

最新珍惜自己演讲稿(实用10篇)

演讲稿首先必须开头要开门见山，既要一下子抓住听众又要提出你的观点，中间要用各种方法和所准备的材料说明、支持你的论点，感染听众，然后在结尾加强说明论点或得出结论，结束演讲。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

珍惜自己演讲稿篇一

寒假的时候，我在课余时间看完了《假如给我三天光明》。它教会我珍惜我所拥有的一切。

这篇文章用感人的语言写下了海伦凯勒，一个因重病而失明、失聪、无法说话的女孩。她以一个残疾而坚定的柔弱女子的视角，表达了对生命的轻、惜、深爱的渴望。同时，健康的人被建议珍惜生命，关心他人，关心社会。渴望三天再看世界，父母，老师，伙伴再看。在她的渴望中，她想去每个角落，触摸她能看到的一切。

海伦凯勒说：“只有聋子知道听到是多么幸福，只有瞎子知道看到太阳是多么幸福。而从未经历过视听障碍的人，几乎不知道如何利用这份珍贵的天赋，只知道失去了才懂得珍惜。”看着看着，不禁想起自己对周围事物的态度：眼睛漫不经心地扫过周围的世界，而耳朵则迷迷糊糊地接受着周围传来的声音。然而，我从来没有仔细观察或倾听过。我记得，我再从博物馆回来的时候，一个同学问我看到了什么，我却轻描淡写的说：“我什么也没看到……”，这让同学们很惊讶。

更让我深有感触的是，海伦凯勒克服了与外界交流的障碍，以她不屈不挠的意志和不屈不挠的精神学会了读书、写字、说话。最后写了《假如给我三天光明》和《我生活的故事》的作品。以前遇到困难就退缩。看了这篇文章，我变了很多。

当我遇到困难时，我试图解决它们。

我们应该珍惜我们所拥有的一切，不要对身边的事情视而不见。像海伦凯勒一样坚强和执着。我们应该过积极乐观的生活，以良好的心态看待身边的一切。

珍惜自己演讲稿篇二

大家好！

这天我讲话的题目是《珍惜时间，勤奋学习》。

要勤奋就得珍惜时间。只有爱惜光阴的人，才能够做到脚踏实地、坚持不懈、持之以恒。安徒生如果不是脚踏实地，就不可能从鞋匠的儿子成为童话大王；爱迪生如果不是坚持不懈，就不可能创造科学上的奇迹，成为伟大的发明家；爱因斯坦如果不是持之以恒，就不能成为科学泰斗，创立震惊于世界的相对论。同学们，我们要取得优异的成绩，也只能勤奋学习，也只能珍惜来之不易的学习时光。

因为只有惜时如金的人，才能高效率地利用好自已的学习时间，才能在有限的时间内发挥出程度的学习效益，从而学到更多的知识。

我的.讲话完了，谢谢大家！

珍惜自己演讲稿篇三

大家好！

你以前总是嬉皮笑脸的，带来了许多的快乐，但我要告诉你，你必须放下这颗浮躁的心，否则你就无法静下来读书。看看班级里的那些好生，他们可以在一个吵闹的环境下读书，而你呢，因一些动静就忍不住会瞧一下，一点都没有要学习的

心。

你总是说“我要认真了”。可到头来，还只不过是三天打鱼，两天晒网。你缺少对学习的兴趣，对学习的热爱，你要学会坚持，“绳锯木断，水滴石穿。”你唯有对学习坚持不懈，才有可能取得好成绩。

快要初三了，玩也应该玩够了，你是否也应该为了中考而奋斗一下呢？不用让你像小米那么拼，你至少得用行动来表示你的决心，做最好的自己就行了。“一份耕耘，一份收获”你努力一分，赚一分。所以，为了让你自己的青春无怨无悔，奋斗吧！

仰望天空时，什么都比你高，你会自卑；俯视大地时，什么都比你低，你会自负；只有放宽视野，把天空和大地尽收眼底，才能在苍穹泛土之间找到你真正的位置。无须自卑，不要自负，坚持自信。

拼也要拼他个日出日出，战也要战他个无怨无悔！

珍惜自己演讲稿篇四

万丈高楼从地起，少了一块砖都不行。每个人都像是一块砖，共同组成一座高楼，名叫社会。

毕淑敏说：“我很重要。”，如果没有她，那社会便少了一位母亲，多了一个孤儿；少了一位医生，多了一位病人。世上不能没有她。这是她存在的价值，她很重要，她看重自己。

可怜可悲，海明威没有明白，川端康成没有明白，海子也没有明白。当海明威把心爱的xx塞进嘴里，当川端康成把煤气管含在口中，当海子卧在铁轨上，他们没有想过，他们很重要。他们都是傻孩子，以为死才能实现他们的价值，绝望的认为自己已无法再超越自我。他们以为自己是为死而生。他

们也许未曾想过，他们死后会有多少人会落泪，有多少人要叹息。所以不要轻生，要看重自己。

一名伊拉克阵亡士兵的墓碑上，刻着他母亲的话：“儿子，全世界都可以不认识你，都可以认为你渺小。但在母亲心中，你永远都是最伟大的。”，所以，在我们灰心哀叹、垂头丧气甚至不想活的时候，想一想，我们背后，还有父母殷切的目光。全世界都可以不理睬我们，但只要有父母无私的关怀，我们就应该有勇气。微笑面对生活，轻轻扫去挫折，自己走自己的路。每个人都是有价值的，无价值的人不存在。就像那位母亲所说的一样，“全世界都可以不认识你，都可以认为你渺小。但在母亲心中，你永远都是最伟大的。”，看重自己，至少在父母心中我们是最棒的，我们是有价值的。

对于自己拥有的，要珍惜。并不是什么东西都是呼之即来，唤之即去的。当你拥有美貌，要珍惜，容颜入莲，终会凋谢。当你拥有金钱，要珍惜，挥金如土，并不一定终复还。况且，还有那么多人冻死饿死在街头。当你拥有幸福，要珍惜，幸福是娇弱的花儿，要小心爱护。学会珍惜，我们拥有的并不多；看重自己，我们拥有的也并不少。

看重自己，要对自己有信心，我们并不是一无所有。看重自己，要对自己有恒心，我们终会努力得到我们想要的。看重自己，世界并不是寂寞无边的，世上至少还有你。

珍惜自己演讲稿篇五

大家好，我是二九班的李金瑾。

“青春是天边的虹，转瞬即逝，却又柔美异常；青春是清晨的雾，朦胧含蓄，却又适合徜徉；青春是山涧的溪，清丽柔与，青春是……”青春，朝气蓬勃的象征，是每个人都经过的，并且是转瞬即逝的美丽烟火。

现在的我们，在面临一次次的考试，一次次抉择中成长，在一次次的失败面前，在一回回的教训中摸打滚爬，是青春给予了我们这样的权力，让我们在这个时期中用自己的眼睛，耳朵，双手，去感受这个丰富美丽的世界，看现在的我们，好似早上升起的一轮红日，明亮而清新，充满着力量，充满着期待、志愿，充满着求知与斗争的志向，充满着对未来的希望！

当那一轮大大的红日再次从天边升起，几辆大巴停在学校门口，初四楼前站着一队队的学生，在他们中，有的看起来很焦虑，有的与同学则唧唧喳喳。

现在的他们，每个都还有着拥有稚气的面孔，都拥有着中招考试的权力，他们将要面对的卷子就是决定他们命运的一张船票，这张船票写满了青春，可能，在船上，有些人会漂泊到离他们人生理想很远的地方，有些人则会惊喜的到达自己的彼岸，就这样，那些漂泊到不如愿的地方的人，他们会在青春中留下遗憾。

所以，我们中学生骄阳似火，活力，创造力，会像不老泉的泉水，在人生的大江中，没有一条支流像青春这样，所以，珍惜青春，保护这转瞬即逝的青春吧！

为了将来不后悔，不在人生中叹气，不在将来想起现在的自己时，感叹道：“我当时咋这么傻啊！”为了让自己在人生的道路上不留下遗憾的足迹，珍惜青春！

望初四的学哥学姐好好考试，加油，让我们一起珍惜青春！

珍惜自己演讲稿篇六

永不放弃是一种品质，是坚持到底的信念。只要我们永不放弃，哪怕最后失败，我们问心无愧。而那些早早放弃的人，只能把别人的成功归咎于自己。面对困难，我们会退缩，想

放弃。但是，只要我们永不放弃，就一定会赢得最后的胜利。即使失败，也将是一个华丽的结局。

坚持就是胜利。在最后一秒到来之前，结果总是未知的。我们不能放弃，直到最后。有可能胜利只是你前面的一小步。那些永不放弃的人，已经迈出了那一步，赢了。只会逃避的人，总是会在成功前止步，总会有遗憾。不管过程有多艰难，哪怕是最后一秒，我们都会坚持下去。

因为你永远不知道成功是离你一小步还是一望无际的天空，就像革命先烈们永远不会放弃过我们今天的和平幸福生活，爱迪生永远不会放弃过我们今天的光明生活，科学家永远不会放弃过我们今天的现代化。

我们永远不要放弃，让最终胜利的花朵在我们身边绽放，面对生活的挑战，我们要像鹰一样承受死亡的决心，努力战斗，努力工作，努力奋斗，把每一个困难当成我们想成功迈出的每一步。即使失败，即使想放弃，即使感觉不到成功，也不要放弃，因为坚持就是胜利，让我们永不放弃，向着梦想的方向前进，加油！

珍惜自己演讲稿篇七

大家好！

在这个美好的大千世界中，有许多值得我们珍惜东西。例如：珍惜时间、珍惜父母、珍惜生活、珍惜朋友……每个人都有自己想要珍惜的东西。

亲人，是我们灵魂的依靠，是我们心中的一道暖流。有亲人的存在，我们才会感到幸福，感到温暖，感到温馨。平时，亲人对我们的关心，对我们的在乎，似乎已成为我们司空见惯，觉得理所应当的事。但是，你是否想过，这些温暖，这些温馨终有消逝而去的一天？可能到了那天，你才会恍然大

悟，原来亲人对于我们来说是这么重要。一下子失去了亲人，失去了温暖，我们心中必然会感到空虚，感到寂寞。这时，你可能会后悔起来，但是，人死是不能复生的，无论你怎样后悔，也是无济于事的。所以，让我们珍惜自己的亲人，不要因父母的一声责骂，爷爷奶奶的唠叨，而心生厌烦，怨恨，其实这也是他们对我们爱的表现。

珍惜时间，我们才会有辉煌的成就，珍惜家人，我们才会幸福，快乐。是的，生活中还有许多事物值得我们去珍惜，只有学会珍惜，只有会珍惜的人，才能采集到美好，幸福的黄金！

珍惜自己演讲稿篇八

水很珍贵，可是很多时侯我们却不懂得去珍惜。

可是，你们想过吗？如果我们能把大海很好的利用起来，不就更好了吗，只可惜不行。不过，我有一个好主意，就让我们一起好好学习，天天向上，长大以后去研究，把大海利用起来。

不过说了那么久，水有什么用啊？生命之源——水可不是说着玩的，人体少它可不行。饭不吃可以活7天，水不喝只能活3天。在日常生活中，水的用处有很多，我们可以用它来洗澡、洗菜、洗手……没有了它，我们将有许多事做不了。所以我们一定要节约水源啊！

水是生命之源，我们应该好好珍惜。

珍惜自己演讲稿篇九

这一生只有短短几十年的时间，我们要学会珍惜我们的时间，珍惜我们的人生，不要等到失去才追悔莫及。

大家好！我是来自八8卓远班的刘亦昕。

今天，我演讲的主题是：学会珍惜。

无论你有什么样的身份，来自什么样的家庭，有什么样的性格，你都不得不承认：这一生只有短短几十年的时间。

你到这世上走一遭后，又回到最初的地方。但是，你会发现，仅仅几十年，你会遇到很多人，很多事。大家应该都听过“昙花一现”这个词，昙花是一种纯洁又美丽的花，但它偏偏在晚上盛开，开花几小时后，便会枯萎。再怎么美丽，最后还是悄悄逝去。你遇到的人和事，又何尝不是如此？他们中的一些，也许就在某天，在不经意间离开了你。这时，你才意识到他们的重要，却已经晚了。他们已经渐行渐远，所以，学会珍惜很重要。

那么，到底什么是珍惜？珍惜，就是你明知会失去，却依旧热爱。就像初中三年，你的记忆还停留在七年级我们相遇相知，但时间却已经过了一年半了，再过一年，我们就要打中考这场硬仗了。我们也要彼此分开，各奔东西了。

所以，同学们，时间就像流水，不要等到失去才追悔莫及。让我们珍惜在一起努力拼搏的美好时光，让我们珍惜这人生中最美的芳华！

珍惜自己演讲稿篇十

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，当朝霞映红了我的双颊，当树上的小鸟叫醒了我的梦想，我知道新的一天又开始了。我感谢我的爸爸、妈妈——是他们给予了我宝贵的生命，是他们让我感受这美丽的地球。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心灵的每一个角落！是啊，生命就像一朵花，生命之花是绚烂的，也是脆弱的，稍不珍惜就会枯萎，凋零。

同学们，让我们吸取生活中教训，珍爱生命中的每一天。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，而是去了宝贵的生命，健康成长，让生命之花永远绽放！

谁不希望有个完整的家？谁不希望自己有婀娜的仪态？谁不希望能够愉快的渡过自己的花季一般灿烂的岁月？这对于大多数人来说是一件并不难的事情，然而这一切对于一个被车祸毁于一旦的家庭来说有多难啊！

她，本是一个活泼开朗、天真可爱的小女孩，和其它的小朋友一样拥有幸福快乐的童年，拥有灿烂的微笑，可就是在她与同伴过马路的一刹那，就在司机没有集中精力开车的一瞬间，在这触目惊心的一刻，车从她的腿上一下子碾了过去，鲜红的血迹染红了马路，剧烈的疼痛使她晕了过去，失去了知觉，医生对她的父母说：“要命还是要腿！”她的家人为了让她活下去，只好让医生为她做了截肢手术，同时这场车祸的肇事者也受到了法律的制裁。

剧烈的疼痛使女孩从昏迷中醒来，她使劲睁开双眼，朦朦胧胧中女孩下意识地摸摸双腿，顿时眼前一黑，眼泪夺眶而出，大声哭喊道：“爸爸妈妈救救我，我的腿呢？我的腿到哪里去了？我的腿呢？”爸爸妈妈与女孩哭着抱在一起，一家人似乎已经绝望了。顿感天塌地陷，一切变得灰暗。到了该上学的时候，女孩哭着闹着要上学，父母看着这一切，心都碎了。爸爸无奈只好用一个篮球支撑她那娇小的身体，她用两

个大木块撑着地面向前费力地挪动。这一幕，使人们流下了心酸的泪水，大家大力地搞募捐活动，社会各界的爱心人士共捐了20多万元钱，在小女孩一家的心里又重新燃起了希望之火□20xx年4月“篮球女孩”抵达北京，接受专家系统的免费治疗，医生给她装上了假肢，在她自己不懈的努力下，她终于可以自己走路了，终于可以和小朋友一起玩了，小女孩稚嫩的小脸上露出了欣慰的笑容。虽然小女孩的肢体康复了，可心灵上严重的创伤是无法弥补的。

交通规则，加强安全意识，树立交通安全文明公德，当我们徒步行走于人来车往的马路时，请时刻保持清醒的头脑，不在马路上嬉戏打闹；当我们过马路时，多一份兼让与耐心，文明礼让互相尊重不闯红灯，走人行横道，绝不能为贪一时之快，横穿马路；这样我们的人生才会美丽，我们的生活才会多彩，我们才会远离悲伤。

同学们让我们大家一起行动起来吧！大手牵小手，以自己的交通行为，影响周围的人，使我们的社会形成一种文明交通的良好风尚。同时也使我们的生命之花开得更加鲜艳，更加美丽！