

防震减灾分钟演讲稿 防震减灾演讲稿分钟 (精选8篇)

参加毕业典礼让同学们感受到了成长和成就的喜悦，也让他们思考了未来的道路。感谢大家对典礼的关注和支持，希望今天的典礼能够给大家留下美好的回忆。

防震减灾分钟演讲稿篇一

各位同学、老师们：

大家好！今天我讲话的题目是：防灾减灾从我做起，20__年5月12日，四川汶川发生了8级特大地震，共造成7万人死亡，37万人受伤，5千多名学生在地震中遇难，为了纪念这个日子，国务院决定从20__年起每年的5月12日确定为“防灾减灾日”。5月10日至16日为防灾减灾宣传周。

我们身边不可避免的存在着各种各样的灾害隐患，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能力，我们完全可以把灾害的损失降低到最低，甚至完全可以避免灾害的发生。这就要求我们做到：

一、通过课堂学习、知识讲座、上网学习、收看电视广播等多种渠道、多种形式学习安全常识，了解灾害的起源以及如何自救。例如地震了怎么办？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。

二、认真参加学校安排的应急演练活动。汶川大地震中，北川中学2900生中伤亡1600多人，而桑枣中学的师生，在1分36

秒内全部从教室安全撤离到操场，2200多个学生，没有一个伤亡。

三、安全是回家最近的路。我们要遵守交通秩序，不爬护栏，不闯红灯，路上不追逐打闹，不坐三无车辆。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、走廊追逐打闹、大声喧哗。

四、春夏交替季节，温差大，同时也是病菌滋生的季节，同学们要注意教室多通风，勤洗手，注意个人卫生，预防传染病的发生。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。

五、夏天到了，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。平时锻炼运动也要加强，在遇到意外时才能有所准备，应付自如。

六、同学们的日常行为也要有安全意识，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，更不能找校外人解决。

同学们，生命是美好的，生活是多彩的，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。

防震减灾分钟演讲稿篇二

敬爱的老师，亲爱的同学：

大家好！

地震灾害是世界上造成人们经济损失最严重与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，正确地掌握避震与自救、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，也能够预防灾害的发生，以防在先及早报告、撤离。

当地震发生时，房屋倒塌后所构成的室内三角空间，往往是人们得以幸存的相对安全地点。异常是在楼房内的人，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能够避震。及时得用坐垫等保护好头部，不要盲目跳楼，使用电梯等。我们必须用科学的方法来保护好自我与家园，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，让每个人都明白在地震来到时，人人都明白如何保护自我，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！

防震减灾分钟演讲稿篇三

老师们、同学们：

大家好！

刚才，学校模拟了地震发生时的情况，我们高兴地看到，警报发出后，同学们沉着冷静，利用课桌、书包等有效地进行了自护，紧接着又按照学校预案快速有序地疏散，全校师生，

用时1分40秒，全部撤离到安全场地，又一次圆满地完成了应急减灾安全疏散演习任务。在此，我谨代表学校向全体同学表示热烈祝贺！向为本次演习付出辛勤劳动的各位老师表示衷心的感谢！

老师们，同学们，我校高度重视地震、消防等防灾演习工作，每学期都要举办一次安全疏散演习。20xx年x月xx日，我校成功举办了全市性应急减灾演习工作，当时演习的内容之多，场面之大，至今还令人难忘。此外，我校还一直坚持利用多种形式加强防震减灾宣传教育，受到了社会一致肯定与好评。在此，我高兴地告诉大家一个好消息，我校已经被省科协、省教育厅和省地震局正式命名为：安徽省防震减灾科普示范学校。这一殊荣来之不易，可喜可贺！

老师们，同学们，刚才的演习也暴露了部分班级还存在一些问题，比如：有些学生觉得好玩，偷偷地在嬉笑，极不严肃，影响到其他同学；有些学生没有躲避的动作或动作太慢，姿势不够正确。这些问题今后一定要纠正，同学们要记住，这不是游戏，这是保命，不能拿自己的生命当儿戏。希望通过这次演习，大家能进一步增强防震、防火等安全意识，培养良好的安全行为习惯，掌握应急避险技能，提高自救互救能力。同时，还要通过每一个学生，带动每一个家庭，影响整个社会，通过全社会共同努力，把学校建设成为一个“宁静、舒适、安全、和谐”的学习乐园，让每一位学生都能健康快乐地成长。

最后，我还要郑重说明的是，我们今天进行防震减灾疏散演习，只是为了提高增强学生防震减灾安全意识，掌握应急避险技能而进行的常规工作，绝不意味着地震即将来临，请全体师生不要误解，自觉做到不信谣不传谣。

谢谢大家！

防震减灾分钟演讲稿篇四

敬爱的老师，亲爱的同学：

大家好！

当地震突如其来时，如果咱们能够采取正确科学的逃生及自救方法，那么就会把人员伤亡降低到最小程度。为强化学校师生的安全防范意识，提高自救互助本事，按照教育局统一要求，遂平瞿阳二小进取制定预案，并全力部署做好充分准备，于5月11日午时开展了逃生自救演练活动。本次活动主要由两个部分组成：一分钟课桌下防震演习活动及地震后的疏散演练。县公安局莲花湖有关领导受邀前来观看。

首先，由县公安局莲花湖派出所李警官给我校全体师生讲解学校暴力事件的安全防范的常识，李警官结合生活实际和生动事例，从有关安全知识，讲到应对安全事故出现的时候如何及时进行自护自救等，并亲自为孩子们上了一堂精彩的安全教育课之后开始逃生自救安全演练，有四年级五个班的学生及六年级四个班的学生——孩子们在教室里静静的学习，忽然信号员发出：“地震警报”信号。

（学校铃声）同学们迅速拿起课本抱头，钻到课桌下，尽量蜷曲身体，降低身体重心，最终一排靠里的同学面向墙，蹲在墙角处。一分钟后，信号员发出“地震解除”信号（哨声）：教师告知学生，地震已过，此刻撤离教室，进入紧急疏散演练环节。在教师的统一组织下，孩子们不着急、不慌乱，纷纷用书本遮捂头部，有序、快速地跑出教室，并按照预定的疏散路线，迅速撤离到事先指定的地点，成功进行了安全撤离。

经过这次防灾减灾的活动，师生的防灾减灾意识有了必须的提高，同时也培养了学生一切行动听从指挥和团结互助的品德。

防震减灾分钟演讲稿篇五

各位老师、同学们：

大家好！

我是来自桓台县起凤小学的周晓军，今天我宣讲的题目是《不同场合的避震自救》。

2008

年5月12日，四川省汶川县突发8.0级地震，共造成69227人死亡，374643人受伤，17923人失踪。然而，面对这样一场突如其来的灾难，有一所紧邻重灾区的乡镇中学——绵阳市安县桑枣中学，却创造了全校2300名师生没有一人在地震中受伤或者遇难的奇迹。那么，这种神话般的奇迹，是怎样被创造出来的呢？校长叶志平说，这完全得益于学校日常的防震避震教育与安全疏散演练。关于防震避震，我们都了解哪些呢？

如果地震发生时，我们正处于室内，一般有12秒左右的时间供我们做出抉择：是跑还是躲？1979年在江苏溧阳6.0级地震中，有80%的重伤员和90%的死者是进入或离开建筑物时被砸或被压所致。所以，地震时处于室内的我们应该“躲”。往哪里躲呢？美国国际搜救队与土耳其政府模拟地震实验得出：房屋倒塌时，在室内形成的三角空间是人们避震相对安全的地点，因此，我们应该躲在桌子床铺旁、坚固的家具旁、暖气片旁等易形成三角空间的地方。

如果地震发生时，我们正处于教室里呢？首先应该保持冷静，千万不要跳楼，也不要到楼梯口拥挤；应该听从老师的指挥，迅速抱头、闭眼，就近躲在各自课桌边角处；其次，待地震过后，有秩序的撤离到外面的空地上，不要返回教室取东西或救人。

如果地震发生时，我们在在百货商场、电影院、地下街等公共场所，最可怕的反而不是地震，而是因地震引起的混乱，因此在公共场所遇到地震时，一定不要互相拥挤以免造成伤亡。此时，应避开商品陈列橱，屈身靠墙或蹲在大柱子或大商品旁边，等待地震平息。

如果地震发生时，我们正好在室外。首先不要返回室内取东西或救人，其次我们应该避开高大建筑物，（如：楼房、过街桥、立交桥、高烟囱、水塔等；）避开危险物、悬挂物，（如；变压器、电线杆、路灯、广告牌、吊车等；）避开其他危险场所，（如：女儿墙、高门脸、狭窄的街道、危房等。），避开山脚、陡崖，以防滚石和滑坡；避开河、湖、海边，以防河岸坍塌落水，或出现海啸等。选择开阔的空间蹲下抱头进行避震。

各位朋友们，如果地震降临，无论何时何地，我们都应该保持冷静，寻找安全的避震空间避震自救。

天灾无情，世事难料！但只要我们掌握了不同场合的避震方法，这场人类与自然的战争，我们必胜！

防震减灾分钟演讲稿篇六

各位老师，同学：

大家早上好，_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的。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。_年3月2日，国家减灾委、民政部发布消息，经国务院批准，自_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！

防震减灾分钟演讲稿篇七

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

今天在国旗下演讲的题目是《防震减灾，从我做起》。

大家从电视或报纸上看到了，于上周二晚上在山东烟台发生的3.7级地震长岛海域等地活动相对活跃，地震活动具有小震频次高震群较多震源浅的特点地震发生后长岛公安边防部门第一时间组织警力深入辖区开展受灾排查。截至目前为止长岛地震没有人员伤亡消息生活秩序正常。同时大连震感也很明显。近几年来世界各地大震造成的灾难仍记忆犹新我国各省市自治区直辖市都发生过五级以上地震20世纪全球两次造成死亡都发生在我国一次是1920年宁夏海源8.5级地震死亡23.4

万人;另一次是1976年唐山7.8级地震死亡24.2万人由此可见,地震灾害是我国人民生命安全最大威胁之一。

近年来安全教育越来越得到社会各界的重视,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。

如何正确防震避震,是我们每个人都应该学习和掌握的知识技能。平时注重学习防震减灾知识,可以避免或减少不必要的伤亡和损失。

如遇见地震应尽量保护头部,冲出房屋到空旷地带再伺机转移到户外,或躲藏在坚固的桌下或床边;低矮坚固的家具边;开间小有支撑物的房间如卫生间厨房储藏室等。

千万不可乘坐电梯;不要到阳台上去;不要到外墙边或窗边去。

正在学校上课时应在教师指挥下迅速抱头躲在各自的课桌下;震后应有组织的迅速撤离教室到空旷安全的地方去。

在操场或室外时,可原地蹲下不动,双手保护头部。注意避开高大建筑或危险物。

地震中,如果被塌落重物压住身体,不要轻举妄动,以免造成更大伤害。应该查清压在身上的是何物,不要轻易移动物体或身体。要检查自己是否受伤,若没有受伤,应根据情况向外缓慢拽拉身体。若已受严重外伤,应尽力用衣服等物包扎好伤口。若发生骨折,不要轻易移动,应等待救援。

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!

防震减灾分钟演讲稿篇八

老师们，同学们：

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》

_年5月12日14时28分，四川汶川发生里氏8.0级地震，地震造成将近7万人遇难，37万多人受伤，1万8千人失踪。这是多么巨大的灾难啊！举国悲痛，世界震惊。为了警醒世人，经国务院批准，自_年起，每年5月12日被定为全国防灾减灾日。今年5月12日，是我国第__个防灾减灾日，主题是__。

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，同学们应尽快躲到课桌下，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。

如果在操场等户外，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。用毛巾、衣服捂住口鼻，防止烟尘窒息。

1、上下楼梯安全。严格遵守学校上下楼梯制度，禁止在集体上下楼梯时逆向行走，讲究秩序，轻声慢步，防止事故的发生。

2、交通安全。严守交通法规，过马路时要先观察车辆情况，主动避让机动车辆。按时上学和回家，不在外逗留。

3、夏季防溺水、防雷电、防传染病、防食物中毒安全。

4、正确处理同学间的矛盾。同学间遇到矛盾时，要冷静、理智、友好地处理，自己若不能处理好的话，应该请老师帮忙解决。决不能感情用事，采用打架等暴力违法方式解决纠纷。

5、心理安全。同学们心理上要形成积极、健康、自信、自强的乐观品质，遇到心理问题要找好友、老师和家长帮忙疏导，不可产生自暴自弃、自残自虐的不良心理。

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！

我今天的国旗下讲话到此结束，谢谢大家！