

# 国旗下讲话防震减灾 防震减灾日国旗下讲话稿(通用10篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

## 国旗下讲话防震减灾篇一

各位老师，同学们：

大家早上好！今天我国旗下讲话的题目是：防灾减灾，居安思危。

5·12我国四川省汶川县发生了8.0级特大地震，共造成7万人死亡，37万人受伤，1.7万多人失踪，5335名四川学生在地震中遇难，直接经济损失8437.7亿人民币，损失影响之大，举世震惊，为了纪念这个日子，国务院决定每年的5月12日确定为“防灾减灾日”，今年是第五个“防灾减灾日”宣传活动主题是：识别灾害风险，掌握减灾技能。

我们的身边不可避免的存在着各种各样的灾害的侵犯的隐患，如台风、暴雨、火灾、地震、雷电、交通事故等等，因此，对我们全体师生而言，提高“防灾减灾”意识显得至关重要。灾害确实可怕，但比灾害更可怕的是无知，我们相信只要认真学习“防灾减灾”的基本常识，提高逃生的自救互救常识，我们完全可以把灾害的损害降低到最低，甚至完全可以避免灾害的发生。

第一，要从课堂内外多种渠道了解灾害的起源以及怎样自救。记得印度洋海啸时，一个年仅10岁英国小姑娘用课堂上的地

理知识救了海滩上几百人的生命。据英国媒体1月1日报道，在几十米高的海啸袭向泰国普吉岛的一个海滩之前，英国一位年仅10岁的聪明女孩凭借自己在学校里所学的‘地理知识，预测出威力强大的海啸将吞没整个海滩，她立即让父母提前发出警报疏散了海滩上的游客，从而挽救了100多名游客的生命，演绎了一段传奇故事。那么，同学们，我们平时学习关注一些防灾减灾的知识吗？比如，你们知道地震是怎么产生的？地震了怎么办？首先千万要冷静，要在老师的指挥下迅速抱头、闭眼，躲在各自的课桌下，绝不能乱跑或跳楼，待地震过后再有序地撤离。

第二，除了了解这些知识之外，我们要认真参加学校安排的应急演练活动。据媒体透露512汶川大地震中，都江堰向娥乡地震死亡439人，其中学生327人，北川中学2900余名师生中1600多人死亡，几千个年轻人，花朵一样年轻的生命，在含苞待放的时候就这样凋谢了，令人痛心，但是，让我们惊奇的是，也有一些学校的几千名师生都安然无恙，毫发无损。安县桑枣中学2300名师生，都江堰安龙镇大乐九年制学校920名师生创造了大地震中无人伤亡的奇迹。汶川地震来临之时，绵阳安县桑枣中学的师生，在1分36秒内全部从教室安全撤离到操场，毫发无损，2200多个学生，98位老师，没有一个伤亡。原来该校每学期都要组织一次紧急疏散演习，师生认真参与其中。我们学校每学期都会安排一次住校生应急演练，希望同学加以重视，而不单单是觉得好玩，应付了事。

同学们，防灾减灾，主要是要增强我们的风险防范意识，保证大家的生命安全。那么在明天第一个全国“防灾减灾日”来临之际，让我们来审视我们的生活学习行为，在每一个行为细节中都靠近安全远离危险。借此机会，我郑重的向同学们提出如下倡议：

- 1、上下楼梯靠右行，讲究秩序，轻声慢步，防止踩踏事件的发生；不在教室、走廊追赶、打闹、大声喧哗。

2、现在春夏交替季节，温差大，同时也是病菌滋生的季节，同学们要注意保暖，教室、宿舍多通风，勤洗手，注意个人卫生，防止h7n9等传染病的发生。夏天到来，气温渐高，食物中毒事件有可能增多，同学们不要买过期的、变质的、不卫生的食品，尽量不要在街头小摊上买东西吃。

3、天气渐暖，不要私自下河游泳。在各项运动中要注意运动安全。上体育课和课外活动前准备活动要充分，运动时要注意不能剧烈地碰撞，以免撞伤或摔伤。操场上的体育运动器械，必须按规定使用，不允许任何人私自攀爬、玩耍。

4、同学们的所作所为也要有安全意识，不能感情用事。在同学间遇到矛盾时，要冷静、理智，不能发生同学间打架的事件，更不能找外来人解决。

同学们，生命是美好的，生活是多姿多彩的，而要拥有这一切的前提是安全。所以我们一定要时刻加强安全意识，努力增强自我防范能力，做到警钟长鸣。让我们行动起来，普及防灾减灾知识，增强安全意识。

我的国旗下讲话到此结束，谢谢大家！

## 国旗下讲话防震减灾篇二

大家早上好！

今天我国旗下讲话的主题是：防震减灾，珍爱生命。

20xx年5月12日14时28分57.9秒，汶川县发生了8.0级特大地震，其能量相当于400颗广岛原子弹，顷刻间山崩地裂，房屋倒塌，公路断裂，桥梁坍塌，通讯中断，尸横遍野，大地悲泣！

汶川震惊！四川震惊！中国震惊！世界震惊！

党中央国务院在第一时间迅速回应，抢险部队去了，抢险医疗队去了，救灾物资去了，救援的队伍去了，全国亿万人民关注着汶川，全世界关注汶川，我校师生也是好样的，向灾区人民捐出了一元、两元、几十元、几百元，这是一种善举，是一种爱心，我们的全体师生都做出了善举，献出了爱，这就叫做人间真情，这就叫学会感恩和分担，我们应永远保持这种善良的心。

然而，血腥的场面，满目疮痍的场面至今还在我们眼前闪现，国家为了使这一惨痛的教训，让人们永远记住，决定把每年的5月12日定为“汶川大地震纪念日”，就是让我们汲取教训，珍爱自己的生命。

我们今天纪念汶川大地震，就是要告慰死难者，但更重要的是警示后人在自然灾害面前最大限度地减少损失，最大限度地保护自己的生命，只要生命存在，就能解决任何问题，因此，我们一定要珍惜生命，面向未来。

我们今天纪念汶川大地震，最重要的就是要防患于未然，学会自救，学会互救，这样在自然灾害来临之时，就能更好地保存自己的生命，将来就能更好地服务祖国，建设祖国，过上幸福的生活。

如何避震?避震的要点是什么?避震宜采用的身体姿势怎样?被压埋时如何自救?防灾疏散如何进行?震前十几秒钟为什么重要?救人的原则是什么?救人的方法是怎样的?等等，防震减灾的一些基本知识，学校在最近的宣传活动中都要涉及到，请全体同学一定要重视，认真学习防震减灾知识，掌握防震减灾的基本技能，也可以查资料学习，也可以上网学习，只有这样，一旦灾害来临，我们就能用我所学，防灾避险，确保自己的生命安全。

同学们!防灾避险应是新时期每个人必备的技能，只有这样，生命安全才能更好地得到保障，才能更好地参加文化课学习，

才能更好地学习建设国家本领，成为新时代的建设者和接班人。

最后，祝同学们健康成长，生命无限。

## 国旗下讲话防震减灾篇三

大家早上好！

周而复始，日月轮回。今天是5月9日，星期一，崭新的1周又开始了，站在这庄严的国旗下，我演讲的主题是：学习科学，认识地球，防震减灾，做一个成熟的地球公民。

大家知道，两个星期前，也就是5月12日，我国四川省汶川县发生了里氏8级的强烈地震，给人们的生命和国家财产带来了很大的损失。

我国是个地震多发的国家，地处太平洋板块和亚洲次大陆板块的结合部位，受这两大板块的共同作用和挤压，形成了我国西高东低复杂地形地貌。著名的地球之颠珠穆朗玛峰就是地壳运动的结果，板块漂移的杰作。其实，亿万年前，青藏高原一带还是汪洋大海一片。人们不仅感叹：地球运动的力量是多么神奇。 第一，学习科学，认识地球，预测地震。

人类对地球内部构造的探索从来就没有停止。我国东汉时期有位杰出的大科学家名叫张衡，他于公元132年发明了世界上第一台地动仪，张衡制造的这台地动仪，相当灵敏准确。公元138年的1天，地动仪精确地测知距离洛阳500多公里的陇西发生地震，可见精密程度达到了相当高的水平。欧洲在1880年才制造出类似的地震仪，但在时间上晚了1700多年。当代我国最优秀的地质学家李四光、翁文波等人，经过长期的科学实践，认为地震等自然灾害是完全可以预测的，截止目前，运用李四光的预测理论，我国已经成功地预测了地震活跃带上14次6级以上的地震其中的10次，准确率达70%。

尽管我们的祖先非常优秀，现在的科学进展也了不起。但是由于地质构造非常复杂，加上地震类型复杂多样，人类的科学认识水平，到目前为止，还不能每次都准确地提前探测出地震，即使是世界科学发达的国家美国也做不到。所以现在人们虽然实现了毛主席生前预见的可上九天揽月的美梦，我们国家的嫦娥登月也即将成为现实；但是还做不到可下五洋捉鳖，通俗地讲，也就是上天相对容易，入地反而更难。这是我们人类科学方面普遍遇到的1块短板。需要我们当中未来产生更多的小张衡，从小学好地理知识，了解更多的地壳运动规律。从而象天气预报那样提前测报地震就好。

第2，认识自然，关注一些自然界异常现象，可能就是地震前兆。

我手里拿着1本淄博市地震局编印的防震减灾手册，当然，地震还是有些前兆的，比如讲，天边提前出现特别的地震云，有的地方地下水会变颜色，会发出异样的声响，有的动物会有特别的反应，1976年河北唐山大地震前，动物园的好多动物就乱跑嘶鸣，鸡飞狗叫，这次汶川大地震前1两天，上万只癞蛤蟆集体搬家，只不过人们大多麻木，没有重视和警惕，所以，人们也要好好向动物学习，这门学问叫仿生学。

第3，防震减灾，杜绝人祸，警钟常鸣，居安思危。

1次大地震会教我们清醒不少，我想，等同学们将来长大了，如果成为建筑工程师，你在设计的时候，首先要考虑提高房屋的防震标准，起码得按8级设防。如果你将来长大了，成为1名科学家，你要更多地认识我们这个地球，探索更多的科学规律，尽到做到提前预报，减少损失；同时，不论何时何地，要有防患危机意识，当灾难降临时，不要慌乱，或就地卧倒，或在老师的指挥下有序疏散撤退到操场上，要学会自救自护，1995年9月20日临沂苍山发生5.2级地震，地震本身没砸死1个人，却造成320人受伤，其中56人重伤，其中绝大多数为震时学生跳楼受伤或争抢外逃而被挤倒踩伤。然而，1976年唐山

大地震青龙县几10万乡亲无一伤亡，这次汶川大地震，安县桑落中学2200名学生毫发无损。都因为积极有为，平时防微杜渐，创造了零伤亡的奇迹。

我们这个世界，有的人不幸死于象地震这样的自然灾害，也有不少人是死于无知，所以我们每个公民，从小就要多学习一些科学知识和自救自护安全逃生知识，了解地理学、仿生学，就可以做到防震减灾，我相信，随着科学日新月异的进展，人类终将变得越来越成熟，人们能够象预报天气那样准确性地预报地震，从而保护生命，减少损失。

我今天的国旗下讲话到此结束，谢谢大家！

## 国旗下讲话防震减灾篇四

周而复始，日月轮回。今天是5月9日，星期一，崭新的一周又开始了，站在这庄严的国旗下，我演讲的主题是《关注地震，敬畏自然》。

天地不仁，以万物为刍狗。也就在上个月的20日，我国四川省雅安发生了里氏7.0级的地震，昨天还是一片如花似玉的景象，今天成了一片满目疮痍的废墟。数百人的生命就在那一瞬间含憾而去！数万人的家园就在那一瞬间支离破碎。哭泣的泪水在放纵奔流，疼痛的心灵在滴血不止。

同学们，我国是个地震多发的国家，其实，你知道吗，亿万年前，青藏高原一带还是一片汪洋大海。可见地球运动的力量是多么神奇。

面对现状，我们首先应该认真学习科学知识，全面地认识地球，做到能够准确预测地震。

虽然现在的科学也很发达。但是由于地质构造非常复杂，再加上地震类型复杂多样，到目前为止，以人类的科学认识水

平，还不能每次都准确地提前探测出地震，即使是世界科学最发达的美国也做不到。这是我们人类科学方面普遍遇到的一块短板。这就需要我们当中产生出更多的小张衡，从小学好地理知识，了解更多的地壳运动规律。从而象天气预报那样提前测报地震。

我们还要做到认识自然，了解一些地震前兆现象，比如，天边如果出现了黄绿色的云朵，地下水如果变了颜色，地下还发出异样的声响，许多动物乱跑乱窜，昼夜嘶鸣，鸡飞上树，狗在狂奔，青蛙集体搬家，等等这些异常现象可能就是地震的前兆，要引起我们的警惕。

最后我们要有防震减灾，杜绝人祸的意识。一次大地震会让我们清醒不少，等我们将来长大了，如果你成为了建筑工程师，那么请你在设计的时候，首先要考虑提高房屋的防震标准。如果你成了一名科学家，你要更多地认识我们这个地球，探索更多的科学规律，做到地震提前预报，减少损失；不论何时何地，要有当灾难降临时，我们不要慌乱，或就地卧倒，或在老师的指挥下有序疏散撤退到操场上，要学会自救自护，积极有为，齐心争创创造零伤亡的奇迹。

地震虽然已经过去了，然而地震留下的巨大损失还在延续，留下的思考还在继续，人类在全面了解自然，探索自然规律方面还有很长的路要走，同学们，让我们从现在起，带着敬畏之心，走近自然，了解自然，让我们人类的明天更美好。

看过防震减灾主题国旗下讲话稿的人还看了：

## **国旗下讲话防震减灾篇五**

近年来地震灾害频发，提高防震减灾的意识，加强应急避险能力显得尤为重要。以防震减灾为主题作国旗下讲话，本文是本站小编为大家整理的防震减灾的国旗下讲话稿，仅供参考。



各位老师，同学们：

大家早上好！今天我国旗下讲话的题目是：防灾减灾，警钟长鸣。20xx年5月12日，我国四川省汶川县发生了8.0级特大地震，为了纪念这个日子，国务院决定每年的5月12日确定为“防灾减灾日”，今年是第六个“防灾减灾日”。

我们身边不可避免的存在着各种各样的灾害的侵犯和隐患，如台风、暴雨、火灾、地震、雷电、交通事故等等，因此，对我们全体师生而言，提高“防灾减灾”意识显得至关重要。灾害确实可怕，但比灾害更可怕的是无知，我们相信只要认真学习“防灾减灾”的基本常识，提高逃生的自救互救常识，我们完全可以把灾害的损害降低到最低，甚至完全可以避免灾害的发生。

第一，要从课堂内外多种渠道了解灾害的起源以及怎样自救。比如，地震了怎么办？刚才我们进行了演练。既首先要冷静，要在老师的指挥下迅速抱头、闭眼，躲在各自的课桌下，绝不能乱跑或跳楼，待地震过后再有序地撤离。

第二，除了了解这些知识之外，我们要认真参加学校安排的应急演练活动。学校每学期都会安排一次应急演练，同学一定要重视，而不单单是觉得好玩，应付了事。今天大家表现（现场评价）。

同学们，防灾减灾，主要是要增强我们的风险防范意识，保证大家的生命安全。那么，让我们来审视我们的生活学习行为，在每一个行为细节中都靠近安全远离危险。借此机会，我向同学们提出如下要求：

1. 上下楼梯靠右行，讲究秩序，轻声慢步，防止踩踏事件的发生；不在教室、走廊追赶、打闹、大声喧哗。
2. 现在春夏交替季节，温差大，同时也是病菌滋生的季节，

同学们要注意保暖，教室多通风，勤洗手，注意个人卫生，防止传染病的发生。

3. 夏天到来，气温渐高，食物中毒事件有可能增多，同学们不要买过期的、变质的、不卫生的食品，尽量不要在街头小摊上买东西吃。

4. 天气渐暖，不要私自下河、塘、水库游泳。在各项运动中要注意运动安全。上体育课和课外活动前准备活动要充分，运动时要注意不能剧烈地碰撞，以免撞伤或摔伤。

5. 同学们的所作所为也要有安全意识，不能感情用事。在同学间遇到矛盾时，要冷静、理智，不能发生同学间打架的事件，更不能找外来人解决。

同学们，生命是美好的，生活是多姿多彩的，而要拥有这一切的前提是安全。所以我们一定要时刻加强安全意识，努力增强自我防范能力，做到警钟长鸣。让我们行动起来，识别灾害风险，提高应对能力。

我的国旗下讲话到此结束，谢谢大家！

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家早上好！今天我演讲的题目是《防震减灾，珍爱生命》。

20xx年5月12日大地震，一瞬时，山崩地裂，家园损毁，生命消逝。熟悉而温暖的家园被撕裂成山般的废墟，天真烂漫的笑脸被夺去花一样的童年，鲜活的生命被那一瞬间把生与死分开，还有许许多多的梦想，被残忍无情地摧毁掩埋。20xx年，每年的5月12日被设为全国“防震减灾日”。“防震减灾日”的设立，既是纪念四川汶川大地震故去的人们，也是提醒我们前事不忘、后事之师，增强全社会防震减灾意识，普及推广全民防灾减灾知识和避灾自救技能，最大限度地减轻自然

灾害的损失。

首先最重要的就是要镇静，任何突发应急事件不要慌乱。如果正在上课时发生了地震，靠近门的同学可以迅速跑到门外，中间及后排的同学应尽快躲到课桌下，用书包护住头部；靠墙的同学要紧靠墙根，双手护住头部；远离窗户，以防玻璃碎片伤人。在走廊或楼梯上同学，应找墙角蹲下，保护好头部，远离墙上悬挂的装饰物，等震动停止后迅速向外撤离。如果在户外，绝对不能跑进建筑物中避险，也不要躲在广告牌下、篮球架下等危险地方停留，尽量向空旷的地方集中。用毛巾、衣服捂住口鼻，防止烟尘窒息；注意保存体力，不要大喊求救，设法找到食品和水，创造生存条件，等待救援。当然，人的一生遇到大的灾难的几率是小的，我们更加要注意小的安全问题，提高防范意识，第一，体育课和课外活动前准备活动要充分，运动时要注意不能剧烈地碰撞，以免撞伤或摔伤。第二、上下楼梯靠右行，讲究秩序，轻声慢步，防止踩踏事件的发生。第三、在同学间遇到矛盾时，要冷静、理智，解决不了的矛盾，一定要寻求老师的帮助解决。第四、现在春夏交替季节，温差大，同时也是病菌滋生的季节，教室、宿舍要多通风，注意个人卫生，停止传染病的发生。更不要私自下河游泳。

同学们，生命是美好的，生活是多姿多彩的，而要拥有这一切的前提是安全。所以我们一定要时刻加强安全意识，珍爱生命，努力增强自我防范能力，时刻注意防灾减灾，做到警钟长鸣！

我的国旗下讲话到此结束，谢谢大家！

老师们、同学们：

早上好！今天国旗下讲话的题目是《防灾减灾，从我做起》。

同学们，为了引起我们对防灾减灾工作的重视，增强灾害风

险的防范意识;普及防灾减灾的知识,增强综合减灾的能力。国务院批准,自20xx年起,每年5月12日为全国“防灾减灾日”。

近年来安全教育越来越得到社会各界的重视,小学生安全意识也随之增强,防范能力逐渐提高,但是重特大伤亡事故仍时有发生,安全问题不容乐观。面对每一次残酷的事故,面对每一个鲜活的生命在瞬间逝去,每一个同学都应当视自己的生命为最宝贵的东西,都应当时时关爱自己和他人的生命。

今天,利用升旗仪式的时间就“安全”这个主题,希望同学们记住以下几点:

第一、在各项运动中要注意运动安全。上体育课和课外活动前准备活动要充分,运动时要注意不能剧烈地碰撞,以免撞伤或摔伤。

第二、要注意交通安全。学生们一定要严格遵守交通规则,不能跟着汽车跑,横穿马路时要注意来往车辆,不能在公路上做滑旱冰等危险运动。

第三、同学们的所作所为也要有安全意识。在同学间遇到矛盾时,要冷静、理智,不能发生同学间打架的事件,一定要自觉遵守校规校纪。自己解决不了的矛盾,一定要寻求老师的帮助解决。

同学们,生命是美好的,生活是多姿多彩的,而要拥有这一切的前提是安全。所以我们一定要时刻加强安全意识,努力增强自我防范能力,做到警钟长鸣!

我的国旗下讲话到此结束,谢谢大家!

## 国旗下讲话防震减灾篇六

亲爱的同学们，老师们：

今天我讲话的题目是《防震减灾，从忧患意识开始》。相信大家知道2008年5月12日，发生在我国四川汶川的那次大地震：面对无数的生命被埋在废墟中，失去孩子的父母亲们对着废墟呼唤，撕心裂肺的声音响彻夜空……那情那景、一幕一幕震撼人心的画面至今都让人心绪难平，感慨万千。自此，国家将每年的5月12日定为防震减灾日，以此提醒大家学习防震减灾知识，守护好生命。

同学们，出现房倒屋塌的灾难性地震还是少数，山崩地裂的画面也属罕见。一般性地震，只要能按正确的方法去做，就不会有想像中那么大的灾难。在接下来的防震减灾系列教育中，学校还会组织相应的演练活动，请同学们认真对待，除此之外，在日常的学习生活中尤其要具有增强灾害风险的防范意识，以备不时之需。

其实，不仅是面对自然灾害，我们需要有忧患意识，面对与人类命运相关的一切，我们都需如此。

中华民族历来就有“生于忧患，死于安乐”“凡事预则立，不预则废”的古训。古语云：“君子安而不忘危，存而不忘亡，治而不忘乱，是以身安而国家可保也。”这样的语句表达的是与人类命运休戚相关的警惕和忧虑，就是通常所说的忧患意识。具体到我们日常的学习工作，也是如此。

目前，我校正在进行学风建设，从学校管理层来说，该行动表达的是对学校、同学们未来发展的忧虑，体现了学校的忧患意识。而对于我们每一个人，需要将涣散的心思振作起来，把淡忘的记忆清晰起来，把迟钝的感觉敏锐起来。我们需要将精神高度紧张起来，全身心的投入到日常学习当中，在这样的忧患意识下，久而久之，我们会自觉、不自觉地关注我

们每天出勤状态、自习课的投入状态、课堂积极性和作业上交情况等等。随着时间的推移，我们还会考虑自己专业的方向、工作的未来规划乃至自己的人生目标。

“生于忧患，死于安乐。”追求安乐就会精神松懈、心情懒散，锐气怠尽。我们需要忧患意识，促使我们时时保留锐气，心怀戒惧以保持高度警觉，如临深渊、如履薄冰，这样，我们才会在学习、工作及今后的人生中处变不惊，一往直前。

## 国旗下讲话防震减灾篇七

尊敬的各位领导、各位老师，亲爱的同学们：

大家早上好！

今天国旗下讲话的内容是《珍爱生命 防震减灾》。

不知道大家是否还记得20的5月12日，这是一个难忘的日子，就在这一天的14时28分，四川省汶川地区发生了8.0级特大地震。自新中国以来最为可怕的灾难。顷刻间，山崩地裂、房屋倒塌、公路断裂、桥梁坍塌、通讯中断、尸横遍野、大地悲泣。地震造成7万余人遇难，37万余人受伤以及巨大的经济损失。“5.12”是一个需要永远记住的日子。经国务院批准，自起，每年的5月12日为全国“防震减灾日”。

我国是世界上自然灾害最为严重的国家之一，灾害种类多、分布地域广、发生频率高、造成损失重。近年来，我国自然灾害不断增加，重大灾害乃至巨灾时有发生。“5·12”大地震过去了，除了悲痛，我们应该以新的视角去审视这一历史性的灾难。“防震减灾日”的设立，既是纪念四川汶川大地震故去的人们，也是提醒我们前事不忘后事之师，更加重视防震减灾工作，更要唤起全社会各界对防震减灾工作地高度关注，增强全社会防震减灾意识，普及推广全民防震减灾知识和避灾自救技能，提高各级综合减灾能力，最大限度地减

轻自然灾害的损失。

我们要学习防震减灾知识和避灾自救技能，那么，同学们在地震发生时要注意哪些呢？

首先最重要的就是不要慌乱，任何突发应急事件都忌慌乱。我国多数专家认为，震时就近躲避，震后迅速撤离到安全的地方，是应急避震较好的办法。

如果正在上课时发生了地震，靠近门的同学可以迅速跑到门外，中间及后排的同学尽快躲到课桌下，用书包护住头部；靠墙的同学要紧靠墙根，双手护住头部；远离窗台，以防玻璃碎片伤人。

如果在走廊或楼梯上，应找墙角蹲下，保护好头部，远离墙上悬挂的装饰物，等震动停止后迅速向外撤离。

如果在操场、大街等户外的地方，绝对不能跑进建筑物中避险，也不要广告牌下、篮球架下等危险地方停留，尽量向空旷的地方集中。

如果在家里时发生地震，家住底楼的，要迅速钻到床下、桌下，同时用被褥、枕头、脸盆等物护住头部，等地震停止再尽快离开住房，转移到安全的地方；家住高楼的，不要试图跑出楼外，因为时间来不及。最安全、最有效的办法是，及时躲到两个承重墙之间最小的房间，如厕所、厨房等。也可以躲在桌、柜等家具下面以及房间内侧的墙角，并且注意保护好头部。千万不要去阳台和窗下躲避。

最后如果万一不幸被埋在建筑物中，应先设法清除压在腹部以上的物体；用毛巾或衣服捂住口鼻，防止烟尘窒息；要留意保存体力，不要大喊求救，设法找到食品和水，创造生存条件，等待救援。

同学们，纪念是为了科学地认识灾难，有效地防震减灾。地震无法预测，但能预防，这是一项长期而艰巨的任务。所以我们一定要时刻加强安全意识，努力增强自我防范能力，做到警钟长鸣。让我们行动起来，普及防震减灾知识，用知识守护生命！

谢谢！

## 国旗下讲话防震减灾篇八

各位老师、同学：

大家早上好！今天我国旗下演讲的题目是《防震减灾，从我做起》。10月7日21时49分，云南省普洱市景谷傣族彝族自治县发生6.6级地震，由此我想起5月12日汶川大地震，一瞬时，山崩地裂，家园损毁，生命消逝。国家把每年的5月12日设为全国“防震减灾日”，既是纪念汶川大地震故去的人们，也是提醒我们前事不忘、后事之师，普及推广全民防灾减灾知识和避灾自救技能，最大限度地减轻自然灾害的损失，保证生命财产安全。

我们身边不可避免的存在着各种各样灾害侵犯的隐患，如火灾、地震、雷电、交通事故等等，因此，对我们而言，提高“防灾减灾”意识显得至关重要。在我们保护自我安全的同时，也要保护我们赖以生存的家园环境。

当前人类普遍面临着大气污染、气候变暖、土地沙化、淡水锐减、等一系列环境问题。保护环境就变得日益迫切。环境的保护应当从身边做起，从每一件小事做起。假如你能弯腰捡起地上的废纸团，假如你能随手将空的饮料瓶扔进垃圾桶，假如及时制止其他同学随手乱丢废弃物的行为，那么你就为学校的校园环境的整洁做出了自己的一份贡献。

同学们，生命是美好的，生活是多姿多彩的，而要拥有这一



切的前提是我们要爱护环境，珍惜生命。让我们共同努力，在蓝天白云下，在青草绿叶中活出青春不一样的颜色。

我的演讲完毕，谢谢大家！

## 国旗下讲话防震减灾篇九

亲爱的同学们：

大家好！

地震是自然界10大灾害之一，也是损失最为严重的灾难，带给社会和人们的是破坏和毁灭。

目前，人类对地震的预报，仍然是一道尚未攻克科学难题。我国地震工作者经过30多年的不懈努力，在成功地预地震上，积累了丰富的宝贵经验。现在全国建有400多个台站，网点2000多个。防震减灾贯彻的是以“预防为主，防御与救助相结合”的方针，重点抓好防震减灾宣传工作。一旦地震发展，主要是保证震时和震后如何有条不紊地进行家庭的防震救灾。

那么，地震发生前有哪些预兆呢？

### 1、地下水异常。

由于地下岩层受到挤压或拉伸，使地下水位上升或下降；或者使地壳内部气体和某些物质随水溢出，而使地下水冒泡、发浑、变味等。记这样一个顺口溜更有利于我们发现地震：井水是个宝，前兆来得早，天雨水质浑，天旱井水冒，水位变化大，翻花冒气泡，有的变颜色，有的变味道。

### 2、动物异常。

震前一、二天，牛、马赶不进圈，乱蹦乱跳，嘶叫不止，烦躁不安，饮食减少；一些猪羊不吃食，烦躁不安，乱跑乱窜；狗狂叫不止；鸡不进窝，惊啼不止；鸭不下水；家兔乱蹦乱跳，惊恐不安；鸽子在震前数天惊飞，不回巢；蜜蜂一窝一窝地飞走；老鼠反应最灵敏，在震前一天至数天，老鼠突然跑光了，有的叼着小老鼠搬家；有些冬眠的蛇爬出洞外，上树；鱼惊慌乱跳游向岸边，翻白肚等。震前动物有预兆；老鼠搬家往外逃；鸡飞上树猪拱圈；鸭不下水狗狂叫；冬眠麻蛇早出洞；鱼儿惊慌水面跳。

地震前我们又该如何准备呢？

首先我们要掌握防震减灾知识，提高自我保护意识；其次我们要明确地震时的疏散路线和避震场所；清除楼道和门前的杂物；妥善处置室内易燃易爆物品；最后我们还应该关闭煤气，切断电源，熄灭炉子火等；衣袋里装上家庭成员名单、工作单位、通讯号码等。

地震时我们该怎样求生呢？我们一定要牢记以下几点：

- 1、能撤离时，迅速有序地疏散到选定的安全地区，不要拥挤在楼梯和过道上。
- 2、来不及撤离，应就近避震，震后再迅速撤离到安全地方。例如：在家里可躲在床或桌下面或跨度较小的房间，如卫生间等。在教室里可躲在书桌下或墙角边。在车间里可躲在机床下或小房间。在影剧院，在饭店可躲在椅子下。
- 3、撤到室外或正在室外的人员要选择空旷地带避难。
- 4、避震时，要注意保护头部，如用枕头顶在头上，用脸盆顶在头上，用书包顶在头上，用双手护住头部。

# 国旗下讲话防震减灾篇十

老师同学们：

早上好！今天我国旗下演讲的题目是《如何防震减灾》。

还记得2008年5月12日的那天下午吗，在我国四川省发生了里氏8.0级的地震，这突如其来的天灾，举国恸哭。在灾难面前，我们选择坚强；在悲痛中，我们选择坚强。因为坚强，我们不怕灾难；因为坚强，我们明天更美好！同学们，地震是自然界10大灾害之一，也是损失最为严重的灾难，带给社会和人们的是破坏和毁灭。目前，人类对地震的预报，仍然是一道尚未攻克科学难题。要最大限度地减轻地震灾害损失，必须走综合防御的道路，做到“预防为主，防御与救助相结合”，这是减轻地震灾害的重要途径之一。地震来临时，我们应该怎样做呢？同学们通过学校组织的地震演练、书本上和宣传片中知识已了解一二，知道当地震发生时，应就近躲避，等地震剧烈摇晃停止后迅速撤离到安全地方，这是应急避震较好的办法。如果在室内，避震时应选择结实、能掩护身体的物体下面或(旁边)躲避，因为这样容易形成三角空间的地方；或是选择空间小、有支撑的地方。如果在室外，应选择开阔、安全的地方。现在我就学校、家庭、公共场所应怎样避震做个简单介绍：

**学校避震：**如果是正在上课时，大家不要恐慌，保持镇定，并迅速安静下来，在老师指挥下迅速抱头、闭眼、躲在各自的课桌下。如果在操场或室外时，可原地不动蹲下，双手保护头部，注意避开高大建筑物或危险物。不要回到教室去。震后应当有组织地撤离。如果是在高楼千万不要跳楼！不要站在窗外！也不要到阳台上去！**家庭避震？**因为地震预警时间短暂，室内避震更具有现实性，而室内房屋倒塌后形成的三角空间，往往是人们得以幸存的相对安全地点，可称其为避震空间。室内易于形成三角空间的地方是：

坚固家具附近;内墙墙根、墙角;厨房、厕所、储藏室等空间小的地方。

在公共场所避震:

听从现场工作人员的指挥,不要慌乱,不要拥向出口,要避免拥挤

,要避开人流,避免被挤到墙壁或栅栏处。

如果是在影剧院、体育馆等处:就地蹲下或趴在排椅下;注意避开吊灯、电扇等悬挂物;

并用书包等保护头部;等地震过去后,听从工作人员指挥,有组织地撤离。

防震减灾是一项长期而艰巨的任务,这就要求我们要增强全民防震减灾意识,才能提高全社会防震减灾的能力。