

2023年演讲稿从我做起(实用8篇)

演讲稿也叫演讲词，它是在较为隆重的仪式上和某些公众场合发表的讲话文稿。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？以下是我帮大家整理的演讲稿模板范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

演讲稿从我做起篇一

大家好！

我今天能够站在这里演讲，要感谢老师和同学们给了我这一次机会。在我开始演讲之前，我先做一个自我介绍，我是x班的xx□今天我要演讲的题目是《拒绝浪费，从我做起》。

现在社会上浪费的现象是非常的严重，在我们学校，不仅浪费粮食的现象很严重，浪费纸张、水、电等现象也是非常严重的。从前说的拒绝浪费同学们肯定第一个想到的就是不要浪费粮食，但我觉得，我们不仅要节约粮食，也要节约我们的一切学习用品、生活用品。我们要从现在开始，行动起来，而不是等到这些资源都匮乏了的时候再开始自己的行动，到那时就已经晚了。

那么拒绝浪费我们应该要怎么做呢？首先，我们在用餐的时候，应该要秉持着吃多少要多少的原则，不管是在食堂吃饭，还是在外边吃饭的时候，都要能够做到这样。先从节约粮食开始，因为这是最重要的一个，也是浪费现象最严重的一个。我们的作业本用完之后同学们是不是都会丢掉，从今天开始，以后我们写完的作业本还可以用来作为草稿本，在用的彻底之后还能够积攒起来，卖到废品回收站，再次利用。我们之前的不需要了的课本，可以捐出去，给贫困地区的学生使用，也可以卖到废品回收站，进行再利用。

其次，在学校里浪费水和电的行为也是相当的严重的。同学们，我们教室的灯是不是从早开到晚，我们要在教室里面学习一直开着灯也是能够理解的，但我们在离开教室的时候，比如做课间操的时候，体育课的时候，午休的时候，是不是应该随手把灯关掉呢？我们在用完水了之后有没有随手关掉水龙头呢？在看到没有拧紧的水龙头的时候我们是不是应该把它拧紧呢？如果这些我们都做到了，那我们也就做到了拒绝浪费了。

想要拒绝浪费的话，不是一个人就能够做到的事情，而是需要我们大家一起做到的。在我们做到了拒绝浪费之后，就能够去呼吁我们身边的人也不要浪费资源，这样大家都能够做到拒绝浪费了之后，我相信我们所生存的环境是会变得更加的美好的。所以同学们，让我们都行动起来吧，从这一刻开始，拒绝一切浪费的行为，适度的去使用我们现有的资源。拒绝浪费，从我做起，从现在开始！

谢谢大家！

演讲稿从我做起篇二

大家好！

祖国的强盛是每一个中华儿女的心愿，因为我们的命运永远与祖国连在一起。同学们，爱祖国不是一句空话。

我们首先应从爱学习开始，要学会学习，明确学习目的，养成一些良好的学习、生活习惯。古人说得好：“凡事预则立，不预则废”。这里的“预”就是事先确定目标的意思。我们在总目标的前提下，可以确定一个一个的小目标，比如：要在一个月内养成作业书写认真按时完成的习惯，要在每天抽出半小时阅读课外书籍等，一个目标达到了我们还可以确立下一个目标，这样逐步达到最终目标。让我们尽早确立一个个奋斗的目标，知难而进，去迎接求学路上一个又一个非凡

的成功吧。当然取得优异成绩的同学不要骄傲，因为需要我们去努力的还有很多很多；成绩不太好的同学也不要灰心，也许你目前不能取得优异的成绩，只要你耐心主动学习，用心学习，我相信你只要迎难而上，最好的胜利一定属于你。只要我们用心来学习，只要我们认真去做了，那也就是爱学习了。

同学们，我们现在的生活水平越来越高了，所以，很多小学生在家都是衣来伸手，饭来张口，过着“小皇帝”、“小公主”的生活。因为家庭的溺爱，在我们中间出现了少数不爱劳动的不良习惯。也许有的同学会说：“我们还小，做不了什么”。其实不是的，劳动是不分大小的，我们可以从身边的点滴小事做起，在学校里，看见地上有一块果皮或一团纸，你低头一捡顺手扔进垃圾桶；教室脏了扫一扫，黑板脏了擦一擦，在家里可以帮妈妈洗洗碗、洗洗菜、扫扫地、拖拖地板、叠叠衣服，这些都是微乎其微的小事，但这就是劳动，劳动给人以智慧，劳动给人以幸福，劳动给人以充实。劳动时的动作最优美，劳动时的表情最喜悦。所以说，劳动是最光荣。我们从小在劳动中陶冶，能培养出人格的好品质；我们从小在劳动中锻炼，能营造出生活的高境界。将来有一天，我们会以一个合格的劳动者的身份，加入到祖国建设大军的行列中来。

爱学习，爱劳动，努力进取是我们小学生必须做到的，是对祖国最好的奉献，是爱祖国的最佳表现。

谢谢大家！

演讲稿从我做起篇三

大家好！

今天我为大家演讲的题目是“文明从我做起”

如果你失去了今天，你不算失败，因为明天会再来。

如果你失去了金钱，你不算失败，因为人生的价值不在钱袋。

如果你失去了文明，你是彻彻底底的失败，因为你已经失去了做人的真谛。

文明涵盖了人与人、人与社会、人与自然之间的关系。它的主要作用，一是追求个人道德完善，一是维护公众利益、公共秩序。

这里我不想过多地举伟人的例子，因为这很容易令大家产生一种错觉：认为文明礼仪只是伟人、名人才具备，那么我们将无需为自己或多或少的不文明言行而愧疚；或者认为即使践行了文明的要求，也并不因之成为伟人、名人。我们不但要有讲道德的大人物，我们更需要一群有道德的民众。

一个社会的公共文明水平，可以折射出一个社会一个国家的文明程度，一个人如果不遵守社会文明，小的会影响自身形象，大的会影响国家声誉。在清朝的时候，大臣李鸿章出使俄国，在一公开场合，恶习发作，随地吐了一口痰，被外国记者大加渲染、嘲弄，丢尽了中国人的脸。这是一个不遵守社会文明的历史教训。

公共文明是社会意识的一种体现，而公共文明又建立在个人的道德修养水平之上。试想一下，如果有人不注重自身的文明修养，他会有良好的公共文明吗？不会！个人文明礼仪是根、是本。人要有良好的公共文明必须先从自身做起，从身边做起。所以鲁迅先生说：“中国欲存争于天下，其首在立人，人立而后凡事举。”“立人”的意思便是要完善人的思想和文明修养，人的文明修养并不是与生俱来的，而是靠后天不断完善的。要完善个人修养，首先要致力于读书求学，完善自身的认知水平；认知到达一定水平，就有了明辨是非的能力；有了分辨是非善恶的能力，就要端正自身的心态，不违背

自己的良知，努力使自己的一言一行都符合道德的标准，自己的修养便得到完善。这就是古人所说的：格物、致知、诚意、正心、修身。完善个人道德修养，便有了推进社会公共文明的基础。

有记者访问一个获得诺贝尔奖的科学家，“教授，您人生最重要的东西是在哪儿学到的呢？”，“在幼儿园。在那里，我学到了令我终身受益的东西，比如说，有好东西要与朋友分享，谦让，吃饭前要洗手……”我们完善自己的文明修养也一样，并非一定要有什么了不起的举措，而是要从身边吃饭洗手这些小事做起。养成文明的习惯，使文明的观念从意识层次进入无意识层次，使文明贯穿我们的一举一动。

我们从小接受文明礼仪的教育，很多同学都可以滔滔不绝地大谈文明礼仪。可是看见校园中随处丢弃的饭盒，饮料瓶，听着某些同学口中吐出的脏话，怎能不教人痛心疾首呢！难道我们都是“语言的巨人，行动的矮人”么？明代大学者王守仁说“知是行的主意，行是知的功夫；知是行之始，行是知之成；知和行是一个本体、一个功夫。知而不行，只是未知。”我们接受文明礼仪的教育，自己却吝于履行、甚至反其道而行之，这跟从来没有接受社会教育有什么区别！所以我们要实践社会文明，就要从这“知行合一”上下功夫、从自己的坐言起行上下功夫，就要告别不文明的行为。

文

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！今天我演讲的题目是《文明从我做起》。

每天清晨，我们伴着《文明在哪里》的歌声高高兴兴地走进校园。文明在哪里？文明就在我们的身边，在我们的校园生活里。教室里，书声琅琅，我们勤奋学习，快乐成长。整洁文明的校园让每一位老师，每一位学生，心情舒畅，温暖幸福。

美丽的校园需要每一个人的细心的呵护，是大家的共同责任，但在我们的校园里，却总会出现一些不和谐的音符。走进校园，常常能看到同学们随手扔掉的垃圾；上课铃敲响后，有的同学仍然在大声喧哗；庄严的升旗仪式上，总能听见有的同学窃窃私语。

同学们，当你将垃圾随意丢弃的时候，你是否想过这破坏了校园环境；当你大声喧哗时，你是否想过这影响了他人的学习；当你在国旗下私语时，你是否想到过这五星红旗是用多少革命烈士的生命换来的。我想这些问题的答案一定是否定的。

我们来到学校里学习，不仅仅是学习文化知识，更要学习做人的道理。中国被誉为“文明礼仪之邦”，作为一个中学生而言，继承中华民族优秀传统文化，弘扬中华民族文明礼仪，更是我们责无旁贷的使命。

文明是奠定一切的基础，我们要管好我们的口，不说脏话；管好我们的手，不乱扔垃圾，破坏公物；管好我们的脚，不随意践踏草坪。

同学们，让我们携起手来，做文明学生。从我做起，从身边的小事做起。鸟儿因翅膀而自由飞翔，花朵因芬芳而美丽动人，我们的学校也会因文明而更加美好！

演讲稿从我做起篇四

大家好！我是五年级五班的赵xx□我今天演讲的题目是《勤俭节约，从我做起》。

记得很小的时候，我们学的第一首唐诗就是：“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”小时候老师和父母就教育我们要节省每一粒米，我们吃的每一口粮食都是农民伯伯用汗水浇灌的。

有的同学会说，那时国家穷，所以需要勤俭，现在经济发达，人们生活富裕，不需要节约了。

我看到校园中：有的同学把吃了几口的香蕉扔到垃圾箱里，美其名曰不好吃；把吃了一半的饭菜倒掉，理直气壮地说我需要减肥；冲拖把时把水龙头开的好大，冠冕堂皇的说水小了冲不干净；我看个别老师的办公室并没有人，但是灯还一直亮着。

我国虽是一个人口大国，但是水资源并不丰富，人均可用淡水排在全球后列，所以我们每个人都应该节约用水，千万不要等到人类最后一滴水是我们的眼泪。

据说一棵二十岁的树可造3000张a4纸，所以同学们请不要浪费纸张，用完的作业本背面可以再当草稿纸。

我上网查了一下人均发电量仅有900千瓦·时，仅为世界平均水平的1/3。所以老师和同学们都要节约用电，我还想建议上官市长能不能从节约电力的角度，把西安市各大建筑上的美观装饰灯关掉，还西安一个真正的夜晚。

一粥一饭，当思来之不易。如果每人每天节约1分钱，全国14亿中国人就能节约1400万，一年就能节约50多亿。亲爱的同学们，勤俭不是小气，而是一种文明。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。

演讲稿从我做起篇五

大家好！

我是四(1)班的胡xx□我演讲的题目是《共创美好家园》。

什么是家呢?就是由一个一个成员而组成，一个个的小家庭组成的一个大家那是国。所以，一个国家中人最重要。只有当每一个人都具备了文明素质，那么这个国家的整体素质才能提高。

以上的两个事例表明，文明其实是由细节构成的，可见文明离我们还有一段距离。在我们身边，在一部分同学身上，还存在着一些不文明的行为。例如，在我们的校园内、楼梯上总能见到与我们美丽的校园极不和谐的纸屑，校园内食品袋、包装盒随处可见。我们很多同学把文化知识的学习放在首位，而常常忽略了社会公德的培养，文明习惯的养成，而这恰恰从本质上展现出一个人的思想品质。

同学们，我们每播下一个动作，将收获一个习惯;播下一个习惯，将收获一个品格，让我们把文明礼仪放在心上，时时刻刻与文明交谈，用它来约束自己的言行，千万不要把文明行为习惯看作小事。让我们从现在做起，从自己做起，从点点滴滴的小事做起，养成良好的文明习惯，做文明学生。

我相信，经过我们全体师生共同努力，一定会营造出一个文明美好的校园。

我的演讲完毕，谢谢大家，再见!

演讲稿从我做起篇六

大家好!

消防安全和我们的生活息息相关。如果我们不注重消防安全的话，那么后果将不堪设想，可是如果遇到火灾等危险的话，也不要慌张，要即及时用湿毛巾捂住口鼻，然后设法逃走，如果来不及逃走，要到窗前大声呼救。

就在上个星期天，我们小区附近有一家人家着火了。当时屋

里一共有4个人，一个大人和一个小孩由于及时发现并逃出，没有什么事。这时屋里只剩下两个学生了，火势还在不断地蔓延，情景十分危急，于是围观群众立刻拨打了119。

但由于地址不详，消防队员暂时还没有赶到。被困的两名学生他们在发现火灾后及时用湿毛巾捂住了口鼻，并用毛巾堵住门缝，然后远离煤气等易燃物品，镇静地等待消防队员，并且不断想办法自救。最终安全脱离险境。

那么为什么他们能脱离险境，而在其它火灾发生时，就有许多人员遇难呢？因为这两名学生在发生火灾时临危不乱，十分镇静，并且他们及时用湿毛巾捂住口鼻。据不完全统计在发生火灾时有80%的遇难者是被烟雾窒息而亡。其次他们远离了煤气等易燃物品，如果被困者靠近煤气等易燃物品的话，那么由于高温，煤气等物品就很容易发生自爆，从而导致被困者受伤，甚至死亡。

我相信只要大家多了解一些消防安全知识，平时多注意防火，许多杯具就能够避免了。我期望大家能和我一齐，做一个消防意识极高的小公民。

演讲稿从我做起篇七

大家早上好！

10月31日是世界节俭日。所以今天我在国旗下讲话的题目是：勤俭节约，从我做起。

常言道：“勤是摇钱树，俭是聚宝盆。”勤俭节约是中华民族的传统美德；勤俭节约是奔向富裕生活的必经之路；勤俭节约也是体现个人素养的鉴金石。

我们是祖国的花朵，是父母的宝贝，从小生活在蜜罐里，成长在关爱中，饭来张口，衣来伸手的例子不胜枚举。生活虽

然富足，但我们千万不能忘记古人有训“一粥一饭，当思来之不易；一丝一缕，恒念物力维艰”。“勤劳”可以创造财富；“节俭”可以聚集财富。无论在哪个时代，勤俭总是被看作持家立业的根本、安邦定国的保证。勤俭不是吝啬，也不是守财奴的代名词。勤俭就应该是像爱国华侨陈嘉庚先生说的那样：“应该用的钱，百万千万也不要吝啬，不应该用的钱，一分也不要浪费。”陈嘉庚先生一生勤勉，不断发展自己的事业，成了一位大实业家。他拥有千万家财，却生活简朴；住的两层楼房，穿的衣服朴素，还给自己定了很低的伙食标准。他自己舍不得多花一分钱，却散尽家财办教育，创办了规模宏大的集美学校 and 远近闻名的厦门大学，创办和资助了近百所学校，为祖国培养了大批人才；勤俭不是小气，而是一种“世界通用”的美德。世界首富比尔·盖茨，日常生活简朴节约，他认为，不管是富足还是贫穷，一个人只有当他用好了他的每一分钱，他才有可 能事业有成；致富不忘本，这就是一个人的品德和素质！这些小故事、这些拥有无尽财富的人用自己的言行举止为新时代的勤俭作了注解，反观我们身边的人，有 时候可能会想口袋里的零用钱是长辈给我的就是我的了，爱怎么用就怎么用，别人管不着！五花八门的文具用品买了一大堆，真正能用的却不多，传达室里的衣服、红 领巾、体育用品等都没人认领……看着这些被同学们遗弃的物品，也许我们把这些浪费的钱可以花得更有意义，或许可以买一套好书，或许可以资助一个贫困孩子读 一学期的书……原来，勤俭并不难，有时候就是举手之劳，有时候就是转念之间。

“千里之堤，溃于蚁穴”，看似微不足道的一点浪费，就像“蚁穴”一样侵蚀着立国的根基。我们要以勤俭节约为荣，以奢侈浪费为耻！如果我们节约每一滴水，日积月累，我们就可能节约一条江河；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，我们就可能节约一座小型发电站。那么，就让我们从今天起，把勤俭节约的美德传承下去！从身边做起，从一元钱、一粒米、一滴水、一度电、一枝笔、一张纸、一本书、一块橡皮做起，养成勤俭节

约的好习惯，让勤俭节约的精神渗透我们的一言一行、一举一动，伴随我们的一生！

我的讲话到此结束，谢谢大家！

演讲稿从我做起篇八

大家好！

“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”这首诗描写的是农民辛勤劳动的生活，提醒我们要珍惜这来之不易的粮食，不仅如此，做为少先队员的我们更应该像农民伯伯学习，热爱劳动，为祖国，为社会，为身边的每一个人贡献一份力量。

我们家还养了金鱼，各种各样的金鱼，像一个个小精灵展现各自优雅的身姿，格外美丽！看，我在专心的喂这群小精灵。

俗话说得好，劳动是社会生活中每个人不可避免的义务。我们应该热爱劳动，忠于劳动，能够帮助身边的人做一些力所能及的事情。我做到了，我在帮妈妈刷碗，还主动做了自己喜欢喝的汤！

每一种劳动都是一种力量，它是鱼和水的关系。无论是精神文明的进步，还是物质文明的飞跃，无论是用高科技赢得千里之外，还是城市美容师的汗水，不同的劳动和相同的汗水构成了一个和谐的社会。

瞧，我在帮社区打扫卫生，张贴单页，叔叔阿姨还夸我是一个好孩子，我开心的笑了。

人们都说：劳动最光荣，当我在切身体验劳动时，我才更进一步地体会了这句话的精髓。劳动确实很辛苦，但却是苦中带甜的。劳动的辛苦，劳动后的大汗淋漓，这些是在平日的

学习生活中感受不到、体会不到的。这种感受是作为一名劳动者内心深处的，最平凡而又殊于一般的感受。

总之，这次切身体验劳动让我很开心，也让我感受到了那些默默无闻的清洁工们是多么的不容易。每一种工作都是辛苦的，每一种收获都是来之不易的。所以我们应该从现在开始做起，做一名优秀的少先队员，热爱劳动！

让我们一起行动吧！

谢谢大家！