# 这才是我的青春演讲稿(优秀8篇)

来源：网络 作者：风起云涌 更新时间：2025-06-04

*演讲中的抑扬顿挫，相当于音乐中的节奏，音乐需要节拍，演讲也需要节拍，你应该让你的演讲充满节奏感，节奏就是你口头表达进度的度量。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的演讲稿模板范文，我们一起来了解一下吧...*

演讲中的抑扬顿挫，相当于音乐中的节奏，音乐需要节拍，演讲也需要节拍，你应该让你的演讲充满节奏感，节奏就是你口头表达进度的度量。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的演讲稿模板范文，我们一起来了解一下吧。

**这才是我的青春演讲稿篇一**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

曾经听别人哼唱，自己也时常唱着，姜育恒的那曲《再回首》。惟独对“曾经在幽幽暗暗反反复复中追寻，才知道平平淡淡从从容容是最真“这一句不愿认同。平平淡淡是最真，不是在启示人们要自甘无庸，自甘无为吗?曾几何时，我们这些携着抱负，带着理想，跨进大学校门的莘莘学子们，也开始高呼：平平淡淡是最真。失去了原有的激情和热情，变得安于现状,固步自封。是因为我们没有了压力，而少了动力;是因为我们没有了约束，而放纵了自己;是因为我们没有了目标，而不再奋斗不已;还是因为我们的心真的不再年青?不，都不是，主宰世界的是你，放弃世界的也是你!

马活驰骋，人活梦想。人生的意义在于不断丰富自己，拓展自己，追求自我真实价值。生命的真谛也在于：在生活中不断追求新的，美的，愉快的东西。我们要珍藏那份青春的美好和健康向上的向往，我们要保留那份执著追求和热烈激越的愿望，我们要坚持梦想，让梦想飞翔，迎上风雨，奋力振翼!

时光老人步履匆匆，历史巨浪汹涌澎湃。短短的三年,好像我们不能做什么，但三年中我们要做的实在是太多太多。虽然我们不能人人都像雄鹰一飞冲天，但我们可以学做蜗牛默默前行。是一滴绿，便能见证生命的存在;是一滴水，投身大海也将永不干涸!

三年中我们做了什么，密切关系着三年后我们能做什么。三年中我们的一举一动决定着三年后我们的一进一退。同学们,让我们一同奋起吧，让青春飞扬!珍惜美好的青春年华，弃燕雀之小志，慕鸿鹄之高翔，攀登智慧之峰颠，去取得事业的成功!

**这才是我的青春演讲稿篇二**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

人人都感叹光阴一去不复返，殊不知青春与那光阴却是携手飞逝。升至初中，本希望可以享受一番“煮泉品茗，焚兰听蝉”的潇脱与飘逸，可偏偏有老师的谆谆教诲与父母的殷切企盼不期而至。

青春，我们在苦着脸读王勃的《腾王阁序》；皱着眉背范仲淹的《岳阳楼记》；挠着头揣摩李白的《春夜宴桃李园序》……我特地朝外望望，蹑手蹑脚地打开了电视机，飞快将音量调至最低，心中不断盘算着这几篇该死的古文何日才能滚瓜烂熟，信手拈来，运用自如！

明日复明日，明日何其多！

夕阳无限好，只是近黄昏！

青春，课堂中，讲台上的老师在那儿天花乱坠、唾沫横飞，我身为学生却在课桌上昏昏欲睡。我不曾有曾国藩“天道酬勤”的信念，书在我眼中不过是一堆空有文字的臭皮囊罢了。我无法仿效辛弃疾登北固亭发出“千古兴亡多少事”的感叹，只想如东坡居士那般“酒困路长惟欲睡，日高人渴漫思茶”的顿悟。

“莫等闲，白了少年闲，空悲切……”突然，我激灵灵打了个冷颤，抬起头来，却见老师严厉地注视着自己。

窗外，青山如海，残阳似血。青春啊，可否永驻！

**这才是我的青春演讲稿篇三**

尊敬的老师，亲爱的同学：

大家下午好：

青春是什么样的呢我已经开始充满了无限的遐想和向往，我明白青春会留下很多的故事，就像妈妈的青春故事一样美丽，唤醒逝去的童心。

妈妈给我讲了一个她学生时代，青春期的故事：

那时，妈妈读高中，她坐在第一排。最终一排有一个男生老是喜欢欺负妈妈。上课时，只要教师一转身，他就拿小纸团砸妈妈。可怎能让他老是得逞妈妈也不是好惹的，砸一个，就放一个在讲台上，等教师回头，讲台上已有一堆的小纸团。教师生气了：“是谁！”“是后面砸来的。”“最终一排的人站起来，谁扔的！”

后果可想而知。但复仇计划仍未结束……

妈妈跟同桌商量好，在晚自习时搞破坏。（因为，那个男生是走读生，不上晚自习。妈妈是住校生，就有了作案的时间和条件。）

晚自习时间，妈妈和同桌跑到最终一排，把那个男生的坐凳腿给下了，又支好，再把书给他一页一页地折起来，成为了一个大三角。

第二天早读课，妈妈坐在前面看书，只听见后面男生蜂拥而进。“扑通！”“哎呦，是谁把我的凳子弄坏了”“我的书怎样成这样了”当然，妈妈和她的同桌笑扒了。

当妈妈讲时，脸上仿佛变得青春了，美丽极了，青春是美丽的，我的青春也快点来吧！

**这才是我的青春演讲稿篇四**

尊敬的各位评委、各位同学：

大家好，我是来自xx班的选手xx，今天我演讲的题目是《我的青春我的梦》。

踏在xx这片净土上，我品尝到了许多以前未曾所及的滋味。如今站在这里猛然间，停住飞奔的脚步，在一片宁静中回首，我带着青春的热情而来，犹如浩荡的春风；我带着青春的叛逆而来，冲破生活的桎梏，开始新的征程。我的心，如波涛般的汹涌，如惊涛拍岸般的激烈……xx，一所文化积淀深厚、人文荟萃的学校，努力为我们营造一个特色鲜明而又硕果累累的人才基地，使我的中学生活成为一个绚丽的舞台，就像一双红舞鞋下衬托出来的美丽，优雅而温馨，充实而忙碌。而我便在这里陶冶自己，锤炼自己。

在这里我们是主人，是勇士，是继往开来的开拓者，是品味生活美酒的幸运儿，更是虔诚的梦想的追随者。发掘智慧，积聚智慧，寻找自己的方向，在奋斗中体现于自我价值。纵然我们一生都未能达到心目中的高峰，可只要我们努力过，经历过，思考过，感受过，回忆过，那我们的存在便有意义。作为一个中学生，面对自己的未来，面对前人的希望与后人的责任，我们更要做一个有理想的人，有责任心的人，能够在苦难中不断奋斗的人。

做一个有责任心和使命感的中学生是幸福的，就像花心曾经破碎，但绽放的鲜花让它幸福；就像天空曾受暴雨的冲击，但雨后美丽的彩虹让它幸福；就像种子曾被泥土埋没，但破土而出的嫩芽让它幸福……睁开久闭的双眼吧，整个世界都将属于我们：完美，合格的中学生！弃燕雀之小志，慕鸿鹄而高翔，感谢生命让我们在xx相遇，在xx放飞理想。有人说：从绝望中寻找希望，人生终将辉煌，每个人的人生乐章，都需要用心去谱写.我的人生，我想用自己的双手去创造.我的中学生活，我想用自己的方式去活出精彩.我想用拼搏与汗水去赢得一片片掌声！

不要把热情深埋于大地之中，不要把青春丢进烂漫的花丛，我们一起去攀登人生的顶峰。让我们把背影留给古老的青冢，让我们把足迹踏向云中的孤松，因为青春是风，人生有梦。我的中学生活就是我的青春、我的梦！

我的演讲完毕，谢谢大家！

**这才是我的青春演讲稿篇五**

尊敬的老师、亲爱的`同学们：

日子一天天的变少了，我们一天天的变老了。总会望着街上年轻的身影感叹岁月无情，却忘了我们自己依然年轻。

青春已经是我们鲜少提及的字眼，却是我们心中最无法抹灭的幸福时光。

总是在一个人的时候回忆。想起曾经一起哭过，笑过的兄弟，想起曾经一起打过的架，一喝过的酒，想起曾经拍着肩膀笑过的脸，想起喜欢过的人。那么多美丽的画面都定格在年少轻狂的岁月，想起来就会笑的云淡风轻。那些如三月的阳光灿烂的年华里，再也提不起恨。于是我们心甘情愿的带着它走向成熟。

郭敬明说他的青春是一道明媚的伤，是痛并快乐的。其实这也是对我们每个应试学生的青春的最好概括。那些走过的路，遇到过的人，唱过的歌，看过的风景，都已经随着三月的扬花飘散。只有我们仍然站在那儿，像个孩子似的不肯离去。那些韶韶的年华，是暗夜里点燃的烛火，跳跃的却那么脆弱。我们站在旁边静静守望，看见风吹过，心就疼了，却不敢碰触。

总会想起这样一句话：我们也曾年轻过。身边太多的说过，说过疑惑总会笑的很无奈。站在青春的尾巴上才发现青春的短暂，才会倍加珍惜。

**这才是我的青春演讲稿篇六**

尊敬的各位领导、各位评委、亲爱的同事们：

大家好！

在这阳光明媚、春暖花开的的五月，很高兴能有这样一个与大家交流的机会。我是x号参赛选手，中国银行新疆和田分行xx部门的一名普通柜员xxx，今天我演讲的题目是：无憾无悔青春行。

岁月无语，时光如梭。怀抱梦想的我，走过笔耕不辍的高中时代，走过塑造自身的大学岁月，毕业之后，走到了新疆和田这方土地上，在新的天地中继续行走青春、追求梦想。

还记得，高中时体育老师的口哨声，天还没亮的时候就在耳边响起——起床、洗漱、出门、开始晨跑……一气呵成的动作，熟练到只需要五分钟就可以完成。新的一天，在温暖的晨光之中，踩着嘹亮的晨跑号子，开始我那斗志昂扬的高中生活。

还记得，高三课桌上二尺来高的复习卷子，刚做完一张，就会有新的发下来替补上去。多少次梦回千转的憧憬、多少个挑灯夜战的晚上、多少回或喜或忧的结果，一切的努力和付出，都只为了当时心中的那个大学梦想。

年的大男孩，规划出清晰的目标，付出努力切实的行动，时刻牢记着、准备着、战斗着，为了梦想而认真的在青春里行走着。

终于，20xx年的8月，二十四岁的我，怀揣着对未来的梦想与激情，走出了大学校园，踏上了和田这方土地，在青春的旅途上开始了新的行走。

初入社会，曾一度抑郁于工作的烦躁与抱怨，曾烦恼于琐碎生活的重复和啰嗦，也曾沉迷于消磨梦想的安逸岁月。

有一次，看到和田的玉，温润的细腻光泽似映射着青春中的自我。“登昆仑兮食玉英，与天地兮同寿，与日月兮齐光”，屈原的诗句穿越时空，唤醒了我心中差点再次沉睡的激情和梦想。

那一刻，我突然想做回最真实的自己，用梦想和行动，牢牢地将青春把握，或伤感、或欢喜，都留下自己最难忘的拼搏。毕竟，有梦才有远方，有理想才能远航。

转眼间，来到和田已经两年。如今，日渐成熟的我，青春的梦想仍在用心演绎，青春的路途仍在用心行走。日常工作中，我用认真踏实的心态做好手头的每一份工作，用热情灿烂的微笑迎接每一个客户的业务咨询和办理。我渐渐明白，爱拼才会赢，心态决定生活。

我的青春我做主，我愿怀揣对生活的期待，努力而自信的青春里认真行走；我的青春我做主，我更愿带着信念与坚持，迎着朝阳，自信、努力而坚强地一步步走下去。

伸开手掌，细看掌心的纹路，握紧拳头，命运便尽在掌握之中。我坚信，我的青春，我来过、主宰过、努力过，便一定会有收获！

我的演讲完毕，谢谢大家！

**这才是我的青春演讲稿篇七**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

我从青春的年华里打马走过，一步一步，细心的谱写我的青春的变奏曲，待回首时，再去细细品味着那属于我的青春的旋律————有维美，有成长，有青涩，有伤痛，也许，就是因为这份杂味的情感，才让我这么深深的追忆着我未完待续的青春吧!我相信每个人都有过对青春的理解与感悟，曾经都带着自己的小骄傲，小清高走上青春的道路，也有着自己骄傲的青春宣言。可，末了，总会在现实面前被打击得体无完肤，于是有过不服，有过伤感。可还是会一次一次的站起来，继续着自己的青春之路，也许有点小伤痛吧，但，经过青春的洗礼的人都知道，其实，“痛，是青春必须走的一步”。我相信，有那么一些时候，这种关于青春的伤痛有何尝不会带给我们一些对生活的理解与感悟呢?于是我们可以那么笃信的认为，：“痛，是源于上帝的爱”。吧!

青春的旋律，美丽的变奏曲，我的青春我做主，走过伤痛，当然也走过美好与收获……

我想，走过青春的人都知道，我们曾经都是那个年少轻狂的孩子，那么不懈的看待这一切，有幼稚，有不懂，可都有种世界在我心中的狂妄。经历了青春，方知，我们的渺小，我们的幼稚与不成熟，以及我们的年少，那时候，我们才会那么深刻的体会到我们还是孩子吧!于是我们会自信的走上这条叫做青春的这条道路，一路，用自己的激情与信念跋涉着，即使有阻碍，也会用自己的毅力与信念走着，一路收获，一路成长、!因为我们始终执着的坚持者自己那些骄傲的梦想，那些关于未来的憧憬，以及对于生活中下一秒的期待吧!也是阿!年少的我们总会有着不竭的激情与向往，于是我们可以那么勇敢而又自信的走下去，走下去……不管未来到底是什么样子，我们始终相信，坚持过，努力过，经历过，就是的收获了!!!也是对青春的回馈!

我们都是在理想与期望中长大的孩子，我们曾经都那么执著的相信很多东西，可只有走过青春，才会明白一些东西，理解一些东西，收获一些东西，……所以才会对生活有着一步一步的了解，所以退去了自己的年少轻狂开始学会用一颗成熟的心去看待这个缤纷的世界，去收获自己关于生活，关于未来，关于自我的理解，才会更理智的去看待很多生活中的东西，也许只是些微不足道的琐碎，于是，不再那么年轻气盛，不懈一顾了。也许，当我们偶尔不经意的回首时，我们会那么深刻而又清晰的成长与小成熟吧!

我的青春我做主，我始终带着自己对生活热忱的爱与期待，努力而又自信的走着自己那些关于青春的每一步，每一步，每一步都会有着对生活的感悟与收获，也许小到微不足道吧!但我也幸福的相信这是我的青春，我的滋味。

记得有部电视剧就叫做《我的青春我做主》，我很感叹于那个叫钱小样的女孩的执着与坚强。感觉她的青春是那么的多姿与丰富，而她，也始终是自己青春的主角，自我而又简单的走着属于自己的青春，不管未来的种种……感觉她就是那种坚强而有努力的走过自己的青春，也许有过错，有过伤，但她会那么执着的走下去，也许走到最后才会回首去看看到底错在哪里吧!

我的青春我做主，我会带着自己的信念与期待，迎着生活的朝阳，自信，努力而又坚强的走下去，走下去，不管未来十什么样子，我始终相信，我的青春，我来过，主宰过，努力过，就是最有价值的!!

**这才是我的青春演讲稿篇八**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

青春或许并不和唯美接轨，但当某一天我们独自一人回忆起这段时光的时候，但也不觉青春荒凉了。

那一年，我们吟唱着“十七岁那年的雨季……”纵使听过千百遍，我却始终记不起下一句歌词是什么。在我看来——十七岁那年的雨季，充满着辛酸与回忆。

听歌时总能勾起我的伤感情绪，不管是节奏欢快的，低沉的。盯着那一行行歌词，记忆就好像打开了闸门，美好的，感伤的，一股脑涌了出来，思绪像断了线的风筝一样飘忽不定。不懂音律，以至于爵士鼓上的音符我一个也敲不出来，但听歌却成了必修课，这也正如青春期是每个人都要度过一样。

记得最清楚的是在深圳看到的抱着吉他卖场的小女孩以及“转角遇到五”那个充满诗情画意的咖啡馆。那个小女孩和我们年龄相仿，对啊，她也和我们一样，都是似花一样娇嗔的女孩。站在十字路口，抱着大吉他卖场，我只能说，这也会是她青春时留下的辉煌篇章。以至于那个咖啡馆，不知来年是否还会再见到，但时间是流逝的，记忆却是经久不衰的。

那些铭记在心里的往事，犹如玻璃瓶里细碎的沙粒，一颗一颗，散落的干脆，却也明媚。正亦如，沙漏在指尖，往事在身后。

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