

# 最新杜绝浪费讲话稿 杜绝浪费珍惜粮食 心得体会(模板5篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。相信许多人会觉得范文很难写？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

## 杜绝浪费讲话稿篇一

勤俭就是勤劳节俭，包括努力工作和节约用度两个方面。我国自古就以勤俭作为修身治家的美德，《尚书》说：“惟日孜孜，无敢逸豫”。《左传》引古语说：“民生在勤，勤则不匮”。《周易》提出：“俭德辟难”之说，《墨子》有：“俭节则昌，淫佚则亡”之论。古人认为能否做到勤俭，是关系到生存败亡的大事，不可轻忽。在现在社会，经济增长和物质消费的观念已经发生很大的变化，但勤俭作为一种美德，作为一种工作态度、生活作风或治国方针，还是要大力提倡的。

有许多的历史人物都以勤俭来修身，他们不仅在国家事业上勤劳，而且在家庭生活上也非常节俭。克勤克俭，是我国人民的传统美德。传说中的古代圣贤都是这样做的，如尧特别关心民众，认为别人挨饿受冻是自己的工作没有做好，是自己的过错。而他自己的生活却十分节俭，经常穿着粗布衣裳，吃粗米饭，喝野菜汤。正是由于尧在事业上和生活上克勤克俭，所以赢得了百姓的爱戴，成为一位圣贤。

我国北宋时期著名的文学家、书画家——苏东坡，也把节俭作为自己的生活习惯，以节俭来提高自身的修养，他在生活上坚决反对奢侈浪费。有一年，他被贬黄州，俸禄减少，这给生活上带来了诸多不便。为了渡过困境，它不仅辞退了身边所有的仆人，而且自己更加节俭，他给自己制定了一份完

整详细的开支计划，把所有的收入和手边的钱都集中起来，然后将这些钱分成十二份，每月一份，每份又平均分成三十份，每天只用一份。他就是这样“取之有度，用之有节”度过了难关。“君子以俭德辟难”，苏东坡就是这样做的。

奢侈浪费小到足以破坏一个和谐美满的家庭，大到足以灭亡一个无比强盛的国家。自古就有许多帝王在刚开始创业时，以勤俭修身，受到了百姓的拥戴，但后来他们逐渐放弃了勤俭而一味的追求安逸享乐，结果招致了自己的灭亡。五代时的后唐庄宗李存勖，一开始励精图治，奋发有为，击败各个敌手称帝。但后来沉湎于音乐戏曲，每天在宫廷上用重金请人表演，演得好，用重金封赏，并且整天大肆兴建乐宫，乐队，造成黄金流失，最终导致部下作乱，伶人发难，在位三年就死于兵乱之中。欧阳修在撰写《伶官传》时，有感于这段历史，阐发了“忧劳可以兴国，逸豫可以亡身”的道理。

中国有着很强的忧患意识，特别是在国家动荡，民不聊生时更是如此。孔子说“人无远虑，必有近忧”，孟子讲“生于忧患而死于安乐”就是分别从个人和国家的角度强调了保持忧患意识的重要性。魏征即使在大唐盛世，也规劝皇帝“居安思危，戒奢以俭”，以实现长治久安。

还有要提醒大家注意“由俭入奢易，由奢入俭难”。意思是说，从节俭变得奢侈容易，从奢侈转到节俭很难。这是司马光引述他人的话，用来训诫子孙的。它强调要自觉保持节俭，防止奢侈，含有自勉、警世之意。人都想过好日子，这本无可厚非。但是过于奢华是不可取的，商纣用了双象牙筷子，他的臣子就要逃走，原因是看到纣王的贪欲一发，将不可遏制。所以坚持节俭要有自律能力。

现在，随着科技的发展，物质生活水平的提高。人们逐渐淡漠了古人的教训，大肆的奢侈浪费。我国就形成了一种通病——“节俭冷漠症”。身边的小事就足见这种病态的严重。白天明亮的教室里非得开灯，洗手间的水龙头“细水长流”，

电脑永远处在待机状态，简直是“不知节俭何滋味”。据上海能源管理部门统计，按平均每户家庭有15瓦特的耗电量计算，上海480万户家庭在白天高峰时就增加了2.5万千瓦左右的用电负荷；一台电脑的待机能耗30瓦，如果上海15万机关干部下班后都不关掉电脑电源，仅此一项，就将每天增加4500千瓦的用电负荷，倘若加上企事业单位的电脑待机浪费，数字十分惊人。如果这样浪费下去，有多少能源将被这样白白的浪费掉。为国家造成多大的经济损失。长此下去，即使我国再强盛，恐怕也支撑不了多长时间。

纵观历史，大到邦国，小到家庭，无不是兴于勤俭，忘于奢靡。古往今来，成功的创业者大都经过艰苦奋斗阶段，所以都很勤俭节约。但是对于守业者来说，则正好相反，他们没有经历过创业的艰辛，容易贪图奢侈享乐，最终的命运必然是事业的衰败，国家的灭亡。这是几千年历史所昭示的真理。

在物质极大丰富的今天，戒奢从俭，不糜费财物，认识我们崇尚的美德。

历览前贤国与家，成由勤俭破由奢。

杜绝浪费珍惜粮食心得体会范文5

在我上一年级的時候，我非常不注意节约粮食。每天吃饭都把许多白花花的米粒留在桌子上，掉在碗里。

过不了几天，我吃剩下的米粒一点一点地聚集在一起居然有一个0.5立方分米的碗的容积那么多。妈妈见我这样浪费粮食，下了一个决定：要在星期天带我去田野里走一走，看一看，让我见识见识农民伯伯种米的辛苦。不知妈妈苦心的我高兴得一蹦三尺高。

到了星期天，我和妈妈正要去拉车去田野时，妈妈突然说道：“相蕾，车子坏了，没办法，我们只好走着去了。”一路上，

强烈的太阳光像一个大火球一样，让人们感到非常的闷热。豆大的汗珠不断地从我的额头上渗出来，我不耐烦地向妈妈说道：“妈妈，什么时候到啊？”而妈妈却总是说：“快了快了！”。

到乡下了，我睁大眼睛望着，田野一片绿色，就像是一块一块绿色的大毛毯铺在那里叫人恨不得马上就扑上去睡个大觉。在这翠色欲流的绿毯子上，有着许多勤劳的农民伯伯在忙碌地干着农活，有的在耙田，有的在挑秧苗，有的……你瞧，那边一个三十多岁的农民伯伯正在抛秧呢！他从一块奇特的板子上拿出翠绿色的秧苗，撒到田中，让它们自己“随遇而安”。他每抛撒一把秧苗，手臂上的汗珠就都随着秧苗飞洒向田中。此外，还有一个农民伯伯在除草，伯伯轻轻地弯下腰，用那洁净的双手去清除在稻田里的那肮脏的杂草和污泥。火似的太阳照射在每个农民的后背上，汗水浸透了他们每个人的衣服，一个个农民从田里走出来，都是一身污泥一身臭汗。

忽然，我看到了我年过六旬的外婆也在地里干活，她弯下腰大概只有五六分钟又站起来伸伸腰，并不断地用手捶打着自己地腰。满头的汗珠都来不及擦，正一滴一滴地掉落在田里，像一个个可爱的小水滴贴在外婆的脸上。这时。我不禁想起了李绅的一首诗：“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐。粒粒皆辛苦。”

回到家后，我想了又想，觉得自己以前这样浪费粮食真是太不应该了，我下决心要好好珍惜来之不易的每一粒粮食。

杜绝浪费珍惜粮食心得体会范文

## 杜绝浪费讲话稿篇二

尊敬的'各位老师，各位同学：

早上好!

秋天是收获的季节，那浓浓的秋意，让我不禁想起一首诗“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”

同学们，在家，在学校食堂餐桌上，你是否将吃了几口的饭菜倒掉?是否将啃了两口的馒头扔在地上?是否将喝了不倒一半的牛奶倒掉?当你这样做时，你是否感到可惜。表面上，浪费的只是那一丁点微不足道的粮食，实际上，我们愧对了亿万农民辛勤的汗水，作为时代骄子的我们，我们丧失的是中华民族的传统美德啊!

“一粥一饭当思来之不易”，同学们，你们知道吗?饥荒已成为地球人的第1号杀手，每年平均夺去一千万人的生命。因此节约粮食值得我们深思。我们浪费一粒米，扔掉一个馒头，实际上丢弃的是中华民族勤俭节约的传统美德，是我们人类的宝贵的生命。

同学们，节约是美德，珍惜是品质。让节约光荣，浪费可耻的观念在校园蔚然成风，从现在做起，从我做起，珍惜每一粒粮食，珍惜农民伯伯的血汗，珍惜我们人类的生命。

谢谢大家!

## 杜绝浪费讲话稿篇三

首先，我们要明白，中国的粮食现况是不容乐观的。20\_\_年我国谷物，棉花的总产量约占世界第一位。可是按人口平均，人均有粮食仅仅几百公斤，比世界平均水平还低，甚至低于一些发展中国家。

更令人感慨的是，新中国的今日补给古代王朝的粮食，可是由于人口猛烈增加，人均占有粮食竟然比古代少了不明白多

少斤!根据20\_\_年的人口普查统计，我的人口已经到到十三亿。而我国的耕地面积呢?此刻都已经20\_\_年了，不止有人口增加，粮食减少的吧!

这么多人的吃饭问题是我国的第一大问题。如今，浪费粮食应当是最可耻的行为之一，因为粮食就相当于慢性自杀!大家看到，此刻铺张浪费的越来越多的，浪费的现象也越来越严重，虽然说我们中国人是饿不死的，但中国人应当珍惜粮食的，如果继续浪费粮食，以后仅有有没有粮食的情景会发生!

另外，我们应当有“一饭一票当思亲”的朴素情感!“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”。从选种，播种，施肥，收割，加工等，每一粒粮食饱含了农民伯伯和其他人的多少汗水和辛劳!所以我们要珍惜粮食，拒绝浪费粮食，也是对他们的一种尊重。正是由他们的劳动，我们才能吃上美味的大米饭。也许平时我们不放在心上，但到最终最普通的食物也是为美味的食物!

记得上餐馆吃饭时，不要为了面子就去浪费粮食，浪费粮食是可耻的，所以我们要珍惜粮食，拒绝浪费粮食，然现实过得更加完美!

## 杜绝浪费讲话稿篇四

各位老师，各位同学：

大家早上好!

今天我讲话的题目是《珍惜粮食，从我做起》。

秋风在我们身边荡漾，今天我们又迎来了新一周的学习和生活。古人云：身披一缕，当思织女之劳;日食这餐，当念农夫之苦。自古以来，民以食为天。

勤俭节约是我们中华民族的传统美德。自古就有“勤以修身，俭以养德”的古训。从学语时起我们就依稀懂得“锄禾”这首诗，明白“由俭入奢易，由奢入俭难”。当我们渐渐长大，我们更知道，中国是一个人口众多，人均资源相对匮乏的国家。我国人口已经超过了13亿，人均耕地面积不足1.5亩，是世界人均值的1/4，人均粮食占有量只有360公斤，目前耕地面积以每年30万亩的速度递减，并且递减速度仍然在不断加快，全国40%的城市人口消耗的粮食依靠进口，严峻的现实告诉我们，中国还是一个缺粮国家。

一滴水可以折射太阳的光辉，一粒米也可以折射出一个人、一个国家、一个民族对待节俭的态度。一粒米，从播种至收割，多少道程序，多少辛苦汗水！

作为一名学生，我们应时刻恪守勤俭节约的美德，积极行动起来，从我做起，珍惜每一粒米，做到饭菜吃多少，打多少，不挑食，不偏食。养成节约的好习惯，为校园，为国家贡献自己的力量。

我的讲话完毕，谢谢大家！

## 杜绝浪费讲话稿篇五

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家好！我是昆明三中学生生活部部长高二六班的，今天我演讲的题目是《珍惜粮食 文明就餐》。

在上周一的班会上，学校进行了一次以《校园十大不文明行为》为题的问卷调查，统计结果显示，排在头两名的便是浪费粮食和不文明就餐。今天我们就来说一说这两个问题。

首先，我们就先来说一下浪费粮食问题，“锄禾日当午，汗滴禾下土，谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”我们从小就已经熟读

于心，也知道一粒粮食从播种到加工成粮食多不容易。同学们，这几个日常生活中的小问题，折射出每个人对粮食的基本态度——珍惜或是浪费。其实在日常生活中，经常可看到浪费粮食的现象。也许你并未意识到自己在浪费，也许你认为这一点点不算什么，那让我们把目光聚焦在校园内：在我们身边，每天的早、中、晚餐，均发生着难以让人接受的浪费粮食的现象。每餐，用来盛剩饭菜的桶装得满满的。同学们可以计算一下，假如我校3000名学生每人每天浪费50克米饭，那么一天就浪费150斤，一个学年下来就浪费五万多斤，这些粮食，足够一个三口之家吃上40年，如果再算上蔬菜水果，那就是更庞大的数字了。

第二，我们再来说一下食堂不文明现象。每当午餐时间，同学们走进学校食堂，可是到了食堂里面，排队大声讲话的，插队的，到处都是，我不知道当大家每天在这样的环境里吃饭的时候，会有什么感觉，又或者什么感觉都没有，觉得挺自然的。可是，我想说：这样的吃饭环境实在让人忍无可忍。我们中国的古人说食不言，寝不语，意思就是吃饭和睡觉的时候都不要说话，这是衡量一个人具备良好习惯的最基本的标准。

细微之处可以看出一个人的内涵，排队就餐，光盘就餐，安静就餐，似乎是小事，但是以小见大。人的最基本的素质就体现于此。食堂的良好秩序需要大家与后勤的共同努力，文明就餐，珍惜每一粒粮食，杜绝每一粒浪费，从我做起，如果看到浪费现象，我们要勇敢地站起来制止，杜绝这种不良风气的滋长从我做起，从身边的小事做起，注意就餐过程中的点点滴滴。希望广大师生能积极的加入我们的行列，让我们一起努力，营造一个温馨、祥和的就餐氛围。