

2023年青春吃苦演讲稿三分钟(优秀6篇)

演讲属于现实活动范畴。它是演讲家通过对社会现实的判断和评价，直接向广大听众公开陈述自己主张和看法的现实活动。优质的演讲稿该怎么样去写呢？下面是小编帮大家整理的优秀演讲稿模板范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

青春吃苦演讲稿三分钟篇一

大家好！

笑容与彩霞飞映，青春是一团火。汗水伴露珠潇洒，脉搏跳动着奔腾的节奏，智慧弹奏着优美的旋律！青春用它火一样的热忱，全身心地投入，获得动人的笑颜。

平静时，青春是一条河。泉水叮咚响，绵绵诉说着青春的故事；激荡时，汹涌澎湃，激情放射出绚烂的光芒。

犹如月色般美丽的志向，青春是璀璨的夜空。也有数不清的幻想之星。只是青春的月亮比夜空的月亮更圆，青春的月亮比夜空的月亮更耀眼，青春的星星比夜空的星星更繁，青春的星星比夜空的星星更亮。

时而展现青春盎然的图景，青春是一条山路。时而滋长浸满血泪的毒草，会为你指引一个光明的前景，也会设下陷阱使你堕落。但是水手何惧惊涛骇浪，樵夫何怕荆棘深涧，只要我把准前进的目标，头顶的阳光一定是绚烂的。

曾几何时，然而。这些带着彩色的梦走进大学校园的莘莘学子们却拥着青春，被赋予“本科大学生”之称的壮丽岁月里，高喊着：平平淡淡才是真。且有人认为“与世无争，恬淡一生”便可无忧无虑的生存，颇有要把老庄的无为”思想发扬光大之势。什么使我充溢青春活力的校园生活减退了缤纷的

色彩呢？又是什么使我真实的熔浆凝固，不再有来自内心深处的热血沸腾？因为我没有走进梦想中的象牙塔？因为我未走出自我困惑的地带？还是因为我心真的不再年轻，确实把一切都看的平淡了呢？然而我要说不！都不是主宰世界的放弃世界的仍然是。

也不只是那些个夜晚的星群和月亮，不再回头的不只是那古老的辰光。还有我流逝着的青春。所以请拒绝平淡，告别无为，让我青春在阳光下真正的飞扬起来，激荡起来！

愉快地歌唱；花开的日子里，让我阳光明媚的日子。漫游知识海洋，一起编织梦想；飘雨的季节里，用心情的音符，谱写青春悦耳的篇章！任前方荆棘丛生我将持之以恒。茫茫学海中，要做勇敢的水手，披荆斩棘，共赴前程。青春的脚步如行云流水，青春的岁月需要知识的滋养。让我掌握生命中的每一天，向着胜利的彼岸前行。

为春雨掉泪；也不再满不在乎于地挥退夏日的艳阳，不再为落叶伤感。让残冬的雪来装饰自己的面纱；岁月可使皮肤起皱，而失去热情，就也可以使灵魂起皱，让生命失去激情。所以，要用智慧和勇气扬起理想的风帆，用青春和生命奏响时代的强音。当我抛弃了迷茫，掌握了航向，当我共同努力，不懈的摇桨，青春的激扬乐章终将奏响！

青春吃苦演讲稿三分钟篇二

大家好！

我演讲的题目是《让青春飞扬》。

年轻，有理想也有期待，青春在仿佛乡村的静谧与安宁中飘摇，却并未远离城市的繁华与喧嚣，我们依然保持追求理想的期望，不屈不饶。生活，不是缺少精彩，而是需要创造精彩。作为一名普通的管区工作者，为高新区经济与社会的发

展贡献自己的一份力量是我们每一个人义不容辞的责任和义务，作为一个土生土长的河南人，能为家乡的发展贡献自己的一份微薄之力，又何尝不是一件很有意义的事情呢？目前正是建设高新新城、发展xx经济区的大好时机，我们应该立足本职，共同努力，以更加饱满的热情，以更加扎实的作风，投入到工作中来。

我们像所有人一样平凡。我们日日坚持的工作平常也很琐碎，但作为一名管区的工作者，我们所做的每一件事都有可能关系到人民群众的切身利益，“平凡”与“伟大”本来就是对立统一的，“平凡”孕育“伟大”，“伟大”出自“平凡”。平凡是寂寥的荒原，孕育着崛起，只要你肯开拓；平凡是肥沃的泥土，孕育着收获，只要你肯耕耘；平凡是涓涓的细流，孕育着深邃，只要你肯积累。虽然，我们不能报以大志向如愿以偿的轰轰烈烈，驰骋疆场，但我们可以立于本职，兢兢业业。小草虽小，应该为充实辽阔草原的郁郁葱葱而骄傲；小我虽小，应该为成为投入高新新城建设的一员而自豪，因为我相信在平凡的工作中也一样闪光！“合抱之树，生于毫末；九层之台，起于累土；千里之行，始于足下。”“不积跬步，无以至千里；不积小流，无以成江海。”只要我们从一点一滴做起，从身边的每件小事做起，如果我们能把每一件小事做到尽善尽美，那么我们就是伟大的。若我是水，愿为，若我是树。我不去想是否能够成功，既然选择了远方，便只顾风雨兼程；我不去想身后会不会袭来寒风冷雨，既然目标是地平线，留给世界的只能是背影；我不去想未来是平坦还是泥泞，只要热爱生命，一切，都在意料之中！

同志们，管委将建设高新新城宏伟的蓝图已经绘就，嘹亮的号角已经吹响，建设高新新城需要你我的参与！我愿用我的激情，撞响思想解放的黄钟大吕；我愿做一个小小的音符，将我的青春溶入和谐社会的壮美旋律，谱写出建设高新新城的华彩乐章。就让我们以“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”的探索精神，以“春蚕到死丝方尽，蜡炬成灰泪始干”的奉献精神，以“长风破浪会有时，直挂云帆济沧海”的豪

情壮志，为建设富裕文明和谐秀美的高新新城而努力奋斗！

我的演讲完毕，谢谢大家！

青春吃苦演讲稿三分钟篇三

大家好！

今天，我站在这儿，心情久久不能平静，因为，我要用一颗心，一颗真诚的心来讲述我们教师的高尚师德，高贵情怀。雨果说过“花的事业是尊贵的，果实的事业是甜美的，让我们做绿叶的事业吧，因为绿叶的事业是平凡而谦逊的”。在我身边，在我们教育岗位上，有着那么多平凡而伟大的老师。他们年复一年，用汗水浇灌，用粉笔耕耘，用语言播种，用心血滋润；他们的心灵是那么善良，他们的品质是那么朴实，他们的心胸是那么宽广，他们的精神是那么充实，他们的情怀是那么高贵，他们的人格是那么高尚。

昨天，我在报纸上刚刚看到这样一篇报告，在贵州有一所村办小学。教室是五六根碗口粗细的大杠撑着的一间木柱瓦房，全校共有三个年级三十来个学生，却只有一位老师，张老师，张老师是外地人，因为出身不好，十年动乱时期被流放到那个村当老师，一呆就是好些年，张老师一直单身，村长好不容易说服了村里一位誓死不嫁的寡妇和张老师结了婚，并生了一个孩子。

就在张老师的孩子刚刚上学的一天中午，忽然乌云密布，电闪雷鸣，转眼间下起了倾盆大雨。狂风呼啸中，教室的屋瓦被掀起，整栋房屋轧轧作响，摇摇欲坠。同学们都被吓傻了，张老师看到这样的情况，赶紧把孩子们往教室外的大雨中赶。当孩子们落汤鸡似地聚在教室外的那棵大榕树下时，学校的几间破瓦房“轰隆”的一声，就在孩子们的注视下坍塌了。张老师当时正背着个一年级的小同学往榕树下跑，听见身后的响声猛然停住，张老师惊叫了一声“我的孩子”！这时

大家才知道，张老师为了救别的孩子都来不及救出他自己的孩子。大雨滂沱中，张老师在废墟上不停的呼唤着儿子的乳名，不断地搬动那些笨重的木柱和屋瓦。呼声凄怆，眼泪如注。

看到这里，我已经泪流满面，觉得我们的张老师是这世界上最善良的人，而老师，就是这世界上最温暖的名字！老师的善良，是对每一个弱小生命的悉心呵护，张开双翅为他们遮风挡雨；老师的善良，是把学生当成自己的孩子，在危急关头用生命去守护！“爱自己的孩子的是人，爱别人的孩子的，是神”？不！是老师！

世间有无数种爱，有一种爱，不需要言语；不需要理由；却用爱的光辉，照亮永恒。

20__年5月12日14时28分，浩劫式的“5.12”大地震发生了，大地震震碎了全国人民的心，也震碎了所有老师的心。

在最危难的时刻，我们看到一位位老师挺身而出，用自己的沉着、智慧、甚至生命，奏响了感天动地的颂歌。

当汶川县映秀镇的群众搬开垮蹋的镇小学教学楼的时候，被眼前的一幕惊呆了：一名男子跪仆在废墟中，双臂紧紧搂着两个孩子，像一只展翅欲飞的雄鹰。两个孩子还活着，而“雄鹰”已经气绝！由于紧抱孩子的手已经僵硬，救援人员只能含泪将之锯掉把孩子救出。这名男子是该校29岁的张米亚老师。“摘下我的翅膀，送给你飞翔”。多才多艺的张米亚老师用生命诠释了这句歌词，用血肉之躯为孩子们牢牢守住了生命之门。

灾难面前，生命是如此的脆弱；面对灾难，生命却又如此绚烂。每一种表情都令人动容，每一个瞬间都感天动地。危急时刻，老师们用鲜血和生命锻铸着师魂。他们无愧于人民教师的光荣称号！

怀着对教师职业的无限憧憬，我踏上了教师的工作岗位。第一次走进教室，孩子们用天真无邪的眼神，崇拜地看着我。那一朵朵绽放的小花，甜甜地叫着“老师”！那一刻，我内心深处最柔弱的那根弦被拨动了，我告诉自己，我愿为他们付出我的所有，哪怕是生命！也就在那一刻，我特别理解在危急时刻义无反顾用自己生命撑起孩子希望的老师们！我想：是师爱和责任超越一切，汇聚成一股不可战胜的力量，让老师们义无反顾。

“小时候，我以为你很美丽，领着一群小鸟飞来飞去；小时候，我以为你很神奇，让所有的难题成了乐趣；长大后，我就成了你，才知道那支粉笔，写下的是真理，擦去的是功利；长大后，我就成了你，才知道那间教室，放飞的是希望，守巢的总是你”。——这是每一位老师内心最真实的写照。

只有真正走上教师岗位，才能体会教师的艰辛与清贫，刚参加工作的我不免有些退却。可是，看到学校里，那一群群诲人不倦、兢兢业业的同事；看到放学后他们依然伏案备课的身影；听到电话里他们对孩子们的循循善诱；想到青丝变成白发仍两袖清风的老教师。我突然特别地理解人们为什么总这样描写人民教师：“春蚕到死丝方尽，蜡炬成灰泪始干”。因为选择了这份事业，就意味着你要真诚地热爱学生；意味着你要爱得专心致志，爱得无私无畏；选择了这份事业，就意味着你要爱岗敬业；意味着你要甘于奉献，默默付出。

在灾难中挺身而出的老师们是英雄，在平凡中默默耕耘的那千百万的园丁，又何尝不是英雄呢？少年强则国强，少年智则国智，少年进步则国进步。正是那些无名的英雄，用自己的心血和汗水，浇开了祖国明天富强的希望之花。

历经艰难困苦，我们的祖国正越来越繁荣，越来越富强。老师们，你们的付出，祖国永远不会忘记，人们永远不会忘记。

老师们，让我们为了孩子的一切，为了一切的孩子：用慈爱

呵护纯真;用智慧孕育成长;用真诚开启心灵;用希冀放飞理想。
让我们大家一道默默耕耘，共同托起明天的太阳！

你的眼睛是三月的潮水

你的语言是春天的花瓣

你的情丝像月亮一样温柔

你的心灵像太阳一样灿烂

你的教鞭插进泥土，就会变作一片葱郁的树林

你的备课本展开，就是一幅春的画卷

就连你那身上弹出的粉笔末，也会变成种子撒向春的田间！

谢谢大家！

青春吃苦演讲稿三分钟篇四

大家好！

今天我演讲的题目是《青春》。

青春是如此的短暂，不仅是那些逝去的时光，也不只是那些个夜晚逝去的群星。还有，我们的青春也在不知不觉地流逝，所以我们的青春不要为不值得的人和事难过流泪，而是应该用我们的智慧与勇敢扬起理想的风帆。少年强，则国强，少年富，则国富，我们应该正确利用时间，做好祖国最美的花朵。

保尔·柯察金曾说过：“生命对于每个人只有一次，人的一生应当这样度过”，当他回首往事的时候。他不会因为虚度

光阴而悔恨，也不会因为碌碌无为而羞愧。

我相信，年轻没有什么做不到的，只要想。心有多大，未来的舞台就有多宽广。人生短短几十载，不要给自己留下任何遗憾。

只有启程，才会到达理想的终点；只有拼搏，才会获得辉煌的成就；只有播种，才会收获不同寻常的青春。青春，应该是奋斗的、努力的。

很想问问你们爱国吗？从前曾为中华民族的民主科学独立奋斗的热血青年，是他们在我们中国受欺负时站出来！在斗争中，青年燃烧着激情，挥洒着鲜血凝聚成熊熊烈火。这种青春是多么的绚丽啊！

希望大家互相鼓励，互相促进，路是用脚踏出来的，历史是人写出来的，人的每一个举动都在书写自己的历史。

青春不仅需要激情和奋斗更需要一颗勇往直前的心。

奋斗吧，青春；燃烧吧，青春！

我的演讲到此结束，谢谢大家！

青春吃苦演讲稿三分钟篇五

尊敬的老师们，亲爱的同学们：大家好！

5月是一个花开的月份，5月是一个充满激情的月份，我们刚刚送走了劳动节，又迎来了第xx个青年节，这一个专属于我们青年的节日。

说到青年，便会想起青春。“青春”，这是一个富有诗情画意的字眼，也是一个热情洋溢的字眼！青春是什么？有人把

青春比作初升的太阳，因为它充满生机；有人把青春比喻为带露的鲜花，因为它预示着美好；在我的眼里，青春就预示着生命，青春是奋斗与朝气的象征，我将在有限的青春里，创造无限的价值，让我们的生命充满了青春的气息。

青春短暂，归于奋斗。贝多芬在他16岁的时候就在乐坛上颇有名气，当他的耳朵失聪时，但他并没有被这个灾难带走奋斗的意志，反而更加刻苦的钻研，让世人广为传颂。宋朝的辛弃疾，当他年仅21岁的时候，就领兵抗金；茅以升在24岁就成为了博士；周恩来19岁就写下气壮山河的诗句：“大江歌罢掉头东”。青春很短暂，但是他们却一辈子都飞扬着青春的魅力，一辈子奋斗不息。还有无数的历史名人，他们用青春飞扬，留下了一段段佳话。

一位哲人曾说过：“一个人自从降生的那一刻起他的痛苦也就开始了！”青春是每个人必经的一条路，这条路上铺满的不是鲜花，而是荆棘与坎坷，但是我们青年人要面对坎坷不退缩，要像一条欢快奔流的小河，只能前进，不能后退；我们更要像一棵饱受风雨的劲竹，岁历经风雨，也依然挺拔。

人就是要一次次接受挫折的考验，就是要不断的奋斗，才能在人生的长河中，一次次的击起耀眼的浪花，我们要通过不断的实践来促使自己成长，因为在实践中，所学的知识、技能、本领，树立的理想、信念得以检验；在实践中，发挥自己的才干，干有所成，充分体验着奋斗的幸福和快乐，并找到实现人生价值与服务国家、造福人民的结合点；在实践中，失败、困难、挫折磨砺着心智、筋骨，经历风雨，经受锻炼，不断吸取教训，走向成熟，走向成功。

同学们，朋友们，在五四青年节来临的时候，让我们学会奋斗吧，让我们的青春飞扬吧，让我们继承五四精神向着明天的辉煌而前进吧。

青春吃苦演讲稿三分钟篇六

我是一名普通的小学教师。春去秋来，我已在这个工作岗位上工作了13个年头。人们都说，教师是人类灵魂的工程师，是太阳下最光辉的职业。13年来，让我体会最深的是教师的爱心与责任。

当我走进校园，走进教室，走上讲台，一种神圣的责任感和使命感便油然而生。作为教师，面对的是一群最纯真，对世界充满渴望的孩子，在他们纯洁的、充满期盼好奇的世界里，咱们要给他们的是最基础的的内容，是他们人生大厦的奠基者。以高尚的人格感染他们，以整洁的仪表影响他们，以和蔼的态度对待他们，以丰富的学识引导他们，以博大的胸怀爱护他们是咱们最重要的责任。

我深知，教师是平凡的，但我更懂得，这平凡之中孕育着伟大。在学生心中，我是他们最崇敬，最热爱的人。在家长心中，我是他们最值得信赖，最值得期待的人。家长把自己的心肝宝贝送到学校，便把所有的责任交到了咱们手里，把全部的希望寄托在咱们身上。有人说：一个学生的失败对于教师来说只是几十分之一的失败，对于家长来说却是百分之百的失败。作为教师，我不敢有半点马虎，不敢有丝毫松懈，我没有理由让自己的学生失败，更没有权利放弃任何一个学生。我要努力做学生心中的好老师，我要努力给家长一个健康、聪明的宝贝。

俗话说：学校无小事，教育无小事。每一张教案，每一堂课，每一次作业，都需要去认真对待；学生上学、放学，课间活动，午间休息，都需要去密切关注；思想、心理、学习、身体、个性发展，都需要去全面关心；活泼好动的、沉默寡言的、优秀的、顽皮的、聪明的、落后的，都需要去细心呵护。教师工作是琐碎的。教育无它，爱与责任。

责任之所以可贵，是因为这种伟大的情怀往往同奉献乃至牺

牲联系在一起。责任这个字眼并不温馨，它会剥夺你享受的权利，会占据你玩乐的时间，但人们却愿意为之付出很多很多，这就是教师。因为心中有了责任，才使咱们在艰苦的环境中不觉得清苦，在繁忙的工作中不觉得劳累。因为有了责任，才使咱们在平凡的工作岗位上兢兢业业，认认真真，不计得失，无私奉献。在我所任教的一年级学生中，有一位从广州转进的同学，他没有上过幼儿园，没有读过学前班，教学必须从零开始。为了不让他在一年级就掉队，我只有利用休息时间给他补课，教他从单韵母学起。有时忙不过来，就让同学们给他辅导。经过一个多月的努力，他终于赶上了其它同学。教师对学生的爱，有时就是一种责任。

当教师，就意味着将一生的精力奉献给教育，奉献给学生。回首十几年的教学之路，苦涩与甜蜜交织，辛劳与快乐并存，虽五味杂陈却坦然欣然。当教师，最大的快乐就是看着自己的学生一天天成长，一点点进步。如果让我再一次选择我的职业，我依然选择教师，只因热爱，只因责任。因为热爱，我才能将最深沉的情意给与学生，将阳光植入他们的心田；因为责任，我才会殷殷期待自己在课堂上播撒的种子，来年在社会上开花结果成为参天大树。陶行知先生说过“捧着一颗心来，不带半根草去”。教育之路任重而道远，也许清贫，也许辛劳，我愿和各位同仁一起，正如冰心老人说的那样，爱在左，责任在右，在道路两旁，随时播种，开花，将这一径长途点缀得花香弥漫。