# 别为小事烦恼3分钟励志演讲稿范文

来源：网络 作者：心如止水 更新时间：2025-07-06

*演讲稿，是一种口语式的向群众宣传的带有鼓动性的应用文体。一般来说，它有的放矢，目标明确，充分地考虑听众对象，观点很集中，很鲜明的特点。下面是小编收集整理的别为小事烦恼3分钟励志演讲稿，欢迎大家阅读参考学习！别为小事烦恼3分钟励志演讲稿1同学...*

演讲稿，是一种口语式的向群众宣传的带有鼓动性的应用文体。一般来说，它有的放矢，目标明确，充分地考虑听众对象，观点很集中，很鲜明的特点。下面是小编收集整理的别为小事烦恼3分钟励志演讲稿，欢迎大家阅读参考学习！

**别为小事烦恼3分钟励志演讲稿1**

同学们好：

首先我要说的是：像我这样一个沉默寡言的人，今天站在这里，给全校师生进行演讲，这是一个多么大的自我超越啊。过去人们喜欢讲批评与自我批评，现在变了，变成表扬和自我表扬了。

生物学家研究发现，在一群蚂蚁中，大部分的蚂蚁在辛勤劳作，搬运食物。却有一小部分的蚂蚁不干活，在东张西望，交头接耳。科学家通过分解、分化，发现无论蚂蚁多少，一群蚂蚁中总有15%左右是不干活的懒蚂蚁。(互动：我们要做勤蚂蚁还是懒蚂蚁呢?)再注意观察，当食物来源减少、断绝时;当蚂蚁窝遭到毁坏时，勤蚂蚁束手无策，不知该怎么办，这时懒蚂蚁就站了出来，带领蚂蚁群到它早已侦察好的新的食物来源地，新的居住场所。蚂蚁的生存得以继续，勤蚂蚁又开始了辛勤的劳作。

在一群蚂蚁中，哪个更重要呢?(问学生)懒蚂蚁更重要。表面上不干活，实际上它们在观察，在动脑。

爱迪生说过一句话：天才就是——99%的汗水加上1%的灵感(互动)。其实这句话是错误的，他误导了很多人，其实汗水并没有我们想象的那么重要。看看我们的周围，许多人起得比鸡还早，睡得比\_\_\_还晚，他的收入高吗?而那些游手好闲，没事就发呆的家伙，是不是很有钱?有时偷点懒，可能更有助于我们成功。你们是不是认为我是在胡说八道，好，让我们用例子来证明吧，有一句话叫做——事实胜于雄辩。

大家知道世界上最有钱的人是谁吗?(互动)是比尔盖茨。上学的时候，懒的读书，他就退学了。他又懒的记那些复杂的dos命令，于是，他就编了个图形的界面程序，即windows。于是，全世界的电脑都长着相同的脸，而他也成了世界首富。

世界上的足球运动员，罗纳尔多，他在场上连动都懒的动，就在对方的球门前站着。等球砸到他的时候，踢一脚。你说这位体育明星酷不酷。有的人说，他带球的速度惊人，那是废话，别人一场跑90分钟，他就跑90秒，当然要快些了。

世界上最厉害的餐饮企业，麦当劳。他的老板也是懒的出奇，懒的学习法国大餐的精美，懒的掌握中餐的复杂技巧。弄两片破面包夹块牛肉就卖，结果麦当劳餐厅遍布全世界。

大家吃过馅饼没有(比如肉夹馍)?后来有人觉得把馅装进饼里太麻烦，就直接撒在发面饼上边就卖，结果大家管那叫PIZZA，翻译成中文叫比萨饼，比10张馅饼还贵。

世界的饮料，可口可乐，他的老板更懒，尽管中国的茶文化历史悠久，巴西的咖啡香味浓郁，但他实在太懒了，弄点糖精加上凉水，装瓶就卖。于是全世界有人的地方，大家都在喝那种像血一样的液体。

还有更聪明的懒人：

懒的走路，于是他们制造出汽车，火车，飞机;

懒的爬楼，于是他们发明了电梯;

懒的去计算，于是他们发明了了计算机、计算器以及数学公式。

懒的出去听音乐会，于是他们发明了电视、录音机、影碟机、mp3。

懒得见面说话，发明了电话、手机。

懒得弯腰收割庄稼，发明了收割机。

懒得洗衣服，发明了洗衣机。

懒得洗碗，发明了洗碗机。

谢谢大家!

**别为小事烦恼3分钟励志演讲稿2**

各位老师，同学们：

大家好!

这天，我演讲的题目是：《只有勤奋才能成就人生》。

中国有句俗话，叫做“一勤天下无难事”。唐朝文学大家韩愈就曾说过：“业精于勤，荒于嬉。”也就是说，学业方面的精深造诣来源于勤奋好学。唯有勤奋者，才能在无边的知识海洋里猎取到真智实才，才能不断的开拓知识领域，获得知识的报酬，武装自己的头脑。

勤奋，是扣开成功人生的敲门砖。

曾国藩是中国历最有影响的人物之一。传说，有这样一个搞笑的故事：一天，曾先生在家看书，重复诵读了很多遍却还没有背下来，这时来了个贼，却怎样也等不到他睡觉。贼人大怒，跳出来说：“这种水平读什么书!”然后将那篇文章背诵一遍，扬长而去!贼人比曾先生聪明的多，但他只能成为贼，而曾先生却成为连伟人都钦佩的人。

我们无法验证这个故事的真实性，就算是假的，我想这个编故事的人也无非想告诉我们这样一个道理：没有人能只依靠天分成功，上帝给予了人天分，人依靠勤奋而将天分变为天才!记得一位哲人以前说过：“世界上能登上金字塔的生物只有两种，一种是鹰，一种是蜗牛。”不管是天资奇佳的鹰，还是资质平庸的蜗牛，能登上塔尖，极目四望，精鹜八极，都离不开两个字——勤奋!

勤出成果。马克思写《资本论》，辛勤劳作，艰苦奋斗了四十年，阅读了数量惊人的书籍和刊物，其中做过笔记的就有一千五百种以上;我国史学巨著《史记》的作者司马迁，从二十岁起就开始游迹生活，足迹遍及黄河、长江流域，为《史记》的创作奠定了坚实的基础;德国伟大的诗人、小说家和戏剧家歌德，前后花了八十五年时间，搜集了超多材料，写出了震惊文学界和思想界的巨著《浮士德》;我国数学家陈景润在攀登数学高峰的道路上，翻阅了国内外上千本有关资料，通宵达旦的看书学习，最终取得了震惊世界的伟大成就!可见，任何一项成就的取得，都是和勤奋分不开的。

勤出智慧。传说古希腊有个叫德摩斯梯尼的演说家，因小时口吃，登台演讲时，声音浑浊，发音不准，常常被雄辩的对手压倒。但他并不灰心，为了克服这个弱点，他便每一天口含石子，面向大海朗诵。不管春夏秋冬，五十年如一日。最终，他成为了全希腊最有名气的演说家。我过宋代学者朱熹也讲过这样一个故事：福州有个叫陈正之的人，一篇小文章也要读上一两百遍才能读熟，但他不懒不怠，勤学苦练，知识与日俱增，最后“无书不读”，成为博学之士。这就应证了一个道理——勤能补拙。

勤人登山易，懒人伸指难，天下没有免费的午餐，天下也亦没有掉馅饼的事。庸庸碌碌的人，永远只能对别人胜利的果实垂涎欲滴，而自己却尝不到果实的味道;很多人读完莫泊桑的《项链》之后都会认为玛蒂尔德爱慕虚荣，追求享受，而我则更看中于他能勇敢应对打击，用辛勤的劳动来证明自己的清白，她是值得尊重的。她也用巨大的代价告诉我们——勤劳才是立身之本!

默默耕耘，用心付出，这样的人生，才是“勤劳的一生”。

坦然应对，在过程中付出汗水和心血，那么我们就能够自豪的交给人生一份满意的答卷。

谢谢大家!

**别为小事烦恼3分钟励志演讲稿3**

各位领导、老师、同学们：

大家好!有这样一个故事：很久以前，有个小和尚，想学会理发来帮寺庙的和尚剃发。于是他就开始用冬瓜练习，只是每次打水洗冬瓜时总要顺手把剃刀插到冬瓜上。没多久就学会了如何剃发，当他第一次帮人剃发，去打水洗头时，“顺手”把剃刀插了上去。结果可想而知，小和尚成了杀人犯。

究竟是什么给小和尚的一片好心带来害人害己的结果呢?答案很简单。就是因为他用冬瓜作练习时养成了把剃刀插向冬瓜的习惯，尽管为自己的师兄剃发时心里想着这是人不是冬瓜，但是手却不听使唤，习惯性地把刀插了上去，因此，是那个小小的坏习惯害了他。虽然这个故事有几分夸张，我们也不可能会是一个为别人理发的小和尚。可是同学们，你们有没有类似的坏习惯呢?比如：随地吐痰、随意骂人、说脏话、随手乱扔乱撂、经常大声喧哗、在楼道里追逐打闹、自习课上说话等，如果有，它们迟早会给你带来或大或小的麻烦。

这个故事再一次告诫我们：坏的习惯一旦养成，即使是很小的，也不容易改掉，最终会给自己与他人带来危害。所以，我们平时要养成一些好的习惯，良好的习惯能够使我们在各个方面受益匪浅：平时不浪费一分一秒，努力学习就会使成绩上升;尽自己的一份力维持班级的卫生，就很有可能使班集体成为“卫生模范班”，如果每个同学都这样，学校也会变得干净漂亮，我们在其中学习、生活也会心情舒畅;平时坚持锻炼身体，就可能在运动会上一展风采;帮同学讲解问题，也许会使自己有新的发现;在家中帮父母做一些力所能及的家务，自己能做的事自己做，不给父母增添不必要的麻烦……

同学们，良好的习惯是成功的一半，养成良好的习惯，从现在，从自我开始吧!谢谢大家!

**别为小事烦恼3分钟励志演讲稿4**

同学们：

大家好!我演讲的题目是“只有合作，才能双赢”。

有两个饥饿的人有幸得到了一位长者的恩赐：一根鱼竿和一篓鲜鱼。其中，一个人要了鱼，吃完后便饿死了;另一个要了鱼竿，走向大海，但路途遥远，他走了好几天才到海边，还没来得及去钓鱼也饿得一命呜呼了。

鱼可以暂时充饥，但解决不了长远的生计问题;鱼竿可以用来解决未来的生计问题，但对眼前的饥饿却无能为力。

由此看来，只有将二者合起来，才能彻底解决眼前和长远的生计问题，只有两个人合作，一起享用这篓鲜鱼，一起走向海边，才有可能同时获救。但可惜得很，他俩拒绝合作，最终落了个双双命赴黄泉的悲惨结局。

这个故事生动地印证了巴尔扎克的一句名言：单独一个人可能灭亡，两个人在一起可能获救。当然，是指两个人合作起来共同创造生命的奇迹，但如果像上面那两个人一样你敲你的锣，我唱我的戏，最终也只能落个双败的结局。

日本松下公司董事长松下幸之助常说：“每个人都拥有不同的智慧及无可限量的潜能，当大家对此有所了解，并同心协力开发时，就能为社会带来繁荣。”他的创业是从对电灯泡的研究开始的。当时，日本正处于经济危机时期，为摆脱困境，他亲自拜访了冈田电池公司董事长。二人商定，双方免费给顾客赠送一万只电灯泡和一万对干电池，联合进行产品宣传。此举广告效应极佳，无论是电灯泡也好，干电池也罢，两家公司都接到了大量订单，从而使两家公司都重振起了昔日的雄风。这一商战的胜利不正说明：只有合作，才能双赢吗?

当今世界，科技高速发展，社会分工越来越细，而人的智力、知识却总是有限的，这就更需要人们有强烈的合作意识和合作习惯。

作为新世纪的中学生，更应该善于合作。与老师合作，聆听老师的教诲，你将迅速成长;与同学合作，在知识的海洋里去探索，你将获得无穷的智慧;与父母合作，善于倾听父母的唠叨，你将感受到无边的幸福。

同学们，让我们永远记住这句人生箴言吧：只有合作，才能双赢!

谢谢大家!

**别为小事烦恼3分钟励志演讲稿5**

各位老师，同学们：

大家好!我演讲的题目是《励志成功，始于信念》。我先给大家讲个故事。

在非洲的一片茂密丛林中，走着四个皮包骨头的男子，他们扛着一只沉重的箱子，在密林里踉踉跄跄地向前走。他们跟随队长进入丛林探险，可是，队长却在任务即将完成时患疾病不幸长眠于丛林中了。

临终前队长把亲手制作的箱子托付给他们，并十分诚恳地说：\"如果你们能把这个箱子送到我的朋友手里，你们将得到比金子还宝贵的东西。\"

埋葬了队长之后，他们便扛着箱子上路了，道路越来越难走，他们的力气也越来越小了，但他们仍然鼓起劲往前走着。终于有一天，绿色的屏障突然拉开了，他们历经千辛万苦之后终于走出了丛林，找到了队长的朋友，可是那个朋友却说：\"我一无所有啊!\"

于是，打开箱子一看，竟是一堆无用的木头!就这么个故事，看起来队长给了他们一箱无用的木头，其实，他却给了他们行动的目的，使他们获得了比金子还贵重的东西——生命。这个故事启示着我们学习，做任何事情必须要有明确的目的和奋斗目标。

聋哑人跳起了美丽的千手观音，盲人登上了珠穆朗玛峰，双腿下肢被截去而重新驾驶飞机返回蓝天……许多正常人都难以做到的事情，这些残疾人却把它们变成了现实，这不能不让人感到惊讶，也更被它们坚韧的毅力，永不放弃的精神所感动，他们成功的主要原因就是有着必胜的信念，朝着目标，永不放弃。

\"凡事预则立，不预则废\"，确定了奋斗目标，如何才能坚持不懈，如何才能永不放弃，那就必须要有行动的计划，成功的信念，这是你行动的向导，是你挖掘和运用体内潜能的催化剂。

如果你认为自己十分突出，你就真的会很优秀;如果你想象渺小，你就会落后于人;如果你想象勇敢，你就会真的无所惧怕;如果你想象辉煌，你就会变得很伟大。

因为当你行动之前进行头脑热身，构想要做之事的每一个细节，梳理心路，然后把他们深深铭记在脑海中，当你行动的时候，你就会得心应手，应付自如。

同学们，励志要有明确的目标，目标的实现要有成功的信念，从现在开始，让他们在你的想象中成为现实——去感受它们，经历它们，相信它们。相信，不久的将来你就会看到它们最终变成现实。

我的演讲完毕，谢谢大家!

**别为小事烦恼3分钟励志演讲稿**

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找