

最新珍惜工作演讲稿(模板10篇)

演讲中的抑扬顿挫，相当于音乐中的节奏，音乐需要节拍，演讲也需要节拍，你应该让你的演讲充满节奏感，节奏就是你口头表达进度的度量。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？以下是我帮大家整理的演讲稿模板范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

珍惜工作演讲稿篇一

秋风飒爽，送给我们一个丰收的季节；稻海茫茫，让我们享受一种丰收的喜悦。沐浴在这金黄色的阳光下，让我不禁想起了小时候背的那首“锄禾日当午，汗滴禾下土，谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”的诗句。

提起这些，或许有人会说：我们早已远离了食不果腹的年代，我们现在关注的已经不再是吃饱饭，而是吃好饭了。的确，生在新时代的我们，长在新时代的我们，过着是父母提供的不愁吃不愁穿的日子。但是，我们也渐渐淡忘了粮食的由来，珍惜粮食的重要性。我们在吃饭的时候，往往都会选择自己喜欢的多吃，不喜欢的大多都进了垃圾桶。还记得我们背过的《弟子规》中有：“对饮食，勿拣择；食适可，勿过则。”前辈们留下的名言警句无时无刻不在提醒我们要，珍惜每一粒粮食，不要浪费。

我国是一个人口大国，吃饭问题始终是全国的头等大事，在我们的国徽上，就是由两支颗粒饱满的麦穗构成的！“粮食安全”始终是我国最大的安全，前人说过“手里有粮，心里不慌”。同学们，不要以为我们能够吃饱饭了，全世界的人也都不再忍饥挨饿了。其实，我国就尚有20xx万贫困人口还没有解决温饱问题；在这个地球上，每天还有8亿多人在挨饿，5亿儿童食品不足，智力体力得不到充分发育，每年饿死的人至少有20xx万！

看到这组数据，我们怎么能够浪费粮食，倘若我们把这些节省下来的粮食送给那些正在挨饿的人，他们一定会看作是无价之宝，倍加珍惜的。

作为一名在校生，我想我们就从身边做起吧！珍惜口边粮食，减少人为浪费。以节约为荣，以浪费为耻。用我们的实际行动，践行我们新生代的风采吧！

谢谢大家！

珍惜工作演讲稿篇二

现在学校提倡发展节约型校园，然而，在我们的校园中，水、电、粮食等的浪费现象时有发生。

所以，我们要节约水、电、粮食。水，是全世界都离不开的一种资源，如果没有水，任何生物都无法生存。

但是，浪费水的现象却不断的发生。比如：学校排球场旁边的水池，水龙头总是开着，许多同学上完体育课到那里洗手，有时洗完手不关水龙头或关不紧，就浪费了许多水。

还有许多的同学接的纯净水没喝完就倒了，又浪费了许多水。可是如果有一天我们连最基本的水资源都浪费尽了，我们还怎样生活呢！所以，我们要珍惜水资源，不要浪费水资源，不要让世界上的最后一滴水成为我们人类的眼泪！电，也是全世界都离不开的一种资源，它的用处非常多，但是，浪费电的现象也在不断的发生着。

比如：放学时，同学都走了，但灯却没有关，还有饮水机的电源没有关，这些都是浪费电的现象，甚至引起火灾。粮食，是世界上所有的人都离不开的食物，在日常生活中，随处可以见到浪费粮食的现象。

也许人们并未意识到自己在浪费，也许会认为浪费这一点点算不了什么，也许仍然以为我们的祖国地大物博。节约粮食，是我们每个同学应尽的义务，浪费是一种可耻的行为。

只要存有节约的意识，其实做起来很简单：吃饭时吃多少盛多少，不扔剩饭菜。从点滴小事做起，从现在做起。

我们要树立节约意识。

珍惜工作演讲稿篇三

大家好！

同学们，生命是什么？让我来告诉你吧！生命仅有一次，生命是要经历一分一秒的时间，和时间做朋友，和时间一齐旅行！

在平常的时候，你会感觉到时间异常多。据我的计算，一天有八万六千四百秒。你在上课的时候，总会觉得时间过的很慢，当你在玩的时候，却觉得时间过的很快。因为上课时，你根本就是在认真听讲，没注意时间。在玩的时候，你很在乎时间。

在这个世界上，时间对每个人都是公平的，只是有些人活的态度和看法不一样罢了。

时间是要自我去珍惜的，时间是不会因为你是百万富翁而让你多活一秒，也不会因为你没对社会做贡献而让你少活一秒。时间是要靠自我的努力所珍惜的，而不是靠几个钱就能买时间。俗话说：“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。”时间是买不来的。

作为一位学生，我们应当怎样珍惜时间呢？很简单，只要你每一天好好学习，天天向上，勤奋学习，不怕吃苦，不浪费1

分一秒。一回到家就做作业，不对着电脑，不对着电视，认认真真的做。一有作业就拿笔写，争取在学校里就完成，这样，在家里就能够复习了。

上课时不开小差，不做小动作，不带和学习无关的东西，这样，你的学习才有价值。

珍惜工作演讲稿篇四

大家好！

一件物品，往往在拥有的时候不会珍惜，直到失去时才追悔莫及。许多事情都是这样。所以我们要在还有的时候懂得珍惜，不要只在逝去后才后悔，比如青春、时间、友谊……，比如父母的爱。

我曾经多次听到、看到过这样一个故事，尽管多次看到，但是每次仍然被感动，我就把这个故事的大概讲给大家吧：很久以前有一棵又高又大的苹果树，一个小男孩天天到树下来跟树玩耍，他爱苹果树，苹果树也爱他。后来男孩长大了，不再来玩耍了。一天，他又来了，说：“我不小了，不能再和你玩了，我需要玩具，可是没钱买。”树说：“你把我的果实摘下来，拿去卖，不就有钱了？”男孩于是摘下了所有的苹果，高高兴兴地走了，树好快乐。男孩后来一直没来。几年后的一天，男孩又来了，树要跟他玩，他说：“我和成家了，不能和你玩了。我需要房子，你能给我吗？”树说：“我没有房子，不过你可以砍下我的树枝盖房子。”于是男孩砍下了树枝，高兴地走了，树好快乐。后来，男孩又来了，神态疲惫，他说“我要出海航行，可是没有船。”树说：“没关系，砍下我的树干造船吧。”男孩又走了。再后来，男孩已经苍老，当他再次来到树的身边时，树说：“我已经没有什么可以给你了。”男孩说：“我也没有什么想要的了，现在就想有一个可以坐下的地方。”树说：“那你坐在树根上吧。”男孩坐了下来，树好快乐！

让我们从现在开始，珍惜拥有的一切吧！

珍惜工作演讲稿篇五

大家好，很高兴也很荣幸第一次站在这个讲台上和大家一起探讨如何珍惜时间，今天我演讲的题目是《珍惜时间，从今天做起》。

比如说：我们班48位同学，每天在一起生活、学习，同样的环境，同样的课程，同样的老师，那为什么有的同学学习好而有的同学差呢？那是因为好学生充分利用了自己的时间，他把别人休息游玩的时间都用在了学习上，所以能够取得好成绩。象我们班的王洁同学，有很多人羡慕她小小年纪学习成绩却那么好，甚至还能跳级。可是这仅仅是因为她比别人聪明吗？不是！是因为她懂得珍惜时间。

记得前些天中午，我们以前的七八个同学来我家聚餐，大家有的玩电脑有的下棋有的跳皮筋玩得不亦乐乎，可她却躲在我的小房间里一直不出来，我好奇地去找她，却发现她正聚精会神地写作业。我说大家都在玩晚上再写不行吗？她说晚上我还要学舞蹈，晚上有晚上的事，我听了心里非常佩服她。听说她二年级的时候利用整个暑假就把三年级的课程自学完了，开学直接跳级上了四年级，成绩仍然是名列前茅。大家想想，她一个暑假就学完了我们一年的课程，当我们暑假里正在游玩的时候，她却在抓紧时间、赢取时间，我现在已经快12岁了，可她却不到10岁，所以从这件事上我明白了：珍惜时间就等于延长了自己的生命！满山的鲜花是春留下的痕迹，摇摆的树是风留下的痕迹，影子是光的痕迹，波涛是海的痕迹，而老人脸上的沧桑，却是时间留下的痕迹。燕子飞了有再飞回来的时候，桃花谢了有再绽放的时候，细胞死了有再生的时候，但是时间走了就彻底走了，留下的只有回忆和后悔，所以我们不要把今天的事拖到明天去做，因为明天还有明天的事情。

我们正处在人生中最宝贵的黄金时期，有多少人羡慕我们现在拥有的美好时光，羡慕我们未来有那么长的时间和生命，我们可不要浪费时间，象他们那样等老了再后悔莫及。我们最应该珍惜的应该是“今”，正如文嘉先生所说：“今日复今日，今日何其少，今日又不为，此事何时了？人生百年几今日，今日不为真可惜！若言姑待明日至，明朝又有明朝事，为君聊赋今日诗，努力请从今日始！”希望大家能通过这次演讲比赛，对时间有一个新的认识，从现在做起，珍惜自己的每一分每一秒。不要让我们美好的人生留下遗憾！我的演讲结束了。

谢谢大家！

珍惜工作演讲稿篇六

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！

珍惜工作演讲稿篇七

生命是大自然赐予的礼物，有多种呈现方式。坚韧的树，五颜六色的花，自由的鸟，飞舞的蝴蝶，茂盛的草，无尽的水鱼……从那里来？人家讲——一条命的原因。

生活是我们生活中唯一的需要。每一种生命都有它的价值和意义，所有生命之间都有一种微妙和谐的关系。

生命是我们最宝贵的东西。这是我们的未来。如果我们失去了它，我们将失去一切。生活是最容易被忽视的东西。我们把生活看得太平凡，我们常常忘记所有我们习惯的东西。所以，人们原则上知道生命的重要性，但实际上却经常做一些浪费生命的事情，比如抽烟，酗酒，不注意卫生，小学生上网等等。有很多人忙于虚荣心，却不愿意花时间让生活快乐，做一些事情来实现生活本身的价值。往往是在我们的生命真的受到威胁的时候，我们才珍惜生命，生命是不可替代的。

人生，有时候醒的太晚，失去的不可挽回，浪费的时间太多。

我们应该珍惜自己的时间。人生最重要的财富是时间，时间是人生最初的财富。而人在人生的道路上往往忽略了自己拥有的这份财富，在追逐金钱和地位的时候往往忽略了这份财富。我知道我们可以在一分钟内做很多事情。我们很容易被电视和电脑吸引，电话打个没完没了。一句话，“浪费时间等于慢性自杀”。

珍惜工作演讲稿篇八

与其说我是在演讲，不如说是自白。当我满带着大地泥土的

气息，满带着沉甸甸的收获归来的时候，我的自白是这样的坦荡与洪亮：走出误区，走向真实的人生。

作为一名时代的宠儿，十一年寒窗苦读，独木桥几番拼杀，这其中的艰辛也许只有我们自己说得清。而当终于走进大学校门时，却忽然惊奇发现：沉重的失落已打湿了往日的欢颜和梦幻。在象牙塔里冷眼向洋，指点江山，无意中，竟与社会筑起了一道樊篱。

都说我们患上了“大学生综合征”。我们苦闷、迷茫地徘徊在青春的夜路上。就在这时候，启明星亮了。于是我们在太阳升起的地方集合，举手宣誓：走向社会，走向实践，走向最充实的人生。我们山东师范大学的六千多名学生，今年暑期，在一面面团旗的招引下，走向了广裹的天地：工厂、农村、矿山、油田……哪里有火热的生活，哪里就有我们实践的身影。

医疗队的成员中，有几位资历颇高的主任医师，他们的年纪都很大了。以前常听说医疗界最“黑”，请个好大夫要花“血本”，而这些好大夫们吃的是压缩饼干，睡的是一张雨衣铺在地上的床。一个大雨清沱之夜，我从睡梦中惊醒，发现帐篷里注满了水，而医生、护士们都甜美地睡在水涡之中，他们中有几个人的年龄已和我们父母相仿啊。他们睡得那么香、那么甜，我站在那里，不知此时是该叫醒他们，还是不叫醒他们，他们太累了，太需要休息了，而他们的身体又怎能经得住雨水的浸透？我站在那里，泪流满面。朋友们，我们在校园的林荫道上悠然信步大谈伟大崇高追求的时候，我们是否想过：伟大未必可贵，可贵的是平凡中的伟大；追求未必是崇高的，崇高的是奉献中的追求。曾几何时，我因对社会上的各种腐败现象的存在而痛呼：中国向何处去？而在抗洪救灾的第一线，我看到的是一大批党的优秀干部，一大批不顾小家顾大家的人民，是一方有难八方支援的优良传统。这一切不正是中国的希望，中国的铁骨脊梁吗？正是这些默默无闻的人们，默默地撑起了共和国的大厦。面对生活，

面对现实，我从来没这样充满信心：我们有老一代艰苦跋涉的足迹，有这一代人无怨无悔的青春，中国的明天一定会更好。

珍惜工作演讲稿篇九

大家上午好！

今天我讲话的题目是“珍惜青春，奋发昂扬的迈过成人门”。

就在上周二，高一12级全体同学在圆明园参加了“成长责任追求”成人仪式。对我们来说，成人仪式是一个终点，也是一个起点，它是一个见证我们成长的仪式，也是一个让我们思考未来的过程。

在成人仪式这个童年时代的终点上，我们回顾青春，体会着温暖与感动。在残破又肃穆的大水法前，老师们把成长的七个故事向我们娓娓道来；家长们在班级分享时，讲出对我们未来能有幸福生活的期盼；同学们合影留念，在金色的阳光里笑得格外灿烂。正是有父母、老师、同学的一路陪伴，才让我们过去的十八年充满欢声笑语，偶有泪滴也可以一抹而去，他们教我们学会做题、学会做事、更学会做人。在成人的这一天，我们真诚的向他们道出感恩，也向我们十八年的经历道一声感谢。

学弟学妹们，我想告诉你们，那天会场前七彩成人路上展示的照片正在你们的真实生活中上演：有运动会入场式上鲜红的国旗，有体育课上颠起的橙色排球，有教学楼外纷纷落下的金黄银杏叶，有食堂里翠绿的筷子，有装满知识的青色学案，有为拍摄微电影特意挑选的蓝天，有试管里酸化的紫色高锰酸钾溶液。愿你们能挥起手中的画笔，蘸上这调色盘中的七彩颜色，描绘出绚烂的校园生活，且行且珍惜。同时，成人门不是童话故事里的魔法门，哗地就把小孩变成大人，蜕变还是要来自内心的丰富、来自时间的积累，希望你们能

充实自己，不断成长。我期待着明年或几年后的你们也能迎着阳光，以奋发昂扬的姿态迈过成人门。

祝福青春的学子！祝福百年的附中！

谢谢大家！

珍惜工作演讲稿篇十

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！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！