

2023年远离斗殴演讲稿 远离手机演讲稿 稿(模板10篇)

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。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？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。

远离斗殴演讲稿篇一

大家好！

今年，我的运气值蹭蹭蹭地往下掉，做什么事情都不顺——爷爷因为生病而住进了医院。这已是爷爷住院的好几天了，没有他和我一起打闹真的很不习惯。在这几天里，我天天想着他，想着他和我那段美好的时光。爷爷的存在让我的生活变得丰富多彩，意义非凡。就在这个礼拜，我终于空出了一天，而我的安排就只有去看爷爷！

于是我急切地来到妈妈房间，推醒正在熟睡的她，我急切的问妈妈：“我礼拜六能不能去看爷爷？”说着，我做出渴望的神情，一脸渴求。妈妈睡眼朦胧的回答道：“还是别去了，医院病毒太多，更何况是血液科，很容易感染的。而且每个病人只能有一个人陪，探视也是有时间的。”听了这些，我失望的嘟了嘟嘴后就踏着沉重的步伐回到了自己的房间。

第一次乞求，我以失败告终……

我依靠在自己的座椅上，望着窗外的白云，一股力量告诉我我不能放弃，一定要争取到看爷爷的机会！

所以，我又奔向妈妈房间，再次重重地推了她一下，我露出

强颜欢笑，期待着妈妈的答复。妈妈眯着眼睛望着我，她似乎是懂了我的意思，便回答道：“真的，医院病毒太多了，家里已经有一个人生病了，就不要再有其他人有事了。”而我确实没有一丝收回刚才的话的意思，而是态度坚硬地回答了一句：“不要！我就要去看爷爷，我已经很久没见到他了！”说这句话时，我的眼睛露出了血丝。

后来妈妈在我不断的纠缠下，看我可怜兮兮的样子，便勉强的答应了。那一刻，我就像中了彩票一样高兴极了！

到了星期六，我早早的起了床，迅速利索地洗漱完以后，赶忙整理东西。不久后我和妈妈拎上大包小包，飞速赶往地铁站。一个小时的路程中，我联想了很多，我在想象爷爷见到我时的情景，或许是灿烂的笑容，亦或是一句问候的话语。不管怎样，那都是许久没见后的第一个问候！

不知不觉，地铁到站了。徒步五分钟后，我终于到达了住院大楼，别说，还真有点紧张，我的心砰砰直跳！

在来之前，我已经计划好了来到医院要为爷爷做什么，就等实施了……

要知道爷爷最大的兴趣爱好，就是读报纸！我懂他，我知道他在医院肯定很无聊，于是我就从包中拿出当天现出的报纸。哎，经过这么多艰难险阻，我终于可以给爷爷带来关心了，也许这只是微不足道的一点。准备好后我便装出一个知识分子的样子，清了清嗓子，端正地抬着报纸，享受着爷爷看我那期待的神情。我“嗯哼”了一声后，准备给爷爷解解闷，读读报纸。

但是顷刻间，我口袋中的手机响了起来，许多的“滴滴”声在我耳边想起。我只得无奈的切断刚才的动作，羞愧地拿出手机打开微信。只见别人发给了我二十几条微信。我看了看内容，说是让我打印作文什么的，而此刻的我完全没这个精

力去完成，于是我便回了一句不好意思，我现在做不了后继续拿起报纸，依靠在爷爷旁边，开始读报纸给爷爷听。

就在五分钟后，我的手机又想起了声音，这不嘛，又把沉迷于读报纸的我拉回了现实。我实在不想打断，但爷爷却慈祥的对我说了一句：“没事，你先去接吧，待会儿再读，没事的！”尽管爷爷这样说，我还是对他很羞愧的，我觉得作为一个孙女，我没有尽到该有的责任。但是，我还是迫不得已的拿着电话走到楼道接听了它。

接了个电话就接了大概十分钟，本以为这下总可以安心会儿了吧，可没想到，在接下来的半个小时里，不是同学找我有事，就是他们要找我练舞蹈。就这样，短暂的可以和爷爷相处的时间，都被手机霸占了。手机不断地影响着我，让我原本计划好的东西，全都扑了空。

远离斗殴演讲稿篇二

大家好！

永远是头顶对着别人的我是一个十足的“手机控”。为什么说我是一名“手机控”呢？那自然是因为我和手机结下了不解之缘，成了形影不离的好朋友，不信，你看。

假期的到来，爸爸送了一款我心仪的手机，拿到手机的那一刻，我的双眼都闪着“光”，眼睛瞪得大大的。终于，我立马把手机打开，迫不及待地打开微信□qq……聊起天来，这一聊就是个把小时。妈妈见状，大喊道：“快点起来走路去！”我一听，毫不犹豫地回答道：“不去！”“那你是不是想让我没收你的手机啊？”妈妈脸上露出了一丝无奈的表情。“没收手机！”这才玩多少时间呀，现在就没收，太不值了。经过一番思想斗争，我还是无可奈何地答应了妈妈的要求。

我扭扭捏捏地走出家门，但我的眼睛却依然没有离开过我的手机，手指在屏幕上不停地滑动着，双眼死死地盯着，生怕错过什么好玩的信息。妈妈看了看我说：“走路还看手机，不怕被车撞？”可妈妈再怎么讲，再怎么叮嘱却也没有打断我对手机的着迷——电视剧一集又一集，聊天信息也是一条接一条地回。总觉得有太多东西等着我去看，这也使得我对手机的好奇心越来越重，无时无刻地都在玩手机！在妈妈的眼里这叫做：“不把眼睛看‘瞎’是不会停止的！”没错，我知道这样不好，可是我发现我已经陷进去了，并且无法自拔。

记得那天一放学，我就又偷偷地从妈妈口袋里掏出手机来看，我边走边看，妈妈突然朝我喊道：“这有水坑，别踩啊！”可戴着耳机的我哪里听得到啊，一脚踩了进去，正在看喜剧片的我的脸上那笑容一下子僵住了，冰凉的水“涌”进了我的鞋子里，整双鞋子踩在了水坑之中，这种感觉真的是糟透了。我小心翼翼地抬头看向了妈妈，只见她一筹莫展地看向我，看着那盛满泥水的鞋子，并帮我连忙倒去这涌进的水，而我穿回鞋子便又低头看起了视频，就当刚才什么事情也没有发生过。

就这样一位痴迷的“手机控”，长此以往，视力也开始下降了，戴上眼镜的我后悔不已。希望大家且玩且珍惜，懂得扬长避短，让高科技的产物熠熠生辉，且勿玩物丧志！

远离斗殴演讲稿篇三

大家上午好！

手机以随着生活条件的提高，成为了越来越多学生的喜欢的物品。有了手机，确实方便了与家长、同学间的联系，但不是每个同学都有良好的自控力，其产生的许多负面影响不可忽视。

例如：打手机有害身体健康；上课玩手机影响学习；晚上玩手

机影响睡眠;还增加经济负担,助长攀比心理;有些甚至沉溺游戏,不能自拔。

为此,美籍校长何道明到上海东方世纪学校走马上任不久,就给这所住宿制学校的所有学生开出戒条:校园内不准带手机□20xx年8月,安徽合肥一中宣布,不准学生在校园中使用手机。到目前为止,全国有500多所中学出台了学生在校园中使用手机的禁令。

其实,不仅仅中国如此,早在20xx年12月7日,希腊教育部部长签署禁令,“所有学生都不得在校园里使用手机”□20xx年8月,印度中等教育中央委员会下发通知,要求下属中学将手机禁用范围从教室扩展至整个校园。从20xx年1月29日开始,美国200多所公立学校严禁学生带手机进课堂。

老师们、同学们:创造和谐、美丽的校园生活、学习环境,需要我们共同努力!让我们用实际行动感恩祖国,感恩老师、感恩父母。通过今天这个签名仪式,我校就正式开始实施校园内学生禁用手机管理制度。这既是对老师和同学的一种考验,也是一种锻炼。就让我们行动起来,为学校的发展和同学们的健康成长共同努力吧!

最后,我祝老师们身体健康!工作顺利!祝同学们学习进步、学有所成!

谢谢大家!

远离斗殴演讲稿篇四

大家好!今天我国旗下讲话的题目是《自救自护珍爱生命》。

生命,属于我们只有一次。我们要珍视生命,就要学会生存,学会自我保护。生命其实非常脆弱,它随时随地都可能遇到来自方方面面的威胁。据有关方面不久前的一次统计,全国

的中小學生因各類安全事故和意外死亡的平均每天有40多人，也就是說，幾乎每天都有將近一個班的同學離我們遠去。當今生活節奏的快速化，社會上諸多的不確定因素，家庭的過多保護，使許多學生面對具體問題時顯得束手無策，尤其是小學生。無論是教師、父母或者其他人，都不可對給孩子一生的安全做出承諾和保護，只有你們自身具備了安全意識和自護能力，方可保一生平安。

安全自我保護主要有校內安全、交通安全、消防安全、校外居家安全、飲食安全等等。

在學校若發現有安全隱患，要及時向老師匯報，防患於未然。體育課、實驗課一定要聽從老師的指導，嚴格按照要求來做，不得擅自行動。如有身體不適要提前告訴老師，便於老師另作安排。上體育課和課外活動前要充分做好準備活動，運動時不要劇烈碰撞，以免撞傷或摔傷。課間活動要注意安全，課間遊戲不在教學樓內玩，上下樓梯往右走，避免同學之間的磕磕碰碰。

交通安全也很重要，特別是不要亂穿馬路。有的同學認為亂穿馬路沒啥關係，反正開車的師傅會剎車。其實，汽車不是一剎就能立刻停住的，由於慣性它還會向前滑行一段路。何況可能有酒後駕車的、反映不夠快的、剎車失靈的等各種情況，所以亂穿馬路是很危險的。不少交通事故就是因為行人亂穿馬路造成的，我們小學生一定要引以為戒。

火，給人類文明作出過重大的貢獻，但是如果使用不當也可能造成危害，引起火災，給社會造成極大的危害和損失。為了避免火災，我們要加强防范，學習一些消防知識，火災雖然不經常發生，但是一旦發生，造成的危害卻是非常大的。

人們往往認為在家里是最安全的，其實不然。有人統計中小學生在家中受傷的頻率為全部損害的1/80。

校外活动对我们是十分有益的，为了我们自己，在活动时我们一定要格外小心，多加注意，避免伤害。

另外还要记住一些电话号码，如110，119，120，等等。发现问题立即拨打电话求助，而且要积极自护，使伤害降到最小。

我们是家长的希望，祖国的未来，我们保护好了自己，就是对家长，对祖国的最好回报。

远离斗殴演讲稿篇五

小学生的自制力很差，游戏的兴趣持久性，再加上小学生们爱玩的天性，因此很容易对网络游戏上瘾。一旦上瘾，便很难戒除。北京军区总医院网络成瘾治疗中心的陶然说，__多例网瘾少年中的30%以上属痴迷网游型，在治疗中心经过长达两个多月的治疗还是无法戒除网瘾。

首先，玩网络游戏容易成瘾。一旦上瘾，很难戒除。小学生的自制力很差，游戏的兴趣持久性，再加上小学生们爱玩的天性，因此很容易对网络游戏上瘾。一旦上瘾，便很难戒除。北京军区总医院网络成瘾治疗中心的陶然说，__多例网瘾少年中的30%以上属痴迷网游型，在治疗中心经过长达两个多月的治疗还是无法戒除网瘾，一些戒除掉网瘾的少年在回家后又重新上瘾。洛阳的畅占亭__年辞去工作，专门帮儿子戒除网瘾，经过4年多的努力，才帮儿子戒掉了网瘾。

第二，玩网络游戏荒废学业，影响身体健康问题。青少年自控能力比较差，又不善于取舍，沉湎于网上浏览而荒废学业的可能性是很大的。不少的小学生成了小“网虫”，沉湎于网上，将90%的时间用到网络游戏上，做了网络的俘虏，为网络所累，痴迷于“网吧”、“聊天室”不能自拔。在生理上小学生正处于快速发育时间，若过长时间与电脑相处，不仅眼睛超负荷运转，危害视力；也使得脊椎变形，身体的健康也受到威胁，甚至有的因此而失去生命。

__年5月，海南省临高县临城镇一14岁中学生，在五一长假，长时间玩电脑游戏不吃不喝，结果猝死在电脑桌前。

第三，导致思维迟钝。长时间地与电脑打交道，容易使形成的基本思维与电脑的符号式思维相同，零碎的符号式机械思维代替了人的逻辑思维能力，结果导致记忆力下降，思维迟钝。

第四，玩网络游戏致使恶性事件频发。

__年6月16日凌晨，4名沉迷网游的未成年人在海淀区学院路“蓝极速网络”网吧纵火，造成24人死亡，13人受伤。

__年12月27日，天津市塘沽区13岁的少年张潇艺因上网玩《魔兽世界》成瘾而跳楼__。

__年7月30日，北京沉迷网游的16岁少年小韬向父亲要钱未果后，扬言杀死父亲。当晚，父亲发现儿子房间的桌子上居然放了一把菜刀，绝望的父亲用地上的哑铃将儿子杀死。

__年10月12日中午11时许，甘肃省武威市青年许福斌因不满父母对其上网的责骂，将父母杀害，而后从父亲身上搜得现金27元，继续回网吧上网。

多么触目惊心的血淋淋的事例呀！这都是__不见血的“刽子手”网络游戏害的呀！

小学生玩网络游戏弊大于利。因此，告诫大家，千万不要被网路游戏所奴役，网络游戏的黑暗是看不清的，让我们远离网络游戏这个虚拟的世界，为自己憧憬未来，放飞心灵吧！

远离斗殴演讲稿篇六

大家好！

很荣幸那个站在这里演讲，我是xxx□是xxx班的学生，感谢大家一直以来对我的支持，这次我演讲的内容是远离手机这方面的。

随着科技水平的提高，人们的生活水平也在不断的提高，使用手机的人也越来越多了，现在的很多学生，身上都有一部手机。就算学校再怎么强调不能带手机进校园，还是有学生频频违反纪律，有些学生不仅仅是带进校园，他们在上课时，在老师不注意的时候，拿出手机偷偷的玩，作为和你们一样天天待在教室的人，我看的非常的清楚，尤其是我的座位还是最后一排。

同学们，我们现在每天有八节课，这还是不包括早读和晚自习的情况下，你们真的还有多余的时间来玩手机吗？睡觉玩一两个小时手机，第二天就容易犯困，因此就错过了老师讲的重点，因此就会造成学习成绩的下降。我们来学校就是为了学习啊！作为一名学生，我们要排除那些会对我们的学习造成不利的因素，手机毫无疑问就是一个非常不利的因素。有的人喜欢用手机玩游戏，有的人喜欢用手机看小说，有的人喜欢用手机看电视剧，但这些对我们学习成绩没有丝毫的帮助，所以希望同学们能够抵住诱惑，远离手机。

我们现在是高中，正式努力的时候，为了以后的美好生活，请同学们抵制住现在这一时的诱惑吧，等我们高考结束后，考进了一个好的大学，将来找到一个好的工作，想怎么玩就怎么玩。父母辛辛苦苦工作把你们送来学校，你们就用玩手机来回报他们吗？同学们，现在悔悟还来得及，现在努力还来得及，让我们放下手机，把心思放在学习上。

远离斗殴演讲稿篇七

大家上午好！今天我发言的题目是：放弃今朝手机，成就精彩人生。

手机，作为便利的信息沟通工具，大量涌进了校园，手机消费成为了学生新的消费项目。在求新求奇的消费心理的作用下，在通信领域信息的丰富化、便利化等因素的刺激下，不少中学生有了手机。

可当我们看到：上课时，偷偷玩手机而没有认真学习的同学；下课时，用手机耳塞听歌而导致听力下降的同学；晚上，夜深人静的时候，仍奋战在手机聊天、手机小说中，却在第二天上课时瞌睡的同学。我们不得不产生一个疑问：同学，你到学校真的是学知识技能的吗？同时，我们更为耽误了美好的学习时光的同学们感到惋惜和痛心。

作为教师，我们希望交给学生自己的全部知识；作为教师，我们希望每个学生都能有自己一技之长；作为教师，我们更希望你们不再沉迷手机、网络而能健康成长。

同学们，请不要让手机成为唯一的课余活动，不要让手机成为你学习中的黑色诱惑，不要让手机成为阻碍你成功的绊脚石。

在此，我们教师也郑重承诺：以身作则，在办公室、教室里不玩手机；严格按照学校的手机管理制度配合学校的总体部署，加强对同学的手机使用进行管理，为学校校风建设，学校文化建设，同学的健康成长做出努力和贡献！

谢谢大家！

远离斗殴演讲稿篇八

大家好！

今天我演讲的题目是：珍爱生命，远离危险。

首先进行自我介绍——我的名字叫“安全”，当然，我也有

很多昵称，比如“校园安全”、“交通安全”、“社会生活安全”、“家庭生活安全”、“网络安全”等等。

每当面对大家的指责时，我都会流下委屈的泪水。我欲说无语：明明是你们先不尊重我在先啊，凭什么把罪名都往我头上扣？我也想保护你们，让你们时时刻刻都平平安安的，可你们却不理我呀！况且，我每次都是被动的，我也是身不由己呀！

每当看到大家痛不欲生的表情时，我都会流下伤心的泪水。有时我会想：这难道真是我的错吗？想来想去却想不明白。

希望我的演讲能够带给你们深刻的反思，这就是我这次演讲的初衷。

我的演讲完毕，谢谢大家！

远离斗殴演讲稿篇九

大家好！

今天我演讲的题目是《远离垃圾食品，关注身体健康》。每天下课，放学，几乎所有的人都会去买零食，他们手上拿着各种各样的零食，开心地吃着，却不知这些就是对身体有害的垃圾食品。

现在大部分人，喜欢吃垃圾食品，因为现在家里条件都很好，爸爸妈妈给的零花钱都会用来买垃圾食品，目前垃圾食品有很多，最受人们喜爱的是鸡排，可乐，冰棒，麻辣等，这些垃圾食品对人体有很大的危害。

吃垃圾食品会让人的胃“受伤”，还会使人得肥胖病，糖尿病，肾萎缩等病症，我们班一位同学在寒假的时候，吃了过多的垃圾食品，导致肠胃坏了，肛门糜烂了，在医院住了几

个月，来上学的时候都只能站着上课。

所以我建议大家少吃垃圾食品，就算要吃也只能吃一点点，最好不吃。最后我祝大家远离垃圾食品，关注身体健康。我的演讲完毕，谢谢大家。

远离斗殴演讲稿篇十

大家好！

我今天演讲的主题是“远离垃圾食品，关注健康”。

带着这些疑问，我在网上查了一些资料。知道什么是垃圾食品，比如油炸食品，腌制食品，膨化食品等。如果再具体一点，就是饼干、可乐、薯片、巧克力、糖果……在我们看来，这些食物非常美味。其实它们含有亚硝酸盐、防腐剂、香精等致癌物质。虽然味道鲜美，但对人体的肝、胃、肾伤害很大。

因为吃垃圾食品导致死亡的事情很多。这里有一个真实的故事。我们小区一个老师的儿子去年得了急性肠胃炎。他住院近一个月才康复。这一切都源于他不规律的生活。他每天只喝碳酸饮料，不喝水。一日三餐只吃泡面，长期待在家里，从不在外面运动。这样的日子持续了很久，导致了疾病的发生。

这个案例给了我们一个很大的教训。在这里，我有几个建议给你：

1. 每天多吃，少吃垃圾食品，尽量不吃；
2. 买东西看商标，买正规厂家的食品；
3. 买东西的时候，不要为了便宜而买三无产品。

让我们携起手来，远离垃圾食品，关注我们的健康！