

青春花季拒绝吸烟演讲稿 花季与青春(实用10篇)

演讲稿也叫演讲词，它是在较为隆重的仪式上和某些公众场合发表的讲话文稿。演讲的直观性使其与听众直接交流，极易感染和打动听众。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看一看吧。

青春花季拒绝吸烟演讲稿篇一

青春绚丽如花，繁花似锦的季节如同青春的美好，走过花季，亦是走过青春。

-----题记

来不及聆听盛夏的聒噪，却在浓郁的树干下埋葬逝去的记忆，寂寞流年，徘徊的脚步，忧郁的神情，依恋的目光，诠释一季的思念，炽热的阳光温暖不了冰冷的心，时月亦抚平不了岁月的刻痕。十七岁的花季，青春如同夏季的主色调，充满活力，但欣欣向荣的背后却藏着一颗伤感失落的心。三年一个局促，时间不曾停住步伐，而我曾经拼搏过，曾经挥汗如雨，见证我们成长的那片天，是否会因为你我的离去而黯淡，孤独的思念夹杂着淡淡的忧伤在这注定分离的季节轻舞。

风轻轻地吹，吹乱了发丝，亦吹乱了思绪扯断了记忆。昏黄的路灯一盏盏亮起接力延伸远方，微弱的光芒刺穿氤氲闪耀着坚强，为失路的人指引方向。行走在路上，驻足，回首这一路的旖旎，不停涌动的车流满载着无边的记忆，驶进脑海深处。时间更改流年，流年承载记忆，不在懵懂的我们辗转于不同的岔路口，分离不过是一个转身，有些人，有些事终究是随落花逝去。记忆模糊了曾经，支离破碎的片段拼接不了一个完整的故事，那份初见时的天真和烂漫早已被遗忘在某个不知名的地点，而我们还在苦苦追寻着记忆里的芬芳

和那亘古不变的笑脸，活在自己精心编造的梦中，午夜梦回，无奈花季已过。

青春绚丽如花，繁花似锦的季节如同青春的美好，走过花季，枯叶无力地挣扎开树干的束缚，如蝶般翩跹而下，百花也已渐渐暗淡，静静地告别这一世的牵挂。从花季中走过，亦是从青春中打马而来。青春是一个美好的字眼，当你徜徉其中时仿佛并不知道其美妙之处，而当即将失去时，方觉其可贵之处，青春本来就是用来怀念的，正如席慕蓉所说：“青春的美丽与珍贵，就在于它的无邪与无瑕，在于它的可遇而不可求，在于它的永不重回，青春本无悔。”是啊，此经流年，心已无憾，花自飘零水自流，往事如烟随风而去吧，只愿这遍地香魂能化作春泥守护一方净土。

青春是一本太过仓促的书，所有的结局都已写好，所有的泪水也都已启程，却忽然忘了是怎么样的一个开始。风卷记忆吹响岁月的风铃，走过花季却未错过花季，心中那被岁月淹没的花开依旧灿烂，也许在未来的某一天，只是一个转身，便又可重拾那一抹芳香。

青春绚丽如花，繁花似锦的季节如同青春的美好，走过花季，青春的味道未被氧化，反而如一瓶陈年老酒，越久越香醇。

———后记

青春花季拒绝吸烟演讲稿篇二

：综合楼五

：

主持人：

思想来源： 每个人都有属于自己的青春，人生中青春是最最

美好的，精彩的阶段。尤其我们在校大学生为青春而奋斗，所以在奋斗中我们会经常遇见一些精神上的困扰，如人际交往，感情纠纷，学习的压力等等，但只有经历了青春的酸，甜，苦，辣，你才会成长为一个真正有意义的人。青春，短暂，会从你手边轻轻流走，把握好青春意味着充实的人生就在不远的前方等待着你！青春就象这束鲜花！开放的时候绚丽无比！可它枯萎的时候就惨不忍睹！我们的青春也是如此，不论在人际交往中的失败，还是在友谊与爱情中的迷茫，在青春的季节中，我们都要学会坚强，在此背景下，我们计应0802班委班带领09级计应专业的学弟学妹们共同探讨我们青春期中可能发生的现象及如何树立正确的恋爱观念，使大家认识到友谊和恋爱现象的正常性，同时让大家学会珍惜友情，爱情，让他们为自己在青春的乐谱上谱写一首感人，动心的乐章。

1. 三个班级的班委会共同讨论班会策划案，并批写策划书；
2. 申请综合楼五教室及音响设备；
3. 拟写主题班会邀请函；
4. 制作主题班会演示稿；
5. 各班准备一支黑色画笔；
6. 购买准备相关物品（主题班会横幅，杯子，茶叶，开水）
7. 各个工作分配：

拍照负责人：

人员签到负责人：

流程记录者：

现场秩序负责人：

教室卫生负责人：

8. 预算这次主题班会的总开支；

1. 各班同学在联谊横幅上签下自己的名字；

2. 将横幅挂在适合位置；

3. 主持人介绍今天邀请的嘉宾；

4. 主持人开场白，介绍这次联谊班会的活动意义及主题的内涵；

5. 出示ppt

放完后主持人一起谈谈自己的感受并邀请嘉宾代表上台致辞。

7. 邀请这次总策划者上台讲话

8. 结束语，并对到来的嘉宾表示感谢

青春花季拒绝吸烟演讲稿篇三

翘首回望：我们在积累和磨练中逐渐成长，生活赋予我们的是五彩斑斓画面，青春的花开花落让我们不再寂寞；春去秋来花开花落，一年又一年，谁又点缀了谁的梦，谁又遗落了谁的花季，青春，花季，如烟花，绚丽多彩，悄然而逝。

我们在成长中学会了坚强。当生活的难题一次又一次压向我们，我们挺胸抬头的面对，我们含着泪，微笑着说：“生活考验着我们的意志！”

“青春树上那朵坚强花绽放了。它懂得了忍耐，懂得了坚强，懂得了默默承担。

我们在成长中学会了自信。当自卑一次又一次左右着我们时，我们勇敢的拿起自己生命的调色笔，大胆的在生命的'调色板上调出万紫千红得色彩。青春树上那朵自信花绽放了，它懂得了自信，懂得了抛弃自卑，懂得了挑战生活，挑战未来!

走过青春，走过花季，我们拥有了坚强，自信，理想。青春的我们，美丽可爱，充满活力，有着无可比拟的创造力，让我们向着太阳，朝露前进，努力吧，让生活因我们而精彩!加油!

青春花季拒绝吸烟演讲稿篇四

今天，我们再次相聚在这里，这标志着我们已经进入了人生中最难忘的高中生活——高三。回首往事，历历在目，风雨中我们共同成长，有成功，有失败，有欢笑，有泪水————两年的积淀，我们已经做好了充分准备，高三，你来吧!不用去想，你是否能成功，既然选择了远方，你只顾风雨兼程。

下面，我将从以下几个方面与同学们交流：

一、认识高三

其实，早在上学期期末，不少同学就开始紧张，紧张自己不知不觉中就要进入高三了，对传说中的高三有一种莫名的恐惧————揭开高三神秘的面纱，我们可以这样来认识她。

(一)高三是一种精神，一种状态

高三对每一个莘莘学子来说，她是人生的重要旅程，我们注定要去攀越书山，跨越题海，这将是一个非常艰苦的过程。困难和挫折在所难免，所以我们必须要有能吃苦，能忍耐的

精神，还必须保持一种有信心，有志气，一定要有 作为的状态。

(二)高三是一种在信念支撑下的执着与顽强

有人说：你不能决定生命的长度，但你可以控制它的宽度；你不能左右天气，但你可以改变心情；你不能改变容貌，但你可以展现笑容；你不能控制他人，但你可以掌控自己；你不能预知明天，但你可以利用今天；你不能样样顺利，但你可以事事尽力；你不能回避挫折，但你可以东山再起，从头再来。高三是紧张的，也是让人向往的；高三是艰苦的，但也一定是收获的。无怨无悔的拼过一次，也许是人生最难得的财富。人能走多远，这话不是问两脚，而是要问志向；人能攀多高，这事不是要问双手，而是要问意志。

(三)高三意味着科学与高效

高三不同于其它年级，繁重的学习任务，要求我们必须具备科学而高效学习方法。我们都知道，模仿一个成功者的全部，未必会成为一个成功者。但我们可以借鉴别人的经验，认识别人的缺点，根据自身特点来规划自己的高三，展现自己的个性特征，体现科学与高效，这才是我们最好的学习策略。有人说：“人不怕自己腿瘸，就怕瘸了还不会用拐”。它山之石可以攻玉，同学们必须走科学、高效的学习之路，才能在竞争中成为胜利者。

二、如何适应高三

(一)调整心态

1、心里因素不起决定性作用，实力最重要。有些同学之所以心理素质不好，就是因为实力不够。所以客观充分的认识自己，把握自己，让自己有个良好的心态，给自己一个愉快的心情。

2、树立信心，靠勇气去迎接挑战。高三，是机遇，更是挑战。我们必须瞄准目标，用信心和勇气战胜困难，赢得胜利，从而走进自己心中理想的大学。

(二) 战略战术

- 1、生活规律，健康身体
- 2、和谐关系，愉快心情
- 3、科学方法，有效复习
- 4、规范答题，提炼技巧
- 5、重视得分，避免过失

(三) 听老师的话

一切行动听指挥，少走弯路

三、学生谈进入高三的感想

(学生自由发言)

四、暑期补课期间的注意事项

- 1、组织纪律
- 2、常规要求
- 3、安全问题

青春花季拒绝吸烟演讲稿篇五

青春是一个梦，梦里有阳光也有彩虹；希望是一个梦，梦里有鸟语也有花香。一株嫩芽，可以唤醒一滩荒原，一点希望，可以振奋一片广阔的蓝天；一颗明星，能够感受执着的坚强。

风儿吹响了床边的风铃，叮当敲醒了我们年轻的梦。或许上帝忘了给我翅膀，但是我学会了用梦想飞翔。我把梦想写在蝴蝶的翅膀上，期盼着有一天能和它一起飞翔；我把梦想画在青春的年华中，渴望着有一天迎来青春的怒放。

如果，把人生比做深邃的夜空，那么青春时光必将成为一颗耀眼的流星划破天际，虽然短暂，但却异常光辉，最终留下了一道美丽的弧线。

初中生活已经离我而去，昔日的成功与失败，都将成为历史。而我将要站在一个新的起点，开启我盼望已久的高中生涯。

有时我会想，三年后的一天，我们都会站在考场，为自己的未来奋力一搏。到那时，回首望去，竟是十余年的艰辛与汗水的挥洒，是否有无限感慨油然而生。

高中，一个新的开始，这里充满了竞争与拼搏，也到处洋溢着青春与欢笑。即将踏上征程的我们，不仅需要坚持不懈的努力，更重要的是要有属于自己的信心与力量。

有一天，我仰望星空，猛然发现，心并不远梦并不远，只要你踮起脚尖。这一天，我不再彷徨也不再腼腆，张开双臂和梦一起，飞得更高看得更远。

用你的心灵，感悟陌上花开；用你的激情，燃烧青春岁月。虽然成功的道路还很漫长，但我相信，只要勇往直前，奋发向上，青春的辉煌永远为我点亮，梦想的翅膀必将展翅翱翔。

三年后，我要走向胜利的远方，我要让这世界为我激荡！

青春花季拒绝吸烟演讲稿篇六

班会地点：13栋301教室

班级人数：63

班会主题：青春飞扬，当优秀大学生

一、活动目的的要求：

通过召开本次班会，使学生对青春以及对人生的认识更加全面深刻，与实际生活相联系，树立自己的人生目标，并为此去努力、奋斗。

二、活动流程：

(一)主持人讲话。

亲爱的老师、同学们，大家晚上好！一枝红梅，独立寒冬，美在它的傲寒，美在它增添了风景的内容；一只雄鹰，直冲云霄，美在它的勇猛，美在它划破了天空的寂静；一曲赞歌，青春飞扬，美在它的激情，美在它激起我们为社会奉献的热情。飞舞的青春，张扬的个性，生命在激越中奋勇前进。我在晚风吹响的林边倾听：风告诉我，青春飞扬是对社会的负责。我驻立在海边倾听，滚滚激浪对我说：青春飞扬是对社会的奉献。我沉默了，天空的星儿对我说：青春的飞扬是对生命的诠释——勇敢、顽强。当许云峰站在岩石上仰天大笑时，染红的是憧憬新中国的热情；当邓世昌与生命的流星奋力拼搏的时候，飞扬的是报国的豪情。飞扬的青春是一股凉风，只有吹在酷夏的夜晚才令人心爽气清，飞扬的青春是一簇火焰，只有活跃在寒冷的冬晨，才给人温馨的感受。红梅绽放，点点花香揉碎雪的晶莹；雄鹰翱翔，声声高鸣震响云的温情；飞扬

的青春，缕缕激情奏起人生乐章。青春，在生命中动起来！

现在我宣布：10市场营销1班“让青春飞扬，当优秀大学生”主题班会现在开始。如果你失去了今天，你不算失败，因为明天会再来。

如果你失去了金钱，你不算失败，因为人生的价值不在钱袋。

如果你失去了梦想，你是彻彻底底的失败，因为你已经失去了做人的真谛。

我们不必埋怨这个社会的文明水平不高；不必怨艾自己的力量太单薄，对社会的影响不大。试想一下，面包里的酵母不是很少吗？可是，单凭这一点酵母，不是就把面包发起来了么。我们每一位同学都应该做这个时代的酵母，让自己的酵素，在这个社会起到应有的作用。

(二) 观看相关ppt视频。

(三) 畅所欲言：请同学们上台谈一下看完视频的感受以及收获。(演讲：让青春飞扬)

(四) 节目。(连权唱歌)

(五) 互动性游戏：最佳拍档

(六) 辅导员总结

(七) 结束班会。

主持人：青年是祖国的未来、民族的希望，也是我们党的未来和希望。全社会都在关注青年、关心青年、关爱青年，倾听青年心声，鼓励青年成长，支持青年创业。党对青年寄予厚望，人民对青年寄予厚望。我们一定要深刻了解近代以来

中国人民和中华民族不懈奋斗的光荣历史和伟大历程，永远热爱我们伟大的祖国，永远热爱我们伟大的人民，永远热爱我们伟大的中华民族，坚定理想信念，增长知识本领，锤炼品德意志，矢志奋斗拼搏，在人生的广阔舞台上充分发挥聪明才智、尽情展现人生价值，让青春在为党和人民建功立业中焕发出绚丽光彩。今晚的班会，同学们一定收获不少了吧？希望同学们在以后的学习、生活中能够积极进取，争做一名优秀的大学生，让青春飞扬！现在我宣布，10市场营销(1)班“青春飞扬，做优秀大学生”主题班会圆满结束，今晚谢谢大家，祝大家在大学三年里学有所成，万事如意！