

# 与时间赛跑演讲稿(精选5篇)

演讲稿具有观点鲜明，内容具有鼓动性的特点。在社会发展不断提速的今天，需要使用演讲稿的事情愈发增多。好的演讲稿对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇演讲稿下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的演讲稿模板范文，我们一起来看看吧。

## 与时间赛跑演讲稿篇一

大家好，我是东海第一救助飞行队的飞行员，宋寅。

我们每一次出动，都是和时间在赛跑的生死大战，让我们绝不能掉以轻心。我到现在还记得，在xx年的12月30号，那是我，救助人数最多、救援任务也难度最大的一次。那天早上天气不好，天空还飘了一点小雪。当时值班室接到任务，在东海海域正东方向，有一艘渔船失去动力，十九名船员被困其中。我们到达现场的时候，我们发现，十九个救助船员已经被困了十一个小时。当时的海水温度接近零度左右，小渔船很小，风浪很大。它在浩瀚的'大海里，就像一片叶子在那里跳跃。船的横摇幅度非常大，甲板的落差可能上下都有达到六到八米，比我们平时在游乐场里坐的海盗船都要恐怖。海浪拍打 to 甲板上，使甲板非常湿滑。那个时候，如果救生员还要上到甲板上，摇的时候站都站不稳，但是他还要一个一个，把被救者套上救援套、送上飞机，真的难度很大。

那次调运开始没多久，天空就开始下起了一些小雨。大家可能不知道，因为有雨水，气温很低，很容易结冰。那我们的飞机在空速管、风挡玻璃，还有发动机进气口，都是非常容易结冰的。如果像这样的雨水继续持续下去，可能我们都只能放弃这次救助，立即返航。但是好在这样的天气，没有持续太久。我们克服了天气困难之后，绞车又突然出现了卡阻。就是这个绞车。当时我的心里就咯噔了一下，它不能控制挂

钩的高度，也就意味着这个挂钩，可能会缠到船上的某个障碍物，这时候飞机都可能会有危险。所以我们立即撤出，重设了绞车的电源。好在有惊无险，绞车又恢复运作了。随着我耳机里听到我的后舱一直传来，“伤员已进舱，伤员已进舱”，这样的消息，我真的激动无比。

我们一次又一次地出发，上演着一次又一次的奇迹。我们赢得了和时间赛跑的机会，并将它甩在身后，勇往直前！谢谢大家。

## 与时间赛跑演讲稿篇二

时光如水，转眼飞逝，屈指数来，我们离中考还有40天左右的时间。三年的`初中生涯，走到这里就像万米跑道的最后100米，终点线就在不远的前方。此时，我们不仅不能懈怠，更要全力以赴，奋起冲刺。

跟自己赛跑，做时间的主人；跟自己赛跑，在超越中完美。

训练、发现、改正、挖掘潜能，一遍遍重复着相同的工作；焦虑、迷茫、无措、紧张不安，一团团愁绪忧纷难解——最后的征程，最艰难的征程。无论曾经是否有遗憾，无论对过去的日子是否后悔无奈，现在开始，全力以赴，跟自己赛跑，跟时间赛跑。在枯燥的生活中发现乐趣，在繁多的课业中找到方法——坚持，坚持，再坚持！

让我们跟自己赛跑吧。拿起笔来，列好每日计划，按部就班。早晨在朗朗背诵声中清醒，傍晚在点点回忆之中睡去——对于只需要记忆的知识在早上完成，对于需要理解并记忆的知识在晚上完成，掌握方法。今日事，今日毕，绝不在时间的后面拖泥带水地追赶。

让我们跟自己赛跑吧。做好针对性的专项训练，抓大放小，提炼概括，有高度才能有远度，才能有细节。拥有全局意识，

统筹兼顾，对于不足的科目从简单入手，对于优异的科目巩固提升，把差的学科提升到中上水平，让好的学科不留水分，全面提高自己的能力。

让我们跟自己赛跑吧。多做训练，坚持到底。在题目中找到自己的弱点，及时对掌握不牢的地方进行复习，习题与知识有机结合。不要不做题，更不要只做题，要做到题不二错，及时复习巩固，争取一遍拿下。

让我们跟自己赛跑吧。调整状态，乐观面对。根据复习的进程不断改变心态，耐心、细心、专心、开心——态度决定结果。对于喜爱的学科保持良好的兴趣，对于有困难的学科更要发现兴趣，让兴趣指引你找到前进的方向。

学业考试已经拉开冲刺的序幕，我们别无选择，只能向前，只能坚持。努力挖掘自身潜力，不断提升自身能力，咬紧牙关，只有两个字：坚持！只有一个目标：跟自己赛跑！

相信吧，在这充实紧张而独具意义的艰难时光背后，我们将迎来一个春暖花开的世界。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

## 与时间赛跑演讲稿篇三

亲爱的老师、同学们：

三年级的时候，我学习了一篇课文，题目是《和时间赛跑》。这篇文章讲述的是，作者小时候因为外祖母的去世而常常忧伤。后来在爸爸的启发下，从太阳落山、鸟儿飞行中，他明白了珍惜时间的重要性，并从此和时间赛跑，从而赢得了许多时间，做了大量的工作，并获得了成功。

读了这篇文章，我深受启发。作者的话——“假如你一直和时间赛跑，你就可以成功”，刻在了我的心中。由此，我想起一位著名作家的名言：“时间是最公平合理的，它从不多给谁一份。勤劳者能让时间留给他串串果实，懒惰者时间留给他们的是一头白发，两手空空”。他在告诉我们：勤奋就是和时间赛跑，勤奋就是成功的基石。事实也正是这样的。古今中外一切有成就的人，都是争分夺秒，勤奋工作学习的人，都是走在时间前面的人。

不珍惜时间，就会远离成功，浪费生命。就像我每个假期一样，天天玩耍却不做作业，总想着还有明天。知道要开学了，我才手忙脚乱的赶作业。因为时间不够，字迹潦草，错误也很多，收到了老师严厉的批评。

“花有重开日，人无再少年。”“少壮不努力，老大徒悲伤。”少年时代是学习和积累的最佳时期，我一定要养成珍惜时间的良好习惯，和时间赛跑，勤奋学习，为将来成为祖国建设的有用人才打下坚实的基础。

## 与时间赛跑演讲稿篇四

时光如水，转眼飞逝，屈指数来，我们离中考还有40天左右的时间。三年的`初中生涯，走到这里就像万米跑道的最后100米，终点线就在不远的前方。此时，我们不仅不能懈怠，

更要全力以赴，奋起冲刺。

跟自己赛跑，做时间的主人；跟自己赛跑，在超越中完美。

训练、发现、改正、挖掘潜能，一遍遍重复着相同的工作；焦虑、迷茫、无措、紧张不安，一团团愁绪忧纷难解——最后的征程，最艰难的征程。无论曾经是否有遗憾，无论对过去的日子是否后悔无奈，现在开始，全力以赴，跟自己赛跑，跟时间赛跑。在枯燥的生活中发现乐趣，在繁多的课业中找到方法——坚持，坚持，再坚持！

让我们跟自己赛跑吧。拿起笔来，列好每日计划，按部就班。早晨在朗朗背诵声中清醒，傍晚在点点回忆之中睡去——对于只需要记忆的知识在早上完成，对于需要理解并记忆的知识在晚上完成，掌握方法。今日事，今日毕，绝不在时间的后面拖泥带水地追赶。

让我们跟自己赛跑吧。做好针对性的专项训练，抓大放小，提炼概括，有高度才能有远度，才能有细节。拥有全局意识，统筹兼顾，对于不足的科目从简单入手，对于优异的科目巩固提升，把差的学科提升到中上水平，让好的学科不留水分，全面提高自己的能力。

让我们跟自己赛跑吧。多做训练，坚持到底。在题目中找到自己的弱点，及时对掌握不牢的地方进行复习，习题与知识有机结合。不要不做题，更不要只做题，要做到题不二错，及时复习巩固，争取一遍拿下。

让我们跟自己赛跑吧。调整状态，乐观面对。根据复习的进程不断改变心态，耐心、细心、专心、开心——态度决定结果。对于喜爱的学科保持良好的兴趣，对于有困难的学科更要发现兴趣，让兴趣指引你找到前进的方向。

学业考试已经拉开冲刺的序幕，我们别无选择，只能向前，

只能坚持。努力挖掘自身潜力，不断提升自身能力，咬紧牙关，只有两个字：坚持！只有一个目标：跟自己赛跑！

相信吧，在这充实紧张而独具意义的艰难时光背后，我们将迎来一个春暖花开的世界。

## 与时间赛跑演讲稿篇五

亲爱的老师、同学们：

暑假里，我一直浸在书海里，偶然读了美国人克劳迪娅·纳尔逊写的著名儿童文学作品《和时间赛跑》这本故事书，我深有感触。我被杰茜的勇敢感动着，我为生命的脆弱而痛苦！

从书中我知道了杰茜与她的家人居住在印第安纳州克里夫顿边疆的村子里。当白喉爆发时，村里的孩子们开始走向死亡，杰茜妈妈派她去执行一项危险的使命，去外界寻求援助。然而，在克里夫顿村界之外，杰茜看到的是一个更加不可思议、更加危险的世界，远远超出了她的想象。很快她就发现自己也命悬一线。最后，坚强勇敢的杰茜获救了，终于完成了任务。

杰茜的故事让我更加懂得了珍惜，珍惜和家人相处的时刻，努力创造温馨的家庭。也正是因为有了这一份感动，暑假的八月里，我和家人跟爸爸的好朋友一家一起去了台山游玩。我们在海边的别墅住下，我和爸爸一起下海冲浪玩耍，妈妈、奶奶和小轩的奶奶一起在海岸边踏浪、捡贝壳，一直到夜幕降临。最让我难以忘怀的是“捉蟹趣事”。晚上，我们一边在海边吃饭，一边感受着大海咸咸的海风。突然，一只螃蟹从沙滩上钻了出来，迅速的爬了过来。我兴奋极了，飞快地跑过去双手捂住它！谁知道被螃蟹锋利的钳子夹住了，我痛得

哇哇大哭，使劲一甩，螃蟹被我摔到了沙子上。我痛得眼泪直流，爸爸他们也笑得眼泪直流。我又高兴又生气，高兴的是老板帮我捉住了那“坏家伙”，生气的是无辜被它钳了一下。夜里，我们伴着一阵阵的浪涛声进入了甜美的梦乡。