# 珍惜时间演讲稿 珍惜时间演讲稿珍惜时间(模板10篇)

来源：网络 作者：紫云轻舞 更新时间：2024-04-24

*演讲稿要求内容充实，条理清楚，重点突出。在社会发展不断提速的今天，演讲稿在我们的视野里出现的频率越来越高。优质的演讲稿该怎么样去写呢？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。珍惜时间演讲稿篇一尊敬的教师，亲爱的同学...*

演讲稿要求内容充实，条理清楚，重点突出。在社会发展不断提速的今天，演讲稿在我们的视野里出现的频率越来越高。优质的演讲稿该怎么样去写呢？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。

**珍惜时间演讲稿篇一**

尊敬的教师，亲爱的同学们：

大家早上好!今日我演讲的题目是珍惜时间。

时间，它是人们生命中的匆匆过客，往往在我们不知不觉中，他便悄然而去，不留下一丝痕迹。人们常常在他逝去后，才渐渐发觉，留给自我的时间已经所剩无几。也正是如此，才有了古人一声叹息:少壮不努力，老大徒伤悲。

时间流逝的无影无综，去的快，来的也快。而能否把握时间，做时间的主人往往决定着一个人一生的命运。陶渊明说过:盛年不重来，一日难再晨。及时当勉励，岁月不待人。人生短短数十秋，想要在如此短的时间内，取得成功，登上人生的顶峰，谈何容易。也正因为如此，珍惜时间就显得异常的重要。每个成功人士的背后往往有个珍惜时间的故事。

以前，我对时间根本不在乎。妈妈平时总是教育我要珍惜时间，她说:“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。时间十分宝贵，你此刻应当勤奋学习才能取得好成绩。”可是我总是把它当作耳边风，左耳进右耳出，不一会儿就烟消云散了。我做作业时可“忙”了。东瞧瞧西瞧瞧，一边哼着歌一边做作业，并且字写得是“龙飞凤舞”。有时小伙伴来找我，我就把作业一推，一会儿就没人影了，玩够了才回来做作业。可是，一件突如其来的事使我改变了对时间看法。

只要我门学会利用和珍惜时间了，尽管在一小时里珍惜了一分钟都是有用的，你想啊，一分钟确实做不了什么事情的，可是10个小时那就有10分钟了，100个小时里就有100分钟了啊，所珍惜的100分钟能够做多少事情了啊!

所以珍惜时间吧，珍惜时间，也就是珍惜生命。充分利用命运给我们的每一分钟，每一秒。不要成为时间的奴隶，做时间的主人。祝同学们将来都能成为成功人士。多谢大家!我的演讲完了!

**珍惜时间演讲稿篇二**

亲爱的同学们：

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，寸金难买！”人生最大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。比如上课时，老师不认真听讲，让老师无法完成当天的教学内容，浪费了自己的时间。

也浪费了老师和其他学生的时间；中午管理班不做作业，和同学聊天，玩一些小玩具，做一些不该做的事情；有些学生痴迷于电子游戏。适当地玩电子游戏对我们的智力有益。

但是迷恋电子游戏会浪费很多宝贵的时间？也许，所有人都认为这些都是小事，但时间只是在八卦之间，一个人走神的时候，一个接一个的电子游戏就轻轻而迅速的从我们指尖溜走。

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。

鲁迅十二岁在绍兴市读私塾时，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。

但我觉得：时间就是生命。所以鲁迅讨厌那些“整天东奔西跑，坐在西天的人，说长道短的人。

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！而是成为祖国栋梁之材的骄傲与自豪！

谢谢大家！

**珍惜时间演讲稿篇三**

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，干一些不就应干的事；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熟的时候，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！

**珍惜时间演讲稿篇四**

亲爱的老师、同学们：

大家好！

“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。”古人就已经认识到珍惜时间的重要性，可我们这些人却只会虚度时光。许多名人也和很爱惜时间，他们心中的“一日”：

唐代诗人贾岛这样勉励自己：“一日不做诗，心源如废井。”清代康熙皇帝的座右铭是：“无一日不写字，无一日不读书。”画家齐白石的条幅是：“不教一日闲过。”音乐家贝多芬的信条是：“无一日不动笔。”美国创造工程学字奥斯本的座右铭是：“日行一创。”这些名人真是惜时如金，甚至把工作看得比生命更重要。

我们应该珍惜时间，但惜时也应该注意休息。人的身体都有一定的承受力，超过这个承受能力，人的学习、工作的效率会下降，而且还会伤及自己的身体。因此我们提倡惜时，但同时要注意适当的休息，只有休息好了，人的学习、工作效率才会提高，才能真正做到惜时。

我们提倡惜时如金，但有些时是惜不得的，比如打游戏。有的同学放学就抓紧时间往游戏厅跑，然后就是“争分夺秒”地玩儿游戏，有时连饭都顾不得吃。对这种“时间”“珍惜”的结果最终只能是害了自己。因此惜时也应分清惜时的对象。

惜时虽然是好事，惜时虽然与惜金同样重要，但我们仍要注意休息，看清对象。

**珍惜时间演讲稿篇五**

君不见黄河之水天上来，奔流到海不复回。诗人的高歌，伟人的教诲，哲人的感慨……时间，曾有多少文人墨客为它赞美，为它歌颂!

记得一位教师曾说过一句意味深长的话：“小闲小累，大闲大累。”当时觉得这位教师太抠门儿，可是，当临到返校而没完成作业时，兴许会感叹光阴似箭。的确，时间是面具的天敌，但不要说期望渺茫，不要说梦想虚无，因为我们拥有青春。

我们心比天高，命如纸薄，以致于从不相信什么是失败。因为我们崇尚自由，为自由活着的人就是为自我活着。我们不需要任何理由，总觉得自我的生活应是一道无拘无束的风景，是一段简便惬意的旅程;因为我们守望梦想，我们总用一些委婉的话来迷惑自我，无论在风沙漠漠的时候，还是在秋凉如霜的季节，我们偎着梦想，和梦想一齐守望阳光，守望春天，请相信，也许是今日，也许是明天，奇迹就会出现。是呀!也许立刻立刻，你的面前就会出现王子或公主，这可能吗可我们依旧“守望”以致于出现了许多年轻空想家。有时我真佩服我们的想象力，有时我也担心我们是否会被虚幻虏走。为什么是“守望”而不是“追求”呢我曾企盼时间能够走得慢些，可它偏不，我感觉抓住了它，它却从指缝间往下淌。

三

毛曾说

：当我们30岁的时候怀念20岁生日，50岁的时候，30岁的生日，当我们99岁的时候，想起此生如此平安度过，会不由得像一个没被捉到的贼一样嘿嘿偷笑。可是三毛没想到，等我们笑完了，总也会被逮住，于是她就乖乖自首了。我可没这般傻，你捉我逃，匆匆亦是匆匆，等我喘口气，再偷笑几声，我们继续玩儿，时间追，匆匆追，人生追，我伏哉游哉地在它们之间闲逛。朋友们，请绷紧肌肉与时间赛跑吧!让我们超越时间、战胜时间，要明白实现梦想要靠点点滴滴的积累。就像名言中说的那样!“千年成就瞬间，瞬间定格千年”期望大家珍惜时间，努力学习。

有人把时间比作金钱，为了言及它的珍贵，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，是在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幸福，活得鲜明!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。有人把时间比作智慧，为了说明它是用金钱买不来的，还需经过努力，拼搏、思索、创造……但，即便费了这番心思，仍旧无能由魔掌中夺回时间!“花开堪折则须折，莫待无花空折枝。”仅有善于用时者，才能取得胜利!

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;也有人白发早生，无为而终。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!

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!我们把握每个时间，将它紧紧抓牢，共创辉煌!

**珍惜时间演讲稿篇六**

敬爱的老师们，亲爱的同学们：

你们好!

今天我国旗下讲话的题目是《我们要珍惜时间》。同学们，你们知道吗?世界上有这样一种东西，既看不见的，又摸不着;既是最多的，又是最少的;既是最长的，又是最短的;既是最平常的，又是最珍贵的。它是什么?它就是时间。

有人把时间比作金钱，那是因为它的珍贵。的确，时间的流速真令人难以估计，无法形容。树枯了，有再青的机会;花谢了，有再开的时候;燕子去了，有再回来的时刻;然而，人的生命要是结束了，用完了自己有限的时间，就再也没有复活，挽救的机会了。正如“花有再开日，人无再少年”。时间就这样一步一步，永不返回。古往今来，有多少文人圣贤视时间如生命、财富。我们敬爱的周总理经常是：三更未睡五更起，他认为珍惜时间就等于延长生命;身残志坚的张海迪，凭着惜时如金、不断进取的精神，在与时间的赛跑中实现了自己人生的价值。

然而，在我们的身边，却有许多的同学在消磨时间，虚度年华，逐流随波，同学们，你们知道吗?当你在洗手的时候，日子从水盆里过去;吃饭的时候，日子从饭碗里过去;同学们，再过几天就是20xx年了，我们生命的年轮又多了一圈。当“神舟六号”进入太空寻觅神奇时，同学们我们怎么办?我们应该知道时间是公平的，它给每个人一天都是24小时，就看你怎么去对待它。时间给勤勉的人带来智慧和力量，给懒散的人只能留下悔恨。同学们，只有珍惜时间，我们才能掌握更丰富的知识，迎接未来的挑战;只有珍惜时间我们的生命才能绚丽多彩;只有珍惜时间，我们才能拥有美好的未来。

**珍惜时间演讲稿篇七**

时间——世界上最快、最慢、最长、最短、最平凡、最珍贵、最容易忽视、最后悔的东西。一步，一步，一步，走了多远，永不停留，过了秒、分、小时、天，堆积成了周、月、年、辈。

高尔基这样说。“时间是最公平合理的，不给任何人一分钱。勤奋的人可以呼唤时间，留下一朵果实，懒惰的人把时间变成一只白发和双手空空如也。”我们不能让时间停留，但可以时时刻刻做有益的事情。

东汉文学家崔元，官至齐北相。他担任40多岁的郡吏时不幸因事件被捕入狱。当狱卒被告知精通《礼》学校时，当狱卒审问时，他趁机询问相关问题。他对学习的这种精神为我们每个人树立了榜样。

时间是生命的单位，有些人经常利用同样的时间做比别人多的事情。美国伟大发明家爱迪生一生献身工作，成为xx发明很多的发明大王。他79岁生日骄傲地宣布。“按普通人的工作量计算，我已经135岁了。”“一英寸的时间是一英寸的黄金，一英寸的黄金很难买到一英寸的时间。”道理谁都懂，但为什么还有人浪费时间，浪费生命。

现在很多青年找不到工作，每天在外面喝酒享受，或者在家无所事事，明明已经成年了，或者给父母增加了很多负担，他们不加注意地陷入了犯罪的深渊，成为了社会的“危险人群”。这些人经常有“明天再说”的想法，自己还年轻，先尽情享受，几年后再考虑工作。最终明天再到明天，明天就会盛况空前。“这一天”有两个“明天”的价值，那一天做，一切都放在明天的人，最终什么事都做不了。

有时我总是抱怨时间不够要做的事情不多。但是真的是奇怪的时间吗？它就像海绵里的水想编织的话总是有的。(威廉·莎士比亚，哈姆雷特，时间)最终是自我不紧紧抓住它。杰斐逊说：“不浪费时间的人没有时间抱怨时间不够。”你皱眉的时候，时间在你的抱怨中跳过，我很喜欢朱自清老师在《匆匆》上说的关于时间的话。时间就像老人，除非铁面无私地动感情。你的任何行动都不会停下脚步。它只会在你虚度的岁月里带着轻蔑的微笑轻轻越过。时间对一个人来说，时间就是生命，时间是有限的。失去它，生命也就结束了。(萧伯纳时间)。

价值很大，有些人生命的价值很小。仔细看看。看看他们这辈子都做了什么。有些人的一生都在不断地完成有益的事情。那么他的价值在学习工作中体现出来。做得越多，做得越好，生命的价值就越大。相反，如果一个人不断地浪费时间，他的生命价值就会可怜地减少。你热爱生命吗？那么请珍惜时间。因为时间是构成生命的材料。

**珍惜时间演讲稿篇八**

同学们：

大家好!这天，我想说说珍惜时刻的问题，时刻是最宝贵的东西，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。

这些是小事情，但是时刻就在这一点一滴中浪费了。

我想：时刻就是生命。”因此，鲁迅最厌恶那些“成天东家跑跑，西家坐坐，说长道短”的人。鲁迅正因珍惜时刻而取得了成功，成为一代大文豪!

是我成为祖国栋梁之材的骄傲与自豪!

谢谢大家!

**珍惜时间演讲稿篇九**

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家好！我所演讲的主题是《珍惜时间》。君不见黄河之水天上来，奔流到海不复回。君不见高堂明镜悲白发，朝如青丝暮如雪。诗人的高歌，伟人的教诲，哲人的感慨……时间，曾有多少文人墨客为它赞美，为它歌颂！有人把时间比作金钱，为了言极它的珍贵，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，是在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？还在于活得幸福，活得鲜明！金钱失去，可以由时间换回，然而，却从来没有人能用金钱买到时间。有人把时间比作智慧，为了说明它是用金钱买不来的，还需经过努力，拼搏、思索、创造……但，即便费了这番心思，仍旧无能由魔掌中夺回时间！它太渺茫了，无影无形，漫天飘摇，可世间一切物质却又无一不是在它的控制下生存。

日重复碌碌的衰败，不仅是对自己的不负责任，也辜负了所有寄予期望的人！亵渎了时间，负了它的债，就将受到它的严惩！“劝君莫惜金缕衣，劝君惜取少年时。”愿青春江河滚滚奔向大海，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，在无形中捕促时间，同它斗争！

我们把握每个时刻，将它紧紧抓牢，共创辉煌！谢谢，谢谢大家！

**珍惜时间演讲稿篇十**

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家好!大家好!今天我要演讲的题目是《珍惜时间》。

燕子去了，有再来的时候;花儿谢了，有再开的时候;树木枯了，有再青的时候;可时间却如滚滚长江东逝水，奔流到海不复回。时间是何等重要，所以我们要珍惜时间。

时间是人类的财富，是全部财富，正如时间是国家的财富一样，因为任何财富都是时间和行动化合的结果……居里夫人说过：“我只惋惜一件事，日子太短，过得太快。一个人从来看不出做了什么，只能看出来该做什么。”倘若给居里夫人更多的时间，她会创造出世上更灿烂的辉煌，为人类创造出更多的财富。

时间就是生命，珍惜时间就是爱护自己的生命，因为时间是组成生命的材料，生命是以时间为单位的，放弃时间的人，时间也会放弃他。记得二次世界大战期间，发生了时间与生命有关的一件事。在美国与德国交战时，美国要派100名战士到德国后方，他们要学会德语，限他们40天学会，学会的人去，学不会的人也是要去的。如果学不会，德国人就会发现他们是“美国鬼子”，那岂不是白白送死?所以，40天之内，100人都学会了德语。

时间是乌黑秀发中的几根白发，是生日蛋糕上逐渐增多的蜡烛，是无法挽留却又一次次重复的春秋与冬夏。时间催促沧桑的巨变，时间扬起未来的风帆，时间是生命的黄金海岸，时间是获取成功的基石，时间是人类的生命航船。

珍惜时间吧!莫等闲，白了少年头，空悲切!

谢谢大家!

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