

# 珍惜每一天演讲稿三分钟(优秀5篇)

演讲稿是演讲者根据几条原则性的提纲进行演讲，比较灵活，便于临场发挥，真实感强，又具有照读式演讲和背诵式演讲的长处。那么你知道演讲稿如何写吗？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。

## 珍惜每一天演讲稿三分钟篇一

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/每个小小梦想/都能够漫漫实现/我是如此平凡/却又如此幸运/我要说声谢谢你……”每当那熟悉的旋律响起，我就感到生命的可贵。

每天清晨，当朝霞映红了我的脸庞，当树上的小鸟叫醒了我的甜梦，我知道新的一天又开始了。我挎上书包，迎着初升的太阳，奔向了美丽的校园。在课堂上，静静地聆听老师的每一个字，每一句话，犹如初生的婴儿，贪婪地吮吸着甘甜的乳汁；在操场上，同学们追赶着，嬉戏着，校园到处是欢歌笑语。我感谢我的爸爸、妈妈——是他们给予了我宝贵的生命，是他们让我感受这快乐幸福的时光。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的每一个角落！

是啊，生命就像一朵朵花，绚烂多姿，美化了整个世界，更激活了整个星球，然而，生命也是脆弱的，稍不留神就会枯萎，凋零。让我们看看发生在去年的一幕幕惨剧吧：

6月15日，孙吴县沿江乡中心小学四年级学生胡双双不听同学

劝阻，下江洗澡后溺水身亡。

6月26日，黑龙江国际旅游商务学院9名同学相约去学校6公里的松花江边游玩，3名同学下水洗浴，由于对地势不了解，其中2名溺水身亡。

在自然灾害面前，生命更是极其脆弱，极其渺小。今年5月12日，14点28分，一场突如其来的大地震，瞬间夺去了多少人的生命！一千人，两千人……一万人，二万人……统计数目急剧上升，触目惊心！原本阳光灿烂的生命刹那间离开了亲人，离开他们深爱的世界。他们劫后余生的亲人扑在那里痛哭流涕，他们的悲伤也勾起了电视机前多少观众的泪水。

## **珍惜每一天演讲稿三分钟篇二**

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！

## **珍惜每一天演讲稿三分钟篇三**

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！

## 珍惜每一天演讲稿三分钟篇四

同学们：

你们看，碧绿的大海里，鱼儿在自由安闲地遨游；你们听，蔚蓝的天空下，鸟儿在欢快地鸣唱……哦！这个世界最生气盎然的就生命！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。

天天清晨，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，是他们让我感受这漂亮的地球。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！

## **珍惜每一天演讲稿三分钟篇五**

天空交替着颜色，云彩变幻着图形，日出和日落，花开和花谢，树木绿了黄，黄了秃，秃了又绿，绿了再黄。我看到这些不断更迭交错的自然场景，在我的生命里，仿佛流水一般悄然流逝，像秋天的落叶一样纷纷扬扬。

时间在向前不断推移，仿佛幕后有一张无形的大手，掌控着世间万物的变化姿势。然而，人的生命不会像花朵和树木一样轮回。生命在那张大手的缓缓推动下，向着衰老一步一步叩首，向着死亡一步一步迈进。那只无形的大手，像一个暗处的小偷，偷走了我们生命的一天又一天。

谁都不知道明天将会发生什么事情，有痛苦抑或绝望，有喜悦乃至希望。但无论明天会怎样，我知道，衰老又将爬上我的额头和眼角，渗透到我的毛孔，使衰老又向前递进了一层。

衰老在一天一天吞噬着我的容颜，蚕食着我的生命。我害怕衰老，其实并非是怕红颜的老去，年轻不再，而是害怕死亡的一天天逼近。

死亡，总是同黑暗有某种内在的关联。人死去了，就如同走入了永久的黑暗，活着已成为远去的历史，光明将永不在生命中呈现，他隐进了泥土，化为乌有。

而黑暗，总是同灾难有着某种深刻的隐喻。地震、泥石流、洪水、龙卷风，这些难以抗拒的自然灾害，总是在瞬间侵夺了许多人的生命。黑暗沉沉的聚集，铺天盖地的覆没，仿佛千军万马狂呼怒吼，奔腾而来，盖过眼前明亮的天空，席卷了幸福和平静的美好生活，洒下一片狼藉，使那些脆弱的生命在血液的不断流动下熄灭。

所以，每当夜幕降临，太阳沉落的时候，我便有一种想把阳光留下来的渴望。因为阳光，总是带给人温暖和睦，它每天滋养着我们真实的生命和幸福的生活。哪怕逐渐衰老，又有何要紧呢？拄着拐杖，去探索光明，其实另有一种寓意。只要每天都能见到阳光，那璀璨的光芒将会使生命变得顽强，让理想的信念在生命里永不言弃。

当我看到阳光的时候，仿佛看到了自己理想的花朵，在生命的希望中绽开出美丽和可爱，使我的生命变得如此芬芳艳丽，多姿多彩。鲜花和露水，被阳光的施舍，同样显得如此可爱和柔和。

然而，当我十分无奈地看见夕阳不断矮下去，最后隐去了最后一丝光芒的时候，便一种强烈的恐惧感油然而生。我害怕那些灾难的突然袭击，第二天使我再也看不到阳光的呈现，再也没有露水来洗濯我的双目，再也不见绽放的花朵叩开我的心门了。

而当第二天清晨，我十分清醒地睁开了双眼，看到同昨日一切相同的美好时，我悬着的心终于放下了。于是，我拥抱了眼前的天空，亲吻着早上的露水和花瓣。我又拥有了新的一天，它让我的理想在生命中仍旧绚烂地盛开，我嗅到了它的芬芳，看到了它的妖娆。

尊重自己的生命，珍惜活着的每一天，要有不可泯灭的人生理想，在平静中求永存，在追求中求永驻。