# 坚持的演讲稿三分钟(大全11篇)

来源：网络 作者：紫陌红尘 更新时间：2024-04-09

*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。我们想要好好写一篇演讲稿，可是却无从下手吗？下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。坚持的演讲稿三分钟篇一想想我出生已经...*

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。我们想要好好写一篇演讲稿，可是却无从下手吗？下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

**坚持的演讲稿三分钟篇一**

想想我出生已经16年，坚持下来的事却是真没几件......小的时候，练习武术和跆拳道，本以为会坚持下去，结果在上小学的时候，从一个比较高的平台上摔了下去，把脚崴了，所以跆拳道也没能坚持下来；再后来，学二胡，从一开始觉得枯燥无味不想学习到后来真的喜欢上拉二胡，这一次，我也以为我可以坚持，但当我参加完十级的考级之后我就开始迷茫，不知道应该干些什么...那么结果其实很明显了。

思来想去，万万没想到的，我坚持的最久的还是读书，有时候我也会想“我坚持读书究竟为了什么？”刚巧昨天张老师也讲到了这个话题——是一个初中班主任的演讲，这位班主任认为我们读书的原因大致有四种，一种是为了读书而读书；第二种是为了考上好大学；第三种是为了修身养性；第四种是为了中华之崛起而读书，我应该是属于第二种——为了考上好大学。但其实在这之前，上初中的时候，我读书也只是为了读书，没有什么想法......即使到了现在我也不确定我能不能坚持读书，因为初三那年，在各种压力之下，我有想过一些不好的念头。

说了那么多，再给你们讲一个事吧。初中的时候，我刚进篮球队，知道了我们学校每次比赛都是那第三，然后我们几个队员就有个心愿“毕业之前一定要拿一个第二”。像大部分球队一样，就是坚持每天训练.......结果，初二那一年，我们参加比赛，确实不是第二了，我们拿了最后一名，这对于当时的我们打击可不小，我们就想啊“每天早晚坚持训练，课程也落下了，成绩也后退了，到底是为了什么？”好在我们很快的调整了心态，重新投入到了训练之中。嗯......时间过得很快，转眼到了初三，要参加初中生涯中的最后一次篮球赛了，不知道是不是坚持了太久，得到了幸运神的眷顾，那一场我们赢了对方，但其实那场比赛的比分咬的很紧，就是你两分我两分，各方面都逼得很紧，所以打到第四节的时候我体力已经跟不上了，不管是进攻还是防守，脑子都是一片空白，大概只剩一个想法——坚持！就快赢了！

当然啦，最后我们不仅给自己初中生涯的篮球比赛画上了圆满的句号，还完成了我们当初的那个心愿。

其实，我们每个人都能获得成功。不是因为有了希望才坚持，而是因为坚持才有了希望，最后我想借用澳大利亚名人尼克。胡哲的一句话来结束今天的演讲“如果总有人能成功，那为什么不能是你？”我们每个人距离成功只差一个坚持！

**坚持的演讲稿三分钟篇二**

尊敬的`领导,老师,亲爱的同学们。

大家好

我演讲的题目是多往前走一步，做更好的自己。

古人云：行百里者半九十，是啊，有太多的人面对末路之难，选择了半途而废，听任自己的理想之光熄灭在黎明前的黑暗里。或许，今天很残酷，明天也很残酷，后天却可能会很美好，多往前走一步，我们就能见到后天的太阳。

我们要学会坚持!因为，贵在坚持，难在坚持，成也在坚持！

众多名人成长的故事都在验证这一个道理。

阿里巴巴总裁马云,从小学到高中,学习成绩都不是很好,特别是在高考的时候,连续两次高考,都没能考上大学.在我们平常人看来,一个人若是连续两次高考都失败了,那么这个人也就被打垮了。可马云却没有被打垮,而是毅然准备第三次高考。这一次，他的坚持不懈折服了命运之神,他凭借优异的英语成绩被杭州师范学院高调录取。正是因了这一次的成功，才有了后来互联网领域的神话。

试想，如果马云止步于第二次高考的失利，留给我们的顶多是芸芸众生中一个小个子的背影。马云成功了,就因为他在失败之后,选择了坚持，多往前走了一步，而已!

我们，沾化一中的莘莘学子，追梦的路上，也会遇到许多苦难、挫折，有些可以预知，有些不可预见，我们同样需要坚持。

远足拉练作为一项活动，已然成为过去,但留给我们的思考，却远未结束。还记得，当听说要徒步20多公里的时候,我们在抱怨；还记得，走在路上，腰酸腿痛的时候，我们想过要放弃。但是，有信念的支撑，我们坚持下来了，我们战胜了自己，我们走成了一道美丽的风景线。五十里的坎坷之路被我们踩在脚下，学习中的一点困难，又能算得了什么？！

同学们，人生就是一场博弈，挫折失败，在所难免，当我们身处逆境的时候，更要懂得坚持，多往前走一步，做更好的自己，相信，成功终将属于我们！

我的演讲到此结束，谢谢大家。

**坚持的演讲稿三分钟篇三**

亲爱的同学们：

大家好！今天我很高兴又抢到了麦能和大家一起分享，今晚要和大家分享的是八大心态里的坚持的心态。

大家都知道成功的唯一途径是坚持不懈，要坚持提升自己，胜者为王。坚持的心态是在遇到坎坷的时候反映出来的心态，而不是顺利的坚持。遇到瓶颈的时候还要坚持，直到突破瓶颈达到新的高峰。要坚持到底不要输给自己成功者永不抱怨永不放弃，坚持到底决不放弃。不是没有阳光，是因为你坚持不到天亮，不是没有绿洲因为你心中只是一片沙漠。 成功贵在坚持，要取得成功就要坚持不懈地努力，饱尝了许多次的失败之后才能成功，即所谓的失败乃成功之母，成功也就是胜利的标志，也可以这样说，坚持就是胜利。因此你是可以成功的。

商会商务运作是一种个人创业，创业意味着挑战，浓缩几年的人生悲哀，用以出人头地，创业就要遇到很多意想不到的困难，但为了老人、孩子、家庭、社会，为了一个好的结果，困难一点又算什么?你给别人打工，领导，老板只能给你位子。而商会商务运作给你一份事业，经过努力就会得到时间的自由、空间的自由、财富的自由。商会商务运作事业是由多劳多得，到最后的少劳少得，享受非凡自由的发展过程，在这个过程中一定要有创业者的坚持心态，创业是艰苦的，在商会商务运作这个事业的开始阶段，你可能收入不会很多，要有勇气面对困难和挑战，要有积极乐观的心态，要为成功找方法，而绝不能为失败找理由。

古往今来，许许多多的名人不都是依靠坚持而取得胜利的吗?

《史记》的作者司马迁，在遭受了腐刑之后，发愤继续撰写《史记》，并且终于完成了这部光辉著作。

他靠的是什么?还不是靠坚持而已，要是他在遭受了腐刑以后就对自己失去信心，不坚持写《史记》，那么我们现在就再也看不到这本巨著，吸收不了他的思想精华，所以他的成功，他的胜利，最主要的还是靠坚持。

外国名人杰克·伦敦，他的成功也是建立在坚持之上的。他坚持把好的字句抄在纸片上，有的插在镜子缝里，有的别在晒衣绳上，有的放在衣袋里，以便随时记诵。终于他成功了，他胜利地成为了一代名人，然而他所付出的代价也比其他人多好几倍，甚至几十倍，同样，坚持也是他成功的保障。

荀子说：“骐骥一跃，不能十步，驽马十驾，功在不舍。”这也正充分地说明了坚持的重要性，骏马虽然比较强壮，腿力比较强健，然而它只跳一下，最多也不能超过十步，这就是不坚持所造成的后果;相反，一匹劣马虽然不如骏马强壮，然而若它能坚持不懈地拉车走十天，照样也能走得很远，它的成功在于走个不停，也就是坚持不懈，这也就像似龟兔赛跑：兔子腿长跑起来比乌龟快得多，照理说，也应该是兔子赢得这场比赛，然而结果恰恰相反，乌龟却赢了这场比赛，这是什么缘故呢?这正是因为兔子不坚持到底，它恃自己腿长，跑得快，跑了一会儿就在路边睡大觉，似乎是稳操胜券，然而乌龟则不同了，他没有因为自己的腿短，爬得慢而气馁，反而，它却更加锲而不舍地坚持爬到底。坚持就是胜利，它胜利了，最终赢得了比赛。

“水滴石穿，绳锯木断”，这个道理我们每个人都懂得，然而为什么对石头来说微不足道的水能把石头滴穿?柔软的绳子能把硬梆梆的木头锯断?说透了，这还是坚持。一滴水的力量是微不足道的，然而许多滴的水坚持不断地冲击石头，就能形成巨大的力量，最终把石头冲穿。同样道理，绳子才能把木锯断。

功到自然成，成功之前难免有失败，然而只要能克服困难，坚持不懈地努力，那么，成功就在眼前。

在我们现在的学习中，一定要学会坚持，只有坚持才能取得成功，所以说，坚持就是胜利。

**坚持的演讲稿三分钟篇四**

亲爱的老师们，亲爱的学生们：

大家好！我今天演讲的题目是《坚持变成更好的自己》。

夏日的风在我脸上甜腻，困倦如春潮袭来。我慢慢放下笔，看着窗外。稀疏的阳光懒洋洋地投射在树叶上，筛出一圈圈光影。我答应妈妈每天写一篇文章。倒数，今天是第三天，我的耐心已经消磨了大半。我不用每天做作业，但是我感觉我在考验我的专注力。富兰克林一生都在与自己的缺点作斗争。我无法想象他有多坚定。如果我是你，我只会热三分钟。“我出去了。要有意识。”

门啪的一声关上了，接着是可怕的沉默。提起笔，我一句话也说不出来。照例还是门前那棵老树。过了很久，我忍不住想换个主题，却被无情的拒绝了。从简单的老树到后来树下有趣的事，从不知所措到写得兴高采烈，似乎就在几天前。转向树，有一个建筑工人开着一辆蓝色的三轮车，一张中国人的脸，圆圆的身体。还是因为天气热，他只穿了一件白色的短袖，铜脖子上青筋毕露。他的眼睛很美，清澈，微微发光。写下你看到的，合上笔记本。我总是喜欢写完第一篇再比较。过去和现在往往是敌人。

这一次，毫无疑问，过去又失败了。我很喜欢这种感觉，感受到从桃花到熟桃成长的喜悦。日历上放个圈，今天就有坚持的证明了。风温暖的吹在刀刃的尖端，突然凝结成一滴圆形下来。天渐渐黑了。我妈回来，看到日历上的圈，笑了。

暑假结束的时候已经是凉爽的秋天了。我有一种轻微的感觉，小一点的比较好。

**坚持的演讲稿三分钟篇五**

尊敬的老师、亲爱的同学们大家好：

今天我演讲的题目是《坚持就是胜利》，爱因斯坦大家都知道，他是伟大的物理学家、相对论的创立者，现代物理学奠基人。

1921年获诺贝尔物理学奖，1999年被美国《时代周刊》评选为“世纪伟人”，他取得的这些成绩全世界都有目共睹，但是爱因斯坦在小时候可没有这些令人瞩目的光环，他三岁多还不会讲话，父母很担心他是哑巴，曾带他去给医生检查。

还好小爱因斯坦不是哑巴，可是直到九岁时讲话还不很通畅，所讲的每一句话都必须经过吃力但认真地思考。

使他的思考转向宇宙、哲学和自然现象中的逻辑。他的数学物理都很出色，在以后的人生道路中经过孜孜不倦的努力爱因斯坦成为了人类历史中最具创造性才智的人物之一。他一生中开创了物理学的四个领域：狭义相对论、广义相对论、宇宙学和统一场论。他是量子理论的主要创建者之一。他在分子运动论和量子统计理论等方面也作出重大贡献。

由此可见，人的成功不完全取决于天赋，更重要的是后天的努力，如果我们能像爱因斯坦一样努力将来也一定能取得很好的成绩。

**坚持的演讲稿三分钟篇六**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好!

我读了一篇文章――《有了愿望的石头能走多远》。我从这篇课文中受到了启发。

这篇课文主要讲了一位名叫薛瓦勒的乡村邮差，每天徒步奔在乡村之间。一次他看见了一块样子十分奇异的石头，他把石头装到了包里并产生了一个要用它建一座城堡的念头。经过坚持不解的努力，他终于梦想成真，成为新闻人物。

在薛瓦勒产生这个看似不可能的念头时，遭到了树里人的反对。他们认为，这位邮差精神上有问题，他本来变要奔走在崎岖的\'山路上，非常难走，再加上一块沉重的石头，这岂不是给他增加负担?而且，建造一座城堡，得用多少石头，用多少力气呀!面对种种质疑，薛瓦勒放弃了吗?不，没有。他仍然坚持自己的想法，不动摇。

这让我想起了自己。我遇到困难并不是坚持到底，而是退缩。在我上幼儿园的时候，爸爸给我买了一辆小自行车，我开心极了。马上让妈妈教我骑车。可是，自行车并不很好学，我总把握不好平衡，向两边栽倒，差一点就碰到头了。直到现在我还心有余悸。突如其来的危险让我不喜欢骑车了，妈妈怎么劝都没用。我不再坚持骑车了。

读了这篇文章持，我知道了。要学习薛瓦勒的坚持不懈，不放弃。这样才能取得成功。

**坚持的演讲稿三分钟篇七**

每个人的成功之路都不可能一路顺风，当我们碰到艰苦的时候，要懂得坚持，由于胜利贵在坚持，要获得成功就要学会坚持。

“燎原之火，绳锯木断”。小小的水滴怎么能把坚挺的石头滴穿呢?细细的绳索又怎么能把硬梆梆的木头锯断?这里的神秘就是坚持。一滴水的力量很小，然而许良多多的水滴不懈地冲击石头，年复一年，日复一日，再坚挺的石头也会被滴穿。同样情理，如果用绳子不停地锯木头，木头最终也会被锯断。这就是坚持的力量。

我们常常倾慕那些取得成功的人，但我们看到的只是是他们成功后的辉煌，却不留意他们为成功所付出的努力。爱迪生发明灯泡时经历了上千次的失败，但他从不气馁，每次面对失败，他总是乐观地想，我又知道了一种不能用做灯丝的材料。他从不放弃，直至成功。如果他当初失败几次后就半途而废了，那么我们今天就无奈闭会到电灯带给我们的光明跟便利。贝多芬暮年双耳失聪，但他也没有发奋图强，利用骨传声依然坚持创作。如果他因失聪而不再对生活充满信心，我们将无缘听到那些美妙的乐章。他们的\'故事让我深深理解了：在我们遇到艰难跟挫折时，总会有一个美丽的天使来帮助我们走出困境，它的名字叫坚持。

小时候我学游泳，开始老是浮不起来。但我不放弃，因为我坚信，只要坚持没有办不到的事。最后经过尽力我终于学会了游泳，如果我当初因为呛了多少口水就放弃了学习游泳，那么我当初就不会休会到在大海的怀抱中自由自在地周游的快乐了。从这件小事上，我明白了一个情理：假如我们面对所有的事都一遇到困难就废弃，那么，我们将一事无成。我之所以学会了游泳，是因为我坚持。

上小学的时候，我很喜好做数学题。然而时常会有一些难题会让我发晕，每当这个时候，我都告诫自己不要急躁，不要放弃。我往往会静下心来，仔细分析，寻找所有可能的冲破口，我还会借助画草图援助本人剖析。一天做不出，我会放一放，过段时间再看看。如果切实不行，我会求教爸爸。这样长期坚持下来我的数学成绩始终很好。

上了初中，我觉得语文的阅读懂得题不好理解。所以，我每天晚上，只有有时光，我就会看一篇短文。诚然天天花费的时间不久，但一年保持下来，我也有了很大的收获。

因为坚持，我体验到了畅游的自在。因为坚持，我收获到了做题的乐趣。因为坚持，我领悟到了语文的巧妙。只有有恒心，任何事件都难不倒我们。

**坚持的演讲稿三分钟篇八**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

当早晨的第一缕阳光轻轻抚平眉心的褶皱时，我们又开始了新的征程;尽管昨天的失败仍萦绕在记忆中，尽管明天仍然是个未知数，但是世上没有比脚下更长的路，比人更高的峰。只要坚持，再长的路也能走到尽头;再高的山，也能攀到顶峰;再硬的石头也敌不过水滴百年;再傲的峭壁也挡不住浪打千回……总之，坚持就是胜利。

马克思曾说过：“在科学上没有平坦的大路可走。”因此，在我们学习的过程中，坚持不懈的精神是必不可少的。当困难绊住你成功的脚步时，当失败挫伤你进取雄心时，当重担压得你喘不过气来时，不要退缩，请不要放弃，不要裹足不前，一定要坚持下去，因为只有坚持不懈才能通向成功。

河水奔流不息，是因为它的坚持不懈，无论山岭阻拦，无论沙漠阻隔，终有大海容纳百川的时候;船舶斩浪劈波，是因为它的坚持，无论狂风巨浪，无论险滩暗礁，前面一定有它停靠的港湾。

坚持是一个意志的体现，是一种品质;坚持是一种积极向上生活的态度，是获得成功的一种方式;坚持是一种自豪，没有勇气的人不敢坚持。

人生之路长漫漫，有许多坎坷需要我们去踏平，有许多荆棘需要我们去斩除，面对一道道学习上的难题，面对一个个需要我们克服的难关，我们要像骑士一样去战斗，永远都不要低下高傲的头颅。

**坚持的演讲稿三分钟篇九**

胜利贵在坚持，要取得胜利就要坚持不懈地努力，饱尝了许多失败之后才能取得成功。下面的小编整理的关于坚持演讲稿，与你分享!

亲爱的老师、同学们：

大家好!

梦想，是我们每一个人生活的动力。

梦想，是一个人前进的方向。

梦想，周而复始，梦想，锲而不舍。

中华民族五千年历史传承着一个长长梦，几经辗转，几经沉浮。

时至今日，汇聚成了一个梦，中国梦。

在这个知识改变命运的时代，在父母双亲投注无限希望目光注视下。

我，一个普通的高中生，我的梦很简单，我的梦同样是我家人的梦——考上重点大学。

我不是官二代，我也不是富二代，我只是爸妈普通的下一代，有人说：“你现在不努力学习，不在高考中折桂，你斗得赢富二代，赢得了官二代吗?“是的，这话我信了。

所以，我的梦很简单，就是努力学习，考取重点大学，让父母过上好日子，自己成为一个有用的人。

我坚信通过自己努力，这将不仅仅是一个梦，这个梦会我的手中慢慢成为现实。

我相信这不仅仅是我一个人梦，这也同样是在座的每一位同学的梦，是中国千千万万高中生的梦。

千千万万个中学生的梦将汇集成一个伟大的中国梦，这是属于我们的中国梦。

当千千万万的父母过上好日子，千千万万的学生成为国之栋梁的时候，我们的中国梦没有理由不实现!

“理想很丰满，现实很骨感“是的，丰满是给有准备的人，骨感是留给没有进取的\'人。

当你在课堂呼呼大睡，作业东拼西凑，上课迟到早退，你拿什么区丰满你的理想。

梦想不是说说而已，我有一个大大的梦想。

但这个大大梦想要从现在小小的努力开始，自习早到10分钟，每天多记几个单词，课堂上多坚持专注几分钟。

同样，梦想贵在坚持。

如此，当梦想绽放的那一刻，想骨感都骨感不了。

看着我们的航母开始起航了，舰载机起飞了，海监船执法鱼岛了。

很多人开始热血沸腾，蠢蠢欲动了，大喊我的梦想是与我们的航母一起护卫海疆，我的梦想市与海监船一起维护我们权益。

我想说的是，那些梦离我们还太远，只要我们现在开始努力，是可以实现的。

但是，现在我的梦想只有一个——考取重点大学!只有脚踏实地，方能无往不前!

这就是我的中国梦，一个依托于现实!

胜利贵在坚持，要取得胜利就要坚持不懈地努力，饱尝了许多失败之后才能取得成功，即所谓失败乃成功之母，成功也就是胜利的标志，也可以这样说，坚持就是胜利。

古往今来，许许多多的名人志士都是依靠坚持而取得胜利的。

创造了一次次人类奇迹，而这更能说明坚持精神的可贵。

林肯，这位美国总统，大家一定很熟悉，但在他成功之前，他经历了一次又一次失败，1832年林肯失业了，这显然使他很伤心，但他下定决心要当政治家，当州议员，糟糕的是，他竞选失败了，接着，林肯开办了自己的企业，但一年不到就倒闭了，随后，他再次竞选州议员，这次他当选了，他内心也萌发了一丝希望。

可是，打击再次来临，在他即将结婚时，他的未婚妻不幸去世，这次给他的打击太大了，他也得了精神衰弱症。

几年后，他觉得身体有了好转，他便在十年中先后五次竞选国会议员，但每次都以失败告终。

林肯虽然一次次尝试，但却一次次遭到失败，但他没有放弃，为了自己的梦想坚持着，1846年，他又一次竞选国会议员，这次他终于成功了，林肯在不断地为自己的追求坚持不懈地努力，最终取得了成功。

1860年，他当选为美国总统。

林肯的成功是建立在坚持不懈的基础上，他的坚持也是他成功的保障。

仿佛陆地离她十分遥远，现在还看不到海岸，心想可能无法游完全程，她这样想着，身体立刻瘫软了下来，甚至再划一次的力气都没有了，“把我拖上去吧!”

她对陪伴她的小艇上的人说“咬咬牙，再坚持一下，只剩一英里远了”，艇上的人鼓励她说，“你骗我，如果只剩一英里，我早就应该看到岸了，把我拖上去吧!”

她甚至都能隐约看到海滩上欢呼等待她的人群，到此时她才知道，艇上的人并没有骗她，她距成功确确实实只有一英里。

“行一百者半九十”，最后的那段路，往往是一道最难跨越的门槛，其实每一个人的一生中，无论工作或生活，都会或多或少地出现这样那样的困境。

有的时候就需要那么一点点毅力，一点点努力的坚持，成功就能触手可及，而不是充满遗憾地与成功或胜利擦肩而过。

在我们现在的学习生活中，一定要学会坚持，因为唯有坚持，我们才能在实践中成长，在实践中学习，在实践中完善自己，在实践中磨练自我。

我相信，只要为自己的目标坚持不懈、持之以恒地努力奋斗，就一定能实现自己的梦想，就一定能成功。

尊敬的领导，老师，亲爱的同学们。

大家好!

我演讲的题目是《多往前走一步，做更好的自己》。

古人云：行百里者半九十，是啊，有太多的人面对末路之难，选择了半途而废，听任自己的理想之光熄灭在黎明前的黑暗里。

或许，今天很残酷，明天也很残酷，后天却可能会很美好，多往前走一步，我们就能见到后天的太阳。

我们要学会坚持!因为，贵在坚持，难在坚持，成也在坚持!

众多名人成长的故事都在验证这一个道理。

阿里巴巴总裁马云，从小学到高中，学习成绩都不是很好，特别是在高考的时候，连续两次高考，都没能考上大学。

在我们平常人看来，一个人若是连续两次高考都失败了，那么这个人也就被打垮了。

可马云却没有被打垮，而是毅然准备第三次高考。

这一次，他的坚持不懈折服了命运之神，他凭借优异的英语成绩被杭州师范学院高调录取。

正是因了这一次的成功，才有了后来互联网领域的神话。

试想，如果马云止步于第二次高考的失利，留给我们的顶多是芸芸众生中一个小个子的背影。

马云成功了，就因为他在失败之后，选择了坚持，多往前走了一步，而已!

我们，沾化一中的莘莘学子，追梦的路上，也会遇到许多苦难、挫折，有些可以预知，有些不可预见，我们同样需要坚持。

远足拉练作为一项活动，已然成为过去，但留给我们的思考，却远未结束。

还记得，当听说要徒步20多公里的时候，我们在抱怨;还记得，走在路上，腰酸腿痛的时候，我们想过要放弃。

但是，有信念的支撑，我们坚持下来了，我们战胜了自己，我们走成了一道美丽的风景线。

五十里的坎坷之路被我们踩在脚下，学习中的一点困难，又能算得了什么?!

同学们，人生就是一场博弈，挫折失败，在所难免，当我们身处逆境的时候，更要懂得坚持，多往前走一步，做更好的自己，相信，成功终将属于我们!

我的演讲到此结束，谢谢大家。

**坚持的演讲稿三分钟篇十**

尊敬的老师、亲爱的同学们大家好。

今天我演讲的题目是《坚持就是胜利》，爱因斯坦大家都知道，他是伟大的物理学家、相对论的创立者，现代物理学奠基人。1921年获诺贝尔物理学奖，1999年被美国《时代周刊》评选为“世纪伟人”，他取得的这些成绩全世界都有目共睹，但是爱因斯坦在小时候可没有这些令人瞩目的光环，他三岁多还不会讲话，父母很担心他是哑巴，曾带他去给医生检查。还好小爱因斯坦不是哑巴，可是直到九岁时讲话还不很通畅，所讲的每一句话都必须经过吃力但认真地思考。

但是他勤奋好学，对自己感兴趣的事务潜心研究，12岁时他一口气读完《几何学原》本，并练习用自己的方法证明定理。他特别喜欢读《自然科学通俗丛书》中如《力与物质》等书。13岁时读了康德的《纯粹理性批判》，使他的思考转向宇宙、哲学和自然现象中的逻辑。他的数学物理都很出色，在以后的人生道路中经过孜孜不倦的努力爱因斯坦成为了人类历史中创造性才智的人物之一。他一生中开创了物理学的四个领域：狭义相对论、广义相对论、宇宙学和统一场论。他是量子理论的\'主要创建者之一。他在分子运动论和量子统计理论等方面也作出重大贡献。由此可见，人的成功不完全取决于天赋，更重要的是后天的努力，如果我们能像爱因斯坦一样努力将来也一定能取得很好的成绩。

**坚持的演讲稿三分钟篇十一**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

每个人的成长道路都不会是一帆风顺的.。在我五彩斑斓的童年生活中，曾发生过很多令我难忘的事，其中有一件事就像一枚绚丽的贝壳，让我珍藏至今。

记得上小学的时候，老师让我们背乘法口诀。我当时觉得这不是晴天霹雳吗？但是没有办法，老师说第二天要检查，我只能硬着头皮背了。吃完晚饭，我抛弃了我心爱的动画片儿，拿出数学书，开始背起来。前面几个数背的还可以，但是到了“5”以后就怎么也记不住。我急得抓耳挠腮，可就是背不下来。

这个时候我生气地将数学书扔在一边：“不背了！反正也背不下来！”这时我听见妈妈温柔的声音：“不要放弃，不要气馁，背乘法口诀，怎么能一下就背会呢？俗话说得好‘世上无难事，只怕有心人’，要不断地反复练习，找到诀窍，可以先想一想几个数相加，比较一下换成乘法之后它们有什么区别？这样就容易记了。

妈妈的话像一缕春风，唤醒了我。我不断地反复琢磨，认真地记，经过反复练习，终于能够嗑嗑巴巴地把这些乘法口诀完整地背诵一遍了。正当我洋洋得意时，妈妈说：“那你给我背一遍吧！”我胸有成竹地对妈妈说：“背就背！”可谁知，我这不争气的脑子，背到后面又忘了。我只好回头丧气地又坐到我的小书桌旁边写边记。妈妈笑着说“不能心急，慢慢来！”

通过这件事，我不仅明白了面对困难不要放弃，更体会到了成长更需要坚持，只有坚持才能开启成功的大门！

目标很重要，不要害怕希望实现后自己会陷入迷茫而从此一蹶不振，如果实现了一个，就在许下另一个更有挑战性的目标。生命从来不缺乏动力，只看你是否愿意去寻找。

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