

# 2023年诗词的演讲稿不超过三分钟 诗词之美演讲稿(通用5篇)

演讲，首先要了解听众，注意听众的组成，了解他们的性格、年龄、受教育程度、出生地，分析他们的观点、态度、希望和要求。掌握这些以后，就可以决定采取什么方式来吸引听众，说服听众，取得好的效果。那么你知道演讲稿如何写吗？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的演讲稿模板范文，我们一起来了解一下吧。

## 诗词的演讲稿不超过三分钟篇一

春节期间，央视第二季《中国诗词大会》播出，引起了师生和家长们的广泛关注和热烈讨论，掀起一阵诗词文化热潮。

节目中来自复旦大学附中的16岁\*武亦姝，掌握的古诗词量超过两千首，并成为第二季决赛总冠军；斩获成语大会和汉字听写大会冠军，飞花令中一人对抗二十五人，夺得亚军的北大才子彭敏；来自内蒙古的65岁王海军，只读了4年书，摆地摊修自行车间隙不忘写诗，3年创作一千多首诗词；来自河北邢台乡村的40岁农民白茹云，8岁起熟读古典诗词，6年前身患淋巴瘤住院时，一本《诗词鉴赏》放在床头陪伴左右渡过难关；北大博士生陈更，理工科出身，却满腹文才，获得连续多场的擂主，还有百人团里圆通快递的老曹，气质优雅的主持人董卿，四位点评老师的口才与博识，都让人印象深刻，心生崇敬。

从“关关雎鸠，在河之洲”的诗歌缘起，到“黄河之水天上来”的盛唐气象，再到“雄关漫道真如铁，而今迈步从头越”的革命情怀。《中国诗词大会》以这些最熟悉、最打动人心的诗词，激发起观众的记忆与情怀，建构着我们的精神家园。即便放眼全球，也很少有哪个民族，能像我们这样，拥有如此灿若星河的经典诗篇；也很少有哪个国度，能像我

们这样，无论童叟都能念诵几句古典诗词。

当然，让《中国诗词大会》备受推崇的，不仅仅是选手的才情和节目的精彩，更重要的或者更深层的原因是中国古典诗词本身所蕴含的独特的文化魅力，和它们承载着的我们民族特有的精神追求、人文价值和生命力量。

中国古典诗词的文化魅力在于它的语言美。

诗词是语言的艺术，古典诗词的文化魅力首先是它的语言美。具体表现在它的辞采丰富，表意精准、凝练。

孔子云：“言之无文，行而不远”，陆机在《文赋》中说：“诗缘情而绮靡”、“其遣言也贵妍”，刘勰《文心雕龙》更是直接点明：“情以物兴，故义必明雅；物以情观，故辞必巧丽”，强调诗词遣词用语的重要性。故而中国古典诗词炼句、炼字、诗眼等艺术手段，以求增强诗歌的艺术感染力。贾岛“鸟宿池边树，僧敲月下门”中“推敲”二字的故事，王安石“春风又绿江南岸”改诗用“绿”字的故事，诗圣杜甫“为人性僻耽佳句，语不惊人死不休！”表达的正是对诗词语言表达准确、形象、精炼的极致追求。

中国古典诗词的语言美还表现在它的形式美和音韵美。任何文学艺术的创作，都要以外在的形式和具体的结构来体现，诗词的创作也不例外。特别是汉语有一个与世界上普遍使用的拼音文字显著不同的特点，就是使用单音节字，字与字之间搭配组成词，由词再组成句，由句再组成文。因此，对中国文学来说，最基本的成分就是字。要想诗词流畅、声韵和谐，读起来朗朗上口，首先就要考究字以及字与字之间的声律。因而，我们经常见到中国古典诗词常用双声、叠韵、叠字、比喻、对偶等修辞方法，并要求诗句、词句在对仗和格律上长短一致、工整对称，既易于记忆、朗读，又富有音韵之美。

从《诗经》“岂曰无衣？与子同袍。岂曰无衣？与子同泽。岂曰无衣？与子同裳。”、“蒹葭苍苍，白露为霜。蒹葭萋萋，白露未晞。蒹葭采采，白露未已。”到魏晋南北朝时曹操的“青青子衿，悠悠我心。呦呦鹿鸣，食野之苹。”。再到唐初，严格意义上的格律诗出现，诗句开始形成讲究平仄和押韵的规范，篇幅字数固定，结构规律上，都有了一定的格式。最终，讲究形式和音韵的格律诗成为中国古代诗歌的一种基本形式，之后宋代的词、元代的曲更是具有统一的词调和曲牌，依据不同的词调曲牌来表意。诗词的形式和格律，重缓急相间，长短有致，抑扬顿挫，韵调谐和，大大丰富了诗词的表现力和艺术美。

中国古典诗词的文化魅力在于它的自然美。

这种自然美展示的是中华民族赖以生生不息的大好河山，蕴含的是中华民族道法自然、天人合一的诗意理念。

在这里，有王维“大漠孤烟直，长河落日圆”、范仲淹“塞下秋来风景异，衡阳雁去无留意”的异域风情，有白居易“日出江花红胜火，春来江水绿如蓝”、杜牧“千里莺啼绿映红，水村山郭酒旗风”的江南春色，有陶渊明“采菊东篱下，悠然见南山”、孟浩然“开轩面场圃，把酒话桑麻”的山水田园，有王勃“落霞与孤鹜齐飞，秋水共长天一色”、苏轼“水光潋滟晴方好，山色空蒙雨亦奇”的湖光天色，还有诗仙李白的《望庐山瀑布》、《望天门山》，辛弃疾的“稻花香里说丰年，听取蛙声一片”等等诗词，不胜枚举。

诗人、词人对自然美的热爱和讴歌不是作为旁观者的欣赏，而是把自然作为交流和倾诉的对象，达到物我相融、物我相忘、人与自然共生共长的境界。于是，便有了辛弃疾“我见青山多妩媚，料青山见我应如是”，有了韩愈眼中“江作青罗带，山如碧玉簪”的桂林山水，有了姜夔感叹“自胡马窥江去后 废池乔木 犹厌言兵”。中国古典诗词直观鉴赏，表达的是对自然的热爱，但根本目的更多的还是借物言志、寄

情山水、感悟人生。

也正因为中国古典诗词所标识的自然景象，让散布在中华大地冰冷生硬的地理景观和山水楼台，有了精神的支撑、人文的温度。我们心中的苏州，成了寒山寺，成了“夜半钟声到客船”、我们想到的武汉，是黄鹤楼，是“晴川历历汉阳树，芳草萋萋鹦鹉洲”、我们遥望的西域，是玉门关，是“北风卷地白草折，胡天八月即飞雪”，即便未曾到过的地方，也成了每一个中华儿女心中熟悉的“故乡”。

中国古典诗词的文化魅力在于它的真情美。

这种情是深沉的爱国情。从屈原“虽九死其犹未悔”，到杜甫“国破山河在，城春草木深。感时花溅泪，恨别鸟惊心”，再到陆游“王师北定中原日，家祭无忘告乃翁”、辛弃疾“醉里挑灯看剑，梦回吹角连营”，文天祥“人生自古谁无死，留取丹心照汗青”，林则徐“苟利国家生死以，其因祸福趋避之”。中国古典诗词所表达的爱国主义精神，贯穿三千年中国文学创作和发展史的全过程。

这种情是浓烈的思乡情。韦庄的“未老莫还乡，还乡需断肠”，贺知章的“少小离家老大回，乡音无改鬓毛衰”，王维的“每逢佳节倍思亲”，杜甫的“露从今夜白，月是故乡明”。最典型的故事是：南朝陈伯之原是齐的将军，齐亡于梁后，他恐怕为梁所不容，便投到北魏去；梁丘池写信给他劝他还是回到祖国来，其中最有名的几句是：“暮春三月，江南草长，杂花生树，群莺乱飞；见故国旗鼓，感生平于畴日；抚弦登陴，岂不怆悵？”陈伯之读了这信，想起自己的乡土，果然就带了军队回到祖国来。这些古典诗词中的一草一木、一唱一吟，无一不是朴素、浓烈的乡土之情。

这种情是执着的男女情。我们可以在《诗经》“执子之手，与子偕老”见证古老的爱情誓言，在李之仪“我住长江头，君住长江尾；日日思君不见君，共饮长江水”中感受绵绵思

念，在秦观“两情若是久长时，又岂在朝朝暮暮”中体会温情共勉，在苏轼“十年生死两茫茫，不思量，自难忘，千里孤坟，无处话凄凉”中遥想他对亡妻的深切怀念，在柳永多情自古伤离别，更那堪，冷落清秋节”感触离别时的无限伤感。

不可或缺的还有“慈母手中线，游子身上衣”，“烽火连三月，家书抵万金”，“独在异乡为异客，每逢佳节倍思亲”，“但愿人长久，千里共婵娟”，所表达的难舍骨肉亲情。

中国古典诗词的文化魅力在于它的意境美。

国学大师王国维在《人间词话》中说：“有境界自成高格。”诗词整体的美学价值在于意境。意境美是诗词美的体现，是鉴定一首诗词好坏的关键因素。

所谓意境，是作者把自己的主观情感赋予一定的艺术形象，使读者在欣赏作品的过程中，能够结合自己的生活实践和情感体验，通过丰富的联想和想象，在头脑中形成一种特有的“境象”。简而言之，古典诗词的意境美不限于作品本身，而是作品通过独特的艺术手法刺激读者产生联想和共鸣，达到言尽意无穷、思无崖的效果。

中国古典诗词的意境，美在含蓄。中国人的审美习惯一直以来崇尚委婉含蓄，忌浅露直白，认为作品必须含蓄委婉，才能达到意味无穷的效果。《文心雕龙》提出：“隐义以藏用”；“精义曲隐，无伤其证言，微辞婉晦，不害其体要。”讲的就是这个道理。

例如杜甫《绝句六首》“江动月移石，溪虚云傍花。鸟栖只故道，帆过宿谁家。”这首诗虽然描写得简明扼要，但是抒写“不尽”，留有余味，营造出了含蓄委婉的意境美。“鸟栖只故道，帆过宿谁家”，看似单纯的写景，其实是在含蓄的描写中，寄予了微妙深远的联想。把怀念故乡之情和人生的

漂泊感展示得淋漓尽致。再如孟浩然的《临洞庭湖赠张丞相》“八月湖水平，涵虚混太清。气蒸云梦泽，波撼岳阳城。欲济无舟楫，端居耻圣明。坐观垂钓者，徒有羡鱼情。”，表面上看是在咏歌洞庭湖的阔大气象。但诗作的真正的目的并非在于描绘洞庭湖的浩瀚阔大气象，而是借此希望得到张九龄的垂青援引，因为通过“欲济无舟楫，端居耻圣明”已将自己不甘寂寞、希望引荐的意图含蓄道出。

苏轼的《蝶恋花》更是充分体现了委婉含蓄的诗意境界：“花褪残红青杏小，燕子飞时，绿水人家绕。枝上柳绵吹又少，天涯何处无芳草。墙里秋千墙外道，墙外行人，墙里佳人笑。笑渐不闻声渐悄，多情却被无情恼。”全词貌似一幅游春图，但却是表现诗人对人生的深邃思考。暮春的自然界，花败飘落，柳絮轻飞四散，芳草滋生，表现出诗人的彷徨迷惑。而“佳人”与“行人”，在词的深远境界中，纯粹偶然地形成了鲜明的对比。在种种矛盾的思索中产生一种漂泊的情感，表达出诗人对客观现实中美的眷恋和内心世界的矛盾苦闷，以及对人生价值与意义的探索，从而创设了诗词委婉含蓄的高远境界。

中国古典诗词的意境，美在动感。我们生活的现实生活是生生不息，始终处在变化之中，生命之气、精神之韵均在流动中得以体现。诗词的意境必然要体现出精气神，让读者真正入境，感受到一种动态的美。

这种动感体现在古典诗词对动词的运用，即将原本静态的事物活跃起来，例如杜甫“轻燕受风斜”，通过动态描摹，把燕子风中的飞动轻盈之态惟妙惟肖地展现在读者面前，再如王国维在《人间词话》中所举北宋词人宋祁的“红杏枝头春意闹”和张先的“云破月初花弄影”的实例。还有一种动感，是通过动静对比或以静衬动来实现。例如王维的《山居秋暝》“明月松间照，清泉石上流。竹喧归浣女，莲动下渔舟。随意春芳歇，王孙自可留。”，在这首诗里，空山雨后的秋凉，松间明月的清光，石上清泉流动的声响，浣纱归来的女孩子

们在竹林里的笑声，小渔船缓缓穿过荷花的情态，都和谐完美地交织在一起，像是一幅清新秀丽的有声画，又像是一支恬静优美的抒情曲。“空山”、“明月”、“翠松”、“清泉”、“浣女”、“渔舟”等清新、明净的暮秋意境，令人有心胸荡涤之感。整首诗意境优美，展现出一幅流动的画面，使读者有如身临其境。

中国古典诗词的意境，美在传神。即让读者在品读诗词中有一种理性的领悟，明了诗词所蕴藏的哲理，起到自省、警世、启发、鼓舞的作用。这种诗词不再是赏玩的身外物，而是深入内心和精神世界的力量和价值。

例如陆游《游山西村》“山重水复疑无路，柳暗花明又一村”，王之涣《登鹳雀楼》“欲穷千里目，更上一层楼”，苏轼《题西林壁》“横看成岭侧成峰，远近高低各不同”，《水调歌头一明月几时有》“人有悲欢离合，月有阴晴圆缺”，刘禹锡《酬乐天扬州初逢席上见赠》“沉舟侧畔千帆过，病树前头万木春”，朱熹《观书有感》“问渠哪得清如许？为有源头活水来”等诗词。最为典型的是杜甫《登高》名句“无边落木萧萧下，不尽长江滚滚来。”落叶飘零，无边无际，纷纷扬扬，萧萧而下；奔流不尽的长江，汹涌澎湃，滚滚奔腾而来。在写景的同时，深沉地抒发了自己的情怀，传达出韶光易逝，壮志难酬的感怆。境界之壮阔，对读者的触动不限于岁暮的感伤，同时让人联想到生命的消逝与有限，宇宙的无穷与永恒。有“建瓴走坂”、“百川东注”的磅礴气势。前人誉为“古今独步”的“句中化境”。

中国古典诗词带给我们的是耐人寻味的审美趣味，是慰藉人生的文化滋养，是生生不息的民族精神。芸芸众生，自是不能都成为诗人、词人，但我们可以从古典诗词中感知诗心，充实诗意，在面对物欲横流、人生跌宕、艰难困苦时，找到走向远方的自信与动力。

## 诗词的演讲稿不超过三分钟篇二

特殊的年代，特殊的人！

特殊的群体，特殊的魂！

特殊的经历，特殊的情！

特殊的欢乐，特殊的名——知青！

一代功臣！

一代精英！

一代明白的生物！

一代只有在九百六十万平方公里的土地上才有的精灵！

我们——

建国十年、我十岁，

与共和国同年岁！

我们——

上有父母双亲，

下有兄弟姐妹，

离别时，震撼人心的火车汽笛，

摧抖了我们的心，

可没能摧下我们眼里怕妈妈伤心的泪！



我们——

一群未成年的小伙儿、姑娘，

在一个伟大的号召下，

勇敢地为共和国担当！

奔赴到冷到不能形容的雪乡！

我们——

开过荒，种过粮，

伐过木，盖过房，

上过跳，抢过场，

喂过猪，放过羊。

会见过瞎蝻，蚊子，小咬，

捞起过冰水中的小麦高粱，

抡起过震裂虎口的铁镐，

握过比冰还凉的钢枪！

我们——

不是军人，可穿过军装！

紧急集合出过操，

投弹打靶站过岗，

我们没戴过帽徽领章，  
可筑起了共和国的铁壁铜墙！  
我们——  
尝过了沤麻起麻的滋味，  
更品味了珍馐佳肴是喝汤！  
顶着烈日夏锄，  
领略了荒原的博大，  
和那垄沟的漫长，  
经历过春节扒车回家，  
才体会到如今春运之事儿那算个什么！  
当我们的荒兄荒妹的忠骨埋在了白山黑水时，  
我们领会了这撕心裂肺的北大荒！  
在共和国疗伤的年代里，  
我们犹如候鸟般的困退，病退，转插，上学，  
回到了老巢回到了家，  
在改革开放的年代重新书写一代知青的伟大！  
我们——  
勤奋，坚强，明理，善良，

爱家，刻苦，孝顺，忍让，  
因为我们这一代人的烙印是  
好好学习，天天向上！

我们——

出生成长就挨饿，  
上学文革不上课，  
凑合毕业没工作，  
生儿育女只一个，  
但我们知足我们欢乐！

正是我们这样一群人啊！

今天活过了六十多！

我们——

不怕困难，不怕挫折，  
热爱生活，更学会了生活！  
从无知到无谓，  
从无奈到无敌，  
从无言到无忧，  
从无辜到无碍，

从无可奈何到无与伦比！

因为，只要从心底呼一声北大荒，

我们的面前就没有阻挡！

北大荒啊，北大荒，

我们这当年的大荒原还在为中华民族的伟大复兴，

输入着我们浓浓的血浆！

我们的同龄是共和国，

我们与祖国一起成长，

在华夏民族的文明史上，

我们的后一辈忘不了他们的祖宗！

是一群知青，是一群共和国的脊梁！

## 诗词的演讲稿不超过三分钟篇三

下面是小编为大家整理的，供大家参考。

演讲稿以发表意见，表达观点为主，是为演讲而事先准备好的文稿。在发展不断提速的社会中，演讲稿应用范围愈来愈广泛，你知道演讲稿怎样才能写的好吗？安全是所有活动的前提，没有安全就没有一切，我们应该注重安全，那么安全演讲稿要怎样去写呢？你是否在找正准备撰写“安全演讲稿诗词”，下面小编收集了相关的素材，供大家写文参考！

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好!

今天，我演讲的题目是“校园安全伴我行”。

有人说，生命是宝藏;有人说，生命是黄金。我说，生命是花，就像春天绚丽多彩的花。世界因如花的生命而精彩，可是有的人却轻易地让生命之花过早地凋谢了。

就在前不久，我市高新区大沙河(卫河)处，两位13岁左右的小学生因下河游泳，溺水身亡。其中一个孩子的学习用品和衣物还散落在现场。

为什么这样的悲剧总是发生?我想，一个很重要的原因就是我们没有将安全牢记心间。

学校是我们大家共同生活和学习的场所，有老师，有同学，有花草树木，我们像生活在一个快乐的大家庭里，处处洋溢着歌声和欢笑。我们就像爱自己的家一样爱着我们的校园。可是，学校里同学们多、地方小，你是否注意我们身边的一些不安全因素呢?比如：课间里同学们相互追逐、打打闹闹，都是不安全的，还常出现危险的事情。我曾经听到过这样一个事例：有一位同学课间为逞强，用手撑在桌子上并像荡秋千一样玩，突然上课铃响了，同学们呼啦一声挤进教室，把那名同学撞倒在地，当时就把鼻子和嘴给磕出血来，这下可忙坏了老师和家长，一大群人把他送进医院。

因此，为了自己的安全，为了不让老师和家长担心，我们一定要注意安全。课间时，不要在走廊或楼梯上疯打乱闹，做到轻声漫步右侧行;当几个人一起上下楼时，主动站成一竖列;当做操时，全校同学都会下楼，那楼梯上的人就会非常多，这时我们更应该注意不要拥挤，以免跌倒了,,,我相信，只要同学们都注意一些，我们的校园将变的更加和谐，更加美丽!

“安全”是一个永久的话题，当和平与发展成为时代的主题

时，安全则变得更加重要。和平，安宁的生活需要安全，世界的万物都需要安全。只有“人人讲安全”。让安全的警钟时常激荡在我们耳畔，让我们共同努力，一起拥有美好的明天。

最后，让我们牢记“珍惜生命，关注安全”，增强安全意识，让欢笑和健康伴随我们茁壮成长！

谢谢大家！

老师、同学们：

你们好！

今天我讲话的主题是《关注食品安全，保障身体健康》。随着我国社会经济的迅速发展和人民生活水平的日益提高，人们对健康、对食品安全更加关注，特别是“三鹿”奶粉等食品安全事件的发生，更给我们敲响了关注食品安全的警钟。“食品安全”已经成为关系到国民健康、社会稳定、经济发展、市场繁荣的重要因素。

1、要树立食品安全观念，了解食品安全知识，增强自我防护能力。在购买食品时，应选择正规的大型商场和超市，选购食品应尽可能选择一些知名品牌。同时一定要注意食品包装上有无生产厂家、生产日期，是否过保质期。若在小店里买食品一定要看好厂家、生产日期、保质期，注意包装袋有无破损，外包装有没有被改动过的痕迹。无生产许可证□qs标志的食品坚决不能购买和食用。

2、培养良好的饮食观念。不食用流动摊点的小吃、零食等，自觉抵制三无食品、低质食品的诱惑，在校学生尽可能到学校食堂就餐。

3、养成健康的饮食习惯。不挑食，不偏食，每日三餐，定时

定量，不暴饮暴食。自备水杯，多饮白开水。其实，白开水是的饮料，一些饮料含有防腐剂、色素等，经常饮用不利于青少年学生的健康。

老师、同学们，食品安全无小事，“病从口入”重预防。现在已进入春意盎然、万物复苏的季节，各种病菌也在悄然滋生和迅速蔓延。让我们自觉行动起来，关注食品安全，重视“问题食品”对身体健康和青少年成长的危害，远离“问题食品”、“不合格食品”，不断提高我们的食品安全意识和自我保护意识，为构建平安和谐、健康向上的校园环境而不懈努力！

尊敬的各位领导，各位来宾：

大家好！

今天我要演讲的主题是《安全用电，满分》。医院是人们看病就医的重要场所，它在整个社会的发展过程中占有重要的地位。随着经济的发展和社会的进步，医院也不断的进行改革，不断完善自身的医疗环境，为了落实安全生产主体责任，牢固树立安全发展理念，提高安全生产水平，预防和减少各类事故特别是重特大生产安全事故的发生，医院满分用电是必不可缺的，同时也是我们电工人员和医院全体人员共同追求和不懈奋斗的目标。

众所周知，医院是一个公共场所，用电设备比较特殊，对供电的质量和可靠性要求也比较高。如果不能保证供电的可靠性，将会直接影响到患者的治疗安全。同时医院是一个特殊的用电部门，能否做到安全用电，会直接影响到医患人员的生命安全。

医院用电设备数量繁多、种类复杂。日常的工作中，一旦医疗人员违反操作规程，使用和操作不当，就会导致电器、设备的损坏，甚至会威胁到医患人员的生命安全。故而做好医

院安全用电工作，是一项非常重要的任务。

手术室、重症监护室(icu)血透室、病区抢救室等，这些重要科室是完全不能离开用电的，所以为了保证这些科室的用电，提高供电的可靠性，我们医院采用双路高压供电。

另外我们还有自己的发电机。如果两个变电站都出现故障，无法正常供电时，我们将采用发电机进行发电、并及时把电送上去。

切实做好供用电线路设施的维护和管理的工作，这是一项经常性、及时性、持久性的工作，职能部门人员应该要定期分析用电安全管理存在的薄弱环节，制定加强管理和消除用电安全隐患的措施。而我们电工维修人员要尽最大能力把安全隐患降小到最低限度。

付出了惨痛的代价，在那撕心裂肺的呼喊，痛苦不堪的呻吟中，我们，才会刺激记忆的神经，才会觉醒吗？不，如果我们能时时刻刻重视安全、做到安全，人人讲安全，时时讲安全，事事讲安全，我们就能一生平安，幸福康宁。

医院用电安全是一项系统、复杂的工作，要保证医院的安全用电，不仅需要专业人员的技术保障，更需要医院不断加大安全用电知识的宣传力度，加强安全用电的管理，确保医院正常、安全的运行。对于生命不堪一击的脆弱，我们只有时时重视安全，处处重视安全，让安全为我们保驾护航，来维护这不堪一击的脆弱。

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家早上好！今天我要演讲的主题是《安全教育从我做起》。

安全教育是一个沉重的话题，近年来虽然安全教育越来越得到社会各界的重视，各类学校师生安全意识增强，防范能力



提高，但重特大伤亡事故仍时有发生，情况不容乐观。据有关部门统计，近年来，全国中小学每年非正常死亡人数到达16000多人，平均每天就有40多名中小學生死于非命。这意味着每天就有一个班级消失。这也说明校园并不是一块安全净土，校园安全形势依然严峻。但有关专家认为通过教育和预防，80%的中小學生意外伤害事故是可以避免的。现实生活中很多方面涉及安全。如交通安全、食品安全、消防安全、卫生安全、校内外活动安全、个人家居安全等等。

今天我主要给大家讲讲校内安全和交通安全。

## （一）校内安全

1. 在校内不互相追逐打闹，上下楼梯不要拥挤，要注意礼让靠右慢行。严禁在楼梯的扶手栏杆向下直滑或追逐奔跑。
2. 严禁爬高或在阳台护栏上探取东西，大扫除时二层以上在没有安全防护措施的情况下，不要探出身去擦外窗玻璃。在做卫生时，禁止打闹，以防滑倒跌伤。
3. 学习用电常识，不要用硬的物品接触电源，或人体某个部位接触电源，以防触电。不要乱插、私接电源，特别是不要用湿手去插电源插头。
4. 养成饮食健康好习惯，不到无证摊贩购买不洁零食和其他来路不明的食物，以免食物中毒。
5. 体育课要做好准备活动，以防拉伤身体。身体有某些方面疾病的同学一定提前报告给班主任，防止在体育课或做其他剧烈运动时发生意外。

## （二）注意交通安全

- （1）行人走路须走人行道，养成文明走路好习惯。

- (2) 横过公路时，应走人行横道线。
- (3) 遇有信号灯的路段，须严格遵守红灯停. 绿灯行的规定。
- (4) 在没有人行横道，横过公路应观察无来往车辆时，做到快速通过。
- (5) 不要在车辆临近时突然横穿公路。
- (6) 严禁翻越行人护栏或其他交通隔离设施。
- (7) 不要嬉戏. 打闹，不要在车前车后乱跑。
- (8) 乘车人应注意乘车安全，要排队上车不要把头手伸出车外。
- (9) 候车时应站在人行道上，不要在车行道上候车。
- (10) 骑电瓶车同学应佩戴头盔，走非机动车道，不要带人，更不要骑车在马路上追逐。

同学们：安全责任重于泰山，我们是国家未来的希望，希望大家，为了自己，为了家庭，为了学校，注意自己的行走安全，骑车安全，校内卫生、住宿、用电、体育课等方方面面的安全。

互联网给我们的生活带来了许多方便，它既没有空间限制，也没有时间限制。但互联网并不是一个纯净的世界，网上色情作品泛滥，许多犯罪活动都是以互联网为手段进行的。这告诫世人，互联网世界虽然是个奇妙的虚拟天地，但也是一个必须加倍提防的地方。成千上万的父母也许还没有意识到互联网上的危险。互联网世界充满了陷阱，遍布着别有用心、引诱孩子走入歧途的人；孩子单纯的心灵很容易被污染，而孩子和父母却往往觉察不到。那么，怎样让孩子面对互联网这个无形的、难以捉摸的世界呢？作为父母，应该和孩子努力沟

通，以便共同消除网络世界带来的危害。

上网的危害：

一、对学生的人生观、价值观和世界观形成的构成潜在威胁。互联网是一张无边无际的“网”，内容虽丰富却庞杂，良莠不齐，学生在互联网上频繁接触西方国家的宣传论调、文化思想等，这使得他们头脑中沉淀的中国传统文化观念和我国主流意识形态形成冲突，使学生的价值观产生倾斜，甚至盲从西方。长此以往，对于我国学生的人生观和意识形态必将起一种潜移默化的作用，对于国家的政治安定显然是一种潜在的巨大威胁。

二、互联网使许多学生沉溺于网络虚拟世界，脱离现实，也使一些学生荒废学业。与现实的社会生活不同，学生在网上面对的是一个虚拟的世界，它不仅满足了学生尽早尽快占有各种信息的需要，也给人际交往留下了广阔的想象空间，而且不必承担现实生活中的压力和责任。虚拟世界的这些特点，使得不少学生宁可整日沉溺于虚幻的环境中而不愿面对现实生活。而无限地泡在网上将对日常学习、生活产生很大的影响，严重的甚至会荒废学业。

三、互联网中的不良信息和网络犯罪对学生的身心健康和全构成危害和威胁。当前，网络对学生的危害主要集中到两点，一是某些人实施诸如诈骗或性侵害之类的犯罪；另一方面就是黄色垃圾对学生的危害。据有关专家调查，因特网上非学术性信息中，有47%与色情有关，网络使色情内容更容易传播。据不完全统计，60%的学生虽然是在无意中接触到网上黄色信息的，但自制力较弱的学生往往出于好奇或冲动而进一步寻找类似信息，从而深陷其中。调查还显示，在接触过网络上色情内容的学生中，有90%以上有性犯罪行为或动机。

网络游戏成瘾者心理特点有：进入网吧的次数越来越多，可以从中获得某种程度的心理满足；不玩网络游戏时会出现戒断

症状，如抑郁、易激惹、情绪烦躁；在网络游戏室玩游戏的实际时间比预计的时间要长，考虑过停止或减少进入网络游戏室，但不能自控；为了达到进入网络游戏室的目的，可以抛开学习和其它生活活动；有较强烈的自我表现欲。

## 案例

### 1、江苏泰州一个

12 岁的男孩，因沉迷网络游戏不能自拔，离家出走达两个月。

### 2、海南省临高县临城镇一个

14 岁中学生，在五一长假，长时间玩电脑游戏不吃不喝，结果猝死在电脑桌前。

### 3、中国最年轻的黑客——“菜霸”，花了

6 天 6 夜攻破腾讯内部系统，但接着马上被公安局关押。

### 4、有一名

21岁的大二学生在网吧连续玩了几十个小时的游戏。在他正准备离开网吧返校时，突感头疼、两眼发黑，继而倒地昏迷，医院收治后诊断其为“过度上网导致视网膜疲劳、低血糖症”。

### 5□20\_\_

年 5 月，江西某学院一名大四学生上网成瘾导致狂想症后杀死二人、重伤五人的残剧。

网络成瘾对学生的危害主要体现在以下几点：

(1) 损害身体健康。学生正处在长身体的时期，长时间僵坐在

电脑前缺乏适当的锻炼，会引起他们视力下降、精神疲惫，严重影响生长发育。经常上网的学生会造成左脑发育不良，语言表达力下降，甚至思维混乱。

(2)人格异化，影响社会交往。过多使用互联网会导致孤独和抑郁的增加，并会导致社会卷入的减少与心理幸福感降低。(3)引起角色混乱，诱发犯罪行为：网络游戏给了学生扮演各种各样角色的机会，同时也为学生的角色混乱埋下隐患。网络游戏大多以“攻击、战斗、竞争”为主要成分，长期玩赛车、砍杀、爆破、枪战等游戏，火爆刺激的内容容易使游戏者模糊道德认知，迷失了自我，以至不能理性地行使现实社会中的角色。他们误认为这种通过伤害他人而达成目的的方式是合理的。一旦形成了这种错误观点，便会不择手段，欺诈、偷盗甚至对他人施暴。(4)阻碍学业的完成。网络的过度使用侵占了学习时间，削弱了学习兴趣，破坏了学习习惯，降低了学习效率，从而影响了学习成绩。

(5)淡化道德约束，在网络上肆意漫骂和攻击。学生心智尚未成熟，在上网的时候，面对网络，他们不能很好地做到“慎独”，不能够保持清醒的头脑。在网上想说什么，就说什么，不顾任何后果。不少学生将网络当作发泄自己不满的窗口，肆意漫骂，什么不文明的话都敢说毫无自律意识。

网络既是近年来热门而有时尚的话题，也是人们各种信息交流的不可缺少的工具，给我们现代化的文化科技等做出了很重要的贡献。21世纪的人们必须要懂电脑，能掌握运用电脑，否则那则是现代科技文盲。任何事物有利但也有弊，这也是事物的必然关系，这样一来种种问题尤然而升，比如说网络游戏，色情网等等一系列的网页，不知危害了多少年华似锦的学生！

如何克服网络对青少年健康成长的消极影响呢？因网络带来的负面影响，绝不能“因噎废食”，应通过各种手段和方法，尽可能地将不良影响降到最低，学校家庭甚至包括网吧，都

应该加强对学生利用网络的引导和监督，相关部门应加强对网络的监测和监管，并推进网络法治化管理，尽可能丰富学生的网外话题活动，让其感受外界的美好，而不沉溺于网络。

总之，这是一项长期、复杂的工作，需要全社会和家庭的不懈努力和共同协作。加强网络立法、净化网络环境、深化教育改革、净化社会风气，让全社会都行动起来，还孩子们一个健康成长的环境。

;

## 诗词的演讲稿不超过三分钟篇四

随着一阵掌声后，我们班的同学们高昂着头，挺着胸，登上了灯光夺目的舞台，观众们的目光一下子凝聚在了我们的身上。

悠扬而汹涌的前奏响起，女生们仿佛望着长江滚滚而来，讲述起长江的声势浩大；男生们望着长江奔向中原大地，诉说起长江的汹涌澎湃。大家看着一条金黄的巨龙正在腾飞，一声长吼！夕阳映着青山红遍了大江南北，一叶孤舟，白发的渔翁，是那样鲜明，豪迈饮起一壶浊酒，大笑三声。

长江带着历史浮现在我们眼前，三位大义凛然的人中豪杰，在桃花纷飞的日子里，相拜为兄，坚定的誓言回响在耳边；保卫祖国的志向激荡人心；忠肝义胆的约定天地日月作鉴。台下已响起雷动的掌声，观众们好像已经被这“桃园结义”的故事所撼动，眼中炽热的火光隐隐可见。

历史的长河源源不断地运送着英雄的故事，侠骨柔情的女英雄缓缓走上前去，让历史再次重现，“遥想孟德当年平定北方。”精彩的故事徐徐道来，万马奔腾的场景在脑海中显现；皎洁的月光下，诸侯齐膝而坐，吟诗作对，品酒，赏乐，尽情高歌。

接着同学们又诉起曹操的忧愁，人生像朝露易于消逝，水月流逝已经很多。广招贤才，为及时建功立业。苦于没有贤才，借酒消愁。大家都被感染上了曹操的忧愁。借用姑娘思念爱人的情感，表达对于贤才的渴求。“山不厌高，水不厌深。”贤才越多越好，正如“王者不厌士，故天下归心。”曹操求贤若渴，统一天下的雄心壮志感染了所有人。

台下的观众有的拍得手掌发红；有的大声叫好；有的更是竖起了大拇指。欢呼声震得耳膜都要破了，我们则是胸有成竹地走下了舞台。古代豪杰的壮志凌云还萦绕在耳边。

## 诗词的演讲稿不超过三分钟篇五

想念你的黑尾巴

身上的黑点

像平稳安静的星星

想念世界的呼吸

想念雪，柳絮

与足够柔软的一切

想念你的离开

想念你粉如樱花的肉蹼

在春天，踩过清新的小雨

向我走来。

想念你

对我亲昵的叫唤与磨蹭  
在怀中，额前  
像是从我身上开出的一朵玫瑰  
想念拥抱的细节  
舌尖上的刺，在手背  
想念你的温暖，想念爱  
为我抵御侵晨的薄雾  
所遮掩的病苦  
想念你遁去的每一条小径  
藏匿声响的房顶  
想念你见我  
而一头钻进病榻的床巾  
想念自己  
想念你总是追着蓬松的毛  
追着消散的云朵  
往空中去，往空中去