

饮食安全演讲稿六年级(大全8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。演讲稿对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写演讲稿呢？下面我给大家整理了一些演讲稿模板范文，希望能够帮助到大家。

饮食安全演讲稿六年级篇一

大家好！今天我演讲的题目是《校园安全从我做起》。

校园是我们每天生活、学习的地方，每天大约三分之二的时光是在学校里度过的，所以说校园的安全直接关系到每个人的生命安全。

咱们学校十分重视同学们在校的安全，从“开学第一课”到安全疏散演练，从把交警、消防战士请进课堂到每天的值周总结中老师反复强调吃三无食品的危害，可谓用心良苦。我还发现学校在铺设塑胶操场时连进入教学楼的台阶都包上了草皮，为的就是最大可能地减少意外伤害事故。

小学生年龄小活泼好动、好奇心强，对任何事情都充满兴趣，行为具有很大的随意性，有时候玩得高兴早把老师的声声叮咛抛到了九霄云外。有些同学课间活动时楼上楼下追逐疯打嬉闹，不宽敞的楼道变得更加拥挤。有些同学下课在操场上跑得满头大汗，上课铃声响起才全速冲上楼去。几个人坐在体育器械上聊天，高年级的同学偷偷骑车来上学，放学后在校内外逗留，同学之间发生矛盾纠纷后通过打架来解决。这些现象都是对自己的安全不负责任的行为。

在此我代表六年一班向全校同学发出倡议：

一、要时时想安全，事事讲安全。

二、来校、回家做到文明行路，不骑车子不打闹。

三、不在小卖部逗留，不购买、不食用三无食品。

四、上下楼道要相互礼让，靠右行走。集会、做操排队时，人与人之间保持安全距离，不在楼道里、队伍中推挤打闹。

五、在老师指导下正确使用体育器械。

六、认真学习，珍惜时光。远离网吧，远离游戏厅。

七、善于化解同学之间的矛盾，不因小事争吵打架。

安全真的是我们每个人自己的事，要从提高自我保护意识做起，要从文明的言行举止开始，愿每位同学在校园安全地活动，共同维护好校园的软环境。

饮食安全演讲稿六年级篇二

大家好！

俗话说“身体是人们一生的本钱”健康是我们所有人都需要的，健康的身体是生活中取得成功的关键，调理好自己的身体是每个人重要的`责任。

财富是什么？是诚信、快乐、还是经验？不，这些虽然都很重要，但都比不上一个人的心身健康。

同学们，培根曾经说过：“健康的身体是灵魂的客厅，病弱的身体是灵魂的监狱”由此可见，健康真的非常重要，注重健康就是关爱自己亦是关爱他人。只有注重健康。才能幸福一生。

我的演讲完毕，谢谢大家！

饮食安全演讲稿六年级篇三

大家好！

在现代生活中，人们的饮食观念随着科学文化的发展而不断更新，在吃色香味美的食物同时，人们也开始注重饮食习惯和健康等方面的问题。

人吃主食要多样化，副食也要多样化，这样才能吸收各种营养，同时也要养成良好的饮食习惯，才能有利于人的健康。

合理的食物搭配和良好饮食习惯是身体健康的基础，但是一些人常常忽视了这一点，一生病就四处投医，没有从自己的饮食习惯找原因，不知道小习惯酿成大毛病的道理。俗话说：“病从口入”就是这个道理。

我经常见到这样的景象：有的同学不想吃早餐，经常买一些“三无”食品到学校，等老师不注意，就把“三无”食品倒进饭盒里当早餐吃；一些人为了睡懒觉，把早餐和午餐浓缩为一餐；一些人一边吃着滚烫的火锅，一边喝着冰凉的啤酒，忘记了“热不灼唇、寒不冰齿”的告诫。因此，造就了许多小孩营养不良症及许多成人富贵病。

无视饮食习惯，生命和健康就变成了无本之木、无源之水。

要想身体健康，我们在进行合理食物搭配同时，还要有良好的饮食习惯。

谢谢大家！

饮食安全演讲稿六年级篇四

大家上午好！

未经家长同意不去；

没有会游泳的成年人陪同不去；

深水的地方不去；

不熟悉的河溪池塘不去。

如遇有人溺水，要找会游泳的成年人，千万不要去盲目施救。

防溺水国旗下讲话稿在游泳时应注意什么呢？

1，下水时切勿太饿、太饱。饭后一小时才能下水，以免抽筋；

2，下水前试试水温，若水太冷，就不要下水；

3，若在江、河、湖、海游泳，则必须有伴相陪，不可单独游泳；

4，下水前观察游泳处的环境，若有危险警告，则不能在此游泳；

(1)遇到意外要沉着镇静，不要惊慌，应当一面呼唤他人相助，一面设法自救。

(2)游泳发生抽筋时，如果离岸很近，应立即到岸上进行按摩，如果离岸较远，可以采取仰游姿势，仰浮在水面上尽量对抽筋的肢体进行牵引、按摩，以求缓解，如果自行救治不见效，就尽量利用未抽筋的肢体划水靠岸。

(3)游泳遇到水草，应以仰游的姿式从原路游回，万一被水草缠住，不要乱蹦乱蹬，应仰浮在水面上，一手划水，一手解开水草，然后仰游从原路游回。

(4) 游泳时陷入漩涡，可以吸气后潜入水下，并用力向外游，待游出漩涡中心再浮出水面。

(5) 游泳时如果出现体力不支、过度疲劳的情况，应停止游动，仰浮在水面上恢复体力，待体力恢复后及时返回岸上。

同学们，安全无小事，让我们在心中永筑一道安全防线，为我们的生命负责！

饮食安全演讲稿六年级篇五

大家好！

我是五三班的罗嘉欣，今天我演讲的题目是《珍爱生命，预防溺水》

一、树立安全意识，加强自我保护，不走河边，沟沿，不走偏僻的道路，回家时要结伴而行；年龄小的一、二年级的学生要在有家人陪伴的前提下回家，并要做好相应的防备，防止溺水事件的发生。

三、在加强自我安全意识的同时，努力做好说服教育工作，对于那些违反学校纪律，私自玩水的行为，要坚决抵制并劝阻、检举揭发。

四、用学会的防溺水知识运用于实际，坚决杜绝溺水事件的发生。遇到有人溺水，不提倡未成年人下水救人，应立即呼救求救。

五、夏季来临，雷雨多发，注意汛期安全。不强行过沟过河，雨天不靠近河流海沟。

如果游泳时遇到有人溺水，应当怎样救助呢？遇到有人溺水时，措施一定要得当。作为未成年人，不管你是否会游泳，都不

提倡贸然下水救人，应当立即向周边呼救找人求救，或想办法施救，如找长竿、长绳在岸上搭救。游泳时抽筋怎么办？游泳时抽筋有多种表现。小到手指头，大到大腿，甚至胃都可能发生抽筋。针对不同部位的抽筋，要以不同的方法来应付。手指抽筋时，可以把手用力地紧握成拳，再用力张开，这样快速而有力地交替握、张，一会儿就可以解脱。下肢抽筋时，处理起来要更加注意。如果是脚趾抽筋，需要先深深地吸一口气，使自己仰面朝天浮在水面上，用不抽筋的那一侧的手紧紧握住抽筋的脚趾，向身体的方向用力拉动，另一只手紧紧压在抽筋腿的膝盖上，让膝关节绷直了，这样重复几次，便可解脱。小腿抽筋时，也可以照此方法行事。当大腿抽筋的时候，做法就稍为麻烦一些。先深吸一口气，仰面漂浮在水面上，然后把抽筋的大腿和膝关节用力弯曲过来，再用手抱住小腿，用力使它贴近大腿，同时做一些震颤动作，再用力地往前伸直。反复几次，即可见效。

同学们，让我们行动起来，珍爱生命，预防溺水，杜绝悲剧的发生。最后，让我们共同宣誓：珍爱生命，预防溺水。

谢谢大家！我的演讲完了！

饮食安全演讲稿六年级篇六

几点：

- 1、要注意个人卫生，勤洗手，勤通风，勤锻炼，不暴饮暴食。坚决杜绝购买路边小吃、流动摊贩的食品，以免发生食物中毒和诱发肠道传染病。
- 2、遵守交通规则，过马路左右看。主动避让机动车辆，谨防意外事故发生。
- 3、安排好作息时间，既要学习好，又要休息好。适当进行健康有益的活动。活动前要做好准备工作，谨防意外伤害发生。

4、爱护校园，保持环境卫生。保护环境，净化校园。

同学们，最后，让我们一起为创建平安校园而努力！祝愿大家平平安安，健康！

谢谢大家！

20xx年9月1日

饮食安全演讲稿六年级篇七

大家好！

今天，我很荣幸站在这里为大家演讲，我演讲的题目是《把安全放于心中让平安相伴一生》。

“生命”，一个多么鲜活的词语，“安全”，一个多么古老的话题，“幸福”，一种多么美妙的境界。生命只有在安全中才能永保活力，幸福只有在安全中才能永保魅力。有人说，生命是宝藏；有人说，生命是黄金；而我说，生命是花朵，就像春天里绚丽多彩的花朵！我们是祖国的花朵，祖国没有了这朵花，就缺少了一份欢乐。

因此，只有保证我们生活和生命的`安全，我们才能有幸福美好的一切。我们要做到在楼梯不打闹、不追逐、不乱跑，做到文明礼让、和睦相处。课间休息室学会玩耍，做文明游戏，度过轻松又安全的课间十分钟。千万也要注意交通安全，靠路边行走，注意来往车辆，不要在马路上玩耍。只要人人都树立“安全第一”的观念，才能减少和避免事故的发生。

为了个人的安全，为了家庭的幸福，为了母亲的微笑，为了儿女的祝愿，请绷紧“安全”这根弦，真正做到“安全在我心中，生命在我手中”。

同学们，美好的生活来之不易，一步一步都要走得小心翼翼。心中若无安全，平安哪会轻易驻留！让我们把安全放于心中，让平安相伴一生。让我们珍爱生命，远离危险，为创造平安校园而努力！

我的演讲到此结束，谢谢大家！

饮食安全演讲稿六年级篇八

大家早上好！

- 1、认真贯彻上级文件精神，积极开展预防溺水事故的教育宣传活动，落实“十个一”要求。安排防溺水安全教育作业；建立每周特殊教育制度；建立每日安全提醒制度，课前课后进行安全提醒。
- 2、每节课利用班会课，以“溺水安全教育课”为主题进行班会，通过具体案例和典型事例警示学生，让学生说出自己的事例和感受，增强学生的安全意识。如果他们能冷静地处理危险情况，尽量把伤害降到最低。
- 3、家校联合，共同预防。发一份《预防溺水家长报告》带回家：孩子在水里游泳一定要有家长陪同。平时不要在河边玩，也不要私自和同学一起游泳。
- 4、加强学生课内和课后的考勤管理，点名明确，及时了解缺课学生的信息，对请假学生进行跟踪调查，了解缺课和缺课学生的去向，尽快向学校报告并联系家长。
- 5、深入学生，了解班级学生情况，找到有游泳趋势的学生，及时谈话指导，做好学生思想工作，让学生提高认识，从源头上防止学生在河里游泳。
- 6、特别是要教育学生在遇到同伴溺水时避免手拉手盲目救助，

要智能救助，要立即寻求大人帮助。学校还应向学生讲解预防溺水知识，提高他们的自救和自理能力。

同学们，遵守规则就是对自己的人生负责，对我们爱的人和爱我们的人负责。严格遵守工作安排，严格执行请假制度，严格服从学校管理，从身边小事做起。只要严格遵守规则，生活的每一朵花都会更加娇艳，每一个家庭都会更加幸福，整个社会都会和谐发展。事故隐患，你查，我查，大家查，校园安全，你控制，我控制，大家控制。记住：安全第一，生命就是天堂！谢谢大家！