的大学第一年的生活和学习吧，或许能让大家能有所感悟和启发。我的大一和很多人一样，是茫然没有方向的。

我们总是在怪自己自己控力不强，没有上进的动力。孰不知是自己的意识上没有清醒。有人会说：“爱情是学习的动力”或“家境贫穷的学习的动力”等等。其实，从直接意义上来说，

就业危机感才是也应该是我们上进的动力。我自己常想自己毕业以后究竟能干什么？多从报纸杂志上看到目前就业形势的异常严峻，所以心里很是后怕。有人说目前找工作：要么有关系，要么有文凭，要么有才能。而我们呢？文凭只是本科；关系，相信在坐的大部分同学都没有什么关系。所以，我们唯一的出路便是要有才能。而这，就要问问自己：你学到了什么，你掌握了什么？现在的问题不是我们不知道学什么，而是我们不想学。

第四，是要学知识与发展能力并举。以前是重知识而轻能力，但现在不同了，恰相反，由于社会上影响，文凭要求的适当下降，所以现在的很多大学生纷纷跑出外面找兼职。如果他们是在不影响学习的前提下去的，那没话说，反而应该提倡。但他们有些不是，为了一份端菜的服务生工作，不惜请假旷课，晚自习也不上。现在，出现了这样一种错位思潮，就是，在职的机关企业工作人员，纷纷利用业余时间“充电”，而在校的大学生们却纷纷跑到社会兼职。我觉的应该纠正这种思潮。

还有就是，要多看看书和报纸杂志。了解最新社会动态，知晓国家大事，掌握第一时间的有关计算机方面的新闻计算机信息安全是一门综合边缘性学科，我们做为未来的网络的护卫者，就应该博学，什么都应该了解一下，并且要有重点地突出某些专业学科！

大学五分钟演讲稿篇四

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

你看那天山的雪莲，那么引人遐想，那么令人期望；但在不会欣赏的人眼里只不过是峭壁上的白色花朵，是那么不起眼。

学会欣赏，甘泉会涌入你心房。我们的幸福来源于美，美来源于欣赏，来源于我们对美的发现。花朵开放的时节，日子亮丽如同花一样，你是否欣赏着这份美好！阳光如米粒一般小，幸福慢慢弥漫了你身旁，你却不曾发现，因为你不懂欣赏。你是否尝试过，飘雨的时候，欣赏着雨的轻灵，想像它是亿万年前的一滴雨。你是否在女娲的云鬓滑过；是否在唐朝战马长鬃间飞过点点滴滴而不弃不离。它不曾因历史而变迁，一世世这样飘着，烟雨蒙蒙好一派迷人的景色。这时幸福之感如同那东流的水绵绵不绝，学会了欣赏，我幸福着荷塘蛙鸣，幸福着烟雨迷蒙；学会了欣赏，幸福会悄悄入我的心房。

学会欣赏，你看见的是“泉眼无声惜细流，树阴照水爱晴柔。”若不懂得欣赏，你看到的将是一潭死水面对冰天雪地压抑而又死寂；懂得欣赏的人看到的是“孤舟蓑笠翁，独钓寒江雪”的诗情，有的人看到的只是深入骨髓的空虚与冷清；“落霞与孤鹜齐飞，秋水共长天一色”。在会欣赏的人眼里看来是一幅浑然天成，美妙无比的画卷，而在不懂得欣赏的人眼里只不过是几个单调的片段显得枯燥而乏味。欣赏是一种独到的眼光，懂得欣赏的眼神里流露出的是美。

学会欣赏，不要因冰雪而麻木你的心。我们要有火一样的情。欣赏临风霜而独绿青松，同样也热爱叶落枝单的梧桐；感动于无私奉献的英雄，欣赏那无私的精神；感动于那红旗飘飘，欣赏那爱国如潮……欣赏在感动中升华，犹如一粒粒晶莹剔透的水晶，在阳光下闪闪发光，又如一缕缕清风习习的温柔。学会欣赏，我感动着罗映贞的不懈；感动着谢延信的忠守；欣赏着爱的伟大；欣赏着平凡的不朽。学会欣赏，感动于当下，爱之源泉将从你手中的杯里，淙淙流进你的心中。

欣赏同一株玫瑰花，有人看到的是那娇艳的花朵，有人却看到那尖锐的刺，仰望同一片天空，有的人看到的是乌云朵朵，有的人却看到那藏在乌云后的骄阳。

在飘雪的季节，等待春暖花开的人，是最会欣赏的人。任何

事物都具两面性，欣赏它的灵魂，欣赏它的精神，欣赏那它的真，它的善、它的美。学会欣赏，你就得到了智慧的启迪，求异的花火；学会欣赏，你的人生将会变得与众不同。

大学五分钟演讲稿篇五

亲爱的老师，同学们：

大家好。我演讲的题目是我的大学生活我做主，很高兴今天能有这样一个机会站在这里，来表达我内心对大学生活的那份感悟。大学，一个丰富多彩的世界。酸甜苦辣都是大学的调味剂。

有人说大学生活是绚丽多彩的，也有人说大学生活是无聊空洞、浪费青春的。也许，后者会更多一些吧。其实，他们说的都是正确的，因为真实经历过，他们才会那么说，这两者并不矛盾的。因为在大学里，有的人确实过得很充实、很开心，深深留恋这块他们认为是一辈子都无法重复的净土。也有的人，从一踏进校园就很失望，觉得一切都跟自己想像的不一样，从此选择了浑浑噩噩混日子，最终醒悟的时候才猛然发觉，仿佛一夜之间，大学已经过去，随之逝去的还有自己宝贵的青春。记住，只有后悔大学混了几年的人，而不会有后悔上了大学的人。即使是那些在校时把他的母校贬得犹如人间地狱的人，多年以后，回忆起大学的时光，也往往会感慨万分，甚至泪流满面。

不管你未来大学生活过得如何，至少你要时刻提醒自己：人生只有一个大学阶段，而你们的大学应该由你们自己做主。其实，我的上学期和很多人一样，没有很多光彩，大多数时间是茫然没有方向的。虽然我每天都往返于宿舍、食堂、教室，过着三点一线生活，有时会去个图书馆看看杂志，但却很少认真的学习过。除了在快考试前认真地去复习一下，其余时间大多都是宅在宿舍上网看电影打游戏。参加的课外活动也很少，一些精彩纷呈的晚会、丰富多彩的社团活动、各

种各样的讲座，尽管每一项都充满着诱惑力，但我却选择了一条寂寞的路。生活是那么的空虚、无聊，我好像迷失了自我，如行尸走肉般地活着。

直到寒假的时候我去了自己家乡的一家医院见习一周后，我好像一下子懂得了某些东西，又好像什么都不懂，当我回校后偶尔独自一人静静呆着，或者一个人走在校园小道的时候，我都会陷入深深的沉思：难道就要像之前那样浑浑噩噩地度过接下来的五年大学时光吗？难道青春就是这样碌碌无为、没有光彩吗？不，不是这样的！大学的生活应该不单要学习，还应该要有更丰富多彩的内容和回忆。于是我开始尝试着改变自己，说真的，习惯真的是一个很可怕的东西，而且我也知道自己想要一下子改变成自己想要成为的人是不太现实的，我开始意识到大学的生活不能如此单调空虚地混过去，现在的我渴望空闲时积极地多参加一些课外活动，希望锻炼自己将来在社会生存所必须的能力，空余时间多到外面走走，多看些别人以为没什么用的课外书，扩大知识面，多增长点见识。

上学期已经过去了，在这几个月里有酸也有甜，有苦也有乐。我想大学生活未必是灿烂的，因为我们要经历寻求、寻找，完善的成长；大学生活未必是富有的，因为我们要走出校园，面对社会上各种压力的挑战；但，大学是美好的，它让我们学会了独立，学会了坚强，完善了自我；大学生活是精彩的，是人生富有意义的阶段，也是每个人成就梦想、展示自我的一个很好的平台，是人生中最美妙的一段回忆。

在大学这样美好的年华，我们没有理由不好好珍惜。最后，希望我的大学生涯，能够有一个美好的开场，精彩动人的过程，以及完美的谢幕。

我的演讲到此结束，谢谢！