

2023年节粮的演讲稿(模板9篇)

演讲属于现实活动范畴。它是演讲家通过对社会现实的判断和评价，直接向广大听众公开陈述自己主张和看法的现实活动。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？下面我给大家整理了一些演讲稿模板范文，希望能够帮助到大家。

节粮的演讲稿篇一

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！我很荣幸能站在这里演讲，今天我演讲的主题是：
与粮之约。

一年一度的世界粮食日来临，10月16日这个让很多人所不知的日子就是粮食日。

中国，是个泱泱大国，是个物产丰富的富饶之地。在别人眼里看起来好像资源怎么也用不完，但真的是这样吗？我想不是。有数据报道，我国耕地总面积并不充裕，现在农村耕地也逐渐减少，农作物生产量也不高，粮食短缺仍需更加关注。土地，是一切的根源，文明发源于它，人类依赖于它，地球紧贴着它，它就是原本。对于粮食问题，只要我们提高粮食生产效率，提高土地利用率，改进技术，守好18亿亩耕地红线，网上流传的粮缺谣言将止于当下。原本，是需我们大家去守护的，它不能自愈，请珍爱。

“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”一句耳熟能详的话语出现在课本很多地方，可又有多少人真正体验过“辛苦”呢？我国广大农民群众是最底层的坚固力量，他们的艰辛泪又有多少人知道呢？古时候，有各大文人歌颂同情劳苦人民，“可怜身上衣正单，心忧炭贱愿天寒”的卖炭老翁，他独自一人，在深林伐薪烧炭，不易之中有了那么一车炭，可却被官府草草

换走，这其中辛酸只有他知道吧。粮食亦来之不易，农民早出晚归，整天在田地中劳作，不曾懈怠，我们的粮食供给才有了后顾之忧，这都是勤劳所创造的财富啊！所以我们要充分的运用勤劳的知识与力量创造粮食财富。

节约，节约，是老一辈常念叨的事，因为他们经历过食不饱腹之痛，懂得粮食弥足珍贵。但现在的社会，浪费粮食的现象屡见不鲜。在餐厅，经常可以看见很多食客在吃完东西后，餐桌上仍留存很多残留的食物，随后就直接进垃圾桶了。更令人悲叹的是，网上也曾有一段大胃王之热，他们靠吃大量食物来博人眼球，追求热度，然后有些博主就通过视频剪辑或事后处理达到了目的。不过，在事后，大量博主使用催吐药物，食物又被大量吐出，又有大量食物被浪费，正是因为如此，大部分观看吃播朋友表示寒心。而我们现在所需要做的便是做好自己，不要过多购买食物，所买食物应做到吃完，保证不浪费，努力提高自身素质，让粮食浪费之风不再蔓延，倡导社会节约粮食之风，从我做起。

让我们大家一起与粮食共发展，共同节约粮食，让粮食不缺，执子之手，共进退！

谢谢大家！我的演讲到此结束。

节粮的演讲稿篇二

各位老师和同学们：

大家好！

刚刚我们去吃完早餐，学校里的早餐很丰盛，同学们都可以自己选择，想吃什么就可以吃什么。我今天特意观察了一下，有些同学是拿了多少就吃多少，但也有些同学是拿了很多，吃的却很少，最后就都浪费了。这就让我想起了那些农民伯伯，现在我们吃到的粮食都是他们辛辛苦苦种出来的，

我们不应该浪费的。正好今天我演讲的主题就是——节约粮食。

“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”这首诗我想同学们应该都会背，这首诗我们是从小学就开始背起，一直到现在我们也都没有忘记，对于其中的含义，想必大家都是知道的，没错，这首诗表达的主题就是有关粮食的，说的是我们现在吃的粮食都是农民们不辞辛劳劳作出来的，所以才有“粒粒辛苦”。

不仅是粮食的生产很辛苦，我们不能浪费外，还有就是现在的社会上，还有很多人是根本没有粮食吃的，在中国乃至世界的角落都有吃不到粮食的人，那些人是饥饿的、贫穷的，在我们浪费粮食的时候，在世界的某个角落，也就有人因为吃不到粮食而挨饿，那我们还能这样浪费吗？节约粮食不是空口白言，是需要我们切实的行动的，或许一个人的力量比较渺小，但是如果我们每一个同学从现在开始都行动起来，那将是凝聚成一股巨大的力量，所以我在这里倡议：节约粮食，从我做起，从此刻做起。

第一，我们每天吃饭的时候，要奉行不浪费的原则，就是能吃多少就拿多少，不要吃不了那么多也拼命的去拿，习惯要从现在开始养起。

第二，我们要做到不偏食、不挑食，这也是节约粮食的方式，我们现在是长身体的时候，要做到营养均衡，不要挑食，从现在开始做起。

同学们，以上的两个建议希望我们大家从现在开始就去实行，我们可以互相监督，为在节约粮食上面，也能够贡献自己的一份力量，哪怕是微不足道。我们很多同学的父母都是农民，想必也都看过父母在暴晒的太阳底下辛勤耕作的样子，那我们还有什么理由去浪费那来之不易的粮食呢？节约是中华民族的传统美德，我们作为一名高中生，是祖国未来的希望，就

更应该是从我们做起，从现在做起，从自身做起，让我们从现在就开始行动起来吧！

节粮的演讲稿篇三

亲爱的老师、同学们：

大家好！

民以食为天，而以什么为食？那就是食物。这包话，简单却又准确地一语道破天机。食物那么重要，而有些人却不知珍惜、爱护，不断地挥霍。但他们可曾知道，这点食物，可以吃饱多少人啊！他们可曾知道，据统计，一年平均米饭浪费了二分之一，菜浪费了三分之二，其它的更是多得吓人。他们可曾知道，红军二万五千里长征，吃食在那时有多珍贵吗！？那么多人就挖一点野菜煮汤喝，泡一些青稞面充饥。何况那时还要打仗，走那么多路。那么辛苦为我们打下了一片天，可我们干了什么？我们不仅没有传承他们的优良品质，还铺张浪费。

让我们行动起来，记住节约粮食，从我做起，以实际行动感染身边的人，一定会有越来越多人加入到这个行列中的！

节粮的演讲稿篇四

亲爱的同学们，敬爱的老师们：

大家好！

我很高兴能站在这里给大家做演讲，我演讲的主题是：《节约粮食，从你我做起》。

“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”这首诗句，你们应该都理解吧！唐代诗人李绅，在第一首悯

农里呼吁大家节约粮食，从小实行光盘行动，可是每当我们中午吃完饭后，经过餐厅门口，厨余垃圾桶里的这些剩菜剩饭，已经可以养活非洲多少人了啊。我这里有一份可靠的数据：非洲因饥饿死亡的人数在400万以上，约有2亿人营养不良，处于饥饿或半饥饿状态，我们现在不知道珍惜粮食还倒粮食浪费粮食，同学们这是十分可耻的行为。

在我们学校里也有一些类似事情，如学校食堂阿姨们辛辛苦苦给我们煮饭烧菜，使我们营养保持均衡，但我总看见有不少同学因挑食，而浪费粮食，走廊上倒厨余垃圾的餐桶里，总是装得满满的，餐桶内怎么也不少于三分之二，在此“我提畅，光盘行动，从你我做起”。

所以我认为农民伯伯的痛苦，就应该落实到真正的生活中。不是单单在嘴上说说而以，没有任何真正的行动。当我们念着“锄禾日当午”时，可又曾真正领悟“粒粒皆辛苦”的道理。如果有，食堂又从哪来的剩饭剩菜！农民用他的辛劳，科研，用他们的艰苦养活整个中国，这个拥有十四亿人口的泱泱大国！我们需要谨记农民伯伯的痛苦，要常念着他们所想得幸福。

对于普普通通的我们，能做的并不多，也只有坚持光盘动，不浪费粮食……

谢谢大家！

节粮的演讲稿篇五

尊敬的各位老师，同学们：

大家好！今天我要和大家交流的话题是《节约粮食，远离浪费》。

泱泱中华民族，上下五千年的华夏文明，经久不衰；优良的’

传统文化，历经数年的文明传递，至今仍炫烂不已；颗颗优质稻谷，历经数千次的科学钻研，可谓千里飘香。

勤俭节约，是中华民称的传统美德。勤俭治国的尧，受万民敬仰，被称颂万世；埋首田间的袁隆平毕生奋斗，造福人类。颗颗金黄而饱满的谷粒，是父辈们辛勤的耕耘，是父辈们劳累的汗水，是父辈们凝结的奉献。我们有什么理由去浪费，有什么理由去挥霍呢？我们没有理由，我们只有“爱惜粮食，杜绝浪费”。

古人云：“一粥一饭，当思来之不易碎；半丝半缕，恒念物力维艰。”当你看到父母在烈日下忙碌流下的滴滴汗珠时，你是否体会到了粮食的来之不易？当你听到“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”的朗朗读书声时，你是否在为自己的浪费感到羞愧？当你看到饭桌上残留下的粒粒米饭时，你是否感觉到那异样的眼光？同学们，行动起来吧，从身边的点滴做起，从节约粒粒粮食做起。

同学们，我们是龙的传人，是继承美德的中国人！中国虽在历史长河中历经沧桑，但依旧屹立于世界民族之林的东方，向世人展示着，一个以农业为基础而翱翔的龙的传奇！所以我们没有资格为我们的祖国涂上一个污点，我们应该让她更加繁荣昌盛。为此，我们要积极行动起来，珍惜每一粒粮食，共享幸福明天。爱惜每一粒粮食，就是尊重每一位劳动者；爱惜每一粒粮食，就是珍惜每一天幸福的生活；爱惜每一粒粮食，就是传承每一份关爱。

碗中的米是汗水，碗中的汤是心血，我们不一定是民垂青史的人，却要争做历史长河中鲜活而有力的旗手。同学们，让我们一起高举“节约粮食，远离浪费”的旗帜，让我们传承这优秀的传统。

十月十六日，是世界粮食日。从今天起，我们应争做一位优秀的旗手，高举爱惜粮食，不多盛，不乱倒的美德，高举杜

绝浪费，不乱丢，不乱弃的美德。同学们，让我们高举时代的旗帜，让每一缕美德之风传遍每一处中华大地。谢谢大家！

节粮的演讲稿篇六

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！金秋送爽，丹桂飘香。在这收获的黄金季节里，我们迎来了“世界粮食日”。今天我演讲的题目是：珍惜粮食，从我做起！

请各位同学想一想在学校食堂餐桌上你是否将饭菜吃一部分就倒掉？你是否将吃了几口雪白的馒头、包子扔在地上？当你这样做的时候，你是否感到可惜，感到心疼？我们从小就知道“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”的道理。同学们，你们是否想到世界上还有许多吃不上饭的人们在苦苦挣扎，你们知道吗，在发展中国家，每5个人中就有1个长期营养不良，有20%的发展中国家人口粮食无保障。饥荒已成为地球人的第1号杀手，每年平均夺去一千万人的生命。因此节约粮食值得我们同学们深思。

“一粥一饭当思来之不易”，周恩来总理一贯反对铺张浪费。他吃米饭时，一粒米也不肯浪费，偶尔洒到桌子上一粒米也一定要捡起来放到嘴里。我们应该向周总理学习。同学们，珍惜粮食就是珍惜农民伯伯的劳动果实。节约是美德，节约是品质，节约是责任。让节约光荣，浪费可耻的观念在校园蔚然成风，从现在做起，从我做起，为建设文明和谐校园作出应有贡献。

谢谢！

节粮的演讲稿篇七

尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

大家好！

今天我国旗下讲话的题目是《节约粮食、文明用餐、你最美，以美为德、以雅为魂，你最棒》。

说起节约这个词，我总觉得沉甸甸的，特别是和我们这些生活在物质丰富的大都市里，过着富足生活的孩子们谈这个话题，我觉得多少有点无从开口。

今天，我首先从两则现实中的事情开始。

事情一，我国启动的“营养午餐计划”，何为“营养午餐计划”就是由国家按每人每天x元钱给这些贫困地区的孩子做免费午餐。这是因为：部分西部地区的孩子们每天上学要步行x个多小时的山路，求学十分艰苦，中午只能带冷饭到学校吃，他们大部分孩子的午餐是冰凉的红薯和土豆，有的则没有午餐。一顿x元钱的午餐，对于我们来说，也许不屑一顾；但是在常年饿着肚皮上课的贫困山区儿童眼中，却是梦中佳肴。

同学们，听完这个故事，请你尽可能的吃干净你碗里的每一粒饭菜吧，请想想还有很多和我们一样的小朋友每天跋山涉水、忍着饥饿在读书？也请想想这营养的大米和青菜凝聚了多少农民伯伯的心血和汗水？如果你同意，请你尽可能的吃完吧。不要再被零食和垃圾食品所诱惑，你选择了日常普通的饭菜，你就选择了食品安全和健康。你懂得了节约，你就形成了人生的第一笔好习惯，你就做到了以美为德。

事情二，国人出国旅游、就餐被歧视的案例仍不时出现，在就餐的时候，当外国餐厅所有人都在低声细语的就餐时，我们的部分同胞却高谈阔论、迎来的只能是别人的侧面和唏嘘。其实，我们的国家富强了，国人在外高消费，理所当然的赢得了世界的欢迎。然而，我们要想真正地赢得别人的尊敬，还需要每个国民检视自己的行为。

同学们，当你加餐打饭请按顺序排队；当你吃饭时候尽可能的轻声，不高谈阔论；吃饭后及时主动地清理干净自己的桌面；将饭盒的饭菜残渣轻轻倒进回收桶里；最后，切记不要忘了，轻声地把你用过的饭盒和筷子放进回收处。你做到了优雅，你就赢得了尊敬，你选择了优雅的行为，就选择了灵魂的高尚。

同学们，最后我呼吁：节约粮食、文明用餐、你最美！以美为德、以雅为魂，你最棒！

你——能做到吗？

节粮的演讲稿篇八

亲爱的老师、同学们：

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！

节粮的演讲稿篇九

尊敬的老师、同学们：

大家好！

我是xxx□来自xx班，今天非常荣幸能够站在这里演讲，在正式演讲之前，向大家抛出一个问题，“大家今天浪费食物了吗？”，这是一个老生常谈的话题，在我们如今的生活中，节约粮食是时刻在进行的事情，所以这就是我今天的演讲题目《节约粮食，反对浪费》。

或许我们会有这样的想法，“又不只是我一个人，那又有什么关系呢？”是啊，似乎大家在潜意识中多多少少都会有这样的想法，但是我想说的是，这是不对的，这也是非常不负责任的，在良好品德的培养上，我们更应该坚定自己的立场，明白是非对错，在错误的行为面前，坚决说不！如果我们每一个人，都是这种积极的想法，那么我想，我们的生活一定会逐渐变好，最终的效果，就让时间来检验，因此，今天我向大家提出以下几点建议：

- 1、培养自身节约粮食的意识。
- 2、尊重每一份食物，根据自己的需求，吃多少买多少。

3、向拥有好习惯的同学学习，坚决反对浪费。

同学们，节约粮食并不是一件难事，这是我们在日常生活中随手可以做到的事情，“勿以善小而不为”，每一件小事情都是我们值得关注的，如果我们每一个人都能做到不浪费食物，那么最终呈现出来的结果一定是令人震撼的，而这节省出来的粮食，又可以养活多少人，所以我们一定不要不在意，集体的力量是强大的，我们要相信，奇迹的创造是我们每一个人努力的结果，我们作为地球村中的一员，一定要尽到自己的责任，让我们的生活变得更加的美好！

最后，我想对大家说，美好品德，从日常中培养，让你我携手，共创美好家园！谢谢大家！