

# 2023年不负年少初中 不负青春演讲 稿(实用10篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？以下是小编帮大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 不负年少初中篇一

大家早上好!我是高二(13)班的冯子轩。刚才听慷慨悲壮又沉重坚定的诗朗诵，我想大家都会有所触动，我们应该感恩那一位位坚守岗位的白衣天使，感恩那一队队临危受命的最美逆行者，感恩他们为我们撑起的晴空万里，同时我们应该明白，时代的重任，终将有一天会落在我们的肩头。那时，我们又该以什么来担起这重担呢?我想唯有现下的努力学习才可做到!就此我想谈一谈我对疫情期间居家学习网课生活的看法。

因为疫情，我们遇上了一个史无前例的超长寒假。伴随着网课时间的延续，相信许多同学和我一样，对网课的懵懂好奇，逐渐归于平静，上课的时候注意力不那么集中了，作业提交的不那么及时了，学习的热情也逐渐暗淡。不可否认，网上上课，居家学习，在一定程度上缺乏在学校学习时的环境和氛围，那种威慑的约束力，所以今天我想分享的是，我对如何在家高效学习的一点小看法。

一日之计在于晨，先从晨读说起吧，在家学习省去了我们每天去学校在路上消耗的时间，早晨七点的晨读，也变得轻松起来。然而，时间的稍微宽裕却往往造成了我们的慵懒懈怠，起床反而变得困难起来。不要说梦想了，就是闹钟，有时候也无法让我们摆脱对温暖被窝的眷恋。同时将近一个小时的早读时间，也容易让我们放松懈怠。对此，我的做法是每天早晨起床先反问自己一句，我为什么要学习?往往我自己的答

案是，我想考高分，我想上名校，我想要我的骄傲和自豪，我要走上人生巅峰。这种想法大家明白吗？就是要提高自己内心的原动力，让自己真正的想去学习。同时我们还可以借助父母老师的提醒，帮助自己克服惰性。在晨读上，我想，我们应该去思考怎么样才能用比别人更少的时间把相同的知识点背下来，不可否认，学科内容不同，记忆的方法也有所差异，但是当我们绞尽脑汁去想着如何最快的方式将知识点背下来的时候，我们无疑就提高了效率，集中的注意力。而且，在完成老师布置的晨读任务的同时，我们应该有针对性的，具有个人风格色彩的统筹规划，利用晨读时间，把自己的薄弱的知识点巩固提升，并且多读些时文素材拓宽我们的视野。

第二点是如何上好网课，网课学习是我们必须要完成的任务。然而，如何在我们对网课已经心生厌倦的情况下，提高我们的注意力呢？我的做法是保持时刻动笔记笔记的习惯，不一定是为了形成多么正规的笔记，就是为了让自己的注意力时刻跟着老师讲的话。就当自己是老师特聘的小秘书，老师说什麼，我帮他记什麼。这个方法非常有用。当然，连续听几小时，谁都有可能坐不住了。听上一节课，休息十几分钟，再回来上课，也是有效果的。

谈到记笔记的问题，无论是线上学习还是线下学习，我们都要把笔记记好。我想说，虽然网课平台为我们提供了回放的强大功能，各科老师也会将上课的资料发到我们的学科群中，但是能在上课做完的笔记就上课做完，能在上课听懂的问题就不要再看回放。因为纵使你可以通过回放来弥补，上课的不足，但是别人可能会用你看回放的时间，去扩展更多的题目，去完成更多的作业。一旦你心中有回放可看这样的懈怠心理，课堂的效率可能就难以保证。

第三点，关于作业。在我们目前的学习阶段，每天老师都会布置各种巩固性的作业，我想我们应该及时完成，更要提前完成，因为当你比别人做的快的时候，你就会有一种强烈的骄傲和满足感，学习的兴趣自然就提升了。同时对于老师发

的作业答案要立刻订正，一定要，先把没有弄懂的题目抄一遍，再去请教老师和同学，因为我有这个经验，一旦弄明白之后就不想再费力的把它抄到积累本上，马上抄，及时问，才能把我们对某道题最初的灵感和感觉归纳整理提升。

在假期里，虽然我们每天网上学习，但是每周都会迎来周末小长假，而且没有了，中休，小休之说，周周都是大休，而且老师布置的作业量也不是很多，留给了我们大量的时间自由支配。但这不是我们懈怠散漫的理由，可以今天完成的作业就不要等到明天，要争分夺秒与时间赛跑，不断挑战集中精力做题的最长时间，把周末的每分每秒利用到极致。

最后一点吧，我想强调，我们还要学会思考，疫情不应该仅仅带给我们长假，还应该教会我们什么。这个世界充满了各种观点，各种看法，各种杂音，但是我们要保持一个冷静理性的头脑思考世界的真相，不被谣言蒙蔽。

愿灾难带给我们的不只是曾经的悲伤和苦涩，也能带来重塑和光明。在回忆峥嵘的抗疫岁月的同时，希望我们大家都能意识到自己肩上的责任，通过网课学习成为更好的自己，相信自律的我们终将闪耀，更希望明天的我们，胸中有丘壑，立马振山河！

谢谢大家！

## 不负年少初中篇二

大家早上好！今天我要为大家演讲的题目是：青春疯狂，不负梦想。

一开始我先问大家几个问题：

梦想说得容易做的难，我也有梦想，我喜欢舞蹈，喜欢在舞台上的感觉，但在追梦的路上听到最多的声音不是掌声，不

是鼓励而是每当我训练晚回家时父母会说“看看都几点了，你现在只是个学生，应该把重心放在学习上，这些无关紧要的应该先放下”当成绩考差时总会听到“你看你的成绩下降了这么多，都说了不要去训练，一心怎能二用”这些话大家可能觉得并不陌生。嗯，追梦的路上总会有坎坷，而这些坎坷便是我们最美好的回忆。可能曾经说着的梦想，没能实现，可是你却在实现梦想的努力中，找到了喜欢的那个自己。也许你会说人生很残酷但是人生有多残酷，你就该有多坚强。现在让你难过的事情，许久回过头来看都会觉得那不算事，你之所以会把痛苦看得那么重，是因为你经历得不够多。觉得难过的时候，不妨告诉自己，现在正是你蜕变的契机。

“有志者事竟成”这句话的意思有志向的人，做事一定成功。可我觉得有志向并且有意志力的人才会成功。有些人口口声声说，我有梦想，我要成为一个怎样的人。但是他的行动却没有表现出来，就像有些同学说：“我喜欢打篮球，喜欢在运动场挥洒汗水的样子，喜欢挑战自己的感觉！”当然在运动方面他们是完美的，但在课堂上，在平时的表现里也是这样吗？试问自己平时有没有因为训练而去逃避早读，逃避值日，把训练当作借口，这都是不尊重梦想的行为，热爱一件事时你就会为他克服一切困难！

这是最好的年纪，我们已经不是小孩了，可以勇敢地做自己喜欢的事，又因为年轻，即使做错了事，也会被原谅，所以啊！时间别花在犹豫和畏惧上，考虑清楚了就去做，去相信，去奋斗，去爱去恨去浪费，去闯去梦去疯狂。人生没有那么多“如果”和“万一”，要时刻保持渴望和战斗力。你要去相信，没有到不了的明天！总有一天你会站在最亮的地方，活成自己曾经渴望的模样！

我的演讲完了，谢谢大家！

## 不负年少初中篇三

有懵懂的我 有痴迷的你

就在那个下午，匆匆相遇

此后，我百般幻想着

路旁，树下，或是断桥边

与你再次相遇

彼此一往情深

终于，一朵红云

飘然而至

我万般热情上前

却只见你冷漠的背影

在冰冷的风里

我慌乱遗失了情书

晶莹剔透的诗句

多年以后，

与你偶遇，

点头、微笑，道声珍重

在夕阳里珍藏

曾经年少的青春记忆

## 不负年少初中篇四

时常听别人哼唱，自己也时常哼唱着姜育恒的那首《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。“孤独王子”唱得未免太超然了——一生反复追寻，就只得出了平淡是真的结论。

平平淡淡是最真，说到底不就是自甘平庸、自甘无为吗？曾几何时，我们这些带着中学彩色梦走进大学校门的莘莘学子们也在高喊着：平平淡淡是最真。且有人认为只要“与世无争，恬淡一生”便可无忧无虑地生存，颇有要把老庄的“无为”思想发扬广大之势。是什么使我们丰富的校园生活渐退了缤纷的色彩呢？又是什么使我们真实的熔浆凝固，不在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在年轻，确实把一切都看得平淡了呢？不！都不是！主宰世界的是你，放弃世界的仍然是你。

生活得最好的人，不是寿命最长的人，而是最能感受生活的人。除了你没有走进理想的大学，除了你没有把握住一次几乎成功的爱情，除了你心中那份虚荣于倨傲，你对生活究竟有多少正确的感受？生活究竟给过你多少真正的重荷于不平呢？没有！只因为在当代的中国，在我们这个文盲、半文盲数以亿计的国度里，大学生既被社会过高的期待，也过高地期待着社会，只因为我们不能正确地估计自己，也不能正确认识社会。

那种求平淡的心态，仍是不思进取的借口。于是，你曾经也想要有所作为，却不知道从何做起，跟着感觉走，在各种诱惑面前远离本真状态，被泥沙俱下的时代大潮裹挟着四处漂流。当你疲倦地走过无数个三百六十五里，你才发现留在身

后的除了那份平淡，什么也没有。

在我们四年的每个日子里，倾注了亲人的多少关怀和温暖，他们流淌着辛勤的血汗，默默地支持着子女的选择，他们惟一的希望就是我们能自己走自己的人生之路。还有，在许许多多的眸子里时时刻刻地流露着对我们的期待，期待我们能知识建构大脑、用我们的手去为人们描写更美的生活。

最欣赏把撒哈拉沙漠变成人们心中的绿洲的三毛，也最欣赏她一句话：即使不成功，也不至于成为空白。成功女神并不垂青所有的人，但所有参与、尝试过的人，即使没有成功，他们的世界却不是一份平淡，不是一片空白。记得有一天和班上几个新近参加美术班学习的女生谈起了她们学习美术以后的感觉和收获。她们告诉我：并没有什么大飞跃，但确实已学会了怎样用心去观察一个事物。也许她们永远成为不了画家，但是我赞叹她们的这份参与意识和尝试勇气。我想告诉她们：即使你们不成功，你们也没有成为空白。

说到这里有人会说：我的确平凡得很，无一技之长，不会唱不会跳，更不会吟诗作画，注定这四年就这么平淡了。世上不过只有一个天才贝多芬，也不过是只有一个神童莫扎特，更多的人是通过尝试，通过毅力化平淡为辉煌的。毅力在效果上有时能同天才相比。有一句俗语说，能登上金字塔的生物只有两种：鹰和蜗牛。虽然我们不能人人都像雄鹰一样一飞冲天，但我们至少可以像蜗牛那样凭着自己的耐力默默前行。

不要再为落叶伤感，为春雨掉泪；也不要满不在乎地挥退夏日的艳阳，让残冬的雪来装饰自己的面纱；岁月可使皮肤起皱，而失去热情，则使灵魂起皱。

拿出我们尝试的勇气，拿出我们青春的热情，大学四年毕业时，再回首，我们没有平淡、遗憾的青春。让我们的青春飞扬吧。

## 不负年少初中篇五

如果说人生是一首诗，那么青春就是诗中诗。

诗中诗，言外之意便是诗之精髓了。

是的，青春是一个充满诗意的季节，青春是一首最经典的诗歌。

青春是美丽动人的，丰富多彩的。

青春留下的有泪水与欢笑，有幸福与感动，

有……

青春本是一首复杂而耐读的诗，留给人生的是一页最深刻的回忆。

对于青春，我不想多说什么。

我只是想说，在诗的季节，每个人都是诗人，每个人都应用诗的语言记下这段美好时光。

在这一点上，我相信我是做到了，虽然可能我的留言册上的诗的语言还挺乏味，或者青涩。

希望大家都在青春的留言册上多留些真切的感受、真心的话语。

## 不负年少初中篇六

大家好！

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向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能够是远大的志向和崇高的理想；青春还能够是应对峰回路转，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，安宁祥和的幸福生活之时，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！

放眼看看吧，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我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务必学习学习再学习，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，才能顺应时代的发展潮流，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，我真心地期望，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！

## 不负年少初中篇七

大家好！

人的一生过于短暂，失去的太多，得到的太少，我们总是羡慕别人得到的东西，感伤自己失去的东西，这就是生活的常态。如果有人炫耀她所得到的，你就会觉得自己好无能。

其实，我们都希望所有的年华里都要幸福，但是如果幸福可以唾手可得，那么世界上可能就没有悲情的人物了吧。不需要我们有多努力，拼死奋斗，非要有一个令人敬畏的成绩。所谓的不负好时光，就是你自己觉得，在以前的日子里并没

有对不起自己。

我们愿意付出努力，这就是以后回忆起来，年少的时候对得起自己的证据。努力过，不后悔，那就没有辜负任何时间和任何人。

在所有的青春里，每个人都在想，青春只有一次，我需要好好的享受。

所以，你的享受就是逃课，疯狂的嗨，不努力，喝酒抽烟，打架……如果这就是你想要的生活，那么以后的你就会明白你现在的享受，会在以后让你付出代价。不负韶华，不负心。

在懂事的年纪做该做的事情，生活一定会善待你。

最后希望以后的你会感谢现在拼命的自己，你的生活都能如意！

我的演讲到此结束！谢谢大家！

## 不负年少初中篇八

大家好！

——青春是一首悠扬的歌

我们就像五线谱上跳跃着的音符，有仰头高唱的，也有垂头低吟的；有快乐而激情的，也有失落而迷茫的；有时会因为一阵颤音而动荡不安，有时也会因为一声平缓的长音而稳定心安。我们谱写着一首首或忧伤低迷或欢快悠扬的歌，尽管有成绩不好的郁闷，有对未来的茫然，但我们依然是笑着走过。不管歌曲的过程有多少伤感，到了末尾，都会由一个绚丽的尾音结束，而崭新的明天将会来临。

## ——青春是一曲热烈的弗来明戈舞

“踢嗒、踢踢嗒……”多么热情而动人心魄的舞蹈!青春,也正是我们挥洒汗水、挥洒激情的时候!操场上奔跑的我们,音乐课上放声歌唱的我们,教室里努力学习的我们,那样的光鲜亮丽!那样的耀眼夺目!那就是青春的光芒啊!就是种子在挣出泥土时的那股力量,那样震撼人心的生命力!犹如弗来明戈舞,一身红裙的舞者,长而宽大的下摆如火焰般在黑暗中闪烁,那动人的身姿、妩媚的眼神、铿锵的节奏,都在绽放着生命的力量。青春也是如此,曾那样热烈而明媚地出现在每一个人的生命中,留下深刻而难忘的印象。

## ——青春是一首清新的小诗

古往今来,有多少人赞美过青春,留下多少流传千古的诗句。“天街小雨润如酥,草色遥看近却无。”青春也如那小草一般,若有似无,无法完全感触。

青春不一定像玫瑰那般艳丽多彩,而可以像一株向日葵一样面向太阳、岁月静好。并不是所有人的青春都那么有传奇色彩,有时候,它就是人生中的一抹暖色,看见它就像看见太阳一般。它就像一首小诗,清新淡雅而温暖平凡,但读来却是另种韵味。

聆听青春的足音吧,它也许是一首悠扬的牧歌,也许是一曲有着清脆脚踏声的弗莱明戈舞,也许只是一首清新淡雅的小诗。

也许,它只是每个人心中最美好的念想。

它踏着欢快的步子来,拖着长长的尾音走,让人念念不舍。

它是我们的青春!让我们一起认真聆听青春的足音!

## 不负年少初中篇九

大家好！

十年冷窗苦读，我们怀着冲动的心境跨进了大学的校门。在这里，我们吸纳着前人的智慧精华，接收着人文道德的洗礼。我们是幸福的，是荣幸的。由于我们是大学生，我们有毅力畅游知识的海洋、有韧性攀缘科学的顶峰，更有理性穿梭于多彩的世界。

人们给了我们光彩的称号，给了我们这么多荣幸的光环，更给了我们衷心回报社会、家庭的神圣的职责。这就是我们大学生应有的良知。在这知识的殿堂里，我们是否做天了与知己为伴，让灵魂得到高尚、让人格得到高贵、让人生得天升华呢！有的人做到了，时刻让良知牵引自己前行，尽力为以后的人生展垫着牢固的基石。然而，令我们可悲的是，在这通往光亮与光辉的路上，有人却轻易地抛掉了良知，让昏暗遮蔽了自己。

有一个不知该为他的不幸而哭，还是该为他的幼稚而笑的大一男生，由于在情人节送花给敬慕的女生遭到谢绝，他竟以选择跳楼而停止了自己和性命。他死了，人们给他的只是同情，同情他的年少、同情他的无知。作为大学生，没有大学生处置问题的沉着，更没有大学生应有的广阔胸怀，这真的是作为大学生的悲痛。

更有一个令人难以置信的法律专业的大学生，为了替父还债，竟然绑架了邻居小孩，勒索20万元现金。被逮捕后，却以没想过伤害人质为由，请求广大处置。真令人痛心，这种痛是为她如此单薄的法律意识的痛；为她就这样轻易葬送自己美妙前途的痛；更为她作为大学生，却摈弃了大学生良知的痛。

这些在我们四周发生的事件，带给我们的是震惊、是思索。我们扪心自问：是什么使我们当中的他们产生了质的变更？

是自卑、是脆弱、是无知，我这就是答复。

面对生涯的挫折与打击，他们没能凭毅力与智慧克服，因愚蠢而失败；面对生活的陷阱他们没能悬崖勒马，因盲目而坠进其中，故事。一切罪行地产生都是错的，看似生涯的错，听似别人的错，但我以为更应当批评的是作为大学生，却摒弃大学生知己的他们。我们是大学生，我们真挚、乐观、自负、文明，我们对生涯充斥热忱，心灵，对人生满怀信念。这就是我们的实质，这就是我们的知己。

同窗们！别让愚蠢的悲剧重演，励志歌曲，重演在这洋溢着智慧与活力的舞台上。让我们携起手来，坚守我们的良知，以此来演奏属于我们当代大学生的精美乐章！让我们携起手来，保卫我们的良知，以此来开启属于我们当代大学生的人生航帆。

## 不负年少初中篇十

青春的容颜如明月，不要因为不懂法而挂上岁月的沧桑；明亮的眼睛就像心灵明亮的窗户，不要因为不懂法律而溢出悔恨的泪水；残缺的翅膀就像破浪的桨。不要因为不遵守法律而锁在冰冷的酒吧里。

青春里，我们有风的潇洒，有雨的情怀，有雪的纯洁。一切都向世界展示了青春的力量。青春就像雨后的阳光，耀眼而明亮；青春如冷梅傲雪，孤傲而坚强；青春，像春天的青杨，欣欣向荣。五颜六色的青春，五颜六色的岁月，永远是人生年轮中最精彩的一个圈。青春是人生的白玉，不要让这样的金玉因为青春的冲动而破碎；青春是生命的春天。不要因为年少轻狂而让花儿绽放。青春是一首动人的情歌。不要因为年少无知而不能放声歌唱。

青春就像阳光，我们在概念上被定义为未成年人。在生活充

满阳光、幸福之花遍地开花的今天，青少年犯罪问题日益严重，不得不引起社会和人们的关注。

一封又一封悔恨的信，每一封都是那么真实而深刻。当每一个错误都犯了，我会深深忏悔。如果我早知道这些，当初为什么要这么做？当身边的警铃不再响起，老师的劝诫，父母的唠叨，朋友的劝告，依然回荡在我的耳边。为什么呢，就是因为我们的年轻，我们的年轻，我们的无知，我们才要去担心他们。这才是老师和家长对我们爱的真实表达。请不要用他们的爱作为犯罪的理由，原谅自己。

青春是美好而蓬勃的。做一个有抱负的青年，让青年光芒万丈；做一个理想的青年，让青年展现蓬勃的生命力；做一个睿智的青年，让青年发挥出无限的魅力。

让我们的青春与法律牵手，让年轻人不再有犯错的借口！