

珍惜身边的老人 珍惜时间演讲稿(通用9篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

珍惜身边的老人篇一

大家好！

今天，我演讲的题目是珍惜时间。

时间对每个人都是公平的。一年365天，一天24小时，一小时60分钟，一分钟60秒。每个人都一样。但是因为人对时间的态度不同，所以有不同的结果。珍惜时间的人，留下一串串果实，不仅延长了生命，也让生命有了意义；浪费时间的人，双手除了空空什么都没有，除了悲伤和空叹息什么都没有。对我们学生来说也是一样的。经过一个学期的学习，有的同学成绩优异，各方面都有进步，有的同学每天成绩很少甚至更差。这是因为珍惜和不珍惜时间的区别。

时间有个特点，就是一去不复返。即使是最伟大的科学家，用最先进的科学手段也救不了它。所以，著名科学家富兰克林把时间比作生命；中国现代伟大作家鲁迅把浪费别人的时间比作谋杀金钱，把浪费自己的时间比作慢性自杀。由此可见时间的珍贵。虽然时间一去不复返，但人们并不是对时间无能为力。从科学的角度来看，人生活在地球上，时间流逝的速度是不变的，但从人们利用时间的角度来看，时间是很有弹性的。快点，时间会更多；反之，时间就少了。国内外有识之士都强烈意识到时间的宝贵。宋代历史学家司马光睡

觉时用圆木当警枕，挤出更多的时间读书写字。当他被叫醒时，他继续看书。就这样，司马光夜以继日地工作，通读旧史，吸收一切。经过20年的努力，他编纂了中国第一部编年体通史——《资治通鉴》。

有人问鲁迅，为什么用鲁迅做笔名，他说是愚笨和敏捷的意思。他认为自己笨手笨脚的，在学习或做事上，他不可能像有更好天赋的人那样高效。在这种情况下，只有更加勤奋，笨鸟先飞，才能在必要的时间内获得和别人一样的效果，甚至超越别人。人的生命是宝贵的，尤其是青春期，因为青春期是人一生中最重要的成长时期。因此，勤奋学习不仅是祖国和人民对我们青少年的要求，也是我们自己成功的前提。民族英雄岳飞在《满江红》的第一个字里就喊了出来：不要白等，白了少年的头，空伤心！汉代乐府诗中有一句哲学名言：江河东流入海，必归西天。年轻人不努力，老年人难过。因此，我们应该学会做时间的主人，牢牢抓住时间。抓住时间就是充分利用时间。你要抓紧上课，抓紧自习，抓紧作业，排除干扰。抓紧时间就是科学安排时间，巧妙利用每一点时间，提高单位时间的利用率。抓住时间，善于抓住今天。我们要不断总结昨天，设计明天，但最重要的是牢牢把握今天。

同学们，21世纪已经到来。希望大家珍惜时间，科学分配时间，让每一年、每一月、每一天、每一小时、每一分钟都有意义，每一秒都可以成为我们辉煌人生的基石。

我的演讲结束了，谢谢大家！

珍惜身边的老人篇二

大家好！

时间有一个特点，就是一去不复返。即使是最伟大的科学家，使用最先进的科技手段，也不能把时间挽回。因此，著名的科学家富兰克林把时间比作生命；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~~”。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。珍惜时间，抓紧时间，时间就多；反之，时间就少。

同学们，你热爱生命吗？那么就请珍惜时间吧，因为时间是组成生命的材料。让我们珍惜大好的青春年华，充分、合理、科学、高效的利用好点滴时间，让时间的每一分每一秒都成为我们创造辉煌人生的基石！

我的演讲结束。谢谢大家！

珍惜身边的老人篇三

大家好！

今天，我为大家演讲的题目是《珍惜时间》。

上次来学校的路上我看见一棵柿子树。现在是冬天了，这棵柿子树的叶子变成了金黄色，风一吹叶子就脱落了。记得在春天的时候，它是那么的健壮，树枝上长满了翠绿色的叶子，一副生机勃勃的样子。很多小孩子在它下面嬉戏，但是现在，它却像一位老人一样老态龙钟。我想，树和人有很多相似的地方，他们都有年轻的时候也有衰老的时候，并且从年轻到衰老只是一眨眼的功夫，真是光阴似箭。我深深的感到：我们要珍惜时间。

有人把时间比作金钱，这说出了它的珍贵，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？还在于活得鲜明，活得有价值！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……但是，即便费了这番心思，仍旧无法从魔掌中夺回时间！“花开堪折只须折，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；也有人白发早生，无为而终。时间喜欢有志气，敢于和它竞争的人；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！

同学们，在我们的一生中，青少年时期的时间特别宝贵。这个阶段生命力最旺盛，精力最充沛，记忆力最强。我们要充分利用这一大好时机，认真学习各科知识，去迎接明天的挑战。

“莫等闲，白了少年头。”珍惜时间吧，同学们，这样，我们的生命便不会随着日月的更替而衰老，我们将成为时间的主人，我们将青春永驻！

谢谢大家！我的演讲完毕！

珍惜身边的老人篇四

敬爱的老师，亲爱的同学们，大家好，我很高兴代表304站在国旗下讲话，我的演讲题目是：《朋友，请珍惜》。

空气中飘着淡淡的花香，燕子呢喃，这是个适合快乐歌唱的季节，比如鸟儿，比如我们，风华正茂的我们千万别把眉头深锁，博大可以稀释忧愁，深色可以覆盖浅色，珍惜可以温暖生活。

于是我们开始思索，怎样去珍惜，才能在多年后谈及青春的种种时不至于遗憾老师告诉我们珍惜：惜情，惜时，惜物。

“待到菊花酒酿时，共君一醉一陶然”的朋友，“临行密密缝，意恐迟迟归”的母亲，“一日为师，终身为父”的老师共同托起我们一方温情的天空，在这方纯净的天空下，让我们珍惜同窗情，亲情，师生情吧！

所以，当我们与朋友发生嗑嗑碰碰时，别怒发上指，抡起袖子，挥动拳头，或用冷战彼此伤害。微笑吧！先让一步，别让冲动破坏了一段同窗情谊。

当父母不停的问道“带这个吗还是带去吧！天会冷的，多带点！东西都带齐了吗”……你千万别粗暴地大吼一声：“别说了！我都知道”。你的那一声吼，即使声音不大也会震醉妈妈的心，即使你不耐烦也请轻轻地或俏皮地说一句：老人家，放心吧！

当老师板着面孔带着恨铁不成钢的口气，训斥我们时别脸红肚子粗地与老师对抗，想想他曾经是怎样早起晚睡，操心的管理着我们这个大家庭。

珍惜吧！拥有的时候别将它忽略。

我们很年轻，我们有资本，可是时间不是默默蠕动的蜗牛，而是呼啸而过的火车，且所能购买的都是单程车票。坐在时间的列车里，我们唯有珍惜。

时间在达利的画笔下可以折叠，在爱迪生的生命中可以延长，在我们的人生里呢我们不需要多么伟大，只需要在合适的时间里做我们该做的事。这样，当我们某天回首这段青葱，岁月时，记忆的照片，不曾被时间泡黄泡软，影像模糊。

珍惜吧！拥有的时候别将它忽略。

生活中不是缺少美，只是缺少发现美的眼睛，校园的这片天空下美好同样无处不在。

抬头，你会发现空中的云彩，偶尔会呈现几幅杰作。

俯首，你会发现校园里这些草，即使没有花朵，也有一颗开花的心，她们在默默生长着，侧耳你会听到教室外桃树上的小麻雀美妙的歌声。

让我们一起珍惜校园里充满诗意的一切。

朋友请珍惜，珍惜每一种情感，每一秒时间，每一缕诗意的悸动，每一种珍惜都是一种收获，每一种收获都是成长，让我们一起在北高的星空下健康成长吧！

珍惜身边的老人篇五

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。

这些事例昭示着我们：要珍惜生命，珍惜健康，就要遵守交通规则，倘若没有了健康的生命，我们就没有了幸福，没有了一切。生命属于每个人的都只有一次，我们作为小学生，更要珍惜自己的生命，珍惜自己的健康，珍惜家庭的幸福。要认真学习交通安全的法律法规，遵守交通规则，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，多一份谦让与耐心，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！

“求求你们，让我再救一个”。5月13日，四川绵竹。一所学校主教学楼坍塌了大半，100多个孩子瞬间被埋在了地下，数名战士在废墟中刨出了十几个孩子和三十多具尸体。正在抢救时，废墟因余震和机吊操作突然移动，随时可能再次坍塌。消防指挥下死命令，所有人员马上撤离，待稳定后再进入。

但随即，几名战士大叫还有活着的孩子，转头又要往里钻，另几名战友将他们死死拖住。突然，一名刚从废墟中带出一个孩子的战士跪了下来，大哭，求求你们，让我再救一个！我还能再救一个！

珍惜身边的老人篇六

您知道吗？每当夜深人静时，我就会想起从前，从前那个温暖幸福的家：您常用有力的臂膀把我高高地举起，妈妈呵护的目光中透着笑意，爷爷奶奶笑声朗朗……可是这一切都因您酒后驾车化为乌有。当您离开的噩耗传来，奶奶急晕了过去，一连几天不能下床，妈妈双眼哭肿，每天只是望着您的照片呆呆地发傻。

爸爸，我是多么的爱您！可我又怎能不怨恨您呢，您可知道这几年女儿是怎样度过的啊？在学校我怕写关于“家”的作文，别的同学都会写：“我有一个幸福的家，家中有爸爸、妈妈……”可我呢，车祸留给我的是一个破碎凄苦的家。白天，我怕走在街上，我也怕见到汽车，但是，我更怕回家，怕看见爷爷奶奶那苍苍白发，怕看见妈妈红肿的双眼；晚上，我怕睡觉，怕在睡梦中……被妈妈的哭声惊醒。爸爸，女儿好怕呀！您都知道吗？知道吗？学校开家长会，望着别人拉着爸爸的手，又蹦又跳走进教室，我好羡慕啊！我轻轻来到校门口等啊，盼啊，盼着爸爸您能从天而降，可是盼来的只是两鬓斑白、腿脚不灵，却还要支撑着来为孙女开家长会的爷爷。

这封信我已经不能再读下去了。“前事不忘，后事之师”，别人用鲜血和生命换来的教训，难道不能使我们警惕吗？难道不能让我们心痛吗？难道还不能让我们把“重视安全、珍惜生命”铭刻在心吗？愚者用鲜血换取教训，智者用教训避免流血。假如我们每个人都能以此为戒，重视安全，珍惜生命，那么我们就能够拒灾难于千里之外。

因此，我们一方面要不断地加强安全意识的教育，随时随地按照安全生产的要求规范自己的行为，远离灾难；一方面要提高警惕，发现了安全隐患，要及时报告并小心防范，把安全事故扼杀在萌芽状态。

关爱自己、关爱他人、关爱社会、关爱世界。为了让每个家庭充满幸福，为了让我们的祖国繁荣昌盛，我在这里呼吁：全社会都行动起来，共同铸就安全的长城！

安全是清晨明媚的朝阳，无时无刻不在照耀着我们的幸福生活。安全，它是我们脸上永久不变的笑容，是我们心中最最美好的愿望，也是最最平凡的寄托，最美好的期盼。安全是父母的安慰，妻子的希望，是孩子的港湾。

我们都生活在成启矿山这个美丽的大家庭中，我们最最共同的心愿，就是愿人人平安，家家幸福。随着矿井越来越现代化发展的脚步，我们拥有科学的管理方法，同时应用着先进的技术、设备，有着高素质的技能人才。自然灾害已渐渐退去它狰狞的面孔，慢慢地被驯服。然而人的不安全因素，仍时有存在。一时的疏忽大意、一时的侥幸心理往往是造成事故的真正元凶！

死者死已，但是却给生者带来了巨大的悲痛。他去了，留下了他伤心欲决的父母亲人，他的母亲饱偿了白发人送黑发人的痛苦，他去了，还没来得及跟朝夕相伴的妻子话别，还没来得及在看一眼傲傲待哺的儿子，他去了，留下了一个支离破碎的家。最可怜的就是他那刚刚出世的孩子，这个幼小的生命刚降临人生不久便失去了人类最伟大的父爱。

我们每个人都生活在亲情、友情所包围的环境中，我们的一举一动都牵动着无数的关爱。我们的每一个好与坏的信息都凝聚着无数的牵挂。清晨高高兴兴的离家上班，傍晚平平安安地回家是多么平常而普通，但在这平凡与普通中又将倾注了多少家人和朋友的祝愿，融入了多少关爱、真情。一个人

的不安全，就是对家人对社会的不负责任；一个人的不安全，就是一个家庭的不幸；一个人的不安全，就是对社会的巨大损失。

安全不是谈出来的，安全需要我们每个人切实把它落到实处；头脑中要时刻绷紧安全这根弦！遵章守纪，防微杜渐。只有我们真正认识到安全工作的重要性，在思想上真正的重视起来，才能在行动中真正的实施起来。

作为协管员的我们，平时多看看些与工作相关的书籍，多学习一些安全方面的知识；多了解一些规章制度；多听老前辈讲讲他们的经验，都会让我们受益匪浅。

而我们每个人能够做到的也是应该做到的，就是要从自己做起！遵章作业，注意安全。杜绝自己的违章行为，及时发现制止身边的安全隐患。用真心真情真爱照顾好下井工作的亲人；用自己的一言一行感染身边的姐妹；时时刻刻牢记安全，遵章作业。多为他人做榜样，为矿井的和谐发展做点自己能够做到的事情。

为了让我们的家人少一份牵挂，多一些安慰，请让我们共同珍重生命，关注安全，共同营造温馨和谐的大家庭！

珍惜身边的老人篇七

大家好□20xx年4月20日8：02，一场7.0级的突发性地震无情地撕裂了四川省雅安市芦山县的土地。看着电视和电脑上受灾难影响的人越来越多，看着一片片瓦砾，看着一张张因失去亲人而痛苦的脸，我的内心突然震惊起来，突然有一种失去一切的恐惧。

生命是脆弱的，面对自然灾害总是那么脆弱，瞬间就会有悲剧发生；生活又强大了，看着每一个生命的心跳加快，我们的心总是一次又一次的感动。我听着自己的心跳，它给了我

巨大的震撼：这是我的生命，我不能让它白白的存在，我要在有限的生命中好好利用它，让它创造这个世界上属于它的一切！

学会珍惜，一切都会像老太阳一样，再也回不来了。为什么我们不珍惜今天？日常生活中的小关心小爱，平时天真无邪的笑脸，自然界的万千生灵。都值得我们珍惜和爱护，因为这一切构成了我们美好的生活。珍惜一切就是珍惜自己。

朋友，学会珍惜。过去的永远无法挽回。只有学会珍惜，你才会拥有你应得的一切！

学会珍惜！

珍惜身边的老人篇八

大家好！

人，往往如此，得到的东西不懂珍惜，一旦失去才知道珍贵。于是人生中，有多少人叹息道：哎，我怎么不珍惜它呐！

春天去了还会来，花儿谢了还会开，然而，拥有的东西不知道珍惜，失去了就不会回来，人们这时才知道，后悔，唉叹，惋惜。但这毕竟太迟了，当生活的大潮再也不流淌出那种充满灵性的生命意义，你自己就会像荒野里一只受伤的羊躲在自己的巢穴里不敢出来，这个世界上，只有我们自己是我们生活的主角，只有我们自己能推动自己，改变自己，创造自己。时光如阴，稍纵即逝，人生的每一个阶段，生活的每一个细节都值得我们去珍惜，去为这平凡而不平凡的世界叫好吧！我们在平凡的世界做不平凡的事，在不平凡的世界做不平凡的事，这样，生命才能永恒。

人，并不是非要得到很多很多，一束鲜花，一个会心的笑，一片掌声，一声同情的惋惜或一句关切的问候，这都可以让

我们满足，也都是极其宝贵的财富，拥有并懂得珍惜，这样，明天才会更加美好。

拥有生命，珍惜善良，珍惜我们所拥有的，我们的生命就会像花儿一样灿烂开放！

珍惜身边的老人篇九

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。