# 2024年一分钟演讲稿大学生版(通用10篇)

来源：网络 作者：蓝色心情 更新时间：2024-05-05

*演讲比朗诵更自然，更自由，可以随着讲稿的内容而变化站位。一般说来，不要在演讲人前边安放讲桌，顶多安一个话筒，以增加音量和效果。那么演讲稿怎么写才恰当呢？下面小编给大家带来关于学习演讲稿模板范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。一分钟演讲稿...*

演讲比朗诵更自然，更自由，可以随着讲稿的内容而变化站位。一般说来，不要在演讲人前边安放讲桌，顶多安一个话筒，以增加音量和效果。那么演讲稿怎么写才恰当呢？下面小编给大家带来关于学习演讲稿模板范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

**一分钟演讲稿大学生版篇一**

近来觉得，同学们之间的聊天“理想”一词多了。我曾听过一句话：只有青春才会拥有梦想。或许，青春已经在向我们招手了吧。

在我眼中，青春似乎很早就有了“问苍茫大地，谁主沉浮”的烙印了，就好像我们都是那指点江山之人。仿佛没有一次意气风发，就不是青春;仿佛没有一段血气方刚，就不是少年。

或许，青春会陪伴着我们，走过那漫长的岁月吧。我们注定要与他同行，亦带着对他的回忆而离去，好长好长一段路，但愿，还能如自己曾经所说，还有当“愤青”的资格，还有一颗没被污染的心吧。这或许只是一场小小赌注，可大多数人似乎都会输，因为到最后，我们都迷失了自己的初心。

你还记得屈原自沉汨罗的背影吗?你还记得司马迁写《史记》的笔墨吗?你还记得陶渊明不为五斗米折腰的清高吗?似乎还因一些看似冠冕堂皇的理由而记着吧。我们习惯在上边贴一个表面言简意赅的标签，不瞟一眼，然后接着用一种看似始终坚持的眼光走完人生的路。用一种匆匆的步伐来显得自己会珍惜每一刻时光，可事实上也仅仅是你自欺欺人罢了。青春，在你心中的一个角落中，默默地看着你的一举一动，却不说什么，用这种方式来看看，你是否忘了曾伴你走过一段岁月的那个朋友。

人生，其实可以很短，就像从日出到日落，就像从繁星满天到月落乌啼。我们所遇见的每一次花开，到最后，其实都成为了纷纷凋零的落叶。我们的初心在短短的生命中，就不会担心在更为匆匆的脚步中不得不丢弃吗?可我们所背的包袱却日渐沉重了：这是真的，就好像我们总觉得，有越来越多的东西已舍不得一样。不为别的，我们拾取太多原本所不屑一顾的东西。青春在这种时候，或许便慢慢地死去了吧，因为他不想在一个与自己格格不入的环境中苟且偷生。可是，他不怨，也不恨，用感恩的目光去看待任何一次相遇。

与青春同行的一小段路中，我们曾天真地以为自己不会孤独，以为总会有一个人默默在自己身后，殊不知，岁月是最高明的贼，偷走太多说好的誓言。一个人有最好的记性，最辽阔的心，也终究要把自己的每个故事还给岁月。在时间与命运面前，青春像一张易谢的花，可我们不曾觉得那花枝招展的有多么美丽，当花瓣落尽，我们才感慨万千。

事实上，又有谁不曾拥有过梦想?只是有些人选择了他，有些人选择了所谓的爱与责任罢了。就选择而言，没有任何东西可以衡量。至于青春的陪伴，只是给你一段绝对拥有初心的\'时光罢了，而他离去的时刻，没人可以知晓。

而陪伴着我们的青春，又有何时不在感恩着时光的恩赐呢?

**一分钟演讲稿大学生版篇二**

近来觉得，同学们之间的.聊天“理想”一词多了。我曾听过一句话：只有青春才会拥有梦想。或许，青春已经在向我们招手了吧。

在我眼中，青春似乎很早就有了“问苍茫大地，谁主沉浮”的烙印了，就好像我们都是那指点江山之人。仿佛没有一次意气风发，就不是青春;仿佛没有一段血气方刚，就不是少年。

或许，青春会陪伴着我们，走过那漫长的岁月吧。我们注定要与他同行，亦带着对他的回忆而离去，好长好长一段路，但愿，还能如自己曾经所说，还有当“愤青”的资格，还有一颗没被污染的心吧。这或许只是一场小小赌注，可大多数人似乎都会输，因为到最后，我们都迷失了自己的初心。

你还记得屈原自沉汨罗的背影吗?你还记得司马迁写《史记》的笔墨吗?你还记得陶渊明不为五斗米折腰的清高吗?似乎还因一些看似冠冕堂皇的理由而记着吧。我们习惯在上边贴一个表面言简意赅的标签，不瞟一眼，然后接着用一种看似始终坚持的眼光走完人生的路。用一种匆匆的步伐来显得自己会珍惜每一刻时光，可事实上也仅仅是你自欺欺人罢了。青春，在你心中的一个角落中，默默地看着你的一举一动，却不说什么，用这种方式来看看，你是否忘了曾伴你走过一段岁月的那个朋友。

人生，其实可以很短，就像从日出到日落，就像从繁星满天到月落乌啼。我们所遇见的每一次花开，到最后，其实都成为了纷纷凋零的落叶。我们的初心在短短的生命中，就不会担心在更为匆匆的脚步中不得不丢弃吗?可我们所背的包袱却日渐沉重了：这是真的，就好像我们总觉得，有越来越多的东西已舍不得一样。不为别的，我们拾取太多原本所不屑一顾的东西。青春在这种时候，或许便慢慢地死去了吧，因为他不想在一个与自己格格不入的环境中苟且偷生。可是，他不怨，也不恨，用感恩的目光去看待任何一次相遇。

与青春同行的一小段路中，我们曾天真地以为自己不会孤独，以为总会有一个人默默在自己身后，殊不知，岁月是最高明的贼，偷走太多说好的誓言。一个人有最好的记性，最辽阔的心，也终究要把自己的每个故事还给岁月。在时间与命运面前，青春像一张易谢的花，可我们不曾觉得那花枝招展的有多么美丽，当花瓣落尽，我们才感慨万千。

事实上，又有谁不曾拥有过梦想?只是有些人选择了他，有些人选择了所谓的爱与责任罢了。就选择而言，没有任何东西可以衡量。至于青春的陪伴，只是给你一段绝对拥有初心的时光罢了，而他离去的时刻，没人可以知晓。

而陪伴着我们的青春，又有何时不在感恩着时光的恩赐呢?

**一分钟演讲稿大学生版篇三**

我迷茫张开了小睡眼，“一哈欠”懒散第伸了个腰，望向四周，问号顿时充满了我的小脑瓜。这是哪儿?妈妈不是说外面是五颜六色的吗?为什么四周漆黑一片，而且又冷又潮?我急了，努力的摇晃着瘦小的身体想要发出声音却丝纹不动，最后我筋疲力尽。旁边的一条奄奄一息的蚯蚓轻轻对我说:”孩子，不管流下多少泪和汗，不管经历了多少苦和痛，它们只会让你更有价值。请相信，你会是美丽的化身。”语罢，就垂下了脑袋，它的身子被同样漆黑的泥土所掩埋。

我不知道老蚯蚓的话是什么意思，但我能感到它的话里包含着无尽的酸楚，我重新抬起头，望着头顶厚厚的泥土，一个想法闪电般进入脑海，也许我挣脱了头顶的泥土，就看得到外面的世界了，那时候，我梦想着。于是开始拼命依着本能吸收周围的水分养料，促使自己成长。

第一个月过去了，我依旧是一颗种子。

第二个月过去了，我依旧是一颗种子。

第三个月，我开始感受到身上日益膨胀的能量和头顶渐渐松弛的泥土。于是我更努力的没日没夜的向上顶，盼望能看到光明的那一刻。

尽管坚硬的碎石不是的落下，砸的我头破血流;蚯蚓不是用满嘴的浓黑色刺激我，娇嫩的身子隐藏无尽的酸楚个疼痛。但正是因为这样才是我坚信老蚯蚓的那句话：”无论经历了多少痛和苦，请相信，你会是美丽的化身。”

春以至。我已听到地面那阵阵空灵的欢笑声和动物奔跑的脚步声，这一切都深深刺激着我。终于，”哗”坚硬的碎石被我顶开，我妞了妞自己纤细的脖颈，向外伸了伸，一口气钻出来。

樱花瓣瓣在清风中不断凋零，纷纷扬扬的，毫不吝啬地飞扬。鲜嫩的青草甜甜的，温柔地蔓延，野花也随着清流流向远方。望着眼前的美景，我陶醉了，我激动了，我争先恐后地绽放出自己最美的姿态。这时，一个小女孩拉着她妈妈跑了过来，在我面前停下。”多美，妈妈!””是啊。”妈妈慈爱的笑了。

于是，我不禁脱口而出老蚯蚓的至理名言:不管流下多少泪和汗，不管经历多少苦和痛，请相信，你是美丽的化身。

**一分钟演讲稿大学生版篇四**

中国梦，我的理想的.不遥远；青春梦，我的青春不迷茫，我的青春路标我的中国梦。

一个人，一个梦，一份执着，这是我的青春宣言。青春并不只是用来怀恋的，更是用来奋斗。当我写下这篇演讲稿的时候我的电脑一直在循环的播放《年轻的战场》，我希望这首歌曲能激励我把这次的演讲尽可能的准备充分，讲出我自己的中国梦，讲出我们共同的心声。现在的背景音乐也是放着的同一首歌，让我们共同来构建我们的中国梦。

今天我们能来到这里学习是经过了高考激烈的角逐，我们挺过了残酷的高考，但我们在舒适的大学生活中似乎已经迷失了我们的方向，有的人沉迷于游戏，有的人在爱情中飘飘然，我们忘记了我们最初的梦想，让我们的青春在白白的流失了大半年的时间，现在是时候重新去追逐我们的中国梦，我们的青春梦。

一个人首先要做的是敢于想，梦想就是要敢于去想，有梦想是支撑我们活着的理由，一个人如果失去了去想的能力，他的生活是苍白无力的，幼时的我们也曾想过当科学家，当医生或是其他。但现在有多少人明确的说出自己的梦想，我想不多，因为我们很迷茫，我们不知道自己将来要做什么，我们在三岔路口不知何去何从，当然人生重要的并不是你所站的位置，而是你所行走的方向。在高中时期有一个同学，我对他的印象异常深刻，他对美术很感兴趣，在高一的时候开始他就在上课的时候开始画画，他也因此多次接受老师教育，不过这丝毫没有影响他画画，他依然是一支笔，一张纸就是一节课。我记得有一次老师发火说，一道题解半天都没有答案，一张画几分钟就画出来了。在高三的时候他转入了美术班专攻美术，他那时很努力，每天晚上都奋斗到凌晨2点，最终他终于考进了自己向往的川美。

从我同学的故事可以知道只敢于去想还不够，梦里游遍千山万水，醒来依然原地未动，所以我们还要迈出自己的脚步，去追寻我我们的中国梦，青春梦。xxx年两会的重点是中国外交向世界传递“正能量”，实现”中国梦”。实现中国梦就是要我们去追逐我们内心真正的声音，那就是我们的青春梦。

我的青春不应迷茫，我的梦想不再遥远。同学们你的中国梦是什么，现在就请你们用手中的笔写下属于自己的中国梦，青春梦。

谢谢大家！

**一分钟演讲稿大学生版篇五**

9月1日，一个梳着马尾辫，戴着眼镜的女孩拖着行李箱走进了她梦寐以求的大学。

女孩走进校园，就看到鲜花把校园点缀得五彩斑斓，生机盎然。一座座别具风格的教学楼，在翠绿的树儿和娇羞的花儿装饰下，更平添了一份勃勃生机。校道两旁的花草树木随风摇曳，飘来一股幽香，送来了一阵青草的新鲜，令人陶醉其中。图书馆、地理生物园、艺术馆……处处洋溢着浓厚的文化气息，充满着诗情画意……女孩相信在这里，她一定会学有所成。

下课了，同学们来到了艺术馆，参加了各自的社团活动。女孩走进了自己参加的爱心社团，这是一个由大学生自发组织的.项目，主要帮助孤寡老人。放学后，女孩和她的同学一起来到李奶奶家帮忙洗衣、做饭、打扫卫生，还给李奶奶讲了好多社会趣事，李奶奶常常被逗笑。李奶奶逢人就夸这些大学生比亲孙女还亲。

这个女孩就是长大后的我，这就是我心中的大学生活。路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。我相信我一定能实现我的大学梦。

**一分钟演讲稿大学生版篇六**

敬爱的老师、亲爱的同学们：

大家上午好！

时至大学我们对于未来应该要有一个明确的想法了，简而言之就是树立自己的目标，坚定自己的梦想。对于很多人来说，梦想是一件遥不可及的事情，还有可能是近在咫尺的事情，但是还有一些人还是浑浑噩噩，只想着眼前的事情，典型的今朝有酒今朝醉，不顾我们的未来。

在上大学之前我们所有的想法都集中在怎么提高自己的成绩考上大学，但是当我们实现了自己的目标之后会不会觉得空虚，生活没有了努力的方向做什么事情都提不起劲来。所以在今后的大学生活中也要树立自己的目标，或者说是仔细想想今后的人生中以怎样的职业奠定自己的经济基础，并且在工作中我们能够达到什么样的目标，这其实就是我们的梦想，有了梦想的人生才会有努力的方向，有了前进的动力，而且我们的人生才会变得更加的有意义。

就算最终我们的梦想没有完成，但是要思考在实现梦想这个过程中我们得到了什么，我们为梦想坚持自己的学习，坚持自己努力的步调，交更多志同道合的朋友，我们所有的付出和坚持都能够得来堪称丰厚的回报。

对于我们来说，梦想是在黑暗之中指路的明灯，无论前路是泥沼还是荆棘，只要有了一丝丝光明，我们都不会畏惧任何事情，勇敢前行；梦想是汗水浇灌出来的花朵，这样的花朵无坚不摧，但是需要踏实的脚步走出来的汗水才能将其灌溉出来，当看到梦想之花绽开的时候，我们会忘记付出的辛苦，只记得收获的喜悦，这种美好是我们永远都会铭记的。

在这里我要告诫在座的同学们，梦想并不只是说着玩玩而已，我们都经历过考试的辛苦，也能明白这个过程中每一分都需要付出的是什么，还有可能会什么都不会得到，但是我们如果将目标停留在想阶段，无论多么伟大只会变成空想。

最后祝愿所有同学都能够梦想成真。

**一分钟演讲稿大学生版篇七**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好!

我是\_\_\_\_系\_\_\_\_专业\_\_\_\_班的\_\_\_\_\_\_，很高兴能够和大家分享一下我的大学生活。我的大学生活并没有电视剧里那些花里胡哨的故事，没有错综复杂的三角恋，没有车祸和怀孕这种意外事件。有的只是一个充满期待的少年，来到一个人生地不熟的地方，遇到了一群臭味相投的朋友，并且天天一起玩耍，一起迷茫的故事。这个故事或许很平淡，但我想大家的真实生活应该也是和我差不多，生活哪来的那么多故事，有的只是一些文青的故作矫情，生活平平淡淡才是真实的。

在我刚刚进入大学的时候，是觉得大学确实和高中有区别，难怪叫大学，学校是真的大。从寝室到教学楼都要走一会，食堂也是真的大，里面还啥都有，这些确实开阔了我这个没见过什么世面的小村民。当时来到大学就想着，我要好好学习，拿奖学金，考研或者大学毕业找一个好工作，当然最重要的是要找一个女朋友。现在发现，我过去吹的牛一个都没有实现，能完成的只有一个大学毕业。曾经在高中时自己成绩也是很好的，是班上的尖子生，觉得自己和别人不一样。到了大学发现和自己相似的人太多了，而且我完全比不过别人，我只是这芸芸众生中的一员。我比家庭条件比不过那些富二代，比学习成绩比不过那些参加比赛拿名次的大佬，比交际能力和口才我比不过那些在学生会里天天和人吹牛的干部。大一那一年真的是受到了打击，让自己的自尊心强烈的受损呀。

慢慢的在大学待久了，发现真的啥样的人都有，我既然比不过哪些比我更好的那我和他们比干嘛，那些比我更差的人要是也和我一样和别人比那不是得跳楼吗。所以我端正了自己的心态，不在去想那些没用的东西，生活只关注两件事，学习和游戏。只有学习才能让我学到东西，而我学习到的东西将是我以后赖以生存的手段，而游戏，则是我的精神寄托，学习时间足够了，也学累了，就玩下游戏放松一下自己。平时节假日和朋友一起出去玩玩，在深夜里喝着诉说心肠的酒，我对我的生活很满意，虽然没什么钱，但是每天过的充足且快乐，我相信我的这种快乐是有钱人体会不到的，当然别人可能也不想体会。但是这都与我无关，我只需要过好我自己的生活，让我自己觉得快乐，充实就足够了。

我的演讲完毕，谢谢大家!

**一分钟演讲稿大学生版篇八**

尊敬的各位老师，同学，你们好：

秋天，带着年轻人的热情，携着家人的期盼我踏上求学的征途，火车站的另一端是一片新的天地——我的大学生活。

入学报道、开学典礼、新生教育，序幕过后便开始了真正的大学。学习是大学的主旋律。再美好的活动也是点缀，鲜花之绿叶位置而已，此乃我的第一悟!先澄清几个误区：第一盲目追求学生高-干，本末倒置。第二为发展特长，忘记自己职责。第三高喊大学知识无用论。补充一点，通过我对不同群体大学生的了解，不容质疑的一点是他们认为是学校里学有所成是最大的乐趣。所以，走进大学，至关重要的一步是找准方向，树立信仰。初入大学懵懵懂懂的我，以自己的切身经历教导我要珍惜大学求知的得天独厚的条件。我有种美梦的感觉，都说大学是一座乐园，可只有围城里的人才能真切体味到“其中之乐”!

意识到自己对大学肤浅的认识后，也为了未来美好的生活，为了自己的理想，我选在大学再次起航，开始挖掘知识的金山。高中的学习的惯性给我是很大的帮助，勤奋已经成为一种习惯，一勤天下无难事，所以大学课程的学习并没有给太大的压力，要说压力那就是争取优秀的压力，我认为这是每一个有追求的青年应该有的忧患意识。这里我想强调一点，学习是一件很痛苦的事情，没有坚韧的毅力很难有所建树的，一个对学习本身感兴趣，对知识有着宗教般虔诚的人都应该是国际大师。我想更多的知识分子没有那么高尚的心灵境界，他们只是由结果驱动的，征服知识后的成就感是他们最大的乐趣，然而重要的是他们在这个层次上升华，进而投入更深的探索中，有更大的作为。所以我们不要给自己什么不感兴趣的理由了，世界上没有哪个人对痛苦情有独钟的，让我们一起享受艰辛追求的果实吧，那是一件多么幸运的事情啊，自身升值的同时又收获幸福!

其实大学知识要求并没有高中深刻，我不相信一个经历过高考的人拿不下课程的基本要求。大学知识的一个显著特点是强调一个广度，要我们对知识网络的每一个结点都有所了解。只要我们平常认真通读一遍教材，独立完成作业，有一定自己思考，课程考试应该是高分。思维是最美丽的花朵，每一门课程都是我们锻炼思维能力的重要经历，偷懒就是放弃了机会，放弃了提高自己，选择了落后于人。

**一分钟演讲稿大学生版篇九**

尊敬的老师、亲爱的同学：

大家好!

什么样的朋友才算真正的好朋友?这个问题一定有很多人都在问。现在，我就教给大家一个最简单的评判标准，那就是——如果你和她很长时间没有联系，你们再见面时依然有说不完的话，不陌生，不疏离，感觉像从来都没有分开过一样。哪怕什么都不说，在一起也不觉得尴尬。这样的朋友，就是你一生的好朋友了。

其实，有时候，你太容易在友情中受伤，不是朋友的原因，而是因为你对朋友的期望太高。她和你是好朋友，不意味着她就没有交别的朋友的权利，不意味着她就不能和别人聊得热火朝天，也不意味着她事事都要顾虑你的感受和你的看法。就算是最好的朋友，她也可以拒绝你的要求，也可以不同意你的观点，也可以对你提出批评，也可以和别人聊得热火朝天暂时忘记你的存在。哪怕你再反对，她也有权利选择她自己的选择，热爱她自己的热爱。反之，你也是一样。不要总是说自己被友情弄得伤痕累累，很多的伤都是你对友情的要求过高才造成的结果。

每个人都喜欢听好话，嘴上抹蜜的人比起那些不擅长表达的人，好像总是要多那么几个朋友。但是聪明的你们，当你看一个朋友对你是不是真心的时候，一定要好好想想她对你做过些什么，而不是她对你说了些什么。即使是在言语上伤害过你的友人，如果在你最需要帮助的时候帮助过你，为你挺身而出过，都是值得你信赖的朋友，要珍惜。

当你遇到另一种情况，那就是朋友已经伤害了你，你是否应该原谅她。

虽然，从小我们被教育宽容是一种美德。但是，你一定要在心里给自己设定一个底线。如果不触碰，一切都好说，如果触碰了，你就要认真地考虑一下，你们之间的朋友关系到底应该继续还是结束。其实，你不一定要费尽心思去守护一份友情的。你想想，如果大家都说她不好，你非要说她好，就等于你告诉她，就算她做了任何伤害，你都是可以接受的，也是可以被宽容的。

如果在很久之后，你想起她对你的伤害，你还是觉得不能原谅，你也完全不必原谅她。但是，你一定要放下，不要去打听关于她的一切。因为她无论是好上天还是坏到底都跟你没有任何关系了。各走各的路，无需嫉妒，更不必悔恨。

最后，用一句话来概括友情：在一起很欢喜，分开后很想念，只是想念也很欢喜。

**一分钟演讲稿大学生版篇十**

尊敬的老师、亲爱的同学们，大家好，很荣幸能站在这个舞台上演讲。没有优美华丽的词藻，没有尖酸刻薄的语调。

“不平凡的大学有着不平凡的生活，但平凡的大学却有着各自独特的精彩!”在这里，我想请问大家，你们上大学的动机是什么?也许，有的是为了跟风争脸，有的是被家里硬推上来的，也有的真心想通过大学来实现自己的抱负。不管怎样，我请你要把握好这一次机会。试想一下，那落后贫困的地方，那里的孩子正处于教育贫乏的环境，对比自身的条件，你还有什么样的理由拒绝学习呢!

请不要说，“学习，我没有动力”。但你有没有想过，在这里并没有谁谁谁强迫或者被强迫去学习，而是我们该放开手脚去获得社会的知识、信息与技能，那是主动;倘若你不迈开双脚，再远大的理想、目标，也只能让人望而兴叹!

来到这里也有一段时间了，就自己而言，我已深深地体验到什么叫，“人生苦短”，每天除去上课、吃饭、睡觉，试问，我们还有多少时间主动地去学习。一日复一日、一个学期乃至一年的光阴很快将流逝。在这里，我再次请问大家一个问题，你们总说一天那么忙，那有空余的时间学习啊!那好，我想请问，你每天回到宿舍，流程是怎么样的:玩游戏、看电影、听音乐、聊q还是在某个角落里发呆。确实，这些我也参与其中，但我看重的，并不是那忘我而麻木的沉迷其中，而是立异于得到适当的放松那紧绷的神经，让自己可以清晰地安排下一步的目标与任务，有条不紊的规划好自己的人生。而不至于荒废学业，浪费青春。

同学们，在座的大多是20岁左右的成年人了。如果你还抱有这样的想法:“算了吧!大学是我自己的自由空间，学什么、努力什么啊!明天再说。”我痛心，为你的父母而感到痛心，因为当你们以为自己在青春的岁月里还有资本耗得起时，可否想到身后辛劳的父母正一步一步的走向生命年轮的末途!

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