

# 远离手机活动演讲稿 远离手机演讲稿(精选5篇)

演讲稿是演讲者根据几条原则性的提纲进行演讲，比较灵活，便于临场发挥，真实感强，又具有照读式演讲和背诵式演讲的长处。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看看吧。

## 远离手机活动演讲稿篇一

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。

## 远离手机活动演讲稿篇二

大家好！我今天演讲的题目是“远离手机，捍卫课堂纪律”。

手机作为现代通讯工具，为人们的生活带来了很多的便利。一方面可以方便我们与家人的联系，另一方面，由于现在学习任务和压力日益沉重，不少同学陷于课业负担，在紧张的学习之余，与同龄人通过手机进行跨空间的交流，有助于压力的释放，排解一些不愿与家长、老师沟通的苦恼，还可以增加对社会信息的掌握。

但是，很多同学在休息期间，甚至在课堂上发短信，更有甚者，有些同学在上课的时候用手机听音乐、看电影、玩游戏。这些行为不但影响了自己正常的学习和休息，也影响了其他同学的生活和学习。而且考试期间使用手机作弊的现象时有发生。

对于很多同学来说，使用手机多半是一种炫耀，容易引发攀比心理，对家庭经济不是太好的同学造成思想负担。并且，话费的居高不下，也增加了家庭的经济负担。

同学们，我们应该始终记得我们是学生，我们的任务是学习，而不是贪图享乐，我们肩负着国家的希望，不能因为一个小小的手机，磨灭了我们雄心壮志，不想因为一个小小的手机，打碎了父母的期望。

同学们，当你在课堂上听音乐的时候不要忘了父母的沧桑的脸庞；当你在课堂上看电影的时候不要忘了父母劳累的身影；在不恰当使用手机的时候不要忘了父母为你付出的艰辛和汗水。

## 远离手机活动演讲稿篇三

大家好！

随着科技的发达，手机成为了市场上热销的商品。全国人均大约拥有0.945部手机，可见，手机与我们已经变成了十分普遍的通讯工具，对于大多数人来说手机已经变成了必不可少的娱乐及生活设备。

前段时间，有一条网络新闻，是关于三个人和手机，描述了他们在过马路时都目不转睛的看着手机，没有一个人注意观察信号灯的变化和来往车辆的情况。结果三人均被正常行驶的汽车撞飞，一人当场死亡，一人重伤，另一人抢救无效身亡。这是一起因沉迷于手机而忽略了安全的事故，令人感到痛心，同时也为逝去的两位年轻的生命感到惋惜。

目前，有相当一部分人像上面的年轻人一样，沉迷于手机，无法自拔，主要表现为：只要有时间就拿出手机，睡觉前要看手机，早上一睁眼就要玩儿手机，无论何时、何地，都会不自觉的拿出手机，好像微信朋友圈里总是有看不完的消息。

这其实并不是一种正常现象，而是一种病，这种人就是我们俗称的“手机控”。我有时“机不离手”，偶尔闲暇在家，我也会打打游戏消磨时间，可手机的用途不止如此，手机对我的吸引力也不止如此。

但我有时会在打游戏的时候时间过度，虽然没有他们那么严重，但也可以称得上是“手机控”。

“手机控”的危害很大，很多人就是因为手机视力急剧下降，并且颈椎严重变形，有瘫痪的危险，并且有很多虚假信息在网上流传，很容易误导他人，而且长时间看这种碎片化的信息很容易使人注意力不集中，有些人沉迷于手机游戏无法自拔，甚至有猝死的现象。

## 远离手机活动演讲稿篇四

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！

## 远离手机活动演讲稿篇五

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？”可妈妈再怎么怎么说，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着一条地回。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！