

上课不扰乱课堂纪律保证书 违反纪律保证书(实用6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。演讲的直观性使其与听众直接交流，极易感染和打动听众。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的演讲稿模板范文，我们一起来看看吧。

节俭的演讲稿篇一

您们好！

勤俭节约是什么？虽然一直把这个词挂在嘴边，但是你们真的做过勤俭节约的事吗？你们真的理解了这个词吗？让我们先来说说钱物吧！

父母的钱都来之不易，有打工的，也有的是日夜奔波到客户家里推销产品的、出差到好几个月才回一次家的……而因为你的贪吃、贪玩，这些血汗钱都被一点一滴的“吞噬”，而父母的生活也得因为你而变得艰难，哪怕你的家境多么富裕，因为你的随意挥霍，这些钱财总会花光的。所以，我们要将那些买零食、买游戏卡、玩具的钱攒起来。一天、两天、三天……你总会攒到很多钱的：十元、一百元甚至一千元！你会变成一个“小富翁”！小时候的成功，会对你未来的事业很有帮助，钱物上的节约，请千万要记住哦！

再来说说资源吧。

节俭的演讲稿篇二

大家好!很高兴站在这里与大家高唱一支节约之歌。我为大家带来的是《叩问心灵,崇尚节约》。

不知大家是否听过这样一个故事:一家杂志社举行“打造节约型社会”有奖征文活动,应征的稿件堆积如山。作者中不乏专家、名者,也有很多真知灼见。但出人意料的是,特等奖却由一名普普通通的中学生获得。为什么呢?因为他是一个把征文稿件打印在正反两面纸上的人。

节约是一种财富,是那镶嵌在如宝石的美德上最朴素的东西。我们不曾忘记,明朝清官海瑞用“公以生为明,俭以养其廉”为勉励;我们也还记得,周总理那件破了又补,补了又穿的睡衣;我们也曾听说过,德国前总理科尔毫不犹豫地舔掉盘子里剩余的汤水。这是节约的感召,节约的力作,节约的呼唤!

今天,时代呼唤精神动力,民族需要精神空间。但“加快建设节约性社会”不是一句普通的口号,而是构建和谐社会的实际行动。它需要一沙一石的凝聚,一草一木的积累;它需要让每一份资源都得到合理利用;它需要我们树立一个观念,那就是:节约光荣,浪费可耻。我国虽说是一个资源总量丰富的大国,但就人均占有量而言,我国却是一个穷国,而且能源的浪费现象还在持续不断,难道真的要让子孙后代去讨残羹冷炙吗?树立节约意识,提倡节约,迫在眉睫。

怎能忘,节约飞扬传四海,辉煌永驻;榜样辈出笑华夏,前景更佳。当看到水龙头里的水哗哗直流时,你主动伸手拧紧;当离开教室看到未关的电灯时,你顺手关上;当别人让你使用一次性筷子时,你毅然拒绝。从平凡的生活小事做起,以艰苦奋斗为荣,以骄奢淫逸为耻,让节俭蔚然成风。

朋友们,节约的星星之火已在校园燃起,节约的圣洁之花已

在祖国大地绽放，节约的理念已在你我心中。行动起来吧，叩问心灵，崇尚节约，奏响节约的主旋律，开创华夏的新篇章！

节俭的演讲稿篇三

大家好！

“据报道，中国人每年在餐桌上浪费的粮食多达800多万吨，价值高达2000亿元，被倒掉的粮食相当于2亿多人一年的口粮。”第一次看到这则公益广告的资料，相信大家都会感到震惊，同时为我们中国人所造成的浪费而感到耻辱。

节俭是中华民族的传统美德，是我们民族世代相传的精神财富，也是我们这个民族百折不饶、生生不息的力量源泉。每个公民都要在工作、学习、生活中自觉弘扬节俭的优良作风，养成节俭一滴水、一度电、一张纸、一滴油、一粒米的良好习惯。

节俭要从小事做起，从日常生活做起。“聚沙可成塔，积水可成渊”。小朋友们在吃饭时要尊重农民伯伯的劳动，爱惜粮食，争做“光盘行动”的小模范。外出就餐时，更不能摆阔气，讲面子，要合理点菜，不剩饭，不浪费，吃多少，要多少，吃不了，打包走！大家要树立节俭光荣、浪费可耻的思想观念，一齐对“浪费”坚决说不！

节俭是一种美德，更是一种良好习惯。随手关灯、随手关水龙头，不让电脑、电视、空调等长时间待机……还有我们小学生用的草稿纸，一面用完，另一面必须要之后使用。另外大家外出旅行时，能够随身携带水杯和洗漱用品，外出就餐时随身携带筷子，减少对宾馆和饭店一次性用品的使用，即卫生又避免资源的浪费，算得上一举多得。

生活中需要节俭的地方还很多，节俭的行为还需要大力提倡，

只要我们每个人都从我做起，从一滴一点的小事做起，养成良好的习惯，勤俭节约的传统美德就必须能在全社会进一步发扬光大。

节俭的演讲稿篇四

大家早上好！

水是生命的源泉，电是光明的使者。保护水资源，造福千万代，节约一度电，光明在明天，节约用水，从我做起，节约用电，匹夫有责！

1、不浪费一度电：课间操时、去专用教室上课时，在教室无人的情况下，一定要及时把电灯、电扇关闭。平时指定同学专人看管。看一看，哪个班级的同学最自觉！

2、不浪费一滴水：洗脸、洗手、刷牙后一定要养成随手关紧水笼头的好习惯。看见没关紧的水笼头要主动将水笼头关紧。

让我们来共同构建环保节能的生活吧！

节俭的演讲稿篇五

大家好！

现在我们的生活犹如芝麻开花一节节高！吃的呢，是天天有鱼有肉，山珍海味也不少见，时不时还会创新做菜方法，如果做得不好吃，就直接倒掉；穿的呢，衣柜里满满是各式各样的衣服，而且好多没穿几次，就被遗忘了，又开始购买新的；出门呢，的士、私家车满街都是，一派车水马龙；住的呢，高楼大厦鳞次栉比，就是小别墅也不少见……对于这一切人们习以为常了，在不知不觉中，浪费也渐渐走进了我们的生活，和我们交上了朋友。

记得有一次，家里来了客人，爸爸妈妈决定外面吃饭。我一听，一蹦三尺高。在餐厅里，我们吃了香喷喷的饭菜，很快大家吃得肚子滚圆滚圆。可是，桌上还有几道菜原封不动，爸爸一直劝大家多吃点，可最后还是剩了好多。于是，爸爸叫我去打包。我往四周撇一眼，发现周围好几桌也都有剩好多菜，可他们都没有打包。心想：会不会被别人笑话，笑我们这么小气！我们家又不是穷到剩饭剩菜还要带回去的地步，多难堪啊！为什么要打包？我越想越不开心，磨蹭着不肯去。在爸爸的一再催促下，我只好硬着头皮向服务员阿姨要了打包盒子，离开时，听到：“多懂事的小朋友啊，要是大家都这么节约就好了”。

我顿时脸红了，也意识到了自己原先的错误想法。是啊！在不知不觉中自己也加入了浪费大军。吃饭挑食、不好看的衣服就不穿，出门不爱走路……真是很惭愧啊！

其实节约就这么简单，如果人人都节约生活中的每滴水、每瓦电，把自己没用的东西拿出做爱心捐赠……相信世界会越来越美好！

我心里暗暗决定拒绝浪费，从自己开始，从现在开始，从身边的一点一滴做起！

节俭的演讲稿篇六

“锄禾日当午，汗滴禾下土，谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”相信大家对这首诗并不陌生吧！但是，我个人认为，其中有一个字用的不太恰当：“滴”，我认为可以换成“流”。尽管不是很通顺，但这是事实，因为我父母就是农民。有一次，爸爸妈妈去地里干活，反正写完作业了，闲着也是闲着，不如去地里帮爸爸妈妈干点儿活。

现在，全国都在流行“节约”，如“光盘行动”啦，“打包”啦，总之，我们要节约粮食。酒店一年里浪费的粮食够

两千五百万人吃一年的口粮。由此可知，酒店里是有多么的浪费！

作为一名中学生，不能只从嘴上说要节约粮食，不浪费粮食，我们应从实际行动做起，从现在做起，从自我做起。

韩凤杰和我商量了一会儿，决定：一份米饭，两根香肠，一根肉串。一粒米也不剩下！由于韩凤杰吃得太慢，队急着走，盘子里还有几粒米，我到盘子时偷偷数了数，七粒米，也行。够省了。

现在流行的一句话是：“浪费可耻，节约光荣。”你做到了吗？

自从那一次起，我每顿饭都一粒米也不剩下。我们来想想，如果我们学校一个人浪费一粒米，加起来一共三千八百多粒米，这仅仅没事一天，如果一年浪费的加起来，一共一百四十五万多粒米，等于等于让数百个农民白白干了一辈子活，如果你父母是农民，你会忍心吗？就算你父母不是农民，你也不该浪费粮食啊。

有些人请朋友吃饭，订了许多菜，吃得少，剩的多。因为爱面子，不好意思打包。而就因为他的不好意思，浪费了许多粮食！那些浪费粮食的人，他们知道农民有多累吗？不知道！我很想请那些浪费粮食的人们去体验一下农民的苦，体验一下农民的累!!!他们一年四季都在地里干活！夏天，烈日炎炎，把他们的皮肤晒得黝黑，冬天，寒风刺骨，让他们的膝盖承受不住，而患上关节炎。我爸爸的腰、腿、膝盖都不好，但他每天坚持干活，种出来的粮食却全被浪费了！

我问爸爸：“爸爸，你累吗？”爸爸擦了擦汗说：“不累！为人奉献嘛，值！”看着爸爸必须费很大劲儿才能直起来的腰，我不禁潸然泪下。

浪费可耻!节约光荣!

记住：千万不要浪费粮食!!!

节俭的演讲稿篇七

大家好!我发言的题目是《厉行节约，从我做起》。

记得很小的时候，我们学的第一首唐诗就是：“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”，古人言“尽览前贤国与家，成由勤俭败由奢”“艰难困苦，玉汝于成”“居安思危，戒奢以俭”。节俭，这一中华民族的传统美德，在今天的社会里，更显得意义深长。

我们从小就被教育，节约要从小处着手，从一粒米、一滴水做起，然而，节约终究不只是小事，它在当今社会已经成了“可贵”的品质。，有些时候，节约成了小气，被人笑话；更有些时候，节俭却被当成贫穷的表现。我想，我们需要在全社会改变那种所谓的虚荣消费心理和浪费观念，需要重新认识老祖宗留下的千年传统和良好美德。

勤俭节约是我们的传统，许多老一辈无产阶级革命家都是我们学习的榜样：敬爱的周总理的睡衣穿了几十年，破了就补，补了又补，直到烂了，没法再补，就把整个背部换掉也不肯买件新的；无产阶级战士雷锋，脸盆用得油漆都落光了也舍不得丢掉。他们为什么要这样做呢？那便是为了替国家省下建设的资金！

有的同学会说，那时国家底子薄，所以需要勤俭，现在人们富裕了，应该享受一下了。这种想法是错误的！的确，改革开放以来，我国的社会主义建设事业取得了辉煌的成就，人们的物质生活比解放前好多了，但与发达的国家相比，还有较大的差距。我们的国家还不富裕，仍然需要发扬勤俭节约的优良传统。

由此，我也想到了我们的节约意识反差巨大。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?……看看餐厅里的剩饭剩菜，看看楼道里的长明灯，听听厕所里的水生哗哗，许多纸张只写了几个字就扔进废纸篓……现实往往是，我们在不经意间就造成了诸多浪费。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。我想，在家里我们肯定能做到随手关灯、关水，为什么在学校、在公共场合我们却忽略了这些细节?关键是我们没有将自身真正溶入到生活中，没有将节约养成良好的习惯，并形成观念。

节约，是对家庭幸福的盘算，更是一份社会义务的担当。节约是一种远见，一种态度，一种智慧。小到一个人，一个家庭，大到一个国家，整个人类，要想生存，要想发展，都离不开“勤俭节约”这四个字。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。

所以今天，我们应该大声倡议：让我们积极行动起来，牢固树立节约意识，“让节约成为习惯”、“让节约成为生活方式”，坚持从自己做起，从每一天做起，节约每一滴水、每一度电、每一粒粮，从一点一滴小事做起，只有时时处处、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，这样我们的地球家园才会永远美丽富饶!厉行节约，从我做起!

我的发言完毕，谢谢大家!

节俭的演讲稿篇八

节约是对家庭幸福的盘算，也是一份社会义务的担当;节约是一种远见，是一种智慧，是对自己和子孙负责的身体力行。

有的中学学生每学期用的圆珠笔竟达40多支之多，大部分的笔芯只用了三分之一就扔了，目的是为了外观新潮。

有的中学食堂一个月的一次性饭盒竟达一千个左右，吃剩的馒头、米饭到处皆是。

有的教室白天阳光充足却照开灯，学生外出时，电风扇照转，遍地纸张，有些同学桌上还有纸飞机。

还有的学生一个月的零花钱就一千多元，大多用在聚会、请客等豪华消费，仅有10%左右用于学习文具或参考书。

更常见的是，用完水不关水龙头的现象，公共卫生间更是如此。

近年来，随着人口的骤增和经济的快速发展，资源紧缺的矛盾已经日益突显，尤其是水、电、煤、石油等非可再生性资源的告急，不仅影响了经济的发展，更威胁人类的生存，我国的资源供应情况愈加不容乐观。据数据显示，我国人均占有耕地仅为1.2亩，仅占世界平均水平的1/3；人均淡水资源只有世界人均水平的1/4；人均矿产资源仅为世界人均水平的1/2，在探明的45种主要矿产中，到20xx年可以满足需求的仅为6种。资源是一个世界性的问题，面对当前严峻的资源形势，世界各国为了走上可持续发展的道路，都在提倡节约的行为。而对于中国来说，这一点显得更为重要和紧迫。

前不久，国家发改委、中央文明办、中央电视台便共同发布了《公民节约行为准则》，号召全民节约，以达到创建节约型社会的目的。建设节约型社会的核心就是节约资源。资源节约型社会是指在生产，流通，消费等领域通过采取法律，经济和行政等综合性措施，提高资源利用率，以最少的资源消耗获得最大的经济和社会收益，保障经济社会的可持续发展。

因此，我们中学生作为公民，就要在日常的生活中用实际行动

动为建设节约型社会做出点滴贡献。

首先，我们要增强建设节约型社会的自觉意识，深刻认识到我国面临的严峻的资源形势。增强节约资源的自觉性，努力弘扬中华民族勤俭节约的传统美德，牢固树立“节约光荣，浪费可耻”的观念。

其次，我们应积极参加建设节约型社会的志愿服务，积极参与此类的宣传活动。同时，深入自己周围的群众，宣传建设节约型社会的重大意义，使自己所在的居民区形成良好的节约风尚。

节约，人人有责，人人有利，人人有为!全民参与，共同行动。建设节约型社会，我们能做的还有很多很多。