# 最新理性消费演讲稿三分钟(优秀13篇)

来源：网络 作者：紫竹清香 更新时间：2024-12-19

*使用正确的写作思路书写演讲稿会更加事半功倍。在日常生活和工作中，能够利用到演讲稿的场合越来越多。那么你知道演讲稿如何写吗？以下是我帮大家整理的最新演讲稿模板范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。理性消费演讲稿三分钟篇一。“土豪，...*

使用正确的写作思路书写演讲稿会更加事半功倍。在日常生活和工作中，能够利用到演讲稿的场合越来越多。那么你知道演讲稿如何写吗？以下是我帮大家整理的最新演讲稿模板范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**理性消费演讲稿三分钟篇一**

。“土豪，我们做朋友吧

iphone，买名牌?前苏联著名诗人马雅可夫斯基曾说过：“流行的东西不一定好，比如说流行感冒。

”因此，消费要根据自己的需要，不盲从，不攀比，不随大流、追风头，而要养成勤俭节约的好习惯。第三，作为一名在校读书的中学生，我们应该如何做到理性消费呢?中学生的消费主要在日常饮食和书籍文具上。我们在饮食上不必要求太高，应该正常饮食，既健康又省钱。在书籍上面，我们可以买一些辅导书、科普书和文学书，在漫画、篮球杂志和小说上我们不应该过分消费。我们所说的适度消费，不仅仅是适家庭经济条件之度，还要适中学生正常需求之度，适中学生消费需求之度。我们没有经济来源，消费的是父母的血汗钱。作为黄冈中学的学生，我们的消费行为要符合中学生的身份，钱要用到正处，不可以随意挥霍，不可以胡乱消费。

? 物质生活像一面镜子，悬挂在每个青少年的面前。它可以映出胸怀大志，情趣高尚者的英姿，也可以显出贪图安逸，浑噩庸碌者的身影。印度著名诗人泰戈尔说过：上了黄金，鸟也就飞不起来了”

“鸟翼上系

。我们青少年正处于人生最适宜播种理想的时候，应在修身、砺志、促学、健体上下功夫，千万不要沉醉于追求物质享受，折断自己理想的翅膀。同学们，让我们从今天开始，从此刻开始，学会理性消费，静以修身，俭以养德!

!

?小到一个家庭，你做了这个

;怕銀行加息;怕

?“奴”;那个“奴”，一天到晚为还贷在操心老板炒你的鱿鱼，只能低声下气干活，这种生活质量会好吗更有甚者，有些人只图享乐，不劳而获，干起违法犯罪的勾当。严重影响社会治安，被绳之以法。辛辛苦苦赚来的錢，就应该把錢化在刀口上。享受要有一个度，难得潇洒潇洒，也是一乐，也不能太辛苦了自己。一个成功的老板，他不会乱化錢，他只会把錢放在事业上再发展。只有那些靠坑、蒙、拐、骗不法奸商才会錢不当錢花。这些人挥金如土，炫耀标榜唯錢独尊，他们一方面在干伤天害理的勾当，一方面在求菩萨保佑。如真的有菩萨，菩萨会保佑他们吗?有慈悲心的人，他们不会乱花錢，他们会把一部分錢放到慈善事业上。这些人才是真正的活菩萨。现在有些宣传很不着调，高消费不可倡导。要理性消费，勤俭节约。勤俭节约这个中华民族传统美德，万万不能丢，从童年起，父母就教育我们要点滴节约，上学后老师也教育我们要节约，那时我们连鉛笔头也不会丢掉，到文具店买一只鉛笔套，把鉛笔头套在鉛笔套里还能书写。现提出要低碳生活，低碳生活可以理解为：减少二氧化碳的排放，就是低能量、低消耗、低开支的生活。但前提是在不降低生活质量的情况下，尽其所能的节能减排。

?我想今后会有定论。3理性消费，从我做起消费是我们日常生活不可缺少的一部分。随着经济的发展，市场上的商品日益丰富，人的消费选择越来越多样化，消费水平不断提高。人们的消费观念在发生变化，体现享受与发展需求的住房、健康、教育、休闲、交通、通信等支出的比重迅速上升。人们已经不再仅仅限于衣、食、住、行等基本需要的满足，而是更加注重通过消费提升生活品质，追求更加健康文明生活方式。学会理财，是我们必备的生活技能。面对各种各样的消费品，我们要学会合理消费。作为中学生，我们的社会阅历还不够丰富，自己选择商品的能力还比较弱，在消费时更应多一些理性，少一些盲目。

;在消费前，我们可以先做出预算，把钱花在关键的地方避免非理性消费，在自己能够承受的范围内购买物有所值，经济实用的商品;不与周围的人进行盲目攀比，不浪费金钱。理性消费、勤俭节约是一种生活态度，不同的生活态度就会导致不同的结果，如果每人都有一个良好的生活态度，注重理性消费、勤俭节约，节约的不仅是个人的财产，更是国家的资源。建设节约型社会需要从我做起，从点滴做起，我们应该理性消费不追风赶浪，少买不必要的物品，反对奢华攀比，彰显低碳生活的节能减排主旨，只买对的，不买费的，尽最大努力减少资源的浪费，让理性消费成为一种文明生活符号，成为时代不变的主题。在消费的过程中，我们应该用环保的眼光选购商品。这样做既有利于自己的身心健康，又有利于社会的可持续发展。特制生活水平提高，应该有适度的消费，但并不意味着不要节俭。在满足基本的物质消费需求后，我们更应该注重自己精神上的需求，在消费中提升自己的精神境界。一本有益的书，一部精彩的电影，一次愉快的旅游……都会给我们带来更多快乐，使我们的生命更加精彩。

**理性消费演讲稿三分钟篇二**

同学们:

大家好！

在这个用钱为上的社会，我们，这群阳光开朗的青少年，正用我们的青春来换取极富罪恶的金钱。

人力三轮车是我们这里特有的一种交通方式，走在街上，总会看到形形色色的人们优雅地坐在上面，他们中，有兴奋新奇的游客，有疲于奔命的中年人，有懒于走路的娇小姐，然而，更多的还是穿着校服，有说有笑的青少年。一次，我站在某个地点等人，旁边有好几辆三轮车，车夫门因为没有生意，就坐在后座上闲聊，我听到这样一番对话：

“唉，现在的小孩子都真有钱，手机里留个我的号码，要到哪里去，都让我载着去，一天下来光在我这就花了40多块！想想我们那时候，就算几十里路也要用一双脚走着去，鞋子磨破都会心疼半天。”

“那是的，这些家长不知道怎么想的，我们的很多顾客，都是这些小孩子，说难听一点，我们还要靠他们吃饭呢。”

我们中的大多数人都过着近乎“奢侈”的生活，当然，这是对于这些三轮车夫来说的。

青少年消费者经常表现出这样一种消费心理：大家都没有的自己要有，某些人有的自己必须有，大家都有的自己不想有。这是一种典型的标新立异、争强好胜、表现自我的心理。所以青少年不管是在日常生活上还是其他方面，都会花费大量的金钱。青少年的消费是消费领域的一个重要组成部分，他们的消费，他们的爱好，都是商家谋取利益的一个最重要的信息，举个例子，如果一个老师让一个班的学生买同一本书，那么这一次大量卖出，会给商家带来不菲的利益，这样一个班的举动，其他人，其他班，其他年级，其他学校等等都会纷纷效仿，这样的话，带给中国商家的利益就是不可估量的。

青少年消费群体带给商家的利益如果换成给贫困山区的同龄人门，那么带给中国的利处也是不可小觑的，希望大家能注意到这一点。

**理性消费演讲稿三分钟篇三**

自9月以来，“趣分期”、“爱学贷”、“借贷宝”、“校园白条”等网络借贷平台在全国高校校园内蔓延扩散，各平台以“借钱不怕坑，还款不用愁”、“零门槛，无抵押”等虚假口号诱骗在校大学生透支信用、盲目消费。部分同学为赚取利息差价，将学费或通过借贷的大额现金投入网络借贷平台中。部分同学甚至充当宣传员，误导更多的同学陷入网络借贷、透支消费，导致数名同学或因网站突然关闭血本无归、或因收不回贷款欠下巨额债务而被迫辍学躲债，家人只得卖房偿债的严重后果。为了教育同学们提高安全防范意识，树立理性消费观念，自觉远离网络借贷行为，规避盲目消费风险，我们召开了以“拒绝网贷，理性消费”为主题的班会课。

班会上，主持人介绍，学生贷款可选择的途径主要有三类：一是学生分期购物平台，满足大学生购物需求，比如趣分期、任分期等;二是单纯的p2p贷款平台，用于大学生助学和创业，比如投投贷、名校贷等;三是阿里、京东、淘宝等传统电商平台里面提供的信贷服务。在现今媒体已报道的大学生校园贷款事件中，学生贷款的动机大部分是出于过度消费或学生“被贷款”，但也有类似贷款用于赌球、用于所谓创业等情况出现。以赌球为贷款动机的，其贷款金额之巨大，造成损失之严重，已远远超出一名大学生甚至一个普通家庭承受范围。校园贷款手续便捷、风控漏洞多，极易让学生产生不当动机，做出违犯国家法律的行为。接着，主持人讲解了几起新闻曝光的大学生校园借贷案件。案件中校园贷款公司在逾期催收上经常采用频繁短信、威逼恐吓、“黑社会”上门、骚扰家人等暴力催收行为，这既对学生的人身安全造成威胁，也影响了学校的日常治安管理。随后，主持人从贷款平台风控漏洞多、学生人身安全受到威胁、贷款违约风险高、贷款动机复杂化四个方面对大学生校园借贷进行了风险分析。

针对大学生校园借贷所带来的风险，从以绿色消费为引领，引导学生树立合理消费观;以诚信意识教育为抓手，积极开展关于个人征信的信用教育;以普法教育为重点，积极树立学生的自我保护意识;以日常管理为基础，以学生创业为辅助，积极构建学生校园贷款的风险防范体系四个方面做了防范措施分析。同时提醒同学们高度重视个人身份信息保密，谨防身份信息被不法分子利用，在不知情的情况下发生网络借贷行为。

通过本次班会，同学们对网络借贷问题有了更为深刻的的认识，同时也提醒同学们网络借贷存在利与弊，作为经济没有独立的同学们弊远远大于利，必须养成良好的消费习惯。班会结束后，各班集体签订“拒绝网贷，理性消费”承诺书。

**理性消费演讲稿三分钟篇四**

1、量财支出，理性消费。

2、心连城市，理性消费。

3、温馨提示，理性消费。

4、人人诚信，消费理性。

5、商品有认证，权益得保证。

6、经营者朋友，消费者是亲人。

7、生活要节约，消费要科学。

8、明珠城市景，理性消费城。

9、理性消费，永系我心。

10、明白消费，理性消费。

11、买卖不同心，诚信贵如金。

12、理性互信，和谐消费。

13、商家诚信，顾客理性。

14、广告迷人眼，消费要理性。

15、理性消费，温馨城市。

16、理性消费，和谐互动。

17、小利诚可贵，暴利价更高。

18、城市是消费者的一片天。

19、握有凭据，维权有据。

20、经营假货，自掘坟墓。

21、有凭有据，维权不输。

22、顾客是上帝，质量是口碑。

23、理性消费，是聪明人的选择。

24、若为诚信故，二者皆可抛开。

25、诚实守信，理性消费。

26、索要票据，维权有据。

27、理性消费，理性先行。

28、理性消费，共享温馨。

29、及时取证，尽早维权。

30、商机无限，诚信有缘。

文档为doc格式

**理性消费演讲稿三分钟篇五**

理性消费，从我做起消费是我们日常生活不可缺少的一部分。

随着经济的发展，市场上的商品日益丰富，人的消费选择越来越多样化，消费水平不断提高。人们的消费观念在发生变化，体现享受与发展需求的住房、健康、教育、休闲、交通、通信等支出的比重迅速上升。人们已经不再仅仅限于衣、食、住、行等基本需要的满足，而是更加注重通过消费提升生活品质，追求更加健康文明生活方式。

学会理财，是我们必备的生活技能。面对各种各样的消费品，我们要学会合理消费。

作为中学生，我们的社会阅历还不够丰富，自己选择商品的能力还比较弱，在消费时更应多一些理性，少一些盲目。

在消费前，我们可以先做出预算，把钱花在关键的地方;避免非理性消费，在自己能够承受的范围内购买物有所值，经济实用的商品;不与周围的人进行盲目攀比，不浪费金钱。

理性消费、勤俭节约是一种生活态度，不同的生活态度就会导致不同的结果，如果每人都有一个良好的生活态度，注重理性消费、勤俭节约，节约的不仅是个人的财产，更是国家的资源。

建设节约型社会需要从我做起，从点滴做起，我们应该理性消费不追风赶浪，少买不必要的物品，反对奢华攀比，彰显低碳生活的节能减排主旨，只买对的，不买费的，尽最大努力减少资源的浪费，让理性消费成为一种文明生活符号，成为时代不变的主题。

在消费的过程中，我们应该用环保的眼光选购商品。这样做既有利于自己的身心健康，又有利于社会的可持续发展。特制生活水平提高，应该有适度的消费，但并不意味着不要节俭。在满足基本的物质消费需求后，我们更应该注重自己精神上的需求，在消费中提升自己的精神境界。

一本有益的书，一部精彩的电影，一次愉快的旅游……都会给我们带来更多快乐，使我们的生命更加精彩。

**理性消费演讲稿三分钟篇六**

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

听，中华大地吹响了保护环境的号角。“只有一个地球”，“保护环境，人人有责”等口号喊得震天价响！的确，地球遭受了严重的破坏，保护环境已成为人类迫在眉捷的任务！

大家知道，进入工业经济时代，社会发展突飞猛进。机器的广泛使用，既创造了大量的财富，又排出大量废弃物严重的污染了环境。奇迹的不断涌出，既迎合了多种探求，又制取了无数有害物，可怕地毒化了环境。加上急功近利的滥砍滥伐，贪得无厌的乱捕乱捞，致使森林破坏，生态失衡，水土流失，田地沙化，水旱风虫害频繁，在不少地方已出现满目疮溃，一派荒凉的景象。再不加强环境保护，不久将来，人类当无安生立命之所！

保护环境，早在“不涸泽有鱼，不焚林而猎”的古训。在今天，我们更应懂得保护环境就是保护我们自己，我们不仅合理利用资源，更竭心尽力保护环境，让环境永葆青春，永远为我们人类的生存发展服务，作为学生，现在主要是创建绿色校园。

怎样创建绿色校园呢？

首先，应该树立绿化校园的意识，应该认识到绿化校园是我们每一个人的任务、职责。应该认识到我们固然学习任务重、时间紧、压力大，但“文武之道”一张一弛，只要正确处理好两方面的关系，就既能提高学习效率，又能与绿化校园作应有的贡献。而且长此以往，直辖市发展，并能产生相辅相成，相德益彰的效果。

扫除，环境美化做应有的贡献，也应该严格遵守学校有关规定，如不乱扔果皮、纸屑，不浪费用水，还应该随时随地发挥有关方面的积极性与创造性，如避免用一次性筷子、饮料杯，不浪费用纸，不随意毁坏花草树木，不随意捕杀鸟兽虫鱼种种。

第三，应该促使全员参加绿化校园的活动。应该知道一个人的力量是有限的，少数人的力量也是有限的，只有促使全体师生共同努力，“人心齐，泰山移”，在创建绿色校园的活动中才能取得丰硕的成果。

第四，应该制定创建绿色校园的规划，应该统筹安排，逐步发展，通过若干年的努力，让我们学校在全市、全省，乃至全国，不仅教学质量属于一流，生态环境也属于一流，到那时，绿树荫浓，繁花似锦，碧草为茵，流水潺缓，莺歌燕舞，无处不清新，无处不优雅，那将是一个多好的读书育人的所在！

最后，值得提出特别强调的是，应该让创建绿色校园的思想行为深入人心，流传永久，产生无穷无尽的影响作用。这样，我们创建绿色校园就将是创建绿色祖国、绿色世界的开场锣鼓！

**理性消费演讲稿三分钟篇七**

理性消费是指消费者在消费能力允许的条件下,按照追求效用最大化原则进行的消费。

为市场有人把《福布斯》杂志最新的全球400位首富排行榜与前的同一排行榜相比，结果发现，平均每5名榜上有名的超级富翁中，只有1名能在榜上屹立不倒。富翁破产的原因，除了财富巨大增加了管理难度之外，更重要的是在如何使自己的财富保值增值上缺乏正确的理财方法，又不注意节约开支，随意地挥霍，最后导致破产。

泰森拥有一双令对手胆寒的铁拳，但他却不能很好地管住自己用血汗换来的金钱。8月2日，泰森向纽约曼哈顿区破产法院提出破产申请，这给他褒贬混杂的人生轨迹又增添了不光彩的一笔。事实上，泰森20年职业生涯中聚敛了3亿至5亿美元的财富，转眼间却灰飞烟灭了。

比对比的方法择优选择的过程。

青少年理性消费是指，让思想上对金钱的认识不够，缺乏对金钱使用的控制，容易产生对金钱的“无所谓态度”的.未成年人能对消费品有计划的进行消费。实际上，无论是成年人或是未成年人，对消费都应理性，有节制的、按照自己的自身财产状况进行消费。经济的有序发展营造健康的氛围。

我有一个建议，中学生你个人的幸福很重要，但是家庭总体的幸福也很重要。如果父母赚钱，特别是父母赚钱很辛苦，你不应该毫无吝惜、毫无顾忌地花费，我想我们应该设身处地为父母考虑考虑。

总体的幸福也能给你带来个体的幸福。我要说的是除了考虑自己，也要考虑家庭。还有消费要做更高层次的消费者，既要考虑自己的幸福，也要考虑社会的责任。

**理性消费演讲稿三分钟篇八**

尊敬的各位老师，亲爱的各位同学们:

大家好！

我是，非常荣幸能够来这里参加主题演讲比赛。我演讲的题目是《理性消费》。理性消费其实最重要的在于理性，如今我们的消费模式更多的趋向于冲动消费。随着经济的发展，我们的生活水平在不断的提升，而我们的消费方式也越来越多元化。这为我们带来了许多方便也为我们提供了更优质的服务，但是随之而来也暴露出一定的消费问题，尤其现在在青少年群体中，不够理性消费的现象经常存在。

有不少人明明自己没有足够的金钱但是却超额度消费导致自己陷入了高额债务中、有的人明明不属于自己的消费水平但是为了盲目攀比或者是因为受到诱惑消费了一些不合理的产品让自己生活增加了更重的金钱负担、有的人在消费的过程中根本不会考虑这份商品是否真的自己需要，尤其是在现在直播盛行的年代很可能因为受到主播的宣讲，一味地沉迷于产品之中，而忽略了它的实用性以及自己的需求，最终导致浪费金钱浪费物品。而造成现在不理性消费的现象的原因是有多方面的。

在我看来，首先青少年群体属于价值观、金钱观形成的重要阶段，在思想上可能对于金钱的使用认识还不够充分，而且也缺乏对金钱的管理控制能力，所以导致对金钱没有概念，会根据自己的喜好或者根据自己的追求而盲目攀比导致非理性消费。另一方面可能源自于家庭的不健康教育，总是对孩子娇生惯养，导致孩子养成了过度消费的习惯，孩子根本对自己的财产金钱状况不清楚，而且过惯了没有钱就张口要的生活，所以很难有节制的消费，很难理性的去消费。此外，我认为在青少年群体中存在盲目攀比的心理也存在浪费的坏习惯。因为生在了一个非常幸福的年代，而得到一切东西都比较容易所以不懂得珍惜，而且青少年正处于价值观形成阶段，身边难免会有家境优渥的同学，所以为了满足青少年的虚荣心而产生了攀比心理，这就会导致许多的盲目消费，许多超出自己实际情况的消费。

我认为理性消费的理念必须从小就牢牢地竖立起来因为这消费观念以及消费行为很可能随着我们的不断成长一直陪伴在我们左右，所以我们必须要长期贯穿理性消费的理念，通过学校教育、家庭家长引导、学生自己积极心里建设等多方面的努力，来共同营造理性消费的氛围，形成正确的消费观和金钱观。

中华民族向来是一个强调勤俭节约的民族，节俭也成为了我们传流传至今的优良传统美德，所以从我们这一代人必须要继承和发扬这份传统美德，那么就要从理性消费做起，我们要努力形成正确的消费观，反对奢侈浪费也要反对盲目攀比之风。各位同学，其实细想起来，我们买过的许多东西中有很多是没有用的，有很多我们可能用了一次就丢弃在那儿的，有可能许多是因为当时头脑一热就买了，但后来发现根本没有什么用处的，对于这样的现象，在日后的\'消费过程中我们必须要严格的对待，当我们决定要买一件商品时，我们应该考量它的使用价值，然后再做出选择。同学们，理性消费既是一种理念，其实更是一种习惯，我们必须要从现在开始，从当下开始，不断地去脑海里巩固这个理念，从心底里记住这个理念，然后在行为上约束自己，向着理性消费进军，才能够树立一个正确的消费观！

谢谢大家我的演讲完毕。

**理性消费演讲稿三分钟篇九**

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

红茶绿茶、可乐雪碧、奶茶山泉……如今，各种各样的饮料充斥在我们的生活中，它们口感丰富、方便携带，给我们的生活带来许多便利。然而，事情总有两面性，且不说饮用饮料对人体是否有益，但从它们的价格来说，就足以令人咋舌。

一瓶可乐3元，一瓶奶茶4元，就连一瓶矿泉水也要2元，如果自己烧水，或自己榨果汁，所需的成本恐怕最少会降低50%吧，而且自己动手还会更健康。那么人们，特别是青少年人群为什么要放弃自己动手的机会选择买饮料呢？理由自然是五花八门：饮料好喝、不想带水、不想动手、不想被人家说太老土……这些理由归纳起来无非是懒惰、图方便、不差钱、在乎味觉感官享受而忽略营养与健康。

我曾在报纸上看过一则报道，说的是一所学校的老师让孩子们在纸上列出他们想买的。礼物，条件是不超过20元。然而孩子们的答案却出乎意料，他们都列出了长长一串清单，有个小女孩甚至在清单上写出想要一个平板电脑和一套芭比娃娃的愿望。这些孩子从小衣食无忧，有的还是富二代，他们动辄消费几百、数千，甚至上万，从小在优越的环境中长大，导致他们的消费观念和理财意识薄弱，缺乏商品正确的价值概念，更不明白赚钱的艰辛。

当然，并非所有孩子都有足够的钱去花销，但他们大多是独生子女，都是家里的小皇帝、小公主，家长们都是捧在手里怕掉了、含在口里怕化了，只是一瓶小小的饮料，若能让孩子高兴，买给他们就是了。

于是，父母们的骄纵和溺爱加重了孩子们消费观的偏差和相互攀比的心理。

见微知著，从买一瓶小小的饮料可以看出一种消费观。俗话说“由俭如奢易了，由奢入俭难”，勤俭节约历来被视为中华民族的传统美德。同学们，让我们行动起来，从小事做起，从一瓶饮料开始，树立节俭、健康、实用、不攀比的消费观。

**理性消费演讲稿三分钟篇十**

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家早上好!

我是来自高二(4)班的罗杉。很荣幸能在今天的升旗仪式上发言，我讲话的题目是《理性消费》。

“土豪，我们做朋友吧!”这是一句很流行的玩笑话，其中反映出来的，是一种不合理的消费心理，体现了当今人们对物质的过分看重。校园里，生活中，不合理的消费现象常常会出现在我们身边，相信大家也一定有所感受。关于中学生如何做到理性消费，政治课本中有这样一段话：量入为出，适度消费;避免盲从，理性消费;保护环境，绿色消费;勤俭节约，艰苦奋斗。也许很多同学都可以熟练地背诵，但大家有没有用心去体会其中的道理呢?又是否将这些理论知识真正地付诸行动呢?在这里，我想问大家几个问题。

第一，刚刚过去的圣诞节、元旦节，大家是怎样庆祝的呢?我相信，很多同学的回答都会是：在买礼物和送礼物中度过。有些同学，甚至买了一百多张贺卡，上课写，下课写，上自习的时候还在写。这不仅浪费了金钱，还浪费了大把大把的时间。当然，节日的祝福还是必要的，我们可以用精神上的祝福代替物质上的礼物，一个真诚的微笑，当面说一句节日快乐，都是很好的祝福方式。随着经济的不断发展，社会上刮起了一阵浮夸风，人们越来越注重物质上的享受，越来越注重形式上的东西，高调请客、豪华宴会、送礼等现象屡见不鲜。与此同时，更加重要的精神消费却往往被人们忽视。作为中学生，我们应该从现在开始树立合理的消费观念，多通过精神消费来陶冶自己的情操，不贪图物质上的享受。

第二，你是不是看到喜欢的东西就会不假思索地买下来?你是不是看到同学有的东西也跑去买?你是不是经常吵着父母给自己买iphone，买名牌?前苏联著名诗人马雅可夫斯基曾说过：“流行的东西不一定好，比如说流行感冒。”因此，消费要根据自己的需要，不盲从，不攀比，不随大流、追风头，而要养成勤俭节约的好习惯。

第三，作为一名在校读书的中学生，我们应该如何做到理性消费呢?中学生的消费主要在日常饮食和书籍文具上。我们在饮食上不必要求太高，应该正常饮食，既健康又省钱。在书籍上面，我们可以买一些辅导书、科普书和文学书，在漫画、篮球杂志和小说上我们不应该过分消费。我们所说的适度消费，不仅仅是适家庭经济条件之度，还要适中学生正常需求之度，适中学生消费需求之度。我们没有经济来源，消费的是父母的血汗钱。作为黄冈中学的学生，我们的消费行为要符合中学生的身份，钱要用到正处，不可以随意挥霍，不可以胡乱消费。

在这里，我有一个小建议，大家可以把自己的消费情况列一个清单，每到一个星期或一个月就检查检查自己的“帐本”，看看有哪些不必要的消费，长期坚持下去就会逐渐学会理性消费。理性消费不仅可以让我们的消费做到量入为出，适度消费，还可以培养自己的理财意识。

物质生活像一面镜子，悬挂在每个青少年的面前。它可以映出胸怀大志，情趣高尚者的英姿，也可以显出贪图安逸，浑噩庸碌者的身影。印度著名诗人泰戈尔说过：“鸟翼上系上了黄金，鸟也就飞不起来了”。我们青少年正处于人生最适宜播种理想的时候，应在修身、砺志、促学、健体上下功夫，千万不要沉醉于追求物质享受，折断自己理想的翅膀。

同学们，让我们从今天开始，从此刻开始，学会理性消费，静以修身，俭以养德!

我的演讲完毕，谢谢大家!

**理性消费演讲稿三分钟篇十一**

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家早上好！我是来自高二(4)班的罗杉。很荣幸能在今天的升旗仪式上发言，我讲话的题目是《理性消费》。

“土豪，我们做朋友吧！”这是一句很流行的玩笑话，其中反映出来的，是一种不合理的消费心理，体现了当今人们对物质的过分看重。校园里，生活中，不合理的消费现象常常会出现在我们身边，相信大家也一定有所感受。关于中学生如何做到理性消费，政治课本中有这样一段话：量入为出，适度消费；避免盲从，理性消费；保护环境，绿色消费；勤俭节约，艰苦奋斗。也许很多同学都可以熟练地背诵，但大家有没有用心去体会其中的道理呢？又是否将这些理论知识真正地付诸行动呢？在这里，我想问大家几个问题。

第一，刚刚过去的圣诞节、元旦节，大家是怎样庆祝的呢？我相信，很多同学的回答都会是：在买礼物和送礼物中度过。有些同学，甚至买了一百多张贺卡，上课写，下课写，上自习的时候还在写。这不仅浪费了金钱，还浪费了大把大把的时间。当然，节日的祝福还是必要的，我们可以用精神上的祝福代替物质上的礼物，一个真诚的微笑，当面说一句节日快乐，都是很好的祝福方式。随着经济的不断发展，社会上刮起了一阵浮夸风，人们越来越注重物质上的享受，越来越注重形式上的东西，高调请客、豪华宴会、送礼等现象屡见不鲜。与此同时，更加重要的精神消费却往往被人们忽视。作为中学生，我们应该从现在开始树立合理的消费观念，多通过精神消费来陶冶自己的情操，不贪图物质上的享受。

第二，你是不是看到喜欢的东西就会不假思索地买下来？你是不是看到同学有的东西也跑去买？你是不是经常吵着父母给自己买iphone，买名牌？前苏联著名诗人马雅可夫斯基曾说过：“流行的东西不一定好，比如说流行感冒。”因此，消费要根据自己的需要，不盲从，不攀比，不随大流、追风头，而要养成勤俭节约的好习惯。

第三，作为一名在校读书的中学生，我们应该如何做到理性消费呢？中学生的`消费主要在日常饮食和书籍文具上。我们在饮食上不必要求太高，应该正常饮食，既健康又省钱。在书籍上面，我们可以买一些辅导书、科普书和文学书，在漫画、篮球杂志和小说上我们不应该过分消费。我们所说的适度消费，不仅仅是适家庭经济条件之度，还要适中学生正常需求之度，适中学生消费需求之度。我们没有经济来源，消费的是父母的血汗钱。作为黄冈中学的学生，我们的消费行为要符合中学生的身份，钱要用到正处，不可以随意挥霍，不可以胡乱消费。

在这里，我有一个小建议，大家可以把自己的消费情况列一个清单，每到一个星期或一个月就检查检查自己的“帐本”，看看有哪些不必要的消费，长期坚持下去就会逐渐学会理性消费。理性消费不仅可以让我们的消费做到量入为出，适度消费，还可以培养自己的理财意识。

物质生活像一面镜子，悬挂在每个青少年的面前。它可以映出胸怀大志，情趣高尚者的英姿，也可以显出贪图安逸，浑噩庸碌者的身影。印度著名诗人泰戈尔说过：“鸟翼上系上了黄金，鸟也就飞不起来了”。我们青少年正处于人生最适宜播种理想的时候，应在修身、砺志、促学、健体上下功夫，千万不要沉醉于追求物质享受，折断自己理想的翅膀。

同学们，让我们从今天开始，从此刻开始，学会理性消费，静以修身，俭以养德！

我的演讲完毕，谢谢大家！

**理性消费演讲稿三分钟篇十二**

尊敬的各位领导们、同志们：

大家好！

非常荣幸能站在这里演讲，今天是个特殊的日子，在这个特殊的日子里，我们迎来了全球第41个世界环境日，今年的主题是“绿色消费，你行动了吗”。是的，社会在呼唤绿色，时代在祈盼绿色，保护环境、提倡绿色消费是我们每个人义不容辞的责任，今天我演讲的题目便是“绿色消费，我在行动”。

众所周知，绿色，代表生命、健康和活力，是充满希望的颜色。国际上对“绿色”的理解通常包括生命、节能、环保三个方面。很多人在听到绿色消费这个名词的时候，很容易把它与“天然消费”联系起来，这样就形成了一个误区，绿色消费变成了消费绿色，很多人非绿色食品不吃，但稀有保护动物却照吃不误；很多人非绿色产品不用，但垃圾袋却随手乱丢；很多人装修新房的时候非绿色材料不买，但装修起来却热衷于盲目攀比，这样只从自己的利益和健康出发，不去考虑环境的保护，违背了绿色消费的初衷。

我个人认为绿色消费不仅仅包括使用和购买绿色产品，还包括对生活垃圾的分类回收利用、促进能源的有效使用、对环境和稀有物种的保护等方面。举个例子来说，离我国很近的尼泊尔便是发展生态旅游经济的成功国家。当我们去尼泊尔旅游的时候，游客在进入景区前，随身携带的各种食品包装必须进行严格的重量核定，如果游客参观返回时包装袋等垃圾没有这么多，就会遭到罚款，而且在景区，瓶装水是不允许出售的，每位游客只能带一个可再次装水的瓶子。在我们的日常生活中，我们也可以通过自己的行动来保护环境，除了大力宣传和倡导身边的人进行绿色消费，还可以通过比如少购买一次性产品、多使用可循环利用的家庭生活工具、对垃圾进行简单分类再处理、使用充电电池等简单的小方法来实现环境保护和绿色消费。

绿色消费这个主题不仅与我国转变经济发展方式、坚持科学发展的现实需要相吻合，更是生态文明建设的重要组成部分，不仅可以更好地解决危害人民群众健康的环境问题。而且可以带动绿色产业链的促进和发展，确保产业结构的升级优化，形成生产与消费的良性循环。我们每个公民都应该充分认识我们国家环境问题的严峻性以及绿色消费对环境保护和可持续发展的推动作用，我们要从身边小事做起，把绿色消费贯穿日常生活的方方面面，有效促进我国经济社会可持续发展。

同志们，让我们行动起来，一起努力，让“绿色消费”不是一句空口号，争做环境的保护者，还地球一片蓝天，为家园增添一抹绿意，绿色消费，我在行动！

我的演讲完毕，谢谢大家。

**理性消费演讲稿三分钟篇十三**

敬爱的老师，亲爱的同学们:

大家上午好！

我是五（4）彩虹班中队的张琮凯，今天我演讲的主题是“从我做起，合理消费”。

3月15日是国家消费者权益日，今年中国消费者协会确定的主题为“守护安全，畅通消费”。

我觉得，在这个日子里，我们作为一名小学生不仅要对自己的消费权益进行关注，还应该对我们的消费观念进行思考。

可能有的同学这样认为，消费都是父母的事，是大人的事，与自己无关紧要。但我觉得不是这样。随着生活水平的提高，我们手头上的零花钱、压岁钱也多了，看到有意思、好玩的东西、好吃的东西也想买买买，遇到有趣的主播也想打赏。但我们自己的社会阅历又浅，而且缺乏完善的生活和消费知识，对事物明辨是非的能力和自我保护意识不强，容易成为消费群体中的弱势群体。

还有，不管是零花钱还是压岁钱，其实都是爸爸妈妈、爷爷奶奶给的，我们要体谅他们的辛苦，而不是大手大脚乱花钱。

我建议各位同学，要建立正确的消费观，既不冲动消费，也不盲目消费，与父母多商量、多请教，适合自己的才是最好的，要养成良好的消费习惯和消费意识，掌握商品知识。发现伪劣商品，及时向有关部门反映，在维护自身消费权益的同时，也是维护了社会的稳定和安全。

我的演讲到此结束，谢谢大家！

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn