# 2024年珍惜青春演讲稿(模板10篇)

来源：网络 作者：紫竹清香 更新时间：2025-01-06

*演讲稿具有观点鲜明，内容具有鼓动性的特点。在社会发展不断提速的今天，需要使用演讲稿的事情愈发增多。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？以下是我帮大家整理的演讲稿模板范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。珍惜青春演讲稿篇一青春是生命...*

演讲稿具有观点鲜明，内容具有鼓动性的特点。在社会发展不断提速的今天，需要使用演讲稿的事情愈发增多。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？以下是我帮大家整理的演讲稿模板范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

**珍惜青春演讲稿篇一**

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，美与力量的象征！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。承受困难与挫折，包容与压力、义务与责任。

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，只能在无聊与寂静中湮没。

珍惜青春，贵在由崇高的理想与执著的追求，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，美德与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，勤奋与毅力是成功的基石。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。

**珍惜青春演讲稿篇二**

朋友们：

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己。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！

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。

**珍惜青春演讲稿篇三**

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!

**珍惜青春演讲稿篇四**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

吧，为追求时尚，穿名牌，买手机，这难道不是虚度光阴吗？“书到用时方恨少”，没有学识，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。

我要珍惜所拥有的青春。青春，是学习，努力学好了本领，未来便有了伴我们走完人生的拐杖，青春便有价值；青春，是挑战，自己所不及，超越自己造就的港湾；青春，是纯洁，互相帮助心照不宣，让纯洁的友谊花瓣洒落在青春的路上，五彩缤纷；青春，是叛逆，是我们青春路上的一笔挫笔，让我们回忆时也兴奋不已；青春，是美好，一切美好的事物驻留脑海，永不销毁，几十年后，再回首这美丽，那将是一份永恒的记忆。

在青春时期，我们这些少男少女的主要任务便是学习，学习技能；学习动手操作；学习如何做人。这些都是我们必须要懂的。只有学习好了为人处事；学好了本领，才能立足于世，才能成为一个成功的人，而这个过程就是一杯香醇浓郁的美酒，予迩细细品尝。

青春，美好而富有诗意的名字，赐予我们生活与活力；青春，微凉而让人感动的名字，里面夹着多少汗水与泪滴；青春，希望而华丽美妙的名字，任何事物也阐述不了它的真理；美好的青春，再华丽的话语也描绘不出它的一点一滴；再温柔的抚触也留不住它告别的脚步。它终究会离去，而在它即离前夕，我们何不珍惜一点，多做些有意义的事，让我们的青春丰富多彩，更具有价值呢？珍惜所拥有的青春，让短暂的青春变得长久，变得有价值！

**珍惜青春演讲稿篇五**

xxxxxx：

大家好！青年时代:她可以接受审判，但不能花钱；她能忍受发展，但不能浪费。

保罗科奇恩(paulcochajn)曾经说过:“生命对一个人来说是最珍贵的东西。人生每次只能忍受一次，一个人的一生应该这样度过”。当他回顾过去时，他不会后悔浪费时间，也不会为自己的平庸感到羞耻。当他去世时，他可以说:“我的一生和全部精力都献给了世界上最伟大的事业为人类解放而斗争”。因此，我们应该珍惜我们的青春，利用我们的青春，尽最大努力在青春的舞台上展现我们灿烂独特的.风采，让我们的青春飞扬！它就像无数的星星在生命的星空中闪耀。青春美丽而短暂。人们往往不珍惜拥有的东西，而是在失去时发现它的价值。珍惜青春，学会承受。承受困难和挫折、宽容和压力、义务和责任。珍惜青春，学会吃苦。尽管困难重重，青春是人生中最艰难的阶段。珍惜青春，我们必须坚持追求，停止了对青春的追求，注定是失败的，只能在无聊和沉默中迷失。

珍惜你的青春，这取决于你的崇高理想和执着追求，乐于助人和奉献。挫折完美，努力成熟，工作出色。珍惜你的青春，你必须心胸开阔，不要在困难的时候抱怨别人，贬低自己，不要得意忘形，顺其自然！记住，美丽的脸庞只是青春的剪影，但是美德和成就贯穿一生。青春就像流水。后悔变成了白色。人生的道路是漫长的。它不像平坦的柏油路那么直，也不像一滩水那么安静。各种各样的困难、挫折、失败、不满.会随时挑战我们。珍惜青春，把握自我，塑造生活，勤奋和毅力是成功的基石。不断的探索、实践、追求和超越必将带来美好的青春和人生！时间老人的脚步在悄悄地前进，时间像箭一样飞逝，太阳和月亮永远伴随着我们？陶渊明曾经感叹道:“在他的全盛时期，有一天很难回到早晨，及时鼓励他，时间不等人。”青春对我们每个人来说都只有一次。愿我们抓住青春。朋友们，让我们把青春汇聚成美丽的冰雕，让我们把青春表达成优美的诗行，让我们把信念挂在桅杆上，让成功之船启航！

谢谢大家！

**珍惜青春演讲稿篇六**

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，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。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

**珍惜青春演讲稿篇七**

朋友们：

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。”

家喻户晓的张海迪阿姨在2024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!

**珍惜青春演讲稿篇八**

大家好，我07级1班的xx，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！

吧，为追求时尚，穿名牌，学追明星，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。

**珍惜青春演讲稿篇九**

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。

**珍惜青春演讲稿篇十**

尊敬的评委，亲爱的同学们：

大家好我今天演讲的题目是xxxx。青春如行云流水，淌指而过，抓不住也握不稳，因此青春也显得格外珍贵，容不得半点浪费，但亲爱的朋友，请不必感叹青春的柔弱易逝，她是如此富有生机与精彩。她能够支持你站稳岗位，负好己责，拼搏出你要的生活。那么正值青春的我们，就应该乘青春正值旺季。

草长莺飞之时，怀揣着激情，勇敢的面对生活，燃放自己，用流逝的青春去换一个我们要的明天。还记得刚来到大学的日子吗？想起来，不远，仿似昨天，可细细想下来，又觉得是好远。

好像已经是好远的好久以前了。回味这一路走来，有高考后自己汗水没有白流的欣慰，有考入大学时的兴奋，有离开家遇见她们的.悸动。当然，也有过难过与失意，或者悲伤和失落。

因为学校的小道没有林荫，食堂大妈的手艺不合我们的胃口，教室桌椅的坐着不舒服等等。

可是随着我们携手上课下课，吃饭玩耍，开开玩笑间，多出来的胡茬也悄悄的留下了岁月的痕迹的两年里，逝去的青春，我们渐渐熟悉，拥有了熟悉的笑脸，亲切的言语，可以曰人。

可以曰家，可以曰天下。慢慢的那些细小的不满与失意也尽然被图书馆里的书香掩盖，翻阅一页页间，学习充满了我们青春的每一个角落。看似如此简单，琐碎，却也无不在努力勾勒出我们多姿多彩的青春。亲爱的朋友们，不可否认我们都迷茫过。因为这因为那，放纵过、难过过、冲突过、生气过、莫名过，可是在每一个夜晚过后，新的一天又如约而至，又有一天的时间来改变改善。

那么我们还有什么理由继续生气、放纵？以至于浪费我们如此珍贵的青春。青春是短暂的。但是就是再短暂的时光也没有借口在我们的生命里虚度。我们要尽青春之力，负生命之责。

付出自己，馈赠给予，收获人生财富，留着在以后的岁月给我们成长和成熟提供一个契机。那么同学，如果你还在迷茫，抛弃迷茫吧，把握人生的航向，牢记勤字当头，不懈摇桨。

搏击涛海大浪，泛舟人生。用我们的青春和生命奏响时代的强音，用我们的聪明和勇气扬起

理想的风帆，打开成功的阀门，让美好的下一刻顺流而来，绘画出人生精彩的篇章。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn