

2023年三爱三节演讲稿高中生 三爱三节 演讲稿(通用9篇)

演讲，首先要了解听众，注意听众的组成，了解他们的性格、年龄、受教育程度、出生地，分析他们的观点、态度、希望和要求。掌握这些以后，就可以决定采取什么方式来吸引听众，说服听众，取得好的效果。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。

三爱三节演讲稿高中生篇一

大家好：削开莲藕的外皮，就会看到白色的、水灵灵的果肉，再一切就会有一些小洞洞，像蜂窝；像鞭炮发射孔；像花瓣；像水管。要是你仔细的看，就会发现莲藕分开的时候，有一些丝跟莲藕连在一起，这些细小的丝条像电影里的蜘蛛侠吐出的丝；也像有些年纪大的老人的胡须；像妈妈的缝衣线。”藕断丝连”呀！太神奇了！

很高兴能站在这里演讲，今天我演讲的主题是《三爱三节》，最近xxx推广中小学生践行：爱学习、爱劳动、爱祖国、节水、节电、节粮的号召，对此我有了很大的触动。

“少年富，则国富，少年强，则国强！”青少年是祖国的希望。我们一定要切记“天下兴亡匹夫有责。”这句名言警句，“不听老人言吃亏在眼前。”所以我们一定贯彻的学习习总书记号召我们学习的这15个字，弘扬美好精神，发扬光大！

爱学习：学习是人生当中不可缺少的一个过程，“好好学习，天天向上。”这是伟人对青少年最大的愿望，学习使我懂得了新的知识，提高了素质，学习使我走出了天真无知的行列，使我成为了一个德、智、体、美、劳的“文化人”学习使我受益匪浅！

爱劳动：“太阳光金灿灿，雄鸡唱三唱……”这首《劳动最光荣》的歌曲，已经成为中国家喻户晓的儿歌，唱到了我们做到了吗？劳动是一种境界，更是一种升华，让我们从现在开始，从今天开始让这种升华永驻人间！

爱祖国：热爱中国是一种光荣，从出生到现在，自始至终：我都为我是一个中国人而骄傲，中国！一个多么宏亮的名字，我们爱自己的祖国，我们都爱她那富裕的大地，我们都爱她滔滔的长江，我们爱她精彩的文化，我们都爱她永不停止的步伐！

节水：中国已被列入世界贫水国家，虽然威海的水资源很足，大家为何不想一想，中国的西部——西藏，那里极度贫水，难道大家愿意看到宝贵的水资源在水龙头上哗哗的流走吗？每人节约一滴水，全国13亿人便会节约13亿滴水，一个多么大的数目呀！够一个人一生的饮水量了让我们从现在开始，拧紧身边的水龙头。二次利用水资源，做一个节水的好少年！

节电：其实节电只是一件举手之劳的小事，我每天都做到了节电，每天离开家的时候，我都会伸出自己的小手把每个屋的灯关好、关好收音机。离开教室的时候，我也主动关好教室的灯。同学们，每次离开教室时，请伸出自己的小手，相信就能节约一度电，决不会让每一度电从我们的手掌上溜走，让节电2字永远记在我们的心中！

节粮：锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。这首诗我们会背，也会写，也深深的知道小小的种子里，包含着多少农户的血汗，节粮是一种好的习惯，更是一种品位。现在请大家节约碗中的每一粒米，让这种好的习惯去感染身边的每一个人，同学们行动起来吧！

我们一定要认真学习“三爱三节”决不会辜负习爷爷对青少年的希望，相信我们会以饱满的认真态度去对待今后的学习，以实际行动来回报习爷爷对我们的关心、爱护。

三爱三节演讲稿高中生篇二

大家好！

我是二年级的刘茹意。今天我演讲的题目是践行“三爱三节”争做文明学生。勤以修身，俭以养德，节约为美。勤俭节约是中华民族的传统美德。立志向、有梦想，爱学习、爱劳动、爱祖国，德智体美全面发展，是当代小学生的终极目标。

学习，是我们学生最大的责任和义务。漫漫求学路，在书中学到的知识，提素质，明心智，辨是非。在学习中我们从懵懵无知的小孩到进入学校学习，这让我们受益匪浅。

劳动，它是我们创造一切的`源泉。劳动绝非不雅，绝非低俗，相反的，劳动更是一种境界，一种升华，明白了它，就更让我们明白了辛劳，明白了艰辛。

爱国，更是一种光荣。由始至终，我们都在为我们是一个中国人而自豪。中国，她是我们心中最大的骄傲，我们爱我们的国家，我们爱她泱泱大地，我们爱她精彩文化，我们爱她不停步伐。

同学们，在我们的周围，勤俭节约无处不在。每个人都有义务把节约当作责任、当作习惯。节约可以从小事做起，从身边做起，时时刻刻严格要求自己节约不浪费：离开教室时，请伸伸你的小手，关掉电灯；洗手和抹布时，提醒一下身边的同学，把水龙头开得小一些，临走时检查一下，水龙头是否拧紧了。节约粮食，不挑食，不剩饭菜，与父母外出吃饭时，饭菜点的适量，如有剩余，打包带回家。节约的意识大家都有，其实节约做起来并不难。举手之劳，我们能做的还有很多。

亲爱的老师、同学们，空谈误国，实干兴邦。浪费不以量小

而为之，节约不以微小而不为，勤俭节约，细水长流。让“节约光荣，浪费可耻”成为师生的常态习惯，成为一种校园的新风尚。希望大家能够勤奋学习，热爱劳动，体验生活，陶冶情操，让“三节三爱”飘扬在校园的每个角落，飘荡在祖国的每个角落。

同学们，让我们行动起来吧，践行“三爱三节”，争做文明学生！

我得演讲结束了，谢谢大家！

三爱三节演讲稿高中生篇三

大家好！

我是一（1）班的曹靖。今天我演讲的题目是“三爱三节”。

勤以修身，俭以养德，节约为美。勤俭节约是中华民族的传统美德。立志向、有梦想，爱学习、爱劳动、爱祖国，德智体美全面发展，是当代小学生的终极目标。

学习，是我们学生最大的责任和义务。漫漫十几年求学路，在书中学到的知识，提素质，明心智，辨是非。中国，她是我们心中最大的骄傲，我们爱我们的国家，我们爱她泱泱大地，我们爱她精彩文化，我们爱她不停步伐。

同学们，在我们的周围，勤俭节约无处不在。每个人都有义务把节约当作责任、当作习惯。节约可以从小事做起，从身边做起，时时刻刻严格要求自己节约不浪费：离开教室时，请伸伸你的小手，关掉电灯；洗餐具和抹布时，提醒一下身边的同学，把水龙头开得小一些，临走时检查一下，水龙头是否拧紧了。节约粮食，不挑食，不剩饭菜，做起来并不难。

同学们，让我们行动起来吧！

爱学习，爱劳动，爱校园

三爱三节演讲稿高中生篇四

1、节约每一滴水。水是生命之源。以“节约用水、合理用水”为荣，以“浪费水源”为耻，时刻不忘关紧水龙头，天天洗涮切忌过量用水。

2、节约每一度电。电是文明之光。以“节约用电、合理用电”为荣，以“浪费电力”为耻，创低碳校园，从节电开始。

3、节约每一粒米。一粥一饭当思来之不易，半丝半缕恒念物力维艰。以“光盘”为荣，以“剩饭”为耻，坚持“餐餐不余、年年有余”。

1、小学生要爱学习，争当“勤奋学习的青春好少年”，我们要勤奋学习，多读书、多观察、多实践，用知识武装自己，做好社会主义事业的接班人。

2、小学生要爱劳动，争当“热爱劳动的青春好少年”。当代大学生要树立劳动意识和环保意识，共同创造一个天蓝、地绿、水净的美好家园。

3、小学生要爱祖国，争当“热爱祖国的青春好少年”。当树立报效祖国的志向，培育热爱伟大的祖国、伟大的人民和伟大的中华民族的爱国之情。

三爱三节演讲稿高中生篇五

大家早上好，我是来自二年级x班的xx□今天我我国旗下演讲的题目是《三爱三节，从我做起》。

如今，在习总书记的号召下，有一种风气正盛行，有一种理念正深入人心，那就是“三爱三节”。“三爱”指的是爱学习、

爱劳动、爱祖国。“三节”指的是节约用水、节约粮食、节约用电。

“书山有路勤为径，学海无涯苦作舟。”勤奋与刻苦是一张帆，学习就是一艘船。你升起了帆，就证明你是一个热爱学习的人，学习能创造最辉煌的人生。所以，请热爱学习。

高尔基说过：“世界上最美好的东西，都是由热爱劳动的人用灵巧的手创造出来的。”劳动是伟大而崇高的，我们要养成热爱劳动的好习惯。在学校，我们要爱护学校环境，不乱扔垃圾。班级里，我们要常常擦擦桌椅，扫扫教室。在家里，要学会照顾自己并每天做家务，让忙碌的爸爸妈妈回家好好歇歇。

祖国是哺育我们的母亲，是生命的摇篮，我们应该为自己是一个中国人而感到骄傲。我们要确立一个远大的志向，锻炼好身体，培养高尚道德，掌握丰富知识，为祖国的振兴贡献自己的力量，为祖国的崛起而努力学习。

同学们，在我们的周围，勤俭节约无处不在。每个人都有义务把节约当作责任、当作习惯。节约可以从小事做起，从身边做起：离开教室时，请伸伸你的手，关掉电灯；洗手时，提醒一下身边的同学，把水龙头开得小一些。我们还要节约粮食，不挑食，不剩饭菜，外出吃饭如有剩余，打包带回家。一粒米，辛勤劳动者的汗水结晶；一滴水，沙漠饥渴人的精神支柱；一度电，漫漫黑夜的光明希望。

让我们积极行动起来，从我做起，从现在做起，从点点滴滴做起，努力践行“三爱”“三节”，为构建美好社会尽一份责任，让勤俭节约蔚然成风！

谢谢大家，我的演讲完了！

三爱三节演讲稿高中生篇六

大家上午好！

今天我演讲的题目是《践行“三爱”“三节”，争做祖国栋梁》。

全面实施素质教育，认真落实立德树人任务的基本要求，也是培育和践行社会主义核心价值观，深化中国梦教育的重要举措。

二、大力营造“三爱三节”教育的氛围。各班级要结合本班实际，开展“三爱三节”主题活动。围绕“三爱三节”的丰富内涵，开展丰富多彩的主题班队会，通过精心设计手抄报、黑板报等形式努力营造良好的舆论氛围。让“三爱三节”教育随处能见，随时可学，使“三爱三节”教育不断深入人心。

三、将“三爱三节”活动真正贯穿于我们的生活实践中。“爱学习”，认识到“不学无以成才”；“爱劳动”，认识到只有劳动才能创造美好的生活和美好的未来；“爱祖国”，认识到祖国是创造幸福生活和实现个人理想的依靠。“节水、节电、节粮”，树立勤俭节约意识，自觉肩负起“厉行节约、反对浪费”的社会责任。把“三爱三节”教育摆在重要位置，每位同学都要结合自身实际，努力践行“三爱”“三节”，争做一个德才兼备的人，争做祖国未来栋梁。

谢谢大家！

三爱三节演讲稿高中生篇七

1. 节约每一滴水。水是生命之源。以“节约用水、合理用水”为荣，以“浪费水源”为耻，时刻不忘关紧水龙头，天天洗涮切忌过量用水。

2. 节约每一度电。电是文明之光。以“节约用电、合理用电”为荣，以“浪费电力”为耻，创低碳校园，从节电开始。

3. 节约每一粒米。一粥一饭当思来之不易，半丝半缕恒念物力维艰。以“光盘”为荣，以“剩饭”为耻，坚持“餐餐不余、年年有余”。

1. 小学生要爱学习，争当“勤奋学习的青春好少年”，我们要勤奋学习，多读书、多观察、多实践，用知识武装自己，做好社会主义事业的接班人。

2. 小学生要爱劳动，争当“热爱劳动的青春好少年”。当代大学生要树立劳动意识和环保意识，共同创造一个天蓝、地绿、水净的美好家园。

3. 小学生要爱祖国，争当“热爱祖国的青春好少年”。当树立报效祖国的志向，培育热爱伟大的祖国、伟大的人民和伟大的中华民族的爱国之情。

在这里孕育，优良的品德在这里养成，辉煌的人生在这里启航。希望你们能够勤奋学习，热爱劳动，体验生活，陶冶情操，让“三节三爱”飘扬在校园的每个角落，飘荡在祖国的每个角落。

寒假开学安全教育主题班会

亲爱的同学们：

同学们，听了上述事例后你想到了什么呢？我想，你们至少应该想到：这些教训无论发生在谁的身上都会给受害者造成伤害，会给受害者家庭造成极大的损失。假如我们平时重视安全，这些事故就可以减少甚至避免。

同学们，生命只有一次、健康不能重来。生命安全就掌握在

我们自己手中。这安全不仅关系我们个人、更关系到我们身后的家庭、学校、整个社会、和整个国家。珍爱生命，增强安全意识，让快乐与幸福伴随我们的童年。

今天老师利用今天班会课时间，与同学们一起交流几个方面的安全问题。

- 1、同学们养成良好的日常行为习惯，上下楼梯靠右轻走，严禁在楼道走廊里奔跑追逐、跳皮筋，严禁翻爬扶栏等危险区域。
- 2、不摸、不动灭火器材、电线、各种开关；为防止火灾和意外事故，除实验外，所有教室及其他场所严禁违反规定使用明火。
- 3、在学校各种劳动中注意安全，如扫地，擦窗户，搬桌子等，预防意外事故。
- 4、没有老师的允许不准使用固定体育器械，比如（单双杠等）。
- 5、要注意食品卫生安全。不要到无营业执照的小摊小贩去购买“三无”食品饮用。不准饮用生水，禁止在校园内吃零食，谨防“病从口入”。
- 6、要注意心理安全。同学之间要互相体谅和互相理解，多看看别人的长处，尊重同学的不同个性；同时自己也要以平和的心态来处理自己面对的困难。不要私自解决与同学之间的矛盾，不准打架斗殴。
- 7、在各项运动中要注意运动安全。上体育课和课外活动前要充分做好准备活动，活动中严格按照老师的要求训练，运动时不要剧烈碰撞，以免撞伤或摔伤。

8、要注意教室的安全。不要在教室里追逐打闹，不要私自进入别班教室，以免引起一些不必要的误会。上室外活动课，要关锁好门窗。

注意上学和放学安全，不要在路上玩耍，不要横穿马路，不得翻越栏杆和隔离墩，要走人行横道线，还要注意来往车辆；不在马路上踢球或追逐玩耍；乘车时不要把手或头伸出窗外，不乘坐无牌、无证的私车。

在上学和放学的途中，要远离塌方、滑坡、高压区域等危险地段，或是绕道而行。若是必经之地，也要看清形势快速通过。

同学们，让我们共创平安校园，在平安的蓝天下，放放心心学习，健健康康的成长！

三爱三节演讲稿高中生篇八

俭朴，勤奋是我们中华民族的美德。俭、勤这两个字看似寻常，却不能等闲视之。它是我们作为一名电力工作者不可缺少的美德，是成才的一种激素。因为只有具备这种美德，才能忘怀得失，不慕荣利；只有具备这种美德的人，才能胸怀大志，处困境而不沮丧，受窘厄而泰然如常；只有具备这种美德，才能摒弃奢欲，以事业为重，有所成就，有所作为。

当国家电网公司的“三节约”活动理念迅速渗透到公司系统各个角落时，当厉行节约将成为我们的一种境界、一种习惯、和一种文明的生活方式时，我们有理由相信眼前这个曾经“大手大脚惯了”的显些浮华浮躁的社会正在踏实务实起来。如果说，这境界、这习惯、这文明的生活方式的培养，是从“节约一分钱，节约一张纸，节约一寸导线……”的多个节衣缩食的“一”开始的，那么，它体现的却是我们电力人对人与自然关系的新认识，对严峻的资源 and 能源形势的危机感，对人类社会可持续发展的责任感。

“三节约”是国网公司倡导的一种勤俭精神，也是对广大干部员工的基本要求。通过开展学习“三节约”活动理念，我也拨起了算盘珠子，小至“一分钱、一张纸、一寸导线”，大至一台实验仪器、一座试验室的建设维护，精打细算地过日子、科学节约地保安全。

作为长期从事质检工作的试验室来说，填写试验数据、出具检定报告是一项日常工作，经常需要使用打印纸。一张a4或b5的薄纸虽不起眼，但是积少成多，它确实成为我们工作中的一项重要办公耗材。“节约一张纸”正是我们需要也是可以做的。说干就干，时间不长我们就逐渐在工作中摸索出一些节约打印纸的“窍门”。

一是尽量减少在出具报告过程中的错误。出具报告时出现错误是目前我们质检部门浪费纸张的最常见的现象。为了减少这种现象，我们增加了多级的无纸审核方式。由报告编写人审核报告后，利用局域网传输给主要试验人员审核，试验人员审核结束后再由试验室主任审核。努力做到出具的报告不返工，大量的节约了纸张。

二是尽量采用无纸化办公。能够用电脑网络传递的文件就尽量在网络传递；能够不打印的就使用电脑阅读。长此以往，养成习惯后我们可以在办公中节约大量的纸张。

三是如果必须打印，尽可能反、正两面使用纸张。原来我们很多人用打印纸打印时，只用正面不用反面，其实在非正式文件里，使用已经用过一面的废纸打印不会对阅读造成影响。现在我们的非正式文件如果需要打印，都是使用已使用过的打印纸的背面，这样可节省一半的纸张。

四是缩小页边距和行间距、缩小字号。一般普通文件的上下间距是2.54厘米，左右间距是3.17厘米，行间距大约是3毫米左右，字号一般为小三号或四号。在非正式文件里，可适当缩小页边距和行间距，缩小字号。可“上顶天，下连地，两

边够齐”，对于字号，以看清为宜，能用五号的不用小四号，能用小四号的不用四号。

五是尽量用低克数的打印纸。打印纸也有薄厚之分，在不影响使用的情况下使用低克数打印纸可以节省不小的开支。

六是打印时，能不加粗、不用黑体的就尽量不用，也能节省油墨或铅粉。

“节约”的钟声已经敲响，唤醒了我们每一个人麻木的神经。面对我们“地大物博、资源丰富”的伟大祖国，除了应有一份自豪和自信，最重要的还要拥有一份责任。作为国家电网公司的一员，我们应该以自己的实际行动践行国家电网公司多社会的承诺。加入我们，为建设节约型社会、打造节约型电力企业一起作出贡献吧！

三爱三节演讲稿高中生篇九

大家上午好！

今天我讲话的题目是《践行“三爱”“三节”，争做祖国栋梁》。

爱学习、爱劳动、爱祖国，节水、节电、节粮简明清新地明确了青少年健康成长的要求，这是全面实施素质教育，认真落实立德树人任务的基本要求，也是培育和践行社会主义核心价值观，深化中国梦教育的重要举措。

各班级要结合本班实际，开展“三爱三节”主题活动。围绕“三爱三节”的丰富内涵，开展丰富多彩的主题班队会，通过精心设计手抄报、黑板报等形式努力营造良好的舆论氛围。让“三爱三节”教育随处能见，随时可学，使“三爱三节”教育不断深入人心。

“爱学习”，认识到“不学无以成才”；“爱劳动”，认识到只有劳动才能创造美好的生活和美好的未来；“爱祖国”，认识到祖国是创造幸福生活和实现个人理想的依靠。“节水、节电、节粮”，树立勤俭节约意识，自觉肩负起“厉行节约、反对浪费”的社会责任。把“三爱三节”教育摆在重要位置，每位同学都要结合自身实际，努力践行“三爱”“三节”，争做一个德才兼备的人，争做祖国未来栋梁。

谢谢大家！