

# 最新珍惜时光演讲稿 珍惜时光(汇总9篇)

演讲是练习普通话的好机会，特别要注意字正腔圆，断句、断词要准确，还要注意整篇讲来有抑有扬，要有快有慢，有张有弛。演讲稿对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写演讲稿呢？下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

## 珍惜时光演讲稿篇一

乌飞兔走的光芒里，我们要握紧自己的青春。

——题记

当你还在为一件小事伤心不已时，那么请抬头看看墙上的挂历它已悄无声息地又被翻过一页。

当你还在喧闹的大街徘徊，那么请看看日历，它已悄无声息地偷走了时光。

所以，年轻的我们，何不踏着时间的脚印，握紧自己的青春。

当无数人还在为何去何从而忧愁不已时，鲁迅早已握紧手中的笔刺向敌人的心脏。他挤出一切时间去创作，写出了“寄意寒星荃不察我以我存轩辕”的豪情壮语。他用一篇篇文章鞭挞了封建社会惨无人道的暴行，揭露了侵略者的丑恶嘴脸，赞扬了敢于直面惨淡人生的拼搏者。他成了伟大的思想家、革命家、文学家。他的创作，他的不朽著作不正是他利用别人喝咖啡的时间写出来的吗？所以，当时间老人手握钢鞭驱赶日历向前翻转时，我们一定要充分利用自己的宝贵时间，不要让自己留下遗憾。

当客人聚集在客厅欢乐，当客人聚集在餐桌旁进餐，牛顿却一人埋头专心致志地做实验。他利用一切时间去做实验，才有了牛顿运动定律等伟大成就。他珍惜一切时间甚至至于忘记了自己，他全身心投入到科学研究。所以，当太阳神驾着马车，拉着太阳在天空飞速行驶时，我们该明白一个真理，时光不会逆流。那么，我们就该握紧每一分钟，甚至每一秒钟，去做有意义的事。

走在历史的长廊中，随处可见告诫人们要珍惜时光的名句。《长歌》中的“少壮不努力，老大徒伤悲”，岳飞的“莫等闲，白了少年头，空悲切”，无一不在警醒人们珍惜时光。当我们眼睁睁看着墙上的日历一页一页飞速翻动，我们突然间意识到，时光一去不复返。白驹过隙，时光从指缝中悄悄流走。一事无成的我们紧锁眉头，毫无遗憾的我们面露微笑。

是的，杨柳枯了，有再青的时候；桃花谢了，有再开的时候；燕子飞了，有再回的时候；可时光走了，就再也无法挽回。

所以，年轻的我们握紧自己的美好青春，踏上漫漫人生路。

## 珍惜时光演讲稿篇二

校园是个神奇的地方，她就像一座宝山给进入的人以不同的收获。也许你在这里找到了闺蜜，也许他找到了死党，而她找到了人之初懵懵懂懂的爱。

现在我们进入了校园，进入了这座宝山，进宝山而不取，这不是我们的性格，我们要在这短短的几年里尽量多的挖掘，让我们的宝山之行收获满满。

有人在山下仰望宝山的美景驻步不前，他的收获只是对后人讲述宝山的美丽，有人在山脚挖掘一棵树苗回去种植，几年后他坐在树下享受荫凉。

有毅力的人爬上峭壁摘下了一棵灵芝，也有人登上峰顶挖掘出了人参，还有人挥洒汗水破开岩壁，翘下了一枚钻石。

这并不是全部，宝山的富庶容许我们更多寻觅，如果你是小说迷，这里也有你想要找到的传承。

小说斗罗大陆一本很小的书，他回报作者一个亿的收获，因为知识就是生产力，知识就是财富。

校园时光很短暂，每人只有一次进来的机会，我们要抓住机会，可是机会总是留给准备最充分的人，让我们成为准备最充分的人去迎接我们多彩的人生！

## 珍惜时光演讲稿篇三

大家中午好：

我是初二xx班学生xxx，今天我在台上将要做的演讲是《珍惜时光》。

同学们，我们已经初二，离初中毕业就只剩下不到两年了，时间是真的很快的，总是在你不注意的时候，它就消失了。初中的时光真的很美好，初一的我们还是那样的璀璨夺目，是那样的青春活力，面对未来是那样的憧憬，这是我们这些青少年身上要去拥有读的状态。时间永远都不会等人，如果你不去珍惜，它就悄悄的离去，等你回过头去看的时候，你更多的是后悔，后悔你没有把握住时间，把握住当时美好时光。

时光匆匆，我们竟然已经度过一年的初一生活了，对于已经过去的时光，我们只能缅怀，不能再次奢望回到过去。我知道大家心中多少对于过去的初一总是有些遗憾的，就连我也是的。初二处于初一和初三的中间，是一个过渡的阶段，所以我们趁着现在时间充足，请大家把握好这段时光，不要再

次浪费掉了。当前的我们学习任务加重，其实时间也变得很紧凑，所以我才想请大家珍惜时间，规划好自己这一年的时间，该学习该玩耍，都去做一个时间计划，把所有的时间都抓住，不要让它从手中流走，导致后面无尽的后悔和遗憾。

现在的我们，虽然学业变多了，但是也不是没有时间去做自己喜欢的事情，所以我们就要在学习的时候兼顾个人的兴趣爱好，这其实一点也不突兀的。同学们，我们在一个班级，我们的时间是一样的，但是我们慢慢的就会产生差距，这就不太好了。我在这一学期了里，有观察到有些同学上课就睡觉，下课就只顾玩，回家作业也不赶紧做完，就直接去玩了，或者是看电视了，这些行为就是在浪费自己的时间，就是不珍惜当前的时光的行为，因此很多同学总是在抱怨没有时间，或者是抱怨时间过得好快。其实我觉得不是没有时间，也不是时间过得太快，是因为自己没有去珍惜，所以时光才对你没有一点留恋就离开了。

同学们，我初二了，离初三不远了，那么离毕业也不远了，请你们一定要珍惜自己的时间啊。大家一定要明白时光不再，一旦逝去是不会有回归的了，所以珍惜时光，就是珍惜当下的生活。

谢谢大家！

## 珍惜时光演讲稿篇四

颓然之际，是什么悄然的走来，带走你的伤感？愉悦之时，是什么无声的伴奏，增添你的快乐？那就是日子里的过客的情谊。一份缘，是一场梦，是一抹惊艳，也是一种珍惜。

一滴泪掉下来要多久，一份情被铭记需几时？闭眼，回忆里搜索，看见了曾经语文老师的带笑的面孔，陷入了思潮。

初二下期，不知何时，班主任不知道什么时候进来了，她告

诉我们，现在的语文胡老师不教我们了，换刘老师来教我们，顿时，我愣住了，换老师？心存着对老师的不舍，心里闷闷的，一下子低落到低谷，在无尽的黑洞里摸索，见不到一丝光明，剩下满满的不舍。

早晨第一节课，他来了。没有任何的介绍。他送给我们的见面礼是一道综合性学习题。他要我们举手回答，我们本想不理睬他。回答时，全班鸦雀无声，寂静的气息弥漫，似乎每个人的呼吸都编奏成了一首抗拒的歌。我的同桌，突然，举手了，他原本淡然的看不出任何感情变化的脸，笑了，露出几颗大门牙，滑稽的像是个逗乐了群众而笑的小丑。

他上课总是带一本厚厚的文件夹，一本空白的语文书，还有我们的练习册，迈着矫健又急速又不失稳重的步伐走进教室后门。他很少走前门进来，上课前，总是喜欢在教室内走一圈，看看每个人在做什么又或者是看我们的状态如何吧。每次路过我的身旁，我都会感觉到心里凉凉的，不清为什么，大概是不喜欢和他交谈的缘故吧。他不喜欢拖堂，基本都是准时下课，如同学生的挚友。

日渐一日，我们熟悉他了。他经过我的旁边，就像是感受到火焰一样的，因为他带来的知识，或是表面与课文无关又切入生活的。‘出师表中诸葛亮为刘备所托，照遗嘱所言，应该……’，‘诸葛亮为什么总拿着一把鹅毛扇？’，‘长勺之战，鲁国以弱胜强，那么淝水之战等故事你们知道吗？’，‘《我爱这土地》，艾青，什么是爱，爱和喜欢有何不同？’，我们众说纷纭，‘爱是很喜欢很喜欢很喜欢很喜欢很喜欢很喜欢很喜欢很喜欢很喜欢……那么可看作爱是喜欢的 $n$ 次方，当 $n=0$ 时，爱便等于1，爱的唯一。’……。很多时候的课堂，他讲述着许多课外文学故事，又或者文章，甚至于语录，他分享给我们经验，讲着少数老师会讲的处世之道。我们伴着咯咯哈哈的欢笑，扬起如花般灿烂的笑颜，然后有时候我们无聊困乏的度过一节课。

后来，初三下的某一天，班主任拿着上课用的书从门口走了进来，我看着她，他似乎要说些什么，‘今天上了语文课了吗？语文课改由原来的那个胡老师教了。’笔从手间滑落，这似乎就是个玩笑，又或者我们一直在演一个喜剧，那么的戏剧性。想起老师不掩藏的好，老师面面俱到的关心，老师如黑脸包公似的严厉，老师扬起嘴角的笑容。事实不会因为一个人而改变，尽管我们那么反对，但我们也只有接受。

也许有一天，风而逝的是那片翠绿，那抹殷红，沉淀下来的是颗素简的心，淡看潮起潮落，云卷云舒。忆起的回忆，留下珍念，记忆里流光焕发。

## 珍惜时光演讲稿篇五

大家早上好。我是三年级一班的xx[]今天我演讲的题目是：珍惜时光才能成就未来。

一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴，美好的时光对每个人来说都有不同的意义，可相同的是只有珍惜时光的人，才能成就美好的人生。

在国庆节期间，中央电视台有一个特别的话题，什么是美好时光？了许多不同的人，他们都说了对美好时光的不同理解，让我印象最深刻的是奥运冠军邓亚萍，当记者问她，最美好的时光是什么时，她用清晰的语言讲述了自己的运动生涯。作为一个身高只有一米五五的运动员来说，她的成功绝非偶然，她付出了常人无法想象的努力和坚持，她认为“人一生中，所有经历过的’酸甜苦辣，都是一笔宝贵的财富，只要你去努力奋斗过”我觉得她说的太好了，人的一生，遇到困难，不气馁，不放弃，不断挑战自己，才能不虚度时光，对得起自己曾经付出的努力。

我从小就有一个梦想，那就是成为一名作家，要想让梦想成为现实，从现在开始，我要珍惜时间，努力学习，让每一天

都过的充实有意义。我从小喜欢阅读，多读书读好书，随着阅读量的增加和积累，我在作文中应用的好词好句也越来越自如，每次作文课miss杨让我读自己的作文时，是我最幸福的时光，就像那位退休的老爷爷说的那样“一年之计在于春，一生之计在于勤，一天之计却在于昨天晚上”机会只留给准备好了的人。

同学们，从现在开始，让我们珍惜每一分每一秒，过好生命中的每一天，留下美好时光的幸福回味，成就自己的美好未来！

## 珍惜时光演讲稿篇六

大家好。

“少年智则国智，少年富则国富，少年强则国强……”路过低年級的教室里，书声琅琅。稚嫩的童声，轻笑。他们，可知其中深意？少年，是人生中灿烂的一段时光。不光是学习的奋起，还拥有着美好的青春。何谓青春？它们不是路边的小吃，花几块钱就能买到；不是那些繁华的高楼建筑，一眼便能眺望。

少年的我们在青春里畅游，或浑然不觉，直至它失望退场时才发觉；亦或抓紧时机，尽自己所能。也许这样并不是出人头地，但我们不会后悔当初，而是潇潇洒洒走向人生下一站。每个人对于青春都有自己的诠释。有人，仅仅将青春作为一段时间，过了也便过了，走了也便走了，做好了自已；有人，趁着少年，轰轰烈烈，绽放属于自己的光彩；而有的人，在其余思想的干扰下，强行逼青春退场。

他们都是少年上天总是公平的，将荣誉赋予应该得到它的人，将罪恶踢给不需要青春的人。

青春，给了所有人公平的机会。至于是摧残，是呵护，还是

无所谓，全凭自我掌控。

我们还年轻，我们需要青春，我们要用青春挖掘自己的潜能。而消磨时间者，只能眼睁睁看着青春从指缝间流出，消失殆尽。不要再任性了，青春不是童年。不要再无聊了，青春没有很多。不要再沉默了，青春不能消磨。青春短暂，时机有限。少年智则国智，少年富则国富，少年强则国强，少年独立则国独立，少年自由则国自由，少年胜于欧洲则国胜于欧洲，少年雄于地球则国雄于地球！

这一切的一切，都需要建立在青春的基础上。让我们珍惜青春，放飞青春的梦，发挥它无尽的精彩！

谢谢大家。

## 珍惜时光演讲稿篇七

首先，我想跟大家分享一个故事，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的经验。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，可是当班杰明打开门的那一瞬间却让这个青年惊讶不已，原来他发现班杰明的房间里乱七八糟，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，并热情地招呼青年进入了房间。此时青年看到的却是一个井然有序的房间。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？对，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，故事告诉了我们一个道理，一分钟的时间非常短，却可以做很多的事情，也可以改变很多的事情。最近我们学校举行了好几项活动都是围绕“中国梦，我的梦”，而同学们都写下了自己的梦：有的长大以后要当科学家，有的长大以后要当歌唱家，有的长大以后要当老师……大家的愿望很美好，但美好的明天不会从天上掉下来，它要靠今天每个人的智慧和勤劳，只有今天的努力，才能换来明天的美好。

热烈祝贺陈颉杰同学在福建省“红领巾心向党”中小學生讲故事、演讲比赛中，荣获小学组讲故事比赛一等奖。

## 珍惜时光演讲稿篇八

清晨，小鸟忙着唱歌，蜜蜂忙着采蜜，蝴蝶忙着翩翩起舞……他们都在珍惜时光，为以后的完美生活而劳动。比起他们，我们总显得碌碌无为，总显得徒劳无获……因为我们不会高效利用和珍惜时间。

现在的人，已不懂得珍惜，许多人会眼睁睁看着时光流逝，却不心疼。珍时是世界上最简单的东西。节约时间，不浪费时间，合理利用时间，就是珍时最直接的表现。

古人云：“时间好比河中水，只能流去不能回。”这告诉我们：时间是珍贵的，是一去无回得是我们应当珍惜的。童年时代，因为小，你不懂的为什么；等到长大，有以各种意想不到的理由来回答自己；到老时，才会后悔小时的过错。因为这样，一生就空虚的过去了。

你和时间开玩笑，它却对你很认真。别和时间玩游戏，人生在世，生命很短，但时间却在一直持续，一直奔流向前。我们是些很不珍惜时间的人，总在和时间闹着玩儿，从来不去

想未来会怎样，从来不去想浪费时间的后果，从来不会想时间对我们的惩罚。或许你会想，反正时间很多，玩玩也没什么。于是，当妈妈督促你学习时，总会找各种各样的理由来拒绝。

时间胜守宝石。一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。时间是宝贵的，是无价的，是失去后就不会再拥有的，希望你们可以珍惜时光，让有限的时光变得无限长！

## 珍惜时光演讲稿篇九

尊敬的领导，亲爱的老师们，下午好。

今天，我演讲的主题是《珍惜》。

我出生在莒县的一个小镇上，妈妈曾是小学老师，爷爷是一所小学的校长。深受他们影响，我儿时最大的愿望，就是做一名教师。

毕业那年，正是毕业生不再分配的第一年。我便以临时工的身份，辗转在各学校代课。微薄的工资，暗淡的未来，我的同学，都陆续转行了。可是我不舍得。就这样，代课七年后，终于有了招考老师的政策。零九年，我突破重围，有了正式编制。对一个毕业七年的人，在知识生疏和家庭琐事的压力下，备考的艰辛和痛苦一言难尽。

经历过，才懂得珍惜。我珍惜这份来之不易的工作。更重要的是，它是我此生最喜欢的工作。

可是，该如何珍惜，自己深爱的岗位呢？这是个很大的话题。我记得学期之初，尚校长曾给我们提出了一个课题：在情智教育下，该怎样营造师生亲情，和教师之间的友情。今天我就借助尚校长的智慧，来谈我对珍惜的理解，来讲述我身边的故事。

首先，我要说的是，珍惜师生亲情。

我永远忘不了，我的三年级五班。那是我从一年级带大的亲生班级。我们一起经历了很多。那天早上，我去跟他们告别，我想好了很多种说辞，幽默诙谐型，简单朴实型，高贵华丽型。。。。

可是，一走进那间教室，他们沉默地看着我，我便什么型都用不上了。工作十一年后，站在我最熟悉的这方讲台上，我生平第一次紧张地手心冒汗，语无伦次。

“哦！”他们如释重负。

他们一动不动，沉默地看着我，沉默了几秒钟，我说：“这位是曲老师”

我犯了一个低级的错误，把孙老师，说成了曲老师。孙老师笑了，孩子们没笑，一直看着我，期待着我还会说些什么。

我什么都不能再说，再说一个字，我的眼泪就会喷涌而出。我看到许多孩子眼里已经闪着泪花。

于是，我默默拿起我的包，走到教室门口，跟孩子们挥了挥手，表示再见，指了指孙老师，示意他们听孙老师的话。

我径直走到卫生间，大颗泪珠一连串地掉下来。就这样，我离开他们了。

我想，这样的场景，在座的老师们，都不陌生。我们每个人都经历过这样的分别和伤感。我不知道身边这群朝夕相伴的孩子，能陪伴我们走多远。一旦分离，便是永久，此生此世，我们很难再一次，做他的班主任。

因此，我时常提醒自己，请珍惜时间，有什么好的想法，就

及时去实施。对孩子的情感，要及时表达。自己的错误，及时承认。时间太匆匆，不能就这样老去。

我深爱z□因为这里有我深爱的的工作，更因为这里有一群我深爱的人。

我常说，我要想看书了就找z□我要想吃美味了，就找z□我想买漂亮衣服了就找z□我要想开心了，就找z□

看相同书的人，最容易成为朋友。我跟师傅牛老师就是如此。我看了《四世同堂》，必定推荐给她，让她也一起感受老舍式的幽默。她看完了《一句顶一万句》，也会第一个借给我，一起发出“万千世界，知己难觅”的感慨。这些年，我们读过的相同的书，不下二十本了吧，《蝇王》、《灿烂千阳》《追风筝的人》《我们三》《经典即人生》《三十六天，我的美国教育之旅》《看见》《薛瑞平系列》《赵德发系列》，有段时间，也一起迷恋过莫言系列。

我最喜欢跟师傅牛老师聊天，永远都有聊不完的话题。聊书，聊自己，再聊书。一起重复某本书中的经典话语，一起吟唱“长风万里送秋雁”，不必担心她会笑话五音不全的我。一起笑，一起聊，夜深了，还不舍得离开。一生中，这样一个默契、贴心，能听得懂你的疯话的人，是可遇而不可求的。

zz□是很踏实，很值得信任的闺蜜。

我要讲课，找不到合适的丝袜□z会立刻带来两双任我挑选。出差了，把孩子交给z和z□永远最踏实。我们是朋友，我们的三个儿子也是最要好的小兄弟。周末晚上，领着各自的男孩，一起在植物园里蹦蹦跳跳，看着灯火通明的城市夜景，在我们眼前上下弹跳，看着彼此的笑脸，在灯光中忽明忽暗。那种童心不泯的快乐，让我们每一个，都深深地温暖和感动。难忘在一起时，那些快乐的时光。

亲爱的老师们，今天，我演讲的主题，是珍惜。我想说，请珍惜这我们自己选择的这份工作，请珍惜跟孩子们相处的时间。请珍惜身边的闺蜜好友们，愿我们在白发苍苍时，依然一起哭，一起笑，一起逛街，一起臭美。