# 2024年初中生勤俭节约演讲稿(实用14篇)

来源：网络 作者：清幽竹影 更新时间：2024-04-20

*演讲比朗诵更自然，更自由，可以随着讲稿的内容而变化站位。一般说来，不要在演讲人前边安放讲桌，顶多安一个话筒，以增加音量和效果。优质的演讲稿该怎么样去写呢？那么下面我就给大家讲一讲演讲稿怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。初中生勤俭节约演讲稿...*

演讲比朗诵更自然，更自由，可以随着讲稿的内容而变化站位。一般说来，不要在演讲人前边安放讲桌，顶多安一个话筒，以增加音量和效果。优质的演讲稿该怎么样去写呢？那么下面我就给大家讲一讲演讲稿怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

**初中生勤俭节约演讲稿篇一**

尊敬的老师，亲爱的同学：

大家上午好！

我是高一的学生xxx，今天我很荣幸的能够站在台上做次演讲，感谢大家给的这个机会，我很激动。今天我演讲的这个题目是《勤俭节约，从现在做起》。

同学们，勤俭节约是我们中华传统美德，我们应该把它继承下去。我们能够有现在这样安逸又美好的生活，正是因为前人的节约，才有我们今天足够的物资去生活。那面对这样的结果，我们就更应该要勤俭节约了，要勤奋做事，节约东西，不能随便浪费。有一句话：“前人种树，后人乘凉”，这话说的就是要我们现在进行勤俭和节约，然后才能为我们以后的子孙留下足够的财产，不然将来他们来到这个世上就只剩下了荒芜，这多么可悲。

最重要的是，我们还是学生，没有那个能力赚钱养活自己，因此要做的就是每天控制自己的花钱额度，珍惜父母的血汗钱。现在做起，还不晚，只要好好养成这个习惯，我想以后的生活只会更好。再说了，现在的任务便是学习努力，做好自己分内的事情就行了。既然赚钱不行，那就过朴素的日子，节俭一点，不过的太差，就不会很难。

我也见过不少的同学即使没钱也要买贵重的物品，衣服鞋子都是往贵的买，不管是否富裕，就算借钱也要体面的模样，我觉得这是不可取的，这些是从众现象，也是盲目的攀比，每个人都是不一样的，为何非得一样，具体情况具体解决。那样只会给我们带来负担，给父母负担，这是很不好的。

所以，在这建议同学们，生活是自己的，何况学生的生活都是差不多的，没必要浪费钱去做没意义的事情，省一分钱都是在为以后的日子做准备，现在勤俭节约一点都不丢人，甚至是极好的做法的，那就从现在就开始吧。

谢谢大家听完我的演讲！

**初中生勤俭节约演讲稿篇二**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

我是初一年级xx班级里的一名同学，我叫xx。也是一名学生会里的干部，作为学生会里的一名干部，我很高兴今天能在活动的现场给大家带来一篇演讲稿。我今天要演讲的题目是《勤俭节约，从我做起》。希望大家能在今天的这个演讲里，领悟到一些实际而有用的东西。

其实说实话，作为一名初一的学弟来说，我是没有太多的资本来说这样的话，但是作为学生会里的一名干部，我觉得我还是有资格跟同学们提以下几点意见：

第一，我希望，在今后，同学们吃饭的时候，不要把饭菜打的这么满，因为有一些同学吃到最后根本就吃不完，剩下的又全部都倒掉浪费了。结果后面的同学想吃也吃不到了。当然也不排除有一些同学本身胃口就很大的情况，所以同学们，你们吃多少就打多少吧，不要因为贪多的心理，而导致了粮食的浪费。要知道，在很多深山里的孩子，他们每天都不能够保证能吃上饭。

第二，我希望，同学们不要总把一些钱花在一些毫无意义的事情上面，我们可以把它们存起来，日复一日，年复一年，它就会积少成多，变成一笔大数目的金额。到了那个时候，我们就会感谢当初勤俭节约的自己。

所以同学们，我们不要把浪费的行为当做成了一种习惯，这不管是对于我们现在，还是对于我们未来都是十分不利的。我们要养成一种勤俭节约的优良品质，我们要从我们自我做起，要从此刻做起，要在学校里面弘扬这种正能量的风气！

我的演讲完毕，谢谢大家！

**初中生勤俭节约演讲稿篇三**

尊敬的领导、老师们，同学们：

早上好！

今天我代表高三（9）班在国旗下讲话，题目是《勤俭节约现在做起》。

诗人陆游说：“天下之事，常成于勤俭而败于奢靡。”纵观悠悠的华夏历史，由勤俭而成的事例不胜枚举，范仲淹断齑划粥勤攻读，粗茶淡饭砺大志，才有“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”的千古绝唱；穷奢极欲导致身死国灭的教训亦屡见不鲜，唐明皇沉醉于享受美色，才出现安史之乱，盛唐趋衰，最终难逃改朝的命运。前世不忘后世之师，勤俭是通向成功的阶梯和动力，奢靡则是前进道路上的绊脚石；节约，是对家庭幸福的义务，更是对社会的一份责任。小到一个人，一个家庭，大到一个国家，整个人类，要想生存，要想发展，都离不开勤俭节约。

勤俭节约是一种美德、一种传统。中华民族正是具有这种精神，才生生不息，兴旺发达。那试问同学们：你们是否有过不经意地扔掉的一张张白纸；离开教室时忘记熄灯而浪费的一度度电；离开卫生间忘记关水龙头而哗哗流走的一滴滴水；吃饭时又随意间倒掉不合自己胃口的一口口饭菜……种种的不经意，种种的一点点，你们可曾有过一丝的怜惜？有过一丝自责？这一切的一切，都只需要你们的举手之劳，只需你们存有一点点的节约意识，就可以节省的。

老师们、同学们，勤俭节约不仅是一种美德，更是一种责任。我们应该怀着以天下为己任的宏伟情怀，怀着对时代的责任感，传承勤俭节约的美德。“锄禾日当午，汗滴禾下土，谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”这首古老的诗，它世世代代告诫我们幸福生活来之不易，我们要好好珍惜才是。其实，我们身边有很多小事，不需花非常大精力就可以做好的。在学校生活中，我们应该要做到不开无人灯，出操、午休、课外活动等时间，教室内及时关灯；人少时，少开灯；早上自然光充足时，要关灯等等。

老师们、同学们，我们每一个人都应该增强节约意识，从现在做起，从自己做起，从一点一滴做起，从节约每一度电、每一滴水、每一张纸，每一粒粮食做起，培养勤俭节约的好习惯，把勤俭节约的好习惯自觉落实到学习生活的每一个细节，做到“以勤养志、以俭养德”，杜绝铺张浪费，做到身体力行，营造人人把勤俭节约当作己任的生活态度和生活方式，为把我们的校园打造成为一个节约型和谐校园而努力！

我代表高三（9）班的国旗下讲话完了，谢谢！

**初中生勤俭节约演讲稿篇四**

节约是一种美德，是一种智慧，更应该成为一种习惯和风气。节约要从小做起，“从小”包含两个方面—从小培养和从小事做起。

勤俭节约的习惯要从小培养。我国古代就有李存审“赠簇教子”的故事。李存审出自贫寒，40年为国征战，100多次被敌箭射中骨头，后来他做了大官，看到孩子仍整日吃喝玩乐，从小娇生惯养，很不放心，他就把过去从骨头中拨出的箭送给孩子，告诫他们不要忘记勤俭节约。我们的伟大领袖毛主席中学时就在

读书笔记

中写下“唯安贫者能成事”。故曰“嚼得莫须有根，百事可做”的句子来激励自己要艰苦朴素，勤俭节约。在美国，一些家境富裕的孩子常在校园里拾垃圾，把草坪和人行道的纸屑、饮料罐收集起来，换取学校给他们的一点报酬，还有的孩子去打工送报挣零花钱而感到自豪。这些经历让他们懂得了生活的艰辛和衣食的来之不易，培养了他们自力更生，勤俭节约的好习惯。在日本，大人们也很注重从小培养孩子节约的习惯，如果孩子的盘子里有剩菜剩饭，必会受到父母的训斥。

节约是从小事做起。古人云：“勿以恶小而为之，勿以善小而不为。”一滴水，一粒米、或一张纸、一度电对个人来说看似微不足道，但是集腋成裘、聚沙成塔，如果每人浪费一点资源，加起来就非同寻常，而如果每人节约一点资源，加起来就是一笔巨大财富。“一粥一饭，当思来处不易;半丝半缕，恒念物力维艰。”从小事做起，从小处做起，习惯成自然，后行节约就会内化成固定的好习惯。

“历览前贤国与家，成由勤俭败由奢。”历史和现实告诉我们：一个没有勤俭节约、艰苦奋斗精神做支撑的国家是难以繁荣昌盛的，一个没有勤俭节约、艰苦奋斗精神做支撑的社会难以长治久安的，一个没有勤俭节约、艰苦奋斗精神做支撑的民族是难以自立自强的。勤俭节约能培养我们吃苦耐劳的品质，能让我们更加珍惜现在的生活，以更乐观、更饱满的热情去面对生活。我们要忆苦思甜，在生活中自觉养成勤俭节约的好习惯，努力践行社会主义荣辱观，弘扬勤俭节约之风，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!

**初中生勤俭节约演讲稿篇五**

本站后面为你推荐更多初中生勤俭节约演讲稿！

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！

我校食堂每天都会接待同学们就餐，但是，当大家都吃完饭时，食堂里留下了一片狼藉，我们大多数的同学不能按量取食，造成严重的浪费。我相信同学们已经体验到了挣钱的困难和艰辛了，更能明白节约。其实，在任何时候勤俭节约都尤其重要。

勤俭是“勤”与“俭”的结合，只有勤奋才能创造劳动成果，只有节约才能珍惜劳动成果，两者相加，劳动者创造的成果才会越积越多，社会才能发展进步；反之，铺张浪费，则社会衰败。正如李商隐所说：“历览前贤国与家，成由勤俭败由奢。”一个勤劳的人总是不辞辛苦的努力工作，不断为人民为国家创造物质与精神财富；一个简朴的人总是十分爱惜每一件东西，不随便浪费，哪怕只是一张纸、一粒饭。

作为青年学生，也许我们对勤俭的体验不多，因为我们不曾有过讥饿的经历，尝过挨冻的滋味和“面朝黄土背朝天”的辛劳，但了解国情的人都知道，我们的国家物质财富并不宽裕，资源也并不丰富，我们不能、也无权去奢侈浪费。历史一再昭示“成由勤俭败由奢”的道理。勤俭是一种远见，一种态度，一种智慧。

小到一个人，一个家庭，大到一个国家，整个人类，要想生存，要想发展，都离不开“勤俭节约”这四个字。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；同样，一个不奉行勤俭节约、艰苦奋斗精神的个人也是难以有所作为的。实事上，勤俭已不仅仅是一种生活态度和习惯，更是一种难能可贵的精神，人唯有在勤俭中才能保持奋发的斗志、进取的激情和创造的冲动、去搏击人生风云，去描绘新生活的画卷。

同学们，祖辈的优良传统等待我们去继承、去发扬，让我们从身边做起，从小事做起，节约每一度电，节约每一滴水，节约每一粒粮食。用我们青春的刚劲拒绝安逸的诱惑，用饱满的精神挤兑奢侈浪费的虚荣，以勤俭的作风开创美好的生活。

谢谢大家！

**初中生勤俭节约演讲稿篇六**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家下午好！

勤俭节约的习惯要从小培养。我国古代就有李存审“赠簇教子”的故事。李存审出自贫寒，40年为国征战，100多次被敌箭射中骨头，后来他做了大官，看到孩子仍整日吃喝玩乐，从小娇生惯养，很不放心，他就把过去从骨头中拨出的箭送给孩子，告诫他们不要忘记勤俭节约。我们的伟大领袖毛主席中学时就在读书笔记中写下“唯安贫者能成事”。故曰“嚼得莫须有根，百事可做”的句子来激励自己要艰苦朴素，勤俭节约。在美国，一些家境富裕的孩子常在校园里拾垃圾，把草坪和人行道的纸屑、饮料罐收集起来，换取学校给他们的一点报酬，还有的孩子去打工送报挣零花钱而感到自豪。这些经历让他们懂得了生活的艰辛和衣食的来之不易，培养了他们自力更生，勤俭节约的好习惯。在日本，大人们也很注重从小培养孩子节约的习惯，如果孩子的盘子里有剩菜剩饭，必会受到父母的训斥。

节约是从小事做起。古人云：“勿以恶小而为之，勿以善小而不为。”一滴水，一粒米、或一张纸、一度电对个人来说看似微不足道，但是集腋成裘、聚沙成塔，如果每人浪费一点资源，加起来就非同寻常，而如果每人节约一点资源，加起来就是一笔巨大财富。“一粥一饭，当思来处不易；半丝半缕，恒念物力维艰。”从小事做起，从小处做起，习惯成自然，后行节约就会内化成固定的好习惯。

“历览前贤国与家，成由勤俭败由奢。”历史和现实告诉我们：一个没有勤俭节约、艰苦奋斗精神做支撑的\'国家是难以繁荣昌盛的，一个没有勤俭节约、艰苦奋斗精神做支撑的社会难以长治久安的，一个没有勤俭节约、艰苦奋斗精神做支撑的民族是难以自立自强的。勤俭节约能培养我们吃苦耐劳的品质，能让我们更加珍惜现在的生活，以更乐观、更饱满的热情去面对生活。我们要忆苦思甜，在生活中自觉养成勤俭节约的好习惯，努力践行社会主义荣辱观，弘扬勤俭节约之风，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！

**初中生勤俭节约演讲稿篇七**

老师们，同学们：

大家好！

我在学校的食堂里就餐的时候，总是会看到有许多同学装的慢慢一大盆的饭，在饭碗里堆叠成一座小山一样，起初的我还以为是这些同学太饿了，所以才会弄这么多，但实际上我看到的，是这些同学把还剩一半的饭菜就这么随意的倒进了潲水桶里，然后把盘子随意丢进收餐车里便走了。这让我感到很诧异，为什么明明吃不了那么多，却还是要装这么多的饭菜，然后全部浪费掉。我也有问过一部分的同学，问他们知不知道这是严重的浪费行为，然而他们告诉我的却是，我有钱，我无所谓。

这样的回答真的让我非常痛心，我们如今的社会进步的这么迅速，经济发展的这么快，让很多的同学都不知道在几十年前，我们还生活在贫穷之中，很多人都吃不饱饭，连吃肉都是一种奢求。只有逢年过节的时候才有机会品尝一下猪肉的味道。哪像现在的我们，大鱼大肉惯了，一餐里面没有肉就不想动筷子。我们生活在如此美好的年代了里，做的事却反而不如以前。

还记得我们学过的那首《悯农》吗？“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”我们所吃的每一粒米，每一口粮食，都是农民伯伯们在炎炎夏日里种植出来的，他们带着草帽，脖子上挂着早已被汗水沾湿的毛巾，锄头自上而下的在挥着，是何其的辛苦。然而就算是这样，种植出来的粮食也远远不够。我们国家的人实在太多了，在这方土地上，生长着十多亿的人口。如果不是因为袁隆平爷爷所研制、培养出了杂交水稻，提高了大米的产量，也许我们也会像大多数的发展中国家一样，很多的人还饱受饥饿的痛苦。但是同学们，尽管我们的科技在进步，我们的社会水平在提高，但仍然还是有很多的人吃不上饱饭，对他们来说，我们一餐浪费的粮食，也许就是他们一整天的食物。我们随手丢弃的不想喝的饮料，是他们从未品尝过的美味，我们嫌弃味道难吃的蔬菜们，是他们的美味佳肴。

同学们，请不要再浪费下去了。相比于他们，我们无疑是幸运的，能够在这里不受饥饿的困苦，能够花着父母给的零花钱想吃就吃，能够在周末到处游玩。所以我们更要去珍惜现在所拥有的一切，而不是去浪费。

谢谢大家！

**初中生勤俭节约演讲稿篇八**

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家上午好！

今日我所演讲的主题便是：勤俭节约。

我相信大家都是知道“勤俭节约”乃是一种非常优秀的美德，更是在我们生存的社会中广为流传。我们时常都是会听到家长在记账算钱，平时更是会在打折季的时候去抢购更多的优惠商品，还有更多更多的行为都是为了节省家庭的开支，为整个家庭创造更多的精彩与活力。但是节约并不完全都是家长的事情，而身为学生的所有人更是应该要多多考虑这些方面。

在平时我们遇到喜欢的玩具时，妈妈可能会因为价格过高而不愿意出钱买回家，我们更是会因为妈妈的一些降价行为而认为妈妈非常的抠门，但是这一切都是在秉持着“勤俭节约”的优秀品德。当然作为学生的我们更是不能缺少这样的美德。我们每天所食用的米饭、蔬菜、肉类。甚至我们穿的衣服，所使用的文具，这一切的一切都来得十分的不易，更是耗费了不少的人力、物力与财力，所以更是需要我们怀着珍惜的心，更是要将其做到“物尽其用”，如此才能够真正的达到了资源的使用，也就正好得让我们变得较为勤俭节约。

现在的我们还为真正的踏足社会，更是不知道钱财的来之不易，我们只会一味地向着父母索求，就希望自己能够得到自己想要的一切。其实我们身为学生，能够在勤俭节约上面做出的努力还是有很多的。对于我们的文具，能用的就尽量用，不要因为用太久了，或是不喜欢了就扔掉；对于玩具类，我们更是长大了，要将心思放在学习上了，就不要再在玩具上去费钱了；平时妈妈做的饭菜，食堂的饭菜都是应该要吃光光，这样才不浪费；还有在生活上的随手关灯，随手关水龙头，甚至水资源的循环利用等都是在做到“勤俭节约”，更是在将我们所拥有的传统美德更好的传扬出去。

对于父母平时给我们的那些零花钱，也都是要他们在工作上非常艰辛的赚来的，我们更是应该不能够随意浪费，更是要将多余的存起来，养成非常好的存钱习惯，在真正需要的时候拿出来使用。

勤俭节约不是抠门，更不是一种小气，是整个社会都在倡导的良好品格，所以身为学生的我们更是应该走在时代的前列，将勤俭节约这样的良好风气带领起来，让我们都可以居住在非常幸福开心的环境中。勤俭节约是非常好的习惯，更是应该被无限传扬下去的，所以就更是应该要将自己的生活进行好好的规划，将勤俭节约好好的发扬下去。

**初中生勤俭节约演讲稿篇九**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家下午好！

很高兴能够站在这里演讲，我知道我能够站在这里同大家分享，正是因为我的.勤俭节约，我从小到大没什么值得夸耀的，唯一能够大大方方赞美的便是我的勤俭节约。

从小，我们家吃饭都是必须要一粒米不能剩，桌子上也不能撒一粒米的。很小很小的时候，大概是我刚学会自己吃饭的时候吧，我常常把米饭撒在桌子上，爸爸也不会就此骂我，他会在我吃完饭之后，让我数一数桌上有多少粒米，等我数好了之后，他就开车带我去乡下看望他在乡下的战友，他让我看那位叔叔大汗淋漓的脸，让我看看那位叔叔做的农活，爸爸照样不会多说什么，一切都得我自己去领悟，但我在这样的事情发生几次之后，我把一切连贯起来想一遍，我就明白让我做的是什么了。虽然爸爸不是直接用言语表达的，可是爸爸这种方式却让我更加清楚的记得自己浪费的粮食和农民伯伯的辛苦，自此以后，我吃饭就再也没有让大人们发过愁了。我不仅能够把盛在碗里的饭吃得干干净净，还能保证桌上不撒一粒米。

当然，这还只是关于粮食方面的不浪费，在其他方面，我也做的很好。比如，我的本子。我有买过很多的笔记本，这些本子从来都没有被剩下过。我知道我们很多同学也跟我一样有喜欢买本子的习惯，这不能说是一个不好的习惯，因为我们买的每一个本子就跟买的每一本书一样，都是想要因此改变自己，做一个更好的自己的。无奈，我们这些孩子总是写着写着就坚持不下去了，本子也就买了都浪费在那里，没有写完一整个或者写了一个又换另一个继续写，总之使得本子多到泛滥。这一点上，同学们的确可以向我学习学习，我买的所有本子，我每一页都用上了，包裹不小心写错了撕下来的页面，我也用作了草稿纸，这不仅仅是剩了本子纸，更是保护的树木啊！同学们！现在都讲究环保，纸张以后会越来越少了，我们都会尽可能的用电子产品替代纸张，不然我们浪费的纸张背后，是一整座森林的被砍伐，这一整座森林可是可以影响我们整个生态环境的！

今天我的演讲，特意挑选了我们生活学习中经常会遇见的贴身的事情讲，就是想让同学们都能够体会到勤俭节约的意义。也许我们撒在桌上的米凑一凑都可以养活一个小孩了，也许我们买了没写完的本子可以还原成一座森林，这样想一想，我们还有理由不去勤俭节约吗？永远记住，资源也是会有枯竭的那一天的，我们一定要在这一天到来之前就阻止这种情况的发生！勤俭节约吧！做一个称职的当代中学生，需要勤俭节约！

我的演讲完毕了，谢谢大家！

**初中生勤俭节约演讲稿篇十**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

我是xxx，非常的高兴能够在这里和大家讲话，勤俭节约是一个好习惯，作为一名学生我们应该有这方面的素养，结合现在学校的实际情况来看，还是有很多同学都在没有做到这一点，我们应该养成这个习惯，节约是我们一直都在提倡的，这一点还是需要进一步去做好，作为初中学生我们应该要带头去做好，树立一个好的形象，勤俭要从我们身边做起，一个人影响多个人，认真的去对待生活，成为一名优秀的初中学生。

在学校的时候还是会有一些不好的现象出现，勤俭节约是我们应该要去做的认真的一点的，勤俭就是从自身做起，经常去到食堂就能够看到一些浪费的现象，这样确实是不好的， 真的是影响非常的不好，节约是从自身做起的，这样才能够影响到周围的每一个人，食堂有一点现象就非常的不好，很多同学都是饭没有吃完就到掉了，真的非常浪费，不节约的现象是非常不好的，比如节约用电，我们在家里，在学校都是一样，在家要随手关灯，人不在家里就应该把灯关掉，其实就是一个随手的事情，这非常的容易就能够做到，作为一名初中学生我们应该养成这样的习惯，习惯是慢慢养成的，包括节约用水，我也深刻的意识到了这一点，勤俭节约其实就在我们身边，很多事情还是应该的要去养成的，这样的习惯是很好的，是我们应该去维持下去。

一个人的影响是比较小的，我们应该一起行动起来，节约很多时候其实就是一个随手的事情，都是能够随手养成的习惯，一定要做好节约二字，大家一起去做好这么一件事情，这一点是一定的，是我们作为一名学生应该去养成的习惯，一个人也是能够影响周围的人，这样大家一起去做好才能让更多的人去做好节约，同学们我们一定要认真去对待这件事情，认真去做好节约二字，未来有些事情还是应该认真的去做好节约，我现在也是很有信心坚持去做好本职工作，不管是在什么时候都应该要有这方面的意识，只有意识到节约是应该养成的习惯，才能够真正的做好这件事情，勤俭是需要我们共同去营造的，现在我需要去认真的对待，让我们一起去做好勤俭，养成良好习惯和素质。做一名优秀初中学生。

**初中生勤俭节约演讲稿篇十一**

尊敬的`老师们，亲爱的同学们：

大家下午好！

很高兴能够站在这里演讲，我知道我能够站在这里同大家分享，正是因为我的勤俭节约，我从小到大没什么值得夸耀的，唯一能够大大方方赞美的便是我的勤俭节约。

从小，我们家吃饭都是必须要一粒米不能剩，桌子上也不能撒一粒米的。很小很小的时候，大概是我刚学会自己吃饭的时候吧，我常常把米饭撒在桌子上，爸爸也不会就此骂我，他会在我吃完饭之后，让我数一数桌上有多少粒米，等我数好了之后，他就开车带我去乡下看望他在乡下的战友，他让我看那位叔叔大汗淋漓的脸，让我看看那位叔叔做的农活，爸爸照样不会多说什么，一切都得我自己去领悟，但我在这样的事情发生几次之后，我把一切连贯起来想一遍，我就明白让我做的是什么了。虽然爸爸不是直接用言语表达的，可是爸爸这种方式却让我更加清楚的记得自己浪费的粮食和农民伯伯的辛苦，自此以后，我吃饭就再也没有让大人们发过愁了。我不仅能够把盛在碗里的饭吃得干干净净，还能保证桌上不撒一粒米。

当然，这还只是关于粮食方面的不浪费，在其他方面，我也做的很好。比如，我的本子。我有买过很多的笔记本，这些本子从来都没有被剩下过。我知道我们很多同学也跟我一样有喜欢买本子的习惯，这不能说是一个不好的习惯，因为我们买的每一个本子就跟买的每一本书一样，都是想要因此改变自己，做一个更好的自己的。无奈，我们这些孩子总是写着写着就坚持不下去了，本子也就买了都浪费在那里，没有写完一整个或者写了一个又换另一个继续写，总之使得本子多到泛滥。这一点上，同学们的确可以向我学习学习，我买的所有本子，我每一页都用上了，包裹不小心写错了撕下来的页面，我也用作了草稿纸，这不仅仅是剩了本子纸，更是保护的树木啊！同学们！现在都讲究环保，纸张以后会越来越少了，我们都会尽可能的用电子产品替代纸张，不然我们浪费的纸张背后，是一整座森林的被砍伐，这一整座森林可是可以影响我们整个生态环境的！

今天我的演讲，特意挑选了我们生活学习中经常会遇见的贴身的事情讲，就是想让同学们都能够体会到勤俭节约的意义。也许我们撒在桌上的米凑一凑都可以养活一个小孩了，也许我们买了没写完的本子可以还原成一座森林，这样想一想，我们还有理由不去勤俭节约吗？永远记住，资源也是会有枯竭的那一天的，我们一定要在这一天到来之前就阻止这种情况的发生！勤俭节约吧！做一个称职的当代中学生，需要勤俭节约！

我的演讲完毕了，谢谢大家！

**初中生勤俭节约演讲稿篇十二**

亲爱的同学，敬爱的老师们：

大家好!

水，是人类赖以生存的重要自然资源，是生命的源泉，大地上的每一个生命都需要靠水来成长。水是多么伟大啊，它把自己无私地奉献给需要它帮助的人!但是，水是取之不尽，用之不竭的吗?由于人们大量用水，随意浪费水资源，许多城市都已严重缺水!

记得在一个双休日的早上，我家突然接到一个通知：“今天上午9：00～晚上7：00要停水。”我们来不及洗漱，就连忙拿东西储水。九点钟到了，停水了，可是，才储畜了几盆水。这么多水，要维持家中三个人的一天用水，还真为不易。首先，一家三个人要洗脸漱口，一共就用去了一盆水，(平时，三个人至少要用三盆水。)当我正要将洗脸水倒掉时，妈妈连忙制止我，指着旁边的塑料桶，说;“把水倒在桶里，一会儿还可以冲厕所呢!这就叫作‘废物利用’。”我点点头，马上照办。没有想到，“紧急时刻”还真有不少节约小窍门呢!这时，平时的情景浮现在我眼前：早上，当我用满满一盆水洗完脸时，便毫不犹豫地倒了。现在想起来，可真是浪费啊!洗漱完毕，自然是该做饭。这可也用去了不少水：要洗菜、煮饭、煲汤……我在那时才发现，在人们生活中，是绝对离不开水的，水是人们生活的重要条件。

一天，就这样紧巴巴地过去了。七点，水来了，望着哗哗直流的自来水，心中顿生感慨：水与我们的生活息息相关，渗透了生活的每一个角落。如果没有了水，我们生活的秩序不就全打乱了吗?可是平日，我们用水没有节制，这样下去，将浪费多少水资源啊!

别忘了有一句话“地球上最后一滴水，那将是人类悔恨的眼泪。”人类生活是离不开水的，国家为了合理地利用水资源，花费了大量的时间、精力、还有财力。那么，我们大家也要为合理利用水资源做出自己的一份贡献，节约每一滴本不该浪费的水吧!我相信，只要全国人民的共同努力，水资源将会越来越丰富，祖国一定会更加美丽、富饶!

**初中生勤俭节约演讲稿篇十三**

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！

节约一直是我们大家都知道应该做到的一项事情，虽然长辈总是和我们说这些，但我想大家平常也只是听听，等到讲完该怎么样又还是回归了原先那样。我们这一代的人可能觉得没有什么好节约的，好多东西想要手机上操作一下，各种吃的随便就上门了，都不用自己去拿。但对于老一辈的人来说，他们吃过苦，知道以前哪个时候是有多困难，也经常和我说他们消失有多么辛苦，我现在有多么的幸福。虽然我也不知道过去的时候究竟是什么样，但是在我听长辈的描述下也能够想象到。哪个时候别说吃肉了，可能饭都快吃不上了，就是每天为吃饭而担心，所以他们经历过，知道那种感觉有多么的绝望，所以在现在的生活中才会如此的勤俭节约。而我们从小就被爸妈捧在手心里，并没有吃过什么苦，还总以为全世界都是过得我们这样的生活。但其实即便是现在这个年代，在很多偏远的山村依然有很多孩子上不起学，买不起新衣服穿，不管是什么都是需要无比的`节约。

地球给了我们一个生存的地方，并且给了我们很多需要的物资，让我们能够在这里生活下去。而如果我们不节约的话，地球上的很多物质肯定是越用越少的，很多能源都是需要上万年的时间才能够慢慢的转化成功。而我们人类的一生是十分的短暂，只有短短的几十年，或许在我们这一辈这些物质并不会怎么样，但是我们的后代呢，他们也是需要再这个星球上生活的，他们的生存也需要用到各种各样的物资，如果我们铺张浪费的话，能够留给他们的又有多少呢。就拿最简单的粮食来说，古代有种现象就做饥荒，就是没有足够的粮食吃，让每家每户都开始流浪，不然待在家乡就是等死，只有去哪些存粮多的地方才能够存活，哪个时候的人们只有有一顿饱饭吃就会觉得十分幸福。而现在的我们生活富足，想吃什么都能够吃到，但如果我们就因为这些而开始铺张浪费，不是有些不尊重粮食吗。每一粒粮食都不是那么容易得来的，需要一个农夫的耕种，浇灌，细心照料才能够变成我们吃的粮食。所以希望大家能够勤俭节约一点，这和有没有钱无关，是一种美德。也希望大家能够得到启发，在未来的日子里开始变得勤俭节约起来。

我的演讲完毕，谢谢大家！

**初中生勤俭节约演讲稿篇十四**

大家下午好!

在座的各位一定从小就会背一首诗：“锄禾日当午，汗滴禾下土，谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”。小时候我们就知道要节省一粒米，农民伯伯太辛苦，我们吃的每一口粮食都是用雨水和汗水浇灌的。千百年来勤俭节约的思想一直贯穿于中华民族的进步史中。古人有训“一粥一饭，当思来之不易;一丝一缕，恒念物力维艰”。即使在今天，人们越来越讲究吃穿，讲究档次，国家也鼓励消费。但我要说的是鼓励消费，更要严禁消费过程中的浪费，别忘了“以艰苦奋斗为荣、以骄奢淫逸为耻”，更别忘了“浪费是极大的犯罪”。勤俭节约至今仍然是我们应当树立的正确的荣辱观，人生观。我们不能仅仅把它当作一句口号，在当今时代“勤俭节约、艰苦奋斗”，被赋予了新的历史意义和使命。

古今中外，无论是发达的国家，还是发展中的国家，都将艰苦朴素作为一种美德。联合国专门把10月31日设立为“勤俭日”，时时提醒人们在新世纪仍然要坚持艰苦朴素、勤俭节约的美德。小到一个人、一个家庭，大到一个国家、整个人类，要想生存，要想发展，都离不开“勤俭节约”这四个字。可以说修身、齐家、治国都不得不勤俭节约。李商隐有句名言“历览前贤国与家，成由勤俭败由奢”。历史也反复证明了这个道理：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;没有勤俭节约精神作支撑的社会是难以长治久安的;没有勤俭节约精神作支撑的民族是难以自立自强的。

勤俭是咱们的传家宝啊，社会主义建设离不了。可以看到全国自上而下都在为建设节约型社会而努力。就拿正在召开的政协会议来说，本着节俭和环保的原则，将会期缩短到了8天半。政协委员的食宿都安排都力求节约。集中住宿，减少车辆往来接送造成的浪费;委员们下榻的房间内，也没有提供一次性的洗漱用品。为了节约纸张，尽量减少纸质文件的传送和打印，而将提案用电子文档传到委员们的电脑上。

有人问：“我能做什么?”答案很简单：从我做起，从小事做起，从自身岗位做起。对，就是这么简单! 大家可以想一想，在我们洗脸刷牙、洗头洗澡、每天上班前打扫卫生的时候，是不是在意的节约了一滴水?在我们使用电灯、空调、电脑、饮水机的时候，是不是刻意的节约了一度电?在我们复印打印文件的时候是不是把纸张两面使用，节省了一张纸?建设节约型社会就是需要我们从身边的小事做起，从节约一滴水、一度电、一升油、一张纸开始。日子久了就会养成节约的好习惯。

我还想特别提到的是节约用水，因为再过几天(3.22)就是“世界水日”。水，作为生命之液哺育着人类和天地间万千生物。在因为人口增长、不合理使用、污染和全球变暖时，地球的生命之源已经向人类亮出黄牌。长期以来，人们普遍认为水是“取之不尽，用之不竭”的，不知道去爱惜，而浪费挥霍，但大家是否知道我国水资源人均占有量仅为世界人均占有量的四分之一，随着我国社会和经济的发展，水的缺口越来越大，目前我国农村还有3000多万人饮水困难，全国有110多个严重缺水的城市。人为的浪费和没有合理利用水源以及严重的污染等问题，使水资源更加缺乏。

节水，是国情所迫。一场大旱，举国关注，因为抗旱关乎13亿人的“吃饭”问题。不仅立足当下抗旱，还需着眼节水才是长远之计。从中央到地方，各级政府都在千方百计投入大量财力物力，增加抗旱水源。可还是有一些农民家庭已经注定粮食要颗粒无收了。合理利用水资源，开源节流已经是农业发展的当务之急。

还有，在我国西北的严重缺水地区，有很多家庭每天的用水要依靠肩担手提，甚至赶着牲口走几十里山路驼运。洗脸已经是很奢侈的事情了。大家也知道有的地方人一辈子只洗一次澡。幸好从20\_\_年中国妇女发展基金会发起了“母亲水窖”行动，修建水窖10万多眼，帮助120多万老百姓的摆脱了生存困难。面对这些我们还有什么理由不节约用水。

今后在当你眼睁睁的看着水龙头滴答滴答没有拧紧时，你是不是能伸把手把它拧紧?在你下班离开办公室时，会不会检查一下关没关电脑、打印机?不过现在已经让人感到欣慰的是许多人养成了两面使用打印纸的习惯;大家都很乐意使用节能灯具;以前办公室用纸发的通知、文件，现在也改成了电子文档，推进了无纸化办公。

最后我要说：勤俭节约不是一时的、而是永恒的话题。让我们积极行动起来，牢固树立资源意识和节俭意识，“让节约成为习惯”、“让节约成为我们的生活方式”。从每一件小事做起，用实际行动为建设节约型社会为作出贡献!希望我的演讲能引起大家自发的自觉的节约意识。

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