

听课之后心得体会 听课后总结心得体会 (精选5篇)

演讲，首先要了解听众，注意听众的组成，了解他们的性格、年龄、受教育程度、出生地，分析他们的观点、态度、希望和要求。掌握这些以后，就可以决定采取什么方式来吸引听众，说服听众，取得好的效果。演讲的直观性使其与听众直接交流，极易感染和打动听众。以下是我帮大家整理的最新演讲稿模板范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

演讲稿时间篇一

大家好！

我是来自xx班的一名学生，我叫，今天的天气格外的好，我也很高兴能站在这里进行演讲，我所要演讲的题目是《珍惜时间，勤奋学习》。

大家都知道，学习是我们学生最为重要的任务，我们来到学校里，也是为了能学习到更多的知识，然后考取更好的学校，这样才不会忘老师和家人失望。其实学习不仅仅是为了别人，更多的是为了自己，因为现在的社会中竞争压力太大了，学习是我们最好的出路，所以大家必须要珍惜好现在的时间，勤奋的去学习，这样才能让自己不感到后悔。

在学校里，我们没有什么其他的任务，学习就是我们的职责，要是连学习都做不好，那以后更别谈工作了，毕竟学习说难也难，说容易也容易，这完全取决于你的学习态度。学习也是分好几种的，有些人在学校学的很随便，有些人在学校学的很认真刻苦，这两种学习方式就决定了你的学习结果，所以不要再抱怨老师教的课不好、作业太难了，只要你肯花时间，那么我相信任何学习上的问题都难不倒你，只要把困难

解决了，我相信你会有非常大的收获。

时间，对于每一个学生来说都是很多的，因为我们还很年轻，有着许多的时间可以去消磨，但是时间同样也是宝贵的，因为我们在校时间其实并不长，到了学习的紧要关头时，我们就能发现时间是多么的重要，每多一点时间，就能让我们多学一点知识。特别是到了快毕业时，我们就能发现时间过的是多么快啊，这时候再想好好地学习就已经很困难了，毕竟时间不等人，而且学习是循序渐进的，不是一下子就能把所有的知识点记住。

所以，同学们，趁着现在还有时间，还有机会，赶快的去学习吧，珍惜好现在的每一份每一秒，把自己的全部精力都投入到学习中，保持着勤奋学习，这样才能让自己一直都保持着进步。对了，除了勤奋的学习外，大家也得注意自己的学习方法，找到一种合适自己的学习方法是非常有必要的，同时大家也得注意劳逸结合，不要因为学的太认真了而不注意自己的身体状况。总之，我们要抓住现在的每一分每一秒去学习，别让老师和家长失望，也别让以后的自己感到后悔，赶快行动起来吧！

谢谢大家！

演讲稿时间篇二

真的，时间给过你很多了，给过你儿童时的快乐；给过你少年时的烦恼；给过你中年时的享受；也会给你老年时的感叹。而且时间更让你死时用平静来面对。时间恍如是一个人，你对他不珍惜，纵情的浪费，他就让你永久都跟不上他的脚步，而到最后，让你只得感叹一句：时间实在是太快了！但是，假如你非常珍惜他，他会让你永久和他赛跑，让你跟上他的步伐，那末你将不会永久生活在被时间抛弃中。

时间是正直的人，你会利用他，他就会给你更多的回报！

不过，时间又是一个不公平的人，他让某些人悲守穷庐，却又让某些人欢天喜地。并且时间也很阴险，你不会用他，他就少分给你几天，他不会往多分给浪费他的人。时间这个人，就是这么难以捉摸，谁也抓不住他，你也别抱怨他，假如实在要抱怨，那就抱怨自己为甚么没有很好的利用他吧！

实在时间这个人，只要你没把他遗失，你就会优先取得成功的机会，试想，假如在一样的时间里，他人干了两件事，而你却干了五件事，你离成功还会远吗？同学们，让我们珍惜时间，往拥抱美好的未来吧！

我的演讲終了，谢谢大家！

演讲稿时间篇三

时间是什么，是我人生跑道上的计时器，它非常负责，一分一秒的完成使命。“时间好比河中水，只能流去不流回”。从我出生的那一刻，我人生的计时器就开始了漫长的旅途。我听过这样一个故事，讲了两个+孪生兄弟在出生时，同时得到了一珍贵的礼物——时间。老大用功读书把握时间；老二整天玩让时间白白流走。到老了，老大干出了事业，被人尊重；老二一事无成，被人嘲笑，这个故事说明了时间的重要性。

时间的脚步匆匆，不知不觉我已踏入了中学的大门，我感觉时间过得太快，童年的乐趣我还未细细品味，便告别了童年，我渴望留住时间，但又无能为力，面对时间，我感慨万分。

我曾珍惜过时间，写作业时，我争分夺秒，认真完成作业，做到快、齐、洁。写完后复习、预习，不让时间白白溜走。因为我珍惜时间，得到了老师的好评，好成绩令我高昂起头。

我也浪费过时间，玩起来忘记了曾经的诺言，猛回头时间已悄悄溜走，留下了许许多多的遗憾。

童年虽然快乐，但我却不能让时间倒流，别无选择地进入了中学，随着课程的增多，要学的知识很多，为此我不能有一丝一毫的放松，否则就会落在同学后面。因此时间面前没有叹息，只有紧紧抓住时间，做它的主人，才能做自己命运的主人。

演讲稿时间篇四

大家好！

这世间，而又最小的是时间，最长而又最短的是时间，最快而又最慢的是时间，最值钱也最不值钱的也是时间。可不同的人对待时间是不一样的。

有的人不会把握时间，时间就会从他们身边悄悄溜走，不会留下任何机会给那些人，更不会给他们一个特权，回到以前。而有的人则懂得利用时间，时间会很喜欢他们，在他们身边“多留”几小时，会一刻也不停地帮那些人争取机会。这样，那些懂得利用时间的人往往会在有限的的时间里开拓出一片新天地，干出一番大事业。

一分钟，对于某些人来说，很短过得很快。但那些懂得珍惜时间的人会觉得在一分钟里可以干很多事。体育健儿，给他们一分钟，他们就又何以给自己国家多的一个冠冕，可以为世界再创造一个新纪录。商界成功人士，给他们一分钟，他们就可以在一分钟里获得很大利润，可以想出一个新的计划，为未来铺垫脚石；教师，给他们一分钟，他们就又可以教育出又一代莘莘学子，就又可以创造出又一代祖国的栋梁；作家，给他们一分钟，他们就又可以给读者再写出一本举世无双的巨作，就又可以给读者提供更多读书的乐趣；画家，给他们一分钟，他们就又可以绘画出一幅幅优美的图画，就又可以给绘画初学者提供一个好的典范；清洁工，给他们一分钟，他们就又可以给城市更整洁，就又可以给我们提供一个好的生活环境……大到世纪伟人，小到一个平凡到不能再

平凡的普通人，只要是懂得珍惜时间的人，都可以在最少的时间里开创出一个新未来。

古语有云：“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。”不懂得珍惜时间的人都很“奇怪”，在他们年轻的时候，他们不惜一切，甚至丢弃了时间、健康、亲情、友情、金钱买来的一些无关紧要的事物，朋友的劝告不听，亲人的叮嘱不听，学者的教诲不听。丢弃一切，换来的是：生不带来、死不带去的东西。可当他们老了，寂寞了，觉得自己没有知己可以倾诉，要想用金钱再换回，想想是不可能的，只得悔恨终生。

燕子飞走了，明年还会再飞回来的；花儿谢了，明年还会再开的；树木枯干了，明年还会再长出嫩芽的；笔芯用完了，可以再买；朋友离开了，可以再交；事业没有了，可以再创；可！可！可时间逝去了，明年还会回来吗？可以到哪里去买吗？当然不能！朋友们，时间是一去不复返的，只有珍惜、手里把握住，才能在长大变老以后不再有遗憾，不会抱终天之憾。

朋友们，学会把握时间。只有学会把握时间，才能感觉到这世间的美好；只有学会珍惜时间，才能回报你身边为你付出的人；只有学会珍惜时间，才会更让你感受到自己存在的价值。

演讲稿时间篇五

因为任何事情的发生都会与时间有关，你的时间用在什么地方，得到的就是什么东西。

有人把时间用工作上，有人把时间用在娱乐上，有人把时间用在爱情上，有人把时间用在学习上。针对不同人打发时间的方式是不一样的。

时间伴随着我们的一生，我们可以自由支配。然而我们当中

的很多人都忽视了时间的存在。我们需要做的是学会管理好自己的时间，我们无法阻止时间的流逝，但是我们可以利用时间。

各位伙伴，当你的朋友打电话给你：“喂，最近怎么样呀？”你会怎么回答：“我比较忙！”“在忙什么呢？”“咳！瞎忙呗！我也不知道在忙些什么！”我们每天总是在忙——盲（盲目）——茫（茫然）到最后亡，这就是我们的一生。

一个没有时间的人不再称之为“人”，而一个死去的人也无法拥有时间。所以当朋友邀请我们的时候，不要说我没时间。死人才没有时间，要说我暂时没空，或者比较忙，有事情走不开。

那么我们现在有许许多多的人都说我很忙，时间不够用，要是一天有25个小时就好了。实际上我们的时间真的不够用吗？并不是这样的。

我们看有许多国家领导人、企业的老总，他们日理万机，每天要处理大量的事务。但是，如果仔细观察，你会发现他们工作井井有条，而且还有时间去休闲，难道对于他们来说，他们一天的时间比我们多吗？也不是，主要是他们善于进行时间管理。

演讲稿时间篇六

大家好！

“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴”，这句古代名言在中国源远流长，它告诉我们时间是十分珍贵的。今天，我演讲的题目是关于时间的。

记得有一次，班队活动的主题是“珍惜时间”。

怎么个珍惜时间呢？是这样的：

那次老师不叫我们把桌子搬来分成两组，我们觉得真奇怪。上课的铃声响了，我们都回到了教室，坐到自己的位置上，这时候，王老师在黑板上写了“珍惜时间”这四个字，接着老师又说：“从现在开始，出教室排队。”老师又说：“这是要计时的喔。”当老师说开始的时候，我们像一群马窝蜂一样，拥拥挤挤地出了教室。

我们出了教室，马上就站好了。老师说：“50秒！再来一遍。”我们又各自回到座位上坐好，就这样去了又回，回了又去。一直重复到下课。老师这样训练我们，让我们珍惜时间，在排队时不白白浪费那几分钟时间。

有一些名人，也都是节约时间的，如：爱迪生。让我给你们讲一个爱迪生的故事吧。

助手立即读出了数字。

就因为爱迪生节约时间，他平均三天就有一项发明。

所以，我们应该节约时间，不让时间白白地浪费掉。

演讲稿时间篇七

大家好！

昨天带着回忆默默地逝去了，今天携着希望悄悄地来临了，而明天又闪烁着光辉等待着人们。有人沉浸在回忆中，他们依恋昨天；有人沉醉在梦幻中，他们期盼着明天，这两种人，都忘记了最应当珍视的是宝贵的今天。

莎士比亚说过：“抛弃时间的人，时间也会抛弃他”。我说：“抛弃今天的人，今天也会抛弃他。而被今天抛弃的人，他

也就没有了明天”。

抓住了今天，就是抓住了掌握知识的今天；抓住了今天，就是抓住了发明创造的可能。聪明、勤奋、有志的人，深深懂得时间就是生命，甚至比生命还珍贵。他们决不把今天宝贵的时光虚掷给明天。伟大的发明家爱迪生向来就珍惜时间，利用在车上卖报的闲暇做实验，渴了，喝口凉水；饿了，啃块面包；困了，趴在桌上打个盹。牛顿、居里夫人、爱因斯坦……一切有志气、有成就的人都是如此，他们决不沉湎在昨天，更不空空地观望明天，他们永远从今天开始。

虚掷光阴，在折损着生命的光；及时努力，在开辟思想的路。朋友，不要沉湎昨天，不要观望明天，一切从今天开始吧！今天才是奋斗的起点啊！

演讲稿时间篇八

大家好！

今天，我为大家演讲的题目是《珍惜时间》。

上次来学校的路上我看见一棵柿子树。现在是冬天了，这棵柿子树的叶子变成了金黄色，风一吹叶子就脱落了。记得在春天的时候，它是那么的健壮，树枝上长满了翠绿色的叶子，一副生机勃勃的样子。很多小孩子在它下面嬉戏，但是现在，它却像一位老人一样老态龙钟。我想，树和人有很多相似的地方，他们都有年轻的时候也有衰老的时候，并且从年轻到衰老只是一眨眼的功夫，真是光阴似箭。我深深的感到：我们要珍惜时间。

回忆过去我并没有好好珍惜时间。比如以前我因为看电视而没有完成作业，像这种事情常常发生，我很后悔，所以我告诉自己要抓紧时间认真完成作业，把握每一分每一秒做一些有意义的事情。想到这里，我心情变得非常好，到学校学习的心情轻松多了，以前写作业时东看看西看看老是不专心，可是现在我

全神贯注地写作业,不开小差了。像昨天我除了学习,还看了有关于历史的课外书,过的比以前充实多了。我非常感谢那棵柿子树,因为它给了我珍贵的启示——珍惜时间。

有人把时间比作金钱,这说出了它的珍贵,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?还在于活得鲜明,活得有价值!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……但是,即便费了这番心思,仍旧无法从魔掌中夺回时间!“花开堪折只须折,莫待无花空折枝。”只有善于用时者,才能取得胜利!

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;也有人白发早生,无为而终。时间喜欢有志气,敢于和它竞争的人;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!

同学们,在我们的一生中,青少年时期的时间特别宝贵。这个阶段生命力最旺盛,精力最充沛,记忆力最强。我们要充分利用这一大好时机,认真学习各科知识,去迎接明天的挑战。

“莫等闲,白了少年头。”珍惜时间吧,同学们,这样,我们的生命便不会随着日月的更替而衰老,我们将成为时间的主人,我们将青春永驻!

谢谢大家!我的演讲完毕—

演讲稿时间篇九

大家早上好！

今天我国旗下讲话内容如下：

答案是：要科学、全面，合理，高效的使用时间。时间安排是一个重要内容。每个学生能自主安排的时间是有限的，若时间安排得恰当，则可以充分运用自己的时间，增加时间的利用率，在同样的时间内做更多的事；若时间安排不恰当，将会对自己的时间造成极大的浪费，同时还有可能损坏自己的身心健康。

科学安排时间本着“全面、合理、高效”的原则。

全面原则：在安排时间时，既要考虑学习，也要考虑休息和娱乐，既要考虑课内学习，还要考虑课外学习，还要考虑不同学科的时间搭配。

合理原则：要找出每天学习的最佳时间，如有的同学早晨头脑清醒，最适合于记忆和思考；有的则晚上学习效果更好，要在最佳时间里完成较重要的学习任务，此外注意文理交叉安排，如复习一会儿语文，就做几道算术题，然后再复习外语等。

高效原则：要根据事情的轻重缓急来安排时间，一般来说，把重要的学习任务放在前面来完成，因为这时候精力充沛，思维活跃，而把比较容易的放稍后去做。

当然也可以把容易的放在前面做，以此来给大脑“热热身”，再去做重要的、困难的。此外，较小的任务可以放在零星时间去完成，以充分做到见缝插针。

一天中可供自己安排的时间基本上分为四段：早上起床到上

学，中午，下午放学后，以及晚饭后。我们可以在这四段时间里充分统筹和安排自己的学习时间。

鲁迅曾说过“时间就像海绵里的水，只要愿意挤总还是有的”。

是啊，我们都知道学习不是一日两日之事，而是日复一日年复一年艰难艰苦奋斗的结果。而合理安排时间则是我们迈向成功的第一步，所以从今天开始，我们应当学会，合理，有效的掌控和管理自己的时间，做时间的主人，做学习的主人。

我的演讲完毕，谢谢大家。