

最新释放青春的正能量演讲稿 青春的正能量演讲稿分钟(通用8篇)

梦想是无私的，它可以让我们为了自己的梦想而奋斗。以下是一些制胜竞聘的技巧和策略，希望对大家在竞争中能够取得成功。

释放青春的正能量演讲稿篇一

尊敬的各位领导，各位同事：

大家好！

毛主席对广大青年寄予厚望，强调“世界是你们的，也是我们的，但是归根结底是你们的。你们青年人朝气蓬勃，正在兴旺时期，好像早晨八九点钟的太阳，希望寄托在你们身上”。中国共产党中央也对中国青年也提出了殷切期望，强调青年最富有朝气、最富有梦想，青年兴则国家兴，青年强则国家强。广大青年要坚定理想信念，练就过硬本领，勇于创新创造，矢志艰苦奋斗，锤炼高尚品格，在实现中国梦的生动实践中放飞青春梦想，在为人民利益的不懈奋斗中书写人生华章。这都体现了当代领导对青年的关注。

梦想就是动力。经过半个多世纪特别是改革开放30多年来的艰难探索和奋斗，中国人民找到了一条建设中国特色社会主义的正确道路，并将在这条道路上把我国建设成为富强、民主、文明、和谐的社会主义国家，实现中华民族的伟大复兴。这是广大中国青年共有的“中国梦”。要实现“中国梦”，就需要青年人脚踏实地、埋头苦干。要树立远大的理想，有自己的“梦”，这样前进才能有方向，同时还要刻苦学习、扎实工作，立足本职岗位，相信通过每一名青年的共同努力，最终必将以更加开阔的思路、更加有力的措施，迎接新时期的任务和挑战，展现青春风采，共筑中国梦想。

作为青年人，要勇敢肩负起时代赋予的重任，为实现梦想贡献青春的力量。梦想变成现实，不仅需要青春的激情，更需要责任感、使命感和默默奋斗的精神。现阶段要实现中国梦，我们要走的路还很长，肩负的任务还很艰巨，可能遇到的困难和挑战还会很多。我们要坚定理想信念，永远紧跟党走，高高举起中国特色社会主义伟大旗帜，把中国特色社会主义事业不断推向前进。

要经受锻炼、增长才干，不断提高与时代发展和事业要求相适应的素质和能力。我们要敢于有梦、勇于追梦、勤于圆梦，这就要求我们加强学习和锻炼，不断提高与时代发展和事业要求相适应的理论素养和业务能力。要刻苦学习，长期积累，坚持不懈，养成终身学习的良好习惯。

要上下求索、开拓进取，在平凡的岗位上作出不平凡的成绩。我们要具有坚定的事业观，具有为推进事业而顽强奋斗的精神力量 and 实践能力。要以高尚的职业道德和高度的事业心、责任感，勤勤恳恳、扎扎实实地做好本职工作。

要大力加强思想道德建设，自觉践行社会主义核心价值观，培养高尚的道德情操和健康生活情趣，始终保持蓬勃朝气、昂扬锐气、浩然正气，用自己的模范行为和高尚人格感召群众，引领社会风尚。

而作为调查干部，站在国家宏观经济运行监测的最前沿，肩负重要数据调查、分析等重要责任，其素质的高低、能力的强弱，直接影响着社会经济的持续、快速、健康发展，更在一定程度上影响着“中国梦”的进程。这一特殊身份就决定了我们xx人必须勤于学，善于思、敏于行，牢固树立“真实可靠、科学严谨、创新进取、服务人民”的核心价值观，勇于担当起绘就“中国梦”的开拓者。

要勤于学。这是当好干部的基本素质，今年以来，我队以开展群众路线教育实践活动为抓手，以建设学习型机关、学习

型领导班子、学习型干部为载体，引导全省调查队系统干部学习精神、法规、政策文件、工作方法等基础知识，把学习作为一种政治责任、一种精神追求、一种生活方式，不断提高干部的知识化、专业化水平。

要善于思。作为干部，经常面临着许多压力与难题，要冷静思考，依法，加强思想武装，提升党性修养，始终保持头脑清醒、立场坚定、实事求是、服务人民。要高度关注国内外经济发展环境，准确理解国家宏观经济调控政策，提升战略思考和分析判断能力。对“怎样提高公信力”“怎样做好服务型”等问题要有自己的见解，鼓舞、激发青年干部干事创业的信心和决心。

要敏于行。美国西点军校有句名言说，细节决定成败。对干部来讲，细节首先表现在严谨细致和创新进取中。是否注重细节、敬业乐业将会决定你自己事业的成败。

坚定理想信念，就是要满怀对自己事业的热忱和希望，相信自己的奋斗目标。在日常工作中，不单要坚定自己的理想信念、坚定每个中国人的‘中国梦’都能够实现的信心，更要把这种‘正能量’传递下去、传播开来，助力全社会坚定理想信念。对青春，对中国梦，对当代青年的责任与担当我们有了更多的领会与感悟。扎根基层、奉献青春。这不倒的理想信念，将永远激励着全国广大青年为中国梦矢志奋斗！

我的演讲完毕，谢谢大家！

释放青春的正能量演讲稿篇二

大家晚上好！

我是来自__学院__班的___，今日我所演讲的题目是《放飞梦想青春飞扬》。

在开始我今日的演讲之前，我想先给大家朗诵一首我刚入大学时所做的诗，《杂感》：

步入大学志气存，莫学他人睡眼昏。鸷鸟安于雀同群，看我展翅如青云。

是的，刚步入大学的我们总有用不完的活力去开拓属于自我的生活空间，我们都期望自我能够像雄鹰一样飞翔在那片辽阔的天空。我们入学生会，竞选班委，参加各种各样的社团组织，忙的是热火朝天，在各种各样的舞台上展示自我的才华，释放自我的青春活力。也有一些同学将自我的全部热情投入到书本中去，整日泡在图书馆里，以书为伴，与书交友，在书中寻找一方净土安放自我的心灵，默默的提升着自我的素养，为有朝一日自我的腾飞而积蓄力量。我想说的是无论我们以什么样的形式来度过自我的青春，来度过自我四年的大学生活，期望大家不要忘记自我初入大学时的梦想，不要忘记自我远大的志向，只要我们坚持，努力，认真做好我们所做的每一件事，我相信我们终会有所收获。作为一群热血的青年，我们应当有信心让自我的青春飞扬在那片辽阔的天空。

我们正处在风华正茂的年纪，我们的青春本就应当是充实的。我们不能只把自我的梦想只搁置在床上，蒙头大睡之际做一个长长的不切实际的梦！不是有这样一个脑筋急转弯吗说：“若要把梦变成现实，我们首先应当做什么？”是的，答案就是赶紧醒过来，赶紧醒过来吧！当我们昏昏欲睡时有没有想过我们的父母正在做什么？同学们啊！我们的青春还能经得起怎样的挥霍！朱自清先生曾在他的《匆匆》里这样写道：“我不明白他们给了我多少日子，但我的手确实是渐渐空虚了。在默默里算着八千多日子已经从我手中溜去；像针尖上的一滴水滴在大海里，我的日子滴在时间的流里，没有声音也没有影子。我不禁头涔涔而泪潸潸了。”我不明白，我们同学们在回望自我所走过的岁月时，会不会像朱自清一样因感叹时光的飞逝而泪流满面。但我们的青春确实是在键

盘鼠标间，在香甜的美梦中悄悄溜走了。

同学们，赶紧醒过来吧。珍惜我们所拥有的每一分每一秒，以清醒的头脑去迎接挑战，趁着我们还有活力与活力，还有梦想与追求，背起行囊去闯荡一番吧！读万卷书，行万里路，增加我们的阅历，去多交一些朋友，在生活中磨砺意志，锻炼自我的本事。

请同学们记住，青春不是粉面桃腮和朱唇红颜，而是坚定的意志丰富的想象，饱满的情绪；青春不是短暂的岁月和鲜红的色彩，而是一种永远充实，开放，活跃，蓬勃向上的心态，不断沸腾的滚滚热血。

是骏马你就扬蹄远足，

是雄鹰你就展翅翱翔。

为自我的梦想插上坚实的翅膀，让我们的青春飞扬！

释放青春的正能量演讲稿篇三

尊敬的各位领导，各位老师，同学们：

大家好！

我是来自五年级1202班的聂倩婷。今天，很荣幸能站在这里演讲，我演讲的主题是《中华崛起》。

五千年的征程，一路风雨一路行。多少年来，革命先烈的精神是永远不变的。当我，身为一名中国人，能够站在五星红旗下庄严仰望，心中油然升起一阵亲切。看着红旗在蔚蓝的天空上冉冉升起，我便有一种保护家园的使命感。我为自己生长在红旗下而喜悦。

太多太多的苦难和欺凌，太多太多的艰辛和无奈，像巨石一样压迫着中华民族。终于，中华崛起了！当天安门迎来新一轮的太阳，当被鲜血染红的五星红旗在风中飘扬时，中国人民站起来了！当“中华人民共和国”这个名字在世界上诞生时，几亿人民在欢呼，在歌唱，在歌颂五星红旗！如今的中国，早已迈向世界！中华民族的复兴，早已实现！

今天，我们是祖国的希望，明天，我们是祖国的栋梁。祖国永驻我心，我心属于祖国！中国更加强大，更加繁荣昌盛，这，就是我的中国梦！

我的演讲完毕，谢谢大家！

释放青春的正能量演讲稿篇四

尊敬的教师，亲爱的同学们：

大家好！

我是来自__班的__，我今日要给大家演讲的题目是《学校青春颂》。

青春，是活力的代表，是年轻的象征；青春，为世界进礼貌，为人类造幸福。以青春之我，创造青春之学校，青春之国家，青春之人类。时光飞逝如流水，充实的学校生活伴我走过了十一个春夏秋冬，它让我学到了很多知识，懂得了许多道理，更主要的是，在时光的匆匆流逝中，我对学校的感情更深了，更浓了。

我的学校，你是美丽的、和谐的。当清晨第一缕阳光悄悄撒落大地，降临学校时，我伴随着耳边轻轻吹过的阵阵微风，尽情地享受难于形容的惬意，舒心地背诵英文单词，欢乐的吟诵诗词美文。在这优美的环境中，一切都显得那么明快，被阳光照得闪亮的窗里，传来琅琅的读书声，那是用青春和

热血铸造的音符，那是用梦想和信念谱写的乐章。

我的学校，你是一个欢乐、幸福的大家庭。在这个和谐的家庭中，教师就像爱抚自我的孩子一样，对我们淳淳教导。在我们的交流中，语言是一座美丽的彩虹，它架起了雨过天晴的桥梁，沟通了我们原本陌生的心，使我们变得和谐，变得融洽，欢乐更在无言中。

我爱我的学校，我爱那明亮的教室，宽阔的操场，碧绿的草坪，我更爱我的教师和同学。在学校里，我们放声高歌，我们活力奔跑，我们在欢度一个五彩斑斓的青春时代。同学们，期望之光已在地平线上冉冉升起，让我们刻苦勤奋，开拓进取，让我们携手共创完美人生最美丽的际遇，让我们一齐让我们的学校永葆青春的辉煌！

多谢大家！

释放青春的正能量演讲稿篇五

大家好！

我在追梦的路上一边彷徨无措，一边寻找指路的灯！当我听到中国梦的时候，想象着未来国家的繁盛与昌茂，心中的激动久久不能平息。一个大国的崛起之梦，该需要多少的人和物来实现啊。但就是这么一个“崛起”，却让几代的中国人夜不能寐！

在激动过后，我却一度不能相信中国梦能够实现。

可是，当我看到那些勇敢的人，那些无畏的人，那些可敬的人的时候，我对梦想冷淡的心又重新火热了起来。我仿佛听到了梦想的召唤，听到了那些传自人与人之间的正能量的召唤！

什么是正能量？

他们是永远不会凋零的战争之树，那棵树挥洒出绿色的正能量，当他开花结果时，整个人间都能嗅到清冽的芬芳！

什么是正能量？

什么是正能量？

是为了自己的梦想，克服挡在身前的一座座高山，淌过一条条涧水，纵然需要走过千里万里路也永不放弃。我们中国的梦宏大广阔，需要几代人的共同努力才能实现。但站在前方探路、指挥的领导们却从不言弃，默默耕耘，坚持而努力，方能得成正果。

我也将和这泱泱华夏一样，让自己的梦和这壮丽的山河崛起之梦维系在一起，让自己的一一点一滴融入到更大的梦想里，我想，想要靠近太阳，为此而努力着，就算最终到不了太阳，但一定能够踏足月亮！

梦想的正能量正在酝酿，我将细细品尝这能量的美，让梦勇敢启航！

谢谢大家！

释放青春的正能量演讲稿篇六

尊敬的老师、同学们：

作为普通人，在这里提起“道德”二字，似乎有些不当，但实际情况却是，我们的民族对于道德宣传切已深入人心，包括象我这样的普通人；再者，道德的约束力对任何人都是存在的。

也许有人会问，什么是道德？道德就是调整人与人之间及个人与社会之间关系的行为规范。我认为，道德就是爱国爱民团结互助；道德也是勤奋节俭努力上进；道德更是遵纪守法，洁身自好；道德还是文明礼貌自尊自强。

当春回大地的时候，重拾道德的话题，感觉既熟悉又陌生。毕竟，道德在我们生活中与我们紧紧相随，每时每刻都不曾分离，道德与人类同生，与社会同生。

英籍作家韩素音曾说过：“现在全世界最大的毛病是什么？是没有道德。”她在几十年前就这样说这个世界了，现在的时代背景等等方面都与那个年代不一样了，其道德的规范会有所不同，但有一点是不会变的，那就是只要过于注重强调个人的利益而损害别人的利益，这就是不道德的。

一位哲人说过：“道德普遍被认为是人类最崇高的目的。”时代在发展，社会在进步，道德是国家民族兴旺的基础，一个国家应该有一个国家的精神脊梁，一个民族应该有一个民族的道德先锋，孔繁森，李素丽便是道德的表率。他们用自己的实际行动向众展示了忘我为民的风貌，如一缕春风，暖人心。

怎样做一个有道德的人？我个人认为，首先要做到“勿以善小而不为，勿以恶小而为之”。三国时期的刘备曾经以此教导过他的儿子。我们如果能够从身边小事做起，严于律己，那么我们每做一件事情，我们的道德水平就会得到一次升华。积跬步，以至千里；汇小溪，以成江海。我们要善于由大及小，从大处着眼，从小处着手，决不要以微小而不足道，细小而不足为。

做一个有道德的人，要注重培养自己的道德观念，必须注意到知、情、意、行的统一。不能只讲动机不计效果，也不能只根据效果去判断其善恶。要注重道德认知，处理好知与行的关系，注意实际行为的锻炼，在实践中增强道德情感、意

志力。

古往今来，沧海桑田。虽然时光在流逝，时代在变迁，但是道德建设的重要性不仅没有消减，反而与日俱增。我们党和政府对公民的道德建设十分重视。人们常说：道德是石，敲出希望之火；道德是火，点燃希望之灯；道德是灯，照亮人生之路；道德是路，引导人们走向灿烂辉煌。

让我们从现在开始，从自己开始，自觉地做道德建设的宣传者、实践者和捍卫者，做一个有道德的人。

每一个人都渴望拥有美好的明天，生活在鲜花盛开的大地渴望不是等待，幸福美满的生活必须创造和拥有以人与人的道德标准为标志的精神文明和物质文明。加强法制建设，遵守市民公约，请相信，蓝天、白云、阳光、雨露、幸福。和平将永远与我们同在。

释放青春的正能量演讲稿篇七

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：“历史上的事件与人物，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！

释放青春的正能量演讲稿篇八

青春是热情奔放，责任却坚定如山；青春是神采飞扬，责任却使人眉宇紧锁；青春的你有时以挥霍光阴来显示洒脱，责任却使人感喟人生的厚重与珍贵。青春和责任就这样看似矛盾，但最后统一到了我们青年身上。下面是本站小编为大家整理了青春演讲稿范文3分钟3篇，希望能够帮到你。

尊敬的领导、老师、亲爱的同学们：

大家好！

青春，一个多么美好而又令人向往的字眼。它是热情的，张狂的。

而责任，它并不是一个甜美的字眼，它有的仅是岩石般的冷峻。正如英国王子查尔斯曾经说过：“这个世界上有许多你不得不去做的事，这就是责任。”没错，责任是冰冷的，约束的。

人们总难以将青春与责任联系在一起，一个神采飞扬，一个却是约束劳累。但是，陈独秀说过：“青春之于社会，犹新鲜活泼细胞之于身。”于是，为社会奉献青春成为了我们的责任。

青春是一笔弥足珍贵的财富，但是，有的人却对自己的青春毫不负责，多少风华正茂的年轻人，挥霍时间，浪费生命，将人生的花样年华虚度在网吧中，舞厅内。多少新闻报道过不少处于花季雨季的青少年少女，由于沉迷网络，而荒废学业，最后有的甚至走上犯罪的道路。他们是否知道：浪费别人的时间是谋财害命，浪费自己的时间则是慢性自杀。他们不担当起青春的责任，白白蹉跎了岁月，葬送了自己的前途！

青春的脚步如行云流水，生活的道路靠我们探求。莫叹息，莫停留，要思考，要奋斗，趁风华正茂，莫让年华付水流。

是否记得1920xx年的5月4日？在民族危亡的关头，一群青春挺身而出，用羸弱的肩膀担起了民族救亡的重任，他们用青春，扛起了救国家于水火的重任。往今来，多少仁人志士为了“责任”二字，用青春，用热血，用生命去履行，去扞卫。同样青春的我们，如今的任務便是好好学习，如今的责任便是把国家建设得更加繁荣富强。

青春不是游戏人生，它是积极进取，不屈不挠。它是那句“为中华崛起而读书”的回音。

青春不是粉面桃腮，它是迎难而上，吃苦耐劳。它是那一句“有国才有家”的气魄。

同学们，青春是一道美丽的风景线!虽然美丽的青春难常存，但只要我们有常驻青春的豪情，有为国为民的责任，让我们的青春年华承担责任，我相信我们将永远拥有这份美丽。

谢谢大家。

沁人心脾的芳香，那是青春的气息;闪烁耀眼的金黄，那是青春的光芒;撞击心灵的震撼，那是青春的力量。青春是一本书，有悲伤也有欢乐;青春是一条河，有平缓也有险恶;青春是一个早摘的苹果，有甜有涩，青春是一条充满风景的路，有平坦有坎坷!

因为青春，才能飞翔!迈着青春的步伐，我们活力十足，热情奔放;吐着青春的气息，我们信心百倍，开朗大方;带着青春的力量，我们昂首挺胸，步履铿锵;露着青春的笑容，我们美丽端庄，自信坚强;怀着青春的希望，我们积极进取，努力向上;拥着青春的梦想，我们扬起生命的风帆，朝着朝阳升起的地方起航!

因为青春，所以快乐!青春，用她清脆嘹亮的声音，呼唤我们内心久久沉默的激情;青春，用它动听柔美的歌喉，牵引我们心中深深遮掩的希望;青春，用她激昂有力的词汇，描述我们生活中每每出现的美丽缤纷!青春，让我们敢想敢做，我们努力，我们奔跑，我们坚持，我们不倦，所以我们无悔!

青春，生命中最耀眼的那颗星。可是，忽然发现，那竟是颗转眼即逝的流星。

当我们自甘堕落的时候，她正迈着矫捷的步伐悄悄从我们背后走过;当我们迷茫懦弱的时候，她正敲着警钟急急地催促我们;当我们不知进取的时候，她正驾着时间的马车快速地从我们身后驶过……可是，没人留心她的脚步，没人在乎她的即将离开。于是，我们大把大把的挥霍着青春，直到有一天，我们发现自己不再那么强壮了，不再那么有活力了，我们才

害怕她的远去，我们才开始去寻找她的足迹，却迟迟看不到她的身影。我们后悔了，可她的确不会再回头了！她把自己藏起来，因为我们的不珍惜，她绝不会再用自己的尊严换取我们所谓的不在意。他和我们玩捉迷藏，却永远不会让我们找到她。她用这个特殊的方法，告诉了我们，她是圣洁的，是值得珍惜的！

我的朋友，你们听到青春的呼喊了吗？你们听到她的心声了吗？如果你听到了，请紧紧抓着她的手，把握好她，别伤了她。如果有一天她必须要离去，也希望你们会毫无遗憾的，开心的互相告别！

青春是一段无知的奔忙，总会留下颠沛流离的伤；青春是一道明媚的阳光，总会带来天真无邪的欢；青春是一场雪，总会盖去花样年华的歌。在人与道德、与社会、与现实的碰撞，摩擦中，它让我们明白感恩，让我们追寻理想。

在毕业之际，有人曾问我：“你的理想是什么？”我不假思索地说：“成为一名作家，把文字的欢乐带给世界。”时光如白驹过隙，当我一只脚迈进中学的大门，又有人提到这个问题，我从心底深处的那片净土里刨出这个理想，我开始迷茫，开始惊慌，如同森林中那条十字路口，让我无从选择。

那天，我又回到了母校。母校还是依旧，如诗、如画，笼盖在操场上方的榕树遮天蔽日，它的枝干更加拼命地向四周伸展，满树的绒花，仿佛历史的古画，染尽了亘古绵延的琳琅。我坐在树底下，又翻开了那本珍贵的相册，里面记录了我们六年的美好时光，每一张照片，都记载了一个关于我们理想的故事。我笑着，合上相册，眼里含着泪光，仰着头，望着那方被榕树伸出的“手臂”，遮挡住的湛蓝天空，眼中却是一片绿色的汪洋。我找到了理想的方向。

伸手触碰理想，又是遥不可及的距离，不禁使我黯然神伤，我开始失神，想要放弃。“好久不见。”她说，一如从前的

神态。我一愣，却还是报以微笑。她是我的尊师，我的启蒙导师，是她拉着我的手，将我从无知的黑暗世界带入光明。热爱文字，传承文字的重任，是她与我心灵的交接，我对她有着无比的崇敬。她在我身旁坐下，温和地笑，问：“我们多久没见了，最近还好吗？”我点点头，却又不禁愁眉苦脸，忐忑不安地回答：“老师，我对自己的未来充满着迷茫，未来就像一团浓雾，我不知道自己能否为着自己的理想而努力、而奋斗？”她轻抚着我的发，语重心长地说：“一个人有理想才有动力，未来不是迷雾，如果你认为自己的理想是正确的，就去做吧！毋须怀疑。”我的心被撼动，如心中激起的浪花，拍击着坚硬的岩石。我的眼里又盈满泪花，抬头，倒影着绿叶的泪珠和那股自信的力量又汇成了那片绿色的汪洋。我会告诉自己：我要坚持，我在坚持。

理想是青春路上的火，点燃熄灭的灯；理想是青春路上的灯，照亮夜行的路；理想更是青春人生中的一条路，引我走向黎明。

我的青春飞流直下，而我的理想却在青春的瀑布中逆流而上。