

最新爱惜水源演讲稿三分钟 爱惜粮食演讲稿(汇总9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。优质的演讲稿该怎么样去写呢？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。

爱惜水源演讲稿三分钟篇一

珍惜我们的营养早餐，珍惜粮食，从我做起，从不乱倒剩饭做起，以节约为荣，以浪费为耻，自觉养成爱惜粮食，节约粮食的好习惯。下面本站小编整理了爱惜粮食演讲稿，供你参考。

我们国家有13亿人口，占世界总人口的1/5还要多；而我们的人均耕地面积只有世界人均值的1/4。但是，我们却用这么少的耕地面积养活世界1/5的人口，这不得不说是个伟大的成就。许多外国的专家学者都觉得这是一个奇迹！我为我们国家的壮举深感自豪，为我们勤劳智慧的人民感到无比骄傲！

诚然，我们取得了举世瞩目的成就。但是，我们要清醒地看到世界上还有很多国家的人民正处于饥饿之中，同样也包括我们国家一些贫穷落后地方的人们。事实上，我国的粮食生产与消耗一直处于紧张的平衡状态，粮食生产增速压力非常大。很多人都沉浸在改革开放所取得的巨大经济成就之中，走出了以前那种有上顿没下顿的苦日子，一种铺张浪费的风气悄然升起。食堂里，餐馆里，厨房里到处都是剩饭剩菜，到处都随手扔掉的馒头面包……面对这样的场景，我们怎能不扼腕痛惜。这不仅造成了极大的浪费，而且形成了一股不正之风，严重影响了经济的发展和社会的进步。是不是因为生活水平提高了，生活条件好了，我们就养成了这种不节约

粮食，浪费粮食的坏习惯呢？我们应该深刻的反思自己。

节约是美德，节约是责任。从现在开始，从我们身边开始节约粮食吧，珍惜粮食就是在拯救你自己的灵魂。日省一把米，月节一斤粮。凡事贵在坚持，节约从点做起，尽自己的一份绵薄之力，养成节约的好习惯，树立节约的好风尚！让我们共同努力，让节约粮食成为一种新时尚，新潮流！如此，我们的生活才会更加的富有，我们精神也会更加的富足！

同学们，大家好！今天我演讲的题目就是“珍惜粮食，从我做起。”

“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”

《悯农》这首诗我们大家都太熟悉了，一粒粒粮食从播种到收割，再到加工成成品粮，至少要经过二十道工序，这中间包含了农民多少辛勤的劳动呀！可以说，每一粒粮食都浸透了农民伯伯的心血和汗水。

今天，当我们看到鲜艳的五星红旗冉冉升起，当我们唱起雄壮的国歌，我们心中充满了自豪和幸福。我们的祖国现在是多么的繁荣富强啊！但是在祖国的大好河山中，有一些遥远的地方，那里就是贫困山区。在贫困山区里，人们吃不饱、穿不暖，小孩子们还没有地方上学。人们天天吃野菜、白薯、山里的蘑菇，连大米都不多，更别说肉了。要是两三星期能吃一次肉呀，就是谢天谢地了。

唉，多么可怜呀，再看看我们，每天大鱼大肉，蔬菜水果，应有尽有，却生在福中不知福，还到处浪费。也许他（她）家里很有钱，也许他们家里有的是粮食。珍惜粮食，节约粮食是我们中国民族的传统美德，我们不能丢掉我们的根。如果贫困山区的孩子们看见同学们这样做一定会很心痛，并会指责同学们。在饭馆，有的人为了炫耀自己多么大方、多么有钱，便点了一桌子的饭菜，吃不完的，就要被店里的老板倒去。其实剩菜可以打包回去吃，这样也是一种节约。只要存

有节约的意识，其实做起来很简单：吃饭时能吃多少盛多少，不扔剩饭剩菜。

同学们，让我们行动起来，珍惜我们的营养早餐，珍惜粮食，从我做起，从不乱倒剩饭做起，以节约为荣，以浪费为耻，自觉养成爱惜粮食，节约粮食的好习惯。

各位老师、各位同学：

大家好！你们吃了吗？

我们不妨算这样一笔账：倘若我们每天节约一粒大米，那么十亿人可节约多少？五千多公斤！一年可节约将近两千万斤，折合人民币两千万元。这笔钱若按每所希望小学五十万元算，则可盖四十所希望小学；按每人学杂费三百元记，则可使七万名失学儿童重返校园！真是不算不知道，一算吓一跳；看来，也的确该堵堵我们这张嘴上的漏洞了！

还有，我们许多同学都爱吃零食的坏习惯。课余饭后，在小卖部里总是人流涌动，热闹的局面蔚为壮观。家庭条件好的同学出手大方，抱着一堆花花绿绿的零食令伙伴们眼馋不已；钱不多的也不甘落后，不怕打肿脸充胖子，宁可用掉生活费也要过过瘾。这样一来，一则影响了学习，上课时老挂着零食，身在曹营心在汉，又怎能搞好学习？二则容易养成好吃懒做的坏习惯。

让我们从小事做起，珍惜每一粒粮食，珍惜每一寸光阴，用满腔的热情去拥抱生活。在这里，我祝大家在人生的途上一路顺风！

谢谢大家！

尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

大家早上好!今天我讲话的主题是“珍惜粮食”我国古代的教育家孔子给人留下了一句名言：“民以食为天”。可见，“吃”在老百姓心中多么重要。只是这些年来，随着人们生活水平的提高，许多同学对粮食好像也越来越不在意。不信，请到食堂去看一看，就餐时馒头四处乱扔，雪白的米饭撒满地面，剩余的饭菜能到满满一垃圾桶。真是不忍目睹，那可都是劳动人民辛辛苦苦劳作一年的成果呀!“一粥一饭，当思来之不易”，难道我们的思想觉悟还不如古人吗?随着人们生活水平的提高，生活中的浪费粮食的现象越来越严重。据有关部门估计，全国每年浪费的粮食，足够五千万人吃一年，多么惊人的浪费啊!古人尚有“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”的彻骨感受，我们就更应该从中领悟粮食的珍贵。你可知道，一粒粒粮食从播种到收割，再加工成成品粮，至少要经过20道工序，这中间包含了农民多少辛勤的劳动，每一粒粮食都浸透了农民伯伯多少心血和汗水啊!土地资源有限，粮食作物有限，人口在增长，粮食越来越宝贵，它是人类生活生命之源泉，我们要爱惜粮食，把节约粮食看作生活中的大事，使勤俭节约成为每一个同学的良好品德。让食堂里的桌子上、地面上、垃圾桶里不再有剩余饭菜的影子，看不到它们悲伤的身影，哭泣的声音。同学们，你们是未来的建筑者，你们身上有沉甸甸的责任。人们把你们比作雏鹰，是希望你们能舒展理想的翅膀，在祖国的大地上飞翔，建设美好的家园，千万不能让“馋”压住你们稚嫩的羽翼，不能让“奢”迷住你们奋斗的方向。

同学们，行动起来，珍惜粮食，从我做起，从现在做起，从不乱倒剩饭做起，以节约为荣，以浪费为耻，自觉养成爱惜粮食，节约粮食的好习惯。

我的讲话结束，谢谢大家。

爱惜水源演讲稿三分钟篇二

亲爱的同学们：

大家好！

大家应该都知道，我们地球上的资源是有限的，而且还要留给我们的子孙后代，所以我们从现在起，就要珍惜资源，留给我们的子孙后代。

特别是水资源，如果离开了水资源，我们人类将无法生存下去。人们生活很多地方都离不开水，如人们需要喝水，用水洗澡，给地面洒水，处处都离不开水。而且有些小动物也要有水才能存活下来。像小鱼、小虾、鲸……所以我们要保护水资源。

还有电，我们还要节约电，因为我们人同样也离不开电，如果离开了电，那夜晚我们的世界就成了一片漆黑，什么也看不见。因此我们要节约用电。

我们不要乱扔垃圾，保护好地球的自然环境。遭我们人类的破坏，使北极的企鹅和北极熊都失去了家园。我们还要保护好小动物，因为人类不能离开动物，离开了它们，降临到它们身上的命运，也同样的会降临到我们头上。几年前，由于人们对海里的鲸进行大量捕杀，使鲸的数量急居下降，现在恐怕鲸已经在海洋里灭绝了。

在这里，我要向全世界人民呼吁：保护地球，保护我们的家园，保护环境，节约、合理开发和利用资源。

谢谢大家！

爱惜水源演讲稿三分钟篇三

各位同学：

大家好！今天我要给大家演讲的题目是“爱惜粮食”。

“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”这是一首耳熟能详的古诗，但是在这个经济发达的时代里真正能做到珍惜每一粒粮食的人有几个？曾经的，我也是一个不懂得节约粮食的孩子。

小的时候，我非常挑食，不爱吃蔬菜，不爱吃面，就是吃喜欢的大米时，也是好像嘴巴下面有个洞一样，边吃边撒到桌子上和地上。心想这样就可以少吃点饭了，总之每一顿饭连撒带剩都要倒掉半碗饭。妈妈总是头疼我挑食浪费粮食的坏毛病。在一次外出旅行时，我们路过一个灾区的希望小学，看到了那里的留守儿童。一个小弟弟用黑乎乎的小手捧着馒头仔细地一口一口地吃着，生怕撒下一粒馒头渣，就着咸菜完成了一餐饭。看着看着我的眼睛不觉湿润了，每天我吃饭的时候浪费的粮食可以够一个年龄小的朋友吃一顿的了。我怎么会这样呢？到这时我才意识到我的无知和可笑，以前的我天真地认为粮食是取之不尽的，而不知道粮食对我们来说如此珍贵！

于是，从此之后我就暗暗下决心今后要节约粮食、爱惜粮食并付诸行动，吃饭的时候吃多少盛多少，不剩饭。外出就餐时，吃不了的也会打包带走。改掉挑食偏食的坏毛病，节粮爱粮从我做起，我们要珍惜每一粒粮食。

同学们，我们一起为爱惜粮食贡献自己微薄的力量吧！

爱惜水源演讲稿三分钟篇四

我们国家有13亿人口，占世界总人口的1/5还要多；而我们的

人均耕地面积只有世界人均值的1/4。但是，我们却用这么少的耕地面积养活世界1/5的人口，这不得不说是个伟大的成就。许多外国的专家学者都觉得这是一个奇迹！我为我们国家的壮举深感自豪，为我们勤劳智慧的人民感到无比骄傲！

诚然，我们取得了举世瞩目的成就。但是，我们要清醒地看到世界上还有很多国家的人民正处于饥饿之中，同样也包括我们国家一些贫穷落后地方的人们。事实上，我国的粮食生产与消耗一直处于紧张的平衡状态，粮食生产增速压力非常大。很多人都沉浸在改革开放所取得的巨大经济成就之中，走出了以前那种有上顿没下顿的苦日子，一种铺张浪费的风气悄然升起。食堂里，餐馆里，厨房里到处都是剩饭剩菜，到处都随手扔掉的馒头面包……面对这样的场景，我们怎能不扼腕痛惜。这不仅造成了极大的浪费，而且形成了一股不正之风，严重影响了经济的发展和社会的进步。是不是因为生活水平提高了，生活条件好了，我们就养成了这种不节约粮食，浪费粮食的坏习惯呢？我们应该深刻的反思自己。

节约是美德，节约是责任。从现在开始，从我们身边开始节约粮食吧，珍惜粮食就是在拯救你自己的灵魂。日省一把米，月节一斤粮。凡事贵在坚持，节约从点做起，尽自己的一份绵薄之力，养成节约的好习惯，树立节约的好风尚！让我们共同努力，让节约粮食成为一种新时尚，新潮流！如此，我们的生活才会更加的富有，我们精神也会更加的富足！

爱惜水源演讲稿三分钟篇五

亲爱的同学们：

你们好！我是花园小学六一班的学生xx□

水，滋润万物，与人们的生活息息相关。中国是一个干旱缺少水严重的国家，淡水资源的百分之六，仅次于巴西、俄罗斯和加拿大，居世界第四位。中国缺水的地方有很多，而

在不缺水的地方，人们的浪费水、污染水的现象又太严重了。

一些工厂把工业废水排入河流，造成了水资源的严重污染。河流里的小鱼、小虾生活在这样的水中，就会慢慢地中毒，死去，人们喝了这些水，也会严重影响到身体的健康。

有时我会经常看见学校的`水龙头是开着的，没人愿意上前一步，把它关紧。还有的同学总是拿冬夏立到处乱喷，水挤的满地都是，也有一些同学把手放在水龙头上玩水。

同学们，你们难道都不愿意珍惜水源吗？

在此，我要提出以下几点建议：

- 1、用完水扣要把水龙头关住。
- 2、不要用水玩游戏。
- 3、如果有人玩水，一定要制止他们。

我们一要就要珍惜水资源，节约水资源，保护水资源。让我们从现在做起，从点点滴滴做起。希望你们能采纳我的建议。

祝：好好学习，天天向上。

爱惜水源演讲稿三分钟篇六

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

上午好！

我是四(1)班的 。我今天国旗下讲话的题目是《爱惜粮食 文明用餐》。

同学们，在讲到爱惜粮食，我们马上就会联想到《锄禾》这

首古诗。这首古诗就是告诉我们农民伯伯种田很辛苦，要我们爱惜粮食。可是我们真的做到爱惜粮食了吗？在学校食堂，每天都会看见同学们浪费粮食的现象！同学们，你们知道吗，我们中国还有很多人吃不饱饭，还有很多孩子读不起书，也还有很多孩子因家庭贫困而辍学。当你浪费一口粮食时，也许在他们的眼里浪费的就是一顿丰富的晚餐。有的同学家庭条件好，很是挑食，吃了几口饭就倒掉了，说这饭菜是自己不喜欢吃的这些都是浪费粮食！也许你并不觉得自己在浪费，也许你认为浪费这一点点算不了什么，可是，如果你浪费这一点，他浪费这一点，大家都浪费这一点，那就是一个惊人的损失了！

同学们，你想做个文明的小学生吗？那就从文明就餐、爱惜粮食开始吧！其实爱惜粮食，做起来很简单：吃饭时，不要剩饭菜；不挑食，不厌食。无论是在家里爸爸妈妈给我们做吃的，还是学校里的饭菜，都是有利于我们身体成长的，为了我们自己的健康，我们都要通通吃掉它！文明就餐就是坐在自己的座位上安静就餐，不大声喧哗、打闹，不端着饭盒奔跑走动，防止相互碰撞或烫伤；就餐时细嚼慢咽，有助消化，也不含饭说话，以免发生意外。在就餐结束后半小时内不跑或者进行剧烈运动。爱护餐具，并把餐具放在指定的地方；同时要尊重工作人员，对他们为大家的服务表示感谢。

同学们，让我们从今天开始，做一名珍惜粮食，文明用餐的好学生吧！

爱惜水源演讲稿三分钟篇七

尊敬的老师们、亲爱的同学们：

上午好！

今天，国旗下讲话的'题目是爱惜粮食，文明用餐。说到爱惜粮食，相信很多同学就会想起一首古诗：锄禾日当午，汗滴

和下土，谁知盘中餐，粒粒皆辛苦这就是李绅的《悯农》，他告诉我们粮食来之不易，我们要倍加珍惜。今天，我也想把两位名人节约粮食的故事说给大家听。

第一位说的是明朝皇帝朱元璋，这位布衣天子在打江山和坐江山时，规定自家的餐桌上每日上的是三菜一汤再加一碗白米饭。就是在他生日的晚宴上，其岳母自作主张多加了几道菜，也得到他的批评，席间小孩洒了几粒米，他瞪着眼睛，自己以身作则夹起掉了的米粒，并吃掉。他说：一粥一饭当思来之不易。

第二位是一代伟人我们敬爱的周总理。周总理向来饮食清淡，每餐一荤一素，吃剩的饭菜，要留到下餐再吃，从不浪费一米，一片菜叶。总理吃完饭，总会夹起一片菜叶把碗底一抹，把饭汤吃干净，最后才把菜叶吃掉。吃饭时，偶尔掉在桌上一颗饭粒，马上拾起来吃掉。

这个学期学校为了同学们的健康，规定一天三餐到学校食堂吃基本餐，这是学校增加了工作，特别是食堂阿姨们，起早贪黑，他们为的是什么呢，就是我们同学们的健康着想。同学们如果饭不够吃可以叫食堂阿姨加一点饭，但是，看看我们食堂的餐厅里，各种浪费粮食的现象依然比比皆是。有的同学很是挑食，饭菜吃了几口饭就倒掉了，说这饭菜是自己不喜欢吃的！还有同学甚至有的菜一口都未吃。浪费现象触目惊心。而与之鲜明对比的是，最新报告显示，全球每6秒钟就有一名儿童因饥饿死去。同学们，勤俭节约是中华民族的传统美德，再说，我们的同学正是长身体的时候，更要注重合理的营养吸收。那就从今天开始，做一名爱惜粮食、节约粮食的好学生吧！另外，在文明就餐上老师还要提醒大家几点：

包括进餐厅，排队领饭过程不说笑，不打闹，吃完后安静离开。

保持地面、石桌整洁。食堂边的周围和石桌经常有饭菜，吃剩的一定要倒到指定的饭桶，不能随便乱倒或者碗里有剩饭菜就去水槽洗碗。

本周星期天，学校召开了学生会会议，对学生会干部进行了培训，学校希望学生会积极发挥管理、督促作用。今后学生会会进一步参与学校的管理。到时三餐也许有学生会干部在维持秩序。

最后，希望我们全体同学能共同努力做到爱惜粮食，文明用餐。

爱惜水源演讲稿三分钟篇八

合：大家早上好！

男：我是一年级八班的邹元康 女：我是一年级八班的张筱梵

合：我们演讲的主题是：勤俭节约，爱惜粮食。

男：在学校食堂，我经常看到，饭桶里有我们学生倒掉的剩菜剩饭；有的学生装得很多，但吃了一点点就倒掉，这真是太可惜了！

女：我知道大家都会背诵《悯农》这首诗，这首诗是告诉我们吃的每一粒饭，都来之不易，每一粒米、都凝聚着农民伯伯的心血和汗水。

男：我也要告诉同学们，当我们在浪费时，地球上还有好多人在饿着肚子，甚至还有饿死的！同学们想一想，如果我们每个人每天都倒掉一点点，那一天就要浪费多少粮食呀！

女：也许，有的同学会想，现在的我们想吃什么就有什么，为什么还要提倡勤俭节约、爱惜粮食呢？亲爱的同学们，你

们有没有想过，我们今天的幸福生活到底是怎么来的呢？正是因为，我们的祖祖辈辈坚持勤俭节约的美德，艰苦奋斗，才创造了我们现在的幸福生活。没有昨天的节约，就没有今天的富裕；没有今天的勤俭节约，也就不会有明天的祖国富强。

男：同学们，就让我们行动起来，从现在做起，从自己做起，吃好每一顿饭，节约每一粒粮食，爱惜粮食的小卫士。

女：请同学们跟我一起高呼：勤俭节约，伴我成长！

全校齐呼：勤俭节约，伴我成长！

男：请大家再来一次。

全校齐呼：勤俭节约，伴我成长！

合：我们的演讲完毕，谢谢大家！

爱惜水源演讲稿三分钟篇九

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家早上好，今天我国旗下讲话的题目是《珍惜粮食，从我做起》。

每年的10月16日是世界粮食日，他的宗旨在于唤起全世界对发展粮食和农业生产的高度重视。同学们，试想一下，当我们提高了对食物的重视程度，还会去铺张浪费吗？一个人的浪费或许微不足道，但是当全校，全市，全省，乃至于全国的人民都开始了铺张浪费，还会只是微不足道的吗？反过来想，当一个人开始了节约，或许没什么，但是当全国上下的人民齐心协力，共同开启了节约的新时代，还会是不起眼的吗？有一个词语叫做：积水成渊。我们不妨将他改编一下，积粮成

山，怎么样？一点点的积累，到最后回馈给你的，会是巨大的成就。不妨让我们从现在开始，从点滴做起，从节约一粒米一叶菜开始，以微薄的贡献，来搏击令全世界人民不再受饥寒交迫的新时代。

一粥一饭，当思来之不易。在此，我呼吁各位：从自身做起，从点滴做起，共同努力，只为了那不再有饥寒的`明天。