

最新防震减灾演讲稿短分钟 防震减灾的演讲稿(优秀8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。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？下面是小编帮大家整理的优秀演讲稿模板范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

防震减灾演讲稿短分钟篇一

大家好！

地震灾害是世界上造成人们经济损失最严重和人员伤亡最多的自然灾害之一。我们要加强对地震科普知识的学习，正确地掌握避震和自救、互救的方法。

我们要听地震预告，学会看地震发生前的预兆，比如：动物们的异常惊飞、逃窜、狂叫等，也可以预防灾害的发生，以防在先及早报告、撤离。

当地震发生时，房屋倒塌后所形成的'室内三角空间，往往是人们得以幸存的相对安全地点。特别是在楼房内的人，选择厨房、卫生间等空间小的地方，还有不易倒塌的空间、墙角。桌子、床下等坚固家具空间的地方都可以避震。及时得用坐垫等保护好头部，不要盲目跳楼，使用电梯等。我们一定用科学的方法来保护好自己和家园，共同防止灾害的发生。

我们还要多看防震减灾的书籍。把防震减灾的知识告诉身边的每一个人，让这些知识一传十、十传百，让每个人都知道在地震来到时，人人都知道如何保护自己，减少地震给我们带来的灾害。让这些知识伴随我们每一个人，让我们每个人都有防震意识。

我们是祖国的建设者、保卫者，让我们快快行动起来，共同防止灾害的发生。“防震减灾，人人有责”让我们共同祝愿明天的地球更加光明，更加灿烂！

谢谢大家！

防震减灾演讲稿短分钟篇二

大家早上好！

首先老师要讲一下地震发生时逃生常识：

地震具有突发性，使人措手不及，地震开始时，如果正在屋内，切勿试图冲出房屋。权宜之计是躲在坚固的床或桌下，倘若没有坚实的家具，应站在门口，门框多少有点保护作用。应远离窗户，因为窗玻璃可能震碎。如在室外，不要靠近楼房、树木、电线杆或其他任何可能倒塌的高大建筑物。尽可能远离高大建筑物，跑到空地上去。为免地震时失去平衡，应躺在地上。

倘若附近没有空地，应该暂时在门口躲避。切勿躲在地窑、隧道或地下通道内，因为地震产生的碎石瓦砾会填满或堵塞出口。除非它们十分坚固，否则地道等本身也会震塌陷。

地震时，木结构的房子容易倾斜而致使房门打不开，这时就会眼睁睁地把命丢掉。所以，不管出不出门，首先打开房门是明智之举。发生大地震时，搁板上的东西及书架上的书等可能往下掉。这时，保护头部是极其重要的。在紧急情况下可利用身边的棉坐垫、毛毯、枕头等物盖住头部，以免被砸伤。

地震时，大桥也会震塌坠落河中，此时停车于桥上或躲避于桥下均是十分危险的。因此，如在桥上遇到地震，就应迅速离开桥身。大地震有时发生在海底，这时会出现海啸。掀起

的海浪，会急剧升高，靠近岸边的小舟就十分危险。此时，最好是迅速离开沙滩，远离浪高的海面，才算是安全的。

如果在学校或公共场所一旦发生地震，首先要做到听从老师或现场工作人员的指挥，千万不能慌乱、拥挤。应就地蹲在桌子或其他支撑物下面，用手或其他东西保护头部，尽量避开吊灯、电扇等悬挂物。待地震过后，听从指挥，有组织地迅速撤离。

同学们，我们国家对安全工作越来越重视，为了防止及降低各类伤亡事故的发生，在全国“防震减灾日”到来之际，我们来审视我们生活学习的行为，我们应该在每个行为细节中都要靠近安全远离危险，做到：上下楼梯慢步轻声靠右行，课间在教室、校园内不打闹，不追逐；体育课上严守上课纪律，听从体育老师的话，不无故生事。另外，做到预防传染病的发生，也是十分必要的。首先我们要提高个人免疫力。做到养成良好的个人卫生习惯，睡眠充足、勤于锻炼、减少压力、足够营养。避免接触发热、咳嗽、流涕等流感症状的病人；注意个人卫生，经常使用肥皂和清水洗手。

同学们！万思安全最重，安全在于未然防范，让我们牢记安全生于泰山，树立安全的意识，时时想安全，处处讲安全，居安思危，就一定会创造出安全和谐的校园环境，我们的生命将会更加亮丽！

谢谢大家！

防震减灾演讲稿短分钟篇三

大家上午好，今天国旗下讲话时间，我将带领大家一起学习地震避险的有关常识。

对所有中国人来说，2008年5月12日无疑将成为一个永远无法忘却的惨痛记忆。这一天下午2时28分，在我国的四川省，一

场里氏8.0级的大地震，在瞬间夺去了成千上万人的生命，在瞬间灾区的人民无家可归，流离失所，在瞬间5300多名在校学生遇难或失踪。地震至今为止无法准确地提前预报，但掌握一定的避震常识和技能，可以让我们遇震不慌，降低危险。

地震灾害从发生到建筑物被毁坏平均只有12秒，必须根据所处的环境迅速作出抉择。如来不及撤离建筑物，千万要冷静，充分利用建筑物内的避震有利部位，如坚固的桌椅下、睡床下，逃往小跨度的厨房、厕所、小房间、墙角，最好找一个可形成三角空间的地方。万万不能在窗户、阳台、楼梯、电梯及附近停留。地震时如果在商场、影剧院等公共场所，应就地蹲下或躲在椅子及坚固物品旁边，注意避开悬挂物，用包或手护住头部，等地震过后再有序撤离。如果在户外，要就地选择开阔地避震：蹲下或趴在地上，以免摔倒；不要乱跑，避开人多的地方；用书包等保护头部；不要随便返回室内。避开高大建筑物，避开危险物、高耸或悬挂物。

在学校，避震主要有两个环节：一是震时避震，二是震后疏散。

震时避震有如下要点：

- 1、立即停止一切活动，将身体尽量缩成一团，迅速抱头、闭眼、躲在各自的课桌、餐桌或床下（旁），靠外墙的学生尽量往里靠。
- 2、在操场或教室其他地方的师生，应该到室外合适的地方（如：空旷场地或到疏散区）去躲避，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（如围墙、电线杆等）。千万不要回到教室去。

紧急疏散有如下要点：

- 1、要有顺序地疏散，从就近楼梯下楼，下楼时要走楼梯内弯，

不准在楼梯或走廊内互相拥挤，避免跌倒。

2、相关老师应在每层楼梯把守，指挥学生有秩序地疏散，学生和疏散人员要听从指挥有序疏散。

3、疏散过程中，行动要迅速，排队有秩序地前进，不要争先恐后、慌乱奔跑。下楼梯时必须走，在平地上可以有秩序地小跑，迅速转移到指定位置。

4、疏散过程中，可以用书包、双手等护头，以防被砸伤。

5、疏散途中尽可能不要穿过建筑物，要尽量避开建筑物和电线。

明天大课间时间，我们将开展一次室内就地避震演练，第一节课下课以后，各班班主任及时进班，到时将以哨音为令，三声急促的哨音响过以后，各班学生在班主任的指导下迅速避险，到再次响起三声长哨音，室内演练结束。班主任总结演练情况，进一步做各种情况下的避险指导。

防震减灾演讲稿短分钟篇四

大家早上好！

今天是5月12日，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。

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。

人类对地球内部构造的探索从来就没有停止。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%。

地震还是有些前兆的，比如讲，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，这次汶川大地震前一两天，上万只青蛙集体搬家，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。

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，地震本身没砸死一个人，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十万乡亲无一伤亡，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，所以我们每一个公民，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。

演讲完毕，谢谢大家！

防震减灾演讲稿短分钟篇五

马老师早就说过，上四年级不久后，学校会举行一场“防灾减灾，平安校园”活动。我平时在课外书上学习积累了一些这方面的知识，但是从未亲身体会过，所以特别期待这次活动。在接到学校的报名通知后，我立刻报了名。10月16号，

这项活动终于如期举行了。我早早来到学校，期待着这项活动的开始。

8:20分，老师带我们来到操场站好排，体验活动开始了。第一个项目是楼宇缓降器，教官给我们详细讲解了楼宇缓降器的用途和使用方法后，接着就是体验了。轮到我的时候，我就拴着绳子一步一步向下降。还有同学在下面评论说我做的动作标准呢！。

接着第二个项目是海姆立克急救法和心肺复苏术知识体验，我也学会了这两项技能。

第三项是消防器材展示，教官讲解了各种灭火器的使用方法，和各种急救器具，比如防毒面具，报警器等等。

第四项是烟道逃生，我们要从布满了烟雾的窄道中逃生，我也总结了秘诀，就是用湿毛巾掩住口鼻，屏住呼吸，快速通过。

最后一项是火海软梯加消防气垫逃生。教官告诉我们，它是在直升机上使用的。到我时，我三下两下就爬上了梯子，跳跃姿势也正确，滑滑梯时。老师还表扬我做的好呢！

不知不觉，整个体验活动在同学们的欢笑声中结束了。

这次活动，既为我们增添了一份乐趣，又让我们学到了防灾减灾安全逃生的知识，真有意义！如果以后我遇到突发情况，我也可以自己从容解决了。

防震减灾演讲稿短分钟篇六

防震减灾就是防御和减轻地震灾害。主要的解法是设计提高防震能力的建筑，防震减灾的主要内容有防震减灾规划、地

震监测预报、地震灾害预防、地震应急救援、地震灾后过渡性安置和恢复重建，以及监督管理、法律责任等诸方面。下面小编给大家带来5.12防震减灾演讲稿，欢迎阅读！

老师们、同学们，你们好！大家知道，我国有些地区这几年都连续发生过或大或小的地震，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。地震来了怎么办？在学校里应该怎样躲避地震？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。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。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。

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。

第三，防震减灾，杜绝人祸，警钟常鸣，居安思危。

一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，起码得按八级设防。如果你将来长大了，成为一名科学家，你要更多地认识我们这个地球，探索更多的科学规律，尽到做到提前预报，减少损失。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，地震本身没砸死一个人，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十万乡亲无一伤亡，2008年汶川大地震，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。

如果正在上课，地震来了，同学们一定在要在老师的指挥下，迅速抱头，闭眼，赶快躲在自己的课桌下面。

第一次震感过后，大概也就是在几十秒钟，还是在老师的指挥下迅速、有序的，抱头，撤离教室，在楼道里不要惊慌，又要喊叫，不要拥挤，避免踩伤，摔伤，冲出教学楼，冲向操场。

如果正在操场上上体育课，可原地不动，蹲下或趴下，双手护着头部，注意避开高大建筑物。

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，所以我们每一个公民，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。

防震减灾演讲稿短分钟篇七

导语：地震，是一种经常发生的自然现象，与刮风下雨一样，但是它破坏力很大，往往发生于瞬间，是群灾之首。下面欢迎阅读防震减灾演讲稿250字范文！

谈起地震，人们总是不寒而栗，没错，地震是人类的天灾，是不可阻挡和不可改变的，但是，面对地震人们真的就束手无策了吗？我想不是的，只要明白一些地震常识，就一定能在地震中脱离危险，掌握这些常识也是每个公民应该具备的知识。

当地震时也不要慌张，要在镇定中作出正确的选择，可以躲在桌子等坚固家具的下面，晃动时间约为1分钟左右。首先，在重心较低、且结实牢固的`桌子下面躲避，并紧紧抓牢桌子腿。在没有桌子等可供藏身的场合，无论如何，也要用坐垫等物保护好头部。

去关火。 在着火之后：即便发生失火的情形，在1-2分钟之内，还是可以扑灭的。为了能够迅速灭火，请将灭火器、消防水桶经常放置在离用火场所较近的地方。

地震发生的时候也不要慌张的往门外跑，玻璃、广告牌等掉下来砸在身上，是很危险的。此外，水泥预制板墙、自动售货机等也有倒塌的危险，不要靠近这些物体。 将门打开，确保出口，如果出口被堵，要及时退会房间，躲在安全的地方等待救援。

知道了这些关于地震的知识，相信大家一定对地震也有所了解，也不会对地震还有先前的恐惧心理了，希望大家可以好好的运用这些地震知识保护自己，我们一定要记住：防震减灾，从我做起！

一方有难，八方支援

看着死难的同胞，心如刀绞，无法成书！借用王老师的一篇歌词抒发对死者的哀悼与对被围困于各个受灾地区人民的祈福！期盼你们……的好消息！

生死不离，你的梦落在那里

想着生活继续

天空失去美丽，你却等待明天站起

无论你在哪里，我都要找到你

血脉能创造奇迹

你的呼喊就刻在我的血液里

生死不离，我数秒等你消息

相信生命不息

我看不到你，你却牵挂在我心里

无论你在哪里，我都要找到你

血脉能创造奇迹

搭起双手筑成你回家的路基

生死不离，全世界都被沉寂

痛苦也不哭泣

防震减灾演讲稿短分钟篇八

大家早上好！

今天我们国旗下的讲话主题是——防汛减灾、安全至上。

最后这周是我校安全教育周，昨天市里紧急文件，我市已进入夏季强对流天气多发期，短时强降水、冰雹、雷雨大风等灾害性天气多次发生，据气象部门预测，6月28日和6月30日——7月1日我市将出现2次大范围降水过程，并伴有短时强降水、冰雹、雷雨大风等强对流天气。为做好灾害性天气防御工作，切实提高抗灾、减灾、自救的能力和安全意识。学校根据上级要求，利用周六日对校舍、供电线路、围墙、树木等各种建筑设施进行及时排查，维修和加固，同时向全校师生提出以下几点要求和建议。

- 1、要经常注意天气预报，密切注视天气变化，了解掌握灾情预报，按时上下学，早晨7点半以后到校，中午2点20后到校。下学静校铃响前必须离校。遇到雷雨、冰雹等恶劣天气，课间听从班主任老师安排，尽量不外出，要求家长上下学准时接送。老师们上下班也要注意防汛安全。
- 2、各班主任要通过多种形式，有针对性地开展汛期安全教育，并通知家长准时接送，增强防范意识和自救自护的能力，做到防患于未然。
- 3、从今天起，要求全体老师按照排班准时到达重点岗位值班，指挥到位，切实负起责任，带班人员全天候查岗。
- 4、汛期严禁各班组织学生外出及重大活动。在放假期间同学们也不要私自组织到有洪水灾害的地方活动。
- 6、班主任要做好班级安全排查以及矛盾纠纷工作，发现问题，及时上报。

老师们，同学们，这个期末高温陪伴着我们，大雨、冰雹不时光顾，因此我们要提高警惕，消除安全隐患，下学离开学校前谨记关闭电灯、电扇等，拔去所有用电插头，关闭门窗。

同学们，期考即将来临，让我们在风雨中潜心复习，在酷暑下磨砺自己，共同度过一个充实、安全、文明的期末。

我的演讲完毕，谢谢大家！