# 最新青春的演讲稿三分钟演讲稿(优秀15篇)

来源：网络 作者：海棠云影 更新时间：2024-06-12

*演讲稿是演讲者根据几条原则性的提纲进行演讲，比较灵活，便于临场发挥，真实感强，又具有照读式演讲和背诵式演讲的长处。好的演讲稿对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇演讲稿下面是小编帮大家整理的优秀演讲稿模板范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助...*

演讲稿是演讲者根据几条原则性的提纲进行演讲，比较灵活，便于临场发挥，真实感强，又具有照读式演讲和背诵式演讲的长处。好的演讲稿对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇演讲稿下面是小编帮大家整理的优秀演讲稿模板范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**青春的演讲稿三分钟演讲稿篇一**

各位老师，同学:

青春是人一生中最美好的年华。在这段时光里，我们每个人都可以演绎自己的传奇。但是很多时候，我们一边说着“我的地盘我做主”另一边却人云亦云。

每个人出生的时候都是原创，悲哀的是，很多人渐渐都成了盗版。为什么呢?也许是你不够勇敢，但是你要知道，青春无惧，跌倒又怎样呢!拍拍尘土继续向前;也许是你没有主见，但是思想是一个人的灵魂，就算做芦苇，也应该做一根“有思想的芦苇”;也许是你不够自信，担心别人不喜欢你。这就更简单了，你又不是人民币，怎么能让人人喜欢你!

每条河流都有一个梦想:奔向大海。长江黄河都奔向了大海。长江劈山开路、黄河迂回曲折，轨迹不一样，但都有一种水的\'精神。水在奔流的过程中，如果沉淀于泥沙，就永远见不到阳光了。长江、黄河虽然个性不同，但因为那个共同的梦想，因为水的精神，都收获了生命的壮丽。而我们，虽然个性各不相同，却都想完美演绎青春，这就需要我们也拥有水的精神。只有奋斗，才能挥洒青春。俞敏洪说:“如果你要引人注目，就要使得自己成为一棵树，傲立于天地之间，而不是做一棵草。你见过谁踩了一棵草，还抱歉地对草说:对不起。所以我们应该像树一样成长，即使我们现在什么都不是，但是只要有树的种子，为着一棵树的梦想奋斗，即使被踩到泥土中间，依然可以吸收泥土的养分，自己成长起来。”

生命是充满遗憾的篇章，因为她没有机会让你修改病句，青春也是如此。所以，为了不留下太多的遗憾，让我们飞扬自己的个性，尽情地挥洒青春吧!

**青春的演讲稿三分钟演讲稿篇二**

敬爱的老师们，亲爱的同学们：

大家早上好!

我是高二(14)班的，很荣幸能够站在这里。今天我国旗下讲话的题目是《扬起激情之帆》。

泰戈尔曾经说过：“激情，这是鼓满船帆的风。风有时会把船帆吹断;但没有风，帆船就不能航行。”激情是指一种强烈的爆发式的情绪状态，是指人内在的强烈激动的情感外化为一种昂扬的精神状态，是人们追求成功的强烈愿望，是获得成功的基础和动力。

我们中学生正处于激情燃烧的岁月，青春洋溢的年华。在我们的校园中，激情就是早晨同学们朗朗的读书声，激情就是同学们运动场上矫健的身姿，激情就是同学们跑操时铿锵有力的口号与整齐划一的步伐。试想，每天早晨天微微亮时，是激情激起了你起床的欲望;当你晚自习感到困倦时，是激情促使你重新焕发精神;当你感到失落想要放弃时，是激情激励你在困境中砥砺前行。

大诗人乌尔曼说过：“年年岁岁只在你的额头上留下皱纹，但你在生活中如果缺少激情，你的心灵就将布满皱纹了。”是的，没有了激情，生活会像一潭死水寂寥无声，没有了激情，生命会像行尸走肉木讷前行，日复一日，周而复始，自始至终。

中学生的学习生活需要永葆激情。这就要求我们要形成积极紧张的状态，树立自强不息的精神，实现激情高效的学习。例如，升旗，跑操时听到哨子声迅速集结;早读迅速打开书本，快速标准站好，高声朗读;课前充分准备，上课铃一响马上聚精会神听讲，积极践行“我回答，我补充，我质疑”的上课方式;课堂上手脑并用，圈点勾画，听说读写，讨论展示，思维敏捷，紧张高效;自习节奏快，入室即静，入座即学。

时不我待，志在必得;在极其有限的时间内，实现自己的人生志向，求学目标，就必须珍惜每一分钟。分秒必争，延长有效学习的时间;谁主动赢得了时间，谁就能赢得成功;效率决定效果，哪个同学具有高效状态，哪个同学就会有高分成绩。激情似火，心静如水。努力做到让珍惜时间成为一种习惯，让争分夺秒成为一种行动，让提升时间效率成为一种智慧。

我们年轻，我们有青春的激昂;我们向往“海阔凭鱼跃，天高任鸟飞”的所在。激情，它无时无刻不在身边徘徊，在心底的脉动里流动，当人拥有希望，梦想，目标，动力之后，它就会跳动着舞步，合着这些节奏创造人生中的奇迹。

让我们端正我们的态度，找出我们的动力，释放我们的激情，扬起激情之帆。

**青春的演讲稿三分钟演讲稿篇三**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好!

青春：她经得起磨练却经不起消磨，经得起开发却经不起挥霍。

保尔·柯察金曾经说过：人最宝贵的是生命，生命对于每过人只有一次，人的一生应当这样度过，当他回首往事的时候，他不会因为虚度年华而悔恨，也不会因为碌碌无为而羞愧，当他临死的时候，他能够说：“我的整个生命和全部精力，都已经献给了世界上的最伟大的事业——人类的解放而斗争。

所以我们应该珍惜青春，乘着自己还年轻，尽自己所能，在青春的舞台上展现自己亮丽而独特的风采，让青春飞扬!就像无数的星星在生活的星空中发出自己耀眼的光芒。我国一代文学巨匠郭沫若先生曾对青春有着精辟论述。“人世间，比青春还宝贵的东西实在没有。然而，青春也是最容易消逝的，最宝贵的东西不甚为人们所爱惜，最易消逝的东西却在促使它的消逝。谁能保证永远的青春，便是伟大的人。”

时光老人的脚步在悄悄前进，光阴似箭、日月如梭的感觉时刻伴随着我们?陶渊明曾有过这样的感叹：“盛年不重来，一日难再晨，及时当勉励，岁月不待人”。青春对我们每个人仅有一次，愿我们把握住自己的青春。朋友，让我们把青春聚合成美丽的冰雕，让我们将年轻抒写成美丽的诗行，让我们把信念挂在桅杆上，让成功之船启航!

谢谢大家!

**青春的演讲稿三分钟演讲稿篇四**

尊敬的各位领导、老师们，亲爱的同学们:大家好!我是来自高二9班的赵静，我今天要给大家演讲的题目是《校园青春颂》。

青春，是活力的代表，是年轻的象征;青春，为世界进文明，为人类造幸福。以青春之我，创造青春之校园，青春之国家，青春之人类。时光飞逝如流水，充实的校园生活伴我走过了十一个春夏秋冬，它让我学到了很多知识，懂得了许多道理，更主要的是，在时光的匆匆流逝中，我对校园的感情更深了，更浓了。我的校园，你是美丽的、和谐的。当清晨第一缕阳光悄悄撒落大地，降临校园时，我伴随着耳边轻轻吹过的阵阵微风，尽情地享受难于形容的惬意，舒心地背诵英文单词，快乐的吟诵诗词美文。在这优美的环境中，一切都显得那么明快，被阳光照得闪亮的窗里，传来琅琅的读书声，那是用青春和热血铸造的音符，那是用理想和信念谱写的乐章。

我的校园，你是一个不断进取的勇者，建校50年来，是园丁们的辛勤劳作，使你多次荣获教学质量评价的各种奖项，被评为安全文明单位，先进党支部等;是园丁们的兢兢业业，使你从艰难困苦中一路走来，发展成今天的辉煌灿烂。同学们，若没有老师们的风雨兼程、呕心沥血，怎么会有今天这蒸蒸日上、和谐文明的李渡中学呢?怎么会有这青春活力、朝气蓬勃的李渡中学呢?又怎么会有这欢声笑语、人心所向的李渡中学呢?这一切的一切都温暖着我，感动着我，使我对你有着一种特殊的感情。我的校园，你是农村高中的样板，是法制教育基地。你变废虚为亮点，筑起了舒适宽敞的学生公寓;你变冷清为活力，建起了新型实用的学生食堂。不仅如此，校运动场也将会以全新的`面孔呈现在我们面前。这些都代表着农村中学的进步，代表着我们全体师生员工心血的结晶，代表着我们校园青春的活力。而青春的魅力，就是让枯枝也能长出鲜果，让沙漠也能化作绿洲。青春，就是一朵永开不败的花。

我爱我的校园，我爱那明亮的教室，宽阔的操场，碧绿的草坪，我更爱我的老师和同学。在校园里，我们放声高歌，我们激情奔跑，我们在欢度一个五彩斑斓的青春时代。同学们，希望之光已在地平线上冉冉升起，让我们刻苦勤奋，开拓进取，让我们携手共创美好人生最美丽的际遇，让我们一起让我们的校园永葆青春的辉煌!

谢谢大家。

**青春的演讲稿三分钟演讲稿篇五**

尊敬的老师：亲爱的同学们：

大家好！

青春是什么？青春是天上的白云和蓝天，总是给我们纯净且美好的感觉。青春是大海里的各类生机，让我们可以看到众多的可能与惊喜。青春是春天里小树身上新开的绿芽，它慢慢的成长扩散，让我们清楚原来未来拥有着无数的可能。青春，是一件特别的礼物，它就这样突然且迅速的降临在我们的身上，让我们感受到人生之中的美好与惬意。也许多年之后，我们容颜不再，但我们只要一回想起这段时光时，我们的心里便是穿暖花开，万物复苏。

现在的我们，正处在青春的黄金阶段，这一段时光或许是我们每个人人生之中最美好的存在。现在的我们，与书为伴，有好友相随。每一天的到来仿佛都是重生，也仿佛是幸运的延续。我们在这充实的生活中逐渐实现着自我，追求着自我，我想，也许正是因为这一份炙热的情愫，才让我们的青春中增添了一些特别的存在。我们熟悉的老师还在讲台上教学，我们亲密的伙伴正在身边刻苦学习，我们自己也在这惬意且上进的时光里，乐此不疲，继续前行。这青春，是我们理想中的青春，也是每个人人生旅程中最绚烂的那一部分。

对于我来说，我是非常珍惜这份礼物的，我很享受高中的这一段时光，虽然每天都很忙碌，但是至少我们是不孤单的，我们有朋友的陪伴，有老师的引导，有家人的关爱。这时候的我们万事已具备，欠缺的也许就是一颗上进的心了。在青春中崛起，奋进是我们每个青少年的共同主题，也是我们每个人青春之中必定的经历。我们现在的年纪还不大，所以我们拥有更活跃的力量，也会对生活充满更多的动力。我们在青春之中追寻理想，乐于冒险。这代表着我们还是年轻的，我们还有更多的可能。这一切都被青春所包含，所以青春对于我们来说，是世间至美，也是一生难忘。

同学们，也许现在的我们并感受不到青春所给我们带来的快乐。但是大家不妨将自己推到数年后，想象一番当时的生活，我们可能会在一家还不错的公司上班，每天忙碌着一样的工作，或许身边也会有几个好友，但是大家也已经被生活忙碌的喘不过气来了。各种压力让我们感受不到青春的欢悦和惊喜，这时候再看看现在的自己，你是否会因这段青春而感动，是否又觉得这段青春不可辜负呢？所以就让我们一直坚守下去吧，为这份难得的时光，为这份无法等待的青春，努力吧！

**青春的演讲稿三分钟演讲稿篇六**

尊敬的各位评委，在各位观众：

你们好!

我演讲的题目是青春本色!

作为新一代的我们理想是丰满的，我们对未来充满激情，但是我们却不得不承认，现实是骨感的!因为青春不仅仅需要激情，同时也需要一颗求实进取的心!每一个人都有自己的梦想，然而梦想总是离现实相隔万里。有些人梦想成为教书育人的人民教师，有些人梦想成为救死扶伤的白衣天使，有的人梦想成为保家卫国的人民子弟兵，有的人梦想成为人类社会发展的工程师……不管是教师也好，医生、战士还是工程师，只要对国家、对社会奉献了自己的价值，他们都有同一个美丽的名字，叫做“人类绿色灵魂工程师”青春是我们现在所拥有的最宝贵的财富，我们的生活应该充满激情!青春，充满了梦想。

然而我们的生活中有许许多多的无奈，当我们经历了越来越多的坎坷，我们是否会对未来产生一丝迷茫，我相信答案是肯定的!但是这并不是我们可以失败的理由，也绝不是我们就此沉沦的原因，青春应该充满朝气，记得奥斯特洛夫斯基的钢铁是怎样炼成的中有这么一段话:生活赋予我们一种巨大的和无限高贵的礼品,这就是青春:充满着力量,充满着期待,充满着求知和斗争的志向,充满着希望和信心的青春!\"的确如此。

青，是绿色，是生命的颜色，春，是季节，是成长的季节，青春是人生最美好的季节,青春是人生最铿锵的篇章,青春是摧枯拉朽的豪情,青春是旭日东升力量,青春的我们意气风发,青春的我们敢为人先,青春的我们斗志昂扬!少年兴则国兴，小年强则国强!此时的我们正当年少，正如一柄刚刚出炉的刀，容不得版刻的等待遇迟疑，否则只会在似水的岁月中慢慢氧化失去光泽，随即斑驳、锈蚀、风化，最后成为一块废铁!

有人说，19世纪是英国人的世纪，20世纪是美国人的世纪，而21世纪，就是我们中国人的世纪，中国经过几十年来的艰苦建设，已取得了“乘长风，破万里浪”的迅猛发展，但我们不要忘记，我们仍然是个发展中的国家，还有许许多多地方有待完善和发展，要想国家富强，就必须努力，而希望就寄予在我们这一代人身上.有一句俗语说，能登上金字塔的生物只有两种：鹰和蜗牛.虽然我们不能人人都像雄鹰一样一飞冲天，但我们至少可以像蜗牛那样凭着自己的耐力默默前行。

我们坚信：宝剑锋从磨砺出!

**青春的演讲稿三分钟演讲稿篇七**

亲爱的老师、同学们：

大家好！

青春是什么？青春是火一样的激情，是钢一般意志；青春是“初生牛犊不怕虎”的冲动，是“海阔天空凭往来”的潇洒；青春是“直挂云帆济沧海”的豪迈，是“语不惊人死不休”的执着；青春是生命交响乐中最壮丽的乐章，是人生岁月中最宝贵的时光。我们怎能不热爱？我们怎能不珍惜？青春应该无悔！

青春是最美好的金色年华。人说童年是金色的，似乎每天都充满了金色阳光，我看不然。童年不谙世事，心无杂念，应是纯洁透明的；而青春则是初入人生的百花园，五彩缤纷，新鲜浪漫，生机勃勃，阳光灿烂，这才是最美好的金色年华。人说壮年如虎，但去日苦多；人说夕阳最红，但已近黄昏。只有青春最勇敢、最富有、最年轻，你能以宁折不弯的气概对抗“能屈能伸”的教诲，免于沉溺世故；因为年轻，你能用自己独特的眼光观察缤纷的世界，发出“太阳每天都是新的”的青春感叹。多么壮丽的人生，多么美好的青春！青春无悔！

青春是最富有创造力的人生时段。科学研究表明，人在20岁左右体力和创造力渐至顶峰，35岁之后就逐渐走下坡路了。古往今来，多少人在青春岁月咬住青春不放，勤奋学习，努力奋斗，创造了辉煌业绩。孔夫子“十有五而志于学，三十而立”，创立儒学，光照千秋；诸葛亮27岁起辅佐刘备，指点江山，纵横天下；比尔·盖茨20多岁创建微软公司，成了世界首富，饮誉天下；莱蒙托夫27岁英年早逝，却为俄国文坛留下传奇似的《当代英雄》，流传千古。青春多美好，青春多灿烂！青春有为，青春无悔！

诚然，青春也不可能十全十美。丽日有黑斑，皓月有阴影，人生多挫折。然而，受点儿挫折何所惧，我们有火一样的激情和钢一般的意志；走点儿弯路怕什么，我们有坚定的目标和输得起的时间！正如一首歌在唱：“在身体没问题的年龄，在输赢对我们都不坏的年龄，让我们无悔地迎接每一轮新的太阳。” 跨世纪的青年，热爱青春、珍惜青春、努力奋斗吧！

青春无悔！点点的欢笑，淡淡的忧伤，飞扬的青春，歌唱着嘹亮的青春。我的青春，我做主。

**青春的演讲稿三分钟演讲稿篇八**

亲爱的老师、同学们：

大家好!

每个人都应该有梦想和追求，没有梦想的人生是残缺的。每个国家都应该有自己的梦想，没有梦想的国家是不完整的。梦想不是空想，是不断的努力，是不断的创造自己存在的意义。实现中华民族伟大复兴，就是中华民族近代以来最伟大的梦想，是13亿中国人民的共同梦想。

中国曾经有过一段辉煌的历史，有一段让世界瞩目的历史。但是从明朝中叶起，到鸦片战争，三百多年的闭关锁国，中国开始变得贫穷而落后，中国人民也因此变得愚昧而无知。1939年英国的战舰打开中国紧闭的大门，中国拥有了近百年的屈辱历史。自1940年，中国被打败，中国开始了屈辱的历史，一代代中国人开始为“振兴中华”做出了努力、流血、甚至牺牲，从此也开始了中华民族伟大复兴的历史，也就开启了中国梦的历史。

经过170余年的努力，这个梦想就要实现了，快要到梦想成真的时候了。在列强的压迫下，在接踵而来的屈辱中，中国人民离梦想越来越近，中华民族正一步步走向复兴，中国正一步步走向富强。百年的磨难，百年的屈辱，百年的奋斗，我们不能忘记，也无法忘记。心中梦想的明灯不曾黯淡，更不曾熄灭。为实现复兴的梦想，中华儿女仍在不断行进。历史1997年和1999年港澳的回归，都是我们队屈辱历史的补救。伦敦奥运会摘金夺银、“神九”飞天、“蛟龙”下海、航母“辽宁号”入列、“嫦娥”奔月、诺贝尔文学奖拆掉桂冠……上天入海，让中华民族出现在世人眼前，让世界认识中国、了解中国。中国早已告别了屈辱的历史，中华民族早已自立于世界民族之林，中国重新走上了世界的舞台。

希望在，梦就在。中国梦，是复兴梦，是国家民族复兴之路，梦想之路。历史的重任，国家的重任落在我们这一代人身上，落在每一个中国人身上。我们每个人都应该为实现这个伟大的目标贡献自己的一份力量。我们有信心，更有实力去实现中华民族的伟大复兴。经过了一代又一代人的努力，付出了千百万人的生命，已经创造了无数的辉煌，正在一步一步地接近我们的宏伟目标，我们要继续为之奋斗。中国梦将不再是梦。

实现中华民族的伟大复兴，我们在路上。

**青春的演讲稿三分钟演讲稿篇九**

尊敬的各位系领导、亲爱的同学们：

大家好!

我是会计系学习部xxx。

很荣幸能够作为学生会的学生代表，在这里发言。

懵懂的我带着想要锻炼自己，光交朋友的初衷来到了学生会这个大家庭，看到了许多有才艺、有才干的同学在自己身边，顿时觉得自己很渺小，自问道：“在这样一个众星云集的组织中，能展现自己的光芒吗?”然而，几天的时间让我改变了，对学生会的看法，我永远会记得在教室中，大家你一言我一语共同策划活动的身影，永远会记得主持辩论赛时，学姐学长们鼓励的眼神，永远会记得圆满完成活动时，老师肯定的话语。

回首逝去日日夜夜，我们曾经抱怨过，曾经退缩过，甚至后悔过，但是，不免对自己的改变感到惊喜，在一次次的坚持不懈中培养出了吃苦耐劳的精神，学会了团结合作的力量;在一次次的探索实践中，从羞于启齿，胆小怕事成长为大胆成熟，善于交流;从不计较后果行事到懂得责任与义务;自身也多了一份稳重，这些成长的足迹历历在目。

虽然我们一直忙碌着，却一直很积极乐观的生活着，很充实，因为，我感觉我的工作很有意义。学生会的工作对我来说是一份丰厚的奖赏，收获的是工作中得到的经验和从中磨练出来的品质，更是在工作中和同学们培养出来的深厚的感情。

看今朝，我们蓄势待发，做好了面临一切困难的准备，也满怀希望的等待又一次喜悦的丰收。

在以后的工作和学习中，要求自己“严于律己，宽以待人”提高自己的工作热情，以饱满的热情和积极的心态去对待每一件事，我们要对得起他人的信任，要对得起他人的肯定，更要对得起自己肩头的那份责任。

“青春，我们无悔，青春，我们自豪，青春，我们展翅翱翔!我们用青春，诠释着我们曾经的誓言，锻造我们明日的辉煌!”

最后，我代表会计系学生会全体成员，对会计系全体师生送上我们最诚挚的祝福!

谢谢大家!

**青春的演讲稿三分钟演讲稿篇十**

同学们：

好!

首先请允许我给大家讲一个故事。

一位国王某日清晨独自漫步于自己的花园中，竟发现了园中几乎所有的花草树木都一一枯萎凋残了，花园成了一派死寂、毫无生机的花园。在万般诧异户，国王询问园门口的一株橡树为何落下这般景致。原来，橡树因为抱怨自己没有松树挺拔高俊，顿生厌世之情，不愿活命了;松树呢，又怨恨自己不能像葡萄藤那样结出丰腆的果实，也不愿再活下去了;而葡萄藤也准备自尽，因为它日夜葡甸在地上或别的树上，自己不能直立于世，又不能像桃树那样，开放出鲜艳可人的花朵……几乎所有的植物都在垂头自怨，恨己不如人。

只有一株卑微的心安草例外。国王见到它的时候，它仍在不停地喷香吐绿，保持着自己固有的生命状态。国王异常地高兴，又一次在惊诧中用舒缓的语气试探这株娇小的生命：“心安草儿，看到你我真高兴，在别的植物都悲观沮丧、厌世嫉俗的时候，你却如此坚强自立，看上去似乎不曾失落沮丧过。”

“尊敬的国王啊，我确实不曾对自己失去信心，哪怕一丝一毫的灰心失望也不曾有过。我虽然卑微，却知道如果您需要橡树、松树、葡萄藤或者桃树，您都会分别去种植的，而且我也知道您对我的要求是：做好一棵微小而不懦弱的心安草。这样，我才毫无厌意地做着我自己。”小小的心安草平静而认真地对国王说道。

心安草是睿智的。它没有追风逐影，没有过分地崇拜他人，没有自怨自艾，更没有奢求自己变成他人，所以它存在;它没有在追寻他人的历程中失掉自我、毁掉自己，它明白它只能成为它自己，所以它存在。

我想，我们每一个人都应当做一株可爱的心安草，我们要知道自己的诞生到底意味着什么，要知道我们如何得到健康的成长，要知道怎样谋求独立，要知道面对他人的优点、面对自己的缺陷的正确方法，要明白做好一个真实上进的自己的重要。

每一个人都应该是为了其应具有的地位和应发挥的作用而诞生的;每一个人都是带着自己的尊严、背负着自己的使命而降临于天地之间的。我们没有理由对自己失去信心，没有理由自我堕落，也没有理由成为他人的影子。我们应该做一个完整的自己，一个真实的自己，一个独立的自己。

也许，我们身上有着这样那样的缺陷，以致因此而丧失了许多美丽的光环。但只要我们不让这些固有的缺陷滋长，同时加固和充实自己的优点，我们就一样能以骄人的成就屹立于世。而当我们一味诅咒和埋怨自己而看不到自己的优点的时候，我们就将连这些优势也丧失殆尽，一无是处，为人所鄙弃。

其实，在我们自怨自艾的时候，别人也在羡慕着我们自己的优势。松树不是被橡树羡慕吗?葡萄藤不是被松树羡慕吗?桃树不是被葡萄藤狡慕吗?羡慕别人和被别人羡慕，本来也极正常，我们所有人身上的优势都与国王花园里的植物一样，被别人羡慕着。但不太正常的是，某些本来被别人羡慕的人却在羡慕别人的过程中迷失了自己，使自己陷人了一种无尽的深渊而无法解脱、难以自拔。

只有心安草，没有自惭自损，没有在盲目崇拜中要求自己成为别人，它只在履行自己生存的使命;它看到了别人的优势，但它更懂得别人有无数，而独立的自己却只有一个。于是，国王的花园中，万物凋零，唯独这株心安草还这么生气勃勃地生长着，不断地吐露着芬芳。

**青春的演讲稿三分钟演讲稿篇十一**

尊敬的各位领导，敬爱的同志们：

大家上午好!问世间什么最美丽，是明媚的阳光?是灵动的山川?还是微风吹拂着的.波澜?我说：最美丽的是我们跳跃的青春旋律!青春的梦想是石，敲出星星之火;是灯，照亮前行的道路;是火，点燃希望的灯;是路，引你走向黎明。青春是说不完的话题，今天我为青春演讲的题目是“弘扬爱国精神、激扬青春风采”。

五月令人向往，值得赞美。上世纪之初，1919年五月，中国热血青年作为一支新生的社会力量登上了历史舞台，掀起了伟大的五四爱国主义运动。xx个春秋过去了，以爱国主义、振兴中华为核心的五四精神一直激励着我们青年一代，并逐渐成为热血青年的一种神圣的精神追求。

有一位哲人说过：“梦里走了许多路，醒来还是在床上。”它形象地告诉我们：人不能躺在梦幻式的理想中生活。实现青春理想的路上免不了坎坷崎岖，我们需要有决心，有信心，有不畏艰难、锲而不舍的精神，面对挫折，我们不能望而生畏，就此让步，要拿出客服困难的勇气，不懈地去努力，因为，青春正在赋予着我们激情、力量，我们没有任何理由有丝毫的懈怠，从而消磨浪费它，我们要在不断追求与奋斗中挥洒青春的色彩，让青春飞扬!

青春最好的不是年华，而是我们的心境。这个心境就是用五四精神指引，在社会进步中扮演积极而具有建设性的角色。这个角色首先要热爱我们的工作单位及其岗位。一个国家是由千千万万个单位有机组成的，践行五四精神首先要从爱单位开始，没有这一点，弘扬五四精神仅仅是一句空话，找不到现实落脚点。因此，我们要在做好本职工作上，从甘心奉献上做起，有损于单位形象的话不说，与单位这个大局向违背的事不做，时时刻刻从单位的角度去思考问题，去约束自己，这才能够体现爱单位、爱祖国的五四精神。

最后，祝愿青年朋友们、同事们，以弘扬五四精神为己任，激扬青春风采，成为自己青春的主人、成为建设国家的栋梁。让青春之路，始于足下。

谢谢大家!

**青春的演讲稿三分钟演讲稿篇十二**

大家好！

我演讲的题目是：我的青春与梦想。

每个人都有青春与梦想，青春与梦想属于你和我，不怕孤单寂寞，不怕泪水坠落，我追寻自己的青春与梦想。然而在残酷现实的磨练下，我们的当初的青春与梦想是否依旧在心中，扪心自问不觉有些羞愧，忘记了当初的雄心壮志，忘记了所说的豪言壮语，一切的一切都回到平庸的度过每一天。我不想过这种没有目标、没有理想的生活。人要有所追求，只要有追求，就会有动力。我不能忘记当初的青春与梦想，要为自己的梦想而奋斗。

看了《蜗居》深有感触，感触海萍为了在大城市立足，每天只想如何赚钱，忘记了当初的梦想，现实压迫的`她不能不现实，然而她并没有向生活屈服，在自己的努力下终于买到了自己的房子，在残酷的现实下，她懂得只要努力，明天、后天，总有一天会在这个城市里立足下来，还要好好的活下来。我欣赏她的这种精神，要始终的为自己想要的生活而奋斗。

生活很美好，现实很残酷。同时，也是一种激励，要有那种不怕苦、敢于拼搏的精神。牢牢记住自己的青春与梦想，并持之以恒的去为它努力，总有一天会实现的。

我的演讲到此结束，谢谢大家。

**青春的演讲稿三分钟演讲稿篇十三**

尊敬的各位评委、老师，亲爱的同学们：

大家好!

青春：她经得起磨练却经不起消磨，经得起开发却经不起挥霍。保尔·柯察金曾经说过：“人最宝贵的是生命，生命对于每过忍耐只有一次，人的一生应当这样度过”，当他回首往事的时候，他不会因为虚度年华的悔恨，也不会因为碌碌无为而羞愧，当他临死的时候，他能够说：：“我的整个生命和全部精力，都已经献给了世界上的最伟大的事业—人类的解放而斗争”。所以我们应该珍惜青春，乘着自己还年轻，尽自己所能，在青春的舞台上展现自己亮丽而独特的风采，让青春飞扬!就像无数的星星在生活的星空中发出自己耀眼的光芒。

我国一代文学巨匠郭沫若先生曾对青春的有这精辟论述。“人世间，比青春还宝贵的东西实在没有。然而，青春也是最容易消逝的，最宝贵的东西不甚为人们所爱惜，最易消逝的东西却在促使它的消逝。谁能保证永远的青春，便是伟大的人。”

如果，你梦想嫦娥，那你去追月吧!你梦想夸父，那你去逐日吧!你梦想闰土，那你去刺猹吧!拥有青春的我，将以夸父逐日的信念追求我的理想，感悟背负太阳和腰系月亮的沉重与悲壮，体会执过羊鞭的苏武的辛劳，感悟李时珍跋山涉水写下《本草纲目》的艰辛，感悟千辛万苦写成《史记》的司马迁的困难。然后，我会如保尔一样大喊：“我的全部青春和热血都献给了我最爱的事业上，我无怨无悔!”

时光老人的脚步在悄悄前进，光阴似箭、日月如梭的感觉时刻伴随着我们?陶渊明曾有过这样的感叹：“盛年不重来，一日难再晨，及时当勉励，岁月不待人”。青春对我们每个人仅有一次，愿我们把握住自己的青春。朋友，让我们把青春聚合成美丽的冰雕，让我们将年轻抒写成美丽的诗行，让我们把信念挂在桅杆上，让成功之船启航!

谢谢大家!

**青春的演讲稿三分钟演讲稿篇十四**

下面是一篇三分钟关于青春的演讲稿范文，供大家阅读参考!更多演讲稿范文请继续关注本栏目!

各位老师，同学们，大家好，今天我演讲的题目叫《青春·理想》。

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。

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。

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!

我的演讲完毕，谢谢大家。

**青春的演讲稿三分钟演讲稿篇十五**

大家好!

青春：她经得起磨练却经不起消磨，经得起开发却经不起挥霍。保尔.柯察金曾经说过：\"人最宝贵的是生命，生命对于每过忍耐只有一次，人的一生应当这样度过\"，当他回首往事的时候，他不会因为虚度年华的悔恨，也不会因为碌碌无为而羞愧，当他临死的时候，他能够说：：\"我的整个生命和全部精力，都已经献给了世界上的最伟大的事业-人类的解放而斗争\"。因此我们应该珍惜青春，乘着自己还年轻，尽自己所能，在青春的舞台上展现自己亮丽而独特的风采，让青春飞扬!就像无数的星星在生活的星空中发出自己耀眼的光芒。

我国一代 文学 巨匠 郭沫若 先生曾对青春的有这精辟论述。\"人世间，比青春还宝贵的东西实在没有。然而，青春也是最容易消逝的，最宝贵的东西不甚为人们所爱惜，最易消逝的东西却在促使它的消逝。谁能保证永远的青春，便是伟大的人。\"

在我认为，青春是没有规则的。因为，你不必在意剪个头走在人群里，被人议论你是男是女;不必在意捧着言情小说，学做一回林妹妹;也不必在意学尼采自诩为太阳，会引来多少人的非议......

家喻户晓的张海迪阿姨在20xx年11月13日被选举为中国残联第五届主席团主席。张海迪以顽强的毅力克服疾病和困难，学习了多国语言。1983年她走上了文学创作的道路。1991年，张海迪在做完癌症手术后，继续以坚强的意志与命运抗争，她开始学习哲学专业研究生课程，并取得了辉煌的成就。

如果，你梦想嫦娥，那你去追月吧!你梦想夸父，那你去逐日吧!你梦想闰土，那你去刺猹吧!拥有青春的我，将以夸父逐日的信念追求我的理想，感悟背负太阳和腰系月亮的沉重与悲壮，体会执过羊鞭的苏武的辛劳，感悟 李时珍 跋山涉水写下《本草纲目》的艰辛，感悟千辛万苦写成《史记》的 司马迁 的困难。然后，我会如保尔一样大喊：\"我的全部青春和热血都献给了我最爱的事业上，我无怨无悔!\"

时光老人的脚步在悄悄前进，光阴似箭、日月如梭的感觉时刻伴随着我们? 陶渊明 曾有过这样的感叹：\"盛年不重来，一日难再晨，及时当勉励，岁月不待人\"。青春对我们每个人仅有一次，愿我们把握住自己的青春。朋友，让我们把青春聚合成美丽的冰雕，让我们将年轻抒写成美丽的诗行，让咱们把信念挂在桅杆上，让成功之船启航!

谢谢大家!

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn