

最新防震演讲稿分钟 防震减灾的演讲稿(模板10篇)

演讲稿具有观点鲜明，内容具有鼓动性的特点。在社会发展不断提速的今天，需要使用演讲稿的事情愈发增多。优质的演讲稿该怎么样去写呢？以下是我帮大家整理的演讲稿模板范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

防震演讲稿分钟篇一

老师们、同学们：

大家好！我是四二班的xxx□今天我演讲的题目是《预防溺水，珍爱生命》。

天气炎热，凉爽的河流充满了诱惑，江河、池塘在给人带来欢乐享受的同时，也暗藏着许多无法预知的危机。教育部的调查显示，“溺水”正成为学生生命安全的“头号杀手”。就在今年的4月5日广东省汕头市某水库发生一起7人溺水死亡的意外事故。

事故起因是一小孩扫墓后到水库洗手失足落水，其父母，兄弟姐妹和亲戚接连下水救援，由于不识水性，相继溺水身亡！这样的事故，每年都有很多。同学们，生命对每个人来说都只有一次。一朵生命之花的陨落，由此给家庭、学校乃至整个社会带来的是抹不去的伤痛，是永远无法挽回的教训。

为创设安全的学习生活环境，杜绝溺水事故的发生，在此，我向全体同学发出以下倡议：

一、在任何时候都不得私自到池塘、河沟、水库中游泳、嬉水；不得擅自邀请其他同学下水游泳；不得到不知水情或比较危险的池塘、水沟边玩耍、游泳。

二、上学、放学途中，不走河边、沟沿，不走偏僻的道路，回家时要结伴而行；不在水库、水沟、池塘边玩耍、追赶，以防滑入水中；不要到河沟、池塘、堤坝边洗手、洗脚；大雨天不靠近河流，不强行过沟过河；当自己特别心爱的物件掉入水中时，不要急着去打捞，而应找大人来帮忙。

三、从我做起，严守学校纪律，坚决不玩水。同学们要互相关心、爱护，发现有同学冒险私自去游泳或到危险的地方去玩耍，要及时劝阻并告诉老师、家长。

四、如果一旦遇到有人落水，千万不能冒然下水营救，应立即大声呼救，寻求大人的帮助，同时，在保护好自己的前提下，可以将救生圈、竹竿、木板等漂浮物抛给溺水者。

最后，再次提醒同学们，江河、池塘虽凉爽，但危险重重，玩水虽快乐，生命最重要。让我们一起牢记，珍爱生命，预防溺水，高高兴兴上学来，平平安安把家还。

谢谢大家！

防震演讲稿分钟篇二

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。

防震演讲稿分钟篇三

老师、同学们：

大家早上好！

今天我们国旗下的讲话主题是一一防汛减灾、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！

防震演讲稿分钟篇四

老师们、同学们：

大家好！

今天是5月12日，是全国第xx个“防灾减灾日”。开展好“防灾减灾日”活动，有利于引起广大师生对防灾减灾工作的重视，增强师生灾害风险防范意识；有利于普及防灾减灾知识，增强综合减灾能力，提高快速反应能力。

近年来安全教育越来越得到社会各界的重视，中小学师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。据联合国专家统计分析，每年全球死于意外事故约200万人，其中青少年儿童接近100万人；我国每年死于意外事故的少年儿童（18岁前）约8万人，我国每年死于交通意外事故的少年儿童高达数千人。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，我们每一个管理者和教师应该承担起应有的责任，发挥积极的作用。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：

- 1、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。
- 2、遵守交通规则。在上学、放学路上要自觉遵守交通规则，

主动避让机动车辆，谨防意外事故发生。乘坐校车时有序排队上下车，遵守乘车纪律。

3、课间文明，不大声喧哗，不追逐打闹。保持校园安静，在校内做到轻声、慢步、靠右行。

4、要注意食品安全。夏天到来，气温渐高，食物中毒事件开始增多，同学们不要买过期的、变质的、不卫生的食品。要加强身体锻炼，预防传染病。

5、要远离网吧，网吧里人员复杂，如果上网次数多了，就很容易成瘾。同学们，为了自己的学业，为了自己的前程，为了自己身心的健康，为了家庭的幸福，请远离网吧。

6、夏季是溺水事故的高发季节，同学们不要到无人管理的水塘，河流去游泳，防止溺水事故的发生。

7、不和陌生人搭讪，防止坏人拐骗，现在的社会比较复杂，作为学生我们要做到陌生人的话不听、陌生人的路不带、陌生人的东西不拿。

8、爱护校园，保持环境卫生。我们是学校的主人，我们要有责任感。多弯弯腰捡捡果皮纸屑，不随地乱扔乱吐。

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。让我们做一名“加强防灾减灾，创建和谐校园”的文明守护者。

防震演讲稿分钟篇五

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。

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，绝对不能乱跑或跳楼，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！

防震演讲稿分钟篇六

各位老师，同学：

大家早上好！

在2008年的5月12日，下午2点28分，在我国四川省汶川县发生了一次特别重大的地震灾害。8级大地震，强度之大，波及面之广前所未有。许多地方都被夷为了平地。地震到来之时，正是学校上课的时间，有近几十所中小学校在强大的地震前瞬间倒塌、摧毁，许多学生和教师失去了生命。2009年3月2日，国家减灾委、民政部发布消息，经国务院批准，自2009年起，每年5月12日为全国“防灾减灾日”。5月6日至13日为“防灾减灾日”宣传周。今天利用国旗下讲话时间，对大家作一些警醒和提示：

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。

切勿躲在地窖、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“防灾减灾日”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！

我的演讲完毕，谢谢大家。

防震演讲稿分钟篇七

各位老师、同学们：

你们好！

今天我国旗下讲话的题目是《安全牢记心中，5.12防灾减灾日》。

祖国的未来属于我们，我们未来的生活将是多么美好。但是，生活中还有许多需要我们注意的事情，我们需要增强自我保护的能力。据统计，去年，我国有1.6万多名中小學生因食物中毒、溺水、交通事故等导致非正常死亡。人类社会还面临着各种各样自然灾害的威胁。据统计，台风、洪灾、地震、泥石流等各种自然灾害每年给人类生命财产造成重大损失。大量事实表明，防灾减灾的意识不强，自救互救知识缺乏是

灾害造成人员伤亡的主要原因。

对生命的尊重和珍视是人类社会永远不变的追求。我们要对每一个生命负责，通过各种办法，增强公众的公共安全意识、社会责任意识和避灾自救意识，使公众能够掌握避灾自救基本常识、专业知识和技能技巧，提高公众应对突发公共事件的综合素质和避灾自救能力，把灾害造成的人员伤亡减少到最低程度。

在日常生活中我们要做到注意饮食卫生安全、注意交通安全、注意防盗防骗、注意活动安全、注意用电安全。

下面就交通安全方面我来给大家讲一下小学生交通安全规则：

- 1、学习和遵守交通法规，自觉维护交通秩序；
- 2、了解交通信号灯，标志标线的基本知识，明白其内容要求；
- 3、放学过马路，应持路队旗结队而行，过路不要攀越护栏，靠右边人行道行走；
- 4、未满12岁的儿童，不准在道路上骑自行车，三轮车和推、拉人力车；
- 5、横过车道时，应走人行横道，横列不超过两人；
- 6、不要在马路上追逐嬉戏，不要在车前、车后、车旁玩耍、猛跑，不追车扒车；
- 7、乘坐汽车讲文明，不将头手伸出窗外；
- 8、乘坐两轮摩托车须带安全头盔；
- 9、遇交通事故应及时报警或就近告诉老师、父母或他人，不要在事故现场围观。

同学们，面对危险和困难，我们该怎么办？让我们行动起来，学习和掌握自护自救的知识，团结起来，互帮互助，从容地面对危险和挑战，让我们与自护相伴，与平安同行！

防震演讲稿分钟篇八

同志们：

大家好！灾害是人们最大的敌人，比如地震、海啸、火灾等等，发生灾害会给人们带来巨大的损失包括人的生命，因此我们要懂得防震减灾的知识，学会保护自己。

学校组织了很多活动让我们学习防震减灾的知识，比如请消防大队的叔叔给我们讲解发生火灾的逃生知识，进行发生火灾时的逃生演练，当发生火灾时，用毛巾捂住嘴，站好队快速从安全通道跑到操场上。学校还请了交警叔叔给我们讲解交通安全知识，避免我们发生交通危险。

一些灾害都是可以预防的，在我们学校就有一些不安全的因素。比如学校的楼梯，每次下楼都挤成一锅粥，最容易发生踩踏事件。教室里的风扇，开到最大风扇就在屋顶上摇来摇去，像马上掉下来一样。教室的门每次一刮大风、使劲关门，能把门上的玻璃震碎。在楼道里追逐打闹就容易摔倒把对方误伤。这些都是我们身边的不安全因素，都是可以预防的。看以下几条：

- 1、不要在学校里追逐打闹。
- 2、下楼时要一个个下，不要挤在一起。
- 3、不要使劲关门，刮风时要用椅子把门顶住。

我们要保护学校的公共设施，爱护学校就是爱护自己，让我们的学校变得更加美好！

谢谢大家！

防震演讲稿分钟篇九

老师们，同学们：

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！

防震演讲稿分钟篇十

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。下面是“防震减灾日”演讲稿，欢迎参考。

大家早上好!我是八年级15班的林，今天我演讲的题目是《防灾减灾，珍爱生命》。

我们永远不会忘记[]20xx年5月12日14时28分，一声撕心裂肺的巨响，一个地动山摇的震撼，一场痛彻心扉的灾难，降临在泱泱巴蜀。倾刻间，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。在这场灾难中，共有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!自20xx年起，每年的5月12日被定为全国“防震减灾日”，以时刻提醒我们：防灾减灾的安全警钟应当长鸣!

在防震减灾日来临之际，让我们共同学习一些防灾减灾的小知识。

一、防地震。发生地震时：如果是正在上课，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。

二、防火。生活中，发现火情应及时报警。一旦遇到火灾，首先要保持5秒钟的镇静，尽快选择一条切实可行的逃生路线，如经常使用的门、窗、走廊、楼梯、安全出口等。在打开门、

窗之前，必须先摸摸它们是否发热，如果发热，就不能打开，应选择其它出口。如果不热，也只能小心地打开少许并迅速通过，然后立即关好。当你熟悉的通道被烟火封锁后应该先向远离烟火的方向疏散，尽量避免向楼上疏散。同时，一旦到达一个较为安全的地方，决不要停留在原地，应迅速采取措施，向着火层以下疏散。

三、防电。不要乱插、私接电源，特别是不要用湿手去插电源插头。凡是金属制品都是导电的，不要用这些工具直接与电源接触。不要用湿的手巾擦电器，防止水滴进机壳内造成短路，以免触电。雷雨天气，不要站在树底下避雨，以免遭到雷击。在放学、上学的路上，特别注意路边的电线是否有脱落，见到有脱落一定要及时躲开。不要私自玩电，当家里没有人时，一定要把所有的电源都关闭或拔掉。

四、防溺水。不要独自外出游泳，更不要到不知水情的地方去游泳。游泳前，要清楚自己的身体健康状况，先活动身体，做好下水前的准备，千万不要贸然跳水和潜泳，更不能互相打闹。在游泳中，若小腿或脚部抽筋，千万不要惊慌，可用力蹬腿或做跳跃动作，或用力按摩、拉扯抽筋部位，同时呼叫同伴救助。

五、交通安全。我们要养成遵守交通规则的好习惯，如：行人要走人行道，横过公路时要一停二看三通过。骑自行车时要注意：不在机动车道内骑自行车、不逆向行驶、不带人、不闯红灯等等。

生命是无价的，每个人的生命都只有一次。关注安全就是关爱生命！关注安全就是关注我们自己！安全是我们幸福生活的保证，安全是我们健康发展的前提。安全不仅关系到我们本人，更关系到学校、家庭，关系到我们整个社会、整个国家和整个民族。

同学们，让安全意识常驻我们心间，从现在开始，防灾减灾，

珍爱生命，让我们行动起来！

我的演讲完毕，谢谢大家！

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家早上好！我是来自高一（3）班的吴笛，今天我演讲的题目是“防灾减灾 珍爱生命”。

生命，是珍贵的，是无价的。我们能够领略山的雄伟，海的壮阔，是因为我们拥有生命；我们能够聆听风的细语，鸟的欢歌，是因为我们拥有生命；我们能够感受亲情的伟大，友情的温暖，爱情的美好，是因为我们拥有生命。生命，是如此美好，是我们最宝贵的财富。

但同时，生命又是无比脆弱的。20xx年5月12日大地震，一瞬吋，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。在灾难面前，生命显得如此脆弱而不堪一击。

正因生命只有一次，我们才要倍加珍爱。而对于灾难，如果我们能进行有效的防范和保护，我想，生命或许会坚韧不少。

比如，对于地震，自20xx年起，每年的5月12日被设为全国“防灾减灾日”。每年5月9日至15日为“防灾减灾日”宣传周。“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。而当地震来临之时，我们千万要镇静。由于强烈振动只有几秒到几十秒钟，时间短促，所以应采用“就近避震”的方法。如果不幸被压在建筑物下，更要保持头脑清醒，尽量保存体力，延长生命。

对于火灾，我们平时应注意电器的使用和烟花爆竹的燃放，学习灭火器的使用方法，不应随意进行与火有关的游戏。处在陌生的环境时，留心疏散通道、安全出口及楼梯方位。一旦发生火灾，需要保持镇静，不能惊慌，利用周围一切可利用的条件逃生。如果身处浓烟之中，尽量采取低姿势爬行，头部尽量贴近地面。

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，例如，不随意下河，下湖游泳；不要进入网吧，避免使学习受到影响，身心健康受到污染和受到人身伤害；要注意活动安全，特别是进行体育活动中要防止给自己和他人造成伤害。

然而，更为重要的是，我们要增强自己生命的“韧性”，要主动承担起生命的使命与苦难。有的同学因为学习，情感等方面的问题，便失去理性，心智大乱，伤害自己或他人，甚至令生命在最美好的时光中消逝，岂不令人扼腕叹息。因此，我们既要对外界防灾减灾，也要对内心的灾害进行防范。一旦出现问题，及时与老师，同学，家长沟通交流。

生命只有一次，我们要珍惜生命，要真实地活着，且活得尽可能地精彩。每一次风雨之后，都让心灵感受到生命的拔节。而生命一旦来到这个世界上，便负有严肃的使命，因此，我们要学会防灾减灾，珍爱生命，抓住生命中每一瞬间，用上苍赋予的生命，为自己，也为社会做出贡献！

我的演讲完毕，谢谢大家。

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。xx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”。

我们的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。

各位老师，同学们：

大家上午好□xx年的5月12日，下午2点28分，在我国四川省汶川县发生了一次特别重大的地震灾害。8级大地震，强度之大，波及面之广前所未有。地震到来之时，正是学校上课的时间，有近几十所中小学校在强大的地震瞬间倒塌、摧毁，许多学生和老师失去了生命。这是举国上下人民难忘的日子。因此xx年3月2日，国家减灾委、民政部发布消息，经国务院批准，自xx年起，每年5月12日为全国“防灾减灾日”。今年是第七个防震减灾日，主题是“科学减灾、依法应对”。今天利用课间操时间，再次对大家作一些警醒和提示：

我们要学习地震知识，不让生命死于无知！

学校避震：

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

2. 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，

不要喊叫，不要拥挤，避免踩伤，摔伤，有序从通道跑出教学楼，冲向操场或空旷地带。

3. 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。

4. 应该强调的是千万不要跳楼!不要从窗台边上下去!不要尖叫，不要拥挤，迅速撤离教室、教学楼。

同时我们应该从每个行为细节中远离危险，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;做到小事找班干部，大事找老师解决;过马路走人行道，十字路口严格按照交通信号灯指示通过，坚决做到“宁停三分、不抢一秒”的原则，放学后或节假日不到危险的地带玩耍等等。

另外做到预防传染病的发生。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：充足睡眠、勤于锻炼、减少压力、足够营养;注意个人卫生，经常使用肥皂和清水洗手。注意健康饮食、加强营养。

同学们!安全在于未然防范，让我们牢记安全重于泰山，树立安全的意识，时时想安全，处处讲安全，防震减灾、从我做起;居安思危、科学预防，我们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!

最后，祝同学们健康成长，学习进步。

谢谢大家!

各位老师，同学们：

大家早上好!今天我国旗下讲话的题目是：防震减灾 居安思危□20xx年5月12日14时28分，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5.12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一人伤亡的奇迹。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。

4、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。

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，普及防灾减灾知识，增强安全意识。