# 最新珍惜时间的演讲稿200字(十七篇)

来源：网络 作者：莲雾凝露 更新时间：2024-08-18

*演讲稿是进行演讲的依据，是对演讲内容和形式的规范和提示，它体现着演讲的目的和手段。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演讲稿模板范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。珍惜时间的演讲稿200字篇一大家上午好!...*

演讲稿是进行演讲的依据，是对演讲内容和形式的规范和提示，它体现着演讲的目的和手段。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演讲稿模板范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

**珍惜时间的演讲稿200字篇一**

大家上午好!

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!”人生最大的难题就是如何让一寸光阴等于一寸生命。

珍惜时间就是节约时间，合理的利用时间。时间不会为谁停留，当你早晨洗脸刷牙时，时间从水盆里溜走;当你吃饭时，时间从餐桌上流走;当你睡觉时，时间又从你的睡梦中溜走，你想挽留时间吗?那就得靠你把握时间，珍惜时间。

但在现实生活中，浪费时间随处可见，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，也浪费了老师和其他同学的时间;中午午休不休息，而且教室里、操场上逗留，下午晚上学习没精神，打瞌睡;周末放假不按时完成作业，整天看电视，玩游戏……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。

同学们，让我们吸取生活中教训，珍爱生命中的每一天。看时光飞逝，我祈祷明天，愿我们每个小小的梦想，能够慢慢地实现!从现在开始，从我们做起：不要因贪玩，而是去了宝贵的时间，健康成长，让生命之花永远绽放!

谢谢大家!

**珍惜时间的演讲稿200字篇二**

亲爱的老师，敬爱的同学

同学们，生命是什么?让我来告诉你吧!生命只有一次，生命是要经历一分一秒的时间，和时间做朋友，和时间一起旅行!

在平常的时候，你会感觉到时间特别多。据我的计算，一天有八万六千四百秒。你在上课的时候，总会觉得时间过的很慢，当你在玩的时候，却觉得时间过的很快。因为上课时，你根本就是在认真听讲，没注意时间。在玩的时候，你很在乎时间。

在这个世界上，时间对每个人都是公平的，只是有些人活的态度和看法不同罢了。

时间是要自己去珍惜的，时间是不会因为你是百万富翁而让你多活一秒，也不会因为你没对社会做贡献而让你少活一秒。时间是要靠自己的努力所珍惜的，而不是靠几个钱就能买时间。俗话说：“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。”时间是买不来的。

作为一位学生，我们应该怎么珍惜时间呢?很简单，只要你每天好好学习，天天向上，勤奋学习，不怕吃苦，不浪费1分一秒。一回到家就做作业，不对着电脑，不对着电视，认认真真的做。一有作业就拿笔写，争取在学校里就完成，这样，在家里就可以复习了。上课时不开小差，不做小动作，不带和学习无关的东西，这样，你的学习才有价值。所以，同学们，我们要做一个聪明的人，珍惜时间，不要虚度光阴，人的生命只有1次。有些人活的时间很长，但碌碌无为，没人记住他;有些人活的时间虽然很短，却有一番大的作为，人们就记住了他。

**珍惜时间的演讲稿200字篇三**

亲爱的老师，敬爱的同学

大家好！

同学们，生命是什么？让我来告诉你吧！生命只有一次，生命是要经历一分一秒的时间，与时间做朋友，与时间一起旅行！

在平常的时候，你会感觉到时间特别多。据我的计算，一天有八万六千四百秒。你在上课的时候，总会觉得时间过的很慢，当你在玩的时候，却觉得时间过的很快。因为上课时，你根本就是在认真听讲，没注意时间。在玩的时候，你很在乎时间。

在这个世界上，时间对每个人都是公平的，只是有些人活的态度与看法不同罢了。

时间是要自己去珍惜的，时间是不会因为你是百万富翁而让你多活一秒，也不会因为你没对社会做贡献而让你少活一秒。时间是要靠自己的努力所珍惜的，而不是靠几个钱就能买时间。俗话说：“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。”时间是买不来的。

作为一位学生，我们应该怎么珍惜时间呢？很简单，只要你每天好好学习，天天向上，勤奋学习，不怕吃苦，不浪费1分一秒。一回到家就做作业，不对着电脑，不对着电视，认认真真的做。一有作业就拿笔写，争取在学校中就完成，这样，在家中就可以复习了。

上课时不开小差，不做小动作，不带与学习无关的东西，这样，你的学习才有价值。

所以，同学们，我们要做一个聪明的人，珍惜时间，不要虚度光阴，人的生命只有1次。有些人活的时间很长，但碌碌无为，没人记住他；有些人活的时间虽然很短，却有一番大的作为，人们就记住了他。所以，我们要抓住现在的分分秒秒，成为国家的栋梁

**珍惜时间的演讲稿200字篇四**

敬爱的老师、亲爱的同学们：

今天我国旗下讲话的题目是：珍惜时间。

东晋诗人陶渊明曾有过这样的感叹：\"盛年不重来，一日难再晨，及时当勉励，岁月不待人。\"新的一天又开始了，有同学迎着晨光，伴着朝阳，大声背诵、朗读;有同学却显得无所事事;有同学在课堂上专心致志，心无旁骛;有同学却忙于聊天，摆弄桌底的玩物;有同学在作业，复习中，书写自己的刻苦;有同学却身在教室、心在其它地方玩耍。

伟大的文学家高尔基说过：“青春是有限的，但是智慧是无穷的;要珍惜短暂的青春，去创造无穷的智慧。”同学们，时间老人是公平，慷慨的，每人每天都24小时。可时间老人却又是不公和吝啬的：朗朗书声的晨读课，时间老人会无意停下脚步，与你一起合奏美妙的交响曲;聚精会神的课堂，时间老人会作暂时逗留，和你共享知识的芳香;全身心投入的晚自修，时间老人会放慢步伐和你一起品味学习的乐趣。懒惰、散漫者只能被时间毫不留情地留下刺眼的分数，留一头白发，两手空空，留下遗憾，悔恨和痛苦。

同学们，“勤奋生智慧，勤奋造天才”，知识的海洋是广阔无垠的，学习是一种艰苦的劳动，不下苦功是学不好的。一个真正渴望得到知识的人必须珍惜时间，勤奋努力，练就坚持不懈的顽强毅力，向愚笨索取智慧，向平庸夺得天才。

人的一生只有三天：昨天，今天和明天。昨天已留给记忆，明天将交给梦想，你所能把握的，就只有今天!让我们好好珍惜今天这美好时光吧!“莫等闲，白了少年头，空悲切”。当熟悉的铃声又在耳畔响起、琅琅读书声又响遍菁菁校园的时候，同学们，珍惜时间，辛勤的耕耘吧!努力学习一定会给你带来成功!预祝同学们取得优异成绩!

谢谢大家!

**珍惜时间的演讲稿200字篇五**

尊敬的老师们、同学们：

大家上午好！我是\_\_班的姚震，今天，我演讲的题目是《珍惜时间》。

在《人生宝鉴》公布了一个很有意思的调查资料——一个人活了72岁，他的一生是这样度过的。睡觉20年、吃饭6年、生病3年、工作14年、读书3年、体育锻炼、看戏、看电视、看电影8年、饶舌4年、打电话1年、等人3年、旅行5年、打扮5年。虽然这只是一个平均数，但不难看出有大部分的时间不得不被人们浪费掉。而读书时间少之又少。因此在古代才出现“头悬梁、锥刺骨”“以圆木为枕”“凿壁偷光”等感人故事。

我们拥有的时间都是平等的，都是一分60秒、一小时60分、一天24小时——————如何在相同的时间环境里产生不同的效果，产生不同的价值？

我感觉应从以下方面考虑：“今日事今日毕”是我国的传统美德，这是最好的时间观。贵在于行动，坚持到底，要珍惜时间就抓住今天吧！勤奋有志的人，他们深深懂得时间就是生命，从不把今天宝贵时光白白浪费。

对于学生而言，要想学习成绩好，不仅要充分利用所有人共有的时间外（如上课的45分钟充分利用），更应该抓住一般人抓不住的时间（即在校的小时间）。比如早晨早起会，中午少睡会，少玩会，吃饭快会，走路快点，课间的10分钟等。抓住了这些“小时间”，相当于延长了一天的学习时间。久而久之，积少成多，有的学生的学习时间就比别人多了。“小时间”最可贵，是最不在乎的，也是最容易丢弃。常会有的学生说：“我有的是时间，我不在乎那些小时间，到时候我再努力也不晚——————”这是极不成熟的时间观。

总之，盛年不重来，一时难再晨，及时当勉励，岁月不待人。如何在有限的学习时间里拥有更多的学习时间？如何用三年的时间去换取一生的幸福？就让我们从主宰时间开始吧！成为时间的主人翁。

**珍惜时间的演讲稿200字篇六**

敬爱的老师，亲爱的同学们：

时间对于每个人都是公平的。一年365天(最多366天)，一天24小时，一小时60分钟，一分钟60秒，对每个人都一样。但由于人们对待时间的态度不同，因此就有不同的结果。珍惜时间的人“留下串串果实”，不仅延长了生命，而且使生命富有意义;浪费时间的人却“两手空空，一事无成”，只有徒伤悲，空叹息。对我们学生来说，也是这样的。经过一学期的学习，有的同学取得了优异的成绩，各方面都有了长进;而有的同学却收效甚微，甚至一天更比一天差。这是因为珍惜和不珍惜时间造成的差别。

时间有一个特点，就是一去不复返。即使是最伟大的科学家，使用最先进的科技手段，也不能把时间挽回。因此，著名科学家富兰克林把时间比作生命;我国现代伟大的文学家鲁迅把浪费别人时间比作“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，无所作为的。

人的生命宝贵，人的青少年时期尤为宝贵，因为青少年时代正是人的一生中最重要的成长时期、打基础时期。所以，勤奋学习不仅是祖国和人民向我们青少年提出的要求，也是我们自身成才的先决条件。民族英雄岳飞在《满江红》这首词里疾呼：“莫等闲，白了少年头，空悲切!”因此我们应该学会做时间的主人，紧紧抓住时间。抓紧时间，就是要科学安排时间，巧妙地利用点滴时间，提高单位时间利用率。抓紧时间还要善于抓住今天。我们要不断总结昨天，设计明天，但最关键的是要牢牢抓住今天。

同学们，我们是21世纪的主人，希望大家都能珍惜时间，科学地分配时间，使每年、每月、每天、每小时、每分钟都过得有意义，让每一秒钟都成为我们创造辉煌人生的基石!

我的演讲完毕，谢谢大家!

**珍惜时间的演讲稿200字篇七**

(合)尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

大家早上好! 今天，我们六(1)中队演讲的主题是“珍惜时间，热爱学习”。

1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，它要靠我们今天的智慧、勤劳和刻苦，只有今天的努力，才能换来明天的美好。

2同学们，当你们玩着迷人的电脑游戏，坐着快捷高速的列车，接听着越洋电话的时候，你是否意识到了科技的力量，知识的力量?

3知识改变了我们这个世界，也改变了我们生活，学习的重要性显而易见，学习对我们每个人来说是多么重要啊!处在人生黄金时期的我们应该珍惜时间，热爱学习。

4我们来看看鲁迅的故事吧。鲁迅先生少年时期，在江南水师学堂读书，第一学期成绩优异，学校奖给他一枚金质奖章。他立即拿到南京鼓楼街头卖掉，然后买了几本书来读。江南的夜晚是寒冷的，人们早早地享受着被窝的温暖，鲁迅却在昏黄的灯下津津有味地读着世界名著。由于他热爱学习，热爱读书，文学功底深厚，后来终于成为了我国著名的文学家。

1科学家牛顿非常喜欢做实验。有一次，牛顿感觉肚子饿了，就想煮一些鸡蛋吃。煮了很长时间后，锅里的水沸腾了，他掀锅一看，“啊!”地惊叫起来，锅里煮的竟是一块怀表。原来他专心考虑问题时，竟然把怀表当做鸡蛋放在锅里煮了。牛顿傻吗?好像很傻。其实，正是因为有这种热爱学习、废寝忘食的精神，才使牛顿成为了“万有引力”的发现者。

2同学们，不要再抱怨学习枯燥乏味了，“热爱是最好的老师”，只有全身心地投入学习，才能收获丰硕的果实。我们身边那些优秀的学习者，哪一个不是热爱学习的人呢?

(合)让我们一起珍惜时间，热爱学习，做学习的小主人，让知识为我们插上理想的翅膀吧!

我们的演讲结束了， 谢谢大家!

**珍惜时间的演讲稿200字篇八**

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”这句格言，很深刻的教育人们不要浪费一分一秒，珍惜时间就是珍惜生命，生命对于每个人都很重要，我们每个人都应该好好地珍惜时间，创造自己的生命价值。这句格言现在已经铭记在我的心中了。

想想平时，我是多么的能浪费时间，总是写着作业还带玩耍，一心二用。就说我记得非常清楚的一件事，我写作业的时候边写边玩，妈妈看见我一直心不正焉的，就气不打一处来，狠狠地训斥了我一顿，屁股上还揍了几下!妈妈还恨铁不成钢地说：“我怎么有你这个不争气的儿子，每天就是这样爱浪费时间!”挨打之后，自我反醒了好长时间，自己也不明白为什么老爱边写作业边玩，老爱磨蹭时间;刚过几天又会犯同样的毛病，为此妈妈伤透了脑筋。

现在学了这篇《和时间赛跑》课文后，我真正的懂得了时间的珍贵，文章中作者说了几句话，“放学看到太阳快落山了，就下决心要比太阳更快地回家，回到家看到太阳还露半边脸，就高兴的不得了，跑赢了太阳好开心。以后他就常做这样的游戏，有时和太阳赛跑，有时和西北风赛跑，有时一个暑假的作业十天就完成了，上三年级把五年级的作业都拿来做，每一次都胜过时间，他就是这样快乐的学习。”读着作者写的文章，我觉得自己脸红了，为什么我就不能向人家学习，也来和时间赛跑呢!

我以后一定要合理安排好时间，争分夺秒地做好每件事，就像课文最后一句话说的，“假若你一直和时间赛跑，你就可以成功”。

**珍惜时间的演讲稿200字篇九**

尊敬的：

时间就是生命，珍惜时间就是珍惜自己的生命。古人说：“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴!”这是很有道理的。我们要用自己的时间换取生命的价值。

美国伟大的科学家爱迪生，就是用自己宝贵的时间来证明生命的价值。爱迪生一生只读过三个月的书，被人认为是低能儿的爱迪生，长大后却成为举世闻名的“发明大王”。他无论是做实验，还是去观察，都用极短的时间解决。爱迪生常对助手说：“人生太短暂了，要多想办法，用极少的时间办更多的事。”爱迪生的强烈研究精神，使他改进人类的生活方式，作出了重大的贡献。

人应该学会在这有限的生命中完成更多有意义的事，把空闲的时间用成功补满。珍惜一分一秒，把自己的生命安排的井井有条，从此来证明自己生命的价值。

正因为富兰克林有着珍惜时间、珍惜生命的品质，使他拥有更多的时间，去研究、观察、试验。让他取得了非凡的成就。美国着名科学家富兰克林每天把自己的时间安排的井井有条。五点起床，规划一天的业务，并且自问：“我这一天做了什么好事?”8点-17点，工作、研究、试验;12点-13点，休息(阅读、吃午饭)18点-21点，吃晚饭、娱乐，并自问：“我今天做了什么好事?”

他的朋友为此很担心，生怕他的身体出了毛病，便劝道：“天天如此，是不是过于辛苦……!”富兰克林连忙打断朋友的话：“那么也别浪费时间，因为时间是组成生命的材料!”

世界上没有后悔药，也没有能让时间倒流的办法，它只会从你身边跑走，我们要紧追它，这样才能给自己一个充实的人生。

谢谢大家!

**珍惜时间的演讲稿200字篇十**

亲爱的老师、同学们：

大家好!

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。

中国古代有许多珍惜时间的故事，像“头悬梁”，“锥刺骨”，“囊萤映雪”，“凿壁借光”等等，都是古人抓紧时间发奋、苦读的典范。古人在很艰苦的条件下都能抓紧时间，努力苦读，我们今天坐在宽敞明亮的教室里，晚上还有明亮的电灯，条件比古人好多了，可我们又有几个人珍惜这宝贵的时光呢?

记得有一次，就要考试了，老师在头一天晚上就提醒我们要认真复习，要看《水浒传》。可是，我却不听老师的话，在几天前就开始复习的话，这次考试对我来说就是张飞吃豆芽——一盘小菜。可是我没有，再加上我平时很少看《水浒传》，别人都快看完一半了，我才看了几回。没办法，只好抓紧复习，能看多少是多少。现在珍惜时间，已经没有用了。哎!早知今日，何必当初呢?要是我以前珍惜一些时间，把平时玩的时间抽出来看书、复习，今天就不会这样了。到了关键时刻，临时抱佛脚，是没有用的。结果，可想而知——考得一塌糊涂。

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。到那时，让这一个匆匆过客的时间，永陪伴在你我的左右吧!

谢谢大家!

**珍惜时间的演讲稿200字篇十一**

亲爱的同学们：

大家好！

今天我讲话的题目就是《珍惜时间》。

这个世界上唯一延绵不尽的就是时间；这个世界上唯一不能复制的就是时间；这个世界上唯一公平的也是时间。 时间，既看不见也摸不着。如果我们不紧紧抓牢它，它就会悄悄地从我们手指边溜走。也许有的同学会说，我从来没有浪费时间，可是我怎么觉得时间还是那么少呢？连作业都做不完。

这就对了！时间是由一分一秒累积起来的。其实，在你每次不经意地做作业的效率慢一点儿的时候，别人就已经把那点超出的时间用于做其它比如阅读方面的事。别人就会在其它方面超过你，久而久之，就会形成一种差距，这时，你如果不抢时间，争分夺秒，你就会和别人形成非常大的落差。 的确，时间对每一个人来说都是无价之宝，\"时间就是金钱\"。\"浪费时间就是浪费生命\"，已成为公认的信条。物质的财富，人们都可以用双手去创造，唯独时间是无法创造的。无论是创造物质财富或是精神财富，都必须花费一定的时间。

从这个意义上说，生命与财富，都是向时间暂借的。 鲁迅曾说过：\"时间就像海绵里的水，只要挤，总会有的\"。其实，时间就在我们身边。只不过我们没有发现罢了。在早自习时，我们大家都何尝不记点东西呢？可是时间总是有限的，刚和周围的同学说几句话，早自习就溜过去了，其实本不想讲话的，可是又一想，时间还长着呢，就这样，一节早自习就浪费掉了。时间怕的是我们来算细帐，比如利用早自习后吃早餐的那一段时间记单词，二十分钟就可记住许多的，等等。

只要我们学会利用一分一秒，何愁会觉得没有时间呢？ 珍惜时间，努力做好我们应做的一切，这是我们义不容辞的任务！

**珍惜时间的演讲稿200字篇十二**

各位老师、同学们：

大家好! 大家好!今天我要演讲的题目是《珍惜时间》。

不知不觉间，半个学期就要过去了，期中又来临了，我们又应该很好地总结反思一下自己了。我们现在的自习、自主支配时间越来越多，许许多多的同学，抓住了这个机会，充分、合理、科学、高效的利用每一分每一秒，补弱科，促强科，勤奋学习，拼搏进取，相信他们肯定会进步明显。但同时，也看到不少的同学早晨晚上、周六周日，嬉笑打闹，玩耍娱乐，东游西逛，无所事事，浪费时间，浪费生命。每当此时，我总是禁不住想大声疾呼：“同学，请珍惜时间吧!”

时间有一个特点，就是一去不复返。即使是最伟大的科学家，使用先进的科技手段，也不能把时间挽回。因此，著名的科学家富兰克林把时间比作生命;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\_\_”。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。珍惜时间，抓紧时间，时间就多;反之，时间就少。

同学们，你热爱生命吗?那么就请珍惜时间吧，因为时间是组成生命的材料。让我们珍惜大好的青春年华，充分、合理、科学、高效的利用好点滴时间，让时间的每一分每一秒都成为我们创造辉煌人生的基石!

我的演讲结束。谢谢大家!

**珍惜时间的演讲稿200字篇十三**

尊敬的老师，亲爱的各位同学：

大家好，我是五年级5班的穆艺腾，今天我演讲的题目是《珍惜时间》。

“君不见黄河之水天上来，奔流到海不复回。君不见言堂明镜悲白发，朝如青丝暮成雪”，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，是为了言极它的珍贵，却无法突出它的价值，或许有人反驳：人生劳碌，无非是为了金钱，为了生存，是在以时间换取金钱，可是人生在世，难道没有比金钱更重要的东西吗?有，那就是时间，金钱失去了可以由时间换回，然而，却没人能用金钱换取时间。

在时间的注视下，有人在努力，有人在迎向进取，有人在自甘堕落，有人将年华虚度，也有人勤恳奋发，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、不思进取的懦夫!我们正处在人生中最宝贵的黄金时期，有多少人羡慕，我们现在拥有的美好时光，羡慕我们未来有那么长的时间和生命，我们可不要浪费时间，我们最应该珍惜的应该是“今”，正如文嘉先生所说：“今日复今日，今日何其少，今日又不为，此事何时了?为君聊赋今日诗，努力请从今日始!”

在此我郑重呼吁各位同学，从现在起让我们珍惜时间，好好学习，创造自己美好的未来。

我的演讲完毕，谢谢大家!

**珍惜时间的演讲稿200字篇十四**

时间就是金钱，时间就是生命，时间是非常珍贵的。

有人说：世上最公平的就是时间，它没有偏见。可是，偏偏有的人觉得时间太多，有的人觉得时间太少；有的人觉得时间过得太快，有的人觉得时间过得太慢。其实，根本原因是人对待时间的态度不同。鲁迅先生说过：浪费别人的时间，等于谋财害命。这话绝非夸大其词。

从古至今，和时间赛跑的人很多，司马光就是其中一个。为了抢时间，避免睡过头，他特别设计了一种圆木枕头。睡觉时只要一翻身，枕头就会滚走，把他弄醒，好起床继续工作。司马光形象地把这种枕头就警枕。

20--年12月的一天，福州市钱塘小学四年级（2）班的小临被医院诊断患上了白血病，经抢救后苏醒过来的小临，告诉母亲的第一句话就是：我多么想活下去！

时间是有限的。而且，它像一只长着灵巧翅膀的小鸟，你不抓住它就会飞走了！

所以从现在开始我们要学会珍惜时间，合理利用时间。

**珍惜时间的演讲稿200字篇十五**

尊敬的：

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。

但在现实生活中，浪费时间随处可见，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，也浪费了老师和其他同学的时间;中午管理班不写作业，和同学聊天，玩一些小玩具，干一些不该干的事;有的同学迷恋电子游戏，适当玩电子游戏有益于我们的智力，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。

鲁迅因为珍惜时间而取得了成功，成为了一代大文豪! 可见，珍惜时间多么的重要，同学们，光阴似箭，日月如梭啊!我真切地希望我们每个人都能珍惜时间，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!而是成为祖国栋梁之材的骄傲与自豪!

谢谢大家!

**珍惜时间的演讲稿200字篇十六**

我演讲的题目的是《和时间赛跑》

时间对于每个人都是公平的。一年365天(最多366天)，一天24小时，一小时60分钟，一分钟60秒，对每个人都一样。但由于人们对待时间的态度不同，因此就有不同的结果。珍惜时间的人“留下串串果实”，不仅延长了生命，而且使生命富有意义;浪费时间的人却“两手空空，一事无成”，只有徒伤悲，空叹息。对我们学生来说，也是这样的。经过一学期的学习，有的同学取得了优异的成绩，各方面都有了长进;而有的同学却收效甚微，甚至一天更比一天差。这是因为珍惜和不珍惜时间造成的差别。

时间有一个特点，就是一去不复返。即使是最伟大的科学家，使用最先进的科技手段，也不能把时间挽回。因此，著名科学家 “富兰克林”把时间比作生命;我国现代伟大的文学家 “鲁迅” 把浪费别人时间比作“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。人的生命宝贵，人的青少年时期尤为宝贵，因为青少年时代正是人的一生中最重要的成长时期、打基础时期。所以，勤奋学习不仅是祖国和人民向我们青少年提出的要求，也是我们自身成才的先决条件。民族英雄岳飞在《满江红》这首词里疾呼：“莫等闲，白了少年头，空悲切!”因此我们应该学会做时间的主人，紧紧抓住时间。

抓紧时间，就是要科学安排时间，巧妙地利用点滴时间。抓紧时间还要善于抓住今天。我们要不断总结昨天，设计明天，但最关键的是要牢牢抓住今天。

同学们，我们是21世纪的主人，希望大家都能珍惜时间，科学地分配时间，使每年、每月、每天、每小时、每分钟都过得有意义，让每一秒钟都成为我们创造辉煌人生的基石!

我的演讲完毕，谢谢大家!

**珍惜时间的演讲稿200字篇十七**

老师，同学们：

大家早上好!

我今天想和大家分享一个很古老但十分有意义的话题——那就是珍惜时间。

很多同学都写过关于未来，关于明天的作文。在作文中，同学们常这样谈论明天：明天的科技更发达，明天的家园更美好……

是的`，我们都相信明天是美好的。但美好的明天不会从天上掉下来，它要靠今天每个人的智慧和勤劳，只有今天的努力，才能换来明天的美好。生命的内涵在于今天。生命是宝贵的，它是由一分一秒的时间堆积而成的。

我们的祖先曾写过首《明日歌》：“明日复明日，明日何其多，我生待明日，万事成蹉跎”。这首诗写得非常好。明天对人类来讲也许是用不完的，但对每一个人来说，却是有限的。

同学们，像谚语中描述的那样“一寸光阴一寸金”，请珍惜好时间这笔财富吧：就让我们从现在做起，从升起做起，上好今天的每堂课，做好今天的每一节操，读好今天的每一本书，做好今天的每一件事，时刻把握好每一个今天，时刻准备好，才能迎接更美好的明天。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找