# 2024年中学生节约粮食演讲稿(16篇)

来源：网络 作者：悠然自得 更新时间：2024-08-18

*演讲稿具有观点鲜明，内容具有鼓动性的特点。在社会发展不断提速的今天，需要使用演讲稿的事情愈发增多。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。以下我给大家整理了一些优质的演讲稿模板范文，希望对大家能够有所帮助。中学生节约粮食演讲稿篇一大家上...*

演讲稿具有观点鲜明，内容具有鼓动性的特点。在社会发展不断提速的今天，需要使用演讲稿的事情愈发增多。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。以下我给大家整理了一些优质的演讲稿模板范文，希望对大家能够有所帮助。

**中学生节约粮食演讲稿篇一**

大家上午好!我是初二(9)班的，演讲的题目是：《珍惜粮食 拒绝浪费》。

还记得“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”这句诗吗?人们总是觉得自己的生活水平提高了，节约粮食这种观念是早该丢弃的陈词滥调。如果留心一下四周就会发现一一生活中粮食浪费几乎无处不在。

我们浪费一粒米，扔掉一个馒头，实际上丢弃的是劳动人民的—片真挚情感，丢弃的是中华民族勤俭节约的传统美德，也丢弃了做人的一种品格和精神。“节约是一种光荣，浪费是一种可耻”这一口号永远都不会过时

事实上我们唯心自问谁敢说自己没浪费过粮食。当然我也不能大夸海口说我没浪费过，但是我们可以尽自己所能节约。在中午食堂里，经常有令人痛心疾首的一幕幕：有的同学拿到午餐瞟了一眼，便开始抱怨道：什么菜呀，难吃死了。便如同用手碰火般，漫不经心的用筷子动一下米饭，皱着眉头把大盘的午饭倒了。还有的同学观光似的到食堂瞄一眼什么菜，不中意便扬长而去，更有甚者拿午餐当武器与同学在餐桌上开战，弄得凳子上狼狈不堪，晚来的同学如何能坐下用餐，搞卫生的阿姨们要花多少精力去整理，且不说这行为不利人，难道利己吗?答案当然是否定的。虽说脑组织的重量只占人体重的2-3%，但脑的血流量每分钟约为800毫升，耗氧量每分钟约为45毫升，耗糖量每小时约为5克。青少年的脑组织正处于发育期，血、氧、葡萄糖的需求量比成人还高。如血糖过低，脑意识活动就会出现障碍，长期如此，势必影响脑的重量和形态发育。有不少同学是怕长胖而不吃午餐的。这种做法毫无科学道理。人体对热量的需求是有标准的，不吃午餐，势必加大晚餐的进食量。而晚餐后一般运动量较小，更容易造成脂肪积累而导致肥胖。另外，长期不吃午餐还会使胆固醇、脂蛋白沉积于血管内壁，导致血管硬化。这种害人又不利己的行为是明智的吗?

我所说的话不知道对大家有没有所帮助，但是我希望想减肥不要怕多吃些饭，贪玩的不要拿饭菜出气，这是鄙视农民伯伯的劳动，把嘴收的和瓶口一样小的同学多吃几口饭，这样利于成长。同学们，勤俭节约是中华民族的传统美德，我们应该继承和发扬。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。

**中学生节约粮食演讲稿篇二**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家早上好!

知道明天是什么日子吗?是“世界粮食日”。为什么要在每年的10月16日设立这样一个节日呢?很显然，是呼吁我们每一个人都要爱惜粮食，节约粮食。所以，我今天国旗下讲话的题目是《爱惜粮食，从我做起》。

先请同学们和我一起背诵一下《锄禾》这首古诗。《锄禾》——预备起!“锄禾日当午，汗滴禾下土，谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”。大家背诵得很好!这首诗我们早就学过了，都知道农民伯伯种田很辛苦，我们要爱惜粮食。因为，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，这中间包含了农民伯伯多少辛勤的劳动呀!可以说，每一粒粮食都浸透了农民伯伯的心血和汗水。

有的同学可能认为，我们现在的生活条件好了，浪费一点粮食不要紧。但是你们是否知道，世界上还有许多吃不上饭的人们在苦苦挣扎?在全世界范围，每年有数百万人民，包括六百万5岁以下的儿童，死于饥饿。在我国，每年有许多贫困地区、受灾地区的老人、小孩没饭吃，要靠国家救济，靠大家帮助。由此可见，饥荒已经成为全球第一号杀手!所以，即使我们的生活条件再好，也不能丢弃中华民族勤俭节约的传统美德。

无数名人、伟人都是爱惜粮食、生活节俭的典范。北宋时的司马光虽高居宰相，仍然以节俭为本，他认为穿衣能够抵御寒冷、吃饭能够吃饱就足够了，还教导儿子要“俭朴为荣，奢侈为耻”。我们敬爱的周恩来也一贯反对铺张浪费，他吃饭时，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。

同学们，听到这里，请大家想一想：你是否做到爱惜粮食了呢?你有没有浪费粮食的行为?在家里，在学校，你是否将饭菜只吃一部分就倒掉?你是否将吃了几口包子扔掉?当你这样做的时候，你是否感到可惜，感到心疼?

“一粥一饭，当思来之不易。”同学们，我们应该把爱惜粮食落实到每一天的行动中。不管在家里吃饭，还是学校用餐，我们都应该不偏食，不挑食，吃多少饭盛多少，不要浪费。这样做，既符合节约的要求，也有利于我们身体的健康。

同学们，爱惜粮食就是珍惜农民伯伯的劳动果实，而浪费粮食的行为是可耻的。让我们从现在做起，从自己做起，从珍惜一粒米开始，养成节俭的好习惯!

我的发言到此结束，谢谢大家!

**中学生节约粮食演讲稿篇三**

各位嘉宾、同志们、朋友们，清华大学的老师们、同学们：

大家上午好!今天，我们在百年名校清华大学，举行“兴粮惠农进万家”活动启程仪式，开展第35个世界粮食日和第25个全国爱粮节粮宣传周活动。这次活动由国家粮食局、农业部、科技部、共青团中央、全国妇联、联合国粮农组织联合主办，中国储备粮管理总公司特别参加，清华大学全力协办。首先，我代表国家粮食局向出席这次活动仪式的各部门、各单位的领导和同志们、老师和同学们表示热烈的欢迎，向全力支持这次活动的中宣部、工信部、清华大学和各新闻媒体表示衷心的感谢，向即将分赴乡村农户开展“兴粮惠农进万家”活动工作小组的全体队员表示诚挚的慰问!此时此刻，我们还要特别向辛勤种粮的广大农民朋友和奋战在“天下粮仓”第一线的广大粮食职工致以崇高的敬意!

今年世界粮食日的主题是“社会保护与农业：打破农村贫困恶性循环”。这是一个鲜明而极具针对性的重要主题。当前，全球还有10亿贫困人口，8.05亿人口仍处于饥饿状态，在全球范围内消除贫困和饥饿还任重道远。我国目前还有7000万贫困人口，在20xx年之前必须实施精准扶贫、实现全面脱贫。今天，我们在此举办这次世界粮食日和全国爱粮节粮宣传周活动，就是要深入贯彻党中央、国务院的决策部署，认真学习贯彻关于坚决打好扶贫开发攻坚战、实现精准扶贫、精准脱贫的重要指示精神，在唤起全民爱粮节粮意识的同时，进一步动员全社会更加关注消除特别是消除农村贫困人口的问题。

粮食部门既服务于农民和消费者，也植根于城镇与乡村，坚守着“让农民种粮卖得出、让百姓吃粮买得到”的行业底线。认真贯彻执行中央的粮食工作方针和国家粮食收储政策，维护广大种粮利益，帮助农民实现卖粮增收、加工增效和储粮减损，是粮食部门服务“三农”的行业使命。目前，全国粮食行业有扎根乡村的粮食收储企业21610个、粮油加工转化企业19880个，直接服务于农民种粮储粮卖粮的粮食标准质量机构11700多个、专业质检技术人员6万多人，在农村还活跃着近60万走村串户的粮食经纪人。20xx年全国粮食系统通过托市收购、优质优价、整晒提等、产后减损等一系列措施，帮助农民增收550亿元以上。到20xx年底，将累计为农户配置科学储粮仓近1000万套，每年可帮助农民减少储粮损失25亿斤以上。但是，我们必须看到，我国农村的贫困家庭和贫困人口数量依然巨大，多数农户持续增收的能力还比较脆弱，粮食主产区利益补偿机制尚待全面建立，广大农户粮食产后损失还在继续发生，帮助农民增收减损的任务还依然艰巨。我们呼吁，全国粮食行业必须继续为摆脱农村贫困和帮助农民增收而不懈奋斗，全社会都应当共同关注和支持农村人口的脱贫致富。

紧扣联合国粮农组织确定的今年世界粮食日主题，我们把今年全国爱粮节粮宣传周的主题确定为“兴粮惠农进万家”，由国家有关部门联合派出10个“兴粮惠农进万家”工作小组分赴有关省份，各省、区、市也相应组织若干工作小分队同步开展这一活动。在为期一周的活动期间，全国将有4000多个工作小组、2万多人，走进10万多个村组、50多万家农户，通过与农民群众面对面、心贴心地交流，把国家兴粮惠农的好政策传达给农民，把节粮减损的知识技能传授给农民，把种粮致富的先进典型经验推介给农民，认真倾听农民群众的心声，指导帮助农民群众实现粮食增收减损。我们组织的这次活动，将是对国家兴粮惠农政策的一次大宣传，是对“三农”和粮食工作的一次大调研，是践行党的群众路线和“三严三实”要求的一次大实践。

在促进全球粮食安全和消除贫困的进程中，我们将进一步加强与联合国粮农组织等国际组织的交流协作，积极促进各方共享与合作在发展农业、造福农村、富裕农民以及节粮减损等方面技术和经验，共同为保障世界粮食安全和消除农村贫困作出新的贡献。

最后，祝世界粮食日和全国爱粮节粮宣传周活动取得丰硕成果，祝“兴粮惠农进万家”行动安全顺畅、圆满成功!

谢谢大家!

**中学生节约粮食演讲稿篇四**

大家早上好!

我来自 \* \*班，非常荣幸今天能够站在庄严的国旗下，为大家作“珍惜粮食，杜绝浪费”的讲话。

1997年11月第20届联合国粮农组织大会决议确定，每年的10月16日为“世界粮食日”，其宗旨是在于唤起全世界对发展粮食生产和珍惜粮食的高度重视。世界粮食日所在的那一周则定为节粮周，在节粮周里我们作为小学生，要积极相应号召，开展各种爱惜粮食、节约食物、杜绝浪费的主题活动，通过这样的宣传活动，让我们每个人真正做到《小学生日常行为规范》中\"爱惜粮食\"的要求。

今天，我们沐浴在温暖的阳光下，唱着雄壮的国歌，迎接五星红旗的冉冉升起，我们心中充满了无限的自豪和骄傲，我们今天的生活是多么的幸福啊。可是，在幸福的同时，我们有没有想到为祖国做了什么呢?我们有没有为祖国分忧呢?我们生活在丰富的物质环境里，不愁吃不愁穿，快乐无忧的生活和学习，在这个优越的环境里，我们不能淡忘“珍惜粮食，杜绝浪费”的品质。我们每天吃的一米一粟，从春种到秋收，从种子到我们的盘中餐，是多少汗水成就的啊。可是，在学校食堂里，有许多同学把只吃了几口的饭菜倒掉……据调查发现，平均每5位同学中就有1位倒掉小半碗饭菜，倒掉了3分之1饭菜的同学更多。看着垃圾桶里的剩饭剩菜，实在令人可惜。

当我们肆意将盘中餐变成残渣时，有谁还记得“谁知盘中餐，粒粒皆幸苦”的古训?有谁想过用米粒堆积成的山丘可以供多少人充饥?我们浪费的同时，世界上还有30多亿人们处于极度贫困的状态，还有8亿人口处于饥饿状态，尤其是南部非洲的人民，更是长期缺乏食物。许多和我们一样的同龄人，他们根本不敢奢望学习，温饱对于他们而言就是最大的渴望啊!

所以，亲爱的同学们，我们每个人都要从现在做起，要拿出实际行动，为党为国家分忧，把爱惜粮食、节约粮食的活动扎扎实实地开展下去。珍惜每一粒粮食，杜绝每一粒浪费，从我做起，如果看到浪费现象，我们要勇敢地站起来制止，杜绝这种不良风气的滋长;当然，仅在学校做到不浪费粮食是远远不够的，我们还要做节约宣传员，向家人，亲戚，朋友宣传浪费的可怕后果.，到饭店吃饭时，点饭点菜不浪费，若有剩余的要打包带回家。 积极监督身边的亲人和朋友，及时制止浪费粮食现象的发生。

让我们一起共同努力，在这个美丽的金秋十月，在这个收获之季，让我们一起打造节约的良好风尚，打造文明和谐美丽的丁卯学，一起迎接美好的明天吧。

**中学生节约粮食演讲稿篇五**

尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

大家上午好!今天我国旗下讲话的题目是《关注舌尖上的浪费》 。这里我首先想给大家讲一个简单的记者调查。

有记者就餐时间在某所学校食堂观察剩饭剩菜的情况，在记者守候的半个小时的时间里，300多名就餐完毕的学生中，其中有100余人剩下了饭菜。记者甚至看到，有一名男生的一碗米饭没吃几口就被倒掉了，还有一名女生将一整份的西红柿炒鸡蛋剩在了餐桌上。

听了这个调查不知道同学有没有什么感触。“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”——唐朝诗人李绅的《悯农》，这首诗大家一定很熟悉，如果让你背诵一定可以脱口而出，但是，在实际生活上，有多少人铭记于心呢?又有多少人付诸实际行动呢?

近年来，由于人们的生活水平不断提高，生活越来越富裕，“节约”一词在人们的心里似乎已日渐忽视。在日常生活中，浪费粮食的现象是屡见不鲜。据我省粮食局估计，我省每年损失和浪费的粮食在22.5亿公斤以上，相当于1200万人一年的口粮。也许你并未意识到自己在浪费，也许你认为浪费这一点点算不了什么，所以吃东西常常挑三拣四，吃不完就随手扔掉。然而，你可知道，世界上还有许多人正在为一餐饭而辛苦奔波，还有许多人正因饥饿而在死亡的边缘上挣扎。

“民以食为天”，自古以来，粮食在整个国民经济中始终具有不可替代的基础地位。粮食问题关系到一个国家的国计民生，也是关系到整个世界经济发展和安全的重大问题。只有在保障粮食安全基础上并不断发展，才能切实实现各国和世界的持续发展。近年来，我国粮食产量虽然实现连续增长，但是粮食供给仍然处于紧平衡状态，而且受人口持续增长、耕地面积逐年减少、全球气候变暖等影响，潜在的粮食安全危机是不可忽视的。因此，节约粮食就等于增产，别再在饭桌上挑东捡西，别在沉迷于快餐无法自拔，别在用餐时多点菜摆阔气，不要再浪费粮食……不要真的等到我们饥饿时，才会对随手扔掉的粮食回忆珍惜。

在1979年举行的第 20届联合国粮农组织大会决定：1981年10月16日为首次世界粮食纪念日。今年10月16日是第34个世界粮食日。今年世界粮食日主题是: 家庭农业：供养世界，关爱地球。我们中学生理应响应号召，节约粮食。积极践行“光盘行动”， 同学们，让节约粮食从我做起，从现在做起。

谢谢!

**中学生节约粮食演讲稿篇六**

朋友们、同志们：

今天我们在这里隆重举行“世界粮食日”和“爱惜粮食节约粮食宣传周”活动，在此，我代表粮食局，向参加这次活动的各位领导及社会各界的朋友们、同志们表示热烈欢迎;向对这次活动给予高度重视的各级各部门表示衷心感谢!

民以食为天，粮食问题至关重要。中国是世界上人口最多的国家，也是粮食生产和消费大国，粮食安全状况关系着人民生活保障和社会的稳定，关系着国家的建设和发展。半个多世纪以来，党和政府领导全国各族人民为解决粮食问题做了长期、艰苦的努力，用占世界7%左右的耕地，养育了占世界22%的人口，这一举世瞩目的成就，是对人类社会的巨大贡献。

党和政府在抓好粮食生产、保障供给的同时，高度重视爱粮、节粮工作。1991年9月，党中央、国务院发出关于在全国开展“爱惜粮食节约粮食宣传周”活动的通知，把节约粮食作为一件大事来抓，并形成制度，长期坚持下去，使爱惜粮食、节约粮食的活动扎扎实实的开展起来。

今天，我们开展“世界粮食日”和“爱粮节粮宣传周”活动，并把“宣传周”主题定为“爱惜粮食，节约粮食，反对食品浪费”，就是要更加广泛地宣传爱粮节粮对构建社会主义和谐社会的重要性和必要性，唤起大家对爱粮节粮方面的认识并付诸实际行动。勤俭节约是中华民族的优良传统，“一粥一饭当思来之不易”。即使在当前我国粮食供给形势比较好的时期，我们也不能放松勤俭节约这根弦，要时刻想到全世界还有近十亿人口仍处于饥饿之中，中国还有几千万人口没有脱贫致富。我们一定要在全社会养成居安思危、惜粮如金、节粮成习的良好风尚，为构建社会主义和谐社会做出我们应有的贡献。

祝“世界粮食日”和“爱惜粮食节约粮食宣传周”活动取得圆满成功!

谢谢大家!

**中学生节约粮食演讲稿篇七**

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好!今天国旗下讲话的题目是：珍惜粮食，养成节约好习惯。

大家一定都知道这样一首诗：锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。说的是每一粒粮食都来之不易，是农民伯伯用辛勤的汗水换来的。同学们一定见过农民伯伯在田里辛苦种地的情景，太阳热辣辣的，农民伯伯的衣服都被浸湿了。多辛苦啊!当稻子变成一颗颗白白胖胖的米粒，食堂的阿姨还要认真地烹饪，才能变成我们餐盘里热腾腾的米饭。多不容易啊!少先队员应该珍惜粮食，珍惜别人的劳动成果。

我们国家有13亿人口，虽然我们的生活水平提高了，不愁吃，不愁穿。可是你知道吗?有人打过这样一个比方：13亿人口的嘴加在一起，比天安门广场还要大，真是一张大嘴。要让这样一张大嘴吃饱饭，可是件不容易的事。全世界还有很多人因为吃不饱饭而饿死的人，其实有很多跟你们一样天真可爱的孩子。我们可以做的就是从自己做起，珍惜每一粒粮食。有人推测，如果每人每天节约一粒大米，全国每天可节约32500公斤大米。同学们，当你想浪费粮食的时候，请你多想想那些忍饥挨饿的人，想想辛勤劳动的农民伯伯、厨师师傅们!

每天在食堂就餐，总会看到一些同学有很多剩饭剩菜。在这里，我想给大家一些建议：

1、吃饭时吃多少盛多少，不偏食，不挑食，不倒剩饭剩菜。

2、看到别人浪费的现象，主动地制止，减少浪费。你身边的伙伴能做到吗?互相监督，比一比，谁是节约粮食的好孩子。

3、做个小小宣传员，向家人、亲戚、朋友宣传浪费的后果。让所有人都加入到节约粮食的行列中来。

4、到饭店吃饭时，点饭点菜不浪费，若有剩余的要带回家。

同学们，节约是一种美德，不仅仅是对粮食，要让节约变为一种自觉，成为一种习惯。

**中学生节约粮食演讲稿篇八**

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

中国人口超过13亿，人均耕地面积不到1.5亩，是世界人均值的1/4;如此宝贵的耕地，每年还以千万亩的速度在消失。我国东部600多个县(区)人均耕地低于联合国粮农组织确定的0.05公顷(0.75亩)的警戒线。而我国由于设备和管理落后，粮食在收获、储存、调运、加工、销售和消费中的总损失高达18.2%，也就是说，我国每年的产后粮食约有850亿公斤被白白浪费掉。 资源、可持续发展已经成为世界性的课题。

节约粮食，是我们每个公民应尽的义务，而不是说你的生活好了，你浪费得起就可以浪费。浪费是一种可耻的行为。即使在发达国家，节俭也被视为一种美德。这是对劳动的尊重，也是一种社会责任，更何况我国还是一个发展中国家，还有那么多人没有解决温饱和贫穷，还有那么多孩子因贫穷而失去受教育的机会。减少不必要的浪费并不难，在日常生活中不过是举手之劳。只要存有节约的意识，其实做起来很简单：吃饭时吃多少盛多少，不扔剩饭菜;在餐馆用餐时点菜要适量，而不应该摆阔气，乱点一气;吃不完的饭菜打包带回家。尽量减少对生态环境的压力已经成为一种新时尚，成为新时代人应该具备的一种品质。在我们享受经济发展、社会进步所带来的美好生活的同时，能够节约一粒米、一滴水、一分钱……也是对社会的一份贡献、一份责任。

建设节约型社会，关系到我们每一个人。节约资源，健康生活，让我们从珍惜粮食开始做起吧。

**中学生节约粮食演讲稿篇九**

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主题是世界粮食日。每年的10月16日为世界粮食日，旨在呼吁全球共同节粮爱粮。

我想，很多人同我一样。当听到“世界粮食日”的时候，会有那么一瞬时的惊愕。对于高中生，它既不像“法定节假日”一样会带给我们假期，也不像“教师节”那样充满着温馨。的确，这会是一个略显沉重的主题，然而不可否认，“民以食为天”是亘古不变的真理。

我想，很多人应当同我一样。从小就熟记“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”的诗句，也曾在地理课上学过中国的基本国情：狭小的耕地上，养育着十三亿的子民。可是，当各地大旱颗粒无收的场景频频出现在新闻里，我们依旧“淡定”，食堂里，仍然是几大袋的饭菜垃圾。

我想，很多人应当同我一样。我们知道节约粮食其实只是举手之劳。不挑食、不偏食，将自己碗里的饭菜吃干净;不攀比，不虚荣，用简单可口代替奢华靡费。可是太多时候，我们常说，这些事情不重要，我们要追求“更加重要”的事情。

可是，又有什么事情的重要性能与“粮食”抗衡?

人类每一项的日常活动，社会每一天的日常发展，都是金字塔的上层建筑。而根基，却是任何事物替代不了的——粮食。古书讲“其本乱而末治者否矣。”当我们把上层建筑建设的愈来愈精准和完美，这座金字塔倒塌时的破坏也就愈来愈难以弥补。

我们都是一样的生命。当我们面对一碗可口的米饭，我们是否真正体会过“粒粒皆辛苦”的含义?每一粒粮食，背后都将是中国八亿农民的血汗，都将是他们一辈子“背朝黄土面朝天”的命运。

我们都是一样的生命。面对食堂里大袋的剩饭，我们又是否想过他们对于生命的意义。中国大地上有多少学生，一周的午饭仅仅是干冷的馒头;遥远的异国又有多少孩子，“吃饱每一顿饭”是他们可望而不可即的梦?

一粒粮食，背后牵挂着的不仅仅是他人的劳动和付出，而是，生命。

想到这些，我们还怎会忍心浪费那一粒粮食?

我们都一样，我们都是一样的生命，拥有同等的权利。

我们都一样，我们都曾经忽略过，我们都曾经遗忘过，但是，同学们，只要我们从现在开始觉醒并付出努力，所有的一切都将变得不一样。

**中学生节约粮食演讲稿篇十**

尊敬的老师、亲爱的同学们：

锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。粮食是农民伯伯用辛勤的汗水耕作得来的，每一粒粮食都是他们的心血!粮食跟水一样，是我们的生命之源，是我们每天工作、学习的动力之源。俗话说的好：人是铁饭是钢，一顿不吃饿得慌。所以，我们要改掉浪费粮食的坏习惯，要珍爱粮食，节约粮食，从身边的一点一滴做起，从身边的小事做起。

在战火纷飞的年代，有多少人吃不上饭，还要坚守在阵地和敌人做生死斗争，用生命和鲜血换来美好的生活。如今生活富裕了，但也有不少流落街头的乞丐吃不饱穿不暖。他们那一双渴望食物的眼睛，是多么楚楚可怜。而我们如果浪费粮食的话，最终也会造成吃不上饭的后果，所以号召大家节约粮食迫在眉睫。我的身边就有许多珍惜粮食的人，我们要向他们多学习学习。

我的奶奶今年已经60多岁了，奶奶虽然年龄大，但一直保持着节约粮食的好习惯。比如说一盘新鲜的菜出锅了，第一顿奶奶先是撑破了肚皮往肚子里装，如果实在吃不了，就放到冰箱里，等第二顿再拿出来热热吃，一直是吃了热，热了吃，直到菜酸了，奶奶也舍不得扔，最后倒给家里的鸡吃。我常和奶奶说隔夜的饭菜吃了容易得病，但奶奶仍然舍不得扔这些粮食，还教导我们说：“弘弘呀，我们虽然生活好了，但不能忘本呀。在六七十年代，庄稼青黄不接，你的老太爷就是活活饿死的，老太太也是吃树皮和花生皮才勉强活了下来，那时候要是有这么一碗白米饭，该有多高兴啊，所以你要珍惜粮食，浪费可耻呀!”我一直对浪费这个词理解很肤浅，听了奶奶的话，我才明白，没有了粮食将是多么的可怕。

在学校有的小学生，餐盘里总是或多或少的剩些饭菜扔掉。这些粮食都是农民伯伯辛辛苦苦种出来的，在丰收时，农民伯伯想到我们狼吞虎咽的吃着他们种的粮食该有多么高兴，可如果看到我们把他们的劳动果实扔到垃圾箱内，又会多么伤心失望埃此时我不禁想起了那首古诗：锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。

同学们，让我们携起手来共同节约粮食，像珍惜我们的生命一样去珍惜它吧。

**中学生节约粮食演讲稿篇十一**

联合国把每年的10月16日定为世界粮食日，党中央，国务院决定把世界粮食日的那一周定为节粮周。设立这个节目旨在提醒人们:这个世界上还有许许多多的人吃不饱，穿不暖，希望人们在生活条件不断改善的同时不忘节约。

仔细想想，每个人的身边都有不少浪费粮食的事情发生，一些不合口味的饭菜都是直接扔了。同学，你扔掉了什么?从小我们就知道那首《悯农》，知道粒粒皆辛苦，节约粮食，反对浪费也是从小就被父母和老师挂在嘴边的。

在就餐时间内我们不仅要注意买饭的秩序，餐盘的放置，最主要的是要节约粮食。从前，泔水缸中总是堆满了剩饭剩菜，其中不乏雪白的米饭和几乎没动过的蔬菜。平均每三位学生就有一位倒掉小半碗饭菜，有的吃几口就倒掉，饭菜吃不净的情形几乎人人存在。浪费的风气日益兴盛，而人们熟视无睹，无视现实!同学们，当你们倒掉剩下的饭菜时，可曾想过，世界上还有8。5亿多人遭受饥饿，还有很多你们的同龄人因为贫困而不能接受教育。

饥饿之于我们已经是个遥远的名词，但是我们国家的粮食已经富裕到了可以不提节约、肆意挥霍的地步吗?中国人口超过13亿，人均耕地面积不到1.5亩，是世界人均值的1/4;如此宝贵的耕地，每年还以千万亩的速度在消失。我国东部600多个区县人均耕地低于联合国粮农组织确定的0.75亩的警戒线。而我国由于设备和管理落后，粮食在收获、储存、调运、加工、销售和消费中的总损失高达18.2%，也就是说，我国每年的产后粮食约有850亿公斤被白白浪费掉。

应该说，单个学生的浪费是有限的，而学生群体的浪费是惊人的。我们不能不郑重地呼吁:尊重劳动，杜绝浪费。一米一粟当思来之不易，爱粮节粮须知人人有责。

同学们，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时，我们心中充满了自豪和幸福。我们为自己是伟大的中华人民共和国公民而自豪，我们为今天的幸福生活而歌唱。我们更要牢记中华民族的传统美德艰苦奋斗，勤俭节约。

**中学生节约粮食演讲稿篇十二**

尊敬的老师、亲爱的同学们：

锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。粮食是农民伯伯用辛勤的汗水耕作得来的，每一粒粮食都是他们的心血!粮食跟水一样，是我们的生命之源，是我们每天工作、学习的动力之源。俗话说的好：人是铁饭是钢，一顿不吃饿得慌。所以，我们要改掉浪费粮食的坏习惯，要珍爱粮食，节约粮食，从身边的一点一滴做起，从身边的小事做起。

在战火纷飞的年代，有多少人吃不上饭，还要坚守在阵地和敌人做生死斗争，用生命和鲜血换来美好的生活。如今生活富裕了，但也有不少流落街头的乞丐吃不饱穿不暖。他们那一双渴望食物的眼睛，是多么楚楚可怜。而我们如果浪费粮食的话，最终也会造成吃不上饭的后果，所以号召大家节约粮食迫在眉睫。我的身边就有许多珍惜粮食的人，我们要向他们多学习学习。

我的奶奶今年已经60多岁了，奶奶虽然年龄大，但一直保持着节约粮食的好习惯。比如说一盘新鲜的菜出锅了，第一顿奶奶先是撑破了肚皮往肚子里装，如果实在吃不了，就放到冰箱里，等第二顿再拿出来热热吃，一直是吃了热，热了吃，直到菜酸了，奶奶也舍不得扔，最后倒给家里的鸡吃。我常和奶奶说隔夜的饭菜吃了容易得病，但奶奶仍然舍不得扔这些粮食，还教导我们说：“弘弘呀，我们虽然生活好了，但不能忘本呀。在六七十年代，庄稼青黄不接，你的老太爷就是活活饿死的，老太太也是吃树皮和花生皮才勉强活了下来，那时候要是有这么一碗白米饭，该有多高兴啊，所以你要珍惜粮食，浪费可耻呀!”我一直对浪费这个词理解很肤浅，听了奶奶的话，我才明白，没有了粮食将是多么的可怕。

在学校有的小学生，餐盘里总是或多或少的剩些饭菜扔掉。这些粮食都是农民伯伯辛辛苦苦种出来的，在丰收时，农民伯伯想到我们狼吞虎咽的吃着他们种的粮食该有多么高兴，可如果看到我们把他们的劳动果实扔到垃圾箱内，又会多么伤心失望埃此时我不禁想起了那首古诗：锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。

同学们，让我们携起手来共同节约粮食，像珍惜我们的生命一样去珍惜它吧。

**中学生节约粮食演讲稿篇十三**

“10月16日”，这是一个人人都应该记住的日子，因为这一天是“世界粮食节”。“民以食为天”，缺少粮食，我们很难生存，缺少粮食，我们国家难以发展，缺少粮食，我们人类更有可能走向灭亡。“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”自小我们就从古人诗中知道粮食来之不易，然而随着我国人口不断增长，耕地面积却在逐年减少，我国已经成为世界上最大的粮食进口国。粮食缺口正在成为阻碍我们奔向小康大道上的一道难以填满的沟壑。“爱惜粮食、节约粮食”不仅仅是一句口号而已，更应该是一声声每天都敲响在我们耳边的警钟。

我记得曾在网上的文章里看到，有一位学生在一篇作文里是这么说的：

“奶奶是个很节俭的老人。节俭是好事，但我觉得她节俭得有点近乎抠，无法理解。一次，烧饭的时候，她不小心把米撒了点在地上，我就顺手准备扫掉。我腰还没弯下去，只见一只满是皱纹的手挡着我，我愣在那不知道为什么?这时，奶奶开口了:‘不要扫掉，捡起来洗洗，浪费可惜。’‘我说已经脏了，反正就一点点，算了吧。’奶奶可不理会我，自己佝偻着身体，蹲在地上慢慢地拾着，每拾起一点就用嘴巴对着吹吹，很专注地，仿佛掉在地上的不是米，而是她的宝贝样。等到全部拾好后，再用脸盆装着用清水一遍一遍的洗，看她洗完端着米出来，脸上露着孩子般开心的笑，嘴里还自言自语:‘看看，多干净，还不一样吃嘛，你们……’我听懂了她未说完的话是什么意思，但我依然是不以为然的摇着头。而奶奶露出了灿烂的笑脸。

还有，我们家的电饭褒烧饭总是会在下面结锅巴，所以每次都有很多饭不能吃。我总是把这些锅巴倒掉的，有次被奶奶看见了，她老人家又开始了对我的节约教育。我不服气说:‘这都不能吃呀?干吗不能倒掉?’奶奶也不搭理我，从我手上接过电饭褒，然后倒了些开水在里面，泡了一会儿，就见她开始用小勺把那些锅巴，一点一点地刮出来，然后放进自己的嘴里。天哪，我真的是服了她老人家。我半开玩笑地对奶奶说:‘奶奶，你真会动脑筋呀’。奶奶听了我的话，不好意思地对我说:‘我知道你心里是怎么想的，不过我们老人家是经历了饥荒岁月的，知道粮食的宝贵，我不是小气，只是觉得这样真的很浪费。’”

这位奶奶说得对，我们这代人没有经历饥荒，不能理解他们的想法，甚至看不惯他们的做法。有的同学就知道浪费，不知道珍惜。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，吃了几口饭就倒掉了，说这饭菜是自己不喜欢吃的!有的同学光想买零食，不想吃饭;有的同学着急去玩，盛饭的时候，走路慌张就把饭粒洒在地上!有的同学一边吃一边还在打闹……这些现象是多么的让人触目惊心啊!如果你浪费这一点，他浪费这一点，大家都浪费这一点，那就是一个惊人的浪费!

所以，我们要树立节约意识。爱粮、惜粮、节粮，是中华民族的优良传统。“节约粮食光荣，浪费粮食可耻”的风尚不仅过去需要、现在更需要，我们没有糟蹋粮食的权力。我们当学生的虽然不种田、不产粮，但节约粮食也相当于种了粮食。我们的一张张餐桌就相当于一方方粮田，除了吃进肚子里的粮食外，不浪费一粒粮食。

我们要强化节约行为。不管在家里还是在学校里，都不能浪费粮食。吃多少，烧多少;吃多少，盛多少;不偏食，不挑食;少吃零食，买了就要吃完，不随手扔掉……。对浪费的现象，我们要坚决反对，坚决抵制。只要我们牢记“节约”，就会养成良好的习惯。

同学们，让我们从今天开始，做一名爱惜粮食，节约粮食的好学生吧!

**中学生节约粮食演讲稿篇十四**

亲爱的同学们：

一日三餐离不开餐厅，餐厅是大家日常生活的重要组成部分之一，营造清洁舒适的就餐环境，不仅关系着每位同学的生活，而且直接体现了每一位学生的个人形象。文明之风吹拂校园，讲文明、树新风是我们每一个文萃娃必须具备的基本素质，食堂是我们在校学习生活的重要场所，营造清洁舒适的就餐环境，需要我们大家共同努力。

1、文明用餐要求每个同学要有规则意识。

“没有规矩，不成方圆。”生活中规则无处不在，一定的规则能保证人们更好地生活。文明用餐要求我们做到“班级要整队到餐厅就餐，不拥挤、不喧哗;严格遵守就餐纪律，按时就餐，在指定餐位用餐，不得擅自调换餐位，不敲盘、不喧闹;吃饭时不谈笑，不交头接耳，不得敲打盘碗;吃完饭要把垃圾带出去，安静地走出餐厅。”

2、文明用餐要求每个同学要有勤俭节约、爱惜粮食的意识。

吃饭就一定要爱惜粮食。尽管同学们将“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”背得滚瓜烂熟，可真正上了饭桌，浪费粮食、挑食的学生每天都有。文明用餐其中最突出的一条要求就是：不挑食，不浪费，把餐盘内饭菜吃干净。希望同学们挑食、浪费的现象一天天减少，餐厅的剩饭剩菜也越来越少，以节约粮食为荣，以浪费粮食为耻。

3、文明用餐要求每个同学要有良好卫生习惯。

我们要养成讲卫生、爱清洁、不随地扔垃圾的良好卫生习惯，餐桌旁应该是最好的课堂。倘若每个同学吃完饭还能保持自己脸上、手上、身上，桌面、地面的干净，那就足以证明他是一个有良好卫生习惯的孩子。所以就餐时要做到三净：不挑食，不浪费，把餐盘内饭菜吃干净;把吃下的骨、壳之类的剩物，装入盘内，保持桌面干净;不洒落饭粒、菜汤，保持餐厅地面干净。吃完饭将餐巾纸带出餐厅。”

文明用餐，从我做起，从点滴做起，从现在做起。“播种的是一种习惯，收获的是一种品格” 。让我们为共同营造一个文明有序的用餐环境而努力，争做文萃小绅士小淑女!

**中学生节约粮食演讲稿篇十五**

尊敬的各位嘉宾，同志们、同学们、朋友们：

金秋十月，丹桂飘香。在这洋溢着收获喜悦的美好时节，我们迎来了第34个“世界粮食日”。这是全世界粮食消费者共同的节日。今天，我们在国家稻谷及副产品深加工实验室所在地的中南林科大隆重举行纪念活动，并启动爱粮节粮宣传周，目的在于唤起人们对粮食安全和粮油质量安全的重视，并从青少年抓起，在全社会倡导爱粮节粮的良好风尚。在此，我代表湖南省粮食局，向出席本次活动的各位领导、涉粮企业家、种粮大户、粮油行业科技人员、大学生和各界朋友表示热烈欢迎!向主办和承办这次活动的各相关单位特别是中南林科大和国家稻谷及副产品深加工实验室致以深深的谢意!

1979年，联合国粮农组织将每年的10月16日定为世界粮食日，其宗旨在于唤起全世界对发展粮食和农业生产的高度重视。当今，家庭农业已经成为粮食生产领域的重要形式，因此，今年世界粮食日的主题确定为“家庭农业——供养世界，关爱地球”，充分说明家庭农业与世界粮食安全息息相关，提醒人们从社会的细胞家庭开始，在推进规模化生产的同时，不忘家庭农业在维护粮食安全、保障粮食供应上的重要作用。

粮食是我们赖以生存的物质基础，是国民经济发展的重要战略物资。当今，全球不可持续的发展模式正使自然环境退化，给未来粮食供应所必需的生态系统和生物多样性造成威胁。中国是世界人口最多的国家，粮食的可持续和安全状况，关系着人民生活的保障、社会的稳定和国家的建设。我国用占世界7%的耕地，养活了占世界22%的人口，对全世界、全人类作出了巨大贡献。但是，也应该看到，我国粮食生产和消费始终处于紧平衡状态，粮食消费量占到世界粮食消费量的1/5、比世界粮食贸易量的2倍还要多。随着城镇化进程加快、人口持续增长、耕地和淡水资源不断减少，以及生态的日渐恶化，我国粮食安全正面临前所未有的压力和挑战。一旦出现较大的粮食供求缺口，不仅国际市场无法解决，也会给世界粮食安全带来严重威胁。所以，我们必须高度警觉，并从国家安全和人民福祉的角度着想，“将饭碗牢牢端在自己的手中”。

在形势严峻面前，我们必须清醒地看到，由于农户存粮储存设施简陋、物流方式落后、粮食加工技术粗放和过度加工，以及“中国式剩宴”、13亿人“舌尖上的浪费”，我国粮食产后损失十分严重、浪费现象相当惊人!每年损失和浪费的粮食近千亿斤，相当于2亿亩耕地的产量。湖南的情况相对好一些，但损失和浪费的粮食保守估计也在45亿斤左右。遏制粮食浪费，维护粮食安全，是我们共同的责任，既需要粮食行业不懈努力，更需要全民动员、全体行动。我们不能忘记全球还有10亿人处于饥饿之中，不能忘记全国还有几千万人口没有脱贫致富，要通过全民共同努力，从文化的深层次和人们行为规范的显角度，把爱惜粮食、节约粮食、反对浪费变成一种良好的社会风尚和每一位公民的实际行动。

今天正式启动的爱粮节粮宣传周将围绕“节约一粒粮 我们在行动”这个主题，突出“在行动”的实战性，选择与节粮爱粮关联直接的三个群体，即家庭、青少年和企业为平台，开展节约粮食“三个在行动”即：节约一粒粮“家庭在行动”、“青少年在行动”、“企业在行动”系列活动，并开放粮油检测机构，目的在于以这三个重点群体为支点，推动全民和全社会节粮意识的养成和节粮风尚的遵从。这里，我要特别强调的是，粮油加工企业要从过去的传统生产和营销模式中勇敢走出来，既要满足消费，又要引导消费，要敢于向过度加工宣战，以生态、营养、健康的食品满足市场需求、引领社会消费，推动节约工作向纵深发展。

我省是农业大省也是人口大省，稻谷产量居全国首位，粮油消费也占全国相当大比重。一直以来，我们非常注重加强粮食产后的流通管理，积极改善农户储粮条件，在全省推广农户科学储粮技术，已累计完成农户科学储粮专项计划44万户;积极争取中央和省财政支持，大力修复粮食“危仓老库”，提升管理功能，改善粮食收储条件，今年已维修仓储500万吨;大力运用现代信息管理技术对传统粮仓进行功能提升，逐步实现“智慧粮仓”，今年已完成300万吨仓容的功能提升任务，为减少储粮损失打下了坚实基础。与此同时，我们加快了现代粮食物流设施建设步伐。湖南粮食集团的金霞粮食物流园是国家“北粮南运”战略中南方首个重要节点，已在南方地区率先实现粮食散装、散运、散卸、散储的“四散化”运营，极大地降低粮食损耗和物流成本。当然这些工作都还是初步的，还有很大潜力空间，我们将秉承“宁流千滴汗，不损一粒粮”的粮食人精神，一如既往地遵从节约原则，将节约一粒粮的工作进行到底。

在食品安全的大背景下，粮油质量检测十分重要。做好这项工作是发展产业的关键，是强化监管的必然。我们向全社会开放粮油检测机构，就是让大家清楚掌握粮油质量的检测过程和手段，树立质量意识，共同肩负起监督安全的职责。

参加今天活动的有全省米、面、油龙头加工企业的代表、大型粮食仓储企业的代表、种粮大户代表和科研专家代表，你们都是节粮降损的主体。等会还将进行校企对接座谈，共同探讨粮油加工业节粮减损工作。让我们携手同心、共同努力，以开放的眼光、节约的理念、超前的意识、精准化的管理，推进湖南粮油产业升级发展，为确保国家粮食安全、促进湖南粮食经济强省建设作出应有的贡献!

最后，预祝“世界粮食日”和爱粮节粮宣传周活动取得圆满成功!

谢谢大家!

**中学生节约粮食演讲稿篇十六**

同学，你扔掉了什么从小我们就知道那首《悯农》，知道粒粒皆辛苦，节约粮食，反对浪费也是从小就被父母和老师挂在嘴边的。然而，纵观校园浪费的种种情况，往往还是先要从食堂说起。我校的食堂已经对同学们正式开放，今后我们有更好的就餐环境了。在就餐时间内我们不仅要注意买饭的秩序，餐盘的放置，最主要的是要节约粮食。

同学，你扔掉了什么

从小我们就知道那首《悯农》，知道粒粒皆辛苦，节约粮食，反对浪费也是从小就被父母和老师挂在嘴边的。然而，纵观校园浪费的种种情况，往往还是先要从食堂说起。我校的食堂已经对同学们正式开放，今后我们有更好的就餐环境了。在就餐时间内我们不仅要注意买饭的秩序，餐盘的放置，最主要的是要节约粮食。从前，泔水缸中总是堆满了剩饭剩菜，其中不乏雪白的米饭和几乎没动过的蔬菜。平均每三位学生就有一位倒掉小半碗饭菜，有的吃几口就倒掉，饭菜吃不净的情形几乎人人存在。浪费的风气日益兴盛，而人们熟视无睹，无视现实!同学们，当你们倒掉剩下的饭菜时，可曾想过，世界上还有8。5亿多人遭受饥饿，还有很多你们的同龄人因为贫困而不能接受教育。

应该说，单个学生的浪费是有限的，而学生群体的浪费是惊人的。我们不能不郑重地呼吁:尊重劳动，杜绝浪费。

我国是一个人口众多的农业大国，目前全国人均粮食占有量仅达到温饱水平，粮食问题仍然是国民经济发展中的突出问题。解决我国的粮食问题，一靠增产，二靠节粮。”节粮”是指在保证基本粮食消费的前提下，尽量减少在粮食加工，流通，消费过程中的不必要损失或浪费。从一定意义上讲，节粮就是增产，就是开发”无形良田”。据测算，1公斤大米约有米粒40000个，我国13亿人口，若每人每天节约1粒大米，则全国每天可节约32500公斤大米，每年可节约1200万公斤大米，可养活35000人;若以平均亩产1000公斤计，等于每年开发无形良田120xx亩

一米一粟当思来之不易，爱粮节粮须知人人有责。

联合国把每年的10月16日定为世界粮食日，党中央，国务院决定把世界粮食日的那一周定为节粮周。设立这个节目旨在提醒人们:这个世界上还有许许多多的人吃不饱，穿不暖，希望人们在生活条件不断改善的同时不忘节约。

所以校团委向同学们提出以下要求:

一:树立正确的价值观，崇尚节约光荣，浪费可耻的观念。

二:遵守就餐秩序，自觉排队，不随意插队。

三:适量买饭，做到不剩饭，不挑食，坚持杜绝浪费行为。

四:就餐时不大声喧哗，不随意走动，不追逐打闹。

五:学生干部，要以身作则，广大学生要互相监督，做到节约粮食。

六:生活节俭:不盲目攀比，不随意浪费。

七:珍惜粮食，从现在做起，从我做起。

同学们，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时，我们心中充满了自豪和幸福。我们为自己是伟大的中华人民共和国公民而自豪，我们为今天的幸福生活而歌唱。我们更要牢记中华民族的传统美德艰苦奋斗，勤俭节约。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找