

# 青春励志正能量演讲稿(优质7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。优质的演讲稿该怎么样去写呢？下面小编给大家带来关于学习演讲稿模板范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

## 青春励志正能量演讲稿篇一

大家好，今天我为大家带来的演讲叫做《青春需要正能量，青春拥有正能量》。

我们，撇下无知迎来了属于我们的青春。青春，让我们肆无忌惮，畅然释怀，体味风那样的自由，感受云那般的自在，因为青春赋予我们的是生命的巅峰，我们无须成熟，我们不再无知，我们唯有执着。青春里的正能量。强大的能量助我支撑起坚定的信念，让我对充满挑战的明天信心满满。

谁的青春没有过悲伤？谁的青春不曾想过放弃？又有谁的青春没有挫折与困境？可是，我不再惧怕，我知道在我身边终会有有一种正能量，像炽热的阳光般温暖我心房，带我走向美好的明天。而我，也会成为他人的正能量，尽我所能去鼓励和温暖像曾经的我一样无助的人。

人生的花季是生命的春天，它美丽，却短暂。作为一名大学生就应该在这一时期，努力学习，奋发向上，找到一片属于自己的天空。青年是祖国的希望，民族的未来。每个人主宰着自己的明天。

前人说得好，有志之人立长志，无志之人常立志，那些无志之人的志，就是美梦，就是所谓的理想，他们把自己的蓝图

构画得再美好，再完善，也只是空中楼阁，海市蜃楼罢了。同学们，你是立长志之人，还是常立志之人呢？在青葱岁月里，每当我忧伤迷茫徘徊无助时，总有一些人或物鼓励着我，散发着积极昂扬的光芒温暖着我。

做一个有正能量的人，让自己有动力去前进。正能量是一种强大的能量，它势必包括一个积极地推动力，只有这样才能让你的学业，事业，生活质量等得到进步。没有动力是很可怕的一件事，就如同汽车没有汽油，火箭没有燃料，植物不再吸收阳光，你只会混沌地过每一天，做着同样的事，到了这个点自然做该做的事，也没有什么远大的目标和理想。难道这样不够可怕吗？你甘愿沉默得像一潭死水原地踏步着，也不愿多些动力去迎接每日的太阳增添能量吗？当然不是了，当你拥有正能量后，你会很自然地迈出你的步子，并且有动力去奔向新的起点。

青春需要正能量，正能量将为我们插上翱翔的翅膀，飞向广阔蔚蓝的天空！最后我想用梁启超的话来结束今天的演讲：少年智则国智，少年富则国富，少年强则国强，少年进步则国进步，少年雄于地球，则国雄于地球。让我们洒一路汗水，饮一路风尘，嚼一跟艰辛，让青春在红旗下继续燃烧；愿每一位青年都怀抱着自己的理想，在人生的航程上不断乘风破浪，奋勇前进！

## 青春励志正能量演讲稿篇二

尊敬的领导、老师，亲爱的同学们！大家早上好！

正能量，看不见，摸不到，闻不着，似乎是一种离我们很远，很神秘的东西。因此我们总是让一天的时间匆匆而来，匆匆逝去，没有太多欣喜与欢乐。渐渐地，人生的雾霾将会在不自觉中笼罩我们的心理，这时，我们就需要正能量来驱赶雾霾与乌云，让自己在阳光下吸收精华，健康快乐成长。

朋友，不必到处寻找正能量，他其实就在我们身边。

去年冬天，一场鹅毛大雪纷纷扬扬地飘落下来，脚脖子高的积雪在短短的一天里正式升级为冰。别的楼晒上两三天就好了，可唯独我们这三个单元是背对太阳的，出门只好铤而走险，走在冰上滑溜溜的，得小心翼翼，一不留神就会摔个四脚朝天。这不，三单元的王阿姨正准备骑电动车送她的宝贝儿子上学。谁知没走几步就摔了一跤，搞得人仰车翻，疼得两人呲牙咧嘴，不住的咒骂着可恶的冰。虽然大家都对这冰恨之入骨，可是却没有一个人真正行动起来，想办法解决这一难题。

我的邻居是一个老爷爷，一脸麻子，弓着腰，一张国字脸上总是面无表情，似乎天塌下来都不能让他呼吸沉重点。我们几个孩子见了他也不打招呼，跟个过路人似的。背地里偷偷叫他老麻子。

可就是这么个老麻子现在却让我佩服得五体投地。

那天下午我放学回家，走到拐弯处脚底一滑，身子一歪，咚的一声跟沙袋似的狠狠摔倒在地。磨磨蹭蹭的爬起来，我一边揉着可怜的膝盖，嘴里一边咒骂着冰。一瘸一拐地拐过弯，咔嚓，咔嚓，哧铁锨撞地的声音传入我的耳朵中。惊讶地一抬头，看见了我一生也不能忘记的场景：寒风中，老麻子的双手颤巍巍地握住一把旧铁锨，一下一下地铲着冰，寒风凛冽，愤怒地咆哮着，他那一双布满麻子的国字脸冻得通红，却显示出一种坚毅，口中呼出的热气立即被冰冷的空气包裹，消失。我就这么呆呆的站在那里，在冷风中，在铁锨刺耳的撞地声中站着。刹那间，我突然发现铁锨的声音不再刺耳，而是铿锵有力，而他那因为干活而更弯的腰似乎也直起来了，一张原本堪称丑陋的脸庞却变得英俊。此时，他如同一位无所畏惧的勇士，在我的心中是那么的高大！

泪，也不管我同不同意，悄然无声地流了下来。狠狠抹了一

把眼泪，我快步走上前去，冲着往日的老麻子恭恭敬敬地喊了一声：爷爷！

他抬起头，似乎有些惊讶的望着我，是呀，虽然我们是邻居，可我从来没有叫过他一声爷爷，愧疚的子弹深深地打入我的心中，泪水再一次流了下来。

男子汉别哭了，来，帮爷爷铲冰，别让其他人滑倒。他用罕有的温柔口气对我说。

很用力的点了一下头，我拿起另一把沉重的铁锹，没有说话，只是奋力的铲雪。

整整一年的时间了，爷爷早就搬走了，但是那一幕，却永远地铭刻在我的心中。

朋友，正能量，不需要刻意去找，我们身边每一个人的心底都有一个太阳，一个由正能量构成的太阳，它会帮助我们驱赶雾霾，驱赶风雨，解开我们被冷漠所冰冻的心。所以，请释放出你的正能量吧！让人间变成温暖的天堂！

## 青春励志正能量演讲稿篇三

大家晚上好！

我是来自xx学院xx班的xxx，今日我所演讲的题目是《放飞梦想青春飞扬》。

在开始我今日的演讲之前，我想先给大家朗诵一首我刚入大学时所做的诗，《杂感》：

步入大学志气存，莫学他人睡眼昏。鸷鸟安于雀同群，看我展翅如青云。

是的，刚步入大学的我们总有用不完的活力去开拓属于自我的生活空间，我们都期望自我能够像雄鹰一样飞翔在那片辽阔的天空。我们入学生会，竞选班委，参加各种各样的社团组织，忙的是热火朝天，在各种各样的舞台上展示自我的才华，释放自我的青春活力。

也有一些同学将自我的全部热情投入到书本中去，整日泡在图书馆里，以书为伴，与书交友，在书中寻找一方净土安放自我的心灵，默默的提升着自我的素养，为有朝一日自我的腾飞而积蓄力量。我想说的是无论我们以什么样的形式来度过自我的青春，来度过自我四年的大学生活，期望大家不要忘记自我初入大学时的梦想，不要忘记自我远大的志向，只要我们坚持，努力，认真做好我们所做的每一件事，我相信我们终会有所收获。作为一群热血的青年，我们应当有信心让自我的青春飞扬在那片辽阔的天空。

我们正处在风华正茂的年纪，我们的青春本就应当是充实的。我们不能只把自我的梦想只搁置在床上，蒙头大睡之际做一个长长的不切实际的梦！不是有这样一个脑筋急转弯吗说：“若要把梦变成现实，我们首先应当做什么？”是的，答案就是赶紧醒过来，赶紧醒过来吧！当我们昏昏欲睡时有没有想过我们的父母正在做什么？同学们啊！我们的青春还能经得起怎样的挥霍！朱自清先生曾在他的《匆匆》里这样写道：“我不明白他们给了我多少日子，但我的手确实是渐渐空虚了。

在默默里算着八千多日子已经从我手中溜去；像针尖上的一滴水滴在大海里，我的日子滴在时间的流里，没有声音也没有影子。我不禁头涔涔而泪潸潸了。”我不明白，我们同学们在回望自我所走过的岁月时，会不会像朱自清一样因感叹时光的飞逝而泪流满面。但我们的青春确实是在键盘鼠标间，在香甜的美梦中悄悄溜走了。

同学们，赶紧醒过来吧。珍惜我们所拥有的每一分每一秒，

以清醒的头脑去迎接挑战，趁着我们还有活力与活力，还有梦想与追求，背起行囊去闯荡一番吧！读万卷书，行万里路，增加我们的阅历，去多交一些朋友，在生活中磨砺意志，锻炼自我的本事。

请同学们记住，青春不是粉面桃腮和朱唇红颜，而是坚定的意志丰富的想象，饱满的情绪；青春不是短暂的岁月和鲜红的色彩，而是一种永远充实，开放，活跃，蓬勃向上的心态，不断沸腾的滚滚热血。

是骏马你就扬蹄远足，

是雄鹰你就展翅翱翔。

为自我的梦想插上坚实的翅膀，让我们的青春飞扬！

## 青春励志正能量演讲稿篇四

什么是正能量？在我看来，能让你积极有活力的，就是正能量。

一个阳光般和暖的微笑，就能映照出一天彩虹一样的心情，正能量其实很简单，无处不在。简而言之，能让你激动并振奋的，那就是你所需要的——正能量！

这种本是精神层面的东西如今也慢慢的实化起来，科学研究表明，快乐的时候能分泌促进新陈代谢的物质，正能量能有助于我们的健康。诚然，乐观开朗本来就是健康的一部分，有一个充满正能量的积极向上的态度，总是有益无害的。

而反观现实，冷漠似乎已经成为我们的一种习惯，我们可以对一个被车碾过的小孩视若不见，也可以对因路滑而滑到在街上的老人熟视无睹，负面的能量似乎在暗中隐隐涌动，汇集。如果没有正能量，万物枯萎，动力机都会停下，人类更

是无法生存。对于我们来说，正能量并非维持生命，而是给予我们一种乐观积极的人生态度和爱的力量。这种正能量是能传递的。我们需要正能量，给自己充满正能量，给社会传递正能量！

如何找寻正能量呢？也许我们可以从他认出获得，但是整日靠他人“接济”未来的正能量又何能缓解现代都市的压力，况从生物学的角度来说，能量在传递过程中会不断损耗。自己动手，丰衣足食。事实上正能量也正是这样藏匿于我们的眼皮底下：也许就溶在一杯咖啡里面，也许就隐于一行优雅的诗句里，也许就呆呆地在每个慵懒闲适的恰到好处的午后等着我们。不同于真正意义上的能量，正能量并非与什么东西是此消彼长的关系，所以只要我们想就可以创造出无止境的正能量，从别人出汲取，不如自己创造。

可有的人总爱抱怨说，我的上司太苛刻了，我的老师太严厉了，我的父母一点都不关心我的想法，总之我的环境整个儿一个都是负的，我何去寻找正能量？与积极乐观的人交往能感受到他们传递给你的正能量。正能量还包括了爱与奉献，传递爱也是正能量传递的一种形式。把能量继续传递下去，我相信你一定会生活在一个积极快乐的环境里。

阳光温热，岁月静好，我有一所房子，面朝正能量，春暖花开。

## 青春励志正能量演讲稿篇五

尊敬的各位领导、各位老师、亲爱的同学们：

大家下午好！

我是来自七(9)班的\_\_\_，今天我给大家演讲的'题目是《心中有梦，与众不同》。

“你要全力保护你的梦想，那些嘲笑你梦想的人，他们必定会失败。他们想把你变成和他们一样的人，我坚信，只要我们心中有梦，我就会与众不同，你也是。”这是电影《当幸福来敲门》中的一段经典台词。它也鼓励着我，要心怀梦想，去闯荡未来。要用梦想这把锋刃，刺向一切未知之处，无所畏惧。

梦想是美好的，它的光芒照耀着青春，但现实是残酷的，比如当我们还是个年幼无知的孩子，我们梦想着当\_\_；当我们开始懵懵懂懂，我们梦想当个省长、市长，再后来，我们觉得是个“长”都不错，甚至自己一辈子可能连一个“长”都当不了，此时当你仰望星空，你是否还能想起那个属于你的梦？当你被现实击倒，你还能否站起来顽强地微笑？我相信，你能！你们能！只要你去寻找梦想，只要你去追逐梦想，不管成与败，那都将是永恒的你永恒的骄傲。

我的演讲到此结束！谢谢大家！

## 青春励志正能量演讲稿篇六

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

下午好！

高考，是每个高中生智慧比武的大擂台；

高考，是人生旅途中初见曙光的十字路口；

高考，是有志者放飞梦想的发射场。

别忘了，你是一个有理想、有自信的人，你要展示自我的实力；

别忘了，你是一个有良知、懂报恩的人，你要回报父母的养

育；

别忘了，你是一个有骨气、有潜力的人，你要荣光老师的教诲。

古人说得好，苦心人、天不负、卧薪尝胆、三千越甲可吞吴；

古人说得对，有志者、事竟成、破釜沉舟、百二秦关终属楚。

虽然是，三分天注定，但是主动学习，持之以恒，每天都在超越自我；

要坚信，七分靠打拼，只要顽强拼搏，亮剑考场，决胜高考靠勇气；

我预祝，爱拼就会赢，奋斗百日，百折不挠，蟾宫折桂必是xx中人！

谢谢各位！

## 青春励志正能量演讲稿篇七

老师们、同学们：

早上好！

有一位同事告诉我说，他最想把“自信”传递

给大家

，因为这位同事很优秀，也很自信。

不值。但无论发生什么，你们都一定要自信，因为你们永远不会丧失价值。不管你们肮脏或洁净，衣着朴素或华丽，出身高贵还是贫穷，你们依然是无价之宝。”

大学的最后一堂课，导师告诉我们，生命本身就有价值，所以我们要自信，要勇敢的去实现自己的价值。因此，当听到同事讲自信是我们应该传递的正能量时，我就想起了这个正能量的故事。