# 2024年青年节演讲比赛演讲稿示例(五篇)

来源：网络 作者：雨后彩虹 更新时间：2024-10-14

*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。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？下面我给大家整理了一些演讲稿模板范文，希望能够帮助到大家。青年节演讲比赛演讲稿示例篇一大家好!我演讲的...*

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。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？下面我给大家整理了一些演讲稿模板范文，希望能够帮助到大家。

**青年节演讲比赛演讲稿示例篇一**

大家好!

我演讲的题目是《流泪不如流汗》。

流泪和流汗虽然都是生理现象，但是只要你仔细去分析，它们又是不同的。

当我们遇到困难，或是遭遇挫折时，有的人总是一把鼻涕一把眼泪地哭，有时甚至哭上半天，丝毫不知自己为何要流泪。记得有一次我有几道数学题不会，得不到解答，于是就哭了。这时爸爸走过来说：“柔吟，你不能因为几道数学题而哭。知道吗?流泪不如流汗，如果你肯花点时间去思考，下工夫去研究，就对你很有帮助了，多流一些汗，总比流泪要值得。”

我听了，马上擦干眼泪，再坐回去，仔细地分析题目中的每一个字，尽管汗珠一滴滴地流下来，我也不去擦拭，因为我知道了“流泪不如流汗”的道理。

在稻田里，经常可以看到那拿着锄头，‘旧出而作，日落而息的勤劳的农夫们，正一次又一次用锄头翻松泥土。看，汗水正从他们的额头流下，从他们的脸颊滑过，但他们不在乎，还是继续劳作。他们花力气流血汗，最后总会有收获。所谓“一分耕耘，一分收获”就是这个道理，可以说收获是流汗换来的。

一滴泪水和一滴汗水是不同的，流泪的人到最后还是一无所获，但是流汗的人羚力地工作，最后毕竟可以尝到成功的果实。

“流泪不如流汗”，我们别再浪费这宝贵的时间，想想：当你滴下择珠时，成功的果实已在萌芽，收获已在眼前了。同学们，多下点儿功夫，多流点儿汗，开创自己的一番大事业吧!

谢谢大家!

**青年节演讲比赛演讲稿示例篇二**

各位领导、各位评委，来宾们、朋友们：

大家好!

很荣幸能有这样的机会参加今天的演讲会。我叫何思颖，是xx中学的一名普通学生。我演讲的题目是《重视安全珍惜生命》。

当我们背着书包高高兴兴来到学校时，当我们举家团聚、同享天伦之乐时，大家是否感到快乐幸福呢?可是就在我们身边每时每刻都有一幕幕的悲剧在重复上演着：一个又一个孩子被无情的车轮夺去父母，一个又一个美满的家被大火烧得满目疮痍……他们撕心裂肺的哭喊声是那样强烈地震撼着我。于是我来了，来到了这个讲台上向大家高声呼吁：“重视安全、珍惜生命!”

我们每个人都在不停地追求着幸福，可是什么是幸福呢?这样才能拥有幸福呢?我的耳畔响起了孙悦的那首《祝你平安》：“祝你平安喔祝你平安，让那快乐围绕在你身边，祝你平安喔祝你平安，你永远都幸福是我最大的心愿。”因此，我今天要说：“平安才是幸福!”“平安”这两个字顿时有了千钧之重的分量。没有安全意识，就没有了个人生命财产的平安保障;没有安全意识，就会失去家庭的幸福欢乐;没有安全意识，就没有社会的稳定与国家的昌盛。安全意识的淡薄、安全知识的贫乏总是会让我们听到一串串长鸣不停的安全警钟，看到一幕幕血与泪的教训：

xx年河北省查实发生了7起特大安全生产事故，共计造成176人遇难。该省安监局有关负责人认为，少数个体企业主要钱不要命，违法生产和私挖滥采等因素导致灾难发生。

xx年重庆开县“12.23”特大井喷事故，243人遇难、数千户人家生命财产遭受重大损失。调查表明;灾难发生的直接原因是明显的违规行为、疏忽大意、管理不善、应急抢险机制缺失。

某市一家纺织厂的一位28岁的女工，她有一个刚满一岁呀呀学语的孩子，一家人欢声笑语整日不断，那日子恰似蜂蜜拌白糖甜蜜蜜。但不幸的是在1997年12月25日，她在工作中被机器夺去了年轻的生命。姐妹们怎么也不敢相信，上班时还有说有笑的她，怎么就突然消失了呢?她匆匆去了，留下了哭天喊地的父母亲人，她的老母亲饱尝了白发人送黑发人的痛苦;她匆匆去了，没来得及跟朝夕相伴的丈夫说一句话，没来得及再看一眼尚在嗷嗷待哺的一岁娇儿;她匆匆去了，使她的家庭宛如“花红时，无奈朝来寒雨晚来风”一般肢离破碎。麻痹大意、违章操作，正是这场悲剧的直接原因。

……

我曾经读过这样一篇短文——《一封无法寄出的信》，至今记忆犹新。信是这样写的：

亲爱的爸爸：

您知道吗?每当夜深人静时，我就会想起从前，从前那个温暖幸福的家：您常用有力的臂膀把我高高地举起，妈妈呵护的目光中透着笑意，爷爷奶奶笑声朗朗……可是这一切都因您酒后驾车化为乌有。当您离开的噩耗传来，奶奶急晕了过去，一连几天不能下床，妈妈双眼哭肿，每天只是望着您的照片呆呆地发傻。

爸爸，我是多么的爱您!可我又怎能不怨恨您呢，您可知道这几年女儿是怎样度过的啊?在学校我怕写关于“家”的作文，别的同学都会写：“我有一个幸福的家，家中有爸爸、妈妈……”可我呢，车祸留给我的是一个破碎凄苦的家。白天，我怕走在街上，我也怕见到汽车，但是，我更怕回家，怕看见爷爷奶奶那苍苍白发，怕看见妈妈红肿的双眼;晚上，我怕睡觉，怕在睡梦中……被妈妈的哭声惊醒。爸爸，女儿好怕呀!您都知道吗?知道吗?学校开家长会，望着别人拉着爸爸的手，又蹦又跳走进教室，我好羡慕啊!我轻轻来到校门口等啊，盼啊，盼着爸爸您能从天而降，可是盼来的只是两鬓斑白、腿脚不灵，却还要支撑着来为孙女开家长会的爷爷。

爸爸，这都怪您，怪您酒后驾车，怪您不遵守交通规则。您让女儿，让我们的家失去了太多、太多……

这封信我已经不能再读下去了。“前事不忘，后事之师”，别人用鲜血和生命换来的教训，难道不能使我们警惕吗?难道不能让我们心痛吗?难道还不能让我们把“重视安全、珍惜生命”铭刻在心吗?愚者用鲜血换取教训，智者用教训避免流血。假如我们每个人都能以此为戒，重视安全，珍惜生命，那么我们就能够拒灾难于千里之外。

然而生活中的安全隐患却无处不在，祸患常起于小事，事故多出于忽微。哪怕是你一个多余的意念，一次侥幸的心理，一次小小的麻痹大意，都可能酿成巨大的事故;哪怕是你一个不该的眨眼，一个细微的不规范操作，一个粗心的决定与行为，都可能击碎幸福平安的梦想。只需一个烟头，就可以酿成一场森林火灾，就可能引起一次井下瓦斯爆炸的矿难;只需一颗螺丝钉的松动，就可能是一次车毁人亡的惨剧，就可能是工厂停产的重大损失……

**青年节演讲比赛演讲稿示例篇三**

尊敬的领导，亲爱的同事们：

在阳光明媚、初夏来临的五月，我们又迎来了新世纪的的重要节日--护士节。今天，当我们又一次团聚在自己的节日里，我们每个人的心中都涌动着一股无言的欣喜：因为我们有幸成为一名白衣天使，成为护理战线上朝气蓬勃的生力军，为着社会的安全、为着人民的健康，我们挥洒着我们的汗水，奉献着我们的青春。每当旭日唤醒黎明，上班的号角吹响，我们一顶燕尾帽、一袭白大衣又开始了新一天的工作，带着炽热的爱心，穿梭在没有硝烟的战场，拯救着那些无助呻吟与满脸痛楚的患者，每当这时候，我们想到的更多的不单单是我们的职责，更是把患者当作我们的亲人，为着他们的早日康复，我们无怨无悔地奔忙„„

在我们心理康复科，几乎每天都会迎来因各种心理疾病入院的患者，看着他们痛楚的脸庞，无助的泪水，甚至歇斯底里的叫喊，这一刻，我们想到的更多的是我们肩上的重任和我们担当的职责。

作为白衣战士，谁都知道我们的工作很平凡，我们给病人打针，我们给病人发药、铺床、输液，„„每天，我们都干着同样单调的工作，日复一日，年复一年，我们的工作很琐碎，我们的精力很有限，我们需要照顾病人，我们还要兼顾家庭，我们也希望能两全其美，但是往往我们付出更多的时间和精力是给予了我们的患者。我们的工作时间不固定，我们的休息也没有规律，说句实在话，作为年轻人，特别是刚刚踏入工作岗位的年青人，谁不想拥有闲暇假日?谁不想追逐浪漫舒逸?谁没有几分脾气?谁没有几分娇弱?但自从选择做护理工作的那一天开始，我们就知道，我们面临的将是什么。我们在苦累中感受着呵护生命的快乐;交班、接班、白天、黑夜，在忙累中把握着生命轮回的航舵。在医院特有的气氛中，我们走过了清纯的少女时代;从无助的哀号中，我们消耗了炙热的青春年华;在白色蒙蒙的氛围中，我们用一颗真诚的心来丈量无数个夜晚的漫长;在亲人的期待和埋怨声中，我们把自己奉献给了一个个身患疾苦的病人„„

在为患者治疗时，我们有过被患者拒绝的尴尬，有过被误解而遭来平白无故的指责。但庆幸的是：我们并没有因为这样的压力而变得麻木不仁，变得惧怕工作。虽然我们会

有遭到患者误解的委屈，但我们深知我们服务的每一个对象都是需要我们耐心帮助并在病痛中苦苦挣扎的患者。

从每一位患者初来时的满面愁容，到离开时的眉开眼笑中，我们看到了我们这个职业的价值，那一刻，我们是多么的自豪和骄傲啊!因为我们的工作得到了肯定，我们的收获有了回报!

我们要学习南丁格尔精神，做一名有作为的护理工作者。首先要学习南丁格尔怀有一颗慈爱的心灵。第二是要学习南丁格尔为护理事业献身的精神。第三是要学习南丁格尔平等热心地为需要关怀的所有人们服务。第四是要学习南丁格尔不断总结经验，在自己的事业上卓有建树。全面认识社会与自我，维护理职业的圣洁与崇高。要营造全社会关心、尊重、理解护理工作的良好氛围。

踏着春天的脚步，“5，12”护士节又来了。亲爱的护理姐妹们、白衣天使们，让我们接过南丁格尔手中的明灯，发扬南丁格尔“燃烧自己，照亮别人”的精神，把我们满腔的激情奉献给护理事业，把爱心播撒到每一位患者的心里。我们的工作很平凡，但是我们在平凡的岗位上我们也有不凡的业绩和价值，让我们不负重托，团结协作，开拓创新，为我区护理工作事业的美好明天而一起努力，把我们的青春与梦想一起放飞吧!

**青年节演讲比赛演讲稿示例篇四**

男：每当晨光初现，我们胸怀青春的梦想，披荆斩棘，一路前行

女：每当繁星满天，我们回味奋斗的征程，内心激荡，感慨欣慰

男：我们用梦想点缀青春，让青春无悔

女：我们用梦想激励青春，让青春飞扬

男：是梦想，让我们停不下拼搏的脚步，指引我们砥砺奋进

女：是梦想，让我们熄不灭心中的信念，呼唤我们面向未来

男：中国梦，凝聚着华夏儿女的殷切期盼

女：骆中梦，回响着骆中学子的铮铮誓言

男：我的梦，熔铸着青春成长的美好愿景

女：尊敬的各位领导、各位评委

男：参赛的各位选手以及现场的观众们：

【合】大家，上午(下午)好!

女：大家好，在学校朱校长的提议下，由教务处主办，校团委承办的骆驼坳中学“中华魂-放飞梦想”演讲比赛终于拉开了序幕，在此谨代表大赛的承办方感谢学校的支持，同时也欢迎大家光临比赛现场。

男：担任本次演讲大赛的评委有\_\_\_\_\_\_;还有语文三个年级的备课组组长。

欢迎各位评委的到来。

女：现在宣布本次大赛的评分标准：本次大赛采用百分制，其中主题占30分，要求主题鲜明思想性强，联系实际贴近生活，思维敏捷逻辑性强;语言表达占30分，要求语言优美准确简明，抑扬顿挫铿锵有力，表达流畅口齿清晰，使用普通话;艺术表现占25分，要求富有激情感染力强，精神饱满表情自然，肢体语言使用得当;演讲效果占15分，看观众反应，看气质、形象和着装，看时间把握。本次大赛共设一等奖\_\_\_\_\_\_名;二等奖\_\_\_\_\_\_名;三等奖\_\_\_\_\_\_名;优秀奖\_\_\_\_\_\_名。

男：另外本次大赛还设立了稿件优秀奖，依据上交稿件质量评出一等奖\_\_\_\_\_\_人，二等奖\_\_\_\_\_\_人，三等奖\_\_\_\_\_\_人。比赛马上开始了，希望参赛选手注意比赛规则，把握好时间，超常发挥，赛出风格，赛出好成绩。选手的成绩采取平均分制，去掉一个最低分，去掉一个最高分，最后平均得分为选手的最后得分。

女：好，现在有请第一位选手上场，来自高\_\_\_\_\_\_班的\_\_\_\_\_\_\_，她演讲的题目是《\_\_\_\_\_\_》。

串台词\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

男：接下来有请(接下来是)(下面有请)(接下来出场的)第\_\_\_\_\_\_位演讲者，来自\_\_\_\_\_\_的，他演讲的题目是《\_\_\_\_\_\_》。 女：第\_\_\_\_\_\_位选手高明的最后得分是\_\_\_\_\_\_。

男：接下来有请(接下来是)(下面有请)(接下来出场的)第\_\_\_\_\_\_位演讲者，来自\_\_\_\_\_\_的，他演讲的题目是《\_\_\_\_\_\_》。 最后一个上场的是高\_\_\_\_\_\_班的\_\_\_\_\_\_，他演讲的题目是《\_\_\_\_\_\_》。

。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。。 女：寻几许阳光放飞梦想，驾一叶扁舟挥洒青春。青春是一个不需要装扮的行程，它充满激情，富有幻想，它满怀希望，憧憬未来。然而青春又是短暂的，它转瞬即逝，年华不再，这需要我们用心去呵护，用行动去放飞梦想。至此全部选手已经演讲完毕，最后上场的一位同学的成绩稍后揭晓，下面有请\_\_\_\_\_\_校长对本次大赛做精彩点评发言。有请\_\_\_\_\_\_

男：\_\_\_\_\_\_的点评，高屋建瓴，从主题到技巧，从语言到演讲效果，深入浅出，客观评价了本次大赛的演讲，并针对同学们的演讲提出了具体要求，提出了希望。让我们以热烈的掌声感谢\_\_\_\_\_\_。

女：下面揭晓\_\_\_\_\_\_和\_\_\_\_\_\_的最后得分，\_\_\_\_\_\_最后得分是\_\_\_\_\_\_分，\_\_\_\_\_\_最后得分是\_\_\_\_\_\_分。

男：大家翘首期待的最后成绩已经统计出来了。下面，请 为大家宣布比赛成绩。

女：对各位取得优异成绩的选手表示祝贺。

闭幕词

男：回顾历史 我们心潮澎湃

女：展望未来 我们热血沸腾

男：今天 梦想从这里启航

女：今天 青春在这里呐喊

男：今天 我们向骆中庄严宣誓：

【合】青春无悔 梦想驰骋!

男：骆驼坳中学“中华魂-放飞梦想”演讲比赛到此结束!谢谢大家!

**青年节演讲比赛演讲稿示例篇五**

大家好!

生命不仅仅是一滴滴的鲜血，它更是渴望燃烧的激情;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。因为生命的光环，一个个被践踏的躯体赋予了新的灵魂;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。

时光的老人又一次送来了五月，迎来了又一个“五四”青年节。在享受祥和、安宁的幸福生活之时，我不禁想起了那些曾经为中华民族的民主、科学、独立而抛头颅洒热血的青年们，是他们，在民族遭受屈辱的时刻挺身而出，以力挽狂澜之势救黎民于苦难。在斗争中，青年们敢于直面惨淡的人生，敢于正视淋漓的鲜血，他们以燃烧的激情和鲜血凝聚成精神的火炬，点燃了未来。这种青春是多么的绚丽夺目呀，这种使命感是多么的震撼人心啊!

今天，我们幸运了，沐浴着党的光辉，感受着一浪高过一浪的经济大潮。在物欲横飞争名夺利的驱使下，在追求潇洒的物质享受的刺激下，在灯红酒绿和花花世界的歌舞升平中，或许我们被乱花的溅入迷糊了双眼，或许我们被金钱侵蚀了灵魂，或许我们早已认为满腔激情的历史远矣……，这一切的一切，难道是在珍惜青春、拥抱青春吗?

青春是美好的，没有使命感的青春便是贫血的青春。青年是祖国的未来，是民族的希望。在任何一个时代，青年都是社会上最富有朝气最富有创造性、最富有生命力的群体。我们要怎样才能实践自己肩负的历史使命，怎样才能使自己的青春光彩照人呢?

放眼看吧，在我们社会主义现代化建设的征途中，涌现出许许多多的新时代青年的楷模：维护正义的邱娥国，党的好战士高建成，战地英雄许杏虎、朱颖，海空卫士王伟以及无数的奔赴新闻热点的记者和与病魔作斗争的医务工作者，他们就像汪洋大海里的一滴滴水，折射出太阳的光辉。

作为新世纪的大学生，我们要树立远大的理想。人的一生只能享受一次青春，当一个人在年轻时就把自己的人生与人民的事业紧紧相连，他所创造的就是永恒的青春。我们要坚持勤奋学习，立志成才。二十一世纪，信息交流日益广泛，知识更新大大加快。形势逼人自强、催人奋进。我们要跟上时代步伐，更好地为现代化建设贡献力量就必须学习学习再学习，打下坚实的知识功底。

在学习中，还要善于创新，善于实践，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，不断成才。我们要注重锤炼品德。优良的品德对人的一生至关重要。在全社会提倡诚信、讲究文明的今天，已经成为知识分子的青年大学生们更应该树立正确的世界观、人生观、价值观，树立起正确的名利观，努力培养良好的品德，提高综合素质，完善人格品质，做有益于祖国和人民的人。

国家的繁荣富强、人民的富裕安康、社会主义制度的巩固和发展需要几代人，十几代人甚至几十代人的努力。艰苦能磨练人，创业能造就人。青年一代的我们，只有做到勤俭节约、艰苦奋斗，才能顺应时代发展的潮流，才能真正地做到把个人的前途和命运与国家、民族的前途和命运紧密相结合。同人民紧密相结合，为祖国奉献青春，这是当代青年最嘹亮的口号，我真心地希望，这不仅仅是口号，更是我们青年一代的旗帜!

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