

2023年勤俭节约从我做起演讲稿三分钟 内容 保护环境从我做起的演讲稿三分 钟(汇总5篇)

演讲稿是演讲者根据几条原则性的提纲进行演讲，比较灵活，便于临场发挥，真实感强，又具有照读式演讲和背诵式演讲的长处。那么演讲稿怎么写才恰当呢？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。

勤俭节约从我做起演讲稿三分钟内容篇一

早上好！

我今天国旗下讲话的题目是《保护环境，爱我校园》。

当我们从繁忙的学习中抽身投入到大自然的怀抱，我们会发现我们曾经美丽的大自然母亲已经变了模样——群山光秃秃的，河流臭气熏天，小溪没了潺潺声，到处“飘舞”着各色的塑料袋等等，这意味着什么？这意味着我们如果不及时保护环境，珍惜我们的地球家园，美丽的地球家园将会连同人类自身一同消失，这绝不是危言耸听！比如气候变暖，臭氧层空洞，酸雨，有毒废弃物，野生生物灭绝，以及大气、水污染等等，这些都是令人类头疼不已的事情。所以我要大声呼吁：我们要保护环境，净化校园！

亲爱的同学们，谁不希望在这样一个清洁、卫生、美丽的校园里健康成长，学习呢？我们经常看到一些同学在校园里的各个角落捡拾果皮纸屑，值周的学生们早早地到学校捡拾操场垃圾，用自己的双手去保护校园环境的优美。但是，我们的校园仍然有人乱丢果皮纸屑、食品袋、饮料瓶等废弃物；仍然有人在雪白的墙壁上乱涂乱画、在课桌上乱刻乱画？？

看到这些现象你的感受会怎样呢？在这样的校园环境里学习能使你身心健康吗？我们为这些个别不文明的学生感到气愤。

同学们，保护环境，绿化校园，应该从我做起，从身边的小事做起，不乱丢垃圾，不乱倒剩饭，不乱涂乱画，都是我们每个人都做得到的环保行为。我们每天早自习背10分钟《弟子规》已经成为习惯，但是你是否在践行《弟子规》？当你见到老师时，你是否行鞠躬礼了？在楼梯上，你是否让老师先走？你是否在楼梯上靠右侧通行，并且不说话？这些看似平常的事情，老师在班会上讲了多少回，你记住了吗？你做到了吗？当你见到废纸、食品袋等废弃物时，你弯一弯腰就可以做件好事了。当你要丢垃圾的时候，你应该想到，你这么随意的一丢，会使校园变得肮脏，会给捡操场的同学增加多少负担。

校园是我家，美丽靠大家。美的校园环境给人以美的享受，美的校园环境让人心旷神怡，在美的校园环境里读书、学习，那是多么高兴的事呀！希望我们每一位同学从今天开始，从现在开始，当好校园环保“小卫士”，做一个讲文明的小学生。见到客人敬礼问好，见到老师敬礼问好，给客人和领导让路。随手捡拾垃圾。做一个讲文明、懂礼貌、爱校如家的好学生！

勤俭节约从我做起演讲稿三分钟内容篇二

“以遵纪守法为荣，以违法乱纪为耻”，这是八荣八耻中的一句话，道理个个都明白，要人人做到却不容易！但是，我们可以从小事做起，从现在做起，让遵纪守法成为我们的习惯。小编为大家整理了遵纪守法从我做起演讲稿，欢迎大家阅读。

老师们、同学们，大家好！

大家好！今天我讲话的题目是《遵纪守法，做一名合格的小

公民》。

当我们看到鸟儿在空中飞翔，鱼儿在水中嬉戏，会觉得它们是多么自由。有的同学还会想：“要是我们也能那样，不受任何条件的约束，该多好。”这些同学的想法对不对呢？当然不对。俗语说：没有规矩，不成方圆。自由是相对的，是有条件的。人走在马路上是自由的，但如果不遵守交通规则，乱走马路，被车辆撞倒，那就失去了行走的自由。因此，世上没有不受约束的自由。此外，纪律限制自由，又保护自由。如当你走进阅览室，里面静悄悄的，只能听到偶尔翻书的沙沙声。对于想看书的人来说，这一片宁静多么宝贵！因为人人都遵守阅览室规则，大家可以享受这静心阅读不受干扰的自由。若有人不守纪律，高声谈笑，这自由就消失了。所以，遵纪守法是每个公民应尽的社会责任和道德义务。

怎样做一个遵纪守法的小公民呢？

作为小学生的我们，首先必须自觉遵守《中小学生守则》和《小学生日常行为规范》，不打架斗殴，不以大欺小，不贪小便宜，不随便拿别人东西，不进网吧，游戏厅，不看不健康读物，自觉遵守和维护集体纪律，遵守交通规则，不在马路上玩弄，上下楼梯靠右行，注意自身安全等。

做一个遵纪守法的小公民，还要在生活中提高自己明辨是非的能力。有的同学课余时间，无所事事，就会做一些不该做的事情。如交上坏朋友，沉迷于网吧，从违纪到违法，从犯错到犯罪，一步步走向深渊。常言说：“勿以善小而不为，勿以恶小而为之。”同学们在做一件事之前，一定要先想想，这件事对不对，该不该做，能不能做，一定三思而后行。

做一个遵纪守法的小公民，我们要严格要求自己，规范自己的行为。在校园里，看见地上的果皮纸屑，伸手去捡；看见小朋友摔倒了，扶他（她）起来；看见同学在打架，勇敢地上前阻止；看见没关紧的水龙头，伸手关上。上课时认真听讲，积极

发言，不做小动作，及时做课堂笔记；见到老师热情地打招呼；在同学无助时，给予他们一些帮助；尊敬长辈，尊重同学，热情待人，彬彬有礼。给身边的人一份关爱，自己也会多一份快乐！

遵纪守法是一种被人们公认的美德。国有国法，家有家规，校有校纪，遵纪是守法的基础，我们正处在长身体、学知识的黄金时期，希望同学们要认真学习《中小学生守则》、遵守《小学生日常行为规范》，遵纪守法，从小事做起，从自己做起，自尊、自强、自爱，争做一个遵纪守法的小公民。

应该说，我们这个五千年文明古国，虽然距离一个真正现代意义上的法制国家尚需时日，但却并不缺少建立和谐社会所必不可少的道德传承。令人痛心的是，先是“”十年浩劫毁灭性地撕裂了这种传承，此后，伴随财富和金钱而来的铜臭气又蒸熏模糊了、甚至颠倒了一些人对是非荣辱的认知。某些人骨子里根本就没把党纪国法当回事，不仅没把违法乱纪看作是一种法律和道德意义上的耻辱，反而把善钻法律、纪律和规章制度的空子当成是自己的“本事”或者特权，洁身自好、遵纪守法、本分做人在他们眼里反而成了“没本事”的代名词。

违法乱纪分子虽然只是少数害群之马，但这些家伙、特别是成克杰、胡长清之流手中握有权力的人，对整个社会风气的影响和败坏是不可低估的，正是这些家伙破坏了党纪国法的尊严，动摇了我们社会的道德根基，弱化了许多人的法纪意识。因此，要把“遵纪守法为荣、违法乱纪为耻”的荣辱观深深烙进人们的心里，长期不断的宣传教育当然是必要的，而且必须从娃娃抓起。但这还远远不够，还必须继续加大打击力度，不仅要让那些害群之马和社会蛀虫受到党纪国法的惩处，还要让他们付出道义上的沉重代价，千夫所指、唾沫淹死。否则，臭的不够臭，香的不觉香；荣的不觉荣，耻的不知耻。惟有如此，泾渭才能分明，正气才能上升，法纪才会令所有人敬畏。

今天我在这里演讲的题目是：增强遵纪守法意识。

没有规矩，不成方圆。要建设高度文明、高度的社会主义国家，实现中华民族的伟大复兴，就必须在全社会形成“以遵纪守法为荣、以违法乱纪为耻”的社会主义道德观念，让遵纪守法成为我们的荣誉。

“法律”可以说是玄色的，由于它在犯罪人眼前，意味着判决、处罚；“法律”亦可以说是红色的，由于它在无辜者眼前，代表着正义，公平。当某人被证据确凿地证实有罪或无罪的时候，法律就得到了体现，正义就得到了伸张。“法”是体现统治阶段的意志，国家制定和颁布的公民必须遵守的行为规则，“律”是具体的规则，条文。“法”、“律”结合起来，组成了这个社会神圣的词语。古罗马的西塞罗曾在《论法律》中说道：“法律是根据最古老的、一切事物的始源自然表述的对正义与非正义的区分，人类法律受自然指导，惩罚者，保障和维护高尚者。”法律在这个社会中是一种权威，人们需要参照它来生活；法律是一扇屏障，是那些弱小的人热和的家，他们的利益在这里得到了保障，他们权利在这里得到了自由；法律更是一条粗大的铁链，它牢牢地绑住犯罪分子，让他们无法在这个社会中胡作非为。

随着经济的高速发展，社会的进步，法律同样也会进一步完善，由于整个世界的和平发展是要依靠法律才能稳步的前进。法律离我们并不远远，无论是在家庭生活、社会生活中，法律都与我们息息相关。我们需要学法，懂法，用法，不犯法。才能像法国的泰·德萨米在《公有法典》中说的那样：“这些神圣的法律，已被铭记在我们的心中，镌刻在我们的神经里，灌注在我们的血液中，并同我们共呼吸；它们是我们的生存，特别是我们的幸福所必须的。”

遵纪守法是每个公民应尽的社会责任和道德义务。一个国家即使经济实力再强，假如没有健全的法制，没有遵纪守法的国民，仍不能算是一个真正文明、强大的国家，照这个标准

来看，我们离真正的“强大”还有相当一段间隔。固然，我国目前已经构建起了比较完备的法律框架，普法教育也搞了多年，但实事求是地讲，“遵纪守法”四个字还远没有成为所有公民的自觉行动。应该说，我们这个五千年的文明古国，固然间隔一个真正意义上的法制国家尚需时日，但却并不缺少建立社会所必不可少的道德传承。

民众对法纪是忠诚的，他们甚至希看像苏格拉底那样用生命往追随自己心中神圣的法律。古希腊雅典的“当权者”以对神不敬等罪名逮捕了苏格拉底并判他极刑。临刑前，他的们决定帮他越狱，而且一切都预备妥当。但苏格拉底却说：“我的信仰中有一条就是法律的权威，既然法律判处我极刑，作为一个好公民，我必须往遵守。”苏格拉底终极带着对法纪的忠诚含笑离开了人世，但他的思想却流芳百世。

在大多数国人来看，苏格拉底确实有点迂腐，既然法纪本身不公正，那为什么还要服从呢？有人以为，由于人们的道德准则与正义原则并不完全一致，也就必然存在意见分歧与矛盾。因而，为了建立良好社会秩序，人人都应当遵纪守法。在人民当家作主的现代中国，法律是人民代表大会代表人民制定出来的，反映了人民的基本意志，我们更应当自觉遵守和维护。什么时候，我们国家不仅经济实力足够强大了，而且“以遵纪守法为荣、以违法乱纪为耻”的荣辱观也真正成为一种被全社会广泛认同、自觉追求的公共时尚时，中华民族的实力才能软硬兼备，傲立于世界民族之林。

遵纪守法是现代社会公民的基本素质和义务，是保持社会安宁的重要条件。在社会主义政治的条件下，从国家的根本到基层的规章制度，都是政治的产物，都是为维护人民的共同利益而制定的。“以遵纪守法为荣、以违法乱纪为耻”，就是遵从人愿、维护人民利益的高尚之举，必将受到人民的肯定和赞同。这应该是每一个积极向上的人所追求的荣誉所在。

国无法不治，民无法不立。人人遵法纪，凡事依法纪，则社

会安宁，经济发展。倘若没有法纪的规范，失往法式的控制，各项秩序就无从保证，人们生存、发展的环境就会遭到破坏，人民群众就不可能安居乐业。十年“”，社会，与法制遭到疯狂践踏，党纪、政纪、军纪受到严重破坏，社会秩序荡然无存，正常生产、生活无法进行，宪法赋予公民的基本权利得不到应有的尊重与维护，就连人身自由与生存权利也得不到基本保证。这种“史无前例”的混乱无序状况，破坏了社会的安定，阻碍了经济的发展，给国家和人民带来了无可估量的巨大损失，教训极其惨痛而深刻。今天，我们夸大“以遵纪遵法为荣、以违法乱纪为耻”，就是要进一步告诫人们，无论一个国家、一个社会、一个，还是一个地区、一个单位，须臾不可没了法纪的规范，须臾不可乱了正常的秩序。

又何至于此！

总之，只有遵纪遵法才能获得自由。法纪不仅反映人民的意愿，也是人类对社会生活的深刻总结，反映社会发展的客观规律。遵纪遵法是遵从规律的表现，是聪明睿智的表现。马克思曾经讲过，“法典是人民自由的圣经”。逆法而动，越规而行，不是什么勇敢的举动，恰正是无知和愚昧的表现。这种无视实践经验、无视客观规律的行为，尽不会带来什么好的后果，终究难逃客观规律的制裁。例如有人对交通法规尽不在意，任意穿行。当灾难降临时，既贻害自己，也贻害他人，留给人们的尽不是对英雄行为的扼腕痛惜，而是对冥顽落后的鄙视和警示。

谢谢大家！

大家好！谈到“法”这个字，我想大家都不会生疏，或多或少对它都有一定的了解。那什么是法？我认为法是安全的眼睛，懂法就能辨明邪正，认清是非；法是智慧的窗口，对人的思想进行点拨，行为加以制约。21世纪是一个法制社会，所以我们一定要了解法律的重要性，俗话说：“没有规矩，不成方圆”。我们知道宇宙中的星球，都在按照各自的轨道运行，

否则就会发生天体大碰撞；马路上的车辆必须遵守交通规则，不然就会发生交通事故。我们生活在社会上，必然也要受到法律的约束，任何人在任何情况一旦违反法律，也会被追究法律责任。

我们青少年在身体发育成长的同时，也是世界观、人生观逐步形成的要害时期。我们面对的世界，有鲜花也有野草；有阳光灿烂，也有暗夜阴霾，有携手同歌，也有拼搏竞争；在我们渴求知识，崇尚善良的同时，也最轻易受到不良社会风气影响，所以我们要从小就学法、知法，才能宏扬正义，远离邪恶。我想通过这么一说，大家都了解了守法的重要性了，那接下来就应该学法了。

我们中国有句古语叫“有理走天下，无理寸步难行”，就是告诉我们凡事要讲道理，假如我们人人不讲道理，那我们的国家是怎样一副场面，这个国家怎能还称为一个国家呢？所以我们一定要培养法律意识，提高我们的法律素质，这是非常有必要的。这需要我们不但好好学习它，还要合理的运用，才能更好的遵纪守法，维护自身的利益。

新中国成立以来，一直朝着建设社会主义法制国家的方略和目标在努力。国家一直在开展普法宣传教育活动，努力地在提高公民的法律意识，教育公民自觉守法，并且学会使用法律武器维护自己的利益。

多年以来，我国的普法工作取得了一定的成效，就似乎电影《秋菊打官司》里的秋菊一样，有很多原来对法律一无所知的人，如今都能运用法律来寻求一个说法。随着普法宣传教育工作在全国范围内深入的开展，使得人民群众逐渐接受了法律意识的培养，并自觉自愿地运用法律。

邓小平同志早就指出“法制教育要从娃娃抓起”。对于我们中学生来说，我们或许只是一个正在叩响法制大门的学生，对所谓的法制只略一二，但是迎着时代的朝阳，法制对于我

们来说再也不是一个生疏的名词了，它引导着我们的生活，引导着我们的学习，引导着我们前进的步伐。作为21世纪主人的青少年朋友，只有学习、把握必要的法制知识，才能迈好人生的第一步。人生的路很漫长，打好基础是人生之旅的要害所在。我们广大青少年只有学习法制知识，才能知道什么是合法、什么是违法，学会分辨是非，识别善恶，从小养成遵纪守法的良好习惯，才能清楚地明白“勿以恶小而为之，勿以善小而不为”的道理。

同学们，青少年是国家的未来，未来的国家是法制国家。青少年应是“德、智、体”全面发展，才能适应建设社会主义法制国家的需要。我们今天的中学生是明天国家各项事业的接班人，将要承担依法建设国家、依法治理国家、依法发展国家的神圣使命。只有从自己做起，宏扬法制精神——学法、用法、守法，做法制的先锋，才能在将来不负重望，不辱使命，在依法治国中发挥更大作用。

我的演讲到此结束，谢谢大家！

我是来自xx班的缪铭昊，很荣幸能代表高二(五)班做这次国旗下的讲话，今天我在国旗下演讲的题目是“遵纪守法从我做起”。

首先声明这次的演讲主题严肃，我演讲的语气将会是非常冷静的。希望通过这次的演讲，大家能加深对“遵纪守法”的理解，认识体会到诸如校规校纪等规章制度的合理性与重要性。

在演讲之前，想问问大家对刚刚过去的中秋假期满不满意？大家对马上到来的国庆长假期不期待？我们之所以能有一个花好月圆、家人团聚的美满假期，是源于一项国务院的规定。“全国年节及纪念日放假办法”中规定中秋节、国庆节为法定节假日。这样看来，其实同学们在享受长假的同时，其实已经是一种遵纪守法的表现了。

遵纪守法是我们并不陌生的一个字眼，那么我们可曾思考过什么是遵纪守法，到底我们为什么要遵纪守法呢。要回答第一个问题，从字面上理解，遵纪守法即为遵守纪律，遵守法律，说白了就是遵守一种规章制度，其本质是一种对自我的管理和约束，它规定我们该做什么，不该做什么，在潜移默化中规范着我们的行为，这需要我们培养自我控制能力，即我们常说的自律，嗯这很重要。

亚里士多德说过：“法律就是秩序，有良好的法律就会有良好的秩序。”众所周知，社会主义核心价值观中就有法治一词，所谓法治，即是依法治国，依照法律来治理国家。法律是一种特殊的制度，它是由国家强制力保证实施的强制性规范。我们常说法律无情，可我们每个人又处在法律的保护伞之下，它如一把无声的钢尺，规范着我们的言行，保护着我们的合法权利。一个国家的文明程度是根据其法律的完善、民主程度来衡量的。反之，倘若没有了法律的约束，社会必将会陷入混乱的泥沼，以中国的为例，由于领导者的错误发动，整个社会动荡，司法制度陷入瘫痪，中国的发展脚步整整停滞了十年。由此可见法治的重要性，近年来，随着中国不断全面推进依法治国，加强法制建设，建设社会主义法治国家，我相信在这样的制度保障下，中华民族的复兴之梦将有一个稳固的根基。

勤俭节约从我做起演讲稿三分钟内内容篇三

亲爱的老师和同学们：

大家好！

今年12月2日是中国的“全国交通安全日”。交通安全关系到我们每个人的生命安全和成千上万家庭的幸福生活。如今，中国的交通安全形势不容乐观。每年都有许多人死于交通事故，其中大多数是中小學生。不知道有多少家庭因为交通事

故失去了幸福。

同学们，生命只给每个人一次。请珍惜生命，遵守交通规则，安全出行。因此，我们通过这次“全国交通安全日”来提高我们的交通安全意识，增强我们的交通安全法制意识。今天想问问同学们对交通安全的一些要求：

在道路或街道上骑自行车时，必须在道路的右侧或慢车道上行驶。不允许平行行驶或争道。你不允许在这个城市闯红灯。你不允许用机动车辆抢道路或桥梁。让机动车先走。骑自行车时不准打伞，不准双手或单手离开把手，不准一人踩踏板游戏式骑自行车，不准相互追逐，要平行支撑双肩，不准攀爬和支撑其他车辆在人行道上行驶。换车时必须伸手示意，不准拖其他车辆或一拖一。

无论是在高速公路上走路还是骑车，你都必须走在右边或人行道上。无论是步行还是骑自行车，在过街道、高速公路或路口时，都要遵循“一个看，两个慢，三个通”的原则，注意过往车辆，没有过往车辆时通过。机动车靠近时，严禁横穿道路和机耕道。

不准在街道、公路、拖拉机道上停车、攀爬、追逐、强行骑行。在高速公路、拖拉机道或其他道路上行走时，不准三五成群并排行走，也不准边走边看书或玩耍。在前进的路上，遇到路边堆放的障碍物时，要特别注意过往车辆，没有过往车辆经过时，要从安全的一侧经过。

最后祝同学们开心上学，平安回家团圆！

谢谢大家！

勤俭节约从我做起演讲稿三分钟内容篇四

下面是小编为大家整理的，供大家参考。

演讲稿要充分考虑到演讲时可能出现的种种问题，以及应付各种情况的对策。总之，演讲稿要具有弹性，要体现出必要的控场技巧。今天小编在这给大家整理了一些五分钟勤俭节约从我做起演讲稿800字，我们一起来看看吧！

五分钟勤俭节约从我做起演讲稿800字1

亲爱的同学们：

早上好！

我今天讲话的题目是“勤俭节约美德不能丢”。

勤俭节约是我们中华民族的美德，是五千年文明古国的优良传统。从厉行节约的晏婴到“一钱大守”刘宠，从一代名相魏征到_革命家孙中山，都为我们留下一份份忧苦万民、勤劳天下的珍贵遗产。老一辈无产阶级革命家鞠躬尽瘁、艰苦朴素的光辉事迹，更是彪炳千秋。中华民族正是具有这种精神，才能生生不息、不断繁衍、兴旺发达。勤俭节约还是我们国家的建国方针，建国初期，毛泽东主席曾说“要使我们国家富强起来，需要几十年艰苦奋斗的时间，其中包括执行厉行节约，反对浪费这样一个勤俭建国的方针。”正是这一方针，才使我们年轻的共和国医治了几十年战争的创伤，甩掉一穷二白的帽子，屹立于世界民族之林。

但是近几年来，随着经济的发展，人们生活水平的提高，有些人出现一种比阔斗富的不良现象，把勤俭的美德当作“过时”的观念加以否定，以致出现以铺张浪费为荣，艰苦朴素为耻的歪理。浪费的现象，在我们的学校里也屡见不鲜，例如：水龙头中的长流水，教室里人去灯不熄，食堂里每顿倒掉的剩菜剩饭，校外小店里我校的小朋友用起钱来大手大脚。

勤俭节约真是一种过时的观念而应该丢弃吗？答案是否定的。

我们知道，改革开放后，国家的经济在不断提高，但是，我国尚未达到中等发达国家的水平，还有相当一部分地区是比较贫穷落后的。在城市里，还有许多下岗工人靠社会救济金生活，在农村，还有许多孩子因交不起学费而失学。在西部山区，还有许多人为解决温饱问题而奔波。我们国家还没有富裕到可以比阔斗富的时候，勤俭节约的美德不能丢。

勤俭是建立在“勤”与“俭”的结合上。只有勤奋才能创造劳动成果，只有节约才能珍惜劳动成果，两者相加，劳动者创造的成果才会越累越多，社会才能发展进步。反之，则是社会衰败，文明倒退。

上个星期我校各最低点年段开展了各种活动，如一1班着重写字的指导、一2、一3着重文明礼貌的教育。四年级段开展了队报评比并进行了展览。

在这里老师发现还有一个问题，随着天气越来越冷，同学们早饭不吃的现象也严重起来了，在此要提醒各位同学，不吃早饭对上午的学习是不利的，会降低学习效率，也对身体发育是不利的。有同学在放学后到校门口的小摊上去买包子吃，这些无证摊贩上的食品卫生得不到保证，特别是里面的肉馅味道很美但是肉的_____很成问题。希望各位同学引起注意。

五分钟勤俭节约从我做起演讲稿800字2

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

我是初一年级__班级里的一名同学，我叫__。也是一名学生会里的干部，作为学生会里的一名干部，我很高兴今天能在活动的现场给大家带来一篇演讲稿。我今天要演讲的题目是《勤俭节约，从我做起》。希望大家能在今天的这个演讲里，领悟到一些实际而有用的东西。

其实说实话，作为一名初一的学弟来说，我是没有太多的资本来说这样的话，但是作为学生会里的一名干部，我觉得我还是有资格跟同学们提以下几点意见：

第一，我希望，在今后，同学们吃饭的时候，不要把饭菜打的这么满，因为有一些同学吃到最后根本就吃不完，剩下的又全部都倒掉浪费了。结果后面的同学想吃也吃不到了。当然也不排除有一些同学本身胃口就很大的情况，所以同学们，你们吃多少就打多少吧，不要因为贪多的心理，而导致了粮食的浪费。要知道，在很多深山里的孩子，他们每天都不能够保证能吃上饭。

第二，我希望，同学们不要总把一些钱花在一些毫无意义的事情上面，我们可以把它们存起来，日复一日，年复一年，它就会积少成多，变成一笔大数目的金额。到了那个时候，我们就会感谢当初勤俭节约的自己。

所以同学们，我们不要把浪费的行为当做成了一种习惯，这不管是对于我们现在，还是对于我们未来都是十分不利的。我们要养成一种勤俭节约的优良品质，我们要从我们自我做起，要从此刻做起，要在学校里面弘扬这种正能量的风气！

我的演讲完毕，谢谢大家！

五分钟勤俭节约从我做起演讲稿800字3

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家早上好，今天我演讲的题目是《勤俭节约，从我做起》。

10月31日是世界勤俭日，但在物质生活日渐富裕的今天，恐怕没有几个人记得这个日子了吧。勤俭这个曾经被普遍推崇的品格，正在被越来越多的人所遗忘。有人认为勤俭丢面子失风度，把铺张浪费当成炫耀的资本，盲目攀比摆阔斗富的

这些行为，与勤俭节约的传统美德截然相反，令人感到悲哀。

钱财花了可以再挣，但资源耗尽却很难弥补，据统计，北京市仅一年的洗车耗水量，就相当于一个多昆明湖或6个北海的蓄水量；中国人在餐桌上浪费的粮食一年高达20__亿元，被倒掉的食物相当于2亿多人一年的口粮；14亿中国人1年约消耗掉450亿套一次性餐具，这意味着每天就用掉近1亿3000万双一次性筷子，为满足大市场需求，中国平均每天就要有近100亩的林地遭到砍伐，面积相当于100个橄榄球场。

聚沙成塔集腋成裘，我国有14亿人口，每人每天节约一度电，一滴水一粒米，对于那些缺乏资源和贫困地区的人们来说，就是巨大的贡献。最重要的是勤俭省下的不仅仅是物质财富，更是一笔丰厚的精神财富。

今天我们向全校师生发出倡议：

一、节约每一度电，及时关掉所有电源开关，做到人离断电。

二、节约每一滴水，洗手时应缩短用水时间，见到滴水的水龙头应及时拧紧，做到人走断流，养成爱水惜水节水的良好习惯。

三、节约每一粒米，文明用餐节约粮食，不挑食，不随意剩饭菜。

四、节约每一张纸，规范书写节约用纸，不随意丢弃未用完的空白纸，尽量少用餐巾纸，多用手绢和抹布，提倡双面用纸，尽量在电子媒介上修改文稿，减少纸质资料，控制纸张消耗。

现在文明推崇勤俭是对有限资源的珍视，国家发展离不开消耗，更离不开勤俭。勤俭是一种操守，是一种品行，是一种素养，是一种美德。李商隐曾经说过，历览前贤国与家，成

由勤俭破由奢。老师们，同学们，为了祖国的繁荣未来，让我们一起行动起来吧！

五分钟勤俭节约从我做起演讲稿800字4

老师们，同学们：

你们好！今天我演讲的题目是《勤俭节约，从我做起》

“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”的诗句还能常在耳边回响吗？

“一粥一饭，当思来之不易；一丝一缕，恒念物力维艰”的古训还能在心头萦绕吗？

勤俭节约是中华民族的传统美德。自古便有“历览前贤国与家，成由勤俭破由奢。”历史反复证明了这个道理：奢”能败国、败家、败自己。一个没有勤俭节约、艰苦奋斗精神作支撑的国家是难以繁荣昌盛的；一个没有勤俭节约、艰苦奋斗精神作支撑的社会是难以长治久安的；一个没有勤俭节约、艰苦奋斗精神作支撑的民族是难以自立自强的。也许有人会问：“现在我们的生活这样好了，还需要勤俭节约吗？”正确的回答是：“当然需要。”勤俭节约是一种美德，也是一种精神。它不以物质是否丰富为前提。

生活贫困要勤俭节约，生活富裕也要勤俭节约。俗话说：“坐吃山空。”历史上“今日花天酒地，明日乞讨过街头。”的例子屡见不鲜。我国五代时期有李存审“赠簇教子”的故事。李存审出身贫困，40年为国征战，100多次被敌箭射中骨头。后来他做了大官，看见孩子们整天吃喝玩乐，从小娇生惯养很不放心。他就把以前从骨头中拔出的箭送给孩子们，并说：“当知尔父起家如此也。”

今天，随着我们物质生活水平的不断提高，勤俭节约的精神内涵更加丰富。勤俭节约要从今天做起，古人的话仍值得我

们借鉴：俭，德之共也；侈，恶之大也。如果我们从今天起，节约每一滴水，天长日久，我们就能节约一个江河；节约每一张纸，日积月累，我们就可能节约一片森林；节约每一度电，日积月累，或许我们就可能节约一座小型发电站。

而10月25日是世界勤俭日。

就让我们从今天做起，把勤俭节约的美德传承下去吧！

谢谢大家！

五分钟勤俭节约从我做起演讲稿800字5

老师们，同学们：

大家一定还记得一年级我们学过的古诗《悯农》吧？这首我们从小就念到大的古诗，告诉大家要珍惜粮食、勤俭节约。世界上有一个专门倡导勤俭节约的日子，哪一天吗？10月31日——今天，世界勤俭日！对于这么一个日子，可能很少有人知道，因为就算台历上，也没有标明这个日子。

勤俭似乎被我们忘却了。很多人都认为如今生活水平提高了，再谈勤俭好像没有多大意义，也就有了我们司空见惯的“长流水”“长明灯”。

曾几何时，“一粥一饭，当思来之不易；一丝一缕，恒念物力维艰”的古训仍在心头萦绕；

曾几何时，伟大领袖毛泽东掷地有声的一句话：“浪费是极大的犯罪”，指引着几代人艰苦创业、自力更生。

众所周知，比尔盖茨是世界首富，但他的生活却非常俭朴，从不铺张浪费；华人首富李嘉诚曾说过：“如果要我拿出一个亿，我会毫不犹豫，但如果有人在地上扔一分钱，我会马上

把它捡起来，我的成功正在于此。”

生活贫困要勤俭节约，生活富裕也要勤俭节约。俗话说：“坐吃山空。”历史上“今日花天酒地，明日乞讨过街头。”的例子屡见不鲜。我国五代时期有李存审“赠簇教子”的故事。李存审出身贫困，40年为国征战，100多次被敌箭射中骨头。后来他做了大官，看见孩子们整天吃喝玩乐，从小娇生惯养很不放心。他就把以前从骨头中拔出的箭送给孩子们，并说：“当知尔父起家如此也。”

勤俭节约是中华民族的传统美德。自古便有“历览前贤国与家，成由勤俭破由奢。”。历史反复证明了这个道理：奢”能败国、败家、败自己。一个没有勤俭节约、艰苦奋斗精神作支撑的国家是难以繁荣昌盛的；一个没有勤俭节约、艰苦奋斗精神作支撑的社会是难以长治久安的；一个没有勤俭节约、艰苦奋斗精神作支撑的民族是难以自立自强的。也许有人会问：“现在我们的生活这样好了，还需要勤俭节约吗？”你们的回答是：（当然需要！）

“一粥一饭，当思来之不易。”世界勤俭日的确立，可以体现出世界对勤俭的一种呼唤。如果每人每天节约1分钱，全国13亿中国人就能节约1300万，一年就能节约大约50亿，就能建起5000所希望学校，就能让近千万个失学孩子重返校园。可见倡导勤俭节约对于泱泱大国该有多么重要！

亲爱的同学们，勤俭不是小气，而是一种文明，节约一分钱，文明迈大步！就让我们从今天做起，把勤俭节约的美德传承下去吧！

；

勤俭节约从我做起演讲稿三分钟内容篇五

节约乃中华民族的传统美德，我们应该弘扬先辈们的节俭精

神。节约是强大力量的储蓄。节约一粒米，粒米攒成筐；节约一滴水，滴水汇成河；节约一度电，点亮一片天；节约一分钱，报答父母恩。

节约一粒米。“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”道出了那来之不易的粮食里面饱含着农民点点滴滴的心血，我们应该珍惜他们的劳动成果。但是，校园里，浪费粮食的现象处处可见，尤其是餐厅里乱扔馒头，乱倒饭菜的现象屡见不鲜。或许我们的盘中菜称不上美味佳肴，与那些山珍海味比起来稍逊一筹，但是相比那些因饥饿而死亡的人，我们是幸福的。同学们，从现在做起，从我做起，珍惜一粥一饭，节约一点一滴。

节约一滴水。水是我们的生命之源，没有水我们的生命将无从谈起。同学们，在水房洗漱时，你随手关掉过水龙头吗？那哗哗的流水声中，你就听不见地球的哭诉吗？你可曾想过，你那小小的关水龙头的动作，就能拯救千万人的生命。同学们，从现在做起，从我做起，节约用水，拧一拧水龙头，不要让地球的最后一滴水成为人类的眼泪。

节约一度电。记得小学时学过一句话：有了电，多方便。假如没有电，我们的生活将不堪设想。我们应该珍惜电给我们的生活带来的幸福。但是，浪费电的现象处处可见。教室里忘记关灯的事也时常发生。太阳当空照电灯依然亮，这么不必要的浪费是可耻的。无人时随手关灯，节约一度电，生活更灿烂。

节约一分钱。同学们，每次开学时父母都会给我们带一些零花钱，但是，你可知道，这些零花钱是父母用心血换来的。请不要用父母的血汗钱去干一些与学习无关的事，请不要用父母的血汗钱去满足你馋嘴的欲望，请不要用父母的血汗钱去游戏人生。同学们，从现在做起，从我做起，节约零花钱，珍惜血汗钱。