# 202\_年3分钟励志演讲稿5篇范文

来源：网络 作者：风吟鸟唱 更新时间：2024-06-12

*演讲的本质在于“讲”，而不在于“演”，它以“讲”为主、以“演”为辅。由于演讲要诉诸口头，拟稿时必须以易说能讲为前提。小编在这里给大家分享一些20\_年3分钟励志演讲稿，希望对大家能有所帮助。20\_年3分钟励志演讲稿1亲爱的老师，同学们：大家好...*

演讲的本质在于“讲”，而不在于“演”，它以“讲”为主、以“演”为辅。由于演讲要诉诸口头，拟稿时必须以易说能讲为前提。小编在这里给大家分享一些20\_年3分钟励志演讲稿，希望对大家能有所帮助。

**20\_年3分钟励志演讲稿1**

亲爱的老师，同学们：

大家好!

勇气，是人生中必不可少的因素，没有勇气，即使拥有了更多的能力，也只是徒劳;勇气是在绝望中的再一次挑战，是对自己的一种肯定，是不服输的再一次努力。

人，不可缺少勇气，没了勇气，你将永远成为别人眼中的“软骨头”;那四位去登珠穆朗玛峰的队员们，正是因为有着勇气，有着要坚持到最后的信念，才成功登到顶峰。

人，不可缺少勇气，没了勇气，你将永远成为别人嘲笑的对象。你不会连夜路都不敢走吧?你不会从来都没举手发言过吗?你连举手的勇气都没有吗?

缺乏勇气，就好比一艘迷失方向的船;缺乏勇气，就好比一只无头苍蝇，四处乱撞。

做任何事都需要十足的勇气，没有勇气就克服不了困难;没有勇气就改正不了错误;没有勇气就取得不了成功

勇气是不败的神话;是一种继续的毅力，我么不要在困境中绝望，挺起最后的一丝力量，哪怕前面是一片汪洋，或许还是不能成功，但我们努力过，我们不后悔最后的失败，因为我们已是尽的能力去做。善用勇气，让勇气伴你成功。

我的演讲完毕。

谢谢大家!

**20\_年3分钟励志演讲稿2**

亲爱的老师，同学们：

大家好!

有一首歌是这样唱的“我们都需要勇气，来面对流言蜚语”。是的，人人都需要勇气。我们需要它来面对一切成功与失败，我们需要它来面对一切是与非，我们需要它来面对一切一切的事物。

自幼我就知道昭君出塞的故事。她的精神一直深深地感染了我。是什么驱使她不顾宫中金银珠宝，锦绣绸缎，舒服奢华的生活，来到环境恶劣，渺无人烟的边塞?这是一个人说做就做的事吗?谁都知道，去了边塞是一去不返的选择，是不可能再回过头来的事了。昭君想过吗?她想过，是什么让她这样做，是勇气!

当年曹操兵败赤壁，狼狈不堪地逃到华容道，但他还是中了神机妙算的诸葛亮之计，而等候与他搏斗的却是与他有过君臣交情的关羽。关羽满骨子里都是刚强与正义。这时，关羽面临了两种选择：一是擒曹操回去，获取功名。二是放掉曹操，回去受罚。而关羽已在军师面前立下了军令状，必须擒曹，否则一死。但是他擒住曹操是违背良心的事，毕竟人心是肉做的，曹操待他不薄，人有情呀!所以，他最终放掉了曹操，回去领死。当他做出选择的这一刹那间，是什么让他这样做，除了他本身的正义，还有勇气。这关系到个人甚至国家安危的事，是需要勇气才能做出来的。

同学们，当你面对一个选择时，你有勇气去选择?去面对吗?当你上讲台在老师同学面前读一篇演讲稿。你有勇气吗?当自愿竞选班干部时你有勇气吗?把你的勇气拿出来吧!每一件事，当你决定要做时，那已是成功了一半，因为你有勇气去做它，你很有胆量。古往今来，有多少件事不是因为有勇气才去做的?可能寥寥无几。小鸟飞过大海，它一定能飞过去吗?那必须要尝试。在尝试之前是需要勇气和胆量的。

每当你做一件事时，把你的勇气，把你的胆量，把你的信心拿出来吧!拥有了这些，你已经站在比起跑线远的地方了。

我的演讲完毕。

谢谢大家!

**20\_年3分钟励志演讲稿3**

亲爱的老师、同学们：

大家好!

的文学家托尔斯泰曾经说过：“世界上只有两种人：一种是观望者，一种是行动者。大多数人想改变这个世界，但没人想改变自己。”想要改变现状，就要改变自己;要改变自己。就得改变自己的观念。一切成就，都是从正确的观念开始的。一连串的失败，也都是从错误的观念开始的。要适应社会，适应环境，适应变化，就要学会改变自己。

一个黑人小孩在他父亲的葡萄酒厂看守橡木桶。每天早上，他用抹布将一个个木桶擦干净，然后一排排地整齐地放好。令他生气的是，往往一夜之间，风就把他排列整齐的木桶吹得东倒西歪。小男孩很委屈地哭了。父亲摸着小男孩的头说：“孩子，不要哭，我们可以想办法去征服风。”

于是小男孩擦干了眼泪坐在木桶边想啊想，想了半天终于想出了一个办法，他从井边挑来一桶又一桶的清水，然后把它们倒进那些空空的橡木桶里，然后他就忐忑不安地回家睡觉了。第二天，天刚蒙蒙亮，小男孩就匆匆地爬了起来，他跑到放桶的地方一看，那些橡木桶一个一个排列得整整齐齐，没有一个被风吹倒的，也没有一个被风吹歪的。小男孩开心地笑了，他对父亲说：“要想木桶不被风吹倒，就要加重木桶的`重量。”男孩的父亲赞许地微笑了。

是的，我们不能改变风，改变不了这个这个世界上的许多东西，但是我们可以改变自己，给自己加重，这样我们就可以适应变化，不被打败!

在威斯敏斯特教堂地下室里，英国圣公会主教的墓碑上写着这样一段话：当我年轻自由的时候，我的想象力没有任何局限，我梦想改变这个世界。当我渐渐成熟明智的时候，我发现这个世界是不可改变的，于是我将眼光放得短浅了一些，那就只改变我的国家吧!但是我的国家似乎也是我无法改变的。当我到了迟暮之年，抱着最后一丝努力的希望，我决定只改变我的家庭、我最亲近的人。但是，唉!他们根本不接受改变。现在我在临终之际，我才突然意识到：如果起初我只改变自己，接着我就可以依次改变我的家人。然后，在他们的激发和鼓励下，我也许能改变我的国家。再接下来，谁又知道呢，也许我连整个世界都可以改变。

人生如水，人只能去适应环境。如果不能改变环境，就改变自己，只有这样，才能克服更多的困难，战胜更多的挫折，实现自我。如果不能看到自己的缺点和不足，只是一味地埋怨环境不利，从而把改变境遇的希望寄托在改变环境上，这实在是徒劳无益。

**20\_年3分钟励志演讲稿4**

亲爱的老师、同学们：

大家好!

蜜蜂辛勤地酿造，就会有甘甜可口的蜂蜜;鸟儿辛勤地筑巢，就会有安全温馨的家庭;学生勤奋地学习，就会有出类拔萃的成绩……想要做好一件事，就一定要勤奋地去做，只有这样才能成功。

书山有路勤为径，学海无涯苦作舟。想必头悬梁，锥刺股，凿壁借光这些故事大家已早有耳闻了吧。匡衡、孙敬、苏秦就是通过勤奋地学习，最终成为了的学者和政治家。所以大家应该知道勤奋学习的重要了吧，勤奋是通往成功的大道。下面，我再讲两位名人勤奋学习的小故事与大家共勉吧!

鲁迅先生从小认真学习。少年时，在江南水师学堂读书，第一学期成绩优异，学校奖给他一枚金质奖章。他立即拿到南京鼓楼街头卖掉，然后买了几本书，又买了一串红辣椒。每当晚上寒冷时，夜读难耐，他便摘下一颗辣椒，放在嘴里嚼着，直辣得额头冒汗。他就用这种办法驱寒坚持读书。由于苦读书，后来终于成为我国的文学家。

诸葛亮少年时代，从学于水镜先生司马徽，诸葛亮学习刻苦，勤于用脑，不但司马徽赏识，连司马徽的妻子对他也很器重，喜欢这个勤奋好学，善于用脑子的少年。那时，还没有钟表，记时用日晷，遇到阴雨天没有太阳。时间就不好掌握了。为了记时，司马徽训练公鸡按时鸣叫，办法就是定时喂食。为了学到更多的东西，诸葛亮想让先生把讲课的时间延长一些，但先生总是以鸡鸣叫为准，于是诸葛亮想：若把公鸡鸣叫的时间延长，先生讲课的时间也就延长了。于是他上学时就带些粮食装在口袋里，估计鸡快叫的时候，就喂它一点粮食，鸡一吃饱就不叫了。

过了一些时候，司马先生感到奇怪，为什么鸡不按时叫了呢?经过细心观察，发现诸葛亮在鸡快叫时给鸡喂食。先生开始很恼怒，但不久还是被诸葛亮的好学精神所感动，对他更关心，更器重，对他的教育也就更毫无保留了。而诸葛亮也就更勤奋了。通过诸葛亮自己的努力，他终于成为了一个上知天文，下识地理的一代饱学之人。

听了这些故事，大家也是否应该想想，自己有没有勤奋刻苦地学习呢?每个人都想用最简便的方法取得异的成绩，可是在学习上是没有捷径可走的。要想取得优异的成绩，要想成功，就必须付出自己的汗水，勤奋地学习。

爱迪生有一句话说得好：天才就是百分之九十九的汗水加百分之一的灵感。韩愈也说过：业精于勤而荒于嬉，行成于思而毁于随。大家可以每天多问问自己：今天我尽力了吗?我勤奋认真地读书了吗?

**20\_年3分钟励志演讲稿5**

亲爱的老师、同学们：

大家好!

记得有一次，大哲学家苏格拉底对学生说：“今天咱们只学一件最简单也是最容易做的事：每人把胳膊尽量往前甩。”说着，苏格拉底示范了一遍，“从今天开始，每天做300下，大家能做到吗?”学生们都笑了，这么简单的事，有什么做不到的!过了一个月，苏格拉底问学生们：“每天甩300下，哪些同学坚持了?”有90%的同学骄傲地举起了手。

又过了一个月，苏格拉底又问，这回，坚持下来的学生只剩下八成。一年后，苏格拉底再一次问大家：“请告诉我，最简单的甩手运动，还有哪几位同学坚持了?”这时，整个教室里，只有一人举起了手。这个学生就是后来成为古希腊另一位大哲学家的柏拉图。这个小故事所蕴含的深刻含意是显而易见的。

法国伟大的启蒙思想家布封曾经说过：“天才就是长期的坚持不懈。”我国的数学家华罗庚也曾说：“做学问，做研究工作，必须持之以恒。”的确，我们干什么事，要取得成功，坚持不懈的努力和持之以恒的精神都是必不可少的。古今中外，有多少这样的例子，巴尔扎克用如痴如狂的拼劲，每天奋笔疾书十六七个小时，即使累得手臂疼痛，双眼流泪，也不肯浪费一刻时间。这就是他能够完成一部部巨作的原因。

他给我们的启示又是什么呢我想，他给我们每个人注入了一股强大的精神力量，那就是明确目标，坚持不懈，终能成功!世间最容易的事是坚持，最难的事也是坚持。说它容易，是因为只要愿意做，人人能做到，说它难，是因为真正能做到的，终究只是少数人。坚持是一种信念，坚持是一种修养，坚持是一种高尚的品质。

成功和失败之间往往只有一步之遥，想成功，就要坚持。这是一个并不神秘的秘诀。但只坚持勤奋，却选错了方向，则令人可悲。“勤奋”不是只要存在就有价值，偏离了正确方向，方向错了，就是一列疾速列车脱了轨，你汗水也罢，泪水也罢，血水也罢，那个终点却是“可望”而“不可及”的了。如果把坚持勤奋美化成点金石，以为无论何种腐朽经过它的点化都会变成神奇，殊不知这就像把一块石头变成一匹锦缎，把一束丝线攻成美玉，也许力道、方法都恰当，却选错了对象。

**20\_年3分钟励志演讲稿**

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！