# 最新青春飞扬主题演讲稿三分钟(12篇)

来源：网络 作者：红叶飘零 更新时间：2024-09-12

*演讲稿是演讲者根据几条原则性的提纲进行演讲，比较灵活，便于临场发挥，真实感强，又具有照读式演讲和背诵式演讲的长处。那么演讲稿怎么写才恰当呢？下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。青春飞扬主题演讲稿三分钟篇一迎着朝阳，站在飞扬的五星...*

演讲稿是演讲者根据几条原则性的提纲进行演讲，比较灵活，便于临场发挥，真实感强，又具有照读式演讲和背诵式演讲的长处。那么演讲稿怎么写才恰当呢？下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

**青春飞扬主题演讲稿三分钟篇一**

迎着朝阳，站在飞扬的五星红旗下，代表八二班做国旗下演讲，我感到无比的激动和自豪，今天我讲话的题目是《飞扬的青春》。

对于我们每个人来说，青春是人生旅途中最为珍贵和难忘的一段历程。我们涌动活力的身体，在激情四溢的思想带领下，可以天马行空，云游四海、体会生活、寻找理想。非常值得庆幸的是：我们的青春梦想从寿春中学起航。美丽的校园、可爱的老师、丰富的学习资源，为我们创设了自由挥洒青春活力的无限舞台。青春不允许浪费、青春的活力来自不断的汲取;青春一闪而过，需要我们无比的珍惜。从生动的课堂学习，到丰富的社团活动，从校园青年志愿者活动，到科普创新实践的体验;处处让我们张扬青春的美丽，让我们有机会不断的寻找、修正我们的青春梦想。

青春就在当下，别等错过后追悔莫及，时间的长河永不停息，青春的岁月亦会随之流逝，同学们让我们为青春行动起来吧，一起为青春喝彩。

青春飞扬是我们当下的风华，同样也昭示着我们肩上亦无旁待的责任，对家庭的责任，对班级的责任，对母校的责任，对社会的责任，对自我的责任，承担责任需要我们不断用丰富的知识充实自己，让自己变得足够强大。

“花有重开日，人无再少年”，从古至今人们无不感叹：春去春会来，花谢花会开，但是青春年华一去不复回。正如文天祥所说“青春岂不惜，行乐非所欲”。我们只有把握好今天，把握好青春，伴着青春优美旋律，高昂欢唱，在青春的蔚蓝天空中，展翅翱翔，在知识的海洋里扬起青春的风帆，航向理想的彼岸。

同学们，青春亮丽的舞台是属于我们每个人的，让我们用梦想将他点缀一新，让我们用激情将他变成欢乐的海洋。

让我们一起用青春的热情，去放飞梦想，让青春飞扬吧!

**青春飞扬主题演讲稿三分钟篇二**

各位朋友：

大家好!

今天我要演讲的题目是《让青春更飞扬》。

毛泽东说：“青年是整个社会力量中的一部分最积极最有生气的力量。”奥斯特洛夫斯基说：“生活赋予我们一种巨大的和无限高贵的礼品，这就是青春：充满着力量，充满着期待志愿，充满着求知和斗争的志向，充满着希望信心和青春。”然而对于二十一世纪的我们来说，青春是一种飞扬。

在新的起跑线上，我们渴望洒脱，奔驰一让我们一起挥洒欢笑吧。进入了初中的门槛，成为了一名初中生，我们都会或多或少的感到欣喜，因为我们将可以广交朋友，尽情享受友谊带给我们的温馨，窝心，因为我们的才能将会得到充分的发挥，因为我们的兴趣将得到挖掘。但是我们也不难看到很多同学双眸中透漏出些许的不愉快。

初一的同学因为是适应期，来到一个陌生的世界，不再是家里的“小公主”“小皇帝”被爸爸妈妈保护着。一下子的变化带给他们是一个挑战，难免会有各方面的烦恼，而初二的同学要为初三打下牢靠基础，有的同学会为学习成绩的下滑和人际关系处理不当而烦恼，初三的同学压力更大了，为了理想的高中努力奋斗着，一天里的三分之二的时间都是在题海中度过的，面对模拟考的不如意更是伤心不已，而我们都渐渐的忘记了欢笑，脑海中萦绕着烦恼烦恼还是烦恼，曾几何时，当我们路过幼儿园的时候总会放慢脚步，眼睛注视着在里面的小朋友那天真灿烂的笑容，然后内心酸溜溜的，羡慕他们起来了。是的，我们渐渐忘记了欢笑，在青春的路上，不单单需要挥洒汗水，不单单挥洒意志，更需要我们挥洒欢笑。生活中，都会遇到这样那样的挫折与挑战，但你可以用欢笑过每一天。

当遇到困难之时，你是否能够保持欢笑?当遇到坎坷之时，你是否能够保持欢笑?那么请从现在开始，请在青春的路上，尽情挥洒欢笑吧!二但是青春路上单单挥洒欢笑，还是远远不够的。

我们还应该挥洒梦想。“谁道人生无再少?门前流水尚能西!”江水东流不返，就像时间一去不回。人的青春年华也只有一次。

谢谢大家!

**青春飞扬主题演讲稿三分钟篇三**

尊敬的评委老师，各位朋友：

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。然而朋友，你是否探求、思索过，青春是什么呢?

青春是一团火，笑容与彩霞飞映，汗水伴露珠潇洒，脉搏跳动着奔腾的节奏，智慧弹奏着优美的旋律!青春用它火一样的热忱，全身心地投入，获得动人的笑颜。

青春是一条河，平静时，泉水叮咚响，绵绵诉说着青春的故事;激荡时，汹涌澎湃，激情放射出绚烂的光芒。

青春是璀璨的夜空，犹如月色般美丽的抱负，也有数不清的幻想之星。只是青春的月亮比夜空的月亮更圆，青春的月亮比夜空的月亮更耀眼，青春的星星比夜空的星星更繁，青春的星星比夜空的星星更亮。

青春是一条山路，它时而展现青春盎然的图景，时而滋长浸满血泪的毒草，它会为你指引一个光明的前景，也会设下陷阱使你堕落。但是，是水手何惧惊涛骇浪，是樵夫何怕荆棘深涧，只要我们把准前进的目标，头顶的阳光一定是灿烂的!

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!

**青春飞扬主题演讲稿三分钟篇四**

各位老师，各位同学，大家好!

我演讲的题目是《让青春在拼搏中飞扬》。

首先，我想问问大家，青春是什么?青春是一道亮丽的风景，如喷薄而出的朝阳，如皎洁明亮的月光，如广阔无垠的大海，如深邃斑斓的星空，如蚕蛾破茧的美丽，如小草勃发的力量。

青春不是一种年龄，而是一种心态，一种智慧，一种拼搏向上的坚强!正处在青春期的我们怎样才能让青春飞扬呢?

我们要有“会当凌绝顶，一览众山小”的壮志，要有“自信人生二百年，会当击水三千里”的气概，更要有“三更灯火五更鸡，正是男儿读书时”的勤勉!

青春的道路，有书香相伴才能摆脱平庸和寂寞;青春的道路，有知识相随才能去掉贫穷和愚昧;青春的道路，有拼搏精神才能活出一个精彩的我。

拼搏是雄鹰搏击长空的翅膀，拼搏是寒梅傲雪怒放的芬芳，拼搏会引领我们走向成功的殿堂。

同学们，你想让你的青春飞扬?那还等什么!让“拼”做船，以“搏”做桨，载着你的梦想远航!

拼搏不是口头上的豪言壮语，而是用行动书写的永不言弃;拼搏不是顺境中的鲜花装点，而是逆境中的不懈坚持;拼搏不是作给别人看的虚伪的样子，而是一种刻入骨髓，溶进血液的品质!

今天，我们多一份拼搏，父亲的脸上就会少一条皱纹;明天，我们多一分努力，母亲的头上就会少一缕白发;后天，我们多一份奋斗，老师的眼里就会多一丝笑痕。

亲爱的同学们，赶快行动起来，拼出你的成功，搏出你的辉煌，让青春在拼搏中飞扬!

我的演讲完了，谢谢大家!

**青春飞扬主题演讲稿三分钟篇五**

各位领导、各位评委，大家好!

我叫王国元，陕西永嘉信律师事务所的一名青年律师。我今天演讲的题目是：《青春在梦想中飞扬》。

我，是一名青年律师，站在这里，我的背后有20万中国律师的身影!我，是一名青年律师，站在这里，我的面前是一百年中国律师的荣光!

4年的大学生活，经邦济世、智识无涯使我迈入了法律的殿堂!3年的律师经历，诚信卓着、仗义执言则更加坚定了我执业的信念!

曾几何时，当我遇到困难，我没有气馁，当我取得成绩，我不敢骄傲，我知道，作为一名律师，务实、真干，才能不断成长，专业、守业，才能不断提高!我认为：青年律师的成长，不仅要有专业知识的积累、执业技能的提高，还要有优秀的职业道德和诚信的职业品质!不仅在工作中尽最大程度维护当事人的合法权益，同时也要担负起时代赋予我们的使命和责任!我同时也认为：青年律师要有三心，但决不能二意!

我们要有一颗坚定的心!着名歌者汪峰在歌曲中唱到：再见，青春。再见美丽的疼痛。再见青春。永恒的迷惘。我相信在座的青年律师朋友都感同深受!我们毕业了，我们迷惘了!我们选择了，我们疼痛了!但是，“为什么我的眼里常含泪水，是因为我对这份职业爱得太深沉。”不做律师，不曾体会律师的辛苦和劳累，做了律师，却根本不是大家所看到的光鲜和亮丽!可我始终坚信：不怕司法考试的艰难，就不应怕初入律师行业的窘困!因为：坚持成就梦想!信念续航未来!

我们也要有一颗感恩的心!青年律师都希望快速成长!而成长则离不开前辈的悉心指导，离不开同事、同行的热心帮助，所以，沿着前辈的足迹，我们才能有所创新!继承前辈的精神，我们才能走的更远!而同事、同行，则更多的是我们成长路上不可或缺的伙伴，“众人拾材火焰高”，团队合作是律师行业未来的发展方向!“常怀感恩心，永记帮我人!”

我们还要有一颗责任的心!当我看到当事人期待的眼神时，当我紧握当事人感谢的双手时，我的理解是：这不仅仅是一份职业，它包含了更多的社会责任!当我们为人大代表和政协委员提供法律服务时，当我们参与公益诉讼和提供社会法律援助时，我的理解是：这不仅仅是一份职业，它包含了更多的时代使命!

没有悔意，不要怠意!既然我们选择了这份职业，我们把最好的年华伴随客户和当事人一起走过!我们就不应再抱怨，也不能再徘徊，我们应该热爱我们从事的这份职业，我们不要奖项!客户的口碑和当事人的感谢就是对我们这份职业最大的褒奖!20年后，回头看看今天蹒跚的步履，稚嫩的语言，我们一定不后悔选择了这个职业!

让青春在梦想中飞扬吧，从每一位客户开始，从每一个案件做起!让青春在梦想中飞扬吧，从此，我相信：我们青年律师的生活一定会更加精彩!

我的演讲到此结束!谢谢!

**青春飞扬主题演讲稿三分钟篇六**

席幕容有这样一句诗：“我遇见你，在我最美丽的时候。”

昨天已成为历史，明天还是个谜，所以，我们要做的便是珍惜现在。十八岁，如喷薄而出的红日，释放自身的光与热，以我们的颜色染红一片蓝天。

。从嗷嗷待哺，到长成美丽的姑娘，英俊的少年。喜忧掺拌，父母为你劳苦，给你甘甜。请为母亲端上一碗甜汤，里面漂着嫩黄的蛋花。让她甜在心里，用爱温暖她心房;，告诉他：他是你心中永远不变的高山，爱的港湾。学习，不仅为了我们的成长，也是对父母的一种回报。常常与他们谈论学校的事，不要畏惧隔膜。以一颗感恩之心面以一切!

我们是学生，为中国之腾飞而读书。日出而起，日落而息，与时间赛跑。成长是责任，学习是责任。学校是一个家，家中有爱有亲人，爱师荣校，团结同学是责任，更是一种健康积极的生活态度。爱护校园的一草一木，不损坏一砖一石，这不仅是责任，更是一种公德。无论何时，这些品质都会熠熠生辉，经久不凋。

我们是日出之阳。请把你的爱传递给陌生人，一个微笑就是一个春天，一次握手就是心的接触，一个拥抱就是你我爱的碰撞。奉献，是摆脱稚嫩后更成熟的微笑。不为一个冷漠的眼神心烦，不为一个误会让心变冰冷。我们应把爱，敬予爱我们的人。用心去爱，用心去奉献。十三岁，纯净如素，皎洁如雪。

人生在世，重要的不是你所在的位置，而是你所朝的方向。

心是梦的起点，既然选择了远方，便只顾风雨兼程。

行动是进步的帆，只有用勇气鼓风才能为帆起浪。

请让十三岁的你我笑迎初日，让梦想起航，让青春飞扬!

**青春飞扬主题演讲稿三分钟篇七**

今天回到母校，心情特别激动，和你们一样，在校园里，我也哭过、笑过，嬉闹过、梦想过，尽情挥洒过青春年华。

我出生在闽北山区，从小在田野山坡上长大，儿时的生活清贫艰苦但也无忧无虑，考上县城一中后，我立志上大学，怀揣着对人民警察的憧憬，我毅然报了提前批，1988年的9月6日，带着对警校的向往和好奇，带着父母亲的祝福和期望，一个人离开家乡，第一次踏进这座陌生城市，踏进福建高等公安专科学校的大门。我印象很深，报到那天的傍晚，天快黑了才到学校，看到两幢老旧的青砖房子，与心里想像的大学的校园相差太大了，来不及多想，一边整理床铺一边和新同学开聊，晚上闻着军被和草席特有的味道进入了梦乡，就这样带着好奇和新鲜投入了紧张的半军事化的大学生活。那时既没有手机，也没有电脑，更别说上网了，业余时间很多是在图书馆过，大家都是好学生，每天一下课说去参加各种体育锻炼或是打扫卫生，学校充满了同学们的欢声笑语。我始终坚信有付出就会有收获，在大学里，我就倍加珍惜、倍加努力，参加射击队、参加散打队、田径队，训练队所有的我都参加了，但我并没有把学习落下，我还担任校学生会学习部长，十分刻苦，路灯下读书、被窝里读书，每年获一等奖学金;因家境贫困，为了家人的负担，就在这么紧张的学习和训练的情况下，我还参加勤工俭学，我觉得女生要自立才能自强，每天大家还在睡梦中时，我就悄悄地起床了，.穷人孩子早当家。父母都是农民，没有什么身份、背景，必须自己努力打拼，\"如果没有翅膀，那就要努力奔跑\",所以再苦再累，我都坚持往前走，就这样，第三年的上学期1990年11月1日，因为品学兼优，非常光荣地加入中国共产党，成为一名中国共产党预备党员。功夫不负有心人，毕业时又被评为省优秀毕业生。这就是刻苦、勤奋、积极进取的结果。

回首我的大学生活，在我的记忆深处，没有无聊，也没有空徘徊感伤，当然也没浪漫，更多的是天天训练的辛苦和收获成功的喜悦，更多的是充实和激情满怀。因为我们是警校生。作为警花，我们没有\"公主病\",只有\"女汉子\"的彪悍，是酷、是飒爽英姿。记忆中警校生的青春，有迎着晨曦列队晨跑的朝气，更有宿舍里叠\"豆腐块\"的乐趣;有集体活动拉歌时欢乐的歌声，更有每天相伴的让人紧张的哨声;有课堂上对破案的好奇，孜孜不倦的求索，更有田径场上的挥汗如流，充满活力和豪情，将青春的快乐在校园肆意挥洒。公专三年，不仅是知识的积累，更是历练了顽强拼搏的意志和吃苦耐劳的精神，培养了严明的组织纪律性和超强的执行力，这也是一名人民警察要具备的基本素质，为我的从警路作了很好的储备。我希望同学们好好珍惜大学时光，浪费时间，就是浪费机会。既然你选择了要当一名警察，笑着闹着，纵使是哭着跪着，你也要坚持且有目的的走好每一步，为将来打好基础，多学习、多锻炼，用知识强大自己，用锻炼健全体魄，养成良好的习惯，不要让自己留下任何的遗憾，因为时间不会给我们重新再来一次的机会，人生没有彩排。

十年的…生涯，练就了我豁达、乐观、坚韧与执着。也让我开始慢慢懂得了公安事业的真正内涵。她是一项神圣的事业、一份忠诚的事业、一份艰辛与幸福交融的事业，正因为如此，她也是我们愿意为之付出一生的事业。选择了她，就选择了忠诚;选择了她，就选择了奉献;选择了她，就选择了清贫;选择了她，我们无怨无悔。

能有今天，我要感谢母校的培养、老师的教诲，感谢组织的关怀，领导的厚爱，感谢同事朋友们的帮助支持。我深深地感恩!作为一个平凡的人，我们或许无力去成就惊天伟业、锻铸盖世辉煌，但是因为有了一份超越小我、走向大我的炽爱，我们就能够勇敢地经受风雨考验，淡定地应对艰难险阻，安然地坚守寂寞清贫，用生命、用青春、用热血，书写对党、对事业、对人民永恒的忠诚!

人活在世上，凡事都要看开点，看远点，看淡点，心胸要豁达些，大度些，相信，任何事情的发生必有利于我，且办法总比困难多。不断的提升自我，无论是外在的形象，还是内在的修养;提升自我，无论是性格的完善，还是能力的提升;提升自我，无论是心态的养成，还是意志的磨练，都能缩短你与成功的距离。

相随心生，境随心转。积极的心态可以调动一个人的心灵力量;积极的心态就象太阳，照到哪里哪里亮。同学们，不要有抱怨，永远对未来保持高的期望，每天尝试改变自己一点。心存感激，以愉快的心情、积极的心态，以辛劳和坚持、智慧和大爱，谱写自己的人生。

同学们，趁着青春还在，放下无奈，拾起豪迈，永远不要忘记为何启程，也不要忘记自己的初衷，用你们尚且稚嫩的臂膀拥抱青春的现在，用你们尚且瘦弱的双肩托举青春的未来。

**青春飞扬主题演讲稿三分钟篇八**

亲爱的老师，同学们：

大家好!

青春是十三岁难言的含羞草，是十五岁含苞欲放的花苞，是十七岁灼人的红叶，是十九岁寂寞的梧桐树，是二十三岁成熟的果实……

在我们这个如发丝般飞舞的年代，青春是生命的主旋律，是我们圣洁的翅膀，曾带领着我们向往自由，追寻着那些快乐。更是我们在蓝天下翱翔，带领着我们找到了我们生命中最重要的伙伴。

那年我们为自己的朋友守候。

我们都是生长在那个群山环绕，飘荡着朵朵白云的小城中的女孩，不记得是因为什么原因，总之就那么莫名奇妙的成了那种形影不离、无话不谈的好朋友。那时的我们还只是很小的年纪，对于未来总是有着无限的畅想与期盼。蓝蓝的天，欢快的鱼，满林的虫鸣鸟叫把我们俩的梦点缀得很美很美。

那年我们为自己的初中努力。

12岁，或许是一个懵懂的年纪，可能还是一个有权做梦值得拼搏的年纪。青春是什么?它可以是放浪不羁，也可以是激情澎湃。可对于我们而言，青春便是那场做了许久的梦，和那一片我们所向往的天空。青春便是那阳光下我俩许下的诺言，以及后来多少个日日夜夜的埋头苦干。我说我想去实中，而你希望去师院。我们自得其中，因为我们有憧憬，有期盼，还有着彼此的鼓励与扶持。我们渐渐褪去了年少时的那股稚气，我看到了你一直心心念念的学校，而你，也一定看到了我梦中的那所学府。交流少了，距离远了，可是庆幸的是，那份坚固的友谊还在。

那年我们为自己的梦想奋斗。

如今的我们拥有了更加伟大的梦想，我希望可以去英国，去看一看那英格兰一望无际的牧场，耸立着一棵棵百年的老树。去看一看树下绵羊悠闲的漫步，垂首啃食青草，更有那懒散的小羊，在初冬那暖洋洋地阳光下打起了盹。而你的梦想是去美国，去看一看尼亚加拉瀑布的深邃辽远，变化多端。在灿烂的阳光之下，波平浪静，去感受感受一种静谧迷人的美;傍晚时，风起浪涌，雷击霆碎，去感受那种波澜壮阔之丽!

我们还有着调整好方向从新出发的资本，也许还会偏离方向，也许需要一次又一次的重新出发，可能我们天各一方，但我相信我们的友情一定会成为我们生命中最美好一部分，这就是我们的青春。

我的演讲完毕。

谢谢大家!

**青春飞扬主题演讲稿三分钟篇九**

前几天，就在我苦思冥想演讲稿的当晚，我做了个奇怪的梦：我在童年，在一个温暖的花房里快乐的度过，充满着鸟语花香，在这里，我快乐的成长着。可是有一天，不小心撞上了一个小精灵，它的名字叫自私。自私说：“喂，你撞到了我，很快就会得到一种心理疾病，这种病像流感一样相互传染，叫做‘青春期心流感’。”

我听了不禁惶恐，于是四处游荡，不知不觉间来到校园，果然有些同学被传染了，这些病人自私自利，失去了朝气和热情。他们宁愿将精力投入到虚拟的网络，宁愿沉迷于言情武侠小说，也不愿施舍给现实一个真切的表情。结果，他们脱离了青春的轨道。

梦境里，自私追着我跑，一转身又碰到了冷漠，它瞅了我一眼，只说了一句话：“你也快和他们一样了，除非你能认识到青春的真谛。

梦醒了，琢磨着这个梦，我陷入了深深的思索中……长久以来，我们习惯了接受，忘却了回报;我们会为肥皂剧感动不已，却将家人的爱心叮嘱当成啰嗦;我们会憧憬课文中的情景，却漠视身边的美好;我们会对武侠形象充满向往，却对欺负弱小视而不见……不能不承认，我们患上了“青春期心流感”，在自私中麻木，在冷漠中迷失了自己。青春的真谛究竟是什么?

有人指点说，懂得感恩，就明白了青春的真谛。于是，我怀着虔诚的感恩之心，开始了寻觅的漫漫长路……

我尝试着去理解古老的亲情。坐在缺少共同语言的外婆跟前，听她絮絮叨叨爱的教诲;为辛劳一天的妈妈端上一杯热茶;为过生日的爸爸炒一盘菜，虽然很难吃;我不再此时，我竟然发现他们眼中有泪光闪烁。

我尝试着去体会老师的良苦用心。课堂上，我不再低头闷坐，而是勇敢的举手，积极发言。课后，我认真完后每一次作业，考试时，工整认真的答卷……老师终于露出的欣慰的笑容。

我给生病的同学送去暖心的问候，我轻轻扶起不慎跌倒的老人，我弯腰捡起身边的一张纸片……

当我把友爱、善意送给别人时，我明白了，感恩原来就是青春的真谛。它是心灵的洗礼和灵魂的觉醒，是对人生的领悟和对生命的审视。有了它，我们的心田才会得到润泽，有了它，美丽的校园才更和谐;有了它，青春的我们才会朝气逢勃。

同学们，在所有的美德中，让感恩首当其冲吧!让我们常怀感恩之心，燃尽心灵的杂草，让青春在感恩中飞扬!

**青春飞扬主题演讲稿三分钟篇十**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好!

青春是什么?青春就像是中国的国花牡丹一样姹紫嫣红、国色天香、迷人眼目。让每个人都很喜爱它，都不愿让它流失掉。青春就像牡丹一样春意盎然，象征着青春是每个人的春天，美好的春天里百花盛开，让这个春天添加了光彩，也说明了青春就是每个人的光彩。

青春是什么?青春就像是池塘里的荷花，盛开的时候是那么的鲜艳，让人不忍伤害它，怕它离去。荷花色彩各异，但我却喜爱白色，它看上去是那么的清洁无瑕这点就能明确的说明青春就像池塘里的荷花。

青春是什么?青春就像是秋日里的海棠，海棠花姿很是潇洒，花开似锦，一眼望上去是那么的温和，它象征着思念。那么青春就像海棠一样让人思念，让人难以忘记，情不自禁的回忆起青春时那快乐的事情，过了青春期后也就只能是思念了。所以才像是秋天里的海棠。但海棠无香，可能也像有了青春中难免的遗憾和忧伤。

青春是什么?青春就像是冬天里的梅花，让人在这个青春时期就像梅花那样的坚强顽固。即使大雪压在它的身上它也会不管受多少的磨难，受到了怎样的欺负，它都会坚强的活下来。青春像梅花是因为每个人都会在青春这个时期慢慢的成长，也就会变得跟梅花一样坚强。

青春是那么的美好，青春让人陶醉，还让人感觉到青春的清洁无瑕。让人念念不忘，以及让人坚强顽固。这各种各样的象征让人看出了青春的美，青春是人生中最美的部分，如果要是有人问我“你的青春谁作主”?，那么我会毫不犹豫的回答“我的青春我作主”。我要主宰我的青春，让我的青春期里充满美好的快乐。

但愿希望每个人都能主宰自己的青春，也能像我那样让自己的青春时期充满美好的快乐。这样才不能让以后的自己感到后悔，不仅让自己的记忆里充满那青春时期的快乐，而且自身脸上也会扬起开心的笑容。当自己过了青春期的那个时候才不会后悔自己的所作所为，并且当你老了的时候回忆这段充满快乐的青春时期时你会情不自禁的笑。既然青春是那么美好，那还在等什么呢?快快主宰自己的青春吧!

青春的美由我自己作主。

**青春飞扬主题演讲稿三分钟篇十一**

尊敬的各位评委，亲爱的同学们，大家晚上好!我是来自护理学院十二合班的。今天我演讲的题目是《飞扬的青春》。

青年之字典，无“困难”之字，青年之口头，无“障碍”之语;惟知跃进，惟知雄飞，惟知其本身自由之精神，奇僻之思想，锐敏之直觉，活泼之生命，以创造环境，征服历史。

穿越历史的时空，革命者的宣言依然振聋发聩。聆听着李大钊这豪迈激昂的言语，青春年少的你还甘愿平庸吗?你还愿意在困难面前轻易低头吗?你还愿意在面对障碍时止步不前吗?亦或是，你愿意在人生的舞台上，为别人的出场鼓掌，而你，在幕后，永远默默无闻?

我知道，这些都不是你想要的，此时的你，青春正盛，风华正茂。你一定想用奋斗作犁，来耕耘自己的青春年华;你一定想用梦想作帆，为青春来一次前所未有的远航。是的，青春的时光短暂而美好，你一定想在其中定格自己青春的旋律。

青春的旋律不是平庸，而是奋进;青春的旋律不是堕落，而是激昂;青春的旋律不是失败，而是成功。我一直相信，在我们的身体里，从来不曾流淌过平凡的血液。当你面对失败不气馁，当你面对困难不妥协，那一刻，你是成功的。

如今，你怀着理想走进了大学这座神圣的知识殿堂。在这里，青春二字，再次得到了完美的诠释。很多同学挥洒汗水，以此收获希望。青春永远不会停下前进的步伐，如果你不给它注入奋斗的源泉，青春亦会老去。还记得初中时学过的那篇课文吗?《在山的那边》，在人生的旅途中跋涉，困难重重，希望渺茫，仿佛一切都是那样的遥不可及，但只要你坚定梦想，逆流勇进，终有一天，你会越过人生的山头，那时的你，站在青春的制高点，遥望着别人看不见的风景，你一定会为自己当初的勇气折服。

同学们，青春就像攀登，当你不停地翻阅过无数座山后，在一次次地战胜失望之后，你终会攀上这样一座山顶，而在山的那边，就是海啊，是一个全新的世界，在一瞬间照亮你的眼睛。

青年之文明，奋斗之文明也，与境遇奋斗，与时代奋斗，与经验奋斗。故青年者，人生之王，人生之春，人生之华也。奋斗吧，青春，飞扬吧，青春!

**青春飞扬主题演讲稿三分钟篇十二**

青春的心

作者：诗人乔子

青春的笑容

是真实的心的写照

永远灿烂无暇

记载着生活的点滴

然而青春的魅力

不在于靓丽的容颜

不在于动作的潇洒

而在于我们

拥有了一颗青春的心

青春的心

年轻而又活跃

单纯而又执着

有着激流一般的热情

和无边的梦想

白雪一般的纯洁!

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