

不负青春演讲(模板6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。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

不负青春演讲篇一

亲爱的老师、同学们：

大家好！

小时候的我，很是调皮。但无论我跑到哪儿，爸爸、妈妈都会找到我，拉我回家。以至于我很羡慕那些比我大的孩子，因为他们没有爸爸妈妈跟着、管着。

小时候的我，很羡慕比我岁数大的孩子。每每看到他们都与好朋友在一起，无忧无虑的走在大街上，享受着属于他们自己的时光，我会从心底产生羡慕之情，我也想拥有他们一样的欢声笑语。

小时候的我，总是羡慕身边的学长。我希望能像他们一样，一样的有才华，有风采。

一切的一切，我想拥有与他们相同的才干。

现在的我，长大了，到了小时候的我很羡慕的年纪。我渐渐学会了与父母顶嘴，学会了生父母的气，甚至还学会了与他们吵架、摔东西。但是，我却没能成为小时候自己羡慕的人。每当与父母吵架以后，我看到的是母亲心痛的神情，听到的是父亲沉重的叹息声。这一幕幕印在我的眼里、心里，让我后悔，后悔自己没能忍住。我想起了汪国真写的一句

诗：“请原谅我，背叛了你的模式和准则。如果你属于历史，时代需要我，我不能走在你的前面生活，你也无法阻拦钟声在黎明回响。”

小时候的我，总是羡慕那些长成大人的哥哥姐姐，也很希望成为那种孝敬父母，不对父母发脾气的人。可现在的我，到了这个年纪，却没能实现幼时的愿望。我用铅笔写下了自己的诺言，却用时光这个“橡皮擦”抹去了曾经写下的诺言，所以，我不再用铅笔写，而是用行动留下诺言的“痕迹”。

长大的我，越来越难管教，很喜欢与妈妈唱反调，每次的结局，都是以我摔门进房而终结。而每次看到或听到的都是她饮泣吞声的样子，我的心就会一阵抽搐。我没有办法控制住自己的情绪，也希望自己不再是这个“面目全非”的我。我开始尝试着改变，妈妈也退一步……我终于理解了汪国真的那首诗：“一千位母亲，便会有一千种爱；一千种爱，却都是一种情怀。”

不知道为什么，长大之后的我，现在很怀念小时候的我。那时候的我，无忧无虑，享受着父母的爱——无微不至的关怀，什么事情都不用顾虑；现在的我，享受着来自父母的压力，来自老师的压力，还有同学之间无形的竞争压力。所有这些，都好像在无声的对我说：“你已经长大了，要学会自己料理自己的事，要学会自己克服困难了。”每每想到这些事，我都会默默地给自己加油打气。

终于到了自己小时候羡慕的年纪，我却终究没能成为小时候羡慕的人。

我的青春的时光啊，相信一定会成为最精彩、靓丽的青春时光！

我的演讲到此结束！谢谢大家！

不负青春演讲篇二

青春在奋斗中展现美丽，青春的美丽永远展现在她的奋斗拼搏之中。就像雄鹰的美丽是展现在他搏风击雨中，如苍天之魂的翱翔中，正拥有青春的我们，何不以勇锐盖过怯懦，以进取压倒苟安，扬起奋斗的帆吧！在波涛汹涌的大海中不断前行，展示我们这一代人青春的壮美与力量，让我们就像雄鹰一样搏击长空吧！让青春之歌扬出昂扬的旋律，让我们的声明发出耀眼的光芒。

奋斗抒写无悔青春，在漫漫人生道路上，青春虽然只是一小段，但当你白发苍苍回首时，你会发现曾经拥有的青春依然会在记忆中闪烁着动人的光彩。青春无悔该是我们每个人的追求，我们只有把握好青春的每一天，在激流中涌进不断拼搏，我们才可以骄傲地说：“我的青春是无悔的！”。

人的一生当中也就那么短短几十年，而那短短几十年的时间里也就分为那么了了的几个阶段。过程是怎么去渡过，怎么去走，去过自己应该过的生活才是关键。一路上，我们因追求而美丽，我们因激情而显出了青春的活力，我们在拥抱自己的未来，拥抱文明社会的未来。我们在奋斗，奋斗这样一个永不会回头的青春史。这个时刻，这个年代，我要用什么样的语言去记载和歌颂它呢，我想我是用尽所有优美的词句都无法去歌颂和赞赏它吧，因为一切的美丽都是蕴含在其中的，是我们无法用语言表达的一种美。我们在这个路上只要学会珍惜，学会抓住，学会生活，学会拥有现在。只有我们懂得了这些，我们才不会因为自己年轻的错过而懊悔，我们不会感到惋惜，我们只会有甜美的回忆，因为是年轻的我们曾经留下的甜美。

青春因奋斗而精彩，有了奋斗，青春才会飞扬，有了拼搏，青春才会美丽。把握青春的每一刻、每一分、每一秒，我们向着成功奋斗、向着成功搏击，做最好的自己，向着我们的目标“冲！冲！冲！”要让我们的青春更美好、更充实、更

闪亮，那么就去拼搏吧、去奋斗吧！

青春不言败，我喜欢“自古英雄出少年”这就话。因为这是青春的一种赞礼，对青春的一种放歌。是的，青春不言败，青春无敌。青春是不固执，不偏激，不保守，不僵化的时代。

青春时代是人生大放光彩的时代。即使你有百般不如意，万事不顺心，你可以有一种理由苦闷、埋怨，但却不能有一种理由放弃理想和追求，因为青春如此美丽，美丽的青春牢牢在握，希望属于你，这个世界属于你。青春，需要奋斗！拥有青春，就拥有一份潇洒和活力，拥有青春，就有一份灿烂和辉煌。

不负青春演讲篇三

亲爱的老师、同学们：

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。

时光虚度？这个词到底是什么意思呢？很多人都在不断感叹，我真是太可怜了，为什么别人拥有的我总是得不到？或者在羡慕和自己虚荣心里度过时光，“命里有时终须有，命里无时莫强求。”

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！

不负青春演讲篇四

尊敬的各位领导老师，亲爱的同学们：

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慵懒怠，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，老师说什么，我帮他记什么。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!

不负青春演讲篇五

亲爱的老师、同学们:

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直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?青春可以是远大的志向和崇高的理想;青春还可以是面对峰回路转, 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，当一个人年轻时就把自己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必须学习学习再学习，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，才能顺应时代发展的潮流，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，我真心地希望，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！

我的演讲到此结束！谢谢大家！

不负青春演讲篇六

亲爱的. 老师、同学们：

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。

时光虚度？这个词到底是什么意思呢？很多人都在不断感叹，我真是太可怜了，为什么别人拥有的我总是得不到？或者在羡慕和自己虚荣心里度过时光，“命里有时终须有，命里无时莫强求。”

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！