

珍惜美好的青春年华 珍惜青春演讲稿(实用5篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

珍惜美好的青春年华篇一

大家好！

时光飞逝，转眼间，我们已不再是爱做梦的小孩了；不再是沙滩上赤着脚丫玩沙子的小捣蛋了。我们已踏入了青春的大门，踏入了这个美好的花季。令人回味无穷的童年随着时光长河缓缓流进了回忆的大海。

青春是什么？青春是一幅画，一幅多彩的画，让人总迷恋在画的美景中；青春是一首诗，一首激情高昂的诗，让人陷入于似懂非懂的诗意中；青春是一首歌，一首旋律优美的歌，让人总陶醉在光怪陆离的幻影中。

然而，青春是短暂的，它演奏着的旋律其实是短暂而急促的，只是在你不经意间。青春是需要我们去珍惜，去把握的。有许多人恬不知耻地说道：“青春，我就该好好享受，浪费了多少可惜呀”！难道你没听说过：“夕阳无限好，只是近黄昏”、“莫等闲，白了少年头，空悲切”、“时光时光不再来”吗？这些豪情壮语。告诉我们的是：青春是美好的，是我们努力的大好春光，是我们为梦想而奋斗的良好时机，是在为我们长大后能为国家做贡献而筑地基的时候。

是的，青春不仅是美好的，也是我们学习进取的好时机，有

了目标的青春会更美好。我们在燃起青春之火的同时，也应燃起理想之火，让两火同时燃起，共同努力，照亮我们美好的前程。让我们来精心保护，珍惜这两把美丽的火焰。相信风雨之中，它们会燃得更旺，让我们来为此而珍惜吧！

珍惜所拥有的青春吧！让我们做到：青春无悔，无悔青春。这就是你一生中最美好的答卷。

珍惜美好的青春年华篇二

大家好！

青春是东升旭日，充满活力与生机。青春是梦想，充满未知与无限可能。青春是长跑赛道上的速度与汗水青春。青春是幼苗冲破阻力时迸发出的无穷力量。正如奥斯特洛夫斯基所言“生活赋予我们一种巨大的和无限高贵的礼品，这就是青春：充满着力量，充满着期待、志愿，充满求知和斗争的志向，充满着希望、信心的青春。”青春以它充满盎然生机的绿色身影铺满了前方的征途。

初春，天气不见回暖。透着的是春寒料峭的韵味。周围一片寂静好似荒无人烟的沙漠，唯有不远处收音机里传来吴侬软语的轻声呢喃划破了这份继续已久的宁谧。我烦闷地环顾四周，只有少的可怜的鹅黄色嫩芽在撑起这份岌岌可危的生机。百无聊赖的我无奈的走着，踢着路上的石子。每一步都是在发泄着什么。看着水洼中的倒影，俨然一位老人丢失了朝气。倏忽间，墙角一株白色的植株引起了我的兴趣。凑上前去，竟是一盆风信子。我只是深感意外。夏末初秋时种下的。因为做事只有三分钟热度的我，便很快就被放弃了。从当初按周期浇水，到后来的按心情浇水，再到如今的不闻不问。我内心深感愧疚。幸好它现在绽放得如此精彩，一串上面开满了花朵，没有任何空隙。

花瓣白的无瑕仿佛初生婴儿的肌肤，吹弹可破。几张翠绿的

叶子簇拥着花朵。它愣是让我感受到了前所未有的顽强与活力。清风拂面，风信子仿佛铃铛一般，以极其细微的声音在对我诉说着什么，是谆谆教导吗？我还没有听清，就被它特殊而又恰到好处的香味吸引着。它的香味没有茉莉荷花的清雅寡淡，也没有玫瑰兰花那般浓烈。只是在这个特别的季节里，散发着与众不同的香味。似乎在冥冥之中我嗅到了青春的味道。

有人曾对我说过风信子的花语：只要点燃生命之火，便享丰富人生。它为了自己的一生，不留余力。为自己的梦想而拼搏，虽经历了坎坷征途却不曾放弃。拼尽所有，拼尽自己的青春，只为了绽放时的美好。面对垂头丧气的自己，我不禁开始有了改观：我不曾努力过，在正值青春的时际没有拼搏奋斗，遇到困难选择的是逃避。对于风信子对我的诉说，此时此刻我想我明白了。

珍惜美好的青春年华篇三

当人步入成年以后，往往就不能像童年、青年时，保留一颗纯真的心，向人们展示一个超然的自我。因为他们需要考虑的东西骤然多了起来，家庭、事业，很容易使他们多愁善感，感到疲劳。所以，每当回想起那些用诗串起的日子，他们总不免发出一声无奈的叹息，产生一种“无可奈何花落去”的留恋与惋惜！

正在青春旅途中的我们，今日的几许激情、几许悸动、几许纯真，有朝一日也会终将飘远，离我们远去。所以，让我们从现在开始，珍惜青春，挽留青春，且不要在青春活力消失殆尽时，不要在时光无情地走过时，不要在人生即将落幕时，才失落地垂下头来，苦苦思索，如何去填平那感伤的韵脚。

青春年华并不是每个人都能珍惜，而虚度了青春年华，却只有让我们在蓦然回首的瞬间感到无尽的遗憾。“少壮不努力，老大徒伤悲”，映照出多少少年荒废学业的缩影；“书到用

时方恨少”，又折射出多少不知青春宝贵之人的结局。没有知识，你注定要生活在社会的最低层；没有知识，你注定要飘荡在人世间；没有知识，你注定平淡一生，默默无闻。

时光飞逝，青春转瞬即逝。我们应当为从前那些碌碌无为的人生而悔恨，为那些虚度年华的人生而感到羞耻，年轻的我们，在这最具活力的季节，要用雨露来灌溉青春，好好珍惜生活，珍惜未来。

我们不妨畅游知识的海洋，远离网络游戏的诱惑；我们不妨去攀登理想的高峰，抵制世俗、物质的同化；我们不妨奋勇拼搏，打造出属于自己的七色天空。只有这样，我们的人生才会有意义，才会充实，才会色彩斑斓！

我的演讲到此结束，谢谢大家。

珍惜美好的青春年华篇四

坐在座机前，我紧咬着双唇，紧皱着红肿的眼上的双眉。电话被拿起了又别放下，看着时钟秒针一点一点转动，看着时针一点点地向9点靠拢，看着无措的自己，眼前开始模糊，恰似盖了一层毛玻璃，附在睫毛上的泪，被一只手一次又一次地抹去。

“写完作业没？不是吧，这么慢啊，看我，又快质量又好！”想到每一天小翔总会打电话来“吹牛”半个小时，抽嗒声连同坏掉水笼头的滴答声，在空荡的客厅回旋成悲伤的旋律。石英钟“当当”的声音应和着电话来电的“嘟嘟”声，我赶忙接过电话。

黄昏的操场，血红色的水泥地板投下两个少年的身影。依依不舍拍着篮球抱怨的人们，背上渗透衣服的汗，只剩下远处蝉鸣，一切寂静得像是背景一般。

小翔双手捧着被刮花的眼睛，低着头，一声不吭。我额头上细密的汗珠被头发的浓荫遮得密实，四处张望被映红的瞳仁，抖动的双唇，喉咙似乎被人掐着一样，一句句道歉的话在脑海中重新组合又分离，到了嘴边却又消失得无影无踪。夕阳开始一点点地想地平线滑落，操场上只剩下连个孤零零的背影，在暮色中只能看出轮廓的树木被风吹得沙沙作响。地下的影子开始移动。

“对不起，我……”喉咙滑动的喉结，双目呆呆地看着前方。

想到这，原本那句“我陪你”被泉水般的呜咽声堵在喉咙中。那个停留了一下的影子，正随着夕阳，一点点向着我世界的地平线滑落。一只手搭在了小翔的肩头上，然后被甩到半空中去。路灯下我看见小翔的脸上一条滑落的泪痕，然后像是一把刀指戳我的心脏。

被照得澄黄的水泥地上，只剩下一个影子，蹲在那儿哭。一个声音从苍穹远处传来：负责，才是青春的奖牌。

电话挂了，我脸上挂上了一道彩虹般的弧线。

没有什么困难，可以打败青春！我就是青春的主人！金钱不算什么，困难不算什么，青春的燃烧抵挡不住！

我相信明天小翔依旧会在电话前“吹牛”，我相信我们依旧会在篮球场上快活地流汗，我相信，我会骄傲地面对。

珍惜美好的青春年华篇五

(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。