

# 2023年演讲稿时间就是生命 时间的演讲稿 (优秀10篇)

要写好演讲稿，首先必须要了解听众对象，了解他们的心理、愿望和要求是什么，使演讲有针对性，能解决实际问题。那么你知道演讲稿如何写吗？以下是我帮大家整理的最新演讲稿模板范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

## 演讲稿时间就是生命篇一

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家好！

我今天演讲的题目是《珍惜时间》。

我们都听过一句名言：“少年易学老难成，一寸光阴不可轻”。这句名言告诫人们：少年时学习很容易，等到老了想学也学不了，所以要趁青春年少，如饥似渴进行学习，切不可浪费光阴。

古人还说过：“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴”。是啊，时间是金钱买不回来的！可是，在生活中，还是有很多人，不懂得珍惜时间，让时间像潮水般白白流走，岂不让人痛心！

以前，我从来体会不到时间的珍贵，不知道学习的重要性，宁可多看半小时的电视，也不愿多学习一分钟。可时间过得真快呀！马上我就要读小学六年级了，曾经年幼无知的我，慢慢变成了一个有思想的大小孩，这才恍然大悟，只有把握时间，好好学习，才能考上一所理想的中学，才能为实现理想打下坚实基础！

看看鲁迅先生，他把别人喝咖啡的工夫都用在了工作上，才成为了中国近现代最伟大的文学家、思想家；再看看爱迪生，他与时间赛跑，勇于创新，不惧失败，才发明了照亮整个地球的电灯。

“莫让年华付流水，莫让光阴逝无声”，只要肯努力，任何时候都不晚！

少年儿童是祖国的未来与花朵，生长在幸福的新时代，虽然我们不可能超越时间的步伐，但是可以紧跟它的脚步，把握现在，好好学习，力争长大成为祖国的栋梁之才！

朋友们，请珍惜时间吧！

## 演讲稿时间就是生命篇二

同学：

大家好！

今天，我想谈谈珍惜时间的问题。时间是最宝贵的东西。俗话说“一寸光阴一寸金，一寸金买不到一寸光阴！”人生最重要的问题是如何让一寸时间等于一寸生命。

然而，在现实生活中，浪费时间随处可见。比如上课的时候不认真听讲，让老师管纪律。这样一来，老师就无法完成当天的教学内容，既浪费了自己的时间，也浪费了老师和同学的时间。中午在家，看电视，玩一些游戏，做一些作业时不该做的事情；一些学生痴迷于电脑游戏。适当地玩电脑游戏对我们的智力有好处，但是沉迷于电脑会浪费很多宝贵的时间。可能大家都觉得这些都是小事，但是时间就在这一点一点的浪费着。

今天，我想给大家讲一个真实的故事。鲁迅大家都知道，但

你知道鲁迅成功的秘诀吗？鲁迅成功的秘诀是珍惜时间。鲁迅12岁在绍兴市时，父亲病重，两个弟弟还小。鲁迅不仅经常去当铺、跑药店，还得帮妈妈做家务；为了不影响学习，他必须做出精确的时间安排。从那以后，鲁迅几乎每天都在压榨时间。他说：“时间就像海绵里的水。只要你挤，总会有。”鲁迅兴趣广泛，所以时间对他很重要。他每天都要工作到深夜才会放弃。在鲁迅眼里，时间就是生命。他曾经说过：“美国人说时间就是金钱。但我认为：时间就是生命。”所以鲁迅讨厌那些“整天东奔西跑，坐在西方说长道短”的人。鲁迅之所以取得成功，是因为他珍惜时间，成为一代伟大的作家！

可见珍惜时间有多重要。同学们，时光飞逝，日月如梭！真心希望我们每一个人都珍惜时间，成为时间的主人。长大了就不会收获“年轻不努力，老板伤心”的遗憾了！是骄傲和自豪让我成为了祖国的栋梁！

谢谢大家！

## 演讲稿时间就是生命篇三

亲爱的老师、同学们：

大家好！

时间，伴随着我们成长；时间，永远不会停；时间，过得飞快；时间……

每一个人手上都有自己的时间，如果你度过了自己所有的时间，就永远不可以回头了。

“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。”时间永远买不到——哎，真可怕！更可怕的是，如果我们浪费时间，让时间从我们手上溜走了，我们就白白浪费了自己在世间的努力

了，更不要谈创造什么价值了！

我决定：从今以后，我要下决心改正我浪费时间的坏习惯。懂得节约时间，并与时间赛跑！

我知道人永远跑不过时间，但我们可以比上次做得加快一步！不要小看这一步，日积月累后就是一大步，用处就很大了。

“少壮不努力，老大徒伤悲。”让我们记住古人的告诫，让我们一起和时间赛跑吧！

## 演讲稿时间就是生命篇四

亲爱的老师和同学们：

大家好！

这天，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。此刻是冬天了，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，一副生机勃勃的样貌。很多小孩子在它下方嬉戏，可是此刻，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，这说出了它的珍重，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，能够由时间换回，然而，却从来没有人能用金钱买到时间。

在时间的注视下，有人在发奋，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。时间喜爱有志气，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，青少年时期的时间个性宝贵。这个阶段生命力最旺盛，精力最充沛，记忆力。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！

多谢大家！我的演讲完毕！

## **演讲稿时间就是生命篇五**

同学：

大家好！

我们每一个同学都是祖国的花朵，是国家的小主人，是21世纪祖国建设的主力军。因此，儿童必须勤奋学习，掌握先进的科学知识，才能为下个世纪的社会主义建设做出更大的贡献。

要学好文化科学知识，就要有吃苦耐劳、坚韧不拔的学习精神。学习是一种努力，不努力就学不好。在我们的历史上，有很多古人刻苦读书的故事，比如萤火虫读书，挖坑借光等等。努力学习的精神很可贵。所以要特别提倡持之以恒、持之以恒的学习精神。

学好文化科学知识，也要珍惜时间。一天24小时对每个人来

说都是一样的，但是因为人对时间的态度不同，结果也不同。只有珍惜时间并好好利用时间的人，才能比别人学到更多的知识。著名数学家华，是一个从不浪费时间的人。同学们，你们正处于健康和知识的漫长时期。只有抓住每一分钟，学习更多的文化和科学知识，你才能在长大后取得更大的成功。

学生珍惜时间，努力学习。祖国在等着你建设美好繁荣的明天。

## 演讲稿时间就是生命篇六

亲爱的同学、老师们：

大家好！

我是来自\_班的一名学生，我叫\_，今天的天气格外的好，我也很高兴能站在这里进行演讲，我所要演讲的题目是《珍惜时间，勤奋学习》。

大家都知道，学习是我们学生最为重要的任务，我们来到学校里，也是为了能学习到更多的知识，然后考取更好的学校，这样才不会忘老师和家人失望。其实学习不仅仅是为了别人，更多的是为了自己，因为现在的社会中竞争压力太大了，学习是我们最好的出路，所以大家必须要珍惜好现在的时间，勤奋的去学习，这样才能让自己不感到后悔。

在学校里，我们没有什么其他的任务，学习就是我们的职责，要是连学习都做不好，那以后更别谈工作了，毕竟学习说难也难，说容易也容易，这完全取决于你的学习态度。学习也是分好几种的，有些人在学校学的很随便，有些人在学校学的很认真刻苦，这两种学习方式就决定了你的学习结果，所以不要再抱怨老师教的课不好、作业太难了，只要你肯花时间，那么我相信任何学习上的问题都难不倒你，只要把困难解决了，我相信你会有非常大的收获。

时间，对于每一个学生来说都是很多的，因为我们还很年轻，有着许多的时间可以去消磨，但是时间同样也是宝贵的，因为我们在校时间其实并不长，到了学习的紧要关头时，我们就能发现时间是多么的重要，每多一点时间，就能让我们多学一点知识。特别是到了快毕业时，我们就能发现时间过的是多么快啊，这时候再想好好地学习就已经很困难了，毕竟时间不等人，而且学习是循序渐进的，不是一下子就能把所有的知识点记住。

所以，同学们，趁着现在还有时间，还有机会，赶快的去学习吧，珍惜好现在的每一份每一秒，把自己的全部精力都投入到学习中，保持着勤奋学习，这样才能让自己一直都保持着进步。对了，除了勤奋的学习外，大家也得注意自己的学习方法，找到一种合适自己的学习方法是非常有必要的，同时大家也得注意劳逸结合，不要因为学的太认真了而不注意自己的身体状况。总之，我们要抓住现在的每一分每一秒去学习，别让老师和家长失望，也别让以后的自己感到后悔，赶快行动起来吧！

谢谢大家！

## 演讲稿时间就是生命篇七

亲爱的同学们：

大家好！

“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴”，这句古代名言在中国源远流长，它告诉我们时间是十分珍贵的。今天，我演讲的题目是关于时间的。

记得有一次，班队活动的主题是“珍惜时间”。

怎么个珍惜时间呢？是这样的：

那次老师不叫我们把桌子搬来分成两组，我们觉得真奇怪。上课的铃声响了，我们都回到了教室，坐到自己的位置上，这时候，王老师在黑板上写了“珍惜时间”这四个字，接着老师又说：“从现在开始，出教室排队。”老师又说：“这是要计时的喔。”当老师说开始的时候，我们像一群马窝蜂一样，拥拥挤挤地出了教室。

我们出了教室，马上就站好了。老师说：“50秒！再来一遍。”我们又各自回到座位上坐好，就这样去了又回，回了又去。一直重复到下课。老师这样训练我们，让我们珍惜时间，在排队时不白白浪费那几分钟时间。

有一些名人，也都是节约时间的，如：爱迪生。让我给你们讲一个爱迪生的故事吧。

他在新泽西州建了一个实验室，发明了电灯、电报、留声机、电影机、磁力析矿机、压碎机等两千余种发明。他认为“浪费，莫过于浪费时间”这句话的意思是：浪费什么都比不上浪费时间。有一次，他叫助手量一个空灯泡的容量，结果助手量了半天也没量出来，后来爱迪生说：“时间，时间，怎么浪费了这么多时间。”说着爱迪生将水装进空灯泡里，说：“将水倒进杯里，告诉我他的容量。”

助手立即读出了数字。

就因为爱迪生节约时间，他平均三天就有一项发明。

所以，我们应该节约时间，不让时间白白地浪费掉。

## 演讲稿时间就是生命篇八

大家好！

有人说：人的一生有三天：昨天、今天和明天，这三天组成



了人生的三步曲。但我说，人的一生只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。乐观的人，喜欢描述明天的美好前景；悲观的人，总担心明天会发生什么不测。但生命的内涵只在于今天，生命是宝贵的，它是由一分一秒的时间堆积而成的，珍惜今天就是珍惜生命，荒废了今天就是荒废了生命。

昨天已是过眼云烟，再也无法挽留。如果在昨天，你为取得了一点骄人的成绩而沾沾自喜，或是因为做错了一件事情而愁眉不展，那么你就永远陷进了昨天的泥潭里。同时，你今天的时间也会从你的沾沾自喜或愁眉不展中悄悄流逝。每个人都会乘坐“今天”这班车驶向明天，一天一个驿站，一天一处风景，趁着明天还未到来，我们就应抓住今天，这样等待着你的才会是果实累累的明天。

我们不应该在昨天寻觅什么，也不应该向明天祈求什么，最重要的是怎样对待今天。在这有限的时间里努力学习，抓紧今天的分分秒秒，用今天的努力去弥补昨天的空隙，去实现明天的崇高理想。

期中考试已经结束，已经成为历史，成为了不能改变的事情，你可能受挫了，也可能失败了，但是，“不经历风雨怎么见彩虹。”失败并不可怕，可怕的是认输。远航的水手告诉我们“风雨中，这点痛算什么，擦干泪，不要问，至少我们还有梦。”我们的青春是炽烈的，我们的目标是明确的聪明的人，检查昨天，抓紧今天，规划明天；愚蠢的人，悲叹昨天，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吧！

## **演讲稿时间就是生命篇九**

亲爱的同学们：

大家好！

这天，我想说说珍惜时间的问题，时间是最宝贵的东西，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，浪费时间表随处可见，比如：上课时，不认真听讲，让教师总管纪律，导致教师不能完成当天的教学资料，既浪费了自我的时间，也浪费了教师和同学的时间；中午在家，一边写作业还边看电视，玩些游戏，干一些不就该干的事；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间……也许大家都认为这些是小事情，可是时间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。鲁迅大家都明白，但你们明白鲁迅成功的秘诀吗？鲁迅成功的秘诀就是珍惜时间。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\*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间安排。此后，鲁迅几乎每一天都在挤时间。他说过：“时间，就像海绵里的水，只要你挤，总是有的。”鲁迅兴趣十分广泛，所以时间对他来说，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，时间就如同生命。他曾说：“美国人说，时间就是金钱。但我想：时间就是生命。”所以，鲁迅最厌恶那些“成天东家跑跑，西家坐坐，说长道短”的人。鲁迅正因珍惜时间而取得了成功，成为一代大文豪！

可见，珍惜时间多么重要。同学们，光阴似箭，日月如梭啊！我真切地期望我们每个人都珍惜时间，成为时间的主人，当我们长大后收获的不是“少壮不发奋，老大徒伤悲”的遗憾！而是我成为祖国栋梁之材的骄傲与自豪！

多谢大家！

## 演讲稿时间就是生命篇十

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》。

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，更应该抓住今天努力学习。卡来尔激励我们：“天才就是无止境的刻苦勤奋的能力。” 中国古人更给我们留下悬梁刺股、凿壁偷光、囊萤映雪的千古美谈。

努力学习不仅是祖国和人民向我们青少年提出的要求，也是我们自身成才的先决条件。民族英雄岳飞在《满江红》这首词里疾呼：“莫等闲，白了少年头，空悲切！” 汉乐府诗有句富有哲理性的名言：“百川东到海，何时复西归，少壮不努力，老大徒伤悲。” 因此，我们应该学会做时间的主人，抓住今天的分分秒秒，用今天的努力去弥补昨天的空隙，去实现明天崇高的理想。抓紧时间就是要充分利用时间，上课、自习、做作业都要高度集中注意力，排除干扰。抓紧时间，就是要科学安排时间，巧妙地利用点滴时间，提高单位时间利用率。

同学们，在学习的道路上我们只有勤奋努力踏实地将一点一滴的知识掌握，才能最终走向成功。一分耕耘一分收获，在耕耘的时候，我们就应该付出辛勤的劳动，收获的时候才会有满意的果实，才会成果丰硕。

所以我们现在应该惜时如金，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努力学习吧！

我的演讲完毕！谢谢大家！