# 最新珍惜时间讲话稿2024年

来源：网络 作者：紫芸轻舞 更新时间：2024-09-14

*人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。相信许多人会觉得范文很难写？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。最新珍惜时间讲话稿2024年一尊敬的...*

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。相信许多人会觉得范文很难写？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。

**最新珍惜时间讲话稿2024年一**

尊敬的老师、同学们：

大家好！

“花有重开日，人无再少年。”花儿谢了，明年可以再开，然而，生命是短暂的，并且只有一次；时间是永恒的，而属于人们自己的时间却是如此短暂。所以，我们要珍惜时间，在自己有限的时间里，绽放出无限的光彩！

古人云：“莫等闲，白了少年头，空悲切！”时光如梭，光阴似箭，转瞬即逝，不要让时间白白跑掉，要学会抓住时间，要知道“浪费别人的时间就等于谋财害命，浪费自己的时间，无异于慢性自杀。”

一天二十四小时，这是亘古不变的。但是，我们要学会在这有限的时间内做出一些有意义的事，而不是白白虚度光阴。“种瓜得瓜，种豆得豆”。要知道时间给予勤劳的人以智慧和力量，给予懒惰之人以贫穷和无知。如果少年时期你不知珍惜时间，到老了才后悔，那可是一辈子都无法弥补的恨啊！同时，时间也是公正的，它不会多给人一秒，同理，它也不会少给人一秒，所以无论怎样，时间对待每个人都是一样的，谁也无法改变。

“时间就是生命，时间就是速度，时间就是力量。”“世界上最快而又最慢，最长而又最短，最平凡而又最珍贵，最容易被人忽视、而又最令人后悔的就是时间。”这两句名言说的一点都不错。对于医生来说，时间就是生命；对于赶向灾区救援的武警来说，时间就是速度。为什么一天二十四小时是不变的，但有的人却觉得它快，有的觉得它慢呢？因为人们面对时间的心态不同，所以会让人们对时间产生有时快、有时慢的错觉。

时间总是容易被人忽视，因为人们总觉得今天过完还有明天，明天过完还有后天，后天过完。这样一直推迟下去，一辈子就这样过完了。当生命快要结束时方才悔悟，那已为时晚矣！

所以，如果不想让自己后悔，如果你珍惜生命，那就从今天、现在、此刻开始：珍惜你的每一时、每一分、每一秒吧！不要让自己后悔！

**最新珍惜时间讲话稿2024年二**

各位老师，同学们：

大家早上好，上周高二（10）班在郭老师的带领下出色的完成了值周任务，同时也要感谢郑\_\_，杨\_\_，潘\_\_等老师的辛勤工作。上周学校教育教学情况都比较好，主要想说一下挂校牌的问题。有个别同学把校牌当作进校的通行证，给检查的同学看过之后就放进口袋里，有几位同学从周三到周六校牌的绳子都是断的，还有两位没带校牌的同学，不肯配合值周班同学的工作，直接跑掉了。我们应该意识到，校牌是你在学校身份的象征，而不只是你进出校门的通行证，正确佩戴校牌是一名学生必须遵守的行为规范。如果确实忘在教室，也请先登记，再去把校牌拿来给检查的同学核实一下。撒腿就跑，这不是解决问题的方式。

今天的操场显得格外的空旷。上周我们的高三学长在参加了高考和隆重的毕业典礼后，为自己三年的高中生活画上了圆满的句号。古话说：“入泮宫，出府学，上青云路”，高三的同学从此告别母校，踏上了新的征程。在毕业典礼上，朱校长回忆了与高三同学们共同度过的三年美好时光，对他们表达了殷切的希望和深情的祝福，希望他们从这里走向自己的世界，成为最好的自己。离别的场面总有点伤感，老天在几经啜泣后终于也潸然泪下，最后嚎啕大哭起来。雨水淋湿了大家的衣服和头发，但是我们看到的是同学们的从容，谦让、有序，看到的是大家在雨中的坚守，看到的是男生把雨伞让给女生的风度。“腹有诗书气自华”，稽中学子应该有这样的优雅气质和翩翩风度。

刚才吴琴梨同学提醒大家是否注意到了门牌号的变化。时间如同一条静静流淌的河，每一分、每一秒，都在我们的不经意间，悄无声息的流失了。时间对每个人又都是公平的，它不会多给谁一分，也不会少给谁一秒。但是在相同的时间里，有些同学总感觉作业做不完，时间不够用。作为一名高中生，如果没有养成良好的时间管理习惯，对于今后的学习、工作是非常不利的。下面就如何管理时间，我想提几个建议。

（一）制订计划，列出清单，明确每天的任务和目标

有了学习计划，心中就有了奋斗目标，制订计划对时间的管理是非常重要的。

首先，要按照自己的实际情况来订计划，这个计划是自己需要的也是能够完成的；其次，计划以每周计划为主，再合理的分配到每一天中。在周日的下午制订好下一周的学习计划，在每天晚自修结束前10分钟回顾一下当天计划的完成情况，并制订好第二天的学习计划，把这些计划以清单的方式记录下来。第三，计划中的任务和目标需要符合“具体、可衡量、可行、及时”这样几个原则。

比如“明天晚自修第一节课我要做物理选修三44页欧姆定律的习题”就比“明天晚自修我要复习一下物理”更加具体、可行。

（二）有选择的处理我们遇到的事情

如果对时间管理的理论有一点了解的话，应该都听说过“四象限”原则。这个原则把事情划分成了重要且紧急、重要但不急、紧急但不重要、不紧急也不重要四个象限。把又重要又紧急的事情优先处理，这符合常规逻辑，但每天除了办又急又重要的事情外，一定要注意不要成为急事的奴隶。有些急但是不重要的事情，你要学会放掉。而最容易被我们忽略的往往是重要而不紧急的事情，当这些事情一件件积累下来，紧急而重要的事情就会便多，你就会手忙脚乱。所以如果每天都能做一些重要而不紧急的事情，你未来的生活才会更加从容。

（三）合理分配时间，提高学习效率

学习效率就是用你全身心投入学习的时间除以学习总时间。有些同学学习总时间不少，而成绩却上不去，多数是由学习效率低下造成的。那么如何提高学习的效率呢？首先要静的下心来，静心后才能集中精神，同时要提高自己抗干扰的能力。其次，长时间的学习一门课程大脑容易疲劳，如果按照注意力集中的规律适时交换学习内容和学习方式，这样就可以使大脑疲劳区域得以休息，有些老师会说“政治课上累了，做几道数学题休息一下”是有科学依据的。最后要注意劳逸结合，每天有一定的运动量和充足的睡眠时间，适当的活动可以让神经中枢兴奋起来，更有利于记忆和学习。

“百川东到海，何时复西归。少壮不努力，老大徒伤悲”。希望我们大家都能珍惜时间，学会管理自己的时间，等你以后回首往事，不会因为自己碌碌无为而悔恨，也不会因虚度年华而羞耻。

**最新珍惜时间讲话稿2024年三**

敬爱的老师、亲爱的同学们，大家下午好!

今天我要演讲的题目是“珍惜时间”。

当灿烂的阳光绽放它的笑脸，当丝丝微风拂过你的脸颊，同学们你是否感觉到：枝头上那点点鹅黄的嫩芽，是春天的微笑?天空中那欢畅可爱的小鸟，是春天的心跳?是的，春天是美好的!可是，我们永远能留住这美好的春光吗?

高尔基曾经说过“世界上最快而又最慢，最长而又最短，最平凡而又最珍贵，最易被忽视而又最令人后悔的就是时间。”这句话就是告诉我们要珍惜时间。珍惜时间就是合理地利用时间。时间对我们每个人都很重要，它不会为谁停留。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;当你睡觉的时候，时间又从你的美梦中溜走了。你想挽留时间吗?那就得靠自己把握时间。正如鲁迅先生所言“时间就像海绵里的水，只要愿挤，总还是有的”。

是啊!时间是最公正的裁判，不管你是富有的还是贫穷的，都会公平的分配给你大好的时光，一年三百六十五天，一天二十四小时，一小时三千六百秒，就看你如何合理安排了，也许有的人会在这一天里创造出一项伟大的发明，而有的人可能在一天里碌碌无为、虚度时光。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，每天在一起学习、生活，同样的环境，同样的课程，同样的老师，为什么有的同学学习好而有的学习不好呢?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，所以他才有了更大的收获!

花儿谢了有再开的时候，草儿枯了有再绿的时候，而时间呢它还会有再来的时候吗?时间是一去不复返的，所以我们不要把今天的事拖到明天去做，因为明天还有明天所要做的事情。

时间既是短暂的，又是永恒的，时间的存在本身就是一种希望，不要害怕时间的无情，也不要感慨时间的短暂。一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴，我们应该珍惜自己所拥有的美好时光。希望大家珍惜自己的每一分每一秒，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。

**最新珍惜时间讲话稿2024年四**

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。

但在现实生活中，浪费时刻表随处可见，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资料，既浪费了自己的时刻，也浪费了老师和同学的时刻；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刻……。也许大家都认为这些是小事情，但是时刻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刻。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，跑药店，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刻安排。此后，鲁迅几乎每一天都在挤时刻。他说过：“时刻，就像海绵里的水，只

要你挤，总是有的。”鲁迅兴趣十分广泛，因此时刻对他来说，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，时刻就如同生命。他曾说：“美国人说，时刻就是金钱。但我想：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！

可见，珍惜时刻多么重要。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刻，成为时刻的主人，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！

谢谢大家！

**最新珍惜时间讲话稿2024年五**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家上午好!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。聪明的人，反思昨天，抓紧今天，规划明天;愚蠢的人，哀叹昨天，挥霍今天，梦幻明天。人的一生只是由无数个今天构成的，因为不会珍惜今天的人，既不会感怀昨天，也不会憧憬明天。

如果在昨天，你取得了一点成绩而沾沾自喜，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。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。

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，缩短甚至超越与别人的距离。在这一天快要结束的时候，大家应当认真反思你在这一得天的所作所为，自己是否真正做到了珍惜时间。

老师上课时，你是否因为知识枯燥难懂而放弃听课;在上自习课时，你是否因为自己意志薄弱而心不在焉;在家中做作业时，你是否禁不住电视和电脑游戏的诱惑而虚度时光;在周末，你是否因为贪玩而无暇顾及书本?

高尔基曾经说过：“世界上最快而又最慢，最长而又最短，最平凡而又最珍贵，最易被忽视而又最令人后悔的就是时间。”时间是一种无时无刻把握在我们手中而又无时无刻在从我们手中消逝的东西。没有任何东西可以换回已经流逝的时间。“盛年不重来，一日难再晨，用时宜自勉，岁月不待人。”如果你不前进，时间就永远不会等你。如果你不努力学习，在时间的洪流中，你就会离别人的差距越来越远。正所谓“逆水行舟，不进则退。”

【最新珍惜时间讲话稿2024年】相关推荐文章:

珍惜时间国旗下讲话稿范文

小学生珍惜时间国旗下讲话稿

中学生珍惜时间演讲：珍惜光阴

小学生国旗下讲话稿珍惜时间汇编

2024珍惜时间主题国旗下讲话稿

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