

砥砺前行节目 不负青春砥砺前行演讲稿(大全5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

砥砺前行节目篇一

大家好！我是黄欣怡。

在演讲开始之前，我想问大家一个问题，青春是什么？我们这里有51位同学，每位同学对青春都有自己独到的见解。同样一个问题如果我问何依泽，那么我将会得到一个富有哲理性的回答。如果我问的是学霸邹家婧，那么她会很直接地告诉我，青春就是努力奋斗考上自己梦寐以求的大学。没有人能准确地说出青春究竟是什么，因为它太短暂了！寒窗苦读数十载，也许就把青春给读掉了。

但不管它是多么的短暂，它都是改变我们命运且无法倒流的一个时期。

不知道大家有没有听过这样的一个故事：一个平时悠手好闲的年轻人梦见自己随着时光的流逝变成了一个白发苍苍的老人，等他领悟自己一生碌碌无为时，却已经太晚了。于是，他痛苦地仰天大喊：“青春，回来吧！”这一喊把他从梦中惊醒，他暗自庆幸自己没有沦落到那种地步，从此便奋发图强。

有些人听完故事后就会说这个故事告诉我们要多做梦。对此，我只想说，你开心就好。

故事其实想告诉我们：每个人都要珍惜青春。因为，青春逝去就再也回不来了，等到你后悔的时候，已经无法挽回。

每个人都会经历青春，等你到中年或老年时，相信你会有一段很宝贵的青春的回忆。但是，你是否能毫不犹豫地
说：“我没有辜负我的青春！”如今，青春就摆在了我们的眼前，我想问问大家，你立下的目标你有在努力去实现吗？如果说没有的同学，那么你觉得你是应该随波逐流、得过且过，还是应该抓紧一分一秒开拓前进呢？我想，凡是一个正常人都会选择后者。有些人肯定在想：“花有重开日，人无再少年？我们为什么不在这大好年华中来一场轰轰烈烈的恋爱呢？那你为什么没有想到周恩来总理那份“为中华之崛起面读书”的青春斗志，陆游的“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”的那种坚持。

青春如同繁星闪烁。在中国，伟大的反日本帝国主义侵略战争，我们人人皆知。但又有多少人知道，在这场伟大的战争中，许多中国青年奉献了自己宝贵的青春，挥洒了自己爱国的热血，使人生焕发异样光彩。

人人都知道，迷人的彩虹出自大雨的洗礼，丰硕的果实来自辛勤的耕耘。如今，我们正处在优胜劣汰、竞争激烈的时代，前有师长掌航，后有父母加油，可谓是天时地利人和。对此，我们又有什么理由不好好学习呢？面对挑战，我们又怎能被一些挫折和失败所吓倒呢？让我们好好把握住青春。只有这样，你才能在青春史上写下无怨无悔的一页。

同学们，既然我们被称为朝阳花朵，就应该不负众望，砥砺前行，拥有绚丽多彩的青春。青春短暂而珍贵，请珍惜它吧！

最后送给同学们一句话：“人不轻狂枉少年。”希望大家努力奋斗，不负青春！谢谢大家！

砥砺前行节目篇二

大家好！

世界上最美好的事情，莫过于为理想而奋斗。正值青春年少的我们，最美好的事情也是奋斗。

奋斗是石，敲出星星之火；奋斗是火，点燃引路的灯；奋斗是灯，照亮前行的路；奋斗是路，领我奔向希望的曙光。人的生命只有一次，青春则更为短暂，所以我们更应当在短暂的青春奋斗，因为这样的青春才最美好。

曾经有一个小男孩，他从小就梦想当一名钢琴家，可是因为家里穷，没钱买钢琴，他只能在纸做的钢琴键上练习指法。但他每天都在拼命练习，直到十指磨破，痛苦难忍才停下。

经过他长期的努力，他学会了作曲，而且也有人愿意出钱来买他的曲子。经过长期的努力，他用自己卖曲子的钱买了一架钢琴——一架常常跑调的钢琴，但小男孩却将它视作珍宝。

当今也有一位小女孩，在一次爬坡比赛中不幸坠入十几米高的悬崖，从此成为一名靠轮椅活动的高位截瘫患者。

但她的人生没有由此止步，她仍然在为自己的青春而奋斗。经过多年的不懈努力，她以十分优异的成绩被保送为浙江大学古文字学方向的博士生。

再想想当今社会上，有多少青年枉费青春，不知道什么是奋斗，什么是青春，更不懂奋斗的青春有多美好，他们只懂得图一时之快，却不知会留下终身的遗憾。

因为对蓝天的向往，雄鹰选择搏击长空；因为对瀑布的探求，鱼儿选择逆流而上；因为对太阳的热爱，花儿选择向阳而生；因为对理想的追求，我们选择了不懈奋斗。因为我们深知：

奋斗的青春最美好！

让我们不负年华！奋斗趁青春！

谢谢大家！

砥砺前行节目篇三

大家好！

很激动的站在讲台上为大家带来关于青春，应该这样前行为题的演讲。青春是每个人的必经之路，它可能也决定着你未来更长的人生道路，青春很是宝贵，它只有一次。

黑发不知勤学早，白首方悔读书迟。这一句名言说得好。我认为青春就应该把握当下，说干就干，从不虚度光阴，莫要等到白发苍苍之时，才后悔青春时期的自己碌碌无为。

拥有自己独特的思想与观点，从而创造出有价值的事物。青春，应该这样前行。

我认为，青春象征着努力拼搏，积极向上。问起已出社会工作或者老一辈的人们：关于青春，您最后悔的事情是什么？听到的最多的回答应该还是没有好好学习。莫等闲，白了少年头，空悲切。在年轻的时候不干正事，到了出社会或者年老的时候，你的一生中仍旧毫无出息，碌碌无为，到头回想当年，只有长叹一悔。所以青春应该保持动力，把握当下，说干就干，努力拼搏的时候将会换来一个充满希望的未来。都说孩子是祖国的花朵，只有哺育好这朵花骨朵儿，它才有绽放美丽之时，不浪费青春年华就应该脚踏实地，一步一个脚印走出属于自己的未来之路。

青春只有一次，它是纯净的，美好的。一切美好的事物都会

于青春出现。而处于青春年华的我们，应该把握这美好的时期，保持积极，努力向上！争当时代第一人！

青春，从来不是你玩乐狂欢的借口，只有把握当下，努力踏实地前进，你的青春才会有意义，空喊口号也并无意义，就是现在，奋斗青春，挥洒汗水吧！

谢谢大家！我的演讲到此结束。

砥砺前行节目篇四

大家早上好！

今天我的题目是：《如何做好期末复习》。

第一，全体同学要提高对复习重要性的认识。复习的目的，是梳理清楚已经学过的知识，使它条理化、系统化。通过复习，查漏补缺，巩固已掌握的知识，补上遗漏和未掌握好的知识，使我们成为一个有知识、有能力的人。

第二，上好复习课。每一节复习课都是经过老师设计的，大家要认真参与，不应在复习课上出现开小差、跑神的现象。

第三，敢于提问。如果感到自己哪方面的知识不过关、有疑问的，一定要提出来，这样，才能及时、有效地弥补自己的知识漏洞。

第四，认真完成作业。复习期间，老师会知识的重难点，有计划地布置作业，有目的地练习巩固。因此，我们必须按照老师的要求，认认真真地做好作业。

第五，既要会学习，也要会休息。要想取得最佳的学习效果，还必须保证有健康的身体，良好的状态。复习期间，大家还

是要像平时那样，每天按时睡觉，保证充足的睡眠，并适当进行锻炼，劳逸结合。

第六，要有自信心。有这样一句名言：“对自己说，我行！”也许有的同学对这话并不以为然，觉得语意太平实了。其实，我们要做好任何一件事情，首先就是要对自己有信心，相信自己的能力，相信自己会成功，因为有信心便会有热情、有动力，便会专注其中、倾力去做，因而成功的希望就会大得多。相反，你若总是胆怯，没有信心，那么即使是最简单的事，你没有勇气去尝试，也就谈不上成功，每件事都由信心开始，并由信心跨出第一步。

第七，从现在开始行动。目标不是口头说说的动人话语，它需要用行动去证明，去实现。从现在开始行动，不把今天的事情留给明天，因为明天是失败者找借口的日子。从现在开始行动，立即行动！在复习过程中发现自己没学会、没理解的知识，马上向老师和同学请教，及时弄懂，不要拖到明天再解决；在练习过程中发现自己做错的题目，要及时弄清错的原因，这样才能巩固所学知识。

同学们，“一份耕耘，一份收获。”你在学习上付出了多少汗水，就会换来多少成果！最后，预祝同学们在期末测试中取得优异的成绩！

谢谢大家！

砥砺前行节目篇五

大家下午好！我是数院20xx级直博生雷燕军同学，在这个特殊的日子，很荣幸作为北京大学数学科学学院20xx届毕业生代表在这里发言。

曾经憧憬的这一天，博雅不畏浮云，如期而至；初入燕园的那一刻，未名水光潋滟，犹如昨时。白驹过隙的光阴，让人

感慨良多，内心没有曾经幻想的那份欣喜，反而多了些不舍、留恋与感动。回首二十余载的求学历程，我很庆幸能在北大数院度过五年。

我相信每个数院人都有属于自己和数学的故事。小时候，我家里有些小生意，因此经常跟着爸妈沿街摆摊、走村串巷做过些买卖。家人、乡邻总夸我说“这孩子机灵，算数又快又准”。虽然这些简单的算术并不能等同于数学，但还是让天真的我有了一种错觉，相信自己有着某种天赋。这也促使我保有了对数学最初的热情和兴趣，也变得更加勤奋与努力。渐渐地，喜欢数学，成了自己一种习惯。

后来，在本科到博士期间的学习，我进一步感受到数学之美，也逐步认识到数学的无限与自己精力智力的局限。在这个学术大腕与青年才俊聚集的一号院系，我很庆幸自己有着最好的老师，是你们指引我扎实基础、一步步开展学术与科研；在这个大神与牛人云集的疯人院，我也很荣幸能够在同一个时空节点上遇到最优秀的同学，是你们鞭策我认识不足、一点点积累知识与技能。

五年的数院学习，自己曾因学术无法取得进展而难寐，也曾因某个小的科研突破而窃喜；曾因深感学业不精而苦恼，也曾因在助教课上传承知识而知足。曾经，我是那个自认为天赋异禀的小孩，无知无畏；如今，我是一个自觉才疏学浅的博士，深刻感受到吾生有涯而知无涯，路漫漫而求索。

同时，我也相信每个北大人都有属于自己和北大的故事。我对北大的向往，开始于一本小说——《青春之歌》。那是小学刚毕业那年的八月，自己年幼的心灵被那不甘平庸的蜕变、被勇敢奋进的斗志以及那洋溢的青春活力所感染、所涤荡、所激励，也对那个常为新、为时代之先的大学充满好奇。后来，我经历了一个没有手机、没有网络、没有游戏的中学时光，关于北大的读物成了那个漫长六年里，易得又不会被某些力量阻挠的课余消遣。

在这期中，我享受此间的少年里那轻狂无畏的校园时光；也曾因穆斯林葬礼的新月之死而跑去操场刷圈直到累瘫。那时，关于北大的人与事，成了天真懵懂少年得以独处、憧憬以及幻想的精神乐园。因此，我并没有纠结过将来是上北大好还是清华好。只不过，和在座的很多同学不同是，直到本科结束后，自己才有幸成为了此间的一员。入学那年，在百周讲堂观看迎新话剧《青春之歌》时，十年追梦一瞬间，时光似乎又倒回了那个苹果园里读小说的八月。

五年的北大生活，丰富了我对北大的认识，也悄然改变了我自己。我感受到这里不再只是有轻狂的青春和嬉闹的故事，也有非常繁重的课程学业和学术科研；不再只是有高昂的口号和激荡的情怀，也有理性的发声和冷静的独处。这里给予我青春的自由，也培养我青年的担当；给予我北大的家国情怀，也培养我北大人的思想独立。自由宽松包容多元的校园文化，让我渐渐体会着先哲们倡导的“循思想自由原则、取兼容并包之义”的理念，也慢慢感悟着北大人践行的“爱国进步民主科学”的追求。

古人云，风起于青萍之末，舞于松柏之下。曾经不经意的一次被夸赞，不经意的一次翻书，开始了我与数学、与北大的故事。初心不改，幸而终得红楼飞雪中求知，湖光塔影下求索。

同学们，求学不易，我们选择了坚持；未来，生活不易，但我们足够相信。因为，北大启发你我去独立思考，多一份客观理性、少一份迷失盲从；培育你我坚持信念，追逐梦想，穷且益坚；鼓励你我勇敢面对困难，守得住贫贱，经得住荣辱。

数理思维下的我们，也清醒的知道作为中国最好大学的毕业生，并不意味着每个人将来都会有最好的生活，也不是意味着我们将具有更好的物质条件、更多的权势、更高的社会地位，而应该是具有最坚定的信念，去坚持自己的追求与梦想；

具有最果敢的勇气，去面对生活的困难与挑战；具有最豁达的心态，去看待人生的幸与不幸。

红楼飞雪，燃不尽的是民主科学的百年薪火，湖光塔影，写不完的是振兴中华的奋斗乐章。同学们，求索路漫漫，道阻且长，惟愿我们不忘初心，砥砺前行，度过半生，归来时仍是少年。