

# 拒绝早恋的班会 把握时间青春演讲稿(大全9篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

## 拒绝早恋的班会篇一

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

我常常望着天空，青春是什么？

青春是一首歌，它谱写着我们的点点滴滴；青春是一幅画，它描绘着我们的成长片段；青春是一缕光，它照耀着我们的成长之路。多年的用心苦读，待到有所成就时，我们要用青春的双手，写出灿烂的篇章。

转眼间，小学已经过去了，心里总有些不平静，马上就要进入初中生活了，不由得有些害怕。望着堆起来的教科书，复杂多样的数学公式，呆板无味的文言古诗，我陷入沉思。我听到内心的呼唤，坚持就是胜利，胜利的曙光就在眼前，只要付出了努力，你就会收获喜悦。在眼前，你的选择很多。

在成长岁月中，少不了父母的关心与呵护。有时为了一次考试的成绩，父母会安慰你；有时在你埋头写作业时，父母会为你端来一杯热牛奶；有时在你心灵上受到打击时，父母又会做你的“心理医生”，他们会无时无刻做我们坚强的后盾。

当然在我们成长的过程中也少不了老师对你的爱。在你有不

懂的题目时，老师会耐心的为你讲解；在你伤心时，老师会安慰你；在你与同学发生矛盾时，老师会帮你化解，老师就是我们的良师益友！

朋友，一路有你的陪伴，我感到无比的快乐。在我遇到困难时，是你第一时间伸出援助之手；在我高兴时，你陪我一起分享快乐；伤心时，陪我一起伤心。有你我不再觉得孤单，有你真好！

青春是短暂的，也是美好的。既然我们选定了目标，就要勇敢向前，不管最后能不能到达终点，回首走过的路，都能问心无愧地说：青春无悔，无悔青春！

## 拒绝早恋的班会篇二

青春到底是什么呢？每天看着墙上的日历被一页页地撕掉，便总是会觉得一阵迷惘；每每看到夕阳西下，倦鸟归巢的景象，又会莫名其妙的生发出一种酸酸的愁帐，既摸不到来头也看不到去路。然而到了第二天清早，当踏着第一缕晨曦的我们，迎着习习凉风，骑着自行车在风中奔驰而过，与太阳斗快似地来到学校，便又会感到一阵意气风发，心中偶尔会荡起层层涟漪，似乎是鞭策着我们去追逐自己心中的太阳——这些也许就是青春的独特之处吧！犹如一个残缺的月牙，怀着梦想与希冀慢慢地成长。因此青春总有不完满之处，正是这份不完满，才造就了一份小心的期待与呵护……许多的不完满，造就了我们对完满的渴望。

有人说青春是一对翅膀，有了它我们就可以展翅高飞，在云际间自由穿梭翱翔，摘下天上灿烂的星辰。可是云际间有狂风暴雨，有电闪雷鸣——摘星的道路永远不可能平坦，我们终究要面对各种困难挫折的来袭。可是有了青春，我们就有了不断进取的恒久动力，就有了坚持不懈、逆风飞翔的勇气和恒心；应为有了青春，我们相信一切可以从头再来，我们可以仰天对着苍穹狂啸：“打击我吧！折磨我吧！让暴风雨来得

更猛烈些吧!”

还有人说青春是个火球，因为青春的血是滚烫的，青春的心也是滚烫的，这何止1000度有余!看吧!运动场上那一个个年轻的身影正在飞奔!那鲜红的运动服下包裹着一颗火一般的心，迎着晨曦，迎着一个个新的开始，如同火球搬飞奔!那灿烂如画的笑脸，如雨般挥洒的汗，还有这奔放的火球，拼凑出了这如花般的季节——青春!

青春!说不尽的青春!关键还是把握青春、珍惜青春、放飞青春!只要我们能够好好利用这对矫健而滚烫的火焰之翅，我们就能飞得更高、飞得更远，在云与山的彼端寻找人生的高峰!

## 拒绝早恋的班会篇三

尊敬的各位领导、评委老师:

大家现在好!

我出生在\_\_\_的一个小山村，七岁的时候就开始有一个小小的梦想：梦想努力学习，长大后走出大山，改变家里贫困的生活状况。所以到了干农活的年龄，爸爸带着我去学习除草，倔强的我故意把400米田埂的禾苗全部铲除，留下杂草，被爸爸痛打一顿，第二天还是除掉禾苗，留下杂草!为了就是只想透过不断努力来学习改变命运。所以农活坚决不学，离开农村，才能圆梦。

然而老天似乎和我开了一个大玩笑，因为家庭贫穷姊妹多，被迫学业终止，梦想的翅膀也被折断。

曾经多少次失去了方向，曾经多少次扑灭了梦想，我不能背弃自己心里一直想成为的那个我，不能舍弃那个心里想去的地方，不能放弃一直深藏心底的希望，我相信打开天窗那便是属于自己的世界，走出去前面一定有属于我的一片天。

十九岁，风华正茂的我，勇敢的走出大山，来到了繁华的都市——，又辗转来到——。做过服务员、摆过地摊、做过业务员、开服装店、卖过药，也曾和安利擦肩而过，吃过多少苦，只有自己知道，流过多少泪，只有自己清楚，告诉自己为了梦想再难也要坚持，再苦也不会放弃。然而十五年青春岁月换来的只是自己生活的安逸，帮到家里的也只是微薄之力，却无法改变家族命运。

也许是我的努力和坚持感动的上苍，命运之神终于垂青于我，让我遇到生命中的贵人，是她让我再次燃起心中的梦想，找到了人生的方向，在这个平台上我看到自己的美好未来，今天的老师就是明天的我。

梦想就是你出发的理由，只有心中有梦，脚下才会有路，启程或许只需要一个梦想，但是要抵达终点却需要脚步不停。未来在前面召唤，只要我相信，只要我尝试，只要我改变，只要我坚持，我的梦想就会在不远的未来实现！

谢谢各位评委老师！

## 拒绝早恋的班会篇四

亲爱的老师，同学们：

大家好！

生活，就像一本枯燥的书，有了拼搏，就如点缀上了种。种色彩，变得精彩无比；生活，就像一个房子，它会把你困在里面，如果你不走出去看看，就永远不会知道世界的奇妙之处，拼搏，能使你的生活丰富多彩！

冬日到处一派热闹的景象。坐在教室里的我却忧愁地望着窗外，似乎有些不知所措。即将到来的体育测试，可把我吓得不轻，心跳骤然加快，不停地向上帝祈祷着。我慢吞吞地走

出教室，跟在队伍后面似乎有些拖沓，望着长长的塑胶跑道我冒出来冷汗。

我被一只大手硬生生地推到跑道上，我战战兢兢地看着跑到，两条腿不停地发抖。他一声令下，我也用自己最快的速度冲了出去，我尽量匀速地跑，沐浴在这阳光之下，终于到了尽头，我笨拙地绕了一个圈，继续向前跑去。随着距离越来越近，我的脚步渐渐放慢了，伴随着呼吸声，第二圈的哨声打响了。我全身上下都是汗，黏住了衣服，我的心情烦躁不安起来。我用力甩动着身子，脚步沉重地向前跑去。在最后一圈时，我瞟了其他同学一眼。有些似乎力不从心，但还是拼命地向前跑，有些人却慢悠悠地落在后面。也许，是那些努力拼搏的同学打动了，竟然也把我的那份绵薄之力发挥到了极致。我怒吼一声，奋力地追赶着领先的同学。头发凌乱，在风中飘扬。我用尽了最后一点力气，奋力冲过终点线。

我摔倒在地上，脸上满是笑容，因为我超越了极限，拼尽了全力，超越了自我。我哭了，这并不是伤心的眼泪，而是欣喜的欢泣，尽管我知道自己可能不是最好的，但我已经尽力做到最好了！我紧紧拥抱了汤，为自己而欢欣鼓舞！

的确，生活就是要你去拼。只有拼搏了，才可能体会到胜利的甘甜！脑海中浮现出了一句话：爱拼才会赢！这虽然是一句平实的语言，却蕴含着巨大的力量！

我的演讲完毕。

谢谢大家！

## **拒绝早恋的班会篇五**

亲爱的老师，同学们：

你们好！

但青春并不是永远的繁花似锦；它也会枯萎凋谢；青春的阳光不可能永远明亮，它有时也会被乌云笼罩；青春的乐曲也并不是总能令人振奋，它也有凄凉低婉之时。所以，处于青春时期的我们，要准备接受困难和挫折的挑战。

也许你秉烛夜习，闻鸡起舞，仍不能取得令人满意的成绩；也许你一次次的热忱给予，得到的却仍是冷漠的面孔；也许你发挥了最高水平，仍不能激起热烈的掌声……一次次放飞信念之鸽，一次次被风暴折伤翅膀。于是，你开始沉浸于沮丧和痛苦之中，诅咒命运的不公，你开始在无助的抱怨中度过。

经历了风雨洗礼的你看到了人生并非是一条平坦、充满欢欣和喜悦的光明大道，而是一条既有成功者的欢欣，又有失败者的沮丧的崎岖山路，草木有枯荣，人事有兴衰。人生本来就是充满艰辛坎坷的；你又何求一帆风顺呢？谁都不可避免有所烦恼，夸张一点地说，生存就是烦恼，那种绝对无烦恼的世界是不存在的，对绝对无烦恼的世界的追求与渴望恰是成为深重烦恼的根源。其实，烦恼与挫折并不可怕，关键看你怎样对待，只有从挫折中走出来，在逆境中奋起的人，才能真正体会到成功的巨大喜悦。

在如光似箭的岁月中，在花开花落的彷徨中，屈指算算我们还有多少可以奋斗的日子呀！既然上苍把生命赐予我们，我们就应该在死神逼近之时，感受生命的可贵。命运就在我们手中，前途需要自己去创造，没着正确的道路，坚持不懈地去努力，去拼搏，广阔的蓝天中定会有一片属于你。如果你一味地沉溺在痛苦的回忆和现实的矛盾之中，青春的小船也会偏离航向的。朋友，不要再因别人的冷言冷语而痛苦。

抬起头吧！不要再因昨天的失败而痛苦不勘，无论是辉煌还是不勘回首的往日，它们只能代表昨日的辉煌，昨日的忧愁，昨日的你。现在我们都处在同一起跑线上，只要你校正理想之舟，以百倍的信心和勇气去迈出青春的步伐，成功一定属于你。

## 拒绝早恋的班会篇六

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

寒来暑往，时光如梭，转眼又是一个火热的夏天，炽热的骄阳就像我们的青春一样，散发出耀眼的光芒，照亮了希望的大地。

每个人都应该有梦想。果戈里曾说：“青春之所以幸福就是因为他有前途。”我们的前途正是来源于梦想，在这青春之年，我们有着对未来的憧憬，有着丰富的想象与饱满的情绪，我们充满着激情，充满着希望，充满着斗志，充满着力量，每当我们梦想未来的幸福时，我们都会无限地向往，我们总认为自己前途无量，为实现梦想，为让自己有一个无悔的青春，就需要树立远大的志向，通过无限的拼搏，奋斗，冲刺，让自己青春无悔！

毛泽东在青春之年就立志救国，献身革命，“指点江山，激扬文字，粪土当年万户侯”，李大钊在青春之年就立下誓言，解放民族。“一青春之我，创建青春之中国。”现在，我们同样有这份追梦的动力，有这份追求的激情，那就让我们用这份动力与激情，在此立下远大的志向，为自己的人生书写一篇美丽的篇章！

青春是上天赋予我们的礼物，青春之年的我们就如同早晨八九点钟的太阳，绽放着无限的光芒。可太阳每天都会升起，我们的青春只有一次，我们要把握这仅有的一次，在自己的天空中留下一道绚丽的彩虹！

人们历来把青春视为花朵一般美丽，黄金一样宝贵。因为它蕴藏着蓬勃的生机，凝聚着不竭的活力，它是热、，激情、理想、信念、奋发向上的精神和无穷的创造力所汇聚的最美

丽的交响曲。因为年轻，我们可以灿烂的笑，伤心的哭，可以编织一个个动人的故事；因为年轻，我们有在满天星斗下细数繁星的闲情逸致，有指点江山激扬文字的壮志豪情。

上帝毫不吝啬地赐予每一个人以宝贵的青春，但并不就代表着他的慷慨大方。青春赋予我们无限的活力，聪颖的头脑，我们不能挥霍，也挥霍不起。青春是一方肥沃的土地，理想是种子，信念是不懈的耕耘。假如丢了种子，放弃耕耘，我们将一无所获。

也许，有一天我们失败了，但我们不会哭。因为我们为此努力过，并且还将继续奋斗下去！

高考在即，愿天下学子把握青春，收获希望！

## 拒绝早恋的班会篇七

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

如果说人生是五彩缤纷的，那么青春必是其中最绚丽的一抹；如果说人生是动静交融的，那么青春必定是其中最活力四射的一份。

年龄不是青春的限定词，任何人，任何年，只要你心态年轻，你也可以青春洋溢！

常听家里的老人说：“哎！我们都老了，事事不如你们，这个时代已不属于我们了。我们不能像你们一样活泼，想到什么就立马干。”但我是不同意这一说法的。

谁说老人就不呢不过青春、活力四射呢？



有一段时间，常在电视上看到几个穿着鲜艳的、宽松的衣服的人，一头时尚发型，有些卷，有些蓬松，一看这造型就是街舞队的。她们跳着充满惊险、刺激的舞蹈，头冲地720度旋转，侧翻等多种我都叫不上名字的动作，让人看得眼花缭乱。街舞，现在的年轻人都不陌生。有人会说，街舞有什么难的，只要稍稍用点心学我也会。可是，她们是年过半百的老人呢！“街舞”，这样一个充满着青春气息的运动很难与一群老人联系起来，但他们确确实实做了，做到了。这首先是他们自我的心理突破，她们摒弃一切，不顾家人的反对，笃定地，努力的追寻者自己的爱好，就凭借那一份对街舞的热爱之情，几个老人走到了一起。他们不怕辛苦，不怕累，最后成功的走上了舞台！

正值青春的我们，就一定要好好享受青春，青春期的我们好强、有上进心，不怕困难，因为我们总是充满了活力，充满信心，有一种蟑螂精神和阿q精神！把握青春，因为他就像手中的水，虽然极力并拢五指，但它还是会溜走。

青春的风铃，吹开了心扉；青春的彩笛，吹动了梦醒；青春的音符，带着我奔向希望。青春，在这美好的季节，正是我们播种希望的时节。珍惜它，把握它，让它在我们手中绽放出夺目。这样当我们老到动不了了，坐在摇椅上，谈论的不知是浪漫的事，还有青春！

## 拒绝早恋的班会篇八

当灰烬的余烟/叹息着/贫困的/悲哀

我依然/固执地/铺平/失望的灰烬 （前三句深沉哀伤） 用美丽的雪花/写下：相信//未来 （雪花重读，纯洁干净明了清晰的倾向性）

乙：当我的紫葡萄/化为/深秋的/露水

当我的鲜花/依偎在/别人的/情怀~

我要用手掌/那/托住高山的/大海（此两句激昂高亢，语速快） 摇曳着/曙光/那枝温暖漂亮的/笔杆（惊喜，热烈单纯的情绪） 用孩子的笔体/写下：相信//未—来（热切而坚定）

乙：我之所以/坚定地/相信未来（“之所以“引发思考） 是我相信/未来/人们的/眼—睛（强调眼睛之敏锐清醒）

甲：她有/拨开/历史风尘的/睫毛（高昂）

还是给以轻蔑的微笑、辛辣的嘲~讽

朋友，坚定地/相信未来吧（热烈呼告）

甲：相信/不屈不挠的/努力

乙：相信/战胜死亡的//年轻（停顿蓄势）

合：相信//未来、热爱//生—命—（高亢地收束、声音延长）

分别表示声调微升和声调略降，突出抑扬顿挫感。

## 拒绝早恋的班会篇九

人赤条条的来到人世间，总不能两手空空的回去吧，总得给社会留下一点有价值的东西，这就要求我们要懂得珍惜。

人生什么最宝贵呢？钱吗？权利吗？名誉吗？不，不是。对于家庭和睦的人来说，钱并不是最重要的；心胸宽广的人对权力也不会在乎；有所成就的人视名誉如玩物。那么，什么是最宝贵的呢？是时间。人要想取得成功就必须把握时间。

岳飞的《满江红》中写道：“莫等闲，白了少年头，空悲切。

”时间犹如离弦之箭，稍纵即逝，如果不珍惜，那也只能“空悲切”。

“少壮不努力，老大徒伤悲。”这是流传了千古的名句，然而，又有多少人真正的理解呢？未来是现在的延续，历史是现在的逝去，我们所能把握的，只有现在。而把我现在所必需的，便是把握时间。

人总是失去了才懂得珍惜，但为时已晚。人不能没有理想，但总不能时时空想。一位著名的科学家说过：“人举起双手总是比头高，这说明行动比想象更加重要。”所以我们就应该将自己的梦想付诸于行动，珍惜，把握每一分，每一秒，让自己的理想变为现实，让自己的理想成为希望。

把握时间，珍惜时间吧！