# 珍惜青春演讲稿集合

来源：网友投稿 作者：小六 更新时间：2025-05-27

*珍惜青春演讲稿集合（精选31篇）珍惜青春演讲稿集合 篇1　　尊敬的老师，亲爱的同学们：　　大家好!　　青春如同一粒种子，安逸过了，也许从此丧失萌芽的活力。生命只给人一次青春，我选择追求，去追求生命的梦想，放飞生命的色彩。我要让青春像风帆一样*

珍惜青春演讲稿集合（精选31篇）

**珍惜青春演讲稿集合 篇1**

　　尊敬的老师，亲爱的同学们：

　　大家好!

　　青春如同一粒种子，安逸过了，也许从此丧失萌芽的活力。生命只给人一次青春，我选择追求，去追求生命的梦想，放飞生命的色彩。我要让青春像风帆一样，在狂风摇曳波浪敲击的时候，也要潇洒地走一回，哪怕最终被风浪淘汰，也无悔这一生毕竟经历了富有意义的旅行。

　　我要让青春像种子一样，在泥土重压冷水浸泡的时候也要吐一吐志向，哪怕最后在秋节里枯萎，也无悔这一生毕竟孕育了果实。我要让青春象寒梅一样，在冰天雪地的日子也要吐一吐我的芳香，哪怕最后还是无可奈何花落去，也无怨自己曾经拥有的美丽。

　　青春是我们积累自己，丰富自己的最佳时机。我们正处于精力最旺盛的时代，也是我们学习奋斗的最佳时机。我们在一起可以彼此激励，一起努力向前冲刺，一起为自身的.目标而努力。因为彼此间的不服气，一心想超越别人，所以我们也就有了前进、拼搏的动力，才会在课堂上认真听老师讲课，认真记笔记，那时还不知道最大的敌人就是自己。

　　征途是曲曲折折的小路，有寒冰，有大雨，有绊脚石。不知道前面的路是深不可测渊池，还是风平浪静的湖面;也不知道前面的路是崎岖坎坷的羊肠小道，还是布满鲜花的阳光大道。我不管，我不管路上的荆棘也不顾前方的危险，系紧我的鞋带上路。

　　辛酸的汗水伴随着我艰难的脚步，兴奋的泪水伴随着我成功的喜悦，只要到达了的地方，都是昨天的历史，我追求的是明天的未来。当胜利再次悄悄来临，当掌声再次热烈的响起，我不骄也不燥。因为我知道前面的路还很长，因为我知道我还得付出更大的努力。当大雨再次冲刷过喜悦，当冰雪再次湮没过兴奋，我无怨也无悔。因为我知道我已经有所行动，有所付出，就有所收获，就有所成功。因为我知道，阳光总在风雨后，梅花香自苦寒来。

　　鲁迅曾经说过：“地上本没有路，走的人多了，就成了路”。而我想说的是：“人生路无须过多的忧虑，只要迈出脚步，路就在脚下展开……”

　　青春我们的梦，我们人生最美好的时光。

　　我的演讲完毕，谢谢大家!

　　围绕了中心组织材料,结合了本职工作，写出了真实。

**珍惜青春演讲稿集合 篇2**

　　青春，让我们肆无忌惮，畅然释怀，体味风那样的自由，感受云那般的自在，因为青春赋予我们的是生命的巅峰，我们无须成熟，我们不再无知，我们唯有执着。 当你听到这里，同学们，你是否想到了应该珍惜青春？ 人生的花季是生命的春天，它美丽，却短暂。美国各大高校的校长都告诉他们的学生，人的一生中只有三天，那就是昨天、今天和明天。乍听之下有些云里雾里，可深思下来这却不无道理。的确，人的一生中只有昨天、今天和明天。昨天是已流失的今天，明天这是即将到来的今天。有许多人总是会把应该今天完结的事放在一个又一个明天，可是人生又有多少的明天可以等待呢？短短人生数十载。

　　光阴似箭如流水，一去不复返。如果你浪费了无数个昨天，那请你珍惜今天的到来；如果你在今天留下了遗憾，那请你抓住明天；如果你放走了昨天、今天、明天，那你的人生只是无尽的虚叹，你也只是一具行尸走肉，你的消失将不会在这个世界留下一丝痕迹。杨柳枯了，有再青的时间，花儿谢了，有再开的时间，燕子去了，有再飞的时间，然而时间溜走了却永不返回。昨天和今天没什么大区别，今天和明天也没有纷歧样，一年四序，春夏秋冬循环往复，可是我们个子长高了，逐步又变矮了，头发由黑变白，这时才刚想起，该学的　没有学，该会的没有会，该做的没有做，可是已往的时间却再也找不回来了，这样的人生又有什么意义呢？以是我们一定要从小珍惜时间，努力学习，未来才气成为有用之才，否则就难免要”少壮不努力，老大徒伤悲”了。 青春很美好，但是它属于我们每个人只有一次，失去了就再也回不来了，我们难道不应

**珍惜青春演讲稿集合 篇3**

　　老师们、同学们：

　　大家上午好！

　　一元复始，万象更新，送走了不平凡的兔年，踏着春天欢快的脚步我们迎来了充满希望的兔年。首先，我代表学校行政、党总支、工会祝全体教职员工在新的一年里工作顺利，身体健康，美满幸福！祝同学们在新的一年里学习进步，快乐成长！

　　老师们、同学们，我今天国旗下讲话的题目是《珍惜青春年华，演绎精彩人生》。

　　同学们，只有从青春走过的人，才会感受到青春的宝贵，郭沫若先生说过：“人世间，比青春再宝贵的东西实在没有”。当你撕去日历上的一页，便预示着青春的花朵又凋零了一瓣。青春是人生最灿烂的花季，是人生最宝贵的黄金时期，但青春也是最短暂的时期，正如席慕蓉所说：“青春是一本太仓促的书”。每个人都有青春，但并不是每个人都能珍惜青春。别人无法夺去你的青春，但你可能浪费甚至践踏自己的青春。

　　青春是一个人生命中的春天，是一个播种的季节，现代戏剧之父易卜生说过：“青年时种下什么，老年时就收获什么”。新的一年，我真诚地希望同学们在自己的青春沃土中，播种一颗感恩之心、播种一种律己的行为、播种一份责任感、播种一个自省的习惯。

　　同学们，站在新年的.门槛上，面对稍纵即逝的青春，希望你们去认真思考一个问题，那就是“如何去谱写自己青春的乐章，如何去演绎自己精彩的人生”。青春作伴好读书，希望同学们珍惜大好青春时光刻苦学习，若干年后当你回首自己留下的一串串青春脚印、回首已渐渐远去的青春岁月时，不让自己因为虚度年华而留下遗憾。

　　本学期我们将迎来最繁忙的学习季节，还有19天高二年级的同学将要迎来省级会考，还有102天高三年级的同学将要迎来高考，还有112天初三年级的同学将要迎来中考。望同学们通过自身的努力，考上心仪的学校，踏上人生更高更远更大的发展平台；基础年级的同学要一如既往地踏实学习，为以后的学习打下坚实的基础。

　　不经一番寒彻骨，怎得梅花扑鼻香。同学们，新学期开启新的希望，新学期承载新的梦想。我希望同学们能够自信地走向各自的人生舞台，用自己的努力和汗水去尽情地演绎属于你们的辉煌。为此，我向同学们提几点希望：

　　1、开好头，起好步。

　　一日之计在于晨，一年之计在于春，希望同学们从开学的第一天起，就要珍惜宝贵时间，把今天当做一个起点，努力，从今天开始。

　　2、要树立自信心。

　　第一，同学们要树立我能行的自信心。我送大家三句话：“相信自己，我能成功！鼓励自己，天天成功！超越自己，一定成功！”第二，每天都有一个充满自信的好心情，新的一天我很棒！今年央视春晚有个小品，小品中保安所说的“我骄傲”，便是一种自信！

　　3、要勇于挑战自我。

　　学习是一件苦差事，要付出努力，要有克服困难的坚强毅力，要有战胜懒惰的顽强勇气；学习也是一件快乐的事，学习能使人增长见识、开阔视野，学习能使人心灵更加充实。同学们要尽快从浓浓的节日气氛中走出来，以端正的学习态度、良好的学习习惯、科学的学习方法、远大的学习志向投入到紧张忙碌的学习中去，挑战自我，创造不凡，以优异的成绩向八十周年校庆献礼！

　　老师们、同学们，让我们以满腔的热情、饱满的精神和坚定的信心，去迎接新学期的挑战，为创造省溧中20xx年的辉煌而努力奋斗！

　　谢谢大家！

**珍惜青春演讲稿集合 篇4**

　　尊敬的老师们，亲爱的同学们：

　　大家好！

　　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。

**珍惜青春演讲稿集合 篇5**

　　大家好：

　　我是演员，演了四十年的戏，当我一上场看到各位，我马上有种少年不识愁滋味的感觉，因为各位都是头角峥嵘的年轻人。少年不识愁滋味，欲上层楼，欲上层楼，为赋新词强说愁。而今尝尽愁滋味，欲语还休，欲语还休，却道天凉好个秋。无形中就感觉到这首词，就好像我们大家共同的一个写照。

　　我从小不愿意把“成功”这两个字下定义，成功只是一个让我们永远往前奔走的一股动力。就好像前面有个鱼饵，那个鱼饵一直一直吸引着我，这一辈子一直往前走。允许我报告一下我小时候的状况，我在中国台湾出生，昨天晚上从中国台湾就划着船赶过来，不相信，我真是划着船赶过来的。我记得初二的时候，我的数学跟我另外一个哥们，我们经常考零分，考二十分老师都问我李立群你看谁的，老师都太了解我了，然后我就脸红了，很不好意思。结果我们这个老师多可爱，老师说你们看，李立群他起码知道害羞，脸会红。那个时候中国台湾的经济还没有起飞过，所以海员的待遇算是不错的。我爸爸就鼓励我说，人要有一技之长，你就去念海专吧。第一次没考上，第二次没考上，嘴巴讲得轻松，各位，这就是两年，真的是两年。最宝贵的十六、十七岁的两年。我在补习班干什么?我在补习班发愣，然后我在补习班翘课，两年过了以后我觉得自己不能再没有交代了，爸爸这么辛苦地养我，然后我这两年还没有考上高中。我就每天早上起来，九点钟台北图书馆开门，然后我们就挤在门口，挤着抢位子，抢到位子之后，从早上九点一直念到晚上九点关门，骑着脚踏车回家。这样搞了两个月，我把理化，物理，英文，能够背的全部死背背下来，结果让我侥幸地考上了中国海专航海科。

　　我念海专的时候功课依然不好，校外组织有一个中国青年剧团，我就报了舞台技术组，打打灯光也许不错，蛮好玩的。那个时候不小心对表演，对戏剧表演产生了这一生都甩不掉的情感，毕业以后去出海实习，本来是想一心一意地做海员的，可是在海上做二级水手，在那边敲铁锈，登高爬下，油漆，干这些活的时候看那些我们最羡慕的船长，轮机长，大副，就觉得这些人他们心事重重。我就好奇，是摆酷?也不是，是觉得奖金不够?应该不是，怕船翻了?那又不是你一个人翻是吧。他到底在愁什么我就很好奇，一边扫地一边干活，就跟他们聊天，聊着，聊着突然间发现原来我干错行了。因为船长有一天跟我说：“我跑商船二十二年了，我的女儿今年大学毕业，我只见过他们二十二面，一年见一面，一次见一个月，不到两个月就走了。我告诉你小李，当有一天你觉得跟你自己的亲情脱节的时候，还不如没有那份情。”这个船长跟我这么讲，轮机长也是类似的口吻。那我还干吗，拼命地往这个职位去奔，我那时候就觉得原来航海很浪漫，但是它不是一个我，或者是许多人可以干到老的，所以我是我们班上第一个改行的。下船之后，拿到毕业证书我就不干了，不干了之后怎么办呢，我就去干各种工作。中国台湾有个做月饼很大的一个公司，我给他们送月饼。过了一段时间我又去给二手汽车店当店员，给人家打粗蜡，打完粗蜡打细蜡，抹得干干净净，跟客人解释这个车子怎么样怎么样，多少钱。然后还干过盲人按摩院的，送盲人去按摩，做了很多事情，包括在中国台湾中央山脉里的一个大禹岭做了一年的长工。

　　那一整年当中不断地跟台北的搞过舞台剧的朋友、同学联络，他们都劝我赶快下山去做舞台剧，或者去做戏剧这一行，可是我从来就不觉得我在学校里面参加过的一个戏剧社团活动为什么要变成我的职业呢?我干嘛要靠它吃饭呢?但是我做了这么多行业以后，有一天我爸跟我讲说，“立群啊，如果你再这么干一行怨一行的话，不表示别的，表示咱们自己见识不够”，我爸这句话打住我了，打到我了。我觉得对，是，好像青春是经不起等待的。我不能再这样耗时间了，我从小学，初中，大学，我根本都没好好用过功，我过去这么多年，人家说青春不留白，我是一片空白。但是当我进入电视公司以后我的心情完全变了，也就是我二十七岁的时候。我二十岁就接触戏剧，我二十七岁才把它当成职业。当了职业演员以后，尤其是在电视公司当演员，我不知道什么叫好，我就给我自己一个小标准，就是说不要NG，不要NG或许就是好，起码表示我用功了。别人所有人在聊天，我一定不断地在默剧本，不断地在看剧本，被别人认为这个年轻人是很怪的一个人。然后有一次六十集的电视剧，我录到第五十二集了，我NG了，还不是讲错台词，是冒场了，从那个景片里面不该出来，我早出来了，导播在楼上开大的麦克风。“李立群NG!”哗，全场大笑鼓掌，拍大腿的都有，开心得就差没有开香槟了，我那一刹那才发现，原来所有的人都在注意，这个年轻人从来不NG的，他不NG的，六十集的电视剧，我录到第五十二集了我才第一次NG，这是很难很难很难的。到今天为止我从比我大三十岁的同公司的演员嘴巴里，他还会跟别人提起当年我这个事，就是李立群当年演电视是这样演，这样演。介绍我的短片有谈到我是烂戏大王，这到底是褒还是贬我都不知道，当然应该是褒。演电视剧的时候你会碰到各种剧本，有的剧本你认为它很好，如果你认为它很好，它触动了你，那我就想办法不要辜负它，把它尽量演好了。如果你觉得这个剧本一般，烂剧本，演员看到烂剧本的时候一定在看的过程当中就会血脉愤张。说你怎么写的，你怎么那么混呢，但是既然接了，我们在演的时候就要心平静气，把那一大堆似曾相识的故事，似曾相识的台词，似曾相识的布景，似曾相识的各种情节，尽量地把它变成稍微不相似一点。电视剧在我心目里我说过很多次，它就像是自来水一样，强迫地输入到每一个家庭，你说它重要吗，它就是自来水。你说它不重要吗，没有自来水怎么行。所以再大腕的演员，再小腕的演员，也不过就是努力地把那些水质搞好了服务大家，不要把水搞浊了污染大家，我们所做的事就是这样。

　　我在三十岁的时候，有一天经过一个台北市的室内射箭场，然后我看到有人在射箭，我立刻被吸引，拿起来试试那弓就放不下来了，接下来开始每天去练习，我射了十年箭，三十岁到四十岁，射了十年，都射得蛮勤的。射箭最大的感受是第一箭红心，第二箭又红心，第三箭又红心，第四箭还没有拉弓呢，自己就把自己打垮了。那个好强心，虚荣心，再得胜心都不请自来，把你那个平常心早就打乱掉了，然后你到最后就发现，射箭到底是为什么，我为什么要射箭，我为什么要搞自己这么痛苦。有一天我在射箭场里面看到一个七十岁的老先生，很清瘦，长得很干净，带了一把一看已用了十几二十年的那个箭袋，干净而被磨过，有岁月的痕迹，里面放了一沓箭，箭虽然是老的，羽片是新的。他一个人很安闲地站在那边，拿着弓箭，没有瞄准器，没有平衡杆，没有任何东西，他就拿着一把弓，什么都没有这样子，架上箭，噌，嗖，三十米，三十米以外，当，十环就红心，一点什么喜悦也没有。拿出第二根，当，一沓箭只有两根在九环里面，我看到以后我觉得真的是蔚为奇观。我觉得这个人太厉害了，我就过去跟他聊天，他也客客气气地，安安静静跟我聊天。人家射了三十年了，弓三十磅，三十磅的对各位来讲，现在可能拉起来都有一点吃力，人家七十岁老先生，三十磅很轻松地拉开，一口气拉开，铛，咚，他所有的抛物线都在脑子里，而不在瞄准器上。所以当他射不准的时候，他没有理由再去怪罪我的弓哪里有问题，你后来才会发现，射箭所有的一切只不过就是在瞄准的那个时候，当这个箭射出去以后到了靶上，通常是大家最重视的。其实它已经变成最不重要的事情了，因为它已经变得很呆板，僵化，无法改变，十分，九分，八分，七分而已了。最秘密的最内在的活动是在拉弓的那一刹那，你到底用什么心情去安定你自己，用什么样的态度去平衡你自己的身体和精神，然后安心放箭。

　　我的感受就是尽最大的努力把戏准备好，演出去，演员的一生是不可能箭无虚发的，所以他一定会在涂涂抹抹当中慢慢演，慢慢演，慢慢演。最重要的是希望各位明白环境，你要认清楚它，你认清楚它你就不会去抱怨它。在一个没有抱怨的心情下去工作和生活，你会比较清楚地去追寻。不管是在事业上，感情上，生活上，你甚至于不要去追寻一个压根就追不到的东西，咱们不要浪费这个时间，青春经不起等待。不要下废棋，尽量不要把时间浪费在那些没有意义而无益的事情上，就像我的青少年。我刚才看到你们各各头角峥嵘，我也希望在未来的岁月里面，你们都能够有三十功名尘与土，八千里路云和月，各位，莫等闲，以免白了少年头，谢谢!

**珍惜青春演讲稿集合 篇6**

　　尊敬的老师们，亲爱的同学们：

　　大家好!

　　我们告别了童年，从一名不谙世事的孩童逐渐成长，如初升的太阳，充满朝气;如含苞待放的花朵，充满生机;如雨后的彩虹，充满活力!

　　青春是人生的黄金时代，而有的同学却认为，趁青春年少，去吃喝玩乐个够。在这种人眼里，时髦的穿戴、美味的佳肴，舒适的生活，尽情的享受，这才是青春最大的价值。于是，在我们现实生活中，就出现了这样的年轻人，他们为了满足个人的物质欲望，不惜贪赃枉法，甚至明抢暗偷，谋财害命!正所谓：花无百日红，人无常少年，这种人的青春，乃至于他的一生，又有什么价值呢!

　　“少壮不努力，老大徒伤悲”。这是脍炙人口的古诗，它让我深深地懂得了珍惜时间，勤奋学习，不让时光轻易从手中溜走。虽然我们还年轻，但也不要总是躺在父母的功劳本上，不要总是在父母的呵护下生活，因为人生是需要自己去感受的。不经历风雨，哪能见彩虹?不经过飞翔，翅膀哪会强硬?翅膀不能停止飞翔，生命更不能停止飞翔!飞出蓝天白云的空间，飞出海阔天空的舞台，生命将永远年轻而美丽。

　　在我们现代的社会里，已经涌现出许多学习楷模：蓝球巨星姚明在十六岁时，就在蓝球事业中取得了辉煌的成绩;爱心大使丛飞为了帮助贫困孩子，年轻的他就这样献出了他那宝贵的生命;年轻的洪战辉用稚嫩的肩膀支撑起家庭的重担;不仅抚养起一个毫无血缘的妹妹，而且自己考上了大学，感动了全中国……他们的青春如同银河系的繁星，在人类史册上闪烁着璀璨的光芒。这才是最有价值的青春!

　　青春，如诗、如梦、如火。年轻的心灵寻求一丝恬静，追求一种浪漫，这是诗意绵长的青春;纯洁的心灵幻想着美好的未来，这是梦幻般的青春;热情澎湃的心灵追求执着和激情，这是热情似火的青春!

　　让青春去冲击，在惊涛骇浪中造就弄潮无畏的勇气;

　　让青春去感悟，在风雨兼程中赋予跋涉者更新的含义;

　　让青春去创造，在上下求索中描绘青春辉煌的腾图!

　　西塞罗先生曾说过：“春天是自然界中的新生季节，而人生的新生季节，就是一生只有一次的青春。”同学们，难道你想虚度这黄金般的青春年华，成为一个碌碌无为的人吗?不!那就请从现在开始，珍惜这短暂而美丽的青春，去拥抱那五彩斑谰的未来，让中国腾飞于世界。

**珍惜青春演讲稿集合 篇7**

　　每个人的青春只有一次。为让青春不留空白，请珍惜青春，让我们在青春的殿堂里留下我们最美丽的初足迹吧。

　　青春是美丽的，正是因为它的美丽，才激起我们对生活、对大自然的热爱，正是它的美丽，才使我们展开美丽的翅膀，向天空遨游，寻求我们的梦想。在青春的道路上，总会有一些磕磕绊绊，不能总是一帆风顺，如果真的要一帆风顺，那么人生就没意义了，太枯燥了。你难免会遇见绊脚石，但你不能为此而泄气，勇敢点，继续奋斗。你也许会有孤独，不要害怕，如果没有孤独，你也就不会懂得别人的孤独，也就不会用心去温暖一颗孤独的心。在青春道路上，你不要急于前行，把脚步放慢一点，浏览一下路上的风景。不要错过良机要知道“机不可失，失不再来”

　　青春是短暂的，是稍纵即逝的。朋友们，为让我们不为青春而遗憾，请珍惜我们的青春吧!

**珍惜青春演讲稿集合 篇8**

　　青春，是一场盛大的聚会。虽艳丽动人，却也无比的短暂。

　　青春，可以给我们太多太多；青春，可以教我们太多太多；青春，带走的也太多太多。

　　青春，真的太宝贵，一不留神它便会对我们说“再也不见”，而我们唯一能做的就是珍惜它，把握它。

　　青春不是海绵里的水，我们挤不出来它；青春不是取之不尽的资源，我们浪费不起它；青春不是电影，它没有可以彩排的机会；青春不是玩笑，我们笑不起它。

　　人一生最宝贵的时光大概就是青春的这段时光了吧，它是那么的美好，诗意。

　　如果可以，我愿在江枫边细数流年，目尽千帆，执守住属于我们的青春时光。但这必然，也只能是如果，我所能做的就只有这珍惜二字。

　　珍惜青春的哭与笑；珍惜青春的酸与甜；珍惜青春的苦与乐；珍惜青春的小成长与小进步；珍惜青春的一切一切。

　　珍惜我们的青春吧！为了自己的目标用青春奋斗吧！为了青春的宝贵与盛大而珍惜青春吧！

　　青春只有一次，无数人挽留它，却怎样都只是徒劳无功，而我们拥有它，有什么理由不去好好珍惜它呢？

　　少年们，珍惜吧！青春的朝气是永远蓬勃的，青春的热血是沸腾一生的！

　　不管怎样，不管为了什么，都请与我一起好好地珍惜我们拥有的青春吧！

**珍惜青春演讲稿集合 篇9**

　　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，只要炼就奋飞的素质，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。

**珍惜青春演讲稿集合 篇10**

　　尊敬的老师们，亲爱的同学们：

　　大家好！

　　青春是美丽的，正是因为它的美丽，才激起我们对生活、对大自然的热爱，正是它的美丽，才使我们展开美丽的翅膀，向天空遨游，寻求我们的梦想。在青春的道路上，总会有一些磕磕绊绊，不能总是一帆风顺，如果真的要一帆风顺，那么人生就没意义了，太枯燥了。你难免会遇见绊脚石，但你不能为此而泄气，勇敢点，继续奋斗。你也许会有孤独，不要害怕，如果没有孤独，你也就不会懂得别人的孤独，也就不会用心去温暖一颗孤独的心。在青春道路上，你不要急于前行，把脚步放慢一点，浏览一下路上的\'风景。不要错过良机要知道“机不可失，失不再来”

　　青春是短暂的，是稍纵即逝的。朋友们，为让我们不为青春而遗憾，请珍惜我们的青春吧！

**珍惜青春演讲稿集合 篇11**

　　各位老师，各位同学：

　　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的最伟大的事业—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。

　　我国一代文学巨匠郭沫若先生曾对青春的有这精辟论述。“人世间，比青春还宝贵的东西实在没有。然而，青春也是最容易消逝的，最宝贵的东西不甚为人们所爱惜，最易消逝的东西却在促使它的消逝。谁能保证永远的青春，便是伟大的人。”

　　轻轻的迈入青春之门，带着憧憬，来到青春之殿，四周响起欢快的《青春舞曲》。著名女作家冰心曾说：“爱在左，情在右，走在生命的道旁，一边播撒一边收藏，将这一径长途点缀的香花烂漫，使踏荆棘的人不觉得痛苦，有泪可落，却不是悲凉。”这也许是冰心女士对青春的最好诠释了。然而，21世纪的太阳——我们的青春又是什么呢?

　　在我认为，青春是没有规则的。因为，你不必在意剪个头走在人群里，被人议论你是男是女;不必在意捧着言情小说，学做一回林妹妹;也不必在意学尼采自诩为太阳，会引来多少人的非议……

　　家喻户晓的张海迪阿姨在20\_\_年11月13日被选举为中国残联第五届主席团主席。张海迪以顽强的毅力克服疾病和困难，学习了多国语言。1983年她走上了文学创作的道路。1991年，张海迪在做完癌症手术后，继续以坚强的意志与命运抗争，她开始学习哲学专业研究生课程，并取得了辉煌的成就。

　　如果，你梦想嫦娥，那你去追月吧!你梦想夸父，那你去逐日吧!你梦想闰土，那你去刺猹吧!拥有青春的我，将以夸父逐日的信念追求我的理想，感悟背负太阳和腰系月亮的沉重与悲壮，体会执过羊鞭的苏武的辛劳，感悟李时珍跋山涉水写下《本草纲目》的艰辛，感悟千辛万苦写成《史记》的司马迁的困难。然后，我会如保尔一样大喊：“我的全部青春和热血都献给了我最爱的事业上，我无怨无悔!”

　　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!

**珍惜青春演讲稿集合 篇12**

　　年轻的同学们：

　　曾经的梦想，现在的梦想，我们每一阶段都有我们自己独特的梦想，举个例子：有的人会只有应付一下家或老师，简简单单、踏踏实实的公务员;有的人会目光长远，计划着自己以后的生活，规划出人生后40年的宏伟蓝图;有的人会没有理想，过了今天是明天，过了今年是明年。人生总是有头，我们应该为自己的梦想打一篇草稿了。

　　小小的梦想，总有十分恰到好处的作用，当前的梦想每个人都会是将期末考试考好，当然混日子的同学更梦想着听到下课铃。有些近期的梦想，非常容易，实现也非常简单，假如我们一一完成这些小梦想，将来的目标也不再是梦想，至少不会有人在埋怨我怎么还没讲完。

　　人生的每天都是现场直播，青春是是其中最美丽的一段插曲。回首昨天，我们问心无愧，尽管太多的苦涩融进了昨日的犁铧;把握今天，我们整装待发，不管有多少的荆棘横在明天的路上。少年智则国智，少年富则国富，少年强则国强，少年进步则国进步，少年雄于地球，则国雄于地球。让我们挥洒一路汗水，饮一路风尘，尝一路艰辛。让青春在激情中燃烧，让梦想在烈火中绽放。

　　这些梦想总有绊脚石，指路人，可能不夸张的说，家长就是罪魁祸手，星期六和星期天没有被家长强迫上补习班的人极少，有的是自觉性高，有的是混日子，这些补习班耗时、耗力，老师讲过的知识在课后还要讲一遍。说实话，这些老师也是吃饱了撑的，在双休日为自己的经济收入，多收几个学生，而浪费自己的时间，我认为这是没有必要的。当然，听我这精彩的演讲也有老师，在这不多说。

　　指路人身边都有，老师、家长同学，都可以成为你的指路人。可能时间限制的原因，也可能是字数限制的原因，不允许有才的我在这里继续演讲，但话还是要说完的，没有梦想是不能实现的。

　　珍惜青春演讲稿篇五

　　尊敬的老师，亲爱的同学们：

　　大家好!

　　在初中紧张的学习之中，你——青春，在悄无声息中走进了我的心里，让我真正感觉到你随风飘动的身影，让我体会到了你如朝阳般的活力，让我在初中生活中学会了珍惜你。

　　你就在我心里，时刻帮我记忆那些美好的憧憬，在朗朗读书中，你帮我记忆那些美好的憧憬，在朗朗读书中，你帮我记忆那无穷无尽的知识，让我在知识的海洋中遨游，在与同学嬉戏是，你帮我描绘了清晰的画面，让我永远记住这美好的时光。

　　你在我心里，我用那可平静的心，感受到你如花的生命，美丽却已凋零，假如不用心去呵护，便可能在来不及美丽之前，烟消云散，感受到了你那如风的脚步，来去匆匆。

　　你在我心里，我用心赞叹你即使遇到挫折，也依然会有坚定执着的梦，你就仿佛那一本厚厚的书，可以填满欢乐，也可以写下孤独，你仿佛一座险峻的大山，让我懂得只有攀登才能揽胜，奋斗才会成功，可你的脚步从来不会因为我而停止，你就是我初中生活中最亮丽的风景线，美丽而又壮观，记载着我的欢乐与悲伤，抓住你，珍惜你，让你走进我的心里，拥有你，赞美你，我仿佛拥有了朝阳的活力。

　　你在我心里，让我欣赏你不因风雨阻扰而停止的旋律，让我珍惜你不因等待而停止的脚步，我体会到奋斗是你的本质，你的价值因奋斗而闪耀，汗水是你的营养，你的生命因汗水浸泡而丰富饱满，泪水是你的溶剂，你因泪水的洗礼而造就一副刚强的身躯。

　　你在我心里，给予了我抓住你的勇气，给予了我珍惜你的心，你在我心里，让我的知识变得如此丰富，谢谢你——青春。我会一直把你留在我心里。

　　青春是美丽的，因为青春并不会太长，昙花一现是短暂的，可谁能说他不美呢?正是因为短暂，带给人无限留恋!可昙花一现有无数次，每个人的青春只有一次，何不牢牢把握他呢?

**珍惜青春演讲稿集合 篇13**

　　尊敬的：

　　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。

**珍惜青春演讲稿集合 篇14**

　　尊敬的老师，亲爱的同学们：

　　大家好!

　　生日那天，我轻轻地吹灭了15支蜡烛，才发现自己已走过了五千多个光阴，心里有一股久违的冲动。

　　5岁时，是妈妈手中的棒棒糖;8岁时，是天空飞翔的风筝;10岁时，是明敞的教室;现在，15岁了，是书本上的知识，是人生路途的起点，更是对未来的憧憬。

　　生活在世5岁的阳光下，发现天空是异常的蔚蓝。因为心中的幼稚已消失，取而代之的是一份成熟的气韵。从15岁的青春中，我告别了童年，踏上了承前启后的花季，思想已由原来的冲动，转化为爱的动力。比如：看见邻居为了各自的利益，互相地伤害对方的时候，我再也不像幼时那样，只会瞪大眼睛，怀着莫名其妙的无知的眼光去看。我不解，为何人们不能用一颗像大海一样宽容的心去容纳他人呢?我们如何才能像月亮那样，周围越黒，自身就越亮地去照耀他人呢?哦!15岁的青春并非完全像花一样的季节，是要经过严冬的麿炼，才会有春花的盛放。

　　然而，花季般的青春容不得我整天想太阳风想星星雨。在操场上，已不见我纵身飞翔的身影。课桌上，小山般的书本早已遮挡住我向外眺望的眼光。在书本的包围中，我只听到自己的喘息声，而我也会珍惜这来之不易的求学机会。

　　但，15岁的青春并非只有书的影子。常常在雨过后的晴天里，我总会看见天的那边为我挂起了的彩虹，我会为此而振奋不已，会为自己能够生活在15岁的天空下而高兴，我会为自己能够在充满爱的世界里而感谢上帝。出门前，父母的一番叮嘱;寒冷中，朋友的一件暖衣;失败中，师长的一句鼓励……这足已让我感到一辈子。即使要我为爱奉献自己的生命，我也在所不惜。因为这才是真正的自我，才是青春萌发的幼芽。

　　哦!15岁的青春充满了蔚蓝的天空，绚丽的彩虹，温暖的阳光，都在为我而闪亮着。久违了，花季般的青春，在我的心中，恐怕没有比这更珍贵了。我恍然大悟，这不正是我所追求的真善美吗?噢!我又添了一份自信，去追求心中的那个永不褪色的青春之梦……

**珍惜青春演讲稿集合 篇15**

　　各位老师，亲爱的同学们：

　　大家好!

　　我XX级XX班的，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。

**珍惜青春演讲稿集合 篇16**

　　亲爱的朋友：

　　都说人生只有“三天”，昨天已成为历史，明天还在暮色里，能抓住的只有今天。把握不了今天的人，也就创就不了明天。抓住了今天，就是抓住了发明创造的潜力。高尔基也曾说过：“爱惜自己的青春！世界上没有比青春更美好的了，没有再比青春更珍贵的了！青春就像黄金，你想做什么，就能成为什么。”意思是说我们应该抓住青春，珍惜青春。

　　青春虽然陶醉着每一个年轻人的心，让你在这段时光总是充满欢声笑语，但是青春犹如昙花一现，在你肆意放纵时光之时，她便会悄悄溜走。正如席慕容所说：“青春的美丽与珍贵，就在于她的无邪与无暇，在于她的可遇而不可求，在于她的永不重回。”

　　拥有青春，就拥有了梦想和奋斗。拥有青春，就拥有了活力与生机。拥有青春，才会拥有完美的人生。完美的人生是要靠持之以恒的奋斗去实现，这样人生才不会存有缺陷。21世纪是知识经济的时代，多一份阅历、多一点学识、多一分努力，就会让你变得与众不同，成为社会的主角之一。因此，为青春奋斗到底显得尤为重要。

　　青春是有限的，智慧是无穷的，趁短短的青春，去学无穷的智慧，特别是我们这些正处于青春期的中学生更应该珍惜青春，树立远大的目标。总之，我认为我们每个人都应该珍惜自己的青春。

　　谢谢。

**珍惜青春演讲稿集合 篇17**

　　尊敬的老师们，亲爱的同学们：

　　大家好!

　　孩提时，我经常瞪着圆圆的眼睛望着天空，任凭天马行空的想象荡起层层涟漪，对那时的我来说，“青春”似乎是一个一边年后才能跟自己沾上边的名词。而当现在的我独自捧着《红楼梦》坐在暖暖的阳光下时，合上书，似乎受了林黛玉的影响，总会感叹时光飞逝，年老。这就是“成长”吗?

　　也许吧，正如一位哲人所说：“没有一代人的青春是容易的。”所以，我们只有在经历过许多挫折后，才学会怎样变坚强，才明白自己曾经是多么幸福，失去了，才懂得珍惜。于是当我开始后悔没有珍视那段童年时光的时候，就开始没来由地害怕，拼命地追，妄图留下些什么，可是再快也不如时光老人，所以现在我能做的，便只有珍惜青春，为理想而奋斗。

　　我深深体会到理想对于一个人的重要性。曾经有一段时间，刚升入六年级的我颓废的像街头的落叶，老师的批评对我而言早已麻木，成绩也一落千丈——原因很简单：在一次考试中，坐在我旁边的同学扔了个纸条给我，我没有理她。当成绩出来后，我再次考了全班第一，而她的成绩却不太理想。也许是因为怨恨，她偷偷地写了一封信给老师，说我考的那么好完全是因为作弊，还拿了一张纸条作为“证据”。当老师拿着这张纸条给我看时，我彻底傻了眼：上面的笔迹和我的一模一样，但我却不知道它从何而来。老师看我目瞪口呆的样子，冷冷的丢下一句：“我对你太失望了!”便扬长而去。我简直欲哭无泪，虽然好朋友相信我，他们知道我不会作弊，可是人言可畏，可是我总觉得老师似乎不关注我了，自然也没有心思听讲，成绩下滑快得可怕，也整天无所事事起来。我的好朋友看不下去了：“你再这样下去不行的。”我依然一副漫不经心的表情：“你管我!”她突然像疯了一样朝我大吼起来：“你这样算什么!以前老跟我争年级第一的小畅哪去了?别人说一句话你就成这样，你怎么不去自杀呀!”我不敢直视她的眼睛，她的语气柔和了一点：“马上考试了，你的理想呢?正该实现的时候你干嘛呢?”我一下被她骂醒了，是啊，我越是这样，那些攻击我的人越得意，我偏要证明给他看，我有那个实力!于是我又恢复到了以前的状态，时常用自己的理想鼓励自己，而考上理想的中学便是实现理想的第一步。终于，我通过自己的努力让老师相信了我，那位说我作弊的同学也主动跟我道歉，我最终靠着对理想的坚持取得了好成绩。如果当初我没有坚持自己的理想，我将会变成什么样呢?恐怕是街头的不良少年了吧。

　　“理想是成功的指向标”，没错，古今中外的伟人，哪一个不是有了理想才成为了一代风流人物?而正如陀思妥耶夫斯基所说::“无论是人类还是民族，如果没有崇高的理想，就不能生存。”周恩来小小年纪就“为中华之崛起而读书”，毛泽东也在意气风发的少年时代就有了“孩儿立志出乡关，学不成名誓不还”的凌云壮志，也正因为此，他们能够勇敢地投身于伟大的革命事业中，最终领导中华民族走上了复兴之路。现在我们生活在和平年代，不需要战死沙场、为国捐躯，而这也要求我们应该树立更远大的理想，用青春的甘泉让理想之树开花结果。

　　一个人如果有了理想，并用实际行动去实现它，不论结果如何，他都会勇敢面对;不论过程有多曲折，他依然昂起自信不屈的头颅;不论外界怎么排挤他，他依然问心无愧：“我对得起我自己!”明代旅行家徐霞客，22岁便立志旅行，前后经过23年，名山大川下，他露宿过;严寒酷暑中，他未间断过;忍饥受冻的情况，他经常遇到……经过数十年的努力，他终于以惊人的毅力写成了千古奇书《徐霞客游记》。伟大的革命先行者孙中山12岁时，便决心为实现“平均地权”“节制资本”的“民主主义”奋斗一生。在四十年的革命生涯中，他奔波劳碌，总行程22万公里，相当于绕地球5圈。马克思由于有伟大的理想支持着他，才忍住痛失三子的悲痛，专心于伟大的革命事业;拉马克由于改变了朝三暮四的目标，树立了远大的理想，才成为了一位生物学巨匠……数不胜数的例子证明：有理想不一定会成功，但没有理想一定会失败!倘若这些伟人没有远大的理想，又怎么能被世人铭记呢?理想会让一个人的潜能被激发出来，同样，只有通过永不放弃地努力才能实现理想!

**珍惜青春演讲稿集合 篇18**

　　尊敬的各位老师，亲爱的同学们:

　　大家好！今天，我为大家演讲的题目是珍惜时间。

　　时间是世界上最快而又最慢、最长而又最短、最平凡；人后悔的东西；时间是最公平合理的，它从不多给谁一分；们一头白发，两手空空；时间是生命的单位，一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴；人虚掷光阴、荒废生命；有的同学却收效甚微，甚至一天比一天差；尽情享乐，过几年再考虑自己的将来；当日事当日做，把什么事都放到明天的人，往往是没有时间概念的。

　　庄子曰：“人生天地之间，若白驹之过隙，忽然而已。”第一种人正是认为短短的人生，若不及时行乐，岂不枉来人生一遭？他们抱着“今朝有酒今朝醉，我歌我笑如梦中”的态度，把时间都在嬉戏中度过，像寄生虫一般。而第二种人深深懂得“盛年不在来，一日难再晨”，于是痛感“时不待我”，整天埋头于工作和学习中，使生命的分分秒秒都在充实，都在发光发热，这也正体现了爱迪生的一句话：“人生太短，要干的事情太多，我要争分夺秒”。在现实生活中，浪费时间随处可见，比如：上课时，不认真听讲，让老师总管纪律，导致老师不能完成当天的教学内容，既浪费了自己的时间，也浪费了老师和其他同学的时间；有的同学迷恋电子游戏，适当玩电子游戏有益于我们的智力，但迷恋电子游戏就会虚耗了大量宝贵的时间。也许，大家认为这都是小事情，但时间就在一句句闲话之间，一个个走神之际，一个又一个的电子游戏中，轻轻而又飞快地从我们指尖溜走了。谁又能说时间不是一笔巨大的财富呢？珍惜时间会让你做时间的主人；珍惜时间会让你的人生变得绚丽多彩朱自清曾经在他的《匆匆》一文中说过：“洗手的时候，日子从水盆里过去；吃饭的时候，日子从饭碗里过去。当你觉察它去的匆匆了伸出手遮挡时，它又从遮挡的手指间过去。天黑时，你躺在床上，它便伶伶俐俐地从你身上跨过，从你脚边飞走了。”青少年时代正是人的一生中最重要的成长时期，打基础时期。花儿谢了有再开的时候，草儿枯了有再绿的时候，时间呢？它还有再来的时候吗？我们正处在人生中最宝贵的黄金时期，有多少人会羡慕我们拥有现在的`美好时光，又有多少人悔恨自己当初没能珍惜时间，我们可不能像他们一样浪费时间，等到一切都无法挽回时才想起时间的可贵，只要我们现在珍惜时间，便会拥有最大的幸福。可见，珍惜时间多么重要。同学们，光阴似箭，日月如梭啊！我真切地希望我们每个人都珍惜时间，成为时间的主人，当我们长大后收获的不是“少壮不努力，老大徒伤悲”的遗憾！而是我成为祖国栋梁之材的骄傲与自豪！

　　谢谢大家！

**珍惜青春演讲稿集合 篇19**

　　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……

**珍惜青春演讲稿集合 篇20**

　　尊敬的老师，亲爱的同学们：

　　大家好！

　　我是二九班的。

　　“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，清丽柔与，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，充满着求知与斗争的志向，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，有的与同学则唧唧喳喳。

　　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！

**珍惜青春演讲稿集合 篇21**

　　青春，不是沧桑的树，也不是不起波澜的死水，更不是斑驳的城墙，而是一段美好的时光。

　　青春仿佛空中飞舞的落花，在不经意间悄然枯萎。我们无法改变的品种无法延长的花期。唯一在我们手中的是在这花开放的时期让它绽放出最绚丽的风景让这首青春之歌更加悠扬动听。“花开堪折直须折，莫待无花空折枝。”赏花人如此，种花人亦如此。赏花人只能空发言乱，种花之人只为花开，修花之人只图瑰丽，惜花之人只叹红尘，爱花之人方懂花语。多彩的世界种花人何必是赏花人。

　　青春是叛逆的，却又是张扬的。青春期的我们古灵精怪，爱和父母吵架，爱和老师顶嘴，似乎这些才能彰显我们的价值。因此不少人把青春期的孩子看做罪恶的根源，没有人想过自甘堕落，也没有人一开始就自暴自弃。每一朵花都希望引起人的注目，它们都想脱颖而出，用同样的眼光看待一切，给每一朵花一个机会不要在它满怀希望与理想的时刻给它当头一棒，打碎的不仅是一个梦想，更是一颗纯真的心灵。张扬的青春有着独有的味道，如果刚刚开始就以劣质的民意扼杀了，花苞不给它开花的机会那怎么能创造奇迹呢?不要因为害怕悲剧的结尾就避免一切的开始。

　　青春如雨如风更是彩虹。青春是一个多梦的时代。很多人开始描绘自己的梦想。梦永远如彩虹多色绘成，而现实往往以黑白双色呈现。当我们用蜡笔在自己的天空绘画是时，书海往往会让我们回到现实。幻想的泡泡永远会输给现实的阳光。教室外的世界充满魅力，飞过天空的鸟儿，嬉戏打闹的孩童，无疑是最大的诱惑。也许再多的规劝也无法说服那些正在奔跑跳跃的心，但是当站在成功点上的我们才明白这才是真正想要的。

　　青春人乐章永远需要人续写，不同的感受才会创造不同的音乐，青春的音乐才会更加优美。

**珍惜青春演讲稿集合 篇22**

　　青春的使命青春是什么难道是携子之手，浪漫而温馨地漫步于桃红柳绿之中吗难道是把头发染成五颜六色，在大街上旁若无人地大跳千奇百怪的街舞吗难道是无休止地泡吧，疯狂地蹦迪吗有些人一直在成长的十字路口徘徊。但是，我要问：难道青春仅仅就只剩下这些了吗青春可 以是远大的志向和崇高的理想；青春还可以是面对峰回路转，霹雳斩棘，举步探索的毅力。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，安宁详和的幸福生活之时，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！

　　青春是美好的，没有使命感的青春便是贫血的青春。青年是祖国的未来，是民族的希望。在任何一个时代，青年都是社会上最富有朝气最富有创造性，最富有生命力的群体。我们要怎样才能实践自己肩负的历史使命，怎么样才能使自己的青春光彩照人呢 放眼看吧，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！

**珍惜青春演讲稿集合 篇23**

　　各位老师，各位同学：

　　与其说我是在演讲，不如说是自白。当我满带着大地泥土的气息，满带着沉甸甸的收获归来的时候，我的自白是这样的坦荡与洪亮：走出误区，走向真实的人生。

　　作为一名时代的宠儿，十一年寒窗苦读，独木桥几番拼杀，这其中的艰辛也许只有我们自己说得清。而当终于走进大学校门时，却忽然惊奇发现：沉重的失落已打湿了往日的欢颜和梦幻。在象牙塔里冷眼向洋，指点江山，无意中，竟与社会筑起了一道樊篱。

　　都说我们患上了“大学生综合征”。我们苦闷、迷茫地徘徊在青春的夜路上。就在这时候，启明星亮了。于是我们在太阳升起的地方集合，举手宣誓：走向社会，走向实践，走向最充实的人生。我们山东师范大学的六千多名学生，今年暑期，在一面面团旗的招引下，走向了广裹的天地：工厂、农村、矿山、油田……哪里有火热的生活，哪里就有我们实践的身影。

　　作为一个军人的女儿，当我父亲所在的中国人民解放军某部战备医疗队奔赴灾区的时候，我死缠硬磨，终于光荣地成了一名编外人员，随军前往江苏省××县。原来那旖旎秀美的江南地区被洪水蹂瞒得满目疮痰，自然在这里显示着它强大的威严：树倒了，屋塌了，田没了，甚至村庄也消失了。而在自然的神威面前不屈的是我们伟大的人民。每次洪水过去，在破败的土地上都站立着我们那些虽疲惫不堪但脸上却写着坚毅、信心和希望的抗洪自救的人民。洪水无情人有情，医疗队一到，就投人了紧张的工作。他们一天工作十几个小时，不分昼夜，看病打预防针，还要宣传医疗卫生知识。为了尽快地加人抗洪救灾的大军中，我主动向队长提出帮助写宣传稿。队长信任地把有关资料交给了我。挑灯夜战，我突然发现中文系的高材生，风花雪月写了多少朦胧、美丽的意象组合，自以为“中国未来之杰出诗人”的自己，却连几篇普普通通的应用文都写不好。在副队长的指导下，我一遍一遍地修改。而当稿子终于完成的时候，我突然发现，原来我自己也仅仅是一张空白稿纸。现实使我放下清高的架子，虚心地向随行人员请教，向生活学习。就连过去瞧不起的顺口溜、打油诗也津津乐道起来。因为在那种环境下，它们最容易被群众所接受。很快地，我的宣传稿不仅写得快而且水平也有了提高，并受到了医疗队和当地群众的好评。这时我惊喜地发现：当丢掉自己幻想的光环，我们获得的是一种异样的充实。于是，我深深地理解了歌德说过的一句话：“你若喜爱自己的价值，你就得给这个世界创造价值。”

　　医疗队的成员中，有几位资历颇高的主任医师，他们的年纪都很大了。以前常听说医疗界最“黑”，请个好大夫要花“血本”，而这些好大夫们吃的是压缩饼干，睡的是一张雨衣铺在地上的床。一个大雨清沱之夜，我从睡梦中惊醒，发现帐篷里注满了水，而医生、护士们都甜美地睡在水涡之中，他们中有几个人的年龄已和我们父母相仿啊。他们睡得那么香、那么甜，我站在那里，不知此时是该叫醒他们，还是不叫醒他们，他们太累了，太需要休息了，而他们的身体又怎能经得住雨水的浸透?我站在那里，泪流满面。朋友们，我们在校园的林荫道上悠然信步大谈伟大崇高追求的时候，我们是否想过：伟大未必可贵，可贵的是平凡中的伟大;追求未必是崇高的，崇高的是奉献中的追求。曾几何时，我因对社会上的各种腐败现象的存在而痛呼：中国向何处去?而在抗洪救灾的第一线，我看到的是一大批党的优秀干部，一大批不顾小家顾大家的人民，是一方有难八方支援的优良传统。这一切不正是中国的希望，中国的铁骨脊梁吗?正是这些默默无闻的人们，默默地撑起了共和国的大厦。面对生活，面对现实，我从来没这样充满信心：我们有老一代艰苦跋涉的足迹，有这一代人无怨无悔的青春，中国的明天一定会更好。

　　触动我的地方实在太多了，吃压缩饼干时，我想到大学餐桌上抛掷的香米白摸;睡地铺时，我想到了宽敞、舒适的公寓式宿舍;泥泞中行进，我想到校园咖啡厅里轻松的旋律，麦氏咖啡的滴滴香浓;苦于欲读无书时，我又想到灯火辉煌的图书馆……我平生第一次感到我们大学生拥有的实在太多太多了。祖国，我们亲爱的母亲，用她并不饱满的乳房给了我们最充裕的乳汁;在她低矮的茅草房旁，给我们建造了高楼大厦。但我们还在要求着，我们无所奉献却还在要求着……“谁言寸草心，报得三春晖。”而我却要说：“寸草难报三春晖。”

　　大学生朋友们，到实践中去，到生活中去吧。那时你会发现：脚下是一块坚实的土地，头顶是一片广阔的天空。

**珍惜青春演讲稿集合 篇24**

　　尊敬的老师们，亲爱的同学们：

　　大家好!

　　房间里，我有气无力的趴在桌子上，看着面前的这些考卷，那鲜红的分数格外刺眼。脑中嗡嗡作响，只听见考卷用沉重的声音，对我宣判道：“放弃吧，你考不好的。”我深吸了一口气，决定出门走一走。

　　这是，一抹亮丽映入我的眼帘，那新生的绿色附在光秃秃的枝干上，昭示着生命的存在。我有些难以置信，于是快步跑出门去，来到那株石榴树前，甚至还用手触上那几片叶子已证实它们是真实存在的，只见那一片片嫩叶软软的挨在一起，光滑且漂亮。

　　我本以为这棵树已经死了。多年前的大雪使它柔弱的枝干不堪重负，最终还是垮了。别人都说“这棵树已经死了，就不活了。”可我的爸爸还是固执的把它留到了现在，像是知道他有朝一日会复活似的。真的，如今它也不负众望，时隔这么多年竟然又一次长出了新叶!

　　我不禁为他动容，敬佩之情油然而生。这四年他到底是如何度过的?他经历了如此重创，需要有怎样的顽强意志才能完全痊愈?春夏秋冬，寒来暑往，他不屈的心在看似死气沉沉的驱干下萌动着，默默地积蓄力量，为的就是有一天它能够在焕发生机，用自己嫩绿的叶子向大家宣告自己的成功，他终于做到了。

　　在树旁，我端详着这几片倔强地叶子，沉思良久。我每一次面对一点困难就想放弃，而不愿意重新正做起来。不想面对自己的难处，总是不想面对自己的困难。如今这种沉寂良久的树却给了我重新振作的动力。一点打击算什么?只要永远不言败，努力拼搏，何愁没有成绩?

　　我回到了房间重新开始了努力。一段时间后，我的成绩冲回正轨。在窗前，我看着那棵树。它的枝干上已经挂满了叶，阳光下，闪着生命的光泽。青春的道路还很长。让我们用青春拥抱时代，用生命点燃未来，就此努力吧，从无悔的青春去谱写我们的人生征途。

**珍惜青春演讲稿集合 篇25**

　　找到一个相爱的人不容易，也是莫大的荣幸。可能一切都不是你想的那样，没有那么完美，或者没有你想的那么好，应该也没有那么差。人生没有那么完美。所有的快乐都应该珍惜。人与人之间需要互相体谅。恋人也是。

　　如果你懂得珍惜，你会发现自己越来越多。如果一味的追求，一味的前进，给自己太大的压力，不注意珍惜，你会发现自己越来越快的失去。

　　只是因为：生活不是绝对完美的，总有缺陷；人有缺点不是一种悲哀，悲哀是为了掩盖缺点；而错过了生活中的美景，人间有许多不足；不完美就是完美，太完美就是缺陷。缺陷有时候是一种美！

　　感情，合适就好。如果不觉得委屈，就随便找对方。

　　压力太大不好，相信完美的感情也不好。其实你只需要知道没有人是完美的，每个人都会有缺点。一种单纯可爱就够了，一种生活的真实就够了。

　　作为女孩，她们都热爱浪漫，热爱幸福。虽然可以浪漫，但不容易浪费；我可以随时牵手，但不能随便分手。每个人都期待着一种会持续到死亡的感觉。

　　得不到的永远是最好的，失去的爱永远难忘，失去的人永远难忘。珍惜或放手，是我们生活中必不可少的过程，是我们生活中的一种体验。对自己好，并不是为了讨好别人而改变自己好。当然，因为某些原因固执是不好的。

　　自由的时候不珍惜感情。当我们相遇时，是命运。对于这种缘分，我们可能都在尽力去适应对方，只是想顺其自然。

　　生活要轻松，不要给自己太大压力，什么样的心态会给你什么样的生活。再坚定的相信缘分，也请不要在感情失落后想到珍惜，也不要在有空的时候想到联系挽回。

　　在每个人的生活中，你会遇到很多不同性格的人，不同的人。他们中有多少人是你的知心朋友？而深爱自己的人又有多少呢？你深爱着多少人？与其千百次寻找他，不如珍惜和爱眼前的人！

**珍惜青春演讲稿集合 篇26**

　　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的最伟大的事业—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!

**珍惜青春演讲稿集合 篇27**

　　各位老师，各位同学：

　　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“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1905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!

　　今天虽平凡，可它却是一块块金砖，垫高了你的明天;

　　今天虽普通，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”。

**珍惜青春演讲稿集合 篇28**

　　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。

　　时间，它是人们生命中的匆匆过客，往往在我们不知不觉中，他便悄然而去，不留下一丝痕迹。人们常常在他逝去后，才渐渐发觉，留给自己的时间已经所剩无几。因此，有人说：“青春是人生中最美好，最绚丽但又是最短暂的。”青春就像与时间赛跑，在人生的起跑线上，时间是我们最大的竞争对手，它不会等待我们。当人生的哨声吹时，时间飞逝，赶上它是不可能了，只有奋力去追逐时间不会停下来，因为青春一去不复返。时间不会倒流，因为青春对每个人

　　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。

**珍惜青春演讲稿集合 篇29**

　　像水一样流逝的，是时间。如水的时间，任性地溜走，不给人后悔的机会。

　　于是，我们只能眼睁睁的看着时间一分一秒的溜走，却又，不能做什么。

　　大概，这就是许多人虚度光阴的重要原因吧!

　　我想抓住水，可是，水却早已从指缝间滑过，只留下水的痕迹;我想抓住时间，可是，时间也在不知不觉中溜走，只留下岁月的痕迹。

　　回想起自我的这十几年，得到了很多，可失去的，也不少。在学校，会对着自我的课桌发呆;在家，会坐在电视机前消耗时光。这样虚度光阴，却不明白时间早已在不知不觉中溜走。有时候一天下来，都不明白自我到底干了什么。想明白了，自我什么都没学到，就爬起来看一下书，也算是个自我一个安慰。

　　有时候我在想，人活着到底是为了什么?我觉得，是为了自我心中那个梦。也为了爱。可是，让时间像水一样流失，不仅仅辜负了自我，也辜负了所有对你有期望的人。在此我要向大家阐述，我有个不良习惯，当不想学习或很无聊的时候，我就会搬张椅子，坐在自来水龙头前，把开关拧到最大，静静的看着流逝的水发呆。看够了以后，我才会安静下来做事。

　　因为，这样，我也是在告诫自我，时间就如流水一样溜走，无可挽回，我不能再这样浪费时间了。于是，我就能安心学习了。

　　我明白这不是个好习惯，所以我下决心要改。也要学会把握时间。

　　时间是个任性的精灵，她会从你眼前跳过，从你身边走过，从你指尖滑过……想把她留住，她却不给你留他的机会。

　　我们还能怎样呢?只能让自我慢慢地学会掌握时间，不要让她一次又一次的无声息的溜走，却又不明白该做什么。

　　分分秒秒，年年月月，流逝的青春，我们难道不应当珍惜吗?

　　不要等到，失去了，才说后悔。

　　像水一样滑过的，是时间。抓不住，改不了。

　　仅有，珍惜。也只能，珍惜。

　　因为流逝的青春，已无法挽回。

**珍惜青春演讲稿集合 篇30**

　　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。其中一段充分体现出青春的宝贵：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。”岳飞花了三十年的时间重整河山，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!

**珍惜青春演讲稿集合 篇31**

　　尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

　　大家早上好！我是xx班的，接下来我要演讲的题目是青春，远离早恋。

　　不知何时，中学生心里偷偷有了爱慕的对象，可那只是爱慕。我们还小，不懂得什么是爱情。

　　朋友们，什么时候我们成年了，在心智，身体都已成熟的时候再谈恋爱，也来得及。在我们这个豆蔻年华，最主要的是学习，我们的青春需要自己来守护。

　　早恋就是过早的恋爱，我们还不能为对方做些什么，没有担当的能力。我们如果真的喜欢一个人，就把这种感情藏在心里，都有能力之后再和他表达心意。

　　曾经有一位哲人这样说过：“不以结婚为前提的恋爱都是耍流氓。”我们没有能能力让心爱的人得到踏实与宽心。有人说：“为什么非得结婚呢？”我会告诉你：“你这样是不负责任的表现。”总之，在我们这个年纪就应该踏踏实实学习，不想一些与我们无关的事情。

　　我们的青春只有那么十几年，如果不好好珍惜，它就会随着时光流去，我们就会越来越老。早恋如一个侵略者侵占了我们的青春，夺走了我们青春该有的童稚，可爱和盛气。可是他们殊不知这样做的坏处。早恋，使家长对我们失望；早恋，使老师为我们担忧；早恋，使我们的未来对现在不负责。

　　早恋是误入歧途的表现，这并不是危言耸听，曾经我看过这样一个故事：一位高中女生因和男朋友分手而自杀。这就是早恋的危害，在我们这个懵懂的年月，还不懂什么才是真爱。

　　不知道你有没有听过这样一首诗：《早开花的苹果树》，一棵苹果树听到春风的呼唤，过早开了花，可是还没有结出果实，叶子都凋零了。我们现在早恋，因为是一件好事，可以在同龄人前炫耀，可是在成人看来这是愚昧无知的。过早采摘成熟的果实，不仅不会甘甜，而且会适得其反的，到苦涩的滋味。

　　我们的青春就像一朵美丽的玫瑰花，需要用心呵护，才能长成一朵讨人爱的花朵。则早恋这种行为就是害虫，它无声地侵蚀着我们的神经、肉体和精神。使我们的未来得到不好的影响，使我们的人生白纸上留下污迹，为我们的人生之路留下坎坷。所以我劝大家珍惜我们的青春，远离早恋。

　　我的演讲到此结束，感谢大家聆听。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找