

最新国旗下演讲稿初中珍惜时间(模板5篇)

演讲中的抑扬顿挫，相当于音乐中的节奏，音乐需要节拍，演讲也需要节拍，你应该让你的演讲充满节奏感，节奏就是你口头表达进度的度量。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的演讲稿模板范文，我们一起来了解一下吧。

国旗下演讲稿初中珍惜时间篇一

老师、同学们：

你们好！

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，过了这一秒还有下一秒，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。

古往今来，很多的人对时间进行了评说，不同的人对于时间有着不同的定义和解说。文学家说：时间就是东去的长河，奔流到海不复回；医学家说：时间就是生命，珍惜一秒的抢救时间就有可能挽回一条生命；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？那是因为不同的人们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！

谢谢大家！

国旗下演讲稿初中珍惜时间篇二

老师们、同学们：

大家好！我所演讲的主题是《珍惜时间》。

君不见黄河之水天上来，奔流到海不复回。君不见高堂明镜悲白发，朝如青丝暮如雪。诗人的高歌，伟人的教诲，哲人的感慨……时间，曾有多少文人墨客为它赞美，为它歌颂！有人把时间比作金钱，为了言极它的珍贵，却无法突出它的

价值！或许有人反驳：人一生劳碌，无非就是为了金钱，从而得以生存，是在以时间换取金钱为代价的。可是人生在世，难道就只为了生存吗？还在于活得幸福，活得鲜明！金钱失去，可以由时间换回，然而，却从来没有人能用金钱买到时间。

有人把时间比作智慧，为了说明它是用金钱买不来的，还需经过努力，拼搏、思索、创造……但，即便费了这番心思，仍旧无能由魔掌中夺回时间！它太渺茫了，无影无形，漫天飘摇，可世间一切物质却又无一不是在它的控制下生存。

“花开堪折则须折，莫待无花空折枝。”只有善于用时者，才能取得胜利！在时间的注视下，有人在努力，有人在消磨；有人迎向进取，有人自甘堕落；有人将年华虚度，有人勤恳奋发……有人满腔热血，毕生充实；也有人华发早生，无为而终。时间有一颗明事理，辩黑白的心，它有一双雪亮的眼睛。时间喜欢有志气，敢和它竞争的人；痛恨任人摆布，随波逐流，抱着今朝有酒今朝醉的心态，不思进取的懦夫！

闲散而过，终日重复碌碌的衰败，不仅是对自己的不负责任，也辜负了所有寄予期望的人！亵渎了时间，负了它的债，就将受到它的严惩！

“劝君莫惜金缕衣，劝君惜取少年时。”愿青春江河滚滚奔向大海，百花年年开不败！经历了沧海桑田的旷世巨变，我们要扬起未来的风帆，勇敢地迎向挑战，面对考验，无畏风暴，劈风逐浪。开辟一条属于自己的阳光大道，达到海岸边的天堂！机不可失，时不等待。虽然我们欠缺了很多，尽管我们并不完美。但我风华正茂，朝气蓬勃，我们满怀信心！

我们会竭尽全力去开拓，填补缺陷！即使失意，也坦然。

年轻的一代，有愁畅，懂得缅怀，但不等于是悲观妥协，一蹶不起！朋友们，列宁曾说：“赢得了时间，就赢得了一

切！”让我们都长一双透视眼，在无形中捕捉时间，同它斗争！

我们把握每个时刻，将它紧紧抓牢，共创辉煌！

谢谢大家！

国旗下演讲稿初中珍惜时间篇三

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

早上好！

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。

但有些同学却不懂得珍惜青春，他们成天把“好累啊，我不想活了”挂在嘴边，成天对天感叹“时间怎么过得这么慢啊！”

难道你不觉得这是很可怕的事情吗？处在黄金年代的年龄，本应活力四射的我们居然觉得生命无趣，时间太长。

“浪费时间等于谋财害命”。千千万万的人因虚度年华而最终悔恨，到头来只能“白了少年头，空悲切。”现在的我们却还未体会到这些，待到体会到时，已经晚了，逝去的时光再也不会回返。为了不致将来后悔，现在请珍惜时间吧！

珍惜时间就是珍惜生命，青春在生命中有那么几年，却只有一次，丢掉了就不会再拥有。时光永是流逝，我觉得不管我们想什么，做什么，都应该对得起眼前如花似锦的青春，都不该浪费每分每秒不分昼夜喧哗流过的时间。让我们珍惜青春，共同期待：明天会更好！

燕子去了，有再来的时候；花儿谢了，有再开的时候；树木枯了，有再青的时候；可时间却如滚滚长江东逝水，奔流到海不复回。时间是何等重要，所以我们要珍惜时间。时间是人类的财富，是全部财富，正如时间是国家的财富一样，因为任何财富都是时间和行动化合的结果……居里夫人说过：“我只惋惜一件事，日子太短，过得太快。一个人从来看不出做了什么，只能看出来该做什么。”倘若给居里夫人更多的时间，她会创造出世上更灿烂的辉煌，为人类创造出更多的财富。

国旗下演讲稿初中珍惜时间篇四

亲爱的同学们，老师们：

大家早上好！

两千年前，一位伟人立于河边，面对奔流不息的河水，想起了逝去的时间与事物，给出了一个千古流传的感叹：“逝者如斯夫！”

在我们的青春中，就像与时间赛跑，在人生的起跑线上，时间是我们最大的竞争对手，它不会等待我们。当人生的哨声响起，只有奋力追逐，跌倒了，没关系，爬起来，继续跑，时间不会倒流，因为青春对每个人只有一次。

同学们，对我们而言，时间就是分数。一位考上清华大学的学生感叹通往清华北大的路是用一张张试卷铺成的，而连接这一张张试卷的是汗水和时间。所以当我们对着成绩单感叹

自己为什么比别人低那么多分时，更应该反思考前我比别人少学了多少时间，零碎的时间是否积攒地用了下来。

面对中考，我们需要分秒必争、风雨兼程。我们有不一样的目标，但同样的是奋斗，每天醒来，我们都需要告诫自己：把握好每一分钟，因为流年似水，时间给丢失者留下的是遗憾和惆怅，时间给珍惜者献上的是壮美的人生。

时间之轮永不停息，同学们，让我们紧张起来、行动起来，让初中三年中的每一分钟都发出更多的光和热，让我们把握现在，赢在当下，成就未来。

国旗下演讲稿初中珍惜时间篇五

老师们、同学们：

上午好，今天我讲话主题是“珍惜时间，争创佳绩”。

今天是本学期期末考试前的最后一个星期一，下周开始期末考试，下周一考语文和英语；周二上午考数学，下午考历史和政治；周三上午初二、初三考物理，初一通学生在家自复、寄宿生开考前半小时到食堂自习，其他时间在原教室自习，下午初三考化学、初一、初二考生物和地理。现在大家已进入紧张有序的期末复习阶段，为提高复习效果，争创佳绩，特谈几点看法与要求。

1、珍惜时间，抓紧复习

复习是巩固和强化所学知识必不可少的手段，是学习过程的重要环节。就平时学习较好的同学而言要做好知识体系的归纳总结和提高；基础较弱的同学应充分利用期末复习时机，狠抓基础，查漏补缺。有专家作过分析：考前一段时间是学习效率最高时候。请同学们一定要用好这段时间。加上每节复习课老师都作过精心准备。希望同学们听课要集中注意力，

听好每一分钟。

2、改进学习方法，提高复习效率

学习是以时间做保证的，但是学习成效和学习时间长短不完全成正比。这就要求我们同学注意劳逸结合，提高复习效率；要合理安排好各科的复习时间，并有序地实行，建议临近考试要在记忆内容和学科上相对多花时间。

3、保持良好的学习心态

一次考试是衡量你一个阶段学习情况的检测，更是一次见见新题型、增长新知识的好机会。如果你以中学阶段学习生涯来看待这次考试，那你就会有平常心。因为好成绩不仅是考出来的而是靠平时拼出来，有句话说得好：功夫不负有心人。

4、诚信考试

考试又是对我们同学诚实守信品格的一次考验。诚，就是要诚实待人；信，就是讲信用。在这次考试中，我们同学要诚实考试诚实答题，做一个讲诚信的人，做一个人格上守信的人！

5、考试时按规定作答

中考采取网上阅卷，这要求我们同学考试一定要按照试卷要求作答，字迹端正、清晰，否则不计成绩。

6、常规纪律不放松

抓好期末复习的同时，每一位同学应一如既往地遵守好学校一日常规，常规纪律是争创佳绩的前提和保障；另外，我校从上周开始在各班级陆续安装“班班通”系统，该设备是我校贵重的教学设备，请我们同学一定要爱护好这些设备。

同学们，我们每一位同学的未来把握在我们自己手中！让我们要用永攀第一的精神去实现希望，凭永攀第一的精神去收获未来，靠永攀第一的精神去回报家长、学校、老师和我们自己！

最后：祝每一位同学在本次考试中都能取得理想的成绩！