

珍惜演讲稿(优秀8篇)

演讲作为人类一种社会实践活动，它必须具备以下几个条件：演讲者、听众、沟通二者的媒介以及时间、环境。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

珍惜演讲稿篇一

大家好！

人，往往如此，得到的东西不懂珍惜，一旦失去才知道珍贵。于是人生中，有多少人叹息道：哎，我怎么不珍惜它呐！

春天去了还会来，花儿谢了还会开，然而，拥有的东西不知道珍惜，失去了就不会回来，人们这时才知道，后悔，唉叹，惋惜。但这毕竟太迟了，当生活的大潮再也不流淌出那种充满灵性的生命意义，你自己就会像荒野里一只受伤的羊躲在自己的巢穴里不敢出来，这个世界上，只有我们自己是我们生活的主角，只有我们自己能推动自己，改变自己，创造自己。时光如阴，稍纵即逝，人生的每一个阶段，生活的每一个细节都值得我们去珍惜，去为这平凡而不平凡的世界叫好！我们在平凡的世界做不平凡的事，在不平凡的世界做不平凡的事，这样，生命才能永恒。

人，并不是非要得到很多很多，一束鲜花，一个会心的笑，一片掌声，一声同情的惋惜或一句关切的问候，这都可以让我们满足，也都是极其宝贵的财富，拥有并懂得珍惜，这样，明天才会更加美好。

拥有生命，珍惜善良，珍惜我们所拥有的，我们的生命就会像花儿一样灿烂开放！

珍惜演讲稿篇二

大家好！

今天我演讲的题目就是“珍惜粮食，从我做起。”

“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”《悯农》这首诗我们大家都太熟悉了，一粒粒粮食从播种到收割，再到加工成成品粮，至少要经过二十道工序，这中间包含了农民多少辛勤的劳动呀！可以说，每一粒粮食都浸透了农民伯伯的心血和汗水。

今天，当我们看到鲜艳的五星红旗冉冉升起，当我们唱起雄壮的国歌，我们心中充满了自豪和幸福。我们的祖国现在是多么的繁荣富强啊！但是在祖国的大好河山中，有一些遥远的地方，那里就是贫困山区。在贫困山区里，人们吃不饱、穿不暖，小孩子们还没有地方上学。人们天天吃野菜、白薯、山里的蘑菇，连大米都不多，更别说肉了。要是两三星期能吃一次肉呀，就是谢天谢地了。

唉，多么可怜呀，再看看我们，每天大鱼大肉，蔬菜水果，应有尽有，却生在福中不知福，还到处浪费。也许他(她)家里很有钱，也许他们家里有的是粮食。珍惜粮食，节约粮食是我们中华民族的传统美德，我们不能丢掉我们的根。如果贫困山区的孩子们看见同学们这样做一定会很心痛，并会指责同学们。在饭馆，有的人为了炫耀自己多么大方、多么有钱，便点了一桌子的饭菜，吃不完的，就要被店里的老板倒去。其实剩菜可以打包回去吃，这样也是一种节约。只要存有节约的意识，其实做起来很简单：吃饭时能吃多少盛多少，不扔剩饭剩菜。

同学们，让我们行动起来，珍惜我们的营养早餐，珍惜粮食，从我做起，从不乱倒剩饭做起，以节约为荣，以浪费为耻，自觉养成爱惜粮食，节约粮食的好习惯。

珍惜演讲稿篇三

你们看，碧绿的大海里，鱼儿在自由自在地遨游；你们听，蔚蓝的天空下，鸟儿在欢快地鸣唱。哦！这个世界最生机盎然的就是生命！正是这一条条鲜活的生命啊，让我们的整个地球也鲜活起来。

我一直喜欢那一首歌：《在我生命中的每一天》，歌中唱道：“看时光飞逝/我祈祷明天/每个小小梦想/都能够漫漫实现/我是如此平凡/却又如此幸运/我要说声谢谢你……”每当那熟悉的旋律响起，我就感到生命的可贵。

每天清晨，当朝霞映红了我的脸庞，当树上的小鸟叫醒了我的甜梦，我知道新的一天又开始了。我挎上书包，迎着初升的太阳，奔向了美丽的校园。在课堂上，静静地聆听老师的每一个字，每一句话，犹如初生的婴儿，贪婪地吮吸着甘甜的乳汁；在操场上，同学们追赶着，嬉戏着，校园到处是欢歌笑语。我感谢我的爸爸、妈妈——是他们给予了我宝贵的生命，是他们让我感受这快乐幸福的时光。我还要感谢我的爷爷、奶奶，他们的慈爱像阳光一样照亮了我的每一个角落！

6月15日，孙吴县沿江乡中心小学四年级学生胡双双不听同学劝阻，下江洗澡后溺水身亡。

6月26日，黑龙江国际旅游商务学院9名同学相约去学校6公里的松花江边游玩，3名同学下水洗浴，由于对地势不了解，其中2名溺水身亡。

同学们，我们有阳光，有父母，我们可以高高兴兴上学去，可以自在地学习和玩耍，我们是多么幸福！同学们，让我们吸取生活中教训，珍爱生命中的每一天吧。看时光飞逝，我祈祷明天，愿我们每个小小的梦想，都能够慢慢地实现！从现在开始，从我们做起：不要因贪玩，而失去了宝贵的生命。让我们健康成长，让生命之花永远芬芳璀璨！

珍惜演讲稿篇四

生命是个复杂的东西，唯物的观点生命就是有机物和水构成的。一个或多个细胞组成的一类具有稳定的物质和能量代谢能回应刺激 能自我复制（繁殖）的半开放的物质系统，都要经历出生 成长 死亡的过程。而宗教上对生命没有一个相对来说统一的定义。可能是人们生活的环境不同，所以对生命的认知也就各有所侧重。或许人太固执于坚持已有的认识，而无法接受别人的观点。所以思想层面的生命为何物，各表其态度，尚能得到理解。我们总不能因为我喜欢吃大饼而判断别人也就一定会喜欢吃大饼吧！虽然大饼是个好东西，但是口味各异，或轻或重，完全取决于味蕾。

生命经历的三个过程，出生和死亡时我们自己无法控制的。唯独成长还稍稍留有一点主动权在自己的手中。但大部分仍还是捏拿在别的生物或是同类当中。或有意或无意抑或物竞天择，自然就是这样安排的。反正任何生物个体都不能按着自己的计划发展。

对于人来说，有的人觉得一辈子漫长，有的人觉得一辈子短暂。一辈子到底有多长，谁也说不准。有的在娘胎中就一命呜呼，有的看了一个多世纪的光景。当然在中国古代的神话中也有活了七八百年的人。

认为一辈子短暂的人大有人在，某部电视剧的主题曲，那位著名的男高音歌唱家，喊破了嗓子，高唱 还要活五百年，唱出了多少人的心声啊！当然觉得一辈子漫长的人也有，有多少？我没那个能力和条件去统计，恐怕这种人对这个社会没有什么好印象。承受了太多的痛苦，也没有见什么转机。明天睁开眼还是面对一大堆理不清的烂摊子。绝望的时候任何人都有可能产生这种想法。当然这种人是不会珍爱自己的生命。就如前几个月，成都的唐福珍女士，众目睽睽之下引火自焚。可能她不明白好死不如赖活着的道理，也有可能她明白了太多了，赖活在这片血红的土地上，确实是一件不大容易

的事，自己辛辛苦苦，忙活了大半辈子，才有一个安定的落脚点。却要被赶走，重新再来。不过万幸，她虽没有珍惜自己的生命，但还是没有殃及鱼池。倒是忙坏了一大帮媒体记者。当然拆迁依旧是阔步迈进。

如果你想赖活着就得珍惜自己的生命，反正，到目前为止我是没有见识过火了两辈子的人，有时候我就在想，珍惜自己的生命也是一件挺容易的事，只要出门戴口罩，不要站在坦克的履带下边，不要有别人认为出格的想法，保命基本上还不是什么问题。

有了活命的想法，我想还得面临一个挑战——生活。

活，就是让自己这条薄命继续维持下去，还有力气去干点让自己活的更有尊严的事情。我觉得还是有必要热爱生活的，如果你不爱你就不会去关注生活，你不关注生活，自然而然生活也不会关注你，更不会爱你，等着生活垂青的人多着呢。这个说法和搞对象也没有多大的区别，首先你的爱上一个人然后你才会主动接近那个人，最后你才明白你到底跟没跟对人。似乎从小老师也是这样教育的，首先要热爱制度，然后就得加入体制。万物得于一法。

怎样热爱生活，就不是一件我能说的透彻的事了，有的人觉得钱多就是好生活，所以他们用人热爱钱的方式热爱生活。网络上红得发紫的凤姐认为找一个如意郎君是她热爱生活的方法。可能贾君鹏也会说，我妈妈喊我回家吃饭，所以我热爱生活。热爱生活，就是这样简单却又复杂。

最后，我还得说，本人来自偏远山区，才疏学浅，思想境界不高，有认识错误的地方，还望热心的老师或是同学批评指正。

珍惜演讲稿篇五

大家早上好!我是九年级(18)班的杨继悦。

今天我国旗下讲话的题目是珍惜时间，勤奋学习。

在不知不觉中，大半个学期很快就过去了。在新年的钟声即将敲响时，你是否已经满怀希望和憧憬，是否做好奔向20xx的准备，我觉得无论做什么准备，要懂得珍惜时间，更要珍惜我们的青春时光。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是什么?那就是时间。

人的一生只有三天：昨天，今天和明天。昨天已留给记忆，明天将交给梦想，你所能把握的，就只有今天!让我们好好珍惜今天这美好时光吧!“莫等闲，白了少年头，空悲切”。当熟悉的铃声又在耳畔响起、琅琅读书声又响遍校园的时候，同学们，珍惜时间，辛勤的耕耘吧!努力学习一定会给你带来成功!同学们珍惜时间、刻苦学习!

我的讲话完了，谢谢大家!

珍惜演讲稿篇六

坐上班车，跃过小溪，我独自进入清新的大自然。这儿没有城市的喧哗，没有人类的妒忌，没有上班一族的紧张，也没有了学习的烦恼。这儿惟有的是轻松，是快乐，是永远的和谐!!

小径深远，我在漫步。一棵棵小草印入我的眼帘。青的，绿的。上面不时有小虫在蠕动。一只只美丽的蝴蝶在偏偏起舞，将我带入美丽的花园。说是花园其实也不然。只是比城里略显丰富而已。虽然没有人为的排列，没有人人为的修剪它们依然开的那么灿烂。小径的尽头是山的脚下。一阶阶是或非是

的阶梯引领我进入了森林。一步一步，我幽静的爬着。

树上的鸟儿在欢畅，山间的溪水在流淌。当我静下心来，坐在一块大大的板石上。天然的，不需要人类的加工。坐上感觉凉悠悠的，非常的舒适。我静静的欣赏着大自然的杰作。

时而有太阳雨洒落在我的身上。小鸟的歌声优美动听，引来无数的倾听者。我也被感动。它们你一嘴我一嘴的，好象在评论的什么。我不同与他们的观点，刚刚站起，他们就愤怒的群起飞扬。可能是我的躁动影响了它们的情绪。很久很久没有了声音。我不顾他们的反对唱起了我最爱的歌……后来，它们似乎听懂了什么。又在我的左右盘旋。好似在听我歌唱。放眼望去，群山峻岭蜿蜒盘旋。碧海长空风高气爽。郁郁葱葱的是草地，淅沥哗啦的是溪流。只有在这一刻，你才能领悟到自然的美丽所在。

爬上了一个小小的山冈，我稍做小栖，脱下我的背包。翻开里面，拾起我的小小画板。我想把这美好画出来，虽然我不是艺术家，但是我却一样能感觉到它的美好。为什么城市里没有这样的美呢？在我的画板上，画上了小的蚂蚁，欢叫的鸟群，一棵棵小树，还有弯曲的河流。虽然拼凑的不是那么合理，画的不是那么的好，但是画出了我心理的美——大自然的美。

时候不早，我还得找一些喜爱的标本。我热爱大自然，它就是心中的乐园。每次压抑紧张的时候我就会来到乡下的这片大自然里。静静的享受。没有城市的喧哗，没有工作的紧张。没有学习的压抑，它带给我的只是温心只是和谐。

我热爱大自然，看小溪里，那几条鱼儿在追逐……

珍惜演讲稿篇七

尊敬的老师，亲爱的同学们，大家早上好！

青春是人生道路上最美的一段旅程，是现阶段的我们拥有的最珍贵的资本，是用任何物品都无法衡量和代替的，无论遇到什么样的挫折，我们都可以一笑而过，淡淡地说一句：“没关系，因为我还年轻。”但这并不意味着我们可以肆意挥霍手中这份引以为傲的财富，相反，我们更应该好好珍惜它，用拼搏和汗水实现青春价值的最大化，为未来留下一段值得珍藏的回忆。

屈原曾说：“百金买骏马，千金买美人；万金买高爵，何处买青春？”确实，青春是一种令人艳羡的资本，凭着健壮的体魄，你可以支持起一方蔚蓝的天空；凭着旺盛的精力，你可以开垦出一片神奇的土地；凭着巨大的潜力，你可以变得出类拔萃，令人刮目。

才有了“花有重开日，人无再少年”的忠告；

才有了“莫等闲，白了少年头，空悲切”的感慨；

才有了“劝君莫惜金缕衣，劝君惜取少年时”的劝勉。

年轻的朋友，即使你百般不如意，万事不顺心，你可以有一千种理由苦闷、埋怨，却不能有一种理由放弃理想和追求，因为我们毕竟年轻，美丽的青春仍牢牢在握，希望和阳光属于我们！这个世界，属于我们！

一个潇洒的灵魂，青春是他一生中最美好的日子。喝彩青春！不要因为岁月的流逝而消颓。只要你把青春经过的地方当成宝藏，那么珍藏的青春定会大放光芒，照亮你前进的道路。喝彩青春，便是喝彩人生！

此时不搏更待何时！在此，衷心祝愿初三同学中考顺利，考上心目中理想的高中，用拼搏为青春添上一笔最为辉煌壮丽的色彩！我的演讲完毕，谢谢大家！

珍惜演讲稿篇八

大家好!

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!