2023年不负韶华励志演讲稿(优质6篇)

典礼的目的之一是通过一系列规定、安排和仪式来传达特定的信息和意义。如果你正在为比赛总结苦恼，不妨看看下面的这些范文，或许能给你一些新的思路和观点。

不负韶华励志演讲稿篇一

亲爱的老师、同学们：

大家好！

古人云：“布衣暖，菜粮香，还是读书滋味长。”从五六年级到初中，从初一到初二，在这几年中，我读了许多书，体会到了读书的滋味。朱自清说过：缓缓地咀嚼一番，便会有浓密的滋味从口中流出。这浓密的滋味便是我所体会到的读书的滋味。

以前，我并不喜欢读书，而且是那种一读书就头大的人，一看到文字就很不想读下去的人。那后来我为什么又喜欢读书了呢？那是上五年级的时候，有一次老师让我们写读后感，并且规定不准抄袭，这可就苦了我了，我以前写读后感都是从作文书或网上摘抄下来的。在没有办法的情况下，我只好硬着头皮去读书。当我极不情愿的翻开一本《鲁滨孙漂流记》的时候，我发现里面的故事很快地吸引了我，我渐渐的融入了鲁滨孙的生活，在书中与鲁滨孙一起冒险，一起在荒岛生活，一起快乐，一起伤心。

从那以后，我迷上了读书。每一次读书，我都与里面的主人公融为一体；每一次读书，都在“书海”中遨游，在“书林”中散步，在“书山”中攀爬，在“书空”中飞翔；每一次读书，我常常读的废寝忘食，忘记了吃饭与休息；每一次读书，我都听不见窗外的风雨、父母的呼唤，都是在父母的

催促下，我才极不情愿地走出书的.海洋，与书中的主人公告别。

上了初中，我不再局限于读故事书，而是更加向往读关于历史的书与诗文。从《上下五千年》这本书中我体会到了历史的渊博，历代皇帝的昏庸与智慧，从中了解中国历史的由来。从《繁星·春水》中感受到了现代诗的优美，从中体会到冰心对母爱、自然、童真的理解。从《古诗三百首》中我体会到了古诗中的韵味，感受到了许多伟大诗人在诗中所表达的对世界万物的感情，诗中的许多诗句至今都令我印象深刻。

这个暑假，语文作业中规定读两本书，一本是《钢铁是怎样炼成的》，一本是《骆驼祥子》。我认真地按照作业规定读了这两本书，从中受益匪浅。从《钢铁是怎样炼成的》中，我认为大家应该向柯察金学习，学习他那种不向命运屈服，顽强与命运作斗争的精神。而从《骆驼祥子》中，我看到了半封建半殖民的旧社会的腐败，这种腐败使一个老实的车夫变成了旧社会的行尸走肉。

我刚开始写作文的时候，写的一点也不好，语言不通顺，用词不恰当。只要一听见“作文”两个字，我就像猫见了老鼠一样。可自从喜欢上阅读以后，我学会了怎样写才能让作文丰富多彩，怎样才能情真意切，还学会了许多写作文的技巧与方法。从此以后，我不再害怕写作文，而是开始有些喜欢写作文。现在，我开始自己动手写文章，有时一气下来，已写了几大页。也许是平时积淀的太多，又或许是有感而发。我犹为喜欢冰心的散文，形散神不散，有时会试着模仿。渐渐觉得，散文不过是随心所欲，把内心的想法不加修饰的写出来罢了。偏偏这种心声，是最简单又最能打动人心的。

阅读，使我收获了知识，让我的写作能力提高，使我的青春中充满阅读，让我的青春更加丰富，更加多彩缤纷。当然，阅读中也多了我的青春。

我的演讲到此结束！谢谢大家！

不负韶华励志演讲稿篇二

敬爱的教师们，同学们：

梦想,是春天的第一朵鲜花;梦想,是夏天的第一束灼阳;梦想,是秋天的第一颗果实;梦想,是冬天的第一片雪花;梦想，是沙漠里的绿洲;梦想，是吹响生命的号角.....山溪的梦想是大海，囚鸟的梦想是蓝天，树木的梦想是大地。我的梦想是什么?我的梦想我的梦!

物尚且如此，何况人乎?纵观古今中外，凡成大业者，哪一个没有远大的.梦想!是啊!一个人没有了梦想,那么他的生活就像在大漠中失掉了罗盘,迷失了方向.如果一个人没有了梦想,那么就像鸟儿失掉了翅膀,永远不能飞翔.如果一个人没有了梦想就像太阳失掉了光辉,永不能射出耀眼的光芒!

司汤达的忘却警言和梦想，是遭人鄙弃的。我两者都没有卸，我树立了自己的梦想，坚信自己就能实现。梦想是事业的大门，是登堂入室的旅程，这个旅程的尽头，就有成功在等待着。

每个人都有自己的梦,因为有了梦，才有梦想，有了梦想，才有梦想，才有为梦想而奋斗的人生经历。雪野茫茫的小草，寒冷孤寂中怀抱着“梦想”取暖;征途迢迢南飞的大雁，因为“梦想”才不停地往前飞。志向是人生前进的动力，那么梦想是希望和梦想的灵魂，奋斗、挣扎、超越，就是打破无知的道路，走向梦想的殿堂。

梦想，是我们每个人心中的一盏明灯，它可以为我们指出前进的方向。然而，梦想也是被需要的一个奋斗目标，但是它需要我们自己来实现。世界万物都有自己的梦想，梦想是石，敲出星星之火;梦想是路，照亮夜航的路;梦想是火，点燃熄

灭的灯;梦想是路，引你走到黎明。

太阳总在有梦想的地方升起，月亮也总在有梦想的地方朦胧。梦想是永恒的微笑，我的梦想不尽，我要梦想之花永不合拢,为了梦,那遥远而真实的梦想,我会努力前行!

不负韶华励志演讲稿篇三

老师们，同学们:

大家下午好!

今天我发言的题目是：稳定心态、轻装前进、提高效率，向大学进军。

时间似流水，转眼间我们离高考只剩下一百天，今天我们聚集一堂，就是要共同宣誓，共同加油，争取每一位同学都取得高考的胜利。

人生有许多梦，唯有少年之梦最美。老年人的梦多是对往昔挥逝去的岁月的留恋，而青年人的梦则是对美好未来的希望。希望，是梦想，也是幻想。实现了，就是梦想成真，破灭了，就是幻想成空。人生紧要关头决定性的只有几步。今天我们开这个百日应考誓师大会，就是提醒大家，我们个人一生紧要关头到来了。

距离高考的时间越来越紧，学生们的学习压力越来越大。决定命运的日期准备就要到了，在这样时候，说空话、说套话是不必要的。在这里，我想强调三个问题：

第一句话是轻装前进。在战斗即将打响的时候，部队要兼程到达指定位置，必须轻装前进。我们也一样。

要想轻装前进，首先要明确目标。我们唯一的目标就是考上

大学。我们唯一的任务就是复习备考。这一点要明确。所谓轻装前进，关键是放下包袱，放下所有包袱。把主要心思转到学习中来，把一切与复习备考无关的事放下。把人与人复杂的个人关系、个人感情、私人恩怨放下。要适当地放弃，这还需要勇气。与高考无关的许多人、许多事，在必须的时期会有很大的价值，但高度当前，它们的价值要往后放，到了大学校园之后再继续。如果真的能置疑一个目标决定自己的百日生活，那么放弃也不件难事。

第二句话是稳定心态。首先要充满信心。大学扩招之后，众说纷纭，但一个重要的基本点是人人都关注的，那就是有志者有了发挥的天地，每个人都有大学可上。只要努力奋斗，认真学习了，皇天不负有心人，有付出必然有回报。你有具体可行的目标，只要自己付出了，就必须能够实现。心理上个人可以每天暗示一下自己：我能行，我必须行。我能学会，我能考好。我能稳定自己的心态，我能把握自己的命运。其次稳定心态还要做到学适时调节个人情绪。与人有矛盾怎么办?遇上困难怎么办?家庭变故怎么办?成绩波动怎么办?每一点小小的挫折，都也许导致个人终生的成败。

心理上有问题，可以说是最大的问题。自己解决不了，可以请人帮助解决。要真正保持民族教育的稳定，还有一个劳逸结合的问题。善于搭配时间。不同的学科，不同的训练方式、不同类型的习题，有时需要在不同的时间去做，有时需要相互插花式搭配完成。我们讲抓紧时间，不是把一切时间都用来学习，该吃饭时要吃好饭，该喝水时要喝好水该休息时要注意休息，该锻炼身体时也不能忘记锻炼身体。百日冲刺，要把自己调节到最佳状态。现在人看高考，是智力、体力与心态的总体较量，不仅仅在学习本身。所以劳逸结合的重要性不言而喻。

第三句话是提高效率。轻装前进本身就是为了提高效率，在此基础上，我们还要讲究一切与效率有关的问题。在最短的时间内尝到最多的知识，保持最好的心态，以最快的速度提

高自己的成绩，百日增长一百分也是也许的。关键是要有效率意识，不能死学、盲目用功，而要巧学，根据个人特点制定复习备考计划。

第一是抓紧时间，见缝插针，利用一切也许利用的时间用于学习。我校开学之初，已经有一此学生提前到校，夜夜学习到十一二点，这里个好现象。用秒来计算时间，会发现其实百天时间还可以学习许多东西，还可以提高许多分数。如果把现在关键的时间浪费了，就把一生都耽搁了。要想不浪费时间，许多人的体验，那就是生活、学习有计划性，计划越细，遵守计划越严格，效率就越高。第二是讲究方法。有些学生学习一直很认真，精神上压力很大，但成绩始终提不起来，这与方法有关，必须要树立方法意识，改善自己的学习，从提高效率上下功夫，有钢使到刀刃上，这一百天往往可以立竿见影。不必须盲目学习他人的所谓经验，关键是打到适合于自己的提高效率的学习方法。不要一条路直到黑，最后是一头撞在南墙上。必要时总结一些方法，多法并用，努力改变自己。山重水复疑无路，柳暗花明又一村。

同学们，大学离我们越来越近了，未来向我们呼唤，光明的前途属于我们，努力吧，我等待着大家的好消息！

不负韶华励志演讲稿篇四

尊敬的老师、同学们：

大家好！

梦，是沙漠里的一滴甘露;梦，是悲伤失望中的一句安慰;梦，是人们心灵最深处的渴望。诗仙李白说过：“穷且益坚，不坠青云之志。”我们在这个复杂的社会中最不能丢失的就是心中的信念。相信我们能梦想的，我们就能实现。

记得以前上学时，总喜欢和同学聊明星八卦，侃世间美曲。

尤其是张杰的那一首“我们都一样”是我的最爱。只要每次音乐一响起来，我就会不由自主的`哼起“我想我们都一样，渴望梦想的光芒，这一路喜悦彷徨不要轻易说失望。”这一句真的让我感触颇深!

此刻的我们经历了太多世俗的洗礼，似乎已经迷失了自己。以前心中那些所谓的梦想随着时间的流失早已不复存在了。此刻来说梦想，仿佛是天方夜谭。梦想在我们心里早已不是重心，似乎就是一个生命的过客。它就如那夜间的昙花一现，好像从来就不曾住进我们心里。

其实我们每个人不是没有梦想，只是随着时间变化，久而久之，我们的心就麻木了。觉得人生没有什么不一样;就是一天一天地过日子。总感觉以前心中的梦想有些能够说是妄想。所以觉得梦想与我们是可望而不可及。日子久了，梦想就被我们遗忘了。当我们再拾起对梦想的回忆时，我们会觉得自己有成就感。因为光明和期望总是降临在那些真心相信梦想成真的人身上。

诺贝尔物理学奖获得者李政道到了82岁高龄，还没有放弃对前沿问题如：黑洞、暗物质、中微子等的研究。正因为他怀有一颗充满梦想的心，他明白有了梦想就会有期望，有期望他的潜心研究就会有结果。我过的伟大诗人屈原心存梦想，幼时不顾长辈的反对，独自一人在洞中偷读《诗经》，熟读《诗经》305篇，在众多民歌民瑶中吸取营养，最终成为了伟大诗人。

一个人能够贫困，低微，可是不能够没有梦想。相信黑夜过后的光芒依然美;相信就算有再大的风雨也阻挡不住我们对梦想的追求。只要梦想存在一天，就能够改变自己的处境，改变自己的命运!

不负韶华励志演讲稿篇五

亲爱的朋友们：

大家好!

偶然间，发现我们已步入了那道令老年人羡慕、中年人留恋、少年人向往的青春风景线。澎湃着青春的热血，洋溢着青春的热情然而，曾几何时，我们这些带着彩色的梦走进大学校园的莘莘学子们却拥着青春，在被赋予“本科大学生”之称的壮丽岁月里，高喊着：平平淡淡才是真。旦有人认为“与世无争，恬淡一生”便可无忧无虑的生存，颇有要把老庄的“无为”思想发扬光大之势。是什么使我们充满青春活力的校园生活减退了缤纷的`色彩呢?又是什么使我们真实的熔浆凝固，不再有来自内心深处的热血沸腾?是因为我们没有走进梦想中的象牙塔?是因为我们未走出自我困惑的地带?还是因为我们的心真的不再年轻，确实把一切都看的平淡了呢?然而我要说不!都不是!主宰世界的是我们，放弃世界的仍然是我们。

不再回头的不只是那古老的辰光，也不只是那些个夜晚的星群和月亮，还有我们流逝着的青春。所以请拒绝平淡，告别无为，让我们的青春在阳光下真正的飞扬起来，激荡起来!

让我们在阳光明媚的日子，愉快地歌唱;在花开的日子里，遨游知识海洋，一起编织梦想;在飘雨的季节里，用心情的音符，谱写青春悦耳的篇章!任前方荆棘丛生我们将持之以恒。茫茫学海中，我们要做勇敢的水手，乘风破浪，共赴前程。青春的脚步如行云流水，青春的岁月需要知识的滋养。让我们把握生命中的每一天，向着成功的彼岸前行。

不再为落叶伤感，为春雨掉泪;也不再满不在乎于地挥退夏日的艳阳，让残冬的雪来装饰自己的面纱;岁月可使皮肤起皱，而失去热情，就也可以使灵魂起皱，让生命失去激情。所以，

我们要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。当我们抛弃了迷茫，掌握了航向，当我们共同努力，不懈的摇桨，青春的激扬乐章终将奏响！

我的演讲到此结束！谢谢大家！

不负韶华励志演讲稿篇六

敬爱的教师，亲爱的同学：

大家好：

青春——这个曾被我们无数次吟诵、无数次咏叹、无数次自作多情哼哼的美丽字眼，但我们拥有它时，总不免出奇地慷慨，犹如百万富翁一掷千金地挥霍无度。

欧阳斌的《青春如梦》中提出这样一个挽留青春的妙计——“减少十岁”。即将自己的年龄按实际数减去十岁，然后所有的生活方式都作相应的调整。不可否认，这的确可以产生一种补偿效益，至少可以在心理上弥补些许损失。然而我以为最根本的变革在于改变青春的量度单位，使青春的量度单位不再依赖生理而是依赖于心理。

事实上，青年拥有青春，但不等于青春，如果你用“青春”作为青年的代名词，那么，你错了。青春绝不是青年的专利。心理保持青春的魅力之所以千百倍地胜过生理拥有青春的魅力，是因为它不受任何时空限制，不因人因事因地而异。然而，这一妙计又是那么不现实，减少十岁？怎么可能？只是在人们挥霍这份如梦时光时的’自嘲自解罢了。如果说这是一个妙计，我倒会认为它更像一个“损计”。

如今，青春依然在忽忽流逝，如云，如梦——

在我心里，一个步入花季的女孩，唯有一份信念，一份坚持，

那便是学习，美好的年龄，我不愿失去，失去后才懂得珍惜的遗憾遗留在这样的年龄里，未免太伤感？当意识到青春将要告别时，才蓦然醒悟：一个凝重而悲凉的时刻降临了！

踏着青春节拍，怀着美丽梦想，开始出发吧！

我的演讲到此结束！谢谢大家！