

# 勤俭节约杜绝浪费班会方案设计 勤俭节约班会演讲稿(精选8篇)

方案在各个领域都有着重要的作用，无论是在个人生活中还是在组织管理中，都扮演着至关重要的角色。方案的制定需要考虑各种因素，包括资源的利用、时间的安排以及风险的评估等，以确保问题能够得到有效解决。以下是小编给大家介绍的方案范文的相关内容，希望对大家有所帮助。

## 勤俭节约杜绝浪费班会方案设计篇一

大家好！

诸葛亮曾经说过”夫君子之行，静以修身，俭以养德”，李绅说“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”，朱柏庐说“一粥一饭，当思来之不易，半丝半缕，恒念物力维艰”可见古人很讲究“勤俭节约”这一传统美德。

我家的家风之一就是人人要养成勤俭节约的好习惯。生活中，家人常常教育我如何养成勤俭节约的好习惯。妈妈跟我说：“吃饭不能浪费”；外婆跟我说：“洗手时水开小一点，洗完要关紧水龙头”；爷爷跟我说：“钱不能乱花”；爸爸跟我说：“要节约用电，出门时要把家里的电灯关了。”……诸如此类的叮嘱还有很多很多。

有一次，我们一家人出门去玩，半路上突然想起家门口水池上的水龙头好像没关。我们赶紧赶回家，没想到水龙头关得紧紧的。原来是隔壁邻居家爷爷发现水龙头没关，就顺手帮忙关了。他还在上面留了一张纸条，上面写着：“你们以后可要注意啊，不要让小事酿成大祸啊！”因为报纸上曾经报道过，有户人家因为忘记关水龙头，结果自己家水漫金山不说，还连累楼下的住户全部家具都浸泡在水中，损失严重。如果养成随手关龙头的习惯就不会酿成这样的大祸了，所以我们

一定要养成勤俭节约的好习惯。

我们以后可不要轻视节约这一好习惯，如果你还没养成这一优良习惯，那就从现在开始行动吧！

## 勤俭节约杜绝浪费班会方案设计篇二

- 1、通过活动使学生懂得勤俭节约的重要性；
- 2、懂得勤俭节约要从平时的一点一滴做起；
- 3、使学生从小养成节约的好习惯。

出好一期“节约主题板报”；部分学生出好“节约手抄报”；做好校园内的浪费现象的调查；搜集“节约宣传语”；想好一些“节约金点子”；利用废品做一些装饰品之类的东西；相声、小品等节目的排练。

主持人宣布“勤俭节约，从我做起”主题班会现在开始。

主持人甲、乙(以下简称甲、乙)

甲：先请听歌曲《我们的生活多么幸福》

乙：听了这首歌，大家有什么感受？

(指名谈感受)

甲：的确，同学们都感觉到我们的生活很幸福。可是，同学们，你们是否知道，我们今天的幸福生活是来之不易的。当年，无数的革命先烈为了新中国的诞生而忍受饥寒，吃树皮、野草，喝雪水、泥水。他们抛头颅，洒热血，为国捐躯，用鲜血和生命换来今天的幸福生活。

乙：请听两个勤俭节约的故事。

周恩来总理有一件补了又补的衬衣，别人叫他换新的，但他舍不得丢掉，每次破的时候都会叫邓奶奶戴着她的老花镜，一针一线仔仔细细地帮他缝补好。这件衬衣虽然有许多补丁，但他洗得干干净净，穿在身上他觉得很满意，依然显得精神抖擞。

甲：老一辈无产阶级革命家们靠艰苦奋斗、勤俭节约为我们开创了幸福的生活，今天，我们可以穿上漂亮的服装；可以背起书包高高兴兴地回到学校里学习文化知识；可以去公园里欣赏奇花异草。我们不愁吃，不愁穿，生活无忧无虑。

乙：可是，我们也发现，有很多同学却不珍惜这样的幸福生活，肆意地浪费。请同学们来说说自己在校内所见到的一些浪费现象。

**【镜头一】**忘关水龙头，或索性玩起了打水仗。

甲：我们知道，现在地球上可用的淡水资源是相当少的，人类正面临着水资源匮乏的威胁。请听诗朗诵《水，生命之源》（配乐，配长江、黄河等图片）

水是生命之源

水是生命之源，她像乳汁般甘甜。

她让森林青翠欲滴，她使花朵缤纷灿烂。

她让小鸟歌唱婉转，她使大地生机盎然。

生命从水中走来，一代代生息繁衍。

那是生命的源泉，生命从水中走来。

珍惜宝贵的水源吧，一代代生息繁衍。

水是生命之源，请珍惜每一滴水。

浪费会让森林失去绿色，挥霍将使鲜花不再灿烂。

鸟儿将没有婉转的歌唱，地球上也不再有人类出现。

珍惜宝贵的水源吧，那是生命的源泉！

乙：下面请听相声——洗衣服。

甲：呦，这不是小红吗？好久没见了啊！

乙：是啊！

甲：呵，我刚发现，今几个衣服挺精神啊！

乙：嗨，这哪是精神啊！这是因为洗衣服洗得好。

甲：怎么洗的？把秘诀给我传授传授。

乙：成！（快速说）先用狗牌儿洗衣粉打一遍，将水龙头开至最大哗哗一冲，这是第一遍。

甲：噢，这是第一遍。

乙：（快速地）再把兔牌儿领洁净喷上，放一大盆水，以每秒800公里的速度将衣服扔进盆中，双手迅速抓住衣领口大喊：洗刷刷，洗刷刷，喔喔。

甲：呵，还带唱的。

乙：（放慢语速）猛搓衣服。只见晶莹的水花四溅飞扬，（深情地说）整间屋子都湿了，连澡都一块儿洗了（感动地说）。

甲：您等会儿吧！

乙：嗯？怎么了？

甲：您这一盆水是多少水啊？

乙：没多少，就一浴盆水。

甲：这还没有多少呢！不行，你太浪费了！

乙：（咄咄逼人地说）怎么不行，怎么不行！日本鬼子被赶走了，人民当家做主人了，全民幸福奔小康了，我家洗衣服多用点水咋了！

甲：俗话说得好，穷啥不能穷教育，苦啥不能苦孩子，费啥不能费水源啊！

乙：那你是怎么洗衣服的？

甲：我把衣服放在水池子里，将水龙头轻抬2.25毫米，等30秒后会滴出一滴水珠，一定要调整好衣服的位置，让水珠正好滴在污渍上。

乙：那其他地方呢？

甲：干搓呗

乙：啊？干搓！？

甲：是啊！这样多省水啊！

乙：我的天！

甲：哈哈，咱们还是好好洗衣服吧，既别浪费，也别用水珠洗衣服。

乙：对！在节约的前提下把衣服洗干净。

甲：同学们没有把节约水资源停在口头上，而是把它落实到了实际生活中和具体行动上。

乙：可是中午就餐时，我们的同学还是发现了一些浪费现象。

(指名说)【镜头二】食堂就餐，只吃几口，就把饭菜倒掉

甲：请看小品《小华后悔了》。(五人表演)

奶奶：(急急忙忙走过来)哎哟！我的小宝贝，快十点了，快起来。

小华：(马上起床，看了看衣服)这衣服有些旧了，给我换件新的吧。

奶奶：好，好，这就换，这就换。(马上递上新衣服)

小华：(满意地)嗯，这还差不多。

爷爷：(端来早餐)华华，快趁热吃，这是爷爷亲手做的面条，还香喷喷的。

小华：(瞪大眼睛，连连摆手，大叫)什么？又吃面条，我不吃，我要去广州宾馆买意大利粉吃。

爷爷：(陪笑着说)好好，我的乖孙孙，这面条留给我和奶奶吃，你吃意大利粉。

小华：(满意地点点头)这还差不多！

(晚上，一家人在吃饭)

小华：(饭掉了满桌子)

妈妈：华华，你看，满桌子都是饭，要注意点。

小华：(无所谓地)才那么几粒饭，算什么？米缸里有的是大米，要做多少饭都行。

爸爸：(严肃地)华华，你这样认为就不对了。要知道，一粒饭是来得非常不容易的。农民伯伯要经过播种-插秧-除草，施肥-收割-晒干，再加成大米。最后，我们还要把大米煮熟，才变成香喷喷的米饭。从播种到加工成大米起码要半年的时间。你每天都浪费几粒米，一年下来就有一麻袋了。你要养成勤俭节约的好习惯呀！

小华：(低下头)爸爸，我真后悔。以后再也是浪费了。我要做个勤俭节约的好少年。

乙：是啊，我们少年儿童应该不挑吃、不挑穿、不乱花钱，从小养成勤俭节约的好习惯。

甲：其实，我们的生活中还有很多浪费现象，请一些同学说说。

如：浪费电，不随手关灯，或天气没有热就开起了电扇，换教室上课，不知道关灯、关电扇等。

乙：同学们，我们的生活是富裕了。可是，刚刚发生在四川汶川的512大地震，我想每一个同学都不会忘记。

(幻灯出示一些图片，配乐)

指名说。(如节约一切可以节约的资源，切切实实地为支援灾区做一些事情)

乙：我想，同学们一定会用勤俭节约的实际行动来表达对灾区人们的支援。

那么，对于节约，你有哪些金点子？

指名说。

举例：用鱼缸换出来的水浇花更有营养；

用洗米水刷洗碗筷更干净；

喝剩的茶还可以擦洗门窗和家具；

灯泡换成节能灯用电可以省七八成；

马桶水箱里放块砖最省水合算；

不用电器切断电源能节电10%

甲：看来同学们想的点子还真不少。下面，我们一起来读一读同学们搜集的关于勤俭节约的名言警句□

新三年，旧三年，缝缝补补又三年。（南京路上好八连）

悯农 李绅 锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。

（朱德）俭朴生活不但可以使精神愉快，而且可以培养革命品质。

（徐特立）鸟美在羽毛，人美在心灵。一个人的价值在于他的才学，而不在于他的衣饰。

俭，德之共也，奢，恶之大也。——《左传》

静以修身，俭以养德。——诸葛亮

历览前贤国与家，成由勤俭败由奢。——李商隐

天下之事，常成于勤俭而败于奢靡。——陆游

甲：节约还是一种文化，更是一种责任，培养节约意识，形成节约习惯，创建节约型校园是我们每一个横小學生的责任。

乙：课前部分心灵手巧的同学利用废旧物品做了一些饰品，下面有请他们上台展示。

(上台展示花篮、笔筒，或旧报纸做成的环保衣服等)

甲：最后有请班主任老师发言。

同学们，建立节约型社会，创建节约型校园，是一项全方位、全过程，全民参与的工作。作为一名少先队员，希望我们做到两点：一是“心动”，心里想着搞好节约，增强节约的主动意识；二是“行动”，掌握节约方法，做到合理科学地节约。让我们携起手来，从现在开始，从我做起，勤俭节约，共创节约型校园！

### 勤俭节约杜绝浪费班会方案设计篇三

- 1、学校开展关于“勤俭”征文活动，将优秀征文在校园宣传橱窗进行展示。
- 2、各班主黑板报开展了“勤俭”名言警句栏，由当天值日班长更换新的内容。
- 3、学校总务处就“勤俭”工作做具体安排。
- 4、总务处组织班主任，召开专题会议，研究学校当前存在的不勤俭行为，制定相关制度，并组织班主任加强监督，将监督结果与常规量化考核挂钩。
- 5、加强食堂自助餐管理，提倡勤俭，反对浪费。

6、召开班子会议，以教育为契机，以各管理制度为依据，加强各项管理，做到整齐、洁净、漂亮。

7、是课堂教学常规检查，同时教务处根据学校内涵发展要求，建立规范，大兴勤学之风，让学生将“勤”化为自己的自觉行动，养成课前勤预习、勤准备，课堂勤思考、勤记录，课后勤复习、勤实践的良好习惯。

8、各班开展了关于“勤俭”的主题班会。

1、“勤俭”活动实践开展的少一些，同学们乱花钱、相符攀比的现象还比较严重。

2、各班在“勤俭”主题月活动中的宣传力度不够，学生关于勤俭的意思不强，在头脑里还没有形成勤俭是人生最宝贵的财富，是一种美德。

3、学习中的勤开展的不好，你追我赶、奋先争优的学习氛围不够。

总之，加强学生勤俭节约的教育，既是继承我国传统美德的要求，又是时代发展的需要。“历览前贤国与家，成由勤俭败由奢”。中华民族自古以来就有着勤俭节约的传统美德，勤俭节约也是一个永恒的话题。历史和现实告诉我们：一个没有勤俭节约、艰苦奋斗精神作支撑的国家是难以繁荣昌盛的；一个没有勤俭节约、艰苦奋斗精神作支撑的社会是难以长治久安的；一个没有勤俭节约、艰苦奋斗精神作支撑的民族是难以自立自强的。

## **勤俭节约杜绝浪费班会方案设计篇四**

20xx—20xx学年度第一期下河东小学开展“勤俭节约”主题月活动勤俭节约是一种习惯，是中华民族的传统美德，更是当代小学生应当严格遵守的一种文明准则，在一定程度上反

映当代小学生的道德水平和文明素养。倡导勤俭节约，不仅有助于同学们健康成长成才，更重要的是，有助于铺张浪费的遏制和良好社会风气的形成，有助于中国梦的快速实现。为深入贯彻落实中央关于厉行勤俭节约、反对铺张浪费的精神，建设节约型学校，按照《教育部关于勤俭节约办教育建设节约型校园的通知》和学校《关于开展“一月一专题”主题班会活动的通知》文件精神的要求，我校积极响应，配合辅导站工作，认真开展节能主题月活动，旨在大力弘扬中华民族勤俭节约的优良传统，培养学生的勤俭节约意识，创建节约、节能型校园，取得了良好的成绩。

为确保本次主题月活动取得明显成效，我校成立了以校长为组长、全体辅导员班主任为成员的领导小组，全面负责各项工作的开展，层层落实责任，将主题月工作充分落实在每一个细节。我校于9月21日召开了全体辅导员班主任会议，对六月份“勤俭节约”主题工作进行深入讨论，认真筹划，精密部署，并对下一步工作的开展指明了方向。要求各班级在继续深入开展五月份主题工作的基础上，认真开好“勤俭节约你我共行”主题班会，并要求各班级以活动为载体，充分调动广大同学的积极性，创造性地开展活动，确保活动取得实效。各辅导员和班主任也针对班级实际，对校园节约工作进行了交流和讨论，并提出诸多好的意见和建议。

- 1、传达文件精神，学习讨论思想。我院要求各班级组织召开了座谈会，学习学校《关于开展“一月一专题”主题班会活动的通知》文件精神和六月份主题活动内容，讨论并制定了符合班级实情的“勤俭节约”规章制度，号召大家勤俭节约，抵制浪费。

- 2、倡导勤俭节约新风尚，大力宣传“勤俭人人有责，节约从点滴做起”，以此教育学生养成勤俭节约的好习惯，号召同学成为勤俭节约正能量的传播者。

- 3、张贴节约小标语，细节中潜移默化形成节约习惯。“节能

解危机，地球有转机”、“滴答滴答，这不是我要的旋律”等温馨有趣的贴心小标语，时刻提醒学生注意节约不浪费，养成勤俭节约的良好习惯。

5、观看宣传视频，加深勤俭节约意识。以学生组织、学生班级等为单位，观看了“劫水·节水”公益广告、“光盘活动·我在活动”等主题宣传片，并组织学生结合自身感受，以座谈会形式进行了交流座谈，同学们各抒己见，为节约节能献计献策。

1、举办“节约人人有责，节能从点滴做起”主题团日活动。学院组织各支部开展了“节约人人有责，节能从点滴做起”主题团日活动，曝光身边的浪费现象，积极向同学们宣传节约节能光荣，浪费可耻的思想观念。

2、“践行承诺，我们在行动”主题签名活动。部分班级开展了“践行承诺，我们在行动”主题签名活动，通过活动倡议学生加入到勤俭节约的队伍中，将学生的自我教育与实践活动相结合，提高其社会责任感，争做节能先锋。

3、召集了一批学生在食堂、教室等公共场所设立了“节水·节电·杜绝浪费”流动监督岗，在课余时间检查每个水龙头、每个开关的使用情况，并在出现浪费现象时给予提醒。

4、开展“小废品·大爱心”圆梦“微心愿”活动。定期和不定期收集同学们日常生活中产生小废品，如，废报纸，草稿纸，矿泉水瓶，废纸箱，易拉罐等废品，然后把它们变卖成“小财富”。

我校今后将更加注重节能节约教育，大力弘扬中华民族勤俭节约的优秀传统，厉行节约、反对浪费，我们的校园定会更美好。

## 勤俭节约杜绝浪费班会方案设计篇五

大家好！

我今天要演讲的题目是，《勤俭节约，不浪费粮食》。

勤俭节约自古就是中华民族的美德。穷人勤俭节约可以过上好日子。富人勤俭节约，大人可以教育孩子，小孩可以养成良好的习惯。

不浪费粮食，就是勤俭节约的重要方面，而且天天可以做到。

不浪费粮食，天天可做，顿顿可以做到。大家看看我就知道“i am so fat right?”是的。我应该减肥。要减肥，是不是每次都应该把饭吃一半，剩下一半倒掉呢？不是的。每次老师打饭的时候，给老师提个醒，少打一点。自己盛的时候，吃多少盛多少。每次都吃得干干净净。这样减肥，节俭两不误。

同学们，相信你们每一位，吃饭肯定不是问题。一般来说，想吃什么就有什么。可不是每个中国孩子，每个家庭都这样。广西电视台曾播出了这样一则故事。一个14岁男孩杨六斤，6岁时父亲去世，母亲改嫁，10岁爷爷奶奶相继去世，他成了孤儿。他只能青草填肚，捕鱼解馋。

其实，我们节约的粮食，可以帮助很多无助的孩子。

我的演讲完了，谢谢大家！

## 勤俭节约杜绝浪费班会方案设计篇六

大家好！今天我演讲的题目是：《勤俭节约，从我做起》。

记得我刚踏入小学的大门，老师就教我们背诵一首诗：锄禾日当午，汗滴禾下土，谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。

千百年来，勤俭节约一直是中华民族的传统美德。

有同学会问：勤俭节约，我能做什么？答案很简单：从我做起，从身边的小事做起！

回想我们在学习和生活中，是否注意节约每一滴水、每一度电、每一张纸而事实上，往往是我们不经意间造成了诸多浪费。

卫生间水龙头依然滴滴答答地响着，有时甚至还听到哗哗的流水声其实稍加注意，我们可以做得更好，但往往我们却忽视了这些细节。

为什么？为什么会出现这样的现象？关键是我们的脑中没有节约的意识，更没有将节约养成一种良好的习惯，并形成一种观念。

同学们，勤俭节约不是一时的、而是永恒的话题。

将会带动社会发展一大步！只有我们时时处处、点点滴滴都节约，我们才能节约资源，也只有时时处处从我做起，我们的地球家园才会永远美丽富饶！

同学们让我们用实际行动来为建设节约型社会、节约型校园、节约型家庭而努力吧！

谢谢大家！

## **勤俭节约杜绝浪费班会方案设计篇七**

勤俭节约是中华民族优良传统，是社会主义核心价值观的重要内容。我班根据区教育局关于开展“勤俭节约日”主题教育实践活动的通知精神和要求，结合我校我班实际，紧紧围绕以“勤俭节约，从我做起，从点滴做起”为核心，深入

开展了形式多样的主题教育实践活动，现将活动情况做如下小结。

研究活动方案，制定和部署具体工作。

我班活动总体分为宣传教育和主题实践两个序列展开，简称“双六行动”。

### 1、主题教育活动。

(1) 全班集中进行专题讲座二次，由班主任做动员报告、专题活动负责人做专题讲座。

(2) 利用每周国旗下讲话等形式，加大宣传力度，营造“勤俭节约光荣，浪费可耻”的氛围。

(3) 班级以“勤俭节约，从我做起，从身边的点滴小事做起”召开主题班会各一次，同学们通过讲故事、朗诵诗歌、搜集名人名言等形式，深刻领悟勤俭美德的含义。增强忧患意识，继承中华民族勤俭节约传统美德，懂得在日常生活中怎样节约每一滴水，每一度电、每一张纸和每一粒粮食，反对铺张浪费。

(4) 少先队中队发出了“勤俭节约，从我做起，从点滴做起”的倡议，要求全体师生树立起珍惜每一粒粮食、每一滴水、每一度电的观念，继承和发扬中华民族勤俭节约的传统美德，并积极投入行动中，做勤俭节约小主人。

(5) 班级以“节粮、节水、节电”为内容办了一期黑板报。同学们通过设计鲜明的手抄报和绘画，进行了自我教育，知道生活中有很多利用的资源可供我们充分利用。

(6) 班级进行了一次以“节俭养德从我做起”“弘扬勤俭节约传统美德”为主题的征文竞赛活动评选。

2、广泛开展了“勤俭节约人人行”主题实践活动。落实“五节约五减少”勤俭行动。

(1) 关好水龙头，节约每一滴水。

(2) 不开无人灯，节约每一度电。做到教室晴天不开灯，人走灯灭。做到放学后拔掉所有电器插头。

(3) 不乱扔纸屑，节约每一张纸。做到草稿纸双面写，提倡使用手帕不用一次性纸巾。

(4) 不吃或少吃零食，不丢剩饭，节约每一粒粮食。

(5) 不乱扔垃圾。做到垃圾分类，变废为宝。养成了“节俭养德”行动的自觉性。

(6) 学校和班级表扬“节俭”行动先进分子，鞭策后进。激励学生争做“勤俭节约小标兵”。校园形成了“勤俭节约”的良好风气。

“节俭养德从我做”是一项长期的行动，我们做了一些工作，但只是起点不是终点，我们将继续开展下去，为培养小学生节俭的好习惯，倡导节俭光荣的社会风尚，促进学生养成健康文明的生活方式而继续努力。

## 勤俭节约杜绝浪费班会方案设计篇八

女：六月，我们迎来热情奔放的初夏。六月，有灿烂的阳光照耀在我们的身上。

六月，我们也将迎来一年一度的父亲节，一个值得我们去感恩的日子。

男：我们的成长过程中离不开父母的养育和帮助，他们悉(xi)

心照顾我们,给(ji)予无限的关爱。

一棵参天的大树,为我们遮挡风雪和严寒。他像夜晚的一盏明灯,给我们带来光明和温暖。

特别的节日里,让我们为自己的父母送上一份温馨的祝福,送上一份来自儿女的情谊。

男:父亲节究竟是怎么得来的呢?

但它

表达了人们对父亲的尊敬和爱戴,因此逐渐被全世界人民所接受。

父亲的默默付出,他们不辞辛苦为我们支撑起生活的蓝天。

男:请听诗朗诵《父爱》

女:《父爱》

父爱如伞,为你遮风挡雨;

父爱如雨,为你濯(zhuo)洗心灵;

父爱如路,伴你走完人生。

恐惧时,父爱是一块踏脚的石;黑暗时,父爱是一盏照明的灯;

枯竭时,父爱是一湾生命之水;努力时,父爱是精神上的支柱;

成功时,父爱又是鼓励与警钟;父爱有如大海般深沉而宽广。

会让我们忘却冬日的寒冷。恐惧害怕时，父亲的怀抱往往是我们最可信赖的依靠。

关爱，源自恨铁不成钢的心情。我们不能因此而无视他们的艰辛付出，甚至对他们有所怨言。

父亲对我们的期望，才能对的起父亲为养育我们而付出的辛劳。

房间，减轻爸爸的负担。回家后能微笑着向父亲说一声“爸爸您辛苦了！爸爸我爱你”。

(合)：101班《父爱如山》主题班会到此结束。让我们共同祝愿天下所有的父亲—幸福安康！