

# 2023年珍惜青春年华演讲稿 珍惜青春演讲稿(实用16篇)

通过撰写安全演讲稿，可以加深大家对安全问题的认识，提高个人和集体的安全防范能力。部分大学生演讲比赛获奖作品，让我们一起欣赏和借鉴。

## 珍惜青春年华演讲稿篇一

大家上午好!

今天我们演讲的主题是“青春\*创业”。

青春，我们拥有了，创业，我们还得努力，还得抓住每一个“今天”。

只有充分用好了每一个“今天”，才能去谱写我们美好的明天。

因此，今天我演讲的题目是“珍惜每一个今天，谱写美好的明天”。

“珍惜每一个今天，谱写美好的明天”“昨天、今天、明天构筑了我们人的一生”。

大家都知道，“昨天是历史，今天是创造，明天是谜，是希望”。

而在我们人的一生中，“今天”是最重要的。

抓住了“今天”就能望到美好的明天，浪费了“今天”，就无法征服诱人的明天。

“今天”就是财富，财富却买不来“今天”，财富失去了，明天还可以挣回，“今天”失去就不再有了“今天”。

人，只有抓住现在，才能有辉煌和灿烂的未来。

寄希望于明天的人，将是一事无成的人。

在我们小学的课本上，有一则大家非常熟悉的故事“寒号鸟”，美丽的寒号鸟就是不将每一天的时间当回事，不听其他鸟儿的劝告，整天游荡买弄自己地羽毛和嗓子。

最后，在寒冷的夜里，它用美丽的歌喉悔恨过去，哀求未来：“抖落落，哆罗罗，寒风冻死我了，明天就垒窝”。

当第二天太阳升起来时候，他又忘记了昨天历史对他得教训，而继续虚度“今天”。

就这样重复了几个晚上，最后，那美妙动听的声音也随着明天的来临消失了。

从这则故事，大家不难明白，“今天”，对于我们每一个人，特别对我们年轻这一代是多么的重要。

我们应该珍惜好每一个“今天”，应该勤奋的去耕耘每一个“今天”，这样，才会有精彩的明天。

时间中唯有“今天”是最宝贵的，抓住了“今天”，亦即抓住了时间，成功就会向你招手。

“今天”是种子，今天不种下它，明天怎会开花结果呢？今天不存上钱，明天怎会得到利息呢？在我们生活中的每一个“今天”，假如不合理安排，明天怎会有喜悦的收获呢？伟大的科学家爱因斯坦在瑞士联邦专利局工作时，在他的每一个“今天”，都是快节奏的用三四个小时就完成了全天应做的工作，

然后，利用剩下的时间进行学习和研究，终于在20xx年，在物理学三个不同领域中取得了历史性成就，特别是狭义相对论的建立和光量子论的提出，推动了物理学理论的革命，开创了科学史上的先例。

因此，只有那些懂得如何利用“今天”和那些对“今天”付出的努力的人，才会在“今天”创造出成功事业的奠基石，孕育明天的成就。

同样，在我们的工厂，下班后，我们经常看到有些车间和办公室还有人在挑灯加班，他们这些“最可爱的人”就是不把今天该做的事拖到了明天。

他们有着一种使命感，鞭策着他们得珍惜每一个“今天”。

也因这样，让我们看到我们工厂美好的明天。

年轻的朋友们！

狂天虽平凡，可它却是一块块金砖，垫高了你的明天；

狂天虽普通，可它却是一条条小溪，可聚满了你的明天；

在我们每一个人的生命长河里，都泛着分分秒秒光阴的波浪，他们稍纵即逝，却又“法力无边”，她能把你推向成功的彼岸，也会引你触礁而覆没在险滩。

拥有青春的朋友们，只要我们树立“今天的事，今天完成”的观念，我深深的相信，你的明天就会成为辉煌的“金天”。

## **珍惜青春年华演讲稿篇二**

同学们：

我们是五月的花海，用青春拥抱时代；我们是初升的太阳，用生命点燃未来。

五四的火炬唤起了民族的觉醒，激励着我们继往开来。愿五四的精神似强劲的东风，吹开我们心中懦弱的冰河，使我们走进勇士的行列；愿五四的人格长成参天大树，结出丰硕的果实，成为我们精神的食粮；愿五四的形象成为一坐坐丰碑，树立在我们心中，激励我们永远向前、向前。

我多想，时光老人停下他匆匆的脚步，我多想，历史长河滞住他汹涌前进的巨流，好让我把青春驻足。可时光老人依旧脚步匆匆，历史长河仍旧滔滔汹涌。那就让我们趁着年轻去吃苦、去练特长、去长学问吧！让激动的心弦和着自然的风韵随着我们歌唱。歌唱青春，歌唱每一个奋斗的日子。

青春像朝露，蒸腾着热气、散发着热量、放射着光艳；青春像溪水，洋溢着欢乐、奔腾着希望、创造者自我。愿青春的我们继续奋力拼搏，理想的实现并非轻而易举。现实是此岸，理想是彼岸，行动则是那坐钢铁长桥。在人生的大海中，有许多个驿站，只要练就奋飞的素质，成功的'机遇等待我们；高昂你青春的额头，成功的时刻等你去实现。

珍惜青春吧！因为青春是一首歌，让你用如火的经历唱出他的生命；青春是一个梦，让你抚去任何虚妄的痕迹，让你用坚实的足音将他羽化为现实的辉煌；青春是一只飞鸿，让你抖落世俗的纤尘，让你陶然于生命的恢弘与超然。

亲爱的朋友们，让我们缅怀五四先驱门的业绩、秉承民族的精神、高举五四的火炬。珍惜青春，奔向明天吧！我们的足音踏着节拍，时代的花蕾会应声怒放；珍惜青春，战胜未来吧！我们的双臂荡起了雄风，历史的长廊将永远向前、向前。

## 珍惜青春年华演讲稿篇三

大家好，我xx级1班的李伟，今天想跟大家说的话题是：珍惜青春。

提起青春，我觉得我们应该是一种骄傲的感觉。对很多人来说，“青春”似乎已经是一个奢侈的字眼了。电视剧中经常看到这样的情形：退居后线的老董事长仍然企图对年轻后辈的决策横加干涉。其实细想一下，他们这样做大多是为了显示自己未老，然而实际上他们毕竟老了。青春是我们的，生活舞台是我们的，主角是我们的，奇迹更将会是由我们创造的！

青春，是人一生中最宝贵的时期。它代表活力，这段时光总是充满欢声笑语；它代表想象，人总会对未来的世界充满期待；它代表精彩，人总会为自己的前途打拼。没有青春，人生不可能不是残缺的。

青春的岁月是需要投入的季节，是需要积累的时段。年轻的我们一如既往，从来没有怀疑过自己的选择，执着的目光可以穿透一切的艰难险阻。

青春的翅膀现在需要的是磨练，而不是温床；青春的翅膀需要的是风雨的洗礼，就让暴风雨来得更猛烈些吧！

“少年不努力，老大徒伤悲”。许多青年不知青春岁月之短暂，荒废学业，沉迷于游戏机、网吧，为追求时尚，穿名牌，学追星，这难道不是虚度光阴吗？“书到用时方恨少”。没有知识，只得漂漂荡荡在人世间，这往往是不知青春宝贵之人的结局。要想化悲剧为喜剧，只有珍惜青春。

那么，如何珍惜青春呢？为了父母我们理应挑灯夜战，吃苦耐劳，回报养育之恩；为了自己，我们更应发愤图强，持之以恒，创造辉煌的明天。只有这样，青春才有意义，我们才算珍惜

青春。

每个人都拥有青春，没有人能跟自己的青春讨价还价。因为青春无悔，我们要学会珍惜青春，为青春奋斗到底！

谢谢大家。

## 珍惜青春年华演讲稿篇四

同学们：

青春易逝，何不珍惜几乎每个人都曾度过青春。或是带着几分甜美；或是带着几分淡淡的苦涩；或是充满青春的活力或是有着几分难以言喻的艰辛。《青春舞曲》是大家耳熟能详的歌了。其中一段充分体现青春的宝贵：太阳下山明朝依旧爬上来，花儿谢了明年还是一样的开。美丽小鸟一去无影踪，我的青春小鸟一样不回来。是呀，我们的青春不正像美丽的小鸟一样一去却再也不回来了吗青春如烟，飘忽不定；青春如尘，转瞬即逝；青春如同天边五彩的云霞；青春如同清晨初升的太阳；青春如同茁壮成长的'小树，遇到挫折，依然顽强。莫等闲，白了少年头，空悲切。岳飞花了三十年时间重整河山，却毁于一旦。我曾经读过《满江红》却不懂其中的奥义。现在，我懂了。三十年的宝贵青春，就这样白白浪费掉了，换了谁，会不痛心呢《满江红》不是闲适之作，而是对青春白白流失的血与泪的控诉！说青春宝贵，不单单是易逝去的缘故。当青春还停留在你身边时，你没有儿童时期的幼稚，没有三十而立的苦恼，更没有老年时代的力不从心。此时的你，是最有青春活力的时候了。珍惜你的青春吧，就趁你还拥有它的时候。不要等到失去时才知道珍惜，不要在拥有它的时候彷徨。让我们展开青春雄健的翅膀，在天空中自由地翱翔吧！

## 珍惜青春年华演讲稿篇五

同学们：

我喜欢清澈见底的漓江水，也喜欢平波展镜的西湖水。然而，生命之长河中那湾青春水更是我爱的至点。

定立于青春水边，沉思着如何渡河，水中嬉戏的鱼儿或许会扰乱你的思绪，在这样的扰动下，或许你会放弃原有的那份真挚与纯洁，悄悄地走上完美的殿堂。因为青春的心总是溢满幻想，然而，朋友，你是否想过青春水很急，不允许我们过于追求完美，过于追求完美，总是以不完美收场。

喜欢大雾弥漫的天气，因为它呈现给我的是一片朦胧。然而，青春月光所呈现的那一片柔和的朦胧亦是我爱的屋脊。

笼罩在月光下，一颗幼稚的心升华至频频的跳动，那股柔情的袭击，你或许按捺不住心中的悸动，在无声无息中，你迈进了朦胧的宫殿。因为青春的心充满惊奇，然而，朋友，你是否知道，青春月光所散布的那一片朦胧需要擦拭你的双眼，在平静中观赏美，不要在朦胧的美丽中迷失了方向。

喜欢温柔多情的春天的生机勃勃，因为它给我带来的是希望与宁静。然而，夏天无情的狂风暴雨更是我，即从名甲天下的漓江水和西湖水说起，自然引出我爱的.至点青春水，进爱的心极，因为它象征的是青春的火热炽情。

躺在青春中春天的怀抱，因为春天是希望的象征，你忘记了追求。沐浴于阳光下，给你带来的是一份安逸。然而，生活的过度安逸却是通往灭亡的起点，或许，你的结果便由死于安乐来印证。青春是充满激情的，多情的夏天给它注入新的活力，让它有了搏击人生的资本。春天的幼芽还很羞涩，丰硕的果实还有待于夏天狂风暴雨的考验。

漫步于青春中的四季，不要对春天的景致流连忘返，紧紧地拥抱夏天吧！珍惜所拥有的青春，因为青春的微笑还很矜持。

## 珍惜青春年华演讲稿篇六

同学们：

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。

## 珍惜青春年华演讲稿篇七

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

十五六岁的青春，是最爱美的年华，我们用自信、智慧、乐观、坚持编织成一个彩色的梦，行走在岁月里。

纯真最美

烈日炎炎，汗水蒸腾，刚从中考跑道走下来的我们，发梢上眼睛间还管着一丝泪珠，呼吸显得有些杂乱，忽然有人提议要拍照，来不及整理仪容，我不停地用手抚摸头发，可被沾湿的那几缕总是不顺从。闪光灯骤亮，照片上留下了一个我刻意调整却似笑非笑的面孔。

照片中的我们天真、无邪，亮丽的风景线，为青春增添了新的色彩。

善良最妍

沉重的单元门即将关闭，一位老奶奶迈着艰难的小碎步走过来，我迅速转身，拉开单元门，老奶奶放慢脚步，面容慈祥，像金阳下的秋菊那样灿烂令人失神。“小姑娘，谢谢你呀，长得可真漂亮……”

我诧异，我漂亮？看向一旁玻璃门，姿色平平，但又有奇特的美好，我知道那是什么，亦为青春勾勒出新的图案。

## 书韵最雅

朗朗的读书声飘荡在教室中，“噫吁嚱，危乎高哉……”声音如此铿锵有力，节奏分明，舒缓的顾问，语气抑扬顿挫，低回婉转，如新水细流，同学们个个都很专注，美妙的读书声，柔和千古佳句，在唇边流溢。

那华丽的诗句袭入我的心田，沉淀出一份芳香，正式，那芳香为青春描绘了文化的图画。

洗尽铅华，我携纯真上路，播散一路欢笑，我邀善良奏曲，演奏一场盛宴；我请书韵作画，画出一路惊喜；就这样行走在这条道路上！

青春就如同一个将要升起的太阳，一点一点的绽放光芒；青春就好似那朝气蓬勃的参天大树，不断地以它的生机勃勃使景色美丽；青春就宛如一条河流，永不退缩、浩浩荡荡，奔涌出一种永不停息的风采……的确，青春是美好的，但奋斗的青春才是最精彩的。

青春，一个闪光又绚丽的字眼，像早上八九点钟的太阳，充溢着无限的激情与期望；满载着无限的生机与阳光。它是作家耀眼的语言，是战士沸腾的热血，是明星在舞台上热情洋溢的歌声，它令多少人陶醉！又令多少人向往。

青春如同一株无人问津的小草，或许没有阳光、没有雨露、没有一路的芬芳花香，或许无人问津；只有践踏，只有侮辱，但它只有默默而顽强的活着，终究会盛开出一朵娇艳美丽的花朵。

青春在奋斗中展现美丽，青春在奋斗中展现辉煌。就像雄鹰

的美丽是展现在他搏风击雨中，如苍天之魂的翱翔中，正拥有青春的我们，何不以勇锐盖过怯懦，以进取压倒苟安，让我们扬起奋斗的帆在波涛汹涌的大海中不断前行，展示我们新一代人青春的壮美与力量，让我们就像雄鹰一样搏击长空吧！让青春之歌扬出昂扬的旋律，让我们的声明发出耀眼的光芒。

我们青春年少，我们斗志昂扬，我们正处于人生中最美丽的阶段，奋发是我们的格言，努力是我们的标志，勤劳是我们的习惯，奉献是我们的信条！奋斗是我们榜样！达·芬奇曾经说过：“趁年轻少壮去探求知识吧，这样，年轻才不会空虚。”

青春岁月，有过挣扎，有过彷徨，但更多的是同伴的努力催人奋起，促我奋斗，催我向上，看着有些朋友们得过且过，虚度光阴，我也曾犹豫，看着看着有些人整日的紫醉金迷、吃喝玩乐，我也曾动摇，每当彷徨时，我便想起了想起了水稻之父袁隆平的奋斗之路，正是他一次次的实验，坚持不懈的奋斗，才解决了十三亿人的吃饭问题，每当我迷茫时，经常会有一个响亮的声音在我耳边响起：奋斗吧，努力吧，美丽的风景前面，奋斗的青春最美丽！

## 珍惜青春年华演讲稿篇八

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

一对翅膀已长齐了白色的羽毛，夏天的风告诉我们雨季要来了，青春派来使者告诉我们：这是最美的季节，最耀眼的舞台。

光阴似箭，日月如梭，当时光匆匆地与我们擦肩而过的时候，我们又能抓住多少，当回忆往事没有多少的时候，我们又将

会有多少叹息和遗憾。在这一个花一样的年龄，雨一般的季节里，挥霍与遗憾，这两个词就不应该出现在青春这部字典里。

现在的我们就像是一张储存卡，不管它有多大，我们都要尽自己最大的努力去把它的空间装满，要趁着现在精力充沛，打好基础，毫不吝惜的努力学习，充实自己，拥有健康的身体，灵活的头脑，有效的利用每时每刻，满满的青春，满满的快乐，让青春散发迷人的光彩。

青春中的我们有的是活力，有的是时间，有的是学习的东西，这些都是我们可利用的资源，也是我们学习的黄金时期。所以，我们要拿上自己最称手的工具，在青春中挖掘最值钱的东西，然后收藏在不朽的木盒里。

青春中的我们喜欢幻想，可也有许多的壮志豪情，想要登上那最高的山峰，触碰到夜空中最闪亮的那颗星；青春中的我们也喜欢无拘无束，可也有认真奋进的时候，想要向别人证明自己，展现最真实、最有实力的自己。这些都是青春中的美丽水滴，要好好的掌握，不让其挥洒。

在这多彩的青春中，我们不光是要学习知识，还要树立一个人生目标，一个可以实现的目标。或许这个目标会让你付出许多，可无论如何，都要努力，才能向目标靠近。虽然努力是成功的必要不充分条件，但是不去努力的话就永远不会成功，青春中不能缺少敢于尝试的精神。

这是一列永不回头的火车，既然踏上去了，就不要错过窗外的每一处风景……

## **珍惜青春年华演讲稿篇九**

同学们：

大家好。

少年智则国智，少年富则国富，少年强则国强路过低年级的教室里，书声琅琅。稚嫩的童声，轻笑。他们，可知其中深意少年，是人生中灿烂的一段时光。不光是学习的奋起，还拥有着美好的青春。何谓青春它们不是路边的小吃，花几块钱就能买到；不是那些繁华的高楼建筑，一眼便能眺望。

青春，是一个抽象的名词。但是它确实是无处不在的。人的一生中，青春很短暂。它可以被利用但却经不起消耗，它可以被千锤百炼但却经不起消磨。青春为我们所有，至于是碌碌无为一生还是发挥青春的全部精彩，全凭我们自己抉择。青春时代是一个短暂的美梦，当你醒来时，这早已消失得无影无踪了。

莎士比亚

少年的我们在青春里畅游，或浑然不觉，直至它失望退场时才发觉；亦或抓紧时机，尽自己所能。也许这样并不是出人头地，但我们不会后悔当初，而是潇潇洒洒走向人生下一站。

每个人对于青春都有自己的诠释。有人，仅仅将青春作为一段时间，过了也便过了，走了也便走了，做好了自已；有人，趁着少年，轰轰烈烈，绽放属于自己的光彩；而有的人，在其余思想的干扰下，强行逼青春退场。

有的人，站在国家等级的领奖台上，骄傲地巡视着自己所得；而有的人，坐在牢狱里，反省着自己的所作所为；更有甚者，狂妄自大地口出狂言他们都是少年上天总是公平的，将荣誉赋予应该得到它的人，将罪恶踢给不需要青春的'人。

青春，给了所有人公平的机会。至于是摧残，是呵护，还是无所谓，全凭自我掌控。

我们还年轻，我们需要青春，我们要用青春挖掘自己的潜能。而消磨时间者，只能眼睁睁看着青春从指缝间流出，消失殆尽。不要再任性了，青春不是童年。不要再无聊了，青春没有很多。不要再沉默了，青春不能消磨。青春短暂，时机有限。少年智则国智，少年富则国富，少年强则国强，少年独立则国独立，少年自由则国自由，少年胜于欧洲则国胜于欧洲，少年雄于地球则国雄于地球！

这一切的一切，都需要建立在青春的基础上。让我们珍惜青春，放飞青春的梦，发挥它无尽的精彩！

谢谢大家。

## 珍惜青春年华演讲稿篇十

同学们：

大家好！

时光荏苒，岁月如梭，转眼间，我们的青春已流逝了不少，青春有时在充实中度过，有时在快乐中度过，还有时在奋斗中度过。青春是一个人生命中最宝贵、最有价值的财富，为了把握它、抓住它，青春，应该这样过。

窗外高高的烟囱中冒出浓浓的白烟，仿佛在告诉人们冬天就要来了。我诧异着，时间过得如此之快，上初中之后，两年多的时间已经过去了；上初三之后，半个多学期已经过去了。我一边感叹着时间过得如此之快，一边思考着，时间，怎么就这样快呢我望着窗台上那盆草莓，我骤然发现草莓已经有些干枯，应是我平常不常浇水的缘故，我顿然醒悟，我之所以未给草莓浇水，是因为我最近较忙，时间之所以过得快，是因为我每一天都活得充实。我每一天都发现着自己的人生价值，阐释着生命的意义，这就是青春啊。青春，应该充实着过。

篮球场上，我接过传来的篮球，一个转身之后起跳，将球扣入篮筐。赛场下响起了欢呼的声音，我们赢了这场比赛。队友的脸上都挂满了汗珠，他们的短袖衫也和我的一样，完全湿透。可是无论我们的外表如何窘迫，内心都是快乐的。我与他们一同坐在篮筐下，大口地喝着瓶中的冰水，以减弱身上有汗的燥热与难耐。我望着眼前的球场，仿佛看到了自己在赛场上奋力拼搏的情景。我是快乐的，不仅因赢了比赛，更是经历过程时的愉悦。青春，应该快乐着过。

夜深人静，鸟儿也已归巢睡觉，只有我在家里挑灯夜战，过几天就要考试，不复习怎么能行！更别提那海量的作业了。与作业的斗争是永无止境的，我每夺下一个阵地，记作业本就引领着我来到下一个阵地我既无奈，又疲惫，实在无法忍受这样的煎熬。外面的黑暗越来越浓，我的眼皮也越来越睁不开了。我告诫自己：不行人与人的差距，就是这么一小会儿拉开的，我坚持着，直到作业写完的那一刻，仿佛听到了上帝对我的赞叹。是的，就是这样。青春，应该奋斗着过。

充实着过，使青春更有意义；快乐着过，使青春更加真实；奋斗着过，使青春更有价值青春如同一支赞歌，回荡在天地之间，回荡在宇宙之间，也回荡在我们的心间。青春是令人无法忘怀的。所以我们应该尊敬青春，享受青春，把握青春。青春，应该这样过。

## 珍惜青春年华演讲稿篇十一

各位老师，亲爱的同学们：

大家好！

我是xx班的xx□

“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！



## 珍惜青春年华演讲稿篇十二

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

早晨看看镜子，笑一笑，为的是一个美好的今天，看看昨日的日记，看看昨日的幼稚与调皮，那些时光已不再复返。如今我们能做的，只有珍惜今天的青春，让明日的我们看着今天的岁月不再惋惜。

十二岁，升上了初中。心是一颗火红向上的心。那是不注意周边的一切事物——管他风云雨露。就连自己的生日也是自己一个人哼着生日歌过的。因为那时我们都面临着的是一个陌生的脸庞。

十三岁，上了八年级。为的是考上一个好高中、一所好大学。心是一颗激情的心。我们都长大了一岁，少了一份童真，多了一些成熟与稳重。元旦晚会上，都能找到自己的搭档，共同唱出十三岁的天空。

曾几何时，我听见过青春的呼唤；曾几何时，我看见生活与青春共舞；曾几何时，在梦里听见青春在我耳边说——珍惜我吧！

## 珍惜青春年华演讲稿篇十三

同学们：

美好的青春时光短暂，我们要懂得珍惜。为此，我提出以下几点建议：

- (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。

## 珍惜青春年华演讲稿篇十四

大家好！今天我要演讲的题目是《青春》。

我们欢度过天真无邪的童年，迎来了属于我们激昂的青春。青春对于我们来说，是一个多么自豪的字眼，因为拥有青春，我们每天都站在新的起跑线上，迎接新的挑战；因为拥有青春，我们可以尽情放飞自己的梦想，并努力追寻；因为拥有青春，我们不怕失败，相信一切可以从头再来。

青春的我们是最耀眼的，我们犹如朝阳下的一朵朵鲜花，绽放在大地的每一个角落，需要我们用心去栽培，才能散发出迷人的光彩，我们向往太阳，我们总是喜欢在阳光底下永远盛开我们灿烂的笑脸，尽情地向大地万物倾吐出我们的芳香。

青春是书架，是智慧。没有书的青春是不结果实的花。所以，我们要勤奋读书，好好学习。正所谓，书中自有黄金屋，书中自有颜如玉。只有读书，才能改变自己的命运，创造属于自己的未来。一个人如果不读书，就像鸟儿没有了翅膀一样，不能飞翔。书是人类智慧的源泉，是人类进步的阶梯，它给我们力量，给我们信心。虽然读书不是一件轻松的事情，它需要动脑思考，还要有毅力，但是书能带给我们快乐，带给我们幸福。我们要打开知识的大门。

青春是一面旗帜，是理想的旗帜。青春的目标，是奔跑在风中的一面旗。正所谓，理想是石，敲出星星之火；理想是火，点燃熄灭的灯；理想是灯，照亮夜行的路；理想是路，引你走向黎明。每一个人都需要理想，理想是指明灯，没有理想，

就没有坚定的方向。我们都要树立坚定的理想，并要为此努力追求，不懈奋斗，这样才会取得丰硕的成果。我们正值青春年华，要把握好机会，去为理想而奋斗，实现人生的价值，将来为祖国献出自己的一份力，报答祖国对自己的养育之恩。

青春是一座金字塔。只有锐意进取，青春才能焕发出巨大的能量。古人云：逝者如斯夫。我们面临的是接踵而来的新挑战。进取，是我们生活的亮点。一个人的进取心是很重要的，没有了进取心，就没有了前进的动力；没有了进取心，就没有了生活的希望；没有了进取心，就如没有了灵魂的躯壳。蛹因为进取，才会蜕壳而出，化成翩翩飞舞的蝴蝶；苗因为进取，才能在岩石逢中扎根，开出艳丽的花朵；人因为进取，才会创造出幸福的生活。所以，我们必需要有颗进取心，才能够不断前进。

青春是活力的象征，它蕴涵着机智和勇敢。有了这些，我们便有了克服困难，战胜懦弱的勇气和敢于冒险的魄力。当然，青春也给我们带来了种种苦闷和烦恼：同学之间的友谊受到了伤害，家庭之间的亲情受到了影响，心理上的负担和学习上的压力……这些烦恼使我们感到苦闷。但是，我们要做情绪的主人，敞开心扉，向父母，老师寻求帮助。

每个人都拥有属于自己的青春，青春期也是我们一生当中最美好的黄金时期，也许有时并不快乐，但是，只有经历了青春的酸，甜，苦，辣，你才会成长为一个真正有意义的人。青春是短暂的，人的一生只拥有一次青春，错失了，就不会重来。我们要把握好青春，绝不能让它白白从自己的身边溜走。

## 珍惜青春年华演讲稿篇十五

老师们、同学们：

今天我演讲的题目是《珍惜青春》。

这里的每个人都正是青春年华。我们的青春或是带着几分甜美；或是带着几分淡淡的苦涩；或是充满活力；或是有着几分难以言喻的艰辛。

在这充满各种情绪的岁月里，我们是在浑浑噩噩的浪费青春，还是用自己的行动填满这多彩的岁月。

青春不只是玩耍，同样也有学习。正是学习让我们的青春充实，正是知识让我们的青春多彩。如星星是点缀夜空的美景一般，知识也是点缀青春的美景。不要辜负父母的期望、老师的期望，用知识、用快乐、用欢笑，来把青春点缀。让我们为自己的青春奋斗。

“莫等闲，白了少年头，空悲切。”岳飞花了三十年重整山河，却毁于一旦。《满江红》不是闲适之作，这是对青春白白流失的血与泪的控诉！

难道我们要像岳飞一样花了三十年才知道最后得来只是空吗？不，当然不。同学们，珍惜你们的青春吧，就趁你还拥有他的时候。不要等到失去了才知道珍惜，让我们张开雄健的翅膀，在名为青春的天空中自由的翱翔吧！

## 珍惜青春年华演讲稿篇十六

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