

2023年珍惜演讲稿(模板8篇)

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。那么你知道演讲稿如何写吗？下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

珍惜演讲稿篇一

那两只老虎，如果舒舒服服地生活在笼子里，不会死在野外；如果野老虎不贪图笼子里舒适的生活，就不会困在笼子里。从上面的故事中，我们可以知道，每个人都有自己的幸福，我们需要珍惜自己的幸福，不能羡慕别人的幸福而忘记自己。

在这个时代飞速发展的今天，像那两只老虎一样的人还是很多的。他们总是认为自己得不到幸福和关心，总是羡慕别人的幸福生活。于是成都就出现了他们的儿子因为被迫读书而被迫杀死母亲的悲惨场景，校园里有很多跳楼之类的事情。这些都是因为他们觉得自己不幸福，父母总是逼着他们学习，觉得自己失去了关爱。所以才有了老虎事件。其实这也是因为他们不懂得珍惜幸福。其实幸福就在他们身边。

一位热心的母亲手中的线，为她任性的儿子的身体做衣服，她小心翼翼地缝好，彻底地修补，害怕会耽误他回家。父母对我们做的就是关心我们。我们应该学会理解和珍惜他们的幸福。父母的话语和问候都体现了他们对我们的爱。我们应该感受到幸福。我们比不上别人。每个人都有不同的幸福。

我们不应该羡慕对方的自由或安逸，因为别人的幸福不一定适合自己。不要学前面那两只笨老虎。如果他们都懂得珍惜自己的幸福，他们都会幸福地生活，健康地成长。

珍惜幸福，需要付出更多，要学会关心、照顾、孝顺父母，要学会感恩父母，不要等出现“孩子想养，父母不等”这样的情况，那我们会加倍难过。我们应该尽早认识到幸福，珍

惜幸福。

幸福就在我们身边。我们要把握好自己的幸福，把父亲的爱融进自己的收入，认清自己的幸福，珍惜自己的幸福，知足常乐，不要提太多要求，把别人的幸福当回事。

珍惜自己的幸福，做一只聪明的老虎！

珍惜演讲稿篇二

大家好，我是二九班的李金瑾。

“青春是天边的虹，转瞬即逝，却又柔美异常；青春是清晨的雾，朦胧含蓄，却又适合徜徉；青春是山涧的溪，清丽柔与，青春是……”青春，朝气蓬勃的象征，是每个人都经过的，并且是转瞬即逝的美丽烟火。

现在的我们，在面临一次次的考试，一次次抉择中成长，在一次次的失败面前，在一回回的教训中摸打滚爬，是青春给予了我们这样的权力，让我们在这个时期中用自己的眼睛，耳朵，双手，去感受这个丰富多彩的世界，看现在的我们，好似早上升起的一轮红日，明亮而清新，充满着力量，充满着期待、志愿，充满着求知与斗争的志向，充满着对未来的希望！

当那一轮大大的红日再次从天边升起，几辆大巴停在学校门口，初四楼前站着一队队的学生，在他们中，有的看起来很焦虑，有的与同学则唧唧喳喳。

现在的他们，每个都还有着拥有稚气的面孔，都拥有着中招考试的权力，他们将要面对的卷子就是决定他们命运的一张船票，这张船票写满了青春，可能，在船上，有些人会漂泊到离他们人生理想很远的地方，有些人则会惊喜的到达自己的彼岸，就这样，那些漂泊到不如愿的地方的人，他们会在

青春中留下遗憾。

所以，我们中学生骄阳似火，活力，创造力，会像不老泉的泉水，在人生的大江中，没有一条支流像青春这样，所以，珍惜青春，保护这转瞬即逝的青春吧！

为了将来不后悔，不在人生中叹气，不在将来想起现在的自己时，感叹道：“我当时咋这么傻啊！”为了让自己在人生的道路上不留下遗憾的足迹，珍惜青春！

望初四的学哥学姐好好考试，加油，让我们一起珍惜青春！

珍惜演讲稿篇三

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，当朝霞映红了我的双颊，当树上的小鸟叫醒了我的梦想，我知道新的一天又开始了。我感谢我的爸爸、妈妈——是他们给予了我宝贵的生命，是他们让我感受这美丽的地球。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心灵的每一个角落！是啊，生命就像一朵花，生命之花是绚烂的，也是脆弱的，稍不珍惜就会枯萎，凋零。

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，都能够慢慢地实现！从现在开始，从我们做起：不要因贪玩，而是去

了宝贵的生命，健康成长，让生命之花永远绽放！

谁不希望有个完整的家？谁不希望自己有婀娜的仪态？谁不希望能够愉快的渡过自己的花季一般灿烂的岁月？这对于大多数人来说是一件并不难的事情，然而这一切对于一个被车祸毁于一旦的家庭来说有多难啊！

她，本是一个活泼开朗、天真可爱的小女孩，和其它的小朋友一样拥有幸福快乐的童年，拥有灿烂的微笑，可就是在她与同伴过马路的一刹那，就在司机没有集中精力开车的一瞬间，在这触目惊心的一刻，车从她的腿上一下子碾了过去，鲜红的血迹染红了马路，剧烈的疼痛使她晕了过去，失去了知觉，医生对她的父母说：“要命还是要腿！”她的家人为了让她活下去，只好让医生为她做了截肢手术，同时这场车祸的肇事者也受到了法律的制裁。

剧烈的疼痛使女孩从昏迷中醒来，她使劲睁开双眼，朦朦胧胧中女孩下意识地摸摸双腿，顿时眼前一黑，眼泪夺眶而出，大声哭喊道：“爸爸妈妈救救我，我的腿呢？我的腿到哪里去了？我的腿呢？”爸爸妈妈与女孩哭着抱在一起，一家人似乎已经绝望了。顿感天塌地陷，一切变得灰暗。到了该上学的时候，女孩哭着闹着要上学，父母看着这一切，心都碎了。爸爸无奈只好用一个篮球支撑她那娇小的身体，她用两个大木块撑着地面向前费力地挪动。这一幕，使人们流下了心酸的泪水，大家大力地搞募捐活动，社会各界的爱心人士共捐了20多万元钱，在小女孩一家的心里又重新燃起了希望之火。20xx年4月“篮球女孩”抵达北京，接受专家系统的免费治疗，医生给她装上了假肢，在她自己不懈的努力下，她终于可以自己走路了，终于可以和小朋友一起玩了，小女孩稚嫩的小脸上露出了欣慰的笑容。虽然小女孩的肢体康复了，可心灵上严重的创伤是无法弥补的。

交通规则，加强安全意识，树立交通安全文明公德，当我们徒步行走于人来车往的马路时，请时刻保持清醒的头脑，不

在马路上嬉戏打闹；当我们过马路时，多一份谦让与耐心，文明礼让互相尊重不闯红灯，走人行横道，绝不能为贪一时之快，横穿马路；这样我们的人生才会美丽，我们的生活才会多彩，我们才会远离悲伤。

同学们让我们大家一起行动起来吧！大手牵小手，以自己的交通行为，影响周围的人，使我们的社会形成一种文明交通的良好风尚。同时也使我们的生命之花开得更加鲜艳，更加美丽！

珍惜演讲稿篇四

亲爱的老师们，亲爱的学生们：

大家早上好！我是315班的张帆。我今天演讲的题目是“珍惜时间，学会学习”。

时间像一匹白马一样流逝，我们的生活在春天，当一朵红花落下时，它就失去了一分春光，更不用说每年春天的红色都被春风吹走了，所以我们怎么能不记得时间已经过去而不担心人们呢？因此，卡罗尔启发我们：“天才是无止境地努力和勤奋工作的能力。”古代中国人给我们留下了悬梁刺股、削壁偷光、映雪的永恒美谈。

民族英雄岳飞在《满江红》一句话中惊呼：“不要坐等清闲，白了少年头，空悲凉！”汉乐府诗里有一句哲学名言：“百川东归大海，西归西天，年少不努力，是可悲的。”珍惜时间的人“留下一串果实”，让生命有意义；浪费时间的人是“两手空空，一事无成”。他们只有哀痛和叹息。所以要学会做时间的主人，抓住今天的每一分钟，用今天的努力弥补昨天的差距，实现明天的远大理想。

现实中，第一天是适应时间的一天。从小学三科到初中七科，学业负担加重。我们首先需要适应的是学会分配时间，养成

良好的学习习惯。初二是相处时间的一天。我们掌握了高效的学习方法。面对八门课的学习，应该可以慢慢来。做一些课外活动就足够了。第三年，也就是争分夺秒的那一天，我们背着沉重的行囊，飞快地奔向理想的目的地。直到初中生活圆满结束。

随着课程的深入，对我们的学习效率提出了新的要求。无论是上课、自习还是做作业，都要密切关注，排除干扰。要掌握好的学习方法，可以从以下几个步骤入手：首先要做好课前准备。中国古代军事家孙子有句名言：“知己知彼，百战不殆。”

最后要及时做好各种标记和批注，有选择地做笔记。这样才能成为学习的主人。

生命之船掌握在我们自己手中。只有我们自己知道去哪里航行，别人根本控制不了。所以要像珍惜金子一样珍惜时间，好好利用每一分每一秒，努力工作。

为以后的学习打下坚实的基础。只有把握时间，努力学习，才能在短暂的生命中找到永恒！同学！让我们珍惜今天，珍惜现在的每一分钟，更加努力地学习。

我的发言到此结束，谢谢！

珍惜演讲稿篇五

各位领导、各位工友大家好。

我演讲的题目是《拥有时请珍惜》朋友，当你早上醒来看到那一缕缕阳光的时候；当你上班前面对家人一声声叮咛的时候；当你下班后陪同家人尽情漫步在夕阳之下的时候；你是否感觉到你是何等的幸福？然而又有多少人，因为自己一时的疏忽，酿成了惨不忍睹的事故，让一切美好的生活在瞬间

与他们擦肩而过，留下永远的伤痛。做为铁路运输生产一线的员工，不论你是刚刚入路的青工，还是有经验的老师傅，也不论你是存心还是无意，或多或少有过违章违纪的经历，有的付出巨大的代价，有的相安无事，也许你还在为自己曾经有那么多违章违纪，但从来都没有造成什么后果而沾沾自喜，这不是因为你运气好，只是时候未到。

三年前的八月二十日，赣州站清扫员，在无人防护又无人知晓的情况下，单独违章作业，被一趟出库的单机无情地夺去了生命，事故发生了，给段劳动人身安全敲响了警钟，也给当事人的亲人、家庭留下了难以磨灭的痛楚，“生命诚可贵，安全价更高，若是真心待，两者皆可保”生命对每个人来说只有一次，应当好好地珍惜，然而，安全同样的重要，没有安全就没有效益，没有安全就没有生命。只要我们每个人真心对待自己现在的拥有，多一份安全责任感，少一份违章违纪，那么生命、安全两者都可以得到保障，何乐而不为呢？亲爱的工友们，以往血淋淋的事故案例，曾经给我们留下了太多的遗憾和痛惜。然而它时刻警醒着我们要吸取事故教训。

那么结局将是另一种版本，好在过去的永远成为了过去，它只能成为历史，我们唯有把握住今天的拥有，牢固树立“安全第一”的思想，以高度的责任感，敬业爱岗，认真踏实地干好自己本职工作，确保一个又一个百日安全天的顺利实现。时代的车轮滚滚向前，铁路工作不断地改革，“4.18”提速调图的顺利实施之后，又迎来了南昌局和福州分局合并的机遇，这也是铁路跨越式发展的必然趋势，要求我们每位干部职工站在讲政治，顾大局的高度，以饱满的热情，以严格的作风确保合并工作平稳有序。

铁路运输安全生产是一项长期、简明复杂的工作。它要求我们务必保持不骄不躁的工作态度，务必坚持科学的管理方法，务必发扬扎实工作、拼搏奉献的主人翁精神。我相信有大家的共同努力，铁路安全生产一定能上一个新的台阶。

珍惜演讲稿篇六

生命是大自然赐予的礼物，有多种呈现方式。坚韧的树，五颜六色的花，自由的鸟，飞舞的蝴蝶，茂盛的草，无尽的水鱼……从那里来？人家讲——一条命的原因。

生活是我们生活中唯一的需要。每一种生命都有它的价值和意义，所有生命之间都有一种微妙和谐的关系。

生命是我们最宝贵的东西。这是我们的未来。如果我们失去了它，我们将失去一切。生活是最容易被忽视的东西。我们把生活看得太平凡，我们常常忘记所有我们习惯的东西。所以，人们原则上知道生命的重要性，但实际上却经常做一些浪费生命的事情，比如抽烟，酗酒，不注意卫生，小学生上网等等。有很多人忙于虚荣心，却不愿意花时间让生活快乐，做一些事情来实现生活本身的价值。往往是在我们的生命真的受到威胁的时候，我们才珍惜生命，生命是不可替代的。

人生，有时候醒的太晚，失去的不可挽回，浪费的时间太多。

我们应该珍惜自己的时间。人生最重要的财富是时间，时间是人生最初的财富。而人在人生的道路上往往忽略了自己拥有的这份财富，在追逐金钱和地位的时候往往忽略了这份财富。我知道我们可以在一分钟内做很多事情。我们很容易被电视和电脑吸引，电话打个没完没了。一句话，“浪费时间等于慢性自杀”。

珍惜演讲稿篇七

谁不希望有个完整的家 谁不希望自己有婀娜的仪态 谁不希望能够愉快的渡过自己的花季一般灿烂的岁月 这对于大多数人来说是一件并不难的事情，然而这一切对于一个被车祸毁于一旦的家庭来说有多难啊！

她，本是一个活泼开朗，天真可爱的小女孩，和其它的小朋友一样拥有幸福快乐的童年，拥有灿烂的微笑，可就是在她与同伴过马路的一刹那，就在司机没有集中精力开车的一瞬间，在这触目惊心的一刻，车从她的腿上一下子碾了过去，鲜红的血迹染红了马路，剧烈的疼痛使她晕了过去，失去了知觉，医生对她的父母说：“要命还是要腿！”她的家人为了让她活下去，只好让医生为她做了截肢手术，同时这场车祸的肇事者也受到了法律的制裁。

剧烈的疼痛使女孩从昏迷中醒来，她使劲睁开双眼，朦朦胧胧中女孩下意识地摸摸双腿，顿时眼前一黑，眼泪夺眶而出，大声哭喊道：“爸爸妈妈救救我，我的腿呢 我的腿到哪里去了 我的腿呢”爸爸妈妈与女孩哭着抱在一起，一家人似乎已经绝望了。顿感天塌地陷，一切变得灰暗。到了该上学的时候，女孩哭着闹着要上学，父母看着这一切，心都碎了。爸爸无奈只好用一个篮球支撑她那娇小的身体，她用两个大木块撑着地面向前费力地挪动。这一幕，使人们流下了心酸的泪水，大家大力地搞募捐活动，社会各界的爱心人士共捐了20多万元钱，在小女孩一家的心里又重新燃起了希望之火。20xx年4月“篮球女孩”抵达北京，接受专家系统的免费治疗，医生给她装上了假肢，在她自己不懈的努力下，她终于可以自己走路了，终于可以和小朋友一起玩了，小女孩稚嫩的小脸上露出了欣慰的笑容。虽然小女孩的肢体康复了，可心灵上严重的创伤是无法弥补的。

这些事例昭示着我们：要珍惜生命，珍惜健康，就要遵守交通规则，倘若没有了健康的生命，我们就没有了幸福，没有了一切。生命属于每个人的都只有一次，我们作为小学生，更要珍惜自己的生命，珍惜自己的健康，珍惜家庭的幸福。要认真学习交通安全的法律法规，遵守交通规则，加强安全意识，树立交通安全文明公德，当我们徒步行走于人来车往的马路时，请时刻保持清醒的头脑，不在马路上嬉戏打闹；当我们过马路时，多一份谦让与耐心，文明礼让互相尊重不闯红灯，走人行横道，绝不能为贪一时之快，横穿马路；这

样我们的人生才会美丽，我们的生活才会多彩，我们才会远离悲伤。同学们让我们大家一起行动起来吧！大手牵小手，以自己的交通行为，影响周围的人，使我们的社会形成一种文明交通的良好风尚。同时也使我们的生命之花开得更加鲜艳，更加美丽！

世界上只有一种英雄主义，那就是了解生命而且热爱生命的人。——罗曼·罗兰

“求求你们，让我再救一个”。5月13日，四川绵竹。一所学校主教学楼坍塌了大半，100多个孩子瞬间被埋在了地下，数名战士在废墟中刨出了十几个孩子和三十多具尸体。正在抢救时，废墟因余震和机吊操作突然移动，随时可能再次坍塌。消防指挥下死命令，所有人员马上撤离，待稳定后再进入。

但随即，几名战士大叫还有活着的孩子，转头又要往里钻，另几名战友将他们死死拖住。突然，一名刚从废墟中带出一个孩子的战士跪了下来，大哭，求求你们，让我再救一个！我还能再救一个！

珍惜演讲稿篇八

敬爱的老师，亲爱的同学们，大家好，我很高兴代表304站在国旗下讲话，我的演讲题目是：《朋友，请珍惜》。

空气中飘着淡淡的花香，燕子呢喃，这是个适合快乐歌唱的季节，比如鸟儿，比如我们，风华正茂的我们千万别把眉头深锁，博大可以稀释忧愁，深色可以覆盖浅色，珍惜可以温暖生活。

于是我们开始思索，怎样去珍惜，才能在多年后谈及青春的种种时不至于遗憾老师告诉我们珍惜：惜情，惜时，惜物。

“待到菊花酒酿时，共君一醉一陶然”的朋友，“临行密密缝，

意恐迟迟归”的母亲，“一日为师，终身为父”的老师共同托起我们一方温情的天空，在这方纯净的天空下，让我们珍惜同窗情，亲情，师生情吧！

所以，当我们与朋友发生嗑嗑碰碰时，别怒发上指，抡起袖子，挥动拳头，或用冷战彼此伤害。微笑吧！先让一步，别让冲动破坏了一段同窗情谊。

当父母不停的问道“带这个吗还是带去吧！天会冷的，多带点！东西都带齐了吗”……你千万别粗暴地大吼一声：“别说了！我都知道”。你的那一声吼，即使声音不大也会震醉妈妈的心，即使你不耐烦也请轻轻地或俏皮地说一句：老人家，放心吧！

当老师板着面孔带着恨铁不成钢的口气，训斥我们时别脸红肚子粗地与老师对抗，想想他曾经是怎样早起晚睡，操心的管理着我们这个大家庭。

珍惜吧！拥有的时候别将它忽略。

我们很年轻，我们有资本，可是时间不是默默蠕动的蜗牛，而是呼啸而过的火车，且所能购买的都是单程车票。坐在时间的列车里，我们唯有珍惜。

时间在达利的画笔下可以折叠，在爱迪生的生命中可以延长，在我们的人生里呢我们不需要多么伟大，只需要在合适的时间里做我们该做的事。这样，当我们某天回首这段青葱，岁月时，记忆的照片，不曾被时间泡黄泡软，影像模糊。

珍惜吧！拥有的时候别将它忽略。

生活中不是缺少美，只是缺少发现美的眼睛，校园的这片天空下美好同样无处不在。

抬头，你会发现空中的云彩，偶尔会呈现几幅杰作。

俯首，你会发现校园里这些草，即使没有花朵，也有一颗开花的心，她们在默默生长着，侧耳你会听到教室外桃树上的小麻雀美妙的歌声。

让我们一起珍惜校园里充满诗意的一切。

朋友请珍惜，珍惜每一种情感，每一秒时间，每一缕诗意的悸动，每一种珍惜都是一种收获，每一种收获都是成长，让我们一起在北高的星空下健康成长吧！