# 把握时间演讲稿通用

来源：网络 作者：雨后彩虹 更新时间：2025-06-01

*把握时间演讲稿通用5篇鲁迅曾经说过，珍惜时间也就是使一个人的有限的生命，更加有效，而也就等于延长人的生命。下面给大家带来一些关于把握时间演讲稿，欢迎阅读与借鉴，希望对你们有帮助!1把握时间演讲稿通用精选亲爱的老师、同学们：大家好！时间，是一...*

把握时间演讲稿通用5篇

鲁迅曾经说过，珍惜时间也就是使一个人的有限的生命，更加有效，而也就等于延长人的生命。下面给大家带来一些关于把握时间演讲稿，欢迎阅读与借鉴，希望对你们有帮助!

**1把握时间演讲稿通用精选**

亲爱的老师、同学们：

大家好！

时间，是一个很奇妙的东西。它会使人苍老，使一些事情变成永远的回忆，而我们却永远抓不到它。庄子曰：“人生天地之间，若白驹之过隙，忽然而已。”人生短短数十个春秋，时间便会如白驹过隙一般在我们身边匆匆流过，留下的只是岁月的痕迹。

对时间的认识不同，人们对人生的态度便会不同。有些人认为，既然人的一生这么短暂，何不今宵有酒今宵醉，整天沉迷于花天酒地、虚拟世界而不能自拔，等到将老时才发觉自己的人生是多么索然无味。而有些人便会每日匆匆忙忙，忙工作、忙学习、忙家庭，恨不得每天28个小时。他们的每天都非常充实，每天都会有所收获，他们用自己的力量为社会、国家作出了贡献，从而实现了自己的社会价值。

我们经常会抱怨，时间总是过得太快，不等我们开始行动，它就已经匆匆地流逝了。正如朱自清先生说的那样，“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。当你觉察它去的匆匆了伸出手遮挡时，它又从遮挡的手指间过去。天黑时，你躺在床上，它便伶伶俐俐地从你身上跨过，从你脚边飞走了。”这时，我们不禁要问，怎样才能做到珍惜时间呢?

一年之计在于春，一天之计在于晨。每天的\'清晨你在做什么呢?是依旧在与周公相会还是稳坐书桌前大声朗诵英文呢?鲁迅先生说过：“时间犹如海绵里的水，只要你挤，总会有的。”晚上的自习时间你是认真的学习还是和同学闲聊呢?如果你用闲聊的时间来记英文单词，那得记住多少啊！我们不妨来做到数学题，如果你每天早起半小时，吃饭时间缩减十分钟，晚自习的闲聊时间减少半小时，听流行音乐改为英文听力，每天坚持听半小时，那么一天下来，你能用来学习的时间便会增加至少两个小时！量变必会引起质变。时间长了，不知不觉中，你掌握的知识会越积越多。

“明日复明日，明日何其多，我生待明日，万事成蹉跎！世人若被明日累，春去秋来老将至，朝看水东流，暮看日西坠，百年明日能几何?”明天固然会让人有无限遐想与憧憬，但明天终究是未知的，把握今天才是最应该做的。所以，同学们，请行动起来吧，珍惜分分秒秒，别让时间虚度，学业荒废。

现在的社会是竞争的社会，知识型社会，做任何事情都要都要提速。如今，火车提速了，新闻都要跑着看了，我们还能再慢腾腾的吗?我们慢了就会让别人赶上，就会逐渐被社会淘汰。时间就是生命，浪费时间就等于慢性自杀！

所以，同学们，请珍惜眼前的大好时光，充分利用一切时间多读书、读好书，努力充实自己，不让自己的人生留下遗憾！

谢谢大家！

**2把握时间演讲稿通用精选**

各位老师，各位同学：

大家好！

今天，我演讲的题目是《珍惜时间》。

时间对于每个人都是公平的。一年365天，一天24小时，一小时60分，一分钟60秒，对每一个人都一样。但由于人们对待时间的态度不同，因此就有不同的结果。珍惜时间的人\"留下串串果实\"，不仅延长了生命，而且使生命富有意义；浪费时间的人却\"两手空空，一事无成\"，只有徒伤悲，空悲叹。对我们学生来说，也是这样。经过一学期的学习，有的学生取得了优异的成绩，各方面都有了长进；而有的同学却收效甚微，甚至一天更比一天差。这是因为珍惜时间和不珍惜时间造成的差别。

时间有一个优点，就是一去不复返。即使是伟大的科学家，使用最先进的科学的手段，也不能把时间挽回。因此，科学家富兰克林把时间比作生命；我国现代伟大的`文学家鲁迅把浪费别人时间比作\"谋财害命\"，把浪费自己时间比作\"慢性自杀\"。由此可见时间的珍贵。时间虽然一去不再来，但是人对于时间并不是无能为力，无所作为的。从科学的角度讲，人们生活在地球上，时间流逝的速度是恒定的，但从人们的利用角度讲，时间很有弹性。抓紧时间，时间就多；反之，时间就少。

古今中外的有识之士，强烈意识到时间的珍贵。宋代史学家司马光为挤出更多的时间看书、写作，睡觉时，以圆木为警枕，身子翻动，惊醒后他便继续读书。就这样，司马光夜以继日，通阅旧史，兼收并蓄，经过20年的艰苦努力，编撰出了我国第一部编年体通史—《资治通鉴》。

有人问鲁迅为什么用\"鲁迅作笔名，他说是取\"愚鲁\"和\"迅速\"之意。他认为自己比较笨拙，无论做学问还是干事情，效率比不上\"天分\"比他好的人。在种情况下，只有更加勤勉，笨鸟先飞，才能在一定时间内，收到和别人一样的效果，甚至超过别人。

人的生命宝贵，人的青少年时期尤为宝贵，因为青少年时代正是人的一生中最重要的成长时期、打基础时期。所以，勤奋学习不仅是祖国和人民向我们青少年提出的要求，也是我们自身成才的先决条件。民族英雄岳飞在《满江红》这首词里疾呼：\"莫等闲，白了少年头，空悲切！\"汉乐府诗有句富有哲理性的名言：\"百川东到海，何时复西归，少壮不努力，老大徒伤悲。\"因此我们应该学会做时间的主人，紧紧抓住时间。抓紧时间就是要充分利用时间，上课、自习、做作业都要高度集中注意力，排除干扰。抓紧时间就是要科学按排时间，巧妙地利用点滴时间，提高单位时间利用率。抓紧时间还要善于抓住今天。我们要不断总结昨天，设计明天，但最关键的是要牢牢抓住今天。

同学们，21世纪已到来，希望大家都能珍惜时间，科学的分配时间，使每年、每月、每小时、每分钟都过得有意义，让每一秒钟都成为我们创造辉煌人生的基石。

谢谢大家！

**3把握时间演讲稿通用精选**

尊敬的老师、同学们：

大家好！

人们常说，“时间对每个人都是平等的。”这句话经常能给我们鼓励，让我们明白，只要在别人休息的时候努力，我们就能做的更好，就能收获更多！这样想着，时间的存在好像拉平了我们人与人之间的差距一样，让每个人都变得有机会，有肯能去凭借自己的努力和拼搏去改变人生，让自己不断的前进！这是非常积极的一种看法。

但是，我们也知道，尽管“时间是平等的”，但是同样的“东西”，能发挥出怎样的作用，还要看持有它的人是怎么使用它的。现在，我们在场的每个同学都是在\_\_学校，并且与同班同学在一个教师，一个老师，甚至坐在相邻的一起上课。但我们也知道，在这样看似几乎没有太大差别的情况下，依旧有由成绩差和成绩好的同学这两种极端！近乎一样的环境，一样的时间，怎么会有这么大的区别？

再让我们来回想这句话，“时间是平等的”。是啊，是平等的，不是偏爱的。为此，你付出了多少，就能从时间中收获多少。正是因为时间的平等，才会有了成绩的不等。才会有了我们能在成绩上的差异！

优秀的同学不一定天生就是优秀的，但他在后天的学习中的一定有抓紧时间去努力，去学习的！相反，成绩差的同学也并非不聪明，但大部分同学，没有将精力和时间花费在学习上！时间品等，所以它给我们的回报也是平等的。

在现在的生活中，并不是所以的努力都一定都能得到回报，但学习却不一样。我们的学习不为任何人，只为我们自己！我们因为学习成长，因为学习变得有能力。我们为学习所付出的时间，会变成自己的能力，永远的留在我们的身上！这就是我们为什么要学习的原因。

同学们，我们现在，都还好是学生，是父母的孩子。我们没有能力在生活中创造自己想要的未来。正因为如此，我们才要去学习，去抓紧时间学习！时间是我们现在唯一的财富，学习是“稳赚不赔”的事业，这样的情况下，我们又有什么理由不去投资呢？

各位同学，希望我们无论在何时都要牢记，“时间是平等的”，所以它不会为你停留，也不会对你偏袒。我们能做的，只有抓紧时间，抓紧每一分、每一秒，全部投入到学习中去，让我们打拼出最美好的未来！

我的演讲结束，谢谢大家！

**4把握时间演讲稿通用精选**

同学：

大家好！

今天，我想谈谈珍惜时间的问题。时间是最宝贵的东西。俗话说“一寸光阴一寸金，一寸金买不到一寸光阴！”人生最重要的问题是如何让一寸时间等于一寸生命。

然而，在现实生活中，浪费时间随处可见。比如上课的时候不认真听讲，让老师管纪律。这样一来，老师就无法完成当天的教学内容，既浪费了自己的时间，也浪费了老师和同学的时间。中午在家，看电视，玩一些游戏，做一些作业时不该做的事情；一些学生痴迷于电脑游戏。适当地玩电脑游戏对我们的智力有好处，但是沉迷于电脑会浪费很多宝贵的时间。可能大家都觉得这些都是小事，但是时间就在这一点一点的浪费着。

今天，我想给大家讲一个真实的故事。鲁迅大家都知道，但你知道鲁迅成功的秘诀吗？鲁迅成功的秘诀是珍惜时间。鲁迅12岁在绍兴市时，父亲病重，两个弟弟还小。鲁迅不仅经常去当铺、跑药店，还得帮妈妈做家务；为了不影响学习，他必须做出精确的时间安排。从那以后，鲁迅几乎每天都在压榨时间。他说：“时间就像海绵里的水。只要你挤，总会有。”鲁迅兴趣广泛，所以时间对他很重要。他每天都要工作到深夜才会放弃。在鲁迅眼里，时间就是生命。他曾经说过：“美国人说时间就是金钱。但我认为：时间就是生命。”所以鲁迅讨厌那些“整天东奔西跑，坐在西方说长道短”的人。鲁迅之所以取得成功，是因为他珍惜时间，成为一代伟大的作家！

可见珍惜时间有多重要。同学们，时光飞逝，日月如梭！真心希望我们每一个人都珍惜时间，成为时间的主人。长大了就不会收获“年轻不努力，老板伤心”的遗憾了！是骄傲和自豪让我成为了祖国的栋梁！

谢谢大家！

**5把握时间演讲稿通用精选**

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!

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！