

2023年珍惜时间把握现在演讲稿(模板5篇)

演讲稿首先必须开头要开门见山，既要一下子抓住听众又要提出你的观点，中间要用各种方法和所准备的材料说明、支持你的论点，感染听众，然后在结尾加强说明论点或得出结论，结束演讲。优质的演讲稿该怎么样去写呢？下面是小编帮大家整理的优秀演讲稿模板范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

珍惜时间把握现在演讲稿篇一

“时间都去哪儿了，还没有好好看看你眼睛就花了，柴米油盐半辈子，转眼就只剩下满脸的皱纹了.....”听着这简单而熟悉的歌曲，我不禁想到了一句名言：时间就是生命。

是啊，时间是多么的宝贵，一眨眼的功夫，它就过去了。人生的每一秒都是金钱和生命，即使还有后一秒的时间，那也不能代替前一秒，有人说，时间真的很短暂，短暂到你连它什么时候走的都不明白，人从呱呱落地到咿咿学语，再到上幼儿园，再到上小学，然后小学毕业就到了初中，初中毕业就到高中，然后从高中毕业到上大学，最终是大学正式毕业后找工作，找男友然后结婚生子，这些频繁步骤看起来很长，可实际上，它一点都不慢，相反很快，时间是财富，失去时间，就是等于失去财富。

我们五年级下册的语文课本里有一篇课文叫做《失去的一天》，它给我的感悟很深：今日的是不要拖到明天，今日的事情要今日做完，明天的事情要明天做完，不要抱着侥幸的心理，也不要想着时间还早，再做也不迟的想法，否则，到了最终，你的下场将会是一事无成。

此刻有许许多多的人是不珍惜时间的，每一天都是睡了吃，

吃了玩，玩了睡……这样的生活日复一日。此刻的小孩也不明白珍惜时间，每一天除了玩的开心便什么都不管了。小孩不懂珍惜时间是来源于大人的生活习性，大人们不珍惜时间，整天吃喝玩乐睡，导致了孩子也是吃喝玩乐睡；大人们不懂保护环境，小孩也跟着大人随地乱扔垃圾；大人们出口成脏，导致小孩也跟着出口成脏……

一天有一天，一年又一年，时间就是这样，一去不复返，没有任何东西是能够让它停留的，时间在于运动，而它的运动就是不停的走，不给自我一点喘息的机会，也不会给别人多一秒，或者少一秒。你会说它自私，霸道，可那又能怎样样，那是它的工作，它也是执行者，它与爸爸妈妈一样，每一天都在不停地工作，而我们要做的就是学会珍惜它，哪怕只是一秒钟，每一天晚上，都能够照照镜子，问问镜子中的自我，今日有没有珍惜时间今日都做了一些什么事做这些事对你有没有意义每一天，我们都在不停的奔波，因为时间不等人，一转眼，就走了。

我们每一天都在学习，每一天都在提高，虽然也会时不时的停下脚步，但至少我们能做时间的主人，而不是做时间的仆人！上天对任何一个人都是最公平的，他不会偏袒任何一个人，从一出生，上天就会给你最公平的时间，若你不珍惜，它只能溜走，不能等你觉悟。时间就是生命，把时间丢了，就等于把自我的命丢了，它绝对不会给你多一秒，所以，朋友，珍惜时间吧！

此刻，随着科技的发展，人们的生活越来越好，手机啊，电脑啊等等之类高科技的都有，虽然好，可是这让人们都不懂得珍惜此刻的一切，人们随地吐痰，乱扔垃圾，泡网吧，去酒吧，抽烟，喝酒，说脏话，打架斗殴等等破坏此刻的生活之类的事。如果人们在这样下去，总有一天，此刻一切的一切将会是一场恐怖的袭击，繁华的都市也会变成废墟的。也许听了我的话，大家都是摇摇头，摆摆手，说不愿意，既然说不愿意，那何必自讨苦吃呢何尝不愿意尝试一下珍惜此刻

所拥有的一切呢人不是一生下来，就是十全十美的，就算是完美的，那也是有缺陷的，而这些缺陷就应当慢慢的改正、补缺，就好像，繁华的都市看起来很完美，可实际上，它还是存在着一些缺点，其实这些缺点就是人们的那些影响市容的动作和语言，而这些语言和动作应当由我们自我来改正，让完美繁华的都市，更加光彩照人！请让我们珍惜此刻的一切，改掉那些缺点，让未来更加完美吧！

珍惜时间把握现在演讲稿篇二

生命，每个人都明白，是需要珍惜的。珍惜别人，珍惜自我，时光的流逝，会预示着生命火花的灭亡。

当我们这些正常人遇到困难时着急，遇到挫折时气馁，而那些残疾人遇到困难时，着急又有有什么用呢？丧失克服困难条件的他，恨不得把有些正常人浪费不用的器官拿来自我用。可是，他做不到，他也不能怨恨上帝待人不公，因为上帝对待任何人都是公平的。但身为健全人的，你也不要认为，上帝赋予我们这些完美的东西，甚至生命，都是理所当然的。你有没有想过，当某一天，你拥有的东西，甚至生命，都将失去，你会是怎样呢？后悔，懊恼，还是自暴自弃？千万不要那样，要珍惜此刻，珍惜时间，珍惜生命，仅有这样，你才会感到幸福。

有一次，我看见一个小朋友正小心翼翼地扶着一位素不相识的老爷爷过马路，一边还说：“老爷爷，前面有车，您慢点、慢点……”还有一天清晨，我看见一个双腿残疾的小男孩正在认真读书：“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴……”无论是健全人还是残疾人，都要珍惜生命，用自我的所能为自我、为他人服务，这样的生活才会感到幸福。

《钢铁是怎样炼成的》上头说道：“人最宝贵的东西是生命，生命对于每个人仅有一次。人的一生应当是这样度过的：当回首往事的时候，不会因为虚度年华而悔恨，也不会因为碌

碌无为而羞愧。”所以我们要珍惜生命、珍惜时间、珍惜此刻，度过短暂而幸福的一生！

珍惜时间把握现在演讲稿篇三

各位老师，同学们：

大家早上好，元旦即将到了。在我们还来不及回味20xx年的丰硕时，20xx已经迎笑走来。在新年的钟声即将敲响时，你是否已经满怀希望和憧憬，做好奔向20xx的准备，是啊，岁月如梭，年复一年，我们在感叹岁月快速流走的同时，是否想到20xx要准备的事很多，初一初二的同学要升学，毕业班的同学还要学很多东西。我觉得无论做什么准备，要懂得珍惜时间，要更加珍惜我们的青春时光。

有人说：人的一生有三天，昨天、今天、明天，这三天组成了人生的三步曲。但我说，人的一生是由无数的今天构成的，因为不会珍惜今天的人，既不会珍惜昨天，也不会憧憬明天。

一年过去之时，给我们带来的感受决不如撕去日历上一页小小的纸片那么简单，一些思索在我们每个人的心湖里荡起涟漪。过去一年，我们在老师和家长的呵护下，懂得了做人的道理，取得了不小的成绩。快乐与悲伤、成功与失败都化作人生的财富。而今天，成长中的我们将又一次应来充满希望的新年。我们不禁要感叹时间过得太快了。期中奋斗的硝烟似乎刚刚消退，期末考试的战鼓又敲响了。面对紧张的期末考试，有两个办法教给大家：一是统筹计划，惜时如金。有人说一个用“分”计算时间的人，比一个用“时”计算时间的人，时间多出了59倍！二要见缝插针，持之以恒。“见时间之缝，插学习之针”。只要我们保持“挤”的恒心与韧劲，锲而不舍，就一定能把枯燥变成愉快，把有限的时间变成无限的力量。那时，我们就能充满自信地、捧着优异的成绩奉献给我们的父母，奉献给辛勤的老师，奉献给即将敲响的猪

年的钟声!

聪明的人，检查昨天，抓紧今天，规划明天;愚蠢的人，哀叹昨天，挥霍今天，梦幻明天。一个有价值的人生应该是：无怨无悔的昨天，丰硕盈实的今天，充满希望的明天。

同学们，让我们在元旦即将来临之际，共同珍惜今天，珍惜现在的分分秒秒吧!认真复习，以优异的期末考试成绩迎接20xx年的到来!

珍惜时间把握现在演讲稿篇四

尊敬的老师们，亲爱的同学们:

大家早上好!我是xx□

今天我国旗下讲话的题目是《珍惜时间》。珍惜时间，这是一个古老而又永恒的话题。

商人说：时间就是财富;农民说：时间就是粮食;医生说：时间就是生命。同学们，你们说时间是什么呢?其实“时间是最公平的裁判者”，要看你怎样去利用它。我们每个同学都希望自己将来成为科学家、文学家、艺术家……但这并不那么容易，它要靠我们的实际行动，要珍惜一分一秒，努力奋斗。曾听到过这样两句名言：赢得时间者，赢得一切;今朝有事今朝做，明朝可能阻碍多。这两句话都是告诉我们要珍惜时间。珍惜时间，想必大家都知道是什么意思吧!珍惜时间就是节约时间，合理地利用时间。时间对我们每个人都很重要，时间不会为谁停留。当你早晨洗脸刷牙的时候，时间从水盆里溜走了;当你吃饭的时候，时间从饭碗里溜走了;当你睡觉时，时间又从你的睡梦中溜走了。你想挽留时间吗?那就得靠你把握时间，珍惜时间，并不是时间会多给你一份。一天有24个小时，这是无法改变的。合理地利用时间，就是珍惜时间，不让时间一分一秒地白白浪费掉。

时间对每个人都是公平的，它不会多给谁一分，也不会少给谁一秒。那为什么在相同的时间里，人们所得到的结果不同呢？比如说：一个班的同学，每天在一起生活，学习，同样的环境，同样的课程，同样的老师，那为什么有的人学习好，而有的人差呢？那是因为有的人充分利用好课堂上的每一分钟，专心听讲，认真思考，甚至把别人玩的'时间用在了读书上，所以能够取得好成绩。

花儿谢了有再开的时候，草儿枯了有再绿的时候，同学们请你告诉我时间有再来的时候吗？对、时间是一去不复返的，所以不要把今天的事拖到明天去做，明天还有明天的事情，这样明日复明日，何时才是尽头，况且人的一生能有几个明天。

青少年时期是我们这个人生中最宝贵的黄金时期，希望大家能从现在做起，珍惜自己的每一分每一秒。莫等到头发花白时再去悔恨自己当初没能珍惜时间而一事无成。只要我们现在珍惜时间，便会拥有最大的幸福。

我的演讲完毕，谢谢大家！

珍惜时间把握现在演讲稿篇五

亲爱的老师，同学们：

大家早上好！

同学们，生命是什么？其实，生命就是经历一分一秒的时间，是由时间相伴的一段旅程。在这个社会上，时间对每个人都是公平的，每个人都公平的享有时间，时间的长短快慢对每个人都是一样的。它不会因为你是百万富翁而多给你一秒，也不会因为你的迟缓耽搁而等待一分。就像民谚所说：“时间好比河中水，只能流去不能回。”古人还用“白驹过隙”来形容时间的飞逝，又用“寸金难抵寸光阴”形容时间的宝贵。

表面上看来，时间好像很多，过了今天还有明天，过了这一刻还有下一秒，太阳会每天正常升起，月亮每个月都有圆有缺，时间仿佛永远是这样周而复始，没有穷尽，但是对我们每个人来说，一年三百六十五天，一天八万六千四百秒，伴随着你的心跳，不管你是在穿衣吃饭，还是玩耍睡觉，时间绝不停留，绝不增加。记得小时候同学们传唱的儿歌吗？“明日复明日，明日何其多，我生待明日，万事成蹉跎”。在不知不觉之间，人生就会从少年而青年，青年而壮年并走向老年。

一条生命；教育家说：时间就是知识，抓住生活中的点点滴滴就能尽可能多地掌握冲击未来的资本；军事家说：时间就是胜利，抓住战场上瞬息万变的瞬间就能够转变战局，化腐朽为神奇；哲学家说：时间就是真理的女儿；美学家说：时间就是我们对生活的希望；深圳人说：时间就是金钱。而我要说时间就是我们的学习成绩，就是我们的未来。时间是公平的，但是同样年纪的人为什么所做出的成就就不一样呢？那是因为不同的人对于时间有着不同的态度和做法。勤奋者抓紧时间；求知者利用时间；有志者珍惜时间；聪明者争取时间；好学者挤出时间；上进者追求时间；忠诚者遵守时间；勤劳者创造时间。所以，同学们，做聪明的人吧，做勤奋的人吧，让我珍惜时间，因为珍惜时间就是珍惜生命。人的生命只有一次，不要虚度光阴，不要因碌碌无为而悔恨。同学们，从这一刻开始，珍惜时间！