# 关于青春励志演讲稿有哪些

来源：网络 作者：空谷幽兰 更新时间：2025-04-20

*我们若只是挥霍光阴，只是享受，不去奋斗拼搏，那我们真的算拥有青春吗?青春不是拿来挥霍的，是要我们努力拼搏的!乐德范文网小编精心为大家搜集整理了关于青春励志演讲稿，大家一起来看看吧。关于青春励志演讲稿篇1　　青春犹如树梢上新吐的嫩芽，充满...*

　　我们若只是挥霍光阴，只是享受，不去奋斗拼搏，那我们真的算拥有青春吗?青春不是拿来挥霍的，是要我们努力拼搏的!乐德范文网小编精心为大家搜集整理了关于青春励志演讲稿，大家一起来看看吧。

**关于青春励志演讲稿篇1**

　　青春犹如树梢上新吐的嫩芽，充满着滚烫的新鲜血液;青春犹如东边升起的太阳，充满着满腔的激情;青春的我们拥有的是令人羡慕的资本，健康的体魄，我们充满着理想，我们风华正茂，意气奋发。

　　相信每个人心中都有一个小小的明星梦，看到电视上的明星们总是身着各大的品牌服饰出现在各种公众场合，被许许多多的粉丝所追捧，心里难免会有一些羡慕，希望自己今后也能够有一天成为一个拥有千万粉丝爱戴的明星，然而事实上却总是“理想很丰满，现实很骨感。”我也不例外地为这个明星梦努力过。我记得读高二的那年我去参加了一个歌唱，比赛之前在家反复的练唱只为最终能够挺入总决赛赢点奖品回来，比赛当天我信心十足的上台唱完之后，结果却出乎意料，比赛成绩差强人意几乎垫底，原本充满期待的心像被浇了壶凉水似的，顿时拔凉，拔凉的。带着略失落的心情回了家。不过年轻人自我修复的能力很强，一觉醒来就又什么事都没发生过一样，第二天上课又可以拿这事自我调侃一番。

　　在熙熙攘攘的今日世界，年轻的我们或许感到迷茫甚至无从选择。在这样快节奏的生活我们要先学会平静自己的内心，在快节奏中懂得慢生活的真谛。少一份浮躁多一份沉着冷静，做任何事情之前都要考虑清楚，不轻易的妄下结论。深思熟虑总比不假思索来得实在可靠。一直以来我就很享受站在舞台上的时刻，上了大学的我依旧为这个美梦奋斗着，最让我记忆深刻的便是主持人大赛，在这之前我也上过几次的舞台，但是有的人会喜欢你，有的人却否定你，对你褒贬不一。为了证明我自己，我在比赛前期不断的寻找新的形式来展现自我，最大的突破便是在模拟主持的环节为了丰富主持的内容，增强现场气氛，我要做出各种搞怪的动作，这对于我是一个巨大的挑战，第一要保证自己能够放下身段，把自己当成是一个喜剧演员一样，把每个动作都夸大来逗台下的观众开心，其次最最重要的就是要保证自己千万不能笑场，否则一切将会功亏一篑。秉着这两个原则我一有时间就在宿舍自己练习起来，起初自己真的会被自己的表演弄得哭笑不得，或者不敢加大动作幅度，连续好多次练习自己都觉得效果不是很理想，慢慢的我觉得我应该不能自己一个人练，要有人来给我当模拟观众给提些建议，这样我才能知道哪里不足，哪里还需要要修改，我让舍友给我当观众，给我提建议，帮我做修改，有的时候我的动作不到位，舍友还会亲自表演给我看，当时因为时间紧，所以一有时间就练，一个晚上可能会练个10遍不止，以至于我的舍友都能把我的台词记住。到了比赛的那天晚上，我就心想就厚着脸皮演一次吧，结果现场的效果非常好，我成功了。我不仅突破了我自己，而且也证明了我自己。

　　青春最美的样子莫过于奋斗的时刻，就像陈传馨老校长所说的一样我们年轻人就应该要敢于去做梦，勇于去做梦，去做“天麟梦”，去做“中国梦”。年轻的我们就应该有一份不服输的韧劲，敢于去拼，敢于去闯，就算最终落下满身的伤痕也要永不言弃。即使我们实现梦想的道路上布满荆棘，困难重重。即使其中会有辛酸，也有劳累，也会有退却，但只要相信转角处的风景是美丽的，青春便是带领你去收获这些美丽的资本。正如生活在浩瀚的宇宙里的我们，漫天飘洒的宇宙尘埃和星河光尘，我们是比这些渺小的存在，我们都是小小的星辰。即便如此我们也要自己掌舵，要翘首云端，要昂首扩胸走向未来，要激发斗志创造价值，要始终相信自己是成功的主人，为自己的人生重重的添上一笔自己奋斗过的美丽青春。

**关于青春励志演讲稿篇2**

　　世界上美丽的东西千千万万，却没有一样比年轻更为美丽;世界上珍贵的东西数也数不清，却没有一样比青春更为宝贵。我们是多么值得骄傲多么让人羡慕啊!而我们若只是挥霍光阴，只是享受，不去奋斗拼搏，那我们真的算拥有青春吗?像我们这样一个处于青春最美丽的年轻一代，我们有着自己的梦想和激情，我们渴望拥有美丽而健康的未来，因此我们在“马不停蹄”的奔跑着。人的一生当中青春是公平的，赋予给我们的都是一段年轻的时光，这段时光是人生最美的最奢侈的时光，我们可以放下一切尽情的追求和梦想，我们应该为这样一个时刻高歌和呐喊：青春万岁!

　　这样一个时刻，我们又免不了是似非似的一种茫然，这样一个时刻，我们对未来有太多的憧憬和希望，我们需要前进，我们需要未来，因此我们就思考、行动，最终去实现自己的理想，实现自己的人生价值，实现自己心中最真、最美的东西。这一路上，我们非常自由和潇洒，因为我们没有压力，我们也没有负担，我们更没有痛苦，我们只有快乐和自由，驾驶着和平年代的翅膀而尽情自由飞翔。我们也许在路上看到了很多，也想到了很多，也感触到了很多。将青春变成人生最美好生活的出发点。“恰同学少年，风华正茂，书生意气，挥斥方遒。”昭示着一代伟人奋斗的青春。因此，我们才学会了成长和珍惜，我们才学会了什么才是最重要的，是过程?是当下?还是爱?都是，都是，一切的平淡都是人生的最根本，人生最重要和最美的东西就在我们身边，就在我们眼前，只是好像我们都没有太在意。青春正我在我们手中，我们不能容忍青春在我们手中白白流逝，我们不能在叹息声中虚度光阴，我们不能在叹息声中了结生命，那么就让我们在青春时节奋发吧!让青春之花永远绽放在我们心中，书写一卷有声有色的人生。

　　想要留住现在吗，那就好好地过好你的现在吧，哪怕是一分或一秒，我们需要一个美丽和值得回忆的过程，我们需要青春无悔。因为世界上最珍贵的东西就是我们的时间，时间是最宝贵的，是无价的，任何人的时间又都是由他们自己去把握的，而任何人的时间又都是命中注定的，我们没有办法改变时间，我们没有办法去增加未来，我们只有好好的学会享受现在的时刻。请珍惜!

　　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，展示我们子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。

**关于青春励志演讲稿篇3**

　　尊敬的各位领导，同事们：

　　下午好!

　　穿岁月峰头，伴历史云烟，中国共产主义青年团走过了95多年的风雨征程。五四运动至今，一代代优秀青年为民族复兴作出了卓越的贡献;循火红足迹，经坎坷征程，一代代优秀青年紧跟共产党，始终站在时代的峰顶浪尖!青春不停步，“永远跟党走”!

　　我们是五月的花海，用青春拥抱时代。我们是初升的太阳，用生命点燃未来。“五四”的火炬，唤起了民族的觉醒。壮丽的事业，激励着我们继往开来。光荣啊，中国共青团!母亲用共产主义为我们命名，我们开创新的世界。”当我们曾戴着光芒四射的团徽，站在火红的团旗下，高唱我们自己的团歌，心中怎能不为之激动，怎能不为之骄傲，怎能不为之自豪!“爱国，爱党，爱人民，爱家乡”这个坚定的信念在我们脑海中回荡!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：只有奋斗的青春，才无怨无悔。只有奋斗的人生，才终无遗憾!

　　爱岗敬业是一种精神，一种态度，我们每个青年都希望在工作中能实现自我价值，一份职业，一个岗位，是实现人生价值的起点;爱岗敬业是甘心情愿的奉献!爱岗敬业说得具体点就是要做好本职工作，从点滴小事做起，把件件实事办好，做到责任面前无小事，在我们工作中的每个环节都直接影响到工作质量，工作过程中要有爱岗敬业乐于奉献的精神，少一些计较，多一些奉献，少一些报怨，多一些责任，少一些懒惰，多一些积极，不把个人情绪带到工作中，要共同协作把工作做好，歌德说过：“你要欣赏自己的价值，就得给世界增加价值。”不要计较自己得到了什么?要想到自己付出了什么!我们要时刻把南丁格尔“燃烧自己、照亮别人、无私奉献”的精神牢记在心，把爱心、温暖更多地献给他人!爱岗敬业说起来简单，但做起来也不是件容易的事，需要我们勤勤恳恳的付出，需要我们默默无闻的坚守。在平凡的岗位上实现人生的价值!

　　爱岗敬业传爱心，青春无悔做贡献。在这次我院举办的青年志愿者活动中，各科室青年同志踊跃参加志愿者活动，他们主动为那些前来就医的患者提供帮助，挂号室是患者看病买药的第一步，在那里志愿者们尽职尽责，做好就诊分诊工作，为患者提供方便。患者声声感谢是那么的真挚，志愿者们觉得心里暖洋洋的。还记得那个天气阴冷的上午，我在医院大厅为患者提供帮助，一位右下肢穿有横泾约30厘米钢管的小女孩由两个人扶着进入大厅，仿佛是来换药的，那女孩只穿着一双拖鞋没有穿袜子，穿着夏天的睡衣，瘦小的身体仿佛一直在打着寒战，看此情况，我立即拿来轮椅推到她的面前，帮助她坐下，拿来被单给她盖上她那瘦小的身体。我问她还冷吗，她说：“不冷了，太感谢你了，真的非常非常感谢，看到你亲切的微笑和热情的帮助，使我感觉到来房山医院看病心里暖洋洋的。”听到小女孩的一番话，感觉“谢谢”从未如此珍贵，给病人以关怀，给自己以温暖。我们房医人就是这样每天为前来就医的患者无微不至的奉献着牺牲着自己的下夜班时间和休息时间，但我们没有一句怨言，这是我们应该做的。

　　记得我们病区曾经收治过一位81岁糖尿病，冠心病的老奶奶，因长期卧床，生活不能自理，每天我都为老奶奶翻身扣背，清洁皮肤，做日常生活护理。一天清晨查房时，我发现老奶奶的臀部、被子上，床单上沾满了大便，掀开被子，霎时间异味传满了病房，于是，我二话没说，立刻帮助老奶奶更换了床单被褥，垫好中单，打来温水为老奶奶擦干净臀部及肛周的大便，老奶奶露出惬意的微笑，站在一旁的老伴弯着腰驼着背，嘴里还一直说着感谢的话。我挥挥手说没什么，这只是我应该做的。虽然我们科室没有正式开展优质护理服务示范工程，但我们仍然是一如既往的克服一切困难，不断夯实基础护理，改善护理服务，让患者满意，用我们的双手去体现人间最美好的真情。

　　众所周知，患有糖尿病的患者不能完全治愈，每天打胰岛素、吃药、测血糖，是他们非常痛苦的事，然而，作为一名护士的我，除了每天给患者正常的治疗和护理外，最多的就是我的微笑。许多患者都这样说：“看到你每天对我们的微笑，我们就有活下去的希望。谢谢您，真诚的微笑!“就在那一刻，我的内心感受到一种强烈的震撼……是啊，微笑犹如一缕清风，能吹去患者心中的忧郁与不安，微笑犹如一句简单的问候，能消弥病人的恐惧与陌生，是微笑让我们与患者之间架起沟通的桥梁。若有人问我：“世界上谁的微笑最美”?我会毫不犹豫回答：“是我们护士的微笑”。在病人呻吟时，护士的一个微笑能让病痛减轻，能温暖一颗因疾病而变得冰冷的心，能使绝望的病人重新树立起战胜疾病的信心。

　　青春是我们一生中最美丽的季节，作为一个“80后“的年青人，心中无不闪烁着理想，我的理想就是做一名优秀的护士，一名合格的共产党员。即使我们的一生平淡无华，也无关紧要，因为只有我们自己最清楚，最平凡的岗位也需要我们很倾心的付出，而这些付出就是一种奉献，它不分大小，多少，先后，让我们悄悄地奉献，因为我们的青春会因为奉献而变得充实和无悔!爱与奉献是我们白衣天使永恒不变的主题!爱与奉献是白衣天使无悔的选择!我骄傲我是一名传递爱心的神圣使者。我荣幸，因为我身属无私奉献的团队!我自豪，因为在我的身边有无数甘于在平凡的岗位创造不平凡业绩的人!

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！