

# 惜时篇演讲稿 珍惜时间演讲稿(大全8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。那么你知道演讲稿如何写吗？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。

## 惜时篇演讲稿篇一

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。

我一向喜欢那一首歌：《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。

每一天清晨，当朝霞映红了我的双颊，当树上的小鸟叫醒了我的梦想，我明白新的一天又开始了。我感激我的爸爸、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。我还要感激我的爷爷、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！从此刻开始，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！

## 惜时篇演讲稿篇二

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！

## 惜时篇演讲稿篇三

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家早上好。我是三年级一班的\*\*，今天我演讲的题目是：珍惜时光才能成就未来。

一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴，美好的时光对每个人来说都有不同的意义，可相同的是只有珍惜时光的人，才能成就美好的人生。

在国庆节期间，中央电视台有一个特别的话题，什么是美好时光？了许多不同的人，他们都说了对美好时光的不同理解，让我印象最深刻的是奥运冠军邓亚萍，当记者问她，最美好的时光是什么时，她用清晰的语言讲述了自己的运动生涯。作为一个身高只有一米五五的运动员来说，她的成功绝非偶然，她付出了常人无法想象的努力和坚持，她认为“人一生中，所有经历过的酸甜苦辣，都是一笔宝贵的财富，只要你去努力奋斗过”我觉得她说的太好了，人的一生，遇到困难，不气馁，不放弃，不断挑战自己，才能不虚度时光，对得起自己曾经付出的努力。

我从小就有一个梦想，那就是成为一名作家，要想让梦想成为现实，从现在开始，我要珍惜时间，努力学习，让每一天都过的充实有意义。我从小喜欢阅读，多读书读好书，随着阅读量的增加和积累，我在作文中应用的好词好句也越来越自如，每次作文课miss杨让我读自己的作文时，是我最幸福

的时光，就像那位退休的老爷爷说的那样“一年之计在于春，一生之计在于勤，一天之计却在于昨天晚上”机会只留给准备好了的人。

同学们，从现在开始，让我们珍惜每一分每一秒，过好生命中的每一天，留下美好时光的幸福回味，成就自己的美好未来！

## 惜时篇演讲稿篇四

亲爱的老师们、同学们：

大家好！

我今天在国旗下演讲的题目是珍惜时间，努力学习。高尔基曾说，“世界上最快、最慢、最长、最短、最普通、最珍贵的东西，最容易被人忽视、最令人遗憾的东西就是时间。”

学习是辛苦的，不努力是学不好的。古代人刻苦学习的精神非常可贵。没有付出，就没有收获。同学们，在学习的道路上，我们只有勤奋踏实地掌握一点知识，最后才能成功。这位老人公正大方。他只给勤奋的同学带来智慧、力量和欢乐。希望每一个学生都能成为老人的掌上明珠，能够视时间如金，利用好每一分钟，在有限的时间内最大限度的掌握知识，取得优异的成绩。

用勤奋迎接挑战，改变命运，创造奇迹。同学们，只有珍惜时间，我们才能掌握更多的知识，才能拥有美好的未来。让我们从现在开始珍惜时间，好好学习，做时间的主人，用自己的辛勤汗水书写人生的辉煌！

我的演讲结束了，谢谢大家！

## 惜时篇演讲稿篇五

尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

大家好！

清初学者钱鹤滩有诗云：“明日复明日，明日何其多！我生待明日，万事成蹉跎。”可见，古人对时间利用不当的感叹，同时也给我们敲响了警钟：珍惜时间。

珍惜时间是对生命的尊重。

巴尔扎克在五十一岁时，心脏病发作，医生说他的生命只剩下短短几天，面对这些，他没有抱头痛哭：“为什么？为什么不让我多活几天？”而是抓紧时间，继续工作，当他离开时，留下的是九十六部中篇小说组成的雄伟史诗——《人间喜剧》。从中我们可以知道：珍惜时间就是对生命的尊重。

珍惜时间是对事业的尊重。

一个人，无论是艺术家、文学家、科学家都有自己的事业，对于艺术家，艺术是事业；对于文学家，文学创作是事业；对于科学家，研究事物是事业……任何人，只要珍惜时间，努力奋斗，才能创造自己的价值，为人类的文明发展，开拓新的知识天地。简而言之，这是对事业尊重。

珍惜时间，是对他人的尊重。

鲁迅说过：“浪费别人的时间，等同于谋财害命。”一代文豪言简意赅地阐释了珍惜时间就是对他人的尊重。他把浪费时间比作了谋财害命，可见对他人的尊重是珍惜他人的时间！

珍惜时间，是对自己的尊重。

古人云：少壮不努力，老大徒伤悲。戏剧家莎士比亚也曾说过：“放弃时间的人时间也会放弃他。”可见，珍惜时间、有效利用时间，尽可能多地做有意义的事，使人生多姿多彩，才是尊重自己的方法。

但倘若人人都不珍惜时间，世界将变成什么样子？

公交车司机，交警等不珍惜时间，交通会混乱，人们无法正常工作；学生天天不完成作业，长大后一事无成……这一切就会造成全球经济、科技等系统全部瘫痪，最终使人类文明陨落。

朋友们，让我们尊重生命、尊重事业、尊重他人和自己，在有间里做无限的事情，一起珍惜时间吧！

## 惜时篇演讲稿篇六

亲爱的同学们：

大家上午好！

今天我国旗下讲话的主题是：珍惜时间高效复习争创佳绩。

今年注定是不平凡的一年。由于新冠肺炎疫情的影响，同学们度过了超长版的寒假，开学才刚在眼前，期末考试又悄然而至，时间是何等匆匆。上星期，六年级同学已经结束了毕业考试，一到五年级同学本周即将进行期末考试。疫情导致上课时间、复习时间的缩短，对我们来说都是一种挑战。那么如何复习迎考，怎样才能发挥出最佳水平，取得优异的成绩呢？在此，我向同学们提三点建议：

一、珍惜时间，集中精力：这场疫情给了我们这样的启示：要珍惜每一分每一秒，和时间赛跑，争做时间的主人。课上要开足马力，集中注意力，当老师讲课时，你千万不能听着

听着就掉线，或者一直处于飞行模式，甚至有个别同学一开始上课就自动关机，这样，听课效率就会悄悄拉开成绩的鸿沟。同学们，你是否会在课上走神或和同学交头接耳？你是否会心不在焉地做作业？你是否禁不住电视和电脑游戏的诱惑而虚度时光？……著名文学家鲁迅就把浪费别人的时间比作谋财害命，浪费自己的时间比作慢性自杀，消磨时间，消磨的是我们的意志力，消磨的是我们的聪明才智，更是我们美好的未来。早晨到校，与其和同学聊天，不如大声朗读，静心阅读，或练习几道数学题；课间，与其和同学嬉戏玩耍，不如多复习几个公式，或想一遍老师在课上讲的重点。时间是公平的，只要我们懂得珍惜，就一定能聚沙成塔，把有限的时间变成无限的力量。

二、科学备考，突出重点：一学期来，我们学到了许多知识，复习期间我们首先要全面梳理一下本学期所学的知识，结合平时练习找到自己知识上的漏洞，明确自己复习的重点是什么。课上我们跟着老师认真复习，积极参与学习活动；课后，要自主进行复习，对于老师在复习期间留的作业要独立思考、认真完成、自觉检查，确保质量；其次要学会举一反三，搞清知识点之间的联系，把握规律，灵活运用，做到以不变应万变；另外要重视纠错，对于以往测验或练习中出现的错误进行总结反思，理清错误的原因，避免再犯同样的错误；同时复习阶段还要训练规范，从写清楚字，练规范每一道题，做好每一张卷子做起。

三、积极迎考，争创佳绩：考试时要充满斗志，忌粗心，尽量避免因粗心造成失分。考试时要先易后难，一方面可以赢得时间，抓住基础分，另一方面也可以避免因难题而造成对信心的动摇。考试时还要迎难而上，忌畏缩，最后解决难题时要有一股拼劲，有很多题目本身就是对综合素质的全面考查，答题时要将思路放开，从不同的途径来寻求解决之法。考试时要坚守最后一分钟，忌好胜心理，答完卷后，要反复检查，力争将失误控制在最低点。

同学们，面对考试的压力，我们要有勤奋的态度，勤能补拙是良训，一分耕耘一分收获；要有进取的态度，学习如逆水行舟，不进则退；要有务实的态度，上好每一课、抓紧每一秒、练准每一题、迈实每一步！态度和方法决定结果，在最后的复习阶段，希望你们能争分夺秒、力争上游。最后预祝一到五年级同学在期末考试中能取得理想的成绩，享受到成功的快乐！

## 惜时篇演讲稿篇七

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家好！

我是来自xx班的xxx□今天，我发言的主题是珍惜时光。

有一些同学认为自己只浪费一分钟而已，没什么大不了的。可是，古语有云：一日一钱，千日千钱，绳锯木断，水滴石穿。一分钟可以看五页书，一分钟可以写五十个字，一分钟可以跑二百米步，一分钟可以……你们看一分钟可以做多少事呀！而且一天一分钟，六十天就是一小时，等到一辈子下来，就是千千万万甚至更多的一分钟。“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。”时间是多么宝贵呀！同学们，我们一定要珍惜时光，别再浪费那一分一秒的宝贵时间了。同学们鲁迅说过：浪费时间等于慢性自杀。珍惜时光吧，把握住一分一秒，不要让自己的生命白白流逝。

谢谢大家！

## 惜时篇演讲稿篇八

尊敬的老师，亲爱的同学：

您好！



我是初二xx班学生xxx，今天我在台上将要做的演讲是《珍惜时光》。

同学们，我们已经初二，离初中毕业就只剩下不到两年了，时间是真的很快的，总是在你不注意的时候，它就消失了。初中的时光真的很美好，初一的我们还是那样的璀璨夺目，是那样的青春活力，面对未来是那样的憧憬，这是我们这些青少年身上要去拥有读的状态。时间永远都不会等人，如果你不去珍惜，它就悄悄的离去，等你回过头去看的时候，你更多的是后悔，后悔你没有把握住时间，把握住当时美好时光。

时光匆匆，我们竟然已经度过一年的初一生活了，对于已经过去的时光，我们只能缅怀，不能再次奢望回到过去。我知道大家心中多少对于过去的初一总是有些遗憾的，就连我也是的。初二处于初一和初三的中间，是一个过渡的阶段，所以我们趁着现在时间充足，请大家把握好这段时光，不要再浪费掉了。当前的我们学习任务加重，其实时间也变得更紧凑，所以我才想请大家珍惜时间，规划好自己这一年的时间，该学习该玩耍，都去做一个时间计划，把所有的时间都抓住，不要让它从手中流走，导致后面无尽的后悔和遗憾。

现在的我们，虽然学业变多了，但是也不是没有时间去做自己喜欢的事情，所以我们就要在学习的时候兼顾个人的兴趣爱好，这其实一点也不突兀的。同学们，我们在一个班级，我们的时间是一样的，但是我们慢慢的就会产生差距，这就不太好了。我在这一学期了里，有观察到有些同学上课就睡觉，下课就只顾玩，回家作业也不赶紧做完，就直接去玩了，或者是看电视了，这些行为就是在浪费自己的时间，就是不珍惜当前的时光的行为，因此很多同学总是在抱怨没有时间，或者是抱怨时间过得好快。其实我觉得不是没有时间，也不是时间过得太快，是因为自己没有去珍惜，所以时光才对你没有一点留恋就离开了。

同学们，我初二了，离初三不远了，那么离毕业也不远了，请你们一定要珍惜自己的时间啊。大家一定要明白时光不再，一旦逝去是不会有回归的了，所以珍惜时光，就是珍惜当下的生活。

谢谢大家！