

# 珍惜青春演讲稿(实用9篇)

演讲稿具有观点鲜明，内容具有鼓动性的特点。在社会发展不断提速的今天，需要使用演讲稿的事情愈发增多。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我给大家整理了一些演讲稿模板范文，希望能够帮助到大家。

## 珍惜青春演讲稿篇一

高三学子，我们的足迹已装帧在季节的封面，生命的扉页，我们将踏上奔赴明年六月的征程，朝着六月的梦想努力奔跑。

许多人都说高三学子像精卫一样填着题海，嘴里好像永远都念叨着abc和xyz，眼镜片一天天厚起来，头发一天天薄下去……高三意味着充实日出而作，日落不息。

所以，高三学年注定是沉甸甸的：沉甸甸的学习，沉甸甸的教诲，沉甸甸的期望，沉甸甸的关注……一切皆为了沉甸甸的收获。收获，在坚持中，在奋斗中！尼采说过：“一棵树，要长得更高，接受更多的光明，那么它的根就必须更深入黑暗。”而高三就该像一棵树一样坚韧而寂寞地成长。

我们都知道：“青春是美丽的”。它不仅仅美在绚丽的外表，更美在昂扬向上的精神，美在奋然前行的决心。我们普通，因为我们和其他寒窗苦读的书生一样都在追梦；我们特殊，因为我们要做的是一份人生最为关键的答卷。

知足者常乐，不知足者常进，很少有人能知道需付出多少努力才能实现心中的梦想，我们只能不断前进、前进，再前进。因此我们就要有这样的决心和干劲：“坚持到底，永不放弃！”夏天不摘秋天的果。摘下来，食之不甜，弃之可惜，还是等到收获的季节里再去品尝丰收的喜悦吧！

## 珍惜青春演讲稿篇二

青春，充满激情的年代；梦想，包容无数的未知。拥有青春我们可以无所为畏惧，怀抱梦想我们可以飞向天堂。也许你看到的青春在岁月的蹉跎中渐渐暗淡，追逐的梦想在现实的利剑前慢慢的破灭。但其实是你坚守的梦想动摇了，飞扬的青春气馁了。不要害怕前进的道路崎岖，青春的时光经不起时间的雕刻。我们要拥有怀抱梦想的信念，放飞青春的豪迈。

在极速发展的社会中，在时过境迁的现实里，青春是我们拼搏的资历；在忙碌无常的生活中，在钢筋水泥的建筑屋里，梦想是我们奋斗的动力！

青春的心蠢蠢欲动，让梦想带我们去旅行。

纵使山高入云霄，纵使水深不见底，纵使鸿沟无边际，青春的心有梦想的乘载，年轻的我们扬起梦想的翅膀，跨越困难，飞越极限。

也许，青春的我们会迷茫，但梦想一如既往！

也许，梦想最后不会成真，但青春的心无怨无悔。

让我们一起追逐青春，放飞梦想吧！

谢谢大家。

## 珍惜青春演讲稿篇三

今天我演讲的题目是《珍惜青春》。

大家有没有听过这样一个故事：一个游手好闲的年轻人梦见自己随着时光的飞逝变成了白发苍苍的老人，等他醒悟到自己一生浑浑噩噩时，却已是悔之晚矣！于是他痛苦地仰天大喊：

“青春!回来吧!回来吧!我的青春!”这一喊把青年从梦中惊醒，他暗自庆幸自己还没有沦落到那种地步，自此便奋发图强。

这则故事告诉我们：每个人都要珍惜青春，因为，青春逝去不再来!

同学们，我们即将或已年满17岁，可以自豪地称自己为青年。但自豪之余，我们难道不该想想要对这火红的青春负些责任吗?须知，青年是新世纪的朝阳。我们的任务，就是勇敢地接受新世纪的挑战，去贡献自己的青春，而不是骄傲自满地虚度光阴，耗费青春!

同学们，我们既然被称为新世纪的朝阳，又拥有光彩照人的青春，就理应珍惜青春!在这辉煌的岁月，我们需要勤奋自强，用汗水，用信念，谱写出壮丽的青春之歌，编织出五彩的青春之梦!

## 珍惜青春演讲稿篇四

大家好!

青春：她经得起磨练却经不起消磨，经得起开发却经不起挥霍。保尔·柯察金曾经说过：“人最宝贵的是生命，生命对于每过忍耐只有一次，人的一生应当这样度过”，当他回首往事的时候，他不会因为虚度年华的悔恨，也不会因为碌碌无为而羞愧，当他临死的时候，他能够说：“我的整个生命和全部精力，都已经献给了世界上最伟大的事业——人类的解放而斗争”。所以我们应该珍惜青春，乘着自己还年轻，尽自己所能，在青春的舞台上展现自己亮丽而独特的风采，让青春飞扬!就像无数的星星在生活的星空中发出自己耀眼的光芒。

青春是美好而短暂的，人们对于拥有的东西，往往是在拥有

的时候不去珍惜，而失去时才发现其价值！

珍惜青春，就要学会承受。承受困难和挫折，包容与压力、义务和责任。

珍惜青春，就要学会吃苦。青春是人生中最需要奋斗的阶段，尽管需要付出艰辛。

珍惜青春，就要坚持追寻，一个停止了追求的青年，注定是一个失败的人，只能在无聊和寂静中湮没。

珍惜青春，贵在由崇高的理想和执著的追求，乐于助人，乐于奉献。在挫折中完善，在奋进中成熟，在工作岗位上闪光！

珍惜青春，就要心胸宽广，困难时不要怨天尤人，妄自菲薄，顺利时也不要沾沾自喜，忘乎所以！要记住，美丽的容颜只是青春的剪影，美德和修养却贯穿生命的始终。青春似流水，悔恨白了头。人生的路是漫长了，它不象平坦的柏油路，那样笔直，也不象一潭湖水那样宁静，各式各样的困难、挫折、失败、委屈……随时都会向我们挑战。

珍惜青春，把握自己，塑造人生，勤奋和毅力是成功的基石。不断的探索、实践、追求、超越、必将赢得一个美妙的青春，精彩的人生！

时光老人的脚步在悄悄前进，光阴似箭、日月如梭的感觉时刻伴随着我们？陶渊明曾有过这样的`感叹：“盛年不重来，一日难再晨，及时当勉励，岁月不待人”。青春对我们每个人仅有一次，愿我们把握住自己的青春。朋友，让我们把青春聚合成美丽的冰雕，让我们将年轻抒写成美丽的诗行，让我们把信念挂在桅杆上，让成功之船启航！

谢谢大家！

## 珍惜青春演讲稿篇五

大家好!

青春：她经得起磨练却经不起消磨，经得起开发却经不起挥霍。保尔·柯察金曾经说过：“人最宝贵的是生命，生命对于每过忍耐只有一次，人的一生应当这样度过”，当他回首往事的时候，他不会因为虚度年华的悔恨，也不会因为碌碌无为而羞愧，当他临死的时候，他能够说：“我的整个生命和全部精力，都已经献给了世界上最伟大的事业——人类的解放而斗争”。所以我们应该珍惜青春，乘着自己还年轻，尽自己所能，在青春的舞台上展现自己亮丽而独特的风采，让青春飞扬!就像无数的星星在生活的星空中发出自己耀眼的光芒。

青春是美好而短暂的，人们对于拥有的东西，往往是在拥有的时候不去珍惜，而失去时才发现其价值!

珍惜青春，就要学会承受。承受困难和挫折，包容与压力、义务和责任。

珍惜青春，就要学会吃苦。青春是人生中最需要奋斗的阶段，尽管需要付出艰辛。

珍惜青春，就要坚持追寻，一个停止了追求的青年，注定是一个失败的人，只能在无聊和寂静中湮没。

珍惜青春，贵在由崇高的理想和执著的追求，乐于助人，乐于奉献。在挫折中完善，在奋进中成熟，在工作岗位上闪光!

珍惜青春，就要心胸宽广，困难时不要怨天尤人，妄自菲薄，顺利时也不要沾沾自喜，忘乎所以!要记住，美丽的容颜只是青春的剪影，美德和修养却贯穿生命的始终。青春似流水，悔恨白了头。人生的路是漫长了，它不象平坦的柏油路，那

样笔直，也不象一潭湖水那样宁静，各式各样的困难、挫折、失败、委屈……随时都会向我们挑战。

珍惜青春，把握自己，塑造人生，勤奋和毅力是成功的基石。不断的探索、实践、追求、超越、必将赢得一个美妙的青春，精彩的人生！

时光老人的脚步在悄悄前进，光阴似箭、日月如梭的感觉时刻伴随着我们？陶渊明曾有过这样的感叹：“盛年不重来，一日难再晨，及时当勉励，岁月不待人”。青春对我们每个人仅有一次，愿我们把握住自己的青春。朋友，让我们把青春聚合成美丽的冰雕，让我们将年轻抒写成美丽的诗行，让我们把信念挂在桅杆上，让成功之船启航！

谢谢大家！

## 珍惜青春演讲稿篇六

(1) 立远大的理想，追求积极向上的人生目标。

(2) 浪费时间就是浪费生命，我们珍爱生命就要珍爱生命中的每分每秒，热爱珍惜今天。

(3) 勤奋学习，努力提高自身素质，不断完善自我，提升自己的生命价值。

(4) 从点滴小事做起，从现在做起，认真对待每一堂课、每一次锻炼、每一次活动。多做有益他人、社会的事。

同学们，行动起来吧。好好珍惜青春时光，做些有价值的事，让青春无悔。

把握青春，珍惜时间

青春的风铃吹开了心扉，青春的彩笛吹动了梦想，青春的音符带动我奔向希望。青春，是生命的站点，它虽不能常留永驻，但却激情四溢，光彩焕发。

青春好似陈年美酒；珍惜它的人会将它细细品尝，品尝酸，甜，苦，辣；虚度光阴的人则将它一饮而尽，喝得大醉，沉浸在一时的欢乐当中，留下的遗憾和痛苦。我们要加入到人生的跑道上去，与时间赛跑，在赛跑中去追逐自己的梦想。生命因为有了青春才闪光，青春有了理想而精彩。

少年的我们爱追梦，喜欢无拘无束地自由放荡，喜欢无尽的天籁之乐。可我们又知道，青春年少当发愤图强，人生中最美好的时光不应让它随风飘走，把握这生命的盛夏之旺季，应该是我们青春无悔的一份答卷。“时乎时乎不再来”“莫等闲，白了少年头，空悲切”，这豪言壮语应该提起我们的注意，把握现在，不要等到白发苍苍时，才后悔当初，那也只能是秋风中孤雁的一声哀鸣罢了。

只有一次。

青春是什么？青春是希望。青春最需要什么？青春最需要好好把握。我们应把握好它。待到秋风吹过时，回想过去，自己的认真把握，干好了该干的每一件事，至少“这”也是对我们生命的一种交代。

大家早上好，我演讲的主题：珍惜青春

青春是生命中最美好的时光。青春因为拥有无数个美丽的梦幻而变得光芒四射！青春是颗不老的心，是天真激荡的魂灵，是人生快乐的真谛，青春是团结向上，朝气蓬勃，积极进取，美和力量的象征！在人生的十字路口，它作为人生旅途中的重要标志，导航着命运的前程。

青春是美好而短暂的，人们对于拥有的东西，往往是在拥有

的时候不去珍惜，而失去时才发现其价值！

珍惜青春，就要学会承受。承受困难和挫折，包容与压力、义务和责任。

珍惜青春，就要学会吃苦。青春是人生中最需要奋斗的阶段，尽管需要付出艰辛。

珍惜青春，就要坚持追寻，一个停止了追求的青年，注定是一个失败的人，只能在无聊和寂静中湮没。

珍惜青春，贵在由崇高的理想和执著的追求，乐于助人，乐于奉献。在挫折中完善，在奋进中成熟，在工作岗位上闪光！

珍惜青春，就要心胸宽广，困难时不要怨天尤人，妄自菲薄，顺利时也不要沾沾自喜，忘乎所以！要记住，美丽的容颜只是青春的剪影，美德和修养却贯穿生命的始终。青春似流水，悔恨白了头。人生的路是漫长了，它不象平坦的柏油路，那样笔直，也不象一潭湖水那样宁静，各式各样的困难、挫折、失败、委屈……随时都会向我们挑战。

珍惜青春，把握自己，塑造人生，勤奋和毅力是成功的基石。不断的探索、实践、追求、超越、必将赢得一个美妙的青春，精彩的人生！

我的演讲到此结束，谢谢大家。

## **珍惜青春演讲稿篇七**

大家好！

青春是世间最美好的东西，一旦拥有了青春，就拥有了最宝贵的财富。



青春是一座金字塔，是进取。是学习上的进取。考试不理想，我们就要努力奋斗，争取优异的成绩。是道德品质上的进取。“吾日三省吾身”就是在不断进取，完善着自己的人格。

青春是两颗连在一起的心，是友谊。遇到开心事，最想去和朋友分享，一个快乐就变成了两个快乐。烦闷的时候，最想与朋友倾诉，一个苦恼就只剩下半个苦恼。所以，青春的友谊，最珍贵。

青春是一弯新月，是缺憾。是“每逢佳节倍思亲”的缺憾，有缺憾才有团圆。是“人比黄花瘦”的缺憾，有缺憾才能成就流传千古的诗词歌赋。

青春是一把竖琴，是快乐。美妙的音符萦绕在耳畔，是快乐。是成功的快乐，是成长的快乐，是通过汗水收获来的快乐。青春没有理由不快乐。

青春是书架，是学习。青春勃发，正是读书的黄金时代。现在“三更灯火五更鸡”，就不会是明天的“白首方悔读书迟”的懊丧；现在“黑发‘已’知勤学早”，就会换来明日的“春风得意马蹄疾，一日看尽长安花”的喜悦。

青春是飘扬的旗帜，是逆风勇进。小船逆流而上，终于得到了成功，得到了拼搏的快乐，自然比“野渡无人舟自横”的闲得意的多。我们知难而进，就会越勇，超越自我。

.....

abcdef奏成了青春的歌，绝美的画。

既然，青春是这么美好，那么，每个人都要珍惜自己所拥有的青春、珍惜所拥有的财富！

## 珍惜青春演讲稿篇八

大家好，我是二九班的xxx□

“青春是天边的虹，转瞬即逝，却又柔美异常；青春是清晨的雾，朦胧含蓄，却又适合徜徉；青春是山涧的溪，清丽柔和，青春是……”青春，朝气蓬勃的象征，是每个人都经过的，并且是转瞬即逝的美丽烟火。

现在的我们，在面临一次次的考试，一次次抉择中成长，在一次次的失败面前，在一回回的教训中摸打滚爬，是青春给予了我们这样的权力，让我们在这个时期中用自己的眼睛，耳朵，双手，去感受这个丰富美丽的世界，看现在的我们，好似早上升起的一轮红日，明亮而清新，充满着力量，充满着期待、志愿，充满着求知和斗争的志向，充满着对未来的希望！

当那一轮大大的红日再次从天边升起，几辆大巴停在学校门口，初四楼前站着一队队的学生，在他们中，有的看起来很焦虑，有的和同学则唧唧喳喳。

现在的他们，每个都还有着拥有稚气的面孔，都拥有着中招考试的权力，他们将要面对的卷子就是决定他们命运的一张船票，这张船票写满了青春，可能，在船上，有些人会漂泊到离他们人生理想很远的地方，有些人则会惊喜的到达自己的彼岸，就这样，那些漂泊到不如愿的地方的人，他们会在青春中留下遗憾。

所以，我们中学生骄阳似火，活力，创造力，会像不老泉的泉水，在人生的大江中，没有一条支流像青春这样，所以，珍惜青春，保护这转瞬即逝的青春吧！

为了将来不后悔，不在人生中叹气，不在将来想起现在的自己时，感叹道：“我当时咋这么傻啊！”为了让自己在人生的

道路上不留下遗憾的足迹，珍惜青春！

望初四的学哥学姐好好考试，加油，让我们一起珍惜青春！

## 珍惜青春演讲稿篇九

它充满了幻想

充满了诱惑

充满了倔强

充满了积极向上，永不服输的心态

青春——它是慷慨激昂的

青春——它是朝气蓬勃的

青春，正是我们为理想而奋斗的时刻

青春，正是我们播种的季节

青春，是永不凋零的希望和不灭的向往所编织的彩虹——绚丽辉煌