# 青年节三分钟演讲10篇范文

来源：网络 作者：夜幕降临 更新时间：2024-06-12

*演讲是一种社会活动，是用于公众场合的宣传形式。它为了以思想，感情，事例和理论来晓喻听众，打动听众，征服群众，必须要有现实的针对性。下面是小编收集整理的青年节三分钟演讲，大家一起来看看吧。青年节三分钟演讲1同志们、青年朋友们：在这春暖花开，播...*

演讲是一种社会活动，是用于公众场合的宣传形式。它为了以思想，感情，事例和理论来晓喻听众，打动听众，征服群众，必须要有现实的针对性。下面是小编收集整理的青年节三分钟演讲，大家一起来看看吧。

**青年节三分钟演讲1**

同志们、青年朋友们：

在这春暖花开，播种希望的日子里，很高兴与全矿各条战线的青年代表在这里隆重集会，共同庆祝\"五四\"青年节，表彰全矿青年在五阳发展中做出突出贡献的先进集体和模范个人。值此机会，我代表矿党政，并以我个人的名义，向全矿的团员青年表示亲切的问候!向受到表彰的先进集体、模范个人表示热烈的祝贺!

\_\_\_年前的五四运动，是一场伟大的反帝反封建的青年爱国运动，也是一次伟大的思想解放运动和新文化运动。五四运动所孕育的爱国、进步、民主、科学的伟大精神，激励一代又一代青年为民族的解放和祖国的富强立下了不朽功勋。今天，五四运动点燃的革命火炬，已经传到当代青年的手中。在全面建设既强又大国际化新\_\_\_\_\_\_\_\_\_和亿吨级煤炭大集团的新征程中，我们重温五四历程，弘扬五四精神，共话青年使命，就是要动员和激发全矿团员青年，继承和发扬五四光荣传统，发挥团员青年在新五阳建设中的先锋队和突击队作用，在全面建设既强又大国际化新\_\_\_\_\_\_\_\_\_征程中建功立业。

刚才，矿团委副书记阎晓嵩同志简要回顾总结了过去一年来的团建工作，对今年的工作进行了全面安排部署。矿长李建宏同志结合矿井战略发展的新形势和新任务，对大家提出了殷切的希望和更高的要求。下面，我讲以下几点意见：

一要坚定信念，志存高远。理想信念是人生的目标方向，是成就事业的重要动力，是战胜困难的精神支柱。一个人如果没有坚定的理想和信念，必然导致思想空虚，精神萎靡，迷失人生的奋斗方向。\"爱国、进步、民主、科学\"是\"五四\"精神的精髓，是中华民族百折不挠、自强不息的精神写照，是每一个中华儿女都应该继承和发扬的光荣传统。爱国和进步是具体的，并不是抽象的，我们今天讲爱国，讲进步，就是要精诚团结，奋力拼搏，集中智慧和力量发展五阳、建设崭新五阳，这是全矿职工群众的根本利益所在，也是爱国和进步最深刻的内涵。全矿的团员青年一定要树立正确的世界观、人生观和价值观，增强政治敏锐性，提高辨别是非真伪的能力，自觉把把树立远大理想信念和满腔的爱国热情转化为热爱五阳、建设五阳、发展五阳的实际行动，把思想和行动统一到集团和矿党政的工作部署和要求上来，把智慧和力量凝聚到既强又大国际化新\_\_\_\_\_\_\_\_\_战略和亿吨级煤炭大集团发展上来，勇敢地肩负起时代赋予的神圣使命，在全力推进五阳战略发展的进程中实现自身价值，为全面建设具有时代特色、强大实力的新五阳奉献青春，贡献智慧。

二要努力学习，岗位成才。青年时期是学习知识、增长才干、蓄势待发的时期，也是打牢人生基础的重要阶段。全体团员青年要珍惜宝贵年华，树立终身学习的理念，以只争朝夕、时不我待的精神，勤于学习，敏于求知，敢于探索，争做表率、勇当先锋。要牢固树立科学发展观，深入学习党的政治思想理论知识，不仅向书本学习，更要善于向社会学习，向实践学习;不仅要钻研专业知识，提高岗位技能，而且要开阔视野，扩大知识面，优化知识结构，不断汲取营养，全面提高素质。要积极投身\"双学双过硬\"活动，踊跃参加技术比武和岗位练兵，切实达到思想本领双过硬。当前，全矿团员青年要深入学习贯彻落实好集团和矿\"两会\"精神，领会精神，把握实质，以\"两会\"精神为动力，立足本职，以青年人特有的执着、向上、拼搏、进取的优势为五阳的建设增添动力。

三要锤炼品德，提高修养。青年时期是人生观形成的重要时期，也是好品德、好习惯养成的关键阶段。在当今改革开放不断深入、各种思想文化相互振荡、新思想、新观念更加活跃的新形势下，团员青年不仅要做物质文明的先锋，还要做先进文化的典范;不仅要做中华民族传统美德的传承者，还要做道德规范的实践者和新型人际关系的倡导者。全矿团员青年要追求真善美，抵制假丑恶，带头奉行良好的社会公德、职业道德和家庭美德，弘扬先进文化，广泛开展青年文化共建活动，倡导健康、文明、科学的生活方式，自觉抵制拜金主义、享乐主义和极端个人主义的侵蚀，在全矿上下形成知荣辱、讲正气、促和谐的良好风尚。

同志们，青年朋友们，永远绚丽的是青春，永远不朽的是精神，永远燃烧的是激情。五阳的未来属于你们，希望你们在\"中国\_\_\_\_\_\_\_\_\_旗帜\"下，勇敢地担负起历史赋予的重任，珍惜大好年华，矢志奋斗，锐意进取，在全面建设优势特色和强大实力新五阳的实践中，谱写更加壮丽的青春之歌!

在五四青年节即将到来之际，祝全矿的团员青年节日愉快，工作顺利，事业有成!

谢谢大家。

**青年节三分钟演讲2**

尊敬的各位领导、老师，亲爱的同学们：

大家下午好!

今天我演讲的题目是《弘扬五四精神，共建文明校园》

有人说，青春是一首歌，回荡着欢快、美妙的旋律;有人说青春是一幅画，镌刻着瑰丽、浪漫的色彩。

1919年的5月4日，为了驱逐黑暗、争取光明，为了祖国的独立和富强，一群意气风发的青年用热血和生命谱写了一曲最壮丽的青春之歌，绘就了一幅最宏伟的青春图画。如今，“五四”运动已作为光辉的一页载入了中华民族的史册。然而，“五四运动”绝不仅仅是一个历史事件，它更是一种精神，一种伟大的“五四运动”的精神。在这种精神里，有着青年人关注国家命运的责任和使命，有着青年人振兴民族大业的赤胆与忠心。

今天，我们的祖国已经进入了一个新的历史时期，振兴中华的责任，已落在我们青年人的肩上，“五四”的火炬，已传到了我们青年人的手中。“五四”的精神，需要我们青年人发扬光大。可是要弘扬“五四”精神，就必须思考一个问题。我们应该拥有一个怎样的青春?怎样的人生?是在浑浑噩噩中度过，还是在拼搏中进步?

我们每个人在这里求学，都有一个追求，都有一个理想，都有一个志向，如果说学校是一片沃土的话，我们要在这里把我们的耕作变成果实，实现我们的追求;如果说学校是一支拐杖的话，我们要拄着这支拐杖攀登高峰，实现我们的志向;如果说学校是一只展翅飞翔的巨鸟的话，那她会承载着我们的希望去实现我们的理想。我们要学做一个文明的人，一个诚实的人，一个勤学的人，一个守纪的人，做一个“脱离了低级趣味，一个高尚的人”。

一个社会的文明程度取决于人的素质，一个城市的文明程度取决于市民的素质，一个学校的文明程度取决于我们每位同学。同学们，你们是否想过我们的文明与否，不仅代表着我们个人的形象，也代表着学校的形象。因此，从现在起，我们应坚决摒弃掉我们身上种种不文明的行为，养成良好行为习惯，做一个自尊、自爱、整洁、朴素大方的学生;做一个真诚友爱、礼貌待人、品德高尚的学生;做一个勤奋学习、积极向上的学生;做一个文明、健康向上的21世纪的“四有”新人。

梁启超先生在《少年中国说》一文中提到：“故今日之责任，不在他人，而全在我少年。少年智则国智，少年富则国富，少年强则国强，少年独立则国独立，少年自由则国自由，少年进步则国进步，少年胜于欧洲，则国胜于欧洲，少年雄于地球，则国雄于地球。”

同学们让我们携起手来，共建一个文明、美丽的校园，让我们九台一中的每一名学生都成为一个文明之人，让文明之花开遍校园的每个角落。

谢谢大家!

**青年节三分钟演讲3**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家早上好!

我今天的演讲题目是《践行五四精神，唱响青春之歌》

五月四日，是一个闪耀的青春光华，书写着“青年光荣”的日子。为实现政治民族独立、为实现国家富强和人民幸福，一代又一代有志青年勇立潮头，是“爱国、进步、民主、科学”的五四精神，星火相传，生生不息，谱写了一曲曲壮丽的青春之歌!

今天，在党的十八大精神指引下，凝聚青春力量，奉献青春智慧，争当时代先锋，是党中央的嘱托，是祖国的需要，更是人民的期盼。

我们的家乡勤得利，是祖国北疆的一颗明珠，依山傍水、土地肥沃，江中更盛产鲟鱼、鳇鱼和大马哈，三花五罗十八子名等特优鱼类， 经过一代代垦区人的努力，勤得利农场乘风远航，取得了经济、文化的累累硕果。农业科技园、万亩养鱼基地，无不展示着勤得利人的勤劳和智慧。但在这机会与挑战的时代，在百舸争流的竞争中，面对逆水行舟不进则退的现状，农场领导以敢为人先的胆略，高屋建瓴的眼光，开拓创新的气魄，提出了“打响强工攻坚战，繁荣发展北大荒文化”的口号，这定将把勤得利的经济和社会发展推向一个更新的高潮。同时，也为我们年轻人指明了奋斗的方向，我们要踏着五四先驱的足迹，前进!

如何在新时期发挥五四精神呢?作为一名学生，我认为，首先体现在对本职工作的使命感和责任感。我们这一代在改革的春风中成长、在明亮的教学楼内学习，享受着充裕的生活和发达的科技，我们是幸福的、幸运的。面对新时代，我们的责任更大，古有大禹治水三过家门而不入的事迹，今有农垦职工“白加黑、五加二”的忘我工作态度，我们要以他们为榜样，把个人的抱负和家乡的实际结合起来，艰苦奋斗，顾全大局，无私奉献，将手中的五四火炬化作骄阳，为家乡的美好画卷增添一抹艳丽的色彩!衣带渐宽，无怨无悔!

第二，解放思想、与时俱进。在平时的工作中，我们要把学习放在首位，要立足长远，提高文化，学以致用。要坚持用中国特色社会主义共同理想引领自己，要坚持以民族精神和时代精神激励自己，要坚持以和谐社会荣辱观规范自己，使自己真正走在，不断奉献，不断成长，不断绽放人生价值的金光大道上!

第三，要巧干实干、争创一流。我们青年人，要勇于正视困难，相信办法总比困难多，做到善于思考，勇于尝试，努力实践科学发展观，践行三创精神，让青春，在事业的发展中放出夺目的光彩。

昨天，属于沥血的名流;今天，属于拼搏的勇士;明天，属于一颗颗进取的心灵!青年朋友们，让我们传承“五四”传统，践行北大荒精神，做，无愧于头顶蓝天的信任，无愧于脚下黑土的支撑，无愧于黑龙江水对我们的哺育的垦区青年，将自己的力量化作激情飞论文联盟扬的音符，乘着勤得利发展的东风，继往开来、勇往直前，用文明铸就勤得利更加辉煌的明天!

我的演讲到此结束，谢谢大家!

**青年节三分钟演讲4**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家早上好!

穿梭岁月的峰头，走过历史的云烟，在人类浩瀚的旗海中，始终闪烁着一面鲜明的旗帜，那是青春树立起来的旗帜，这面旗帜包含着一代代优秀青年为祖国富强、为民族振兴而作出的贡献，包含着一代代热血青年为踏循革命足迹、征服坎坷路途而付出的血与汗。鲁迅先生曾经这样说过：“从有着古老历史的中州，传来了青年的声音，仿佛预告这古国将要复活。我们一定有悠久的将来，而且一定是光明的将来。”鲁迅先生所指的“将来”，正是那些在暗夜里不畏艰难、匍匐前进、寻找着光明未来的革命青年，他们用生命结束了战争，带来了和平。

古老萌动了青春，进步窒息了腐朽。经过多年历史的洗礼后，在国际、社会形势错综复杂的今天，这一面青春的旗帜仍然闪烁着耀眼的光芒，它正为建设祖国的宏伟蓝图勾画出最亮丽的色彩!因为，在今天，许许多多优秀青年的心中仍然深藏着一个精神、坚持着一份信念、铸炼成一种魂魄。

优秀青年的心中深藏着一个热爱祖国的精神。正如鱼儿离不开水一般，青年对赋予了他们生命的祖国魂牵梦萦;正如桑梓之地的崇拜者一般，青年把祖国视作他们生命的全部。还记得季羡林先生所译的《沙恭达罗》吗?书中有这样一首诗：“你无论走得多么远，也不会走出我的心，正如黄昏时刻的树影，拖得再长也离不开树根。”青年对祖国的爱、对祖国的眷念，在今天，转化成为了他们演绎一幕又一幕惊天动地改革神话的精神动力!

优秀青年的心中坚持着一份信念，一份不畏艰辛、勇于挑战的坚强信念。从历史的记载中，青年看到，真正的挑战不是来自于他们智慧的不足，因为中华民族被誉为世界上最聪明的民族之一，中华民族创造出来的辉煌文明仍令世人羡慕不已;真正的挑战也不是来自于东西方文明的冲突，因为拥有五千年悠久历史的华夏文明从来不畏惧任何外来文明的冲击。青年知道，真正的挑战来自于他们内心的深处，来自于信念的贫瘠和匮乏。因此，青年的内心深处始终坚持着一份信念，这份信念使他们变得无比的高大和坚强，使他们斗志昂扬，使他们在祖国现代化建设的伟大进程中发挥出惊人的力量。

优秀青年的心中已铸炼成一种魂魄，一种燃烧激情、力争上游的魂魄。花美美在外表，人美美在内心。所谓“内心”，就是指一个人的魂魄。还记得奥斯特洛夫斯基的那一句话：“你是在冒烟还是在燃烧?”。冒烟是指欠缺激情、随波逐流的魂魄;燃烧却是燃放激情、热情不改的魂魄。青年选择了，选择了为满足祖国的需要而全心全意无私地奉献所有。青年铸炼成的这种魂魄是积极的、向上的、充满热情的，是他们巨大创造力的动力源泉。

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”，是毛泽东主席口中“早晨\_\_\_点钟的太阳”。作为青年中的一员，作为新时代的青年干警，我们要把优秀青年的那一个精神、那一份信念、那一种魂魄全部融入到我们的血液里，把最宝贵的青春贡献给了我们所热爱的祖国、所钟爱的事业，把“执法为民，稳安天下”作为我们事业的座右铭，给人民利益的大厦添砖加瓦。我们的奉献与忠诚将融入新时代改革发展的巨浪中，融入人民安定团结的幸福生活中。我们将在平凡的岗位上燃烧青春，绽放光芒，谱写出一曲曲壮丽雄浑的青春赞歌!

当青春赞歌谱成的那一天，我们可以自豪地说，我们青春无悔，我们生命无悔!

我的演讲到此结束，谢谢大家!

**青年节三分钟演讲5**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家早上好!

青春，这个甜美而又令人向往的字眼，总是带给人们无尽的遐想和勇往直前、拼搏进取的动力。青春，在这个特殊的日子——共青团\_\_\_周年，显得更加耀眼。青春，像春风，像火炬，像早上\_\_\_点的太阳，彰显着激情与活力。

打开青春的记忆匣子，总会发现有一张熟悉的面庞触动我们心中小小的港湾。我记得\_\_\_\_\_\_年我加入了共青团，成为了一名团员，当拿到那个印着团徽的证书时，我感觉我应该比别人做的好，我应该成为优秀者，因为我有的他们没有，或许这就是我那时的想法吧。随着时间的推移我对共青团的认识似乎更深刻了也似乎更加的不了解共青团的真正内涵。

当我们跨入大学的第一天起，就注定了我们的不平凡，注定了我们肩负的责任，祖国的未来，父母的期望，个人的前程，这或许就是青年团所包含的，也是我们所期望的。我的大学，带给我的不仅有反思、沉着、兴奋与渴望，更有年青活力与激情。让我反思过去，沉着处世，兴奋我所拥有的和渴望我即将所拥有的，这一切的一切总是让我充满激情和活力，带给我无尽的了乐趣;今年的春天来的比较晚，看着树梢那朦朦胧胧的绿、地上钻出的嫩嫩的、飞鸟舞动的双翼，天上悠悠的云朵……内心总有那么一种向外喷发的悸动，这就是青春的力量吧——见到与自我骨子里相同的事或物总是能勾起心中压抑的本能，唤醒我们沉睡的力量，那是大地深处蕴藏的无尽芬芳。而我们伟大的共青团也同样为春的到来庆贺，也可以说春天迟到的来临是为了庆祝我们伟大的共青团的生日，为了庆祝，它憋足了劲准备着，向我们的共青团展示青春的活力，其实，我们和春天是一样的激情飞扬，用灵魂诠释生之灵动;青春，如此多姿多彩。

春天的激情预示着一年的美好，而我们共青团的美好将预示着祖国的未来。建团以来共青团培养了一代又一代的有志青年，为我们伟大的祖国和人民作出了巨大的贡献：是非典时期的志愿者温暖的问候，是汶川大地震中的80后，是新时期兢兢业业、不怕苦不怕累的青年工作者……有这样的青年，我们伟大祖国的明天一定会更加美好，因为她有充足而良好的后备军——共青团。我对共青团理解，同时存在着迷惑。我迷惑于共青团的伟大，我迷惑于我们的现状和未来。然而，细想起来这一切的答案早已给出。共青团领导我们、鼓励我们、支持我们，使我们意识到她之所以伟大，源自于内在的一种责任和为了这种责任而孜孜不倦、辛勤的努力和奋斗，这是多么的神圣;是不是也给我么做了榜样?这个当然。年少、轻狂，这些词或许我们已经陌生，并不是不认识，而是拥有了内心的强大所淡然处之的态度，它是一种成熟、一种对未来、对自己充满信心的真实反映。很多人说现在的90后是垮掉的一代，我不这么认为，其实每一代有每一代的特征，这也显示了我们祖国的发展和社会的进步，如果拘泥于一代人得特点，那或许才是真正的悲哀。

韶华易逝，青春难再;日子像花瓣，轻轻飘落。我们每一个人都应珍惜这美好的年华。很多人问什么人最美?我的答案是年青最美!青春的驿站聚集着整装待发的我们，英姿勃发，步履整齐，大声唱颂青春的进行曲;梦想从这里开始，从这里扬帆，共青团我们的出发地，将带领我们走向新起点，走向新时代。

我的演讲到此结束，谢谢大家!

**青年节三分钟演讲6**

老师们、同学们：

大家好!今天我讲话的题目是《五四长存，精神不灭》，5月是一个花开的月份，5月是充满激情的月份。五四青年节这是一个专属于我们青年人的节日。

在96多年前，以北洋政府为代表的中国政府在巴黎和会上准备和帝国主义列强们签订强加给中国的不平等条约，严重侵犯了中国的主权和领土完整。5月4日消息传到国内，青年学生们迅速行动起来，同中国工人阶级一起，与北洋政府和帝国主义列强进行了坚决的斗争，从而拉开了“五四运动”的序幕。为了继承、发扬“五四”精神，党中央把每年的5月4日定为青年节。

五月四日，在我们的心头不仅仅是一种令人热血沸腾的回忆，也不仅仅是那些让我们骄傲的英雄往事，甚至不再是那场涅槃重生的革命，幻化在我们心中的竟是一种呼唤，一种启蒙，一种中国赋予青年的责任。

中国革命先驱李大钊曾大声疾呼：以青春之我，创建青春之国家，青春之民族。从“外争国权，内除国贼”到“团结起来，振兴中华”，无不充分印证：青年的命运只有与祖国的命运息息相关，个人的需要只有与祖国的需要有机结合才会展现生命的辉煌与灿烂。

梁启超诗云：今日之责任，不在他人，而全在我少年。少年智则国智，少年富则国富，少年强则国强，少年独立则国独立，少年自由则国自由，少年进步则国进步。

同学们，只要我们理想还在，只要我们不轻言放弃，只要我们去微笑面对一切，我们依旧能更好地扬起生命的风帆。

我们是五月的花海，就该用青春拥抱时代;我们是初升的太阳，就该用生命来点燃未来。

五四长存，精神不灭!

同学们，时代在召唤，让我们以崇高的理想，创新的意识，无畏的勇气发挥青春的智慧、风采和力量!谢谢大家，我的讲话完了。

**青年节三分钟演讲7**

各位同学：

大家好!

今天是五四青年节周年的纪念日。五四青年节主要是为了弘扬五四精神，纪念五四运动。因为那是一场伟大的青年运动，更是一场伟大的爱国运动，而如今已是二十一世纪，我们的祖国也进入了一个崭新的历史时期，五四火炬也光荣地传到了我们手中。

青年者，人生，人生之春，人生之华也，人们历来是把青春视为花朵一般的美丽，黄金一样的富贵的。这是因为它蕴藏着蓬勃的生机，包含着无限的追求，它所代表的是热血，是激情。因此，我们作为新世纪的青年人，要树立远大的理想，树立正确的世界观，人生观和价值观，努力培养良好的品德，提高自身的素质，而我们作为一名大学生，要不断地丰富充实自己，增加知识储备，才能适应和满足当今社会的发展。

如今社会竞争日益激烈，就必须有更好的发展规划，而要具备这一系列条件，我们必须有正确的态度，顽强的精神，不屈不挠的决心，一步一步地充实自己，去实现我们的理想。

可以想像，我们的明天将是科学更加发达的文明盛世，到那时人缺乏知识就犹如鸟无双翅，花缺养料，纵有报国心也难酬报国志。所以今天我们一定要扎实地学习好本领，积聚实力，迎接挑战，才能让青春发出耀眼的光芒，才能真正实现人生的价值。

最后，我想起了一首诗：年轻没什么不可能的，输了!我们输的起!错了!我们有时间改!哭了!我们还有力气可以心情的笑!年轻真好!因为年轻，我们有更多的机会创造可能，趁着年轻，向成功冲刺吧!

**青年节三分钟演讲8**

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家好!今天我演讲的题目是《铭记五四，把握今日》。

历史长河大浪淘沙，送走过多少岁月;时代画卷波澜壮阔，记载了无数英杰。今天，就让我们望岁月峰头，伴历史烟云，循火红足迹，踏坎坷征程，一起回味曾走过的风风雨雨。

回首过去，按卷沉思，难忘那群意气风发的青年用热血和生命所谱写的壮丽之歌，绘就的青春之图。

1919年的5月4日，为了驱散笼罩神州大地的阴云，为了祖国的独立和自由，北京三所高校的3000多名学生代表冲破军警阻挠，云集\_\_\_，他们打出“誓死力争，还我青岛”、“收回山东权利”、“拒绝在巴黎和会上签字”、“废除二十一条”、“宁肯玉碎，勿为瓦全”等口号，并火烧曹宅，引发“火烧赵家楼”事件。随后，军警给予镇压，并逮捕了学生代表32人。

那是一场影响深远的伟大的爱国运动。他们的爱国精神、为真理和正义而战的精神、不畏强暴和黑暗政治的精神值得任何时代的青年和学生学习。“五四”运动的先驱——李大钊这样说过：“历史的事件与人物，是只过一趟的，是只演一回的”，但“此一回的演行，乃永久存在”。

如今，“五四”运动已作为光辉的一页载入了中华民族的史册。忆往昔，正是这一群青年屹立街头，在中华民族饱受屈辱时毅然挺身，以力挽狂澜之势救黎民于苦难之中。

看今朝，更有一群青年长弓倚天，对着时代立马昆仑，是他们，用智慧和勇气扬起理想的风帆，用拼搏和汗水演绎春华的硕果。

我们有幸生活在一个和平幸福的年代。在这里我们拥有最美丽的青春。青春是美好的，青春亦是短暂的。只有把握我们现在最美好的中学时代，我们的青春才不会有遗憾!我们现在正是花一般的年纪，我们现在正是花一般的时期，我们应当把握现在，努力学习，用知识去开拓一片更高远的蓝天，描绘一幅更宏伟的祖国蓝图，引领一个更美好的未来。

有多少昨日已过去，明日遥不可及，唯有抓住今天才能从容的回望过去，自信的望未来。我们不是英雄，但我们要做青春枝头最娇艳的花蕊!我们要做大浪潮头最骁勇的弄潮儿!我们要做一只海燕，在暴风雨中搏击苍穹!薪火相传、亘古而今，将“五四”铸成一枚赤诚的徽章，让我们骄傲的戴在胸前。

即使青春的花开花谢，让我疲惫，四季的雨飞雪飞，让我憔悴，我也不会后悔!

铭记五四，把握今日，只有这样，我们的青春才会无悔!

**青年节三分钟演讲9**

各位朋友：

大家好!

很荣幸，我今天登上“五四”演讲台，演讲的题目是《释放青春的正能量》。

有人说，青春是一首昂扬之歌，回荡着欢快，美妙的旋律。有人说青春是一幅画，镌刻着瑰丽与浪漫的色彩。

\_\_\_年前，为了驱逐黑暗，争取光明，为了祖国的独立和富强，一群意气风发的青年用热血和生命谱写了一曲最壮丽的青春之歌，织就了一幅最宏伟的青春之图!

如今，“五四”运动已作为光辉的一天载入了中华民族的史册。而“五四”绝非仅仅是一个历史事件，它是一种精神，是一笔财富，是青年人对民族炽热的爱的精神，是青年对国家前途命运的关注，乃至对祖国未来的发展，创新，进步的责任的财富。时代赋予我们的使命，应该为祖国的更加繁荣昌盛奉献我们的一切!

今天，“五四”大旗传到我们的手中。我们流淌着的是我们祖先英雄的血液，我们品味着的是我们祖先传承下来的文明。难道我们不该把这赤色的旗帜，这浸染着祖祖辈辈鲜血的旗帜，扛进二十一世纪吗?

青春是整个人生旅程中最绚丽，最奇妙，最灿烂的一站。青春孕育着无穷无尽的能量等着我们去开采，去挖掘，去释放。人生的根本目的就是对于人生价值的认识，诠释，乃至于实现，而青春正是我们青年实现人生价值的黄金时期。历史的年轮已经把人类带入了新千年，而随之扑面而来的就是日趋激烈的竞争。作为21世纪的青年应该如何实现人生价值，如何把握机遇呢大家不要忘了我们是学生，学生的使命就是学习。学习决不是一句空话，决不是一个口号，更不是一种装饰。学习应该是明确前进的方向，找到自己完美的目的地!让我们的青春之源，源远流长吧!

同学们，不，应该是同志们，前进的号角已经吹响，时代在向我们召唤，历史将会永远记住我们的身影。让我们释放青春的正能量，去撑起一片湛蓝的天空!

**青年节三分钟演讲10**

尊敬的各位老师、各位同学：

大家好!

一段峥嵘岁月，化为起伏变化错落的历史光影，如风景在身边闪动。

当帝国主义敲碎了千年的美梦，当封建主义榨干了人民的血汗，大地的胸膛里传来了一个民族的呻吟。历史的舞台从此宽阔，民族的命运从此改写。

你以无悔的青春翻开了时代的篇章，你以无悔的青春塑造了不屈的历史，你以无悔的青春传承了闪亮的五四精神。

青春，是一曲动人的旋律。无悔，是因为它歌唱祖国，歌唱信念，歌唱理想，歌唱自由。

五四青年，当你的事迹镌刻在中华民族争取自由和解放的丰碑上，就注定了责任与使命的代代传承。

我以为青春易逝，循望它的踪迹，革命年代，它在战场上的鲜血里流淌，和平年代，它在开拓创新的事业中飞扬。原来青春不灭，哪里有需要，哪里就要准备奉献的青春。

是谁在祖国的边疆上坚定的驻守?是谁在雪灾中修路扫雪，维持治安，日以继夜?是谁在汶川地震中不顾生命安全向受灾的同胞伸出援手?在那些晃动的身影中，我看到闪亮的青春。这些，不正是五四精神的缩影吗?不求扬名，只为奉献。

成长的道路或许曲折，但我们用博大来释怀忧愁，用无私来获取快乐。信念是青春的指路灯，理想是青春的导航标。

没有信念的青春是迷茫的，没有理想的青春是空虚的，没有奋斗的青春是毫无意义的，作为当代的青年人，理应承担起振兴兴祖国，繁荣民族的职责，而唯有充实的自己，才能贡献更有价值的青春。所以一腔热血不是纸上空谈，行动，才是实现自我价值的体现。

人生的五月，我们乘风破浪，人生的五月，我们展翅翱翔。我用青春描绘时代的画卷，我用青春唱响时代的旋律，我用青春扬起时代的风帆。奉献，是我无悔的青春。

**青年节三分钟演讲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！