最新珍惜时间演讲稿一分钟(精选8篇)

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。演讲稿对于我们是非常有帮助的,可是应该怎么写演讲稿呢?以下是我帮大家整理的演讲稿模板范文,欢迎大家借鉴与参考,希望对大家有所帮助。

珍惜时间演讲稿一分钟篇一

亲爱的老师、同学们:

大家好!

"一寸光阴一寸金,寸金难买寸光阴"这句格言,很深刻的教育人们不要浪费一分一秒,珍惜时间就是珍惜生命,生命对于每个人都很重要,我们每个人都应该好好地珍惜时间,创造自己的生命价值。

想想平时,我是多么的能浪费时间,总是写着作业还带玩耍,一心二用。就说我记得非常清楚的一件事,我写作业的时候边写边玩,妈妈看见我一直心不正焉的,就气不打一处来,狠狠地训斥了我一顿,手上还揍了几下!妈妈还恨铁不成钢地说: "我怎么有你这个不争气的儿子,每天就是这样爱浪费时间!"挨打之后,自我反省了好长时间,自己也不明白为什么老爱边写作业边玩,老爱磨蹭时间,刚过几天又会犯同样的毛病,为此妈妈伤透了脑筋。

我以后一定要合理安排好时间,争分夺秒地做好每件事,就像课文最后一句话说的,"假若你一直和时间赛跑,你就可以成功"。

珍惜时间演讲稿一分钟篇二

尊敬的老师、同学:

今天要给大家推销一个观点:人人都要学会演讲。所谓推销,就是要让人家接受自己的某个东西,因此,我希望大家接受我的观点,也可以说是在推销。演讲指什么呢?有人错误地把演讲当成政治家、社会活动家、企业家才要做的事情,或者把电视上那种演讲比赛才当成演讲,错了!当众讲话就是演讲,只要你面对一群人发表讲话,就可以说是演讲。千万别去死扣字眼。

演讲是沟通方式的一种。与其他的沟通方式比较,演讲有什么优势呢?第一,低成本。演讲可以一次性面对无数人沟通,如果录成视频网上发布,看到的人更多。时间成本、人力成本以及金钱成本都大大降低。第二,高效率。演讲可以快速地完成与很多人的沟通,高效地解决问题,因此,一个公司总是时不时开大会解决问题。第三,气氛好。有些事情必须在有许多人聚集的情景中才有效果,因为当人们聚集在一起时,彼此之间的情绪会受到感染,甚至对某些人形成压力,有助于某些主张的传播与接受。

学会演讲你会得到什么好处?第一,你更容易抓住机会,被委以重任,因为别人不会演讲。第二,你赚钱的速度比别人快。因为你可以一次搞定一群客户。第三,享受成功的喜悦。当那些不会演讲的人正在逃避、恐惧、瑟瑟发抖的时候,你却站在讲台上光芒万丈,指点江山。

所以那些伟大的政治家、企业家都是伟大的演讲家!我们不说多了,大家就看看马云。马云能够缔造出今天的商业帝国,跟他的超级的演讲能力有多大的关系呢?要是马云不会演讲,他就不会有今天空前的成功。

珍惜时间演讲稿一分钟篇三

尊敬的老师、亲爱的同学们:

大家上午好!

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!"人生最大的难题就是如何让一寸光阴等于一寸生命。

珍惜时间就是节约时间,合理的利用时间。时间不会为谁停留,当你早晨洗脸刷牙时,时间从水盆里溜走;当你吃饭时,时间从餐桌上流走;当你睡觉时,时间又从你的睡梦中溜走,你想挽留时间吗?那就得靠你把握时间,珍惜时间。

但在现实生活中,浪费时间随处可见,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,也浪费了老师和其他同学的时间;中午午休不休息,而且教室里、操场上逗留,下午晚上学习没精神,打瞌睡;周末放假不按时完成作业,整天看电视,玩游戏······也许,大家认为这都是小事情,但时间就在一句句闲话之间,一个个走神之际,一个又一个的电子游戏中,轻轻而又飞快地从我们指尖溜走了。

同学们,让我们吸取生活中教训,珍爱生命中的每一天。看时光飞逝,我祈祷明天,愿我们每个小小的梦想,能够慢慢地实现!从现在开始,从我们做起:不要因贪玩,而是去了宝贵的时间,健康成长,让生命之花永远绽放!

谢谢大家!

珍惜时间演讲稿一分钟篇四

亲爱的老师、同学们:

大家好!

光阴似箭,岁月如梭。时间就像海绵里的水,只要愿意挤,总

还是有的。时间对于我来说是很宝贵的,用经济学的眼光看是一种财富。

在我六岁的时候,我就一直认为时间有很多,会过得很慢。可是,直到现在我才知道时间是那么的宝贵。

记得在我一年级暑假的时候,老师只给我们留了两本暑假作业。我认为老师给我们留的作业非常的少,而且暑假也很长,有两个月呢!我当时就抱着这种想法。想着离开学还有好多天,所以就每一天都不写暑假作业。

妈妈催我写作业,我就对妈妈说;"时间还多着呢!作业就那么一点儿,不着急!"说着,我便和我的小伙伴们到楼下玩去了。可是,我还没有玩够呢!就快要开学了。突然有一天,当我和小伙伴们玩到晚上八点之后,我便上楼了。我正准备洗手吃饭的时候,妈妈便走过来对我说;"宝贝儿,还有一个星期就要开学了,你的作业还一个字都没有写呢,从今天开始你要写作业了,不可以再和你的小伙伴们一起玩了。"我一听,便仔细想了想,自己的作业还真是一个字都没有写呢!唉,谁让我这么贪玩了呢?也只能乖乖地写作业了。

珍惜时间演讲稿一分钟篇五

敬爱的老师、同学们:

时间,从古到今都被许多人给歌颂着,他们有诗人,有作家,有政治家,还有教育家。可见,时间有多么的.宝贵!

"浪费,最大的浪费莫过于浪费时间了。"爱迪生常对助手说。"人生太短暂了,要多想办法,用极少的时间办更多的事情。"一天,爱迪生在实验室里工作,他递给助手一个没上灯口的空玻璃灯泡,说:"你量量灯泡的容量。"他又低头工作了。过了好半天,他问:"容量多少?"他听见回答,转头看见助手拿着软尺在测量灯泡的周长、斜度,并拿了测

得的数字伏在桌上计算。他说:"时间,时间,怎么费那么 多的时间呢?"爱迪生走过来,拿起那个空灯泡,向里面斟满 了水,交给助手,说:"里面的水倒在量杯里,马上告诉我 它的容量。"助手立刻读出了数字。爱迪生说:"这是多么 容易的测量方法啊,它又准确,又节省时间,你怎么想不到 呢?还去算,那岂不是白白地浪费时间吗?"助手的脸红了。 爱迪生喃喃地说: "人生太短暂了,太短暂了,要节省时间, 多做事情啊!"鲁迅的成功,有一个重要的秘诀,就是珍惜时 间。鲁迅十二岁在绍兴城读私塾的时候,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;为免影响学业,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。鲁迅读书的兴趣十分广泛, 又喜欢写作,他对于民间艺术,特别是传说、绘画,也深切 爱好;正因为他广泛涉猎,多方面学习,所以时间对他来说, 实在非常重要。他一生多病,工作条件和生活环境都不好, 但他每天都要工作到深夜才肯罢休。

珍惜时间演讲稿一分钟篇六

尊敬的各位老师,亲爱的同学们:

大家好!

我是x班的x□今天我所演讲的题目是《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!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!

我是一个x年级的学生,马上面临中考,回顾当初自己走进校园的时候,充满了自信,也下定了决心为自己的梦想奋斗,因为我们有三年的时间,而此时还有一个月就要走出这个奋斗了三年的校园,时间如梭,岁月如流,珍惜时间,为自己的梦想插上飞翔的翅膀,在属于自己的天空中翱翔!

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。但我们风华正茂,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!珍惜时间,赢得未来!

最后祝愿每位同学学习进步,祝愿老师身体健康,工作顺利!

讲话完毕,谢谢大家!

珍惜时间演讲稿一分钟篇七

敬爱的老师,亲爱的同学们:

大家好!

每一分每一秒都弥足珍贵,我们要学会珍惜我们生活的每一天,因为,这每一天的开始,都可能是我们余下生命之中最后一天。自己似乎早已被这生活麻木到思想,很深很深。回过头来,细数过往,何尝不是,二点一线,机械重复,没有变化、没有激情,但是在这样的生活中,我也能感受到爱,因为身边有爱我的人,有我的父母姐妹朋友。或许是自己太过强求或太过麻木,无法体会这美好生活,但是无论如何,这句话给我的启发,是强烈的,不论幸福不幸福、快乐不快乐、痛苦不痛苦,所有的所有,能经历又何尝不是一种幸福,学会坚强学会勇敢面对,学会放弃学会释怀,每一天,留给自己的都是一份美好的记忆。

请珍惜每一天吧,珍惜每一天和身边的人相处的时光,因为你不知道哪一天这样相处的生活将不存在。

谢谢大家,我的演讲完毕。

珍惜时间演讲稿一分钟篇八

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!