# 演讲稿三分钟青春与梦想

来源：网络 作者：岁月静好 更新时间：2024-06-19

*演讲稿三分钟青春与梦想(精选8篇)演讲稿三分钟青春与梦想要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的演讲稿三分钟青春与梦想样本能让你事半功倍，下面分享【演讲稿三分钟青春与梦想(精选8篇)】，供你选择借鉴。>演讲稿三分钟青春与梦...*

演讲稿三分钟青春与梦想(精选8篇)

演讲稿三分钟青春与梦想要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的演讲稿三分钟青春与梦想样本能让你事半功倍，下面分享【演讲稿三分钟青春与梦想(精选8篇)】，供你选择借鉴。

>演讲稿三分钟青春与梦想篇1

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！今天我演讲的题目是《青春与梦想》

青春是一个很梦幻的词，这个时期里有无限五彩缤纷的可能，梦想便是其中最为浓郁的一笔。

有了梦想，便心中有信念，脚下有动力，它是我们生命扎根的地方。

如果，你的青春是每天看着手机，刷着微博，宅在家里看着电视，那你要他干嘛？或许没有梦想的人们便是这样，他们想方设法的安于现状，苟且生活在这个世界上，然后一生碌碌无为，可笑、惨淡的死去。

“我梦想……”这是马丁路德金在华盛顿林肯纪念堂中演讲时，说出一段改变历史走向的话。只要有梦想，凡人就脱离了平庸，如马丁路德金的宏图大志在演讲中感染了数百万民众，我们见他被推上神坛，不是因为他有多么优秀，而是因为他有梦想，有自己所向往的梦想。当平凡的人有不平凡的梦想，方能用梦想为引，用平凡之身造伟人之躯。

相信在座的各位，也一定有自己的梦想吧。或许是独自一人自由自在地赏世界的风景，去游一座美丽的城。但现在的我们有能力去完全吗？显然是不能的。我们现在做的只能从现实奔向梦想，攥紧拳头，挥洒汗水，窗外有风景，笔下有前途。追风的你，定然发沾一路花香，肩落一程星光，我不知道年少轻狂，只知道胜者为王，诸葛亮27岁，便辅佐刘备指点江山，所向披靡；比尔盖茨，在二十多岁时便首创微软，成为世界首富。而这些都是凭空而来的吗？不，不是。是他们用孙敬悬梁，苏秦刺股的魄力，以贝多芬双耳失聪却依然为音乐事业而奋斗的信念，向自己的梦想靠齐。

宋朝方仲永，天资聪颖几岁便能赋诗作文，且颇有深度，但他的父亲为了财富四处奔走，让其子到处为人作诗，方仲永不再苦读。可想而知，最后的他只落得“泯然众人”，不难看出努力的重要性。

眉毛上的汗水和泪水总得选一样，不要等白了少年头，空悲切。

那就让我们在现实扎根，向梦想生长，如树如藤，一寸拔节有一寸的欢喜，一叶新绿添一叶的清凉。即使会失败，但至少曾经努力过。最后，胜固欣然，败也从容，由此的一生便也无悔了。

谁的青春不迷茫，最后送大家一句话：“看不清未来的时候，那就比别人再多努力一点吧！”

我的演讲完毕，谢谢大家。

>演讲稿三分钟青春与梦想篇2

青春如歌，让人欢唱;青春如诗，让人歌颂;青春如画，让人赞赏。我的青春如场五彩斑斓的盛会，正在绚丽的拉开帷幕。

因为青春，我们积极奋进。任由我们的个性去闯荡自己的天地，不论未来会是怎样，不论结果又是如何，我们在乎的只是勇于挑战过程中所带给我们的惊喜与刺激。让我们的青春充满乐趣。

因为青春，我们自信百倍。昂首挺胸的走在属于我们人生的道路上，不论路边布有多少荆棘，不论天空下有多大暴雨，我们仍然无所畏惧，所向披靡，以高傲的心，俯视世界。让我们的青春活力四射。

因为青春，我们美丽动人。用最好的姿态面对生活，因为青春的容颜是最美的，是发自内心的美丽，是种永不褪色的美。带着这种光芒四射的美，秒杀身边一切困难，以骄傲，立足于世界的巅峰。让我们的青春光彩照人。

因为青春，所以激进;因为激进，所以自信;因为自信，所以美丽;因为美丽，青春更加富有了意义。

这就是我的花季年华，我的“青春”。

>演讲稿三分钟青春与梦想篇3

有人会问：人生最重要的是什么?我会说：是目标。有了目标，那下一步会是什么，是：奋斗。不奋斗，你人生中最重要的目标又将如何完成?

想不付出代价而得到幸福，那是神话。　　——张海迪

在我短暂的人生旅途中，我最崇拜的有三种人：一种是能够给我带来照顾、关心、教育、引导的人，例如爸爸、妈妈、老师等;一种是爱国、为国捐躯的人，例如戚继光、黄继光等;还有一种就是像竺可桢爷爷那样一生为理想而奋斗的人。其实，我也说不清竺可桢爷爷是个怎么样的人。可是，自从我阅读了《学到终生》这篇文章后，我终于明白了。

读了《学到终生》这篇文章以后，我的心不禁一颤。“二月十日，0-1℃，偏北风3-4级，森林防火5级。请明天准时收听。”收音机里传来一位阿姨清脆、婉转的声音。“唉，还是亲自体验比较有真实感，都怪我生了病，而下不了床……”忽然病房里传来埋怨自己、责备自己的声音。哦，原来是着名的气象学家、物候学家、自然地理学家，曾经还担任过浙江大学校长，中央研究院院长、中国科学院学部

委员、生物学地学部主任的竺可桢爷爷。我被深深地感动了，为竺可桢爷爷，为理想而奋斗，为学到终生的精神。

其实，像竺可桢爷爷一样为理想而奋斗的人，又何止他一个呢?陆游、王冕、鲁迅、蔡元培、马寅初等，他们都是为理想而奋斗的人，学到终生的了不起的人物。用马克思的话来说，就是后悔过去，不如奋斗将来!

>演讲稿三分钟青春与梦想篇4

激情燃烧岁月，青春荡漾年华，美丽的校园承载我们远大的理想，放飞我们无限的激情。

青春的梦想如同一粒种子，安逸过了，也许会丧失萌芽的活力。生命只给我们一次青春，我选择追求，去追求生命的梦想，放飞生命的色彩，做青春的主人，托起明天的太阳。我们正处青春年华，是祖国的未来，民族的希望。

充满朝气的我们，要不断的用自己的努力去浇灌青春之花，用行动证明一切。所以，我们要拥有梦想。因为有了梦想，我们才有动力，因为有了梦想，我们才会去坚持，因为有了梦想，我们才会去拼搏。

处在青春期的我们，每个人都怀有自己的梦想。但梦想不是一种幻想，它是一个人追求的目标，是成功的开端。一些人在幻想着自己的人生目标是多么的伟大，可在现实生活中却又不实际，可谓一种可望不可即的理想。虽然他们有了自己的人生目标却付出过努力吗?他们每天只会过着颓废的生活，这难道是他们以后想过的日子吗?但是也有一些人总在不断的努力，用自己的青春和汗水来实现自己的目标，哪怕那是不引人注目，微不足道的梦想，但他们努力且成功了。他们的成功不是一个奇迹，也不是一个梦，是他们用自己的努力换来的结果。

一分耕耘，一分收获。梦想不是不努力就会成功的。如果我们不去努力，就会面临着失败，梦想就永远会是一种幻想。在过几年我们要面临残酷的高考。多少人为了它不停地拼搏着、准备着。如果失败了，那么那将是你人生道路上的一个不能挽救的缺陷，如果成功了，将是我们人生的转折点。现在如果努力了，或许就会成功，或许不一定成功。但不管怎样的结果，我们为自己的梦想拼搏了，曾经努力过也就无悔了。

青春的梦想是一杯品不尽的茶;青春的梦想是一双翅膀，只有经历过挫折和磨难后，翅膀才会更加坚韧，远走高飞，才经得起风雨的考验，才能在残酷的环境下自由地翱翔。

新时代的莘莘学子们，放飞青春的梦想，让这梦想承载起我们的所有的希望，做青春的主人，用知识的动力，用火热的青春情怀，给予青春最完美的诠释，托起明天的太阳，我们的梦想就会在不远处熠熠闪亮的照耀着我们。

>演讲稿三分钟青春与梦想篇5

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好!

因为追逐梦想，我们有缘相聚在\_\_学校;因为青春无悔，我们今晚慷慨陈词、激情洋溢。

能够站在这里，和大家一起分享青春与梦想的故事，我感到十分荣幸。我演讲的题目是《让梦想启程》。

首先给大家讲一个真实的故事。

有一个农村孩子，他的梦想是当演员。为了实现梦想，6岁时他去少林寺学武术，16岁时他开始了北漂生活。

开始时，他每天在北影门口等待做群众演员的机会。如果等到了，每天可以挣20块钱，还有剧组的盒饭吃。这个机会不是经常有的，为了生活，他就在北京的各个建筑工地上做农民工。

一个除夕，他口袋里只剩下2元钱，在这个举国欢度的时刻，他只能选择躺在工棚里睡觉，用睡觉来熬过那阵阵袭来的饥饿和孤独。

他没有任何社会背景，极度自卑。因为长着一张苦瓜脸，他被业内人士嘲笑一辈子不会有出息。但是他自强不息，一直在默默地奋斗。

如果你不知道《天下无贼》中的傻根和《暗算》中的阿炳，那么你一定记得《士兵突击》中的许三多。

让我们来听听他自己怎么说：在我看来，许三多就是一个靠精神活着的人，每个人都觉得这个人不可能成事，但他偏偏就是成事了。

我觉得这个人物最大的价值就是：再怎么自我感觉渺小的人都能从他身上得到鼓舞，大家总比许三多强吧，连他都能成功，我们只要用心，凭什么不能成功呢?

我跟许三多确实挺像的。当年我说自己要当演员，身边没一个人相信，不是不相信我的决心，而是不相信我有成为演员的可能。

只有我相信，我每天都跟自己说：王宝强，你一定能成!最后真的成了。

我相信，每一个少年都做着多姿多彩的梦。有的梦想成为光鲜亮丽的明星，有的梦想成为才华横溢的艺术家，有的梦想成为受人尊敬的学者。

不要畏惧梦想遥不可及，不要害怕旁人冷嘲热讽，不要为慵懒舒适的生活现状阻遏了前进的步伐，既然选择了远方，便只顾风雨兼程吧!流星转瞬即逝，但我们记住刹那间的美丽。

让年轻的我们放飞希望，梦想从现在开始启程!

>演讲稿三分钟青春与梦想篇6

尊敬的各位领导、老师、同学们：

大家好！

我今天演讲的题目是《攀登知识高峰，让报国梦想与青春一起飞扬》，其实与其说是演讲，不如说是一个年轻人青春的宣誓，一次成长路上的自我剖析和理想的放飞。

我的父母都是军人，同时也是知识分子，我从小就生活在军营，长在大西北，耳闻目睹的都是痴痴戍边志，拳拳报国心。从父辈那里，我很早就懂得了什么是牺牲，什么是奉献，什么是理想，什么是报国。

20余载弹指一挥间，转眼我也长大了，从少年步入了青年，从西安来到了北京，从小学念到了大学，成了天之骄子，当代大学生。有时候我就止不住地会想，多么自豪啊，我是个青年了。漫步在校园里，倘佯在林荫间，我的思绪也会随之飞扬。青春，多么美丽的字眼啊，它似春天般温柔，孕育勃勃生机；似盛夏般热情，展现独特的魅力；又似金秋般恬静，暗藏累累硕实：冰清玉洁般的寒冬背后，更昭示着对未来的炽烈希望。

有青春就会有梦想，然而，我清楚地知道，我们的梦想是建立在革命先烈的丰碑之上。我们不能忘记，90年前的这个季节，为了驱逐黑暗、争取光明，为了祖国的独立和民族的富强，同样是在北京，同样是一群和我们一样的青年学子，用热血和生命谱写了一曲最壮丽的青春之歌，绘就了一幅最宏伟的青春画卷。毋庸置疑，爱国主义是五四精神的源泉，五四精神是升华了的爱国精神，它表现出一代青年人对我们这个民族炽热的爱，对国家前途和命运的莫大关注，表现着青年人的责任和使命。作为新的一代，今天我们有幸生活在改革开放的大好时代，有幸站立在二十一世纪的起跑线上，虽然我们用不着再像我们的先辈一样，为了反帝、反封建、反压迫而被迫发出最后的吼声，但我们同样有我们的责任和使命。

“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。”中华上下五千年，从古代的四大发明，到现在的神舟七号载人飞船顺利返航；从“小米加步枪”到两弹一星；从林则徐虎门销烟到甲午海战再到今日的青岛海上大阅兵；从“东亚病夫”到奥运的成功举办并夺得世界金牌第一，可以说，每一个时代都有每一个时代的使命，每一个时代都有每一个时代创造的辉煌。

地球在转动，岁月在延伸。历史终将把整个中国交给我们，二十一世纪将是我们的时代。作为新世纪的新一代大学生，我们理应肩负起实现中华民族伟大复兴的历史使命，这也是我们每一个年轻人义不容辞的`责任。

但是，立报国志容易，真正报效国家，做一个对祖国、对人民有用的人却很难。这就要求我们，必须从现在做起，脚踏实地，只挣朝夕，加倍珍惜今天的大好时光，倍加珍惜我们所拥有的良好的学习条件，勤奋进取，求真务实，勇攀知识的高峰，树立人生的远大理想和目标。

我们都熟悉和景仰的杨振宁教授是上个世纪一位最卓越的物理学家。1922年9月22日，杨振宁出生于我国安徽省合肥市的一个知识分子家庭。他从小就对学习产生了浓厚的兴趣，把读书视为自己生命的重要组成部分。因为读书，他常常忘了吃饭，忘了睡觉。无论是在小学，中学，还是大学，扬振宇在课堂上总是专心听讲，积极思考老师提出的问题，认真完成老师布置的作业。1944年杨振宁获得物理学硕士学位之后，经过严格考试，获得了留美奖学金，前往美国芝加哥大学继续学习和深造，最终取得了巨大的科学成就。1957年12月10日，在瑞典斯德哥尔摩的音乐厅里举行了令全世界人为之瞩目的年度诺贝尔物理学奖颁奖仪式。扬振宇教授和他在物理学上的合作好友——另一位美籍华人李政道教授双双获得了这一最高科学奖——诺贝尔物理学奖。

培根曾经说过，“研究历史能使人聪明；研究诗能使人机智；研究数学能使人精巧；研究道德学使人勇敢；研究理论与修辞学使人知足”。我们中国也有句古话，“少壮不努力，老大徒伤悲”。还有一句是，“书中自有颜如玉，书中自有黄金屋”。当然，我们求知不是为了“颜如玉”，也不奢求什么“黄金屋”，但我们愿求一份动力的源泉，愿求一份报效祖国、服务人民的杠杆，像杨振宁、李政道一样为祖国谋取荣誉。

因为我们年轻，这就是最大的资本。

有人说，青春是一首歌，回荡着欢快、美妙的旋律；有人说青春是一幅画，镌刻着瑰丽、浪漫的色彩。巴金老人也曾动情地说：“青春是美丽的！”是啊，朋友们，我们所拥有的青春是一个多么美丽灿烂的生命季节啊，然而，当我们享受青春，放飞梦想的同时，肩上也扛起了一份责任，一份要报答父母、报效祖国的泰山重任！

作为青年学生，我们只有掌握丰富的科学文化知识，练就不怕吃苦的精神和积极创新的能力，才能真正成为社会的栋梁。而作为大学校园里的学莘，我们拥有比我们的前辈更优越的学习条件，我们也拥有比我们同伴更优越的学习环境。那么就让我们从现在做起，从自我做起，让我们的青春带着生命的激情和报国的梦想一起飞翔吧！

这是我们应该做到的，也是我们能够做到的。

我的演讲完了，谢谢大家！

>演讲稿三分钟青春与梦想篇7

尊敬的领导和评委：

大家好！

我今天演讲的题目是《青春在梦想中飞扬》。

我，一个年轻的律师，身后站着20万中国律师！我是一名年轻的律师，站在那里，在我面前的是百年中国律师的荣耀！

大学生活四年，因为自己的财富和无限的聪明，踏入了法律的殿堂！三年的律师经历，坚定了我执业的信念！

从前遇到困难，不气馁，有成绩，不骄傲。我明白，作为一名律师，务实勤奋可以不断成长，专业专业，可以不断提高！在我看来，年轻律师的成长不仅需要专业知识的积累和执业技能的提高，还需要优秀的职业道德和诚实的职业素质！我们不仅要在工作中最大限度地保护当事人的合法权益，还要肩负起时代赋予我们的使命和责任！同时，我也认为年轻的律师应该有三心，但绝不能有两心！

我们要有一颗坚定的心！著名歌手汪峰演唱：再见，青春。再见，美丽的痛苦。再见青春。永恒的困惑。相信在座的年轻律师朋友们都有同感！我们毕业了，我们迷路了！我们选择了，我们在痛苦中！但是，“为什么我经常因为太热爱这个职业而热泪盈眶呢？”如果你没有成为律师，你就没有经历过律师的辛苦和疲劳。当律师并不像你看到的那样光鲜亮丽！但我始终坚信，如果你不怕司法考试的\'困难，就不应该害怕进入律师行业的尴尬！因为：坚持实现自己的梦想！信念永存未来！

我们也要有一颗感恩的心！年轻律师期待快速成长！成长离不开前辈的悉心指导和同事、同行的热心帮助。所以，只有跟随前辈的脚步，才能创新！只有继承前辈的精神，才能走的更远！同事和同行是我们成长中更不可或缺的伙伴。“大家都在捡材料。”团队合作是律师行业未来的发展方向。“永远感恩，永远记得帮助我！”

我们也要有一颗本分的心！当我看到客户期待的眼神，当我握住客户感激的手时，我的理解是：这不仅仅是一个职业，它包含着更多的社会责任！当我们为人大代表和委员提供法律服务时，当我们参与公益诉讼，提供社会法律援助时，我的理解是，这不仅仅是一个职业，它包含了更多的时代使命！

无悔，不懒！既然选择了这个职业，我们就要和客户一起度过最美好的岁月！我们应该停止抱怨和徘徊。我们应该热爱我们的职业，我们不要奖项！客户的口碑，当事人的感激，是对我们这个职业最大的赞美！二十年后，回首今天步履蹒跚，语言稚嫩，一定不要后悔选择了这个职业！

让青春在你的梦里飞翔，从每一个客户，每一个案例开始！让青春在你的梦里飞翔。从此，我相信我们年轻律师的生活一定更加精彩！

我的演讲到此结束！非常感谢！

>演讲稿三分钟青春与梦想篇8

尊敬的领导，敬爱的老师，亲爱的同学，你们好!

多少次挥汗如雨，伤痛曾填满记忆，只因为始终相信，去拼搏才能胜利。总是让心声装满期待，总是让梦想连着未来，我们的心海，载着青春的挑战。青春容易让我们迷茫，让我们失去自我，但青春，也是一笔宝贵的财富，拥有了青春，就拥有了我们人生的第一桶金，也就拥有了梦想。是的，梦想，今天，我是带着我的梦想来的，而此刻，站在这个舞台、正值青春的我，并不迷茫，我想通过自己的努力成为一名出色的档案人员。用自己的实际行动来谱写一个普通档案人员不平凡的赞歌。

今天，是我第一次走进南通档案馆，当我见到一排排高大密集的档案架，里面全是整齐的档案盒，档案盒里放着一本本装订成册的案卷，成千上万，数不胜数，那时，我仿佛沉浸在岁月的年轮中，接受着历史的洗礼，岁月，侵蚀了我们的青春，却增加了历史的厚重感，而这份厚重感，却是历经了千千万万档案人员的手，那是一双神奇的手，几张薄薄的纸片，几份零散的材料，几本旧得发黄的老书，却在档案人员的手中变得整齐、精致，如艺术品一般。

或许，档案人十年如一日，埋头苦干，任劳任怨的酸甜酷辣不为人知，但他们仍用辛勤的双手无私奉献着，他们让我学会了三个“心”，耐心、细心和责任心。

有人说，耐心播种，你会有一个丰收的秋天，耐心倾听，你会得到别人的尊重，耐心是一种高尚的秉性，也是一种伟大的气质。从每一份案卷的文字要求到档案章的清晰地填写再到每一个钢钉端正装订，无不体现出档案人的更好耐心。都说细节决定成败。档案工作极其细致，一个字，一个标点符号，甚至一个钉子都会影响到档案的质量，档案人员的细心，可能会挽回上百万元的损失，甚至抹去他人多年的冤屈。

有一种责任心，它不仅仅是担当，更是对自身的考验，正因为这种责任，让档案人员具备了高度的保密意识，也是因为这种责任，才让中国五千年的灿烂文化得以传承到今。

耐心，细心，责任心，在档案馆，面对如艺术品一般整齐精致的档案，我知道那离不开千千万万档案人员耐心的整理，细心的分类，他们用责任心告诉我，档案是有生命的，它需要我们用真心去对待，用爱心去呵护，也告诉我们，青春，因为拼搏而精彩，因为付出而无悔。

路，还在继续;心，依旧燃烧，梦，也在不断延伸，拥有梦想，让青春飞翔!我相信纵使没有鲜花为我绽放，纵使没有众人为我鼓掌，但额头的汗水，跋涉的足迹，终将会以最豪迈的歌声为我歌唱!

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！