

# 高中珍惜时间演讲稿三分钟 高三珍惜时间的演讲稿(实用8篇)

党的制度建设是党的治理能力现代化的重要内容和基本保障。接下来，请大家一同品味一些小学生演讲稿的佳作，感受他们的勇气和智慧。

## 高中珍惜时间演讲稿三分钟篇一

书，是人类文明的果实；书，是贮存知识的宝库；书，是人类进步的阶梯；书，是全世界的营养品。生活里没有书籍，就好像大地没有阳光；智慧里没有书籍，就好像鸟儿没有翅膀。只要我们肯读书，就可以汲取几千年人类智慧的精华。牛顿从小酷爱读书，在研究了前人著作的基础上，他发现了万有引力定律，从而成为一名伟大的科学家。试想，假如没有书籍传播前人积累的知识，在当今时代，还会有遨游太空的卫星和宇宙飞船吗？！还会有让我们浏览奇妙网络的电脑吗？！

同学们！在祖国和平的蓝天下，在我们美丽的校园中，我们比先辈拥有了更优越的学习条件，能心无旁骛，日以继夜地遨游学海，向书山攀登。我们成了新一代读书人，志存高远，只争朝夕，我们要在学好课本知识后，博览群书，在书中读李白的潇洒，读苏轼的豪放，思索鲁迅的冷峻深邃，感味冰心的意切情长。历经苦难的高尔基说：“书籍使我变成了一个幸福的人。”我们又何尝不是呢？读书带给我们最隽永的乐趣，最恒久的动力；读书带给我们心灵的和平，精神的慰藉。朋友可能离去，书却是最忠诚的伙伴，时光不断流逝，阅读却让我们永葆青春！不仅如此，读书使我们逐步建立起和古今中外伟大作家之间的交流，依他们的指引，历史的大门为我们洞开，未来为我们展现理想的蓝图。

今天的我们——生活在阳光下的年轻一代，更应该努力丰满自己的羽翼。我们知道，站在巨人的肩膀上，我们可以看得

更远;以书作垫脚石,我们可以攀得更高。“读不在三更五鼓,功只怕一暴十寒。”朋友们,让我们以审视的目光来阅读书籍,以书为友,以书为鉴,让一缕书香伴你我同行!让我们一起读书吧!

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,但可以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20xx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。现在许多青年人,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,这些人一不小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,认为自己现在还年轻,先尽情享乐,过几年再考虑工作。最终明日复明日,明日成蹉跎。一个“今天”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,但是真的怪时间吗?它就像海绵里的水,只要愿挤,总还是有的。归根结底是自己不抓紧它,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，到最后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，只有做的事越多，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。

## 高中珍惜时间演讲稿三分钟篇二

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

“早岁哪知世事艰”，在当今社会，我们的生活很安逸舒适，有些同学就走向了生活与学习的误区：抛开学习，恣意攀比，沉迷幻想，徘徊不前。孰不知世界上最快又最慢，最长又最短，最平凡而又最珍贵，最易忽视又最易令人后悔的就是时间。时间对每个人都是公平的，对每个人都是重要的，从古至今，凡是为人类做出杰出贡献的人，他们都非常的珍惜时间，他们都把握住了人生的每一分钟。只有缺乏意志、毫无志向的人，才认为今天的事情没做完，明天还可以继续；也只有这样的人才会一生庸庸碌碌，一事无成。

就让我们从这一分钟开始，刻苦努力、不懈追求，在学习的道路上将一点一滴的知识积累，在人生的旅途中将一方一寸的风景珍藏，实现自己的理想，让生命放射出灿烂而耀眼的光芒！

谢谢大家！

## 高中珍惜时间演讲稿三分钟篇三

亲爱的同学们：

大家早上好！今天我发言的题目是《抓住今天，珍惜今天》

在不知不觉中，我们已经到了新学期的尾声，我们也走进了六月。那么在过去的的一个学期中你又做了些什么呢，在努力调节自己的状态投入学习，实现自己的学习目标？还是依然舍弃不了对玩的深深热恋。想着怎么在学校“苦熬”呢？人们一定很想往明天，因为明天是未知的，大家一定会把这个未知量想的特别完美，特别随心所欲。明天是美好的，明天是令人向往的，但美好的明天不会从天上掉下来，它要靠今天每个人的智慧和勤劳，只有今天的努力，才能换来明天的美好。

我们每天匆匆的走进教室，走出教室，然后再走进教室，反复往返，我们到底在干什么呢？初三的同学一定会感觉得到，一天天怎么这么快啊，还没等我把作业做完，时间已经过去一个月了，还没等我开始复习，离中考就仅剩不到七十天了，在校时间还不到50天了，还没等我到办公室问题，这一周已经悄然逝去了。

也许大家们都有过这样的感受，总是羡慕那些学习好的同学，想自己为什么会比他们差，总会暗下决心明天我一定会好好学习，不辜负父母对自己的期望，课上一定集中精力听讲，不放过每一个知识点，在家一定做完作业梳理好今天的内容，

复习复习课本。可是真正到了这一天，又会这样想，今天我还没投入进去，明天一定会好的，一定会学到知识的，可是这一天有没有做，那么你不禁又会感慨，今天的时间又被我浪费了，今天好好休息休息明天一定去学习，可是明日复明日，明日何其多，我生待明日，万事成蹉跎。等待明天，但明天到底是那一天呢？倒不如果断的在今天踏踏实实，坚持到底。亲爱的同学们，既然今天已经来了，就让我们果断的放下明天，微笑面对今天，勇敢的憧憬明天，因为——抓住了今天，明天会更好。抓住了今天，才不会在另一个今天后悔这个今天。

我的讲话完毕，谢谢大家。

## 高中珍惜时间演讲稿三分钟篇四

各位老师、同学们，早上好！

有人说：人的一生有三天：昨天，今天，明天。我认为，人的一生是由无数的今天构成。因为不会珍惜今天的人，既不会感怀昨天，也不会憧憬明天。对于处在学习关键阶段的我们来说，更应该抓住今天勤奋努力。爱因斯坦曾经说过：在天才和勤奋之间我毫不迟疑的选择勤奋；卡来尔更激励我们：天才就是无止境的刻苦勤奋的能力。是的，勤奋属于珍惜时间，爱惜光阴的人；属于脚踏实地，一丝不苟的人；属于坚持不懈，持之以恒的人；属于勇于探索，勇于创新的人。正是因为勤奋，爱迪生才有一千多种伟大的科学发明；爱因斯坦才得以创立震惊世界的相对论；还是因为勤奋，中国古人才给我们留下悬梁刺股、凿壁偷光、囊萤映雪的千古美谈。

同学们，我们应该具有像爱迪生、爱因斯坦那样的勤奋努力、不懈追求的精神。因为只有这样，我们才能实现自己的目标，也会在追逐梦想的舞台上一显身手。若是浅尝辄止畏惧退缩，又或怨天尤人一蹶不振，再或吝嗇付出，厌学弃学，又怎能学懂知识，掌握知识，更何谈在生活中运用知识，富国强国

呢？一分耕耘一分收获。耕耘时，农夫们辛勤地劳作着，盼望着一年的好收成。他们时刻照看着每一棵幼苗，为它浇水施肥，为它除草去虫，收获时自然成果丰硕。这不正是我们学习的生动写照吗？每一个知识点就象小小的幼苗，都要我们付出艰辛的学习才能完全消化掌握。一个个小小的知识点构成了我们强大的知识体系。拥有坚实的基础和雄厚知识储备，这就是我们收获的资本。在学习的道路上我们只有勤奋踏实的将一点一滴的知识掌握，才能最终走向成功。

同学们，月底就要迎来期末考试了，我们更应该惜时如金，认真利用现在的每分每秒，勤奋努力，为今后的学习打下坚实的基础。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！让我们共同珍惜今天，珍惜现在的分分秒秒，不断勤奋地努力学习吧！

谢谢大家！

## 高中珍惜时间演讲稿三分钟篇五

亲爱的老师们，亲爱的学生们：

大家好！

燕子去了，再来的时候；花没了，还有再开的时候；树枯了，有再绿的时候；但时间就像滚滚长江向东，进入海洋，永不回头。时间有多重要，要珍惜。

时间是人类的财富，也是一切财富，正如时间是一个国家的财富，因为任何财富都是时间和行动结合的结果……居里夫人说：“我只后悔一件事，日子太短，过得太快。一个人永远看不到自己做了什么，他只能看到自己该做什么。”如果我们给居里夫人更多的时间，她将在世界上创造更多的辉煌，

为人类创造更多的财富。

时间就是生命，珍惜时间就是热爱自己的生命，因为时间是生命的物质，生命是以时间为基础的。一个人放弃时间，时间就会放弃他。我记得第二次世界大战期间，发生了一些和时间和生活有关的事情。当美国与德国开战时，美国向德国后方派出了100名士兵。他们不得不学习德语，而且学习时间被限制在40天内。学了的去了，学不了的去了。如果学不会，德国人会发现自己是“美国鬼子”。他们不会白死吗？所以40天之内，100个人学会了德语。

时间是黑头发里的几根白头发，生日蛋糕上的蜡烛渐渐增多，春秋冬夏这些不能保留却一遍又一遍重复的东西。岁月催人沧桑巨变，扬起未来的风帆，是人生的黄金海岸，是成功的基石，是人类的生命之舟。

珍惜时间！别等了，白年轻头，空悲！

谢谢大家！

## 高中珍惜时间演讲稿三分钟篇六

亲爱的各位老师，同学们：

大家上午好！

我是来自xxx班的学生xxx。此次，非常荣幸能给大家带来这次的演讲！我的演讲主题是——“做一个珍惜时间的人”。

时间是一个非常奇妙的东西，它给我们带来收获，也带着我们一步步的成长。但无论怎么变化，他却永远都是同样的长度，同样的分量。所以，对我们学生来说，也许我们在学习上的基础不同，但我们所拥有的时间，基本上都是一样的！

我认为，虽然每个人都是不同的，都有自己的长处和短处。但在一开始，我们每个人什么都没有，不了知识，也没有经过学习，但在来到校园之后，我们才在老师的教导下学习，成长！在学校的这些知识，并不是来自先天的差距，而是我们在后天累计和学习的结果！

既然如此，那我们之间的成绩差距，便基本上就来自于我们的努力！来自于，我们对这份时间中，每一次机会的珍惜！

时间是奔腾不息的长河，它不会为任何人停留，也永远不会放缓它的脚步。我们能利用时间，努力的学习，努力的去改变自己，让自己珍惜时间中流过的机会，进一步的加强自己的那能力。但如果我们对时间的流逝视而不见，甚至这珍贵的时间去做一些毫无意义的事情，那时间就会白白的流过，我们也将再也取不回这段时间！

同学们，我们都明白，时间是非常有限的，尤其是属于我们的青春时光，这段在校园中的时间，更不过只有短短的x年而已，错过了就再也回不来，这份机会，是独一无二的！如果我们在现在不努力，那么在今后，就会失去这份努力的机会。就会永远比那些一直在努力的人，少上一份努力！

为此，让我们珍惜时间吧，珍惜我们现在所有的一切时间，积极的在学习上努力，让自己变得更加强大，得到更多的成长！同学们，比拼早已开始，知识将是我们在未来最有利的“武器”莫要让时间白白流去，让我们从现在开始，积极投入到学习中来，珍惜我们的每一分，每一秒！

我的演讲结束，谢谢大家！

## 高中珍惜时间演讲稿三分钟篇七

亲爱的老师，同学们：



大家好，今天我要演讲的题目是《珍惜时间》。

人生百年，几多春秋。向前看，仿佛时间悠悠无边；猛回首，方知生命挥手瞬间。

时间是最平凡的，也是最珍贵的。金钱买不到它，地位留不住它。“时间是构成一个人生命的材料。”每个人的生命是有限的，同样，属于一个热闹的时间也是有限的，它一分一秒，稍纵即逝。

然而，时间是宝贵的。虽然它限制了人们的生命，但人们在有限的生命里可充分地利用它。鲁迅先生说过，时间，每天得到的都是二十四小时，可是一天的时间给勤劳的人带来智慧与力量，给懒散的人只能留下一片悔恨。我觉的这句话形象地写出了成功的人，珍惜每分每秒，成就辉煌，而失败的人正因为抱着“做一天和尚敲一天钟”的思想得过且过，消磨时间，在他们眼里时间是漫长和无谓的，而当他们回过头之后，才发现时间如流水，一去不复返，才发现时间的可贵，可谓“少壮不努力，老大徒伤悲”啊！

古往今来，有不少人惋惜：时间易逝，于是长叹曰：“光阴似箭催人老，日月如梭趱少年”。的确，时间的流速真另人难以估计，无法形容。树枯了，有再青的机会；花谢了，有再开的时候；燕子去了，有再回来的时刻；然而，人的生命要是结束了，用完了自己有限的时间，就再也没有复活，挽救的机会了。正如“花有再开日，人无再少年”。时间就这样一步一步，永不返回。而这又正告诫我们莫把宝贵的光阴虚掷，要珍惜时间，爱护生命，利用每分每秒，不要虚耗它。犹如朱自清所说的：洗手的时候，日子从水盆里过去；吃饭的时候，日子从饭碗里过去；默默时，便从凝然的双眼里过去。我觉得时间去的匆匆了，伸出手扞挽时，它又从扞挽的手边过去；天黑时，我躺在床上，它伶伶俐俐的从我身上跨过，从我的脚边飞去了。当我睁开眼和太阳再见，这算又溜走了一日。我掩面叹息，但新来日子的影子又开始在叹息里

闪过。这句话写出了时间无时无刻不在流逝，我们应该好好把握逝去的瞬间。

“未来”“现在”“过去”是时间的步伐：“未来”，犹豫地接近；“现在”，快如火箭地消失；“过去”，永远地停止。在伟大的宇宙空间，人生仅是流星般的闪光；在无限的长河里，人生仅仅是微小的波浪。珍惜时间吧，它是生命中最可贵的东西。

## 高中珍惜时间演讲稿三分钟篇八

尊敬的老师、同学们：

大家好！

时间就像滔滔江水一去而不复返，可人们总是花费有用的时间做 useless 的事，总感觉时间还多不用担心，可你们知道吗，人生只有三天：昨天，今天，明天。昨天已经过去了，永不复返今天已经和你在一起，但很快就会过去。明天就要到来但不久就会消逝。只有抓紧这三天你才有可能成为新世纪的主人。时间就是生命，时间就是金钱，时间就是一切，只有把握住时间，时间才会为你效劳，如果你只会浪费时间，时间就会从你身边溜走。

珍惜时间吧，让我们成为新世纪主人，记住时间就是生命，时间就是一切。从现在抓紧时间吧！