

# 最新珍惜演讲稿三年级(实用10篇)

演讲稿是一种实用性比较强的文稿，是为演讲准备的书面材料。在现在的社会生活中，用到演讲稿的地方越来越多。我们想要好好写一篇演讲稿，可是却无从下手吗？下面是小编帮大家整理的优秀演讲稿模板范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 珍惜演讲稿三年级篇一

大家好！

今日我演讲的题目是《珍惜时间》。

时间是最平凡的，也是最珍贵的。金钱买不到它，地位留不住它。“时间是构成一个人生命的材料。”每个人的生命是有限的，同样，属于一个热闹的时间也是有限的，它一分一秒，稍纵即逝。

东西——时间吧！

## 珍惜演讲稿三年级篇二

大家好！今天我要演讲的题目是《珍惜当下拥有》。

拥有一花，一草，一木，一叶，母爱，父爱，亲情，友情，孤独，热闹，成功，失败……可是我们从不满足，拥有一杯水，想要一条江；拥有一片叶，想要个森林；拥有一块砖，想要一幢房。于是，我们不断烦恼，不断抱怨，不断惆怅……生活难道就该这样让我们谴责吗？我们不妨学学托尔斯泰的人生观。

有人与托尔斯泰聊天说：“你已经拥有了你所爱的一切。”托尔斯泰莞尔一笑，回答道：“不，我只是爱我所拥有的一

切。”常人只是不断追求“有我所爱”，却不懂得“爱我所有”是更加高尚的境界。

其实，我们不是拥有的太少，而是珍惜的太少。亲人团聚时，我们可以珍惜那份亲情；孤独寂寞时，我们可以珍惜那份安逸；事业成功时，我们可以珍惜那份喜悦；事业失败时，我们可以珍惜那份深刻。

普通人看来，监狱是束缚人的恶魔，而他却珍惜监狱中独特的地方——静谧。珍惜这份静谧，使他拥有良好的心境学习，终于学业有成。

珍惜拥有的青春，善待生命的每一天，使我们无怨无悔；珍惜拥有的缘份，握紧手中的每一份爱，我们将得到温暖；珍惜拥有的机遇，我们将创造奇迹；珍惜拥有的人生，踏实前进中的每一个脚印，我们的旅途充满光辉！

人生在世，需要珍惜的东西很多，但人们往往在失去它之后，才想到珍惜二字，而这已经为时太晚了。因而，学会珍惜，懂得珍惜，会使我们的生活多几分甜美，少一些遗憾，多几分幸福，少一些痛悔。

珍惜幸福。幸福都是相对的，对于失去工作机会的人来说，工作就是幸福；对于重病缠身的人来说，身体健康就是幸福；对于颠沛流离的人来说，生活安定就是幸福。依此类推，家庭和睦，夫妻恩爱，子女上进，二老健在，事业有成也都是幸福。当你在享用这些幸福的时候，千万别把它不当一回事，因为这些幸福并未注定要始终属于你，倘若不珍惜，掉以轻心，随时都有失去的可能。

谢谢大家！

## 珍惜演讲稿三年级篇三

虽然在我们地球上，水的面积比陆地的面积多，但是你要知道，80%的水都不能直接使用，剩下20%几乎都在淡水中，可是，我们人类还那么不珍爱它。

我从许多资料上知道，黄河马上就要断裂了，这可是我国第二长河啊；长江被污染，黄河要断裂，这些水事件一天天的威胁着人坟墓。的生存，如果有一天，人类没有可饮用的水了，那我们真是自己给自己堆可我们身边的人，依然没重视这个问题。

他们把废电池到处乱扔，要知道，一颗小小的纽扣电池，就可以污染60吨水；他们把垃圾到处乱扔，要知道，一公斤垃圾可以污染50吨水；他们把污水任意排放，要知道，只要有河流的地方，那都成了他们的下水道。有人说：金钱最珍贵；有人说：友谊最珍贵；有人说：生命最珍贵。但是如果没有了水，我们早就没有了金钱；如果没有了水，人与人之间的友谊早就被太阳蒸发掉了；如果没有了水，我们的生命早就没有了。

人类啊！保护我们的水资源吧！只有水才是最珍贵的，只有保护水，才会撑起一片蓝天。

## 珍惜演讲稿三年级篇四

时间是宝贵的，那关于关于珍惜时间演讲稿怎么写？下面是小编整理的关于关于珍惜时间演讲稿，欢迎阅读。

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好，今天我演讲的题目是《珍惜时光》。

俗话说“一日之计在于晨，一年之计在于春”。

同学们，春天是播种的季节，只有此时播下希望的种子，丰收的时候才会有满意的收获。

那么，同学们，何不在这个美好的季节里，撒下努力学习的种子呢？

常听身边的人抱怨时间不够用，许多要干的事都还没干，真的是时间苦短吗？高尔基曾说过：“时间是最公平合理的，它从不多给谁一分一秒。

勤劳者能叫时间留下串串果实，懒惰者时间则留给他们一头白发，两手空空。”我们不能让时间停留，但可以在每时每刻做些有意义的事。

“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、荒废生命呢？同学们，我们应该学会做时间的主人，紧紧抓住时间。

抓住时间，就是要科学安排时间，巧妙地利用时间，上课，自习做作业都要高度集中注意力，排除干扰，提高单位时间利用率。

抓住时间还要善于抓住今天。

在今天有限的时间里努力学习，抓住今天的分分秒秒，用今天的努力去弥补昨天的不足，去实现明天的理想。

你是否因为自己意志薄弱而小声讲话？在家中做作业时，你是否禁不住电视或电脑游戏的诱惑而虚度时光？周末，是否因为贪玩而无暇顾及书本？也许，大家认为这些都是小事情，但时间就在一句句闲话之间，一个个走神之际，轻轻而又飞快地从我们指尖溜走了。

岳飞说：“莫等闲，白了少年头，空悲切！”鲁迅说：“哪里

有天才，我只是把别人喝咖啡的时间都用在在学习上。”在时间的注视下，有人在努力，有人在消磨；有人积极进取，有人自甘堕落；聪明的人，抓住今天，愚蠢的人，挥霍今天。

同学们，让我们从现在开始，惜时如金，共同珍惜今天，珍惜现在的分分秒秒，珍惜这个美好的春光吧！

谢谢大家！我们的演讲结束！

时间是无始无终的，而每个人的生命却是有限的，属于一个人的时间也是有限的。

如果一个人的生命走到了尽头，那么他所拥有的时间也即将宣告结束。

大千世界中，最伟大、最公正、最无私的是时间生活中最平凡又最珍贵的还是时间。

春夏秋冬，年复一年。

杨树枯了，有再青的时候百花谢了，有再开的时候。

然而，一个人的生命却只有一次。

“花有重开日，人无再少年”，时间亦是如此，一步一步，一节一节，永不停留，如若“黄河之水天上来，奔流到海不复回”，稍纵即逝。

因此，我们应珍惜属于自己的时间。

古人说的“三更灯火五更天，正是男儿读书时。

黑发不知勤学早，白首方悔读书迟”，正是告戒我们：生命有限，必须惜时如金，切莫把宝贵是光阴虚掷，而要趁着青

春的大好时光多学点知识，在自己的有生之年里争取赶一反大事业。

古人尚且如此，难道我们还不如古人吗？

珍惜时间就是爱护生命。

大发明家爱迪生平均三天就有一项发明，他正是抓住了分分秒秒的时间去探索去研究，才取得如此大的成就。

“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。”然而，在我们的生活中，有的人却不好好的珍惜时间，他们有的抱怨时间太慢，整天无所事事，得过且过。

有的感慨时间的稍纵即逝，却不付诸行动去把握时间。

要知道，时间是公正的，他回报勤劳者以硕果，回抱懒惰者只有“香如故”的坦然，抱着“落红不是无情物，化做春泥更护花”的豪情。

陶渊明说：“死去何所道，托体同山阿。”泰戈尔说：“生如春花之灿烂，死如秋叶之静美。”生命的轮回是自然的规律，生命的凋谢也意味着生命的重塑。

我懂得了生命的意义，是在短暂和局限之中不断追求的完美，是正视上名的挫折和轮回。

让我们坦然地走过生命的平原和高山，走过春夏秋冬，真正地领悟生命的意义吧！

同学们，生命是什么？其实，生命就是经历一分一秒的时间，是由时间相伴的一段旅程。

在这个社会上，时间对每个人都是公平的，每个人都公平的享有时间，时间的长短快慢对每个人都是一样的。

它不会因为你是百万富翁而多给你一秒，也不会因为你的迟缓耽搁而等待一分。

就像民谚所说：“时间好比河中水，只能流去不能回。”古人还用“白驹过隙”来形容时间的飞逝，又用“寸金难抵寸光阴”形容时间的宝贵。

表面上看来，时间好像很多，过了今天还有明天，过了这一刻还有下一秒，太阳会每天正常升起，月亮每个月都有圆有缺，时间仿佛永远是这样周而复始，没有穷尽，但是对我们每个人来说，一年三百六十五天，一天八万六千四百秒，伴随着你的心跳，不管你是在穿衣吃饭，还是玩耍睡觉，时间绝不停留，绝不增加。

记得小时候同学们传唱的儿歌吗？“明日复明日，明日何其多，我生待明日，万事成蹉跎”。

在不知不觉之间，人生就会从少年而青年，青年而壮年并走向老年。

古往今来，很多的人对时间进行了评说，不同的人对于时间有着不同的定义和解说。

文学家说：时间就是东去的长河，奔流到海不复回；医学家说：时间就是生命，珍惜一秒的抢救时间就有可能挽回一条生命；教育家说：时间就是知识，抓住生活中的点点滴滴就能尽可能多地掌握冲击未来的资本；军事家说：时间就是胜利，抓住战场上瞬息万变的瞬间就能够转变战局，化腐朽为神奇；哲学家说：时间就是真理的女儿；美学家说：时间就是我们对生活的希望；深圳人说：时间就是金钱。

而我要说时间就是我们的学习成绩，就是我们的未来。

时间是公平的，但是同样年纪的人为什么所做出的成就就不

一样呢?那是因为不同的人对于时间有着不同的态度和做法。

勤奋者抓紧时间;求知者利用时间;有志者珍惜时间;聪明者争取时间;好学者挤出时间;上进者追求时间;忠诚者遵守时间;勤劳者创造时间。

所以,同学们,做聪明的人吧,做勤奋的人吧,让我珍惜时间,因为珍惜时间就是珍惜生命。

人的生命只有一次,不要虚度光阴,不要因碌碌无为而悔恨。

同学们,从这一刻开始,珍惜时间。

## 珍惜演讲稿三年级篇五

大家好!

同学们,生命是什么?其实,生命就是经历一分一秒的时间,是由时间相伴的一段旅程。在这个社会上,时间对每个人都是公平的,每个人都公平的享有时间,时间的长短快慢对每个人都是一样的。它不会因为你是百万富翁而多给你一秒,也不会因为你的迟缓耽搁而等待一分。就像民谚所说:“时间好比河中水,只能流去不能回。”古人还用“白驹过隙”来形容时间的飞逝,又用“寸金难抵寸光阴”形容时间的宝贵。

表面上看来,时间好像很多,过了今天还有明天,过了这一刻还有下一秒,太阳会每天正常升起,月亮每个月都有圆有缺,时间仿佛永远是这样周而复始,没有穷尽,但是对我们每个人来说,一年三百六十五天,一天八万六千四百秒,伴随着你的心跳,不管你是在穿衣吃饭,还是玩耍睡觉,时间绝不停留,绝不增加。记得小时候同学们传唱的儿歌吗?“明日复明日,明日何其多,我生待明日,万事成蹉跎”。在不

不知不觉之间，人生就会从少年而青年，青年而壮年并走向老年。

古往今来，很多的人对时间进行了评说，不同的人对于时间有着不同的定义和解说。文学家说：时间就是东去的长河，奔流到海不复回；医学家说：时间就是生命，珍惜一秒的抢救时间就有可能挽回一条生命；教育家说：时间就是知识，抓住生活中的点点滴滴就能尽可能多地掌握冲击未来的资本；军事家说：时间就是胜利，抓住战场上瞬息万变的瞬间就能够转变战局，化腐朽为神奇；哲学家说：时间就是真理的女儿；美学家说：时间就是我们对生活的希望；深圳人说：时间就是金钱。而我要说时间就是我们的学习成绩，就是我们的未来。

时间是公平的，但是同样年纪的人为什么所做出的成就就不一样呢？那是因为不同的人对于时间有着不同的态度和做法。勤奋者抓紧时间；求知者利用时间；有志者珍惜时间；聪明者争取时间；好学者挤出时间；上进者追求时间；忠诚者遵守时间；勤劳者创造时间。

所以，同学们，做聪明的人吧，做勤奋的人吧，让我珍惜时间，因为珍惜时间就是珍惜生命。人的生命只有一次，不要虚度光阴，不要因碌碌无为而悔恨。同学们，从这一刻开始，珍惜时间！

## 珍惜演讲稿三年级篇六

大家早上好！我是九年级（18）班的杨继悦。

今天我国旗下讲话的题目是珍惜时间，勤奋学习。

在不知不觉中，大半个学期很快就过去了。在新年的钟声即将敲响时，你是否已经满怀希望和憧憬，是否做好奔向20xx的准备，我觉得无论做什么准备，要懂得珍惜时间，更要珍惜我们的青春时光。世界上最快而又最慢，最长而又最短，

最平凡而又最珍贵，最容易被忽视而又最令人后悔的是什么？那就是时间。

人的一生只有三天：昨天，今天和明天。昨天已留给记忆，明天将交给梦想，你所能把握的，就只有今天！让我们好好珍惜今天这美好时光吧！“莫等闲，白了少年头，空悲切”。当熟悉的铃声又在耳畔响起、琅琅读书声又响遍校园的时候，同学们，珍惜时间，辛勤的耕耘吧！努力学习一定会给你带来成功！同学们珍惜时间、刻苦学习！

我的讲话完了，谢谢大家！

## 珍惜演讲稿三年级篇七

在一次测试中，我考砸了。于是心灰意冷，一整天都提不上劲来，满脑子都装载着失望，头都要承受不住这重量了。

紧接着一天便是双休日，终于能让我的脑袋瓜有休息的时间了。我走在庭院中，突然发现有几个黑乎乎的东西在地上蠕动，那是什么？我俯身一看：原来是可恶的蚂蚁。只见它们三个一帮，五个一伙，拖的拖，拉的拉，正在兴高采烈地搬运地上的糖块。糖块很大，也不知蚂蚁们能否顺利搬走，获得这个“大馅饼”。于是我在一旁好奇地观察它们的一举一动。

由于糖块的份量太重，前面几只蚂蚁都以失败而告终，纷纷而逃。我以为它们放弃了，心中暗笑它们的懦弱。但是奇迹出现了，只见糖块附近有一群密密麻麻的黑东西正在排着长队气势汹汹地迎面而来，不过一会儿，可怜糖块被包围得死死的，不露一点儿空隙，它们一步一个脚印地慢慢移动着。

不知过了多久，蚂蚁们已将这个“馅饼”搬走了。渐渐地，地面上也已经消失了糖果和蚂蚁群的踪迹，大概它们在家中正在开庆祝会呢！

回到房间，我坐在椅子上静静地回想着今天所看到的一幕幕，我已被蚂蚁们征服了。蚂蚁勇往直前、百折不挠的精神已深深地感动了我，这使我明白：只要拥有不怕失败、永不言弃的精神，任何困难都阻挡不了我们前行。

双休日过后，我又重新回到班级，这时的我已不在颓废，我已懂得：坚持就是胜利，忍耐就是磨炼，要让“永不言弃”铭刻在心。

## 珍惜演讲稿三年级篇八

大家好！

英国的培根说过：“合理安排时间，就等于节约时间。”以前我做事毫无头绪，想到哪做到哪，总是浪费了许多时间，今天我就要合理安排看能不能节约时间。

前天晚上我就写好了计划。七点起床，刷牙，洗脸，七点半吃饭，然后写作业。

第二天早上，我按照计划早早地起来了，只花了十分钟，就刷完了牙，吃完饭，就立马开始写作业。我先拿出数学黄冈来写，我认真读题，计算仔细，争取全对，避免改错浪费时间。给妈妈一检查，只错了一道题。由于做作业的时候认真，减少了错题，还没有被罚抄错题，我心里十分高兴。接下来我又开始写英语作业。我先复习了一下，才开始写题。由于复习的原因，作业写得很顺利，几乎没什么困难。我这才发现，写作业前先复习一下，不仅错题、难题减少了，连单词也记得更牢了。最后是写作文。我感觉今天就是个很好的例子，于是就把今天的事写了下来。以前我写作业总是坐不住，写一会儿玩儿一会儿，总是要花一上午的时间才写完，还有很多错题，浪费了时间。而今天我合理地安排、专心致志的写，不到两小时就做完了作业，还节约了不少的时间。这也说明我以前做事不安排好计划，就是在浪费时间。

“合理安排时间，就等于节约时间。”这句话说的太对了，以后我做什么事情合理地安排时间，然后专心致致地去做，这样才能节约时间。

## 珍惜演讲稿三年级篇九

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。

但在现实生活中，浪费时刻表随处可见，比如：上课时，不认真听讲，让老师总管纪律，导致老师不能完成当天的教学资料，既浪费了自己的时刻，也浪费了老师和同学的时刻；中午在家，一边写作业还边看电视，玩些游戏，干一些不就不该干的事；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刻……。也许大家都认为这些是小事情，但是时刻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。鲁迅大家都知道，但你们知道鲁迅成功的秘诀吗？鲁迅成功的秘诀就是珍惜时刻。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！

由此可见，好好的珍惜每一分每一秒是多么的重要呀。同学们，时间就像流水一样不断地流逝，我非常希望我们世界上每一个人都珍惜时间，它是我们个人最宝贵的财富。让自己成为时间的主人，我们要支配和利用好时间，才能避免长大后的叹息：“少壮不发奋，老大徒伤悲”。

我的演讲结束了，谢谢大家！