# 珍惜时间演讲稿三分钟5篇范文

来源：网络 作者：落日斜阳 更新时间：2024-02-17

*演讲稿也叫演讲词，它是在较为隆重的仪式上和某些公众场合发表的讲话文稿。演讲稿是进行演讲的依据，是对演讲内容和形式的规范和提示，它体现着演讲的目的和手段。以下小编在这给大家整理了一些珍惜时间演讲稿三分钟，希望对大家有帮助!珍惜时间演讲稿三分钟...*

演讲稿也叫演讲词，它是在较为隆重的仪式上和某些公众场合发表的讲话文稿。演讲稿是进行演讲的依据，是对演讲内容和形式的规范和提示，它体现着演讲的目的和手段。以下小编在这给大家整理了一些珍惜时间演讲稿三分钟，希望对大家有帮助!

**珍惜时间演讲稿三分钟1**

亲爱的同学们：

大家好!

世界上最宝贵的是人的生命，老天爷公平地给了每个人一次生命。这仅有的一次生命，尽管长短不一，但都是由分分秒秒的时间组成的，因此我们应该像珍爱生命一般珍惜时间。

美国政治家、科学家富兰克林为自己制订了一张作息时间表。五点起床，规划一天事务，并自问：“我这一天做了什么好事?”上午八点至十一点，下午二点至五点，工作;中午十二点至一点，阅读，吃午饭;晚六点至九点，用晚饭，娱乐，考查一天的工作，并自问：“我今天做了什么好事?”

朋友劝富兰克林说：“天天如此，是不是过于辛苦……”“你热爱生命吗?”富兰克林摆摆手，打断朋友的话说：“那么别浪费时间，因为时间是组成生命的材料。”

正因为富兰克林对生命的珍惜，对时间的珍惜，才能使得他有更多的时间去进行科学研究，助他取得了非凡的成就。人应该学会在这有限的生命中完成更多有意义的事情，把一些空闲用成功补满。珍惜每一分每一秒从身边流过的时间，把自己生命安排的井井有条，用最短时间实现目标。

想要实现人生的目标就要抓紧现在，不能在努力的过程中觉得累了就停滞不前。时间是不等人的，而且时间是有限的，不能把事情都拖到明天，今天可做之事，勿候明天。正如托尔斯泰所说“只有一个时间是重要的，那就是现在!它所以重要，就是因为它是我们有所作为的时间。”我们只能活在现在，所以必须珍惜现在的时间，在现在努力，把事情及时完成。

浪费时间就是的罪过，当你不顾时间从身边随意飞速流过时，你错过的不单单只是时间，错过了机遇，错过了成功，减少了自己的生命!世界上没有办法让时间倒流，它只会从你身边跑过，越跑越远。你只能去把握，去抓紧，去珍惜，给自己一个充实的人生。

谢谢大家!

**珍惜时间演讲稿三分钟2**

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好!

今天我要演讲的题目是《珍惜时间》。

时间逝去的无影无踪，去得快来得也快，而能否把握时间、做时间的主人，往往决定着一个人的一生命运。陶渊明说过“盛年不复来，一日难再晨。及时当勉励，岁月不待人”。人生短短数十秋，想要在短时间内取得成功，登上人生的顶峰，又岂能会那么容易?所以珍惜时间就显得很重要!

时间在悄无声息的流走。朱自清爷爷说过“燕子去了有再来的时候，桃花谢了有再开的时候，杨柳枯了有再青的时候……”但时间去了，永远也回不来了。时间一去不复返，看着真有一些心痛。吃饭时，时间从我碗中过去溜走;洗脸时，时间从流水中飞去;睡觉时，它便大步大步地从你身上跨过，从你脚边飞去。

但时间就像是海绵里的\'水，只要用力挤，总还是有的。事实就是这样，只要愿意把时间挤出来，时间总会有的，但不是每个人都能这样。有的人爱贪玩，事做完后就无所事事，不懂得珍惜时间。但珍惜时间的人，即使事情再多，他也能挤出时间来。时间是一天天减少，人的肉体生命是短暂的，让这平凡的肉体放射出无限的光芒，这既不简单，也不艰难。这就看你如何安排时间，是白白浪费，还是惜时如金。这一切就在你一念之间，而就是这一念之间将决定你的命运。

珍惜时间，也就是珍惜生命。充分利用命运给我们的每一分一秒，不要成为时间的奴隶，要争做时间的主人!

谢谢大家!

**珍惜时间演讲稿三分钟3**

尊敬的领导、老师、亲爱的同学们大家早上好，我们是来自八(7)班的学生，我叫：\_x，今天我演讲的题目是《珍惜时间，勤奋学习》。

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部曲。但是我说，人的一生是由无数的今天构成的，因为不会珍惜今天的人，既不会感怀昨天，也不会憧憬明天。尤其对于正处在学习阶段的我们来说，更应该抓住今天勤奋学习。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”。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;因为勤奋，安徒生从一个鞋匠的儿子成为童话王;因为勤奋，巴尔扎克给人类留下了宝贵的文学遗产《人间喜剧》;还是由于勤奋，爱迪生才有一千多种伟大的科学发明;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、巴尔扎克那样的勤奋努力、不懈追求的精神，因为只有这样，我们才能实现自己的目标。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。人生能有几回搏?此时不搏何时搏。人生能有几个花季，雨季?过去的就没法改变了。

我们现在更应该惜时如金，认真利用现在的每一分每一秒，勤奋努力，为自己以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从而更勤奋的努力学习吧!

我的演讲完毕!

谢谢大家!

**珍惜时间演讲稿三分钟4**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家早上好!

今天，我国旗下讲话的主题是“珍惜时间”，这是一个古老而永恒的话题。古人言：时光似箭，一去不返。我们也经常把“珍惜时间”挂在嘴边，可时间在我们的心里有地位么?

时间老人对我们每个人都是公平的，不会多给任何人一分一秒。但人们对时间的态度不同，结果也就不同。珍惜时间的人总会得到“胜利的果实”，而不把时间看在眼里的人，最终也一事无成。

文学家鲁迅就把浪费别人的时间比作“谋财害命”，把浪费自己的时间比作“慢性自杀”。这是多么可怕的事啊!有人问他为什么用“鲁迅”作笔名，他说是取“墨鲁”和“迅速”之意。他认为自己比较笨拙，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。如果同学们也想成材，那就勉励自己，珍惜时间吧!

朱自清曾说过：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，便从凝然的双眼前过去。我觉察它去的匆匆了，伸出手遮挽时，它又从遮挽着的手边过去。当你沉迷于电脑游戏时，你想过时间从你身边悄悄溜走了么?当你津津有味的看着电视时，你想过时间已从你身边擦过了么?当你读着漫画哈哈大笑时，你想过时间已从你身边划过了么?

新的一天又开始了，有同学迎着晨光，伴着朝阳，大声背诵、朗读;有同学却显得无所事事;有同学在课堂上专心致志，心无旁骛;有同学却忙于聊天，摆弄桌底的玩物;有同学在作业，复习中，书写自己的刻苦;有同学却身在教室、心在别处。

就说现在，我在演讲，你在干什么，是在心不在焉的想着别的事，还是在聚精会神的思考，无论怎样，这一秒就过去了，这一秒就再也回不来了!

列宁说过：“赢得了时间就赢得了一切!”当熟悉的铃声又在耳畔响起、琅琅读书声又响遍菁菁校园的时候，同学们，请从现在做起，珍惜每一分每一秒，珍惜自己所拥有的岁月光阴，随着奋起的节拍乘风破浪，让生命之舟与时间一起扬帆远航。

谢谢大家!

**珍惜时间演讲稿三分钟5**

老师们同学们：

大家好!

今天，我想说说珍惜时间的问题，时间是最宝贵的东西，俗话说得好：“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴!”人生最难题就是如何让一寸光阴等于一寸生命。

但在现实生活中，浪费时间却随处可见，比如：上课时不认真听讲，让老师总管纪律，导致老师不能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，一边写作业还边看电视，玩些游戏，干一些不应该干的事;有的同学迷恋电脑游戏，适当玩电脑游戏有益于我们的智力，但迷恋电脑却会虚耗了大量宝贵的时间……也许大家都认为这些是小事情，但是时间就在这一点一滴中浪费了。

今天，我想告诉大家一个真实的故事。鲁迅大家都知道，但你们知道鲁迅成功的秘诀吗?鲁迅成功的秘诀就是珍惜时间。鲁迅十二岁在绍兴城读私熟的时候，父亲正患着重病，两个弟弟年纪尚幼，鲁迅不仅经常上当铺，跑药店，还得帮助母亲做家务;为了不影响学业，他必须作好精确的时间安排。此后，鲁迅几乎每天都在挤时间。他说过：“时间，就像海绵里的水，只要你挤，总是有的。”鲁迅兴趣十分广泛，所以时间对他来说，实在非常重要，他每天都要工作到深夜才肯罢休。在鲁迅的眼中，时间就如同生命。他曾说：“美国人说，时间就是金钱。但我想：时间就是生命。”因此，鲁迅最讨厌那些“成天东家跑跑，西家坐坐，说长道短”的人。鲁迅因为珍惜时间而取得了成功，成为一代大文豪!

可见，珍惜时间多么重要。同学们，光阴似箭，日月如梭啊!我真切地希望我们每个人都珍惜时间，成为时间的主人，当我们长大后收获的不是“少壮不努力，老大徒伤悲”的遗憾!而是我成为祖国栋梁之材的骄傲与自豪!

谢谢大家!

**珍惜时间演讲稿三分钟**

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！