

2023年青春向上的演讲稿 青春向上涨讲稿 (优质5篇)

演讲稿是进行演讲的依据，是对演讲内容和形式的规范和提示，它体现着演讲的目的和手段。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以下是我帮大家整理的最新演讲稿模板范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

青春向上的演讲稿篇一

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家上午好！

今天我演讲的题目是《十年辛苦曾记挑灯夜战，明朝亮剑定赢金榜题名》。

高三的学长学姐们，再过xx你们就将走入高考的战场，回顾你们在简中的点滴岁月，心中一定感慨万千。曾经的你们，脸上写满笑意跨进了简中的大门，怀揣七彩的梦想，开始了充满奋斗的征程。走过烂漫如花的高一，欢快如歌的高二，如今六月已来，你们即将迎来激情如火的高考。

或许，我们曾深夜苦读，挑灯夜战，疲倦一次又一次爬上我们的眼皮，让我们避之不及;或许，我们曾深感疲惫，被一次又一次的月考、联考打击得体无完肤;或许，我们曾在一道又有一道难题面前驻足，感到难以翻越的痛苦……高中三年走过的荆棘遍布、苦乐并存的漫漫长路，现在想来，心情难以平复。面对高考，我们一定也有过彷徨，担心惨淡的现实正在丈量着自己的平凡，担心青春的脚步踩到的是梦想与现实之间的空隙。但请坚信：奋斗，可以创造奇迹;奋斗，可以让青春无悔。相信没有比脚更长的路，没有比人更高的山!高考

这座大山，翻过去便是一片坦途！

高三的学长学姐们，高考在即，请允许我送上几点真诚叮嘱。

请放平心态，笑对高考。高考是对我们意志品质、多年所学、心理素质的综合考验，请你们保持内心平静、心态放松踏上高考考场，即使难题当道，也要想水涨船高，我难人亦难；又或者题目异常简单，也应该力戒心浮气躁，想到我易人亦易。这样，放平心态，宠辱不惊，一定会有超水平的发挥。

请注意均衡饮食，合理作息。高考是一场智力与体力的硬仗，我们不仅要在学识上补足给养，更要在这几天的饮食和作息上做好充分的准备。平时多吃新鲜蔬果，少吃辛辣刺激的食物，保证身体健康，注意合理安排作息时间，做到劳逸结合，沉着应考。

十年辛苦不寻常，一朝绽放满芬芳！高三的学长学姐们，六月满目流光，因你们的辛勤学习增添一分光芒；盛夏姹紫嫣红，因你们的从容应考增添一份芬芳！祝愿你们金榜题名，蟾宫折桂！祝愿你们不负清风，奋力飞翔！

我的演讲完毕，谢谢大家！

青春向上的演讲稿篇二

尊敬的各位评委老师、亲爱的同学们：

大家好。今天我很快乐有机会站在这里给在座的各位做演讲。我演讲的题目是“千里之行，始于足下”。

自古便有“天行健，君子以自强不息！男儿不展风云志，空负天生八尺躯”的教诲。每个人都应该有自己的理想，应该大胆的树立自己的理想。因为，在理想面前不分贵贱，理想面前人人平等。

理想是一个目标，也是一个过程。理想是我们根据自身的情况对未来事物的想象和期望。而不是空想的幻想的不切实际的。理想是我们为之奋斗的一个目标，而达到这个目标我们需要一个过程。这个过程或是一帆风顺，或满是艰辛。但不管怎样，我们都必须经历这个过程，体验这个过程。

过去，我总是不知道该怎样去奋斗，经常把时间用在一些不该用的地方。比如说：上课看小说看电影听音乐或是睡觉，基本上没有把时间用在学习上。随着时间的流逝，成长的醒悟，我明白了：理想不是空想和幻想。惟独根据实际情况，一步一个脚印，去努力，去实践，做好自己。定下自己近期的目标，才会有动力去实现自己的远大理想。而这样的人生才会充实，才会有意义。就算达不到自己的预期目标，但只要努力奋斗过，也就不会抱恨终身了。

人生的路也许太崎岖了，并不像童话里的那样：平坦一帆风顺。

于是，有的人选择了在回忆中度过，依恋昨天；而有的人却选择在梦幻中度过，幻想着明天的憧憬。几乎都忘了现实的存在。他们没有好好的把握住今天，为理想，付出实际的行动。所以，梦，终就是梦。我们惟独好好的把握住今天，奋斗今天，才会离自己的梦想越来越近。抓住了今天，就抓住了掌握获取知识的机会。

同学们，你们是否还在梦幻的理想中彷徨呢？伟人之所以伟大，是因为他们有远大的理想。并且为自己的理想付出了超出凡人的努力，经历无数的坎坷却毫不退缩的前进，这一路的艰辛，风雨兼程，他们都走过来了。相信在这里的每一位老师和同学，都有一个共同的理念：不甘平庸与无能，追求成功与奋斗！

和大家一样，我也有我的理想。而我的理想就是成为一名歌手，或者是音乐教师。不知从什么时候起，我开始迷上了音

乐。宛如音乐起，我的心起；音乐落，我的心就落。唱歌成了我最大的乐趣，当我难过的时候是她陪伴着我，生病的时候时守候着我。我被它美妙的，动听的旋律深深的吸引着，我经常在想，这歌声是否是在诉说着自己的心事呢？很自然地，我想到了用我的歌声去感动别人，感动每个听者的心。让我们共同分享这音乐所带来的美好与快乐。

为了实现我们的理想，就让我们在风雨雷鸣，泥泞，坎坷，惊涛骇浪中奋进吧！或者给梦想插上一双翅膀，用我们的时代青春去奏响生命的乐章！

千里之行，始于足下，就让我们从此刻开始努力奋斗吧！

不管前方的道路多么的蜿蜒期望多么的渺茫，或者是任何事都对你不公平，都让我们勇敢的去面对吧。

人生路上甜苦和喜忧，难免跌倒和等候，要勇敢的抬头。谁愿常躲在避风的港口，宁有波涛汹涌的自由。阳光总在风雨后，乌云上有晴空，珍惜所有的感动，每一份期望在你手中。阳光总在风雨后，请相信有彩虹，风风雨雨都接受，我一直会在你的左右。

让我们为了理想而奋斗，从此刻开始，徒步启程！奋力拼搏吧！

我的演讲完毕，谢谢大家。

青春向上的演讲稿篇三

大家晚上好！

人最宝贵的是生命，而一个人生命中最宝贵的`就是青春。青春易逝，而我们该如何去把握和珍惜属于我们自己的青春呢。

青春是如此的短暂，不再回头的，不仅仅是那古老的辰光，也不只是那些个夜晚的星群和月亮，还有我们的青春在流逝着。所以我们的青春不要在为落叶伤感，为春雨掉泪中度过；而应用智慧和勇气扬起理想的风帆，用青春和生命奏响时代的强音。

保尔·柯察金曾经说过：“生命对于每个人只有一次，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而悔恨，也不会因为碌碌无为而羞愧。”

然而，在当代的中国，我们不得不正视一些现状，大学生既被社会过高的期待，也过高地期待着社会，只因为一些青年大学生不能正确地评估自己，作为不思进取的借口。于是，曾经也想要有所作为，却不知道从何做起。

青春不仅仅需要激情，同时也需要一颗求实进取的心！

青年，如云霞，光彩熠熠，似白杨，生机勃勃，是李大钊先生眼中的“人生之春、人生之华”。

作为青年中的一员，应以激情为旗，用青春作注，拼一个无悔的人生！

我的演讲完毕，谢谢大家！

青春向上的演讲稿篇四

亲爱的老师，同学们：

大家好！

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倒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。

培根说：“如果你有一份快乐，你将它告诉别人，那么你将拥有双份的快乐。”所以，不要吝啬你的正能量，将他释放出去，你将拥有更多的正能量，所以从今天起，给上司一个微笑，给你的老师一份赞许，赠你父母一个拥抱，慢慢的，也许你就会发现，你和你的周围充满了正能量。

阳光温热，岁月静好，我有一所房子，面朝正能量，春暖花开。

谢谢大家！

青春向上的演讲稿篇五

同学们：

大家好。今天我演讲的题目是《怀揣梦想，努力奋斗》。

今天，来自五湖四海的我们怀揣着相同的梦想来到了沈阳农

业大学，当我们坐上火车，当我们挥泪与父母说再见时，我们知道，自己已经是一颗成熟的种子，到了必须走出父母的庇护，去独闯世界的时候了——尽管父母为了儿女不怕倾尽所有，但是，在父母的怀抱里我们将永恒是一个长不大的孩子。回报父母的最好方式就是超越他们，去实现他们当年未曾实现的梦想，这就是我们的梦想。

拥有梦想，就应该为它努力的去奋斗，去拼搏，就应该给我们的未来插上一个翅膀，让它去腾飞！

所以是雄鹰，你就勇敢的去查找属于你自己的蓝天，是猛虎，你就大胆的去征服属于你自己的山峦，是蛟龙，你就无所畏惧的去开辟属于你自己的那一片蔚蓝！

世上没有靠编织谎言而出名的诗人，也绝对没有靠纸上谈兵而赢得胜利的将军，而惟独靠自身的素养实力和价值，靠学靠干靠拼，才干真正的成为强者，才干真正实现自己的梦想。

拼一次春夏秋冬，搏一生无怨无悔。

既然选择了远方，便只顾风雨兼程；既然选择了梦想，就应该有始有终。既然终点是大河的对岸，我们留给自己的就应该是坚定的信心；既然目标是高山的顶峰，我们留给世界的也只能踏实的足迹。

时代青春的生命在灿烂的朝霞中辛勤劳作，让我们怀揣梦想，总激情的火焰点燃激情的岁月；奔涌的暇思在想象的空间里跌宕腾跃，让我们怀揣梦想，用精美的构思构筑精美的生活。苦也不说，累也不说，只把奋进装进历史的脚窝；爱也执着，情也执着，只把汗水融入奔腾的大河。

朋友，怀揣着梦想，去努力地奋斗吧！你看，前方正有万道霞光在云朵里不可遏制的喷薄！

我的演讲完毕，谢谢大家。