# 最新珍惜演讲稿200字(大全14篇)

作者：心上人间 更新时间：2025-01-16

*珍惜演讲稿200字一大家早上好！我们是来自八（7）班的学生，我叫：我叫：今天我演讲的题目是《珍惜时间，勤奋学习》。有人说：人的一生有三天：昨天，今天，明天，这三天组成了人生的三部曲。但是我说，人的一生是由无数的今天构成的，因为不会珍惜今天的...*

**珍惜演讲稿200字一**

大家早上好！

我们是来自八（7）班的学生，我叫：我叫：今天我演讲的题目是《珍惜时间，勤奋学习》。

有人说：人的一生有三天：昨天，今天，明天，这三天组成了人生的三部曲。但是我说，人的一生是由无数的今天构成的，因为不会珍惜今天的人，既不会感怀昨天，也不会憧憬明天。尤其对于正处在学习阶段的我们来说，更应该抓住今天勤奋学习。爱因斯坦曾经说过：“在天才和勤奋之间我毫不迟疑的选择勤奋”。是的，勤奋属于珍惜时间，爱惜光阴的人；属于脚踏实地，一丝不苟的人；因为勤奋，安徒生从一个鞋匠的儿子成为童话王；因为勤奋，巴尔扎克给人类留下了宝贵的文学遗产《人间喜剧》；还是由于勤奋，爱迪生才有一千多种伟大的科学发明；中国古人才给我们留下悬梁刺股、凿壁偷光、囊萤映雪的千古美谈。

同学们，我们应该具有像爱迪生、巴尔扎克那样的勤奋努力、不懈追求的精神，因为只有这样，我们才能实现自己的目标。在学习的道路上我们只有勤奋踏实的将一点一滴的知识掌握，才能最终走向成功。人生能有几回搏？此时不搏何时搏。人生能有几个花季，雨季？过去的就没法改变了。

我们现在更应该惜时如金，认真利用现在的每一分每一秒，勤奋努力，为自己以后的学习打下坚实的基础。聪明的人，检查昨天，抓紧今天，规划明天；愚蠢的人，哀叹昨天，挥霍今天，梦幻明天。一个有价值的人生应该是：无怨无悔的昨天，丰硕盈实的今天，充满希望的明天！

同学们！让我们共同珍惜今天，珍惜现在的分分秒秒从而更勤奋的努力学习吧！

我的演讲完毕！谢谢大家！

**珍惜演讲稿200字二**

老师，同学们：

大家好！

我今天演讲的题目是《珍惜时间》。

“时间”这两个字谁都会读会写，它对于我们每个人来说也是尤为重要的。颜真卿说的那句：“黑发不如勤学早，白首方悔读书迟。”既是对人们浪费光阴的劝诫也是对后辈人要惜时的提醒。古人尚如此，做为新时代的我们就更应该珍惜时间了。

昨天已经过去，明天还在未来，与其在今天忏悔过去的时光，还不如好好珍惜现在的美好。去的尽管去了，来的尽管来着，去来的中间，时间并没有为谁停留，它也在悄悄地流逝。如果不好好珍惜，它便会飞快地从你的身边无情地远去，连一点挽回的机会都不留给你。

“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。”这句话十分直白地道出了时间的宝贵，如果不好好把握，一旦失去，无论多少金钱也买不来。

鲁迅先生这句话说得真好：“时间就是性命，无端的空耗别人的时间，其实是无异于谋财害命的。”其实时间对每个人来说都是公平的，那些有傲人的成就和生活安排充实，自律的人，他们在成长和进步中的每一分每一秒都是靠自己争取来的。时间不是一位古板的老者，他更像是一个百变的女巫，时而顽劣，时而无情。每当你想让时间慢点儿时，它反而跑得更快；每当你想让时间快点儿时，它反而会变得更慢，一点点得去戏弄你，刺激你。

由此我想到了一件事。

记得有一次，我在一次机缘巧合之下得到了一只可爱的荷兰猪，我每天都精心地喂养它，没用多久它就长得圆滚滚的，我就给它起名叫球球。

可是，好景并不长，在我去夏令营期间，球球生病了，我本想等我回去后再带它去看病的。但是，时间不等人，等我回来时，它已经离开了。你看，时间就是如此无情，当你最重要的“伙伴”离开时，它都不让你见它最后一面，便残忍地夺走了它的生命。

时间啊时间，你可以慢一点儿吗！让我们好好享受一番人生的滋味。

时间啊时间，你可以慢一点儿吗！让我们多多报答一下家人们。

时间啊时间，你可以慢一点儿吗！让我们和朋友们多待一会儿，多玩一会儿。

待云都散去后，迎来的却是月的叹息……

带我们寻找完真理，沉溺回忆后，只是徒增了白发一缕……

时间带走的，是我们永远回不去的过去，往往那些美好的，也是短暂的。所以，请好好珍惜时间，珍惜现在可以把握的每一分每一秒，不要等到失去，再追悔莫及。

**珍惜演讲稿200字三**

在坐的各位领导，工友们，朋友们，大家好。

在这激情的夏日，阳光明媚，生命就如这夏花一样的灿烂美丽，人们有的在鲜花丛中徜徉，有的在碧波中畅游，有的一家人坐在清凉的家里享受天伦之乐。然而，没有安全保障生命，还会这样美好么？不会的，那样的生命只会有痛苦只会有恶梦只会有悲戚，就象我们单位的一个女工，此时他只能躺在床上，默默忍受身体的伤痛，眼前还会不时浮现那恶梦般的一幕，

今年的三月二号的下午，金信公司拉丝厂女工胡业梅一个人正在收丝车间工作，不慎被左侧卸丝机卷住衣服，于是她大声喊；“快停机器，快停机器”，但由于机器的声音太大，在另一个车间的工友根本听不见，而相通的窗口太小，别人不容易见到他的情形。就这样旋转的机器时而将她举在空中，时而又重重的将她摔在地下，她就象被一群野马肆意的践踏着，她想挣脱但不能够，她大声呼救，没有回应，她绝望了，剧痛又很快让她失去知觉，再也喊不出声音来了，

虽然最后她幸运的被工友发现了，经抢救脱离了危险，但那彻骨的疼痛，恶梦般的一幕会在她记忆的深处刻下烙印，这阴影会伴随她以后的岁月，安全是个沉重的话题，有时需要用血和泪来诠释它的内涵，然而鲜活的生命只有靠它才能享受阳光雨露，只有靠它才能实现人生理想和愿望，但有时安全却往往被人所忽视，他们或是为了追求效益而盲目生产的领导，或是为图懒省事抱侥幸心理而违规生产的工人，假如受伤的那位工友在工作中再小心一点，假如那个车间不是安排她一个人工作，假如车间不是这么封闭，假如安全深入每个人的心中，那么这起事故还能发生么？回答肯定是不会发生的，那样我们的姐妹就不会遭受这样的痛苦，也会和别人一样在明媚的夏日里享受生活。

安全是什么？安全就是一种仁爱之心，爱人爱己，爱护每一个人的生命。安全是一种文明，让每个人在合理有序的环境里生活劳动，是以人为本的文明。安全又是一种财富，人们只要将我国每年因各种事故而损失的财富统计一下，就知道这笔财富有多大，安全更是我们一线工人的命根子，安全就是不违章生产，如果这位女工的痛苦还不能让你绷紧安全这根铉，20xx年11月xx铜川局陈家山煤矿矿难，166命矿工遇难，最近的新疆阜新煤矿矿难，83名鲜活的生命消失了……。这些血的教训应该让你醒悟了吧,难道你要用自己的前途或者生命去寻找一个教训。

生命是美好的，美好的就象一块玉，任何的伤害都会影响生命的质量和价值，生命是脆弱的，脆弱的就象就象烛火，小小的疏忽都会让她熄灭，而安全就是生命的保护伞，它可以让生命不会受到伤害，让生命不会过早的熄灭。

愚者用鲜血换来教训，智者用教训避免流血，我们高兴的看到新一届金信公司的领导班子能够真正吸取事故教训，将安全工作落实到实处，广泛深入的开展安全宣传，现在你走入厂区，你都可以看到，“安全是职工最大的`福利，安全是企业最大的效益”等安全标语，安全检查形成制度化，定期召开安全分析例会，安全文化在金信公司已悄然形成，愿我们的姐妹我们的兄弟在这样好的安全环境中不再有痛苦不再有恶梦不再有悲戚。

漫漫人生需要安全，悠悠岁月需要平安，工友们，朋友们，让我们携起手来，共创一个安全平安的世界！

**珍惜演讲稿200字四**

敬爱的老师，亲爱的同学：<

我们应当珍惜身边的一切。

时光像货物，在生命的轮轴上缓缓滑过，它滑着滑着，滑向生命的远方。

而我们拥有的东西，也如轻烟，飘着，飘着，不知它在何处。

所以，我们应当珍惜拥有。

想当年，我拥有过一段多么欢乐的童年啊！在草间嬉戏，在沙里玩耍，在竹林争吵，在道路打闹。

生活，就是这样无情，像秋风一样凄凉。一下而过，带走了儿时的欢乐，带来了此刻的忧伤。

珍惜拥有！生命的轮轴如闹钟，却不能拨快拨慢；如河流，却不能改变道路；如洪水，却不能退回大江；如流星，却不能坚持永恒。

正因为有如此的感受，所以我时常提醒自我，珍惜拥有。

我正在生命的旺盛时期，象一朵五彩的花在生命的轮轴上绽放。这正是热烈奔放的时期，象一匹马驰骋在人生。所以，我们要珍惜自我这段完美时光，不要让这时光轻易流向远方。

当我得到一本书时，立即看它的资料。原因是我喜欢它。此刻，我明白。如果不去看它，它也许就会在生命的轮轴上消失，默默地飘向另一个世界。

正因为如此，在生命中我总有一种期望。在梦里，时常想到生活的另一面，似乎想让完美时光流过，又想享受那里的喜怒哀乐，经受哪儿的轮轴走向远方的梦想。

如果我不珍惜生命，不注重生命的每一刻，那么我的生活就如流水般划过，不引起任何声音。

这就是生命。它对任何人都是平等的，就看你如何运用它，掌握它，修整它，让它变得更好。

让我们珍惜生命吧，让我们珍惜时光吧，让我们珍惜我们拥有的一切吧！努力学习，勇于进取，争取让我们的生命更加耀眼，更加绚丽。

**珍惜演讲稿200字五**

各位领导、各位工友：

大家好。

我演讲的题目是《拥有时请珍惜》。

朋友，当你早上醒来看到那一缕缕阳光的时候；当你上班前面对家人一声声叮咛的时候；当你下班后陪同家人尽情漫步在夕阳之下的时候；你是否感觉到你是何等的幸福？然而又有多少人，因为自己一时的疏忽，酿成了惨不忍睹的事故，让一切美好的生活在瞬间与他们擦肩而过，留下永远的伤痛。

做为铁路运输生产一线的员工，不论你是刚刚入路的青工，还是有经验的老师傅，也不论你是存心还是无意，或多或少有过违章违纪的经历，有的付出巨大的代价，有的相安无事，也许你还在为自己曾经有那么多违章违纪，但从来都没有造成什么后果而沾沾自喜，这不是因为你运气好，只是时候未到。

三年前的八月二十日，赣州东站清扫员，在无人防护又无人知晓的情况下，单独违章作业，被一趟出库的单机无情地夺去了生命，事故发生了，给段劳动人身安全敲响了警钟，也给当事人的亲人、家庭留下了难以磨灭的痛楚，“生命诚可贵，安全价更高，若是真心待，两者皆可保”生命对每个人来说只有一次，应当好好地珍惜，然而，安全同样的重要，没有安全就没有效益，没有安全就没有生命。只要我们每个人真心对待自己现在的拥有，多一份安全责任感，少一份违章违纪，那么生命、安全两者都可以得到保障，何乐而不为呢？

亲爱的工友们，以往血淋淋的事故案例，曾经给我们留下了太多的遗憾和痛惜。然而它时刻警醒着我们要吸取事故教训。真正做到“别人的伤疤我也痛”。

4月30日18时，我段顺利实现了安全行车1400天，全段上下人心振奋，欢天喜地，1400个日日夜夜啊，凝聚了所有赣车人的心血，这不仅仅是我们赣车人历史以来的最大骄傲，更重要的是我们在痛失第一个1400天后，用自己的实际行动再次证明我们有信心、有能力确保铁路运输安全生产。兴国站“6.30”险性事故让所有赣车人尝尽了违章违纪的苦头。如果事故责任人能够沉着冷静；如果值班领导能够正确指挥把关；如果……那么结局将是另一种版本，好在过去的永远成为了过去，它只能成为历史，我们唯有把握住今天的拥有，牢固树立“安全第一”的思想，以高度的责任感，敬业爱岗，认真踏实地干好自己本职工作，确保一个又一个百日安全天的顺利实现。

时代的车轮滚滚向前，铁路工作不断地改革，“4.18”提速调图的顺利实施之后，又迎来了南昌局和福州分局合并的机遇，这也是铁路跨越式发展的必然趋势，要求我们每位干部职工站在讲政治，顾大局的高度，以饱满的热情，以严格的作风确保合并工作平稳有序。

铁路运输安全生产是一项长期、简明复杂的工作。它要求我们务必保持不骄不躁的工作态度，务必坚持科学的管理方法，务必发扬扎实工作、拼搏奉献的主人翁精神。我相信有大家的共同努力，铁路安全生产一定能上一个新的台阶。

**珍惜演讲稿200字六**

老师同学们：

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。才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。

**珍惜演讲稿200字七**

人的一生，拥有过很多，也失去过很多，但又有谁想过珍惜现在所拥有的呢？

有的人并不在乎自己拥有过多少，也不在乎失去多少，而是过一天算一天，但这样的日子真的过得有意思吗？真的是我们心中向往的日子吗？

有的东西等到失去了才知道是可贵的，既然如此，那我们为什么不从现在就开始珍惜呢？

来到慧德以后，虽然每天所过的日子比原来更忙碌，更紧张，压力更大，有时又显得有些平淡，甚至单调。但是，每次放假出去玩的时候，总会碰到原来的一些同学，跟他们聊天时，他们都会问“现在在哪读书啊？”“现在过得怎么样啊？”之类的话。那些因中考没有考好而放弃读书或读技校的同学听到我在读慧德高中时，都劝告我说：“要好好读书啊，认真学，考个理想的大学。”而我每次都会叹着气对他们说：“我每天在学校过着‘三点一线’的日子，除了教室、食堂和寝室，哪儿都不能去，而且每个星期只放7个小时的假，你说这日子怎么过啊？”他们听完后便会劝勉我说：“你不要再埋怨现在的生活了！我们现在只有个技校读读，说白了就是混日子，想读个高中都很难。早知道这样，初三的时候好好学就好了，可惜啊，现在没机会了！你看我们天天到处玩，你以为我们真的很开心吗？在家里，呆不住，还会招父母烦；想出去找个工作吧，还不一定有人要。你说我们每天过的日子是不是比你还苦啊！”

每当听完这番话后，我便明白，当时没有跟他们一样天天玩，而是比他们多学一点是对的。我打心眼里庆幸：选择慧德是一个非常正确的决定。

有时，我也会碰到一些同学，他们正在市内所谓比较好的高中读书。他们也会问我：“你们学校好不好啊？”“你们班上的老师讲得怎么样啊？”我每次都会回答说：“都挺好的啊！”他们则会叹一口气，然后对我说：“当初就想读个好一点的高中，好不容易读了一个所谓好一点的高中吧，还分了快慢班。在慢班，班主任想管就管，不想管就不管，你说班主任都不管，更何况其他的老师？班上没有什么学习氛围，到最后都是自己玩自己的，没有几个听讲。这个样子，根本就学不下去。”

听了他们埋怨自己的班级不好，埋怨自己的老师不好时，我瞬间感到我是幸运的。他们中考成绩几乎个个都比我好，个个都比我优秀，但是，因为学校所谓的“等级制度”，他们受到了冷落，也失去了对学习的信心，对生活的兴趣。

来到慧德后，虽然我每天起得比他们早，玩得比他们少，但是学得比他们多，活得比他们充实，笑得比他们开心。

同学们，如果你还在埋怨现在的生活不好，甚至认为自己不如别人幸运时，请珍惜我们现在的生活，因为我们比他们学得更多，过得更充实，生活也更快乐。

同学们，请珍惜我们现在所拥有的一切吧。只有懂得珍惜，我们才会去把握；只有懂得去把握，我们才会努力；只有懂得去努力，我们才会取得成功！同学们，“盛年不重来，一日难再晨。及时当勉励，岁月不待人。”让我们摒弃贪图享乐的思想，珍惜在慧德的每一天，刻苦勤奋，拼搏进取，那我们就一定能做到“长风破浪会有时，直挂云帆济沧海”！

**珍惜演讲稿200字八**

老师们、同学们：

早上好！

今天我讲话的题目是《珍惜时间，勤奋学x》。

在不知不觉中，半个学期很快就过去了。我们的中考也已经结束，在这次中考中你有什么收获呢？也许有人收获了汗水，有人收获了泪水，有人收获了喜悦，有人收获失望，总之，一切成为历史，就让他痛痛快快地过去吧。因为前面的道路还需要我们去行进，未来的希望依然掌握在我们自己的手中。因此我们只有珍惜将来的时间，勤奋的学x，这才是我们真正的希望之源。

学x本身就是一种艰苦的劳动，不下苦功是学不好的。在学x的道路上，我们只有勤奋踏实地将一点一滴的知识掌握好，才能最终取得成功。一分耕耘一份收获，付出了才有回报。老师曾经说过这样一句话：聪明的孩子，今天做明天的事；愚蠢的孩子，明天做今天的事。同学们，你是愿意做一个聪明的人，还是愚蠢的人呢？

要勤奋就得珍惜时间。只有爱惜光阴的人，才能够做到脚踏实地、坚持不懈、持之以恒。安徒生如果不是脚踏实地，就不可能从鞋匠的儿子成为童话大王；爱迪生如果不是坚持不懈，就不可能创造科学上的奇迹，成为伟大的发明家；爱因斯坦如果不是持之以恒，就不能成为科学泰斗，创立震惊于世界的相对论。同学们，我们要取得优异的成绩，也只能勤奋学x，也只能珍惜来之不易的学x时光。

因为只有惜时如金的人，才能高效率地利用好自己的学x时间，才能在有限的时间内发挥出最大程度的学x效益，从而学到更多的知识。

同学们，让我们珍惜时间，勤奋学x，去迎接一个又一个新的挑战。用勤奋汗水改变我们的命运，用勤奋梦想创造出我们每个人的奇迹，用勤奋精神谱写出我们每一位同学最灿烂的辉煌人生。

我的讲话完了，谢谢大家！

**珍惜演讲稿200字九**

敬爱的教师，亲爱的同学：

大家好：

时间的脚步是无声的，它来也匆匆，去也匆匆。稍不留意，时间就从指尖悄悄溜走。时间是人生最珍贵的财富，浪费时间就是在懈怠生命。靠消磨时间来过活日子，生命就是毫无意义的。

珍惜时间就是珍惜生命。大发明家爱迪生在79岁生日时对客人说：“我活了135岁!”这确实让人很奇怪。可这也并不奇怪，爱迪生每天工作学习18小时以上，就是间接的延长了寿命。一个人如果每天懒懒散散无所事事，那么他的生命就显得异常短暂，一天之中能利用的时间越短，这个人的生活就越是枯燥乏味。懂得珍惜时间的人，总是能把有限的时间发挥到极致，做出尽可能多的事情来。

懂得珍惜时间的人才能有所成就。鲁迅总是把别人喝咖啡的时间用在了工作上，才能作出更多激发人们心灵的书籍。爱迪生懂得珍惜每一分每一秒，造就了无数的科学技术。他们之所以有所成就是利用好了时间，比别人多花出了时间做事。碌碌无为的大多不懂得珍惜时间，把时间花费在消遣享乐之中。许多伟人都能够很好的利用时间，他们能在有限的时间内做出更多的事，才会有所成就。

一分钟很短暂，许多人都不认为利用它能做出什么事情，但是球赛的胜负往往取决于最后一分钟。人的一生也是由众多的一分钟组成的，浪费一个一分钟，浪费两个一分钟，浪费许多一分钟……也许人的一生就是因为浪费这些不起眼的一分钟而平庸。

所以，必须要学会珍惜时间。鲁迅有句名言：“时间就像海绵里的水，只要愿挤，总还是有的。”法国作家雨果每天都把自己的行程和计划安排好，再一一执行，这样就很好的节省了时间。暑假之中许多人都会无所事事，应该计划好自己的时间，今天应该做什么，这样就能合理的利用好时间，充分发挥每一分钟的作用。时间很容易溜走，但也很容易抓住，只要用心，就能把时间握在掌心。

学会珍惜时间，懂得利用时间，合理安排时间，让有限的时间发挥出无限的价值。

**珍惜演讲稿200字篇十**

亲爱的老师和同学们:

大家好！

几点了？我们看不见也摸不着，但它正在一点一点流逝。我们无法让时间停止。我们能做的就是珍惜时间，让我们的每一分钟都有意义。更何况我们现在是初中生，面临着巨大的中考压力。我们要更加努力，争分夺秒，这样才能创造奇迹，取得最好的成绩。时间是我们最大的武器。

据说时间是世界上最宝贵的东西。一秒钟不能被下一秒钟复制。过去的就过去了，人会一天天老去。所以大家都说“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴”。我们现在要做的就是让每一寸时间都有它的价值，不让它无缘无故的消失。我相信这些都是我们通过自律和努力可以做到的。

同学们，你们有没有算过我们离中考还有多长时间？只剩下100天左右了。你真的准备好了吗？不，你没有。45分钟的课，你敢说你每一分钟都认真听了吗？上课心不在焉，大大咧咧的同学比比皆是，一直专心听讲的同学也是，但都是极少数。你有没有想过你每天浪费了多少时间？不按时睡觉，通宵聊天。你珍惜时间吗？上课耍花招，睡觉不认真听讲，你珍惜时间吗？但是你珍惜课后的十分钟。铃声一响，你就迫不及待地想出去透透气，聊聊天，打打闹闹。铃声一响，你也舍不得外面的走廊。如果你能在课堂上运用这种珍惜时间的精神，那就太好了。

学生留给我们的时间真的不多了。中考是检验我们这几年学习成绩的最好时机。不要做任何让你后悔的事情。善待身边的每一分钟，让他们最大限度地发挥作用。只有这样我们才能珍惜时间。当我们有珍惜时间的意识时，我们必须好好利用它。作为初三学生，我们目前最重要的自然是学习。所以要把自己的时间规划好，让它们都有自己的任务和作用，是时候规划好要复习的内容了。不要把时间浪费在无用的事情上，这将是你一生中最遗憾的事情。

三年时间过得很快，不妨考虑一下。你活这三年有意义吗？你是不是因为不珍惜时间，所以没有什么值得回忆的？时间是死的，我们是活的，我们是时间的主人。我相信很多同学都认为自己做得很好。所以我想问你，你有没有有时候觉得时间过得很慢，但是有时候又过得很快？比如不爱学习的同学上课会觉得时间过得特别慢，爱学习的同学上课会觉得45分钟转瞬即逝。这就是差距所在。希望大家都能做时间的主人，珍惜时间。

**珍惜演讲稿200字篇十一**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家晚上好！

我是xxx，今天有这个机会在这里跟大家，说说话还是很高兴的，借着我们今天晚自的机会跟大家来个小小的演讲，作为我们班的班长我想我有责任跟大家来演讲这个内容，我们我是准备了很久的，从前天一直以来我就在写这篇稿子，反复的演讲，今天终于准备了充足，才站在了这里跟大家演讲，我要跟大家说的是关于时间的，今天晚上要演讲的题目就叫“珍惜时间”：

我们现在是初三了，很快就要离开毕业，很快就要结束我们的初中学，回顾一下在这三年的学中现在的你有没有感觉到时间过的很快呢？反正我是感觉到了，时间是真的过的很快，一下子我们就要各自奔东西了，在这最后的时间了大家仔细想一下有没有一些遗憾呢，自己这三年真的过的很充实吗，学上没有遗憾吗？生活中没有遗憾吗？我相信大家都是有的，每个人应该都会有那么一点遗憾，我也有只是我们大家，的遗憾都不同而已，大家有没有珍惜过平日里十分珍贵的时间，我觉得大家没有珍惜。

我们马上就要中靠了，在最后这一个月的学中，我看到了很多不好现象，大家越来越放纵自己了，不管是在课堂上，还是在个人的行为作风上，我感觉大家，都抱着一种侥幸的心态，都觉得自己不需要学了，反正马上就毕业了，但是我想说的是，我们还没毕业呢，我们还有中考，在最后的时间里我们不应该这样的放纵自己，我们要珍惜最后的这点时间，不然我觉得我们对不住老师对我们的期望，在最后的时间里我们应该好好的总结一下自己这几年的初中生涯，我们再去好好的去规划自己最后这点时间。

珍惜时间吧，时间其实是这个世界上珍贵的东西了，没有什么东西能够挽留时间，在我们还在无所事事的时候，时间在悄悄的溜走，在我们上课不听讲的时候，时间在偷偷流逝，在我们还在想着自己明天该怎么玩乐的时候，时间也在不断的奔跑。

我们是挽留不住时间的，我们更加应该不让时间在我们身边就这样白白的流逝，我们应该去做点什么，最后的时间了我想我们最应该做的就是好好的去准备即将的中考了，在最后这点时间里我们要为自己未来好好考虑了，用尽自己的所有力气不让时间就这么白白的浪费了，同学们珍惜吧，最后好好的珍惜在初中生涯的最后这点时间！

**珍惜演讲稿200字篇十二**

各位领导、各位工友大家好。

我演讲的题目是《拥有时请珍惜》朋友，当你早上醒来看到那一缕缕阳光的时候；当你上班前面对家人一声声叮咛的时候；当你下班后陪同家人尽情漫步在夕阳之下的时候；你是否感觉到你是何等的幸福？然而又有多少人，因为自己一时的疏忽，酿成了惨不忍睹的事故，让一切美好的生活在瞬间与他们擦肩而过，留下永远的伤痛。做为铁路运输生产一线的员工，不论你是刚刚入路的青工，还是有经验的老师傅，也不论你是存心还是无意，或多或少有过违章违纪的经历，有的付出巨大的代价，有的相安无事，也许你还在为自己曾经有那么多违章违纪，但从来都没有造成什么后果而沾沾自喜，这不是因为你运气好，只是时候未到。

三年前的八月二十日，赣州东站清扫员，在无人防护又无人知晓的情况下，单独违章作业，被一趟出库的单机无情地夺去了生命，事故发生了，给段劳动人身安全敲响了警钟，也给当事人的亲人、家庭留下了难以磨灭的痛楚，“生命诚可贵，安全价更高，若是真心待，两者皆可保”生命对每个人来说只有一次，应当好好地珍惜，然而，安全同样的重要，没有安全就没有效益，没有安全就没有生命。只要我们每个人真心对待自己现在的拥有，多一份安全责任感，少一份违章违纪，那么生命、安全两者都可以得到保障，何乐而不为呢？亲爱的工友们，以往血淋淋的事故案例，曾经给我们留下了太多的遗憾和痛惜。然而它时刻警醒着我们要吸取事故教训。

真正做到“别人的伤疤我也痛”4月30日18时，我段顺利实现了安全行车1400天，全段上下人心振奋，欢天喜地，1400个日日夜夜啊，凝聚了所有赣车人的心血，这不仅仅是我们赣车人历史以来的最大骄傲，更重要的是我们在痛失第一个1400天后，用自己的实际行动再次证明我们有信心、有能力确保铁路运输安全生产。兴国站“6.30”险性事故让所有赣车人尝尽了违章违纪的苦头。如果事故责任人能够沉着冷静；如果值班领导能够正确指挥把关；如果……

那么结局将是另一种版本，好在过去的永远成为了过去，它只能成为历史，我们唯有把握住今天的拥有，牢固树立“安全第一”的思想，以高度的责任感，敬业爱岗，认真踏实地干好自己本职工作，确保一个又一个百日安全天的顺利实现。时代的车轮滚滚向前，铁路工作不断地改革，“4.18”提速调图的顺利实施之后，又迎来了南昌局和福州分局合并的机遇，这也是铁路跨越式发展的必然趋势，要求我们每位干部职工站在讲政治，顾大局的高度，以饱满的热情，以严格的作风确保合并工作平稳有序。

铁路运输安全生产是一项长期、简明复杂的工作。它要求我们务必保持不骄不躁的工作态度，务必坚持科学的管理方法，务必发扬扎实工作、拼搏奉献的主人翁精神。我相信有大家的共同努力，铁路安全生产一定能上一个新的台阶。

**珍惜演讲稿200字篇十三**

敬爱的教师，亲爱的同学：

大家好。

滴滴水珠、涓涓溪流、滚滚浪花、滔滔江河，我们的生活永远离不开水。然而，在如今的21世纪中，水资源已成为我们生活中缺少的东西，随着人口的剧增和经济的高速发展，环境的污染已造成水的供求问题相当严重。20\_\_年后，将进入严重缺水期，现我国居民每人仅有2500立方米水，被联合国列入全世界13个严重缺水的国家之一。

水是多么珍贵!可是有很多人都不珍惜水，甚至浪费水。也许你经常看到有人洗手之后不关水龙头;也许你经常看到有些小孩在玩水……这些都是不文明的表现

而且，不少河流受到了污染。在我的老家附近有一条河，以前河面十分清澈。夏天，人们常常在河里游泳。但现在，附近的居民在河面上乱丢垃圾。易拉罐，鞋子，塑料瓶，塑料袋……“无家可归”，都漂浮在河面上，变得又臭又脏，还有不少小鱼小虾的尸体，河堤上全是蚂蚁窝。河面污染太严重了，如果居民不在河面上乱丢垃圾，这条清澈的河怎么会变成这样呢?

行动起来吧，珍惜水资源、保护水环境，我们要做到：(1)必须懂得如何科学用水;(2)从每个家庭做起，建设节水型家庭;(3)大力加强节水型社会建设，坚持开源与节流并重、节流优先的原则，提高水资源的利用效率和效益，实现水资源可持续利用;(4)控制污水及污染物排放，建设污水处理系统，加强水环境监测，强化法律意识，依法管理水资源、水环境眼泪。

如果人类不从现在开始节约水源，保护环境，人类看到的最后一滴水将是自己的眼泪。

**珍惜演讲稿200字篇十四**

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！

珍惜粮食，应该从我们自身去做起，无论如何，浪费粮食都是不好的行为，同时我们也是要去珍惜我们来之不易的粮食，我想同学们都是曾经读过悯农的古诗，也是知道我们的粮食来之有多么的不容易。

粮食问题，其实一直都是困扰的世界的，如果有看新闻，也是知道其实还有很多的人是每一天都是无法吃饱的，甚至有饿死的情况发生，但是我们在学校在家里，每一天都是不会饿肚子，甚至还会吃的很好，甚至到在想今天又吃什么会好一点，而这些粮食的得到，其实并不是那么的简单，虽然而今科技发达了，很多的作物都是可以机械的耕种，但是依旧还有很多的粮食是需要我们人工去做的，美丽的梯田很美丽，可是梯田里面的稻子都是农民亲手去种的，很多的地方机器根本派不上用场，平时我们打扫卫生都是在说着辛苦，可知粮食的种植更是不易的。同学们，我们要去珍惜，要懂得粮食对于我们来说真的很宝贵。但我们也是可以看到，无论是学校或者在社会总是会有一些浪费粮食的事情发生，这些我们不应该去做，甚至还需要发现这些问题要去制止的。

食堂里，我们可以看到很多的同学吃到一半就不吃了，或者觉得不合自己的口味，就这一顿饭浪费了，在平时的时候吃的零食，饮料也是吃一半就扔掉，这些都是在浪费着粮食的而没有去珍惜，不仅仅是大米，其实很多的食物都是不容易获取的，而我们也是要懂得去珍惜这些劳动成果，去让自己的生活多一些理解，节约的粮食对于国家，对于那些平时都吃不饱的人，其实也是有很大的帮助的。我们节约珍惜的每一粒粮食如果用在这些地方，也是可以让更多的人有饭吃，能吃到，而不是像现在这样，我们在浪费着粮食，但是世界上依旧有些人是饿死的，我们要去懂得珍惜，而且这珍惜也不是口头来说说就够了，而是需要我们去拿出实际的一个行动，去从自己做起，食堂打饭的时候，能吃多少就打多少，平时吃零食也是要懂得，自己能吃多少，就多少，而不是还去浪费。

只要我们都是行动起来，面对浪费说不，看到别人浪费的行为去制止，我想我们的粮食也是可以更好的发挥它的作用，去让社会少一些人挨饿，让世界更好的。谢谢！

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找