# 中学生勤俭节约的演讲稿5篇范文

来源：网络 作者：烟雨蒙蒙 更新时间：2025-03-12

*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永恒不变的道理：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。下面给大家分享一些关于中学生关于勤俭节约的演讲稿5篇，供大家参考。中学生关于勤...*

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永恒不变的道理：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。下面给大家分享一些关于中学生关于勤俭节约的演讲稿5篇，供大家参考。

**中学生关于勤俭节约的演讲稿(1)**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好!

我是这次给大家带来这次演讲的学生\_\_x，很荣幸老师信任我能够让我来到这个台上进行演讲。节约一直是一个我们从小就能够听到家人和老师都给我们说的事情，也给我们讲过节约的在重要性，包括我们在古代的一些诗篇上都能够看到，古人也是这么说的

。其中有一篇极为有名的出现在了小学的语文教材上，悯农就是这样的一首诗，整首诗下来说明了农民的不易，而其诗句的最后两句，谁知盘中餐，粒粒皆辛苦更是被作为很多地方的标语，宣扬大家要节约。

事实也的确如此，如果大家去参与一次耕种的过程就知道这究竟有多么辛苦了，即便是现在科技发达了，有收割机之类的机械化设备了，但耕种依旧并不是一件特别轻松的事情，背后有许许多多要注意的地方，也需要自己细心的去照料。

和大家说这些也就是希望大家能够对我们平常都需要吃的粮食节约一点，在外面吃饭的时候，吃不完就打包，这并不是一件丢人的事情，反而是节约的好行为。

当然了除了节约粮食之外也有很多东西是需要我们节约使用的，比如水资源，虽然这个地球上大部分都是海洋，其他小部分才是陆地，但可供我们人体饮用的淡水资源却并没有这么的多。

甚至到现在地球上有很多水资源匮乏的地方是做不到一天洗一个澡的，而在夏天的我们可能一天都不止洗一个澡。对他们来说水是宝贵的，他们是可以做到一水多用的，一份水资源多次循环利用，以此达到节约的目的。而我们平常在家的时候却经常是水龙头开在哪里有啥事要是不久，就先去把事情干了在去关水龙头。

电也是一样的，打开房间的等却是有可能忘记关掉灯就睡着了，而就这样，这个灯泡也浪费了一晚上的电。或许在现在有电的时候我们还不会感觉到电的珍贵，但是等到停电的时候大家却又会感觉格外的难熬，十分的想要电赶紧来。

而在勤俭节约这一方面我们的哪些长辈要比我们做的不知道好多少，因为他们是真正的经历过那种没电的日子，也明白虽然一点电费虽然不贵，但是也没必要浪费电费进行没有必要的消耗。和大家讲这么多，也只是希望大家能够记住这样的一个事情，在未来的时候争取做到勤俭节约，更美好世界是需要我们共同构成的。

我的演讲完毕，谢谢大家!

**中学生关于勤俭节约的演讲稿(2)**

尊敬的老师，亲爱的同学：

大家下午好!

我是\_\_x，今天我要演讲的题目是《勤俭节约从我做起》。

勤俭节约是多么好的一种美德，我们应该去继承下来的。不管现在的生活是有多好，这种美德都应该去保持，要知道我们能有现在的好生活，都是爸妈勤俭节约出来的，是他们节约粮食和勤劳工作才能换来今天的生活。那我们作为儿女的，不说像他们那样节约，那至少也不要去浪费，我们就应该从自己做起，从我做起，才能真正的去节约。

今天的时代，我们不会在吃不饱饭，也不会挨冻了，但是我们依旧不能忘记勤俭节约的好。生活中，我们在外面吃饭的时候，总是不小心就点多了，可是又吃不完，如果直接就扔在饭店不要了，那饭店的服务员也是直接倒掉的，这是很可惜的，也很浪费，那我们为什么就不能在点才菜的时候少点一点呢?为什么吃不完不打包带回家吃呢?原本我们就是能够做到节约的，也可以不浪费的，而造成浪费的也是我我们自己，那为什么就不能从我们自己做起呢?所以浪费的根源就是我们自己。

再说到勤俭，生而为人，我们本就应该去劳动，就算现在的我们还小，但是也不是我们不勤劳的借口。人虽然小，可是我们依旧能够做些事情去避免这种事情发生的。勤俭靠的就是自己，做事勤快一点，花钱节俭一点，我们的生活也不会差，反而还有可能会更好，因为先苦后甜呀。我们的父母可以，那我们也是可以的。生活再好，也不能过度的奢侈，该节俭的地方就要节俭，该勤快的时候就要勤快。节约从来都不可耻，相反浪费才令人可耻。我们所用的和所吃的都是他人用汗水换来的，我们就那样去浪费，才是对他人的劳动成果的不尊重。

所以同学们，勤俭节约从我做起，从这一刻开始做起，以后一定会为自己的这个举措而感到庆幸的。现在我们都是学生，靠的还是家人，为此也不能做一个过度的奢侈的人和浪费的人，而应该去做一个懂的珍惜粮食的人，懂得去节约的人，还要做一个勤快的人，因为到哪勤快的人都不会很差啊，能够自力更生，可以在这个社会上生存下去。那我们也应该如此，从一点一滴做起，努力的去做好个人的事情。

**中学生关于勤俭节约的演讲稿(3)**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好!

我是初一年级\_\_班级里的一名同学，我叫\_\_。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。

来到学校才刚刚半年的时间，在我值日的过程中，我就发现了我们学校里有很多同学都存在着铺张浪费的现象，而且这种现象还十分的严重。比如，在食堂吃饭的时候，很多同学的碗里都会剩下一大半的饭菜没有吃完，掉在桌子上，椅子上的饭粒也到处都是。这俨然就是不珍惜粮食的表现，没有一点勤俭节约的意识。还比如，在学校的小卖部里，我发现很多的同学一下课就拿着钱跑过来买零食买玩具，并且买完之后就又丢在了一旁，看到其他同学买了不一样的，就又要跟着去买。这根本就是拿父母的钱不当钱的行为，同学们，要知道父母挣这些钱真的很不容易，你花的时候，就只需要小手一挥，但是你知道，我们父母挣的时候，费了多大劲，流了多少汗吗?

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

**中学生关于勤俭节约的演讲稿(4)**

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，用饱满的精神内涵挤兑奢侈浪费的虚荣，以勤俭的作风开创美好的生活。

我的演讲完毕，谢谢大家!

**中学生关于勤俭节约的演讲稿(5)**

亲爱的老师、同学们：

大家好!

锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”这首诗我们都会背诵，也都理解诗的意思，但能在现实生活真正体现它的又有几个人呢?每天在学校用餐，你是否看到那一桶桶被浪费的饭菜在“哭泣”?你是否了解这是多少农民伯伯辛勤的汗水换来的?你是否知道还有很多人在为家人的温饱而奔波劳累?你是否知道还有很多人在温饱线上苦苦挣扎?

我国虽然地大物博，但我国人口众多，因而每个人的平均量就很低，这就要求我们养成勤俭节约的好习惯，节约每一粒米，节约每一滴水，节约每一张纸，只要是能够节约的，我们都不应该去浪费。有些同学虽然嘴上说着节约，但行动却恰恰相反：馒头吃了几口，扔了;饭菜吃了几口，倒了;一张纸写了几个字，撕了，难道他们丢掉仅仅是馒头、饭菜、纸张吗?不!他们丢掉的是中华民族传统的美德，是做人的最基本品质。

在\_\_、\_\_这些大城市，人们都把在饭店吃剩的饭菜打包后带回家中再吃，我先前对这种现象感到奇怪，但后来我就明白了，这些大城市的人们之所以如此“小气”，是因为他们深知浪费粮食就是浪费自己的金钱，同时，他们也都知道劳动的辛苦。然而，在我们中国，并不是为个人都知道粮食的得来不易，在我们这个小城镇的饭店里，很多顾客不知是摆阔还是炫耀，吃不了这么多却偏偏点这么多，吃不完就扔了。在他们看来，这或许很潇洒，但是他们不一定知道，那些被倒掉饭菜就是辛勤劳动的农民的汗水。

我们敬爱的周总理一生主张勤俭节约，从不浪费一饭一菜，周总理吃饭时，总把碗里的饭吃的一粒不剩，散落在桌上的饭粒也把它夹起凡在嘴里，一个国家总理尚且这般节约，我们又有什么理由浪费呢?我们以艰苦奋斗为荣，以骄奢淫逸为耻，我们又怎会做不到呢?同学们，请养成勤俭节约的习惯吧!这样，我们在今后的成长道路上就会多一份成功的可能性。但愿所有的同学都能领会“历览前贤国与家，成由勤俭败由奢”这句话的真正含义。

谢谢大家!

中学生关于勤俭节约的演讲稿5篇

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！