**和时间赛跑**

【合】敬爱的老师，亲爱的同学们，大家早上好:

今天我们班国旗下讲话的题目是《和时间赛跑》。

同学们，你们知道吗?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。

【高辰睿】在不知不觉中，从开学到今天，90多个日日夜夜已经从我们身边溜走，一去不复返。亲爱的同学们，在这已经溜走的90多个日日夜夜里，你有什么收获呢?

【王梓睿】今天，又是新的一天开始了，有的同学迎着晨光，伴着朝阳，大声背诵、朗读；有的同学却在校园中闲逛、游荡。有的同学在课堂上专心致志，心无旁骛；有的同学却忙于聊天，摆弄桌下的文具。

【杨天蕊】时间对于每个人都是公平的、慷慨的，一天24小时，对于每个人都一样。但由于每个人对待时间的态度不一样，因此就有不同的结果。珍惜时间的人，留下串串果实，不仅丰富了生命，而且使人生富有意义；浪费时间的人却两手空空，一事无成，只有徒伤悲，空叹息。

【周心如】希望每位同学都能成为时间老人偏爱的人，成为惜时如金的人，高效率地利用好你拥有的时间，在有限的时间内勤奋刻苦地学习。

【高辰睿】当你珍惜时间，在朗朗书声的晨读时，时间老人会无意停下脚步，与你一起合奏美妙的交响曲。

【王梓睿】当你珍惜时间，在聚精会神的课堂里，时间老人会作暂时逗留，和你共享知识的芳香。

【周心如】当你珍惜时间，全身心投入学习中，时间老人又会放慢步伐和你一起品味学习的乐趣。

【合】珍惜时间，勤奋学习，每一天我们都会过得充实而美好！也会更快到达成功的彼岸！

盛年不重来，一时难再晨。及时当勉励，岁月不待人。让我们一起珍惜时间，拥抱美好的未来！我们的讲话完毕，谢谢大家！