# 2024年把握时间演讲稿(模板11篇)

来源：网络 作者：明月清风 更新时间：2024-08-17

*使用正确的写作思路书写演讲稿会更加事半功倍。在日常生活和工作中，能够利用到演讲稿的场合越来越多。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？那么下面我就给大家讲一讲演讲稿怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。把握时间演讲稿篇一亲爱的老师，同学们：大家...*

使用正确的写作思路书写演讲稿会更加事半功倍。在日常生活和工作中，能够利用到演讲稿的场合越来越多。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？那么下面我就给大家讲一讲演讲稿怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

**把握时间演讲稿篇一**

亲爱的老师，同学们：

大家好!

时间总是悄悄的消失，它就像是一个顽皮的小孩子，一眨眼就不见了，又像是一个无形当中推动我们前行的手，随着时间的过去，我们也在慢慢的长大，所以时间转瞬即逝，像烟花的摧残，在天空中绽放出自己的光彩之后就消失了，时间也是一样，时间过去之后，留给我们的就只是回忆，只是我们脑海当中的记忆，所以不管是现在还是将来，我们都要把握自己的时间，将时间都用在有意义的事情上，将自己的时间都紧紧地掌握在自己的手上，为了不让自己的时间就这样白白的浪费了，我们更要对自己所做的事情有一个好的计划和反向，不管是在学习上还是在生活当中，我们都要认真的过好自己的每一分每一秒，珍惜时间，把握住自己的时间。

高中三年的时间也过的非常的快的，我们不要总是想着自己还有多久的时间，总觉得时间还很长，但是一旦过来的时候，当时间过去的时候我们就会感叹时间的飞快，所以我们也要将现在的\'时间珍惜好，高一的学生，虽说你们才刚刚进入到高中的校园生活，但是你们也要抓紧好现在的时间，打下一个好的基础，更好的适应到自己新的学校和生活当中来，更是对于自己的学习也要有一个明确的目标和方向，只有当自己所期待的和向往的是自己内心最想要的，我们才会去愿意付出自己的行动和努力，所以在高一的时候我们就要奠定一个牢固的基础，抓紧时间，做好自己。高二的学生，你们马上就要进入到高中的毕业会考了，不仅仅要准备毕业会考的考试，还要准备自己高二的学习，高二也是自己最后一年的高中的新知识的学习，所以高二的时间对于所有的高二学子都是非常的重要的，所以也正是因为这样，才更加的要把握现在的时间，我们的学习和生活都要一点一点的变得更加的优秀。对于高三的学子来说，时间就感觉更加的尤为重要了，高三一整个学年都是在与时间赛跑，在迎接高考到来的路上，也非常紧张和重要，我们的备考也是自己高考能否取得优异的成绩的最为重要的步骤，所以我们更加的需要珍惜时间，利用好自己一切的时间。

不管我们现在是高几，也不管是现在还是将来，我们都要对时间有一个新的意识，意识到时间的重要，意识到时间的飞快，做到珍惜时间，把握一切宝贵的时间。

**把握时间演讲稿篇二**

生命是短暂的，因为它自从降生之时就遭受着时间的“盘剥”。时间就像是恣意的魔鬼，无情地“牵引”着生命一步步走向灭亡。但是，在时间面前，人类并不是无能为力的。为了让有限的生命发挥更大的潜能，人们常常和时间赛跑，争做时间的主人。

记得鲁迅先生曾说过：“时间就像海绵里的水，只要愿挤，总还是有的。”正是凭着这“挤”的精神，鲁迅先生才得以在短暂的生命里进行大量的文学创作活动，对中国革命做出了不朽的贡献，为人类文化留下了辉煌的篇章。法国著名作家巴尔扎克的生命仅仅延续了五十几个年头，但他却为后世留下文学巨著《人间喜剧》，内中作品多达90多部!伟大的发明家爱迪生一生共有xx多项发明，他为人类文明发展所做出的贡献功不可没。这些成绩的取得固然与伟人们的天赋息息相关，但是，假如这些人是不懂得把握时间的人，他们还能取得如此辉煌的成就吗?时间压制不了勤奋者的天才，在这些人面前，它的魔法无处施展，而只能俯首称臣，甘拜下风。

历史造就了一批如此优秀的人物，他们的精神光照千古。我们这些跨世纪的青年，要想为人类的文明进步做出更大的贡献，就应当汲取前人优良的传统，把握时间，做时间的主人!

每当我们谈及自己的理想、抱负的时候，脸上总会充满自信的微笑，那是对未来的憧憬。同学们编织的梦想都很美好：有的想成为一名科学家，为祖国的科技事业贡献一份力量;有的想成为一名医生，致力于人类的健康事业;有的想当一名记者;还有的想做一名光荣的人民教师……可是，理想只是美丽而缥缈的终点线，只有冲向终点的行动才是最难能可贵的。这行动，来源于惜时如金的人生态度，来源于对时间勇敢挑战的精神。

亲爱的同学们，假如你想成为科学家，假如你想成为文学家，假如你想成为企业家……假如你想为自己的理想去奋斗的话，那么，请你珍视时间，力争做时间的主人吧!

**把握时间演讲稿篇三**

大家好!

今天，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，让老师总管纪律，导致老师不能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;在家的时候，一边写作业还边看电视，玩些游戏，干一些不应该干的事;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大量宝贵的时间……。也许大家都认为这些是小事情，但是时间就在这一点一滴中浪费了。

今天，我想告诉大家一个真实的故事。鲁迅大家都知道，但你们知道鲁迅成功的秘诀吗?鲁迅成功的秘诀就是珍惜时间。鲁迅十二岁在绍兴城读私熟的时候，父亲正患着重病，两个弟弟年纪尚幼，鲁迅不仅经常上当铺，跑药店，还得帮助母亲做家务;为了不影响学业，他必须作好精确的时间安排。此后，鲁迅几乎每天都在挤时间。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，实在非常重要，他每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。”因此，鲁迅最讨厌那些“成天东家跑跑，西家坐坐，说长道短”的人。鲁迅因为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!我真切地希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“少壮不努力，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!

谢谢大家!

**把握时间演讲稿篇四**

大家好！

古人云：“少壮不努力，老大徒伤悲”，“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴”，说明时间非常重要，是我们的资本和财富。时间对于每个人都是公平的，一天24小时，陪伴我们度过每一天。

优秀的人之所以优秀，是因为相同时间内做出更多高效率的事。

为什么不同的人做同样的事，效率会参差不齐？

因为对时间的规划不同，得出的结果自然有异。先理清条理，分清轻重，才能事半功倍。

有些人的人生为什么会没有意义呢？

时间是有限的，在历史的长河中我们只是沧海一粟。

那该怎样实现人生价值，活出人生精彩？

就需要在有限的生命中发挥的努力，合理的去安排时间，规划好利用好时间。

时间不会因为我们驻足，它无法收藏，更不能用金钱购买。对于成功人士，时间过的快，必须分秒必争；对于好吃懒做的人，时间过的慢而显枯燥。其实算起来，除了吃饭睡觉和其他一些日常消遣，我们真正用来创造价值的时间并不是很多，我们须紧紧的抓住这所剩无几的时间。

鲁迅曾说过：时间是组成生命的材料，浪费别人的时间无异于谋财害命。

所以，不要浪费一分一秒，更不要因为你而浪费别人的时间。

朋友们，就趁现在年轻，争分夺秒，认真做好每一件事，每一个环节，每一个动作，为我们以后的成功打下坚实的基础，让生活变得更充实。“昨日之日不可留”，让我们好好把握今天的时间，明天将充满希望！

**把握时间演讲稿篇五**

古人云：“少壮不努力，老大徒伤悲”，“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴”，说明时间非常重要，是我们最大的资本和财富。时间对于每个人都是公平的，一天24小时，陪伴我们度过每一天。

优秀的人之所以优秀，是因为相同时间内做出更多高效率的事。

问

为什么不同的人做同样的事，效率会参差不齐？

答

因为对时间的\'规划不同，得出的结果自然有异。先理清条理，分清轻重，才能事半功倍。

有些人的人生为什么会没有意义呢？

因为，有的人一天到晚忙忙碌碌，毫无目标；有的人抓不住重点，有头无尾；有的人则沉浸于纸醉金迷，虚度年华。

时间是有限的，在历史的长河中我们只是沧海一粟。

那该怎样实现人生价值，活出人生精彩？

就需要在有限的生命中发挥最大的努力，合理的去安排时间，规划好利用好时间。

时间不会因为我们驻足，它无法收藏，更不能用金钱购买。对于成功人士，时间过的快，必须分秒必争；对于好吃懒做的人，时间过的慢而显枯燥。其实算起来，除了吃饭睡觉和其他一些日常消遣，我们真正用来创造价值的时间并不是很多，我们须紧紧的抓住这所剩无几的时间。

鲁迅曾说过：时间是组成生命的材料，浪费别人的时间无异于谋财害命。

所以，不要浪费一分一秒，更不要因为你而浪费别人的时间。

朋友们，就趁现在年轻，争分夺秒，认真做好每一件事，每一个环节，每一个动作，为我们以后的成功打下坚实的基础，让生活变得更充实。“昨日之日不可留”，让我们好好把握今天的时间，明天将充满希望！

**把握时间演讲稿篇六**

亲爱的老师、同学们：

大家好！

人的一生需要有种力量来鞭策自己，来激励自己，这也就是座右铭。我也有一个座右铭：黑发不知勤学早，白首方悔。这句话的意思是：少壮的时候不知道学习的重要性，到了老的时候才知道后悔。

我这儿有一个小故事，可以说明学习的重要性。一天，上帝在街道上散步，看见有一个老乞丐伸手在跟他乞讨。上帝便与他开始了一番交谈，从中得知原来这位老乞丐因年幼无知，不知道学习的重要性，把学习抛到了脑后，所以才落下这个田地。于是，上帝给了他一次重新学习的机会。第二天，变成小男孩的老乞丐，背着书包和同学们一同上学去了。他看见有同学在玩玻璃球，便忍不住扔下书包跑过去凑热闹。光阴似箭，小男孩又变成了一个白发苍苍的老乞丐，他又一次遇见了上帝。上帝气愤地对他说：“你这个无耻之徒，我给了你一次重新学习的机会，你却让它从你身边悄悄的溜走，你太让我失望了！”乞丐听了上帝的话，流下了悔恨的眼泪。

由座右铭想起的这个故事告诫我们：要珍惜“清晨”，不要等到“夜晚”来临，才知道“光明”是多么的可贵。时间是自私的`，它不会慷慨的施舍给不珍惜它的人；时间又是大方的，它会毫无保留的将荣耀献给珍惜它的人。

**把握时间演讲稿篇七**

同学们：

大家好!

今天，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，让老师总管纪律，导致老师不能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，一边写作业还边看电视，玩些游戏，干一些不应该干的事;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大量宝贵的时间……也许大家都认为这些是小事情，但是时间就在这一点一滴中浪费了。

今天，我想告诉大家一个真实的故事。鲁迅大家都知道，但你们知道鲁迅成功的秘诀吗?鲁迅成功的秘诀就是珍惜时间。鲁迅十二岁在绍兴城读私熟的时候，父亲正患着重病，两个弟弟年纪尚幼，鲁迅不仅经常上当铺，跑药店，还得帮助母亲做家务;为了不影响学业，他必须作好精确的时间安排。此后，鲁迅几乎每天都在挤时间。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，实在非常重要，他每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。”因此，鲁迅最讨厌那些“成天东家跑跑，西家坐坐，说长道短”的人。鲁迅因为珍惜时间而取得了成功，成为一代大文豪!\"一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。\"的道理人人都懂，可为什么还有人虚掷光阴、荒废生命。现在许多青年人，找不到工作，就天天在外面喝酒寻乐，或是呆在家里无所事事，明明已经成年，还是给父母增加了许多负担，这些人一不小心就掉进了犯罪的深渊，成为社会的\"危险人群\"。这些人往往有一种\"明天再说\"的想法，认为自己现在还年轻，先尽情享乐，过几年再考虑工作。最终明日复明日，明日成蹉跎。一个\"今天\"值两个\"明天\"，当日事当日做，把什么事都放到明天的人，最终什么事都干不成。

有时我总会抱怨时间不够用，许多要干的\'事都没有干，但是真的怪时间吗?它就像海绵里的水，只要愿挤，总还是有的。归根结底是自己不抓紧它，杰弗逊说得好：\"从不浪费时间的人，没有工夫抱怨时间不够。\"当你愁眉不展的时候，时间从你的抱怨中跳过，我很欣赏朱自清先生在《匆匆》里对时间的这一说法。时间就像铁面无私不动感情的一个老人，不会因你的任何举动停住脚步，它只会对你的虚度光阴抱以轻蔑的一笑，然后轻轻越过。

对一个人来说，时间就是生命，时间有限，当失去它时，生命也走到了尽头。你是想把它当作日历一天天撕去，到最后只留下一个生了锈的日历夹吗?人活着是要实现价值的，为什么有些人生命的价值大、有些人生命的价值小呢?仔细看一看吧，他们的一生都做了什么。有些人的一生在不断完成那些有意义的事，那么他的价值在学习工作中就体现出来了，只有做的事越多，做的越好，生命的价值就越大;反之，一个人不断地浪费时间，他的生命价值就会少得可怜。

你热爱生命吗?那么就请珍惜时间，因为时间是组成生命的材料。

**把握时间演讲稿篇八**

亲爱的老师、同学们：

大家好!今天我的`国旗下讲话题目是《珍惜时间》。

也有人把时间比作智慧，来说明时间是金钱买不来的。它还需要经过努力、拼搏、思索、创造······但，即便费了这番心思，又有谁能从魔掌中夺回时间呢?它太是飘渺!无影无形，而又漫天飘摇，世间万物只能看着它流逝，流逝，而又无可奈何。

“花开堪折直须折，莫待无花空折枝”。只有善于使用时间，才能赢得最后的胜利!

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，有人华发早生，无为而终。

时间有一颗明事理、辨黑白的心，有一双雪亮的眼睛。时间喜欢有志气，敢和它竞争的人，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!

“劝君莫惜金缕衣，劝君惜取少年时”，愿青春之江河滚滚奔向大海，愿百花年年开不败!经历了沧海桑田的旷世巨变，我们要扬起未来的风帆，勇敢的迎向挑战，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，达到海岸边的理想天堂!

机不可失，时不再来!尽管我们欠缺很多，尽管我们并不完美，但我们风华正茂，朝气蓬勃!我们竭尽全力，信心满怀!

列宁说过：“赢得了时间就赢得了一切!”让我们都长一双透视之眼，在无形中捕捉时间，同它斗争!牢牢把握每一时刻，共同努力，共创辉煌!

谢谢大家!

**把握时间演讲稿篇九**

古人云：“少壮不努力，老大徒伤悲”，“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴”，说明时间非常重要，是我们最大的资本和财富。时间对于每个人都是公平的，一天24小时，陪伴我们度过每一天。

优秀的人之所以优秀，是因为相同时间内做出更多高效率的事。

为什么不同的人做同样的事，效率会参差不齐?

因为对时间的规划不同，得出的结果自然有异。先理清条理，分清轻重，才能事半功倍。

有些人的人生为什么会没有意义呢?

时间是有限的，在历史的长河中我们只是沧海一粟。

那该怎样实现人生价值，活出人生精彩?

就需要在有限的生命中发挥最大的努力，合理的去安排时间，规划好利用好时间。

时间不会因为我们驻足，它无法收藏，更不能用金钱购买。对于成功人士，时间过的快，必须分秒必争;对于好吃懒做的人，时间过的慢而显枯燥。其实算起来，除了吃饭睡觉和其他一些日常消遣，我们真正用来创造价值的时间并不是很多，我们须紧紧的抓住这所剩无几的时间。

鲁迅曾说过：时间是组成生命的材料，浪费别人的时间无异于谋财害命。

所以，不要浪费一分一秒，更不要因为你而浪费别人的时间。

朋友们，就趁现在年轻，争分夺秒，认真做好每一件事，每一个环节，每一个动作，为我们以后的成功打下坚实的基础，让生活变得更充实。“昨日之日不可留”，让我们好好把握今天的时间，明天将充满希望!

我的演讲完毕，谢谢大家!

**把握时间演讲稿篇十**

生命是短暂的，因为它自从降生之时就遭受着时间的“盘剥”。时间就像是恣意的魔鬼，无情地“牵引”着生命一步步走向灭亡。但是，在时间面前，人类并不是无能为力的。为了让有限的生命发挥更大的潜能，人们常常和时间赛跑，争做时间的主人。

记得鲁迅先生曾说过：“时间就像海绵里的水，只要愿挤，总还是有的。”正是凭着这“挤”的精神，鲁迅先生才得以在短暂的生命里进行大量的文学创作活动，对中国革命做出了不朽的贡献，为人类文化留下了辉煌的篇章。法国著名作家巴尔扎克的生命仅仅延续了五十几个年头，但他却为后世留下文学巨著《人间喜剧》，内中作品多达90多部!伟大的发明家爱迪生一生共有xx多项发明，他为人类文明发展所做出的贡献功不可没。这些成绩的取得固然与伟人们的天赋息息相关，但是，假如这些人是不懂得把握时间的人，他们还能取得如此辉煌的成就吗?时间压制不了勤奋者的天才，在这些人面前，它的魔法无处施展，而只能俯首称臣，甘拜下风。

历史造就了一批如此优秀的人物，他们的精神光照千古。我们这些跨世纪的青年，要想为人类的文明进步做出更大的贡献，就应当汲取前人优良的传统，把握时间，做时间的主人!

每当我们谈及自己的理想、抱负的时候，脸上总会充满自信的微笑，那是对未来的憧憬。同学们编织的梦想都很美好：有的想成为一名科学家，为祖国的科技事业贡献一份力量;有的想成为一名医生，致力于人类的健康事业;有的想当一名记者;还有的想做一名光荣的\'人民教师……可是，理想只是美丽而缥缈的终点线，只有冲向终点的行动才是最难能可贵的。这行动，xx于惜时如金的人生态度，xx于对时间勇敢挑战的精神。

珍惜时间，把握时间，和时间进行勇敢的拼搏，只有这样，崇高理想才可能得以实现，美梦才可成真。如果只是编织了美好的理想，却又整日懒懒散散，任由时间白白地从手中溜走，那么，即使你的天分再好，理想再美，最终也将一事无成。试想，假如不是对时间分秒必争，居里夫人还能发现当今核工业的重要原料——铀元素吗?假如牛顿不是整日泡在实验室里，他能归结出举世闻名的三大定律吗?假如没有千万个日夜的苦苦思索，华罗庚还能成为数学界的一代名人吗?亲爱的同学们，假如你想成为科学家，假如你想成为文学家，假如你想成为企业家……假如你想为自己的理想去奋斗的话，那么，请你珍视时间，力争做时间的主人吧!

**把握时间演讲稿篇十一**

时间是万事万物不断变化的根源。如果时间停止，宇宙中的一切将处于静止状态。时间静止几乎是不可能的。

时间是最长的。它的总体无始无终。星系崩溃成星云，地球出现了江河，大地萌发了生命，原始森林里走出了人类，时间依然年轻。

时间又是最短的。此时此刻，我们看了几行字，一分钟便消失了。吸一口气，又花了2秒钟。时间也是最公正无私的。它对整个人类亲如儿女。无论是谁，每天都有24小时，它不为人们的喜爱而延长，也不为你的厌倦而缩短。

时间亦是无价的，有人想买时间，尽管他是世界首富，也买不来。

我们的时间很珍贵。一个人要是十分懒惰，就是在浪费时间，也就是在浪费自己的生命。著名作家鲁迅先生曾经说过：时间是组成生命的材料，浪费别人的时间无异于谋财害命。所以我们做任何事情，都必须认认真真，不要浪费自己的一分一秒，更不要浪费别人的时间。我们与别人一旦约好时间，就要准时。要不然既浪费了你自己的时间，也让别人的时间做了陪葬品。我们的时间都是应该来做一些有意义的事，比如看书增长知识，运动强身健体等等，而不是虚度光阴。

“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴短短人生也只不过数十载，一个人的时间是要靠自己来决定做什么，所以每个人都要把握好自己的时间。我们一定要记住一句话：时间是人最大的成本，同样也是每个人的资本和财富。我们要好好的利用这笔财富，而不是毫无限制地挥霍。”赶快趁现在还有机会的时间回过头吧！让我们一起把握时间，一起创造世界更大片得未来！

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn