# 让青春无悔演讲稿200字(19篇)

来源：网络 作者：海棠云影 更新时间：2024-08-18

*演讲稿具有宣传，鼓动，教育和欣赏等作用，它可以把演讲者的观点，主张与思想感情传达给听众以及读者，使他们信服并在思想感情上产生共鸣。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。以下是我帮大家整理的演讲稿模板范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家...*

演讲稿具有宣传，鼓动，教育和欣赏等作用，它可以把演讲者的观点，主张与思想感情传达给听众以及读者，使他们信服并在思想感情上产生共鸣。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。以下是我帮大家整理的演讲稿模板范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

**让青春无悔演讲稿200字篇一**

大家上午好!我是来自茶河学校的一名普通教师。我给大家演讲的题目是《青春无悔》。

青春是一道绚丽的风景，青春是一串跳动的音符，青春是躁动的，青涩的，青春更是热情的，生动的。“青年者，人生之春，人生之华也。”

回想92年前，首先由青年学生掀起的一场震惊中外的爱国运动翻开了中国历史的新篇章。从此，“爱国、进步、民主、科学”的“五四”精神代代相传。

新时代、新机遇、新挑战。作为青年教师的我们该有一个怎样的青春呢?

也许，我们也曾感叹：我生不逢时，没有赶上一个英雄的时代;也许，我们也曾抱怨：我时运不佳，没有找到一个好的岗位。是的，和平年代里，大多的人都是平凡的，可我要说：伟大寓于平凡之中，在平凡的岗位上依然能干出不平凡的事。新时代的焦裕禄——文建明同志不就是这样吗?与学生的交往中，我深深地感受到了学生那充满童真、稚嫩的心。一张张天真活泼的笑脸，一句句真挚虔诚的问候，一双双渴求的眼神促使着我去了解他们，去教育、引导他们。渐渐地，我懂得了什么是“爱”，对陶行知先生坚守“捧着一颗心来，不带半根草去”的信念，奉行“爱满天下”的宗旨也有了新的体会——爱是教师最美的语言。

诚然，在我短暂的耕耘路上，苦与乐同在，总会欢笑伴着泪水，但我参差不齐的脚印里倾注了我满腔的爱心和辛勤的汗水。所以我无悔。“冰冻三日，非一日之寒。”“十年树木，百年树人。”学生的教育就像是一场马拉松竞赛，可每当看见学生有了那么一丁点的进步，我就欣喜若狂，因为那就是我的成就。

我要做一名园丁，用点点滴滴的汗水去浇灌幼苗;我要做一支红烛，将我全部的心血化为火焰，去照亮孩子们美好的心灵;我要做春蚕，为教育吐尽最后一根丝。我也知道，在教育的跑道上一定障碍重重，但我已做好了长跑的准备，在心底为自己呐喊：加油!加油!我也知道，在教育战线上要有所作为，一定要有“敢为人先”的勇气，去争先，去领跑。为此，我时刻告诉自己：我选择了教师，站在了三尺讲台，那我就要有“抢跑者”的锐气、“领跑者”的豪气、“长跑者”的勇气，用一个个铿铿有力的脚步踏出自己多彩的青春。

艾青说过：“为什么我的眼里常含泪水，因为我对这土地爱得深沉。”是的，我爱我的学生，我爱我的职业。挺一挺青春的身躯，露一露青春的微笑，生动每一枚深深浅浅的足迹，让我们以激情为旗，用青春作注，拼一个无悔的人生吧!

说到青春，我们总会想起在那个午后柔和的阳光下，青春的你躺在草地上，把眼睛眯成一条线，看着上空5km处的云朵慢慢的变换着它的模样，偶尔间一架飞机掠过，或许是鸟吧，实际上不清楚，因为你已经睡着了。

说到青春，我们总会想起在那个惬意的假日，在大街上闲逛的你，不知不觉间溜进一家书店，用保持2小时的站姿翻着书架上的书，在感觉到老板的视线以一种居高临下的角度扫描你时，匆忙离去。

说到青春，我们总会想起那个极其渴望周遭认同的我，这个周遭包括同学、老师、家长。我在乎他们的评价，在乎他们的眼神，在乎他们背后怎么说我，甚至对此不惜胡吹乱侃，把不是我做的事情安在我自己的头上，还有养成了一个现在都没有完全改掉的毛病，“语不惊人死不休”。

说到青春，我们可能会想起校园那颗老梧桐树下一次美丽的邂逅，会回忆起校园那林荫小道的一次浪漫嬉戏。此刻，青春是青涩的，犹如一个初见成熟的苹果。

说到青春，我们总会想起热血与激情，活力张扬，想起那一次次篮球场上的挥汗如雨，足球跑道上的飞奔驰骋，无处不在。

当然，生命要经过严格的淬炼，才能展现它耀眼的光华与纯美的质地。巨岩在海涛中，激射动人心魄的浪花;宝剑在砾石上，闪动耀眼的寒光;青春在人生的风雨中，积淀奋斗的力量。让我们一路坎坷，高歌而行，用艰辛血泪滋养出辉煌的人生。

**让青春无悔演讲稿200字篇二**

尊敬的各位领导、评委老师：

大家上午好！我是来自茶河学校的一名普通教师。我给大家演讲的题目是《青春无悔》。

青春是一道绚丽的风景，青春是一串跳动的音符，青春是躁动的，青涩的，青春更是热情的，生动的。“青年者，人生之春，人生之华也。”

新时代、新机遇、新挑战。作为青年教师的我们该有一个怎样的青春呢？

也许，我们也曾感叹：我生不逢时，没有赶上一个英雄的时代；也许，我们也曾抱怨：我时运不佳，没有找到一个好的岗位。是的，和平年代里，大多的人都是平凡的，可我要说：伟大寓于平凡之中，在平凡的岗位上依然能干出不平凡的事。文建明同志不就是这样吗？与学生的交往中，我深深地感受到了学生那充满童真、稚嫩的心。一张张天真活泼的笑脸，一句句真挚虔诚的问候，一双双渴求的眼神促使着我去了解他们，去教育、引导他们。渐渐地，我懂得了什么是“爱”，对陶行知先生坚守“捧着一颗心来，不带半根草去”的信念，奉行“爱满天下”的宗旨也有了新的体会——爱是教师最美的语言。

诚然，在我短暂的耕耘路上，苦与乐同在，总会欢笑伴着泪水，但我参差不齐的脚印里倾注了我满腔的爱心和辛勤的汗水。所以我无悔。“冰冻三日，非一日之寒。”“十年树木，百年树人。”学生的教育就像是一场马拉松竞赛，可每当看见学生有了那么一丁点的进步，我就欣喜若狂，因为那就是我的成就。

我要做一名园丁，用点点滴滴的汗水去浇灌幼苗；我要做一支红烛，将我全部的心血化为火焰，去照亮孩子们美好的心灵；我要做春蚕，为教育吐尽最后一根丝。我也知道，在教育的跑道上一定障碍重重，但我已做好了长跑的准备，在心底为自己呐喊：加油！加油！我也知道，在教育战线上要有所作为，一定要有“敢为人先”的勇气，去争先，去领跑。为此，我时刻告诉自己：我选择了教师，站在了三尺讲台，那我就要有“抢跑者”的锐气、“领跑者”的豪气、“长跑者”的勇气，用一个个铿铿有力的脚步踏出自己多彩的青春。

艾青说过：“为什么我的眼里常含泪水，因为我对这土地爱得深沉。”是的，我爱我的学生，我爱我的职业。挺一挺青春的身躯，露一露青春的微笑，生动每一枚深深浅浅的足迹，让我们以激情为旗，用青春作注，拼一个无悔的人生吧！

说到青春，我们总会想起在那个午后柔和的阳光下，青春的你躺在草地上，把眼睛眯成一条线，看着上空5km处的云朵慢慢的变换着它的模样，偶尔间一架飞机掠过，或许是鸟吧，实际上不清楚，因为你已经睡着了。

说到青春，我们总会想起在那个惬意的假日，在大街上闲逛的你，不知不觉间溜进一家书店，用保持2小时的站姿翻着书架上的书，在感觉到老板的视线以一种居高临下的角度扫描你时，匆忙离去。

说到青春，我们总会想起那个极其渴望周遭认同的我，这个周遭包括同学、老师、家长。我在乎他们的评价，在乎他们的眼神，在乎他们背后怎么说我，甚至对此不惜胡吹乱侃，把不是我做的事情安在我自己的头上，还有养成了一个现在都没有完全改掉的毛病，“语不惊人死不休”。

说到青春，我们可能会想起校园那颗老梧桐树下一次美丽的邂逅，会回忆起校园那林荫小道的一次浪漫嬉戏。此刻，青春是青涩的，犹如一个初见成熟的苹果。

说到青春，我们总会想起热血与激情，活力张扬，想起那一次次篮球场上的挥汗如雨，足球跑道上的飞奔驰骋，无处不在。

当然，生命要经过严格的淬炼，才能展现它耀眼的光华与纯美的质地。巨岩在海涛中，激射动人心魄的浪花；宝剑在砾石上，闪动耀眼的寒光；青春在人生的风雨中，积淀奋斗的力量。让我们一路坎坷，高歌而行，用艰辛血泪滋养出辉煌的人生。

然而，在今天的时代，青春却遭遇着挥霍，遭遇着放任：你能看见网游魔兽世界吞噬青春学子如花的面容，能看见飙车族疯狂旋转的嚣张，能听见“嫁给黄世仁”的肤浅与稚嫩，能看见沉醉在财富陷阱中的富二代的张狂，能看见课堂里手机聊天的沉醉，能发现青春的嘴唇边污秽的言语和嗒嗒的口香糖泡，于是青春在伤感，青春在迷失，青春在飘零。

所以，用我们的眼睛审视青春，用我们的智慧评判青春，用我们的思考矫正偏离了轨道的青春，用我们的成熟书写青春的灿烂，这是青春义不容辞的责任，于是我们以青春的名义表达我们的思考，书写我们的烦恼，我的青春我作主！

**让青春无悔演讲稿200字篇三**

各位老师(同学),大家好!

我今天演讲的题目是《青春无悔》

青春，流露着浓浓的诗情画意;青春，散发出淡淡的幽香含情。青春里拥有难以忘怀的篇目，也有不堪回首的章节。对拥有青春的你，我将送你一句话：青春是生命之晨，是日之黎明，要珍惜自己的青春，不要轻言放弃，让你的青春绽放出一样的光彩。

不知道大家有没有听过这样一则故事：一个平时游手好闲的年轻人梦见自己随着时光流逝变成了白发苍苍的老人，等他醒悟到自己一生碌碌无为时，却已经后悔的太晚了。于是他痛苦地仰天大喊：“青春!#from 本文来自高考资源网 end#回来吧!回来吧!我的青春!”这一喊把他从梦中惊醒，他暗自庆幸自己还没有沦落到那种地步，从此便奋发图强了。

这则故事告诉我们：每个人都要珍惜青春，因为，青春逝去就不再回来了，等到你后悔的时候，已经无法挽回。

每个人都经历过青春,相信在你的青春中也有那么一段令你值得回忆的。但是，你是否可以毫不犹豫的说：我没有辜负青春!我想那并不是一件简单的事。如今，我们的青春就在眼前。那么，处在这黄金时代的我们，该怎么办呢?是随波逐流，得过且过，还是争分夺秒开拓奋进?我想，只要稍有头脑的人，谁都会选择后者。诚然，人生能有几回搏?也许有人会这样想：花有重开日，人无再少年。此生难得有这个好机会，何不无牵无挂地快乐一阵子，来个“”呢。然而，你可想过：，再回头已百年身。基的《钢铁是怎样炼成的》这部名著中有这么一段话：

**让青春无悔演讲稿200字篇四**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

时光荏苒，岁月如梭，昨天那群稚气未脱的孩子今天已经汇聚一堂，在这里，我们说出心中的誓言，在这里，我们张开梦想的翅膀，在这最后的88天里，必将创造崭新的辉煌。

回首三年时光，细数珍珠般的回忆，曾经的我们在教室中专心听讲，在自习室中奋笔疾书，会在同学间的讨论中争执不休，会在老师们的讲解中豁然开朗，或许也会有伤心与遗憾，但在场的每一个人，无不是经过三年的积淀，无不是踏着洒满汗水的路一步步走来。靡不有初，鲜克有终。十二年的寒窗苦读，如今只剩下88天的最后冲刺，我们又有什么理由不用最后的拼搏，给青春交上一份完美的答卷？

或许有人说，88天太短，弹指一挥间，命运已无从改变，但我要说，88天可以很长，长到足以实现我们全部的梦想，只要相信，就有奇迹发生，只要你肯改变，定可以用激情把握属于自己的人生机遇，用信念挥写属于自已的美好篇章。

如果说人生是一条小船，那么拼搏就是不断摇动的船桨，载我们驶向梦想的彼岸。空有凌云壮志、豪情满怀是不够的，想要决胜高考，唯有脚踏实地、勤勤恳恳一条路可走。不怕艰难困苦，不惧困难挫折，有志者事竟成，苦心人天不负，88天，可以峰回路转，88天，更可以改变一生！

同学们，时至今日，你们是否还捧着手机，盯着电脑，沉迷于虚幻的乐趣中？那就请珍惜每一天，拼搏每一天吧！抓住课堂时间，注重错题整理，不要轻易放过任何一个疑点，也不要一味刷题忘记了对知识点的归纳总结和举一反三。考试是实力的对决，同时也是心态的考验，二者都要靠我们未来88天的磨炼。为了老师的苦心栽培，为了家长的殷切期盼，更为了自己那份沉浮于十二年学海生涯中的梦想，让我们携手并肩，用责任与使命去谱写青春的乐章，用奋斗与汗水去筑成育明的辉煌。多年以后，回首今日，让我们依然能够大声说出：青春无悔！

谢谢大家！

**让青春无悔演讲稿200字篇五**

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！

**让青春无悔演讲稿200字篇六**

亲爱的老师，同学们：

大家好，今天我要演讲的题目是《让青春无悔》。

成功学的创始人拿破仑·希尔说：“自信，是人类运用和驾驭宇宙无穷大智的唯一管道，是所有‘奇迹’的根基，是所有科学法则无法分析的玄妙神迹的发源地。”奥里森·马登也说过这样一段耐人寻味的话：“如果我们分析一下那些卓越人物的人格物质，就会看到他们有一个共同的特点：他们在开始做事前，总是充分相信自己的能力，排除一切艰难险阻，直到胜利!”

自信的确在很大程度上促进了一个人的成功，从不少人的创业史上我们都可见一斑。自信可以从困境中把人解救出来，可以使人在黑暗中看到成功的光芒，可以赋予人奋斗的动力。或许可以这么说：“拥有自信，就拥有了成功的一半。”

同样两个努力工作的人，自信的人在工作时总会以一种更轻松的方式度过：当很好地完成了任务时，#会认为这是因为自己有实力，当遇到实在无法完成的任务时，则认为也许任务本身实在太难。而缺少自信的人则会把成功归功于好的运气，把失败看成是自己本领不到家。只是由于这小小的心理差异，虽然二人花的时间，精力都差不多，但往往较为自信的那一方的收获要大得多。

国内外多少科学家，尤其是发明家，哪一位不是对自己所攻克的项目充满信心呢?一次又一次地失败只会一次又一次地激发起他们的斗志——他们认为：失败越多，距离成功也就越近了。但自信不是平白无故地就会附着在人身上的，首先人要有真才实学，接着才会有真正意义上的自信，并把它作为一种极其有用的动力。空有满腹自信，那只说得上是自以为是罢了。这种所谓的“自信”，不但不能推动人前进，反而害人不浅。

网络评论人王小山说过：“没有真东西，只有信心的话，前途只有一条——死，而且死得很难看。”这句话听起来有些过火，但事实上如果仅有自信的话确实是十分危险的。

同样，在我们的学习中，仅有自信也是不够的，自信应该与努力有机地结合起来。时常见到有部分同学在考试之际，没有一丝紧张，满怀自信地步入考场。但考试过后，这部分同学中有的分数挺高，有的分数却是羞于见人的。这看似不可理喻的事情其实很简单：这部分同学中一种是既自信，又刻苦认真学习的;一种是单有自信，却未付出努力的。这两类同学看上去都是充满着信心去应试，但由于平时知识的积累不一样，后果就截然不同。

所以说，我们做人，就应当先做一个满腹经书，然后才充满自信的人。因为自信只是一种虚无的力量，想要成功，就得让自信附着于“实干”这一燃烧自信的机械上，以使自信发挥出它应有的力量。

**让青春无悔演讲稿200字篇七**

各位同学：

大家好!

我们的生命在时光里飞逝，从初中时期的叛逆，到高中时期的迷茫，再到大学时期的坚定。一路风雨相随，阳光引路，每一步，都是自己的选择，每一个选择的结果都不是自己想象的摸样，但是不管她是什么摸样，我选择的我就不后悔。

每天听到身边的人抱怨，我就为她感到扼腕，因为她的抱怨表示她向自己低头了下跪了，她在中国式的成长教育下失去了自己扛起责任的能力，把所有的过错都归结到他人更或者是他物上。同时我也在心里又坚定一次，只要是自己选择的，就绝对不能懦弱的用抱怨发泄，用抱怨来麻痹自己，让自己失去信心，在怨念中沉沦。

并不是一开始就知道自己追求的到底是什么，并不是一开始就知道哪些是自己需要的，做过错的决定，有过错的选择，但是在一步一步的踉跄中，我每次都能清楚一点点就满足了，千里之行始于足下嘛，长城也是一块一块的砖垒成的。

当机会来到的时候，我不会呆坐原地，我不管自身对此的能力掌握了几分，都一定会拼命争取。如果机会垂青于我，我自会欣喜，奋起直追把不懂的尽量补。如果与其失之交臂，我也不能自怨自艾，从失败中找自己的原因，然后完善。

青春在绽放，我们在不断的选择，请鼓起勇气，坚定自己，让青春无悔!

**让青春无悔演讲稿200字篇八**

尊敬的各位领导、评委老师：

大家上午好!我是来自\_\_学校的一名普通教师。我给大家演讲的题目是《青春无悔》。

青春是一道绚丽的风景，青春是一串跳动的音符，青春是躁动的，青涩的，青春更是热情的，生动的。“青年者，人生之春，人生之华也。”

回想\_\_年前，首先由青年学生掀起的一场震惊中外的爱国运动翻开了中国历史的新篇章。从此，“爱国、进步、民主、科学”的“五四”精神代代相传。

新时代、新机遇、新挑战。作为青年教师的我们该有一个怎样的青春呢?

诚然，在我短暂的耕耘路上，苦与乐同在，总会欢笑伴着泪水，但我参差不齐的脚印里倾注了我满腔的爱心和辛勤的汗水。所以我无悔。“冰冻三日，非一日之寒。”“十年树木，百年树人。”学生的教育就像是一场马拉松竞赛，可每当看见学生有了那么一丁点的进步，我就欣喜若狂，因为那就是我的成就。

我要做一名园丁，用点点滴滴的汗水去浇灌幼苗;我要做一支红烛，将我全部的心血化为火焰，去照亮孩子们美好的心灵;我要做春蚕，为教育吐尽最后一根丝。我也知道，在教育的跑道上一定障碍重重，但我已做好了长跑的准备，在心底为自己呐喊：加油!加油!我也知道，在教育战线上要有所作为，一定要有“敢为人先”的勇气，去争先，去领跑。为此，我时刻告诉自己：我选择了教师，站在了三尺讲台，那我就要有“抢跑者”的锐气、“领跑者”的豪气、“长跑者”的勇气，用一个个铿铿有力的脚步踏出自己多彩的青春。

艾青说过：“为什么我的眼里常含泪水，因为我对这土地爱得深沉。”是的，我爱我的学生，我爱我的职业。挺一挺青春的身躯，露一露青春的微笑，生动每一枚深深浅浅的足迹，让我们以激情为旗，用青春作注，拼一个无悔的人生吧!

所以，用我们的眼睛审视青春，用我们的智慧评判青春，用我们的思考矫正偏离了轨道的青春，用我们的成熟书写青春的灿烂，这是青春义不容辞的责任，于是我们以青春的名义表达我们的思考，书写我们的烦恼，我的青春我作主!

**让青春无悔演讲稿200字篇九**

亲爱的老师、同学们：

大家早上好!

世界上有成千上万美丽的东西，但没有什么比年轻更美丽;世界上有着数不完的珍贵东西，但没有什么比青春更珍贵。我们是多么骄傲，多么让人羡慕啊!

如果我们只是一味浪费时间，只会享受，而不是去奋斗，那么我们真的有青春吗?答案是否定的，我们只有努力奋斗才能配得上青春，配得上人生，才能拥有一个充实而完美的青春。

奋斗的青春是一道美丽的风景线，是在青春中奋斗的的一颗颗心，以及在天空中飞翔的无数双翅膀，装扮成人生最美丽、最珍贵的季节——青春，青春将成为人生最好的起点。

“恰同学少年，风华正茂，书生意气，挥斥方遒”，这是一代伟人奋斗的青春，他们的青春充满了奋斗、激情和美丽。现在，青春掌握在我们手中，我们不能容忍青春在我们手中白白浪费，我们不能浪费时间，我们不能叹息，我们不能荒废生命。所以，让我们在青春的季节里尽情奋斗吧，让青春之花永远绽放在我们心中，谱写出绚丽多彩的人生。

青春在奋斗中展现着美丽，青春的美丽永远在她的奋斗中展现。就像雄鹰的美丽表现在它的风雨搏击中，展现在它的翱翔之中。正值青春的我们，为什么不勇敢地克服懦弱，用进取战胜颓废，扬起奋斗的风帆!

让我们在波涛汹涌的大海上勇往前进，展现我们这一代的青春力量和勇气。让我们像雄鹰在天空中搏击一样，让青春之歌扬起激情的旋律，让我们的宣言发出耀眼的光芒。

奋斗抒写无悔青春，在漫长的人生道路上，青春虽然只是短暂的，但当你回首时，你会发现，曾经拥有的青春依然会在记忆中闪烁动人的光辉。

青春无悔应该是我们每个人的追求，我们只有把握青春的每一天，在不断的激流中奋斗，我们才能自豪地说：“我的青春无悔!”。

我的演讲到此结束，谢谢老师和同学们!

**让青春无悔演讲稿200字篇十**

尊敬的领导、家长、同学们：

大家下午好!

今天，我们在这里隆重举行“高考百天誓师大会”，这是前进的号角声。在此，我谨代表高三年级全体教师，向高三年级全体拼搏不止的同学们致以良好的祝愿，送上临行前的嘱托。

十二年寒窗，决战百日。100天虽短，但依然可以收获，可以创造奇迹，可以拼出一个无悔的青春。三分天注定，七分靠打拼，只有拼搏过，才不会后悔。相信奇迹，才能创造奇迹。

时光飞逝，太多的事情不让我们重新开始!所以，这一次，我们必须尽我们最大的努力，只允许成功，不允许失败。100天，我们该如何走出一个无悔的青春?

当你还想花点时间玩，当你还想看电视、小说，当你还想和同学或老师吵架……你有没有想过你的父母在做什么?他们好不好?

同学们，请回头看看你们的父母，看看那些满怀期待的或者忧伤的眼神，作为一个孩子，你们是否感到肩上一直承担着一份责任?你们是否感受到了责任的重量?你们的责任就是承担起家庭的希望，重新点燃父母的希望，让他们的眼睛不再忧伤……同学们，我们的肩膀不再稚嫩，请勇敢地承担责任，把责任变成我们前进的力量。

100天的旅程可能充满荆棘、波浪和风，但我们并不害怕!我们有一个高瞻远瞩的领导集体，我们有最战斗力的老师，而你们是一只只充满力量的雄鹰，不怕电闪雷鸣和狂风暴雨，只为赢得一份骄傲。我们的信念坚不可摧，我们的战斗如钢铁般坚强，我们的冲力如洪水，滔滔不绝。青春，就是如此壮丽!

亲爱的同学们，为自己走好人生旅途中的下一步，为了不让亲人们失望，为了我们有一个无悔的青春，我们要拼搏好这100天，让青春绽放出美丽的花蕾，用热情和智慧铸造辉煌的明天。

请抬起头，挺起胸膛，握紧拳头，倾听自己发自内心的呐喊：奋战100天，青春无悔!历史会见证我们今天的热血沸腾和海誓山盟。这不仅仅是一种形式，更是我们心中的永恒。

青春无悔，青春无悔。听，冲锋的号角已经吹响，鼓声响彻云霄。让我们带着赤子之心回报伟大的母校，让印有xx中学的旗帜飘得更高、更红、更亮!

**让青春无悔演讲稿200字篇十一**

青春是一团火、青春是一朵花，笑容与彩霞飞扬，汗水将与成功相伴。脉搏跳动着强劲的节奏，智慧弹奏着优美的乐章。青春是一泓山间的泉水，是一条奔腾的小河。平静时，泉水叮咚，绵绵诉说着青春的故事;激荡处，汹涌澎湃，百折不回，抒发着青春的热情。青春是璀璨的夜空，有如月色般美丽的抱负，也有数不清的幻想渴望。只是青春的星儿比夜空的星儿更繁、更亮，青春的月儿比夜空的月儿更丰满、更耀眼。

青春是如此的美好，但青春年少的我们能否问心无愧地说：“我没有辜负青春”?

花开花落，春去秋来，十年的求学生涯转眼即过。一路走来，我们终于迎来了高三这既令人紧张又让人激动的时刻。有人说高三的天空中时常有电闪雷鸣，高三的河流总会有惊涛骇浪，高三的道路上必定是荆棘丛生，正是这些合成了惊心动魄的高三交响乐。高三是对一个学生意志的检验，对恝性的锤炼和精神的升华。没有不屈的意志、坚强的恝性和契而不舍的精神，是无法真正体会到高三的意义的。

马克思、恩格斯说：“在科学的入口处，正像在地狱的入口处一样……”我们要想创造人生的辉煌，要想实现生命的价值，就要敢于承受“地狱”的折磨，“地狱”的挑战。须知，经受得住暴风雪的扑打，松柏才会更加青翠;经受得住严寒的磨炼，百花才会分外娇艳;学子经受得住高三的砥砺，生命之树才会郁郁葱葱。

期中考试已过去，这也意味着高三的生活过去了四分之一。而我们还有不少的同学仍然在迷惘，在徘徊，不知道如何真正的融入到高三的生活，不知道怎么才能闯过险象环生的高三。

在这里，我想谈谈我自己的一点看法和体会。

首先也是最重要的是要有一个良好的心态，在学习和生活中要保持一份好的心情。自然界的冷暖，我们没有办法改变;而心情的优劣，我们可以调控。让心灵中布满明媚的春光，外界的天寒地冻也会退避三舍。

有位老师说得好：“其实，一生都是在路上。拥有一颗快乐的心，再长的道路都可以一路欢歌;拥有一种愉悦的心境，漫长的路上可以是一道道灿烂的风景。”

给心灵以春光，拥有好心情，这样就会更喜欢出发。其实，人生就是一次次出发。从小学出发，我们的目的地是初中;从初中出发，我们的目的地是高中;从高中出发，我们的目的地是高等学府……人生无穷尽，出发无止境。

一次次出发带给我们以眼界的开阔，心胸的豁达，生命的提升。是的，我们在赶路，一路匆匆，一路寂寞。但干渴后会发现清冽甘甜的溪流，寂寞后会发现妙趣横生的境地，艰辛后会得到心旷神怡的享受。那个神秘莫测的风景具有不可抗拒的磁力;那个步入成功的日子散发着熏人欲醉的芳香。让我们从出发中走来，再从出发中走过，让我们一次次更加喜欢出发。

其次是要有自信心，自信心是战胜一切的法宝。高三总会有数不尽的机遇和挑战，难免会遭受失败与挫折。不要让挫折和失败轻而易举地打败了你击溃了你。失利了，要有重整山河的勇气;遇到了挫折，要及时调整好自己的心态，要义无反顾、一往无前地向前迈进。

不要惧怕失败，不要拒绝失败，不要被失败打倒。失败是成功的前夜，是胜利的序幕，是重新崛起的起跑线，是实现超越的信号。通往凯旋门的路途，是由失败的砖石铺成的;成功的金粒，是从失败的砂砾中千淘万滤而来的。在失败的染色体上常常蕴含着成功的基因。

我相信只要不认输，我们就会有东山再起、重整河山的豪情壮志，我们就会很快赢得胜利;只要我们认真总结教训，承认失败，正视失败，改正错误，我们就能够迎来满天的朝霞。

同学们，朋友们，青春是一笔不耐花销的财富，请你千万不要徘徊，不要迷茫，也不要随意的挥霍、虚度。时光匆匆如流水，岁月如流不复回。不要拿青春去赌明天，须牢记：上帝永不抛掷色子，就让我们珍惜青春，珍视自己，在青春的岁月里扬起你理想的风帆，驶向你辉煌的明天!拼搏吧，用火一样的热忱去拼搏，全身心的投入，尽情的打拼，使青春的火焰更高、让青春的花儿更艳。

最后，用一幅对联来和大家共勉：忆往昔鲲鹏展翅壮志凌云奏凯歌已露峥嵘;瞻前程青春胜火众志成城谱新曲再闯雄关

我的演讲完了，谢谢大家!

**让青春无悔演讲稿200字篇十二**

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!

**让青春无悔演讲稿200字篇十三**

尊敬的各位领导、老师：

上午好!

“青春”一词史于汉代，原意为春季，即一年的开始。而今，青春象征着勃发的生机与活力、无穷的激情与梦想以及不懈的拼搏和进取，同时，青春也意味着青涩、稚嫩与懵懂，我们只有树立了正确的世界观、人生观和价值观，才能在漫漫的人生旅途中把握正确的前进方向。人的一生匆匆数十载，年逝、青春渐老，“莫等闲，白了少年头，空悲切”的古训时刻在心头萦绕，时不我待，恰同学少年时，自当挥斥方遒，将满腔热忱投注到自己的事业当中，用无私奉献的“神笔”为青春描绘出最绚丽的彩锦，让青春在奉献中燃烧出最夺目的花火。

医生和教师，两个神圣而光荣的职业，儿时的我怀揣着这两个理想难以取舍，如今我要感谢命运的垂青，让我从医学院毕业后成为了一名教师，能够鱼与熊掌兼得。当我第一次站在三尺讲台前，面对着一双双求知的眼睛的时候，神圣的使命感油然而生，我清楚的知道“师者，传道授业解惑也”的深刻含义，韩愈将“传道”放在了第一位，就是告诉我们作为一名优秀的教师，首先要注重学生的人格培养，先育人而后才是教书，并不是照本宣科的将书面知识填鸭式的塞给学生就大功告成的。尤其是作为一名讲授医学课程的教师，我时刻把“健康所系，性命相托”的医学生誓词铭刻于心，这简单的八个字，把作为一名医疗工作者的责任表达的淋漓尽致，而我的职责，就是要培养出有医德、有医术、有责任感的“三有”人才。

青春是迷人的，许多人在青春光华里谱写了辉煌灿烂的人生，宋朝21岁的辛弃疾以“金戈铁马，气吞万里如虎”的气势领兵抗金;周总理19岁时便写了气壮山河的“大江歌罢掉头东”，以表达把青春献给祖国解放事业的决心;雷锋同志19岁参军，甘为革命的螺丝钉，无私奉献，全心全意为人民服务，年仅22岁就献出了年轻的生命。他们是挺立潮头的英雄，是永远不落的星辰，更是我心中的楷模。如果说他们的时代距离我们有些遥远，如果说他们都是特定历史时期的“乱世英雄”，不足以体现新时代年轻人的精神思想的话，那么新形势下的时代英雄，海军大连舰艇学院政治系教授方永刚同志，他的先进事迹，足以感动我们每一个人。方永刚长期从事政治理论教学和研究工作，二十多年来，他始终把学习研究共产党的创新理论作为自己神圣的使命，坚定、忘我、激情地工作着，甚至身患绝症也不舍放下肩上的职责，他的风范和品格显示了一名共产党员政治信仰的力量和优秀教师的高尚境界。

“千江有水千江月，万里无云万里天”，我要把方永刚同志作为学习的楷模，褪尽浮华、开阔胸怀、塑造人生的大气象、思想的大境界。榜样在前，见贤思齐，我将以高度的责任感和使命感，教书育人、为人师表、刻苦攀登、创新进取，为医学教育事业的改革和发展做出自己最大的贡献。

奉献是一种不求回报的给予，奉献既是一种高尚的情操，也是一种平凡的精神;既包含着崇高的境界，也蕴含着不同的层次。奉献既表现在国家和人民需要的关键时刻挺身而出，慷慨赴义，也融会和渗透在日常的工作和生活中。有人说：“教师的形象是蜡烛，为学生奉献所有的光和热;教师的性格是燃烧，为学生宁愿毁灭自己;教师的行为是楷模，为学生坦露着纯洁和正直;教师的欢乐是奉献，为学生熬尽了满腔热血。”长路奉献给远方，玫瑰奉献给爱情;白云奉献给草场，江河奉献给海洋;

**让青春无悔演讲稿200字篇十四**

我们生活在一个靓丽的季节，一个充满青春活力的字眼，我们要去追回与你同行、释放自己青春的能量。

青，是绿色，是生命的颜色，春，是季节，是成长的季节，青春就浊出成在成长季节的那片生命的绿色，是阳光下那片灿烂的笑容。

青春是美好的，也是短暂的，它也许是你人生的一处驿站，不过请记住，即使它象一颗流星，我们也要努力让它成为一次辉煌的闪现，不惧艰难困险，敢于拼搏，志比云天。

中学时代，是我们人生中的一个重要的里程碑，我们知道，风雨会使我们变得强壮，挫折会使我们变得坚强。成熟的思想和高尚的品质，来自于风雨的洗礼和生活的磨砺，我们要面对山峰，去欣赏它的风光，面对未来去争创人生的辉煌，这样才能体现生命的价值。

有人说，19世纪是英国人的世纪，20世纪是美国人的世纪，而21世纪，就是我们中国人的世纪，中国经过几十年来的艰苦建设，已取得了“乘长风，破万里浪”的迅猛发展，但我们不要忘记，我们仍然是个发展中的国家，还有许许多多地方有待完善和发展，要想国家富强，就必须努力，而希望就寄予在我们这一代人身上。

在二十世纪，中华民族前进的道路上，中国共青团留下了英勇奋斗的足迹，做出了无愧于历史的贡献。二十一世纪是一个充满希望和挑战的世纪，中国共青团，将以新的面貌，面向新世纪，以新的作为开创新的事业，在中华民族振兴史上继续谱写光辉的篇章。

我们缅怀“五四”先驱们的业绩，回顾中国人民和青年在整个世纪，走过的历程，作为当代青年团员应当秉承民族精神，高举“五四”火炬，肩负时代责任，让我们用知识加汗水，以满腔热情，去开拓、去创造、去拥抱新希望，来迎接这个机遇与挑战并存的世纪吧。

青春是什么?青春可以是携子之手，浪漫而温馨地漫步于桃红柳绿之中;青春可以是把头发染成五颜六色，在大街上旁若无人地大跳千奇百怪的街舞;青春可以是无休止地泡吧，疯狂地蹦迪，如果还嫌不够刺激的话，那就去蹦极，开飞机。难道，难道青春仅仅就只剩下这些了吗?青春也可以是潜心于科学研究，十年磨一剑;青春还可以是扎根于边疆，一心谋发展;青春更可以是手擎炸药包炸碉堡时那一声惊天动地的呐喊声。青春是整个人生旅程中最绚丽的一站，最奇妙的一站，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，而青春正是我们实现人生价值的黄金时期。青春需要实现人生价值。

**让青春无悔演讲稿200字篇十五**

青春原本是美的，但是你长时间不打理它，再红艳的花也会变得苍白。

喷泉看起来激情四射，其实是内在能量的源源不断、对最高理想的全力奔涌，你的激情稍有松懈、你的梦想稍有萎缩，青春的喷泉就不会足够豪迈，足够壮观——小溪也许是喷泉失去所有高度和激情的结果。

不要说青春就是不落的太阳，就是风调雨顺好年景，就是春风得意马蹄疾，正因为青春的梦想最圆最大最饱满，它才需要更多正能量的支撑，激情对青春的消耗也最多，外在的风调雨顺远远不够，内心矿藏的取之不竭、保持源头活水的滔滔不绝才是正道，你得意，有比你更得意的，何况那些准备笑到最后的，正在默默地积蓄能量，通过对自己的把握，要把握整个春天，乾坤扭转时，你才知道得意仅仅是一种示人的表情，没有长眼睛的马蹄最容易被芳草鲜花绊倒。

鲜花需要绚烂阳光的日日照耀，青春也需要正能量的不断补充。

鲜花只需要不回避阳光就行了，而青春首先需要一双发现正能量的眼睛。

这种发现应该先从自己开始，问一问自己的理想有多高远、激情有多强烈，自己仅仅是一个索取者，还是一个能创造的奉献者?一个对自己失明的人，怎会发现外界的七色斑斓、巅峰连绵?

自卑和自大都是一种破坏力，但如果正确认识和对待，它们也会变成正能量，当你把自卑踩在脚下，它就会成为更高一层的台阶，当你从自大的哈哈镜里走出来，你会对真实和美好有更清醒、更深刻、更完整的领悟，你不再被分裂，你成长为一个谦卑而有力量的奋斗者和奉献者。

有很多青春偶像都曾经怀疑过自己，如李宇春，在进入大学最初那段时间，由于天分不是班级里最高，专业课跟同学差距拉大，她第一次开始怀疑自己，而且变得越来越消极，消极到沉迷网游。为找回自信和对自我的正确把握，她借力老师的帮助和关怀，用了一年多的时间，方才给自己的青春注入了最强劲、可持续的正能量。一个人在自我怀疑时正是学会思考的开始，只要你朝着正确的方向，勇于在黑暗中发现那道认清自我的光芒，青春的正能量就会觉醒，就会爆发，就会带你进入正确的轨道，成为一颗独一无二的恒星。

一个曾经自卑自弃的残疾青年，在成功之后回忆往事，这样感慨，“我能让自己仔细地看看这个世界，有了正确的价值观”，他认为这就是他的正能量，而李宇春的正能量则是“音乐不是工作，那是我的信仰”。所以最好最难枯竭的正能量总是先从自身找起，也总是跟“这个世界”和“我的信仰”密切相关，一个没有“正确的价值观”和信仰理想的人，他发现和接受的“正能量”需要怀疑，只有具备信仰理想的人才能够让最为浓厚的青春活力源源不断地聚集到自己人生的竞技场上，也只有这样的人才能够带领更多人一起奔跑，真正成为传播正能量的领导者。

一位老师认为年轻人应当培养起八种素质，其中一种是“你应当培养起宽广的视野”。这种视野自然也跟认识自己有关，然后你才能够去见足够多的东西、足够好的东西，并且逐渐学会解读和处理各种复杂的问题。见过了足够多的东西、足够好的东西，你就会明白不只是冠军和金牌才有正能量，正能量更多地体现在为信仰、为理想而不懈奋斗的整个过程和满腔激情的付出，只要你怀着一颗从容优雅的心坚持上场、全力以赴，你就会继续走高，在属于自己的巅峰收尾，为自己的青春画上无怨无悔、浓墨重彩的一笔。

李宇春在新歌里高唱：“赌这一把，不要害怕，别人的喧哗。再不疯狂青春就荒了，再不疯狂我们就忘了。荒了就像白活一场，忘了就像没有了过往……”“疯狂”的青春怎能没有正能量?让我们发现和接受正能量，使我们的青春“疯狂”到怒放，“疯狂”到燃烧，“疯狂”到成为一个不老的传奇

**让青春无悔演讲稿200字篇十六**

亲爱的各位同学们大家好，今天很开心在这里和大家探讨《奋斗的青春》这一主题。我就先从我自己的情况开始说起吧。

记得大一的时候，我想，要在大一大二体验各种大学生活，大三大四，安心的做些自己喜欢的事情，至于三十岁之前，我要学各种各样自己喜欢的事情，趁着自己还有激情，就让生活充满激情，如果有一天我累了，那么就去找个地方过着安静的生活。

然而计划总是美好的，目前开来，大三大四有不少遗憾，然而至于有没有一天可以过着安静的生活，现在开来也是当时有些天真了，现在的社会毕竟是活到老学到老，做一个个风中安安静静的也似乎成了一个笑话，可是如果抛开这些，那么计划完成的还是不错的。

刚刚在练字，师姐夫来请教腹肌轮的用法，说我是全才，会书法，工篆刻，打排球，玩橄榄球，没事泡个茶吹个口琴啥的。我笑笑，说只是博而不精而已。这些东西除了体育，都是需要岁月的积淀的，一个是要善于对岁月感悟，还有就是真的需要一些时间，这些是不能走捷径的。我希望现在的这些东西，会随着时间的积淀而愈亦深厚。

下午老师找我谈话，谈了不少，包括关于以后的方向以及其他一些事情。晚上又发了一堆论文给我，不禁一阵头疼，上次给的文章检索表还有一部分没翻译完，这回又是一堆东西。虽然这之后都是老师对我厚重的期望，但是不得不说，现在真的有些感觉时间不够。这不禁然我想到我是不是真的要放弃一些东西。

但是仔细想想，现在的时间不够用并不是没有任何发掘潜力的不够用，只是太多事情我想在还不能熟练的掌握，导致了现在时间不够用的这种现状，也可以说如果我对这些事情的掌握程度增加，那么我不禁可以很好的完成工作，也可以做自己喜欢的事情，只是这些都是需要积淀的，只有积淀到一定程度，那么才可以达到高质量高速度完成工作以及自己的爱好。

又是那两个字，“积淀”。对于这种没有捷径的东西，我有些讨厌，却又有些喜欢，毕竟这种东西做了就会有成果，哪怕不明显，也在进步，没有做的人不可能超过你，但是这做起来有没有捷径，大多是重复单调无聊的工作让人厌烦不已，更重要的不在于它的单调无聊，而在于前期的所谓的积累就是时间夯在上面。

老师是杨集昆老先生的学生，如今也是一方巨擘。他对我说，如今回忆起当初，他最有感触的就是“师傅领进门，修行在个人”，杨老先生完全是放养式的教学，由于经常在自己家做实验，所以平时都不怎么在实验室，而有问题只能自己解决，老师回忆说，由于没有杨先生的太多指导，那时候他们总是犯错，大量的犯错，不过这些错误的经验的积累，早就了他们这一代的辉煌。

记得五年前，我告诉自己青春是用来奋斗的，于是我成了那个学院闻名，学校也不是无名小卒的亮学长，现如今，我明白，青春是用来奋斗的，而所谓的奋斗，就是咬定牙根，坚持着，积累着，不轻易放弃，直到有了足够的积淀，抬起头，眼前豁然开朗。

**让青春无悔演讲稿200字篇十七**

大家好我是来自\_\_\_的\_\_\_：

今天我演讲的题目是《愿青春无悔》。大家听到我这个题目可能有些疑惑，今天的主题是五四运动，你不讲五四精神，不讲爱国情怀，为啥要讲青春呢?因为我知道大家学了这么多年历史，对五四精神肯定都十分了解。但大家知道五四爱国精神在当下要我们青年怎样做吗?这便是我今天所要讲的—愿青春无悔今天是五月二十七号，距离一四年高考只剩11天了，想想一年前的这时候我们在题海里奋笔疾书为高考的样子，就好像还是昨天的事。为了纪念我们高考一周年，有网友倡议说;“等到今年高考那天，穿上高中校服，拿上去年的准考证，等到考生出来的时候，混进人群里，仰天大喊‘题怎么这么白痴啊，我究竟是去清华好呢?还是去北大好呀?好纠结啊?’然后把准考证一撕，‘老子不考了!’接着就等待众人投来惊异的目光吧。

我们喜欢调侃高考，不是我们有多讨厌她，更多的是因为我们为她付出了太多的青春。小时候，我们总是嚷着要报答父母，他们总说“好好学习就是最好的报答了”，现在我们长大了，要报效祖国，原来的那四个字“好好学习”，分量是不是有点不够了呢?

我们的青春就是祖国的未来，我们的青春是否精彩，影响着祖国的未来是否辉煌。高考前的我们，度过青春的方式基本上都差不多。但是大一这一年呢?不同人的差别就大了吧!有些人过得充实，有些人则过得颓废，有同学感叹：大一这一年干的最漂亮的事，就是把开学时交给学校的宿舍费给睡够本了。没错，懒惰，是人的天性，每个人都会有这个缺点。正如有人说的“每天阻挡你成功的事情一共就两件，一是睡醒了就饿了，二是吃饱了就困了”，也正是因为懒惰，我们大多数人都患上了一种叫做“拖延症”的病，就是指我们懒得做一些事，总想把它拖到以后再做。

与拖延症相比，我们很多人还有另一种毛病，叫“选择障碍症”。我们常常在对一件事做决定时，特别纠结，不敢选择，害怕自己选错了，害怕自己后悔。我有时也会这样，原因很简单，我们每个人都不想因为自己的选择，让自己的青春留下遗憾。

在这里，和大家分享一个我应对“选择障碍症”的方法。大家每个人都有qq吧，当遇到很重要的事不知道该如何选择，害怕自己以后会后悔的时候。在qq上写一篇私密日志，从这个问题是如何产生的开始写，一直写出整个经过，还要写出自己为什么可能会后悔。。之后写上这句话“此时此刻我很清醒，我决定的，写在这了，我不后悔”，然后就做出你的选择，认真去做你决定的事。坚定地踏上自己选择的路。

在我高中的毕业典礼上，校长这样和我们说“三年很短，有的同学是打着游戏度过的，有的同学是打着瞌睡度过的，也有的同学是打着手机度过的，还有的同学是打着酱油度过的。不管你是怎样度过的，那都是你自己选择的路，是你们自己的青春。”

是啊，高中三年很短，大学这四年也不会很长。就像我们现在总回忆起高中生活一样，多年后，当你回想起你的大学生活，打开你写的那篇日志时，你会觉得当时那自己的那个决定是对的，那青春是无悔的。

说到这，也许有的人开始思考爱国与我说的青春无悔之间的联系了。和平时期，爱国不需要我们去战场上血拼杀敌;也不需要我们空洞的为党为国唱赞歌。

要的是我们不浪费光阴，不虚度年华，要的是我们做一个合格的大学生，做一个积极奋进的青年，要的是我们无悔于自己的青春。

**让青春无悔演讲稿200字篇十八**

青春是什么?奶奶说：青春是一种回忆;爸爸说：青春是一份感动……面对着眼前这一群十五六岁的学生，我恍然大悟：“对啊，青春是一种责任，青春更是一种幸福!”各位领导，各位老师，大家好，今天我演讲的题目是《无悔的青春》。

假如不是因为我当初不够努力，假如不是因为报考师范可以免试英语，假如没有假如……我今天决不会成为一名人民教师。依稀记得当年有位同学曾慨叹道：上了师范就等于上了贼船。甚至有的同学讥讽道：我宁可上贼船，也不上师范!就这样，十几岁的我在懵懵懂懂之中就上了师范这条“贼船”。

上班后，更加深刻地了解了“家有半斗粱，不当孩子王”的这句老话的真正含义。为人师者吃的清淡，穿的素淡，出门办事遭人冷淡;没有鲜花的陪伴，没有掌声的共鸣，没有丰厚的收入，没有豪华的享受，有的只是生活的忙忙碌碌。面对校园外五彩缤纷的大千世界，面对窗外扑朔迷离的现代风景，我羡慕，我慨叹，我后悔，我无奈……

直到那次检查学生日记，我才真正体会到教师这一职业的真谛。

班内一名很内向的女同学在日记中写下了这样几行小诗：老师我们都坐着，只有您站着。您挥动手臂，摇落满树的果子。雨飘来，雪飞来，老师您岿然不动;风刮来，浪涌来，老师您稳如泰山。其实偌大的教室里只有您站着，您的座位在那里?您的座位在我们心里。

读了这几句小诗，一种感慨猛然涌上心头，我顿时醒悟到：教师不仅是一项职业，更是一种责任，一种使命!于是我暗下决心：既然选择了这一行，就一定要干出个样!

从此，我用左肩担起爱我的学生，用右肩担起我爱的课堂，坚韧执著的挑起教书育人这一重任。

渐渐地，三尺讲台，让我沐浴到了人间最温暖的春风和雨露，让我体验到了世间最珍贵的情谊和友爱。我崇拜讲台的高尚圣洁，在这里，你会生出一种无言的神圣与庄严;我敬仰讲台的淡泊宁静，在这里，你会有一种摆脱了世俗喧闹的踏实与坦然;我感谢讲台的养育与磨炼，在这里，你会有一种自我升华的愉悦。育我者，讲台!成我者，讲台!讲台，将永远是我心灵的归宿与依托。三尺讲台，融进的是辛劳，是陶醉;融进的是师德，是师魂!

教师的日子虽不富裕，但非常充实;

教师的天地尽管狭小，但非常辉煌。

朋友们，同行们，不论是这个职业选择了你，还是你选择了这个职业，我们都应该无愧于“教师”这一称号，都应该让它成为太阳底下最神圣的职业。同船过渡，尚需修行五百年，这个我们赖以生存、又拥有巨大价值的职业，与我们，或许是一种千古之约。

长路奉献给远方，江河奉献给海洋，将青春奉献给教育事业，我无怨无悔。我信心百倍，我豪情满怀。在这里我要告诉全天下人：教书育人，舍我其谁!

**让青春无悔演讲稿200字篇十九**

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。

80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，它表现出了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的交汇点上。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，向我们讲述了帝国主义列强对中国的种种欺凌，讲述了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。

人们每每谈到我们××总是感慨万分。××大地，是一片美丽而神奇的土地，我们××地区也曾在中国革命史上留下过光辉的一页。戎马倥偬的年代，这一方热土，曾经为中国的革命付出了多么昂贵的代价。新中国成立后，这里的人们用自己的双手，凭着××人的勤劳和智慧，使自己的家乡发生了翻天覆地的变化。说起这一切，我们心中总是充满自豪。但是，我们也应该看到，这里与祖国的其他发达地区相比还有着很大的差距，这里个别地方的贫困还有待于进一步治理。这里的整体经济还有待进一步的腾飞。我们，作为××青年，首先应该感觉到的是什么?是责任，感到的应该就是责任。“生我是这片土地，养我是这片土地。”我们爱着脚下的这片热土。我们就要承担起建设家乡，繁荣家乡的责任。

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，明天就是社会的栋梁，要掀起中华腾飞的巨浪。

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