

# 最新俭以养德班会演讲稿(实用8篇)

演讲属于现实活动范畴。它是演讲家通过对社会现实的判断和评价，直接向广大听众公开陈述自己主张和看法的现实活动。演讲稿对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写演讲稿呢？下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

## 俭以养德班会演讲稿篇一

大家晚上好。非常荣幸今天能作为学生代表在此发言。

曾经有人说过：蕴藏于人身上的潜力是无尽的，你能胜任什么事情，别人无法知晓，若不动手试试，他对自己的这种能力就一直蒙昧不查。我觉得我能有今天这样的一点点小成绩，很重要一点就是在于我迈出了向自己挑战的一步。我的学习基础不算好，可是我不怕，只要花时间，投精力我就不信我会落后，所以教室成了我最爱去的地方，图书馆成了我周末的必去场所，特别是在大一大二几乎所有的晚上都是在自习中度过的；学生工作一开始也不是我的强项，高中以前的我比较内向，没有接触过太多工作，来了大学我知道害羞有时是没有自信的表现，没有自信就意味着自己要失败，因此我向过去的自己说再见，我要磨练、我要成熟，在不断的工作过程中我学会了自信而又坦诚的面对一切，从此让我觉得学生工作既充满挑战，又富有乐趣，所以我乐此不疲，保持热情直到现在。

有了良好的开端之后，关键就要看自己的坚持情况了。我觉得做学问真正要耐得住寂寞，当别人在网吧消磨时间的时候，当别人在用小说麻痹自己的时候，当别人在花前月下时候，我把握好了自己，清楚自己在做什么，而且确实朝着自己的计划在前进，所以我就取得了成绩。做工作，我是以乐于奉献的思想做为基础，没有太患得患失，而且我还敢于承担有难度的工作，不断挑战自己的能力，这样不但使我的工作出

色的得以完成，而且还使能力得到了长足的提高。

还有我觉得今天我能站在这里，要感谢我们××××学院，是她给予了我这么好一个环境让我可以尽情发挥；还要感谢各位领导和老师们，是你们对我的关心和教导使我在前进的道路中看清了方向，加快了步伐；还要感谢所有同学，有了你们4年来的理解和支持，才让我可以不遗余力的朝前发展。衷心的感谢你们！

我们是当代的大学生，承前启后，继往开来，是未来社会的生力军，是推动社会生产力发展和先进文化发展的中坚力量。党和人民对我们寄予无限希望，祖国的未来靠我们去创造。努力实践三个代表 的重要思想，刻苦学习科学文化，发展创新科学技术，这是时代赋予我们的神圣使命和历史责任，我们有权利也有义务去承担起这份责任。最后和大家分享一句话，我们共勉：青春啊，永远是美好的，可是真正的青春，只属于这些永远力争上游的人，永远忘我劳动的人，永远谦虚的人。

谢谢

## 俭以养德班会演讲稿篇二

民间俗语：欠债还钱，天经地义。在法治社会，人民法院已经发生法律效力的判决、裁定所确定的权利与义务，在一定程度上，对权利人来说，乃是人民法院应该依法采取强制手段迫使义务人履行法律规定的裁判义务，将写在裁判文书上的权利转变为现实中的权利，因此，从严格意义来说“还债于民，兑现白条”就是执行法官的义不容辞的义务。如果权利人的权利仅仅是停留在法律文书上，就是“法律白条”。我们常常说：公正与效率是人民法院工作的永恒主题，司法为民是人民法院的宗旨。而现实中，困扰法院工作的热点、难点问题就是执行难。执行工作上不去，人民法院司法救济的最后一道程序没有完成，权利人的权利没有落实，人民群

众反映就强烈。今天，在这里我给诸位演讲的题目是：还债于民，兑现白条——执行法官的神圣使命。

演讲者定位于“还债于民，兑现白条”的执行法官与共和国从事审判业务的法官一样，有着相似之处：他们都是“法官”，是一个神圣的职业！而不是普通的公务人员，理应是社会的精英阶层和国家的栋梁之才。孩提时代我曾羡慕以后能够成为一名人民法官。进出法学殿堂，长大后，我便成了你——一名“共和国法官”。

曾记得：初为“法官”之际，那油然而生的自豪，以及那为国为民的铮铮誓言。仿佛“天降大任”于我，仿佛“修身、持家、治国、平天下”——舍我其谁？坚信你只要尽心去做，就必然能开创一片晴朗的法治天地，就会排忧解难，使世界变成美好的人间。但埋首其中，您就知道，一切的一切，决非您想象的那样简单，我们社会上，所有的人，所有的事，无不处在平衡之中。作为一个从事执行工作的“法官”，这时候，你才会懂得，“还债于民，兑现白条”该是怎样沉重的分量。法官，在我们中国，它是一个很辛苦、很清平的职业。法官的品质在很大程度上决定了裁判的品质，因而法官的伦理道德修养强烈地影响着司法的形象与法律的尊严。具有悠久文明历史的中华民族，以儒家学说为核心的传统文化要求人们能够知礼仪、明廉耻、有良知、诚实、信用、正直、不骄恣贪惰、奢侈放荡等，所有这些作为普通人应当具有的美德，法官显然更应具备。除此之外，由于法官职业的特殊性，还必须遵循一些基于自己的职业要求而应具备的司法的伦理道德，而执行法官在这点上尤为突出。

曾记得：“规范司法行为，促进司法公正”专项整改活动中，执行局收到一封让人既心酸又愤慨的求救信。方善林老人在信中称：“我一个古稀老人，儿子媳妇住着高楼，我却蜗居在一间屋棚里，无人管无人问，我仅靠捡垃圾勉强维持度日。现我唯一的活路只能是求助于法官，磕请你们救救我！”面对这一处在生命边缘挣扎的老人的信，我们的执行法官心灵

受到了极大的震撼。院长吴大圣对此案作出重要批示并就执行工作向社会作了郑重承诺：“法律文书写得再漂亮，如果不能把它规定的权利义务变成现实，那将无法体现法律的威严和司法的公正。我们将以执行工作为突破口，提高执行能力，规范执行制度，切实解决执行难问题。”为了兑现这一诺言消灭法律白条，推动法院规范司法行为，促进司法公正专项整改活动的开展，8月9日，时值高温酷暑，我院夏季集中执行专项活动正式开始，一张执行大网向辖区的各个角落撒开。

曾记得：在杞梓里、在许村、在王村、在街口——在歙县辽阔土地的每个角落，一支威武之师、文明之师在警灯闪烁、警笛长鸣中奔向各个骨头执行案中的被执行人。我们的执行法官：或行进在狭窄崎岖的基根路上；或头顶盛夏烈日、身冒着39度高温、翻山跃岭；或为了等候当事人、潜伏待命；田间地头、蜈蚣岭出现了他们的身影——艰苦的环境、玩命地工作，执行法官没有怨言，因为他们心中只有一个信念：还债于民，兑现白条！

阳光总在风雨后。正是执行法官的忘我工作，方善林老人赡养案、项守智和方守进诉毕文龙相邻通行纠纷案，程桂仙诉宋东仙损害赔偿案、胡宏柱诉章某债务纠纷案等一批“骨头”案件得以执结。执行活动，在当地社会产生了深远的影响。许多债务人听到消息后，或找到债权人执行和解，或到法院请求自觉履行义务。截止9月底，我法院集中执行活动圆满结束。活动中，我院出动警力300余人次，执结各类疑难案件26件，被实施司法拘留和罚款的6人。

“百尺竿头，更进一步”。我院执行局长此以往的执行必定优化全县的执法环境。这不仅是执行工作的最终目标，也正是党委、政府及社会所有公民的希望所在，民心所在。我院全体执行法官正为此不懈努力，积极奋斗着，他们将努力开创歙县法院执行工作的新局面。我们将以更加昂扬的斗志，更为饱满的热情，进一步加大执行工作力度，全力维护和保

障人民群众的合法权益，为我县的经济发展创造良好的法治环境。

## 俭以养德班会演讲稿篇三

大家好！

地球是我们的家园。我们作为地球的主人，就应该好好地保护地球。现在城市正在倡导文明环境。只要我们不污染地球的环境，不浪费地球的能源，就能让城市变得更绿色，更环保。有想法就要行动。于是，我和爸爸妈妈开始了低碳生活。

夏日炎炎的时候，我觉得家里闷，开着空调又浪费，于是我想和爸爸去游泳。爸爸对我说：“我们开车去吧。”我摇摇头，说：“开车去耗能源，游泳池里我们这儿不远，不如骑自行车去吧。”爸爸称赞说：“好主意，你真是个懂得节约的好孩子。”于是，我们就骑着自行车来到游泳池。这样，既锻炼了身体，又节约了能源，真是一举两得。

有一次，我们去较远的地方购物，妈妈挑选很少的东西，正准备去付钱，爸爸连忙上前阻止说：“购物太少不太好，尽可能的一次性购足，就减少了购物的时间，也节省了车油。”妈妈说：“这是个好办法。”因此，我们就尽量把所需的东西一次性买足，这真是省时又省力。

我们家总是把水循环的来使用。平时，妈妈总是用淘米水来浇花，而淘米水对花来说比清水更营养。这样，不但节约了水，而且还能让花更好的生长。还有，我在家用洗衣机洗衣服时，总是将洗衣后较干净的水用一个大盆收集起来，用来拖地或者冲洗马桶。虽然这样多费了些工夫，但是因为能更充分地利用水资源，我们总是乐此不疲。

朋友们，做到低碳环保只要一种态度，而不是能力。我们应该从节电、节水、节碳、节油、节气这些小事做起，一起去

建立低碳绿色的生活方式。只要我们大家一起行动，就一定可以让我们的生活更加低碳环保，从而让我们共同生活的地球拥有更好的明天。

## 俭以养德班会演讲稿篇四

大家好，我今天演讲的题目是：《节俭就是爱国》

勤俭节约是我们中国的传统美德，我们的祖先在从前的艰苦生活中学会了勤俭节约，以他们为榜样，勤俭节约便成了我们中华儿女的美德传统。

许多人会问勤俭是什么？勤俭节约就是生活简朴，珍惜劳动成果，不奢侈腐化，不铺张浪费，勤俭节约就是中华民族的传统美德，也是广大劳动人民的良好作风，我们做为新世纪的青年，应把这一宝贵精神财富保存并发扬光大。

在中国，如果每个人浪费点资源，加起来就非同寻常如果每人节约一点资源，加起来就是一笔巨大的财富。从现在做起，从节约一张纸，一滴水，一度电，一粒粮入手做到勤俭节约，不铺张浪费。

爱国，并非整天挂在口边嘟囔，做大事这样的人往往意识无成，从小事做起也是一种爱国的表现，从节俭做起，爱国，做一个中华儿女该尽的职责，从小事做起，从节约做起，为国家做贡献不分轻重，节约用水，节约有电，节约每一粒粮食。这都是爱国的表现。节俭会给子孙后代留下丰富的物资财富；节俭；将会给我们带来幸福；节俭；是我们中华儿女的传统美德。

让我们向焦裕禄看齐，为祖国造就更辉煌的明天，同学们让我们从小事做起做一个；以勤俭节约为荣，以奢侈浪费为耻；我们是爱国节俭的好队员！

谢谢大家！

## 俭以养德班会演讲稿篇五

敬爱的老师和亲爱的同学们，上午好！

谢谢你们叫我回家。让我有幸再次聆听老师的教诲，分享我亲爱的学弟学妹们的特殊喜悦。

一进家门，光阴倒转，刚才那些美好的视频，同学的发言，老师的讲话，都让我觉得所有年轻的故事都不曾走远。可是，站在你们面前，亲爱的同学们，我才发现，自己真的老了。1988年，我本科毕业的时候，你们中的绝大多数人还没有出生。那个时候你们的朗朗部长还是众女生仰慕的帅师兄，你们的渭毅老师正与我的同屋女孩爱得地老天荒。而现在他们的孩子都该考大学了。

就像刚才那首歌唱的，“记忆中最美的春天，难以再回首的昨天”。如果把生活比作一段将理想“变现”的历程，我们只是一叠面额有限的现钞，而你们是即将上市的股票。从一张白纸起步的书写，前程无远弗届，一切皆有可能。面对你们，我甚至缺少一分抒发“过来人”心得的勇气。

但我先生力劝我来，我的朋友也劝我来，他们都是84级的中文系学长。今天，他们有的仍然是一介文人，清贫淡泊；有的已经主政一方，功成名就；有的发了财做了“富二代”的爹，也有的离了婚、生活并不如意，但在网上交流时，听说有今天这样一个机会，他们都无一例外地让我一定要来，代表他们，代表那一代人，向自己的弟弟妹妹说点什么。

是的，跟你们一样，我们曾在中文系就读，甚至读过同一门课程，青涩的背影都曾被燕园的阳光，定格在五院青藤缠满的绿墙上。但那是上个世纪的事了，我们之间横亘着20多年

的时光。那个时候我们称为理想的，今天或许你们笑称其为空想；那时的我们流行书生论政，今天的你们要面对诫勉谈话；那时的我们熟悉的热词是民主自由，今天的你们记住的是“拼爹”、“躲猫猫”、“打酱油”；那个时候的我们喜欢在三角地游荡，而今天的你们习惯隐形于伟大的互联网。我们那时的中国依然贫穷却豪情万丈，而今天这个世界第二大经济体，还在苦苦寻找迷失的幸福，无数和你们一样的青年喜欢用“囧”形容自己的处境。

20多年时光，中国到底走了多远？存放我们青春记忆的“三角地”早已荡然无存，见证你们少年心绪的“一塔湖图”正在创造新的历史。你们这一代人，有着远比我们当年更优越的条件，更广博的见识，更成熟的内心，站在更高的起点。

我们想说的是，站在这样高的起点，由北大中文系出发，你们不缺前辈大师的庇荫，更不少历史文化的熏染。诗经楚辞的世界，老庄孔孟的思想，李白杜甫的词章，构成了你们生命中最为激荡的青春时光。我不需要提醒你们，未来将如何以具体琐碎，消磨这份浪漫与绚烂；也不需要提醒你们，人生将以怎样的平庸世故，消解你们的万丈雄心；更不需要提醒你们，走入社会，要如何变得务实与现实，因为你们终将以一生浸淫其中。我唯一的害怕，是你们已经不相信了——不相信规则能战胜潜规则，不相信学场有别于官场，不相信学术不等于权术，不相信风骨远胜于媚骨。你们或许不相信了，因为追求级别的越来越多，追求真理的越来越少；讲待遇的越来越多，讲理想的越来越少；大官越来越多，大师越来越少。因此，在你们走向社会之际，我想说的只是，请看护好你曾经的激情和理想。在这个怀疑的时代，我们依然需要信仰。

## 俭以养德班会演讲稿篇六

尊敬的各位评委、老师、同学们，大家下午好！

首先，我非常地感谢校组织给了我一个锻炼自己的机会，我也未能参加这次演讲比赛感到无比地自豪。今天，我所要演讲的题目是“我的大学”。

起先，我想谈谈自我来到大学之后的感触与想法。

刚进入大学我们都参加了军训，那对于我来说是第一次带着苦涩与汗水的美好留恋，军训，让我明白了什么事团结与不懈，它在我的大学生活中平添了几分自信与勇气。伴随着社团的招新与一项项层出不穷的比赛，使原本就对大学充满无限崇高理想和五笔美好憧憬的我，对大学也就有了更近一步的定义。

斗转星移，岁月如梭，回首间，恍如昨日的一幕却已相隔半年之久，时光总在人们不经意间悄悄溜走。如今，站在这里，我更加地知道我的大学拉开帷幕已经很久了。

大学，梦想萌芽的地方，它可以是学习的殿堂，也可以是放纵的温床，关键是看自己如何珍惜这个积累和锻炼的机会。大学，我要用我的热情去营造，他是竞争的舞台，是明天起跳的踏板。我的大学，我将用绚烂的红色激情去面对一切的挑战，用理性来灌溉我的梦想。

首先，规划好自己的人生。

大学生活的本质也是见人见智的，但有些内容却是公认的，那就是掌握好专业知识，做好职业规划。大学——人生的黄金时代，纵然有迷惘的时候，纵然有失落的时候，但积极向上乃是生活的主旋律。合理规划好人生最美好的时光，把握自己，创造辉煌。大学里，应该有两件事是主导我们大学生涯。一个就是学习，另一个就是社会工作，或者称是课余生活。大一的选择可能就决定了整个大学生活的轨迹，不管是充实地度过大学生活好事为了走好人生的每一步，一个明确的计划正确的规划尤为重要。前路总是充满着机遇与变数，

若是能够及早的做好充分的思想准备，应付起来应该会更加从容淡定。大学，时值风华正茂，可谓寸阴寸金，浪费不得。凡是预则立不预则废，提前为自己的未来勾画蓝图，有意识有重点的培养自己，终会踏实成稳。

其次，要懂得把握机遇，珍惜在校的美好时光。

宝剑峰自磨砺出，梅花香自苦寒来。大学期间的每一次经历，每一滴汗水都将为自己的成功增加砝码。大学，不是天堂，也不是娱乐场，而是步入职业前充电加油的场所，学校将我们送上通往成功的大道，但真真的成功只能依靠自己脚踏实地的努力。大学生，首先是学生，学习是我们的天职、重心和发展的根基。这句话应该成为在校学子的座右铭，送该我自己也与大家共勉。

我的大学，我的青春，我的色彩，我的懵，不浪费在留恋处，不虚度在奢华中，不沉醉于甜梦里，不错过于五指间不贪图享受，年轻的誓言不允许我们懈怠，付出才能期待回报，不要吝啬汗水，不要虚度年华，天道酬勤。大一，就如万物复苏的春天，需要一段适应期，而大二、大三就像是盛夏时节，我们就像是多多花蕾在充足的阳光与水分中贪婪地吸收着大地的养料尽情地绽放。大四，则如收获的秋天，丰收了多少也就意味着我们为之付出了多少。未雨绸缪，高瞻远瞩，让我们用自己的双手去创造美好的明天。

第三：大学里。我们要学做最好的自己。

曾几何时记得苏格拉底说过一句话：“做人要知足，做事要知不足，做学问要不知足。大学是一个新的起点，今天的我已超过昨天的我，明天的我也必将超过今天”。是的，大学是我们练习振翅的地方，挑战自我，突破自我的地方。大学里除了要学到一定的知识外，更重要的是学习获得知识的能力，以及对事物的推理，对知识创新的能力。在大学里，我盟可以失败一千次一万次，但当走上社会一次的失败就会使

我们很难再爬起来，大学里的失败就是为以后社会上的成功而积聚力量。蓝色的“多瑙河”不过是大学生活中的小插曲吧了，在犹豫的日子里我总是告诫自己要坚强地走过，不放弃，不哭泣，直到梦想实现的那一天，我不再祈求痛苦与挫折有所止境，唯独抱着一刻战胜困难的心，因为我明白，只要自己能够勇敢地踏出坚实的一步，用自己的聪明才智，靠自己的真实本领，才能做最真实的自己，做最好的自己。

驻足现在，展望未来，新的起点，新的征程，大学，让我们踏入了新的天地。

大学，是学习的天堂，是成长的殿堂，是收获的礼堂，我们最宝贵的时光在这度过，最珍贵的青春在这释放，有太多的最在这里发生。

在这片丰富的沃土上，我们只有用辛勤与努力来将至耕耘，唯有这样，我们才能再回首往事的时候，用精彩来为她代言。大学是宝贵而又短暂的，每个人都有自己的人生路线，让我们认定目标勇往直前吧!!!

## 俭以养德班会演讲稿篇七

那些飞满我们童年天空的纸鹤，早已散落在了风中，随着岁月的流淌都化成了灰烬。我在那个单纯得像洁白的玉兰花瓣般的年龄，遇到了那个无缘牵动我所有喜悦与悲伤的身影，从此我的生活像碎了一地的玻璃碴，一粒一粒扎在我的心上，看不出的伤痕，无以言表的痛楚。

我以为一切都化作了云烟，再多的记忆，在时间轰轰烈烈地辗过后都不会留下太深的印记。那些逝去的岁月在心中翻来覆去地疼痛起来，那些过去的过去的过往，我不愿也不知如何把它们简单地归类，就好像“懂事”这个词，我一直不知道该对它表示感激还是深刻地沉痛。

我只是一直一直在长大，像所有的孩子一样，一直长到不是孩子那么大了，却还是断不了那些回忆、那些牵绊，一瞬间就翻涌上来，如同海啸一般铺天盖地，无所循形。时间在我身边飞逝，哗哗啦啦的声音像流水唱着欢快的歌。

岁月总是伴随着磕磕绊绊的那些人那些回忆，那些构建起我们以及的人或事像火车一样从我们的生命中轰轰烈烈得轧过去，留下一条条或明或暗清晰或模糊的印记。我看到了两条线在相交的瞬间是多么美妙，像栖上枝头的百灵鸟，像深谷中骤然绽放的幽兰。可我忘了它们在那之前和之后无尽漫长的等待与分离……在那么多个黄昏那么多个早晨，望着头顶那片不清澈的天空，一直一直地沉默。

我在成长的过程中无数次地站在岔路上，无数次地选择，也无数次地失去，有时我觉得其实没有选择才是最幸福。成长就像是一场幸福的灾难！幸福、灾难~我总归是喜欢这两个词的，尤其是它俩在一起的时候，总是出奇的迷人。

很简单的词，却长满了那些关于成长关于爱的所有所有的纠葛……每个人都会长大，但与之同时都不想长大面对成长时，要快乐，要正确面对成长。不要惧怕成长，它是我们人生的必经之路，快乐面对成长，看了自我。

## 俭以养德班会演讲稿篇八

一、转变思想，树立正确的价值观。

崇尚节俭，合理消费，增强节约意识，做到身体力行，自觉杜绝浪费行为。

二、大力宣传，为建设“节约型校园”献计献策。

积极宣传节约典型事迹，弘扬节约风气。教职员工立足本职，从我做起；广大学生互相提醒，互相监督，人人争做节俭风

尚的传播者、实践者、示范者，努力营造厉行节约的校园氛围。

### 三、落实行动、从身边做起、从点滴做起。

#### （一）节约用电

1. 杜绝长明灯、白昼灯。办公室、实验室、教室、宿舍等要做到晴天时不开灯，人少时少开灯，晚自习结束之后做到人走灯灭；楼梯、走廊、厅堂、会议室、卫生间等公共场所由专人负责开灯、关灯。
2. 减少办公设备电耗和待机能耗。合理开启和使用计算机、打印机、复印机等用电设备，下班时必须关闭电源。
3. 杜绝在学生宿舍、教职工宿舍、办公室等处私自使用电暖气、电饭锅、热得快等大功率电器。

#### （二）节约用水

1. 珍惜水资源，自觉养成节水习惯，洗刷不用“长流水”，提倡使用容器洗手洗脸，洗涮拖把等不过量用水。
2. 自觉做到爱水、惜水、节水，严格做到人走水断流，提倡废水利用，爱护节水设施，用水后要拧紧水龙头，发现水龙头滴水要主动拧紧。

#### （三）节约办公用品

1. 办公用纸尽量双面使用，提高利用率；提倡网络办公，减少宣传用纸的数量。
2. 办公室的复印纸等耗材必须由指定专人管理，严格控制。
3. 尽量少用一次性纸杯，提倡自带水杯。

#### （四）节约粮食

1. 在食堂就餐时，要杜绝剩饭剩菜，珍惜并节约每一粒粮食。
2. 食堂工作人员要强化节约意识，在食品制作过程中厉行节约、杜绝浪费。

#### （五）爱护公共财物

1. 爱护学校公共财物，发现损坏的办公设备及教学用品要及时报修。
2. 不在墙壁上乱涂乱画、不在课桌及设备上乱刻乱写。
3. 不随意移动、拆卸床、课桌、教学设施等设备。
4. 遇见损坏公共财物的行为加以劝阻，并想办法制止。

“一粥一饭，当思来处不易；半丝半缕，恒念物力维艰”。节约是美德，节约是品质，节约是智慧，节约是责任，节约更是境界。希望全校师生行动起来，继承和发扬勤俭节约的优良传统，坚持从我做起，从现在做起，从一点一滴做起，珍惜每一滴水、每一度电、每一张纸。

老师们、同学们，让我们行动起来吧！

\*\*\*县第三高级中学

20\*\*年6月18日