

演讲稿我与书的故事 我和我的祖国演讲稿 (大全10篇)

演讲作为人类一种社会实践活动，它必须具备以下几个条件：演讲者、听众、沟通二者的媒介以及时间、环境。演讲稿对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写演讲稿呢？下面我给大家整理了一些演讲稿模板范文，希望能够帮助到大家。

时间演讲稿篇一

大家早上好！我是三（6）班的xxx。今天我演讲的题目是“抓紧时间好好复习”。

首先要有条理。在家长的参与下，制定周密的复习计划，严格执行，才能打一场有准备的漂亮仗。

其次，要注意方法。复习方法很重要。是系统审查，查漏补缺，还是做题复试合适？仁者见仁，智者见智。但一定要根据自己的情况选择一种科学恰当的复习方法。

第三，要好好学习，多提问。复习过程中，不要放过任何一个难题。有疑问的时候，主动求教。俗话说，勤奋补不足，熟能生巧。千万不要带着问题去考场，留下的只有伤心的遗憾。

第四，珍惜时间。下周就要期末考试了。我们要争分夺秒，主动复习，好好复习，快乐复习，永远不要在网络世界，游戏迷宫，动画世界里浪费时间。

第五，要提高效率。只有心平气和，专心致志，才能事半功倍，保证效果。所以，我们要努力做时间的主人，不要让半心半意成为我们前进的绊脚石。

孔子说：可以古为今用，新为今用。我相信早起的鸟儿有虫吃。只要你专心复习，就会得到满意的答案！

祝所有同学成绩好！谢谢大家！

时间演讲稿篇二

尊敬的老师，亲爱的同学们：大家好！

时间主宰一切，他冷眼相看，将世间的一切悲喜尽收眼底，带来不为人知的改变。

春天刚过，杨柳絮弥漫了整个校园，不知谁出了下策，门口高大的白杨的时间就此被画上了句号。嘈杂的电锯声充斥着脑部神经，白杨的枝干与多年的生长之地被强行扯开，尘土飞扬中，依稀看到了孤独存留的树桩，一圈圈或细或粗的线条记录了白杨的春秋和冬夏。

又是一年一度的施光南艺术节，离教学楼不算太远的大礼堂飘来阵阵歌声，来来往往的，是初一初二的同学，脸上洋溢着对美好的向往。我又何曾不是那样？只是，时间改变了我们。咬咬牙，最终还是转身去了身旁的图书馆。图书馆新书旧书混杂在一起。书后的书戳表明着它们的身份，纸印的干净程度是计算它们的时间的依据。泛黄的书页散发出古老的气息，仿佛时间通过它们来诉说：油墨中所饱含的书香也欢快地跳跃在空气之中，渴望得到时间的赏赐，改变它们的价值。

若问我时间在何处，我会说时间必然存在于参天大树所遗留下来的树桩中，那年轮便是岁月的痕迹，时间亦是藏身于图书馆的丛书之中，那微卷的纸页和饱含文化的汉字是时间的记录。其实，时间还在我们自身的变化之中，由一个个顽童在时间之下脱离了稚气，变得愈发成熟。从原本懵懂无知的孩子成长为沉着冷静的少年。那些有趣的活动曾属于我们，

我们也曾为之疯狂，只不过，时间赋予了我们其它的使命，我们只是暂时放下，时间体现在我们懂得何轻何重之中。初中的最后一个夏天，我驻足在少年湖畔，聆听初中最后的蝉鸣蛙噪，听一场对初中时间的告别会。

毕业照的拍摄是那么的顺利，没有什么相拥落泪，没有太多难舍难分。时间让我们明白分离的残忍又让我们习惯。沉寂之中相机发出的咔嚓声定格了我们最后的世界。

时间演讲稿篇三

书，是人类文明的果实；书，是贮存知识的宝库；书，是人类进步的阶梯；书，是全世界的营养品。生活里没有书籍，就好像大地没有阳光；智慧里没有书籍，就好像鸟儿没有翅膀。只要我们肯读书，就可以汲取几千年人类智慧的精华。牛顿从小酷爱读书，在研究了前人著作的基础上，他发现了万有引力定律，从而成为一名伟大的科学家。试想，假如没有书籍传播前人积累的知识，在当今时代，还会有遨游太空的卫星和宇宙飞船吗？！还会有让我们浏览奇妙网络的电脑吗？！

同学们！在祖国和平的蓝天下，在我们美丽的校园中，我们比先辈拥有了更优越的学习条件，能心无旁骛，日以继夜地遨游学海，向书山攀登。我们成了新一代读书人，志存高远，只争朝夕，我们要在学好课本知识后，博览群书，在书中读李白的潇洒，读苏轼的豪放，思索鲁迅的冷峻深邃，感味冰心的意切情长。历经苦难的高尔基说：“书籍使我变成了一个幸福的人。”我们又何尝不是呢？读书带给我们最隽永的乐趣，最恒久的动力；读书带给我们心灵的和平，精神的慰藉。朋友可能离去，书却是最忠诚的伙伴，时光不断流逝，阅读却让我们永葆青春！不仅如此，读书使我们逐步建立起和古今中外伟大作家之间的交流，依他们的指引，历史的大门为我们洞开，未来为我们展现理想的蓝图。

今天的我们——生活在阳光下的年轻一代，更应该努力丰满

自己的羽翼。我们知道，站在巨人的肩膀上，我们可以看得更远；以书作垫脚石，我们可以攀得更高。“读不在三更五鼓，功只怕一暴十寒。”朋友们，让我们以审视的目光来阅读书籍，以书为友，以书为鉴，让一缕书香伴你我同行！让我们一起读书吧！

“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。

时间演讲稿篇四

尊敬的教师，亲爱的同学们大家早上好！今日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，留给自我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。

时间流逝的无影无踪，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。时间十分宝贵，你此刻应当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。

只要我们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，可是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分钟能够做多少事情了啊！

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。多谢大家！我的演讲完了！

时间演讲稿篇五

大家好！

时间，大概就是那改变世界的催化剂与老化剂，悄悄地隐藏在万千变化中，怎样也抓不住。

儿时我是个依赖性很强的孩子，总是离不开母亲，仍深刻记得无数个阳光明媚的日子里，我与你紧紧相拥，苗条的腰，紧致的大腿，柔软光滑的手轻轻的抚摸着我的脑袋，飘柔的秀发在清风中四处飘扬，飘逸着清香，笼罩着无限的爱与温暖，抬头仰望，你活力四射时，魅力而美丽的你大概是我记得最动人的时候。时间竟也显得那样美丽而青春。

看着眼前——致给女儿的一封信，心里微微颤抖了一下。慢慢拆开信封，翻开信纸一字一字品味着多少年来母亲从未正当表达过的心里话，泪如泉涌。时间好似在这些年来将我与母亲无情地生成了间隔，那些时光中，原来每一次我与她争吵，每一次我锁在房间里的埋头大哭，每一次失望伤心的模样，她都记在心里，从没有随着时间的流淌而从记忆中褪去。我望着眼圈已经红的她，不知那白皙的脸颊何时这样泛黄，不知那动人的大眼旁何时也抹上一圈雀斑与皱纹，无数个内心的欲望让我紧紧的抱住她。搂住她的腰，才意识到我已跟她差不多高，我的肩膀已比她强壮许多。而她呢？背后突出的颈椎，腰间松弛的脂肪，多了几抹鲜白的干枯的头发……多了那些时间刻下的标记。她像十年前一样摸着我的头，却需要抬起她松弛的双臂，粗糙的手心掩藏着黄色的老茧，我被蹭着疼，疼到心坎里。

时间描写着她松垮浮肿的身材，标记着黑白相间的枯发，隐没了多少夜晚的挑灯陪伴，蕴藏着多少背影后的付出与守望，淹没了多少苦口婆心，叮咛嘱咐。时间就像那无情的杀手，在母亲的身上留下无法磨灭的痕迹，消逝在茫茫人海中带走天下母亲灿烂的青春，留下为儿女身上那唯一而闪耀的母亲光芒。它会永远凝固变幻莫测的大千世界中，照亮整个温情世界。

时间大概也是那样慈祥的杀手，留下亘古不变而默默平静的爱。

时间演讲稿篇六

大家好!我今天演讲的主题是珍惜时间。

我记得鲁迅曾经说过：“时间就是生命，无端的空耗别人的时间，其实是无异于谋财害命的。”我看到有些同学没有把作业做完就出去玩了，上课的时候没有认真的听讲，总在做小动作。还有些同学自己的作业没有完成还打扰一些正在做作业的同学其实这些都是浪费时间。还有些同学休日的作业一定要拖到星期天才做，而且写出来的字质量很是不好。

同学们要知道一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴，你生命中的每一分每一秒过得是否有意义呢?同学们，时间是青烟，是薄雾，是青春，是年华……但无论它是什么，它都是生命，一生只有一次。他毫不停留，无时无刻不在消逝着，拦挡不住，叹息也没有用!

同学们珍惜时间吧!趁我们还小，珍惜时间努力学习，不要再浪费时间啦。祖国需要我们，我们一定要学好本领为建设祖国作出贡献。

同学们，珍惜时间吧，要知道花无重开日，人无再少年。让我们努力学习，托起明天的太阳。

谢谢大家!

时间演讲稿篇七

大家好!我今天演讲的题目是时间的重量

随着钟表的指针滴答滴答的转动，我们渡过了喜忧参半、风云突起的__年，又匆匆的跨过了半个__年，似乎时间的流失如白驹过隙一样让人无处追寻。每次回首往事的时候，内心深处都有一种惋惜的情调油然而起。似乎后悔已经渐渐的成为时间匆匆流过的代名词。

在上世纪中国的一个伟大文学家曾经教导他的后辈，并且告诫他的后人说，浪费时间等于谋财害命。而且以往的历史也都在反复的证实一个事实，那就是凡是一个伟大的人物，他们的一生都在和时间赛跑，在追赶自己的时光，让每一秒钟都能够得到积极的利用。因为在他们的心中时间的重量是无法估量的。

自儿时，长辈就不断的告诫我们说，一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。从古代的书籍中也时时的找到像劝君莫惜金缕衣，劝君惜取少年时。花开堪折直须折，莫待无花空折枝的经典诗句。几乎经历过很多往事的人都在劝解自己的后辈们要珍惜时间，要充分的利用时间去做好事情。而我们这些年轻的人到何时才能真正的明白这些显而易见的道理，难道真的要经历一些让自己无法忘记的事情才能真正的明白时间的重量。

每一个人都有自己的一个故事，每一个人都有自己对时间的不同看法。但是创新在每个时代都有着叛逆的劲头，都引领着追赶时间的潮流，而且它也是时间重量的一个显著的特征。当前有很多人认为如果想不浪费时间的話，就要不断的学习前人的经验，要不断研究前人成效，只要继承了前人的优秀历史，我们才能少走弯路，不浪费时间的去完成我们的工

作，去享受我们自己生活。但是我们应该真正的认识到我们是新时代的人，在我们的人生中，不光是的单单的继承前人。虽然我们可以默默的去秉承前人对我们孜孜教导，我们可以接受他们所创立的美好的文化和历史，我们甚至可以去继承他们所留给我们的一切遗产。但是我们更希望在继承、传承和发扬前人经验和文化的基础上，去面对现实，用自己的方式去体验自己的世界和生活。也许前方的路途真的波折不断，坎坷万分，但是不去经历怎么知道这条路的走法，怎么知道人生的悲欢离合，怎么知道世间的世态炎凉，怎么知道时间的重量。

儿时的我们曾经不断的去强调时间的重要性，时间的可贵性，时间的不可追溯性，但很少的人去考虑自己怎样才能不去挥霍时间，怎样才能把握自己的时间，如果一直在无奈的高喊着珍惜时间，却又在无所适从的度日，这似乎和浪费没有什么区别。只有认清自己，明白自己，才能真正的知道下一步应该怎么去跨过，才能知道下一步怎么去生活、怎么去工作、怎么去奋斗。才能真正的明白时间对于自己的重要。反之盲目的过高估计自己或是过低的丧失信心，似乎也不会在乎和珍惜时间，也不会去真正考虑到时间在自己内心的重量这个严肃的命题。

曾经在电视剧中看到一句经典的台词，年轻只有一次，这是人生最邪恶的地方。随着年龄的增长，我也确实感觉到了这句话的威力。曾经那么天真无邪的我，似乎越来越感到这个社会已经生活给我的压力。我似乎不愿意去面对这一切，但是没有办法的是，我们必须去面对这个残酷的事实。而也只有面对这个残酷的事实，我们才能真正的看清自己，才能有所创新。而只有真正的面对现实，面对我们所处于的这个社会，我们所应该承担的责任，我们应该付出的义务，我们应该去体验的那份痛苦艰辛，我们才能成长，才能真正的感受到时间对于我们的残酷性。才能体验到时间的真正的重量。

综上所述，珍惜时间，把握时间的重量不单单是挂在表面的

一层纸，他更应该是深深烙进内心一个标记。只有在不断的开拓思维，不断创新，不断的认知自己，不断对让自己冷静的去面对眼前的现实，才能真正的把握住时间，才能真正的体会到内心深处那时间的重量。所以让我们立刻行动起来，不要只是用一层薄的能被风吹破的口头言辞去记住时间的重量，而要真正的去做，真正的去体验。

时间演讲稿篇八

大家好，我们演讲的主题是，高效学习，增加时间的厚度。

我们无疑处在人生最有价值的一段时期学生时代。我们可以不作他想，在长达几年的时间内去汲取养分，为我们所筑想的未来努力。故而我们都应去思考这样的问题如何更好的吸取知识，让自己的储备更加丰富，如何才能更好地在这一段时间里获得更多的知识。

答案显而易见，便是增加时间的厚度。而增加学生时间厚度的最好方法就是高效学习。这简单的四个字蕴含颇丰。很多人把高效粗浅地理解为刷题，认为题做多了便自然成霸成神。其实不然，学习效率，究其实质是你真正的领悟、见解，而并非完全等同于做题的量。然而这又不是完全否定做题，做题的速度是学习效率的一个保证，一个侧面表现。

学习效率的另一个侧面是总结、思考。孔子说，学而不思则罔。如果学习却不曾思考，那么我们所学的一切便会如同一条意识含浑的河流，不自奔流而去，而反之，人生的厚度将会增加一倍。所以当我们学习了一段时间后，不妨去问问自己，我们掌握了什么，什么还不太熟悉，做过的题背景是什么，思想是什么，哪些题属于一个类型，我需要怎样建立一个思路，完整地做一道题？能这样去思考，去追问，才是真正的举一反三而以三隅反，使效率的值达到最大。

我们之中好学者很多，他们会通宵挑灯，会两耳不闻窗外事，

一心只读圣贤书，他们中有些人成绩却不尽如人意，很多悠哉游哉的同学却总能考出令人艳羡的分数，这便是效率的分别。一味延长时间的长度，而淡忘时间的厚度，往往得不偿失。而适当的闲适是高效的保证，抓住课堂，课后习题，是高效的首要标准。把功做在有用处，是每一个有追求有理想的同学必须去做的事。

老子说，慎始如终则无败事。许多同学能够认识到高效的重要性，却不能很好地坚持，自己很多年后便会后悔，会叹息。而与其后悔，不如现在就去做，去努力地增加时间的厚度。

高效的重要，对每一个高三学子不言而喻，我们没有理由再去浪费时间。就让我们高效学习，让这140天成为一笔财产。让140天后的我们，成为一中高考史上的一个标杆，一道风景！少儿部，高一高二的学弟学妹们，则应从始而终，高效学习。

我们的演讲到此结束，谢谢大家。