

小学圣诞活动策划方案 小学校园活动方案 (优质8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。那么演讲稿怎么写才恰当呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看看。

不浪费粮食演讲稿篇一

大家好！

我是xx班的学生xx，很高兴能够站在这里演讲，今天我的演讲题目是“珍惜粮食杜绝浪费”。

“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”，这句话在我还在读幼儿园的时候，便看见食堂里张贴了这句古诗。现在的我已经是一名初中生了，还是能够看见食堂里粘贴有这样一句话。回想起从前的自己，点了很多自己想吃的菜，但是最后却没有吃完，因此确实是浪费了很多的粮食。相信在场的大多数同学都过着锦衣玉食的生活吧，不愁吃不愁穿，从前的我，也是娇生惯养的。但是在一年前，我参加了父母给我安排的夏令营活动之后，我学会了节约，并且每次是自己能吃多少就点多少，坚决不浪费我的碗里从来不会剩下一粒米饭，在去年的夏令营结束之后，我的父母都直呼我简直换了一个人，回到家吃饭，我还会指责父母浪费粮食的行为，虽然说现在浪费粮食的情况依旧不少见，但是我会做好自己。

说起去年的夏令营活动，真的是让我颇有感触。想必在各位同学的印象中，夏令营活动都是非常有趣得吧，不错，夏令营的确非常有趣，但是我要告诉各位同学的是，夏令营活动绝对没有想象中的那样轻松，非常锻炼人。旅游是一回事，夏令营也是一回事，旅游是去享受，去释放自己，开拓自己

眼界的，而夏令营就是让我们去不同的地方体验不同的风土人情，虽说去了不同的地方，但是我们体验的生活，真的很不一样，从来没有接触过农活的我，在夏令营中，我还种了水稻，钓鱼，甚至学会了炒菜。刚刚来到农村的时候，免不了蚊虫叮咬，很多时候半夜都会被蚊子咬醒，我有过很多次想要回家的念头，但是又憋了回去，因为通行的小伙伴没有一个喊苦喊累的，甚至只有我一个人掉过眼泪，想想还有些不好意思。于是，为了给自己争口气，我就忍了下来，不得不说，在农村生活真的非常锻炼人，虽然我们并没有真正意义上像农村里的人那样全天候的干活，但是仅仅一两个小时的农活，也把我们累的够呛，也正是因为有了这次的经历，我懂得了粮食是有多么的来之不易，每当自己碗里有剩余的粮食，都会有种罪恶感，我就会会想起自己干活时那样的劳累，粮食真的来之不易，我们不能浪费。

各位同学们，每一粒米，都是农民伯伯们留下的艰辛汗水换来的，从你做起，从我做起，从自身做起，树立“珍惜粮食杜绝浪费”的观念，影响我们身边的每一个人。

不浪费粮食演讲稿篇二

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！

不浪费粮食演讲稿篇三

今天，天气很热，再加上我出去疯玩了一阵，身上便出了很多汗。回到家，爸爸让我洗澡，我便乖乖地走进浴室。

真舒服啊！洗着洗着，我就开始玩起水来，可这里不是澡池，没有那么多水，怎么办呢？我突发奇想：地上有一个排水口，我把它堵上，水就流不走了。想到做到，我马上把排水口堵上了，又把水开到了最大，水龙头像伤了心一样“哗哗”地从龙头里流了出来。不到一会儿，水已经有三四厘米深了，我看了看，嗯，够我玩的了。

我扔下水龙头，便开始玩了起来。我忘了关水龙头，水越来越深，淹过了玻璃门，流进了客厅。爸爸正在沙发上看报纸，突然感觉到水流到了脚下，于是马上起身看是什么情况，真是不看不知道，一看吓一跳，此时我们家正在“发水灾”。许多放在地上的东西都遭了，他马上跑到洗手间看情况，只见洗手间里到处都是水，而我玩的正欢呢！

爸爸见了，气得怒发冲冠，立刻把水龙头关上，同时把排水

口打开。然后，接着就把我拉了出去狠狠打了一顿。

从此之后，我再也不敢这样浪费了。

不浪费粮食演讲稿篇四

今天，我和妈妈一起洗衣服，洗完衣服后，一大盆的水，我准备倒掉时，妈妈连忙叫起来：“等等，等等！把一半水倒进马桶里，把一半水倒进水桶里！”“为什么呀？”我迷惑不解地问。“节约用水呀，用一半的水冲洗马桶，另外一半的水可以拖地。”妈妈解释道。我心想：原来洗衣服洗完后的水，还可以干这么多的事呀！

观看完了“小气鬼”妈妈的“小气故事”，你该知道我妈妈为什么成为“小气鬼”了吧！因为她很爱护环境！

小猪欢欢胖乎乎的，平时很爱帮助别人，但它有一个很大的缺点，就是很不节约，喜欢浪费，不信我就给你讲一讲吧！

有一天晚上，小猪请小公鸡到家里做客，它拿出准备好的两盘玉米，一盘给小公鸡，一盘留给自己。只见它一下子就把自己的一盘倒进嘴巴，玉米像水滴似的滚了下来，很多都落在了地上。小公鸡说：“农民伯伯种地非常辛苦，请珍惜粮食。”但是小猪不听劝告，小公鸡只好把掉下的玉米一粒一粒地捡起来。小猪对此非常不屑一顾。

冬天到了，北风呼啸，小猪家的粮食全没了，于是它向别的小动物去借粮食，但是它们都不愿意给，还说：“不节约粮食的小猪，可恶！”小猪感到很后悔。

这时，只见小公鸡抱着一大袋玉米对小猪说：“拿着，这是你平时掉在地上的粮食，你可要好好珍惜呀！”小猪羞愧地低下了头。

有了这一次教训，小猪再也不敢浪费粮食了，它终于成为了一只惹人喜爱的小猪了。

有一天，我在家吃饭的时候，看见表妹每天都吃不完，有剩饭剩菜。很多时候，我和她说：“不要浪费粮食，农民伯伯种粮食很辛苦的，那我们浪费多少粮食啊？”她说：“给狗吃不就行了吗！”我去看了一下大约有三碗饭。天哪！够山村的小朋友吃一天了，好浪费啊。我要让她改正过来。

第二天早上，我们去喝茶，我看见了很多人浪费很多粮食。有一张桌子的人点了很多东西，如：叉烧包、排骨、干蒸、烧卖、油菜、凤爪、炒粉……，他们吃剩很多东西，买单的时候，剩饭不打包，真是浪费啊！大约够3个人吃顿饱的。

如果将家里和外面浪费的食物收集起来一年可以让山村的小朋友吃很多天了。所以大家不要浪费粮食。浪费粮食是一种罪过。

一天中午，我正看着电视。可没想到这一看，竟使我养成了一个好习惯。

可能是碰巧，电视里正播放一组食物浪费的广告。看着人们大吃大喝，看着一盘盘瓜果蔬菜、鸡鸭鱼肉被倒掉，我出离愤怒了：难道人们认为这不是食物是垃圾吗？他们也不想想自己的子孙后代吃什么！冷静下来，我决定以身作则，让大家意识到节约的重要性。

一天中午，我和妈妈去吃饭。吃了一會兒，我就连连打饱嗝，妈妈又吃了一点也吃不动了。服务员问：“打包吗？”我抢着说：“打包。”这下，不但不浪费，晚上也有东西吃了。一举两得。

这是我迈出的第一步，今后我一定要把“节约光荣，浪费可耻”的精神发扬到每个人的心中！

这个暑假，妈妈让我写作文。我写了一篇作文后隔几天就找不到本子了，写第二篇时，我又拿了一本新本子，写第三篇时我还是重新拿一本。

一段时间过去了，当妈妈要检查作文时，我居然只能拿出一篇。她很不高兴，她说小孩子要养成良好的生活习惯、要学会整理，更不能浪费。她不停地唠叨，我默默地整理书桌和书柜。心想：惨了！如果找不到作文本，我就得重写了。以后再也不要到处乱扔了，浪费本子等于浪费资源。我累的满头大汗，终于找到了那些作文本，我把它们抄写在同一本本子上，其余几本都请橡皮帮忙恢复原貌了。

妈妈就把面包扔进垃圾桶，我正准备写作业，爸爸又把我叫回来说：“你以为这个面包是白白的捡来的，这是用钱买来的！”爸爸批评了我，以后我不能浪费粮食，吃多少就要多少，不要眼大肚子小。

不浪费粮食演讲稿篇五

生活很富足，富足到人们把地球当作不停产出的宝地，可以养活无限增长的人口。但是事实不是，事实是我们在整个整个的馒头被丢弃，一袋一袋不够口感好吃的大米被扔掉的时候，世界还有那么多饥饿的孩子充满欲望的眼睛在让人心碎的凝视着。而怀抱他们的妈妈，则是因为绝望而熄灭了渴求的眼神。事实是，当人们只要开口势必豪宅华车的时候，没有谁会再想起节约一粒微不足道的粮食，而国家却需要拿出战备储蓄的粮食来平抑不知不觉悄悄上升的粮价。

我们浪费，我们不自知。我们奢侈的毫无理由，我们却不知耻。我们要一直等到饥饿降临于头顶，才懂得粮食很珍贵。我为我们的这种麻木不仁和后知后觉而感到羞愧。昨天还在为逛公园时笑话大吃碗仔面的游人们说“要是大年初一就过得又饥又渴可不划算”的我，兴高采烈的带着家人去西餐馆

饕餮，今日就看到这样的新闻，我深深的感到内疚。

我想，有太多的人都有过我这种经历，却毫无感知：把别人的节俭当作笑料，为自己的挥霍以为自豪。但是今晨，正月初二，中国人正在继续着无尽的豪奢的春节的今晨，我被这则短短的报上内容而震撼，而让我反省起自己，以及国人现状的种种浪费，尤其是对粮食的浪费。

腊月二十八，清理卫生时，丢弃了两盒中秋的月饼。莲茸，蛋黄，烤制的油汪汪的面皮，还有精美的木质包装盒，里面衬着闪光的丝绸……浪费，是极大的犯罪。我需要忏悔。也为那些为敛小财而疯狂的糟蹋着各种珍贵资源的制造商和经销商而忏悔。须去看大环境，只需检视一下我们自己，就明白了。为了世界每天不再饿死1.8万儿童，为了世界还有差不多相当于大半个中国人口的人们少点饥饿，我决定，从不再浪费粮食开始，我要重新做回一个节俭的中国人。

节约粮食，从我做起。浪费是可耻的，我们应该从自我做起，爱惜粮食，节约粮食，将中华民族的优良传统发扬光大！

不浪费粮食演讲稿篇六

- 1、就餐途中请不要奔跑，不要追逐打闹，安全第一；
- 4、按实际需要点菜打饭，不浪费粮食，做“光盘行动”的践行者；
- 6、不乱扔餐巾纸、包装袋，不随地吐痰，创造清洁舒适的就餐环境；
- 7、捡到校园卡要及时和失主联系，或交给相关管理人员寻找失主；
- 8、言行举止文雅大方，一人一个餐盘，一人一份饭菜；

9、尊重餐厅工作人员，文明用语，发现问题，按照正常渠道反映，妥善解决。

同学们，“播下一种习惯，收获一种品格”。文明就餐，从我做起，从现在做起，从点滴做起，让我们以就餐中文明、节约的实际行动，来树立属于新时代优秀中学生的良好形象，为创造文明节约的一六八大家园、为我们的健康成长共同努力吧！

建议人：

日期：

不浪费粮食演讲稿篇七

今天，我怀着愧疚和懊悔写下这份检讨书，以表示我对自己的不良行为的深刻认识以及再也不在犯同样的过错的决心。

我对于我这次犯的错误感到很惭愧，我感到很抱歉，我希望你们可以原谅我的错误，我这次的悔过真的很深刻。

每一份粮食，都是他人艰辛的劳动成果，本人应该要注重他人的劳动成果，要点多少吃多少。

每一份粮食，都是我们的福气，给予我们，我们应把它吃完，不要浪费。

“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”每一粒饭菜都是农民辛辛苦苦得来的成果，所以我应该珍惜农民的新劳成果，吃完，不可以有半点浪费。我浪费的行为我也感到深深的愧疚，对于饭菜的珍贵，多少穷人吃不起白米饭啊！

我生活在优越的条件下却不知珍惜，白白糟蹋粮食，我也做

了深刻的检讨和反思，我对不起这些农民的汗，对不起父母为我们花出的血汗钱，今后一定痛改前非，决不再糟蹋粮食，认真对待粮食，希望老师原谅。

检讨人□xxx

20xx年xx月xx日

不浪费粮食演讲稿篇八

您好！

我小时候就学过：“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”但是我却浪费粮食，很不应该，每一粒米都是来之不易的，我应该珍惜，我不能养成这样的习惯，我知道自己错了。我感到很抱歉，我希望你们可以原谅我的错误，我这次的悔过真的很深刻。

我要避免这样的错误发生，希望你们可以相信我的悔过之心。相信你们看到我的这个态度也可以知道我对这次的事件有很深刻的悔过态度，我这样如此的重视这次的事件，希望你们可以原谅我的错误，我可以向你们保证今后一定不会再在夜里梦遗了。

所以，我写了这份检讨，也是为了让我深刻的认识到这点。

希望你们能念在我认识深刻而且平时表现也不错的份上，从轻处理，我一定会改正错误，不会让你们失望的。

检讨人□xx

20xx年xx月xx日

不浪费粮食演讲稿篇九

大家好！

我是xx班的学生xx，很高兴能够站在这里演讲，今天我的演讲题目是“珍惜粮食杜绝浪费”。

“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”，这句话在我还在读幼儿园的时候，便看见食堂里张贴了这句古诗。现在的我已经是一名初中生了，还是能够看见食堂里粘贴有这样一句话。回想起从前的自己，点了很多自己想吃的菜，但是最后却没有吃完，因此确实是浪费了很多的粮食。相信在场的大多数同学都过着锦衣玉食的生活吧，不愁吃不愁穿，从前的我，也是娇生惯养的。但是在一年前，我参加了父母给我安排的夏令营活动之后，我学会了节约，并且每次是自己能吃多少就点多少，坚决不浪费我的碗里从来不会剩下一粒米饭，在去年的夏令营结束之后，我的父母都直呼我简直换了一个人，回到家吃饭，我还会指责父母浪费粮食的行为，虽然说现在浪费粮食的情况依旧不少见，但是我会做好自己。

说起去年的夏令营活动，真的是让我颇有感触。想必在各位同学的印象中，夏令营活动都是非常有趣得吧，不错，夏令营的确非常有趣，但是我要告诉各位同学的是，夏令营活动绝对没有想象中的那样轻松，非常锻炼人。旅游是一回事，夏令营也是一回事，旅游是去享受，去释放自己，开拓自己眼界的，而夏令营就是让我们去不同的地方体验不同的风土人情，虽说去了不同的地方，但是我们体验的生活，真的很不一样，从来没有接触过农活的我，在夏令营中，我还种了水稻，钓鱼，甚至学会了炒菜。刚刚来到农村的时候，免不了蚊虫叮咬，很多时候半夜都会被蚊子咬醒，我有过很多次想要回家的念头，但是又憋了回去，因为通行的小伙伴没有一个喊苦喊累的，甚至只有我一个人掉过眼泪，想想还有些不好意思。于是，为了给自己争口气，我就忍了下来，不得不说，在农村生活真的非常锻炼人，虽然我们并没有真正意

义上像农村里的人那样全天候的干活，但是仅仅一两个小时的农活，也把我们累的够呛，也正是因为有了这次的经历，我懂得了粮食是有多么的来之不易，每当自己碗里有剩余的粮食，都会有种罪恶感，我就会会想起自己干活时那样的劳累，粮食真的来之不易，我们不能浪费。

各位同学们，每一粒米，都是农民伯伯们留下的艰辛汗水换来的，从你做起，从我做起，从自身做起，树立“珍惜粮食杜绝浪费”的观念，影响我们身边的每一个人。

不浪费粮食演讲稿篇十

大家早上好！

历览前贤国与家成由勤俭破由奢。纵观历史大到邦国小到家庭无不是兴于勤俭亡于奢靡。古往今来成功的创业者大都经过艰苦奋斗的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。

今天就让我们将更多的目光投向人们赖以生存的粮食。古人曾云：勤俭可以兴国逸豫可以亡身；勤俭永无穷坐食山也空。这些古语意在告诉我们一个亘古不变的道理：那就是勤俭节约是我们中华民族的传统美德更是我们的传家宝。这些金玉良言指引着数代人艰苦创业自力更生勤俭节约并代代相传。

古语云：“一粥一饭当思来处不易半丝半缕恒念物力维艰。”粮食的可贵便那样简单地倾泻而出而反观现在随处可见的“舌尖上的浪费”它让每一个字都那样沉重地烙印于心间。我们被奢靡之风吹昏了的不仅是行为还有心灵。

被誉为“杂交水稻之父”的袁隆平爷爷一生致力于杂交水稻技术的研究、应用与推广。倘若没有他的丰功伟绩我们也就

吃不上如今的粮食作物。或许这种时候我们可以做的便是振臂呐喊：珍惜粮食杜绝浪费。唤醒社会示以警钟。

民以食为天且行且珍惜。

我的演讲到此结束谢谢大家！