

2023年青春的磨炼演讲稿(精选5篇)

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。优质的演讲稿该怎么样去写呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的演讲稿模板范文，我们一起来看看吧。

青春的磨炼演讲稿篇一

大家好！

今天我演讲的题目是《青春》。

青春是如此的短暂，不仅是那些逝去的时光，也不只是那些个夜晚逝去的群星。还有，我们的青春也在不知不觉地流逝，所以我们的青春不要为不值得的人和事难过流泪，而是应该用我们的智慧与勇敢扬起理想的风帆。少年强，则国强，少年富，则国富，我们应该正确利用时间，做好祖国最美的花朵。

保尔·柯察金曾说过：“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。他不会因为虚度光阴而悔恨，也不会因为碌碌无为而羞愧。

我相信，年轻没有什么做不到的，只要想。心有多大，未来的舞台就有多宽广。人生短短几十载，不要给自己留下任何遗憾。

只有启程，才会到达理想的终点；只有拼搏，才会获得辉煌的成就；只有播种，才会收获不同寻常的青春。青春，应该是奋斗的、努力的。

很想问问你们爱国吗？从前曾为中华民族的民主科学独立奋斗的热血青年，是他们在我们中国受欺负时站出来！在斗争

中，青年燃烧着激情，挥洒着鲜血凝聚成熊熊烈火。这种青春是多么的绚丽啊！

希望大家互相鼓励，互相促进，路是用脚踏出来的，历史是人写出来的，人的每一个举动都在书写自己的历史。

青春不仅需要激情和奋斗更需要一颗勇往直前的心。

奋斗吧，青春；燃烧吧，青春！

我的演讲到此结束，谢谢大家！

青春的磨炼演讲稿篇二

大家好，今天我要演讲的主题是，高考须尽力，青春要无悔。

巴金在自己的随想录中说过。“人不是点缀太平的而是工作的，正因为有了荆棘，才需要我们在荆棘中开辟道路。”一个人来到世界上，平平坦坦过完一生是毫无意义的。要建立自己的天地，让成为主宰自己的主人。

只要有我们坚定的信心和勇气，高考的荆棘便不会阻碍我们通向成功。相反，荆棘是我们成功的垫脚石，磨难使我们越挫越勇。在荆棘丛中开辟道路！

我的演讲完毕，谢谢大家！

青春的磨炼演讲稿篇三

青春是什么？青春是轻盈欢快的小溪，青春是健康跳动的脉搏，青春是美好生活的依托，青春是事业成功的希望。如果你是一滴水，你是否滋润了一方寸土？如果你是一缕阳光，你是否照亮了一份黑暗？如果你是一粒粮食，你是否哺育了有用的生命？不要轻看这一滴、一缕、一粒，正是这点点滴滴

滴、丝丝缕缕、颗颗粒粒，灌溉的是良田万顷，照亮的是锦绣中华，哺育的是新的生命，而绽放的正是青春中最美丽的花朵！

工作者是美丽的，奉献者是快乐的。当我在报纸上看到了《马班上的邮递员》这篇文章后，心灵被深深地触动了。王顺友一个普普通通的乡邮员，一份平凡得不能再平凡的工作，却凭着他对生活的热爱和对事业的执着，用自己的脚一步步丈量着工作的艰辛和快乐，诠释着奉献者的给予与获得，展示了一个共产党员的伟大情怀和崇高境界。王顺友是一面镜子，在他身上，我们读懂了什么叫忠诚执着；什么叫乐观向上；什么叫爱岗敬业；什么叫无私奉献。

生命中最大的奖励并不是财富的积累，而是奉献带来精神上的满足！在我们的心目中，奉献就是抗洪英雄的奋不顾身，是抗非典医务工作者的置生死于度外，是教师们“春蚕到死丝方尽，蜡炬成灰泪始干”的高尚情怀；奉献是李素丽的任劳任怨，是牛玉儒的一心为民，是王顺友的爱岗敬业。奉献就是一篇篇气势磅礴、可歌可泣的动人诗篇！

奉献既是一种高尚的情操，也是一种平凡的精神。更加蕴涵了我们青年一代在本职岗位上的恪尽职守和兢兢业业。

xx年我踏上了邮政工作的岗位，和那些刚走出校门，步入社会的许多学生一样，渴望实现人生价值，渴望人生的成功。我被分配到储蓄组，在那里明确了自己的奋斗方向，暗下决心，把三尺柜台作为展示个人风采的平台，作为展现邮政职工精神风貌的窗口。记得有，局领导安排我参加区局的练功比赛，比赛的项目是点钞，这是局领导对我的信任。但是这次练功比赛我没有取得名次。通过这次事我看到了自己的差距，也知道了无论做什么事都要付出努力。于是我除了利用上班时间练习点钞外，回到家后也加紧练习，就连看电视手里也拿着练功券。通过我的努力，在局内的练功比赛中我得了第一名，这让我又有了自信。不仅点钞要练好，各项业务

技能都要过硬。

几年来，我一直都在认真揣摩如何做好前台服务，怎样在有限的工作时间内创造更大的效益。要做到服务让用户满意，微笑是表达情感的最好方法，我总是会用灿烂的微笑接待来这里办业务的每一位用户。我们提供的文明优质服务，是一种内心的深刻感受，而不是生硬的词语和格式化的程序，用户到我这里来办业务都有一种到家的感觉，优质的服务其实是心与心的交流，走进客户的心，才能获得客户的回报。

敬业是奉献的基础，乐业是奉献的前提，勤业是奉献的根本，而青春则是激情奉献的绚丽舞台！

作为年轻一代的邮政职工，我感到无比的自豪，因为在我的周围、在我们的行业中，一个个鲜活的事例和榜样激励和促进着我的成长，他们敬业爱岗，开拓创新，无私奉献，用自己的实际行动谱写着一曲曲动人的青春奉献之歌。为了邮件能够顺利的送达，他们牺牲了多少个节假日；为了支局有能很好的完成任务，他们白天揽收，晚上挑灯夜战；为了储蓄余额的增长，他们到企业走访，发展代发工资。正是因为有了他们无私的奉献，才有了邮政辉煌的成绩，才有了邮政蒸蒸日上、不断发展！即使用尽所有的加减乘除，也算不尽他们所做的奉献；即使吟遍所有的诗词歌赋，也颂不完他们的敬业之歌！

朋友们，让我们擎起“青春”的火炬，吹响“激情”的号角，高举“奉献”的旗帜，在改革大潮中，劈波斩浪，勇往直前，共创邮政事业灿烂辉煌的明天！

青春的磨炼演讲稿篇四

大家好！

高驻的舞台，七彩的灯光，闪耀着每个观众的眼，星星点点

的灯光就像一个又一个调皮的精灵，带着我们开启今晚的欢快之旅——圣诞晚会，我们每一个人怀揣着那兴奋又激动的心情，等待着美好的夜色下，重现梦幻之旅的惊喜。

“开始了，开始了”坐在后面的同学紧张的对我说，回过头去，看着她满目的期待，我不禁的握紧双手，心中小鹿在胸膛里跃动着，“今晚会有有什么节目呢？会有哪些人登上这个舞台？……”伴着我的思想乱想，灯光终于的聚在了这个数千双眼紧盯的舞台，伴随优美动听的歌声，迎来我们的主持人——晚会在主持人专业的引说词间，缓缓展开，像一幅画面，像一条锦绢，像一涓泉流，渐渐的，拉开了表演得序幕！

开始了，就沸腾了。歌曲、舞蹈、小品、相声、一样又一样，我们的掌声不断的在体艺馆的上空盘旋，余音绕梁，我看到的不仅仅是我们株外学子的各项才艺，更看到的是每个人的努力。在这里，我们就是主角，尽情的展现着自己，我们为了自己而付出着，我们站在这耀眼的舞台上为的不是荣誉，而是用自己的青春点燃这个夜晚，我看到的是台上的精彩，也为台上所有带给台下的努力与汗水，我看到了，我笑了，为自己而笑，也为台下观众美的欣赏的所有人而笑，加油！加油！

不知不觉间，时光就从你的指尖流逝，就这样，到了晚会的压轴节目。

一声声高亢激情的朗诵，唤醒了我渐渐沉静的细胞，我睁开了本有几分疲惫的眼皮，听着台上四个领诵与后面初三学子的齐声朗诵“……把快乐装入行囊，迎着朝阳，青春作伴，扬帆起航！”“扬帆起航……”勾起了我那成长的回忆。

凤凰山下，有我美丽的校园，在这里，我度过了我最难忘的初一生活，在这里一年半的时间里，我成长了，我奋斗了，我努力了，也快乐了，不再管旧水曾在我伤心时流过脸颊，

心里的欢喜与快乐，伴随着曾经快乐的回忆，我似乎看到了前方的路还很长，“还会经历什么呢？”我想，就算还有太多的挫折与荆棘在等待着我去越过，我也会笑着走过，笑着走下去……让我们把快乐装入行囊，迎着朝阳，青春作伴，扬帆起航！

青春的磨炼演讲稿篇五

今天，我们是幸运的一代，生活在黑土地上，沐浴着党的光辉，感受着现代化大农业给北大荒带来的神奇变化。而这种日新月异的变化，却与一种精神密不可分，与一种价值形影相随，这就是北大荒精神和北大荒核心价值观。

今天，北大荒精神已作为一种创新意识，与大庆人的创业精神，龙江交通人的创优品格，成为省委开展“三创”活动的一面旗帜。作为我们年轻人，如何发扬五四青年的精神，如何把“三创”活动同自己的事业联系在一起，同垦区发展现代化大农业联系在一起，是摆在我们面前刻不容缓的问题。

有人说，我们的生活有两种方式，第一种方式是像草一样活着，第二种方式是像树一样活着。作为小草，每年都在成长，但是你毕竟是一棵草，你吸收雨露阳光，却永远长不大。而树却不同，即便是一颗树的种子，纵然被人踩到泥土中间，却依然能够吸收泥土的养分而成长起来，长成参天大树，赐予人们一片浓浓的绿荫。活着是美丽的风景，死了依然能当栋梁之才。

我欣赏默默无闻的小草，但我更钦佩参天的大树。毕竟，大树有一种“生当做人杰，死亦为鬼雄”的洒脱与豪放，即使变成火炬，也有一种燃烧自我，照亮别人的慷慨与悲壮。

作为一名刚参加工作不久的科研工作者，我的经历可能和其他人不太一样。刚走出校门时，我满怀着创业的梦想，到一家上市公司参加了工作。本以为上市公司实力强大，能给自

已提供一个很好的平台去实现梦想，但实际情况却事与愿违，具体情况不想多说，必定端过人家的饭碗，又怎能讲人家的坏话。因为公司的待遇非常好，我在金钱与梦想之间徘徊了几天，最后我还是决定离开公司找一个能真正实现梦想的地方。

孤独无助的我，走了几家有实力的科研单位，当我来到农垦科学院水稻所后，被北大荒的农业科研工作者们深深地感动了。我毅然决定到农垦科学院水稻研究所工作。当然，也非常感谢所里领导，给了我一个千载难逢的契机。在这里大家会产生疑问，是什么让我有这么坚定的选择？我想在这里大声说，是北大荒人执着的创业精神，强烈的创新意识，高尚的创优品格，让我深深地爱上了这里。这里有我梦寐以求的团队，有我展示才华的舞台，有我放飞梦想的驿站。

记不清，有多少个晨光熹微的黎明，记不清有多少个满天繁星的夜晚，领导都与科研人员一起，同甘共苦，同舟共济。为了保证科研的严谨，无论多脏活累活大家都抢着去做。正是这样一种对事业的痴迷，深深地感染了我。我想，一个有实力的单位不是因为单位本身有多大的实力，而是因为单位拥有一个多大实力的工作团队。在水稻所这样一个优秀的团队里，我和其他的年轻科研人员一样，青春迸发出如火的激情，生命放射出耀眼的光芒。

老一辈的科研工作者，用他们一往无前的创业精神，启迪着我们的智慧，鼓励我们去创新；身边知名的专家学者，用他们至高无上的人格魅力，激励我们去创优。我们不能墨守陈规，要迎合时代的发展开与社会的进步。现在有个现象不知大家注意到没有？农村在家种地的人越来越少了，进城打工的人越来越多了，尤其是现在的年青人，都幻想着凭空一越，跳出农门，来一个华丽的转身。有人会说这和我们搞农业科研毫无关系，可我要说，不仅有关系，而且关系非常大。不是吗？我们的许多科研成果尚不能为农村剩余的劳动力提供创造效益的平台，一些不切实际的研究，不能迅速地转化成生产力，

一些创新成果尚处于“养在闺中人未识”的尴尬境地。无数个鲜活的事例告诉我们，我们的科研人员能否利用农村的剩余劳动力，在原有土地的基础上，让粮食生产再上一个新台阶？也许，有人会认为，这是一个不切实际的幻想，但我要说，一切皆有可能！我们肩负着共和国粮食安全的光荣使命，我们要用占世界百分之七的土地养活占世界百分之二十二的人口，这个任务有多光荣，这个使命有多神圣！让我们为自己大声喝彩！

各位同仁，二十一世纪，信息交流日益广泛，知识更新大大加快。中华大地鼓角连营，时代浪潮催人奋进，我们要勇于创业，敢于创新，乐于创优，善于把所学的知识运用到改造主观世界和客观世界的活动中去。作为一名新世纪的农业工作者，作为农垦北大荒科研团队的一员，我们要勇往直前，把壮丽的青春奉献给这片神奇的沃土，让神圣的使命赋予青春无限的光彩。

接下来，我想用一首诗来结束我的演讲：

诗的名字是：生命中的绿色——青春

青春是早晨的太阳，他容光焕发，灿烂耀眼，所有的阴郁和灰暗都遭到他的驱逐。

青春也不仅仅是一声声的赞美，它更是拥有使命并为之奋斗不息的源泉。

青春是蓬蓬勃勃的生机，是不会泯灭的希望，是一往无前的勇敢，是生命中最辉煌的色彩。

生命不仅仅是一滴滴的鲜血，它更是渴望燃烧的激情。

因为生命的光环，一个个被践踏的身体赋予了新的灵魂，

因为青春的绚丽，一个个飞舞的思绪会聚成一首悲壮的挽歌。

海阔凭鱼跃，天高任鸟飞，青春相信——只有想不到的，没有做不到的。

挑战并存的世纪吧！

谢谢大家！