

2023年珍惜时间把握现在演讲稿 把握青春珍惜现在演讲稿(优秀9篇)

演讲比朗诵更自然，更自由，可以随着讲稿的内容而变化站位。一般说来，不要在演讲人前边安放讲桌，顶多安一个话筒，以增加音量和效果。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。

珍惜时间把握现在演讲稿篇一

大家好!我是号，我演讲的主题是“青春要树立理想”。

青春不仅仅是一声声的赞美，它更是拥有使命并为之奋斗不息的源泉。因为生命的光环一个个被践踏的躯体赋予了新的灵魂;因为青春的绚丽，一个个飞舞的思绪会聚成一首悲壮的挽歌。

时光的老人又一次送来了五月，迎来了又一个“五四”青年节。在这阳光灿烂，安宁祥和的幸福生活之时，我不禁想起了那些曾为中华民族的民主，科学，独立而抛头颅洒热血的青年们，是他们，在民族遭受屈辱的时刻挺身而出，以力挽狂澜之势救黎民于苦难。在斗争中，青年们敢于直面惨淡的人生，敢于正视淋漓的鲜血，他们以燃烧的激情和鲜血凝聚成精神的火炬，点燃了未来。这种青春是多么绚丽夺目呀，这种使命是多么震撼人心啊!

放眼看看吧，在我们社会主义现代化建设的征途中，涌现出许多新时代青年的楷模。从伟大的共产主义战士雷锋到以服务祖国需要为乐的王杰，从自学成才的张海迪到科技创新的秦文贵……他们在平凡的岗位上，用五四精神诠释了青春的使命!演绎了一幕幕惊天动地的话剧!谱写了一曲曲壮丽雄浑的青春赞歌!

作为新世纪的我们，要树立远大的理想，人的一生只能享受一次青春，当一个人在年轻是就把自己的人生与人民的事业紧紧相连，他所创造的就是永恒的青春。我们要坚持勤奋学习，立志成才。二十一世纪，信息交流日益广泛，知识更新大大加快。形势逼人自强。催人奋进。我们要跟上时代步伐，更好的为现代化建设贡献力量就必须学习学习再学习，打下坚实的知识功底。在学习中，还要善于创新，善于实践，善于把所学的知识运用到改造主观世界客观世界活动中去，不断成才。同时我们应树立正确的世界观，人生观，价值观，努力培养良好的品德，提高综合素质，完善人格品质。做有益于祖国个人民的人。

国家的繁荣富强，人民的富裕安康，社会主义制度的巩固和发展需要几代人，十几代人甚至几十代人的努力。艰苦能磨炼人，创业能造人。青年一代的我们，只有做到艰苦奋斗，才能顺应时代发展的潮流，才能真正地做到把个人的前途和命运与国家，民族的前途和命运紧密相连，为祖国奉献青春，这是当代青年最嘹亮的口号，我真心地希望，这不仅仅是口号，更是我们青年一代的旗帜！

生命对每个人只有一次，而青春则是这仅有的一次生命中易逝的一段。我坚信：流星虽然短暂，但在它划过夜空的一刹那，已经点燃了最美的青春。这让我们肩负起历史的使命，让身体里流淌的血液迸发出激情！让我们都做夜空下那颗闪亮的星星！

同学们：少年强则国强，少年独立则国之独立，振兴国家，匹夫有责，赶快行动起来吧！

我的演讲完毕，谢谢大家！

珍惜时间把握现在演讲稿篇二

大家好！

青春和梦想永远都是现代人津津乐道的主题。少年盼望青春，规划梦想；正值青春的人赞美青春，成就梦想；年老者回忆青春，感悟梦想；诗词歌赋歌颂青春，赞美梦想。青春是热情奔放的，而梦想却是神圣迷茫的。

青春者，如四季之春，犹一日之晨。充满生机，溢满活力。青春时代是人生最具梦想的时代。在这阶段，我们激情四射，有着火一样的热情；在这阶段，我们雄心壮志，铁骨凌云冲九霄；在这阶段，我们勇敢无畏，用年轻的心去拥抱创造力。

青春与梦想齐飞！

如果

你向往高远的蓝天

那么，生长吧

不知不觉

你会发现自已已是棵堪称栋梁的大树

或是一簇为世界带来芬芳和美丽的鲜花

即使你长成了一株小草

你也会看见

正因为有了千万个你的存在

才有了这绿满山岗！

作为新时代的我们风华正茂，有着斗厚的知识与学识。雷锋曾说：“青春啊，永远是美好的。可真正的青春只属于那些永远力争上游的人，永远忘我劳动的人，永远谦虚的人。”

把握青春，才能成就梦想。

雄关漫道真如铁，而今迈步从头跃。请不要做无聊的诉说者，认为“我们什么也没有，我们只有青春”，当你拥有青春的同时却在浪费青春，而没有把握好青春，那么，你仍然一无所有。让我们漫步在青春的大道上，用辛勤的汗水和智慧去浇灌人生；让我们用行动去珍惜青春。“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”没有行动的支持，就无法真正把握住青春，所有的梦想都将成为泡影！

少年智则国智，少年强则国强。青年的一代是国家的希望，更

是祖国的脊梁！我们必须把握住青春，才能成就梦想！

让我们用行动作为青春的号角，向着梦想，前进——！谢谢大家！

珍惜时间把握现在演讲稿篇三

大家好！我是***我今天演讲的题目是《为青春喝彩》！

人的一生，从呱呱坠地到静默逝去，经历数个阶段。青春无疑是最美好、最让人难忘的篇章。那么，青春到底是什么呢？我们可以将它物化！

朋友们，你们是要选择怎样的青春呢？其实，青春就像天边最灿烂的一抹云霞，美丽却又无比短暂。你还来不及欣赏，它便消失了。我们可以把那上天收回的日子叫逝去。但我们的青春怎么能任它白白流逝。可能在过去，在那不该挥霍的时光里，我们挥霍着错误与悔恨。我们应该知道，尽管时间总似水长流，而生命却总要归还！怎样经营？盈亏得失？是我们自己的事。说白了，生命，不过是上苍借予我们一用的资本！

走着，青春是一条路；跑着，青春是一阵风；飞着，青春是一片云。站着，青春是一杆旗；坐着，青春是一尊佛；躺着，青春是一场梦！

垂头丧气，青春是一团乱麻；消极堕落，青春是一片废墟；不思进取，青春是一旋陀螺。

满怀思想，青春是一团烈火；百折不挠，青春是一条江河；勇往直前，青春是一把利剑！

唉声叹气，青春是低重的迷雾；心灰意懒，青春是沉重的包袱；万念俱灰，青春是凄凉的坟场！

放声吟唱，青春是劲歌妙舞；诗琴书画，青春是艺术殿堂；登高望远，青春是蓝途远景！

追求，青春是葳蕤生长的希望；期冀，青春是不远万里的向往；拼搏，青春是百战不殆的沙场！

珍惜时间把握现在演讲稿篇四

大家上午好！我发言的题目是《正视挫折，走向成功》

有一人，在他二十一岁时，做生意失败；二十二岁时，角逐美国州议员落选；二十四岁时，做生意再度失败；二十六岁时，他的情人离开人间；二十七岁时，一度精神崩溃；三十四岁时，角逐美国联邦众议员再度落选；四十五岁时，角逐美国联邦参议员落选；四十七岁时，提名副总统落选；四十九岁时，角逐美国联邦参议员再度落选。然而，就是这样一个屡战屡败的人，在他五十二岁时，当选美国第十六任总统！

这个人就是林肯。

成功者是需要坚韧的毅力和非凡的勇气的。一个人经历一些

挫折并不是坏事情。“自古雄才多磨难，从来纨绔少伟男。”在我们成长的道路上，有坦途，也有坎坷；有鲜花，也有荆棘。在你伸手摘取美丽的鲜花时，荆棘同时会刺伤你的手。如果因为怕痛，就不愿伸手，那么对于这种人来说，再美丽的鲜花也是可望而不可及的。成功永远属于挑战失败的人。我们拥有年轻，年轻没有失败。只要能战胜荆棘，战胜自己，即便是弄行得遍体鳞伤，至少也可以证明我们曾经奋斗过，我们不是挫折的奴隶！

同学们，我们要对成功说：你不要来得太快，太容易，笑在最后才是最好的；我们要对挫折说：让暴风雨来得更猛烈些吧！面对成功，请一笑置之；面对挫折，请绽开从容的笑脸，挺直坚强的腰板吧！

谢谢大家，我的演讲完毕！

珍惜时间把握现在演讲稿篇五

大家好！

于是，你爽快地应约，无所顾虑地和朋友一起出发，独留下那未完的事情，在风中叹息。它叹息的是，我们总是习惯把事情留给明天，习惯于把美好的希望寄托于明天。然而，明天虽然近在咫尺，却又是遥遥无期。

因为，今天就是明天的影子，明天又是另一个今天。我们永远无法预知还有多少个属于我们的明天。我们有的，只是今天，只有今天是实实在在地握在手上的光阴。

今天，每个新的开始都是在今天，时间从今天开始，又是在今天过去，自然的轮转，生命的更替，一切都在今天。不要因为还有明天，就虚度了今天，因为虚度今天就是颓废自己，浪费今天就是荒废明天。珍惜今天，才能拥有明天；把握今天，才能收获明天。

所以，请珍惜每一寸光阴，把握好今天，今日事今日毕，不拖拉，不内耗。

昨天已成为历史，明天还是个未知数，可望而不可求。今天才是生活，今天才是一切，才是最后决定昨天与明天价值的关键。让我们怀着对明天的希冀和憧憬，把握今天，走好每一步，让今天的付出，成就明天的‘灿烂美好！

珍惜时间把握现在演讲稿篇六

大家好！

今天，我演讲的题目是《弯腰捡拾，我的责任》。

走进××中学，迎面而见的是美观的红色教学楼，窗明几净的教室，宽阔平坦的操场。在这样的环境里学习和生活，我们感到无比惬意，无比幸福，也为此感到骄傲和自豪。

然而，与校园优美环境不和谐的是，我们总能看到一些破坏环境的现象，校园门口常常有吃完早点仍弃的塑料袋；教室里有乱仍的纸屑和纸团，花坛中也常夹杂着果皮和废弃物，这些都严重影响了我们校园的环境。

在这里，我想对同学们说：“弯腰捡拾，人人有责！”让我们捡拾身边的垃圾，清理角落的污物，在这个细微动作中，培养我们维护校园的美丽和整洁的责任心。

“学校是我家，爱护靠大家”同学们，在四中这个大家庭中，你是愿意走进清新美丽的校园，还是愿意看到布满垃圾的校园你是愿意走进窗明几净的教室，还是愿意看到杂乱无章的空间我想，同学的答案都是不言而喻的，那就让我们以实际行动，投入到爱公物，爱校园的活动当中。从捡拾身边垃圾做起，从我做起，起清洁，讲卫生，管好自己的手，不乱仍垃圾：管好自己的口，不随地吐痰。只有这样，我们的校园

才会永远保持她的清新和美丽，我们也会在清新美丽的校园中茁壮成长，而这美丽的环境靠我们双手共同维护，文明习惯靠我们平时点滴积累。

还要说一个问题，就是特色班的评选。我们的特色是：活泼自律，但由于我们做的还不够，所以一直没有申报。活泼我们是做到了，似乎还过分的些，但自律呢纪律一直是我们的老问题，总是死灰复燃。其实，我也不想再次提起，因为我知道，大家已经听烦了，听腻了，并且都知道应该怎么做，但就是做不到。同学们有没有想过，课堂上你无心发出的一句与课堂无关的话，自习课上你不自然发出的一声笑声，影响的可不止你自己，还有全班的同学。如果因为你一个人的过错而波及到了全班，你不觉得内疚吗大道理我不多说，大家心里都明白应该怎么做，但为什么做不到呢，只因为一时的贪玩、一时的失控吗我希望，这个学期，我们可以申报特色班。不管是否评得上，只要我们递交材料时能够做到问心无愧，就已经是我们的进步了。

珍惜时间把握现在演讲稿篇七

是浮华的风带不走燥热的怅然，让指间的轻舞也变得愈加笨拙迟缓起来？不去知道，也无法明了，这世间的一切，本无所谓有，无所谓无，本无所谓真，无所谓假，只有呼吸着的每一天，生命对于我们来说，只有一次，可以把握，可以珍惜。

于万千红尘中，我们不停的奔波着，劳碌着，为着的是一种生活，一种活着的质量，走过着也路过着，快乐着也疲惫着。是血浓于水的亲情带着我们赤裸裸的来到这个尘世，当我们响亮的第一次啼哭，带给父母这一辈子最动听的音乐的同时，我们便与亲情紧密相连，永不可分了。也许前路平坦，也许前路坎坷，但我们只要带着亲人们真挚的祈盼，带着亲人们真切的惦念，我们就不会迷失前进的方向，就不会沉沦于泥

潭沼泽里而不能自拔。

感到孤独时，总会有一种朋友，无须朗朗大笑，无须感天动地，无须多言，便心灵交汇，驱走无奈的烦恼与寂寥；感到无助时，总会有一种朋友，无须大势渲染，无须虚情假意，无须唯美的表达方式，就能深深的感受到一种力量与信心，来面对艰难，来面对坎坷。朋友无须多而在于精，友情也不必锦上添花，而在于雪中送炭。

也许这世上根本就没有一份真爱可以彼此刻骨铭心到地老天荒，也根本就没有一种真情让可以彼此生死相依到海枯石烂，因为这是个现实的社会，现实的人生，而不是童话故事里，王子吻醒了沉睡的公主，或是公主吻到了中了魔法的青蛙，便可以幸福的结合在一起，永不分开。

珍惜时间把握现在演讲稿篇八

今天我演讲的题目是《把握青春，珍惜当下》。今天我演讲的内容可以用四个关键词来大致概括一下。青春、梦想、现在和未来。在这里有三个问题值得我们去共同思考一下。

第一个问题是：你觉得青春是什么？

有人说：青春像一场马拉松比赛，有起点，也有终点。有人说：青春像一朵花，花会开，也会凋零。还有人说：青春是一幅画。同学们，你们觉得青春是什么呢？我请几位同学来回答一下。

看来每个人对于青春都有自己的一个比喻句。恩，这是很正常的。在我心中也有那么一个比喻句。我觉得青春像一本书，一本有厚度的好书。至于这本书是厚重还是单薄，是一本好书还是一本坏书，这完全取决于我们自己。如果现在的我们每天都感到充实、快乐，每天能以积极进取的心态去面对学

习和生活，那么那本书一定厚重且精彩。如果我们每天是一种浑浑噩噩的状态，天天沉醉于网络游戏中，活在一种虚拟的梦幻世界里，等我们回到现实中，会感到浓浓的失落感。从而惶惶终日，不知所为。那这个人的青春之书一定是不益之书了。

所有请在座的同学的青春是一本有厚度、有意义的好书。

前面我已经说了，青春是我们人生中最美好、最幸福的一个时期，所有我们一定要好好享受这个时期。也许等我们走出校门，参加工作了，我们再也没有这种幸福了，随之而来的只是巨大的压力。所有我们应该好好的利用这个时期来好好地提升自己。我建议大家在这个时期一定要去多读书，去博览群书。这个时期可以不去做任何事，但是一定要去读书，要去充实自己。可能同学会抱怨了，先不要抱怨读书累。请大家想象一个这样的场景：在一个冬日的下午，你坐在图书馆安静地捧着一本书，旁边放着一杯热茶，渴了就抿几口，阳光透过窗户暖暖地照在你身上，是多么地舒服呀。你再想想你玩游戏有什么意义呢？还有看书也要挑选，那些网络小说我们还是不看为好。套用鲁迅先生的《拿来主义》里的一句话：我们要动用脑髓，慎重挑选，勤于苦读。

最后一个问题是：对于现在和未来我们要树立正确的观念。对于现在我们唯一能做的就是珍惜。我知道，可能有很多同学后悔来到我们江西科技学院。我奉劝大家，千万不要后悔，因为我们已经来到这里了，后悔时光也不会回到初三。我们人生中唯一一次中考已经过去了，不可能再让我们考一遍了。所有我们要在这个学校度过五年，我们的青春所有美好的记忆可能全部都会发生在这里。所有我们要做的是好好地把握和珍惜。

对于未来我们要有信心，很多同学都不自信。有人说我们90后怎么怎么不好，其实这真的不能怪别人，别人为什么会这样说，肯定是我们自己的问题。比如，人家说我们没有进取

之心，这是实话，一些人天天沉醉于游戏和网络小说里，上课就呼呼大睡，现在大学生最流行的一句话就是：大学不逃课，人生不完整。你看这能怪别人老是说我们90后这不好那不好吗？我们好吗？好在哪？同学们以这样的态度对待人生，当然就不会有什么自信了，因为你这样的态度，不仅人家不会信你，你自己恐怕也难以相信自己的。所有同学们一定要努力改变自己对人生的态度，这样你的信心将会大增。好了，从现在开始，请把握青春，珍惜当下。希望大家很快就能看到不一样的自己。谢谢大家！

珍惜时间把握现在演讲稿篇九

早上好！

望着鲜艳的五星红旗，我感慨万分！

创始人李大钊曾说过：“我以为世界上最宝贵的是‘今’，最容易丧失的也是‘今’。因为它最容易丧失，所以更觉得它宝贵。”是啊，昨天已经过去，明天尚未到来，我们所能做的就是把握今天。

“早岁哪知世事艰”，由于我们的生活环境过于舒适，许多学生走向了生活的误区：抛开学习，追求时髦，沉迷旧梦，徘徊不前。孰不知世界上最快又最慢，最长又最短，最平凡而又最珍贵，最易忽视又最易令人后悔的是时间。古今中外，凡是为人类做出杰出贡献的人，都是从把握今天起步的。只有缺乏意志，毫无志向的人，才认为今天的事情没做完，明天还可以继续做。由于这种错误想法，许多同学把今天应做完的事一拖再拖，不知失去了多少个“今天”。宋代大学问家朱熹的一首诗：“少年易学老难成，一寸光阴不可轻。未觉池塘春早梦，阶前梧叶以秋声。”告诫我们应该把握今天，努力学习。

同学们，我们在市一中这个知识王国里，沐浴这新世纪的阳

光雨露，享受着全市一流的学习环境，利用着全市一流的教学设施，接受着全市一流园丁的栽培，我们没有任何理由抛开学习而追求时髦，没有任何理由沉迷旧梦而徘徊不前。

我们伟大的祖国正发生着翻天覆地的变化，几代人的目光落在了我们身上。要想振兴五千年的中华，要想捧起一轮滚烫繁荣东方红日，就需要我们把握今天，努力学习。我们应在旭日升起时就投入到紧张的学习中去，而不是在夕阳下山时去幻想明天会出现什么奇迹。只要我们脚踏实地，持之以恒，把握好今天，美好的明天一定会属于我们。