# 中学生珍惜当下不负韶华演讲稿10篇范文

来源：网络 作者：星月相依 更新时间：2024-12-08

*人的一生是靠自己的双手去创造的，美好的生活也需要自己去营造，珍惜当下，不负韶华。下面是东方文库小编为大家整理的珍惜当下不负韶华演讲稿，供大家阅读参考!　　珍惜当下不负韶华演讲稿1梦想，是什么?小草的梦想是茁壮成长;树苗的梦想是长成参天大树;...*

人的一生是靠自己的双手去创造的，美好的生活也需要自己去营造，珍惜当下，不负韶华。下面是东方文库小编为大家整理的珍惜当下不负韶华演讲稿，供大家阅读参考!

**珍惜当下不负韶华演讲稿1**

梦想，是什么?

小草的梦想是茁壮成长;树苗的梦想是长成参天大树;幼鹰的梦想是翱翔天际。而我们的梦想是什么?

以前，小小的我们总会幻想自己是一个救死扶伤的医生，是一个万人追捧的明星，是一个有钱又有权的老板……现在，成长中的我们还在追梦的途中，但有多少人已经偏离了轨道?未来，是否还会有人想起自己最初的梦想?

正所谓：“只要功夫深，铁杵磨成针。”每一个人都会有梦想也许有的人会为之努力，也许有的人会因为他人的嘲笑而放弃自己的梦想，这样真的好吗?既然别人想笑就让他笑吧，笑完了，又能怎么样呢?虽然我们没有所谓的先天优势，但我们可以靠后天的努力来弥补，只要坚持不懈，胜利的大门就会为你敞开。

丁尼生说过：“梦想只要能持久，就能成为现实。我们不就是生活在梦想中的吗?”追梦固然艰难，但只要坚持，有恒心，梦想终会实现。

“梦”是一种潜在的意识，“想”是主动的思维，而“梦想”绝对不是简单的“梦”与“想”的组合，而是一个更有生命力，更有蕴含的词，梦由想而生，想在梦中存在。

梦和梦想是决然不同的两个概念，梦是天马行空的，是不切实际的，人们在现实生活中所不能实现的一切，在梦中都可以得到。但梦终归是梦，迟早会有醒的那一天，而梦想是需要人去为之努力的。梦是假的，梦想却是真的。

有梦想固然是好的，因为有了前进的动力，但只会用嘴说而不会去行动，那么，有梦想和没有梦想又有什么区别呢?有梦想就去追逐，但千万别放弃，就像跑马拉松一样，只有坚持到最后的人，才能称之为胜利者。

马克思说过：“生活就像海洋，只有意志坚强的人，才能到达彼岸。”我们已经是初三的学生了，是即将参加中考的学生了，我们应该清楚自己学习究竟是为了什么，不要让一切不能称之为大事的“大事”影响了自己，放弃自己追逐已久的梦想，这样真的不值得，我们现在所该做的就是尽自己所能在中考中考出自己理想的成绩。

一星陨落，黯淡不了星空灿烂;一花凋零，荒芜不了整个春天;一水消逝，干涸不了整条河流。世界能实现梦想的人千千万万，不差你一个，但对于自己来说每一个梦想都是独一无二的。

愿我们以梦为马，不负韶华。

**珍惜当下不负韶华演讲稿2**

老师们、同学们：

上午好!

这天我讲话的主题是：抓紧时间，努力学习!

少年是搏击风浪的船，昂扬、潇洒，学习则是船的动力。作为少一代的我们，应抓紧时间，持之以恒，努力学习，扬帆起航。这天的我们，应放飞自己的青春，用勤劳的汗水铺就未来的成功之路。

也许我们已经输在起跑线上，但是决不能再让自己输在终点。后天的勤奋能够弥补先天的不足，珍惜此刻的每一刻，努力获取知识，使自己拥有亮丽的人生。每个人都有自己鲜活的梦想，相信，梦有多远，我们就能走多远。

新春佳节刚刚过去，这是最容易松懈的时候，我们务必抓住这段易逝的时光，好好把握，将知识这闪光的宝石紧紧握在手中。

期中考试一天天临近，作为一名高年级小学生，我们更应学习鲁迅先生海绵挤水的精神，学习红军长征不怕苦，不怕累的精神，加倍努力，在接下来的一段时间里，进行扎实有效的复习，争取取得期中考试的全面丰收，为以后的学习奠定良好的基础，为升级考试建立我们应有的自信。

同学们，我们一齐努力吧!让我们用热情拥抱未来，用青春谱写人生，用行动证明存在的价值吧!

**只争朝夕不负韶华演讲稿3**

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家早上好!这天我演讲的题目是《勤奋学习，报效祖国》。

1949年10月1日，一面五星红旗，在天安门城楼上高高升起，毛主席庄严宣布：“中国人民从此站起来了!”中国最后摆脱了近代史上百年的屈辱历史，迎来了新中国的诞生!

革命前辈们的千转百折，风刀雨剑，用鲜血换来这天和平幸福的生活。60年来，体育健儿们一次次的夺冠，让世人再也不敢将“东亚病夫”的帽子扣到中国人的头上;中国经济的快速腾飞，让世界惊呼“中国来了!”海外华人们最后能够挺直腰杆，自豪地宣称“我是炎黄的后代”。

这天，中国这条东方巨已经腾飞，各行各业的人的用不同的方式表达着对祖国的爱：老师尽心上好每一堂课，农民勤劳耕好每一块田，工人严格造好每一件产品，交警坚持站好每一班岗，清洁工细心扫好每一段街道，其实爱国不需要空洞的口号，不需要华美的词语，不需要信誓旦旦的宣言，要的只是每个炎黄子孙踏实地做好自己本职的工作。那么作为未来世界主人的我们，又能做些什么，让祖国因为我们而骄傲自豪呢?

我认为我们作为学生只有勤奋学习，才算是最好的爱国。然而勤奋只属于珍惜时间，爱惜光阴的人，属于脚踏实地，一丝不苟的人，属于坚持不懈，持之以恒的人，属于勇于探索，勇于创新的人，因为勤奋，安徒生从一个鞋匠的儿子成为童话王;因为勤奋，爱迪生才有一千多种伟大的科学发明;因为勤奋，中国古人才给我们留下了悬梁刺股，凿壁取光，囊莹映雪的千古美谈。所以，为了祖国的明天比这天好，我们有决心全神贯注地听好每一节课;为了中华民族这条巨龙飞得更高，我们有决心攻克遇到的每一道题;为了让日本美国及全世界都景仰中国，我们有决心保质保量完成每一次作业!

**只争朝夕不负韶华优秀演讲稿4**

青春是一本打开就合不上的书，人生是一段踏上了就回不了头的路。我们一路小心谨慎，细细雕琢，每走一步，花开遍地，梦想便在行走的过程中孕育而生。

记得看《建党伟业》时，当时莘莘学子的拳拳爱国之情震撼了我的心灵。巴黎和会外交失败，他们义愤填膺，怀着满腔热血上街示威游行，无所畏惧的样子，让人忍不住热泪盈眶。和平年代的我们，尽管已经远离了金戈铁马饮水河，尽管已经用不着再醉里挑灯看剑，尽管现在我们已经意气风发走近新时代。但是作为新时代的接班人，作为有理想有能力的新青年，我们更应该树立远大的理想，勇于承担起时代赋予我们的重任。

查尔斯狄更斯的《双城记》的说道：“这是最好的时代，这是最坏的时代，这是智慧的时代，这是愚蠢的时代，这是信仰的时期，这是怀疑的时期，这是光明的季节，这是黑暗的季节，这是希望之春，这是失望之冬，人们面前有着各种事物，人们面前一无所有，人们正在直登天堂，人们正在直下地狱。”随着社会主义市场经济的发展，各类新兴产业呈井喷式地出现并成长，社会对大学生综合素质的要求也越来越高。在这个充满机遇与挑战的时代，我们必须明确自己的定位，找准方向，不断提升自己的综合素质，才能与时俱进，不落潮流。如果我们还是止步不前，缩手缩脚，沉溺于舒适圈中，那现实必定给你惨痛一击。

青春就是用来挥霍的。初中时，我把这句话奉为我的行事准则。我肆意妄为，无所顾忌地着浪费时间，深陷虚拟网络社交的泥沼中无法自拔。上课下课，出行在家，只要有空，手里都拿着手机。我挥霍的青春给我带来了什么，是不上线就根本找不到的网友，还是一双逐渐模糊的双眼，还是短暂的欢愉过后无尽的空虚感和一个疲惫不堪的身体?回想起来，只觉得好笑。

现在看来，青春当是如初生的太阳，明媚耀眼，驱逐一切阴霾和黑暗。它拥有石破天惊的力量和开天辟地的勇气，所以挫折与坎坷在它面前都不值一提。而正处人生最宝贵时期的我们更应该珍惜时间，一寸光阴皆不可轻。正如习近平主席所说：“全国广大青少年，要志存高远，增长知识，锤炼意志，让青春在时代进步中焕发出绚丽的光彩。”

诚然，成长的经历并不都是一帆风顺的，你总会遇到险滩和戈壁，总会遇到一些无论你花费多少心血和精力都无法解决的矛盾。但时间就是最好的武器，一颗坚强的心经过岁月的打磨愈之坚不可摧，愈之光芒四射。当你碰到难题不知所措时，当你殚精竭虑解不开困惑，就让一切留给时间吧!

“日日行，不怕千万里;常常做，不怕千万事。”整天沉溺于手机游戏，虚拟社交里的你，拿什么去拥抱未来?少年就要立大志，让我们以梦为马，不负韶华!

**只争朝夕，不负韶华主题演讲稿5**

常言道，”一分耕耘，一分收获.”有了辛勤的劳动，我们才会有成果，不劳而获的事情是不存在的.正如我校的体育健儿们，能在镇运动会上取得优异的成绩就是他们勤奋的结果.今年运动会上，一刻东方的星划破了长空，在空中打下了一个硕大的惊叹号.运动健儿的赫赫战功使其，以巨人身姿屹立与我校上空.我明白我们的同学是有愚公般的百折不挠的韧劲蕴含着惊人潜能.长江后浪推前浪，这是我们雄心，青出于蓝胜于蓝，这就是我们的豪情.这样的回报时我们的所得.

是的，勤奋属于珍惜时间，爱惜光阴的人，属于脚踏实地，一丝不苟的人，属于坚持不懈，持之以恒的人，属于勇于探索，勇于创新的人.因为勤奋，安徒生从一个鞋匠的儿子成为童话王;因为勤奋，罗曼罗兰获得了二十年心血的结晶《约翰克里斯朵夫》;因为勤奋，巴尔扎克给人类留下了宝贵的文学遗产《人间喜剧》;还是由于勤奋，爱迪生才有一千多种伟大的科学发明;爱因斯坦才得以创立震惊世界的相对论;中国古人才给我们留下悬梁刺股、凿壁偷光、囊萤映雪的千古美谈。

爱因斯坦以前说过：“在天才和勤奋之间我毫不迟疑的选取勤奋”;卡来而更激励我们：“天才就是无止境的刻苦勤奋的潜力。”

正处于学习阶段的我们，就就应具有像爱迪生、巴尔扎克那样的刻苦努力、不懈追求得精神，因为只有这样，我们才能实现自己的目标，在追逐梦想的舞台上一显身手。在学习的道路上我们只有勤奋踏实的将一点一滴的知识掌握，才能最终走向成功。若是连学都不想学，吝啬与付出自己的劳动，怎样会学懂知识，掌握知识，有怎样会品学兼优，出类拔萃呢一分耕耘一分收获，在耕耘的时候，我们就就应付出辛勤的劳动，收获的时候才会有满意的果实，才会成果丰硕，人生能有几回搏此时不搏何时搏。人生能有几个花季，雨季过去的就没法改变了。所谓“黑发不知勤学早，百首方悔读书迟。”就是这个道理。

同学们，努力学习，相互友爱，用学问把自己武装起来，这样，你才会使出类拔萃的。

**只争朝夕，不负韶华主题演讲稿6**

老师们，同学们：

大家早上好!这天我国旗下讲话的题目是《争做勤学小翰林》。

“风催暑去荷花谢，秋爽云高雁自来”。好一阵清凉的风，一个清朗朗的季节，这真是个学习的好时候。做为学生，勤奋认真的学习是我们快乐的源泉。

勤学不是苦学，贵在有恒心、有毅力。只要你坚持认真听好每堂课，自主地写好每次作业，这就已经到达了学习知识、巩固知识的目的，老师也会夸你，你可真是个勤奋学习的好孩子。当你读完一篇篇课文，你的内心世界会感到富足而充实;当你攻克一道道难题，你会品尝到探索的快乐;当你用简单的英语与人对话，你会觉得世界在你面前又大了许多，精彩了许多;当你学会一首新歌，画出一幅秀丽的图画，学到一种新的本领……这些都是你的收获，这样的收获每一天都有，正是这样的日积月累，造就了一个天天向上、才智过人的你，这种学习过程难道你不觉得是一种完美的享受吗?

“穷则独善其身，达则兼济天下”。当我们能以一种享受学习的情绪来对待学业时，人生就必然会有更高远的追求。那时你就会明白，学习不光是为了自己，是为了造福你身边的人，让他们能更幸福的生活着。从小立志“为中华之崛起而读书”的周恩来、“激扬文字、指点江山”的风流人物毛泽东，都是因为勤奋学习而最终成才的伟大人物。他们以知识武装自己，享受学习带来的快乐。更因为学有所成而在国家危难时刻有拍案而起的魅力，有指点江山、力挽狂澜的潜力。

“心有多大，舞台就有多大”，同学们，让我们立志勤学，争做勤学小翰林，享受学习的每一天，谢谢大家!

**只争朝夕不负韶华优秀演讲稿7**

“奋斗是万物之父。”这是中国历伟大的人民教育家----陶行知的一句话。与我所要说的很贴切。因为有奋斗，所以才有成功，所以才有一切的一切。

“奋斗是万物之父。”我把它理解为----奋斗，成功。

每个人都在这个世界上生活着，但不同的是，每个人的生活方式不同。有的人快富裕，有的人贫穷;有的人快乐，有的人悲伤;有的人幸福，有的人悲惨。这些区别可能有自然因素，但我相信：更多的是人为因素。

大部分人出生，都不比别人少什么，说明起跑点是相同的，但是在人生这个宽阔的跑道，漫长的跑道上，有许多沟壑，许多坎坷。面对这些，有些人很松懈，但有些人却一直坚持着奋斗。所以，在终点取得成功的人总是坚持到最后，奋斗到最后的人。所以，显而易见，成功的关键在于我们是否能在这条人生跑道上，坚持奋斗下去，只要奋斗到最后，成功属于自己后，再多的挫折也只是曾经，再糟的厄运也不再来临。

霍英东，香港的房地产业巨子。可谁又知道，霍英东先生的今天是由“价值七角钱”的苦力一步一步干起来的呢?童年时的贫寒家境和成年以后的生活坎坷、煎熬，磨炼了霍英东的毅力，也培养了他自强不息、勇于进取、敢于拼搏的奋斗性格。第二次世界大战时期，日本人扩建机场，他去当苦力，日报酬是七角钱和半磅配给米。那时，他每天只吃一碗粥和一块米糕，饿得头昏眼花。结束以后，霍英东投身于运输业，朝鲜战争爆发后，他又开展了航运业，生意十分兴隆。霍英东不满足于运输业已经取得的成就，又开始向房地产业进军，从此，房地产成了他致富的基础。

霍英东的事迹可以告诉我们，一切的外在因素都是次要的，重要的是自己是否有奋斗的意志，只要奋斗到底，终究会成功，命运自然会随着我们的成功而发生转变。

人的一生是靠自己的双手去创造的，美好的生活也需要自己去营造，命运也掌握在自己手里，每个人都是自己未来的主宰者。

不要再抱怨老天的不公，不要再埋怨父母的无能。从现在开始，开始你的奋斗，开始你的改变，让自己的奋斗与改变成就自己的人生，从此，让自己的命运开始耀眼!记住：你并不比别人缺什么，只要奋斗下去，你也会拥有别人羡慕成功的人生，别人憧憬的生活。命运----由你来改变!

**只争朝夕不负韶华优秀演讲稿范文8**

青春是一本打开就合不上的书，人生是一段踏上了就回不了头的路。我们一路小心谨慎，细细雕琢，每走一步，花开遍地，梦想便在行走的过程中孕育而生。

记得看《建党伟业》时，当时莘莘学子的拳拳爱国之情震撼了我的心灵。巴黎和会外交失败，他们义愤填膺，怀着满腔热血上街示威游行，无所畏惧的样子，让人忍不住热泪盈眶。和平年代的我们，尽管已经远离了金戈铁马饮水河，尽管已经用不着再醉里挑灯看剑，尽管现在我们已经意气风发走近新时代。但是作为新时代的接班人，作为有理想有能力的新青年，我们更应该树立远大的理想，勇于承担起时代赋予我们的重任。

查尔斯狄更斯的《双城记》的说道：“这是最好的时代，这是最坏的时代，这是智慧的时代，这是愚蠢的时代，这是信仰的时期，这是怀疑的时期，这是光明的季节，这是黑暗的季节，这是希望之春，这是失望之冬，人们面前有着各种事物，人们面前一无所有，人们正在直登天堂，人们正在直下地狱。”随着社会主义市场经济的发展，各类新兴产业呈井喷式地出现并成长，社会对大学生综合素质的要求也越来越高。在这个充满机遇与挑战的时代，我们必须明确自己的定位，找准方向，不断提升自己的综合素质，才能与时俱进，不落潮流。如果我们还是止步不前，缩手缩脚，沉溺于舒适圈中，那现实必定给你惨痛一击。

青春就是用来挥霍的。初中时，我把这句话奉为我的行事准则。我肆意妄为，无所顾忌地着浪费时间，深陷虚拟网络社交的泥沼中无法自拔。上课下课，出行在家，只要有空，手里都拿着手机。我挥霍的青春给我带来了什么，是不上线就根本找不到的网友，还是一双逐渐模糊的双眼，还是短暂的欢愉过后无尽的空虚感和一个疲惫不堪的身体?回想起来，只觉得好笑。

现在看来，青春当是如初生的太阳，明媚耀眼，驱逐一切阴霾和黑暗。它拥有石破天惊的力量和开天辟地的勇气，所以挫折与坎坷在它面前都不值一提。而正处人生最宝贵时期的我们更应该珍惜时间，一寸光阴皆不可轻。正如习近平主席所说：“全国广大青少年，要志存高远，增长知识，锤炼意志，让青春在时代进步中焕发出绚丽的光彩。”

诚然，成长的经历并不都是一帆风顺的，你总会遇到险滩和戈壁，总会遇到一些无论你花费多少心血和精力都无法解决的矛盾。但时间就是最好的武器，一颗坚强的心经过岁月的打磨愈之坚不可摧，愈之光芒四射。当你碰到难题不知所措时，当你殚精竭虑解不开困惑，就让一切留给时间吧!

“日日行，不怕千万里;常常做，不怕千万事。”整天沉溺于手机游戏，虚拟社交里的你，拿什么去拥抱未来?少年就要立大志，让我们以梦为马，不负韶华!

**只争朝夕不负韶华优秀演讲稿9**

“奋斗是万物之父。”这是中国历伟大的人民教育家——陶行知的一句话。与我所要说的很贴切。因为有奋斗，所以才有成功，所以才有一切的一切。

“奋斗是万物之父。”我把它理解为——奋斗，成功。

每个人都在这个世界上生活着，但不同的是，每个人的生活方式不同。有的人快富裕，有的人贫穷;有的人快乐，有的人悲伤;有的人幸福，有的人悲惨。这些区别可能有自然因素，但我相信：更多的是人为因素。

大部分人出生，都不比别人少什么，说明起跑点是相同的，但是在人生这个宽阔的跑道，漫长的跑道上，有许多沟壑，许多坎坷。面对这些，有些人很松懈，但有些人却一直坚持着奋斗。所以，在终点取得成功的人总是坚持到最后，奋斗到最后的人。所以，显而易见，成功的关键在于我们是否能在这条人生跑道上，坚持奋斗下去，只要奋斗到最后，成功属于自己后，再多的挫折也只是曾经，再糟的厄运也不再来临。

霍英东，香港的房地产业巨子。可谁又知道，霍英东先生的今天是由“价值七角钱”的苦力一步一步干起来的呢?童年时的贫寒家境和成年以后的生活坎坷、煎熬，磨炼了霍英东的毅力，也培养了他自强不息、勇于进取、敢于拼搏的奋斗性格。第二次世界大战时期，日本人扩建机场，他去当苦力，日报酬是七角钱和半磅配给米。那时，他每天只吃一碗粥和一块米糕，饿得头昏眼花。结束以后，霍英东投身于运输业，朝鲜战争爆发后，他又开展了航运业，生意十分兴隆。霍英东不满足于运输业已经取得的成就，又开始向房地产业进军，从此，房地产成了他致富的基础。

霍英东的事迹可以告诉我们，一切的外在因素都是次要的，重要的是自己是否有奋斗的意志，只要奋斗到底，终究会成功，命运自然会随着我们的成功而发生转变。

人的一生是靠自己的双手去创造的，美好的生活也需要自己去营造，命运也掌握在自己手里，每个人都是自己未来的主宰者。

不要再抱怨老天的不公，不要再埋怨父母的无能。从现在开始，开始你的奋斗，开始你的改变，让自己的奋斗与改变成就自己的人生，从此，让自己的命运开始耀眼!记住：你并不比别人缺什么，只要奋斗下去，你也会拥有别人羡慕成功的人生，别人憧憬的生活。命运——由你来改变!

其实，在人生不断的奋斗中，你已改变自己的命运。

**只争朝夕不负韶华演讲稿10**

尊敬的各位领导，老师，亲爱的同学们：

大家好!

我来自菏泽市牡丹区21中初一3班，我有一个响亮的名字——程安歌，她昭示了我的理想是安步成长，飞扬青春，歌唱未来。此刻的我是班级朗诵协会……，山东青年报和牡丹晚报小记者还是……

妈妈说我小时候眼睛特比个性清澈笑声个性爽朗，那是我对未来充满了甜蜜的憧憬和期望，我渴望自己长大了能成为一个歌唱家或者一名光荣的人民音乐教师，把完美的歌声带给人们和传递给可爱的弟弟妹妹和孩子们。

为了实现愿望，我以书为友，将自己置身于浩瀚的书的海洋，从中求取知识，汲取力量，不断地充实自己，提高自己，完善自己。为了实现愿望，我坚持练声听曲和小提琴……

我热爱歌唱，热爱生活，热爱学习，从不把学习当成一件苦差事，无论是哪一门科目，我都乐在其中。学习中有了困难，从不会压垮我，我会从失败中吸取教训，在哪儿跌倒在哪儿爬起来。记得上一次，一次英语考试中，我竟得了“B”!我十分悲哀，但我并没有气馁，而是认真分析了考试失利的原因，从此，我下了狠劲儿学习英语，订了英语学习报刊，坚持朗读，认真请教老师，最后，在以后的几次测验中，我都得了90分以上，我十分高兴，学习起来更加带劲了。当然，学习中有了成功，我也从不骄傲，我会从成功中汲取经验，从不会沉醉于喜悦之中而一蹶不振。学习是一个很好的历练过程，在学习中，我汲取了许多宝贵的财富。学习中，我每次总是给自己定一个小小的目标，并朝着这个目标不断努力，一旦到达一个目标，又会朝着下一个目标迈进。就这样，一步一个脚印，踏踏实实的走下去，最终我必将取得更加优异的成绩。

同学们，当勤奋学习成为我们的职责，我们就会更加努力学习，更加刻苦钻研、奋发有为;当勤奋学习成为我们的职责，我们就会倍加珍惜时间，当勤奋学习成为我们的职责，我们的人生目标就有了支撑，学习计划就不再是一纸空文，就能产生十年磨一剑的毅力与意志，学习压力就会变为学习的动力，就不会觉得学习的辛苦，就能够做到持续地刻苦，使踏实刻苦成为一种习惯;当勤奋学习成为我们的职责，我们就获得了一笔巨大的人生财富，应对复杂的社会，激烈的竞争，人生的压力，我们都能够因为勤奋学习而坦然处之，泰然化之。

此时此刻，让我们暗暗握紧拳头，在国旗下下定决心，为了我们的祖国，我们必须要竭尽全力，勤奋学习，搏击长空!

**中学生珍惜当下不负韶华演讲稿10篇**

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！