

2023年光盘行动演讲稿分钟 小学生演讲稿之光盘行动(精选5篇)

演讲稿是进行演讲的依据，是对演讲内容和形式的规范和提示，它体现着演讲的目的和手段。那么你知道演讲稿如何写吗？那么下面我就给大家讲一讲演讲稿怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

光盘行动演讲稿分钟篇一

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家上午好！很高兴在这庄严而亲切的国旗下演讲，今天我演讲的题目是“光盘行动 从我做起”。

光盘行动，顾名思义，就是吃光盘子里的食物。“光盘行动”倡导厉行节约，反对铺张浪费，带领大家珍惜粮食、吃光盘子里的食物。

光盘最重要就是节约粮食。中国人在餐桌上浪费的粮食一年高达20__亿元，被倒掉的食物相当于2亿多人一年吃的粮食。也许同学们说，我只是丢掉一点点，如果你们每人每天只丢掉一粒米，那以一个中国13亿人口来计算，那就要用火车装一个车皮了，重65吨13万斤。

最近，整个社会从上到下都在提倡“光盘”行动，我觉得我们小学生也应该积极参加“光盘”行动，从自己做起，在餐厅按需点菜，在食堂按需盛饭、在厨房按需做饭和菜。每顿饭都把我们碗里的食物吃光，珍惜每一粒米，珍惜每一颗粮食，让这个好习惯伴随我们一生！

最后，在生活中，汪老师要求大家做到以下三点：

1. 看到浪费现象友好地提醒，尽力减少浪费；
2. 做节约的宣传员，向家人、亲戚及朋友宣传节约粮食、节约资源的思想；
3. 生活中方方面面都要节约，过绿色低碳的生活。

光盘行动演讲稿分钟篇二

“文明就餐光盘行动”是一种大众自发认识到节约粮食，倡导节约粮食资源的一种方式。它首先是由国土资源报社的副社长徐志军先生提出来的，进而由北京市一家民间公益组织推行的活动，经过媒体传播行成的一种社会群体的“文明就餐光盘行动”。

“文明就餐光盘行动”的出现，是一个符合当前社会的现象。在21世纪的年代里，已经不再是30多年前的那种食不果腹，到处饥饿的社会了。人们不再为了一点粮食而去感到可惜，越来越多的浪费粮食的现象蔚然成风。人们在饭店里有时为了一时气派，不惜花钱买许多吃不了的东西，只是为了排面上的奢华，他们只以为自己的赚的钱，想怎么花就怎么花，他们并没有意识到节约粮食的重要性。其实，尊重粮食也是我们中华民族一大传统美德。

根据可靠数据，每年消费者仅餐饮方面浪费蛋白质和脂肪800万吨和300万吨，最少倒掉了约2亿人的口粮。“全世界饥饿人口超过10亿。全球平均每年，因饥饿死亡的人数达1000万，每6秒钟就有1名儿童因饥饿而死亡！如果我们每天的食物减少浪费5%，就可救活超过400万的饥民！”这是“光盘行动”宣传单上的话。相信无论任何人看到这样的惊人的数字，都会感到惊恐，都会哑口无言的。所以我们每个人都应该做到“光盘行动”的要求，都要有自觉的节约资源意识。

每个人都有节约资源，节约粮食的义务。世界是属于全人类

的，人类就必须保护不必要浪费的资源。资源是有限的，而我们的生活是长远的。我们不能只为了当前的生活的舒适，而去浪费粮食，要知道，谁也无法预测自然灾害会在什么时候发生，我们要养成节约粮食的良好习惯。日常生活中，我们能吃多少就做多少，点多少，吃不完的能打包就打包，不要因为麻烦就倒进垃圾桶里。如果我们都能做到不浪费一点粮食，那么我们就等于会拯救很多将会饿死的人。我们不只是为了我们自己活着，更是为了我们的后代活着。

我们的行为将会影响我们的下一代。尤其，已经作为父母的人，孩子还是在学习事物的过程，父母自然要做一个好榜样。如果带自己的孩子去饭店点一堆东西，只是为了让孩子吃的开心，然后浪费一堆食物，那么这种行为将会在孩子的脑海里留下深深地印象，自然以后就自然而然的也做了跟家长同样的事情。但是，如果反之，我们每次，每天都会教育孩子节约粮食的好习惯，那么我们国家的未来，将会更加节约，更加富有。

我们更要监督用公款海吃海喝的行为，这是很厉害的一种浪费行为，国家更要进一步落实这样的政策。我们是现代文明人，就要加强自己的道德修养，行为修养，文明修养。我们做的每一件事，都要考虑后果。“光盘行动”的出现就是证明现在浪费行为已经很严重，所以每个人务必节制自己不好的浪费行为，为自己，为后人，为国家，为世界做出自己力所能及的事。要明白，保护好我们地球的资源，没有一点坏处。

“从我做起，今天不剩饭！”这是光盘行动的口号。正如，海子说的“从明天起，关心粮食和蔬菜”。是啊！就让我们每个人都成为“光盘”一族吧！世界是我们的，我们属于世界，关心我们身边宝贵的粮食吧，它是我们人类的珍宝！

光盘行动演讲稿分钟篇三

“一粥一饭，当思来之不易；半丝半缕，恒念物力维艰。”小小餐桌，传承了中华民族的优秀文化和尊重劳动、珍惜粮食的传统美德。文明就餐，不仅是个人良好素质的真实体现，更是一种勤俭节约美德的塑造。每个人都应当从自身做起，弘扬中华民族勤俭节约的美德，“厉行节约，反对浪费”，大家一起来向舌尖上的浪费说“不”。校团委号召全校师生积极参与光盘行动，并发出如下倡议：

一、同学们要按照营养、健康、适量、节俭的原则，禁盘中浪费，兴舌尖文明，自觉加入到“文明用餐，光盘行动”中来，常思来之不易，恒念挥之不雅。饭后要自觉将饭桌清理干净，自觉将用过的餐具放到指定地点；提倡在食堂就餐，尽量减少在外饮食，坚决不在无证照摊点用餐。

二、同学们要在日常生活中珍惜每一滴水、每一度电、每一张纸，爱护公共财物，养成节约用水、节约用电、节约能源、爱惜资源的良好习惯。把随手关灯、关水龙头等小事当作自己的事、家里的事来做。用水时水龙头尽量开小，用完随手关闭，杜绝各种跑冒滴漏现象的发生。充分利用自然光照，尽量缩短用电时间。

在教室、寝室或实验室自觉根据实际需要只开必要的照明，杜绝长明灯、白昼灯现象；使用完饮水机等设备后，及时断电，减少待机损耗；不在实验室、寝室私自使用电炉、电热器具等大功率耗电设备；大力开展废电池及各类纸张及物品的分类回收利用；节约学习用具，节约纸张，使用钢笔提倡赠书和捐书活动，鼓励循环利用。

三、同学们要“算笔上学成本账”、“算笔家庭收入账”、理性消费、绿色消费，自觉克服消费上的盲目性、虚荣心和攀比心。不使用手机，节约手机费、网费；不乱花钱，不买没用的东西，不追求高档品牌等高消费，避免各种奢侈浪费。

同学们要在节约物质和金钱的同时，更要节约时间，珍惜稍纵即逝的中学时光，自觉抵制社会不良生活方式的影响，不贪图享乐，不虚度光阴，用知识充实和武装头脑，用道德规范完善人格、提升修养。

节约是一种智慧、一种美德，更是一种责任、一种自觉。希望同学们从自我做起，从现在做起，从点滴做起，厉行勤俭节约，反对铺张浪费，光盘行动我先行。以实际行动引领校园文明新风尚，为建设高水平校园贡献青春力量！

光盘行动演讲稿分钟篇四

倡议书一：

亲爱的老师、同学：

现在，一项倡导将盘中餐吃光、喝净、带走的“光盘行动”正在全国兴起。“光盘行动”，传承了中华民族的优秀文化和尊重劳动、珍惜粮食的传统美德。作为北大附中的一员，我们更应该倡导节约粮食的良好风气。这既是节约资源，也是对劳动者的尊重。因此，小学部少先大队部向广大老师、同学和家长发出“光盘行动”倡议：

- 1、在饭堂就餐时适量取餐，尽量不剩饭菜。
- 2、在饭店就餐时点菜要适量，实在吃不完应打包回家。
- 3、做节约粮食的宣传员，发动家人、亲朋好友都来参加“光盘行动”。

希望全体同学都能积极参与到活动中来，并通过小手牵大手，将节约的好习惯由校内延伸到校园外，让更多的人向浪费说不。

节约光荣,奢侈浪费可耻!请大家从我做起,从今天做起,不再浪费食物,今天不再剩饭!

倡议书二:

亲爱的同学们:

前段时间,有一个新的词汇出现在电视媒体之前——“光盘行动”!“有一种节约叫光盘,有一种公益叫光盘,有一种习惯叫光盘。所谓光盘,就是吃光盘子里的东西。”

当前社会,餐桌上浪费的粮食数量巨大,“舌尖上的浪费”触目惊心,身边的浪费比比皆是。据调查,仅我国13亿人口在餐桌上浪费的粮食一年高达亿元,被倒掉的食物相当于2亿多人一年的口粮。有关数据显示,我国每年浪费食物总量折合粮食约500亿公斤,接近全国粮食总产量的十分之一。与此同时,饥饿却仍是人类的头号杀手,全球平均每年有1千万人因饥饿丧生,每6秒就有1名儿童因饥饿而死亡。

看到这些数据,有没有让你们为之震撼?想想自己,或许在倒掉饭菜的那一刻你的心里觉得浪费一点点粮食根本就算不上什么,可是,当你看到那垃圾桶倒满饭菜的时候,难道你真的一点也不觉得可惜吗?浪费是一种不尊重自然和他人劳动果实的可耻行为!在此,我提倡你们也是我们这个家庭做到以下几点:

1. 珍惜粮食,适量订餐,杜绝剩餐,减少一切浪费,
2. 不攀比,以节约为荣,以浪费为耻。
3. 吃饭时吃多少、盛多少,不扔剩饭剩菜。
4. 提醒身边的同事和朋友,积极制止浪费粮食的现象。

5. 做节约宣传员, 向亲朋好友宣传节约粮食。
6. 积极参加文明餐桌行动, 营造节俭用餐的良好风气。

同学们, 让我们加入“光盘行动”吧! 让我们这个小班级融入到“光盘族”这个大家族吧! 杜绝浪费, 向“舌尖上的浪费”说“no”!

[小学生光盘行动倡议书]

光盘行动演讲稿分钟篇五

大家早上好!

我今天国旗下讲话的题目是《节约粮食, 从我做起》。

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, 我经常看到一些同学, 将所打的饭菜吃得干干净净, 这种行为很值得称颂。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! 更是一个人文明素养的重要体现!

在节约粮食这件事上, 每天每餐饭都要牢记在心! 同学们, 有统计数据显示, 中国人每年在餐桌上浪费的粮食价值高达20__亿元, 被倒掉的食物相当于2亿多人一年的口粮。

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!

当然，节约是多方面的，俗话说：吃不穷，穿不穷，节约不到一辈子穷。节约粮食，是我们每个公民应尽的义务，而不是简单的说说。爱粮，惜粮，节粮，不能是空洞的口号，“节约粮食光荣，浪费粮食可耻。”的风尚不仅过去需要，现在也需要。我衷心地希望每一位老师和同学从节约粮食做起，强化节约意识，节约学校的每一度电，每一滴水，爱护学校的一草一木，让每一个人都快快乐乐地生活在蓝天，白云，绿水，阳光下！