

演讲稿珍惜时间 珍惜时间演讲稿(优秀12篇)

通讯稿的撰写需要注重语言的规范性和文体的得体性，以确保信息的准确传递和读者的理解。通过阅读演讲稿范文，我们可以了解到不同领域和行业的专业知识和见解。

演讲稿珍惜时间篇一

敬爱的老师们，亲爱的同学们：

今天，我国旗下演讲的题目是《珍惜时间，努力学习》！

首先，我想跟大家讲一个故事，一个关于一分钟时间的故事。有一次，一个青年向著名教育家班杰明请教如何才能获得成功，他们约好了地点与时间。等到时间到的那一天，青年如约而至，可是班杰明打开门的那一瞬间却让这个青年惊讶不已，原来他的房间里乱七八糟，一片狼藉。看着青年惊讶的表情，班杰明马上说到：“你看我这房间，太不整洁了，请你在门外等一分钟，我收拾一下你再进来吧。”说完，不等青年开口，他就关上门，一分钟之后，他再次打开门，并热情的招呼青年进入了房间，此时青年看到的确是一切已变得井然有序。青年在心里感叹班杰明的速度，可是，没等青年人把问题讲出来，班杰明就非常客气地说：“好吧，你可以走了。”青年人一下子愣住了，既尴尬又非常遗憾地说：“可是，我，我还没向您请教呢。”“这些，难道还不够吗？”班杰明一边扫视着自己的房间，一边微笑地说，“你进来已经有一分钟了。”“一分钟？一分钟”青年人若有所思地说，“噢，我懂了，您让我明白了一分钟的时间可以做许多事情，也可以改变许多事情的深刻道理。”向班杰明道谢后，青年人开心地走了。

这是一个简单的故事，也是一个很耐人寻味的故事，它告诉

了我们一个道理，一分钟的时间很短，但是却可以做很多的事情，也可以改变很多的事情，我们的人生就是由无数个一分钟构成，把握住每一分钟是我们人生活得有意义的关键。所以同学们，珍惜时间，就必须从珍惜你的每一分钟做起，从现在做起。只有把握好了生命的每一分钟，我们才能踏上成功之路，攀上理想之巅，才能到达成功的彼岸。

“早岁哪知世事艰”，在当今社会，我们的生活很安逸舒适，有些同学就走向了生活与学习的误区：抛开学习，恣意攀比，沉迷幻想，徘徊不前。孰不知世界上最快又最慢，最长又最短，最平凡而又最珍贵，最易忽视又最易令人后悔的就是时间。时间对每个人都是公平的，对每个人都是重要的，从古至今，凡是为人类做出杰出贡献的人，他们都非常的珍惜时间，他们都把握住了人生的每一分钟。只有缺乏意志、毫无志向的人，才认为今天的事情没做完，明天还可以继续；也只有这样的人才会一生庸庸碌碌，一事无成。

同学们，我们在学校这个知识花园里沐浴着时代的阳光雨露，享受着良好的学习环境，我们没有任何理由抛开学习而恣意攀比，没有任何理由沉迷于物质而徘徊不前。对我们来说，努力学习，这是我们成长的必修课，只争朝夕，这是我们义不容辞的义务和责任。

还有两个多星期，高三的学长学姐和九年级的学弟学妹将走进高考和中考考场，你们拼搏的日日夜夜，你们付出的艰辛和收获的喜悦，都将见证你们人生成功的顶峰，你们将会带领我们迎来辉煌的金秋。我们坚信：你们一定会给老师、家长和自己交上一份满意的答卷，你们将是我们观中的骄傲。在此，我谨代表七八年级和高一高二的同学衷心的祝福你们金榜题名、凯旋而归，祝福你们实现自己的梦想，在将来的人生道路上越走越好！我们将会以你们为榜样，从这一分钟开始，刻苦努力、不懈追求，在学习的道路上将一点一滴的知识积累，在人生的旅途中将一方一寸的风景珍藏，实现自己人生的理想，让生命放射出灿烂而耀眼的光芒！

我的演讲完毕，谢谢大家！

演讲稿珍惜时间篇二

亲爱的同学们：

大家好！

这天，我想说说珍惜时间的问题，时间是最宝贵的东西，俗话说得好：“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴！”人生最题就是如何让一寸光阴等于一寸生命。

但在现实生活中，浪费时间表随处可见，比如：上课时，不认真听讲，让教师总管纪律，导致教师不能完成当天的教学资料，既浪费了自我的时间，也浪费了教师和同学的时间；中午在家，一边写作业还边看电视，玩些游戏，干一些不就该干的事；有的同学迷恋电脑游戏，适当玩电脑游戏有益于我们的智力，但迷恋电脑却会虚耗了超多宝贵的时间……也许大家都认为这些是小事情，可是时间就在这一点一滴中浪费了。

这天，我想告诉大家一个真实的故事。鲁迅大家都明白，但你们明白鲁迅成功的秘诀吗？鲁迅成功的秘诀就是珍惜时间。鲁迅十二岁在绍兴城读私塾的时候，父亲正患着重病，两个弟弟年纪尚幼，鲁迅不仅仅经常上当铺，跑*店，还得帮忙母亲做家务；为了不影响学业，他务必作好精确的时间安排。此后，鲁迅几乎每一天都在挤时间。他说过：“时间，就像海绵里的水，只要你挤，总是有的。”鲁迅兴趣十分广泛，所以时间对他来说，实在十分重要，他每一天都要工作到深夜才肯罢休。在鲁迅的眼中，时间就如同生命。他曾说：“美国人说，时间就是金钱。但我想：时间就是生命。”所以，鲁迅最厌恶那些“成天东家跑跑，西家坐坐，说长道短”的人。鲁迅正因珍惜时间而取得了成功，成为一代大文豪！

可见，珍惜时间多么重要。同学们，光阴似箭，日月如梭啊！我真切地期望我们每个人都珍惜时间，成为时间的主人，当我们长大后收获的不是“少壮不发奋，老大徒伤悲”的遗憾！而是我成为祖国栋梁之材的骄傲与自豪！

多谢大家！

演讲稿珍惜时间篇三

尊敬的教师，亲爱的同学们：

大家早上好！今日我演讲的题目是珍惜时间。

时间，它是人们生命中的匆匆过客，往往在我们不知不觉中，他便悄然而去，不留下一丝痕迹。人们常常在他逝去后，才渐渐发觉，留给自我的时间已经所剩无几。也正是如此，才有了古人一声叹息：少壮不努力，老大徒伤悲。

时间流逝的无影无踪，去的快，来的也快。而能否把握时间，做时间的主人往往决定着一个人一生的命运。陶渊明说过：盛年不重来，一日难再晨。及时当勉励，岁月不待人。人生短短数十秋，想要在如此短的时间内，取得成功，登上人生的顶峰，谈何容易。也正因为如此，珍惜时间就显得异常的重要。每个成功人士的背后往往有个珍惜时间的故事。

以前，我对时间根本不在乎。妈妈平时总是教育我要珍惜时间，她说：“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。时间十分宝贵，你此刻应当勤奋学习才能取得好成绩。”可是我总是把它当作耳边风，左耳进右耳出，不一会儿就烟消云散了。我做作业时可“忙”了。东瞧瞧西瞧瞧，一边哼着歌一边做作业，并且字写得是“龙飞凤舞”。有时小伙伴来找我，我就把作业一推，一会儿就没人影了，玩够了才回来做作业。可是，一件突如其来的事使我改变了对时间看法。

只要我们学会利用和珍惜时间了，尽管在一小时里珍惜了一分钟都是有用的，你想啊，一分钟确实做不了什么事情的，可是10个小时那就有10分钟了，100个小时里就有100分钟了啊，所珍惜的100分钟能够做多少事情了啊！

所以珍惜时间吧，珍惜时间，也就是珍惜生命。充分利用命运给我们的每一分钟，每一秒。不要成为时间的奴隶，做时间的主人。祝同学们将来都能成为成功人士。多谢大家！我的演讲完了！

演讲稿珍惜时间篇四

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！

很高兴能够站在讲台上跟大家分享一些我的一些感受，大了高三，我们的时间一下子就变得紧张不够用了起来，感觉身边的学习氛围都变得更加凝重了起来。看墙上的倒计时，距离我们高考也只有xx天去了，我相信有很多的同学已经有了时间不够用的感受了，我看班上几个特别用功的人，恨不得把一分钟掰成两半当两分钟用。我们应该要先用他们学习，在高三的最后几十天里面，愈发地珍惜时间，用它们来学习更多的东西，这样才能够在高考中考出更加优秀的成绩。

“黑发不知勤学早，白首方悔读书迟”这是我们从小的时候就听过的诗句，古人用他们的诗句告诉我们要珍惜年轻时的读书时间，不然等到年纪大了，那个时候懂得的了学习重要性的时候，却因为年龄的变大记忆力的下降，学习也变得更难了，只能突增悔恨。这样的诗句是多么的符合我们现在的状况啊，我们现在处于人生中的一个重要阶梯前面，我们马上就要面临这个“鲤鱼跨龙门”的挑战，越过去了就是一片新的环境。所以我们要珍惜好这挑战来临前的最后一段时间，抓住每一分每一秒，做好跨门槛前的冲刺和跃龙门前的蓄力，

只有抓住了这段时间的`准备吗，我们才能够用更加好的姿态，在高考中考出更加好的成绩。

或许有的同学会有困惑，不知道自己在这段时间里面算不算珍惜了时间，我给大家几个参考：

2、写作业的时间是有多少的时间是在想着玩耍，有多少时间是在用于认真写作业？

3、放学回家的时候，是有多少的时间是用于休息，是有多少的时间适用于玩手机看电视？

或许有同学会觉得这些都是一些小的事情，不用担心，只要自己有花出时间专门用于学习就好了，但是这种观点真的对吗？不对，肯定是不对的，班上用功的同学为什么会成绩比你比我好很多，是因为他们比我们聪明吗？不是，是因为他们会利用时间，该休息的时间他们也会休息，但是该学习的时间他们只会专注于学习。当你早起赖床的时候，他们已经再开始背单词了被诗文了，当你上课想着王德胜会后他们已经在学更深奥的知识了，但你晚自习开始学习的时候，他们已经远远走在前面了。这是什么，这样才是真正的珍惜时间。

说实话说了这么多，有很多的地方我自己也做不到，所以我在这里希望大家能够跟我一起向他们看齐，在这高三最后几个月的时间里，珍惜好每一秒钟，更加刻苦的学习。我相信只要我们能够把握住时间，一定能在高考中凯旋！

谢谢大家！

演讲稿珍惜时间篇五

同学们：

大家好！

这天，我想说说珍惜时刻的问题，时刻是最宝贵的东西，俗话说得好：“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴！”人生最题就是如何让一寸光阴等于一寸生命。

这些是小事情，但是时刻就在这一点一滴中浪费了。

年纪尚幼，鲁迅不仅仅经常上当铺，跑药店，还得帮忙母亲做家务；为了不影响学业，他务必作好精确的时刻安排。此后，鲁迅几乎每一天都在挤时刻。他说过：“时刻，就像海绵里的水，只要你挤，总是有的。”鲁迅兴趣十分广泛，因此时刻对他来说，实在十分重要，他每一天都要工作到深夜才肯罢休。在鲁迅的眼中，时刻就如同生命。他曾说：“美国人说，时刻就是金钱。但我想：时刻就是生命。”因此，鲁迅最厌恶那些“成天东家跑跑，西家坐坐，说长道短”的人。鲁迅正因珍惜时刻而取得了成功，成为一代大文豪！

可见，珍惜时刻多么重要。同学们，光阴似箭，日月如梭啊！我真切地期望我们每个人都珍惜时刻，成为时刻的主人，当我们长大后收获的不是“少壮不发奋，老大徒伤悲”的遗憾！而是我成为祖国栋梁之材的骄傲与自豪！

谢谢大家！

演讲稿珍惜时间篇六

各位老师，各位同学：

大家好，今天我国旗下讲话的题目是：珍惜时间，珍惜生命。

时间是生命的单位，“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。”的道理人人都懂，可为什么还有人虚掷光阴、荒废生命。现在许多同学，在学校不好好读书，天天上课看课外书，或是拿着父母的血汗钱在外面上网玩乐。经过一段时间的学习，有的同学取得优异的成绩，各方面都有了长进；而有的同学

却收效甚微，甚至一天比一天差。这些人往往认为自己现在还年轻，先尽情享乐，过几年再考虑自己的将来。最终明日复明日，明日成蹉跎。

有时我们总会抱怨时间不够用，许多要干的事都没有干，但是真的怪时间吗？它就像海绵里的水，只要愿挤，总还是有的。归根结底是自己不抓紧它。做很多事情，当你愁眉不展的时候，时间就从你的抱怨中溜过。

时间是生命的单位，有些人往往利用相同的时间比别人多做许多事情。美国的大发明家爱迪生一生忘我工作，成了有20xx多项发明的发明大王。当他在79岁生日时自豪地宣布：“按常人的工作量计算，我已经135岁了。”

因此，著名的科学家富兰克森把时间比作生命；我国现代伟大的文学家鲁迅把浪费别人的时间比作“谋财害命”，把浪费自己的时间比作“慢性自杀”。由此可见时间的珍贵。时间虽然一去不再来，但是人对于时间并不是无能为力，无所作用的。从科学的角度讲，人们生活在地球上，时间流逝是恒定的，但从人们对时间的利用角度讲，时间很有弹性。抓紧时间，时间就多；反之，时间就少。

所以我们应该学会做时间的主人，紧紧抓住时间。抓紧时间就是要充分利用时间，上课，自修做作业都要高度集中注意力，排除干扰。还要科学安排时间，巧妙地利用时间。过两天就要期中考试了，可别小看这两天，在这段时间中我们可以查漏补缺，为考试做好准备。最后，我祝同学们在这次考试中都取得满意的成绩。谢谢大家！

演讲稿珍惜时间篇七

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家好！

燕子可能已经消失了，但有一段回头路。花朵褪色，有时间再次开放；一棵树死了时，它会再次变绿。但是时间就像滚滚的长江东流失水，冲向大海不再回头。时间是如此重要，我们应该珍惜它。

同学们，世界上最快而又最慢，最长而又最短的是——时间。这是高尔基说的，后面还有两句——“最平凡而又最珍贵，最易被忽视而又最令人后悔的就是时间。”是啊，在那些不珍惜时间的人眼里，时间是那么慢，那么长；而在那些珍惜时间的人眼里却恰恰相反，他们觉得时间太短，日子过得太快。其实时间最公平，给每个人都是每天24小时；时间又最宝贵，人的一生中真正能用于学习，工作，为社会做贡献的时间只占生命历程的三分之一。对照高尔基的这句话，能让我们时时谨记要珍惜时间。

时间是人类的财富，是全部财富，正如时间是国家的财富一样，因为任何财富都是时间和行动化合的结果……居里夫人说过：“我只惋惜一件事，日子太短，过得太快。一个人从来看不出做了什么，只能看出来该做什么。”倘若给居里夫人更多的时间，她会创造出世上更灿烂的辉煌，为人类创造出更多的财富。

时间就是生命，珍惜时间就是爱护自己的生命，因为时间是组成生命的材料，生命是以时间为单位的，放弃时间的人，时间也会放弃他。记得二次世界大战期间，发生了时间与生命有关的一件事。在美国与德国交战时，美国要派100名战士到德国后方，他们要学会德语，限他们40天学会，学会的人去，学不会的人也是要去的。如果学不会，德国人就会发现他们是“美国鬼子”，那岂不是白白送死？所以，40天之内，100人都学会了德语。

时间是乌黑秀发中的几根白发，是生日蛋糕上逐渐增多的蜡烛，是无法挽留却又一次次重复的春秋与冬夏。时间催促沧桑的巨变，时间扬起未来的风帆，时间是生命的黄金海岸，

时间是获取成功的基石，时间是人类的生命航船。

时间具有均等性和流逝性，公正无私，对所有的人都一视同仁，无论是谁，每天都给你二十四小时，不会多给你一分，也不会少给你一秒。时间的流逝性是无法阻挡的，古今中外，没有一种开关能关住时间，没有一种闸刀能拦住时间的步伐，没有一种仓库能储存时间。正因为如此，惜时者则成为时间的主人，浪费时间的人则成为时间的奴隶，任时间宰割。

珍惜时间吧！莫等闲，白了少年头，空悲切！

谢谢大家！

演讲稿珍惜时间篇八

同学们，大家好！

这天，我想说说珍惜时间的问题，时间是最宝贵的东西，俗话说得好：“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴！”人生最题就是如何让一寸光阴等于一寸生命。

这些是小事情，可是时间就在这一点一滴中浪费了。

我想：时间就是生命。”所以，鲁迅最厌恶那些“成天东家跑跑，西家坐坐，说长道短”的人。鲁迅正因珍惜时间而取得了成功，成为一代大文豪！

是我成为祖国栋梁之材的骄傲与自豪！

多谢大家！

演讲稿珍惜时间篇九

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！今天我要演讲的题目是《珍惜时间》。

我们都要把握现在，现在是九年义务教育，国家对我们的资助让我有机会踏进学校的大门。我们应该把握学习的时光，为自己为社会做贡献。只要我们的中学生活结束，在社会中一切都将复杂化，那时回忆初中生活的美好，就会珍惜时间，珍惜身边的一切。

学校为我们学习创造了有利条件，我们应该珍惜别人的劳动成果。好好学习，把握时间，“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴”是告诉我们珍惜时间，明天会更好。

把握现在所拥有的，不要等老了来后悔。因此我们要珍惜时光，“盛年不再来，一日难再晨”，“有花堪折直须折，莫得无花空折枝”告诉我们要珍惜时间。

初中三年是什么？是一张白纸，又是充满感情色彩的一幅天然的水墨画。友谊是什么？有人说是亲善产生幸福，文明带来和谐。世间最美好的东西，莫过于有几个头脑和心地都很正直的朋友。告诉我们珍惜现在的友谊，让我们的友谊永存天地间。

无论做什么事都必须拥有自信，拥有坚定的信念。做什么事不要半途而废，要勇往直前，不要因为有困难就退缩，应该有“明知山有虎，偏向虎山行”的精神。

大千世界，最伟大、最公正、最无私的是时间，生活中最平凡而又最珍惜的还是时间。春夏秋冬，春暖花开，春天来临万物复苏，花儿开放，花有枯的时候，也有再开的季节，然而我们的生命却只有一次，人无再少年，时间也是如此，永不停留，犹如那黄河之水天上来奔流到海不复返。时间稍纵即逝，因此让我们珍惜时光吧！让我们在感叹时光飞逝的同时也去抓住和把握时间，珍惜现在，从小做起，从现在开始。

演讲稿珍惜时间篇十

亲爱的老师同学们：

大家好！

君不见黄河之水天上来，奔流到海不复回。君不见高堂明镜悲白发，朝如青丝暮如雪。诗人的高歌，伟人的教诲，哲人的感慨……时间，曾有多少文人墨客为它赞美，为它歌颂！有人把时间比作金钱，为了言极它的珍贵，却无法突出它的价值！或许有人反驳：人一生劳碌，无非就是为了金钱，从而得以生存，是在以时间换取金钱为代价的。可是人生在世，难道就只为了生存吗？还在于活得幸福，活得鲜明！金钱失去，可以由时间换回，然而，却从来没有人能用金钱买到时间。有人把时间比作智慧，为了说明它是用金钱买不来的，还需经过努力，拼搏、思索、创造……但，即便费了这番心思，仍旧无能由魔掌中夺回时间！它太渺茫了，无影无形，漫天飘摇，可世间一切物质却又无一不是在它的控制下生存。

“有花堪折直须折，莫待无花空折枝。”只有善于用时者，才能取得胜利！在时间的注视下，有人在努力，有人在消磨；有人迎向进取，有人自甘堕落；有人将年华虚度，有人勤恳奋发……有人满腔热血，毕生充实；也有人华发早生，无为而终。时间有一颗明事理，辩黑白的心，它有一双雪亮的眼睛。时间喜欢有志气，敢和它竞争的人；痛恨任人摆布，随波逐流，抱着今朝有酒今朝醉的心态，不思进取的懦夫！闲散而过，终日重复碌碌的衰败，不仅是对自己的不负责任，也辜负了所有寄予期望的人！亵渎了时间，负了它的债，就将受到它的严惩！

“劝君莫惜金缕衣，劝君惜取少年时。”愿青春江河滚滚奔向大海，百花年年开不败！经历了沧海桑田的旷世巨变，我们要扬起未来的风帆，勇敢地迎向挑战，面对考验，无畏风暴，劈风逐浪。开辟一条属于自己的阳光大道，达到海岸边

的天堂！机不可失，时不等待。虽然我们欠缺了很多，尽管我们并不完美。但我风华正茂，朝气蓬勃，我们满怀信心！我们会竭尽全力去开拓，填补缺陷！即使失意，也坦然。年轻的一代，有愁畅，懂得缅怀，但不等于是悲观妥协，一蹶不起！朋友们，列宁曾说：“赢得了时间，就赢得了一切！”

让我们都长一双透视眼，在无形中捕捉时间，同它斗争！同学们五天长假转眼间已随风而逝，还有不到半个月，我们将迎来这个学年的检阅，请让我们把握每个时刻，将它紧紧抓牢，共创辉煌！

谢谢大家！

演讲稿珍惜时间篇十一

亲爱的同学们：

大家好！

亲爱的教师，敬爱的同学

大家好！

同学们，生命是什么？让我来告诉你吧！生命仅有一次，生命是要经历一分一秒的时间，和时间做朋友，和时间一齐旅行！

在平常的时候，你会感觉到时间异常多。据我的计算，一天有八万六千四百秒。你在上课的时候，总会觉得时间过的很慢，当你在玩的时候，却觉得时间过的很快。因为上课时，你根本就是在认真听讲，没注意时间。在玩的时候，你很在乎时间。

在这个世界上，时间对每个人都是公平的，只是有些人活的态度和看法不一样罢了。

时间是要自我去珍惜的，时间是不会因为你是百万富翁而让你多活一秒，也不会因为你没对社会做贡献而让你少活一秒。时间是要靠自我的努力所珍惜的，而不是靠几个钱就能买时间。俗话说：“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。”时间是买不来的。

作为一位学生，我们应当怎样珍惜时间呢？很简单，只要你每一天好好学习，天天向上，勤奋学习，不怕吃苦，不浪费一分一秒。一回到家就做作业，不对着电脑，不对着电视，认认真真的做。一有作业就拿笔写，争取在学校里就完成，这样，在家里就能够复习了。

上课时不开小差，不做小动作，不带和学习无关的东西，这样，你的学习才有价值。

演讲稿珍惜时间篇十二

今天演讲的题目是“珍惜时间”。

时间对于每个人来说都是宝贵的。鲁迅先生也说过：“……”

六年级了，我们应该好好运用时间。学习如此紧张，在千千万万人海中不一定每个人都可以成功。

人生就像一支彩色笔，每个人用不同的笔画不同的画，有的人画的乱七八糟，有的人却画的很好看，当画的丑的人想重新改过时，才发现笔已用到了尽头。

这句话是说人生是短暂的，但会利用时间的人就可以把自己的人生画上最美的画案，而浪费时间的人，则永远失去人生

的色彩。

现在我们就来改变一下学习习惯：

- 1、每天至少看20—45分钟的文学作品，这样可以更好的写好作文。
- 2、认真完成作业，不可以把字写的马马虎虎，字如其人，别把自己给抹黑了。
- 3、积极配合老师及组长，无论有多不想，也要坚持完成。这样可以学到许多东西。
- 4、要有一张笑脸，一个从不开心快乐的人，无论他有多成功，也会失去人生色彩。

从现在起做一个快乐的小学生，我的讲话完毕，谢谢！