

# 2023年粮食重要性 爱惜粮食演讲稿(通用10篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。相信许多人会觉得范文很难写？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 粮食重要性篇一

大家好！

同学们，你们知道你们每天的“盘中餐”是哪来的吗？米饭是由大米制成的，而大米则来源于水稻。而水稻的种植、生长、加工过程极为复杂而艰辛的，让我们一起来了解一下整个过程吧！

播种。农民伯伯要在稻田（泡在水的土地）里撒下种子，播种时要提防水中的生物误伤（如蛇、水蛭等），并要每天关注育苗田里的水温、水质，确保秧苗的茁壮成长。

分苗。当秧苗长出有十余厘米时，需把它拔出、分散重新栽种到更大面积的秧田中，并讲究行距间隔的分开，使其有充足的生长空间，不能太窄，也不能太宽。不能使用农业机械化的稻田，需要人工弯着腰，用手一根接一根的把秧苗插到稻田里，这种劳作方式延续了千百年，就是常见的插秧场景。

锄草。秧苗长到一定的高度，需要把其他杂草拔除。在烈日的照晒，秧田好似一个大蒸笼，农民伯伯弯着腰，一根一根的把杂草拔除，汗水顺着胳膊、脸颊一滴一滴的滴入田中，正是“汗滴禾下土”，每一颗稻穗都是一滴一滴汗水培育出来的。

收割。收割是最农忙的时节，要赶在好天气，及时的把成熟的麦穗收割起来，收割时还要小心稻谷麦芒割伤，收割下的谷子还要打谷、碾壳把米粒和谷壳分开，才是能食用的米粒。

同学们，以上就是我们天天餐桌上最普通米饭的原材料——米粒的整个生产过程，中间农民伯伯要撒下多少辛勤的汗水。可是另一方面，据统计，全球每年在粮食的浪费上面就价值2亿多美元，是个多么庞大的数量呀，中国的耕地只占全球的7%，却有23%的人口需要养活，农民伯伯一年的收获，难道我们就忍心这样把它倒进垃圾桶？中华文化历来就有勤为俭的传统美德，就是指不要铺张浪费，如果你体验了这种粮食种植的艰辛过程，更要从每天的餐桌做起，珍惜每一粒来之不易的粮食。

## 粮食重要性篇二

大家好！

今天我所讲的主题是：节约粮食。

古人云：“锄禾日当午，汗滴禾下土，谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”这首诗大家都学过吧，可是你真正理解了其中的涵义吗？从一颗秧苗种子到你碗里的那粒米饭，要经历多少道工序及为之付出的辛苦劳动呢？我们同学都不知道吧！为什么我这么说呢？平时在学校里，我看到有些同学在午餐的时候因为自己的口味与饭菜不合，常常把自己不爱吃的饭菜倒掉，造成很大的浪费。我认为，这种行为是十分可耻的，应该杜绝。

把中午的饭菜吃光，不仅给自己的身体补充了能量，也是一种反对铺张浪费的表现。我为什么这么说呢？有些同学，饭菜不吃，零食不断，这既不利于营养的吸收，又造成金钱的浪费。虽然我不提倡挑食，但如果有的菜，你实在不爱吃，我们可以换一种方式去拒绝浪费，你可以问问周围其他同学，

或许他们爱吃，会给你解决一下。其实，生活中的点点滴滴都可以去实现“节约”这个目标。

因此，我在这里倡导同学们，拒绝舌尖上的浪费，节约粮食，从现在开始。

## 粮食重要性篇三

“节约”，是近年来很流行的一个词，几乎随处可见：节约用水、节约用电、节约用纸等等。节约，是一种美德。例如，节约粮食。

其实，在我刚看到“节约粮食，从我做起”这8个字的时候，我的脑海中曾经闪过一丝疑惑，节约二字说的容易，可是做起来会不会很难呢？节约粮食对农民伯伯来说是否有好处呢？不过，很快我就想明白了，节约其实做起来并不难，相反可以说还很简单，只要从生活中的一一点一滴做起来就可以了，比如说在出去玩的时候赶紧吃完碗里剩下的那几粒米，几根面，几口馒头就可以了，这样，即便是对农民伯伯没有任何的好处，对我们来说渐渐的也会养成一种好的习惯，而且还不会让农民伯伯那一滴一滴的汗白流，那一口口气白喘，那一声声的“好累”白说，那一份份的力气白使，那一次次望着庄稼成熟的笑容白笑。

粮食，是农民伯伯的汗水浇灌而成，是农民伯伯一次次辛勤施肥而成，是农民伯伯，总之，这一切的一切都告诉了我们一个道理，那就是粮食的来之不易，希望大家从自己做起，从而影响身边的人，让大家都懂得节约粮食。

锄禾日中

汗滴禾下土

谁知盘中餐

## 粒粒皆辛苦

这是在很早的时候，古人写一首诗叫《悯农》，如果先不看内容，光看诗名，悯农就是怜悯农民的意思，这里的怜悯并不是可怜的意思，而是要理解农民的辛苦，他们每年辛勤播种，灌溉，施肥，除草，杀虫，可是即使这么的辛苦，有时候遇上天灾，收的粮食也就只能够一年的生活，这也就是为什么我们说农民虽然是生活在社会最低层的人，但是他们却是最伟大的人。

所有的种种就是希望我们不要浪费一点一滴的粮食，因为节约光荣，浪费可耻。

## 粮食重要性篇四

大家好！

“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”大家一定要珍惜粮食啊！

毛泽东这位伟人大家一定不陌生，他就是我们的榜样：上世纪60年代，有一次毛泽东召开会议到中午还没有结束，他留大家吃午饭，餐桌上一大盆肉丸熬白菜、几小碟咸菜，主食是烧饼。毛泽东吃饭时，掉在饭桌上的一粒米、一根菜，他都要捡起来吃掉，饭碗里从来没剩过一粒米。粒米虽小犹不易，莫把辛苦当儿戏。

再举一个例子吧：毛泽东的女儿上学时，吃窝窝头时只把里面的枣掏了，其余的都仍掉。要知道，当时有不少人连饭都吃不上。老师把这件事告诉了主席，毛泽东严厉地批评了她女儿。从此，她再也不浪费食物了。有荒节约度荒，天荒节约备荒。

但是有些同学中午在学校吃饭时只吃一点点，甚至一口也不吃就倒掉了。你知道吗，我们浪费的不仅是粮食，浪费的是

农民伯伯的心血，农民伯伯的汗水，农民伯伯辛勤的劳动。

所以我送给大家几句珍惜粮食珍惜粮食的名言警句：精打细算够半年，遇到荒年不受难。粒米虽小君莫扔，勤俭节约留美名。一粥一饭当思来之不易，一丝一缕恒念物力维艰。

谢谢大家！

## 粮食重要性篇五

一日三餐离不开餐厅，餐厅是大家日常生活的重要组成部分之一，营造清洁舒适的就餐环境，不仅关系着每位同学的生活，而且直接体现了每一位学生的个人形象。文明之风吹拂校园，讲文明、树新风是我们每一个文萃娃必须具备的基本素质，食堂是我们在校学习生活的重要场所，营造清洁舒适的就餐环境，需要我们大家共同努力。

- 1、文明用餐要求每个同学要有规则意识。
- 2、文明用餐要求每个同学要有勤俭节约、爱惜粮食的意识。

吃饭就一定要爱惜粮食。尽管同学们将“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”背得滚瓜烂熟，可真正上了饭桌，浪费粮食、挑食的学生每天都有。文明用餐其中最突出的一条要求就是：不挑食，不浪费，把餐盘内饭菜吃干净。希望同学们挑食、浪费的现象一天天减少，餐厅的剩饭剩菜也越来越少，以节约粮食为荣，以浪费粮食为耻。

- 3、文明用餐要求每个同学要有良好卫生习惯。

文明用餐，从我做起，从点滴做起，从现在做起。“播种的是一种习惯，收获的是一种品格”。让我们为共同营造一个文明有序的用餐环境而努力，争做文萃小绅士小淑女！

## 粮食重要性篇六

你们好!我今天国旗下讲话的题目是《节约粮食，从我做起》。我想考一考同学们，10月16日是什么节日?是世界粮食日。

为什么要设立这样一个节日呢?很显然，是呼吁我们每一个人都要节约粮食!

我们先来看看在我们学校用餐的同学，我们觉得绝大部分同学就做得非常棒，在我值班的时候，我经常看到一些同学，将所打的饭菜吃得干干净净，我经常表扬他们，对着话筒大声地表扬他们。你们知道徐老师为什么要这样做吗?对了，就是希望每位同学都像他们一样，吃干净盘子里的每一粒米，每一口菜。其实这不仅是一种节约，也是对农民伯伯，食堂工作人员工作的一种尊重!更是一个人文素养的重要体现!

在节约粮食这件事上，我们不仅仅今天这个世界粮食日要重视，每天每餐饭都要牢记在心!同学们，根据20xx年我国的一项统计显示，就中国大陆民众一年平均倒掉六百亿人民币的剩菜和剩饭。

同学们，其实节约粮食，就是不浪费，做起来很简单：吃多少盛多少，不偏食，不挑食。像我们学校的饭菜，都是有菜谱的，就是说，饭菜的选择是经过科学搭配的。大家吃多少盛多少，不偏食，不挑食，这样做，既符合节约的要求，也有利于我们身体的健康!从今天的午餐开始，我们就来看一看，比一比，哪些班级哪些同学在吃饭这件事上做得最好!

现在生活水平提高了，有必要省一粒米吗?有些学生可能会有这样的疑惑。的确，节约一粒米没有实际意义，但却体现了一个人的道德品质。我们浪费了一粒米，但我们仍然扔掉了一个馒头。事实上，我们抛弃了中华民族勤俭节约的传统美德。

1. 珍惜食物，适量点餐，避免剩菜剩饭，减少浪费。
2. 不要攀比，以节约为荣，以浪费为耻。
3. 吃饭的时候想吃多少就吃多少，不要扔剩菜剩饭。
4. 看到浪费勇敢地停下来，尽力减少浪费。
5. 做一个节约的宣传者，向家人、亲戚、朋友宣传浪费的可怕后果。
6. 吃适量的米饭，想吃多少就吃多少，把碗里的饭吃干净，不要随便留下剩饭剩菜。
7. 不要偏食或挑食。
8. 在餐馆吃饭时，点菜是不会浪费的。如果有剩余，带回家。
9. 积极督促身边的亲朋好友，及时制止浪费食物的现象。

同学们，节约粮食的微妙之处可以在一个人的内心深处看到。古语有云：“不扫一屋，何以扫天下？”一切都一样。食物很难得到。采取行动！珍惜食物，从现在开始，从我做起！以实际行动引领建设“节约型家园”，为建设文明和谐家园作出应有贡献。

## 粮食重要性篇七

大家好！我是六年级一班的陈。今天我演讲的题目是《热爱生活，珍惜粮食》。

“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”。从我们牙牙学语时，父母就教我们背诵《锄禾》这首诗，让我们懂得稼穡的艰难和节约粮食的重要。但是在日常生活中，

浪费粮食的现象却随处可见。所以，为了唤起大家珍惜粮食的意识，联合国把每年的10月16日定为“世界粮食日”，党中央、国务院把世界粮食日的那一周定为“节粮周”。

作为我们这一代，不要以为我们的国家地大物博，就可以随便浪费粮食。要知道：中国人口已超过了13亿，人均耕地面积却不到1.5亩，仅仅是世界人均值的1/4！如此宝贵的耕地，每年还以千万亩的速度在消失。可见，珍惜粮食，杜绝浪费对我们来说是多么重要！

所以，我们要从现在做起，拿出实际行动来，把珍惜粮食的活动扎扎实实地开展起来。只要存有节约的意识，珍惜粮食不过是举手之劳。比如：吃饭时，吃多少，盛多少，不偏食，不挑食；少吃零食，不扔剩饭菜；在餐馆用餐时，点菜要适量，吃不完的饭菜打包带回家……对浪费的现象，我们要坚决反对，坚决抵制，用实际的节约行动为社会做出一份贡献、尽到一份责任。

“一粥一饭当思来之不易，一丝一缕恒念物力维艰”。热爱生活，节约资源，让我们从珍惜粮食开始做起吧。

## 粮食重要性篇八

大家好！

今天我所讲的主题是：节约粮食。

古人云：“锄禾日当午，汗滴禾下土，谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”这首诗大家都学过吧，可是你真正理解了其中的涵义吗？从一颗秧苗种子到你碗里的那粒米饭，要经历多少道工序及为之付出的辛苦劳动呢？我们同学都不知道吧！为什么我这么说呢？平时在学校里，我看到有些同学在午餐的时候因为自己的口味与饭菜不合，常常把自己不爱吃的饭菜倒掉，造成很大的浪费。我认为，这种行为是十分可耻的，应



该杜绝。

把中午的饭菜吃光，不仅给自己的身体补充了能量，也是一种反对铺张浪费的表现。我为什么这么说呢？有些同学，饭菜不吃，零食不断，这既不利于营养的吸收，又造成金钱的浪费。虽然我不提倡挑食，但如果有的菜，你实在不爱吃，我们可以换一种方式去拒绝浪费，你可以问问周围其他同学，或许他们爱吃，会给你解决一下。其实，生活中的点点滴滴都可以去实现“节约”这个目标。

因此，我在这里倡导同学们，拒绝舌尖上的浪费，节约粮食，从现在开始。

谢谢大家！

## 粮食重要性篇九

您们好！

所以，我们要爱惜粮食、节约粮食。它也是“养成良好习惯”的一个重要的方面，也是我们创建“绿色学校”、创建“节约型学校”的实际行动，同学们，你想做个文明的小学生吗？那就从文明就餐、节约粮食开始吧！其实节约粮食，做起来很简单：吃饭时，吃多少盛多少，不要剩饭菜；吃饭的时候，也要集中注意力，认真吃饭，不挑食。无论爸爸妈妈给我们吃的，还是学校里的饭菜，我们都要把肚子吃饱，吃饱才有利于我们身体成长的。为了自己的健康，我们都要通通吃掉它！

我们要树立节约意识。爱粮、惜粮、节粮，不能是空洞口号，它是中华民族的优良传统。“节约粮食光荣，浪费粮食可耻”的风尚不仅过去需要、现在仍然需要。我们的粮食远未充裕，我们没有糟蹋粮食的权力，也没有糟蹋粮食的条件。

希望前面我提到的那些浪费现象不再发生。

我们要发掘节约潜力。我们虽然不种田、不产粮，但节约粮食也相当于种了粮食。我们的一张张餐桌就相当于一方方粮田，除了吃进肚子上的粮食外，不浪费一粒粮食。

我们要强化节约行为。不管在家里还是在学校里，都不能浪费粮食。吃多少，烧多少；吃多少，盛多少；不偏食，不挑食；少吃零食，买了就要吃完，不随手扔掉……。对浪费的现象，我们要坚决反对，坚决抵制。只要我们牢记“节约”，就会养成良好的习惯。

同学们，让我们从今天开始，做一名爱惜粮食，节约粮食的好学生吧！