

2023年演讲稿勤俭节约(精选9篇)

演讲稿首先必须开头要开门见山，既要一下子抓住听众又要提出你的观点，中间要用各种方法和所准备的材料说明、支持你的论点，感染听众，然后在结尾加强说明论点或得出结论，结束演讲。好的演讲稿对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇演讲稿下面小编为大家带来关于学习演讲稿模板范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

演讲稿勤俭节约篇一

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家早上好！

10月31日是世界节俭日。所以今天我在国旗下讲话的题目是：勤俭节约，从我做起。

常言道：“勤是摇钱树，俭是聚宝盆。”勤俭节约是中华民族的传统美德；勤俭节约是奔向富裕生活的必经之路；勤俭节约也是体现个人素养的鉴金石。

我们是祖国的花朵，是父母的宝贝，从小生活在蜜罐里，成长在关爱中，饭来张口，衣来伸手的例子不胜枚举。生活虽然富足，但我们千万不能忘记古人有训“一粥一饭，当思来之不易；一丝一缕，恒念物力维艰”。“勤劳”可以创造财富；“节俭”可以聚集财富。无论在哪个时代，勤俭总是被看作持家立业的根本、安邦定国的保证。勤俭不是吝啬，也不是守财奴的代名词。勤俭就应该是像爱国华侨陈嘉庚先生说的那样：“应该用的钱，百万千万也不要吝啬，不应该用的钱，一分也不要浪费。”陈嘉庚先生一生勤勉，不断发展自己的事业，成了一位大实业家。他拥有千万家财，却生活简朴；住的两层楼房，穿的衣服朴素，还给自己定了很低的伙食标

准。他自己舍不得多花一分钱，却散尽家财办教育，创办了规模宏大的集美学村和远近闻名的厦门大学，创办和资助了近百所学校，为祖国培养了大批人才；勤俭不是小气，而是一种“世界通用”的美德。世界首富比尔·盖茨，日常生活简朴节约，他认为，不管是富足还是贫穷，一个人只有当他用好了他的每一分钱，他才有可 能事业有成；致富不忘本，这就是一个人的品德和素质！这些小故事、这些拥有无尽财富的人用自己的言行举止为新时代的勤俭作了注解，反观我们身边的人，有 时候可能会想口袋里的零用钱是长辈给我的就是我的了，爱怎么用就怎么用，别人管不着！五花八门的文具用品买了一大堆，真正能用的却不多，传达室里的衣服、红 领巾、体育用品等都没人认领……看着这些被同学们遗弃的物品，也许我们把这些浪费的钱可以花得更有意义，或许可以买一套好书，或许可以资助一个贫困孩子读 一学期的书……原来，勤俭并不难，有时候就是举手之劳，有时候就是转念之间。

“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。我们要以勤俭节约为荣，以奢侈浪费为耻！如果我们节约每一滴水，日积月累，我们就可能节约一条江河；节约每一张纸，日积月累，我们就可能节约一片森林；节约每一度电，日积月累，我们就可能节约一座小型发电站。那么，就让我们从今天起，把勤俭节约的美德传承下去！从身边做起，从一元钱、一粒米、一滴水、一度电、一枝笔、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！

我的讲话到此结束，谢谢大家！

演讲稿勤俭节约篇二

老师们，同学们，大家好！

今天是10月31日，是“世界勤俭日”。我们国旗下讲话的题目就是：《勤俭节约从我做起》。

在物质生活日渐富裕的今天，“勤俭”这个曾经被普遍推崇的品格，正在被越来越多的人所遗忘。有的人认为节俭丢面子、失风度，把铺张浪费当成显示身份地位的象征，盲目攀比、摆阔、斗富、……这些现象与勤俭节约的传统美德相距甚远，令人心痛。

在校园内，我们有时也会看到这样的现象：食堂中有同学们倒掉的剩饭、剩菜、水房里又没有关闭的水龙头、教室里有忘记关掉额的日光灯、垃圾桶里有没有吃完的水果等等。这些现象都是有悖于节约精神的，更是一种不负责任的表现。

聚沙成塔，集腋成裘。我国有13亿人口，如果我们每人每天节约一分钱，全国13亿人一天就能节约1300万元，一年就能节约大约50亿元，这笔钱可以新建5000所希望学校，能让近千万个失学孩子重返校园。

最重要的是，勤俭省下的不仅是物质财富，而且是一笔丰厚的精神财富。

今天，我向全校师生发出倡议：

1. 节约每一度电。

充分利用太阳光源进行自然光照，减少照明设备耗能，用完后及时关掉所有电源开关，包括空调、日光灯、电脑、饮水机、电视机等，做到“人走灯灭，人离断电”。

2. 节约每一滴水。

不大开水龙头。洗手，洗餐具时缩短用水时间，用完水后或见到滴水的水龙头，应及时拧紧，严格做到“人走断流”，

严防跑、冒、滴、漏，养成爱水、惜水、节水的良好习惯。

3. 节约每一粒米。

文明用餐，节约粮食，不挑食，不随便丢弃剩饭菜，在饭店吃饭时，吃不完的食物要打包带走。

4. 节约每一张纸。

规范书写作业，节约用纸，不随便丢弃没写完的作业本和空白纸，能做草稿纸的要留着做草稿纸，提倡双面用纸。尽量少用餐巾纸，多用手绢和抹布。充分利用现代化办公手段，尽量在电子媒介上修改文稿，减少纸质文件资料，控制纸张消耗。

5. 节约每一本书。

把自己闲置的课外书和学习辅导书送给比自己年级低或贫困地区的小同学继续使用，最大限度地发挥每一本书的作用。现代文明推崇勤俭，那是对有限资源的珍视。社会要进步，国家要发展，这一切都离不开消耗，但这一切，更离不开勤俭。

勤俭，是中华民族的优良传统，是现代文明的内在诉求。勤俭，是一种操守，是一种品行，是一种素养，是一种美德。

老师们，同学们，为了祖国的天更蓝、水更清、地更绿、人更美，让我们立即行动起来吧！

谢谢大家！

演讲稿勤俭节约篇三

“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。

在改革开放和发展市场经济的今天，我们仍要牢记：“勤俭节约。因为我国还处在社会主义的初级阶段，和发达国家相比，我们的生活仍是低水平的，现代化需要几代人去奋斗。即使将来我们很发达了，很富裕了，勤俭节约这个光荣传统也不能丢弃。

观察我们身边的学生，多数不懂得节俭，乱花钱、随便浪费的现象相当严重：关不紧的水龙头、白天亮着的电灯等等。*总理曾经说过，在中国，一件小事如果加上13亿人口就是大事，如果每人浪费一点资源，加起来就非同寻常，如果每人节约一点资源，加起来就是一笔巨大财富。节约是一种美德，节约是一种智慧，节约更应该成为一种习惯和风气。事实说明，勤劳节俭教育对我国不仅不过时。而且有待增强。从小培养学生勤劳节俭是非常必要的，今天培养孩子节俭是为了明天，他们能够成为推动社会进步的力量。教育学生如果能够从我做起，从现在做起，从身边做起，牢固树立节约意识，从节约一度电、一滴水、一张纸、一粒粮入手，把节约落到实处，从小养成勤俭节约的好习惯意义深远。

那么，怎样从小培养孩子勤劳节俭的美德呢？

一、教师要以身作则，为人师表，引导学生养成“勤俭节约”的好习惯。

教师是学生的崇拜者，又是学生的直接模仿者，因此教师的一言一行直接影响着学生。车尔尼雪夫斯基说过：教师要把学生造成一种什么人，自己就应当是什么人。我们教师应做

到言传身教，为人师表，凡是要求学生做到的，教师自己就先要做到。古代作为一国之主的皇帝应该是最富有的，金银财宝任其享用。可是宋朝开国皇帝赵匡胤却生活俭朴，反对奢侈。一次，他见女儿穿了一件用翠羽装饰的短袄，就命令她脱去，以后不许再穿。在他的影响下，一时节俭的风气举国盛行。封建时代尚且如此，更何况是现在。只要教师以身作则，就能发挥更大的教育作用，让学生在教师的行动中感受到勤俭节约品质的可贵，从而激发他们积极行动，引导学生逐步养成“勤俭节约”的习惯。

加强中学生勤俭节约的教育，既是继承我国传统美德的要求，又是新时代发展的需要。

“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。

在改革开放和发展市场经济的今天，我们仍要牢记：“勤俭节约。因为我国还处在社会主义的初级阶段，和发达国家相比，我们的生活仍是低水平的，现代化需要几代人去奋斗。即使将来我们很发达了，很富裕了，勤俭节约这个光荣传统也不能丢弃。

观察我们身边的学生，多数不懂得节俭，乱花钱、随便浪费的现象相当严重：关不紧的水龙头、白天亮着的电灯等等。*总理曾经说过，在中国，一件小事如果加上13亿人口就是大事，如果每人浪费一点资源，加起来就非同寻常，如果每人节约一点资源，加起来就是一笔巨大财富。节约是一种美德，节约是一种智慧，节约更应该成为一种习惯和风气。事实说明，勤劳节俭教育对我国不仅不过时。而且有待增强。

从小培养学生勤劳节俭是非常必要的，今天培养孩子节俭是为了明天，他们能够成为推动社会进步的力量。教育学生如果能够从我做起，从现在做起，从身边做起，牢固树立节约意识，从节约一度电、一滴水、一张纸、一粒粮入手，把节约落到实处，从小养成勤俭节约的好习惯意义深远。

那么，怎样从小培养孩子勤劳节俭的美德呢？

一、教师要以身作则，为人师表，引导学生养成“勤俭节约”的好习惯。

教师是学生的崇拜者，又是学生的直接模仿者，因此教师的一言一行直接影响着学生。车尔尼雪夫斯基说过：教师要把学生造成一种什么人，自己就应当是什么人。我们教师应做到言传身教，为人师表，凡是要求学生做到的，教师自己就先要做到。古代作为一国之主的皇帝应该是最富有的，金银财宝任其享用。可是宋朝开国皇帝赵匡胤却生活俭朴，反对奢侈。一次，他见女儿穿了一件用翠羽装饰的短袄，就命令她脱去，以后不许再穿。在他的影响下，一时节俭的风气举国盛行。封建时代尚且如此，更何况是现在。只要教师以身作则，就能发挥更大的教育作用，让学生在教师的行动中感受到勤俭节约品质的可贵，从而激发他们积极行动，引导学生逐步养成“勤俭节约”的习惯。

四、加强家校联系，形成教育合力，引导学生养成“勤俭节约”的好习惯。

有些家长自己受过苦，希望自己的孩子不要受苦，尽量满足孩子的要求，让他们过着优越的生活；有些家长对孩子的教育比较注重智育，认为多花点钱没有关系；有些家长由于虚荣心，认为即使自己再苦点，也不能委屈孩子，不能让人家看不起。其实无论家庭条件有多优裕，还是要防止和克服“奢侈、浪费”现象，营造节俭文明的现代家庭氛围的。

美国家长的做法值得我们借鉴，美国一些百万富翁的儿子，常在校园里拾垃圾，把草坪和人行道上的破纸、冷饮罐收集起来，学校便给他们一些报酬。他们一点儿也不觉得难为情，反而为自己能挣钱而感到自豪。还有的家庭经济并不困难，但却让八、九岁的孩子去打工送报挣零花钱，这样就可以使孩子们懂得生活的艰辛，衣食的来之不易。也就可以培养孩子们自力更生、勤俭节约的好习惯。因此家长在日常生活中应讲究爱孩子的方式和艺术，坚决防止和克服溺爱、满足孩子过分“物欲”等倾向。帮助孩子养成勤俭节约的良好习惯，这能使他们受益终身的。

总之，我们教师要以身作则，密切联系家庭，从活动中、从小事中，培养学生养成勤俭节约的好习惯，让每一个学生都努力践行社会主义荣辱观，弘扬勤俭节约之风，人人争做勤俭节约小先锋！让“节约光荣，浪费可耻”的理念在校园蔚然成风，让勤俭节约这一优良的传统美德在中华大地世代相传下去！

演讲稿勤俭节约篇四

亲爱的老师，同学：

大家好！

很开学我们全体同学和老师相聚在这里，我也感到无比的荣幸，自己可以站在这里演讲，今天，我站在这里演讲，我讲的是勤俭节约，我也希望可以借此机会，和我们xx学校在座的学生来谈谈勤俭节约，希望在这次的演讲结束之后，可以让你们明白或是懂得多多少少的道理和启发。

勤俭节约一直都是我们中华民族的传统美德，所以从自己小的时候到现在这个时候，我都懂得勤俭节约对于我们每一个人的重要性，这不单单是我们从小就应该要注意的东西，还是我们不管在什么样的时候，都应该要时刻的注意和保持的

美德，所以我们作为新时代的青少年，更加的应该要养成勤俭节约的好习惯，杜绝浪费，杜绝一切不必要的浪费，但是现在我们的生活中还是会有很多的浪费和不节约的现象的存在。

在刷牙的时候不用水杯接着，任由水的流逝，还有我们经常会看到学校的食堂里面有很多学生没有吃完的饭菜，剩下来的饭菜，在白天的时候还把教室或是家里的灯打开，没有及时的随手关灯，滥用水资源，滥用电，不珍惜粮食，不节约用水用电，等等很多的一些生活当中的细节都是浪费，没有勤俭节约的表现，所以我们也应该审视自己在生活当中所有的细节，认识到勤俭节约的重要性，世界上的所有的资源都不可能是取之不尽，用之不竭的，所以不管是对于我们生活当中的什么东西，都要做到足够的节约，懂得勤俭节约，懂得珍惜资源。

在平时的生活当中，我们吃饭的时候吃多少就乘多少，在用完水之后将水龙头拧紧，随手关灯，断电，水也能够重复使用，将洗完菜的水用来浇花或是冲厕所，重复性的利用我们生活当中的所有的东西，买东西提回来的塑料袋也可以重复利用，也可以当做事垃圾袋，在生活当中，很多的生活当中的小细节都需要我们足够的注意，做到足够的勤俭节约。

同学们，勤俭节约对我们来说是非常的重要的，不管是在什么时候，这都是我们所需要的在自己的生活当中去注意的，当然，在生活当中，很多的小细节都是勤俭节约的表现，只需要我们稍微的注意一下，我们就可以养成一个勤俭节约的优良品质，也希望我们所有的同学都可以将我们的传统美德好好的传承下去。谢谢大家！

演讲稿勤俭节约篇五

尊敬的老师，亲爱的同学：

大家好！我叫xxx今天，我走上讲台演讲的题目是：“节约每一滴水”，我相信一些不节约水的人听了会有所启发，以后会节约水源。

世界的最后一滴水将是人类的泪水。我们中国是12个贫水国家之一，由于人们的浪费，水源越来越少了。因此，我们要尽力保护水源。但是，生活中还有很多浪费水的现象，比如：有些小朋友买来水枪装满水到处射水；还有一些学生洗完碗或洗完手以后都不关水龙头，浪费了许多水；甚至还有些人打水仗，把水随便泼洒……。我国人均水源量占全世界的五十几名，最近云贵高原那里长时间持续干旱，使得那里的居民生存面临着严重威胁，针对这个问题，我们中国13亿要养成节约用水的意识。

因此，我在这里向大家呼吁：“我们要节约水，合理利用水资源。

我希望大家能好好保护水资源。

谢谢大家！

演讲稿勤俭节约篇六

大家上午好！

今天我演讲的题目是《节约用水》。

节约用水是我们听过很多次的一句话，不管是老师和父母平时的教导也好，电视里面的广告也好，都会提到节约用水这个话题。那我们为什么要节约用水呢？有没有同学能够回答我这个问题。

大家在地理课上，应该都已经学过了，地球的约百分之七十二都是水，但这其中，可供人类使用的水又占多少呢？地球上

的淡水占比为百分之二点五，但人类可开采的仅有约百分之零点三！随着人类活动范围的越来越广泛，以及不爱惜资源、不保护环境的行为，地球上被污染的水资源越来越多，可供人类饮用的水也越来越少。再加上人口持续不断的增长，水资源越来越匮乏。如果不节约用水的话，地球上的水资源还可供我们挥霍多久呢？同学们从刚刚踏入校园的时候，老师就告诉我们要节约用水。我们已经学习了这么久，但是我们平常又真的做到了节约用水吗？生活中，浪费水资源的现象有很多，可能有的同学会说我自己花钱买的水，自己想怎么处理就怎么处理。这样的想法是不对的，就算是自己买的水也不能够浪费，节约用水要从各个生活中的小事出发。

那么怎么做才算是节约用水呢？在看到没关紧的水龙头时，要把它拧紧；看到没关的水龙头的时候，要把它关好；在洗澡的时候，不要长时间的淋水；在平时洗东西的时候，把东西洗干净了就可以关水龙头。除了这些，还有很多节约用水的行为，在这里，我就不一一列举了，需要同学们在生活中自己去发现，自觉做到节约用水。

可能有的同学已经做到了节约用水，但是我们不仅要做到自己节约用水，还要把这个好习惯带给身边的人，让家里的人都跟我们一起节约用水。我希望同学们都能够养成节约用水的好习惯，大家一同爱护我们珍稀的水资源，让人类能够生存得更久。我们不仅要做到节约用水，也要爱护水资源，保护环境。不乱丢垃圾，也不往任何的小溪小河中丢垃圾。我们要爱护我们赖以生存的所有资源，不仅仅只是要做到节约用水。作为初中生，我们应该给身边的家人朋友做好示范，当好榜样。让他们在不知不觉中被我们影响，爱护我们的生存环境。

同学们，从今天开始行动起来吧，让我们一起节约用水！谢谢大家！

演讲稿勤俭节约篇七

尊敬的xx各位老师，同学们：

大家好！

我演讲的题目是《勤俭节约，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，在今日的社会里，更显得意义深长。

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。很多纸张只写了几个字就扔进废纸篓；白天亮着的电灯、水龙头哗哗的流水、地上到处洒落的粮食……其实稍加注意，我们能够做得更好，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。

因此今日，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，唯有时时处处、点点滴滴都节约，我们才能节约资源，也唯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！

演讲稿勤俭节约篇八

各位老师、同学们：

大家上午好!今天我讲话的题目是:《珍惜粮食 勤俭节约》

还记得那首“谁知盘中餐,粒粒皆辛苦。”那首诗吗?人们总是觉得自己的生活水平提高了,再谈节约粮食是早该丢弃的陈词滥调。如果留心一下生活的四周就会发现——粮食浪费几乎无处不在。

节约粮食,是我们每个公民应尽的义务,而不是说你的生活好了,你浪费得起就可以浪费。我们浪费一粒米,扔掉一个馒头,实际上丢弃的是中华民族勤俭节约的传统美德,丢弃的是对劳动人民的一片真挚情感,丢弃的是做人的一种品格和精神。“节约是一种光荣,浪费是一种可耻”这一口号永远都不会过时。即使在发达国家,节俭也被视为一种美德。在内外国留学生节俭意识都比咱们本国的学生要强。每次这些外国留学生,吃完饭交餐具时,我发现他们都把饭菜,吃得干干净净,从来没有剩下过,而咱们本国的大学生好像每天不倒掉点儿饭菜就没面子似的,看着他们糟蹋粮食,心里真不是滋味。他们这样做分明是不尊重劳动者。”是啊!这是对劳动者的尊重,也是一种节约资源的社会责任。

减少不必要的浪费并不难,在日常生活中不过是举手之劳。只要存有节约的意识,其实做起来很简单:吃饭时吃多少盛多少,不扔剩饭菜;在餐馆用餐时点菜要适量,而不应该摆阔气,乱点一气;吃不完的饭菜打包带回家。如今,资源、可持续发展已经成为世界性的课题。尽量减少对生态环境的压力已经成为一种新时尚,成为新时代人应该具备的一种品质。在我们享受经济发展、社会进步所带来的美好生活的同时,能够节约一粒米、一滴水、一分钱……也是对社会的一份贡献、一份责任。

勤俭节约是中华民族的优良传统,建设节约型社会已是全体国民的共识,关系到我们每一个人。珍惜粮食,节约资源,健康生活,让我们从现在、从自己开始吧!

演讲稿勤俭节约篇九

各位老师、同学们：

大家上午好！

我是xx班的xx□来到这里跟大家度过这个欢快的上午我非常荣幸，更加让我荣幸的是在能够代表我们班级参赛，我好几次都想站在这里展示自己，让大家看到，但是一直没有机会，今天的演讲比赛给了我这个机会，我仙子阿也很激动，这次我要演讲的是“勤俭节约”，不多说，我开始了。

节约是一种美德，特别是作为我们这样的中学生，每天都耳濡目染，这种意识还是要具备的，要去发扬这种美德，我们是一名中学生了，我们经常受到各种各样的教育，来自很多方面的教育，但是我们当中却很少有人做到勤俭节约，甚至说是很缺失，当然还是有同学做到了，我是见到过的，非常值得我们学习的。

我看到身边的一些同学做的很好，让我自愧不如，跟这些同学比起来，我觉得自己平时的浪费，不节约的行为，真的很可耻，特别是作为一名中学生，我们应该做好带头的作用，在学校这个环境下我们应该发扬好这种美德，而不仅仅只是说说而已，勤俭节约这几个字我们经常听到，知行合一却少之又少，这似乎是我们现在普遍存在的问题，每次看到我们学校那些把勤俭节约做的非常好的同学，总是会联想到自己，我非常钦佩，我有一次看到这样一个现象，在我们班上xx同学下晚自习每次都是最后一个走的，我一开始还没有注意，但是连续几天我就发现了这个现象，我真的很好奇，有一天我就问了我们班的xx同学，我说为什么你每天晚上都最要那么晚走□xx同学说：“我以前看到教师里面的等一亮就是一个晚上，可能是应该最后一个走的同学忘记关了，我觉得太浪费了，我就每天走在最后来关灯”。

他的回答让我非常的吃惊，我觉得能够做到这一点真的很不容易，上了一天的课本应该早点回寝室休息的，而xx同学能够每天这样坚持，我发现这个现象一直坚持了一个月了，我真的非常钦佩他，很大程度上来讲这做了一个模范，值得我们学习。

这样的例子也很多，其实往往就是我们自己不自觉，所以没有那么一个意识，所以不能想xx同学那样，我们要善于发现并且向这些同学学习，坚持下来就会有收获，节约是我们民族的传统美德，坚持节约，做好节约，平时的每一度电，每一滴水都要尽自己的能力去节约，我相信大家的力量是无限的，我们每个人每天节约一点水，节约一点电，积少成多。

让我们行动起来吧，真正的做到勤俭节约这几个字。