

# 访谈类节目策划流程(汇总5篇)

演讲稿首先必须开头要开门见山，既要一下子抓住听众又要提出你的观点，中间要用各种方法和所准备的材料说明、支持你的论点，感染听众，然后在结尾加强说明论点或得出结论，结束演讲。演讲稿对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写演讲稿呢？下面我给大家整理了一些演讲稿模板范文，希望能够帮助到大家。

## 拥抱青春的演讲稿篇一

大家晚上好！

步入大学志气存，莫学他人睡眼昏。鸷鸟安于雀同群，看我展翅如青云。

是的刚步入大学的我们总有用不完的激情去开拓属于自己的生活空间，我们都希望自己能够像雄鹰一样飞翔在那片辽阔的天空。我们入学生会，竞选班委，参加各种各样的社团组织，忙的是热火朝天，在各种各样的舞台上展示自己的才华，释放自己的青春激情。也有一些同学将自己的全部热情投入到书本中去，整日泡在图书馆里，以书为伴，与书交友，在书中寻找一方净土安放自己的心灵，默默的提升着自己的素养，为有朝一日自己的腾飞而积蓄力量。我想说的是无论我们以什么样的形式来度过自己的青春，来度过自己四年的大学生活，希望大家不要忘记自己初入大学时的梦想，不要忘记自己远大的志向，只要我们坚持，努力，认真做好我们所做的每一件事，我相信我们终会有所收获。作为一群热血的青年，我们应该有信心让自己的青春飞扬在那片辽阔的天空。

我们正处在风华正茂的年纪，我们的青春本就应该应该是充实的。我们不能只把自己的梦想只搁置在床上，蒙头大睡之际做一个长长的不切实际的梦！不是有这样一个脑筋急转弯吗

说：“若要把梦变成现实，我们首先应该做什么？”是的，答案就是赶紧醒过来，赶紧醒过来吧！当我们昏昏欲睡时有没有想过我们的父母正在做什么？同学们啊！我们的青春还能经得起怎样的挥霍！朱自清先生曾在他的《匆匆》里这样写道：“我不知道他们给了我多少日子，但我的手确实是渐渐空虚了。在默默里算着八千多日子已经从我手中溜去；像针尖上的一滴水滴在大海里，我的日子滴在时间的流里，没有声音也没有影子。我不禁头涔涔而泪潸潸了。”我不知道，我们同学们在回望自己所走过的岁月时，会不会像朱自清一样因感叹时光的飞逝而泪流满面。但我们的青春确实是在键盘鼠标间，在香甜的美梦中悄悄溜走了。

同学们，赶紧醒过来吧。珍惜我们所拥有的每一分每一秒，以清醒的头脑去迎接挑战，趁着我们还有激情与活力，还有梦想与追求，背起行囊去闯荡一番吧！读万卷书，行万里路，增加我们的阅历，去多交一些朋友，在生活中磨砺意志，锻炼自己的能力。

请同学们记住，青春不是粉面桃腮和朱唇红颜，而是坚定的意志丰富的想象，饱满的情绪；青春不是短暂的岁月和鲜红的色彩，而是一种永远充实，开放，活跃，蓬勃向上的心态，不断沸腾的滚滚热血。

是骏马你就扬蹄远足，

是雄鹰你就展翅翱翔。

为自己的梦想插上坚实的翅膀，让我们的青春飞扬！

## 拥抱青春的演讲稿篇二

青春是一团火，笑容与彩霞飞映，汗水伴露珠潇洒，脉搏跳动着奔腾的节奏，智慧弹奏着优美的旋律！青春用它火一样的热忱，全身心地投入，获得动人的笑颜。

青春是一条河，平静时，泉水叮咚响，绵绵诉说着青春的故事；激荡时，汹涌澎湃，激情放射出绚烂的光芒。

青春是璀璨的夜空，犹如月色般美丽的抱负，也有数不清的幻想之星。只是青春的月亮比夜空的月亮更圆，青春的月亮比夜空的月亮更耀眼，青春的星星比夜空的星星更繁，青春的星星比夜空的星星更亮。

青春是一条山路，它时而展现青春盎然的图景，时而滋长浸满血泪的毒草，它会为你指引一个光明的前景，也会设下陷阱使你堕落。但是，是水手何惧惊涛骇浪，是樵夫何怕荆棘深涧，只要我们把准前进的目标，头顶的阳光一定是灿烂的！

然而，曾几何时，我们这些带着彩色的梦走进大学校园的莘莘学子们却拥着青春，在被赋予“本科大学生”之称的壮丽岁月里，高喊着：平平淡淡才是真。且有人认为“与世无争，恬淡一生”便可无忧无虑的生存，颇有要把老庄的“无为”思想发扬光大之势。是什么使我们充满青春活力的校园生活减退了缤纷的色彩呢？又是什么使我们真实的熔浆凝固，不再有来自内心深处的热血沸腾？是因为我们没有走进梦想中的象牙塔？是因为我们未走出自我困惑的地带？还是因为我们的心的不再年轻，确实把一切都看的平淡了呢？然而我要说不！都不是！主宰世界的是我们，放弃世界的仍然是我们。

不再回头的不只是那古老的辰光，也不只是那些个夜晚的星群和月亮，还有我们流逝着的青春。所以请拒绝平淡，告别无为，让我们的青春在阳光下真正的飞扬起来，激荡起来！

让我们在阳光明媚的日子，愉快地歌唱；在花开的日子里，遨游知识海洋，一起编织梦想；在飘雨的季节里，用心情的音符，谱写青春悦耳的篇章！任前方荆棘丛生我们将持之以恒。茫茫学海中，我们要做勇敢的水手，乘风破浪，共赴前程。青春的脚步如行云流水，青春的岁月需要知识的滋养。让我们把握生命中的每一天，向着成功的彼岸前行。

## 拥抱青春的演讲稿篇三

大家好！

今天，我要演讲的是关于奋斗励志的演讲稿，首先，请允许我给大家讲一个哲理故事。

说完之后，队长就去世了，他们在埋葬了队长之后，就扛着箱子继续赶路。随着时间的推移，他们的体力越来越耗尽，粮食也越来越少，当然，道路也越来越难走了。但是，他们总是在困难的时刻，想起队长的嘱咐，他们最终还是鼓起勇气，继续艰难的往前行走。

终于，皇天不负有心人，他们最终还是战胜了困难，走出了丛林，将箱子交给了队长的朋友。可是，队长的那个朋友对他们的突然到访感到很惊讶，原来，他根本就不知道队长会给他送去东西。于是，他们一起打开箱子一看，箱子里面装的居然是一堆无用的木头！

故事讲完了，同志们，听到这个故事，您有什么感触呢？故事的表面看起来爱岗敬业，队长给他们的只是一箱无用的木头。其实，他却给了他们行动的目的，使他们获得了“比金子还贵重的东西”——奋斗。从哲学角度上讲，人不同于其它动物之处，就在于人会励志向上，有奋斗精神，也具有高级思维能力。我们人类不能像其它动物一样浑浑噩噩地活着，人的行动必须有明确的目的和奋斗的目标。

在座的各位朋友们，听完这篇励志演讲，你是否找到自己奋斗的目标，如果没有，赶紧寻找自己的目标吧，因为有了目标，人生才能完美，有了目标，才有奋斗的方向，让我们共同为了自己的目标而奋斗吧！

如果今天不走快点，那么明天可能就要用跑的了，后天也许就要看不清前进的方向了。何必去管理理想会不会实现呢，向

前走向前奔跑就是了。有的时候理想会比较近，有的时候理想会很远，但是它们总会实现的。

坦白说，自己只是不想在这短短的.一生中留下太多的遗憾，可是我似乎总是在等待，把理想留在将来，把努力留在明天，拿来一本书翻了几页想等到下次有空的时候再看，那些本该今天要完成的事情，总是想到等等再做，然后经这么一放下，就再没有然后了。

这段时间情绪并不是很好，总是回想着自己，回想着昨天，踏上社会的这些年，发生了很多事，见过各式的人。可是这一切，就这样无声息的过去了。

我的演讲完毕，谢谢大家。

## 拥抱青春的演讲稿篇四

大家好！

在这条人来人往的路上，走过了多少从幼稚到成熟的年轻人，尽管物是人非，却从不曾停留。

人一生中最美好的时刻莫过于青春，比牡丹还浓艳，比金乌还绚烂的青春。纵然每个人的青春都不相同，却同是满载活力的新鲜血液，对世界开拓与创新充满干劲。夏多布里昂曾说“青春似一日之晨，它冰清玉洁，充满着遐想与和谐”。一切朝气与希望都赋予青春力量，青春在手有恃无恐，让我们有了拼搏、追求、实现梦想的资本。

你知道，有些青春注定不会被关在笼子里，它们的每一片羽毛上都闪耀着梦想的光辉。就在今年的第16届喀山世界游泳锦标赛上，22岁的宁则涛斩获100米自由泳金牌，创造了亚洲的游泳历史。成功的光芒背后，是他从10岁就开始艰苦的训练的汗水和付出。他用自己的青春梦想书写下为国争光的荣

耀。

从生理学上说，青年时期是力量的巅峰期，体力和智力都渐臻佳境，国家和社会赋予了青年们拼搏的资本。在此基础上，我们应该珍惜青春韶华，奉献社会、追求梦想，将主要力量放在做对社会有价值的事情上。

一个人的精力是有限的，故此我们要分配好自己的力量，将最强的力量集中在对国家对社会有益的活动上，而把小部分力量用于自己的私利，汇聚无私的力量，成就大家的幸福。还记得让我们无比痛惜天津爆炸中拼死逆行的年亲消防战士们，其中未满18岁的袁海冲进火场，永远的离开了我们。他们正处青春的年华，却用尽全身力量保护广大人民与社会的安危。

青年时期的力量蠢蠢欲动，从小就怀揣的梦想，在青年时期有了更具体更实际的可操作性，梦想为青春注入新力量。梦想，包含着我们对未来的向往，对未来的希望，对未来美好的憧憬。大概从小学开始，我就有了当语文老师想法，初中就在语文科上多花时间，高中毅然选择文科，大学上了汉语言，一路坚持下来，走过了青春，不断缩短和梦想的距离，梦想的力量支撑着我对成为人民教师的渴望，让我更明确了教师为人民服务的使命。

## 拥抱青春的演讲稿篇五

我们试图掌控命运，到头来却总被命运捉弄；我们试图探讨人生，到头来却发现人生如梦；我们试图张扬个性，到头来却往往被群体同化。既然无法掌控命运，我们就顺其自然，找到内心的自我，做到不迷失自己，达到内心的平和！生命简单一点，快乐也会长久一点。

要懂得忘却。人生最大的痛苦缘自追求完美，要知道，真正的光明并非没有黑暗的时刻，只是永远不为黑暗淹没罢了。我们的生活也是一样，忍着疼痛奔跑，带着泪光微笑，这才

是真正的生命。

要懂得放弃。人生如戏，每个人都是自己生命中的唯一导演，只有懂得放弃的人才能彻悟人生，笑看人生，始终拥有一个好的心情。“舍得舍得”，有舍才有得。

岁月的流逝，生活的繁琐，现实的诸多不易给人越来越多的压力，没有驻足品味的闲暇，少了冥想沉思的情致。一个人的情绪受环境的影响，这是很正常的，只有心里有阳光的人，才能感受到现实的阳光，快乐是一种生活态度，快乐是一种心绪。不要把自己禁锢在忧愁的厚茧里，美化生活，欣赏生活，人生到处都会有亮丽的风景。

我们无法躲避每一个平淡的日子，也无法回避平淡日子里流水帐一样的忙碌。每个人都有自己的活法，只要能够发现自我，并且在身体与心灵中保持自我，并最终超越自我，即使无人喝彩也会有所收获。活出平凡真实的自己。人生在世，笑是一种潇洒，哭也是一种潇洒，只要发自肺腑，定会酣畅淋漓。

在这复杂的社会中我们要学会处变不惊，不要让自己迷失了方向，伤心和委屈的时候，就嚎啕大哭。哭完洗洗脸，挤出一个微笑给自己看。给自己一个远大的前程和目标。记得常常仰望天空，但也不要忘记仰望天空的时候也看看脚下。

平凡的日子里演绎平凡的自己，虽说平凡的人只要努力就能影响世界，但不要刻意地去追求什么，用自己的善良品质和快乐的心情，去做真实而平凡的自己。这样的日子有思念相随，有开心相伴，可谓天马行空，你会为此而感到自豪，感到惬意，也活得真实轻松而又安然。

我们都是普普通通的人，每天在行色匆匆的人流中穿行在嘈杂喧嚣的环境中忙碌。我们渴望在疲惫的奔波中获得轻松的释放，在夜深人静的安宁中，为自己莫名的孤独找到平静的

理由，我们甚至期待自己平平淡淡的生活能出现向往已久的辉煌，幻想着以自己平庸的能力创造出非凡的成绩。我们不停地在为我们的灵魂祈祷着，因为只有灵魂的不懈和满足，才能使我们感受到人活着幸福的意义。