# 最新如何高效利用你的碎片时间演讲稿(优秀13篇)

作者：雨中漫漫 更新时间：2024-02-13

*演讲，首先要了解听众，注意听众的组成，了解他们的性格、年龄、受教育程度、出生地，分析他们的观点、态度、希望和要求。掌握这些以后，就可以决定采取什么方式来吸引听众，说服听众，取得好的效果。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？下面是小编帮大家整*

演讲，首先要了解听众，注意听众的组成，了解他们的性格、年龄、受教育程度、出生地，分析他们的观点、态度、希望和要求。掌握这些以后，就可以决定采取什么方式来吸引听众，说服听众，取得好的效果。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？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。

**如何高效利用你的碎片时间演讲稿篇一**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

初读时间，觉得时间就像一位不大熟悉的远亲你虽然知道他的存在，但却有觉得他被你遗忘在记忆的角落，暗淡，模糊。

上学前的记忆中，多半隐藏着姥姥的背影。在那无数的快乐与痛苦的经历中，姥姥用她独特的方式锤炼我的人格，避免我误入歧途。

有一次，我在幼儿园学来了怎么使用算盘，一下课便跑到姥姥家，向她演示我学来的知识。我在用算盘做普通加减法时，算得上得心应手。但每逢进位，我却不知所措，拨错算珠。每当这时，姥姥总耐心指出我的错误。幼稚的我总会对错误产生一种厌烦，进而转化成一种自暴自弃的狂躁。“我再也不学了！”我喊道，屋里一片死寂，唯有钟表的滴答声诠释着姥姥的愤怒随时间的累积。她的眼睛瞬间湿润了：“不学，怎么成才！”那秒针像在怒吼声中停下了，时间，在此刻因姥姥的寄托，而慢下。

那只表走了很多年，转到现在，姥姥那句对不求知的怒吼仍随着不息的表盘一分一秒地走着。虽然我几度迷离，但时间载着姥姥作为知识分子的骨气，催我前进。

再读时间，觉得时间就像一艘载满回忆宝藏的船。每一次打来回忆，都会有新的辉煌。

以后的生活，总是离不开母亲。时间是一个神秘的魔术师。原先的事业女强人，逐渐幻化而为一个对我体贴而又让我不失独立的母亲。虽然她会给予我细致入微的.关怀，但她又会让我独立面对，以免关怀坠入溺爱。我写作业时，她总会找个借口出去，为我创造独立思考的环境；我出门临行时，她总会让我自己检查要带的东西；我闯祸时，她也总让我自己去弥补……时间把幼稚的我磨练，现在终于有些成效了。而母亲对我的教诲，顺着时间的流向，让我不做逆水航行。

重读时间，觉得时间的路，是一个硕大的圆环，走在它上面，虽然觉得它总在向前，但却是轮回的。如今母亲为我放手，可能姥姥也为母亲放手，母亲将来也会教育自己外孙学习的重要。时间便在这轮回中，凝集着一代又一代人的精魂！

**如何高效利用你的碎片时间演讲稿篇二**

亲爱的同学、老师们：

大家好!

我是来自xx班的一名学生，我叫，今天的天气格外的好，我也很高兴能站在这里进行演讲，我所要演讲的题目是《珍惜时间，勤奋学习》。

大家都知道，学习是我们学生最为重要的任务，我们来到学校里，也是为了能学习到更多的知识，然后考取更好的学校，这样才不会忘老师和家人失望。其实学习不仅仅是为了别人，更多的是为了自己，因为现在的社会中竞争压力太大了，学习是我们最好的出路，所以大家必须要珍惜好现在的时间，勤奋的去学习，这样才能让自己不感到后悔。

在学校里，我们没有什么其他的任务，学习就是我们的职责，要是连学习都做不好，那以后更别谈工作了，毕竟学习说难也难，说容易也容易，这完全取决于你的学习态度。学习也是分好几种的，有些人在学校学的很随便，有些人在学校学的很认真刻苦，这两种学习方式就决定了你的学习结果，所以不要再抱怨老师教的课不好、作业太难了，只要你肯花时间，那么我相信任何学习上的问题都难不倒你，只要把困难解决了，我相信你会有非常大的收获。

时间，对于每一个学生来说都是很多的，因为我们还很年轻，有着许多的时间可以去消磨，但是时间同样也是宝贵的，因为我们在校时间其实并不长，到了学习的紧要关头时，我们就能发现时间是多么的重要，每多一点时间，就能让我们多学一点知识。特别是到了快毕业时，我们就能发现时间过的是多么快啊，这时候再想好好地学习就已经很困难了，毕竟时间不等人，而且学习是循序渐进的，不是一下子就能把所有的知识点记住。

所以，同学们，趁着现在还有时间，还有机会，赶快的去学习吧，珍惜好现在的每一份每一秒，把自己的全部精力都投入到学习中，保持着勤奋学习，这样才能让自己一直都保持着进步。对了，除了勤奋的学习外，大家也得注意自己的学习方法，找到一种合适自己的学习方法是非常有必要的，同时大家也得注意劳逸结合，不要因为学的太认真了而不注意自己的身体状况。总之，我们要抓住现在的每一分每一秒去学习，别让老师和家长失望，也别让以后的自己感到后悔，赶快行动起来吧!

谢谢大家!

**如何高效利用你的碎片时间演讲稿篇三**

敬爱的老师，亲爱的同学们：

同学们知道什么跑得最快吗？是牙买加的博尔特吗？是豹子吗？不是！是时间。

抓紧时间，珍惜时间的人就会有成就。就说居里夫人吧，她家从不放椅子，为什么呢？因为她怕有人坐在她家闲谈，让宝贵的时间流失。

俗话说，一寸光阴一寸金，由此可见，时间很珍贵，过去一秒，你的生命就少了一秒，浪费时间等于谋财害命。有些同学经常会发现自己做到十点的回家作业，一些成绩优秀的同学在学校就完成了一大半，为什么，他们善于挤时间，相信当其他同学在玩的时候，他们肯定在抓紧时间写作业。有些同学常常开着电视边看边做作业呢，看着看着就等会儿再做，等着等着可作业早就忘到九霄云外了。明日复明日，明日何其多？把事推到明天，明天来了又推到明天，事也许可以等，可时间却不会等你。一份详尽的报告，一个绝妙的主意，一个千载难逢的商机，也许就这样一天拖一天，机会就稍纵即逝了，给自己留下的是不尽的悔恨。时间是无情的，是冷酷的，你把握好它，你就是它的主人，你把握不好它，你就是它的仆人。

聪明的人，今天会做明天的事；懒惰的人，今天会做昨天的事；愚蠢的人，会把今天的事推给明天。聪明的孩子，做一个时间的主人，珍惜我们眼前的一分一秒。

**如何高效利用你的碎片时间演讲稿篇四**

亲爱的老师，敬爱的同学：

大家好!

同学们，生命是什么?让我来告诉你吧!生命只有一次，生命是要经历一分一秒的时间，和时间做朋友，和时间一起旅行!

在平常的时候，你会感觉到时间特别多。据我的计算，一天有八万六千四百秒。你在上课的时候，总会觉得时间过的很慢，当你在玩的时候，却觉得时间过的很快。因为上课时，你根本就是在认真听讲，没注意时间。在玩的时候，你很在乎时间。

在这个世界上，时间对每个人都是公平的，只是有些人活的态度和看法不同罢了。

时间是要自己去珍惜的，时间是不会因为你是百万富翁而让你多活一秒，也不会因为你没对社会做贡献而让你少活一秒。时间是要靠自己的努力所珍惜的，而不是靠几个钱就能买时间。俗话说：“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。”时间是买不来的。

作为一位学生，我们应该怎么珍惜时间呢?很简单，只要你每天好好学习，天天向上，勤奋学习，不怕吃苦，不浪费1分一秒。一回到家就做作业，不对着电脑，不对着电视，认认真真的做。一有作业就拿笔写，争取在学校里就完成，这样，在家里就可以复习了。

上课时不开小差，不做小动作，不带和学习无关的东西，这样，你的学习才有价值。

所以，同学们，我们要做一个聪明的人，珍惜时间，不要虚度光阴，人的生命只有1次。有些人活的时间很长，但碌碌无为，没人记住他;有些人活的时间虽然很短，却有一番大的作为，人们就记住了他。所以，我们要抓住现在的分分秒秒，成为国家的栋梁。

**如何高效利用你的碎片时间演讲稿篇五**

尊敬的老师，亲爱的\'同学们：

大家好！

我是高二一班的学生xxx，作为一名高中生我在刚刚来到学校的时候就知道自己最重要的任务就是学习，最终的目标就是考上一个好大学，不让自己的青春留下一个遗憾。曾经有多少人因为自己在高中的时候没有多努力一点现在而感到后悔不已，但是即便是他们在后悔又有什么用呢，他们的人生也不会重来。而我们现在正处在无数人留有遗憾，后悔莫及的时间段里，我们需要做的就是好好的学习，付出自己所有的努力，不让自己留下遗憾，不让自己像其他人那样在出去工作之后发现不同大学出来的差距而开始感到后悔，感到遗憾。

时间永远不会停下俩等待谁，我现在我还能够记起初中的自己是一个什么模样。当时也曾经幻想过未来的自己会遇到什么事，遇见什么人，在哪所高中里过着怎么样的生活。但是我却完全预想不到，所以我努力学习，让自己能够考上一个自己喜欢的高中，过着自己能够掌控的生活。而我现在也感谢当时的自己所付出的努力，如果当时的我选择了天天上课玩，混日子，我肯定就不会站在这里了，而站在哪里就不是我能够想象的到的了。而距离初三已经过去了一年多的时间了，想想时间真的是过的很快的，一年多以前我还坐在初中的教室里，现在我却站在这个台上给大家带来这次的演讲。越长大就发现时间过的越来越快，而我在这时间的流逝中又好像什么都做不了，只能在这条时间的长河中随波逐流。但是我好像又能做点什么，我能够通过学习让自己拥有一副双桨，让自己前往自己想要去的地方。

我们的未来永远掌握在我们自己的手里，而前往哪里则是需要现在的你做出决定。如果你甘愿平凡，真的那么不想学习也没有人能够拦得了解。但如果你心里还有那么一丝丝的想法说我不想这辈子就这么平庸的过去了，我也想要成为一个了不起的人。那么最简单的方法就是学习，学习是你不管前往那个方向都需要经过的一个过程，现在的我们可能学习语数外，将来你学习不同行业的知识，但是一个学习态度和方法却不是一下就能够学会的，而是长时间自己的培养。如果大家希望自己也能够在未来活出自己的精彩的话，那么请现在抓紧时间，把握这么珍贵的学习机会，付出自己所有的努力去学习吧。

我的演讲完毕，谢谢大家！

**如何高效利用你的碎片时间演讲稿篇六**

时间是十分宝贵的每一个人做每一件事都需要时间，但时间却依然来去世匆匆。

\"补漏趁天晴，学习趁年轻\"，这一句格言充分说明了现在的学生们正需要充分抓紧时间来学习。翻开历史，能很好地利用时间的人举不胜举。

牛顿是一个会利用时间的科学家。这是众所周知的。他充分利用时间，连吃饭时都在考虑问题。正因为如此，他的科学成就对整个人类产生了深过错的影响。

\"悬梁刺股\"也说明了古人利用夜晚时间学习。他们放弃休息而学习，难道不值得肯定吗？

我们在这里并不是提倡大家不休息而死读书，而是提倡大家应充分抓紧可以利用的时间，不要虚度年华。

相反，有的人不但没有充分利用时间，反而荒废时间。他们整天东逛西逛，\"做一天和尚撞一天钟\"，得过且过，虚度年华。这样的人，到最后便会一无所有。

今天，我们拥有优良的学习环境，不是更应该抓紧时间来学习吗？只有充分利用时间且努力的人，才有资格说：\"我曾经实实在在地生存过。\"

作为二十一世纪的接班人，我们应学会充分利用时间。所以，希望大家能充分抓住时间来改变自我，做一个成功的人。

**如何高效利用你的碎片时间演讲稿篇七**

大家好，我们演讲的主题是，高效学习，增加时间的厚度。

我们无疑处在人生最有价值的一段时期学生时代。我们可以不作他想，在长达几年的时间内去汲取养分，为我们所筑想的未来努力。故而我们都应去思考这样的问题如何更好的吸取知识，让自己的储备更加丰富，如何才能更好地在这一段时间里获得更多的知识。

答案显而易见，便是增加时间的厚度。而增加学生时间厚度的最好方法就是高效学习。这简单的四个字蕴含颇丰。很多人把高效粗浅地理解为刷题，认为题做多了便自然成霸成神。其实不然，学习效率，究其实质是你真正的领悟、见解，而并非完全等同于做题的量。然而这又不是完全否定做题，做题的速度是学习效率的一个保证，一个侧面表现。

学习效率的另一个侧面是总结、思考。孔子说，学而不思则罔。如果学习却不曾思考，那么我们所学的一切便会如同一条意识含浑的河流，不自奔流而去，而反之，人生的厚度将会增加一倍。所以当我们学习了一段时间后，不妨去问问自己，我们掌握了什么，什么还不太熟悉，做过的题背景是什么，思想是什么，哪些题属于一个类型，我需要怎样建立一个思路，完整地做一道题？能这样去思考，去追问，才是真正的举一隅而以三隅反，使效率的值达到最大。

我们之中好学者很多，他们会通宵挑灯，会两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书，他们中有些人成绩却不尽如人意，很多悠哉游哉的同学却总能考出令人艳羡的分数，这便是效率的分别。一味延长时间的长度，而淡忘时间的厚度，往往得不偿失。而适当的闲适是高效的保证，抓住课堂，课后习题，是高效的首要标准。把功做在有用处，是每一个有追求有理想的同学必须去做的事。

老子说，慎始如終则无敗事。许多同学能够认识到高效的重要性，却不能很好地坚持，自己很多年后便会后悔，会叹息。而与其后悔，不如现在就去做，去努力地增加时间的厚度。

高效的重要，对每一个高三学子不言而喻，我们没有理由再去浪费时间。就让我们高效学习，让这140天成为一笔财产。让140天后的我们，成为一中高考史上的一个标杆，一道风景！少儿部，高一高二的学弟学妹们，则应从始而终，高效学习。

我们的演讲到此结束，谢谢大家。

**如何高效利用你的碎片时间演讲稿篇八**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

我发言的题目是《把握青春，珍惜时间》。

青春，是三月争奇斗艳的花朵，是七月缤纷的太阳雨；是十月灼人的红叶。青春，是喷薄欲出的旭日，是竞相争渡的百舸，是搏击长空的雄鹰；青春，是弹着欢乐的琴弦，是一路坎坷奔向大海的小溪，是挺直躯干舒展满怀葱茏拥抱蓝天的白杨。

青春如诗，灿烂如歌。此时的我们正值青春年华，譬如八九点钟的太阳，正蓬勃向上。在血与火的革命战争年代，许许多多与我们年纪相仿的进步青年，在国家危难之际毅然决然地用他们年轻的臂膀，承担起救亡图存，振兴中华的重任。为了挺直脊梁，为了不被宰割，他们前赴后继，把青春和热血洒遍了革命道路，染红了自由民主的旗帜。

董存瑞、刘胡兰等无数革命青年用青春书写出“生的伟大，死的光荣”的不朽诗篇。究竟是什么力量让他们不懈奋斗，那就是年轻，就是任性，就是一种“天下兴亡，匹夫有责”的责任感。

而如今，战争的硝烟早就被和平的钟声驱散，我们新一代的青年将何去何从？整日沉迷于虚拟的网络，花费大量的时间购物，抑或群居终日，无所用心。不，坚决不能，作为新一代青年，我们有新的时代任务，新的梦想。小而言之，是为了自己的前途更光明，大而言之为实现民族复兴而奋斗，少年强则国强；少年进步则国进步。

但我们不能做言语的巨人，行动的矮子！而应言行一致，成为一个大写的人。如何把握青春，实现梦想，关键在于惜时。孔子说“逝者如斯夫，不舍昼夜”，富兰克林曾说，时间是构成生命的材料。祖逖闻鸡起舞与时间赛跑，更有无数寒门学子三更灯火五更鸡鸣发奋读书。时间对于我们来说，是短暂而零碎的，善于利用零碎时间的人，才会做出更大的成绩来。课间少讲一句话，少吃一点零食，饭后加快节奏，放假少玩手机，日积月累，这些零碎时间的总和将会让你收获意想不到的结果。

同学们，把握时间就如同鞠一捧清泉，你稍稍放松，它便从你的指缝中滑落。莫等闲，白了少年头！我们应该牢记，我们不再是一个懵懂的少年，我们长大了。

青春须早为，岂能长少年！同学们，珍惜青春吧！

**如何高效利用你的碎片时间演讲稿篇九**

亲爱的老师们，亲爱的学生们：

大家早上好！我是三（6）班的fxy。今天我演讲的题目是“抓紧时间好好复习”。

首先要有条理。在家长的参与下，制定周密的复习计划，严格执行，才能打一场有准备的漂亮仗。

其次，要注意方法。复习方法很重要。是系统审查，查漏补缺，还是做题复试合适？仁者见仁，智者见智。但一定要根据自己的情况选择一种科学恰当的复习方法。

第三，要好好学习，多提问。复习过程中，不要放过任何一个难题。有疑问的时候，主动求教。俗话说，勤奋补不足，熟能生巧。千万不要带着问题去考场，留下的只有伤心的遗憾。

第四，珍惜时间。下周就要期末考试了。我们要争分夺秒，主动复习，好好复习，快乐复习，永远不要在网络世界，游戏迷宫，动画世界里浪费时间。

第五，要提高效率。只有心平气和，专心致志，才能事半功倍，保证效果。所以，我们要努力做时间的主人，不要让半心半意成为我们前进的绊脚石。

孔子说：可以古为今用，新为今用。我相信早起的鸟儿有虫吃。只要你专心复习，就会得到满意的答案！

祝所有同学成绩好！谢谢大家！

**如何高效利用你的碎片时间演讲稿篇十**

五一假期我哪儿也没去。五一早上看妈妈的牙，中午和爸爸一起做饭吃饭。我觉得很温暖。看得出来他们很开心！女儿和男女同学骑山地车去桃花。我很担心她的安全，但同时又希望她多运动，这是矛盾的。

想起十二岁那年和同学一起骑自行车，一路唱到桃花的场景，现在都忘不了。如果再见面，我会开车去或者自己开车。谁会有心情骑自行车去？我不得不承认，我们不再是——年轻无畏，我们有自己的家庭，有同学忙着赚钱，有同学忙着带孩子，有同学想让老婆在家开心，有同学想照顾老公，怕老公有外遇。我不得不承认，我们不再——简单而至高无上。

时间，你去了哪里？一起在桃花里旅行的同学们，你们都在哪里？

转眼三十年过去了，人生最多就这么一个三十年。我们应该珍惜眼前的人，多陪陪家人。

**如何高效利用你的碎片时间演讲稿篇十一**

亲爱的老师们，亲爱的学生们：

大家早上好！

我今天演讲的题目是：珍惜时间。

两千年前，一位哲学家站在河边，面对着滔滔不绝的河水，想着逝去的时光和事物，发出了一声悠长的叹息：逝者如斯夫。时间是最平凡最宝贵的。钱买不到，地位留不住。\"时间是构成一个人生活的物质。\"每个人的生活命是有限的，同样，属于一个人的时间也是有限的，它一分一秒，稍纵即逝。时间是宝贵的，虽然它限制了人们的生命，但人们在有限的生命里可充分地利用它。鲁迅先生说过，时间，每天得到的都是二十四小时，可是一天的时间给勤劳的人带来智慧与力量，给懒散的人只能留下一片悔恨。这句话形象地写出了成功的人珍惜每分每秒，成就辉煌，而失败的人抱着“做一天和尚敲一天钟”的思想得过且过，消磨时间，在他们眼里时间是漫长和无谓的，而当他们回过头之后，才发现时间如流水，一去不复返，才发现时间的可贵，可谓“少壮不努力，老大徒伤悲”啊！

古往今来，有不少人惋惜：时间易逝，于是长叹曰：“光阴似箭催人老，日月如梭追少年”。的确，时间的流速真令人难以估计，无法形容。树枯了，有再青的机会；花谢了，有再开的时候；燕子去了，有再回来的时刻；然而，人的生命要是结束了，用完了自己有限的时间，就再也没有复活，挽救的机会了。正如“花有再开日，人无再少年”。时间就这样一步一步，永不返回。而这又正告诫我们莫把宝贵的光阴虚掷，要珍惜时间，爱护生命，利用每分每秒，不要虚耗它。犹如朱自清所说的：洗手的时候，日子从水盆里过去；吃饭的时候，日子从饭碗里过去；默默时，便从凝然的双眼里过去。我觉得时间去的匆匆了，伸出手摭挽时，它又从摭挽的手边过去；天黑时，我躺在床上，它伶伶俐俐的从我身上跨过，从我的脚边飞去了。当我睁开眼和太阳再见，这算又溜走了一日。我掩面叹息，但新来日子的影子又开始在叹息里闪过。

这段话写出了时间无时无刻不在流逝，我们应该好好把握逝去的瞬间。“未来”“现在”“过去”是时间的步伐：“未来”，忧郁地接近；“现在”，快如飞箭地消失；“过去”，永远地停止。在伟大的宇宙空间，人生仅是流星般的闪光；在无限的长河里，人生仅仅是微小的波浪。

**如何高效利用你的碎片时间演讲稿篇十二**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好!

若问时间是什么?它可能是身高墙上那一笔笔越来越高的笔道，可能是柜子里越发厚重的卷子：它可能是柜子里多了一叠又一叠的衣服，也或是我们越来越长的青丝。

几日前因要上交生活照便翻起了电脑之中的照片。这才发现当年那些幼稚无知的面孔到如今却依然成熟了不少。几年前那些似豆芽儿般的小男生如今也诚然如男子汉一般，照片的闪现中三年的点滴历历在目，陌生至熟稔，初识到相依，时间中这份情谊却亘古长存。

我走出门去看看空空的院子里独剩下的一棵香椿树。何时它已成长如今日般茂密?树上成熟的果实在阳光的照耀下更加令人垂涎欲滴!我已不再是当年那个对着姥爷端来的热气腾腾的香椿鱼吵着不要吃的孩童。更多的是那种香椿鱼就大饼的味道在心中沉淀，似醇酒般愈久愈醇，愈醇愈香，愈香便愈令人想念。但奈何时间的流逝与岁月的更迭中再也不会有人做出姥爷炸的香椿鱼，那倾注了他的爱与情的味道……时间有情，这份味道裹挟着爱与亲情。在岁月的长河中被冲洗的更加鲜美，更加清醇。

**如何高效利用你的碎片时间演讲稿篇十三**

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家好！今天我演讲的题目是《用好时间，提高效率》。

上周，在学校组织的“春雨奖班主任技能大赛”中，我班召开了以《我向时间要效率》为主题的班会，赢得了众多老师的好评。我们进行了一个问卷调查，涉及到了日常学习中同学们普遍存在的问题。下面是问卷调查的内容，大家可以自己测验一下：

规则：

1-10题选择“是”得1分，选择“否”得0分

1.自习课上，你是否因为借东西，找东西而浪费了不少时间？

2.自习课上，你是否时而翻翻这本书，时而翻翻那本书，不知道该看什么？

3.你是否经常在上课铃声响完后才去找这节课所需的资料呢？

5.你是否课间只顾打闹，经常上课或自习中途出去上厕所呢？

6.课堂上，你是不是经常会走神、打瞌睡、发呆、转笔、吃东西、喝水？

9.你是否在空堂有人进入教室的时候，总要不自觉的抬头看看是谁？

10.你是否经常会把本该当天解决的问题留到以后再解决，使问题积累？

11.早晚读时，你是否会认真的读书并有意识的完成背诵任务呢？

12.你尝试过用做操排队的时间去做些有意义的事情吗？

统计结果显示，5-9分的同学占84%，1-4分和10-12分的各占8%。得分低的大部分为尖子生，高的为相对成绩落后的，中间占多数。说明了真正用好点滴时间高效学习的学生为数不多，也说明了好学生珍惜日常学习中的一分一秒。

同学们，用好学习时间，提高学习效率，是我们的重中之重。人活到100岁，也只有36500天，而我们高中三年仅有1095天的学习时间。试想，如果我们每节课浪费5分钟，那么3年下来，就会浪费71175分钟。可见，珍惜点滴时间是多么重要啊。在忻州一中学习的3年，对每个人而言，时间总量是相等的，就看你怎么使用了。上帝是公平的，给每个人的时间都一样。高考的游戏规则是：想要比别人考的好，就必须比别人付出的多。高中学习是一个不断积累的过程，只有付出每分每秒的辛苦，才能收获一点一滴的成功。合理利用时间，可以让有效时间增加；浪费时间，必然让有效时间缩短。为此，我们必须合理排列学习内容的顺序并排除一切干扰，才能让每时每刻的效率最大化。如果每位同学都能在周末多腾出1小时自习，每天多15分钟背诵时间，3年下来，我们挤出的有效学习时间就多了70天；浪费时间的人与我们相比，就少了近80天在校学习时间。

想要在有限的学习时间创造学习效益，必须要根据自己的实际情况，正确定位自己的奋斗目标，合理安排时间，制定清晰的学习计划，并在规定时间内持之以恒的督促自己落实。首先，高效率学习的根本就是要提高自学能力、阅读能力、书写能力、创设情景能力、总结反思能力等。其次，高效率学习还要求我们在课上要根据预习案倾听老师的点拨与讲解；课后，要结合自己的问题查漏补缺，预先设定好请教老师的问题。一个有效学习的同学，一定是做到了主次分明、详略得当、循序渐进。合理利用时间，提高学习效率，还要求我们把握好自己的学习状态，当你处于灰心丧气、焦虑不安、精疲力竭的状态与处于信心百倍、激情满怀的状态时，你一定会觉得两种不同的状态所创造的效率是截然不同的。

同学们，让我们携起手来，互帮互助，互促共进，人人都用好有限的时间，创造出更高的学习效率。播种习惯，收获人生！

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com