

# 最新珍惜时间演讲稿(模板9篇)

演讲，首先要了解听众，注意听众的组成，了解他们的性格、年龄、受教育程度、出生地，分析他们的观点、态度、希望和要求。掌握这些以后，就可以决定采取什么方式来吸引听众，说服听众，取得好的效果。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。

## 珍惜时间演讲稿篇一

敬爱的老师、亲爱的同学们：

今天我国旗下讲话的题目是：珍惜时间。

东晋诗人陶渊明曾有过这样的感叹：“盛年不重来，一日难再晨，及时当勉励，岁月不待人。”新的一天又开始了，有同学迎着晨光，伴着朝阳，大声背诵、朗读；有同学却显得无所事事；有同学在课堂上专心致志，心无旁骛；有同学却忙于聊天，摆弄桌底的玩物；有同学在作业，复习中，书写自己的刻苦；有同学却身在教室、心在其它地方玩耍。

伟大的文学家高尔基说过：“青春是有限的，但是智慧是无穷的；要珍惜短暂的青春，去创造无穷的智慧。”同学们，时间老人是公平，慷慨的，每人每天都24小时。可时间老人却又不公和吝啬的：朗朗书声的晨读课，时间老人会无意停下脚步，与你一起合奏美妙的交响曲；聚精会神的课堂，时间老人会作暂时逗留，和你共享知识的芳香；全身心投入的晚自修，时间老人会放慢步伐和你一起品味学习的乐趣。懒惰、散漫者只能被时间毫不留情地留下刺眼的分数，留一头白发，两手空空，留下遗憾，悔恨和痛苦。

同学们，“勤奋生智慧，勤奋造天才”，知识的海洋是广阔无垠的，学习是一种艰苦的劳动，不下苦功是学不好的。一个真正渴望得到知识的人必须珍惜时间，勤奋努力，练就坚持不懈的顽强毅力，向愚笨索取智慧，向平庸夺得天才。

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、琅琅读书声又响遍菁菁校园的时候，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！预祝同学们取得优异成绩！

谢谢大家！

## 珍惜时间演讲稿篇二

尊敬的领导、老师、亲爱的同学们：

大家早上好，我们是来自八(7)班的学生，我叫□xxx□今天我演讲的题目是《珍惜时间，勤奋学习》。

有人说：人的一生有三天：昨天，今天，明天，这三天组成了人生的三部曲。但是我说，人的一生是由无数的今天构成的，因为不会珍惜今天的人，既不会感怀昨天，也不会憧憬明天。尤其对于正处在学习阶段的我们来说，更应该抓住今天勤奋学习。爱因斯坦曾经说过：“在天才和勤奋之间我毫不迟疑的选择勤奋”。是的，勤奋属于珍惜时间，爱惜光阴的人；属于脚踏实地，一丝不苟的人；因为勤奋，安徒生从一个鞋匠的儿子成为童话王；因为勤奋，巴尔扎克给人类留下了宝贵的文学遗产《人间喜剧》；还是由于勤奋，爱迪生才有一千多种伟大的科学发明；中国古人才给我们留下悬梁刺股、凿壁偷光、囊萤映雪的千古美谈。

同学们，我们应该具有像爱迪生、巴尔扎克那样的勤奋努力、

不懈追求的精神，因为只有这样，我们才能实现自己的目标。在学习的道路上我们只有勤奋踏实的将一点一滴的知识掌握，才能最终走向成功。人生能有几回搏？此时不搏何时搏。人生能有几个花季，雨季？过去的就没法改变了。

我们现在更应该惜时如金，认真利用现在的每一分每一秒，勤奋努力，为自己以后的学习打下坚实的基础。聪明的人，检查昨天，抓紧今天，规划明天；愚蠢的人，哀叹昨天，挥霍今天，梦幻明天。一个有价值的人生应该是：无怨无悔的昨天，丰硕盈实的今天，充满希望的明天！

同学们！让我们共同珍惜今天，珍惜现在的分分秒秒从而更勤奋的努力学习吧！

我的演讲完毕！

谢谢大家！

### **珍惜时间演讲稿篇三**

尊敬的领导、亲爱的同学们：

大家早上好！

两千年前，一位哲人立于河边，面对奔流不息的河水，想起逝去的时光，发出了无尽的感叹：逝者如斯夫！

时间是最平凡的，但却是最珍贵的。金钱买不到它，地位留不住它。古往今来，时光的飞逝曾引起中外文人墨客们感慨：从庄子的“人生天地之间，若白驹过隙”，到陶渊明的“及时当勉励，岁月不待人”；从莎士比亚的“放弃时间的人，时间也放弃他”，到爱因斯坦的“成功等于艰苦的劳动加正确的方法加少说空话”。这些都在劝勉世人珍惜时间。

是啊！时光流逝得太快，太快。可是时间都去哪儿了？正如朱自清先生在《匆匆》中所写：洗手的时候，日子从水盆里过去；吃饭的时候，日子从饭碗里过去；默默时，便从凝然的双眼前过去。我觉察他去的匆匆了，伸出手遮挽时，他又从遮挽着的手边过去，天黑时，我躺在床上，他便伶伶俐俐地从我身上跨过，从我脚边飞去了。等我睁开眼和太阳再见，这算又溜走了一日。

身为高二的我们，在不知不觉中高中生活已经过了快2/3。可是看看有的同学，真的让人感到痛心啊。当你上课梳理头发时，时间就从头发边溜走了；当你趁老师不注意打个小盹时，时间就从迷糊中溜走了；当你肆无忌惮地同别的同学说笑时，时间就从说笑中溜走了。可是，你收获了什么呢？除了无尽的遗憾，你什么也没有得到。

时光的流逝令人难以估计：树枯了，有再青的机会；花谢了，有再开的时候；燕子去了，有再回来的时刻。然而，高中在人生中仅此一次，“未来”在忧郁地接近；“现在”如飞箭般消失；“过去”已经永远停止。

我们学校在校长的带领下，在竭尽全力地为大家挽留时间：量化扣分，为的是让你行为规范，争分夺秒地利用时间学习；包教包培，为的是让你拉近同老师的距离，竭尽所能地解决学习上的难题；听课制度，为的是让老师打造精品课堂，殚精竭虑地向你输送知识。

既然这样，大家为何不能放手一搏，换得受益终生呢？所以，同学们，让我们携一缕岁月的时光，系一丝珍惜年华的丝带，踏上奋斗的道路，一起珍惜生命中这最珍贵的东西——时间吧！

愚蠢的人，用天来计算时间；平庸的人，用小时来计算时间；智慧的人，用秒来计算时间。人的一天是86400秒，这些时间，绝不会提前预支，也不会留给以后，会每天到24时准时清零。

希望大家秒秒必争，活出人生的洒脱！

愿大家：今天，你以海岳为荣；明天，海岳以你为傲！

谢谢大家！

## 珍惜时间演讲稿篇四

敬爱的老师，亲爱的同学们：

你们好！我是\_\_班的\_\_，今天我所演讲的题目是《珍惜时间》。

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！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他的控制下生存。

“花开堪折则须折，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！

我是一个初三年级的学生，马上面临中考，回顾当初自己走

进校园的时候，充满了自信，也下定了决心为自己的梦想奋斗，因为我们有三年的时间，而此时还有一个月就要走出这个奋斗了三年的校园，时间如梭，岁月如流，珍惜时间，为自己的梦想插上飞翔的翅膀，在属于自己的天空中翱翔！

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。但我们风华正茂，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！珍惜时间，赢得未来！

最后祝愿每位同学学习进步，祝愿老师身体健康，工作顺利！讲话完毕，谢谢大家！

## 珍惜时间演讲稿篇五

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家好！今天我演讲的题目是：“珍惜时间，努力学习。”

俗话说得好：“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。”时间就是珍宝，时间是一切能力中最强的力量。人的生命是短暂的，但是我们只要争分夺秒，与时间作斗争，到老，也无怨无悔。

同学们，你们一定要“珍惜时间”，俗话说：“少年易老学难成，一寸光阴不可轻。”我们现在正是读书的好时节，“花有重开日，人无再少年。”我们现在条件很好，要

努力学习，有些同学认为学习非常无聊，我教你，你们可以把学习看成一门兴趣，把语文看成与人对话，把数学看成找凶手，你是一个侦探，一定要细心的找，找到真正的凶手，才不会冤枉好人。

知识就像滚雪球，越滚越多，并不要急于求成。只有抱着好的心态，才会更充实。时间与知识，也就是努力用时间去学习知识，但也要合理利用，你可以看一会儿书或写一会儿作业后向远处望望，记住哦！学习是好的，但也要注意保护视力。

“知识改变命运。”大家一定都听到过吧！知识是绝对无敌的，对于一个人来说：“你只要有了知识，你人生的命运就可能改变！”

班上有些家里条件不是很好的同学，你不要感到自卑，你现在只要努力学习，珍惜时间，利用课余时间多读些书，让你的脑袋变灵活，你今后人生的命运就可能进行大转变，努力吧！用“知识改变命运”来激励自己，努力吧！

同学们，用一句话来告诫大家，“珍惜时间，努力学习。”让我们拥有一个美好的未来，让我们共同在一片蓝天下努力吧！

谢谢大家！

## **珍惜时间演讲稿篇六**

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家好！我很荣幸站在这鲜艳的五星红旗下发表讲话。我今天演讲的主题是珍惜时间，好好学习。

你热爱生命吗？因为生命就是组成时间的材料。同学们，人

的生命是有限的，但我们能为有限的生命增添无限耀眼的光辉。时光在不停的流逝，“光阴似箭，日月如梭”。时间在我们不知不觉间匆匆流过，所以我们一定要珍惜时间，好好学习。

在以前，我并不明白时间的宝贵。做作业时，窗外一点任何一点响动都会吸引我的注意力，做做停停，停停做做，本来半个小时可以完成的作业，非要拖一两个小时不了。但是，经过一件事，我明白了时间的宝贵。那是一节数学课，当别的同学都在认真学习的时候，我却沉浸在我的玩耍中。结果被老师发现了，我想：这下要受到批评了。就在我忐忑不安时，老师向我走来，她说：“下课到我办公室一趟。”下课后，我怀着上下跳动的心走进集体办公室，只见老师向我招手，示意我坐下，便对我说：“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。时间就像金子，但时间比金子更宝贵。一节课的时间真的很短，一眨眼的功夫就过去了，你要把握好一分一秒，千万不能松懈，好好学习，而不是一直在那里玩耍。”听了老师的话，我羞愧万分，脸红得像个苹果。静下心，仔细想想，我曾经因为无知浪费了多少宝贵的“金子”啊！从那件事后，我明白了要珍惜时间，以后上课，我在也没有做小动作，我抓紧一分一秒，认真学习，老师也向我投来赞许的目光。

同学们，我们是二十一世纪的少年，是祖国的花朵，祖国的命运与我们紧紧相连。所以让我们行动起来，珍惜一分一秒，奋发图强，成为建设祖国的栋梁之材，为祖国的繁荣昌盛做出自己的贡献。

我的演讲完毕，谢谢大家！

## 珍惜时间演讲稿篇七

亲爱的同学们：

大家好！



我是来自x(x)班的xxx□我今天的的演讲主题是“珍惜时间。”

雨会停止下，小溪会干枯流淌，就算是河流，也许也会有不再流淌的一天。但是世界上有一种东西永远不会停止前进，有一条河永远都会流淌。没错，就是时间，只有时间的长河，只有这条河从不曾停止也不曾后退，它从不受其他的事物所影响，只会按照自己的规则，永远的，不停歇的向前流淌。

我们没办法和时间赛跑，因为我们是人类，我们会累、会饿。时间是我们至今没能超越的对手。但是，我们却又一样可以和时间比肩的东西，它已经伴随着时间奔跑了不知多少岁月，却一直没被时间甩开。那就是我们的知识。时间是公平的，无论是蚂蚁还是大象，又或者是我们，一秒就是一秒，谁也不快，谁也不慢。但是我们是幸运的，比起其他的许多动物，我们的生命已经很长了，比起那些比我们长寿的动物，我们又有智慧，我们的祖先用无比漫长的时间让我们到达了现在的生活，让我们的能够在站在生物的顶端。这些成就，不是我们人类诞生就有的，是经过慢慢的累积，将一点点的智慧累积、转变才发展成了现在这样！可以说在过去人类发展的历史时间上，那段时间里流淌的都是人类的智慧和经验。人类的生命没办法活过这么长，没办法经历那么长的历史。所以，我们的祖先发明了文字，为了将这些宝贵的经验记录下来，为了让今后的人们不用再在黑暗中摸索。在世界各地，也许文化各不相同，也许文字也各种各样，但是为了能将知识刻进历史的场合中，人类总是会想到办法来传承这些宝贵的知识。现在我们所学的知识，所看的文献，都是一代代的人们从过去的历史长河中取出过去的记忆，让它随着时代而改变、增加、筛选，才成为我们的经验。

时间如白驹过隙，回首望去，我们已经走过了x年的学习时光。在这里我问一句：“我们愿意就将这样宝贵的生命，就这样无所事事的过完一生后随黄土逝去吗？”在過去的时间我们有太多的浪费，我们不能认为时间还富裕就继续浪费了，积极

的投身到学习中把，抓住每一个学习的机会，去见识那跨越了时间的智慧。

## 珍惜时间演讲稿篇八

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》。

著名的大文豪鲁迅成功的一条重要经验就是珍惜时间。鲁迅的整个一生都是在拼时间。他说过：“时间就像海绵里的水，只要你挤，总是有的。”时间对任何人都是公平的。勤奋者，善于去挣去挤，它就有，懒惰者不去挣，不去挤，它就没有。在鲁迅卧室的墙上挂着勉励自己珍惜时间的对联及最崇敬的人。他曾说：“美国总统富兰克林说，时间就是金钱，但我想，时间就是生命，无端空耗别人的时间，其实是无异于谋财害命的。”

我们应该珍惜时间，我不只是相信成功人士所说的，我自己也深有体会。同学们是否每天早上起床的时候总是用各种说法说服自己多睡一会，设置多个闹钟还是会上学快要迟到。不仅会受到老师的批评，还使自己失去了许多早读的时间。“盛年不重来，一日难再晨。及时当勉励，岁月不待人。”时间，是人们生命中的匆匆过客，往往在我们不知不觉中，它便悄然而去，不留一丝痕迹。

至此，谁又能说时间不是一笔巨大的财富呢？珍惜时间会让你做时间的主人；珍惜时间会让你的人生变得绚丽多彩！

## 珍惜时间演讲稿篇九

同学们：

你们看，碧绿的大海里，鱼儿在自由自在地遨游；你们听，蔚

蓝的天空下，鸟儿在欢快地鸣唱……哦！这个世界最生机盎然的就是生命！正是这一条条鲜活的生命啊，让我们的整个地球也鲜活起来。

我一直喜欢那一首歌：《在我生命中的每一天》，歌中唱道：“看时光飞逝/我祈祷明天/每个小小梦想/都能够漫漫实现/我是如此平凡/却又如此幸运/我要说声谢谢你……”每当那熟悉的旋律响起，我就感到生命的可贵。

每天清晨，当朝霞映红了我的脸庞，当树上的小鸟叫醒了我的甜梦，我知道新的一天又开始了。我挎上书包，迎着初升的太阳，奔向了美丽的校园。在课堂上，静静地聆听老师的每一个字，每一句话，犹如初生的婴儿，贪婪地吮吸着甘甜的乳汁；在操场上，同学们追赶着，嬉戏着，校园到处是欢歌笑语。我感谢我的爸爸、妈妈——是他们给予了我宝贵的生命，是他们让我感受这快乐幸福的时光。我还要感谢我的爷爷、奶奶，他们的慈爱像阳光一样照亮了我的每一个角落！

是啊，生命就像一朵朵花，绚烂多姿，美化了整个世界，更激活了整个星球，然而，生命也是脆弱的，稍不留神就会枯萎，凋零。让我们看看发生在去年的一幕幕惨剧吧：

6月15日，孙吴县沿江乡中心小学四年级学生胡双双不听同学劝阻，下江洗澡后溺水身亡。

6月26日，黑龙江国际旅游商务学院9名同学相约去学校6公里的松花江边游玩，3名同学下水洗浴，由于对地势不了解，其中2名溺水身亡。

同学们，我们有阳光，有父母，我们可以高高兴兴上学去，可以自在地学习和玩耍，我们是多么幸福！同学们，让我们吸取生活中教训，珍爱生命中的每一天吧。看时光飞逝，我祈祷明天，愿我们每个小小的梦想，都能够慢慢地实现！从现在开始，从我们做起：不要因贪玩，而失去了宝贵的生命。

让我们健康成长，让生命之花永远芬芳璀璨！