

珍惜时间快乐成长演讲稿(模板10篇)

演讲稿是一种实用性比较强的文稿，是为演讲准备的书面材料。在现在的社会生活中，用到演讲稿的地方越来越多。我们想要好好写一篇演讲稿，可是却无从下手吗？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。

珍惜时间快乐成长演讲稿篇一

大家好！

在学校里，老师经常跟我们提起“节约粮食”这种品德，可是中午吃饭的时候，我仍旧看到有许多同学因为偏食，觉得这些菜不合胃口就不盛了，还有一些盛的时候盛了很多，可没吃两口就把盘子端出去倒掉了。不止在学校里，在饭店里、大酒店里，我也看到不少浪费粮食的行为。在饭店里，有不少人都点了一大桌子的菜，可是吃起来仅仅只是喝了一写饮料、酒什么的，大多数的时间都在聊天，“吃”地差不多了就抽了几张餐巾纸转身走了，剩下了一大桌子没吃多少的菜。

这些行为习惯都是不好的，如果所有人都像他们这样的话，那还要这么多粮食来做什么呢？那农民伯伯这么起早摸黑的劳作又有何意义呢？既然你盛了这么多菜那你就应该对它们，对农民伯伯负责。在饭店里，那剩下的一桌子菜，我想，你应该有权利不把他们打包带回家吧。你应该知道，世界上有多少人正在忍受着饥饿的压迫，每一粒米，每一粒粮都是他们生命的渴望。让我们从现在做起，节约粮食，从我做起，从大家做起！

谢谢大家，我的演讲结束了。

珍惜时间快乐成长演讲稿篇二

大家好！

燕子可能已经消失了，但有一段回头路。花朵褪色，有时间再次开放；一棵树死了时，它会再次变绿。但是时间就像滚滚的长江东流失水，冲向大海不再回头。时间是如此重要，我们应该珍惜它。

同学们，世界上最快而又最慢，最长而又最短的是一——时间。这是高尔基说的，后面还有两句——“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。”是啊，在那些不珍惜时间的人眼里，时间是那么慢，那么长；而在那些珍惜时间的人眼里却恰恰相反，他们觉得时间太短，日子过得太快。其实时间最公平，给每个人都是每天24小时；时间又最宝贵，人的一生中真正能用于学习，工作，为社会做贡献的时间只占生命历程的三分之一。对照高尔基的这句话，能让我们时时谨记要珍惜时间。

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。

时间具有均等性和流逝性，公正无私，对所有的人都一视同仁，无论是谁，每天都给你二十四小时，不会多给你一分，也不会少给你一秒。时间的流逝性是无法阻挡的，古今中外，没有一种开关能关住时间，没有一种闸刀能拦住时间的步伐，没有一种仓库能储存时间。正因为如此，惜时者则成为时间的主人，浪费时间的人则成为时间的奴隶，任时间宰割。

珍惜时间吧！莫等闲，白了少年头，空悲切！

谢谢大家！

珍惜时间快乐成长演讲稿篇三

大家好！

历览前贤国与家成由勤俭破由奢。纵观历史大到邦国小到家庭无不是兴于勤俭亡于奢靡。古往今来成功的创业者大都经过艰苦奋斗的阶段所以都很勤俭节约。但是对于守业者来说则正好相反他们没有经历过创业的艰辛容易贪图奢侈享乐最终的命运必然是事业的衰败国家的灭亡。这是几千年历史所昭示的真理。

今天就让我们将更多的目光投向人们赖以生存的粮食。古人曾云：勤俭可以兴国逸豫可以亡身；勤俭永无穷坐食山也空。这些古语意在告诉我们一个亘古不变的道理：那就是勤俭节约是我们中华民族的传统美德更是我们的传家宝。这些金玉良言指引着数代人艰苦创业自力更生勤俭节约并代代相传。

古语云：“一粥一饭当思来处不易半丝半缕恒念物力维

艰。”粮食的可贵便那样简单地倾泻而出而反观现在随处可见的“舌尖上的浪费”它让每一个字都那样沉重地烙印于心间。我们被奢靡之风吹昏了的不仅是行为还有心灵。

被誉为“杂交水稻之父”的袁隆平爷爷一生致力于杂交水稻技术的研究、应用与推广。倘若没有他的丰功伟绩我们也就吃不上如今的粮食作物。或许这种时候我们可以做的便是振臂呐喊：珍惜粮食杜绝浪费。唤醒社会示以警钟。

民以食为天且行且珍惜。

我的演讲到此结束谢谢大家！

珍惜时间快乐成长演讲稿篇四

大家好！

光阴似箭，日月如梭；岁岁月月，朝朝暮暮。刹那间，时间已把我生命中的12个春夏秋冬溜走了。在我们匆匆忙忙洗完脸时，时间就从你的脸盆里逃走了；当我们和好朋友聊天时，时间就从你张开的嘴里急急忙忙地跑掉了；当我们默默地睡觉时，时间又在我们的梦乡中悄悄地溜走了。那么你们知道吗？时间走了就不会再回来的，就像一去不复返的流水。所以，我们一定要珍惜时间，珍惜生命。

春夏秋冬，四季轮回；年复一年，日复一日。时间对我们每一个人来说都是有限的，但我们可以在有限的时间内做无限的事，就像名人一样。有一个关于时间的名人的故事我至今难忘：伟大的文学家、思想家、革命家鲁迅先生在读书时，就非常用心，没有一次迟到，可是有一次，因为要帮生病的母亲抓药，所以晚到了几分钟，这让教书的先生很恼怒。鲁迅先生为了不再迟到，就在课桌上刻了一个“早”字——以示提醒他以后读书是再也不能迟到的，一定要早到。这个故事告诉我们，无论是什么时候，一定不能迟到，更要

把“早”字刻在心里，这就是名人鲁迅先生刻“早”字的故事。我一直牢牢记住心里。

有一句名言说得好：一寸光阴一寸金寸金难买寸光阴。是啊，时间是宝贵的，是用金钱买不到的。我还有一个故事是关于我身边同学的，他本来可以有个好成绩，可因为玩而浪费宝贵的时间，因此只能考六十以下，真是不应该啊。我们班还有一个女同学非常爱看书，但同时也很爱玩手机和电脑，所以她有了四只眼——戴眼镜了。她不爱学习，常在上课时看小说，作业也常常不按时完成。有一次，老师在认认真真查谁作业不做，其中就有她。结果老师让他（她）们在校门口站着，让他（她）们的父母亲来了才能回家。如果她们珍惜时间，用来读书，那她们一定会有个很好的成绩。因此，我们一定要以鲁迅为榜样，珍惜时间，发奋学习。

时间，像东流之水，再也不会回来了。它不像青山，黄了还会在绿；它不像绿叶，落了还会再长；它不像鲜花，枯了还会再艳；它不像……请珍惜时间，把它用在学习上。

我的演讲完毕，谢谢大家！

珍惜时间快乐成长演讲稿篇五

我认为，人最大的缺点就是不懂珍惜。为了追求一些水中月镜中花般的虚幻，而忽略了太多太多我们本来就拥有但未被我们珍惜的珍宝。时间，亲情，这是最值得我们珍惜的东西了。但就因为它们是与生俱来的，所以很少受到人们的珍惜。

一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。人的一生只有短短的数十载，你可以选择萎靡不振地虚度一生，亦可奋力拼搏去珍惜，去充实它，决定权在你手中。也许你会认为既然只有数十载就更应该及时行乐了，但这只是蠢人的想法；聪明人想的是如何能更好地利用这短短的数十年，不，是更好地享受这数十年。蠢人享受的是一时的快感，但他的未来是黑暗的，

无尽的后悔将使他饱受煎熬；聪明人却是一点苦也不用受的，因为他们懂得享受学习的乐趣，享受生活的乐趣。他们才是真正懂得珍惜时间的人，也只有他们才能使生命之花尽情开放。

珍惜亲情

无论在什么时候，父母总会在我们的背后给我们支持，给我们鼓励。他们的爱是最无私最真诚的爱，这爱是我们与生俱来的，是谁也夺不走的，除了死神。父母给了我们这么多的爱，我们不应该回报吗？但当人们明白这个道理时已经太晚了，树欲静而风不止，子欲养而亲不待。所以，请珍惜亲情吧，快向父母尽自己的一片孝心，父母不需要金钱，他们真正需要的是你的爱。一杯茶，一句问候，一次谈心，这都能让父母感受到我们的爱。当父母离开我们时，就晚了，请珍惜亲情吧！

我们的拥有东西有很多，但不要因为拥有就不珍惜它们，否则，后悔将会伴你一生。

珍惜时间快乐成长演讲稿篇六

在坐的各位领导，工友们，朋友们，大家好。

虽然最后她幸运的被工友发现了，经抢救脱离了危险，但那彻骨的疼痛，恶梦般的一幕会在她记忆的深处刻下烙印，这阴影会伴随她以后的岁月，安全是个沉重的话题，有时需要用血和泪来诠释它的内涵，然而鲜活的生命只有靠它才能享受阳光雨露，只有靠它才能实现人生理想和愿望，但有时安全却往往被人所忽视，他们或是为了追求效益而盲目生产的领导，或是为图懒省事抱侥幸心理而违规生产的工人，假如受伤的那位工友在工作中再小心一点，假如那个车间不是安排她一个人工作，假如车间不是这么封闭，假如安全深入每个人的心中，那么这起事故还能发生么？回答肯定是不发

生的，那样我们的姐妹就不会遭受这样的痛苦，也会和别人一样在明媚的夏日里享受生活。

安全是什么？安全就是一种仁爱之心，爱人爱己，爱护每一个人的生命。安全是一种文明，让每个人在合理有序的环境里生活劳动，是以人为本的文明。安全又是一种财富，人们只要将我国每年因各种事故而损失的财富统计一下，就知道这笔财富有多大，安全更是我们一线工人的命根子，安全就是不违章生产，如果这位女工的痛苦还不能让你绷紧安全这根弦□20xx年11月xx铜川局陈家山煤矿矿难，166命矿工遇难，最近的新疆阜新煤矿矿难，83名鲜活的生命消失了……。这些血的教训应该让你醒悟了吧，难道你要用自己的前途或者生命去寻找一个教训。

生命是美好的，美好的就象一块玉，任何的伤害都会影响生命的质量和价值，生命是脆弱的，脆弱的就象就象烛火，小小的疏忽都会让她熄灭，而安全就是生命的保护伞，它可以不让生命不会受到伤害，让生命不会过早的熄灭。

愚者用鲜血换来教训，智者用教训避免流血，我们高兴的看到新一届金信公司的领导班子能够真正吸取事故教训，将安全工作落实到实处，广泛深入的开展安全宣传，现在你走入厂区，你都可以看到，“安全是职工最大的`福利，安全是企业最大的效益”等安全标语，安全检查形成制度化，定期召开安全分析例会，安全文化在金信公司已悄然形成，愿我们的姐妹我们的兄弟在这样好的安全环境中不再有痛苦不再有恶梦不再有悲戚。

漫漫人生需要安全，悠悠岁月需要平安，工友们，朋友们，让我们携起手来，共创一个安全平安的世界！

珍惜时间快乐成长演讲稿篇七

大家好！

一件物品，往往在拥有的时候不会珍惜，直到失去时才追悔莫及。许多事情都是这样。所以我们要在还有的时候懂得珍惜，不要只在逝去后才后悔，比如青春、时间、友谊……，比如父母的爱。

我曾经多次听到、看到过这样一个故事，尽管多次看到，但是每次仍然被感动，我就把这个故事的大概讲给大家吧：很久以前有一棵又高又大的苹果树，一个小男孩天天到树下来跟树玩耍，他爱苹果树，苹果树也爱他。后来男孩长大了，不再来玩耍了。一天，他又来了，说：“我不小了，不能再和你玩了，我需要玩具，可是没钱买。”树说：“你把我的果实摘下来，拿去卖，不就有钱了？”男孩于是摘下了所有的苹果，高高兴兴地走了，树好快乐。男孩后来一直没来。几年后的一天，男孩又来了，树要跟他玩，他说：“我和成家了，不能和你玩了。我需要房子，你能给我吗？”树说：“我没有房子，不过你可以砍下我的树枝盖房子。”于是男孩砍下了树枝，高兴地走了，树好快乐。后来，男孩又来了，神态疲惫，他说“我要出海航行，可是没有船。”树说：“没关系，砍下我的树干造船吧。”男孩又走了。再后来，男孩已经苍老，当他再次来到树的身边时，树说：“我已经没有什么可以给你了。”男孩说：“我也没有什么想要的了，现在就想有一个可以坐下的地方。”树说：“那你坐在树根上吧。”男孩坐了下来，树好快乐！

让我们从现在开始，珍惜拥有的一切吧！

珍惜时间快乐成长演讲稿篇八

大家早上好！我是九年级（18）班的杨继悦。

今天我国旗下讲话的题目是珍惜时间，勤奋学习。

在不知不觉中，大半个学期很快就过去了。在新年的钟声即将敲响时，你是否已经满怀希望和憧憬，是否做好奔向20xx

的准备，我觉得无论做什么准备，要懂得珍惜时间，更要珍惜我们的青春时光。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。

人的一生只有三天：昨天，今天和明天。昨天已留给记忆，明天将交给梦想，你所能把握的，就只有今天！让我们好好珍惜今天这美好时光吧！“莫等闲，白了少年头，空悲切”。当熟悉的铃声又在耳畔响起、琅琅读书声又响遍校园的时候，同学们，珍惜时间，辛勤的耕耘吧！努力学习一定会给你带来成功！同学们珍惜时间、刻苦学习！

我的讲话完了，谢谢大家！

珍惜时间快乐成长演讲稿篇九

大家好！

我们告别了童年，从一名不谙世事的孩童逐渐成长，如初升的太阳，充满朝气；如含苞待放的花朵，充满生机；如雨后的彩虹，充满活力！

青春是人生的黄金时代，而有的同学却认为，趁青春年少，去吃喝玩乐个够。在这种人眼里，时髦的穿戴、美味的佳肴，舒适的生活，尽情的享受，这才是青春最大的价值。于是，在我们现实生活中，就出现了这样的年轻人，他们为了满足个人的物质欲望，不惜贪赃枉法，甚至明抢暗偷，谋财害命！正所谓：花无百日红，人无常少年，这种人的青春，乃至于一生，又有什么价值呢！

“少壮不努力，老大徒伤悲”。这是脍炙人口的古诗，它让我深深地懂得了珍惜时间，勤奋学习，不让时光轻易从手中溜走。虽然我们还年轻，但也不要总是躺在父母的功劳本上，不要总是在父母的呵护下生活，因为人生是需要自己去感受

的。不经历风雨，哪能见彩虹？不经过飞翔，翅膀哪会强硬？翅膀不能停止飞翔，生命更不能停止飞翔！飞出蓝天白云的空间，飞出海阔天空的舞台，生命将永远年轻而美丽。

在我们现代的社会里，已经涌现出许多学习楷模：篮球巨星姚明在十六岁时，就在篮球事业中取得了辉煌的成绩；爱心大使丛飞为了帮助贫困孩子，年轻的他就这样献出了他那宝贵的生命；年轻的洪战辉用稚嫩的肩膀支撑起家庭的重担；不仅抚养起一个毫无血缘的妹妹，而且自己考上了大学，感动了全中国……他们的青春如同银河系的繁星，在人类史册上闪烁着璀璨的光芒。这才是最有价值的青春！

青春，如诗、如梦、如火。年轻的心灵寻求一丝恬静，追求一种浪漫，这是诗意绵长的青春；纯洁的心灵幻想着美好的未来，这是梦幻般的青春；热情澎湃的心灵追求执着和激情，这是热情似火的青春！

让青春去冲击，在惊涛骇浪中造就弄潮无畏的勇气；让青春去感悟，在风雨兼程中赋予跋涉者更新的含义；让青春去创造，在上下求索中描绘青春辉煌的腾图！

西塞罗先生曾说过：“春天是自然界中的新生季节，而人生的新生季节，就是一生只有一次的青春。”同学们，难道你想虚度这黄金般的青春年华，成为一个碌碌无为的人吗？不！那就请从现在开始，珍惜这短暂而美丽的青春，去拥抱那五彩斑斓的未来，让中国腾飞于世界。

珍惜时间快乐成长演讲稿篇十

大家好，今天我要演讲的题目是《珍惜当下》。

一座雪山上，总会留下一串串脚印。留下一串笔直脚印的人总会感叹自己的人生太过顺利，没有好好欣赏沿途的风景，行色匆匆；留下一串弯曲脚印的人虽然赏尽路上的风景，但总

会抱怨命运的不公，自己的人生路途太坎坷。

其实，不必忧伤，不必懊悔。每个人都有每个人的人生。在人生路上，我们总会有太多的遗憾。

在人生的不同的阶段中，总会经历一些大大小小的事，这些事也许是正在拥有的，也许是已经错过的。拥有的，总有一天会失去；错过的，总是在抱憾。当失去的时候，我们总会悔恨自己在拥有时没能好好珍惜，“如果还有一次拥有的机会，那我一定会好好珍惜”。人总是这么可悲的想，当下一次的拥有降临时，这次拥有的是与上次不同的。而这次的拥有只会让人陷入其中，而真正懂得珍惜的人却是少之又少。如果懂得珍惜，学会珍惜，那么，就算这次的拥有失去了，你也不会心存遗憾，而会对自己说：“这次的拥有让我感觉很幸福”。如果是这样，那么你的心中必然会多了份甜蜜的回忆，这样的回忆是那些不会珍惜的人永远没有的。

懂得珍惜的人才是真正成熟的人。他们不会抱怨命运的不公，而会乐观积极的对待生活。他们会感受到人生的乐趣，更好的生活。他们会珍惜当下的东西，不会太长久的考虑。惟有珍惜当下，才能更好地拥有。惟有更好的拥有，才能更好的生活。惟有更好的生活，才能感悟到人生的意义，生命的真谛。

让我们学会珍惜吧！学会珍惜，会使你的人生更加美好，生活更有乐趣！

谢谢大家！