# 2024年青春筑梦演讲稿三分钟(模板16篇)

作者：神秘星球 更新时间：2024-03-07

*演讲稿是进行演讲的依据，是对演讲内容和形式的规范和提示，它体现着演讲的目的和手段。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？以下是我帮大家整理的最新演讲稿模板范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。青春筑梦演讲稿三分钟篇一各位领导、各*

演讲稿是进行演讲的依据，是对演讲内容和形式的规范和提示，它体现着演讲的目的和手段。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？以下是我帮大家整理的最新演讲稿模板范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**青春筑梦演讲稿三分钟篇一**

各位领导、各位同事：

大家好!

我叫xx，首先很高兴结识这么多的老师和朋友，能够在这里和大家一起探讨“绽放青春、迸发激情”这个话题，我感到很荣幸，今天我演讲的题目是《激扬青春、放飞梦想》。

青春，是我们一生中最美丽的季节，她是早春争奇斗艳的花朵，是盛夏火红热烈的太阳，是金秋绚丽迷人的红叶，是寒冬淡雅恬静的白雪。充满诗意而不缺乏拼搏的激情，时尚浪漫而又饱含着奋斗的艰辛。青春是初升的旭日，是竞发的百舸，是搏击长空的雄鹰，是我们新人的象征和代名词。

青春的代名词是澎湃的热血，是洋溢的热情，是努力的拼搏，是无尽的尝试。带着一路风尘，带着我们美丽的青春和梦想，，我们终于从天南地北走到一起来了。面对未来和自我的挑战，在这美丽的年华里，让我们的青春在这里绽放，让我们的梦想色彩斑斓!

最美的青春。所以请拒绝平庸，告别无为。让我们身体里流淌的血液迸发出激情，让我们的青春在阳光下尽情地绽放!让我们在阳光明媚的日子里，愉快地歌唱，在花开的日子里，遨游知识的海洋，一起编织我们美丽的梦想。

在这安宁祥和的幸福时代，我不禁想起了那些曾为中华民族的民主、科学、独立而抛头颅洒热血的青年们，是他们，在民族遭受屈辱的时刻挺身而出，以力挽狂澜之势救黎民于苦难。在斗争中，青年们以燃烧的激情和鲜血凝聚成精神的火炬，点燃了未来，这种青春是多么绚丽夺目，多么震撼人心啊!

所以，青春是我们实现人生价值的黄金时期，只有当一个人的青春融汇到一个时代、一份事业中，这样的青春才不会远去，而这份事业也必将在岁月的历练中折射出耀眼的光芒。

青春是整个人生旅程中最绚丽的一站，最奇妙的一站，最灿烂的一站。青春孕育着无穷无尽的能量等着我们去开采，去挖掘，去释放。有人曾说过“人生就像一张有去无回的单程车票，没有彩排，每一场都是现场直播。把握好每次演出便是对人生最好的珍惜。”激扬我们的青春，终有一天，在我们进入成年,在青春的路上渐行渐远时。回首往事，我们可以很自豪地说：当我们年轻时，我们奋斗过，尽情燃烧过。可以无悔地面对自己，面对未来，不曾有过遗憾!

我们虽来自不同的城市，工作在不同的岗位，但我们拥有一个共同的家，我们拥有同样壮美的青春，我们信守同样的企业精神，写下同样的奉献承诺。这是我的一次演讲，更是一次告白。让我们满带着青春的气息，怀揣着沉甸甸的梦想与信念站在一起，让我们一起激扬我们的青春，放飞我们的梦想，让我们一起高呼：青春无悔，梦想无畏!

我的演讲完了，谢谢大家!

**青春筑梦演讲稿三分钟篇二**

尊敬的领导、老师、亲爱的同学们：

大家好！

我从来没有告诉过任何人我的大学梦，虽然它在我心中是那么清晰、明确、强烈。

回到我初入高中的时候，怀着强烈的大学梦，准备大展宏图，大展宏图，满心欢喜，顿时被冰冷的现实冻结。我什么都不是，我只是人群中的一个小人物，我的成就并不突出，其他可以炫耀的才能都无法施展。周围都是不认识的同学，一种孤独感油然而生。那张逼真的铁青脸让我不寒而栗，不禁迷茫，迷茫。上课感觉不到神清气爽，作业到黄昏才写完。随之而来的是衰落和堕落。

数学是我成绩第一个崩溃的。即使有一门勉强支持的语言，我的成绩都是辉煌的，一切都是受损的。后来中国人也崩溃了。期中考试后，我的成绩下降了几百。更可悲的是，我知道自己在堕落，却始终无法改变。

也许真的很痛苦，让我不得不抽离迷茫的迷雾寻找出路。此时此刻，语文老师就像一盏温暖的黄灯在指引着我。他告诉我要坚持，要靠谱。我固执地在这迷茫的迷雾中坚持，努力，终于在期末取得了象征性的进步，虽然进步排名没有突破100分。

高中下学期，我选择了文科。分区后的晚上，我对自己说：试试吧。从那以后，我开始了新的旅程。沉迷于幻想，一直想着晚上被提名一次金榜，能够认识一次人间，一直想着自己的大学，一次又一次的做着美好的\'大学梦。正是这些错觉时刻提醒着我，我不能沉沦。情感曾经告诉我放弃，但理智总是告诉我，坚持永远不会白费，我不能放弃。我的父母一直陪着我，直到灯暗下来。他们是我最坚实的支持。他们每天接送学生。他们带给我的每一杯热水都让我感到无限温暖。谢谢爸爸妈妈。

每当我坐在灯光前，父母对我的期望，老师的鼓励，大学的梦想一次又一次的向我袭来，润湿了我干涸的心。这些促使我认真对待每一个科目，像胶水一样坐在座位上。这些促使我成为一只勤劳的老牛，日夜在田里劳作。有多少次我累得在灯前睡不着，醒来后继续打，直到鼻烟把体重全减了。虽然我现在处于绝望的境地，但我还是会勇敢的战胜绝望。

对于还在襁褓中的大学梦，我从未有过如此清晰、清晰、强烈的想法。我必须行动起来，抓住每一分钟。即使所有人都忘记了我，我还是不会停止战斗。我正在去梦想大学的路上。

今年的高考结束了，这是另一个传奇，一个接一个的神话。高一的一年过去了，这一年教会了我太多。我就要升入高二了，离高考越来越近了。不知道高二是什么样的颜色，也不知道因为高考我的心会怎么跳。老师说大二是我重新开始的机会。站在高二门口，我对蓝天说：等我创造奇迹！希望理智战胜情感，为大学梦而努力。即使我现在只是沙滩上的一颗石子，我相信时间可以把我变成一颗dia，闪闪发光。

我的心是旷野里的一只鸟，我在大学梦里找到了翱翔的天空。

**青春筑梦演讲稿三分钟篇三**

尊敬的各位领导、各位同学 ：

人生的道路荆棘满布，然而在人生的赛道上方的阳光中交织着、酝酿着、升华着、阻挡不住的是音乐、奔跑、掌声、汗水、笑容??是谁，在奔跑！是谁，在冲刺！似利箭、似飞梭、似大草原上捕猎的猎豹。滚烫的汗水一滴滴流过绷紧的肌肉，折射出动人心魄的光华，这就是热血！这就是青春！这就是生命的咆哮！向着那唯一的终点奔跑，跨越重重阻碍，超越一个个的对手，享受到达后的狂喜与掌声。每当有人问“青春是什么？梦想是什么”，我的脑海中便出现这样一幅画面：少年，以全身心的姿态投注一个个的“终点”，就算跌倒也要立刻爬起，就算受伤也绝不停止自己冲击的脚步。宁愿在冲击神坛的途中被神所抛弃，也绝不为世俗的王所恩宠！

苏格拉底曾言：“每个人身上都藏着世界的秘密。”在此我又扪心自问，我的青春是什么？我的中国梦是什么？人生的赛道，只有拼搏，只有奋斗，只有骄傲，只有永不停步！只有在心中唱响“鲜衣怒马少年时”，只有用最华美的汗泪，才能铸就最极致的青春！

“一个人可以一无所有，但是不能没有梦想。”这句话，我一直记得。是的，正是因为有梦想，我们才经历坎坷依然前行，正是因为有梦想，我们才历经沧桑信心不改。

1963年8月28日华盛顿林肯纪念堂的广场，人头船动，呼声烈烈，黑人代表以一篇《我有一个梦想》（i have a dream）名动世界。他说“今天，我有一个梦想。我梦想有一天，黑人男孩和女孩将能与白人男孩和女孩情同骨肉，携手并进。

“激昂青春志，共筑中国梦 ”，今天我也有一个梦想，我不会害羞把它说出来，我要大声把它说出来。

我有一个梦想，少年强则国强，少年独立则国之独立。希望我们的有志青年都能激昂意气，挥斥方遒，共筑中华繁荣富强之梦！

国家的繁荣富强，人民的富裕安康，社会主义制度的巩固和发展需要几代人，十几代人甚至几十代人的努力。然而，艰苦能磨炼人，创业能造人。同学们，作为新世纪的我们，要树立远大的理想，人的一生只能享受一次青春，我们要坚持勤奋学习，立志成才。青年一代的我们，只有做到艰苦奋斗，才能顺应时代发展的潮流，才能真正地做到把个人的前途和命运与国家，民族的前途和命运紧密相连，为祖国奉献青春，这是当代青年最嘹亮的口号，我真心地希望，这不仅仅是口号，更是我们青年一代的旗帜！

生命对每个人只有一次，而青春则是这仅有的一次生命中易逝的一段。我们坚信：流星虽然短暂，但在它划过夜空的一刹那，已经点燃了最美的青春。请让我们肩负起历史的使命，让身体里流淌的血液迸发出激情！让我们都做夜空下那颗闪亮的星星！

今天，历史的接力棒已经交到我们手中，我们要大声宣言：勿忘昨天的苦难与辉煌，无愧今天的责任与使命，不负明天的梦想与追求。

同学们，站起来，让我们“激昂青春志，共筑中国梦”！

谢谢！

**青春筑梦演讲稿三分钟篇四**

谁用今天的脚步坚定明天的征程，在最最青葱的岁月留下永不忘怀的凯歌。

谁把青春的年岁在赛道上祭献，成为华丽舞坛的王者荣誉加身？

谁将所有的汗水一次倾尽，为集体的荣誉添盏加杯奋斗不息？

谁歌青春无悔生命无止，将失败的泪水温暖成拼搏过的骄傲？

是谁，在奔跑！是谁，在冲刺！似利箭、似飞梭、似大草原上捕猎的猎豹。滚烫的汗水一滴滴流过绷紧的肌肉，折射出动人心魄的光华，这就是热血！这就是青春！这就是生命的咆哮！向着那唯一的终点奔跑，跨越重重阻碍，超越一个个的对手，享受到达后的狂喜与掌声。每当有人问“青春是什么？梦想是什么”，我的脑海中便出现这样一幅画面：少年，以全身心的姿态投注一个个的“终点”，就算跌倒也要立刻爬起，就算受伤也绝不停止自己冲击的脚步。

宁愿在冲击神坛的途中被神所抛弃，也绝不为世俗的王所恩宠！

苏格拉底曾言：“每个人身上都藏着世界的秘密。”

人生的赛道，只有拼搏，只有奋斗，只有骄傲，只有永不停步！只有在心中唱响“鲜衣怒马少年时”，只有用最华美的汗泪，才能铸就最极致的青春！

“一个人可以一无所有，但是不能没有梦想。”这句话，我一直记得。是的，正是因为有梦想，我们才经历坎坷依然前行，正是因为有梦想，我们才历经沧桑信心不改。

1963年8月28日华盛顿林肯纪念堂的广场，人头船动，呼声烈烈，黑人代表以一

篇

《我有一个梦想》（i have a dream）名动世界。

他说“今天，我有一个梦想。我梦想有一天，黑人男孩和女孩将能与白人男孩和女孩情同骨肉，携手并进。

今天，我有一个梦想。

我梦想有一天，幽谷上升，高山下降；坎坷曲折之路成坦途，圣光披露，满照人间。“

“激昂青春志，共筑

中国

梦 ”，今天我也有一个梦想，我不会害羞把它说出来，我要大声把它说出来。

我有一个梦想，少年强则国强，少年独立则国之独立。希望我们的有志青年都能激昂意气，挥斥方遒，共筑中华繁荣富强之梦！

国家的繁荣富强，人民的富裕安康，社会主义制度的巩固和发展需要几代人，十几代人甚至几十代人的努力。艰苦能磨炼人，

创业

能造人。 作为新世纪的我们，要树立远大的理想，人的一生只能享受一次青春，。我们要坚持勤奋学习，立志成才。青年一代的我们，只有做到艰苦奋斗，才能顺应时代发展的潮流，才能真正地做到把个人的前途和命运与国家，民族的前途和命运紧密相连，为祖国奉献青春，这是当代青年最嘹亮的口号，我真心地希望，这不仅仅是口号，更是我们青年一代的旗帜！

生命对每个人只有一次，而青春则是这仅有的一次生命中易逝的一段。我坚信：流星虽然短暂，但在它划过夜空的一刹那，已经点燃了最美的青春。这让我们肩负起历史的使命，让身体里流淌的血液迸发出激情！让我们都做夜空下那颗闪亮的星星！

历史的接力棒已经交到我们手中，我们要大声宣言：勿忘昨天的苦难与辉煌，无愧今天的责任与使命，不负明天的梦想与追求。

少年，站起来，让我们“激昂青春志，共筑

中国

梦”！

谢谢！

**青春筑梦演讲稿三分钟篇五**

犹如朝阳跃出海面，瑰丽壮美，犹如春笋破土层，生机盎然;犹如鲜花迎风怒放，绚烂芬芳这就是青春。

青春如诗、如梦、如火。年轻的生命追求一份浪漫，寻找一丝恬静，这就是充满诗意的青春;纯洁的心灵向往美好的未来，设计着一幅又一幅壮丽的蓝图，这就是梦幻般的青春;生机盎然的我们凭着那份执着和激情无悔地去寻求生命中的价值，这就是热情的青春。

青春是壮美的。张海迪的一生是在与病魔斗争中度过的。高位截肢瘫痪曾使她失去了自信，长期的病痛使她人生蒙上了一层灰色，但她不消沉，经过刻苦顽强的奋斗，她克服了常人难以想象的困难，在茫茫学海中迎风破浪，勇往直前，她的青春是何等壮美。青春是绚丽的。刘胡兰为中国的革命事业献出了她富贵的生命，面对敌人的威胁、诱惑;面对广大人民的利益，她选择了牺牲。她的青春是短暂的，但她的青春是世界上最有价值、最具风采的。

青春是无悔的，为了一个崭新的中国，无数英雄献出了自己的青春。董荐瑞为了按时完成任务，舍身炸碉堡;黄继光为了广大人们的`利益，用胸膛挡住了敌人的枪口;邱少云为了战争的胜利，在茫茫的火海中一动不动。

张海迪、刘胡兰、董荐瑞、黄继光、邱少云，他们无愧于青春，他们用鲜血和生命谱写一曲又一曲令人敬佩的、荡气回肠的青春之歌。

有人说：青春美好的，但又是短暂的，因而也是遗憾的。在高手云集的雅典奥运会上。青春活泼的劳丽诗、滕海滨两名少将超水平发挥为中国奥运获得一枚银牌、一枚金牌，可是又有多少人知道在他们的背后他们付出了多少汗水，多少青春。王皓与金牌擦肩而过，这是王皓一生中多么遗憾的一件事!但青春并不短暂，只要你拥有一颗年轻的心，只要你的生命中写下了奋斗和奉献这两个词，你就拥有了一份和太阳一样灿烂的青春。

当然，青春需要我们用勇敢和智慧去谱写这壮丽的诗篇;青春需要我们用自信和勇敢去攀爬艰苦的历程;青春需要我们无私的爱心去编织奉献的赞歌。这才是青春真正的意义。

我亲爱的同学，你又何必为一次两次的失败而伤感呢?你又何必为失去一次两次的机遇而感叹青春的短暂呢?你为何不去尽情欣赏青春这朵鲜花呢?把握住今天，你就拥有创造未来生命价值的资本。你就留住了青春的脚步。同学们：让我们携起手，共同握住这如诗、如梦、如火般的青春，让我们勇敢地拥抱青春，去创造辉煌的青春!去谱写这壮美的青春之歌。

**青春筑梦演讲稿三分钟篇六**

亲爱的老师、同学们：

当小月月惨遭两次碾压，18位路人却没有伸出援手；

当杀师悲剧在江西临川再次上演，

试问，中国人还有梦吗？如果有，这个梦有又是什么呢？

历史告诉我们，当50多年前，美国民权运动领袖马丁路德金，用梦想的力量激发了千千万万黑人争取自由民主权利的信心和决心的时候，大洋彼岸的中国从来就不缺乏宏图大梦：

80多年前，李大钊同志宁死不屈，英勇就义，誓死高举马克思主义——梦想是信仰；

30多年前，改革开放的总设计师邓小平同志，用市场经济的钥匙打开了中国蒸蒸日上的机会之门——梦想是改变。

而今天，面对复杂的国内外形势，以习近平为代表的新一届国家领导集体提出了“中国梦”——那就是携手13亿人民共同走进幸福之路的中华民族的伟大复兴的之梦。

那么，梦想该怎么去实现呢？

虽然教育之路漫漫，但是既然选择了远方，我们，这群教育逐梦者们，就应该风雨兼程。习近平主席的那句掷地有声：“空谈误国，实干兴邦”。其实老师们一直在用自己的`实际行动，践行着“实干兴邦”的信条。

“没有爱就没有教育”这句话时刻响彻我们的耳畔，从我做起，霍懋臻老师用自己的人生诠释了对爱心教育的理解。

看到危险向学生逼近时挺身而出，从我做起，最美教师张丽莉用柔弱的身躯谱写了一曲英勇奉献的大爱之歌。

还有那位英国名校毕业，任职于佛山石门中学的最牛老外班主任，为了教育梦想，为了爱情梦想，他放弃了高薪职位，不远万里投身中国教育事业并爱上了中国，从我做起，他用实际行动上演了国际主义精神的正剧。

于是，当看到学生身穿奇彩异服举止搞怪时，我不再摇头叹气，选择了不断的沟通教育；当夜深人静疲倦至极，还剩下最后一篇作文没批改时，我不再放松拖沓，选择了坚持；当同学聚会谈论工资待遇时，我不再感到尴尬与落魄，选择了从容，选择了对教育的坚守。

屈原逐梦于乱世，有“路漫漫上下求索，九死其犹未悔”的坚定意志；岳飞逐梦于沙场，有“怒发冲冠，餐肉饮血”的爱国豪情；陶行知逐梦于三尺讲坛，有“捧着一颗心来，不带半根草去”的关爱奉献。

老师们，同志们，让我们从我做起，重踏先贤逐梦之路，共筑伟大的中国梦！

**青春筑梦演讲稿三分钟篇七**

尊敬的各位领导、亲爱的战友们：

大家好!今天我演讲的题目是《坚定信念忠于党青春无悔献军营》。

绚丽多彩的青春画卷镌刻着瑰丽浪漫，让人激情、让人梦想、让人痴狂，但容易退色、容易即逝、容易跌落。披坚执锐的军旅生涯，有艰辛、有孤独、有考验，但使人执著、使人坚强、使人成长。融入警营的青春将不再退色、将不再即逝、将不再跌落。

20xx年，对于我来说是不平凡的一年，那一年，我告别亲人、离开故土，走进火热的警营，成为一名舞银枪、降火龙的红门卫士。那一年，理想之舟升帆启航;那一年，生命之树茁壮成长;那一年，心灵之处亮丽明朗。

父母呵护、家人宠爱的天伦之乐。既然选择了消防，选择了警营，选择了这身橄榄绿，我就要无悔，我就要成长，我就要超脱。

有人说，消防兵犹如一块礁石，虽海浪无情摧残，却依然巍峨屹立，经年累月的浪涛拍打只能使它更加坚强更加成熟。在汹涌澎湃的大潮中，为自己的人生树起一根人生的标杆，使它在岁月的洪流中站得更高、看得更远。于是，我开始为自己的人生树立目标，力争成为一名优秀的消防人，救群众于火魔之中，解人民于危难之间。学习时我认真听记，训练时我挥汗如雨，工作时我任劳任怨，渐渐地把自己融入到部队这个集体之中，渐渐地体会到消防人的乐趣。当自己真正成为其中的一员，我才深深感到肩上的责任;当立足岗位扎实奉献，我才感到军人存在的价值;当手握水枪搏斗火魔，我才感到生死之间的距离。努力的付出总是会有回报，20xx年8月，我踏入了梦寐以求的警校。进入警校，我没有停留，哪怕一分一秒，继续为成为一名优秀的消防人而认真学习、刻苦训练、踏实工作、老实做人，积极参加学校组织的各项文体活动，努力提升自我各项素质能力。经过不断锤炼、不断考验、不断超越，我更加坚定了自己的理想信念，更加感受到了肩上责任的分量，更加明白了一代代消防人的艰辛和不易。我默默地许下心愿，我要将青春融入警营，我要让青春在警营中闪光。

三年的警校生活中，我把艰辛的学习变成乐趣，我把苦闷的训练变成生活的必需，我把枯燥无味的生活变得生机盎然，我把上级交给的每一次任务当成锻炼自我的平台。于是，我收获了很多，也锻炼了很多。

毕业后，进入大足这个光荣的集体，和身边优秀的战友相比，我感到了自己的渺小，写作不如指导员，训练组织不如中队长，器材操作不如战士，但我并不气馁，我还年轻，我要努力寻找差距，我要迎头赶上。因为年轻，在生命鸿沟前，我不再退却;在坠落的边缘，我始终挣扎;在充满荆棘坎坷的路上，我心头始终有胜利殿堂阳光的照耀;有人说，是树，就要撑起一方蓝天;是草，就要点缀山河;我要说，既然是一名消防人，就要竭尽全力保卫人民的生命财产安全。我选择了消防，就选择了忠诚，选择了忠诚，就选择了无悔。

绿叶无悔扑向大地，是报答泥土芬芳的情意;鲜花无悔凋落于风雨，是因为它曾有一段生命的美丽。面对党和国家的殷切希望，面对祖国人民的期盼和重托，让我们把青春融入到重庆消防工作科学发展的大潮中，把青春融入到部队正规化全面建设的春风中，把激情汇入到这神圣的消防事业中，让我们按照傅纪成总队长年初工作报告的要求，崇尚实际行动，用奉献谱写壮丽的军旅人生!

**青春筑梦演讲稿三分钟篇八**

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！

“青春几何时，黄鸟鸣不歇”，每个人都只有一次青春，可有些人却把一次活成了一生，有人说他们是奉献，有人说他们会无悔，我说，他们只是活出了自己该有的样子，活出了青春该有的风采。

从古至今，无畏的青年千千万万。雷锋曾说，“真正的青春，只属于那些永远力争上游的人，属于永远忘我劳动的人，属于永远谦虚的人。”时至今日，这样的言语依旧熠熠生辉，五四的火炬还在传承，新一代的青年们也都正奋战在自己的岗位上，恪尽职守，尽心尽力，谱写着属于他们的真正的青春。

真正的青春是脚踏实地做事，是无怨无悔地追梦。邢立达痴迷于恐龙，但他更痴迷的，是所坚持的事业和所热爱的祖国。他年纪比别人小，心志却不比别人低，为了了解琥珀矿的\'形成，他曾穿越地雷地带，野外的气温低到零度，化石层都冻上了冰，他却是一句“要战斗到不能扛的时候”……既然有梦，便无论怎样，也只顾风雨兼程。

真正的青春是敢想敢做的坚持，是敢为人先的奉献。“用有限的生命去探索无限的宇宙，最终还能在人类的历史上留下点什么，这是特别有存在感的事情。”这是北斗年轻一代徐颖的心声，从老一代科学家的手中接过使命，她把青春奉献给了祖国的科技研发事业。办公室里，她独自一人进行着精密准确的大量数据计算，却不曾抱怨出半句，也不曾浪费过一分……遥望宇宙，每一滴汗水，都是一颗星。

“抚长剑，一扬眉”，真正的少年，当是这样勇敢着，拼搏着，奉献着。苏子云：古之成大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。我想，之于青春，便是应有勇往直前和艰苦奋斗之心。相信，青春的模样，君心已自清。

当别人挑灯夜读，你有何理由对月长叹，你说时间很多，流年很长，可世界的脚步也很快，没有日以继夜的努力与付出，我们到底想靠什么来收获果实？为我们负重的人太多了，他们保护我们，呵护我们，面对这些默默付出的人们，我们该做的是强大自己，夯实步伐，好能接起他们的担子，扛起一个国家。

“若我中国少年强，何惧山高路远梦难圆”，我相信，当中华大地上的青年人个个昂扬向上，个个坚韧勇敢，那么，这华夏几千年生生不息，熊熊燃烧的火焰，必会成燎原之势，作火鹏展翅，扶摇冲天！

**青春筑梦演讲稿三分钟篇九**

在英国最古老的威斯敏斯特(westminster)教堂旁边，矗立着一块犹太思想家的墓碑，上面刻着这样一段话：我，这一生，有很多梦想，梦想改造世界，改造国家，改造家庭。然而，到了垂暮之年，回首往事，我却发现自己一事无成，我，终于意识到：如果起初我先改变自己，接着我就能依次改变家人。然后，在他们的激励下，我或许就能改变我的国家。再接下来，谁又能知道？也许，我连整个世界都能改变！”。

梦可以很大，大到足以用几代人去完成；梦也可以很小，小到我们触手可及。在这个以知识改变命运的时代，我，一个普通的大学毕业生，通过自己的不懈努力，走进了城建，走进了这个饱含群众殷切希望的大家庭。

每当我穿行在宽阔笔直的滨江大道，漫步于商业繁华的步行街中，流连于芳香四溢的梨花丛中，便为这日益优美的环境变化心存感动，因为这都是我们城建者汗水哺育的见证、辛勤劳动的结晶。沉甸甸的梨乡建设史，字里行间彰显着一代代城建人，劳筑梦想强根基、乘风破浪待几时的豪情壮举。

文学家泰戈尔曾经说过：“上帝对于庞大的王国逐渐心生厌恶，但从不厌恶那小小的花朵”。无论是在平凡岗位的日常工作，还是重大的创造性劳动，每一次成功、每一次转变、每一次进步都来源于我们每个人脚踏实地、辛勤付出。现如今，祖国伟大的复兴之路艰辛却成效显著；现如今，美丽的xx正以女皇故里的激情打造辐射川陕甘结合部的经济文化生态强市；现如今，底蕴厚重的xx正向“宜居宜业”的川东北特色县城迈出她坚定的步伐。作为新一代的年轻人，作为正在为梦想耕耘的80后，我们,磨拳擦掌，我们，蓄势起跳，用我们的美好的建设梦去实现伟大的中国梦！

“理想需伟大，现实更努力”。理想是给有准备的人。我有一个大大的梦想，但这个大大的梦想要从现在小小的努力开始：每天早到半小时，晚走一刻钟，多学专业技能，多积工作经验。做事勤快点，态度谦虚点，工作负责点。不求现在的我，能为这个国家、这个社会作出什么惊天动地的贡献，只为在这平凡的岗位上，不惧螺丝钉的苦恼，胸怀理想、满怀激情、不懈奋斗！

青春，是一首激昂的诗歌，磅礴有力，催人奋进；青春，是一个多梦的季节，充满希望，踌躇满志！作为新时代的青年，我们更应释放青春，释放能量，将个人的“青春梦”融入到“中国梦”中去，以崇高的理想、蓬勃的朝气，肩负起历史赋予我们的光荣使命，使中国梦早日变成美好现实，让青春在全面建成小康社会的生动实践中焕发绚丽的光彩。

我，清醒的认识到，作为城建人，就意味着责任、意味着奉献、意味着担当。我愿把我的青春和汗水奉献给这片热土，做城市整洁的美容师、做城市文明的领航员、做城市建设的铺路石。在全民共筑中国梦的和风细雨中，在全面建设小康社会的征程中，在人人释放幸福感的节拍里，让苍溪崛起的梦想，在我们共同的助推下——放飞！

雄关漫道真如铁，而今迈步从头越！未来的路依旧很长，未来的路布满荆棘！让我们携起手来，凝聚激情，释放青春，放飞梦想，去迎接“长风破浪会有时”的到来。

**青春筑梦演讲稿三分钟篇十**

青春，这个美好的字眼，富有诗意，富有人生哲理。有的人在你眼下坠落深谷；但也有人经历风雨的考验，终于迈开了成熟人生的步伐。

曾记得有位诗人说过：人生最有诗情画意的年代莫过于青年时代，但青年时的精华，莫过于青春。青春是人生最美的季节，她犹如含苞欲放的花骨朵。

当人生迈进十五、六岁的花季时，青春悄悄地向你走来。于是中学生的烦恼、忧愁、喜怒哀乐出现了，感觉到了；生活不再像以前那样单调，像是有一种无形的东西在触动着你的心。笔者有个体会：在初中时，初一的学习成绩都不错，可到了初二、初三时，就有了明显的两极分化差距。是什么魔力在牵引着呢？每次看到异性的学生时，免不了多看几眼。即使人家的笑声、发型、走路的姿势都留在自己的心中，于是朝思暮想，心中像是觉得缺点什么，想需要点什么精神享受。于是追求来了，单相思出现了，争风吃醋来了，免不了要发生“干”，为达到目的而不择手段等等。其实，从心理学上看，这符合青少年的心理，可以说是免不了的？？是青春期燥动的表现，是可以理解的。但是有部分同学受影响，悄悄地看不该看的书，于是不该发生的事也随之发生了，这是人生的遗憾。

人之生存本就不易，要成功就更难了。雷锋生前说过：“我要把我有限的生命投入到无限的为人民服务中去。”这是共产党员应有的表现，我们还小，思想不可能达到那样的境界。但我们应该明白，青春是短暂的，我们可以和异性同学结交成朋友，在各方面相互帮助，树立正确的思想，发扬革命精神。这样不仅有利于我们的身心发展，也有利于我们一步步走向成功。学生时代，更应以学习为主，要多沉默。孔明白：“静以修身。”多看些健康的书籍，陶冶自己的情操，培养自己的审美观点。

让我们用正确的思想态度来渡过自己的青春，让自己的青春在人生的大潮中留下光辉的历史；因为只有在这样的情况下，人才能慢慢地走近成功，才懂得人生哲理。

让心浸在醉恋中的青年们站立起来，用自己的双手和我们一起讴歌青春、讴歌辉煌的明天。

青春，这个饱含诗意的花季，我赞美你！

**青春筑梦演讲稿三分钟篇十一**

、同事们：

-->

你们好！

那年的夏天，异常的`闷热。监考教室里老师们早早准备了一脸盆温水，崭新的毛巾吸了饱饱的水，大大的蒲扇在老师的手里摇着。屋顶的吊扇乏力地转着，窗外的知了不知疲倦地聒噪。应考的我们一会儿脸上就已经布满了汗珠，汗水流在眼帘上，涩涩地疼。有连续复习奋战的疲惫，也有倾尽全力的坚持，大家都知道这是选拔性考试，谁也不愿意输在这最后一关。我甩甩手，想让虎口的压力小一些，似乎是笔握得太紧，写字感到不及平日流畅。一位老师拿着毛巾走到我面前“孩子，擦把脸！”温热的毛巾覆盖在脸上清爽了许多。“别着急，慢慢答！”铃声响起，走出考场，我相信，今年九月，我应该是在师范学校上学了。

后来，果然如愿，我成为一名师范生。

入学后发现，师范生和高中生的培养方向不尽相同，知识要求不那么难，但要求学的面广，技艺多。琴棋书画，吹拉弹唱，学习做一个随时都可以胜任的角色。一开始并不习惯，每次上音乐课，面对严格的老师，手不由得发抖。条件有限，每个班只配5台风琴，所以为了不让自己发抖，50个同学争分夺秒练琴。年级小院的琴声最早会在早上六点钟响起，听着那磕磕绊绊的琴声，大家知道那一定是挨了批评的同学在找业余时间自己补课。对初入师范的我们来说，再不会弹的曲子，再不会画的素描和水粉都得硬着头皮学。未来不知道自己会在哪里教学，更不知道自己会带什么课，全方位的练习是为了自己心里不慌。老师说，如果在老师少的学校，一个人有可能教所有的学科，也就是“全科老师”。

和简笔画。我被选拔代表学校参加朗读和口头

作文

两个项目的比赛。清晰地记得一下课我和其他三位同学就到辅导老师那里进行针对性集训，市里的三所师范学校谁都不肯落后，指导老师的严格要求也让我们不敢有丝毫懈怠。为了让吐字归音更加规范，每天一早一晚都要进行口唇操的练习，作品朗读一定要求声情并茂，以情感带动声音，决不允许滥用朗读技巧。老师告诉我们：“老师的朗读和范读就是最好的教科书。你的每一份努力都会记在学生心里。而读好书是你们作为一名教师必须具备的基本功。”若干年后，当我真正成为一名教师，站在讲台上声情并茂地为学生朗读作品的时候，我深深理解了老师的话。教师的劳动最重要的是用心，学生不仅仅从我们身上获取知识，更重要的是感受知识的温度和力量，老师对待知识的态度越精益求精，呈现出的教学效果越好，学生学习的劲头就越大，这是一种良性循环。这段备战基本功大赛的经历成为我一生的财富，我深深感谢我的辅导老师们给予一位师范生最严谨、深刻的教育，是他们让我懂得良心才是教师最重要的师德，精湛的教学技艺会为美好的课堂插上翅膀。

-->

我的最美时光挥洒在三尺讲台上，寒来暑往，学生走了一批又一批，我一次次将孩子们送到更远的地方。常常想：我就是一座踏实的桥，送更多的孩子实现自己的梦想。我永远记得自己的职责：不懈怠、不抱怨，不虚度，在孩子们蓓蕾初开时把他们迎进校园，在他们羽翼渐丰时送出校园。我的教师梦谱写在每一个孩子身上！

**青春筑梦演讲稿三分钟篇十二**

青春的年轮里，每一圈都刻着同样的文字，梦想，学习，成长，坚强。

我，来自农村，父母在我很小的时候便离婚，我一直与父亲相依为命。在我成长中，父亲对于我的影响非常大。虽然父亲没有接受过太多的教育，但是他宁可自己累一点也要让我接受好的教育。他一直告诉我说人应该坚强，就算穷也要挺直脊梁。父亲今年已经年过六十了，记得刚刚开始上学的时候，为了能让我接受更好的教育，半辈子面朝黄土背朝天的父亲带着我来到市里他边打工边供我上学。当时很小，只知道父亲好辛苦，只知道要好好学习报答父亲。

让父亲很欣慰的是我一直很努力的学习，学习成绩一直名列前茅。可是就是在我即将考高中那年，由于父亲失业，很难供我继续上学。在纠结了很久后我决定休学一年，那一次我第一次见父亲哭，那一次我一滴泪没有掉。

在休学一年中，我做过餐厅服务员，进过工地工厂，有时候很累的，有时候工作不如意，但我一直坚持着努力着，为了心中的梦想：上学。一年后当我拿着打工挣来的八千元钱回到学校从新开始我的梦想的时候，我知道我要更加努力的奋斗。

由于优良的学习成绩和家庭贫困，高中学校在了解我的家庭情况后，免除了我上学的一切费用，同时每月还给我一定的资助。由于受到了许多人的帮助，我更加知道我肩头上的责任。我努力学习知识，完善自我能力，一点一点的向我的梦想靠近。我知道只有自己全力以赴的向梦想奔跑，才能报答那些帮助我的人。

“爸，我考上中国石油大学了。”我几乎是哭着和我爸说的，因为这一天来的有些不易，其中有太多的艰辛和汗水了。记得高考后的那个暑假，别人问父亲我考的如何。父亲总是挺挺驼着的背高声说：“610分，考上中国石油大学了。”

家里出了一个大学生，这对于农村家庭来说已经是一个足够风光很久的事了。但是我知道，大学，对于我来说更是一段艰难但又充满光明的行程。

大学，这是一个更加宽广的平台，有很多机会和选择，与此同时也有很多挑战和困难。在我进去大学的新鲜感和欣喜感还没有退去时，学费和生活费又成为了摆在我眼前最紧迫的问题。在这困难的时候辅导员了解了我的情况，帮助我申请了助学金与助学贷款，解了我的燃眉之急。我偶尔会感觉自己不幸，没有生活在一个能给我提供丰富物质条件的家庭，但更多的时候我觉得我是幸运的。因为正是这些困难让我更加的坚毅，让我无论遇到任何困难都能积极的去面对和寻找解决方法，也正是这些挫折让我懂得了感恩，懂的了要更加努力的学习回报父母，回报帮助我的学校，师长，朋友。这样看来我应该感谢那些曲折，它们让我拥有了那么多的经历，让我平凡的生活不平凡。

一个人如果就剩努力了，不去努力，那就真的一无所有了。如果努力是一种财富的话，那我的大学生活还是很富庶的。在我一入大学便立志努力学习，全面发展，努力提高自身综合素质。担任班干部，带领班级同学进行思想，学习，生活等各个方面取得许多成绩。自己也获得了“优秀学生干部”等荣誉称号。由于大学学习方式与高中不同，最开始的时候我的成绩并不尽如人意，不过正因为经历过挫折，我更加能够从失败中寻找希望。积极寻找原因，找到自身不足，改进学习方法，与老师同学交流，下学期成绩得到了大幅度提升。因为从小到大受到了许许多多人的帮助，我也想通过自身的努力去帮助他人，参加志愿者协会，爱心募捐，支教筹款等等，大一学年志愿服务时长达到了一百余小时。在志愿服务的过程中我也感受到了帮助他人所给我带来的快乐，也是我感恩帮助回报帮助的一种方式。为了能为更多的人服务，也为了提高自身的能力，竞选学生会主要干部职务。在这个岗位上我的见识也提高了一个大的档次，让自己见识到许许多多的优秀的人，让我在学习，实践，锻炼中不断的成长。我的大学之路在不断的坎坷与曲折中越走越宽。

天行健，君子以自强不息，地势坤，君子以厚德载物。

**青春筑梦演讲稿三分钟篇十三**

高三10班老师、同学们：

大家好，今天我演讲的题目是:且惜朝花盛，逐梦趁年华。李白曾有诗言:“青春几何时，黄鸟鸣不歇。”

少年时代，朝花似锦，征途所向，星辰大海。唯有珍惜韶华，逐梦远方，方可见前途似海，来日方长。18年前随着一声啼哭，我来到这个变化发展日新月异的世界。当我抬起头看到鲜艳的红旗迎风飘扬，当我通过

网

络与远隔千里的朋友交换

心得

，当我

透过

世界局势看到了

中国

与他国仍有差距，我明白了我们不能止步于当下。建设强国，未来有我。

吾辈应有少年之担当，于年华逐梦，不驰于空想，不骛于虚声。方能以个人之小梦，圆祖国之大梦。千秋沉韵，盛世今朝。拈好文化传承的丝线，便可将文化瑰宝串联成华夏传奇。我们更应从现在起，以一份热爱，换一份未来。就像陈更，钢铁机器的轰鸣并不能触动她的心灵，她于诗词中找回她的日月山川和人生理想，愿以己之力高颂诗词文化的赞歌;高佑思，怀着那份对中华文化的赤诚热爱，18岁时毅然决定深深扎根在

中国

的土壤，让

中国

特色走向世界。少年有梦叙传承，拂尘焕发展新风。

这是一个飞速发展的时代，也是一个最好的时代。我们随着历史车轮的行进缓缓向前，从未停留。清晨我打开微信支付，获得共享单车的使用权后一路前行。稍息片刻我用高速

网

络浏览

着祖国70周年

的壮丽山河。晚间一条小视频向朋友们传达了我一天的

心得

。然而二十一世纪的我们，仅仅适应了时代的发展尚显不足。

让少年之梦照亮科技前沿，当未来社会上出现更多和“北斗女神”徐颖一样的科技前沿奋斗者时，国家发展才能向强国迈进。少年有梦筑科技，去旧迎新谱华章。席慕蓉曾说:“青春是一本太仓促的书，我们含着泪，一读再读。”青春诚然短暂，而将韶华奉与国家，即使是泪水也应是喜极而泣。忠于年少之梦，于家庭承担责任，于社会勇于担当，于国家无私奉献，这才是我们少年应有的模样。九万里风鹏正举，少年应有宏图志。愿我们都能做到心中有梦想，眼底有光芒。朝花诚应在朝阳中怒放，而不是在虚度中凋零!少年更应在年华中无悔，铸就辉煌!我的演讲结束了，谢谢大家!

**青春筑梦演讲稿三分钟篇十四**

尊敬的老师们，同学们：

大家好！

“青春几何时，黄鸟鸣不歇”，每个人都只有一次青春，可有些人却把一次活成了一生，有人说他们是奉献，有人说他们会无悔，我说，他们只是活出了自己该有的样子，活出了青春该有的风采。

从古至今，无畏的青年千千万万。雷锋曾说，“真正的青春，只属于那些永远力争上游的人，属于永远忘我劳动的人，属于永远谦虚的人。”时至今日，这样的言语依旧熠熠生辉，五四的火炬还在传承，新一代的青年们也都正奋战在自己的岗位上，恪尽职守，尽心尽力，谱写着属于他们的真正的青春。

真正的青春是脚踏实地做事，是无怨无悔地追梦。邢立达痴迷于恐龙，但他更痴迷的\'，是所坚持的事业和所热爱的祖国。他年纪比别人小，心志却不比别人低，为了了解琥珀矿的形成，他曾穿越地雷地带，野外的气温低到零度，化石层都冻上了冰，他却是一句“要战斗到不能扛的时候”……既然有梦，便无论怎样，也只顾风雨兼程。

真正的青春是敢想敢做的坚持，是敢为人先的奉献。“用有限的生命去探索无限的宇宙，最终还能在人类的历史上留下点什么，这是特别有存在感的事情。”这是北斗年轻一代徐颖的心声，从老一代科学家的手中接过使命，她把青春奉献给了祖国的科技研发事业。办公室里，她独自一人进行着精密准确的大量数据计算，却不曾抱怨出半句，也不曾浪费过一分……遥望宇宙，每一滴汗水，都是一颗星。

“抚长剑，一扬眉”，真正的少年，当是这样勇敢着，拼搏着，奉献着。苏子云：古之成大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。我想，之于青春，便是应有勇往直前和艰苦奋斗之心。相信，青春的模样，君心已自清。

当别人挑灯夜读，你有何理由对月长叹，你说时间很多，流年很长，可世界的脚步也很快，没有日以继夜的努力与付出，我们到底想靠什么来收获果实？为我们负重的人太多了，他们保护我们，呵护我们，面对这些默默付出的人们，我们该做的是强大自己，夯实步伐，好能接起他们的担子，扛起一个国家。“若我中国少年强，何惧山高路远梦难圆”，我相信，当中华大地上的青年人个个昂扬向上，个个坚韧勇敢，那么，这华夏几千年生生不息，熊熊燃烧的火焰，必会成燎原之势，作火鹏展翅，扶摇冲天！

**青春筑梦演讲稿三分钟篇十五**

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！

筑梦青春，放飞梦想梦想的线，谁剪得断，带上期盼，携着祝愿，海角天边，不止息的终点。

小时候，总是梦，太阳挂的好高，伴着微笑，谁都不愿打破这份悄，巷口，街角，总有那些个身影，那些笑语欢歌，心里莫名的甜，拉着小伙伴，蹦蹦跳跳。

后来，长大了，迈进了高一等的学校，注意起了小时候抹鼻涕的衣角，都要整整齐齐，添了许多不知名，没听过的功课，压的有些喘不过气，少了些欢笑。

然而，再也不会没事就往外跑，懂得了责任，学会了承担，才一点一点得了解到了比梦多一点的.梦想。

梦想，这个词语，记得以前，要是别人问起，指定是科学家，发明家，现在听听，多幼稚，这个词语，渐渐清晰了，长大了。

梦想，似乎成了前进的力量，再一次开怀的笑，也为它撒下过滚烫的泪，伙伴，朋友，依然在身旁，不曾放弃，不曾哀伤。

就拼他几个春秋冬夏，画一抹浓郁，在这璀璨年华，朋友，坚定地走，放飞你的梦想吧！

**青春筑梦演讲稿三分钟篇十六**

青春，这个美好的字眼，富有诗意，富有人生哲理。有的人在你眼下坠落深谷;但也有人经历风雨的考验，终于迈开了成熟人生的步伐。

曾记得有位诗人说过：人生最有诗情画意的年代莫过于青年时代，但青年时的精华，莫过于青春。青春是人生最美的季节，她犹如含苞欲放的花骨朵。

当人生迈进十五、六岁的花季时，青春悄悄地向你走来。于是中学生的烦恼、忧愁、喜怒哀乐出现了，感觉到了;生活不再像以前那样单调，像是有一种无形的东西在触动着你的心。笔者有个体会：在初中时，初一的学习成绩都不错，可到了初二、初三时，就有了明显的两极分化差距。是什么魔力在牵引着呢?每次看到异性的学生时，免不了多看几眼。即使人家的笑声、发型、走路的姿势都留在自己的心中，于是朝思暮想，心中像是觉得缺点什么，想需要点什么精神享受。于是追求来了，单相思出现了，争风吃醋来了，免不了要发生“干”，为达到目的而不择手段等等。其实，从心理学上看，这符合青少年的心理，可以说是免不了的??是青春期燥动的表现，是可以理解的。但是有部分同学受影响，悄悄地看不该看的书，于是不该发生的事也随之发生了，这是人生的遗憾。

人之生存本就不易，要成功就更难了。雷锋生前说过：“我要把我有限的生命投入到无限的为人民服务中去。”这是共产党员应有的表现，我们还小，思想不可能达到那样的境界。但我们应该明白，青春是短暂的，我们可以和异性同学结交成朋友，在各方面相互帮助，树立正确的思想，发扬革命精神。这样不仅有利于我们的身心发展，也有利于我们一步步走向成功。学生时代，更应以学习为主，要多沉默。孔明白：“静以修身。”多看些健康的书籍，陶冶自己的情操，培养自己的审美观点。

让我们用正确的思想态度来渡过自己的青春，让自己的青春在人生的大潮中留下光辉的历史;因为只有在这样的情况下，人才能慢慢地走近成功，才懂得人生哲理。

让心浸在醉恋中的青年们站立起来，用自己的双手和我们一起讴歌青春、讴歌辉煌的明天。

青春，这个饱含诗意的花季，我赞美你!

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com