# 2025年坚持的演讲稿三分钟(模板14篇)

来源：网络 作者：梦回唐朝 更新时间：2025-04-16

*演讲稿要求内容充实，条理清楚，重点突出。在社会发展不断提速的今天，演讲稿在我们的视野里出现的频率越来越高。好的演讲稿对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇演讲稿以下是我帮大家整理的演讲稿模板范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。坚...*

演讲稿要求内容充实，条理清楚，重点突出。在社会发展不断提速的今天，演讲稿在我们的视野里出现的频率越来越高。好的演讲稿对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇演讲稿以下是我帮大家整理的演讲稿模板范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

**坚持的演讲稿三分钟篇一**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

成功的意义不在于你取得多大的成就，也不在于你有多少伟大，因为成功总会和努力过的.人握手，只有享受了努力的过程，就不是失败者。

有一个这样的故事发人深省：有一个孩子，三岁时还不会说话，六岁时被老师叫道名字竟然呆若木鸡，同学们讥笑他，连老师也不喜欢他。有一次上手工课，小男孩很想做一个精美的小板凳，但直到下课他也没有做完，还急的满头大汗。第二天，他才交给老师一个很难看的小板凳，老师生气地说：\"世界上再也不会有比这更差的了。”小男孩拿出了两个更粗糙的小板凳，说：

“还有比这更差的。”原来这是他第三次制作的，第一次，第二次制作的更难看。这个小男孩就是举世闻名的巨人——爱因斯坦，他正是凭着不懈的追求，才获得伟大的成就。

努力过就不是失败者！努力过失败也是美丽的！现实的生活中有些同学一经失败就放弃了人生理想的追求。可是，失败了又有什么关系呢？只要我们能振作起来，不放弃对人生的理想追求，做一只勤奋的娲牛坚定向前，持之以恒，我们就是驶向彼岸的船只。

以前看到同学们“呼呼呼”的跳绳时，心里羡慕极了，回家对妈妈说我想学跳绳时，才发现跳绳可不简单，手摇和脚起跳的时机很难把握好，总是跳不好，原来跳绳这么难啊！我放弃了跳绳，妈妈却笑着对我说：“只要坚持不懈，一个接一个的跳，从失败中慢慢摸索，一定会跳好。”我又鼓起勇气，一个接着一个跳，终于从失败中取得了成功。坚持就是胜利。

坚持，如同一场长跑，而在快乐就在那一瞬间；之前挥撒的汗水都是值得的。没有当初的坚持，哪来的动力拼到这最后胜利的一刻？没有当初的坚持，哪来的勇气一路笑到终点？快乐早就在心中种下了种子，只有沐浴了奋斗的血雨，才能迎风怒放！

**坚持的演讲稿三分钟篇二**

尊敬的党组织：

整风是我们党解决自身问题的一大创举;批评与自我批评，是保持我们党先进性和纯洁性的利器。

开展以为民、务实、清廉为主要内容的党的群众路线教育实践活动，是新时期推进党的建设的重大实践创新。这项活动能否取得令全党全国人民满意的成效，关键在于党员干部能不能认真开展批评与自我批评，能不能以整风精神直面自身存在的问题。

对于我们党而言，以整风精神开展批评和自我批评，从来不是一个抽象的哲学命题，而是解决现实问题的强大武器。中央反复强调，这次群众路线教育实践活动要贯彻整风精神，以整风精神开展批评和自我批评，让党员干部通过教育实践活动，实现自我净化、自我完善、自我革新、自我提高。

开展好党的群众路线教育实践活动，要准确把握好批评与自我批评环节，集中解决好以下三个问题。一是要解决好批评与自我批评的.认识和态度问题。要不掺杂个人感情，不牵扯个人恩怨，以公平、公正的心态，科学客观的态度，把问题实实在在的找出来、摆出来，晒出来。二是要解决好由谁批评，怎么批评的问题。开展批评与自我批评找出问题是根本，批评到位是关键，不能局限于领导点评、同志互评的“圈子”里，要把群众动员起来，要请群众参与进来，坚决杜绝“走形式”、“走过场”。要解决好怎么改的问题。三是要通过批评与自我批评，理清党员心中“为了谁”、“依靠谁”、“我是谁”的角色问题，通过深入基层解决好自身亟待解决的问题，只有到群众中去，我们的党员干部才知道差在哪?错在哪?改在哪?让“批评者”硬气，让“被批评者”服气;只有到群众中去，党群、干群的矛盾和问题才可化解，党的事业才会兴旺发达。

**坚持的演讲稿三分钟篇三**

胜利贵在坚持，要取得胜利就要坚持不懈地努力，饱尝了许多失败之后才能取得成功，即所谓失败乃成功之母，成功也就是胜利的标志，也可以这样说，坚持就是胜利。

古往今来，许许多多的名人志士都是依靠坚持而取得胜利的。司马迁之所以能取得成功，所靠的就是坚持，他受到官刑的屈辱，但他没有一蹶不振，而是凭着信念和毅力坚持创作了一部伟大的著作《史记》，让后世得到了宝贵的精神财富；鲁滨逊在海上航行失事，流落在荒岛上，没有人陪他，寂寞孤独，恶劣的条件让他无法生存，但他却凭自己坚持不懈地精神活了下来；当我们的探险队员要登上地球之颠――珠穆朗玛峰时，氧气不足，黑夜袭来，陡峭的岩峭更是危险，但他们没有放弃，而是凭着自己坚毅的精神，超越生命极限毅然登上了峰顶，创造了一次次人类奇迹，而这更能说明坚持精神的可贵。

林肯，这位美国总统，大家一定很熟悉，但在他成功之前，他经历了一次又一次失败，1832年林肯失业了，这显然使他很伤心，但他下定决心要当政治家，当州议员，糟糕的是，他竞选失败了，接着，林肯开办了自己的企业，但一年不到就倒闭了，随后，他再次竞选州议员，这次他当选了，他内心也萌发了一丝希望。可是，打击再次来临，在他即将结婚时，他的未婚妻不幸去世，这次给他的打击太大了，他也得了精神衰弱症。几年后，他觉得身体有了好转，他便在十年中先后五次竞选国会议员，但每次都以失败告终。林肯虽然一次次尝试，但却一次次遭到失败，但他没有放弃，为了自己的梦想坚持着，1846年，他又一次竞选国会议员，这次他终于成功了，林肯在不断地为自己的追求坚持不懈地努力，最终取得了成功。1860年，他当选为美国总统。林肯的成功是建立在坚持不懈的基础上，他的坚持也是他成功的保障。

20xx年，洛伦丝・查德威克成功地横渡了英吉利海峡，因此而闻名于世，两年后，她从卡德那岛出发游向加利福尼亚海滩，想再创一项前无古人的记录，那天，海上浓雾迷漫，海水冰冷刺骨，在游了漫长的16个小时后，她的嘴唇已冻得发紫，全身筋疲力尽，而且一阵战栗，她抬头眺望远方，只见眼前迷雾茫茫，仿佛陆地离她十分遥远，现在还看不到海岸，心想可能无法游完全程，她这样想着，身体立刻瘫软了下来，甚至再划一次的力气都没有了，“把我拖上去吧！”她对陪伴她的小艇上的人说“咬咬牙，再坚持一下，只剩一英里远了”，艇上的人鼓励她说，“你骗我，如果只剩一英里，我早就应该看到岸了，把我拖上去吧！”她对陪伴她的小艇上的人说，于是，浑身瑟瑟发抖的查德威克被拖上去了，小艇开足马力向前驶去，就在他裹紧毛毯喝一杯热汤的工夫，褐色的海岸线就从浓雾中显现出来了，她甚至都能隐约看到海滩上欢呼等待她的人群，到此时她才知道，艇上的人并没有骗她，她距成功确确实实只有一英里。

“行一百者半九十”，最后的那段路，往往是一道最难跨越的门槛，其实每一个人的`一生中，无论工作或生活，都会或多或少地出现这样那样的困境。有的时候就需要那么一点点毅力，一点点努力的坚持，成功就能触手可及，而不是充满遗憾地与成功或胜利擦肩而过。

在我们现在的学习生活中，一定要学会坚持，因为唯有坚持，我们才能在实践中成长，在实践中学习，在实践中完善自己，在实践中磨练自我。我相信，只要为自己的目标坚持不懈、持之以恒地努力奋斗，就一定能实现自己的梦想，就一定能成功。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

**坚持的演讲稿三分钟篇四**

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好!

今天我演讲的题目是《坚持就是胜利》，爱因斯坦大家都知道，他是伟大的物理学家、相对论的创立者，现代物理学奠基人。1920年获诺贝尔物理学奖，1999年被美国《时代周刊》评选为\"世纪伟人\"，他取得的这些成绩全世界都有目共睹，但是爱因斯坦在小时候可没有这些令人瞩目的光环，他三岁多还不会讲话，父母很担心他是哑巴，曾带他去给医生检查。还好小爱因斯坦不是哑巴，可是直到九岁时讲话还不很通畅，所讲的每一句话都必须经过吃力但认真地思考。

但是他勤奋好学，对自己感兴趣的事务潜心研究，12岁时他一口气读完《几何学原》本，并练习用自己的方法证明定理.他特别喜欢读《自然科学通俗丛书》中如《力与物质》等书.13岁时读了康德的《纯粹理性批判》，使他的思考转向宇宙、哲学和自然现象中的逻辑.他的数学物理都很出色，在以后的\'人生道路中经过孜孜不倦的努力爱因斯坦成为了人类历史中最具创造性才智的人物之一.他一生中开创了物理学的四个领域：狭义相对论、广义相对论、宇宙学和统一场论.他是量子理论的主要创建者之一.他在分子运动论和量子统计理论等方面也作出重大贡献。由此可见，人的成功不完全取决于天赋，更重要的是后天的努力，如果我们能像爱因斯坦一样努力将来也一定能取得很好的成绩。

**坚持的演讲稿三分钟篇五**

因为只有坚持，才是最真实的成长。下面请看为大家提供的关于坚持的演讲稿，希望对你有帮助。

1：

各位老师，各位同学：

大家早上好!

刚刚发言的龚震洲同学，是我们学校钢琴社团的社长，我作为社团负责老师从这个孩子身上看到了一种可贵的精神，那就是——坚持和责任!

生活中总有一些事情不时地感动着我们、温暖着我们。在我们的校园里每天也同样发生着这样感人的事迹。我想，很多老师和同学们都注意到了，在我们的教工餐厅每天中午都会传来阵阵悠扬悦耳的琴声，循声望去，你会看到一位面貌清秀的小男生正在熟练而动情地弹奏着优美的乐曲。他就是我们学校初一年级14班的龚震洲同学。

学校为了能更多地给孩子们提供展示自我风采的舞台和机会，从上个学期开始，经校长提议决定钢琴社团活动在食堂进行。在这些多样化的舞台锻炼中，学生们不仅可以展示个性，更重要的是可以锤炼自我，增加了多样化的学习经历。优美的琴声还能给进餐的老师们带来愉悦的心情。

身为钢琴社团社长，龚震洲同学以身作则，当其他社团成员因故缺席时，他毅然顶替，坚守岗位，久而久之，钢琴社团的这个阵地几乎成了他一个人的战场，他坚守着自己的选择和初衷，他的这种坚持不仅仅是为了自己的兴趣爱好，更为了一份责任，一种执著。

这使我想起了一个故事：哲学家苏格拉底有一天给他的学生上课时说:同学们，我们今天不讲哲学，只要求大家做一个简单的动作，把手往前摆动300下，然后再往后摆动300下，看看谁能每天坚持。过了几天，苏格拉底上课时，他请坚持下来的同学举手，结果，90%以上的人举起了手。过了一个月，他又要求坚持下来的同学举手，只有70%的人举手。过了一年，他又同样要求，结果只有一个人举手，这个人就是后来成为了大哲学家的柏拉图。虽然当时的柏拉图很年轻，学识上也略显稚嫩，但却已表现出一个杰出人物所具有的执著和坚持不懈的优秀心理素质。这个故事给我们的启示值得深思。

上帝总是眷顾那些执著的人，汉朝宰相匡衡凿壁偷光的故事，意大利画家达芬奇画蛋的故事，都告诉了我们坚持的.重要与可贵。

没有人不渴望成功，也没有人不希望拥有良好的习惯与品质，但必须坚信的是，成功的基础是坚持，良好习惯与良好品质形成的基础也是坚持。世界上凡成大事者都有超乎常人的意志力、忍耐力。在我们的生活中，难免会遇到这样或那样的困难挫折，这时有些人就会难以坚持下去而放弃、逃避，而有作为的人往往能够挺住，挺过去就是胜者。

有一种感动叫坚持，有一种责任叫坚持，有一种成功也叫坚持，坚持自己的信念，是走向成功的基石。

这世上没有什么是做不到的，关键是坚持。

同学们，为了自己和家人，为了国家和社会、为了我们曾经的承诺，为了我们潜藏在心中多年的梦想，去坚持，去奋斗吧!

2：

各位老师，亲爱的同学们：

早上好!

我今天讲话的题目是《坚持的力量》。

现在我想做一个小调查：每天在坚持读书的同学请举手。恭喜你们在成长的道路中已走得很远。为什么这么说呢?我们一起来听一个小故事：

古希腊著名哲学家苏格拉底曾经在中学当教师，有一天他对班里同学说，我们来做个甩手游戏吧。游戏很简单就是把手使劲往前甩三百下，再往后甩三百下，但要求每天都这样做。同学们纷纷说这个游戏很容易，保证能做好。一个星期以后，苏格拉底问同学们游戏完成得怎么样?同学们全都举起了手。一个月以后，当苏格拉底再做统计时，全班仍有百分之九十的同学在坚持做。一年以后，当苏格拉底在课堂上再次向大家了解情况时，只有一位同学举起手，他就是后来成为大哲学家的柏拉图。柏拉图在自己的学习和生活中，凭着这种持之以恒的精神，自觉锻炼自己的意志，终于在哲学领域取得了前所未有的成就，其哲学思想直到现在仍然放射着智慧的光芒。

听了这个故事你明白了什么?

同学们，这个甩手游戏从动作上看很简单，但每天坚持，却是一件不容易的事，需要持之以恒的精神。这个故事告诉我们，做事情要有始有终，绝不能半途而废，如果我们能养成这样的好习惯，就一定会取得优异的成绩。所以同学们请为自己定一个小小的目标，让我们认准自己努力的目标，坚持不懈地努力，不断鼓励自己，这样我们就会体验到成功的喜悦和收获的快乐。

最后，我送给大家一句法国生物学家巴斯德的名言：告诉你使我达到目标的奥秘吧，我唯一的力量就是我的坚持精神!

3：

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家好!我演讲的题目是《坚持就是胜利》。

没有什么事是可以像童话那样水到渠成。“坚持就是胜利”是经过无数次验证、永不过时的真理。

“不经一翻彻骨寒，怎得梅花扑鼻香”“行百步者半九十”，面对十多天以后的中考，我们初二、初三的同学们更应该坚持保持良好的心态，坚持珍惜每一段学习时间，坚持查漏补缺。同学们，让我们坚持不懈去赢得中考的胜利吧!

谢谢大家!

**坚持的演讲稿三分钟篇六**

亲爱的老师们、同学们：

大家好！今天我国旗下讲话的题目是《贵在坚持》！

如果不是小草的坚持，就不会有野火烧不尽的执着；如果不是河流的坚持，就不会又百川东到海的壮阔；如果不是司马迁的坚持，就不会有史家之绝唱，无韵之离骚的美谈；如果不是居里夫人的坚持，人们将不知何时才能揭开镭神秘的面纱。在人生的漫漫旅途中，坚持二字何等重要。

1948年，牛津大学举办了一个成功秘诀的讲座，邀请到了当时声誉已登峰造极的伟人丘吉尔来演讲。会场上人山人海，全世界各大新闻媒体都到齐了，人们准备洗耳恭听这位大政治家的成功秘诀。丘吉尔上台后用手势止住大家雷鸣般的`掌声，说：“我成功的秘诀有三个，第一个是，决不放弃，第二个是决不，决不放弃，第三个是，决不、决不、决不放弃。”说完就走下讲台，会场上沉寂了一分钟后才爆发出掌声，经久不息。在一代伟人的心中，坚持是一切的根本，是胜利之源，是成功之需！

当你在赛场上被汗水迷住了双眼，嘴里弥漫着咸腥的味道，不能分辨自己和终点的距离时；当你厌倦了成天扎在书海与题海中，背负着沉重的压力，因为成绩丝毫没有起色而对自己产生怀疑时，请对自己默念：坚持下去。当四季轮回，你依然只能背着书包走在校园机械地往返于宿舍、教室、食堂三点一线时；当红尘弥漫灯红酒绿，寒窗外面的世界精彩纷呈得让你眼花缭乱时，请告诉自己：坚持，再坚持，坚持，厚积薄发，坚持，一飞冲天！

诗人汪国真在《热爱生命》一诗中这样写道：我不去想是否能够成功，既然选择了远方，便只能风雨兼程。我们都是前往理想路上的朝圣者，唯有一步一叩才可触摸到心中的圣地。

回想一年前，当我们远离家乡亲人，心中涤荡着从一个地方征服另一个地方的梦想来到168中学，当曾经的光环在这里暗淡了的时候，我亲爱的同学，请记住，一定要坚持，要用加倍的努力来拥抱我们依然滚烫的梦想，唯有坚持才能灌溉我们心中那圣洁的梦想！

泪水与汗水的化学成分相似，但前者只能为你换来同情，后者却可以为你赢来成功。如果你是一滴水，就成为努力的人奋斗时挥洒的汗水吧，它比失败者悔恨的泪水更美。让我们结伴而行，一起坚持，任路泥泞，任道坎坷，拿出我们的毅力，拿出我们的坚强，飞得更高，让我们一起坚持！

谢谢大家！

**坚持的演讲稿三分钟篇七**

尊敬的老师、亲爱的同学们：

你们好！

今天我国旗下讲话的题目是《成功源于坚持》。

首先请大家思考一个问题：马和骆驼哪一个跑的远?也许有人认为是马，日行千里，夜行八百，可是马跑得再快，也只争朝夕。跑得越快，停得越频繁。走走停停，难以到达想要的远方。但是骆驼，却可以不停止不懈怠的一直行走于茫茫大漠，直到精疲力竭、倒下为止。

对于我们而言，有多少人具有千里马的资质，又有多少人可以发挥这种潜能，即使你有潜能，究竟又会有多少眼光锐利的伯乐会一眼识别你?我想，极少。

正因为极少，所以屈原躲到山洞里苦读诗书、静心求索整整三年;所以安徒生需要一边在哥本哈根流浪，一边写出了《国王的新衣》等不朽的篇章;所以孙中山在袁世凯窃国之后一次一次发动护法运动，一次一次完善他的革命理论;所以在过去两天举办的校运动会上，运动员们跌倒了又爬起来，继续拼搏，受伤了咬咬牙，坚持比赛……成功不会主动来敲门，命运不会因为你一次一次遭受的厄运而对你心存怜悯，生活就像海洋，只有真正懂得坚持并且执着履行的人才能达到生命的\'彼岸。

佩思曾说过：“伟大变为可笑只有一步，但再走一步，可笑又会变为伟大。”再走一步，就是在面对一次次考试失利的情况下，重新调整自己的步伐，顺应自己的节奏;再走一步，就是被难题逼到紧要关头时，再思考一分钟，再向前走一步，即使泰山压顶也决不放弃。古今中外的艺术家都有一个信仰，即使无法与缪斯女神齐肩而行，也势必要够到女神的裙摆。那么，不要舍弃你心目中的女神，她也在等与你们齐肩而行。只要你再走一步。

谚语有云：“一日一钱，十日十钱，绳锯木断，水滴石穿。”每天坚持，才能走到最后。

每天坚持读一篇文章，记一句名言。因为，我们面对的不仅是高考，更是今后的人生。我们应把读书视为乐趣，到书中去寻找生活的智慧。大量的阅读，可以将我们从课内学到的知识，融汇到从课外书籍中所获取的知识中去，相得益彰，将平面形成立体，建构知识体系直至形成能力。

每天除了坚持完成老师布置的数学作业之外，再给自己布置一道题。不需要让自己进行摸不着边的题海战，把自己原本清晰的思维构图搞得一团糟。只要一道题就可以了，每天掌握一种题型或是计算的便捷步骤，也许是不同的解题方法，坚持每天都有所得，坚持把细小的事情做到极致就是成功。

每天坚持记住三四个单词，不是简单的只记住拼写方法，而是掌握含义，掌握例句，在例句中掌握单词的`正确用法，掌握固定词组。只要在门上敲的够久，够大声，终究会把里面的成功女神唤醒。

每天坚持给自己定计划，将每天的时间划分为固定的几个部分，在对的时间做对的事情，这样能够让你在相同的时间做更多的事情，让自己成为时间的主人。爱因斯坦这么说，想要实现任何目标都必须按部就班的做下去才行，坚持不懈的做下去。

每天坚持提醒自己三个字“平常心”。胜不骄，很难，败不馁，更难。所以，以平常心视之，方能长胜。想想吧，考场上的常胜将军有几人?不可能不失败，你的目标定的越高，你遇到的失败就越多。天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨……最后成功的人并不是一直成功，只是他们坚持失败。最后失败的人并不是一直失败，只是他们不能坚持。凡事视之平常，最后才能实现不平常。

成功贵在坚持，坚持就是胜利。

谢谢!

**坚持的演讲稿三分钟篇八**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

我读了一篇文章《有了愿望的.石头能走多远》。我从这篇课文中受到了启发。

这篇课文主要讲了一位名叫薛瓦勒的乡村邮差，每天徒步奔在乡村之间。一次他看见了一块样子十分奇异的石头，他把石头装到了包里并产生了一个要用它建一座城堡的念头。经过坚持不解的努力，他终于梦想成真，成为新闻人物。

在薛瓦勒产生这个看似不可能的念头时，遭到了树里人的反对。他们认为，这位邮差精神上有问题，他本来变要奔走在崎岖的山路上，非常难走，再加上一块沉重的石头，这岂不是给他增加负担？而且，建造一座城堡，得用多少石头，用多少力气呀！面对种。种质疑，薛瓦勒放弃了吗？不，没有。他仍然坚持自己的想法，不动摇。

这让我想起了自己。我遇到困难并不是坚持到底，而是退缩。在我上幼儿园的时候，爸爸给我买了一辆小自行车，我开心极了。马上让妈妈教我骑车。可是，自行车并不很好学，我总把握不好平衡，向两边栽倒，差一点就碰到头了。直到现在我还心有余悸。突如其来的危险让我不喜欢骑车了，妈妈怎么劝都没用。我不再坚持骑车了。

读了这篇文章后，我知道要学习薛瓦勒的坚持不懈，不放弃。这样才能取得成功。

**坚持的演讲稿三分钟篇九**

大家上午好!我是xxx。今天我国旗下讲话的题目是《成功源于坚持》。

首先请大家思考一个问题：马和骆驼哪一个跑的远?也许有人认为是马，日行千里，夜行八百，可是马跑得再快，也只争朝夕。跑得越快，停得越频繁。走走停停，难以到达想要的远方。但是骆驼，却可以不停止不懈怠的一直行走于茫茫大漠，直到精疲力竭、倒下为止。

对于我们而言，有多少人具有千里马的资质，又有多少人可以发挥这种潜能，即使你有潜能，究竟又会有多少眼光锐利的伯乐会一眼识别你?我想，极少。

正因为极少，所以屈原躲到山洞里苦读诗书、静心求索整整三年;所以安徒生需要一边在哥本哈根流浪，一边写出了《国王的新衣》等不朽的篇章;所以孙中山在袁世凯窃国之后一次一次发动护法运动，一次一次完善他的革命理论;所以在过去两天举办的校运动会上，运动员们跌倒了又爬起来，继续拼搏，受伤了咬咬牙，坚持比赛……成功不会主动来敲门，命运不会因为你一次一次遭受的厄运而对你心存怜悯，生活就像海洋，只有真正懂得坚持并且执着履行的人才能达到生命的\'彼岸。

佩思曾说过：“伟大变为可笑只有一步，但再走一步，可笑又会变为伟大。”再走一步，就是在面对一次次考试失利的情况下，重新调整自己的步伐，顺应自己的节奏;再走一步，就是被难题逼到紧要关头时，再思考一分钟，再向前走一步，即使泰山压顶也决不放弃。古今中外的艺术家都有一个信仰，即使无法与缪斯女神齐肩而行，也势必要够到女神的裙摆。那么，不要舍弃你心目中的女神，她也在等与你们齐肩而行。只要你再走一步。

谚语有云：“一日一钱，十日十钱，绳锯木断，水滴石穿。”每天坚持，才能走到最后。

每天坚持读一篇文章，记一句名言。因为，我们面对的不仅是高考，更是今后的人生。我们应把读书视为乐趣，到书中去寻找生活的智慧。大量的阅读，可以将我们从课内学到的知识，融汇到从课外书籍中所获取的知识中去，相得益彰，将平面形成立体，建构知识体系直至形成能力。

每天除了坚持完成老师布置的数学作业之外，再给自己布置一道题。不需要让自己进行摸不着边的题海战，把自己原本清晰的`思维构图搞得一团糟。只要一道题就可以了，每天掌握一种题型或是计算的便捷步骤，也许是不同的解题方法，坚持每天都有所得，坚持把细小的事情做到极致就是成功。

每天坚持记住三四个单词，不是简单的只记住拼写方法，而是掌握含义，掌握例句，在例句中掌握单词的正确用法，掌握固定词组。只要在门上敲的够久，够大声，终究会把里面的成功女神唤醒。

每天坚持给自己定计划，将每天的时间划分为固定的几个部分，在对的时间做对的事情，这样能够让你在相同的时间做更多的事情，让自己成为时间的主人。爱因斯坦这么说，想要实现任何目标都必须按部就班的做下去才行，坚持不懈的做下去。

每天坚持提醒自己三个字“平常心”。胜不骄，很难，败不馁，更难。所以，以平常心视之，方能长胜。想想吧，考场上的常胜将军有几人?不可能不失败，你的目标定的越高，你遇到的失败就越多。天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨……最后成功的人并不是一直成功，只是他们坚持失败。最后失败的人并不是一直失败，只是他们不能坚持。凡事视之平常，最后才能实现不平常。

成功贵在坚持，坚持就是胜利。

谢谢!

**坚持的演讲稿三分钟篇十**

伴着初升的太阳，听着小溪的歌谣，感受着风儿的洗礼，凝视着瓦蓝的天空。我静静地坐在窗前，轻轻抬眸：云，孤独的挂在天边，又勾起我无尽的幻想。

假如我是雨过天晴的一道缤纷彩虹，请给我点赞。看，蒙蒙的雨雾中，蓝蓝的天空上出现了一道巨大的七彩拱桥，色彩斑斓，鲜艳娇美，如同少女的发带。请给我点赞——我这一身绸缎来之不易，是与大雨的拼搏换来的，对，是拼搏。

假如我是一只断了翅的蝴蝶，请给我点赞。看，我在与那命运死神顽强抗争却再也飞不起来，但我不放弃，宁死也要振翅，直到振出希望，亦或是死。你看到了什么？是我那憔悴的面孔，是那断了翅滑稽的样子，还是我那宁死不屈的坚持？要记得，请给我点赞，因为我坚持了。

假如我是一支粉笔，请给我点赞。你看呐，我耗尽自身，却留下知识最洁白的记忆。望着黑板上密密麻麻的雪白的粉笔字，像夜晚天空中的明星，像树叶上凝着晶莹的晨露，又像平静的湖面被激起的涟漪。望着望着，我会心一笑，闭了眼......你看到了什么？是我矮小的身躯，是可怕耀眼的白色，还是我无私奉献的精神？请给我点赞，要记住，为真理献身，是人类永恒的回忆。

假如我是枯黄的树叶，但我愿意“化作春泥更护花”；假如我是破旧的三角尺，我愿意规范

出最直的路，因为我知道身正为师，或正人先正己......请给我点赞。

刹那间，我被一阵轻风打破了思绪。轻轻抬眸：云，依然孤独的挂在天边，不同的`是，多了一点你给我的赞。

幻想被打破，但心却回味着：什么时候你能再给我一个赞呢？

**坚持的演讲稿三分钟篇十一**

因为只有坚持，才是最真实的成长。下面请看为大家提供的关于坚持的演讲稿，希望对你有帮助。

关于坚持演讲稿1：

各位老师，各位同学：

大家早上好!

刚刚发言的龚震洲同学，是我们学校钢琴社团的社长，我作为社团负责老师从这个孩子身上看到了一种可贵的精神，那就是——坚持和责任!

生活中总有一些事情不时地感动着我们、温暖着我们。在我们的校园里每天也同样发生着这样感人的事迹。我想，很多老师和同学们都注意到了，在我们的教工餐厅每天中午都会传来阵阵悠扬悦耳的琴声，循声望去，你会看到一位面貌清秀的小男生正在熟练而动情地弹奏着优美的乐曲。他就是我们学校初一年级14班的龚震洲同学。

学校为了能更多地给孩子们提供展示自我风采的舞台和机会，从上个学期开始，经校长提议决定钢琴社团活动在食堂进行。在这些多样化的舞台锻炼中，学生们不仅可以展示个性，更重要的是可以锤炼自我，增加了多样化的学习经历。优美的琴声还能给进餐的老师们带来愉悦的心情。

身为钢琴社团社长，龚震洲同学以身作则，当其他社团成员因故缺席时，他毅然顶替，坚守岗位，久而久之，钢琴社团的这个阵地几乎成了他一个人的战场，他坚守着自己的选择和初衷，他的这种坚持不仅仅是为了自己的兴趣爱好，更为了一份责任，一种执著。

这使我想起了一个故事：哲学家苏格拉底有一天给他的学生上课时说:同学们，我们今天不讲哲学，只要求大家做一个简单的动作，把手往前摆动300下，然后再往后摆动300下，看看谁能每天坚持。过了几天，苏格拉底上课时，他请坚持下来的同学举手，结果，90%以上的人举起了手。过了一个月，他又要求坚持下来的同学举手，只有70%的人举手。过了一年，他又同样要求，结果只有一个人举手，这个人就是后来成为了大哲学家的柏拉图。虽然当时的柏拉图很年轻，学识上也略显稚嫩，但却已表现出一个杰出人物所具有的执著和坚持不懈的优秀心理素质。这个故事给我们的启示值得深思。

上帝总是眷顾那些执著的人，汉朝宰相匡衡凿壁偷光的故事，意大利画家达芬奇画蛋的故事，都告诉了我们坚持的重要与可贵。

没有人不渴望成功，也没有人不希望拥有良好的习惯与品质，但必须坚信的是，成功的基础是坚持，良好习惯与良好品质形成的基础也是坚持。世界上凡成大事者都有超乎常人的意志力、忍耐力。在我们的生活中，难免会遇到这样或那样的困难挫折，这时有些人就会难以坚持下去而放弃、逃避，而有作为的人往往能够挺住，挺过去就是胜者。

有一种感动叫坚持，有一种责任叫坚持，有一种成功也叫坚持，坚持自己的信念，是走向成功的基石。

这世上没有什么是做不到的，关键是坚持。

同学们，为了自己和家人，为了国家和社会、为了我们曾经的承诺，为了我们潜藏在心中多年的梦想，去坚持，去奋斗吧!

关于坚持演讲稿2：

各位老师，亲爱的同学们：

早上好!

我今天讲话的题目是《坚持的力量》。

现在我想做一个小调查：每天在坚持读书的同学请举手。恭喜你们在成长的道路中已走得很远。为什么这么说呢?我们一起来听一个小故事：

古希腊著名哲学家苏格拉底曾经在中学当教师，有一天他对班里同学说，我们来做个甩手游戏吧。游戏很简单就是把手使劲往前甩三百下，再往后甩三百下，但要求每天都这样做。同学们纷纷说这个游戏很容易，保证能做好。一个星期以后，苏格拉底问同学们游戏完成得怎么样?同学们全都举起了手。一个月以后，当苏格拉底再做统计时，全班仍有百分之九十的同学在坚持做。一年以后，当苏格拉底在课堂上再次向大家了解情况时，只有一位同学举起手，他就是后来成为大哲学家的柏拉图。柏拉图在自己的学习和生活中，凭着这种持之以恒的精神，自觉锻炼自己的意志，终于在哲学领域取得了前所未有的成就，其哲学思想直到现在仍然放射着智慧的光芒。

听了这个故事你明白了什么?

同学们，这个甩手游戏从动作上看很简单，但每天坚持，却是一件不容易的事，需要持之以恒的精神。这个故事告诉我们，做事情要有始有终，绝不能半途而废，如果我们能养成这样的好习惯，就一定会取得优异的成绩。所以同学们请为自己定一个小小的目标，让我们认准自己努力的目标，坚持不懈地努力，不断鼓励自己，这样我们就会体验到成功的喜悦和收获的快乐。

最后，我送给大家一句法国生物学家巴斯德的名言：告诉你使我达到目标的奥秘吧，我唯一的力量就是我的坚持精神!

关于坚持演讲稿3：

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家好!我演讲的题目是《坚持就是胜利》。

没有什么事是可以像童话那样水到渠成。“坚持就是胜利”是经过无数次验证、永不过时的真理。

“不经一翻彻骨寒，怎得梅花扑鼻香”“行百步者半九十”，面对十多天以后的中考，我们初二、初三的同学们更应该坚持保持良好的\'心态，坚持珍惜每一段学习时间，坚持查漏补缺。同学们，让我们坚持不懈去赢得中考的胜利吧!

谢谢大家!

**坚持的演讲稿三分钟篇十二**

大家好

今天我演讲的题目是《坚持就是胜利》，爱因斯坦大家都知道，他是伟大的物理学家、相对论的创立者，现代物理学奠基人。1921年获诺贝尔物理学奖，1999年被美国《时代周刊》评选为“世纪伟人”，他取得的这些成绩全世界都有目共睹，但是爱因斯坦在小时候可没有这些令人瞩目的光环，他三岁多还不会讲话，父母很担心他是哑巴，曾带他去给医生检查。还好小爱因斯坦不是哑巴，可是直到九岁时讲话还不很通畅，所讲的每一句话都必须经过吃力但认真地思考。

但是他勤奋好学，对自己感兴趣的事务潜心研究，12岁时他一口气读完《几何学原》本，并练习用自己的方法证明定理．他特别喜欢读《自然科学通俗丛书》中如《力与物质》等书．13岁时读了康德的《纯粹理性批判》，使他的思考转向宇宙、哲学和自然现象中的逻辑．他的数学物理都很出色，在以后的人生道路中经过孜孜不倦的努力爱因斯坦成为了人类历史中最具创造性才智的人物之一．他一生中开创了物理学的四个领域：狭义相对论、广义相对论、宇宙学和统一场论．他是量子理论的主要创建者之一．他在分子运动论和量子统计理论等方面也作出重大贡献。由此可见，人的成功不完全取决于天赋，更重要的是后天的努力，如果我们能像爱因斯坦一样努力将来也一定能取得很好的成绩。

谢谢大家！

**坚持的演讲稿三分钟篇十三**

尊敬的各位领导，各位同事：

大家好！我是xxx，今天我为大家演讲的题目是《赢在坚持》。

在我们实际生活工作当中，我们常常抱怨：\"工作很累，挣钱很少\",做每项工作都不按要求去完成，怎么省劲，怎么轻松怎么干，每次出了问题，才知道问题的严重性，后悔当初为什么没坚持按要求去完成。

就拿我们的包装返把举例说明，从20xx年我们开始做日本订单，日本订单对外观的要求是比较严格的。刚开始做的时候，张总就要求我们员工认真返好把，并把返把的要求培训给每一个员工。只要我们员工按照返把要求就能减少客户投诉。而我们员工当时没有这个质量意识，也嫌返把麻烦，拿起手套也不认真查看，就装入正品盒内，要不就是看见领导和质检员的时候象征性的返几下把。当时员工可是省劲了，致使我们的投诉是一个接一个，员工们也受到了处罚，接到了这么多投诉员工们也都认识到了问题的严重性，也知道了返把的重要性，后悔当初没有坚持按要求去返把。根据投诉的原因公司也才采取了相应的措施，让保全工每班根据生产线出油点认真擦拭油污，及时维护脱模机，把转动不灵活的手模及时卸掉，这样就减少了油污和挂破的发生。

质检部门也加大了查包力度，对有问题的生产线和光出问题的员工加大抽查力度，并把问题严重的手套进行隔离。发现不认真返把的员工及时进行制止和处罚。每条生产线点数机后面都安装了捡漏机，确保双胶的产生，对于员工们发现的油污公司予以奖励，这样就大大提高了员工们认真返把的积极性。公司也成立了稽查小组每天对生产线的手套进行检查，并制定了相应的奖罚制度。通过半年多的共同努力和坚持，每个员工也都有了返把和质量意识，这样我们的投诉就慢慢减少了，员工们受到的处罚也少了，我们的产品质量也提高了。

从这件事情可以看出如果我们一开始如果不图省劲，而是坚持认真返把，客户就不会有那么多抱怨和投诉。所以说我们每位员工要以主人翁的心态来坚持做好自己的本职工作，这样我们公司的产品才会越做越好。

坚持用心工作是一种品质，也是一种情操，更是一种境界，如果我们每位员工都坚持用心的认真完成每一项工作，这个过程对于我们个人和整个公司都将是一个很好的提升。赢在坚持，坚持就是胜利，让我们每位员工都坚持认真做好自己的本职工作，严格按公司的sop进行操作，我相信在我们大家的共同努力下恒昌会更加辉煌！

我的演讲完毕！谢谢大家！

**坚持的演讲稿三分钟篇十四**

亲爱的老师们，亲爱的学生们：

大家好！我今天演讲的题目是《坚持变成更好的自己》。

夏日的风在我脸上甜腻，困倦如春潮袭来。我慢慢放下笔，看着窗外。稀疏的阳光懒洋洋地投射在树叶上，筛出一圈圈光影。我答应妈妈每天写一篇文章。倒数，今天是第三天，我的耐心已经消磨了大半。我不用每天做作业，但是我感觉我在考验我的专注力。富兰克林一生都在与自己的缺点作斗争。我无法想象他有多坚定。如果我是你，我只会热三分钟。“我出去了。要有意识。”

门啪的一声关上了，接着是可怕的沉默。提起笔，我一句话也说不出来。照例还是门前那棵老树。过了很久，我忍不住想换个主题，却被无情的拒绝了。从简单的老树到后来树下有趣的事，从不知所措到写得兴高采烈，似乎就在几天前。转向树，有一个建筑工人开着一辆蓝色的三轮车，一张中国人的脸，圆圆的身体。还是因为天气热，他只穿了一件白色的短袖，铜脖子上青筋毕露。他的眼睛很美，清澈，微微发光。写下你看到的，合上笔记本。我总是喜欢写完第一篇再比较。过去和现在往往是敌人。

这一次，毫无疑问，过去又失败了。我很喜欢这种感觉，感受到从桃花到熟桃成长的喜悦。日历上放个圈，今天就有坚持的证明了。风温暖的吹在刀刃的尖端，突然凝结成一滴圆形下来。天渐渐黑了。我妈回来，看到日历上的圈，笑了。

暑假结束的时候已经是凉爽的秋天了。我有一种轻微的感觉，小一点的比较好。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn