# 励志演讲稿三分钟关于青春

来源：网络 作者：独酌月影 更新时间：2024-06-08

*励志演讲稿三分钟关于青春(精选16篇)励志演讲稿三分钟关于青春要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的励志演讲稿三分钟关于青春样本能让你事半功倍，下面分享【励志演讲稿三分钟关于青春(精选16篇)】，供你选择借鉴。>励志演讲...*

励志演讲稿三分钟关于青春(精选16篇)

励志演讲稿三分钟关于青春要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的励志演讲稿三分钟关于青春样本能让你事半功倍，下面分享【励志演讲稿三分钟关于青春(精选16篇)】，供你选择借鉴。

>励志演讲稿三分钟关于青春篇1

尊敬的老师，亲爱的同学：

大家下午好：

青春，一个说长不长，说短不短的时期，青春，是一个人一生中最最重要的时期，青春，一去不复返，青春真好。

早上，奶奶晨练回来，我赶忙给奶奶问好，可奶奶却好像没听见似的，径直走向厨房忙她的去了，我便去问妈妈：“妈妈，为什么我向奶奶打招呼，奶奶却像没听到似的，不理我啊”妈妈说：“奶奶年纪大了，听力下降了，有些不太大的声音听得不是很清楚，等到你像奶奶这么大年纪了，你也会这样的。”哦，原先年纪大了，人的听力就会下降啊。啊，青春真好!

中午，爷爷拿着一个放大镜看报纸，我从旁边走过，便问爷爷：“爷爷，您为什么要用放大镜看报纸啊难道不用放大镜就看不到吗为什么我不需要放大镜呢”爷爷笑着说道：“老喽，眼睛不好使喽，你还是个孩子，当然不需要用放大镜啦。”哦，原先人老了之后，人的眼睛就会不好使啊。啊，青春真好!

晚饭后，我一边嚼着豌豆，一边看着《骆驼祥子》，爸爸从厨房走出来，我说：“爸爸，来点吗”爸爸说：“不了，你吃吧，我还有事呢。”我疑惑的问：“多好吃啊，为什么不吃点呢”爸爸回答道：“牙齿不行了，咬不动了，太硬的东西咬起来疼。”哦，原先人到中年，人的牙齿就会不行啊。啊，青春真好!

啊，青春真好!可惜青春一去不复返。让我在我的听力还未下降时，多听一些好的话语;让我在我的眼睛还好使时，多看一些有益的资料;让我在我的牙齿还好用时，多吃一些可口的东西。

啊，青春真好，让我把握青春的每一天。

>励志演讲稿三分钟关于青春篇2

青春，是我们一生中最美丽的季节，她孕育着早春的生机，展现着盛夏的热烈，暗藏着金秋的硕实，昭示着寒冬的期望!充满诗意而不缺乏拼搏的活力，时尚浪漫而又饱含着奋斗的艰辛!

我以往听过这样一段话“青春啊，永远是完美的，可是真正的青春只属于那些永远力争上游的人，永远忘我劳动的人，永远谦虚的人。”当我来到项目部的第一天，我就写下了我人生当中的第二个座右铭：奋斗，创新，务实，细心，尊重。虽然只是几个简单的词语，但却蕴藏着一个工程人员一生的追求。一个拥有青春的年轻人的奋斗目标。

奋斗——这是年轻人最熟悉的词语，最激昂的决心。初项目部时，一眼望去，最醒目的便是门前的大旗，上头写着青年突击队，心中顿时有些激动。这是一支年轻人的队伍，这是青春的象征，而我也将要成为这个朝气蓬勃队伍的一分子，心中异常的紧张和兴奋。我已经离开了父母和教师无微不至的呵护，走进社会，所以我也要奋斗，我把他定为我的第一目标。

创新——企业的精神，我们的追求。勇于跨越，追求卓越的企业目标在鼓舞着年轻的人们，抓住机遇，勇于创新，锐意进取，不断提高。

务实——告别学生时代的虚荣和攀比，来到那里汲取知识，理解锻炼，提高素质，增长经验，打好坚实的基础，用实际行动实现自我的梦想，造就完美的人生。

细心——当我们这些刚刚走出校门的实习生填写内业资料时，听见最多的词语就是师哥们一向在告诫的细心一词，是的，在一个工程中最重要的，也是铸就精品工程最重要的就是细心，细心才成就了一次次的辉煌成绩，完成了一份份完美的考卷。

尊重——因为我还年轻，缺少丰富的经验和阅历，所以必须要做到尊重别人的意见，虚心理解别人的教诲。另外，尊重也是一个人的自身素质和修养。所以在学习经验的同时，学习尊重也尤为重要。

当我离开多姿多彩的大学生活，来到那里塑造我的人生，雕刻我的梦想的时候，就已经为自我的人生做好了规划，把自我的梦想铭刻于心中，做一个甘于寂寞，敢于创新，干劲十足的年轻人。

“士不能够不弘毅，任重而道远”作为一个80后的年轻人，一个国家，一个民族的期望所在，心中无不闪烁着梦想，那么此刻就是我们努力实现梦想的时候。当前我们正处于一个承前启后，继往开来的转折点，有一大批的工程项目等着我们去建设，有一系列的技术等着我们去攻关，有一大片市场等着我们去开拓，有一整套的经验等着我们去探索。

当一个人把自我的青春融入到自我的事业的时候，那么他的青春不会流失，他的事业也必将在岁月的历练中折射出耀眼的光芒!“有的人活着他已经死了，有的人死了他还活着，生命的意义在于活着，并且要好好活着，正如《士兵突击》中的许三多，总是说要好好活，总是说好好活就是做很多有意义的事，那么什么才是有意义的事呢怎样才能活的更有意义呢我想那就要奉献。如果我们不付出，不创造，不追求，不奉献，那这样的青春必会稍纵即逝。回首过去，没有追忆，人生渺茫，这绝对不是我们活着的意义。

我们选择了工程单位，从某种意义上来说，就已经选择了奉献。远离了都市的繁华，城市的喧嚣，绚丽的生活，时尚的气息，沉淀了心境在那里驻足，扎根。我们是失去了一些东西，可是我们没有失去最为宝贵的青春，我们也没有辜负自我的青春，因为我们正用汗水见证着成长，用奉献丈量着价值，拥有青春的人们在这原本荒凉的土地上创造人生的奇迹，抒写青春的乐章。

>励志演讲稿三分钟关于青春篇3

各位老师，同学：

岁月如梭，一转眼我已经大三了，没有了大一初到的欣喜与迷茫，没有了大一处事的青涩与紧张，多出了淡定，多出了从容。

青春的大学里，我们都在努力奋斗着，多彩的舞台上，我们都在奋力的拼搏着。我，来自一个偏远的山村，也许是因为生在贫苦长在贫苦，所以我更能体会到父母的艰辛与不易，更能理解到付出时太阳下的汗水，收获时果实面前的笑容。我的名字就寄予了父母的期望，他们希望我长大后能扎上飞翔的翅膀，翔骋在属于自己的海洋。

确实，困难磨砺人生，上天对每个人都是公平的。他给我苦难的同时又给了我解决苦难的力量。在一此次的跌倒中我学会了乐观，学会了自信，锻造出坚韧的意志，不拔的信念，而一直支持着我的是一份责任，我不只是我自己，我还是父母的儿子。所以，我必须努力! 一年前，抹下悔恨的泪，抚平高考的痛，踏上北上的列车，我来到这里，来到这么一个大家庭。我当时告诉自己，当命运折断希望的风帆，不能绝望，彼岸还在!当命运凋零了美丽的花瓣，不要沉沦，绿叶还在。没有一个季节能把青春阻挡!这里是我人生的一个转折，又一个起点，在这里我更加懂的得了集体的荣誉，团度的协作。付出了很多，也学会了很多。有酸、有甜、有苦、有涩。七彩的味道充斥着我的大学生活，也许多年以后回想起来，这里就是我人生记忆中一颗闪烁的明星。

老师们，同学们，朋友们，彩虹总在风雨后，秋实总在春花后，含泪播种的人一定会含笑收获，在未来风雨兼程的路上，走过荒芜，走过阑珊，走在青春里，我不去想是否能够成功，既然选择了远方，便只顾风雨兼程，我不去想身后会不会袭来寒风雨冷，既然目标是地平线，留给世界的只能是背影!

我的演讲结束，谢谢!

>励志演讲稿三分钟关于青春篇4

大家晚上好!

人最宝贵的是生命，而一个人生命中最宝贵的就是青春。青春易逝，而我们该如何去把握和珍惜属于我们自己的青春呢。

青春是如此的短暂，不再回头的，不仅仅是那古老的辰光，也不只是那些个夜晚的星群和月亮，还有我们的青春在流逝着。所以我们的青春不要在为落叶伤感，为春雨掉泪中度过;而应用智慧和勇气扬起理想的风帆，用青春和生命奏响时代的强音。

保尔·柯察金曾经说过：“生命对于每个人只有一次，人的一生应当这样度过，当他回首往事的时候，他不会因为虚度年华而悔恨，也不会因为碌碌无为而羞愧。”

四年，我们有幸拥有着这大学四年，但多少人的四年已一去不返;更还有多少人在为能拥有这四年而埋头于题海和各种各样的模拟考试中呢、当初我们从他们这种状况中走出来，走进许多人梦寐以求的大学。

“我们错看了世界，却反过来说世界欺骗了我们。

我相信，年轻没有什么不可以，心有多大，未来就有多大。人生短短几十载，不要给自己留有什么遗憾!

热情换回时间，让年轻的梦没有终点!有人说，能登上金字塔的生物只有两种：鹰和蜗牛。虽然我们不能人人都像雄鹰一样一飞冲天，但我们至少可以像蜗牛那样凭着自己的耐力默默前行。”

只有启程，才会到达理想和目的地，只有拼搏，才会获得辉煌的成功，只有播种，才会有收获。青春，应该是奋斗的。

想问大家一句 很纯朴的话，你们爱国吗?

不知道 大家有没有看过 这样一部 电影，建党伟业。 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，这种使命是多么震撼人心啊!

然而， 在当代的中国，我们不得不正视一些现状，大学生既被社会过高的期待，也过高地期待着社会，只因为一些青年大学生不能正确地评估自己，作为不思进取的借口。 于是，曾经也想要有所作为，却不知道从何做起，跟着感觉走了。

我的一些话并非说教，我们都一样，希望以此和大家相互激励，相互促进。路是脚踏出来的，历史是人写出来的。人的每一步行动都在书写自己的历史。

青春不仅仅需要激情，同时也需要一颗求实进取的心!

青年，如云霞，光彩熠熠，似白杨，生机勃勃，是李大钊先生眼中的“人生之春、人生之华”，是主席口中“早晨点钟的太阳”。

作为青年中的一员，应以激情为旗，用青春作注，拼一个无悔的人生!

我的演讲完毕，谢谢大家!

>励志演讲稿三分钟关于青春篇5

敬爱的教师，亲爱的同学：

大家好：

我们都拥有青春。青春让人朦胧，让人陶醉。

青春让多少人做出傻事，如当年初二的我正值人生中最完美的青春期!但就是我和无数人一样禁不住青春的诱惑，做出了许多无谓的傻事：我记得我第一次做的傻事就就是到升初二下学期的时候，我突然觉得我的同学都很幼稚，教师都很无聊，天天闷着头在教室里傻坐着背书什么了的……还不如出去玩，打打篮球，跟同学躺在操场上望着那一望无际的蓝天，说说话，谈谈天。所以只要一到考试的时候，就拉着自我的几个死党，逃课去疯玩儿。也不想后果，教师没逮着算走了狗屎运，教师逮着了就蒙混过关。

就这样一向混到了初二下学期。到了初二下学期我的胆子更大了，觉得反正就是考不上高中了，自暴自弃，不想来上课就不来，不想考试就不考。编谎话也懒得编了，然后他问什么我说什么，他该怎样说怎样说，我该怎样做怎样做。

根本都不理他，他又就是叫我家长又就是惩罚我。让我彻底怒了，一向仇视他。他看见我也不舒服，我看见他也不舒服。我最终有一天在心里对自我说，别上了，上学真的很无聊，很无趣。当我做出这个决定，便处处跟教师顶嘴。

妈妈明白我这个决定后，十分的悲伤和震惊，用心良苦的对我说：“你此刻还这么小，不上学以后你能干什么?”然后妈妈一句话问的我就是哑口无言呀!就是的我能干什么呢?妈妈见我这样貌又对我说：“此刻明白错还来得及，你还小，以后的路还长的呢。

以后遇到的不顺心的事也多着呢!不要动不动就不上了，不干了。遇到事坐下来好好的想想后果，要想长大就务必为自我所做过的事承担后果啊!要不然你就永远也长不大。此刻你觉得学习反正也赶不上了，所以自暴自弃，那行!只要你肯学习，妈妈支持你再从初一开始。”

演讲完毕，谢谢大家！

>励志演讲稿三分钟关于青春篇6

满意吗?你很羡慕某些人，甚至愿意自己也成为他吗?如果你对自己有疑惑，那么我来告诉你：就像每一片叶子都有它独特的形状，每一朵花儿都有它独特的香味，我们每一个人都是世上独一无二的个体，在这个世界上，没有两个人是完全一样的。我们每一个人的存在，都有自己的价值与意义，别人可以比我好，也可以比我差，但没有人可以取代我。美国少年天使肯尼，一出生就因为身体畸形截掉双腿，后来又发现切口的根部被癌细胞侵入，只好把腰部以下的身体全部切除。但是，肯尼并没有向病魔低头，他在家人的帮助下向自己的生命挑战，拼命练习生存技能，使得自己日渐独立，能跟常人一样上学，甚至还学会了溜滑板、溜冰。肯尼的生命是美丽的、动人的。

有时候我们以为遭遇到的危机使我们走投无路了，却在事后发现这是生命的转机。美丽的生命在于勇于更新，且愿意努力学习。化蛹为蝶，才能使生命焕然一新。人的一生也需要蜕变才能成长。每一次蜕变都回带你走进人生的新领域、新境界，使你获得新的感受、新的惊喜。

健康的我们，更要学会容忍自己的不足和缺点。俗话说人无完人。正因为这样，我们才要不断学习、不断提高自己。如何在正视不足和缺点的前提下，采取积极的行动来弥补不足、克服缺点呢?一方面要正确和别人做比较，认识到自己在群体中处于什么样的位置，寻找以后努力的方向;另一方面要正确认识自己。不要只从不同的方面平价自己，却看不到自己的优点，老觉得“某某的学习比我好，某某的书法比我好，某某的琴比我弹得好”，而实际上每个人身上都有自己的闪光点:学习好的可能体育不如你，书法好的可能学习不如你，不要一味给自己挑毛病。既能够看到闪光点，也能够看到不足之处，对自己的认识才会全面，才能更好的取长补短。

台湾著名作家琼瑶，小时候除了语文外，其他学科成绩并不好。有一次，数学考试她只考了20分，学校发给她一张“通知单”，要她拿回去给父母盖章。捱到深夜，她鼓足勇气拿着通知书交给母亲。母亲整个脸色都阴暗下去，将他好好责骂了一顿。她绝望的给母亲写了一封长信，服毒自杀，幸亏抢救及时，才没有造成终身的遗憾。从死神手中逃回来的她，分析了自己的长处与短处，下决心取长补短，专心写作。父母默认了她的追求，她开始发挥自己写作方面的长处，真正追求自己的事业，最终取得了令人羡慕的成就。

所以我们要多鼓励自己：“成绩单不漂亮没关系，只要我努力，就是一名好学生!”“基础不好没关系，只要我每天都有进步，就是一种成功!”“我的生活是充满阳光的，努力的我最美丽!”这样自信的度过每一天，你会越来越体验到：我的人生是非常有价值的，我是最棒的!

>励志演讲稿三分钟关于青春篇7

尊敬的给位领导、各位评委、各位老师：

大家好!我叫\_\_\_\_\_\_,是来自\_\_\_\_的90后教师。今天我要演讲的题目是《追逐梦想，青春无悔》。

90后的我们被赋予“非主流”的称号，青春中夹杂着颓废和叛逆。但，我们也有梦想也有追求，也想用自己的行动去书写无悔的青春。我渴望能在教师这个神圣的职业里成长，也渴望能将自己的知识传授给学生，为他们托起一盏希望之灯。因为，我坚信，我的梦想需要去追寻，我的青春需要用奉献去实现其价值。

追逐梦想的途中，我们是幸福的。来到\_\_\_\_地方已经有一段时间，在这个集体中，我深切的感受到领导的关怀。为我们更好的成长，学校替我们每一位新进老师都安排指导老师。有疑惑，我们有人可问;有不足，我们有人指点;有困难，我们更是有人帮忙。是他们让我们的成长不再孤单，是他们让我们品尝到幸福的味道，我们是幸福的。

追逐梦想的过程，我们永不言弃。谁说90后只知享乐，不知奋斗?90后的我们固然不像70、80那样安静，那样成熟。但，我们有朝气、有活力，我们善于接受新鲜事物，敢于将自己新的想法付诸实践，而这点又恰恰是新时代对老师的期望。虽然，梦想之路并不会一帆风顺，但外柔内刚的我们，有自信也有能力去面对这些困难，而不是人们口中所说只会逃避。

追逐梦想，我们甘于奉献。自私不是时代赋予给我们的代名词，而是一些人偏概全的见解。我们也会互相帮助，我们也知道感恩，我们也心系祖国。在追逐梦想的过程中，我们甘于奉献自己的青春，实现自己的价值。从5.12的“可乐男孩”小郎铮到奥运会中的龙清泉，再到工作于各个岗位的90后人员，他们谁不是在用自己的力量书写梦想，谁不是在用自己的奉献阐释青春。

>励志演讲稿三分钟关于青春篇8

尊敬的各位领导、各位评委、亲爱的同事们：

大家好!

我是来自制药的，是一名刚刚参加工作的90后。很高兴能与大家相聚在美丽的寺河，在这里共同唱响“奋斗青春、聚力”的主旋律，凝聚“为建设国际一流特色综合能源企业集团而努力奋斗”的正能量。今天，我演讲的题目是《在放飞青春，奋斗的青春最美丽》。

还记得半年前，我脱去学士服、摘掉学士帽，从象牙塔走了出来。半年后，稚嫩懵懂的我回到了晋城这片生我养我的黄土地，来到了集团制药这个新的大家庭。学习新闻专业的我，渴望成为一名记者、一名播音员，但从未想过会与药品接触，由梦想中的新闻人转变为现实的制药人，我的梦想也因此发生了180°的改变。

初到公司的时候，一切都是陌生的，陌生的环境、陌生的车间、陌生的洁净区、陌生的同事、陌生的药品、陌生的GMP。但一切又都是新鲜的与好奇的，为什么洁净区人员穿的衣服颜色各不相同，药品是怎样配制生产的呢?原来还有轧盖机、贴标机这些设备……慢慢的，我融入到了这个大家庭，带着青春的稚嫩，怀揣着梦想，进入我的岗位，开始我的工作，在平凡的岗位上一点一滴的看着、学着……我曾经看到过这样一则广告：进入工厂全身消毒，身上一切饰品摘下，摘下戒指，是对所有宝宝的承诺;戴上戒指，是对家庭的承诺。每当想起这则广告，我不由的联想到我的工作岗位、我的工作环境。记得在公司新员工培训的时候，师傅们曾这样说过：要做一名合格的员工，进入车间不可以佩戴首饰、不可以化妆，要确保制药环境的洁净卫生，因为我们的一举一动关系着千万人的健康，保证质量是我们的责任，做药先做人，我们要做良心药。就这样，谨遵前辈们的教诲，我飘逸的长发悄悄地躲进了帽子里，手上绚烂多彩的指甲油被创可贴、指套取而代之，美丽时尚的衣裳被蓝白相间的工装所替换，一道蓝色的风景线飘落于公司的各个角落。

人生的选择很关键，但选择的机会并不多。选择制药这一职业，是因为我知道，我虽平凡，但制药却并不平凡。作为的一名普通职工，作为一名普通的制药人，我要在平凡的灯检岗位上，仔细检查每支药品，确保没有破瓶、没有挂塞、没有萎缩、没有量低的药品流入市场，每支药品都可以完好无损的到达患者手中。

不怕榜上无名，坚信脚下有路。我相信，这里是我梦想起航的地方，也将是我梦想照进现实的战场。苏芮有一首歌叫《奉献》，歌词里写到：星空奉献给长夜、长路奉献给远方，那么我又拿什么奉献给你，我的，我想只有我无悔的青春。

最后，我斗胆仿照马丁路德金的经典演讲与大家共勉：

我有一个梦想，希望在十年二十年之后，我们这些曾经青涩的年轻人能惊叹于彼此的成长，成为的中流砥柱，能够真正安身立命，实现自己的梦想。

我有一个梦想，希望集团公司宏伟的战略愿景能够早日实现，美丽的能够为世人所知，为大众所赞赏!

我有一个梦想，希望65个子分公司、16万人万众一心，克服煤炭寒冬，逆流而上，在这片挥洒青春和汗水的沃土上放飞“梦”，放飞青春的梦想!

>励志演讲稿三分钟关于青春篇9

敬爱的们老师，亲爱的同学们：

大家早上好!不知不觉中，开学已经快一个月了。今天，我要和大家交流的话题是关于“青春和学习”方面的话题。

青春是搏击风浪的船，学习则是船的动力，作为21世纪的我们，应抓紧时间，持之以恒，努力学习，扬帆起航。孔子说：博学而笃志，切问而近思，仁在其中矣。今天的我们应谨记他的话，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，但决不能再让自己输在终点。后天的努力可以弥补先天的`不足，珍惜现在的每一刻，努力获取知识。 对于九年级的哥哥、姐姐们来说，中考已经并不遥远，面临着人生的第一次选择，你们应该加倍努力，刻苦学习，为迎接中考做充足的准备;对于我们八年级学生来说，八年级是初中学习的一个转折点，我们应该好好把握，努力学习，不断提高自己;而七年级的弟弟妹妹们也千万不要放松，你们现在的努力是在为以后的学习打下坚实的基础，只有地基打牢了，房子才会盖得更高。同学们，无论我们处在哪个学习阶段，我们都应该努力，抓住这段易逝的光阴 ，好好把握，将知识这闪光的宝石紧紧握在手中。

每一次的成功都要付出艰辛和努力，要想取得成功就必须付出代价。孟子告诉我们：天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，

俄其体肤，空乏起身。常言道，一分耕耘，一份收获。有了辛勤的劳动，才会有收获，不劳而获的事情是不存在的。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，属于勇于探索，敢于创新的人。因为勤奋，安徒生从一个鞋匠的儿子成为童说大王;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》;因为勤奋，爱迪生才会有一千多种伟大的科学发明;还是因为勤奋，中国古人才留下悬梁刺股、凿壁偷光的千古美谈。

正处于学习阶段的我们，就应该具有像爱迪生、巴尔扎克那样刻苦努力，不懈追求的精神，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。人生能有几回拼搏人生能有几个花季过去的就无法改变了，所谓黑发不知勤学早，白首方悔读书迟，就是这个道理。

同学们，我们一起努力学习吧!让我们用热情拥抱未来，用青春谱写人生，用学问把自己武装起来，用行动证明自己存在的价值吧!

>励志演讲稿三分钟关于青春篇10

尊敬的老师，同学们：

大家好!

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。

谢谢大家!我的演讲到此结束!

>励志演讲稿三分钟关于青春篇11

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好!

“人的一生只有一次青春。现在，青春是用来奋斗的;将来，青春是用来回忆的”。青春的年华最珍贵，即使感觉会有些无奈或是痛苦但是这会是人生最有价值的财富，再回首，发现原来奋斗过的青春才是最美好的才是回忆最充实的。

青春，常常被赋予希望、阳光、激情、奋进、浪漫、诗意等内涵，正因此，她成为无数诗人、文学家反复吟诵的旋律。青春是人生旅程中最美丽的风景，也是多梦的季节。做梦是青春的权利，哪怕这梦有时不知“天高地厚”，有时幼稚可笑，但因是青春之梦，谁也不会太计较。只有让青春的枝头挂满梦想的花朵，才有人生金秋的收成。

然而近些年来，青春话题似乎变得有点沉重。一些青年人的脸上常写满焦虑、无奈、浮躁、失意。在不少人心中，梦想已然凋零，激情不再燃烧，诗意难觅踪迹。风华正茂的年纪，内心却已落英缤纷。

按说，今天的青年人，生活远没有父辈们那么奔波、拮据、窘迫。这一代人的成长，正好伴随着中国发展最快、的年月，算是幸运的一代。他们有理由也有能力，比上一辈人生活得更从容、更有激情，让人生驰骋于更广阔的天地。但现实情况却并非如此，许多青年感觉生活得疲惫、憋屈，缺少阳光、色彩。

究其原因，当下的青年人承受了与他们的年纪不相称的现实压力。他们的青春记忆里挤满了现实的纠结：升学、就业、成家、工作升迁、买车、买房……凡此种.种，层层加码，把年轻人结结实实地困在生活的重轭里。

在这种情况下，他们难有激情去放飞青春梦想，也鲜有闲情逸致去仰望天空。面对激烈的竞争压力，青年人比的不是谁有理想、谁有激情，而是比谁更“实际”，更“唯物”、更“老成”。结果，“现实主义”打败了“理想主义”，“精致的利己主义”蚕食了青年登高望远的能力。

不少青年纠结在狭小的利益算盘中，无视共同体的\'责任和青年人的使命，让人生的理想越飞越低，低到只在自己的城堡里贴地而行。长此以往，不仅青年的路会越走越窄，而且对社会和国家发展不利，反过来又会影响青年的未来。

俗话说：“大河有水小河满，大河无水小河干。”只有把人生理想融入国家和民族的事业中，才能最终成就一番事业。青年人只有把目光从个人的小天地中挣脱出来，将个人理想与家国情怀结合起来，让个人理想与中国梦对接起来，才有真正出彩的人生。因为，“只有进行了激情奋斗的青春，只有进行了顽强拼搏的青春，只有为人民作出了奉献的青春，才会留下充实、温暖、持久、无悔的青春回忆”。

青年兴则国家兴，青年强则国家强。在当今这样一个竞争如此之激烈，生活节奏如此之快的社会大环境下，旧的思想模式真的已经被淘汰了，适者生存。所以，少年，请不要辜负了本应奋斗的青春。

我的演讲完毕，谢谢大家!

>励志演讲稿三分钟关于青春篇12

尊敬的各位老师，同学，你们好：

青春，多么美好的一个词语，多么美好的生命季节!古往今来，有多少人赞美它，讴歌它。青春是什么?青春代表着朝气与阳光，代表着理想与信念、代表着激情与希望、代表着憧憬与梦想。而最让人欣喜的是什么，是这所有的一切美好的形容词，这些朝气、希望、梦想，充满着正能量的词，和青春本身，都是我们，在座的所有人的。

青春这么美好，耀眼，但是却也很短暂易逝，那我们又应该为她做些什么呢?不知道有没有人考虑过这个问题。在我看来，我们最应该做的，就是趁青春还在的时候，好好把握好她。

把握青春这个话题，说起来好像很简单，但是要能做好的人又有几个呢?我们这里所说的把握青春不是说要你每天在吃喝玩乐打游戏玩手机活得潇洒，而是说要为自己的梦想奋斗，为自己的目标去拼尽全力，规划好自己的未来，在现在的青春做以后自己觉得很骄傲的努力。如果你这么做了，或者正在做，你才能说你把握了青春，不辜负梦想。

我们大家都知道的民国时期的一个特别有名特别有才华的女作家张爱玲女士就曾说过一句这样的话：“出名要趁早。”她是年少成名的好例子，在中国的文坛屹立了这么多年依旧还有人在不断喜爱她的文章，她就是已经把握好了自己的青春在自己选择的道路上闯出了一片成功的天地。当然除了她之外，古人告诉我们把握青春的名言还有很多很多。“有花堪折直须折，莫待无花空折枝”、\'\'莫等闲，白了少年头，空悲切”，这是古人的经验在提醒我们不要虚度光阴，待到少年之头变成白发，纵然悲伤懊悔，亦复何用?不过是秋风中孤雁的一声哀鸣罢了。

少年智则国智，少年强则国强。百年之前的梁启超先生也发出了这样强有力的呐喊，青年的一代是国家的希望，更是国家的脊梁。我们就是这个国家未来的希望，我们将成为这个国家未来呼风唤雨的下一代。如果我们还不把握我们的青春，那么我们的国家就不会强大。除了我们的大家，我们自己的小家也需要我们在青春的今天去奋斗，去创造更好的明天。

所以，同学们，为了这青春，去把握，去勇敢，去奋斗，去创造吧!

>励志演讲稿三分钟关于青春篇13

同志们：

十八岁，是一个放飞期望的多彩季节，这天，站在人生旅途新的起跑线上，应对国旗庄严宣誓，标志着从此将全面享有宪法所赋予的公民权利，独立承担起对国家、社会应尽的职责和义务。朋友们，奋发吧!让我们立志做一个自强自信的时代青年!因为，在这片热土上，开拓发展的重任终将落在我们肩上，我们将义不容辞的要在这世代生息的土地上各施所长，并把她建设得更加繁荣富强。

在这个庄严的时刻，我们心潮澎湃，思接千载。我们生于斯长于斯，且不说澄海人文蔚秀，向称“滨海邹鲁”，也不用说澄海人心灵手巧，“种田如绣花”，更不用提“粮食产量甲全国”称号与全国第一个“吨谷县”的“当年勇”，这天，我们要说的是，自强不息、艰苦创业历来是我们先辈的优良传统。想当初，潮汕先民飘洋过海，异国创业，历尽沧桑之后开创了潮人海外新天地，造就了一批旅外侨领、企业家和知名人士，留下了“有潮水的地方就有潮人”的美传，留下了“团结、拼搏、拓展、创新、奉献”的红头船精神激励着跨世纪的青年一代。

作为跨世纪的澄海青年，我们首先要树立正确的人生观，少年当立志、儿女当自强，要立志投身到当前经济建设的大潮中，将青春热血奉献给社会主义现代化建设。

此外，我们还要继承勇于偿试的实践精神。邓小平同志就是凭着敢想、敢干、敢闯、敢试、敢创新的思想，创造出了“一国两制”、“社会主义市场经济”等伟大的构想。远的不说，最好的例证就在我们身边：崛起于上世纪八十年代的澄海玩具工艺礼品行业，起步初期，澄海并没有珠江三角洲的地缘优势，资金、技术、外销渠道也并不畅通，但正是靠这样一股敢干敢闯、自强不息的精神，许多人从一万几千元逐渐积累，厂房利用旧屋竹棚，设备从土到洋，一步一个脚印闯出一条康庄大道，经过二十多年的滚动发展与积累，才有了这天的“中国玩具礼品城”的荣誉称号;澄海人正是靠着这样一股艰苦奋斗、自强不息的精神，创下了\_\_年澄海的国内生产总值92。45亿元，增长9。2%，工业总产值229亿元，增长10。31%，农业总产值27。8亿元，增长6。39%的好成绩。

我们欣赏“人恒自助，然后天助之”的人生，欣赏“天行健、君子以自强不息”的大气，我们坚信，靠着这自强不息的拼搏精神，在澄海区委区政府高举邓小平理论伟大旗帜和全面贯彻落实“三个代表”重要思想，以经济建设为中心，切实加强社会主义政治礼貌和精神礼貌建设的这天，青年一代必将更有作为!韩江春潮涌，健儿逐浪高，在“走正道、树信用、兴品牌、强实业”的理念带动下，在全区402平方公里的土地上，商机涌动，正掀起新一轮创业浪潮。振兴澄海经济，我们正面临着更大、更有利的发展机遇!

青年朋友们，这天，从我们宣誓成人的这一刻起，我们要明确自己肩护的历史重任，坚定崇高的政治信念，掌握现代科学文化知识，陶冶高善的思想道德情操，更深入地了解社会、更主动地参与实践，自强自信，努力把个人追求融汇到建设有中国特色的社会主义的伟大实践中去!

青年朋友们!这天，我们欢聚一堂，明天，我们也许要为求学、为工作而各奔前程。不管你身在何处，请记住这个自强不息、艰苦创业的优良传统，为中华民族伟大的复兴贡献自已的青春和聪明才智，为建设富强、民立、礼貌的二十一世纪的社会主义国家而努力奋斗!

谢谢大家!

>励志演讲稿三分钟关于青春篇14

我喜欢仰望，仰望一方澄澈的蓝天，看草长莺飞，斗转星移;我喜欢欣赏，欣赏一处动人的景色，看雨后初荷，山川壮阔;然而，我更喜欢体会，体会生命之美，姿态万千生命因多彩而美丽，也因青春而闪光!

有人把青春喻为“人生之王，人生之春，人生之华”。的确，当你垂垂老矣时，恐怕那唯一能让你苍老的身躯焕发生机，漾满感动的便是有关青春的记忆了。上帝给与每一个人不同的身世背景，但是他却给与每一个人同样仅有一次的青春，无可取代，也无法复制。

青春是有限的，却又是无限的!将一个苹果切开，你可以轻易的数出他有几粒种子，而将一粒种子种下，你却永远无法预知他能结出多少个苹果。没错!这就是青春.青春的魅力就在于它的不可知之美。因为不可知，所以他有无限可能;因为不可预测，所以她充满激情，神采飞扬;所以他能迎接失败，勇于挑战;所以他激情四射，不可阻挡。青春，是生命深处清泉的喷涌

厄尔曼曾经说过：“人生匆匆，青春不是易逝的，一段青春应是一种永恒的心态。满脸红光，腿脚灵活，这些并不是青春的全部。真正的 青春啊 ，它是一种坚强的意志，是一种想象力的高品味，是感情的充沛饱满，时生命之泉的清澈常新。”是的，没有人仅仅因为时光的消逝而衰老!因为，青春所指，不是年华，而是心境。

每次品读春江花月夜，总有那么两句诗让我为之深深触动，久难平复：江畔何人初见月，江月何年初照人?人生代代无穷矣，江月年年望相似。陈子昂的天问太过残酷的揭示了人生世代常改而将月千古永恒的真理。

韶华易逝，流光易殒。我们有何理由不把握青春，珍爱青春的那一腔热血，珍爱青春的那一股热情，珍爱青春年华中每一次心脏的跳动?朋友，请许下你的愿望!无论多少挫折与艰难，青春就是你的筹码。青春没有失败,只有向通往成功之路的不断探索;青春勇于拼搏，充满希望，朝气蓬勃!

青春是美好的，然而这份美好就如同斑斓的彩虹，需要阳光的照射。然而这道绚丽的阳光——叫做信念!新年就如同晨星一般，我们永远无法触及，但我们应向航海者一样，让它成为我们坚持探索的明灯。

如果说，人生应如蜡烛一般，从顶燃到底一直都在呈现光明。那么信念就是那根烛芯，贯穿生命的始终，引领人生的轨迹;如果说，人生应如大海一般，天空海阔有容乃大。那么信念就是那条条江河，纵横交错，奔腾向海，使之浑厚充盈;如果说，人生应如苍山一般，历经千万载巍峨依旧，岿然屹立。那么信念就是那股山泉，蜿蜒连绵，翻越山巅，涤荡心灵

流年暗换，光阴荏苒。无数个昨天从旁掠过。转眼间，我们已褪去了童稚的躯壳。人生的列车正开始高速运作，将我们带往更远.更宽广的未来。前方纵然会荆棘满布，险象环生。但青春的我们不会退却!因为坚定的信念已为我们铺开一条阳光大道，昂扬的生命将引导我们披荆斩棘，勇往直前!

因为青春，我们头上有耀眼的光环。因为青春，我们肩上有不可推卸的责任!古希腊雕刻家菲迪亚斯曾被委任雕刻一座雕像，当他完成雕像后要求支付酬劳时，雅典市的会计官却以任何人都没看见他的工作过程为由拒绝支付酬劳。菲迪亚斯反驳说：“你错了，上帝看见了!上帝在把这项工作委派给我的时候，他就一直在旁边注视着我的灵魂，他知道我是如何一点一滴完成这座雕像的。”事实证明了菲迪亚斯的伟大，这座雕像在2400年后的今天，仍然伫立在神殿的屋顶上，成为受人敬仰的艺术杰作!

菲迪亚斯的伟大在于他不仅出色的完成了自己的使命，而且还将使命的意义向人们传达出来。使命这个词来自拉丁语，他的意思是呼唤，是责任。它伴随每一个生命的始终，所谓责任，就是对自己所负使命的忠诚和信守。

同学们，作为21世纪的大学生，我们青春年少，风华正茂。但我们更要坚守信念，奋勇拼搏。因为我们肩负的是家人祖国社会的明天，这份责任就是我们必须信守和忠诚的使命!

现在我们所在的这片风景，他之所以美丽，原因就在于我们认真度过每一天。如果你真想拥有自己的一方天地，一个更美的明天，那么除了你自己，真的，没人能给你。

同学们，远方有你我的梦想，远方更需你我大步昂扬!把握青春，你定能扬帆远航，主宰人生!

>励志演讲稿三分钟关于青春篇15

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好!

青春的脸庞犹如皎洁的月亮，别因不懂法而挂上岁月的沧桑;

炯炯的双眼好似心灵的明窗，别因不知法而溢满悔恨的泪光;

未满的羽翼仿佛破浪的船桨，别因不守法而锁向冰冷的铁窗。

青春的我们有风的潇洒、雨的情怀、雪的纯洁。一切的一切都向世界展示着青春的力量。青春如雨后阳光，耀眼明丽;青春如寒梅傲雪，孤傲坚强;青春如春日绿杨，招摇蓬勃。五彩的青春，斑斓的年华，在人生的年轮上，永远是最精彩的一圈。青春是人生的白玉，别因年少时的冲动，而让如此的锦玉破碎;青春是生命的春天，别因年少时的轻狂，而使百花不得开放;青春是动人的恋歌，别因年少时的无知，而不能放声歌唱。

青春的我们如阳光，用概念性的词语将我们定义为未成年人，在生活充满阳光，幸福之花到处开放的今天，未成年人的犯罪问题变得日益严重，不得不引起社会和人们的关注。

因为我们未成年，所以冲动;因为我们未成年，所以好奇;因为我们未成年，所以轻狂。可是，我们不能以此来作为我们犯罪的借口。作为一名高中生，作为祖国明天的接班人，我们应该为自己的行为负责，不逃避、不后退。面对青春我们应该理智，面对青春我们应该明智，面对青春我们应该自已。“少年强则国强，少年富则国富，少年智则国智”，如果今天的少年走上犯罪的道路，那么祖国的明天何来辉煌呢?

悔恨的书信一封接着一封，每一封都是那么的真切，那么的深刻。当每一个错犯过之后，才来深刻的悔过，早知如此，又何必当初呢?身边的警钟何时停止过敲响，老师的叮咛，父母的唠叨，朋友的劝告还在耳旁回响。为什么，就是因为我们青春、我们年少、我们无知，才不得不让他们有忧心挂肠。这是老师和父母对我们爱得真切的表现，请别利用他们的爱来作为犯罪的理由，来为自己开脱、找借口。

青春是美好的、青春是蓬勃的。做有志的青年，让青春散发耀眼的光芒;做有理想的青年，让青春展现蓬勃的生机;做明智的青年，让青春发挥魅力的无限。

让我们的青春与法牵手，让年轻的我们不再有犯错的借口!

我的演讲完毕，谢谢大家!

>励志演讲稿三分钟关于青春篇16

各位老师同学：

大家好!我是来自初二(4)班的丁洁同学，这天我演讲的题目是

扬理想的风帆，铸清洁的灵魂

从亘古以来，许多的官员都成了”贪河“中的一粒砂，当了数十百千的石头中的一枚。偶尔有几个被人们知晓，然而却被挂上了”千古罪人“的罪名，从此臭名昭着，生活在人们的唾骂声中。即便是死了，也会被别人唾骂，像什么”八辈子不得好死“诸如此类的话，他们的灵魂也不会得到永久的安息。

然而有黑暗的存在，就必定会有光明的启示，正义之士会举起手中的利剑，向敌人的要害狠狠地刺下去，为人们伸张正义。

在与我们失之交臂的04年中，出现了这样一位值得令人钦佩的，英勇的”女骑士“。尽管是位女将，但”巾帼不让须眉“。作为警察的她，以自己的忠诚，才干和辉煌业绩，先后荣获全国”五一“劳动奖章和全国三八国旗手，中国十大女杰，全国青年岗位能手，全国人民优秀警察等20多项荣誉称号。这些难道还不足以证明她的廉洁，奉公她在她短暂而又充实的生命中认真执行着每一个她应履行的义务。

事实上，此刻人们身上散发出来的”廉洁“香气是传承自古人的。像是赫赫有名的包青天——包拯，一身为官清廉，而在他年幼时就已立志要为国家出力，”竭死忠义“。海瑞，他对任何事情都公正对待，铁面无私，即使是对一向有恩与他的丞相徐阶也毫不留情。他年轻时，也早对社会问题表现出了极大的关注，也立志要做个为百姓伸冤的好官。

清廉正直的官员们在小的时候就开始有着远大的理想，在他们筑梦的同时也造就了一身的正气与傲骨。也许我们并不会经历他们的路程，但是我们社会存在的”黑势力“是相同的，那为何不从此刻开始就学会”清廉“，了解”清廉“，也成为”清廉“的人呢我想你不会期望在”贪官录“中会出现你的名字，使你的子孙后代无颜面可存吧!那从此刻开始，就为自己树立一个正确的人生目标，拥有坚劲挺拔的人格，为”名留青史“打下厚实的基础，为远航的小帆闯出别有一番天地!

这些伟人的故事同样告诉我们随时要让自己持续优秀的灵魂，使自己有”出淤泥而不染，濯清涟而不妖“的莲花般高洁的品质。我们虽然生活在混沌的世事之中，穿行在世俗的尘嚣之中，但我们更要持续我们的心灵，让它纤尘不染。使自己被拂拭的心灵告诉我们永远清清白白做事，干干净净做人，享受我们生命中的每一天。

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！