

2023年防震减灾国旗下演讲稿 防震减灾日国旗下讲话稿(通用5篇)

演讲属于现实活动范畴。它是演讲家通过对社会现实的判断和评价，直接向广大听众公开陈述自己主张和看法的现实活动。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

防震减灾国旗下演讲稿篇一

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，警钟长鸣，2008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9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。但是在今天的

演练中，有少部分同学思想上还不够重视，认为是演练，不是实践，没有紧迫感和危机感，当做玩笑。

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。

防震减灾国旗下演讲稿篇二

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家早上好！

今天我国旗下讲话的题目是：防震减灾，警钟长鸣。2008年5月12日，我国四川省汶川县发生了里氏8.0级特大地震，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2009年起，每年5月12日被定为全国防灾减灾日。今年是第十个“防灾减灾日”主题是“行动起来，减轻身边的灾害风险”。

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“防震减灾”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“防震减灾”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。比如安全教育平台的学习和安全作业的完成就是一个很好的渠道。

第二，除了了解这些知识之外，我们还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防火、防震的应急演练，同学一定要重视，而不能觉得好玩，应付了事。

同学们，防震减灾，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、吃过期、变质、不卫生的食品，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。

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，减轻身边的灾害风险。

我的讲话完毕，谢谢大家！

防震减灾国旗下演讲稿篇三

各位老师、各位同学：

早上好！

明天就是5月12日，我们迎来了第x个全国“防震减灾日”。5月12日，四川省汶川地区发生了自新中国以来最为可拍的灾

难，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。

“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。

作为学生，我们要珍爱生命，最大限度保护自己，就要学习防震减灾知识和避灾自救技能，那么，我们学生在地震发生时要注意哪些呢？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。

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，家住一楼的，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、最有效的办法就是，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、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。地震无法预报，但能预防，这是一项长期而艰巨的任务。我们要珍惜生命、热爱生命，特别是要学习抗震救灾中展现出来的不屈不挠、克服困难、无私奉献、积极向上的精神，努力学习、提高本领，将来为国家、为社会做出一份贡献。

- 1、不要惊慌地奔出室外，首先暂时躲在坚固的家具或桌子底，最好躲在体积小的房间，如卫生间、厨房。
- 2、一次强震过后，不应安心下来，要准备应付余震的发生。
- 3、震后首先将大火扑灭。
- 4、尽量步行到避震所，携带物应尽量减至最少。
- 5、不要走过狭窄的道路、沟渠边缘、悬崖或河边，以免发生意外。
- 6、注意不要靠近山体、悬崖，以免崩裂发生意外。
- 7、靠近海岸时，必须注意海啸的发生。在低洼地则应防止水淹。
- 8、不要害怕余震，也不要乱听谣言。
- 9、遵守秩序，注意卫生。

在平时，预先准备好各种避难的工具和装备：

- 1、水；

- 2、五日左右的粮食(准备好即使一天不生火也足够食用的粮食);
- 3、贵重物品(现金、银行存款簿,各种证件以及必要的印鉴等);
- 4、手电筒、蜡烛、火柴等;
- 5、收音机;
- 6、毛毯;
- 7、手巾、绳、草纸等日用品以及洗漱用品;
- 8、急救药品;
- 9、背囊等用品。

这些用具应平时整理好,以便需要时可以马上携带走。

如果有婴儿或幼儿的家庭,要准备好婴儿用的尿布、奶粉、伞、席子等其他小孩子用品、最重要是根据家庭的需要,随时准备好可以足够两至三天生活的各种应急日用品或食物。

防震减灾国旗下演讲稿篇四

任何灾难的来临,在事先都没有明显的预见性,让我们防不胜防,措手不及。自2008年5月12日汶川大地震以后,国家就将每年的5月12日,定为“防震减灾”日。为了防止遭受类似灾害,提高我们防灾的意识,每年的这一天,学校都会组织开展防震减灾紧急疏散演练。

5月11日上午,演习正式开始。一阵刺耳的警报声响起,教室立刻嘈杂起来,同学一个个像慌了神一样,不明白如何是好。

这时传来教师严肃的话语：“冷静！快躲在桌子底下！”同学们用最快的速度抱头、蹲在各自的课桌下。之后又一阵警报声响起，这是撤离的警报。在教师的指挥下，同学们不像平时那样放松，挤在门口打闹，而是自发的排好队伍，一个接一个井然有序的出去，前排的同学从前门出去，后排的同学从后门出去。等我一冲出教室，烟雾从四面八方充斥而来。原先学校还投放了烟雾弹！我在烟雾中弯下腰，立刻用衣服捂住口鼻，摸索着向楼梯走去。烟雾很浓熏得我想流眼泪。平常了熟于心的路线，在烟雾中变得朦胧起来，可是教师告诉我们此时此刻千万别慌张，顺着楼梯扶手和一侧墙壁有序走下去，就能顺利逃生，最终，我来到了安全的地方——操场！

我觉得这次活动十分有意义，不仅仅提高了我们对突发灾难应急处理的意识，还让我们学会了逃生的本领，更让我感受到了生命的可贵，我们要珍爱生命！

防震减灾国旗下演讲稿篇五

防震减灾是国家公共安全的重要组成部分，是重要的基础性、公益性事业，事关人民生命财产安全和经济社会可持续发展，本文是本站小编为大家整理的防震减灾国旗下讲话，仅供参考。

各位老师，同学：大家早上好□20xx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，许多学生和老师失去了生命□20xx年3月2日，国家减灾委、民政部发布消息，经国务院批准，自20xx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：

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！

我今天的国旗下讲话到此结束，谢谢大家！

老师们，同学们，家长朋友们，

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1，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1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1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！

尊敬的老师，亲爱的同学们：

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；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。

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！

我今天的国旗下讲话到此结束，谢谢大家！