

# 2023年拒绝校园暴力演讲稿 拒绝平庸演讲稿(大全6篇)

演讲中的抑扬顿挫，相当于音乐中的节奏，音乐需要节拍，演讲也需要节拍，你应该让你的演讲充满节奏感，节奏就是你口头表达进度的度量。我们想要好好写一篇演讲稿，可是却无从下手吗？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的演讲稿模板范文，我们一起来看看吧。

## 拒绝校园暴力演讲稿篇一

有一个故事是这样的：一条世世代代生活在黄河口的鱼逆流而上，最后穿过山涧，挤过石罅，经历了千难万险终于游上了高原。然而，它还没来得及欢呼一声，瞬间就被冻成了冰。鱼的命运是悲哀的，可更为可悲的是故事的结局：若干年后，一群登山者在唐古拉山的冰块上发现了它，却嘲笑鱼为了追求而丧失了生命。

其实我是十分佩服那条鱼的。敬佩它那种不甘平庸，勇于挑战自我同命运抗争的精神。我想，那条鱼在出发前，免了不遭到许多不可思议的目光和同类的冷嘲热讽，也免不了受到“长辈”的劝阻、威胁甚至恐吓。可它最终还是力排众议上路了，最终成了高原上不死的精灵。而在现实生活中，安于现状，甘于平庸，整天浑浑噩噩度日如年者举目皆是。我并不否认在生活中勇于冲破束缚，追求真我风采的人大有人在，但遗憾的是，大部分人在刚准备逆流而上，搏击风浪之时，便被一些所谓的长辈、智者、哲人的话所吓倒。不要说付出生命了，即使受一点点挫折也是不敢的。于是只得隐藏起自己的想法，一天天在风平浪静中论为平庸之辈。即使有人能够坚持己见，勇于充当旁人眼中的“另类”、“冒险者”，可正当他们追求过程中出现某些闪失或挫折时，前面那些所谓长辈、智者、哲人又会大发议论，证明他们的“先见之明”，以吓倒那些正摩拳擦掌跃跃欲试的年轻人。如此

反复，冒险者越来越少，无所事事的平庸之辈也就越来越多了。

更为可悲的是，那些习惯于按部就班的生活方式，由于小富即安乐天知命的惰性思想的人却丝毫没有意识到自己的平庸，可以说是平庸到不知道什么叫平庸了。尤其让人匪夷所思的是，其中有一些人非但不为自己的平庸而羞耻，反而恬不知耻地一面嘲笑自己同类的碌碌无为；一面又对冒险者进行讥笑、侮辱、践踏。

敢于向世俗挑战，勇于在平庸中突围的人是最值得尊敬的。难道不是吗？无论成败，他们都在用实际行动证明自己的坚定决心，他们毋宁死、不平庸，决不苟且偷生浑浑噩噩。他们不过是清醒一点，不愿在平庸的泥潭中慢慢被腐蚀；他们不过是勇敢一点儿，敢于挣脱平庸的牢笼飞向理想的天堂；他们不过是大胆一点，走进现实的熔炉，成就凤凰涅槃之举。所以，他们早就做好了随一切的准备，根本不需要平庸者们来哀叹、同情自己本就辉煌的人生。

是水，就应该成为波涛；是土，就应当垒成高山。我们应当拒绝平庸，有所作为。这样，我们就可以说，我们没有虚度年华，并在时间的沙滩上留下我们的足迹。如果人生真的只有两种方式——腐烂或燃烧，那我宁愿逆流而上做高原上冻死的精灵，也不愿做河滩里庸碌无为的一躯壳。

## 拒绝校园暴力演讲稿篇二

大家好！

俄国寓言家克雷洛夫写过这样一则寓言：一个叫杰米扬的人，做汤鲜美无比，深受客人好评。一次，他又用拿手的好汤招待客人，在他的力劝下，客人把汤直灌到嗓子眼，可这位杰米扬先生还是无休止地劝客人再喝一盆，客人只好逃走。

且不说杰米扬怎么，我只是觉得客人为什么被灌到嗓子眼还不拒绝这盛情。

现时，社会上出现各种各样的新事物，都有着和这汤一样的诱惑，使人眼花缭乱。特别是年轻人心理上还不成熟，又对新事物有极大的好奇心，因此往往容易盲目接受，或超量接受。

当人们接受常规安排而去面对种种新狂潮时，拒绝则表现了难得的勇气和信念。拒绝是一种抑制欲念、自我清醒的表现，是对世事的深刻洞察，亦是张扬个性。

拒绝，是因为不适合，不喜欢，不需要和不感兴趣。

一件时髦衣服，无论多少靓姐倩妹驻足观望，在衣店的橱窗里闪耀着荣光，你依旧可以目不斜视的擦肩而过。一首流行歌曲不论它多么红遍大江南北，被传唱得沸沸扬扬，你依旧可以两耳不闻窗外喧嚣，清清静静地读书。

我刚读时，感觉很新颖。平时我们到商场去买东西，对于赠送的东西，我们似乎都会照拿不误。我们从来没有想过这些东西是不是我们所需要的。我们不懂，贪小便宜只会吃亏。

最近，校园里流行一股上网聊天风，同学碰到时，第一句话便是：“你qq多少？”风势必会吹到每一角落，但你完全可以泰然处之，对此淡淡一笑，依旧沉浸在书海中，因为你对此不感兴趣。

因此，我们要选择拒绝，学会拒绝。

### 拒绝校园暴力演讲稿篇三

这是一个浮躁的时代。当城市充满了喧嚣，当社会变得乌烟瘴气，当人们把财富和地位看得比生命还重，人们的心灵越

来越麻木，梦想再强大终究也抵抗不了各种各样的诱惑。

别再迷惘，拒绝诱惑吧！像那位将军一样，在挥剑斩杀爱驹之后，你就回归到最本真的自己。

拒绝诱惑，放下急功近利的浮躁。华人导演李安不久前在法国嘎纳电影节担当评委时确认请辞美剧《暴君》的拍摄，他说：“他的创意是我见过的电视剧中最棒的，但是经过《少年派》4年多的制作和宣传，发觉自己需要休息”，他坦言说：“自己油箱里没了油，当下我没有百分百的把握去完成这部剧，所以我不能让自己的原因影响了这部令人热血沸腾的剧的潜质。”面对高额收益的诱惑，李安从作品的角度出发，拒绝了利润的诱惑。这是追寻本心的气概。

拒绝诱惑，摆脱世俗之风。其实，我们每个人的内心深处都会向往精致、优美和高品味，但是我们身处一个精神无指向的时代，现实世界中的庸俗文化的喧嚣可能让我们渐渐迷失了方向。不必说古代的脱离官僚之风而隐居的陶渊明，也不必说美国思想家梭罗为了真理摆脱世俗的诱惑而在瓦尔登湖畔苦心写作，单说我国的服装设计师马可，她不跟随潮流的时尚，尽力于将古典的中国文化融入服装，最终朴素高雅的风格受到了中国“第一夫人”的青睐——这是一种拒绝诱惑不盲目跟风的精神。

拒绝诱惑，保留一份纯真。纪伯伦说：“我们已经走得太远，以至于忘记为何而出发。”眼睛被层层雾气遮挡，那就让心灵带路吧。就业形势越来越严峻，可对应之下，中山大学博雅学院的同学们的确成了“非典型”的典型，博雅学院的学生的人生榜样并不是亿万富翁，而是学富五车的大思想家、学问家，博雅学院试图祛除学生的官僚气，在与“物欲横流、价值观紊乱”的社会迎头撞上时，他们能够不被社会各种诱惑所迷。他们，站稳脚跟，不肯迁就时代，博雅在这个浮躁的社会中保留了一片纯真的净土——这是一种超凡脱俗的境界。

如何透过社会现象把握生活的本真价值，如何穿越繁杂的都市霓虹寻找自我存在的意义，如何摒弃虚伪的觥筹交错和心理压力实现最初的梦想？拒绝诱惑，在这样一个浮躁的时代，让我们寻找回失落的本真。

## 拒绝校园暴力演讲稿篇四

大家早上好！

今天我演讲的题目是：拒绝零食，健康成长。

为了维护我们的身体健康，还有一个更加清洁、美丽的校园，上周老师利用班会课开展了“拒绝零食，从现在做起”的主题教育活动。通过教育，许多同学都认识到零食的危害，抵住了零食的诱惑，不乱买零食。但是，我们还发现还是有个别同学控制不了自己，上学前和放学后，在学校门口的小商店里购买零食吃，把包装袋乱扔，校园角落边、垃圾桶里，甚至课桌里都能找到零食包装袋。

第一、经常吃零食，胃肠就要随时分泌消化液，这样到吃正餐的时候，消化液就分泌不充足，容易造成营养不良。

第二、学校门口的零食一般都是“三无产品”，这些“垃圾零食”中常含有大量的色素、防腐剂，吃了会伤害身体。并且由于零食中酸、甜、咸各种味道的强烈刺激，常可导致我们的味觉迟钝，以至于一般的饮食根本不足以引起食欲，会影响我们的生长发育。

第三、在学校吃零食，食品 and 手都来不及进行必要的卫生保护，特别是边走路边吃零食，更不卫生，容易得肠道传染病，严重时甚至会损害身体健康。

第四、吃零食还影响环境卫生，不利于校园文化建设。

同学们，让我们树立正确的饮食观念，控制住自己的嘴巴，拒绝零食的诱惑，把精力放到学习上。我的讲话完了，谢谢大家！

## 拒绝校园暴力演讲稿篇五

大家好！

今天我演讲的题目是《拒绝零食，关爱健康》。

同学们，你们知道吗？当你享受这些美味的同时，不仅破坏了环境卫生，一些有害物质也悄悄潜入你的身体。有资料显示，零食已经成为危害青少年健康的“头号杀手”。零食吃多了，影响消化，使胃液分泌失调，消化功能紊乱，食欲减退，营养得不到保证。零食吃多了，很容易增加热量，增加体重，还会引起慢性胃炎、腹泻等疾病。我们有些同学就是吃多了零食，人吃胖了，路也走不动了，影响了正常发育，不利于安心学习。

吃零食容易养成铺张浪费的坏习惯。有的同学，为了吃零食，就编造了各种各样的谎言来骗取父母对他的信任，浪费大量的钱财来满足自己的贪欲，如果我们把吃零食的钱攒起来，买点学习用书，帮助一些贫困的同学，不是更好吗？同学们，吃零食还会造成环境的污染。我们学校是一所环境优美、景色宜人的学校，干净、整洁的校园给我们提供了良好的学习环境。

那么，我们怎样才能拒绝零食的诱惑呢？

第一，我们要真正从思想上认识到零食给我们带来的各种危害，只有这样才能从根本上抵制零食的诱惑。

第二，要控制身边的零花钱。把零花钱用到学习上和其他有意义的事情上。

第三，同学们要相互提醒，相互监督。即时提醒身边买零食的同学对自己的身体负责，响应学校的号召。

同学们，让我们大家携起手来，共同拒绝零食，勿以恶小而为之，勿以善小而不为。同学们，为了我们的健康，为了我们美丽的校园，为了我们辛勤付出的父母，让我们行动起来吧，拒绝零食，净化校园，还自己一个健康的身体，还自己一个良好的心境，还校园一个洁净的空间！

我的演讲到此结束，谢谢大家！

## 拒绝校园暴力演讲稿篇六

大家好！

今天我演讲的题目是《拒绝毒品，让生活更美好！》

朋友们，我们大家都熟悉这样的生活：早晨，孩子们背着书包上学，叔叔阿姨们开着小车、骑着摩托车上班，老人在大树下聊天、下棋；下班后，爸爸在客厅看电视，妈妈在厨房做饭菜，老爷爷给小孙子讲故事……这是多么祥和、多么美好的生活啊！

但是——

一个白色的幽灵正在我们身边徘徊，正向我们逼来。看！

一个个扭曲抽搐的躯体，一个个支离破碎的家庭，一双双呆滞空洞的眼睛，一声声痛不欲生的呻吟……谁能想到，青天白日之下，竟有群魔乱舞，歌舞升平之地，几乎成了人间地狱。

是毒品。这吐着猩红长信的毒蛇，正在把世间的美好吞噬。  
是毒品。这伸着森白獠牙的豺狗，正在把天下的亲情嚼碎。

是毒品。这喷着蓝灰烟雾的妖魔，正在把心底的梦想灭绝。

是毒品。这徘徊的幽灵，这狂笑的恶魔，这狰狞的撒旦，正在制造着一幕又一幕的人间惨剧。

一桩桩，一件件沾满了血和泪的事件，难道不是因毒品而起的吗？我仿佛看到那些母亲的泪、妻子的血、孩子的伤；那些吸毒者的痛苦，贩毒者的张狂，制毒者的猖獗，忽然间我的心里充满了愤怒！我多想化作一柄长剑，把这令人窒息的黑暗，把这腥恶腐臭的黑暗，把这藏污纳垢的黑暗，劈开！劈开！劈开！挽救吸毒者，惩罚贩毒者，消灭制毒者！蓝盾闪亮，岂容妖孽猖狂，利剑出鞘，直刺毒枭贪狼。

共和国的土地，不容舞草作践，共和国的天空，不许毒烟弥漫。但是巨额的利润怎不令恶徒丧心病狂？巨大的诱惑怎会让毒魔甘心退场？和毒品的战争，注定旷日持久。

毒魔迫害的主要对象，是我们青少年朋友。据有关部门统计，我国吸毒者，有百分之七十五是青少年，而且，这个比率还有上升至趋势。

所以，禁毒，必须从我们青少年开始。

朋友们！我们是祖国的未来，我们肩负着祖国的前途，人类的使命，民族的希望，家庭幸福的重任。我们要加强自己的思想和心理防线与毒品绝缘。朋友们，让我们携起手来，拒绝毒品，让生活更美好！我演讲完毕，谢谢大家！