# 2024年青春励志的演讲稿300字(十七篇)

来源：网络 作者：烟雨蒙蒙 更新时间：2024-09-11

*演讲稿是一种实用性比较强的文稿，是为演讲准备的书面材料。在现在的社会生活中，用到演讲稿的地方越来越多。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。那么下面我就给大家讲一讲演讲稿怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。青春励志的演讲稿300字篇一...*

演讲稿是一种实用性比较强的文稿，是为演讲准备的书面材料。在现在的社会生活中，用到演讲稿的地方越来越多。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。那么下面我就给大家讲一讲演讲稿怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

**青春励志的演讲稿300字篇一**

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。做梦是青春最大的权利，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、最好的年月，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。

**青春励志的演讲稿300字篇二**

亲爱的同学们：

大家好!今天，我演讲的题目是《青春无悔》，青春是一段美丽的故事，青春是一首动人的旋律，青春是一首感人的诗篇。

正处于花季的我们正处于一个激情燃烧的时代。在这一段时光里，我们是最活泼的，也是最好动的。我们会彼此走到一起，不在乎身份的差异，因为在校园里，我们都只是一个个普通的学生。我们彼此一起把各自的快乐共同分享，把烦恼一起分担。我们之间没有隔阂，所以我们可以肆意地胡天乱侃，从天南到地北，只要是我们感兴趣的都会成为我们讨论的对象，就算我们无意间伤害了彼此也从不计较……

青春是我们积累自己，丰富自己的最佳时机。我们正处于精力最旺盛的时代，也是我们学习奋斗的最佳时机。我们在一起可以彼此激励，一起努力向前冲刺，一起为自身的目标而努力。因为彼此间的不服气，一心想超越别人，所以我们也就有了前进、拼搏的动力，才会在课堂上认真听老师讲课，认真记笔记;在课间，一有不懂的问题就找老师或伙伴去问。有时我们考试考差了，会彼此安慰，同时也会去找自己的问题所在，并勉励自己下次不要再粗心，犯同样的毛病……

青春是一段令人难以忘怀的时光，带给我们太多太多美好的回忆。这回忆中有我们欢笑的背影，也有我们面对挫折时的举足无措，也有我们辛勤挥洒的汗水。从军训开始，我们相见，那时的我们还有一丝丝不熟悉，有些陌生，但军训结束后，我们俨然已成了一个大家庭，彼此相互关爱，团结一心。一年多了，我们越来越熟悉，彼此间的亲情也越来越浓厚，期间也发生过许多诸如运动会一样让我们难以忘怀的事情，真希望我们永远不分开……

青春，一个多么令人神往、让人难忘的世界，五彩斑斓。我们一定要把握好自己的青春，莫要白了少年头，空悲切!同学们，青春无悔，让我们一起书写青春吧!

**青春励志的演讲稿300字篇三**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好!

有一种青春，叫做二十岁。

我现在坐在一个二十几平米的小隔间里面。阳光穿过玻璃照在墙壁上。现在的我二十岁。想着怎样来面对自己的生活。想着怎样来面对自己。

一个人回首的时候总会发现有些回忆已经模糊，近乎于忘记，而又有一些回忆不管过去多久依旧清晰如昨。走过的城市，双脚踩出的脚印在灯光下是最斑驳的图画。那些被自己遗忘掉的东西往往是当初苦苦追寻的，到了某个年纪你会发现现在的自己是所有情绪的混合体，悲伤、欢乐、思念、憎恶、期待、失望、寂寞、孤单、迷茫、好感、痛苦、欢欣、愉悦、躁动、不安、平静、惶恐、恐惧、哀愁、兴奋、不知所措，当这一切都融入在一个人的眼神里的时候，你要做的不是看人，而是读，看一个人怎么样是看他当下的样子，而读一个人是通过他的眼神看懂他所有的故事。经历过后留下一些，留下一些回忆，留下一些感受。

波光粼粼的是对面的江水，那些心口的伤痕是青春留下的印记。最后你会忘记当初它有多疼，时光悄然，你我不闻不问，就连伤口什么时候愈合的都不知道，只是后来无意间指尖划过，感受到伤痕的起起落落，那一刻你会觉得原来伤痕也可以有好看的形状。

伤害从来都不会以感受留下，而是以形状出现，最后你觉得伤疤也很好看是因为在无数的受伤后学会了如何疗伤。

写下一句话\"有一种青春，叫做二十岁\"。

二十岁的我们，二十岁的自己。

谢谢大家，我的演讲完毕!

**青春励志的演讲稿300字篇四**

各位评委、亲爱的同学们：

大家好!

20xx年已经悄然无息地过了一大半了，我们也从一个满怀壮志的高中生，成为一名大学生。这期间虽然饱尝了山穷水尽疑无路的困顿，可丰富的大学生活又给我们带来了柳暗花明又一村的新境地，因为这里是我们攀登目标理想的新起点，也是我们积累知识阅历的新家园。

也许中学时期就已经读到或者听到许许多多关于大学生活的信息，有人说大学生活绚丽多彩的，也有人说大学生活是无聊空洞、浪费青春的。也许，后者更多一些。是的，其实，他们说的都是正确的，因为真实经历，他们才会那么说，这两者是不矛盾的。这是因为在大学里，有的人确实过得很充实、很开心，深深留恋这块他们认为是一辈子都无法重复的净土。也有的人，从一踏进校园就很失望，觉得一切都跟自己想像的不一样。从此浑浑噩噩混日子，最终醒悟的时候才猛然发觉，仿佛一夜之间，大学已经过去，随之逝去的还有自己宝贵的青春。记住，只有后悔大学混了几年的人，而不会有后悔上了大学的人。即使是那些在校时贬得他的母校犹如人间地狱的人，多年以后，回忆起大学时光，也往往会感慨万分，甚至泪流满面。不管你未来大学过得如何，至少你要时刻提醒自己：人生只有一个大学阶段。

在过去的旅途中，无论你是否拥有过欢笑，拥有个阳光，这都已成为永远的记忆，加上一把锁将它封闭起来吧!摆在我们面前的，新的老师，新的同学，新的旅途，新的梦幻，新的生命正在破土而出，面对这一切，我们该怎么办。由于现实的残酷，我们将化身为一个个骑士，抹掉胸口上的创伤，擦掉昔日的荣耀，拿上我们的曾经的利器，整装待发，新学期的目标是我们新的征途的开始!梦想是我们通往成功的地图，只有付出了行动，迈出我们坚实的步伐，才能让我们到达成功的彼岸。确定我们的目标，就要为了他努力拼搏，志当存高远，我们要立长志不要常立志。

人生是对理想的追求，理想是人生的指示灯，失去了这灯的作用，就会失去生活的勇气。因此，只有坚持远大的人生理想，才不会在生活的海洋中迷失方向。托尔斯泰将人生的理想分成一辈子的理想，一个阶段的理想，一年的理想，一个月的理想，甚至一天、一小时、一分钟的理想。当你听到这里，同学们，你是否想到了自己的理想?人生的花季是生命的春天，它美丽，却短暂。作为一名大学生就应该在这一时期，努力学习，奋发向上，找到一片属于自己的天空。青年是祖国的希望，民族的未来。每个人主宰着自己的明天。

历史的重任在肩，我们责无旁贷。我们一定会勇敢地挑起肩上的责任，虽然前方会有巨浪滔天，但是也会有长虹贯日。让我们拿出“吹尽狂沙始到金”的毅力，拿出“直挂云帆济沧海”的勇气，去迎接人生中的风风雨雨!“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，我坚信一分耕耘，一份收获，学习的根是苦的，学习的果子是甜的。我们奋发努力、勇往直前，一定会迎来收获的那一天。希望几年后的今天，我们能够收获自己辛勤劳作换来的累累硕果。

同学们，今天让我们在一起定下大学之约，让我们告别盛夏的流火，应承金秋的丰硕，用青春诠释我们曾经的誓言，用汗水锻造我们明日的辉煌。未来的日子我们将共同走过，我们有着共同的追求。

大学生活是多姿多彩的，但也需要我们去把握和深人体会。有人说：“平凡的大学生有着相同的平凡，而不平凡的大学却有着各自的辉煌。”但，你可以选择平凡，但却不可以选择平庸;可以的话，相信谁都想不平凡。好了，我今天的演讲也到此为止了。最后，只上一句话：“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。”是的，送给我自己，也与大家共勉!

谢谢大家!

**青春励志的演讲稿300字篇五**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

我演讲的题目是：追逐青春，放飞梦想。

青春，充满激情的年代;梦想，包容无数的未知。也许你看到的青春在岁月的蹉跎中渐渐暗淡，追逐的梦想在现实的利剑前慢慢的破灭。但其实是你坚守的梦想动摇了，飞扬的青春气馁了。不要害怕前进的道路崎岖，青春的时光经不起时间的雕刻。我们要拥有怀抱梦想的信念，放飞青春的豪迈。

拥有梦想的青春是简简单单的，怀抱梦想的青春是奋发向前的，拥有梦想的青春是无所畏惧的，怀抱梦想的青春是所向无敌的!坚定的相信拥有梦想的我们终有一天会让整个世界因为我们而骄傲，远大的抱负，激情的呐喊，不管不顾的想要潇洒来去。鸟儿向往蓝天，是为了自由地飞翔;花儿在枝头绽放，是为了吐露芬芳。既然我选择教师这个职业，就无怨无悔，用青春追逐梦想，直至蜡干丝尽，桃李芬芳。

在发展的社会中，在时过境迁的现实里，青春是我们拼搏的资历;在忙碌无常的生活中，在钢筋水泥的建筑屋里，梦想是我们奋斗的动力!

青春的心蠢蠢欲动，让梦想带我们去旅行。

纵使山高入云霄，纵使水深不见底，纵使鸿沟无边际，青春的心有梦想的乘载，年轻的我们扬起梦想的翅膀，跨越困难，飞越极限。

也许，青春的我们会迷茫，但梦想一如既往!

也许，梦想最后不会成真，但青春的心无怨无悔。

让我们一起追逐青春，放飞梦想吧!

**青春励志的演讲稿300字篇六**

给青春插上翅膀，让它展翅寻梦；让青春漾起水花，让它尽情飞舞。

点燃激情—舞动青春当青春号航船向我缓缓驶来之时，我早已收拾好行囊，整装待发。搭乘着青春号航船奔向梦的港湾。青春似一把火，它炽热，活泼，它要求燃烧，要求开辟属于自己的那条道路，要求大放其光与热，这是任谁也扑灭不了的。青春似一朵花，它美丽，素雅，它要求绽开，要求怒放，要求开出属于自己的那片天地，要求尽显其香与美，这是任谁也阻止不了的。青春似一支竹，它傲骨，清高，它要求成长，要求长出属于自己的特色，要求展现其清与直，这是任谁也阻挡不了的。青春似一只鹰，它勇猛，刚烈，它要求翱翔，要求飞出属于自己的那份精彩，要求找寻属于自己的梦与家，这是任谁也绞杀不的。

巴金老人曾说：“年轻人永远怀着高飞的雄心。”放飞梦想的翅膀吧，争脱出温馨的怀抱吧，走自己想走的路，说自己想说的话，做自己想做的事去吧。做一名新时代最前卫的个性化新青年，做真正的自己。去点燃青春的火焰，用自己的热情舞动青春的姿彩。

扬起自信—追逐梦彼一位文人说：“赤橙黄绿青蓝紫，哪一种颜色最好看？在画家眼里，它们都是同样的好看，同样的重要，因为任何一张美丽的图画，决不是一种颜色可以画成的。”审问人生，又何尝不是这样呢？光埋头苦读圣贤书而不具备各方面的水平，就好比在筛斗中吸取甘露般，不能全面发展的人必将一世平庸与平淡。扬起自信与执着的风帆，放飞心中的梦想，追逐梦想的彼岸。给自己的青春涂上五颜六色的色彩，让自己的生活在阳光的普照下放出灿烂的光芒。做人生的主人，决不沦为人生的阶下囚。亮出自我—张显个性，青春是什么？青春为了什么？青春没有少年的天真烂漫，没有中年的成熟稳重，没有老年的踏实老练。但青春有梦想，有追求。青春是生命中最绚丽多彩的季节，犹如春天般美妙，生命中最美好的也就莫过于此了。是青春，就要让它活力四射，充满生机盎然的活力。是青春，就要让它富含最美妙、最动听的音符。毫不吝啬的展现自我的才华吧，用个性武装自己的全身，随时随刻向世人展现自我的魅力与风范。也许不能做到最好，但真的可以做到更好的。相信明天，明天的世界会是属于我的。铸就辉煌—奏起雄歌辉煌，多么让人羡慕的呀。为了这，多少人为之抛热血，洒热泪啊！雄歌，多么令人赞美的啊。为了这，多少人为之起早贪黑，艰苦奋斗呀！

大人们经常谆谆教导说：“成功是靠自己的务实努力换来的，而不是幻想什么就可以实现什么。”想来也是，好吧，就让那些一切不符合实际的东西统统见鬼去吧！

铸就人生大厦，是一项伟大而又艰巨的工程，既需要独具一格的设计方案，又需要日积月累的砖头，还需要能稳固扎实的水泥。奏起人生的雄歌，既需要有铿锵激昂的歌词，又要有节奏明快的曲调，还要有响彻云霄的歌喉。该出手时就出手，人生能有几回搏。青春就应该是这样，也只能是这样。拿出我的热情，献出我的激情，让年华伴随着悠扬的青春节奏舞动起来吧！让生活伴随着飞扬的青春舞步歌唱起来吧！

朝着那明天属于我的世界，冲去吧！

**青春励志的演讲稿300字篇七**

尊敬的评委老师，各位朋友：

大家好!

啊!青春之心，是多么美妙的一件东西呵。它可以使人在任何时候，即使是垂暮之年，也永葆青春的活力。大家看过美国电视连续剧《成长的烦恼》吧?成长带给我们烦恼，也带给我们经验，更带给我们快乐。正是宝贵的青春之心促使剧中退休的老外公卖掉花园洋房他自己的家，却买了一辆豪华的住房式旅游车，去实现他一生梦寐以求的周游世界的美梦。

青春之心，这是怎样瑰丽的一件人间珍品!只要你去努力，它自会来到你心中，谁也恩赐不来谁也剥夺不走。它可以使人的生命焕发出内在的活力与光彩。

我的一位好朋友曾经对生活非常悲观失望，她自暴自弃，以至于她的身体到了崩溃的地步。直到即将告别人世，她才发觉生活的可贵，她才发现生活是这样美好，她还有太多的梦想没有实现……就是凭借这被唤醒的青春之心和青春的生命力，她才从死神的手里奇迹般地逃了出来。康复之后她跟我谈道：我是学习心理的，可是直到生病之后，我才真正意识到，人通过暗示等方法，是可以进行人格的自我塑造的，无论起步多么艰难，面临怎样的困境。这才是健康、开放、富有创造力的人格，这种人格才具有吐故纳新、海纳百川的能力，因此才会有世上许多可歌可泣、可钦可敬的壮举和成就。

现在，她是北京一所着名高等学府的心理学专业研究生，她对她的专业、她的生命非常热爱，她曾到我们大家熟知的希望热线等处义务咨询服务，她正以她的学识、她的经历，以她对生命的热爱唤起许多人内在的青春之心。

朋友，我相信你也一定拥有青春之心吧?发掘出你内在的青春之心，实现你的梦想吧!总有一天，会实现你的某一个梦想。这样，当所有的日子都来临时，你的梦想、你的快乐将随之而来。

**青春励志的演讲稿300字篇八**

青春是人生一道洒满阳光的风景，是一首用热情和智慧唱响的赞歌。

人世间有许多东西失去了还可以得到，惟有青春，对任何人来说都属于“一次性消费”，而且是易耗性消费，所谓“人生易老”，所谓“高堂明镜悲白发，朝如青丝暮成雪”，说的就是它。

青春，既是一个极具诱惑力的话题，又是一种感觉。这种感觉，有时是无限美好的生活的滋味，平平淡淡中的一种温馨的享受，有时又是一份静静的逍遥，有时是一份思念的遐想，有时是一个甜甜的无边无际的憧憬。于是，诗情画意的梦，天真纯洁的幻想、无忧无虑的日子，就这样自自然然地汇集成一个灿烂的青春季节。

也许平淡无奇的世界使你感到孤寂和落寞，周而复始的生活节拍让你备尝烦躁和无聊。但蓦然之间，你发现在天蓝风轻的春光中，一切都像是透明的，而感到一种超然的力量在心底滋生;也许你为时光的悄然流逝而感到无助与无奈，可当你沉浸于茫茫书海，真实地度过青春的每一分钟，你就会觉青春的生命在静静延伸。

生命易老，时光飞逝，无论失败或是成功，它总是青春的痕迹。我们拥有青春，就如朝阳永远向上;我们拥有青春，就如山溪不羁奔流;我们拥有青春，就如幼蚕破茧而出……

拥有青春，就应该拥有春的幢憬、夏的蓬勃、秋的浪漫、冬的深刻。年青的朋友，让我们高举爱国的旗帜，继承前人开创的事业，在改革开放的强国富民之路上高歌猛进;让我们的青春之火，在21世纪的挑战中闪光;让我们的拳拳爱国之心，在共创祖国辉煌的征程中闪耀夺目的光彩!

**青春励志的演讲稿300字篇九**

亲爱的同学们：

三月的初春，春寒料峭，憧憬火热的六月，我们神采飞扬。决战的号角已经吹响，历史的车轮又一次驶到人生奋战的前线。我们全体老师的心与同学们一起在跳动。三分天注定，七分靠打拼。爱拼才会赢!只要我们努力拼搏，就能取得成功。

还记得三年前，你们脸上写满笑意，怀揣着七彩梦想跨进实验初中的大门，转眼，你们已经走过烂漫如花的初一，欢快如歌的初二，如今，已来到了\*如火的初三。放眼未来，我们志在必得;着手现实，我们信心百倍。

命运之神从来就不会垂青消极坐等者。老师们会以生命做笔，用热血为墨，帮助你们抒写辉煌人生的第一个篇章。如果把初三比作炼狱，你们经过严峻的考验，就会凤凰涅磐，获得重生，而老师则始终如一，如同一个麦田守望者，守望着你们的成长，守望着你们的蜕变，守望着你们的辉煌!

此刻，再多的苦你也必须用稚嫩的肩膀扛起，再多的泪你也只能把它留待成功喜悦的时候去尽情挥洒。身在初三，就意味着你必须放弃闲庭看月，雨中慢步;人在初三，除了题海竞渡，书山登攀，你别无选择。苦战百日，会当凌绝顶;奋斗一阵，破浪展雄风。为了实现心中的理想，你们唯有勤奋刻苦，挑战极限。

一百天，很短，在历史的长河中，犹如沧海一粟，一百天，又很长，长得足够改变一个人的命运。因为人生的路程虽很长，而最关键的只有几步，这一百天就是决定你们成败的关键一步。这是幸福与痛苦相交杂的一百天，压力与竞争联手轰击的一百天，选择与奋斗相碰撞的一百天，毅力与智慧联手抗争的一百天!这一百天可铸造辉煌，改变命运;也可化为眼泪，遗恨终生。人生只有一次，你还能经历几次这样的一百天?因此，我希望你们志存高远，脚踏实地，多一份沉稳，少一份浮躁;多一份自信，少一份自负;多一份勤奋，少一份清闲。

我们可以错过太阳，也可以错过月亮，甚至还可以错过星星;但是我们不能错过六月的冲天一飞!珍惜时间，把握现在，积极行动，不懈努力，才能青春无悔!

最后一百天，老师愿意再帮你完成攻山九仞的最后一筐土，使你功成名就;最后一百天，老师甘做人梯，使你攀登险峰，一览众山小。我们愿意竭尽全力，用宽厚的肩膀托起你们明天的辉煌!

同学们，为了六月的灿烂，让我们一起：用蓬勃朝气去拥抱每一轮太阳;用昂扬锐气去挫败每一个困难;用浩然正气去超越每一次极限;果敢行动，奋斗百天，梦圆明天!

**青春励志的演讲稿300字篇十**

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家好!

坚持青春梦想，要付出什么样的代价呢?

因为有人期盼着我能独当一面，因为有人抱着胸等着看我笑话，更因为有个最严苛的自己在身后鞭策着不能后退半步。所以咬着一口气，拼了命成长，要做得好一点，更好一点。唯一困难的只是迈出第一步，然后，四面八方的力量都会推着你向前走下去。但我仍不觉得这是代价。更像是除了爱以外，能够证明我们真的活着的证据吧。

凌晨四点半，连夜宵摊都开始刷锅子，熄炉子，将凳子翻到小推车上，关灯收摊。

仍有工作，还不能睡。

想到父亲尚插着双臂，等待我叫苦连天，等待可以得意洋洋幸灾乐祸地说：看，谁让你不听我安排去企业当个安安稳稳的会计。一想到此，就连抱怨也不敢出口半句。

但这对我而言并不是一道选择题。

有两个姑娘的故事。

一个姑娘叫王若卉，曾经是张学友的歌舞剧《雪狼湖》的女主角。

三年前，她得了甲亢，一种让她的心跳比别人快两倍的病。

医生宣布：你不能唱歌，也不能跳舞。

不，她不相信。哪怕一天只能跳两个小时，哪怕只能跳一个小时，也要坚持下去。单亲的妈妈借了一间小屋子，布置成练功房，让她练习。

可是身体在变形，脸在变形。一个青春貌美的姑娘，眼见着镜子中的自己一点一点变丑陋，一点一点变臃肿。

放弃么?决不。她只是拉上了窗帘。

从此她成了一名黑暗中的舞者。只有自己一个观众的舞者。

三年后她重新登台，高歌一曲《我用所有报答爱》。

从她唱的第一个音开始，我觉得我的心都要碎了。

冯曦妤，一个屋村长大的女孩子，最最普通的香港家庭，吵吵嚷嚷热热闹闹，弟弟妹妹一大堆的大家庭。她是长女，最常见的那种非常有礼貌，帮衬家里忙里忙外的长女——一个懂事好孩子。

正是因为是好孩子，要懂事，不能提太无理的要求，所以中学毕业就出来做事贴补家用。

可是，她爱唱歌呢。

唱歌有什么用?唱歌能填饱肚子吗?唱歌要上音乐学院，要有老师教，要有包装——总之，唱歌是个很贵的事情。

没关系，就从录音室助理开始做起好了。

就这样，她16岁的时候成了一名录音助理。

后来有一天，突然有人发现她会唱歌。

你要不要唱唱看?

真的吗?好啊!

然后就有了《我在那一角落患过伤风》，以及《无间道》中的《警察再见》。

可是香港竞争这么激烈，你形象又不够靓，这可是个问题诶?

后来，她来参加声动亚洲这个节目，在台上哭了。

她哭着说：香港真的很少有机会能够登上舞台，可是，我真的，真的很喜欢唱歌。

我忍不住低低饮泣，捂着嘴不想让人发现。

**青春励志的演讲稿300字篇十一**

青春是清晨原野上最晶莹的露珠，是人生道路上最绚丽的扉页。

青春，我们多梦;青春，我们潇洒;青春，我们多愁善感。青春我们懂得了坚强，多梦的青春更加精彩;潇洒的青春，我们无拘无束、情感飞扬。遗留在风中的笑声是我们青春的畅想。

多梦的青春，迷恋安徒生的童话。梦中的自己是那经历磨难、美丽动人的公主;梦中的自己是那纯洁善良的天使，给人间幸福和温暖;梦中的一切都是完美。美丽的夜晚，枕边的《格林童话》、眼际的泪水、嘴角的微笑像星光一般闪亮。

多愁善感的青春，心雨霏霏只会留下悲痛和怀念。怀念那些多情的日子，那泪水和迷茫下的苦涩。

坚强的青春，我们年轻，我们精力充沛，对任何事物都充满了好奇、探索与追求。我们不会后悔，我们是最前卫而时尚的亮丽风景线。

潇洒的青春，是虚荣和高傲的季节。言行举止，透露着傲慢与不羁。青春无限好，这样的轻浮是可以接受的。人生能有几时可以这样轻狂，但它也是我们的不成熟与不世俗。还要经历风雨的历练，才能成长在蓝天之下，才能有洁净而成熟的心态，才能站在人生的最高点，享受鲜花和掌声中的光耀和辉煌。

青春像一条清澈的小溪流淌在我们的心扉。我们付给青春的是奋斗，青春赋予我们的是才华。我们在这青春时播下理想的种子，体味着种子的萌发、成长，等待着成功之花的芳香。

在青春萌动的天空中，每一朵云都是我们的抒情诗句。每一滴雨都是我们的内心感动。

谢谢大家。

**青春励志的演讲稿300字篇十二**

各位老师，同学们，早上好! 我今天演讲的题目是《我眼中的青春和生命》 和大多数同学一样，我们都是怀揣着很多的梦想，承载着父母的希望，通过各种渠 道进入了这所在万州令我们父母引以为豪的学校。都想通过这里三年的学习，打好基础。

通过学习，改变人生。学习是人生中重要的事，但生命比学习更重要。一个人如果没有 了生命，又何谈学习，又何谈改变人生。

塞缪尔·厄尔曼曾经说过“青春不是年华，而是心境;青春不是桃面、丹唇、柔膝，而 是深沉的意志、恢宏的想象、炽热的感情;青春是生命的深泉在涌流。

青春气贯长虹，勇锐盖过怯弱，进取压倒苟安。如此锐气，二十年后生有之，六旬 男子则更多见。年岁有加，并非垂老;理想丢弃，方坠暮年。岁月悠悠，衰微只及肌肤; 热忱抛却，颓唐必致灵魂。忧烦、惶恐、丧失自信，定使心灵扭曲，意气如灰。

很多时候对于生命这个严肃的话题，任何人都不得儿戏，它值得我们去思索，去珍惜。

有位哲人说过：生命就像一朵花，花开总有花落时。花开不是为了凋谢，而是为了结果， 结果也不是为了终结，而是为了更生。

人的生命究竟有多长?谁也无法预料。医生只能测量肉体健康的程度，缺难以预言生 命的长度。人生而老，老而病，病而死。这生老病死是自然规律。不论达官显赫，不论平 民百姓，不论七尺大汉，不论纤纤女子，自古以来，谁都逃脱不了这条铁定的规律。

但我们深知，人地生命只有一次。当你随着一声清脆的啼哭,离开母体,一个生命降落 人间,这就标志着又给人世间增添了一份宝贵的财富。.同时也给家庭带来了无比欢乐。从 这一刻起多少人关注着你,期望着你快快长大,成材成器。你不但属于家庭,父母,说到底你 是属于社会,国家。所以也可这样说:生命诚可贵,人生价更高,只有生命的存在,才能去实 现更高的人生价值.所以珍爱生命,安全第一,是我们社会永恒话题。

塞缪尔·厄尔曼还说过：无论年届花甲，抑或二八芳龄。心中皆有生命之欢乐，奇迹 之诱惑，孩童般天真久盛不衰。

人人心中皆有一台天线，只要你从天上人间接受美好、希望、欢乐、勇气和力量的信 号，你无不青春永驻、风华长存。

一旦天线降下，锐气便被冰雪覆盖，玩世不恭、自暴自弃油然而生，即便年方二十， 实已垂垂老矣;然则只要竖起天线，捕捉乐观信号，你就有望在八十高龄告别尘寰时仍觉 年轻。

“ 人的生命是最可宝贵的,只有生命才能创造财富,才能使世界变得更美好。只有同学们 的欢声笑语,活泼身影,才能使我们的校园充满阳光,充满生机。但是人的生命又是非常脆 弱的,如果我们不注重安全意识,视安全隐患而不顾,对安全问题措施不及,防范不严,责任 心不强,把生命当儿戏,那么造成的后果不堪设想。

为了我们的梦想，为了父母的希望，更为了这个社会的和谐。我们都应当在这三年的 学校生活中把握好自己，让我们的青春无悔!

**青春励志的演讲稿300字篇十三**

亲爱的老师、同学们：

大家好!今天我要演讲的题目的是《朋友，你的野心呢?》

人活一口气!人生就应该有追求，有野心。否则你活得一点动力都没有，对!这就是一个利益的社会，为了你能活的更好!努力吧!

你说你想过1%的生活，但却发现99%的钱被别人赚走了。你觉得现在的生活配不上你，但你想不起更好的生活在哪里。你大声告诉我，你的野心呢。你去年的新年愿望，还记得吗?被风吹散了吗?被人潮淹没了吗?

你多久不记得自己的野心了?

此刻，你只是觉得劳心对吧。

你被一个不长心的新同事气个半死;被一份92页ppt累得半死;你觉得所有事情最后都变成了你的事情，所有的问题最后都变成了你的问题。窗台上的植物已经枯死一个月，朋友挖苦你甚至无法养活一只跳蚤。

你多久不记得自己的野心了?

此刻，你只是觉得担心对吧。

担心自己刚才在例会上说错了什么，又到年关了，你甚至担心见到惦记了半年的父母，担心他们逼问你的感情问题。

你多久不记得自己得野心了?

此刻，你就是觉得伤心对吧。

你把什么都做到了，但生活仍然对你充满恶意。加班到半夜回家，却发现把钥匙忘在了办公室里，你知道不会有温暖的手从屋里帮你打开冰冷的锁头。爸妈在电话里说，想从老家过来看看来北京看你，你觉得心酸，又有些烦躁，总之最后你不耐烦地拒绝了他们。

你多久不记得自己的野心了?

你就记得每天早上8点钟起床，然后坐5块钱的地铁去上班忙。

你觉得现在的生活配不上你，但你想不起更好的生活在哪里。

你说你想过1%的生活，但却发现99%的钱被别人赚走了。

偶尔你会愤怒，因为空气中的雾霾，因为政治上的腐败，因为新闻里一个陌生人的命运。你觉得无力，你沮丧到甚至连野心都没有了。

你真的想不起自己的野心是什么了吗?

野心是一份交给未来的倔强承诺。它是平淡无奇的日子里一颗不安分的心。野心也许无法改变你的生活，但它至少可以改变你自己。

野心可以是卑微的，它也许就是灰色北京属于你自己的一束蜗居灯光;野心可以是浪漫的，它也许就是和爱人的一次远足计划;野心甚至是偏执的，它就是在质疑和噪音中的不管不顾;野心应该是纯真的，它就是觉得目前的生活配不上自己，它想要更多、更好的一切。

这不是一个最理想的时代，利益，阶层，一切都在固化;但这肯定属于理想主义者的时代，格局，偶像，一切都在烟消云散。

我的演讲到此结束，谢谢大家!

**青春励志的演讲稿300字篇十四**

亲爱的老师，同学们：

大家好!

世上有千种拥有，但有一种拥有最珍费，你也许丝毫觉察不到这种拥有，感觉不到它的价值。随着悠悠岁月的流逝，无数个春夏秋冬的更迭，在你生命的某一天，当你蓦然回首时，才发现自己不再拥有。它不是地位，也不是金钱，而是瑰丽的青春。

世上有万般失却，但有一种失却很无奈，它让你追悔莫及，以一生作代价。你纵有回天之力，也只能仰天长叹，顿足捶胸。它不是权势，也不是美貌，而是无价的青春。

有一种说法很耐人寻味，世界上有两种东西，当你失掉它们后才会发现其价值，那就是青春和健康。

青春是一种令人艳羡的资本，凭着健壮的体魄，你可以支撑起一方蔚蓝的天空;凭着旺盛的精力。你可以开垦出一片神奇的土地;凭着巨大的潜力，你可以变得出类拔萃，令人刮目。

同学们，青春是一笔弥足珍贵的财富，但时间老人却把它作了最精确的均分，给每个人的仅有一份，无论贵贱尊卑，智愚富贫，你一生只能拥有一次，因此才有“花有重开日，人无再少年”，“百年容易过，青春不再来”的忠告，才有了“盛年不重来，一日难再晨，及时当勉励，岁月不待人”，“莫等闲白了少年头，空悲切”的感慨，才有了“劝君莫惜金缕衣，劝君惜取少年时”的劝勉。

年轻的朋友，即使你百般不如意，万事不顺心，你可以有一千种理由苦闷、埋怨，但却不能有一种理由放弃理想和追求，因为你毕竟年轻，美丽的青春仍牢牢在握，希望、阳光属于你，这个世界属于你!

一个潇洒的灵魂，青春是他一生中最美好的日子，喝彩青春，不要因为岁月的流逝而消颓。只要你把青春经过的地方当成宝藏，珍藏的青春定会大放光芒，照亮你前进的路。喝彩青春，便是喝彩人生!

无情的年华听着生命的轮转，逝水东流，曾听说一只蝴蝶因为美丽而被捕捉制成标本，美凝固了，蝴蝶的翅膀不再扇动，而它却仍在你的梦中习翔……抓住这似水流年，高亢一首激昂的曲子，在这如花似梦的季节，让我们为青春喝彩!

**青春励志的演讲稿300字篇十五**

亲爱的同学们：

大家好!今天，我演讲的题目是《青春无悔》，青春是一段美丽的故事，青春是一首动人的旋律，青春是一首感人的诗篇。

正处于花季的我们正处于一个激情燃烧的时代。在这一段时光里，我们是最活泼的，也是最好动的。我们会彼此走到一起，不在乎身份的差异，因为在校园里，我们都只是一个个普通的学生。我们彼此一起把各自的快乐共同分享，把烦恼一起分担。我们之间没有隔阂，所以我们可以肆意地胡天乱侃，从天南到地北，只要是我们感兴趣的都会成为我们讨论的对象，就算我们无意间伤害了彼此也从不计较……

青春是我们积累自己，丰富自己的最佳时机。我们正处于精力最旺盛的时代，也是我们学习奋斗的最佳时机。我们在一起可以彼此激励，一起努力向前冲刺，一起为自身的目标而努力。因为彼此间的不服气，一心想超越别人，所以我们也就有了前进、拼搏的动力，才会在课堂上认真听老师讲课，认真记笔记;在课间，一有不懂的问题就找老师或伙伴去问。有时我们考试考差了，会彼此安慰，同时也会去找自己的问题所在，并勉励自己下次不要再粗心，犯同样的毛病……

青春是一段令人难以忘怀的时光，带给我们太多太多美好的回忆。这回忆中有我们欢笑的背影，也有我们面对挫折时的举足无措，也有我们辛勤挥洒的汗水。从军训开始，我们相见，那时的我们还有一丝丝不熟悉，有些陌生，但军训结束后，我们俨然已成了一个大家庭，彼此相互关爱，团结一心。一年多了，我们越来越熟悉，彼此间的亲情也越来越浓厚，期间也发生过许多诸如运动会一样让我们难以忘怀的事情，真希望我们永远不分开……

青春，一个多么令人神往、让人难忘的世界，五彩斑斓。我们一定要把握好自己的青春，莫要白了少年头，空悲切!同学们，青春无悔，让我们一起书写青春吧!

**青春励志的演讲稿300字篇十六**

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。

xx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，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”绝不仅仅是一个历史事件，它是一种精神，表现出青年人对我们民族炽热的爱，对国家前途和命运的关注，表现着青年人的责任和使命。

今天，我们这一代青年人有幸生活在改革开放的大好时代，有幸站立在世纪和千年交汇点上。我们是幸运者。面对新世纪，我们责任重大。我们回顾发扬“五四” 精神，认真思索着，自己应该拥有一个怎样的青春，怎样的人生。记得，最初开始认识“五四”是从小学的历史课开始的。那时，老师讲到“五四”运动，向我们讲 述帝国主义列强对中国的种种欺凌，讲述青年们为祖国不惜献身的种种壮举。

当时，我们虽然还不能完全理解其中的深刻道理，但有如一丝曙光 照亮蒙昧的荒原，我们幼小的心田中已播下了爱国的种子。渐渐地，我们长大了，我们成为风华正茂的青年，我们更加深刻地懂得了五四的传统和精神。想想那些曾 经与我们差不多大的五四青年吧!他们稚嫩的肩上早已承当起一份救亡图存的重任，而今天建设祖国的重任将别无选择地落在我们这一代人的肩上，我们是否应该为祖国的更加繁荣昌盛而奉献我们的一切?

是啊，我们不小了，我们不能永远停在父母宽大的羽翼下避风躲雨。今年的五月四日，我们将参加成人宣誓仪式。那意味着我们将要同父辈们一起，共同撑起一片蓝天。

长辈们常说我们这一代人是蜜罐里泡大的孩子，少些紧迫感，也少些责任感。的确，与他们相比，我们的生活更舒适，更安逸。但这决不意味着我们可以放松身上的努力，减轻肩上的责任。

是的，责任放在我们每个青年的肩上，放眼新世纪，振兴中华，建设家乡，我们是不会退缩的。

李大钊曾在《青春》一文中写道：“冲决历史桎梏，涤荡历史之积秽，新造民族之生命，挽回民族之危机。”今天的我们虽然无需面对国土的沦丧，无需承受战火硝烟，但我们面前的任务同样艰巨。我们应该努力成为鲁迅所说的“创造人类历史上从未有过的第三代。”

“位卑未敢忘忧国”，以天下为己任，青春热血献祖国，顽强地努力，无私地奉献，为祖国的繁荣昌盛贡献自己的全部智慧和力量。我们今天是桃李芬芳，明天是社会的栋梁，要掀起中华腾飞的巨浪。

**青春励志的演讲稿300字篇十七**

曾经有人问过我，你觉得梦想是什么?

我思索了许久说，梦想大概是一种不被现实影响，不受生活约束的东西吧。

刚进大学的时候，我有一段时间陷入了很深的迷茫之中，不知道自己未来可以干些什么，不确定自己的优势在于哪里，不自信自己能否可以在这个竞争如此之大的社会生存下去，甚至，我都不知道自己活着的意义是什么。

在那段黑暗的日子里，我总觉得生活无时无刻地在折磨着自己，有气没地方出，有梦没地方做，梦想在现实面前显得是那么的一文不值，而我只不过是这偌大世界里的一颗微粒，在人群中从来都是最不起眼的一个。

我曾一度觉得自己要完了，因为那时的自己无疑已经是一具行尸走肉，没有思想，没有理想，身边到处都是抱怨吐槽和愤世感慨，看不到未来的出路在哪，却每分每秒地被自以为的社会黑暗和残酷现实侵蚀着。

这是一种生活的悲剧，这是一种可怕的迷茫。我不知道你是否也有过这样的迷茫，反正我曾经就活在这样堕落的现实里，过着日益被腐化的生活，偶尔抬头仰望，发现到处都是廉价的梦想。

于是，很长的一段时间里，我都把自己封闭起来，天真地以为只要自己不面对现实，现实就不会找上门，然后我在自己的世界里为所欲为，没日没夜地放纵着自己无穷的欲望。

所幸，在那段时间里，我有看书和写文字的习惯，在自己孤独的世界里，读着孤独的书，写着孤独的文字，感受着自己日益膨胀的孤独感，在很多个孤独的不眠夜里开始思索着未来的人生路，逐渐在一步一步地成长。

说到这里，我想问，那你呢?

有没有那么一天，你走在熟悉的街道上，突然有了一种陌生的感觉，你仔细看看周边发生的一切，原来一切都变了，变得你不再认识，变得你不再熟悉。街头士多店老板的女儿已经上初中了;隔壁出租屋里天天吵架的情侣已经分手了，各奔东西，各自安好了;每天准时在街边小吃店喝早茶的王老爷子上个月已经安详地去了;甚至连那个经常欺负街坊的小混混阿明也销声匿迹了，听说他现在已经找到了自己的工作，开始安心过日子了。

你回头猛然发现，原来一切都在改变，唯一没有改变的是你依然住在那间破烂的出租屋里，拿勉强可以维持生活的低廉工资凑合地过着，每天起床，上班，吃饭，下班，睡觉，过着出租屋到公司两点一线再平凡不过的小日子。

不用担心房贷期限，因为你住的是出租屋;不用谈论办公室纠纷，因为你只是一个再平凡不过的基层;不用担心婚姻大事，因为至今你还没有找到女朋友;甚至，你都没有家庭负担，因为你的工资才刚刚勉强地凑合着自己过，哪里还有钱寄回家。

是的，生活终于磨平了你棱角，现实终于耗尽了你的热情，你终于还是认输了，因为这些年，梦想在现实面前变得越来越廉价了。

你曾说过要买大房子，现在却只能委屈在还不到50平方的破烂出租屋里，每个月还被房东催交租金。

你也说过以后要买豪车，如今却只能每天上班挤公交，下班挤地铁，而你唯一买的车就是那辆已经骑了三年却狠不下心丢的破自行车。

你甚至还说过，要努力奋斗，为了让父母可以过上好日子，如今你却只能拿着勉强可以维持自己生活的工资，每个月还是你的父母打电话给你，叮嘱你要穿好，喝好，对自己好一点，家里一切都很好，其实，只有你才知道，你爸妈说这些只是为了不让你担心家里而已，而你曾经许诺要给父母过上的好日子，难道就是这样每个月你父母打电话问候你吃饱了吗?穿暖了吗?过得还好吗?

曾几何时，你把自己的梦想描绘得登天入海，而现如今，你却因为一点小小的挫折就待在自己破烂的出租屋里，谁都不肯待见，躲在自己的世界里，把梦想和热情淋湿，被堕落的现实腐化着，成为一具行尸走肉。然后，当你有一天出来走走的时候，才发现一切都在变化，只有你还在原地彷徨地徘徊着。

这世界的路有千百万条，偏偏，你就选择了堕落这一条。

生活有时真的很可笑，而我们更可笑，口里明明喊着，青春，爱情，梦想，奋斗，远方，这样充满年轻的字眼，却同时在跟这些美好告别。一边感叹着现实的不公平，另一边却不甘心地呐喊着奋斗，这到底是真的不甘心，还是已经向现实缴械认输了?

明明拥有着大好的青春年华，却已经认老了。明明才二三十岁出头，却已经在回味过去，感叹岁月无情了。

试问，这样你的人生还有什么意义?试问，难道你的青春就是这样被你用来糟蹋，用来愤世感慨的吗?

别跟我谈迷茫，好像说得我不迷茫一样，其实我们都一样，年轻又彷徨，我们总是对现实多了一份狂妄，对未来少了一份期盼。每当我们无能为力的时候，我们总喜欢说顺其自然。其实，我们都在用这些卑鄙的借口逃离着现实。

许多时候，不是生活腐化了你，而是你自愿被糟蹋;不是现实太残酷，而是你不敢去面对失败;不是你的梦想变得廉价，而是你自甘堕落。

在我迷茫的那段日子里，我时常在想一个问题，我拼爹拼不过人家富二代官二代，拼学历拼不过985，拼阅历更拼不过资深人士，那么，我到底还要什么可以输给别人的?

对啊，我到底还有什么可以输给人家的，没有，什么都没有了，可以输给人家的，我都输了，那么我还有什么值得害怕的?那么我还有什么值得疑惑?既然可以比的，都已经被比下去了，那么接下来，唯有拿梦想与命运一决胜负。

至今，我还是很庆幸拥有那段迷茫的日子，因为在那些孤独的日子我终于可以面对面地跟自己的心交谈，然后去思索，然后去感悟，让自己再一次走出生活的困惑，让自己可以有勇气，在还没有彻底投降之前，跟残酷的现实来个背水一战，无论胜负如何，至少证明自己是一名战士。

或许有人会问，努力了，梦想就一定能实现吗?如果不能实现，那么干嘛还要为难自己?

在这里，我想告诉你的是，努力了，梦想不一定会实现，但如果你不努力，就别妄想你会成功。如果，你现在不为自己的梦想努力奋斗，那么，你以后只能为别人的梦想卖命工作。

所以，在你还没有完全失去热情时候，穿上你的斗士铠甲，背上你的梦想利剑，跟腐化生活说再见，跟堕落现实说再见，然后，全力以赴跟命运来一场捍卫梦想的决斗。

世界那么大，外面那么美好，时光稍纵即逝，趁尚未老去，给自己来一场文字救赎。新浪微博搜索个人最新微博“雅宇伦”，愿与爱好文学的你，一起交流学习，共同进。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找