

2023年有趣的发酵教案及反思大班 大班 科学活动方案(优质8篇)

演讲稿也叫演讲词，是指在群众集会上或会议上发表讲话的文稿。演讲稿是进行宣传经常使用的一种文体。演讲的作用是表达个人的主张与见解，介绍一些学习、工作中的情况、经验，以便互相交流思想和感情。那么演讲稿怎么写才恰当呢？下面是小编帮大家整理的优秀演讲稿模板范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

勤俭节约杜绝浪费演讲稿篇一

勤俭节约，是中华民族的传统美德。在物质生活不富裕的过去，需要勤俭节约；在生活水平不断提高的今天，我们也不能丢掉勤俭节约的品质。小到一个人、一个家庭，大到一个民族、一个国家，都离不开“勤俭节约”这四个字。

俗话说：“成家子，粪如宝；败家子，钱如草。”随着社会的快速发展，人们的生活条件变得越来越好，有些人认为以现在的条件，不必再讲勤俭节约。适逢春节来临，不少人更是开销巨大，有些人甚至把勤俭节约的优良传统丢了，缺少勤俭节约的良好习惯，要知道：勤俭节约，永不过时。

奢侈浪费小到足以破坏一个和谐美满的家庭，大到足以灭亡一个无比强盛的国家。孔子说“人无远虑，必有近忧”，孟子讲“生于忧患而死于安乐”就是分别从个人和国家的角度强调了保持忧患意识的重要性。

现在，随着科技的发展，物质生活水平的提高。人们逐渐淡漠了古人的教训，大肆的奢侈浪费。我国就形成了一种通病——“节俭冷漠症”。身边的小事就足见这种病态的严重。白天明亮的教室里非得开灯，洗手间的水龙头“细水长流”，

电脑永远处在待机状态，简直是“不知节俭何滋味”。据上海能源管理部门统计，按平均每户家庭有15瓦特的耗电量计算，上海480万户家庭在白天高峰时就增加了2.5万千瓦左右的用电负荷；一台电脑的待机能耗30瓦，如果上海15万机关干部下班后都不关掉电脑电源，仅此一项，就将每天增加4500千瓦的用电负荷，倘若加上企事业单位的电脑待机浪费，数字十分惊人。如果这样浪费下去，有多少能源将被这样白白的浪费掉。为国家造成多大的经济损失。长此下去，即使我国再强盛，恐怕也支撑不了多长时间。

纵观历史，大到邦国，小到家庭，无不是兴于勤俭，忘于奢靡。古往今来，成功的创业者大都经过艰苦奋斗阶段，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。

在物质极大丰富的今天，戒奢从俭，不糜费财物，认识我们崇尚的美德。

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，现在的社会有时候变得很陌生，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。。

由此，我也想到了我们的节约意识却反差很大。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……往往是我们在不经意中就造成了诸多浪费。许多纸张

只写了几个字就扔进废纸篓；白天亮着的电灯；卫生间水龙头哗哗流水、地上到处洒落的粮食……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，没有将节约养成一种良好的习惯，并形成一种观念。

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，从一点一滴的小事做起，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！

同学们，水：生命之源，让我们一起去节约吧！

各位小伙伴们，当烈日炎炎的夏天，满身都是汗回到家，喝一杯冰水，顿时倍感舒畅；再洗一个澡，就更舒服了。这些不都来自水吗？水对我们太重要了。水从哪里来？水对人类、动植物又有什么作用呢？水为人类提供了交通方便，使船可以在水上航行；水能灌溉植物；水能饲养动物；做饭、洗衣、清洁、饮用都需要水。水对我们来说太重要了，如果没有水，我们将会无法生存。然而，随着我国经济的飞速发展，我们的生态大系统却遭到了肆意的破坏，环境危机日益增剧，人类遭到了大自然无情的‘报复’：水土大量流失，土地沙漠化，洪灾泛滥。给我们带来了不便，同时，也给我们敲响了警钟。但是，还有一些人以为水是“取之不尽用之不竭”的。其实，

他们错了，水是有限的，也是在日益递减的：水被蒸发后，有一部分会落下，也就是“雨”。而有一部分却是被“遗忘”的；所以水是有限的，也是日益递减的。你们知道吗？我们所需要的淡水还不足占总水量的百分之一。

下面就让我们去看看吧！一滴自来水得来不易，他必须经过过滤、净化、消毒、加压等许多繁杂的程序、才能供人类使用。如果，人类在肆无忌惮的浪费水源，那么就是对自来水厂的工人的不尊重，对他们的劳动成果的无视。若人类在这样的浪费下去，地球这个“水球”将永不复存，一切的一切将消亡。各位小伙伴们，节约是我们中华民族的美德，让我们一起节约用水。

各位大朋友们“勤俭节约，你我同行”。

勤俭节约是咱们中华民族的传统美德，无论家里的收入高低，再有多富裕，咱们都应勤俭节约，咱们要从此刻做起，从生活中的点点滴滴做起，养成良好的勤俭节约习惯。

有一件事我记忆犹心。

那是去年春节期间的一天，父亲要在家里请客人，中午的时候，家里来了许多客人，这下该咱们忙活的时候到了。我为客人洗水果，父亲就忙着现摆起他的茶艺来了。最忙活的就是母亲了，不长时刻，母亲就为客人准备了一桌丰盛的午餐，他们都吃的津津有味，赞不绝口的夸母亲手艺好，下午客人走了，我帮母亲收拾吃剩的饭菜。我把饭菜倒进了垃圾箱，母亲看见了严肃地对我说：“干嘛到掉了，物价这么贵，不好浪费粮食，况且咱们吃的都是农民伯伯辛苦种植的，因该珍惜劳动成果，正所谓谁只盘中餐，粒粒皆辛苦。”从那以后，我懂得了节约饭菜。透过这件事我受到了深刻的教育。

有一次，奶奶洗完衣服忘了关水笼头，我连忙过去关水龙头，并对奶奶说：“以后要节约用水。”还有一次，父亲在沙发

上看电视睡着了，但是电视机还开着，我就悄悄地关掉电视机。之后父亲知道了这件事，夸我是个懂事的孩子。

我已经是四年级的学生了，要多体谅父母的难处，多替家人着想，学习并领悟合理消费，虽然自我不当家，但也就应知道柴米油盐贵，这也正是咱们因该务必做的。

“奢侈浪费真可耻，勤俭节约是美德。”这是爷爷奶奶经常说的话。每当我听到这话时，我都十分惭愧。

记得有一次，我不仅仅没把碗里的饭吃完，还掉了许多饭粒在地上，爷爷看见了问我：“你学过《悯农》这首诗吗？‘谁知盘中餐，粒粒皆辛苦’这句诗写得真好啊！”爷爷又说，“此刻世界上有许多小孩，整天饿着肚子，面黄肌瘦，过着衣不蔽体的生活；而你呢，随意浪费粮食。虽然咱们的生活好了，但是节约粮食的传统不能丢。”我听了这话，觉得爷爷说的对，勤俭节约的好习惯要从小培养，以后我必须要注意。

还有一次，我看见一件衣服残旧了，便把它丢在一边，不穿了。母亲语重心长地对我说：“不是我不买新衣服给你。这件衣服虽然旧了，但还能够穿啊！能用的就用，这是最基本的美德。”又问我，“你听过《毛泽东同志的军装》这个故事吗？毛主席在延安时穿着一套洗得发白，补丁摞补丁的军装，同志们几次要他换一套新的，他都不一样意。有一次同志们背着他给他领了一套新军装，他发现后，硬是退了回去。毛主席的旧军装穿了四五年，大大小小的补丁有18块呢！听了这话，我想：毛主席是国家领导人，他都这么艰苦朴素勤俭节约，为什么我不能勤俭节约呢？”

勤俭节约是劳动人民的本色，是中华民族的光荣传统。我必须要继承和发扬这种光荣传统，我要永远记住“奢侈浪费真可耻，勤俭节约是美德。”这句话！

勤俭节约杜绝浪费演讲稿篇二

尊敬的各位领导、同志们：

大家好！我是__。我非常荣幸能代表颜乐天纪念中学站在这里参加比赛。今天我演讲的主题是“厉行勤俭节约反对铺张浪费”。

二氧化碳最明显的是温室效应，全球气温升高，南北极冰川融化。使得海平面升高，沿海地区有被淹没的危机，危害人类使人体体液酸化，血液ph值下降，引起红细胞内血红蛋白氧亲和力下降就是引起人体缺氧。

家庭习惯的改变可以减少有害气体的排放。二氧化碳排放量的一半以上来自住房和小店的小规模燃烧，以及交通，特别是汽车。仔细观察，人们的日常生活包含着保护地球的多种可能性。绿色和平组织认为：“节约能源是减少向大气层排放污染气体二氧化碳最有效的方式，因此也可遏止地球全面转暖和气候变化过程。”地球及其居民好像进入了一个高风险地区。在这个危险的地方，全球性变暖、气候变化和土壤、河流及海洋的污染威胁着人们。水和森林等自然资源的生存面临着威胁，大量的垃圾也在不断产生。环境日益恶化的警钟几年前就敲响了。

我国是一个大国，拥有十三亿人口，如果我们每人每天浪费一元钱，那么全中国一天就会浪费十三亿元啊！这数字多么令人震惊啊！但我们是否意识到：我们糟蹋水资源的同时，其实也是在毁灭一种希望，一种让蓝天、碧水和绿地永存的希望？所以，即使微不足道的一元钱我们也不应该浪费。“千里之堤，溃于蚁穴”，看似微不足道的一点浪费，就像“蚁穴”一样侵蚀着立国的根基。“每一粒粮食，便念稼穡之艰难；每一件衣服，则思纺织之辛苦。”的古训尚在心中回响。

我们要以勤俭节约为荣，以奢侈浪费为耻；从身边做起，从一元钱、一粒米、一滴水、一度电、一支笔、一张纸、一本书、一块橡皮做起，养成勤俭节约的好习惯，让勤俭节约的精神渗透我们的一言一行、一举一动，伴随我们的一生！我的演讲完毕，谢谢大家。

勤俭节约杜绝浪费演讲稿篇三

敬爱的老师，亲爱的同学们：

水，是人的生命之源！春暖花开，雨水唤醒了万物；炎炎夏季，河水灌溉了庄稼；金色秋天，泉水清凉了大地；皑皑冬日，茶水温暖了心田。一年四季，水在我们生活中扮演着多么重要的角色！

然而，在我们赖以生存的地球——在这个蓝色的水球上，虽然有四分之三的地表被水覆盖，但能利用的淡水并不多。世界上有60%的地区面临着供水不足。“水贵如油”虽是个比喻，可在世界上很多地方却成了无可辩驳的现实。

如今，节水已经成为全世界关注的焦点，每年的3月22日定为“世界水日”。每年的3月22日所在的一周，定为“中国水周”。我国是个水资源大国，但同时又是个水资源的“穷国”——我国有300多个城市缺水，近50个城市严重缺水，在我国的黄土高原上更是“滴水值千金”！

因此，我们在生活中要养成节约用水的好习惯：在家里，在学校，不随意浪费每一滴水；看到有浪费的不良现象，我们要敢于制止。总之，节约用水，人人有责！从我做起，从现在做起，养成节水的好习惯。作为开封x中的学生，我们不仅自己要有节水意识，更要用实际行动来唤起更多的人来节约用水；向家人，向邻里，向亲朋好友，向身边的每一个人，介绍有关水资源方面的知识，积极宣传节约用水的好处，这是我们的义务，更是我们的责任！

在这里，我向全体同学倡议：请节约生命中的每一滴水吧，晶莹剔透水，滴滴都珍贵。我相信，只要我们都珍惜我们赖以生存的水资源，我们的明天一定会更加美好！

谢谢！

勤俭节约杜绝浪费演讲稿篇四

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！

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，现在的社会有时候变得很陌生，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。。

由此，我也想到了我们的节约意识却反差很大。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……往往是我们在不经意中就造成了诸多浪费。许多纸张只写了几个字就扔进废纸篓；白天亮着的电灯；卫生间水龙头哗哗流水、地上到处洒落的粮食……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，没有将节约养成一种良好的习惯，并形成一种观念。

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，从一点一滴的小事做起，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！

勤俭节约杜绝浪费演讲稿篇五

尊敬的各位领导、同志们：

大家好！

同学们，水是生命之源，让我们一起去节约吧！

各位小伙伴们，当烈日炎炎的夏天，满身都是汗回到家，喝一杯冰水，顿时倍感舒畅；再洗一个澡，就更舒服了。这些不都来自是水吗？水对我们太重要了。水从哪里来？水对人类、动植物又有什么作用呢？水为人类提供了交通方便，使船可以在水上航行；水能灌溉植物；水能饲养动物；做饭、洗衣、清洁、饮用都需要水。水对我们来说太重要了，如果没有水，我们将会无法生存。然而，随着我国经济的飞速发展，我们的生态大系统却遭到了肆意的破坏，环境危机日益增距，人类遭到了大自然无情的‘报复’：水土大量流失，土地沙漠化，洪灾泛滥。给我们带来了不便，同时，也给我们敲响了警钟。但是，还有一些人以为水是“取之不尽用之不竭”的。其实，他们错了，水是有限的，也是在日益递减的：水被蒸发后，

有一部分会落下，也就是“雨”。而有一部分却是被“遗忘”的；所以水是有限的，也是日益递减的。你们知道吗？我们所需要的淡水还不足占总水量的百分之一。

下面就让我们去看看吧！一滴自来水得来不易，他必须经过过滤、净化、消毒、加压等许多繁杂的程序、才能供人类使用。如果，人类在肆无忌惮的浪费水源，那么就是对自来水厂的工人的不尊重，对他们的劳动成果的无视。若人类在这样的浪费下去，地球这个“水球”将永不复存，一切的一切将消亡。各位小伙伴们，节约是我们中华民族的美德，让我们一起节约用水。

各位大朋友们“勤俭节约，你我同行”。