

# 珍惜岗位演讲稿 珍惜的演讲稿(精选5篇)

演讲是练习普通话的好机会，特别要注意字正腔圆，断句、断词要准确，还要注意整篇讲来有抑有扬，要有快有慢，有张有弛。我们想要好好写一篇演讲稿，可是却无从下手吗？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看一看吧。

## 珍惜岗位演讲稿篇一

大家早上好！今天我演讲的题目是《珍惜时间，铸就辉煌》。

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。妈妈平时总是用“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴”来教育我要珍惜时间；还说时间非常宝贵，现在只有利用每一分钟的时间来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：东瞧瞧西瞅瞅，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。

直到我读了一个故事才使我改变了对时间看法。那一天，我在课外书上读了《宝贵的一分钟》这篇文章，让我深深懂得了一分钟的价值。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，一分钟的时间原来可以做这么多，时间原来如此珍贵。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。

只要我们学会利用和珍惜时间了，可能在一小时里你只珍惜了一分钟，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！一分钟尚可做如此多的事情，那么我们所珍惜的100分钟可以做多少事情啊！

同学们，珍惜时间吧！珍惜时间，就是珍惜生命。让我们充分利用命运给我们的每一分钟，每一秒。让我们做时间的主人，不做时间的奴隶。让我们在有限的时间内铸就无限的辉煌。

谢谢大家。

亲爱的老师、同学们：

大家好！

在网络上流行过这样一句话，就是“让生命去等待”。这是来

自一首流行歌曲的歌词，却被很多的年轻朋友去流传，有的放在qq签名上，有的放在空间里，自认为这句话很有哲理，很有个性。

“让生命去等待”，为什么要去等待呢？是守株待兔，还是孤注一掷？很显然，这是一句很无厘头的话，它的存在没有任何的意义，更谈不上哲理，也谈不上个性。当然，你可以选择把它当成个性来玩玩而已，千万别信以为真，当做人生的心跳。因为它只是一个莫名其妙的词语的组合，尽管人们可以用丰富的想象力去填补它，但它的中心意义无非落在等待二字上。

所以，现在我想问：我们有什么理由去等待？有什么理由去等待呢？当今的社会，竞争如此的激烈，每一分钟都是非常难能可贵的，等待了一分钟就意味着失去了一分钟，失去一分钟就意味着要失去很多东西，比如知识，财富，机会等等一切的东西。失去以后，当你回首要再去追回，那就成为了不可能了，因为时间一去不复返。

“业精于勤而荒于嬉”要想取得理想的成绩，勤奋是诸多因素中至关重要的。对大多数同学而言，一时的勤奋不难做到，但是难于持久。可以尝试着每个阶段为自己制定一个小目标，经过努力，珍惜时间，目标很快就能实现。

同学们，切莫等待，因为等待会让你失去斗志，让你失去能力，甚至让你失去机遇。我们不如将等待的时间，用在奋斗上，用在努力上，我相信，我们一定能得到更好的结果。珍惜时间，别让生命去等待吧，正像天下没有免费的午餐一样，生活是要靠我们的双手去创造，同学们，让我们一起热爱生命，珍惜时间，让我们一起去努力，去拼搏，切莫再等待。

谢谢大家！

## 珍惜岗位演讲稿篇二

有人说，生命如四季，我要让我们的生命也像四季，有时生机勃勃，有时枝繁叶茂，而有时则是硕果累累，有时又会是银装素裹，充满色彩，而不是黯淡无光。

在春天，我的生命倘若是一颗准备发芽的青青草，生机勃勃的冲破土壤，探头而出，吸收一股清新的空气，吃一阵凉爽的风，再品尝一滴甘甜的露，接着下起了春雨，这场春雨滋润了、哺育了我，使我成长为一颗坚强的小草，也使我的生命坚不可摧。

在夏天，我的生命是一颗枝繁叶茂的参天大树，顶着炙热的阳光，和突发的雷阵雨，冰雹等成长，人们午休完毕后，便到树下乘凉，小孩子们在玩弹珠，大人们在聊天，看哪！还有一个一姐姐正在给小朋友们讲故事呢，讲的是革命，红军的故事告诉他们说：“你们长大后要为国敬忠，要有永不背叛，坚强勇敢，永不放弃的精神。”孩子们听的津津有味，连我也听的入迷仿佛人们在为我施肥，而正是这些，让我的生命得到了知识。

秋天，我的大树上长满了果子，硕果累累，一派丰收的景象。哎呀，果子成熟了，一个果子掉了下来了，一个孩子捡起尝了一口，开心的笑了，说明我的果子很好吃。这也就好像我生命中的考试，考察一次我就能收获许多知识和许多考试的技巧，做题的方法，以及错题中吸收的教训，即使考不好会继续努力地精神。看，我的生命是不是又像秋天呢，不但丰收了，而且硕果累累。

冬天，我的生命，就是一颗大树，树身落满晶莹剔透的雪，无比的漂亮。俗话说：“瑞雪兆丰年”，一场大雪过后便要过年了，要挂灯笼和彩灯。我有幸选中了挂灯笼，树身缠满彩灯，晚上，红红的灯笼，炫彩的彩灯，再配上那剔透的雪漂亮极了，就像一颗高大的圣诞树。在我的生命里，这就是

一年过去后我长高的身体，穿着漂亮的新衣服。或许感觉冬天我的生命很单调，那你就错了，因为在冬天我还可以堆雪人呢，和伙伴们一起打雪仗呢，还可以在雪地上，在那张天然的白纸上写字，写上自己的名字，或者默上一首古诗，是不是很美，在冬天我的生命也是丰富多彩的。

看！我的生命如四季。丰富多彩的春天，我在播种；夏天，我在施肥，浇水，护养；秋天我丰收了；冬天，我静静地等待下一年的开始。我的一年过的充实而有趣，我的生活将充满快乐，即使有忧伤也不会从此气馁，在冬天的黄昏，我也不会哀叹，寂寞我也要开心、快乐！

### 珍惜岗位演讲稿篇三

时间——世界上最快而又最慢、最长而又最短、最平凡而又最珍贵、最易被忽视而又最另人后悔的东西。一步步，一程程，已走了多远，永不停留，走过秒、分、时、日，又积成周、月、年、代。

高尔基说过：“时间是最公平合理的，它从不多给谁一分。勤劳者能叫时间留下串串果实，懒惰者时间留给他们一头白发，两手空空。”我们不能让时间停留，但能够每时每刻做些有意义的事。

东汉文学家崔瑗，官至济北相。当他40多岁任郡吏时，不幸因事被捕入狱。当他听说有一位狱吏精通《礼》学，便抓紧一切时间向他学习，当狱吏审讯时，他也趁机请教有关问题。他的这种对待学习的精神，给我们每个人树立了榜样。

时间是生命的单位，有些人往往利用相同的时间比别人多做许多事情。美国的大发明家爱迪生一生忘我工作，成了有xx多项发明的发明大王。当他在79岁生日时自豪地宣布：“按常人的工作量计算，我已经135岁了。”“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。

此刻许多青年人，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，这些人一不细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，认为自我此刻还年轻，先尽情享乐，过几年再研究工作。最终明日复明日，明日成蹉跎。一个“今日”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，可是真的怪时间吗它就像海绵里的水，只要愿挤，总还是有的。归根结底是自我不抓紧它，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，到最终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，仅有做的事越多，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。

## 珍惜岗位演讲稿篇四

每当听完这番话后，我便明白，当时没有跟他们一样天天玩，而是比他们多学一点是对的。我打心眼里庆幸：选择慧德是

一个非常正确的决定。

听了他们埋怨自己的班级不好，埋怨自己的老师不好时，我瞬间感到我是幸运的。他们中考成绩几乎个个都比我好，个个都比我优秀，但是，因为学校所谓的“等级制度”，他们受到了冷落，也失去了对学习的信心，对生活的兴趣。

来到慧德后，虽然我每天起得比他们早，玩得比他们少，但是学得比他们多，活得比他们充实，笑得比他们开心。

同学们，如果你还在埋怨现在的生活不好，甚至认为自己不如别人幸运时，请珍惜我们现在的生活，因为我们比他们学得更多，过得更充实，生活也更快乐。

同学们，请珍惜我们现在所拥有的一切吧。只有懂得珍惜，我们才会去把握；只有懂得去把握，我们才会努力；只有懂得去努力，我们才会取得成功！同学们，“盛年不重来，一日难再晨。及时当勉励，岁月不待人。”让我们摒弃贪图享乐的思想，珍惜在慧德的每一天，刻苦勤奋，拼搏进取，那我们就一定能做到“长风破浪会有时，直挂云帆济沧海”！

## 珍惜岗位演讲稿篇五

友情是生活中的一盏明灯。今天，我想跟大家谈一谈“友谊”的话题。友谊是人精神生活中最日常，最自然，最纯朴，也是最需要的；而它却和艺术的理想，诗的感情一样，最受着时代精神的影响。我们任何人在这个世界上都不是孤立存在的，我们不仅需要亲情，更需要友情。友谊是我们毕生难觅的一种珍贵财富，世上最大的快事莫过于相互的情谊，相互的关心和帮助，智慧、友爱，是照亮我们黑暗的唯一光亮。在喧闹的尘世中，能与自己的红颜知己促膝谈心乃为人生的一大乐趣。

什么才是真正的友谊呢？古罗马的普拉图斯曾说过：“在患

难中结下的友谊是世界上最宝贵的东西。”相信大家一定看过《马达加斯加》这部影片，聪明可爱的斑马玛蒂，重情重义的狮子亚力克斯，滑稽的长颈鹿梅尔曼，还有怀孕的河马格洛莉娅误打误撞流落到了马达加斯加岛上，它们互帮互助，增进了彼此间的友谊。尤为让我感动的是在斑马失踪时，伙伴们没有抛弃它，冒着危险逃出动物园，展开了大范围寻找。在狮子无助、痛苦、孤独时，伙伴们又给予了它赤诚的爱心，让娇艳的友谊之花在每个人的心田绽放，在它们身上，闪烁着夺目的生命之光。四个动物被爱与友谊的温暖之光包围着，被彼此之间的真诚感动着，它们是最幸福的。

再谈谈我们这一届吧，我们已是六年级的学生了，再过半年，大家就要告别母校各奔东西了。在最后的光阴里，我们是否用一颗宽容、善良的心灵去对待同学，那难听的脏话和挥舞的拳头是不是也该收敛了？伤害同学的事一旦做出就无法收回，与其终生悔恨不如就从现在做起，珍惜友谊。

友情是一种极需小心积蓄和保存的财富。友谊需要信任，信任是架设在人心的桥梁，是沟通心灵的纽带，是震荡情感之波的琴弦；友谊更需要宽容，宽容是人际关系中最具魅力的粘合剂、润滑剂，它犹如栽花，回报你的是姹紫嫣红，是双倍的快乐。友谊是春日的雨，夏日的风，秋日的果，冬日的阳，没有人能测量出友谊脚下的路有多长，友谊心中的海有多深，它虽无形，却孕育着一份惊人的伟大。

人与人之间的友爱就是病人的灵丹妙药。友谊，那心灵神秘的结合者！生活的美化者，社会的巩固者！

让我们用心感受社会，感受生活，感受世界，感受友谊吧！