

无毒青春健康生活黑板报高清 青春健康成长演讲稿分钟(通用5篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

无毒青春健康生活黑板报高清篇一

漫漫人生路，书香伴我行。

曾经年少也追梦，如今年过不惑，我开始知道随缘，少年时的许多固守渐渐释然，然而，对于书籍的热望却依然执着。世间千般乐，书香最迷人！

早年身居陋室，读孟子后，手书一条幅：“养我浩然正气”挂于室内，并自名陋室为“养气轩”。在集客厅、厨房、卧室等多功能于一体的一间斗室，最大的家当就是书桌、书柜。那时，书生意气正浓，读书几乎是唯一的业余生活。夜，静悄悄的，明月临窗，书香入梦，“三更更有梦书当枕”“半床明月半床书”，生活如此清贫却又如此浪漫！

而今房子是够住了，但书仍是满屋子堆放，“无事乱翻书”已成习惯。

我读书很杂，什么都读，从中外名著到哲学经典，从理工农医到军政史册，从诸子百家到现代科技，从厚重历史到轻松随笔……甚至一本英文原着我也会抱着啃几天。出差在外最不会少带的是书，工作之余总有一卷在手，即使随手一张报纸，也可让我“又得浮生半日闲”！

古人云：“书中自有千钟粟”，而我，读书不为稻粱谋！

我读书，为了不辱职责，不误苍生。我的底子薄，原始学历是初中毕业，七年半的学校生活大约只把我领进了读写算的门。走上讲台，也纯属偶然，开始的时候，心里满是愧疚与忐忑！学高为师，我不够资格；传道授业，我无法胜任。然而，在当时我别无选择！子曰“教学相长”“学而不厌”，两千年优良的师德传统对我具有极其现实的指导意义，我惟有手不释卷，拼命读书。

我读书，还为不落伍。西方曾有名人说过：“如果今天我们不能生活在未来，明天我们将生活在过去。”我担心自己有一天也会生活在过去，所以努力通过学习让自己活在现在或将来。当互联网延伸到浠水的时候，我是第一批接入的用户。我以最快的速度掌握了电脑及网络一般应用，技术水平逐步由菜鸟升级到小虾！互联网在我面前开了一个了解世界的新窗口，让我们多了一条获取知识与信息的途径，我的阅读也因此多了一种方式！

我读书，也为满足一种兴趣。当年对电子技术的狂热其实并没有明确的目标，纯粹兴趣而已。俗话说：兴趣是最好的老师。这么漫不经心地学着，竟也达到了不低的水平，在生活圈子，我的电子维修技术曾一度小有名气，某家电维修培训班还郑重聘请我前去兼课。今天，随着教育现代化的快速推进，我的电子技术居然大有用武之地。

读书的感觉真好。肖川博士曾有过精彩的描述：人生许多感悟，就在捧卷细读之时——感谢在一个阳光明媚的午后，茶烟轻扬，书香浮动，风尘仆仆的心灵终于可以回家了。抑或在那幽静的夜晚，守在小窗前，望着那灿烂的星空，憧憬着美妙的人生境界，吟咏着自己宽广而又温柔的心灵。久而久之，我们的身心都与那广阔的星空、美妙的境界融为了一体，实现着人生的超越。

古人说：开卷有益。许多年的积累，让我感觉工作生活不再沉重，人也有了更多自信。

近几年，教育信息化、实施新课程，教育改革浪潮一浪高过一浪，而我，依靠孜孜不倦地学习，紧紧跟随时代潮流。我承担的中央电教馆十五规划课题顺利通过中央电教馆学术委员会结题鉴定，研究成果得到专家高度评价；我两次应邀去北京参加教育部组织的“中国教育信息化建设与发展论坛”，登上了国内学术交流的大雅之堂；教学研究成果近40件获市级以上奖励或发表；在省市大型专业研讨会上，我多次登台……今天到市教科院开会，又混回了一个头衔——特聘专家！

我还有一些社会兼职，为了不辱使命，我深入调研，积极撰文，为当地的经济和社会发展献计、呐喊！

在浓郁的书香氛围中，中年教师在成名，青年教师在成长，更多的老师在成熟，他们正引领着孩子们全面发展，推动着我们学校迈向辉煌！

孔子曰：“仁者乐山”，“智者乐水”，我的快乐在学习中，在为教师的学习服务中！漫漫人生路，书香伴我行！

谢谢大家！

无毒青春健康生活黑板报高清篇二

青春是一条五彩的小河，淙淙流淌着欢乐的歌声；青春是一朵稚嫩的小花，透着几分质朴与香气；青春是一首壮丽的诗篇，可供睿智的双眼欣赏品读。

春寒料峭，我永远记得那个初春的晚上，乍暖还寒时候，最难将息。“如果你不想读书，明天就和我一起去上班。”妈妈的话一字一顿，如同钉子般穿透我的心脏。惨白的月光透过窗户映照在我的床上，斑驳成了一个迷离的影子。我躺

在床上，握着那让人绝望的30分试卷，辗转反侧，内心的凄苦犹如洪水般袭来，肆意横流。

第二天吃早饭时，我不敢看妈妈，怕与她的目光相撞。刚放下碗，妈妈面无表情地对我说：“走，和我上班去！”来到装修的房子里，我跟着妈妈一起弯腰剪下毛巾上的碎屑。学着她的样子拿着毛巾往涂料里搅一圈，把多余的涂装料挤干，拿粘毛巾的长杆向墙面粉刷。这时，装修室里来了不少的工人，一时间房子里便嘈杂了起来，人声鼎沸。浮躁的说话声，让我暂时忘却了考试的失利，我埋头苦干，默不作声。经过一个小时的辛苦劳动后，我的眼睛开始肿涩，腰也慢慢地酸痛起来。“妈妈就是在这样的环境中为我辛苦地工作着。”我看着妈妈那专注的样子，额头上沁出细密的汗珠，无只言片语。

此刻，妈妈的话语点亮了我心中的迷惘，使我从地狱之门走了出来。也许，这也是那段残枝对我诉说的成长奥秘吧！青春是美妙的，让我用青春来为成长铺垫一条美好的道路吧！

“他说风雨中这点痛算什么，擦干泪不要怕至少我们还有梦……”，郑智化的这首《水手》会永远萦绕在我青春的每一步成长的足迹之中！

无毒青春健康生活黑板报高清篇三

大家上午好！今天我演讲的'题目是《健康上网，无悔青春》

星星闪着泪光，母亲走遍大街小巷。星星啊星星，请你快快告诉我，我的孩子在何处上网？回来吧，我的孩子，我的孩子啊，母亲盼望你脱离网瘾，快快回到我身旁，快快回到我身旁。亲爱的同学们，亲爱的网瘾孩子啊，你们听到了吗，听到了吗？当你点击鼠标、轻敲键盘的时候，可曾听见我们的双亲这声嘶力竭的呼唤。当你的替身战意正酣的时候，你可曾看见我们的双亲夜不能寐的辗转？当你与新识的网友高

谈阔论的时候，你的眼前是否浮现我们的双亲屈膝下跪的可怜啊？迷恋网络的同学们，你们听到了吗，听到了吗，还需要再听这血淋淋的事实吗。7月的一个深夜，安徽一个16岁的中学生，为了筹集上网的费用，潜入叔叔家中，几十分钟以后，包括爷爷、奶奶以及叔叔在内，的五条鲜活的生命，转瞬间便离开了美丽的人世，一个花季少年一夜间蜕变成了杀人恶魔。无独有偶，还有一个少年，因迷恋网络受到母亲的责骂，竟将含辛茹苦养育自己十六年的母亲活活打死。一颗颗纯洁的心就这样被吞噬，一个个年轻的灵魂就这样被扼杀，我们难道不为之痛心，为之叹惜吗！这难道还不能让人警醒吗？同学们，这些都是事实啊，真实的惨案啊，这些都是真实的啊！再回眸我们的校园吧，同样有沉迷于网吧的同学，有的连短暂的午休时间也要去网吧潇洒一回，个别同学甚至逃学而彻夜不归，最终换来的是什么呢？是学业的倒退，健康的消逝，是亲情的隔阂，友情的淡漠啊！

现在随着中国社会的不断发展，生活中网络的影响的确已经无处不在，尤其对于中学生来说更是对网络爱不释手，可是网络是天堂，也是地狱啊。

目前那些黑网吧像一个个美丽的陷阱，有益的少之又少。那么如何，防止我们中学生上网成瘾。

亲爱的同学们，我们正处于文生的黄金时代，美丽的大自然在想我们招手，科学的高峰等待我们去攀登，慈爱的双亲期待我们健康成长，祖国的未来需要我们去铸造辉煌……我们该做的实在太多了！小小一方屏幕，难道能涵盖我们生活的全部吗？同学们，黑发不知勤学早，白首方悔恋网迟。朋友们，让你我真诚相约，用勤劳的汗水铺就未来的成功之路，用辛勤的耕耘回报这片生养我们的土地；让我们远离网吧，健康上网，广取博学，用热血和激情，拼一个无悔的青春！

再次感谢各位评委各位老师，我的演讲到此结束，谢谢大家！

无毒青春健康生活黑板报高清篇四

让我更强大。

感觉成长就在两种想法之间。下雨的时候，你自然会带把伞，一个人撑着伞，走在蒙蒙细雨中，用心感受那独特的浪漫和温暖，而不是像小时候那样一头扎进雨帘。

苦涩的露水。

人的花苗又跑掉了。那时候我爱笑爱哭。刚才天气晴朗，突然下起了阵雨。

现在我成熟了。长大后要变得坚强，学会嘲笑生活，面对挫折和挫折；长大后要收起天真烂漫，学会深沉，学会淡定；长大了，也要学会承受，学会承担。

回首过去的日子，我在成长的道路上留下了一系列弯弯曲曲的脚印，有痛也有乐，有充实也有失落。虽然童年的天堂让我怀旧，但我还是希望长大。“一万卷古今永远消失，一窗昏晓送时光。

“我要汇聚智慧的波浪，不断充实、充实、提升自己，让我的每一天都在对美好生活的遐想和憧憬中快乐而有意义。

无毒青春健康生活黑板报高清篇五

大家好！

我演讲的题目是“让青春飞扬”。

没有童话里的美丽与纯真，没有灰姑娘的水晶鞋的显眼与华丽，没有神话里的幻想与神奇，有的，只是对青春的热切期盼与憧憬。然而，希望一次又一次的破灭，然后一次又一次

的升起，随之被唤起的，还有那淡淡的叛逆与疯狂。

青春是一首歌，等待着我们去唱，唱出心中汹涌和澎湃；唱出心中的叛逆和疯狂；唱出心中的目标和追求。跌宕起伏的歌声或充满力量，或清幽恬静，唱出心中最完美的情感，节奏明快，清脆细腻，余音绕梁。

在这热情的年华里，我们只享受青春的悲伤、快乐、失落和忧愁。小小的笑声，淡淡的忧伤，都变成了最平凡的话语。慢慢地谈心，慢慢地诠释那些忧伤的心。其实我们不需要伪装，只有最真实的自己才能创造出最真实的青春，才能创造出永不后悔的青春。

在青春的岁月里，虽然有许多挫折，许多困难，但我们仍然要努力。因为我们是梦想的创造者，是今生注定要用生命来创造故事的人。曾经的眼泪化为了青春的水珠，曾经的苦难化为了拼搏，激励我们为青春而奋斗。曾经的叛逆化成了关心父母的力量，曾经的一切都是为了创造自己那完美无悔的青春而做的准备，因为，我的青春要属于我自己！

在青春的岁月里，我要把握自己的时间，用最充沛的精力去写青春的乐章，用最平凡的文字去叙述不平凡青春。

青春，没有封面，没有装饰，因为我们可以创造青春，可以用自己的心去诠释青春，让青春飞扬！

谢谢大家！