

# 最新感恩演讲稿分钟 时间的演讲稿(模板9篇)

演讲是练习普通话的好机会，特别要注意字正腔圆，断句、断词要准确，还要注意整篇讲来有抑有扬，要有快有慢，有张有弛。大家想知道怎么样才能写得一篇好的演讲稿吗？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，我们一起来看看吧。

## 感恩演讲稿分钟篇一

大家好！

同学们，什么是生活？其实人生就是一段伴随时间的旅程。在这个社会里，时间对每个人都是公平的，每个人都公平地享受时间，时间的长短对每个人都是一样的。它不会因为你是百万富翁而多给你一秒钟，也不会因为你慢拖而多等一分钟。正如民间谚语所说：“时间就像河里的水，只能流走，不能流回。”古人也用“一眨眼”来形容时间的飞逝，用“一寸黄金抵不上一寸时间”来形容时间的珍贵。

表面上看，时间好像很多。过了今天和明天，过了这一刻和下一秒，太阳每天都会正常升起，月亮每个月又圆又短。时间似乎总是这样，没有尽头。但是对于我们每个人来说，一年365天，一天86400秒，伴随着你的心跳，无论是穿衣吃饭玩耍睡觉，时间都不会停止，永远不会。还记得小时候同学唱的儿歌吗？“明日复明日，明日如此之多。明天我就活下去，留下来，一切都白费了”。不知不觉，你的人生就从青春走向青春，从青春走向成熟，走向老年。

古往今来，很多人都在评论时间，不同的人对时间有不同的定义和诠释。作家说：时间是向东流的长河，进入海洋，永不回头；医学家说：时间就是生命，珍惜一秒钟的抢救时间

就有可能挽救一条生命；教育者说：时间就是知识，你可以通过把握生活的每一点，把握尽可能多的资本去冲击未来；军事家说：时间就是胜利，把握战场上瞬息万变的瞬间，就能转化战局，化腐朽为神奇；哲学家说：时间是真理的女儿；美学家说：时间是我们对生命的希望；深圳人说：时间就是金钱。而且我想说，时间是我们的学业成绩，是我们的未来。

者争取时间；好学者挤出时间；上进者追求时间；忠诚者遵守时间；勤劳者创造时间。

所以，同学们，做聪明的人吧，做勤奋的人吧，让我珍惜时间，因为珍惜时间就是珍惜生命。人的生命只有一次，不要虚度光阴，不要因碌碌无为而悔恨。同学们，从这一刻开始，珍惜时间！

## 感恩演讲稿分钟篇二

大家好！

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。

乐观的人，喜欢描述明天的美好憧憬；悲观的人，总担心明天发生什么不测。但生命的内涵只在于今天。生命是宝贵的，它是有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，你取得了一点成绩而沾沾自喜，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。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，去实现明天崇高的理想。在这一天快要结束的时候，大家应当认真反思你在这天所得的所作所为，自己是否真正做到了珍惜时间。老师上课时，你是否因为知识枯燥难懂而放弃听课，再上自习课时，你是否因为自己意志薄弱而心不在焉？在家中做作业时，你是否禁不住电视和电脑游戏的诱惑而虚度时光，在周末，你是否因为贪玩儿而无暇顾及书本？毕业班的同学们，你们现在更应该惜时如金，认真利用现在的每一份每一秒，努力学习，以饱满的激情来迎接中考，实现自己的理想。

非毕业班的同学们，你们应当利用今天的时间认真学习科学文化知识，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！朋友们！让我们共同珍惜今天，珍惜现在的分分秒秒吧！

## 感恩演讲稿分钟篇三

大家早上好！

我今天国旗下演讲的题目是《珍惜时间》。

小时候老师有个谜语：“什么是最快最慢，最长最短，最平凡最珍贵，最容易被忽略最珍惜的东西？”年轻的我们瞪大了眼睛，不知道该如何回答。

老师一句话没说，转身在黑板上用大写字母写下：“时间”。从那以后，“时间”这个词就深深地刻在了我的心里，如此

深刻，不可磨灭。

“一寸光阴一寸金，一寸光阴难买。”几点了？农夫说：“时间就是食物”。工人们说：“时间就是财富”。士兵说：“时间就是胜利”。

我们说：“时间是进步，时间是荣誉，时间是力量。”任何工作都要及时完成，任何智慧都要及时展现，任何生命都要及时诞生，任何财富都要及时创造……珍惜时间，珍惜生命！

时间是公平的，可伸缩的。如果我们用分钟来衡量时间，我们花的时间会比那些用小时来衡量时间的人多59倍！同学们，珍惜时间，你就会赢得一切。

让我们从现在开始珍惜每一分钟，从今天开始，不要浪费别人的每一分钟，做一个守时守信的人！

我的发言到此结束，谢谢！

## 感恩演讲稿分钟篇四

时间是什么，是我人生跑道上的计时器，它非常负责，一分一秒的完成使命。“时间好比河中水，只能流去不流回”。从我出生的那一刻，我人生的计时器就开始了漫长的旅途。我听过这样一个故事，讲了两个+孪生兄弟在出生时，同时得到了一珍贵的礼物——时间。老大用功读书把握时间；老二整天玩让时间白白流走。到老了，老大干出了事业，被人尊重；老二一事无成，被人嘲笑，这个故事说明了时间的重要性。

时间的脚步匆匆，不知不觉我已踏入了中学的大门，我感觉时间过得太快，童年的乐趣我还未细细品味，便告别了童年，我渴望留住时间，但又无能为力，面对时间，我感慨万分。

我曾珍惜过时间，写作业时，我争分夺秒，认真完成作业，

做到快、齐、洁。写完后复习、预习，不让时间白白溜走。因为我珍惜时间，得到了老师的好评，好成绩令我高昂起头。

我也浪费过时间，玩起来忘记了曾经的诺言，猛回头时间已悄悄溜走，留下了许许多多的遗憾。

童年虽然快乐，但我却不能让时间倒流，别无选择地进入了中学，随着课程的增多，要学的知识很多，为此我不能有一丝一毫的放松，否则就会落在同学后面。因此时间面前没有叹息，只有紧紧抓住时间，做它的主人，才能做自己命运的主人。

## 感恩演讲稿分钟篇五

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渊源流长，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。

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。

## 感恩演讲稿分钟篇六

大家好！

小时候，我爸出去讲课时，总会提着个公文包，里面装着给学生上课的讲义，一支笔和两本自己在看的书。我在楼上看着我爸一个人走在校园里，我觉得那时候我老爸最帅了。

有时候我会偷偷溜进他讲课的教室，看着他拿着粉笔在黑板上写下漂亮的字。他的学生说他上课时总提起他女儿，我心里总是甜滋滋的，老爸在我心中就是无所不能的超人。

那时候我很小，什么都不懂，老爸总是宠着我，给我讲故事，陪我看动画片，答应一切我无理取闹的要求。而那时候我爸总是一个人，但他一个人的样子最帅，我是这么觉得。

前一阵我爸查出肠胃有点毛病，要做个小手术。本来那天是要一早就去医院的，我妈开会，我爸便一直等我到下午上课，我和他一起出门，我上课，他去医院。

我和他一路走着，没有话。一直到分岔路口，他和我说了拜拜，我不知道怎么回应他，就当拜拜了。走着走着，忽然听见老远的一声：“路上小心啊！注意安全！”我转头一看，老

爸正朝我的方向挥着手。我心里暖暖的，忍不住笑，说：“知道了！”又摆了摆手，老爸笑了起来，点了点头，转身走了。

我站在原地看他，他还是一个人，手里提着个公文包。可他变了，他头发白了，有些驼背。包里的东西已不再是讲义，而是药。不知怎的，那曾经令我无比崇拜的背影如今竟变得有些落寞。看着那陌生的背影，不知怎的，我的眼泪“唰”的落了下来。我来不及伤感，赶紧擦掉眼泪，又注视着那个背影慢慢，慢慢消失在我的视线里。这是怎么了呢？爸爸老了，不知道上面时候开始我开始叫他老爸了，不知道上面时候开始他头发上开始出现了第一根银丝，不知道什么时候开始我不再因为他要出差而调眼泪了，不知道什么时候爸爸就老了。

而我呢，我不再是那个睡觉前要爸爸讲故事的小屁孩了。我长大了，我变得出色了，我自己可以一个人完成许多事了，我学会了体谅身边的人，珍惜一些东西，学会了为人处世的道理。

时光总会在不经意间夺走你爱的人的青春，如果时间对于我来说是春天，那对于老爸来说，就是冬天。它剥夺着他是生命和青春。而我所能做的，就只有好好珍惜和他在一起的时光。

## 感恩演讲稿分钟篇七

大家好！

我是xx班的xx今天演讲的题目是《珍惜时间》。

你从未见过黄河的水如何从天堂流出，进入海洋，再也不会回来。如果你看不到高高的房间里明亮的镜子里的锁有多可爱，那就像下雪一样的日落。诗人的歌唱，伟人的教诲，哲学家的感悟. 时间啊，多少文人墨客赞美它，歌颂它！

有人把时间比作金钱，但为了表达它的珍贵，却无法凸显它的价值！钱丢了，可以换时间。然而，没有人能用钱买到时间。有人把时间比作智慧。为了表明用钱买不到，还是要努力，努力，思考，创造。然而，即使付出了这种努力，仍然不可能从魔掌中夺回时间！它太纤细了，看不见，摇摇欲坠，满天都是，但世界上所有的物质都活在它的控制之下。

“花能折，就一定要折。不要等到没有花才折。”只有善于利用时间的人才能赢！

在时间的注视下，有的人在努力，有的人在杀戮；有的人欢迎进步，有的人自我放纵；有些人浪费时间，有些人努力工作。有的人热血沸腾，生活充实；有些法华人早产，最后什么也没做。时间有一颗讲道理的心，它有一双锐利的眼睛。时间喜欢有野心，敢于与之抗衡的人；讨厌被人摆布，随波逐流，抱着今天喝醉的心态，做一个有进取心的懦夫！

我是一名小学生，马上面临中考，回顾当初自己走进校园的时候，充满了自信，也下定了决心为自己的梦想奋斗，因为我们有三年的时间，而此时还有一个月就要走出这个奋斗了三年的校园，时间如梭，岁月如流，珍惜时间，为自己的梦想插上飞翔的翅膀，在属于自己的天空中翱翔！

经历了沧海桑田的旷世巨变，我们要扬起未来的风帆，勇敢地迎向挑战，面对考验，无畏风暴，劈风逐浪。开辟一条属于自己的阳光大道，达到海岸边的天堂！

机不可失，时不等待。虽然我们欠缺了很多，尽管我们并不完美。但我们风华正茂，朝气蓬勃，我们满怀信心！我们会竭尽全力去开拓，填补缺陷！即使失意，也坦然。

年轻的一代，有愁畅，懂得缅怀，但不等于是悲观妥协，一蹶不起！朋友们，列宁曾说：“赢得了时间，就赢得了一切！”让我们都长一双透视眼，在无形中捕捉时间，同它斗

争!珍惜时间，赢得未来!

最后祝愿每位同学学习进步，祝愿老师身体健康，工作顺利!

讲话完毕，谢谢大家!

## 感恩演讲稿分钟篇八

大家好!今天我演讲的题目是《用好时间，提高效率》。

规则:

1-10题选择“是”得1分，选择“否”得0分

1. 自习课上，你是否因为借东西，找东西而浪费了不少时间?
3. 你是否经常在上上课铃声响完后才去找这节课所需的资料呢?
5. 你是否课间只顾打闹，经常上课或自习中途出去上厕所呢?
6. 课堂上，你是不是经常会走神、打瞌睡、发呆、转笔、吃东西、喝水?
9. 你是否在空堂有人进入教室的时候，总要不自觉的抬头看看是谁?
10. 你是否经常会把本该当天解决的问题留到以后再解决，使问题积累?
11. 早晚读时，你是否会认真的读书并有意识的完成背诵任务呢?
12. 你尝试过用做操排队的时间去做些有意义的事情吗?

统计结果显示，5-9分的同学占84%，1-4分和10-12分的各

占8%。得分低的大部分为尖子生，高的为相对成绩落后的，中间占多数。说明了真正用好点滴时间高效学习的学生为数不多，也说明了好学生珍惜日常学习中的一分一秒。

同学们，用好学习时间，提高学习效率，是我们的重中之重。人活到100岁，也只有36500天，而我们高中三年仅有1095天的学习时间。试想，如果我们每节课浪费5分钟，那么3年下来，就会浪费71175分钟。可见，珍惜点滴时间是多么重要啊。在忻州一中学习的3年，对每个人而言，时间总量是相等的，就看你怎么使用了。上帝是公平的，给每个人的时间都一样。高考的游戏规则是：想要比别人考的好，就必须比别人付出的多。高中学习是一个不断积累的过程，只有付出每分每秒的辛苦，才能收获一点一滴的成功。合理利用时间，可以让有效时间增加；浪费时间，必然让有效时间缩短。为此，我们必须合理排列学习内容的顺序并排除一切干扰，才能让每时每刻的效率最大化。如果每位同学都能在周末多腾出1小时自习，每天多15分钟背诵时间，3年下来，我们挤出的有效学习时间就多了70天；浪费时间的人与我们相比，就少了近80天在校学习时间。

想要在有限的学习时间创造学习效益，必须要根据自己的实际情况，正确定位自己的奋斗目标，合理安排时间，制定清晰的学习计划，并在规定时间内持之以恒的督促自己落实。首先，高效率学习的根本就是要提高自学能力、阅读能力、书写能力、创设情景能力、总结反思能力等。其次，高效率学习还要求我们在课上要根据预习案倾听老师的点拨与讲解；课后，要结合自己的问题查漏补缺，预先设定好请教老师的问题。一个有效学习的同学，一定是做到了主次分明、详略得当、循序渐进。合理利用时间，提高学习效率，还要求我们把握好自己的学习状态，当你处于灰心丧气、焦虑不安、精疲力竭的状态与处于信心百倍、激情满怀的状态时，你一定会觉得两种不同的状态所创造的效率是截然不同的。

同学们，让我们携起手来，互帮互助，互促共进，人人都用

好有限的时间，创造出更高的学习效率。播种习惯，收获人生！

## 感恩演讲稿分钟篇九

大家好！

“滴答！滴答！”我坚信，全世界所有的人都知道这是闹钟转动所发出的声音，可全世界又有多少人知道这是“时间老人”对我们发出的警告，是“时间老人”在煞费苦心的告诉我们应该珍惜时间。人这一生，没有多少个滴答声；没有多少个24小时；没有多少个十年。所以，一定要珍惜眼前的一切。

上课的四十分钟，虽没有早晨那么重要，可也值得人珍惜，因为如果你想要一个好成绩来报答父母的话，必须好好把握这来之不易的四十分钟。

下课的十分钟，想必是大家最喜欢的了。这十分钟，看似是在玩闹，实际上，他是在帮你把你紧张的大脑放松，可以更好更快的吸收上课时所得到的精华。

人的这一生，真的如小沈阳所说“眼睛一闭一睁，一天就过去了，眼睛一闭不睁，一辈子就过去了。”我是多么的希望所有同学都好好珍惜时间，认真学习。

时间老人是公平的，时间的快慢掌握在自己手中，而真正懂得这其中韵味的，只有会惜时的人。

我的演讲完了，谢谢大家！