

# 最新珍惜时间的演讲稿三分钟(精选10篇)

领导讲话稿的撰写需要广泛收集各方意见和信息，做到充分准备和完备材料。以下是一些表达党员对党的深厚感情的文章摘录，供大家参考。

## 珍惜时间的演讲稿三分钟篇一

亲爱的`老师和同学们：

大家好！

我今天演讲的题目是《珍惜时间》。

不知不觉半个学期就要过去了，期中又要来了，要好好总结反思。我们现在有越来越多的时间自学和自控。很多同学抓住这个机会，充分、合理、科学、高效地利用每一分钟，弥补薄弱的科目，促进强势的科目，努力学习，争取进步。我相信他们一定会取得显著的进步。但与此同时，我也看到很多同学在早晚、周六周日的时候嬉笑打闹，游手好闲，无所事事，浪费时间和生命。这时，我总是忍不住喊：“同学们，请珍惜你们的时间！”

时间的一个特点就是永远不在了。即使是最伟大的科学家，运用先进的科技手段，也无法节省时间。因此，著名科学家富兰克林把时间比作生命；中国现代大作家鲁迅把浪费别人的时间比作“杀钱”，把浪费自己的时间比作“慢性”。这说明时间的宝贵。虽然时间永远不会再来，但人对时间并不是无能为力和无用的。从科学的角度来看，人生活在地球上，时间的流逝是不变的，但从人对时间的利用来看，时间是很灵活的。珍惜时间，快点，时间会更多；反而时间少了。

同学们，你们热爱生活吗？那么请珍惜时间，因为时间是生命的物质。让我们珍惜伟大的青春，充分、合理、科学、高效地利用每一点时间，让每一分钟时间成为我们辉煌人生的基石！

我的演讲结束了。谢谢大家！

## 珍惜时间的演讲稿三分钟篇二

老师们、同学们：

早上好！

今天我讲话的题目就是《珍惜时间》。这个世界上唯一延绵不尽的就是时间；这个世界上唯一不能复制的就是时间；这个世界上唯一公平的也是时间。

当新的一天开始了，有同学争分夺秒，早早到校；有同学却把时间送给路旁的小吃店和玩具铺。有同学迎着晨光，伴着朝阳，大声背诵，朗读；有同学却在校园中留下闲逛，游荡的脚步。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。

鲁迅曾说过：“时间就像海绵里的水，只要挤，总会有的”。其实，时间就在我们身边。只要我们学会利用一分一秒，何愁会觉得没有时间呢？亲爱的同学，让我们和时间赛跑，珍惜拥有的分分秒秒，让时间老人放慢他匆匆的脚步！

我的讲话完了，谢谢大家！

## 珍惜时间的演讲稿三分钟篇三

尊敬的老师、亲爱的同学们：

有人把时间比作金钱，这说出了它的珍贵，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？还在于活得鲜明，活得有价值！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??但是，即便费了这番心思，仍旧无法从魔掌中夺回时间！“花开堪折只须折，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；也有人白发早生，无为而终。时间喜欢有志气，敢于和它竞争的人；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！

同学们，在我们的一生中，青少年时期的时间特别宝贵。这个阶段生命力最旺盛，精力最充沛，记忆力最强。我们要充分利用这一大好时机，认真学习各科知识，去迎接明天的挑战。“莫等闲，白了少年头。”珍惜时间吧，同学们，这样，我们的生命便不会随着日月的更替而衰老，我们将成为时间的主人，我们将青春永驻！

谢谢大家！我的演讲完毕！

## **珍惜时间的演讲稿三分钟篇四**

敬爱的老师，亲爱的同学们：

花开在春天，人勤在少年，转眼间又回到了春天，一年之计在于春，一日之计在于晨。春天，美丽的春天虽然回来了，但时间一去不还了，我们要珍惜时间，与时间赛跑，时间犹

如生命般宝贵。只有珍惜时间，时间才会珍惜你。

古时候，有一位叫王亚男的孩子，从小心怀大志，酷爱读书，为了读书，他将睡觉的床锯掉一只床脚，晚上睡觉时一翻身床就塌了，起来后连夜苦读，最终成功做上大官。

还比如林清玄，小学时代，最爱他的外祖母过世了，他无法走出悲痛，后来他决定与时间赛跑。暑假的作业一星期就作完了，三年级学完了五年级的功课，所以长大以后成为了著名散文作家。

请好好珍惜时间吧，一寸光阴一寸金寸金难买寸光阴，现在小学时代的我们应该好好读书，与时间赛跑，长大以后成为国家的能人。

古人从小都是巴不得读书，有些穷人家，天黑了没亮光读书可怎么办呀，聪明的古人，用萤火虫的光来当灯，想到了用雪的光来读书，还想到了借隔壁有钱人的光来读书，他们的做法各有所长，但现在家家都有电灯了，有了以前所没有的东西，而我们更应该珍惜现在的美好时光，指不定哪一天，我们就要像《流浪地球》中的人们一样，家破人亡，城市也被冰雪覆盖，虽然我们不能预知未来但是俗话说得好，不怕一万就怕万一，我们现在就该学好本领。

未来的世界等着我们去创造，美好的世界向我们走来，时间如生命，请好好的珍惜吧！

谢谢大家！

## **珍惜时间的演讲稿三分钟篇五**

尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

大家好！

《匆匆》这篇文章是作家朱自清写的，耐人寻味，我百读不厌。因为读了《匆匆》我感觉到时间过得是那样快，所以我们要珍惜时间。

在生活中，如果珍惜时间，就会给我们带来许多好处。如：上课认真听讲，充分利用好每节课的时间，回家就能够快速写完作业，坐下来看书或是做一些有意的的事情。周末，还能够复习一下功课，好好放松一下，这样不是两全其美吗？也只有这样，我们才是时间的小主人。

前两天，放学回家，我先坐在电视机前看了会电视，然后才去写作业，现在想起看来，真后悔浪费了那些宝贵的时间。

会珍惜时间的人，即使给他一分一秒，他也会学到新的知识；而不会珍惜时间的人就算给他一天一夜，他依然是一无所获。“莫等闲，白了少年头，空悲切！”同学们，让我们从今天开始好好学习，天天向上，让我们从今天学会珍惜时间！

## 珍惜时间的演讲稿三分钟篇六

尊敬的老师们、同学们：

大家上午好！我是xx班的姚震，今天，我演讲的题目是《珍惜时间》。

在《人生宝鉴》公布了一个很有意思的调查资料——一个人活了72岁，他的一生是这样度过的。睡觉20年、吃饭6年、生病3年、工作14年、读书3年、体育锻炼、看戏、看电视、看电影8年、饶舌4年、打电话1年、等人3年、旅行5年、打扮5年。虽然这只是一个平均数，但不难看出有大部分的时间不得不被人们浪费掉。而读书时间少之又少。因此在古代才出现“头悬梁、锥刺骨”“以圆木为枕”“凿壁偷光”等感人故事。

我感觉应从以下方面考虑：“今日事今日毕”是我国的传统美德，这是最好的时间观。贵在于行动，坚持到底，要珍惜时间就抓住今天吧！勤奋有志的人，他们深深懂得时间就是生命，从不把今天宝贵时光白白浪费。

对于学生而言，要想学习成绩好，不仅要充分利用所有人共有的时间外(如上课的45分钟充分利用)，更应该抓住一般人抓不住的时间(即在校的小时间)。比如早晨早起会，中午少睡会，少玩会，吃饭快会，走路快点，课间的10分钟等。抓住了这些“小时间”，相当于延长了一天的学习时间。久而久之，积少成多，有的学生的学习时间就比别人多了。“小时间”最可贵，是最不在乎的，也是最容易丢弃。常会有有的学生说：“我有的是时间，我不在乎那些小时间，到时候我再努力也不晚-----”这是极不成熟的时间观。

总之，盛年不重来，一时难再晨，及时当勉励，岁月不待人。如何在有限的学习时间里拥有更多的学习时间？如何用三年的时间去换取一生的幸福？就让我们从主宰时间开始吧！成为时间的主人翁。

## 珍惜时间的演讲稿三分钟篇七

尊敬的老师、同学们：

大家好！

“花有重开日，人无再少年。”花儿谢了，明年可以再开，然而，生命是短暂的，并且只有一次；时间是永恒的，而属于人们自己的时间却是如此短暂。所以，我们要珍惜时间，在自己有限的的时间里，绽放出无限的光彩！

古人云：“莫等闲，白了少年头，空悲切！”时光如梭，光阴似箭，转瞬即逝，不要让时间白白跑掉，要学会抓住时间，要知道“浪费别人的时间就等于谋财害命，浪费自己的时间，

无异于慢性自杀。”

一天二十四小时，这是亘古不变的。但是，我们要学会在这有限的时间内做出一些有意义的事，而不是白白虚度光阴。“种瓜得瓜，种豆得豆”。要知道时间给予勤劳的人以智慧和力量，给予懒惰之人以贫穷和无知。如果少年时期你不知珍惜时间，到老了才后悔，那可是一辈子都无法弥补的恨啊！同时，时间也是公正的，它不会多给人一秒，同理，它也不会少给人一秒，所以无论怎样，时间对待每个人都是一样的，谁也无法改变。

“时间就是生命，时间就是速度，时间就是力量。”“世界上最快而又最慢，最长而又最短，最平凡而又最珍贵，最容易被忽视、而又最令人后悔的就是时间。”这两句名言说的一点都不错。对于医生来说，时间就是生命；对于赶往灾区救援的武警来说，时间就是速度。为什么一天二十四小时是不变的，但有的人却觉得它快，有的觉得它慢呢？因为人们面对时间的心态不同，所以会让人们对时间产生有时快、有时慢的错觉。

时间总是容易被人忽视，因为人们总觉得今天过完还有明天，明天过完还有后天，后天过完。这样一直推迟下去，一辈子就这样过完了。当生命快要结束时方才悔悟，那已为时晚矣！

所以，如果不想让自己后悔，如果你珍惜生命，那就从今天、现在、此刻开始：珍惜你的每一时、每一分、每一秒吧！不要让自己后悔！

## **珍惜时间的演讲稿三分钟篇八**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

时间是清澈的流水，你听不到它流逝的声音，也无法阻止它；时间是倒出的一盆水，永远收不回来。

“浪费时间等于杀了钱。”这是鲁迅的名言。是的，千千万万的人后悔浪费了他们的时间。最后只能“失去青春的头颅，感到悲哀”。这一切，过的太快，让人措手不及。

时间对每个人都是公平的，但不同的人有不同的回报。时间的脚步又在慢慢走了。但是在千千万万个家庭的世界里，我能做什么呢？两三千天不停的走啊走。时间是宝贵的生命；是不可替代的。一寸光阴一寸金，一寸光阴难买。时间不是金钱可以买到的，而是我们自己赢得的。在几千天的飞行中，我们能做的只有四个字：珍惜时间！

## 珍惜时间的演讲稿三分钟篇九

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他的控制下生存。

“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！

# 珍惜时间的演讲稿三分钟篇十

亲爱的老师、同学们：

大家好！

时间就是生命。生活中，到处都有被抛弃的时代，飘来飘去。然而，时间是有限的，生活是由时间的点点滴滴组成的。估计那些被抛弃的时光加在一起，至少能让一亿人活一辈子。如果你抛弃它，它就像海上的纸船，越漂越远，漂到一个你再也够不到的地方；相反，如果你珍惜它，爱它，它就会不断为你服务。

人们常常感叹：人生苦短，光阴似箭，百年人生才匆匆。这是你的错。人生虽然短暂，但只要你珍惜，就会找到人生的价值。它又长又有趣。如果你能珍惜每一分钟，那么你会觉得一切都会更顺利：起床穿好衣服吃完花了半个小时，现在要十分钟；等公交，等人的时候，利用这段时间做一些有意义的事情。红灯早到，一两分钟不赶不上车，处处倒霉。

人的生命是有限的，但他的价值是无限的。只要每个人都珍惜时间，不浪费时间，就能创造无限的价值。让我们行动起来，珍惜每一分钟，让生命更有价值。