# 2024年珍惜时间讲话稿(精选12篇)

来源：网络 作者：前尘往事 更新时间：2025-01-12

*每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。珍惜时间讲话稿篇一亲爱的...*

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**珍惜时间讲话稿篇一**

亲爱的老师们，亲爱的学生们：

大家早上好！

我是高二一班的慧心，今天演讲的题目是《珍惜时间，努力学习》。

有人说：人的一生有三天：昨天、今天、明天。在我看来，一个人的一生是由无数个今天组成的。我们许多人歌唱青春。是的，青春充满了生命的力量，充满了一切可能。世间万物在春天发芽生长。但是我们不能忽视其他季节的美丽。夏风的春花秋月冬雪，每个季节都有自己独特的美，时间对我们来说是一样的，从而实现我们的梦想。所以要珍惜今天。

就像第一天的风景。大二的时候，在天一校区体验了四季之美。校园里的一切都注定是我生活中不可或缺的一部分。春天，鸟儿在树丛中啼叫，夏日的风从绿色的湖面吹来，秋雨落在操场的塑胶跑道上，冬天的雪平静地覆盖了整个校园。在哪个季节，我们都快乐地成长，努力学习。

不会珍惜今天的人，既不会珍惜昨天，也不会憧憬明天。对于处于学习关键阶段的我们来说，要抓住今天，努力学习。爱因斯坦曾经说过：我在天才和勤奋之间毫不犹豫地选择勤奋。古代中国人给我们留下了悬梁刺股、削壁偷光映雪的千古美谈。现在我们享受着时代赋予的便利，要努力学习，提高自己。

昨天已经是过去的事了，不能再留了。明天还没到，所以我们不能确定。我们不应该在昨天寻找什么，也不应该在明天祈祷什么。最重要的是如何看待今天！

只有今天，我们才能抓住它，在这有限的时间里努力学习，抓住今天的每一分钟，用今天的努力弥补昨天的差距，实现明天的崇高理想。

同学们，我们要有拼搏精神和不懈追求。因为只有这样，我们才能在追逐梦想的舞台上实现目标，展示才华。如果我们试图停止恐惧和退缩，或者抱怨别人抑郁，或者吝啬地放弃学业，我们怎么能学习和掌握知识，更不用说在生活中运用知识来丰富我们的国家和加强我们的国家。不劳无获。犁地时，农民们辛勤劳动，期待着一年的好收成。他们总是照看每一棵幼苗，给它浇水施肥，除草除虫，收获丰硕。这不是我们学习的生动写照吗？每一个知识点都像一棵小树苗，需要我们努力学习，才能完全消化和掌握。小知识点构成了我们强大的知识体系。我们有坚实的基础和丰富的知识储备，这是我们收获的资本。在学习的路上，只有勤勤恳恳、踏实地掌握每一点知识，才能最终取得成功。

六月是毕业季，五月是奋斗季。高三高三的学生还在为梦想奋斗。他们没有浪费时间，但我们应该像珍惜金子一样珍惜时间，好好利用现在的每一分钟，努力工作。

为以后的学习打下坚实的基础。

愿我们都青春无悔。

谢谢大家！我的演讲结束了！

**珍惜时间讲话稿篇二**

亲爱的老师、同学们，早上好！

时间过的很快，新年的礼炮声似乎还回响在耳边，转眼，这已经是本学期的最后一周了。经过一个学期的学习和生活，想必每位同学都收获了很多。我们掌握了更多的知识，学到了更多的本领。而对于一年级的小朋友们来说，我们也交到了许多新朋友。在这一学期里，我们一年级的小同学们挂上了红领巾，光荣地成为了少先队员，要向着高年级的哥哥姐姐们学习，努力加油！

现在，检验我们努力成果的时刻就要到来了。在这一周里，我们将迎来英语期末考试，而下一周，我们更将迎来语文、数学的期末考试。在这一学期里，你通过努力，学到了多少知识，都将得到检验。在此，老师向你们提出一些小小的建议：

1，认真复习，充分准备。

我们每一天学过的新知识就像细沙一样慢慢地沉淀在脑海里，只有认真、仔细地复习和重温它们，才会在你需要它们的时候轻松唤醒那些沉淀已久的知识。同学们，我们都知道，再好的记性也赛不过时间，假如你没有时不时地去回忆复习，它们就会被你渐渐地淡忘在时间的长河里。所以，复习是非常重要，并且不可忽视的一件事。

2，放松心态，迎接考试。

考试只是检验你学习成果的一种手段，分数只是代表你临场发挥的水平。我们要重视考试，却不能把考试当成一种负担。假如你把考试当作了负担，那么焦虑的心情就会影响你考试时的发挥。放松但要认真仔细地去迎接考试，你一定能收获到你想要的结果。

3，坦然面对考试结果。

考试之后必然会有结果，也许有的同学会发现自己的成绩不是那么理想。那么这时请你千万不要沮丧，这正是你发现自己缺点和弱点的大好时机。假如你把握住这次机会，克服那些在考试中发现的缺点和弱点，那么，你一定能在下一次的考试中获得进步和胜利。而那些考的不错的同学，也请你要小心谨慎，不要因为这样就骄傲自满，放松了学习态度。须知，只有坚持不变的认真和努力，才能获得最后的胜利。

只要我们珍惜时间，勤奋学习，以从容、自信的态度面对期末考试，一定能发挥出我们正常的水平来。最后，预祝同学们都能收获一份满意的成绩，过一个快快乐乐的寒假！

**珍惜时间讲话稿篇三**

师生们：

早上好！我今天演讲的题目是《珍惜时间，勤奋学习》。

不知不觉，半个学期很快就过去了。我们的中考也结束了。这次中考你收获了什么？也许有的人得到了汗水，有的人得到了泪水，有的人得到了喜悦，有的人得到了失望，总之，一切都是历史，让他去吧。因为前面的路还需要我们去走，未来的希望还在我们自己手里。所以我们只珍惜未来的时光，勤奋学习，这才是我们真正希望的源泉。

要勤奋，必须珍惜时间。只有珍惜时间的人，才能踏实、执着、执着。如果安徒生不脚踏实地，他不可能从鞋匠的儿子成为童话国王；没有毅力，爱迪生不可能创造科学奇迹，成为伟大的发明家。爱因斯坦如果不持之以恒，就不可能成为科学大师，创造出震惊世界的相对论。同学们，要想取得优异的成绩，只能努力学习，珍惜来之不易的学习时间。

因为只有像金子一样珍惜时间的人，才能高效地利用好自己的学习时间，才能在有限的时间内发挥最大的学习效益，从而学到更多的知识。

同学们，让我们珍惜时间，努力学习，迎接一个又一个新的挑战。用勤奋的汗水改变命运，用勤奋的梦想为我们每个人创造奇迹，用勤奋的精神为我们每个同学谱写最辉煌的人生。

我的演讲结束了，谢谢！

**珍惜时间讲话稿篇四**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家早上好！

今天我国旗下讲话的题目是《珍惜时间》。珍惜时间，这是一个古老而又永恒的话题。

古人就告诫我们：“明日复明日，明日何其多？我生待明日，万事成蹉跎。”我们很多同学都能把这首诗背的滚瓜烂熟，可是你能真正懂得它的含义吗？商人说：时间就是财富；农民说：时间就是粮食；医生说：时间就是生命。同学们，你们说时间是什么呢？其实“时间是最公平的裁判者”，要看你怎样去利用它。我们每个同学都希望自己将来成为科学家、文学家、艺术家……但这并不那么容易，它要靠我们的实际行动，要珍惜一分一秒，努力奋斗。有这样两句名言：赢得时间者，赢得一切；今朝有事今朝做，明朝可能阻碍多。这两句话都是告诉我们要珍惜时间。珍惜时间，想必大家都知道是什么意思吧珍惜时间就是节约时间，合理地利用时间。时间对我们每个人都很重要，时间不会为谁停留。当你早晨洗脸刷牙的时候，时间从水盆里溜走了；当你吃饭的时候，时间从饭碗里溜走了；当你睡觉时，时间又从你的睡梦中溜走了。你想挽留时间吗那就得靠你把握时间，一天只有24个小时，这是无法改变的。合理地把握和利用时间，就是珍惜时间。时间对每个人都是公平的，它不会多给谁一分，也不会少给谁一秒。那为什么在相同的时间里，人们所得到的结果不同呢比如说：一个班的同学，每天在一起生活，学习，同样的环境，同样的课程，同样的老师，那为什么有的人学习好而有的人落后呢？那是因为有的人充分利用好课堂上的每一分钟，专心听讲，认真思考，甚至把别人玩的时间用在了读书上，所以能够取得好成绩。

正所谓：黑发不知勤学早，白首方悔读书迟。青少年时期是我们这个人生中最宝贵的黄金时期，希望大家能从现在做起，珍惜自己的每一分每一秒。莫等到头发花白时再去悔恨自己当初没能珍惜时间而一事无成。所以同学们，老师希望你们能珍惜自己所拥有的岁月光阴，随着奋起的节拍乘风破浪，让生命之舟与时间一起扬帆远航。

谢谢大家！

**珍惜时间讲话稿篇五**

一年之计在于春，一日之计在于晨！当一轮红日冉冉升起的时候，当实验小学的学子伴着嘹亮的国歌旋律，把右手庄严举过头顶，凝望着鲜艳的五星红旗徐上升的时候，我们又迎来了新的一周！

如果你问我时间是什么？我也不知道。我只知道时间一旦失去就不会再拥有，只知道时间是这个世界上最快又最慢，最长又最短，最平凡又最珍贵，最被人忽视又最令人后悔的神奇的东西。我只知道我们应该珍惜时间。珍惜时间就是节约时间，合理地利用时间，时间是飞逝的，它不会为任何人而停留：当你早起穿衣服的时候，时间从你衣服中穿过；当你骑车上学时，时间从你的车轮前闯过；当你吃饭的时候，时间从碗边溜过；当你在校学习的时候，时间从你的笔尖上飞过；当你晚上睡觉的时候，时间从你的身上跨过；当你再次早起时，时间已不知不觉地过了86400秒。可见时间是如何之快地从我们的身边飞逝。

一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴！同学们，你们是祖国的花朵，是国家未来的主人，从小要有远大的志向，远大的抱负，珍惜时间，勤奋学习，长大报效祖国！

正是这样勤奋学习，后来，江泌终于成了一个博学多才的学者！

“盛年不再来，一日难再来，及时当勤勉，岁月不待人。”同学们，提起笔，捧起书，学习江泌“映月”夜读的精神，珍惜今天美好的时光，为祖国美好的明天努力拼搏吧！

**珍惜时间讲话稿篇六**

大家早上好!

青春是人生道路上最美的一段旅程，是现阶段的我们拥有的最珍贵的资本，是用任何物品都无法衡量和代替的，无论遇到什么样的挫折，我们都可以一笑而过，淡淡地说一句：“没关系，因为我还年轻。”但这并不意味着我们可以肆意挥霍手中这份引以为傲的财富，相反，我们更应该好好珍惜它，用拼搏和汗水实现青春价值的最大化，为未来留下一段值得珍藏的回忆。

屈原曾说：“百金买骏马，千金买美人;万金买高爵，何处买青春?”确实，青春是一种令人艳羡的资本，凭着健壮的体魄，你可以支持起一方蔚蓝的天空;凭着旺盛的精力。你可以开垦出一片神奇的土地;凭着巨大的潜力，你可以变得出类拔萃，令人刮目。

才有了“花有重开日，人无再少年”的忠告;

才有了“莫等闲，白了少年头，空悲切”的感慨;

才有了“劝君莫惜金缕衣，劝君惜取少年时”的劝勉。

年轻的朋友，即使你百般不如意，万事不顺心，你可以有一千种理由苦闷、埋怨，却不能有一种理由放弃理想和追求，因为我们毕竟年轻，美丽的青春仍牢牢在握，希望和阳光属于我们!这个世界，属于我们!

一个潇洒的灵魂，青春是他一生中最美好的日子。喝彩青春!不要因为岁月的流逝而消颓。只要你把青春经过的地方当成宝藏，那么珍藏的青春定会大放光芒，照亮你前进的道路。喝彩青春，便是喝彩人生!

此时不搏更待何时!在此，衷心祝愿初三同学中考顺利，考上心目中理想的高中，用拼搏为青春添上一笔最为辉煌壮丽的色彩!我的演讲完毕，谢谢大家!

**珍惜时间讲话稿篇七**

亲爱的老师们，亲爱的学生们：

大家早上好！我今天国旗下演讲的题目是《珍惜时间》。

小时候老师曾经写过一个谜语：“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。老师没说话，转身一本正经地在黑板上写下两个字：“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？农民说：“时间就是食物。”工人们说：“时间就是财富。”士兵们说：“时间就是胜利。”我们说：“时间是进步，时间是荣誉”，“时间是力量。”任何工作都要及时进行，任何智力都要及时显露，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。如果用积分来计算时间，比用“时间”的人多花59倍的时间！同学们，珍惜时间会赢得一切。让我们从现在开始，从今天开始，珍惜自己的每一分钟，不要浪费别人的每一分钟，做一个守时守信的人！

同学们，当你背着书包走出家门的时候，请试着对自己说：“嘿，加油，崭新的一天开始了！”

我的发言到此结束，谢谢！

**珍惜时间讲话稿篇八**

敬爱的老师们，亲爱的同学们：

大家，早上好！

今天，我国旗下讲话的题目是《珍惜今天》

有人说：人的一生有三天：昨天、今天和明天，这三天组成了人生的三步曲。但我说，人的一生只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。

孰不知世界上最快又最慢，最长又最短，最平凡而又最珍贵，最易忽视又最易令人后悔的就是时间。生命的内涵只在于今天，生命是宝贵的，它是由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，你为取得了一点骄傲的成绩而沾沾自喜，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里。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硕果累累的明天。

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，去实现明天的崇高理想。

就在前几周，我们结束了这一学期的半期考试，在同学们的脸上，或喜或忧，早已展露无遗。但是，考试已经结束，已经成为过去，成为了不能改变的事实，你们也许受挫，也许失败，但是，“不经历风雨怎么见彩虹。”失败并不可怕，可怕的是认输。远航的水手告诉我们“风雨中，这点痛算什么，擦干泪，不要问，至少我们还有梦。”要相信，我们的青春是炽烈的，我们的目标是明确的，我们的前途是光明的。为了更好、更快的实现大家的目标，特提出“赢在中考，赢在羊中” 的要求，“赢”字，它由“亡、口、月、贝、凡”组成，亡：亡羊补牢在此时也非常实用，现在进入查缺补漏阶段；口：吃好，才有利于身体健康。但决不能乱吃，不能没完没了的吃，不分时间地点的吃，（比如有的同学在寝室、操场、教室上课、课间都在吃）就不利于健康。月：披星戴月，但也不能废寝忘食，要保证好休息时间。贝：做好知识、能力和心理的准备，特别是初三的同学要明白我已是高中生，为初一、二树立榜样是我的责任。凡：平平凡凡去考试，别紧张，把平时当中考，把中考当平时。这样您才会“赢在羊中”。

同学们，20xx年中考的钟声即将敲响，让大家为毕业班的同学鼓掌加油吧，本学期的学习生活即将结束，我们在学校这个知识花园里沐浴着时代的阳光雨露，享受着一流的学习环境，我们没有任何理由抛开学习，没有任何理由放弃努力。对我们来说，努力学习，这是我们成长的必修课；只争朝夕，这是我们义不容辞的义务和责任。我想，今天站在这里的同学们都是好样的，既然我们站在了这里，我们就要珍惜今天的美好生活，抓紧时间学习，铸造辉煌的未来。聪明的 同学，检查昨天，抓紧今天，规划明天；愚蠢的同学，悲叹昨天，挥霍今天，梦幻明天。一个有价值的人生应该是：拥有无怨无悔的昨天，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吧！

我的国旗下讲话结束了，谢谢！

**珍惜时间讲话稿篇九**

新年的钟声已经敲响，标志着我们已经跨入充满希望和充满挑战的二零一零年。转眼间，我们又进入了紧张的期未复习阶段。在期末考试即将到来之际，我想与大家说一说三个方面的问题。

第一、关于期末复习方法的问题。首先，要认真听讲，积极参与，随着老师的思路积极思维、举一反三、大胆质疑，其次，做好课堂笔记，课后主动归纳整理，补缺补漏，再次提升课堂效益。因此，同学们要认真上好每一节复习课，并从老师的引领中掌握学习方法。我们提倡在老师的指导下结合自身情况制定复习计划，扬长避短、自我完善。一个人前进的道路上最大的拦路虎往往是自己，你要敢于挑战自我，克服懒惰，持之以恒。

第二、珍惜时间的问题。我们出生时，世界送给我们最好的礼物就是时间，不管对穷人还是富人，这礼物是如此公平：一天24小时。我们用它来学习，用它投资经营自己的生命。有人很会经营，一分钟变成两分钟，一小时变成两小时,一天变成两天……他用同样的时间做了很多的事，最终换来了成功。其实，这世界上的伟人最成功之处就是运用时间的成功，他们都是运用时间的高手。由此，我们得出这样的结论：成功的人，善用时间，庸碌的人，消磨时间。同学们，我希望你们能知道，在我们生活的空间中，时间第一，它是最宝贵的资源，同时，它也最容易溜走，最容易被浪费的。希望大家把握好时间，认真复习好功课，以扎实的知识，迎接期末考试！

第三、“自信心”的问题。

要避免使用否定自己的语言，打开积极进取、乐观自信的思维大门，要自信而理直气壮地说：“我行！”那么，由自信所带来的成功和尊重就会随之而来。追求成功，但不必苛求完美。生活中十全十美的事是很少见的，对每一件事都要求做到十全十美是不可能的，也是不必要的。要看到自己的长处，在知道自己的短处的同时，还要记住自己的长处。每个人都有自己的优势，每个人都有值得骄傲的东西，要时时用来鼓励自己，就能产生自信。

同学们，让我们在知识的海洋里尽情地遨游，充分展开自己的个性与才华。我们应时刻提醒自己：珍惜时间，用心学习，让自己人生的每一步都走得扎扎实实。最后祝大家在即将到来的期末考试中取得满意的的成绩。

**珍惜时间讲话稿篇十**

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。这句谚语是谁都明白的，它的意思是告诉我们要珍惜时间。而我，却偏偏跟它作对。就拿星期五午时那件事来说吧！

星期五，我回到家，还有一大堆家庭作业等着我去做，但我却不由自主地打开电视，津津有味地看了起来。直到我完全投入到电视情节中去时，妈妈下班回家了。她一进门，见我在看电视，气愤地说：“你怎样在看电视？快去做作业！”说完，就把我拉到书房去做作业。我却一点儿也不情愿，被妈妈拉进书房后还拖拖拉拉，不是玩笔，就是发呆。时间一分一秒地过去了，半小时后，我才做完了数学作业。“明天就是双休日了，还有两天时间呢！我就不信两天做不完作业。”我在嘴里轻声嘟囔。妈妈似乎看出了我的心思，便语重心长地对我说：“明天有明天要干的事呀！再说，明天你妹妹不是要来吗？你作业没做完就不能玩了呀！”听了妈妈的话，我瞬间似乎明白了什么。我不多想，便开始抓紧时间做作业了。

两个小时又在不知不觉中溜走了，我伸了一个懒腰，做了一下深呼吸，啊！最终把作业做完了！这时，我悟出了一个道理：时间是由分秒积成的，善于利用零星时间的人，才会做出更大的成绩来。

**珍惜时间讲话稿篇十一**

尊敬的老师、同学们：

你们好!

同学们，请问大家知道时间就像海绵里的水，只要你挤，总是有的这句话是说的吗?对，鲁迅说的。今天我想讲讲中国现代文学之父、著名的文学家、思想家、革命家鲁迅先生的故事。

鲁迅十三岁时，父亲长期重病，家里越来越穷，他经常到当铺卖掉家里值钱的东西，然后去药店给父亲买药。有一次，父亲病重，鲁迅一大早就去当铺和药店，回来时老师已经开始上课了。老师看到他迟到了，就生气地说：“十几岁的学生，还睡懒觉，上课迟到。下次再迟到就别来了。”鲁迅听了，点点头，没有为自己作任何辩解，低着头默默回到自己的坐位上。

第二天，他早早来到学校，在书桌右上角用刀刻了一个“早”字，心里暗暗地许下诺言：以后一定要早起，不能再迟到了。

后来的日子里，父亲的病更重了，鲁迅更频繁地到当铺去卖东西，然后到药店去买药，家里很多活也落在了鲁迅的肩上。他每天天不亮就早早起床，料理好家里的事情，然后再到当铺和药店，之后又急急忙忙地跑到私塾去上课。虽然家里的负担很重，可是他再也没有迟到过。

1936年8月1日，鲁迅体重只有38.7公斤，肺已烂掉80%，肋膜间严重积水，高烧不止。就在身体这样不好的情况下，他从8月1日至10月19日去逝这段时间里，给青年作者和友人写了93封信，发表了14篇文章，逝世前11天，仍然带病参加全国第二届木刻流动展览会，逝世前一天还在写日记。

亲爱的同学们，让我们携起手来，从今天开始，从现在开始，争分夺秒，勤奋学习，为了祖国的未来，为了美好的明天，为了实现中华民族的伟大复兴而努力奋斗!

我的演讲到此结束!谢谢大家!

**珍惜时间讲话稿篇十二**

老师、同学们：

大家好!

也许，你在感叹时间过得太快;也许，你在抱怨时间不足;也许，你已经觉得疲惫不堪。但自己的路还得自己来走，期末考试还得考出一个令人满意的成绩。美国进步女作家安娜·路易斯告诉我们：“与其咒骂黑暗，不如燃起一支明烛。”是啊，何不让我们在心里燃起一支刻苦学习、努力进取的明烛?心若改变，态度跟着改变;态度改变，习惯跟着改变;习惯改变，学习成绩跟着改变。所以，对于期末考试——本学期最后的冲刺，我们必须严阵以待，以百分之两百的力量来跑完它。

其次，我们要见缝插针，持之以恒。“见时间之缝，插学习之针”。上学路上，何不记几个公式?课间跟同学闲聊时，何不背首古诗?睡前无聊地想事情时，何不再想一遍老师课堂上讲的重点?只要我们愿“挤”、想“挤”、善“挤”，就一定能聚沙成塔，集腋成裘，把有限的时间变成无限的力量!

来吧，同学们，和时间赛跑，用行动铸就期末考试的辉煌!

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