# 最新不负青春演讲稿400字(5篇)

来源：网络 作者：莲雾凝露 更新时间：2024-08-14

*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。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。不负青春演讲稿400字篇...*

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。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

**不负青春演讲稿400字篇一**

2、无论你觉得自己多么的不幸，永远有人比你更加不幸。

3、生活其实很简单，过了今天就是明天。

4、无理由拼了命，即使风雨里奔跑，也要让自己微笑！

5、不论你在什么时候开始，重要的是开始之后就不要停止。

6、心中有梦，才能看到远方。心中有路，才能走得踏实。

7、做的今天，回顾的昨天，迎接最美好的明天。

8、一份耕耘一份收获，未必；九份耕耘一份收获，一定。

9、彩虹，在大雨后出现；腊梅，在风雪中吐蕊；雄鹰，在险峰上空盘旋；人，在困境中弥坚。

10、藐视困难、坚持不懈努力、以充分发挥人的主观能动作用，这种精神无疑是我们干事业、干一切工作所需要的。

11、苦难是化了装的幸福。

12、青春，你是那早晨树梢上低声鸣叫的小鸟，你是那湛蓝天空放飞的信鸽，你是我回忆里永远不褪色的日记，你是我生命中永远欢唱的赞歌！

13、不断进取，勇于面对一切困难，努力克服它，战胜它，这是生存的法则。相反，逃避是懦夫的作为，最终只能带来更多的危机。

14、我坚信，失败后的第一个黎明，就是争取胜利的新开始。

15、不要责怪自己的轻狂，那是年轻最明亮的标志，不要自卑自己的浅薄，经过岁月的打磨，你会得到满载的智慧和经验。

16、世界上最棒的事是，每天早上醒来又是崭新的一天，完全免费，永不断货。

17、无论有多困难，都坚强地抬头挺胸，告诉所有人，你并非他们想象的那样不堪一击。

18、前方无绝路，希望在转角。

19、不较真，“真”就不出来，还是较吧。

20、有一首诗最为动人，那就是青春；有一段人生最美丽，那就是青春；有一道风景最为亮丽，那就是青春。

21、人要像梅花一样，只要凌寒傲霜，积极向上，才能开出美丽而芳香的花。

**不负青春演讲稿400字篇二**

1、人生只有走出来的美丽，没有等出来的辉煌。

2、在醒着的时间里，追求你认为最有意义的。

3、我们必须在失败中寻找胜利，在绝望中寻求希望。

4、一个人的梦想也许不值钱，但一个人的努力很值钱。

5、积极向上的心态，是成功者的最基本要素。

6、真正能让你倒下的，不是对手，而是你绝望的内心。

7、所有的忧伤都是过往，当时间慢慢沉淀，你会发现，自己的快乐比想象的多得多。

8、生活总会给你另一个机会，这个机会叫明天。

9、强大的信心，能克服来自内心的恶魔，产生无往不胜的勇气。

10、实现梦想比睡在床上的梦想更灿烂。

11、有时候，执着是一种负担，放弃是一种解脱。

12、人生的敌人是自已怯懦。

13、总是在疼过之后，才能学会做一个全新的自己。

14、看得见的伤口，迟早有一天会痊愈的。

15、一个人只有在全力以赴的时候才能发挥的潜能。

16、现在不玩命，将来命玩你， 现在不努力 ，未来不给力---致自己。

17、一生中你需要回头的时候，是为了看自己到底走了多远。

18、一旦立下目标，不达目标绝不罢手，方可成功。

20、你相信你行，你就活力无穷；你认为你自已不行，就会精神萎靡。

21、人生的路，说长也很长，说短也很短。偶遇不幸或挫败只能证明某一时候某一方面的不足或做得不够。

23、当你的才华还撑不起你的野心时，那你就应该静下心来学习。

24、乐观的人能重整旗鼓东山再起，悲观的人因缺乏自信，往往一败涂地。

25、目标和信念给人以持久的动力，它是人的精神支柱。

26、成功的秘诀在于坚持自已的目标和信念。

27、伟大的力量存在于我们的内心。

28、生活中的许多事，并不是我们不能做到，而是我们不相信能够做到。

29、当你的能力还驾驭不了你的目标时，那你就应该沉下心来历练。

30、健康的身体是实目标的基石。

31、与积极的人在一起，可以让我们心情高昂。

32、有时候，你放弃了某个人，不是因为你不再在乎。而是因为你意识到ta不在乎了。

33、热情和欲望可以突破一切难关。

34、不为失败找借口，只为成功找方法。

35、永不放弃是你梦想实现的秘诀。

36、意志坚强的人，他的世界充满着无限的可能性。

37、世界上只有一个人阻碍你的成长——你自己。

38、永不言败是追究者的品格。

39、我依旧相信努力的意义，奋斗的价值，因为那是本质问题。

40、谦虚的人更能认清自已。

**不负青春演讲稿400字篇三**

1、如果你不能改变自己，你就改变世界；如果你不能改变世界，你就改变自己。

2、永远都不为自己选择的道路而后悔，不管是十年前，还是现在。

3、你可以选择这样的三心二意：信心、恒心、决心；创意、乐意。

4、世界上最宽阔的东西是海洋，比海洋更宽阔的是天空，比天空更宽阔的是人的心灵。

5、做战略最忌讳的是面面俱到，一定要记住重点突破，所有的资源在一点突破，才有可能赢。

6、与其诅咒黑暗，不如燃起蜡烛。没有人能给你光明，除了你自己。

7、付出，不一定会有收获；不付出，却一定不会有收获，不要奢望出现奇迹。

8、人生淡然如花，自然一路芬芳。花红不为争春春自艳，花开不为引蝶蝶自来。

9、学问是我们随身的财产，我们自己在什么地方，我们的学问也跟着我们在一起。

10、成功与失败都是暂时的，在成功处跌到便是失败，在失败处勇敢站起就是成功。

11、要有自信，然后全力以赴，假如具有这种观念，任何事情都能成功。

12、生活中总会有伤害你的人，所以你仍然需要继续相信别人，只是小心些而已。

13、永远保持乐观的心态面对人生，不论你受到怎样的打击，一定要勇敢的让自己爬起来。

14、头脑醒目一点，处世低调一点，为人谦逊一点，做事积极一点，待人和善一点。

15、认真学习是一种态度，遵守纪律是一种习惯。让我们用这样的态度和习惯构建我们的校园。

16、生活一直都很简单，但是我们也一直都忍不住要把它变得很复杂。

17、人生有三样东西是无法挽留的：生命、时间和爱，所以你能做的就是去珍惜。

18、安乐给人予舒适，却又给人予早逝；劳作给人予磨砺，却能给人予长久。

19、青春好像一座孤岛，做着一些旁人不懂的梦，坚持一些不明所以的坚持。

20、前进的路也许会很迷茫，但请不要在迷茫中失去自我，失去前进的信念。

21、如果因为生活中失去阳光而毫无生气，那么我们可以创造属于自己的彩虹啊！

22、你也许只花了一分钟去选择，但你可能要用一生的时间去忏悔。

23、装饰对于德行也同样是格格不入的，因为德行是灵魂的力量和生气。

24、我们能做的只是要拼尽全力，即使迈出的步子很小，我们也比昨天更接近自己的目标。

25、其实，有些时候，那些所谓绝对的事并不是不能改变，只要人善于思考，肯努力。

26、青春没有后悔药，用现有的时间，做一些让自己不后悔的事，这才是青春。

27、谁像命运一样地驱策我向前进啊，那是我自己在背后堆着我大踏步向前走。

28、无奈的是，语言这东西，在表达爱意的时候如此无力，在表达伤害的时候，却又如此锋利。

29、人生就象一个球，不管如何滚来滚去，总有在一个点上休止的时候。

30、谁若游戏一生，他就一事无成，谁不能主宰自己，就永远是一个奴隶。

31、应该有更好的方式开始新一天，而不是千篇一律的在每个上午都醒来！

32、钟表上的指针在一圈圈转动，我们美好的青春也在一点点逝去。

33、趁年青，趁梦想还在，想去的地方，现在就去。想做的事情，现在就做。

34、如果有一天我们湮没在人潮中庸碌一生，那是因为我们没有努力活的丰盛。

35、那些尝试去做某事却失败的，比那些什么也不尝试去做成功的人，不知好上多少。

36、有了坚持不一定成功；但没有坚持，就注定失败。对于成功，坚持的塑造必不可少！

37、青春是一首美丽的诗，是一支动听的歌。让我们真诚地把握住它，让青春之花绽放四季。

38、不要认为取胜就是一切，更重要的是要有信念。倘若你没有信念，那胜利又有什么意义呢？

39、武艺、这个夏天，你给我们带来了快乐。午饭永远支持你！加油！

40、有些人是要用一生的时间忘记的，因为没有开始，所以也就没有结束。

**不负青春演讲稿400字篇四**

亲爱的老师、同学们：

大家好！

花儿静静地、有规律地绽放，却看不见；柳条静静地、有节奏地发芽，却听不见。

难道我们的生活不是这样吗？日复一日，年复一年，岁月悄然流逝，似乎不留痕迹。我们追随岁月，但印记是清晰的。

18年来，我留下了太多的欢笑。

爸爸妈妈又饶有兴趣地翻开厚厚的相册，在那里有我18年的成长见证。用自己的手脚模仿父母的每一个动作，滑稽的姿势常常引起父母的大笑。看着一张张不同的照片，父母一脸的兴奋和宽慰，似乎现在的我在他们眼中依然天真、活泼。时光似乎凝固在过去，那黄色的相册里充满了我童年的天真。

18年，我留下了太多的眼泪。

正是在刚刚进入初中的那一年，班级考试的成绩，让我明白了自己再也不能像小学生一样在校园里徘徊，成绩意味着竞争，意味着成功或失败。我的起点相对于别人来说是落后的，所以我要走的是一条布满荆棘的泥泞的路，但这条路只属于我自己。

一路上，我跌倒了无数次，几次甚至不想起来。但是老师的鼓励，同学们一次又一次的帮助，就像一剂神奇的药水，奇迹般地治愈了我以为永远无法愈合的伤口。泪水毫无保留地洒在荆棘丛生的路上，但当我再次爬起来时，我发现荆棘竟然开了花。

18年来，我留下了太多的拼搏。

最痛苦的时候，是离梦想最近的时候。高中的节奏似乎加快了一拍，六门课的练习题沉甸甸地压在我的头上，一个接一个，一个接一个。随着练习的增加，我的无聊感也增加了。看着班里那些活得那么潇洒的人，我总是投去羡慕的目光。但我也明白，我没有那么潇洒的资本，我必须继续走好我的旅程。

厚厚的笔记本，题目不多却极具分量的错题集，被红色字迹包围的练习本很多，为我保留了奋斗的整个过程，有些苦涩，却也丰富了我的学习生涯。

岁月依旧沉默，但青春留下了痕迹。

我的演讲到此结束。

谢谢大家！

**不负青春演讲稿400字篇五**

亲爱的老师，可爱的同学们：

大家好。我是高一23班的刘贤慧，一个外表温文尔雅实则内心狂野的高中生。很高兴能借此机会与大家一起来谈谈我们的青春与梦想。

青春与梦想，这两个有魔力与生命的词语，是我们成长的必修课。在新时代下，我们重任在肩，需不断开拓奋进。

首先，我想问问大家，青春的定义是什么？是书本和习题？是泪水与汗水？还是游戏与懒觉？我想，青春指的是人生中最明媚的诗篇。莎士比亚曾说过这样一句话：“青春时代是一个短暂的美梦，当你醒来时，它早已消失地无影无踪了。”当你大声朗诵时，你就拥有青春；当你奋力奔跑时，你就拥有青春；当你做你自己时，你就拥有青春。每个人最美好的年华，就是那肆意张狂的青春。

再者，我想和大家分享一部电影——《谁的青春不迷茫》。这部电影刻画了一个班级里几位同学的校园生活，也大胆地提出了青春应该放飞梦想，忠于内心的主题。随着社会的进步，高考已不再是唯一的出路，面对梦想和感情，现实和压力，在我们的青春时代，每个人都有权做出属于自己的青涩选择。主持人何炅说过：“青春是明知道错了，偏要任性到底。”我想，所谓青春，就是正值年轻，有犯错的资本，有许多或喜或狂的时光。青春，是海边的浪花，永不停息；是冬日的暖阳，灿烂无比。我相信，青春在博中，是绚丽多姿的。

接下来，我们来谈谈梦想。同样的，我想问大家，梦想的定义是什么？是目标？是方向？还是一个梦？梦想即梦中怀想，梦想是对未来的一种期望，是一种让人感到坚持就是幸福的东西，是我们的信仰。爱因斯坦曾说过：“每个人都要有一定的梦想，这种梦想决定着他的努力和判断的方向。”梦想是画，描绘着最斑斓的图画；梦想是诗，吟诵着最美好的篇章；梦想是乐，弹奏着最动人的旋律！

一件事情不是因为有意义才去做，而是因为做了才有意义。我想再和大家分享一部电影——《当幸福来敲门时》。这部电影从开头到结尾，从整体到局部，都有足够的梦想震撼力。命运总爱捉弄人，窘迫的主人公被命运耍的团团转时，仍保持着一份微笑，保持着对梦想的热爱，努力工作从而获得了幸福。当我们埋怨命运不公，认为别人的成功都是侥幸和运气时，或许我们要好好问自己：“为了梦想，我真的全力以赴了吗？”演员周星驰曾说：“做人如果没有梦想，那跟咸鱼有什么区别？”每一个梦想都值得被尊重。所以，在此刻此地，我们要明确自己的梦想，锐意进取。

最后，让我们把梦想放在心底，化为最坚定的力量。把青春定在博中，化为前进的靠山，为了我们的青春与梦想努力奋斗吧！

我的演讲到此结束，谢谢大家！

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