# 2024年珍惜时间演讲稿(精选15篇)

来源：网络 作者：星海浩瀚 更新时间：2024-04-08

*演讲稿是一种实用性比较强的文稿，是为演讲准备的书面材料。在现在的社会生活中，用到演讲稿的地方越来越多。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，我们一起来看一看吧。珍惜时间演讲...*

演讲稿是一种实用性比较强的文稿，是为演讲准备的书面材料。在现在的社会生活中，用到演讲稿的地方越来越多。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，我们一起来看一看吧。

**珍惜时间演讲稿篇一**

各位老师，各位同学：

大家好，今天我国旗下讲话的题目是：珍惜时间，珍惜生命。

时间是生命的单位，\"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。现在许多同学，在学校不好好读书，天天上课看课外书，或是拿着父母的血汗钱在外面上网玩乐。经过一段时间的学习，有的同学取得优异的成绩，各方面都有了长进；而有的同学却收效甚微，甚至一天比一天差。这些人往往认为自己现在还年轻，先尽情享乐，过几年再考虑自己的将来。最终明日复明日，明日成蹉跎。

有时我们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。做很多事情，当你愁眉不展的时候，时间就从你的抱怨中溜过。

时间是生命的单位，有些人往往利用相同的时间比别人多做许多事情。美国的大发明家爱迪生一生忘我工作，成了有20xx多项发明的发明大王。当他在79岁生日时自豪地宣布；\"按常人的工作量计算，我已经135岁了。\"

因此，著名的科学家富兰克森把时间比作生命；我国现代伟大的文学家鲁迅把浪费别人的时间比作“谋财害命”，把浪费自己的时间比作“慢性自杀”。由此可见时间的珍贵。时间虽然一去不再来，但是人对于时间并不是无能为力，无所作用的。从科学的角度讲，人们生活在地球上，时间流逝是恒定的，但从人们对时间的利用角度讲，时间很有弹性。抓紧时间，时间就多；反之，时间就少。

所以我们应该学会做时间的主人，紧紧抓住时间。抓紧时间就是要充分利用时间，上课，自修做作业都要高度集中注意力，排除干扰。还要科学安排时间，巧妙地利用时间。过两天就要期中考试了，可别小看这两天，在这段时间中我们可以查漏补缺，为考试做好准备。最后，我祝同学们在这次考试中都取得满意的成绩。谢谢大家！

**珍惜时间演讲稿篇二**

敬爱的老师们，亲爱的同学们：

早上好！

今天，我演讲的题目是“珍惜时间”。“珍惜时间” 这是一个古老而永恒的话题。古人云：光阴似箭，一去不返。时间老人对我们每个人都是公平的，不会多给任何人一分一秒。但人们对时间的态度不同，结果也就不同。珍惜时间的人总会得到\"胜利的果实\"，而不把时间看在眼里的人，最终也一事无成。

著名文学家鲁迅就把浪费别人的时间比作“谋财害命”，把浪费自己的时间比作“慢性自杀”。这是多么可怕的事啊！有人问鲁迅为什么用\"鲁迅\"作笔名，他说是取“愚鲁”而“迅猛”之意。他认为自己比较笨拙，只有更加勤勉，笨鸟先飞，才能在一定时间内，收到和别人一样的效果，甚至超过别人。如果同学们也想成为鲁迅那样的人，那就珍惜时间，勤奋学习吧！

转眼间，已是开学第二周了，上周你过得有意义么？也许别人早早来到学校，认真读书时，你还在小摊边转悠；也许别人课堂上在认真听讲，你却把时间留给了说小话；也许别人回到家仔细地做作业，你已把时间送给了电视节目。 就说现在，我在演讲，你在干什么呢？是在心不在焉地想着别的事，还是在聚精会神地思考呢？无论怎样，这一秒就过去了，这一秒就再也回不来了！

同学们，人的生命只有一次，生命中的时间是短暂的！正所谓 ：一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。你拥有再多的金钱，也换不来一秒的时间，在时间面前，金钱只能低头。所以，请珍惜我们现在拥有的幸福日子，珍惜每一分，每一秒，让时间与生命之舟一起扬帆远航！

我的讲话完毕，谢谢大家！

**珍惜时间演讲稿篇三**

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家早上好，今天我国旗下演讲的题目是《珍惜时间》。

时间，曾多少文人墨客为它赞美，为它歌颂。一寸光阴一寸金。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，可以由时间换回，然而，却从来没有人能用金钱买到时间。

作为高三学生，即将面临人生第一大抉择-高考。时间对于我们来说是无比珍贵。紧张弥漫在高三的每一个角落，心中的压力是不言而喻的。我们能做的是不让困难的洪流消灭我们的理想。抓紧每一秒，与太阳赛跑，与表盘上的指针夺光阴。

“花开堪折则须折，莫待无花空折枝。”只有善于用时者，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;也有人华发早生，无为而终。时间有一颗明事理，辩黑白的心，它有一双雪亮的眼睛。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!

闲散而过，终日重复碌碌的衰败，不仅是对自己的不负责任，也辜负了所有寄予期望的人!因此我们不应该被时间遗弃，而是将时间纳入自己的麾下。只是我们是否珍惜时间的考验。

“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，虽然我们并不完美。但我风华正茂，朝气蓬勃，虽然我们曾在时间赛跑中落后，但丝毫不是我们就此退缩的借口。

年轻的我们，有愁畅，懂得缅怀，但不等于是悲观妥协，一蹶不起!同学们，让我们在无形中捕促时间，同它斗争!

让我们把握每个时刻，共创辉煌!

**珍惜时间演讲稿篇四**

大家好！今天我演讲的题目是《珍惜时间》。

时间——世界上最快而又最慢、最长而又最短、最平凡而又最珍贵、最易被忽视而又最另人后悔的东西。一步步，一程程，已走了多远，永不停留，走过秒、分、时、日，又积成周、月、年、代。高尔基说过：“时间是最公平合理的，它从不多给谁一分。勤劳者能叫时间留下串串果实，懒惰者时间留给他们一头白发，两手空空。”我们不能让时间停留，但可以每时每刻做些有意义的事。东汉文学家崔瑗，官至济北相。当他40多岁任郡吏时，不幸因事被捕入狱。当他听说有一位狱吏精通《礼》学，便抓紧一切时间向他学习，当狱吏审讯时，他也趁机请教有关问题。他的这种对待学习的精神，给我们每个人树立了榜样。时间是生命的单位，有些人往往利用相同的时间比别人多做许多事情。美国的大发明家爱迪生一生忘我工作，成了有20xx多项发明的发明大王。当他在79岁生日时自豪地宣布；“按常人的工作量计算，我已经135岁了。”

“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。

**珍惜时间演讲稿篇五**

大家好：

俗话说的好，“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴”。时间是金子也比不了的，是多么宝贵啊!而时间却过的飞快，所以我们更应该珍惜时间，不要浪费时间，不要等事情过了再去做!

记得有一年暑假，我和爸爸回了爷爷家。到了爷爷家后，有许多小朋友们，我就每天和他们兴奋的玩儿，这儿转转，那儿转转，连写作业的时间也占用了。

当爸爸提醒我“去写一会儿作业吧”，我总是说“一会儿再写“，心里想：离开学还有好多天呢，明天再写吧。

一眨眼，就到了开学的日子，可我的作业连一个字也没有写。

回到家后，我就手忙脚乱的开始写作业。但作业实在是太多了，整整两天我都没写完，到最后我整个人累得手都抬不起来了。所幸在开学前的最后一个晚上我把作业赶完了，才没有被老师批评。事后，我非常地懊悔，心想如果当初听爸爸的话，就不会这样疲惫不堪了!

通过这件事，我懂得了时间的宝贵。第二年又放了暑假，我认真吸取了上次的教训，每天及时的写作业，早早的就把作业写完了。之后的时间里，我就和小伙伴们轻松愉快的玩儿，不用再担心作业的事啦!

珍惜时间，就是要好好利用时间，刻苦已心，把时间用在对自己、对他人有益的事情上，而不是虚度光阴!

**珍惜时间演讲稿篇六**

尊敬的`各位老师、亲爱的同学们：

大家好！

今天，我演讲的题目是“珍惜时间热爱学习”。

我们经常会这样说，明天会更好。是的，明天是美好的，但美好的明天不会从天上掉下来，它要靠你们今天的智慧、勤劳和刻苦，只有今天的努力，才能换来明天的美好。

古人曾写过一首《明日歌》：“明日复明日，明日何其多，我生待明日，万事成蹉跎。”明天每个人来说，都是有限的。我们要珍惜时间，热爱学习。

同学们，学习是为了将来的奉献，学习是为了自身的生存。要学好功课，还得学会学习，要培养良好的学习习惯和掌握科学的学习方法。

第二，要靠“思”，我们不能学拔苗助长的人，更不学那囫囵吞枣的人。“思”的意思就是学习要讲科学。例如，作业要独立完成，不懂的应该及时问别人，这是基本的要求，但现在我们有的同学还没有做好。试想你抄作业，掩盖了问题，老师就不能及时发现问题，又如何能针对性给予辅导呢？独立完成作业，就是一个思考的过程，久而久之，你就会养成思考的习惯。

同学们，请珍惜时间，珍爱明天，奋发学习吧。认真上好每堂课，做好每一次作业，读好每一本书，干好每一件事，在考试中就能考出优异的成绩，就不会辜负父母、老师对我们的培养和期望，我们明天的生活就会更好！

清朝末年，改良主义者梁启超有云：今日之责任不在他人而全在我少年。少年智则国智，少年富则国富，少年强则国强，少年独立则国独立，少年自由则国自由，少年进步则国进步，少年胜于欧洲，则国胜于欧洲，少年雄于地球，则国雄于地球。

今天，技术革命的浪潮一次又一次地冲击着地球的今天，科学、文化、技术向人类提出了严峻的挑战。中国要改革，谁挑重担？靠我们，我们要勇于肩负起建设祖国的历史重任，刻苦学习，努力拼搏，我们要让祖国更加灿烂辉煌。

我的演讲完毕！

**珍惜时间演讲稿篇七**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

我是高二二班的学生xxx，对于这次我能够来到这个舞台上演讲我感到十分的荣幸。时间是一个看不见摸不着的概念词语，但它有确确实实的存在于我们的生活中。而我们也确切的能看到时间的流逝，回顾去年的照片在照照镜子看今年的自己就能够感受到时间的威力了。虽然时间的推移我们在不断的长大，心智也在不断的成熟，但随着我们长大的同时，我们的长辈也在慢慢的变老。虽然现在的我们都还是一个十多岁的年轻人，但在几十年后我们也会变成满头白发的老人，身边或许有着自己子孙辈照顾着，也总会有一天迈入黄泉。人从生下来就是注定了要逝去的，不会有人能够一直长生不老。哪我们来到这个世界的目的又是什么呢。

父母给予我们生命，带我们来到这个世界上，让我们能够感受到世界上个这种各样新鲜奇妙的东西。而我们也是对这个世界很多的东西一直保持着自己的好奇心，在小时候会经常问父母问题。但大家想想自己以前小时候的事情是否感觉哪些事情都仿佛就在前几天发生的一样。好像我们的长大只是一转眼的事情，并没有发生什么，就一路过来了。现在的我们低于未来未知的一切都是陌生的，但那个时候的我们肯定也是会像现在的我们一样因为自己之前的行为有所遗憾。我们做一个假设，未来的我们高考失利，没上大学，进入了工厂打工，最后也是没有结婚，孤独终老，但老天给了你一个重生的机会，现在你会选择怎么做。

说了这么多，其实就是想告诉大家时间流逝的是很快的，我们在时间这伟力面前什么都做不了，只能够尽量让自己不留下遗憾，做出一些自己认为是对的决定。古人也是对于时间流逝之快写下了很多诗句，感叹时间一去不复回，而我们在现在这个十几岁的年轻时候，应该做些让自己觉得有意义的事情。人的生命只有一次，过去的时间也都不会再重来，我们在过去做的那些决定也没有反悔的机会。但也正是因此，我们更要把握时间，珍惜时间，让自己不浪费自己的每一秒，去做自己喜欢做的事情，应该做的事情，不让身边那些关心关怀我们的人感到失望，特别是我们的父母。

我的演讲完毕，谢谢大家！

**珍惜时间演讲稿篇八**

尊敬的老师们、亲爱的同学们：

大家早上好！今天我演讲的题目是：珍惜时间。

两千年前，一位哲人立于河边，面对奔流不息的河水，想起逝去的时间与事物，发出了一个千古流传的感叹：逝者如斯夫。

时间是最平凡的，也是最珍贵的。金钱买不到它，地位留不住它。“时间是构成一个人生命的材料。”每个人的生命是有限的，同样，属于一个人的时间也是有限的，它一分一秒，稍纵即逝。

时间是宝贵的，虽然它限制了人们的生命，但人们在有限的生命里可充分地利用它。鲁迅先生说过，时间，每天得到的都是二十四小时，可是一天的时间给勤劳的人带来智慧与力量，给懒散的人只能留下一片悔恨。这句话形象地写出了成功的人珍惜每分每秒，成就辉煌，而失败的人抱着“做一天和尚敲一天钟”的思想得过且过，消磨时间，在他们眼里时间是漫长和无谓的，而当他们回过头之后，才发现时间如流水，一去不复返，才发现时间的可贵，可谓“少壮不努力，老大徒伤悲”啊！

古往今来，有不少人惋惜：时间易逝，于是长叹曰：“光阴似箭催人老，日月如梭追少年”。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。而这又正告诫我们莫把宝贵的光阴虚掷，要珍惜时间，爱护生命，利用每分每秒，不要虚耗它。犹如朱自清所说的：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；默默时，便从凝然的双眼里过去。我觉得时间去的匆匆了，伸出手摭挽时，它又从摭挽的手边过去；天黑时，我躺在床上，它伶伶俐俐的从我身上跨过，从我的脚边飞去了。当我睁开眼和太阳再见，这算又溜走了一日。我掩面叹息，但新来日子的影子又开始在叹息里闪过。

这段话写出了时间无时无刻不在流逝，我们应该好好把握逝去的瞬间。“未来”“现在”“过去”是时间的步伐：“未来”，忧郁地接近；“现在”，快如飞箭地消失；“过去”，永远地停止。在伟大的宇宙空间，人生仅是流星般的闪光；在无限的长河里，人生仅仅是微小的波浪。

**珍惜时间演讲稿篇九**

时间是什么？时间是世界上最宝贵的，它不是物，也不是能用金钱来衡量的。当我们发现它时，它已悄无声息的溜走了。我们应该学会珍惜它。它是一根指针，永不停息的走动着。一眨眼，今天就已变成昨日，明天也就变成了今日。时间是流水，一个不注意，就溜走了。

时间很宝贵，因为它是人生的时钟；时间很残酷，因为逝去了永远不会再回来了。时间很奇怪，它让人一开始不爱它，直到老了，才后悔没有珍惜；时间很公平，它只会把机会留给勤奋的人，而不是懒惰的人。

我们应该抓住一分一秒，在有限的时间，做应该做的事情，这次是每个人该做的。一分一秒可以做很多事，何况一周、一月、一年呢！在这么多的时间，我们应该多做一些不让人遗憾的事，少做一些没有意义的事。总之，我们一定要合理安排时间，利用一分一秒。在你空闲的时候，记得看看随身携带的书本，做些有意义的事情！

珍惜时间，让我们从现在做起！

**珍惜时间演讲稿篇十**

时间，一个熟悉的词，渴望人们去理解它，去珍惜它。它来去匆匆。人生能有多少时间？让我们珍惜吧！

世界上有一个东西，最长，最短；最慢最快；最普通最珍贵。这是什么？他就是时间。古往今来，有多少学者圣贤为其歌功颂德！

“逝者如斯夫，昼夜不舍。”这是哲学家的教导

我们正处于人生的全盛时期。我们应该努力学习，争取进步，而不是碌碌无为一辈子。有人说：“人生能奋斗多少次？这个时候你什么时候不打？”有人说：“今天醉了，明天怎么了？”所以，我们要珍惜时间，不要浪费时间。“时光飞逝，日月如梭”做一个时间的好主人。

**珍惜时间演讲稿篇十一**

尊敬的老师，亲爱的同学们大家早上好!今天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，留给自己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。时间非常宝贵，你现在应该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，但是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分钟可以做多少事情了啊!

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。谢谢大家!我的演讲完了!

**珍惜时间演讲稿篇十二**

“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。

**珍惜时间演讲稿篇十三**

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！

当今社会，网络使我们熟知的东西，在网络上，春节流行过这样一句话，就是“让生命去等待”。这是来自一首流行歌曲的歌词，却被很多的年轻朋友去流传，有的放在空间里，自认为这句话很有哲理，很有个性。

“让生命去等待”，为什么要去等待呢？是守株待兔，还是孤注一掷？很显然，这是一句很无厘头的话，它的存在没有任何的意义，更谈不上哲理，也谈不上个性。当然，你可以选择把它当成个性来玩玩而已，千万别信以为真，当做人生的心跳。因为它只是一个莫名其妙的词语的组合，尽管人们可以用丰富的想象力去填补它，但它的中心意义无非落在等待二字上。

所以，现在我想问：我们有什么理由去等待？有什么理由去等待呢？尤其是对于在当今信息大爆炸时代成长起来的青少年们，当今的社会，竞争如此的激烈，每一分钟都是非常难能可贵的，等待了一分钟就意味着失去了一分钟，失去一分钟就意味着要失去很多的东西，比如知识，财富，机会等等一切的东西。失去以后，当你回首要再去追回，那就成为了不可能了，因为时间一去不复返。

记得以前看过这样一句话：“有智吃智，无智吃力，无力无智，饿得笔直。”这句话很幽默，却说出了智慧对人生的重要，因为，在社会的任何一个地方，任何一个时代，都没有任何先天的和后天的才能，可以无需任何努力而得到。因为生活永远是一架保持平衡的天平，一边是付出一边是收获，有了付出才会有收获，没有付出，肯定就不会有收获！

“业精于勤而荒于嬉”，这是我始终信奉的一句格言，也是大家都熟知的一句格言，相比前面的那句“让生命去等待”这句话来说，它是多么的有力啊。要想取得理想的成绩，勤奋是诸多因素中至关重要的。对大多数同学而言，一时的勤奋不难做到，但是难于持久。不如试试“常立志”，我通常只为自己制定一个小目标，经过努力，珍惜时间，目标很快就能实现。

同学们，切莫等待，因为等待会让你失去斗志，让你失去能力，甚至让你失去机遇。我们不如将等待的时间，用在奋斗上，用在努力上，我相信，我们一定能得到更好的结果。珍惜时间，别让生命去等待吧，正像天下没有免费的午餐一样，生活是要靠我们的双手去创造，同学们，让我们一起热爱生命，珍惜时间演讲，让我们一起去努力，去拼搏，切莫再等待，我的国旗下讲话完毕，谢谢大家！

**珍惜时间演讲稿篇十四**

亲爱的老师和同学们:

大家好！

几点了？我们看不见也摸不着，但它正在一点一点流逝。我们无法让时间停止。我们能做的就是珍惜时间，让我们的每一分钟都有意义。更何况我们现在是初中生，面临着巨大的中考压力。我们要更加努力，争分夺秒，这样才能创造奇迹，取得最好的成绩。时间是我们最大的武器。

据说时间是世界上最宝贵的东西。一秒钟不能被下一秒钟复制。过去的就过去了，人会一天天老去。所以大家都说“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴”。我们现在要做的就是让每一寸时间都有它的价值，不让它无缘无故的消失。我相信这些都是我们通过自律和努力可以做到的。

同学们，你们有没有算过我们离中考还有多长时间？只剩下100天左右了。你真的准备好了吗？不，你没有。45分钟的课，你敢说你每一分钟都认真听了吗？上课心不在焉，大大咧咧的同学比比皆是，一直专心听讲的同学也是，但都是极少数。你有没有想过你每天浪费了多少时间？不按时睡觉，通宵聊天。你珍惜时间吗？上课耍花招，睡觉不认真听讲，你珍惜时间吗？但是你珍惜课后的十分钟。铃声一响，你就迫不及待地想出去透透气，聊聊天，打打闹闹。铃声一响，你也舍不得外面的走廊。如果你能在课堂上运用这种珍惜时间的精神，那就太好了。

学生留给我们的时间真的不多了。中考是检验我们这几年学习成绩的最好时机。不要做任何让你后悔的事情。善待身边的每一分钟，让他们最大限度地发挥作用。只有这样我们才能珍惜时间。当我们有珍惜时间的意识时，我们必须好好利用它。作为初三学生，我们目前最重要的自然是学习。所以要把自己的时间规划好，让它们都有自己的任务和作用，是时候规划好要复习的内容了。不要把时间浪费在无用的事情上，这将是你一生中最遗憾的事情。

三年时间过得很快，不妨考虑一下。你活这三年有意义吗？你是不是因为不珍惜时间，所以没有什么值得回忆的？时间是死的，我们是活的，我们是时间的主人。我相信很多同学都认为自己做得很好。所以我想问你，你有没有有时候觉得时间过得很慢，但是有时候又过得很快？比如不爱学习的同学上课会觉得时间过得特别慢，爱学习的同学上课会觉得45分钟转瞬即逝。这就是差距所在。希望大家都能做时间的主人，珍惜时间。

**珍惜时间演讲稿篇十五**

尊敬的某某：

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!”人生最大的难题就是如何让一寸光阴等于一寸生命。

但迷恋电子游戏就会虚耗了大量宝贵的时间也许，大家认为这都是小事情，但时间就在一句句闲话之间，一个个走神之际，一个又一个的电子游戏中，轻轻而又飞快地从我们指尖溜走了。

今天，我想告诉你们一个真实的故事。

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塾的时候，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：时间就是性命。”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。

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!

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