

合理消费杜绝浪费演讲稿 珍惜粮食杜绝浪费演讲稿(模板6篇)

演讲比朗诵更自然，更自由，可以随着讲稿的内容而变化站位。一般说来，不要在演讲人前边安放讲桌，顶多安一个话筒，以增加音量和效果。优质的演讲稿该怎么样去写呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看一看吧。

合理消费杜绝浪费演讲稿篇一

大家好！

每一天，我们都是再品尝着美食，但同时再世界上，依旧还有很多人是再忍受着饥饿无法有正常的一日三餐，甚至还有人是死在饥饿下的，而这也是让我们更加清醒的要去认识到我们要珍惜粮食，不要去浪费。

曾经我们都听过那么一首诗，也是清楚每一粒粮食播种到收获都是多么的不容易，虽然我们国家的农业已经很发达了，但是也是有很多的地方还是在用原始的方法在播种，还有很多的地方没有那么的工业化，而且我们去看，其实社会上也是有很多浪费的现象，像吃播的浪费，像下馆子点菜的浪费，甚至我们学校里面也是可以看见，每一天都是有很多的食物白白的浪费掉了，在此我也是呼吁大家，要去珍惜，要懂得节约，这不但是一种好的品质，同时也是可以让我们的粮食危机不再那么多，我们国家很大，人也很多，每天要消耗的粮食也是特别的多，而浪费也是不少的，同学们，一些经济比较落后的地方，并没有像我们这样衣食无忧，什么美食都是可以去享受到的，也是有很多需要我们帮助的，我们每省下的一粒粮食都是可以给予到他们很多的帮助的。

食堂里，我们要把我们打的饭菜吃完，如果吃不了那么多，

也是可以好心的提醒阿姨少给一些，改变我们挑食的毛病，我们的浪费完全是可以有意识的去改善的，同学们，我们平时还有零食，还有饮料，还有水果，很多时候物质的丰富甚至让一些同学都是不去食堂吃饭了，但有些地方的孩子，能读书都要走很远，每日除了三餐，可能一瓶饮料一年都没喝过一瓶，我们的饮料，有时候不想喝了，直接扔掉，或者不是自己喜欢的口味，也不要的，而这都是一种浪费，一种对粮食的糟蹋。同学们，让我们都是行动起来，少一些浪费，多一些珍惜，无论如何，这些意识都是要有的，我也是在此呼吁，希望大家就餐能吃多少，就打多少的，平时的零食饮料，只吃自己够的，不要浪费，看到浪费的行为也是要去制止，在外吃饭也是点菜尽量只点够吃的就好，不要为了面子充排场而浪费了食物。

同学们，节约，珍惜粮食是一种美德，让我们一起行动，一起去做好，约束自己，监督他人，我想我们的习惯会更好，我们的粮食也是能得到真正的节约，不再浪费。从现在做起，让我们承担这责任。

谢谢！

合理消费杜绝浪费演讲稿篇二

大家好！今天我对您的演讲主题是停止在学校中欺负他人。

现在不像以前了。有良好背景的人不会和有不良背景的人一起玩。有些人会欺负较弱的同学，用言语侮辱甚至殴打其他人。在互联网上，我们经常看到某个学生在街上或学校里遭到同学的殴打。有很多这样的情况。很多人看过它，但是他们总是会以为自己在玩耍而视而不见。因此，我们必须杜绝所有学校欺凌行为相关的事情：1. 不要以大欺凌大欺凌，不要以更多敌人欺负小欺凌。 2. 不要进行伤害他人或侮辱他人身体的行为。 3. 如果看到同学遭到欺负，应立即帮助或请教老师。

在这方面，老师也发挥了很大作用。教师应随时观察学生的心理状况。任何异常行为都必须立即解决，并且情况应消除。我们必须减少冷漠，多加帮助，成为学校的好孩子，成为外面的文明孩子。

当然，每个人都看过电影《河中的悲伤》。它讲述了女主人公自杀的故事，因为女主人公在学校里对她进行嘲笑和侮辱，最后被他人陷害。这部电影告诉我们，无论发生什么事情，在学校里，学生之间不应有欺凌行为，而应互相帮助以减轻其他学生的心理压力。

我们希望成为一名好学生，防止在校园内遭受欺凌。我的演讲结束了，谢谢大家！

合理消费杜绝浪费演讲稿篇三

大家早上好！

我是xx班的xxx今天我国旗下讲话的题目是《预防校园欺凌 共创和谐校园》。

校园，是培养人的地方，是文明的殿堂；校园，是一方和谐的净土！要知道，没有和谐的校园，就没有安宁的学习环境；没有校园的和谐，就没有社会的和谐，而校园欺凌会破坏了这一份和谐。

校园欺凌主要有以下表现：

1、语言欺凌。有的同学喜欢耍派头，总是盛气凌人、目空一切，一副很了不起的样子，把脏话都变成了口头禅，一说话就扯开嗓子喊，生怕别人不知道自己的存在。殊不知这些表现都显得很没有素质、很没有教养。

2、以大欺小，以众欺寡，以强凌弱。有的同学喜欢欺负弱小

的同学，将自己的快乐建立在别人的痛苦之上。

3、为了一点小事，大打出手。常常因为“鸡毛蒜皮”的小纠纷，由口语辱骂升级到拳脚相加。

4、讲所谓的“义气”，用暴力手段争论长短。

5、有的同学喜欢耍派头、逞威风。他们总喜欢找别人的麻烦，看别人不顺眼，甚至是自己错了还摆出一副你奈我何的姿态。

1、从自身做起，加强思想道德修养。爱惜自己，不结交社会闲杂人员；尊重他人，对学校老师有礼貌、对我们的门卫有礼貌、对同学有礼貌，不要粗口伤人，不要动手动脚，不要过度玩笑导致翻脸打架；学会跟同学和谐相处，包容他人，不要斤斤计较、不要得理不饶人、不要揭人短处、不要嘲笑他人、不要挑拨离间、不要搬弄是非，不做他人暴力帮凶，要拒绝与校外不良青年交往，抵制不良的引诱，做一名有文化、有修养、有礼貌、有智慧的学生。

2、要加强自我保护意识，勇于拒绝校园欺凌，受到欺凌和暴力伤害时要学会用法律保护自己。上学放学尽可能结伴而行。不要走僻静、人少的地方，要走大路。放学路上不要贪玩，要按时回家。在受人欺侮，遇到危险或可能发生危险时，要主动、及时地和老师、家长、警察取得联系，积极争取学校、社会和家庭的保护和帮助。发生事情后要学会用法律保护自己，要大胆揭发坏人坏事，不要姑息养奸。

老师们、同学们，“校园是我家，安全靠大家”。让我们携起手来，从每一天、每一件事做起，全力共建“平安校园”；齐心共创“和谐校园”。

我的演讲完毕，谢谢大家！

合理消费杜绝浪费演讲稿篇四

大家好！

我是xx班的xx，今天我想跟大家讲珍惜粮食这个话题，随着经济的'增长，现在的生活也是越来越好，但是不知在什么时候我们学校也是出现了浪费粮食的现象了，每次在食堂吃饭的时候，总是能够看到很多粮食都浪费了，很多人没有吃完，甚至吃了一两口就不吃了，这是一种非常浪费的行为，浪费可耻，必须要有这方面的觉悟才是，只有对严格的去督促自己，珍惜粮食，从自己做起。

同学们，我们一定要有这样的意识，一定不能浪费粮食，浪费粮食是可耻的，我们应从细节做起，在吃饭的时候本着吃多少打多少的原则，避免饭打多了吃不完的现象出现，平时浪费的现象大多数就是因为吃不完，饭菜打多了，所以同学们我们应该要注意这些，能够知道自己吃多少，在新的学期当中一定要督促好自己，粮食来的不易，我们现在衣食无忧不缺乏粮食，这些都是先辈们的努力，才能够有我们现在的生活，这样的条件来的不容易，虽然现在生活变得越来越好了，但是我们应养成一个珍惜粮食的习惯，一定不能忽视这一点，我们从自己做起，大家主动起来去做好这件事情，从自己的做起，这样才能够影响到周围的同学。

我们不应该出现浪费粮食的习惯，作为一名学生应该要养成这样的习惯，一定要搞好这方面的习惯，杜绝浪费能吃多少就打多少饭菜，除了在学校的时候我们要做到这一点，还有在家里也是一样的，不能够浪费，包括在饭店我们都应该珍惜粮食，能够点多少吃多少，同学们我们一定要有这样的觉悟哦，成为一名有素质的学生，一个人不能够影响多少，但是大家一起努力，这样就不会有浪费粮食的现象了，很多人就是抱有一种无所谓的心态，每次浪费一点点粮食，然后找一些借口，觉得浪费一点点也没有什么，但就是因为有这样的想法所以才一直给自己的找借口，这不是我们作为一

名学生有的行为，浪费是可耻的，就是每次一点点，但是积少成多会浪费很多粮食。

同学们我们应该珍惜现在的生活，虽然条件好了起来，但是切不可浪费粮食，我们没有感受过饥饿，所以大家都没有这方面的感念，但是我们慢慢养成珍惜粮食的习惯，这样的概念就会产生的，让我们去认真的做到这一点。

合理消费杜绝浪费演讲稿篇五

大家早上好！

历览前贤国与家成由勤俭破由奢。纵观历史大到邦国小到家庭无不是兴于勤俭亡于奢靡。古往今来成功的创业者大都经过艰苦奋斗的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。

今天就让我们将更多的目光投向人们赖以生存的粮食。古人曾云：勤俭可以兴国逸豫可以亡身；勤俭永无穷坐食山也空。这些古语意在告诉我们一个亘古不变的道理：那就是勤俭节约是我们中华民族的传统美德更是我们的传家宝。这些金玉良言指引着数代人艰苦创业自力更生勤俭节约并代代相传。

古语云：“一粥一饭当思来处不易半丝半缕恒念物力维艰。”粮食的可贵便那样简单地倾泻而出而反观现在随处可见的“舌尖上的浪费”它让每一个字都那样沉重地烙印于心间。我们被奢靡之风吹昏了的不仅是行为还有心灵。

被誉为“杂交水稻之父”的袁隆平爷爷一生致力于杂交水稻技术的研究、应用与推广。倘若没有他的丰功伟绩我们也就吃不上如今的粮食作物。或许这种时候我们可以做的便是振臂呐喊：珍惜粮食杜绝浪费。唤醒社会示以警钟。

民以食为天且行且珍惜。

我的演讲到此结束谢谢大家！

合理消费杜绝浪费演讲稿篇六

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

“小小一粒米，来之不易。”“一粥一饭，当思来之不易。”这是家喻户晓的名言。每一粒米里都包含着农民伯伯的汗水。可在生活中，浪费粮食的事情时有发生，就连我也不例外。

我认为，粮食那么多，浪费一点没关系的。可是，当我在电视上看见一个公益广告时，我的想法改变了。广告上讲的是——我国现在有二亿的贫困人口，我看见孩子们那可怜的眼神，我心中不忍浪费了。

我国现在有十三亿多人口，如果每人浪费一粒米，那么就要浪费十三亿粒米，那是一个多么巨大的天文数字呀！所以，我们要珍惜宝贵的粮食，珍惜农民伯伯的劳动成果。

有一次，我放学回家。奶奶已经做好了丰盛的晚饭，我当时饥饿的难受，看见有这么多好吃的，便狼吞虎咽的吃了起来。过了一会，我吃饱了，但是碗里还剩下许多。奶奶对我说：“快，把剩下的吃完，不要浪费粮食。”我不经意的回答：“现在粮食这么多，浪费一点没关系的。”可奶奶语重心长地对我说：“虽然现在粮食很多，但是还是不能浪费，像我们小时候，粮食很贵，我们天天都饿肚子，只有过年才能吃顿饱饭，你们现在有这么多的粮食，真是身在福中不知福。”听了奶奶的话，我羞愧难当，马上就把剩下的饭菜全吃光了。

最后，我再一次声明，我们要珍惜粮食，杜绝浪费。珍惜农民们辛勤耕作换来的粮食，我们要尊重他们的劳动！只有这样才能给我们的后代做好榜样！让我们从我做起，从身边的小事做起，一起努力，一起珍惜粮食吧！

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”这首诗告诉我们粮食来之不易的道理。让我们知道了珍惜粮食的重要性。然而现在的中、小学生大多都是独生子女，从小受到父母的呵护，每天过着饭来张口衣来伸手的生活，把勤俭节约的中华传统美德全抛脑后，有些学生，常常浪费粮食，糟蹋粮食，还在一定程度上污染了环境。要知道，倒下的是剩饭，流走的是血汗。

常言道：“民以食为天，食以粮为本。”粮食是人们生存的必需品，是国家的重要战略资源，是维护社会稳定与发展的不可缺少的基本条件，是国家执政兴帮的基础。我国是世界第一人口大国，也是最大的粮食消费国，因此，在全球粮食危机日益加剧的情况下，我们不能坐食空山，要居安思危，未雨绸缪，及时做好充分准备，那就是珍惜粮食、节约粮食。

“人是铁，饭是钢，一顿不吃饿得慌”。粮食，是我们的生存之本，更是我们的命根子。如果有哪一顿我们吃不上饭，就不能正常学习工作，吃饭是天下大事，粮食对于每一个人来说是多么的重要。从某种意义上来说，珍惜粮食就是珍惜我们的生命，更是珍惜了人们的劳动成果。古诗云：“一粥一饭当思来之不易，半丝半缕恒念物力维艰”。我们生活的地球，可供生产粮食的耕地并不多，而且随着城市化和工业化的进程被不断蚕食。就全世界而言，粮食并不富裕。每年都有好几亿人口因贫穷或自然灾害或战乱经受着饥饿。可以这么说：珍惜粮食就是珍惜生命、珍惜大自然，就是珍惜我

们的地球家园。

粮食是宝贵的，要珍惜粮食。这谁都会说，但在现实生活中，能真正体会粮食重要性的人却并不是很多。在校园里，我时常看到有些住宿的学生将馒头咬了一口就随手扔了，水槽中还有一堆堆白花花的米饭。在他们看来，倒掉一些剩饭剩菜不值得大惊小怪，一点剩下的饭菜也值不了多少钱。他们不知道，这些倒掉的粮食，粒粒都是我们生活在农村的父母用汗水换来的呀！每每看着这些倒掉的饭菜，看着真是让人心疼！

今年是第34个世界粮食日，作为青少年的我们，更应该成为节约粮食的表率。节约每一粒粮食，是我们每个人应尽的义务，我们应养成勤俭节约的良好习惯，以节约粮食为荣，以浪费粮食为耻。珍惜粮食，不仅仅是一种口号，而要立即行动起来，从我做起，从现在做起！

尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

大家早上好！今天我演讲的主题是“珍惜粮食”。

我国古代的教育家孔子给人留下了一句名言：“民以食为天”。可见，“吃”在老百姓心中多么重要。只是这些年来，随着人们生活水平的提高，许多同学对粮食好像也越来越不在意。不信，请到食堂去看一看，就餐时馒头四处乱扔，雪白的米饭撒满地面，剩余的饭菜能到满满一垃圾桶。真是不忍目睹，那可都是劳动人民辛辛苦苦劳作一年的成果呀！“一粥一饭，当思来之不易”，难道我们的思想觉悟还不如古人吗？随着人们生活水平的提高，生活中的浪费粮食的现象越来越严重。据有关部门估计，全国每年浪费的粮食，足够五千万人吃一年，多么惊人的浪费啊！古人尚有“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”的彻骨感受，我们就更应该从中领悟粮食的珍贵。你可知道，一粒粒粮食从播种到收割，再加工成成品粮，至少要经过20道工序，这中间包含了农民多少辛

勤的劳动，每一粒粮食都浸透了农民伯伯多少心血和汗水啊！土地资源有限，粮食作物有限，人口在增长，粮食越来越宝贵，它是人类生存生活生命之源泉，我们要爱惜粮食，把节约粮食看作生活中的大事，使勤俭节约成为每一个同学的良好品德。让食堂里的桌子上、地面上、垃圾桶里不再有剩余饭菜的影子，看不到它们悲伤的身影，哭泣的声音。同学们，你们是未来的建筑者，你们身上有沉甸甸的责任。人们把你们比作雏鹰，是希望你们能舒展理想的翅膀，在祖国的大地上飞翔，建设美好的家园，千万不能让“馋”压住你们稚嫩的羽翼，不能让“奢”迷住你们奋斗的方向。

同学们，行动起来，珍惜粮食，从我做起，从现在做起，从不乱倒剩饭做起，以节约为荣，以浪费为耻，自觉养成爱惜粮食，节约粮食的好习惯。

我的演讲结束，谢谢大家。

各位老师、各位同学：

大家好！今天，我演讲的题目是《节约粮食，从我做起》。粮食是农民伯伯辛勤劳动的结晶，是农民伯伯洒下的汗水，凝结出的果实。走进食堂，扑入眼帘的是“谁知盘中餐粒粒皆辛苦。”这些显而易见的节约粮食标语。可是有多少人是真正意识到并行动的呢？在学校里，老师经常跟我们提起“节约粮食”这种品德，可是中午吃饭的时候，我仍旧看到有许多同学因为偏食，觉得这些菜不合胃口就不盛了，还有一些菜写盛的时候盛了很多，可没吃两口就把盘子端出去倒掉了。不止在学校里，在饭店里、大酒店里，我也看到的不少浪费粮食的行为。在饭店里，有不少人都点了一大桌子的菜，看是吃起来仅仅只是喝了一写饮料、酒什么的，大多数的时间都在聊天，“吃”地差不多了就抽了几张餐巾纸转身走了，剩下了一大桌子没吃多少的菜。

这些行为习惯都是不好的，如果所有人都像他们这样的话，

那还要这么多粮食来做什么呢?那农民伯伯这么起早摸黑的劳作又有何意义呢?既然你盛了这么多菜那你就应该对它们，对农民伯伯负责。在饭店里，那剩下的一桌子菜，我想，你应该有权利不让他们打包带回家吧。你应该知道，世界上有多少人正在忍受着饥饿的压迫，每一粒米，每一粒粮都是他们生命的渴望。让我们从现在做起，节约粮食，从我做起，从大家做起!

谢谢大家，我的演讲结束了。

敬爱的老师，亲爱的同学：

突然有一天，我从电视中听到了一句话：中国每年浪费的粮食能养活两亿人。两亿?!这个数字使我大吃一惊，我连忙上网查了查资料。

不查不知道，一查吓一跳：中国每年浪费粮食800万吨，能够两亿人吃一年，并且，这些粮食价值高达2000亿元!这，是一个多么庞大的数字呀!锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。在我们中国的某些地方，却有四五千万人民吃不饱啊!

渐渐地，我从生活中找到了答案：一张餐桌上，就只有两三个人，而菜却点了十一、二种。这就是我们中国人所谓的“讲究”吗?讲究吃穿，讲究房车，讲究面子。中国人的经济条件一天一天的在进步，而我们祖先传下来的廉洁、节约的美好品质正在一天天的退化，终有一天，我们会重演历史，会像唐朝一样，逐渐衰退；终有一天，我们会穷的一粒米饭也吃不起；终有一天，那美好的中国梦会变成一个奢侈的梦想，甚至会破灭。

“光盘行动”，这是关于餐桌上的浪费的一个热谈。身为一名小学生，你可能觉得浪费一粒米饭不算什么，可你想过没有，一个人浪费一粒米饭，中国十多亿人就浪费十多亿粒饭，

这，十亿粒饭可供多少人填饱肚子啊！其实，节约粮食很简单，只要你刨干净碗中的饭，少点一些昂贵的菜，便能减少许多浪费，避免大量的经济财产损失。

光盘行动你我他，珍惜粮食靠大家。让我们行动起来，使每一个中国人都有饭吃，不让中国成为腐败之国，让我们现在开始行动起来：爱惜粮食，从我做起，复兴中华，从我做起！