

2023年演讲稿珍惜时间 珍惜粮食演讲稿(优质8篇)

使用正确的写作思路书写演讲稿会更加事半功倍。在日常生活和工作中，能够利用到演讲稿的场合越来越多。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面是小编帮大家整理的优秀演讲稿模板范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

演讲稿珍惜时间篇一

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。

演讲稿珍惜时间篇二

大家好□20xx年4月20日8：02，一场7.0级的突发性地震无情地撕裂了四川省雅安市芦山县的土地。看着电视和电脑上受灾难影响的人越来越多，看着一片片瓦砾，看着一张张因失去亲人而痛苦的脸，我的内心突然震惊起来，突然有一种失去一切的恐惧。

生命是脆弱的，面对自然灾害总是那么脆弱，瞬间就会有悲剧发生；生活又强大了，看着每一个生命的心跳加快，我们的心总是一次又一次的感动。我听着自己的心跳，它给了我巨大的震撼：这是我的生命，我不能让它白白的存在，我要在有限的生命中好好利用它，让它创造这个世界上属于它的一切！

学会珍惜，一切都会像老太阳一样，再也回不来了。为什么我们不珍惜今天？日常生活中的小关心小爱，平时天真无邪的笑脸，自然界的万千生灵。都值得我们珍惜和爱护，因为这一切构成了我们美好的生活。珍惜一切就是珍惜自己。

朋友，学会珍惜。过去的永远无法挽回。只有学会珍惜，你才会拥有你应得的一切！

学会珍惜！

演讲稿珍惜时间篇三

大家好！

小鸟因为选择了蓝天，才能尽情飞翔；小溪因为选择了大海，才能尽情流淌；青松因为选择了危峻，才显示了生命之顽强；花朵因为选择了绽开，才显示出生命之美丽。而我因为选择了放飞，才拥有了曾经的梦想。

在过去的旅途中，无论你是否拥有过欢笑，拥有个阳光，这都已成为永远的记忆，加上一把锁将它封闭起来吧！摆在我们面前的，新的老师，新的同学，新的旅途，新的梦幻，新的生命正在破土而出，面对这一切，我们该怎么办。由于现实的残酷，我们将化身为一个个骑士，抹掉胸口上的创伤，擦掉昔日的荣耀，拿上我们的曾经的利器，整装待发，新学期的目标是我们新的征途的开始！

梦想是我们通往成功的地图，只有付出了行动，迈出我们坚实的步伐，才能让我们到达成功的彼岸。确定我们的目标，就要为了他努力拼搏。志当存高远！我们要立长志不要常立志。

人生是对理想的追求，理想是人生的指示灯，失去了这灯的作用，就会失去生活的勇气。因此，只有坚持远大的人生理想，才不会在生活的海洋中迷失方向。托尔斯泰将人生的理想分成一辈子的理想，一个阶段的理想，一年的理想，一个月的理想，甚至一天、一小时、一分钟的理想。

同学们，让我们树立信念，放飞梦想，你将能随它一起到达美丽的地方。树立信念，放飞梦想，你将会拥有一个更加灿烂的明天。让梦想飞翔，让信念开花。

紧紧地抓住梦想，

因为梦想一旦破灭。

生命就像断翅的小鸟，

再也不能飞翔。

紧紧地抓住梦想，

因为梦想一旦灭亡。

生命犹如荒芜的田野，

雪覆冰封，万物不再生长，

今天，我要品尝葡萄的美味，

还要吞下每一粒成功的种子，

让新生命在我心里萌芽。

我选择的道路充满机遇，

因为我手中持有航海图，

它可以领我越过汹涌的大海，

抵达梦中的彼岸。

请在终点等着我。

演讲稿珍惜时间篇四

这一生只有短短几十年的时间，我们要学会珍惜我们的时间，珍惜我们的人生，不要等到失去才追悔莫及。

大家好！我是来自八8卓远班的刘亦昕。

今天，我演讲的主题是：学会珍惜。

无论你有什么样的身份，来自什么样的家庭，有什么样的性格，你都不得不承认：这一生只有短短几十年的时间。

你到这世上走一遭后，又回到最初的地方。但是，你会发现，仅仅几十年，你会遇到很多人，很多事。大家应该都听过“昙花一现”这个词，昙花是一种纯洁又美丽的花，但它偏偏在晚上盛开，开花几小时后，便会枯萎。再怎么美丽，最后还是悄悄逝去。你遇到的人和事，又何尝不是如此？他们中的一些，也许就在某天，在不经意间离开了你。这时，你才意识到他们的重要，却已经晚了。他们已经渐行渐远，所以，学会珍惜很重要。

那么，到底什么是珍惜？珍惜，就是你明知会失去，却依旧热爱。就像初中三年，你的记忆还停留在七年级我们相遇相知，但时间却已经过了一年半了，再过一年，我们就要打中考这场硬仗了。我们也要彼此分开，各奔东西了。

所以，同学们，时间就像流水，不要等到失去才追悔莫及。让我们珍惜在一起努力拼搏的美好时光，让我们珍惜这人生中最美的芳华！

演讲稿珍惜时间篇五

大家好！

我是xx班的xx，今天我发言的主题是：珍惜时间，善待每一秒。

你是否还沉浸在飘香饭菜、烟花璀璨的新年，是否还在温存连绵的白雪、银装素裹的冬天，你是否还在流连温馨舒适、欢乐愉快的家中，请闭上眼睛，静静聆听冰雪融化的声音。

是的，春天已经来到，惊鸿一瞥般我们成了翩翩少年，时光稍纵即逝，不容我们有一分一秒的虚度。

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，曾经有多少文人墨客为它赞美，为它歌颂！

有人把时间比作金钱，是为了言及它的珍贵，却无法突出它的价值。或许有人会反驳，人生忙碌无非就是为了金钱，从而得以生存，是在以时间换取价值，可是人生在世不仅仅是为了生存，而在于活的鲜明，活的有价值，金钱失去，可以用时间来换，却从来没有人用金钱买得了时间。

“花开堪折则须折，莫待无花空折枝。”只有善于用时间者才能取得胜利！

在时间的注视下，有人努力，有人在消磨，有人在迎向进取，有人自甘堕落，有人勤劳奋发，有人将年华虚度……有人满腔热血，毕生充实，也有华发早生，无为而终，时间有一颗明事理、辨黑白的心，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。

经历沧海桑田的旷世巨变，我们要划起希望的双桨，勇敢的迎向朝阳，勇敢的迎向挑战，面对考验，无畏风暴，劈波斩浪开辟一条属于自己的阳光大道，达到胜利的彼岸。

年青的一代，有愁怅、懂得缅怀，但不等于是悲观妥协、一蹶不振！同学们，列宁曾经说过“赢得了时间，就赢得了一切。”让我们抓住这一年之中最重要的春天，在无形中捕捉时间，同它斗争、抗衡，不要因一时贪图享乐而荒废大好时光，不要因为小困难就畏惧不前，不要因为前路的漫长而迷茫。让我们抓住短暂的时光，在这和暖的春风里，挥洒汗水，努力奋斗，带着梦想，在青春的五线谱上谱写出绚丽的音符！

我的发言完毕，谢谢大家！

演讲稿珍惜时间篇六

大家好！今天我要演讲的题目是《珍惜当下的拥有》。

记得有句名言：一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。但是有许多人并没有认识到这一点，一些学生迷失在游戏的世界里，无法自拔。还有少部分人，为了游戏中不存在的装备而花钱，甚至犯罪。他们不珍惜自己的青春，不在意自己的光阴，等到了迟暮之年才去后悔，到那时一切已太晚，他们再后悔也无济于事了。

四年级暑假时，我开始接触电脑，在一位同学的诱惑下玩起了游戏，从此以后便一发不可收拾。本来这段时间妈妈要送我去补习班的，但因为我沉迷于网络游戏，死活不肯。现在想起来如果我那时不玩电脑，听妈妈的话上了补习班，成绩一定会比现在好一些。

时间的长河永无止境，尽管每个人在这永无止境的时间长河中只能徜徉一段，但只有在这有限的距离中好好利用，不虚度光阴，我们的生命才能绽放出美丽的花朵，拥有无限的价值！

谢谢大家！

演讲稿珍惜时间篇七

我们是五月的花海，用青春拥抱时代；我们是初升的太阳，用生命点燃未来。

五四的火炬唤起了民族的觉醒，激励着我们继往开来。愿五四的精神似强劲的东风，吹开我们心中懦弱的冰河，使我们走进勇士的行列；愿五四的人格长成参天大树，结出丰硕的

果实，成为我们精神的食粮；愿五四的形象成为一坐坐丰碑，树立在我们心中，激励我们永远向前、向前。

我多想，时光老人停下他匆匆的脚步，我多想，历史长河滞住他汹涌前进的巨流，好让我把青春驻足。可时光老人依旧脚步匆匆，历史长河仍旧滔滔汹涌。那就让我们趁着年轻去吃苦、去练特长、去长学问吧！让激动的心弦和着自然的风韵随着我们歌唱。歌唱青春，歌唱每一个奋斗的日子。

青春像朝露，蒸腾着热气、散发着热量、放射着光艳；青春像溪水，洋溢着欢乐、奔腾着希望、创造者自我。愿青春的我们继续奋力拼搏，理想的实现并非轻而易举。现实是此岸，理想是彼岸，行动则是那坐钢铁长桥。在人生的大海中，有许多个驿站，只要炼就奋飞的素质，成功的机遇等待我们；高昂你青春的额头，成功的时刻等你去实现。

珍惜青春吧！因为青春是一首歌，让你用如火的经历唱出他的生命；青春是一个梦，让你抚去任何虚妄的痕迹，让你用坚实的足音将他羽化为现实的辉煌；青春是一只飞鸿，让你抖落世俗的纤尘，让你陶然于生命的恢弘与超然。

亲爱的朋友们，让我们缅怀五四先驱门的业绩、秉承民族的精神、高举五四的火炬。珍惜青春，奔向明天吧！我们的足音踏着节拍，时代的花蕾会应声怒放；珍惜青春，战胜未来吧！我们的双臂荡起了雄风，历史的长廊将永远向前、向前。

演讲稿珍惜时间篇八

谁不希望有个完整的家 谁不希望自己有婀娜的仪态 谁不希望能够愉快的渡过自己的花季一般灿烂的岁月 这对于大多数人来说是一件并不难的事情，然而这一切对于一个被车祸毁于一旦的家庭来说有多难啊！

她，本是一个活泼开朗，天真可爱的小女孩，和其它的小朋

友一样拥有幸福快乐的童年，拥有灿烂的微笑，可就是在她与同伴过马路的一刹那，就在司机没有集中精力开车的一瞬间，在这触目惊心的一刻，车从她的腿上一下子碾了过去，鲜红的血迹染红了马路，剧烈的疼痛使她晕了过去，失去了知觉，医生对她的父母说：“要命还是要腿！”她的家人为了让她活下去，只好让医生为她做了截肢手术，同时这场车祸的肇事者也受到了法律的制裁。

剧烈的疼痛使女孩从昏迷中醒来，她使劲睁开双眼，朦朦胧胧中女孩下意识地摸摸双腿，顿时眼前一黑，眼泪夺眶而出，大声哭喊道：“爸爸妈妈救救我，我的腿呢 我的腿到哪里去了 我的腿呢”爸爸妈妈与女孩哭着抱在一起，一家人似乎已经绝望了。顿感天塌地陷，一切变得灰暗。到了该上学的时候，女孩哭着闹着要上学，父母看着这一切，心都碎了。爸爸无奈只好用一个篮球支撑她那娇小的身体，她用两个大木块撑着地面向前费力地挪动。这一幕，使人们流下了心酸的泪水，大家大力地搞募捐活动，社会各界的爱心人士共捐了20多万元钱，在小女孩一家的心里又重新燃起了希望之火。20xx年4月“篮球女孩”抵达北京，接受专家系统的免费治疗，医生给她装上了假肢，在她自己不懈的努力下，她终于可以自己走路了，终于可以和小朋友一起玩了，小女孩稚嫩的小脸上露出了欣慰的笑容。虽然小女孩的肢体康复了，可心灵上严重的创伤是无法弥补的。

这些事例昭示着我们：要珍惜生命，珍惜健康，就要遵守交通规则，倘若没有了健康的生命，我们就没有了幸福，没有了一切。生命属于每个人的都只有一次，我们作为小学生，更要珍惜自己的生命，珍惜自己的健康，珍惜家庭的幸福。要认真学习交通安全的法律法规，遵守交通规则，加强安全意识，树立交通安全文明公德，当我们徒步行走于人来车往的马路时，请时刻保持清醒的头脑，不在马路上嬉戏打闹；当我们过马路时，多一份兼让与耐心，文明礼让互相尊重不闯红灯，走人行横道，绝不能为贪一时之快，横穿马路；这样我们的人生才会美丽，我们的生活才会多彩，我们才会远

离悲伤。 同学们让我们大家一起行动起来吧！大手牵小手，以自己的交通行为，影响周围的人，使我们的社会形成一种文明交通的良好风尚。同时也使我们的生命之花开得更加鲜艳，更加美丽！

“求求你们，让我再救一个”。5月13日，四川绵竹。一所学校主教学楼坍塌了大半，100多个孩子瞬间被埋在了地下，数名战士在废墟中刨出了十几个孩子和三十多具尸体。正在抢救时，废墟因余震和机吊操作突然移动，随时可能再次坍塌。消防指挥下死命令，所有人员马上撤离，待稳定后再进入。

但随即，几名战士大叫还有活着的孩子，转头又要往里钻，另几名战友将他们死死拖住。突然，一名刚从废墟中带出一个孩子的战士跪了下来，大哭，求求你们，让我再救一个！我还能再救一个！