

# 青年心理健康演讲稿(优秀5篇)

演讲，首先要了解听众，注意听众的组成，了解他们的性格、年龄、受教育程度、出生地，分析他们的观点、态度、希望和要求。掌握这些以后，就可以决定采取什么方式来吸引听众，说服听众，取得好的效果。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下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

## 青年心理健康演讲稿篇一

关于青年节的演讲题目其实很宽泛，比如弘扬五四精神或者写五四运动对我们的影响等。下面是小编整理的关于青年节演讲稿题目，希望大家喜欢。

生命的硬度

尊敬的各位老师,亲爱的同学们:

大家好!

我演讲的题目是《生命的硬度》

茫茫大漠,一棵树站起来,展现出来的是一座丰碑的形象。

巍巍青山,千万棵树站起来,连成的是一条长城的宏伟。

悠悠河岸,所有的树站起来,缀成的是一条蛟龙的雄风。

我们象征着太多,又演绎着太多.但我相信,我的形象,绝不是“手若柔荑,肤如凝脂”的林黛玉,也绝不是“蓬头垢面,衣衫褴褛”的现代“苏乞儿”。我们象征着希望,朝气。所以我们展现在别人面前的就应该是衣无褶,脸无垢,礼貌谦和的举手投足

间散发着一股英气, 朝气和活力的现代新青年的形象, 一个融入了大自然的精灵的化身。

我不得开心颜”这一大气凛然的诗句又是否会让那些毫无自尊的人汗颜丧失了自尊的人是一个没出息的人, 而我们作为时代的先锋, 要是永远在黑暗中沉溺呢, 还是要做一个顶天立地的好男儿, 一朵绽放在风雨中的铿锵玫瑰。答案, 不言而喻。

自爱不是自恋, 也不是极端地自我保护, 更不消极地自甘堕落; 自爱是生命的一种尺度. 它教你如何调节自己的心态, 告诉你如何为人处事, 告诉你如何融入社会这个大家庭. 在现今这样一个物欲横流的社会里, 唯有自爱才能让你保持昔日的纯真, 试问: 一个连自己都不爱的人, 还如何奢谈爱祖国, 爱人民。

大漠再荒凉也有丰碑的矗立, 青山再孤高, 也有长城的环绕, 河水再平静, 也有蛟龙的横卧. 而时代再怎么变, 我们的形象, 我们的雄风依然如故. 因为我们自尊, 因为我们自信, 因为我们有着鲜活的生命. 而正因如此, 河岸才悠悠, 大漠才广袤, 青山才长青, 生命的硬度才长存。

生命赋

尊敬的各位老师, 亲爱的同学们:

大家好!

我演讲的题目是《生命赋》

在生命的温柔之中, 我们享受着它的美, 它的甜, 纵使其中也夹杂着许多痛与苦. 但生命的可贵之处就在于我们能够体味着其中的酸甜苦辣, 饱尝着世俗的人情冷暖, 也正如此, 我们的生命才会多姿多彩。

美妙的生命之中, 也有它自然的脆弱, 我们若不能正确把握航

船, 偏离了原来的方向, 就会像落地的玻璃无法再复原. 在当今的社会之中, 吸毒, 凶杀……比比皆是, 许多人落入了生命原有的陷阱, 无法自拔. 在他们短暂的一身中, 留给我们的则是无穷的苦楚。

生命的光环照耀着我们的成长, 我们也正拥抱着这宝贵的生命. 纵使在我们前进的旅途之中, 我们可能会丧失金钱, 财富, 地位, 甚至会丧失勇气, 丢掉继续生存的渴望, 但请不要忘记, 我们正享受着世间最宝贵的东西——生命. 前面的阴霾密布丝毫不能遮掩它的光芒. 所以我们不能畏惧, 当生命之光重现辉煌时, 给予我们的最强大, 最宝贵的力量. 那时, 我们的生命将定格在那永恒的一瞬。

拥有生命, 我们将会获得一切!

在一切之中, 我们将绽放生命的无尽之美!

各位老师同学们:

大家好!是五月四日是五四运动90周年纪念日。

1920xx年4月底, 眼巴巴企望的巴黎和会并未预想中的“公理”, 郁积的亡国之忧、救国之情骤然化作海啸山鸣的五四运动, 青年知识分子和青年学生洪流中的先锋。

次打破的压制的政治活动。从对外, 全国的不许签字对日本让步的和约, 并引起美国国会的不批准和约, 以至于最后日本不将青岛与胶济路退还于。对内呢, 全国学生的联合, 青年学子们打破了官厅教职员的尊严, 文字上与都放, 而文学革命思想革命的潮流, 也排山倒海的跟着来了。

在五四运动中, 爱国主义是最深厚的精神底蕴。90年前“外争国权, 内惩国贼”的怒吼已然淡去, 但“振兴”的青春壮歌却一脉相传, 回响不绝。

90年来，“爱国、进步、科学、民主”，薪火相传，历久弥新，将五四铸成一枚徽章，戴在挺立时代潮头的青年胸前。

纪念五四运动，目的在于弘扬五四精神，肩负历史使命，要理想，立志报国；要勤奋学习，勇于实践；要在实践中锻炼品格，磨练意志，在学习文化知识的学习做人；要守时守信，做文明的公民；既有理想，又要着眼于现实，从身边事、力所能及的事做起；要勇于奉献，在知识时代，需要为追求光明和自由而抛头颅，洒热血，但“我为人人”的奉献精神，仍应弘扬。

有人说，19世纪是英国人的世纪，20世纪是美国人的世纪，而21世纪，人的世纪，几十年来的艰苦建设，已了“乘长风，破万里浪”的迅猛发展，但不要忘记，仍然发展中的，许多地方有待和发展，要想富强，就努力，而希望就寄予在代人身上。抚今追昔，更应该发扬光大“五四”精神，反省“五四”历程。继往开来，依然任重道远。这应该是当代青年学子的使命。正如那句话所说的那样：“革命尚未，同志仍需努力！”让一起努力！为建设祖国的力量！

## 青年心理健康演讲稿篇二

奉献还是索取，是高尚与卑劣，伟大与渺小，光荣与耻辱的分界。

原苏联教育家赞科夫说过：“当教师必不可少的甚至几乎是最主要的品质就是热爱儿童。”教师是培养人的事业，更是一种爱的事业！这种爱，高于母爱，大于友爱，胜于情爱。母爱容易出现溺爱，友爱需要回报，情爱是下种专一自私的爱。而师爱是严与爱的结合。它是一种科学、理智的爱，积极、主动的爱，无私、博大的爱。他能在师生之间架起一座桥梁，使教育影响如涓涓溪流，流入学生的心田。它是春雨，能滋润干枯荒漠的心田，萌发一片绿洲。

这是一种何等崇高的爱!正是这种爱,推动了教育的发展;正是这种爱使后进生感受到了阳光;正是这种爱,使教师真正做到了“一切为了学生,为了一切学生,为了学生的一切。”我,以及在坐的大家还有什么理由不把这种崇高的爱奉献给学生,还有什么理由不为从事这爱的事业而感到自豪!

有人说:“奉献出这种崇高的爱却要守着一辈子的清贫,这值得吗?”

教育工作是辛苦的,教师每天都进行着大量、平凡、琐碎的工作。日复一日,年复一年,备课、上课、批改作业、管理班级等等。重复性劳动单调而缺乏新鲜感、刺激感。而且目前教师的社会地位和生活待遇相对来说还比较低。教师贫瘦的工资无法使自己的饭碗浮起富有的油花。生活环境的艰难无法使教师摆脱贫穷。那么是什么构成了教师兢兢业业、勤于奉献、淡薄名利默默耕耘的内在动力呢?那就是教师对教育事业的热爱。

王周春,是我在中心校实习时遇见的一名美术教师。九个班的美术教学工作,构成了他每日生活的旋律,教案、学生的画,点缀了音符。他还常常为学校的各类公益事业出谋划策。标语上记录着他的笑容,艺术墙上辉印着他的汗水,文化长廊透露出他的创意,节目道具上有他的思索,甚至教师的教具上都记录着他的辛劳。而这些几乎都是他在周末完成的。

这就是教师的奉献!是它使我们教师摒弃了庸俗的价值观,摆脱了世俗的偏见。忍受了社会的误解,理解了种种不公。义无反顾的投身到了教育事业之中。忠于职守,以奉献为趣、为幸福。是它让教师的办公桌上经常点缀些鲜花和水果;是它,使教师不会视平凡的工作为平凡,不会视琐碎的工作为琐碎,而是会认真对待教育、教学过程中的每一个环节、每一件小事,于细微处显精神,于小事上下功夫。在简单却又伟大的教育工作中体验人生价值实现的满足,也正是它这样的精神和道德价值观鼓励着广大教师在差强人意的社会环境、社会

条件中为国家、为民族培养了一批又一批人才!

对每个时代的每个民族、每个人来说：奉献的积累，就是财富的积累，文明的积累，社会生产力的积累。积累越多，社会发展和进步的速度就越快。这是那些做出了杰出贡献的思想家、科学家、政治家、军事家受到人们尊重的原因，也是那些在平凡的岗位上敬业工作、合法经营、诚实劳动、办事公道的人受到大家尊重的原因。

奉献——世世代代进步人类所尊崇的高尚的道德品质、道德行为、道德境界。志在高远，不辍耕耘，教师为崇高而走来，去追求人生的价值，教师为平凡走去，去托起明天的太阳。

亲爱的同行们，让我们携起手来，共唱奉献的旋律，共攀道德的高峰。在这三尺讲台上，阅历春秋，苦苦耕耘，用我们的爱心、细心、热心、关心，去换起学生的开心、家长的放心、祖国的振兴!

### 青年心理健康演讲稿篇三

青色春天，何其动人。我小心翼翼地行走着，蹑手蹑脚，却又挥霍得酣畅淋漓。

何人不曾拥有青春?何人不曾得意青春眷顾?有时我忍不住回首一望这一路风景，没有旁人口中的青春那般充满着阳光灿烂绿草如茵，却好在长成了不同的颜色，一个真正代表我生命的颜色，它在不引人注目的角落若有似无地绽放得灿烂如火。

我的生命是千亿条河流的其中之一，它原本奔腾不息，巨浪滚滚，在常人看来它就应这样不畏千军万马般直冲，直到终于汇入大海，或是蒸发变作白云，得以永恒的平息。它没有料到会因为一条溪流的注入渐渐变得平静，收起了终日的狂吼咆哮，化为温柔呢喃，越过沼泽荆棘，一去不返。这条溪

流名为青春，它融入生命，与其合二为一，却又好似不断被其冲淡，仅使留下那些属于岁月特有的味道。

正值青春的我棱角满身，又在被青春时刻雕琢，我终会从现在的欲求难满，到把淡水当醇酒止渴。与世界碰撞之时总是怨天尤人的幼稚，总会被今后的自己谈笑风生。

消失的那些岁月都被生命沉淀，有了厚度，亦或长成了大树，深深不息。生下来，活下去，六个字，看似简单易懂，读来顺口，每个字背后的风雨不言而喻。“你的青春就像是一场远行，一场离自己的童年，离自己的少年，越来越远的一场远行。”却又越来越接近真正的生活，褪去稚嫩的外衣，迎接生活特有的酸甜苦辣。当青春与生活这两把刀子相遇时，最终也难分胜负，生活因青春而灿烂过，青春因生活而刻骨铭心，就算青春这把刀慢慢卷刃，也不负一路惊险，风雨兼程。

## 青年心理健康演讲稿篇四

您用生命的火炬照亮了我前进的道路，一路上有您的教导，才不会迷失方向。那你知道哪些青年教师演讲稿?下面本站小编为你整理了几篇青年教师演讲稿范文，希望对你有帮助。

大家下午好!

又是一年长空鸣雁，又是一年柳絮飞扬，又是一年霜风雨雪，又是一年桃李飘香。在这美好的日子里，天高云淡，金风送爽，秋天不仅有收获的幸福，更意味着耕耘的甜蜜，不仅有饱满的果实，更意味着深情的祝福。今天，在这里，我以不同于前20几年的身份，向大家讲述我初为人师的感受。

当我第一次以教师的身份踏进一中时，我的心情是多么激动，多么自豪!然而，俗话说得好：醉后方知酒味浓，为师方知为

师难。当教学的担子沉沉地压在我肩头的时候，当教育的烦琐深深地困扰着我的时候，我才真正体验到了教师平凡生活的滋味，体验到了其中的艰辛和压力。不当老师，不知道当老师的辛苦。以前，只知道老师不过每天上两节课、批几本作业而已。谁想到，两节课的背后，是无休无止的备课、查资料、做练习，夜深人静时，整个城市伴随着人们的美梦而静谧下来，但我还在为教学中的问题苦苦思索着。因为经验不足，很多意想不到的事情也会让我手忙脚乱，这对我这样一个刚刚完成学生到教师这个角色转换的人来说，无疑是一种挫折。可当我静下心来仔细思考，我开始明白，其实少年天性，本无执着，若方若圆，是在教者。每个学生都是一个新的世界，都有丰富而脆弱的心灵，都有哪怕是稍纵即逝的闪光点，有时，教师一个鼓励的眼神，一句赞美的言语，一个会意的微笑，一次耐心的辅导，比起一味地灌输传授更加让学生怦然心动。“一切为了孩子，为了孩子的一切，为了一切孩子”，以前这句话在我眼里只是一句口号，如今却成了我的座右铭。我终于明白满树的花朵只源于春天的一粒种子。

幸福是春天，因为它拥有了新生；幸福是秋天，因为它已满收获；而我要说：幸福是付出，因为在我付出后我可以满载一船星辉回家。我为我是繁花似锦的教育百花中的一朵小花而骄傲；我为我是人才辈出的教育战线上的一名小兵而自豪。我的生命之花在这片土壤中绽放，拥有这片天空，是我最大的幸福。我幸福，我是光荣的人民教师！

冰心说过：“情在左，爱在右，走在生命的两旁，随时撒种，随时开。”这种爱是教育的桥梁，是教育的推动力，是学生转变的催化剂，我试图以平等的尊重和真诚的爱心去打开每个学生的心门，因为我知道，每一扇门的后面，都是一个不可估量的宇宙，每一扇门的开启，都是一个无法预测的未来。在我眼里，每个学生都是一座宝藏，而我就是发掘宝藏的人；每个学生都是含苞的花蕾，而我就是辛勤的园丁；每个学生都是千里马，而我就是那慧眼的伯乐。我深知我的一举一动会



给学生带来不同程度的影响，甚至影响学生的一生！所以，我努力做到智高为师，德正为范，智高德正，为人师表。我不仅将知识在课堂上传授给学生，更在课堂之下教他们做人的道理。我的教学生涯才刚刚开始，我的教学道路还很漫长，今后，我要更加努力工作，更新教育思想，掌握现代教育手段，努力提高教育质量，用心血点燃希望，用行动实现理想，为国家为社会培养栋梁之材。我将努力突破传统的课堂模式，不断注入活水，使教学常教常新，继续用自己的爱去培育学生，用爱去熔铸师魂！

因为有了教师的付出，孩子们才能由幼稚走向成熟，从娇枝嫩叶茁壮成长成为祖国的栋梁之材，这样，哪怕付出了青春，又何需后悔？生活或许是单调的、枯燥的，身体或许是疲惫的、虚弱的，但我一定是幸福的，一定是值得骄傲的。我骄傲，我是光荣的人民教师！

三尺讲台凝聚着我的梦想，任前方荆棘丛生我将持之以恒。茫茫学海中，我要做勇敢的水手，乘风破浪、共赴前程。青春的脚步如行云流水，我要把握生命中的每一天，向着理想的彼岸前行。当我抛弃了迷茫，把握了航向，当我不断地努力，不懈地摇桨，三尺讲台的美丽乐章终将奏响。

各位领导、各位老师，大家好！

今天我演讲的题目是《奉献青春的讲台》。

有人说：“青春是浩渺的宇宙；青春是光彩的舞台”；也有人说：“青春是一张永不褪色的彩照，青春是远行者那色彩斑斓的起点”。而作为“人类灵魂的工程师”，我们所从事的是“太阳底下最光辉的职业”，我们的青春就注定要演绎在那“三尺讲台”上，那才是我们奉献青春的“舞台”。

古今中外，多少致力于教育事业，尤其是致力于中华民族教育事业的人们，都把他们的绚丽的青春演绎在那“三尺讲台”

上。

我国教育事业的先行者——徐特立先生，以振兴中华，提高全民族的素质为己任，在73年的革命和教育生涯中，他以“革命第一，工作第一，他人第一”奉献精神，倾尽毕生心血和全部智慧，教育培养了几代人，造就了一大批领袖人物和革命建设精英，为中华民族的教育事业奉献了绚丽的青春。

我国伟大的教育家——陶行知先生，从小立下了“我是一个中国人，我要为中国的教育事业作贡献”的座右铭，并发起组织了中华平民教育促进会，提出了“生活即教育”、“社会即学校”、“教学做合一”三大教育理论，倡导“千教万教，教人求真；千学万学，学做真人”的教育思想，在中国教育思想界产生了广泛而深远的影响。他以“捧着一颗心来，不带半根草去”的赤子之情，默默地为人民的教育和民族的解放事业鞠躬尽瘁，奋斗终身。

教育前辈们那卓越的求实思想、敬业风范；忘我的献身精神、爱生品质，为我们树立起一座不朽的丰碑……。

如今，为实施“科教兴国”战略，推进素质教育，中日友好学校正以“办一流学校，当一流教师”的独特办学理念立于改革的潮头。校长刘伯阳更是从学校领导班子的调整到教师队伍的建设；从找准办学思路到教师爱岗敬业精神的培养；从依“法”治校的形成到激励机制的完善……，倾注了大量的心血和汗水。

在“科教兴国”战略的鼓舞下和素质教育的推动下，中日友好学校的全校教师更是爱岗敬业，教书育人，奉献不尽，耕耘不止……。

有主动放弃休息时间，义务为学生补习功课的教师；有为了备好一堂课，使自己的课上得更精彩而一遍又一遍地认真钻研教材，翻阅大量书籍，不断学习新知，提升教育理念的年轻

教师;有为了使学生“一个也不能少”而一次次不厌其烦地去家访，去说服家长，防止学生辍学的班主任老师;有顾不上家庭、顾不上嗷嗷待哺的婴儿和卧病在床的父母，而一心扑在教学上的女教师;他们总是“爱校如家”，以忘我的献身精神为教育教学而辛勤地耕耘着，默默地奉献着……。这样的例子举不胜举。

令人感动的一幕幕，又浮现在我眼前……。记不清多少个万籁俱寂的深夜，教师办公室里，总是传出永不熄灭的灯光，总是映出他们为如何搞好教学而冥思苦想的身影;记不清多少个晨曦初露的早晨，披着冰冷的青晖，总能看到教师们匆匆走向校园的身影;记不清多少个烈日炎炎的中午，教师们放弃午休时间，为辅导学生而忙碌的身影……。

每当我看到各位教师挑灯夜战，认真研究教材，精心策划每一节课的时候;每当我看到教师拔下针头，拖着病体匆匆走上讲台的时候;每当我看到教师顾不上家庭、孩子而辛勤工作的时候……。我的内心就震撼着、感动着。在他们身上，我深刻领悟到了为人师者的全部内涵，我感受了一种奉献的圣洁和伟岸。作为中日友好学校的一名教师，我为能有这样的领导和同事感到无比自豪和骄傲。

是的，作为教师，我们甘为人梯，虽工作艰辛，吃也清淡，穿也素雅，但面对大千世界，我们心怀淡泊，像春蚕，像蜡烛，在平凡的讲台上，我们用青春和生命谱写无怨无悔的人生;虽然平凡，我们的脊梁却支撑着祖国的未来;虽然清贫，我们的双手却托举着明天的太阳。

亲人朋友经常问我工作干劲那么大，究竟是为了什么?我一笑代答。我知道，我的力量来自于“我是一名教师”，来自于我们默默奉献、来自于我们的求实创新的精神。在我短短的几年教育生涯中，我深切感受到，当老师，能使我的人生充实，精神愉悦，使我倍感高尚。那是因为，教师——是人类灵魂的“工程师”，是太阳底下最光辉的职业。托起的是明天

的希望;寄托的是祖国的未来。因此,每当我看到自己的学生成长,就有一种成就感、一种满足感。

我时常为自己是一名教师而自豪,我为教师的辛勤付出,得到社会、家长和学生的认可而激动;我为学生的有为、成才而兴奋!……这一切的一切,有着全体教育工作者的心血和汗水,有着全体教师无私奉献的爱,有着全体教师奉献的青春。

是啊,起始于辛劳,收结于平淡,这就是我们教育工作者的人生写照。我既然选择了这个职业,就会无怨无悔。这里是我的“三尺讲台”,这里就是我奉献青春的讲台。让我们忠诚地守候这方伟岸而神圣的“净土”,在“三尺长的讲台上耕耘岁月”,让我们的青春在默默奉献中闪光!

徨和无助,但经过快一年的磨练,我深刻感悟到作一名老师难,作一名好老师更难!

经过近多半年来对教师这个职业的感悟,我认为作为一名好老师应该有一颗爱心,金子般的爱心,对所有的学生都应该表现出对他的爱。不管他贫富与贵\*,学习是否好与坏!校长曾经说过,要把学生当作自己的孩子,因为年龄关系,我把我的学生当作我最亲的弟弟,妹妹,在邯郸,他们就是我的亲人,和他们在一起,我能感受到身处异地的快乐,我把我的全部的热情都倾注在了那些孩子身上,也因此得到了孩子们的认可。

作为年轻老师,因为知识积累不够,教学经验不够丰富,要想让学生喜欢自己所带的课,就必须先让学生喜欢自己,抓住学生的心理。利用年轻的优势,提高自己的业务水平!作为老师,还应有很好的耐心和极大的热情,有很多老师说:“教师的职业是一种良心活”,我感同身受,因为只有当自己的行为不受到良心的谴责时,你才会感受到作为一名老师的幸福!生病了,学生会会在办公桌上放下治疗的药,过节了,学生会拿出自己精心制作的卡片祝你节日快乐,还会说

上一句让你一生都难以忘记的：“老师，您辛苦了！”，嗓子干了，学生会为你端上一杯水。。。。。。当感受到这一切时，你会感到作为老师的伟大，会有一种莫名的感动！

另外，作为老师，还应该适时的鼓励学生。学习好的激励他们向更高的目标奋进，学习一般的鞭策他们，让他们不要灰心，告诉他们这个世界上没有人办不到的事情，只有人不想干的事情。只要想学好，通过努力，肯定会学好的！适时的找心理自卑的学生谈心，鼓舞他们的士气，让他们树立远大的理想，也许就是因为老师的一句不经意的话，一个眼神，一种表情将会影响到一个孩子的一生！所以，对于学生，应该有博大的爱，无私的爱，更应该去宽容他们，理解他们！

之所以选择教师这个行业，源于我本身对学生的爱！虽然我将来不会有令人羡慕的财富和权利，不会有显赫一时的声名和荣誉，也不会有悠闲自在的舒适和安逸。但我还是坚定的选择了它，因为我知道，所有的职业都是在改造世界，而唯独我所从事的职业是在创造世界，我所收获的是任何数字都无法计算的生命价值和幸福成果。生活的目的，不在于显耀和享受，而在于精神上的充实和事业上的成功。没有战士谁也当不了将军；没有水手，谁也当不了船长；没有教师，就没有我们人类文明的今天！

## 青年心理健康演讲稿篇五

大家好！今天我演讲的题目是《铭记五四，把握今日》

历史长河大浪淘沙，送走过多少岁月；时代画卷波澜壮阔，记载了无数英杰。今天，就让我们望岁月峰头，伴历史烟云，循火红足迹，踏坎坷征程，一起回味曾走过的风风雨雨。

回首过去，按卷沉思，难忘那群意气风发的青年用热血和生命所谱写的壮丽之歌，绘就的青春之图。

1919年的5月4日，为了驱散笼罩神州大地的阴云，为了祖国的独立和自由，北京三所高校的3000多名学生代表冲破军警阻挠，云集天安门，他们打出“誓死力争，还我青岛”、“收回山东权利”、“拒绝在巴黎和会上签字”、“废除二十一条”、“宁肯玉碎，勿为瓦全”等口号，并火烧曹宅，引发“火烧赵家楼”事件。随后，军警给予镇压，并逮捕了学生代表32人。

那是一场影响深远的伟大的爱国运动。他们的爱国精神、为真理和正义而战的精神、不畏强暴和黑暗政治的精神值得任何时代的青年和学生学习。“五四”运动的先驱——李大钊这样说过：“历史上的事件与人物，是只过一趟的，是只演一回的”，但“此一回的演行，乃永久存在”。

如今，“五四”运动已作为光辉的一页载入了中华民族的史册。忆往昔，正是这一群青年屹立街头，在中华民族饱受屈辱时毅然挺身，以力挽狂澜之势救黎民于苦难之中。

看今朝，更有一群青年长弓倚天，对着时代立马昆仑，是他们，用智慧和勇气扬起理想的风帆，用拼搏和汗水演绎春华的硕果。

我们有幸生活在一个和平幸福的年代。在这里我们拥有最美丽的青春。青春是美好的，青春亦是短暂的。只有把握我们现在最美好的中学时代，我们的青春才不会有遗憾！我们现在正是花一般的年纪，我们现在正是花一般的时期，我们应当把握现在，努力学习，用知识去开拓一片更高远的蓝天，描绘一幅更宏伟的祖国蓝图，引领一个更美好的未来。

有多少昨日已过去，明日遥不可及，唯有抓住今天才能从容的回望过去，自信的望未来。我们不是英雄，但我们要做青春枝头最娇艳的花蕊！我们要做大浪潮头最骁勇的弄潮儿！我们要做一只海燕，在暴风雨中搏击苍穹！薪火相传、亘古而今，将“五四”铸成一枚赤诚的徽章，让我们骄傲的戴在胸

前。2019五四青年节演讲稿即使青春的花开花谢，让我疲惫，四季的雨飞雪飞，让我憔悴，我也不会后悔！

铭记五四，把握今日，只有这样，我们的青春才会无悔！