# 最新珍惜时间演讲稿1000 珍惜时间演讲稿700字左右(十九篇)

来源：网络 作者：紫陌红尘 更新时间：2024-08-18

*演讲稿也叫演讲词，它是在较为隆重的仪式上和某些公众场合发表的讲话文稿。我们想要好好写一篇演讲稿，可是却无从下手吗？下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。珍惜时间演讲稿1000 珍惜时间演讲稿700字左右篇一时间就是生命，珍惜时间就...*

演讲稿也叫演讲词，它是在较为隆重的仪式上和某些公众场合发表的讲话文稿。我们想要好好写一篇演讲稿，可是却无从下手吗？下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

**珍惜时间演讲稿1000 珍惜时间演讲稿700字左右篇一**

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!

**珍惜时间演讲稿1000 珍惜时间演讲稿700字左右篇二**

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家好!

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!

**珍惜时间演讲稿1000 珍惜时间演讲稿700字左右篇三**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

今天，我要和大家讨论的话题是：珍惜时间。

俗话说：“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。”时间是人类宝贵的财富，多少名人踏上成功之路，都有一个共同的特点——他们都具有珍惜时间的好习惯。

“虽然明天还有新的太阳，但永远不会有今天的太阳了。”这句名言警句来自林清玄的口中。也正因为珍惜时间，林清玄成为中国台湾地区作家中最高产的一位。“光阴似箭，日月如梭”，同样的时间，珍惜时间的人常常说时间过得好快；虚度光阴的人常常会说时间好慢啊。就是因为他们对时间的认识不同。

科学家爱迪生争分夺秒地工作，为人类社会的文明和发展作出了巨大的贡献。他一生发明专利超20\_\_项，有很多珍惜时间的故事。一天，爱迪生在实验室里工作，他递给助手一个没上灯口的空玻璃灯泡，说：“你量量灯泡的容量。”他又低头工作了。过了好半天，他问道：“容量多少？”可是他没听见回答，转头看见助手拿着软尺在测量灯泡的周长、斜度，并拿了测得的数字伏在桌上计算。他说：“时间，时间，怎么费那么多的时间呢？”爱迪生走过来，拿起那个空灯泡，向里面斟满了水，再将水倒入量杯，交给助手。

战场上，时间就是生命，时间的宝贵就不用多说了。红军巧渡金沙江，夜以继日地行走，他们的目的就是跟时间赛跑，夺取战争的胜利！由此看来，时间关乎着国家的存亡。

改革开放的大潮，机器时代的来临，都说明时间越来越被人类重视。是啊，时间总在悄无声息地流逝。燕子去了有再来的时候，桃花谢了有再开的时候，杨柳枯了有再青的时候，但时间呢？时间去了就永远也回不来了。

记得鲁迅说过：“时间就像是海绵里的水，只要用力挤，总还是有的。”同学们，小学阶段我们剩余的时间不多了，接下来我们将面对更大、更多的挑战，让我们一起把握时间，珍惜时间，努力学习吧！

**珍惜时间演讲稿1000 珍惜时间演讲稿700字左右篇四**

各位老师，各位同学：

大家好!

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。

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!

**珍惜时间演讲稿1000 珍惜时间演讲稿700字左右篇五**

同学们，你们看，碧绿的大海里，鱼儿在自由自在地遨游;你们听，蔚蓝的天空下，鸟儿在欢快地鸣唱......哦!这个世界最生机盎然的就是生命!正是这一条条鲜活的生命啊，让我们的整个地球也鲜活起来。

我一直喜欢那一首歌：《在我生命中的每一天》，歌中唱道：“看时光飞逝/我祈祷明天/每个小小梦想/都能够漫漫实现/我是如此平凡/却又如此幸运/我要说声谢谢你……”每当那熟悉的旋律响起，我就感到生命的可贵。

每天清晨，当朝霞映红了我的脸庞，当树上的小鸟叫醒了我的甜梦，我知道新的一天又开始了。我挎上书包，迎着初升的太阳，奔向了美丽的校园。在课堂上，静静地聆听老师的每一个字，每一句话，犹如初生的婴儿，贪婪地吮吸着甘甜的乳汁;在操场上，同学们追赶着，嬉戏着，校园到处是欢歌笑语。我感谢我的爸爸、妈妈——是他们给予了我宝贵的生命，是他们让我感受这快乐幸福的时光。我还要感谢我的爷爷、奶奶，他们的慈爱像阳光一样照亮了我的每一个角落!

是啊，生命就像一朵朵花，绚烂多姿，美化了整个世界，更激活了整个星球，然而，生命也是脆弱的，稍不留神就会枯萎，凋零。让我们看看发生在去年的一幕幕惨剧吧：

6月15日，孙吴县沿江乡中心小学四年级学生胡双双不听同学劝阻，下江洗澡后溺水身亡。

6月26日，黑龙江国际旅游商务学院9名同学相约去学校6公里的松花江边游玩，3名同学下水洗浴，由于对地势不了解，其中2名溺水身亡。

在自然灾害面前，生命更是极其脆弱，极其渺小。今年5月12日，14点28分，一场突如其来的大地震，瞬间夺去了多少人的生命!一千人，两千人……一万人，二万人……统计数目急剧上升，触目惊心!原本阳光灿烂的生命刹那间离开了亲人，离开他们深爱的世界。他们劫后余生的亲人扑在那里痛哭流涕，他们的悲伤也勾起了电视机前多少观众的泪水。

同学们，我们有阳光，有父母，我们可以高高兴兴上学去，可以自由自在地学习和玩耍，我们是多么幸福!同学们，让我们吸取生活中教训，珍爱生命中的每一天吧。看时光飞逝，我祈祷明天，愿我们每个小小的梦想，都能够慢慢地实现!从现在开始，从我们做起：不要因贪玩，而失去了宝贵的生命。让我们健康成长，让生命之花永远芬芳璀灿!

**珍惜时间演讲稿1000 珍惜时间演讲稿700字左右篇六**

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好!今天我们演讲的题目是《珍惜时间，努力学习》。

俗话说得好：“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。”时间就是珍宝，时间是一切能力中最强的力量。人的生命是短暂的，但是我们只要争分夺秒，与时间作斗争，到老，也无怨无悔。

同学们，你们一定要“珍惜时间”，俗话说;“少年易老学难成，一寸光阴不可轻。”我们现在正是读书的好时节，“花有重开日，人无再少年。”我们现在条件很好，要努力学习，有些同学认为学习非常无聊，我教你，你们可以把学习看成一门兴趣，把语文看成与人对话，把数学看成找凶手，你是一个侦探，一定要细心的找，找到真正的凶手，才不会冤枉好人。

知识就像滚雪球，越滚越多，并不要急于求成。只有抱着好的心态，才会更充实。时间与知识，也就是努力用时间去学习知识，但也要合理利用，你可以看一会儿书或写一会儿作业后向远处望望，记住哦!学习是好的，但也要注意保护视力。

“知识改变命运。”大家一定都听到过吧!知识是绝对无敌的，对于一个人来说：“你只要有了知识，你人生的命运就可能改变!”

班上有些家里条件不是很好的同学，你不要感到自卑，你现在只要努力学习，珍惜时间，利用课余时间去多读些书，让你的脑袋变灵活，你今后人生的命运就可能进行大转变，努力吧!用“知识改变命运”来激励自己，努力吧!

同学们，用一句话来告诫大家，“珍惜时间，努力学习。”让我们拥有一个美好的未来，让我们共同在一片蓝天下努力吧!我们的演讲到此结束，谢谢大家!

**珍惜时间演讲稿1000 珍惜时间演讲稿700字左右篇七**

老师们同学们：

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!

**珍惜时间演讲稿1000 珍惜时间演讲稿700字左右篇八**

亲爱的老师、同学们：

大家好！

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，干一些不应该干的事；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大量宝贵的时间……。也许大家都认为这些是小事情，但是时间就在这一点一滴中浪费了。

今天，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：时间就是生命。”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！我真切地希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“少壮不努力，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！

**珍惜时间演讲稿1000 珍惜时间演讲稿700字左右篇九**

敬爱的老师、亲爱的同学们：

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!

**珍惜时间演讲稿1000 珍惜时间演讲稿700字左右篇十**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好!今天，我演讲的题目是：珍惜时间。

时间是十分宝贵的，“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴”说的就是这个道理。时间最珍贵的地方，是它的稍纵即逝、是它的不再重来，你不能回到过去，也不可能改变过去。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。”所以，我们千万不要等到失败的时候，才想起时间的宝贵，因为失去的时间不会重来，失去的机会也不会再来。因此，时间对于每个人来说都是最面无私的，一年三百六十五天，一天二十四小时，一小时三千六百秒。也许有的人会在一年的某一天创造出一项伟大的发明，而有的人则可能一辈子都碌碌无为。

正因为时间的宝贵，自古以来，但凡取得成就的人，没有一位是不珍惜时间的。大发明家爱迪生，平均三天就有一项发明，正是因为他抓住了分分秒秒的时间进行了仔细的研究，单是寻找用什么材料来作电灯丝就做了一千多个实验。伟大的文学家鲁迅先生有句格言，“哪里是天才，我把别人喝咖啡的时间都用在工作上。”著名的数学家华罗庚曾经说过：“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。”

既然成功都是垂青于那些珍惜时间的人，我们又有什么理由浪费时间呢?我们我们正处在人生中最宝贵的黄金时期，唯有充分利用好现在充足的学习时间，学习更多的知识，今后才会有更大的收获。古人云：“少壮不努力，老大徒伤悲”。所以我们现在可不能浪费时间，千万不要等到一切都无法挽回时才想起时间的可贵。我们只有现在珍惜时间，这样当我们回首往事时，才会无怨无悔。因为我们都曾努力过。所以，我们应该学会做时间的主人，上课、自习、做作业都要排除一切干扰，高度集中注意力，充分利用好课堂上的每一分钟，专心听讲，认真思考，抓紧每一分，每一秒。当然，抓紧时间，并不是要死读书，读死书。我们要科学安排时间，巧妙地利用时间，提高时间的利用率。只有这样，今后才会拥有更大、更完美的收获?

同学们，在这充满收获的金秋时节，让我们做个珍惜时间的人吧!珍惜时间，就是珍爱我们的生命!珍惜时间，我们将会收获更美好的明天!

我的演讲结束了，谢谢大家!

**珍惜时间演讲稿1000 珍惜时间演讲稿700字左右篇十一**

老师、亲爱的同学们:

大家好!今天我演讲的题目是《珍惜时间，努力学习》。

有人说，人的一生有三天:昨天，今天，明天，这三天组成了人生的三部曲。但是我说，人的一生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。尤其对于正处在学习阶段的我们来说，更应该抓住今天努力学习。卡来尔激励我们:“天才就是无止境的刻苦勤奋的能力。”中国古人更给我们留下悬梁刺股、凿壁偷光、囊萤映雪的千古美谈。

努力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!”汉乐府诗有句富有哲理性的名言:“百川东到海，何时复西归，少壮不努力，老大徒伤悲。”因此，我们应该学会做时间的主人，抓住今天的分分秒秒，用今天的努力去弥补昨天的空隙，去实现明天崇高的理想。抓紧时间就是要充分利用时间，上课、自习、做作业都要高度集中注意力，排除干扰。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。

同学们，在学习的道路上我们只有勤奋努力踏实地将一点一滴的知识掌握，才能最终走向成功。一分耕耘一分收获，在耕耘的时候，我们就应该付出辛勤的劳动，收获的时候才会有满意的果实，才会成果丰硕。

所以我们现在应该惜时如金，认真利用现在的每一分每一秒，勤奋努力，为自己以后的学习打下坚实的基础.聪明的人，检查昨天，抓紧今天，规划明天;愚蠢的人，哀叹昨天，挥霍今天，梦幻明天.一个有价值的人生应该是: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从而更勤奋努力学习吧!

我的演讲完毕!谢谢大家!

**珍惜时间演讲稿1000 珍惜时间演讲稿700字左右篇十二**

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。

一天，我在书上读了《宝贵的一分钟》这篇文章，我懂得了一分钟的价值;时间就是财富。文中有一句话讲到，“激光一分钟可以走一千八百万公里。最快的电子计算机一分钟能运算九十亿次”。这数据让我惊讶得吐了吐舌头，体现了时间的珍贵。如果我们白白浪费它，那不就等于图财害命了吗!光阴似箭，日月如梭。时间过得无比飞快，浪费每一个分钟，哪怕是浪费每一秒，将是无可挽回的。因此，我们应该和时间赛跑，不让它白白地溜走。读完了这篇文章，我立刻想起了那句名言——只要合理安排时间，就等于珍惜时间。随即，我决定改正缺点。每天早晨6点起床，开始读书。到学校应立即背书，每天放学后要做作业，不能心不在焉，小伙伴来玩时，我告诉他们我应做完做完才玩，晚上多看一些课外书。不论做什么事，都应合理安排时间。

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1000 珍惜时间演讲稿700字左右篇十三**

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!

**珍惜时间演讲稿1000 珍惜时间演讲稿700字左右篇十四**

尊敬的老师、亲爱的同学：

大家好!

今天我讲话的题目是《珍惜时间，勤奋学习》。

同学们，你们知道吗?世界上最快而又最慢，最长而又最短，最平凡而又最珍贵，最容易被忽视而又最令人后悔的是什么?那就是时间。

在不知不觉中，一个学期很快就要过去了。亲爱的同学，在这个学期你有什么收获呢?学习是一种艰苦的劳动，不下苦功是学不好的。在我们历流传着很多古人苦学的故事，如凿壁借光，那种勤学苦读的精神是非常可贵的。同学们，你们知道吗?在学习的道路上，我们只有勤奋踏实的将一点一滴的知识掌握，才能最终走向成功。

一分耕耘一份收获，只有付出了才会有回报。有位老师说过这样一句话：聪明的孩子，今天做明天的事;愚蠢的孩子，明天做今天的事。同学们，你是愿意做一个聪明的孩子，还是愿意做一个愚蠢的孩子呢?同学们，勤奋属于珍惜时间、爱惜光阴的人，属于脚踏实地、坚持不懈、持之以恒的人。因为勤奋，安徒生从一个鞋匠的儿子成为童话大王;因为勤奋，爱迪生才有了一千多种伟大的科学发明;爱因斯坦才得以创立了震惊世界的相对论。同学们，我们要勤奋学习，更要珍惜时间。新的一天开始了，有的有的同学迎着晨光，伴着朝阳，大声朗读、背诵;有的同学在课堂上勤于思考，积极发言;有的同学放学后，早早归家，在作业、复习中，书写自己的刻苦时间老人是公平的，慷慨的，他只给勤奋，刻苦的同学带去智慧，力量和喜悦。

我真诚地希望每一位同学都能成为时间老人偏爱的人，成为惜时如金的人，高效率地利用好该用的、能用的分分秒秒，在有限的时间内程度地掌握知识，学好本领，取得优异的成绩。同学们，让我们珍惜时间，勤奋学习，用勤奋迎接挑战，用勤奋改变命运，用勤奋创造奇迹。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。让我们从现在开始珍惜时间，勤奋学习，做时间的主人，用自己辛勤的汗水谱写人生的辉煌。

**珍惜时间演讲稿1000 珍惜时间演讲稿700字左右篇十五**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

早上好!

这天我国旗下讲话的题目是：珍惜时间，爱护生命。

时间是无始无终的，而每个人的生命却是有限的，属于一个人的时间也是有限的。如果一个人的生命走到了尽头，那么他所拥有的时间也即将宣告结束。

大千世界中，最伟大、最公正、最无私的是时间生活中最平凡又最珍贵的还是时间。春夏秋冬，年复一年。杨树枯了，有再青的时候百花谢了，有再开的时候。然而，一个人的生命却只有一次。“花有重开日，人无再少年”，时间亦是如此，一步一步，一节一节，永不停留，如若“黄河之水天上来，奔流到海不复回”，稍纵即逝。

因此，我们应珍惜属与自己的时间。古人说的“三更灯火五更天，正是男儿读书时。黑发不知勤学早，白首方悔读书迟”，正是告戒我们：生命有限，必须惜时如金，切莫把宝贵是光阴虚掷，而要趁着青春的大好时光多学点知识，在自己的有生之年里争取赶一反大事业。古人尚且如此，难道我们还不如古人吗?

珍惜时间就是爱护生命。大发明家爱迪生平均三天就有一项发明，他正是抓住了分分秒秒的时间去探索去研究，才取得如此大的成就。大文豪鲁迅曾说过：“哪里有天才，我是把别人喝咖啡的时间都用在工作上罢了。”

“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。”然而，在我们的生活中，有的人却不好好的珍惜时间，他们有的抱怨时间太慢，整天无所事事，得过且过。有的感慨时间的稍纵即逝，却不付诸行动去把握时间。要知道，时间是公正的，他回报勤劳者以硕果，回抱懒惰者只有“香如故”的坦然，抱着“落红不是无情物，化做春泥更护花”的豪情。陶渊明说：“死去何所道，托体同山阿。”泰戈尔说：“生如春花之灿烂，死如秋叶之静美。”生命的轮回是自然的规律，生命的凋谢也意味着生命的重塑。

我懂得了生命的意义，是在短暂和局限之中不断追求的完美，是正视上名的挫折和轮回。

让我们坦然地走过生命的平原和高山，走过春夏秋冬，真正地领悟生命的意义吧!

我的发言完毕，谢谢大家!

**珍惜时间演讲稿1000 珍惜时间演讲稿700字左右篇十六**

老师同学们：

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。两千多年前的孔子站在波涛滚滚的黄河岸边，望着眼前奔流不止的滔滔江水，不禁发出感叹：“逝者如斯夫，不舍昼夜。”孔子的这句话至今仍然启迪着我们，让我们知道了时间的珍贵性。现在，作为学生的我们，更应该珍惜时间，时间对我们来说是如此宝贵，只有把握好时间我们才能更好的学习知识。

鲁迅曾经说过：“浪费时间就等于慢性自杀。”是啊!在你浪费时间的同时，你的生命就在不停的消耗。我们虽然不能组织生命的消逝，但是我们可以好好利用每一分每一秒，让自己的生命更加绚丽多彩。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!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。但我们风华正茂，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!

**珍惜时间演讲稿1000 珍惜时间演讲稿700字左右篇十七**

亲爱的老师，同学们：

大家好，今天我要演讲的题目是《珍惜时间》。

人生百年，几多春秋。向前看，仿佛时间悠悠无边;猛回首，方知生命挥手瞬间。

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，属于一个热闹的时间也是有限的，它一分一秒，稍纵即逝。

然而，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。我觉的这句话形象地写出了成功的人，珍惜每分每秒，成就辉煌，而失败的人正因为抱着“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，日月如梭趱少年”。的确，时间的流速真另人难以估计，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。这句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”，犹豫地接近;“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。珍惜时间吧，它是生命中最可贵的东西。

**珍惜时间演讲稿1000 珍惜时间演讲稿700字左右篇十八**

尊敬的老师、亲爱的同学：

大家好!

历数古今中外一切有大建树者，无一不惜时如金。汉乐府《长歌行》有这样的诗句：“百川东到海，何时复西归?少壮不努力，老大徒伤悲。”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情。”可见，从古至今，珍惜时间就是缔造辉煌。

有这样一篇回忆录，回忆一位同志向列宁汇报工作，列宁批准了他的计划，并问道：“那么你们什么时候开始呢?”“明天开始”那位同志说。列宁却批评他说：“为什么不今天开始呢：就是现在!”从中我们可以看出列宁是非常珍惜时间的。列宁的成就，我们能说没有他珍惜时间的成分在里面吗?

据达尔文的妻子埃玛回忆，达尔文在写作《物种起源》一书时，经常昼夜不眠，没有一夜超过五个小时，在他身患重病，生命垂危时，仍然坚持观察，记录植物的生长情况，直到临终前两天都未间断。《物种起源》就像诉说了达尔文惜时如命的精神。

如此说来，珍惜时间会给我们带来成就，但如果不珍惜时间呢?

有一个真实的故事让我震撼：意大利有一家面巾纸厂濒临破产，当时有一笔很大数额的订单出现在他们面前，只要等待装载着客户要的10吨面巾纸的轮船到达客户那里，就能让工厂复活。可是客户等了好几天货物也没有送到，于是客户生气取消了订单。但就在客户刚刚取消订单后，面巾纸送来了。只是因为送货物的工人错过了第一班轮船开船时间，而导致了一个工厂倒闭，这真实案例怎能不让人震撼?由此可见，有一个良好的时间概念是多么的重要。如果现在我们不珍惜时间而错过了许多机会，我们只会遗憾的摇摇头的话，那么万一错过了中考、高考呢?

“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”。眼下的中考又何尝不是这样呢?我们总是想着，今天的任务明天做吧，明天的任务后天做吧，可是后天呢?最后，希望大家记住，明日复明日，明日何其多。我生待明日，万事成蹉跎。

**珍惜时间演讲稿1000 珍惜时间演讲稿700字左右篇十九**

敬爱的老师，亲爱的同学们：

时间它是人们生命中的过客，往往在我们不知不觉中它便悄然而去，不留下一丝痕迹。人们常常在它逝去后，才渐渐发觉留给自己的时间已所剩无几。

有一次，使我感触很深，当时是一次测验临近。同学们都拼命复习着，我也暗暗下决心好好复习，考个好成绩，还规定自己每天早上要比平常早起1小时来复习，晚上要好好完成当天的作业在认真复习。可是在实践中我却没能坚持。

在“开夜车”时，不失时宜地对自己说：“算了吧，都这麽晚了，该休息了明天再写。还在临睡前特地交代妈妈\"明天早点叫我起床”，然而，在第二天早上妈妈喊过后总是用各种说法来说服自己多睡一会，就这样不仅早饭不能吃，还风一样冲出家门，一路狂奔去学校，心存侥幸试图挽回已去的时间，但一切均为一晚，哪里有时间去将昨夜未完成的功课补上。

考试终于到来。同学们都拿笔写起来，可是我却坐在那里拿着笔发呆，因为之前没有认真复习，所以对于我来说这些题简直就像天书一般。再看看别的同学，有的在不停地写着，有的胸有成竹地写着，而我硬着头皮勉强地做了一些。回到家里妈妈问我考的怎么样，我回答说：“不好，没有时间复习！”妈妈说：“你还说呢，人家复习你却偷懒怎么会考好呢？还有，时间是靠人一点点挤出来的，不是你说有就有，没有就没有的。

只要你懂得利用每一分每一秒，就能成功。”我一时被说的无话可说。的确每当我想认真复习时，心里就不安分起来，往往都是半途而废。时间就是如此，在我松懈中无情地流逝了远去了。

从那时起，早上铃响后，我不在磨磨蹭蹭，一骨碌爬起从不偷懒，午饭时也不再做“尾食家了”，时刻提醒自己抓紧时间学习，因为我知道当时间过去便没有了时间，后悔是来不及的。所以我要把握好每一分每一秒，把握好今天，把握好现在，就等于把握住了美好的明天。

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