

# 保护河道的演讲稿 爱护公物演讲稿(优质9篇)

演讲稿也叫演讲词，它是在较为隆重的仪式上和某些公众场合发表的讲话文稿。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？下面小编为大家带来关于学习演讲稿模板范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

## 保护河道的演讲稿篇一

校园是我们学习、生活、成长、练就本领、陶冶情操的地方。自20xx年初，我们搬到了学校新建的新校区，在第一个学期里，破坏公物现象层出不穷：厕所——天天为我们服务的场所，门的把手，不翼而飞；门也跟着被惨遭毒手，只记得搬来新校区学期里，厕所的门在角落里叠了一个又一个，只剩下几个幸免于难；洁白的走廊墙壁，也不时会有脏兮兮的脚印留在上面；安全指示灯被踹毁，挂在上面指示牌被拍飞，只留下两个杆子。即使是学校后来给指示灯加上了防盗网，却仍有人变本加厉，将防盗网同指示灯一起踹，不少指示灯与防盗网严重变形。就连安装在教学楼顶上的一块钢化玻璃上都布满了雪花状的裂纹……毁坏公物者破坏的'不仅仅是一个门把，一个指示牌，更是自己的形象和人格素质。

一、上厕所时切忌动作粗暴，不用大力踹门打门。

二、切勿踢打指示灯与指示牌。

三、爱护校舍墙体，不乱涂乱抹，不踢踩墙壁，不在墙体上留下任何印迹。

四、挪动桌椅，小心翼翼；开门开窗，轻手轻脚。

五、爱护桌椅，不在课桌上、讲台桌上乱涂乱画。

古人云：“勿以善小而不为，勿以恶小而为之。”其实爱护公物做起来也很简单，只要拥有一颗公德之心，处处遵守学校的各项规章制度，就能保证公共设施的完好无损与正常使用。爱护公物，从我做起，不应成为一句空话，同学们应该行动起来，用实际行动来爱护公物。

## 保护河道的演讲稿篇二

——在国旗下上的讲话

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《爱护公物，厉行节约》

我校经过励精图治，奋发图强，学校在竞技体育方面连年创造辉煌，管理规范，目前教学设施一流、运动员的住宿条件一流。在我们看到校园环境日新月异的同时，我们也发现了一些令人痛心的不良现象：刚被打扫干净的地面被我们扔上食品袋，废纸；传递知识的粉笔也常常成为同学们投掷的子弹；洁白的墙壁上点缀着点点污渍；教寝室门、电扇开关，遭受损坏。“人无德不立，国无德不兴”。同学们，爱护公物是一个高尚品质的体现，是一个人美好心灵的写照，爱护公物能显示一个学生的道德水准，同学们，从现在开始，让我们每个人都具有爱护公物的意识吧！爱护公物，从我做起。让我们小心翼翼地挪动桌椅，轻手轻脚地开门开窗！爱护公物，要像爱护自己的眼睛一样，爱护学校的一草一木；爱护公物，要像珍惜自己的眼睛一样，珍惜学校的一一点一滴！

一、爱护校舍墙体、门、窗、桌椅、床柜和一切教学设施，不抽烟，不用小刀、打火机破坏物品，不乱涂乱抹，不踢踩墙壁、楼梯、扶手、门窗，不在墙体上拍球，不留下任何污迹。

二、爱护学校花草树木，不随意进出草坪，不攀折花木。

三、爱护学校环境，随手拾起地上的纸屑、杂物，保持环境卫生。爱护校园内所有教学设施，学校公共设施、体育器材等。

四、节约用水用电，放学后随手关闭教室、公共场合等各种电源，爱护校园内的水笼头，不乱拧乱拽，用完水后随手关闭水源。

五、节约粮食，不乱倒饭菜，不吃零食。

老师们、同学们，手边留情花似锦，脚下留情草如茵！关心学校是我们的职责；爱护学校是我们的义务；热爱学校是我们的心声。让我们厉行节约，爱护公物，积极行动起来，共建我们美丽的校园！让爱护公物成为我们每位同学的自觉行动；让爱护公物成为我们每位同学的良好习惯；让我们携起手来，杜绝损坏公物的行为；让我们行动起来，抛掉自私自利的陋习，以博大无私的善心、善行去爱护公物，从我做起，从小事做起，从今天做起，让美丽的校园在我们每个人的精心呵护下变得更加绚丽多姿，更加和谐宜人吧！

我的演讲到此结束，谢谢大家！

## 保护河道的演讲稿篇三

下午好！

我们每一个人都有家，也都爱自己的家，可是你是否知道我们有一个共同的家呢？——那就是我们的地球！地球就是我们共同的“家”，而且是一个很美丽的家，那有蓝天有白云，有绿树有红花，百鸟争鸣，多么美好的一切啊，可是我们有没有想过怎样去保护地球？20xx年10月15日航天员杨利伟和家人通电话时激动地说：“我——看到我们美丽的家了”！这来自太空的声音，感动了多少中国人呀！

## 爱护环境

然而，今天，当我们再次面对“我们美丽的家”时，我们还能够说些什么呢？蓝色的天空，曾经是生活中多么绚丽的一道风景，如今，在灰色的围困中，洁净的天空成为人们梦萦的一种渴望。面对日益严重的大气污染，仰望天空，你，还能说些什么呢？知道一个叫草坝场的小村子吗？那个地方曾经是青山环抱，绿水长流，多美的一个地方啊！可是，村里人谁也没有意识到环境重要，他们毁林开荒，乱砍滥伐，森林渐渐被渐渐不见了，小溪渐渐干了，井水渐渐枯了。如今，这再也看不到青山，再也见不到绿水了，村里人用很少的水洗脸，然后留着洗脚，最后还小心翼翼地把手倒在一个大缸里……留着浇地呀……这是自然对他们的惩罚，这是地球对他们的报负啊！

同学们，人类只有一个地球。地球就是我们美丽、可爱的“家”！让我们携起手来，为我们的地球家园缔造一个美好的明天吧。

我的演讲完了，谢谢大家！

## 保护河道的演讲稿篇四

大家好！今天我们国旗下演讲的题目是《爱护眼睛 珍视光明》。

2、饮食习惯不良的人：眼睛发育同样需要营养，如果偏食、挑食尤其是喜欢吃甜食的青少年，营养就会比例失调，诱发近视的机率大幅度增加。因此要养成合理的饮食习惯，同时应少吃甜食。

3、长时间玩电脑的人：看电视、玩电脑20分钟所造成的眼疲劳程度，约等于近距离阅读一小时。近年来看电视、玩电脑成了易患近视的主要原因。

为了让自己拥有一双明亮的眼睛，我们建议大家做到如下几点：

一、认真准确做好眼保健操，注意用眼卫生。

二、养成良好的读书写字习惯，读写姿势要端正，背部颈部保持直立，做到“三个一”：眼离书本一尺远，手距笔尖一寸高，胸离桌子一拳头。

三、“三不”：不躺着看书，不在走路时看书，不在光线暗、弱或过强的地方看书、写字。

四、不要长时间观看电视，操作电脑和玩电子游戏，要保持用眼距离和端正的坐姿。

五、读写看报时间不宜过长，每隔50分钟左右要放松休息一下。要科学作息，保证充足的睡眠，保持旺盛的精力。

六、要坚持体育锻炼，多做户外运动，经常远眺，使眼睛得到休息，调节视力，消除疲劳。

七、不要偏食，合理安排我们的饮食结构，从饮食中获取充分的营养物质。多吃奶制品、鱼、蛋、肉等，多吃蔬菜，尤其是胡萝卜等含多种维生素的食品，少吃糖果和含糖高的食品。

亲爱的同学们，健康是我们最大的心愿和快乐，爱护眼睛、科学用眼是爱学习的真正表现，拥有一双明亮的眼睛是我们一生的幸福，拥有健康的眼睛才能学到更多的知识和拥有更多的快乐。让我们从做好每一次眼保健操开始，保护珍贵的眼睛，拥抱更光明的未来！

## 保护河道的演讲稿篇五

早上好!当鲜艳的五星红旗在校园冉冉升起，当庄严的国歌又一次在校园久久回荡，我们又迎来了新的一周，今天国旗下我想和大家谈的话题是：爱护花草树木，共建绿色校园。

绿色是人类文明的摇篮，我们渴望环保的家园，渴望绿色的校园，人人都渴望拥有、生活在文明、洁净的校园环境中。

我们的校园发生着日新月异的变化，校园绿化美化直接作用于我们的学习、生活之中，成为不可分割的一部分时，爱护和保护校园环境也就成为一种健康向上的生活态度和生活方式：严肃活泼的学习氛围、积极进取的精神风貌、积极向上的“绿色课堂”。

创建绿色校园环境，不仅要有优美的硬件环境，更要求我们有良好的自身修养和素质。我们要从小事做起人人争做-爱护绿色、爱护洁净环境的“环保小卫士”，从我做起，用绿色的实际行动去影响周围的人。

1、爱护校园绿化，立即行动起来，都来关心、支持和积极参与校园绿化建设。爱护花草树木设施，对破坏绿化设施的行为要敢制止并举报。

2、爱护公共卫生，保护自己和他人的健康，不随意乱扔瓜皮果壳、食品包装物等，不随地吐痰。保持教室、校园整洁美观，看到地上有果皮纸屑，主动弯腰捡起地上的一张废纸、一只废塑料袋，不在墙壁上乱涂乱画，上楼前把鞋底上的泥刮干净，为校园的整洁献出你的爱心。

3、遵守公德，倡导文明，见到客人老师要主动打招呼，当客人老师与你交谈时，要表现得大方、主动、彬彬有礼。同学之间玩耍，交谈讲文明不说脏话。

4` 维护公共秩序，课间要开展正当活动，不追赶打闹，不高声喊叫，不在教室里做剧烈活动，走路脚步要轻，要靠右行。上下楼梯一定要有秩序地靠右行走，注意互相避让。上厕所要文明，不奔跑，不拥挤。上放学等车时要排队不要乱跑，打闹。上车时要有秩序不拥挤。

5, 倡导师生和谐，同学友好，语言文明，行为规范，共建环境幽雅，和谐文明的校园。

同学们，我们是校园的主人，创建绿色校园就是我们奋斗改进的目标。让我们行动起来，将绿色作为我们生活的主旋律，用爱心去关注校园环境的变化，用热情去传播环保的理念，用行动肩负起保护绿色校园的重任。为建设文明、绿色校园奉献自己的一份力量！

## 保护河道的演讲稿篇六

大家好！

“眼睛是心灵的窗户”，但在我们之中，有越来越多的同学的“窗户”变得模糊起来，以至于不得不戴上眼镜，保证自己能看清东西。眼睛是我们接收外界信息的重要器官，视力也是我们生活中非常重要的信息！

相信大家都尝试过，当我们闭上自己的眼睛后，哪怕是在我们最熟悉的座位上，我们都不敢像过去一样大步行走，更别提在不熟悉的地方了！如今，随着信息技术的发展和进步，网络和电子产品给我们带来了不一样的世界和乐趣。这本应该是为我们增长见识，以及茶余饭后的乐趣。但是，有些同学却自制力不足，无法在正事和娱乐上分清主次，每天将大量的时间投入到电脑和游戏上！甚至我还了解到，有些同学在假期的时候一连几天都沉迷在电脑面前！当时听到这个消息的时候，我感到十分的震惊！

是啊，游戏确实有趣，电子产品也给我们带来了十分便利的生活。但是，沉迷于这些，不仅虚度了我们太多的光阴，甚至还让我们宝贵的眼睛受到了严重的伤害！如今我们正在读书学习的关键时期，每天对眼睛的使用是必不可少的。如果眼睛本就疲劳，我们还利用眼睛去长时间看电子屏幕，那就回造成严重甚至不可逆的伤害！

### 1. 减少每天电子产品的使用时间，加强自我的管理

减少不是不用，毕竟电子产品对我们有许多帮助，也可以放松自己。但我们必须学会管理，适当的使用网络和电子产品来给自己带来成长，而不是伤害。

### 2. 多增加户外的活动时间

户外活动是在阳光下的运动，不仅能转移我们的注意力，还能锻炼身体，增加免疫力，这是必须保持的良好习惯！

### 3. 坚持做好眼保健操

每天的眼保健操是我们必须坚持的保护，这不仅仅是对眼睛的保护，还能帮助我们养成爱眼护眼的好习惯。

### 4. 改进生活中的不良习惯

对于我们最脆弱的眼睛，很多同学都没有细心保护，常有一些坏习惯。如：用手揉眼睛、在太阳下看书……等等。我们应该多学习关于眼睛的健康知识，让自己的眼睛不受伤害。

同学们，视力是我们无比重要的东西，我们一定要珍惜、重视！让我们一起在今后的生活中“爱护眼睛，保护视力”，让我们眼睛越来越明亮！

谢谢大家！

# 保护河道的演讲稿篇七

大家早上好！

今日国旗下演讲的主题是“爱护公物，人人有责”。

同学们，当你们步入绿树成荫、鸟语花香的学校，当你们跨进宽敞明亮、窗明几净的教室，一种家的感觉油然而生。这是我们成长于斯，成才于斯的福地，我们要在那里度过六年完美的时光，那里的一草一木都值得我们去爱护，去珍惜。但我们的身边经常发生一些损坏公物的不礼貌的行为，雪白的墙壁被脚印染黑了，一只凳子的底座忽然没了影，课桌呢，被水笔画成了大花脸，玻璃也不知什么时候多出了几条“花纹”，水池里的水早已装得满满的。这些不良现象，仍存在我们的身边。所以我要在那里向同学们大声疾呼：损坏公物，事事可耻，爱护公物，人人有责！

同学们，损坏公物造成了人力财力物力的极大浪费。以修理课桌为例，学校每年要花费几万块钱。我们每损坏一盏灯，一个水龙头，一块玻璃，一扇门，就意味着工人师傅要付出艰辛的劳动，学校要付出一笔不小的开支。所以，我们要爱护公物，构成节俭的良好风气。

一、爱护公物，从我做起。挪动桌椅，小心翼翼；开门开窗，轻手轻脚；花草树木，切勿攀折。

二、爱护公物，从小事做起。不要在雪白的墙壁上蹬踏留痕；不要在崭新的课桌上乱涂乱画；不要让扶手护栏满身是伤。

三、爱护公物，从身边做起。随手关灯，节俭每一度电；拧紧水龙头，节俭每一滴水；捡起地上的纸屑，坚持环境卫生。

四、爱护公物，人人有责。期望同学们互相监督、互相提醒，共同养成爱护公物的好习惯。

同学们，让爱护公物成为我们每个同学的自觉行动；让爱护公物成为我们每个同学的良好习惯；让我们携起手来，杜绝损坏公物的行为。让我们从自我做起，从身边做起，从小事做起，用心爱护学校的一草一木，使自我成为一个真正的爱护公物的礼貌人。

多谢大家。

## 保护河道的演讲稿篇八

大家好！

爷爷时常告诉我要好好保护视力，不要像他小的时候那样。爷爷小的时候，由于生活条件较差，又没有对视力的保护给予足够的重视，到上中学时已经架上了厚厚的眼镜。不仅给爱好运动的爷爷造成了麻烦，而且也对日后的学习和生活产生了很大的影响。

现在，科学进步了，我们的生活条件好了，我们有条件、有能力，更有信心保护好我们的眼睛。只要我们大家努力去做，我相信我们每个人都会有一双明亮、清澈、有神的大眼睛。

首先要养成良好的用眼习惯：保持正确的坐姿；足够的光线；如长时间看书、写字应每隔四十五分钟休息一会，望一望远处，使眼睛得到充分的休息，；坚持每天作好眼睛保健操。

注意加强营养，多吃一些有益于我们眼睛的食品，如：含有丰富的蛋白质的瘦肉、禽肉动物的肝脏、鱼虾、奶类、蛋类、豆类等；含有维生素a的各种动物的肝脏、鱼肝油、奶类、蛋类；植物性食物比如胡萝卜、苋菜、菠菜、韭菜、青椒、红心白薯以及水果中的橘子、杏子、柿子等含有胡萝卜素的食物等。含有维生素c的食物对眼睛也有益处。因此，应该在每天的饮食中，注意摄入含有维生素c的食物，比如，各种新鲜的蔬菜和水果，其中尤其以青椒、黄瓜、菜花、小白菜、鲜枣、

梨和橘子等含量最高。丰富的含钙食物对眼睛也是有好处的，钙具有消除眼睛紧张的作用。如豆类、绿叶蔬菜、虾皮含钙量都比较丰富。烧排骨汤、松鱼、糖醋排骨等烹调方法可以增加钙的含量。

此外，我们还要注意用眼的卫生，不要用不干净的手或手绢擦揉眼睛，不要长时间地观看电视节目和操作电脑，应定期对眼睛进行检查，及时发现问题。

同学们，让我们互相交流，共同保护好我们的眼睛，好好学习，共同迎接新世纪的挑战，争取为祖国建设多做贡献。

## 保护河道的演讲稿篇九

看到勤劳的蜜蜂，我知道了它生存的依靠——花朵；看到万物的盎然，我认识到了水的重要；看到微笑的天空，我想起了我们美好的家园！环保，就如一朵花，我们如果好好爱惜她，她就会变得美丽无暇；我们如果恶意损坏她，她也就会伤痕累累。是环保，使人人脸上都有微笑。是环保，给了我们一个美好的家园。是环保，还给我们一片自由的天空！

小的时候，爷爷就告诉我：“你长大了以后，一定要保护对面的那棵大树，因为那是我们美好家园的象征。”我听不懂，只是顺着爷爷的手向那边看，痴痴地点着头。爸爸曾搂抱着我，依偎在那棵大树下，给我讲了好多环保的知识。我眼里闪着疑惑，嘴一笑，答应爸爸做一个环保之人。

在四野飘香的花丛中，我和蝶儿一起嬉戏、欢笑；在郁郁葱葱的森林里，我与小鸟一起追逐、歌唱；清晨，我迈着轻盈欢快的步履去上学。路上，起雾了、白纱般的柔柔地漂浮在空中。吮吸着花草的芳香，享受着阳光的沐浴，我被陶醉在这如痴如醉的梦幻里；夜晚，我坐在小院里，仰望着璀璨的星空，聆听着蝉鸣嘹响，蛙声如潮，仿佛置身于一个童话般的王国。春天，我坐在草地上，在清香嫩绿的小草地上，听

别人那歌声婉转，笛声悠扬。夏天，我坐在小船上，任双桨拍打着那碧绿的湖水，看海鸥轻盈地掠过辽阔的湖面；秋天，我站在树下，凝神瞩望着那金黄的叶子一片片地落下；冬天，我站在窗前，欣赏着如絮的雪花在空中翩翩飞舞。在这如诗如画的仙境里，我的心都都无法收回！

可是，这一切的一切，都只是幻想。而现实，总只能扮演残酷的角色。

## 1、节约资源减少污染

(1) 节水为荣，随时关上水龙头，防止滴漏。

(2) 慎用清洁剂，尽量用肥皂，减少洗涤剂中的化学物质对水的污染。

## 2、绿色消费环保选择

(1) 用无铅汽油、无镉铅电池、无磷洗涤剂，减少水与空气的污染。

(2) 购买低氟家用制冷器具、无氟发用摩丝，减少对臭氧层的污染。

## 3、重复使用多次利用

尽量少使用一次性用品，多使用耐用品。如不使用一次性塑料和餐盒，减少白色污染；不使用一次性筷子；自备购物口袋或提篮。

## 4、分类回收循环再用

不乱丢弃废电池、废塑料等垃圾、废物；将垃圾分类投放，变废为宝，使资源循环再生，造福人类。