

最新预防雷电演讲稿(模板7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。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。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。

预防雷电演讲稿篇一

大家好！

今天我演讲的题目是——《生命如花》。有人这样形容我们，我们是早晨冉冉升起的初阳，充满了青春活力，饱胀着蓬勃朝气，多么快乐，多么美丽！然而，您有没有想过，在我们离开母亲的搀扶，摇摇晃晃地行走在人生道路上以后，我们如此美妙的生命靠的`是什么？曾有诗人问：“是生存，还是死亡？”；也有哲人说：“艰难和困惑是生命的本身。”我思来想去，只能说：是安全！是“安全”这把拐杖捍卫着我们的生命，维护我们生存的权利。“做事应该未雨绸缪，居安思危？？”说得真好呀！

人的生命是美好的、灿烂的，可也是非常短暂的。我们歌颂生命，因为生命是宝贵的，它属于我们每个人只有一次；我们热爱生命，因为生命是美好的，它令我们的人生焕发出灼灼光彩。“生命”是一个多么鲜活的词语！现实生活中那一件件本不该发生的事件，那一幕幕因小失大而酿成的悲剧，是否让你有了刻骨的心痛！

两个不会游泳的孩子，从游泳池的跳台滑下去，因为没有带救生圈，结果溺水而死；几个小学生去旅游，他们不听工作人员劝阻，走在狭窄的小桥上玩耍，结果坠山而亡；夜晚，

一个学生在路上，突然转弯，不仅自己被车撞死，而且还连累了别人。生命之河流，需要“安全”做曲折迂回的护堤；生命之画卷，需要“安全”这支抒写深远神致的笔。没有了“安全”，我们的生命就会摔跤，就不可能走过人生的风风雨雨。要知道，生命对于每个人只有一次，而生命的控制，往往在于我们自己。同学们，生命如花，让我们携起手来关爱生命，关注安全，让安全永驻心中，让“安全”之绿叶永远千娇百媚！

谢谢大家！

预防雷电演讲稿篇二

天气越来越热，游泳，是大家喜爱的运动项目之一，但往往存在着危险的因素。据有关部门统计，近年来溺水事故已成为造成xx岁以下非正常死亡的首要因素，入夏以来，各地溺水事故又时有发生。特别是进入5月份以来，各地溺水事故发生频繁。有的是结伴游泳溺亡，有的是为救同伴致多人溺亡，多发生在小学生和初中生，且男生居多。

在此，我希望大家注意游泳安全，做到以下几点：

不要独自一人外出游泳，也不要到不知水情或比较危险且易发生溺水伤亡事故的地方去游泳。

要清楚自己的身体健康状况，平时四肢就容易抽筋者不宜参加游泳或不要到深水区游泳。游泳时切勿太饿，太饱。饭后一小时才能下水，以免抽筋。

要做好下水前的准备，先活动活动身体，如水温太低应先在浅水处用水淋洗身体，待适应水温后再下水游泳。在游泳中如果觉得身体不舒服，如眩晕，恶心，心慌，气短等，要立即上岸休息或呼救。

万一不幸遇上了溺水事件，溺水者切莫慌张，应保持镇静，积极自救。

同学们，我们是国家和民族的希望，关注安全就是关注生命，关注安全就是关注我们自己！让我们学会生存，热爱生命，让我们在灿烂的阳光沐浴一方平安，让生命的一泓清泉永流不息。让我们行动起来，珍爱生命，预防溺水，杜绝悲剧的发生！

预防雷电演讲稿篇三

同学们，老师们，现在儿童视力下降的现象越来越严重，除社会环境的因素以外，还有其他方面的因素，科学家经长期调查研究后又提出了新的观点，对保护儿童的视力极其重要。

一、少吃甜食可保护视力。糖是酸性食物，而身体内环境是弱碱性的，吃甜食过多会使体液变成中性或弱酸性，不仅会引起缺钙、龋齿、肥胖等多种疾病，同时也会导致视力下降。

二、护脚有益于保护视力。脚上的穴位与眼睛密切相关，因而科学家认为护眼应先护脚，这就要求我们穿鞋要以合脚、平和、宽松为好，切忌过紧和高低不平，保持脚部血液循环流畅，就可以防治近视下降。

三、锻炼咬肌有益保护视力。经科学家调查得出结论，经常吃硬食物的儿童在智力和视力方面都明显高于经常吃蛋糕类软食物的儿童，经常锻炼咬肌，不仅可以健脑，还有明显增强视力的作用。

四、两项运动可以保护视力和提高视力。跳绳和打乒乓球都可以使人脑处于兴奋状态，眼睛内部不断调节运转，血液循环增强，视力神经机能提高，因此，也是保护和提高视力的最佳运动。

希望大家按照以上方法试一试，会使你的眼睛更加明亮。

预防雷电演讲稿篇四

二、严禁接电源、改表线。电路设备发生故障时，不得私自拆卸维修；

5. 提倡不吸烟，更不要在床上吸烟，吸烟后及时熄灭烟头；

六、严禁存放酒精、汽油等易燃易爆危险品；

八、认真了解宿舍结构，熟悉安全通道出口，知道报警器、消防器材的摆放和使用方法，掌握火灾逃生要领。

十、树立防范意识，掌握消防安全知识，服从管理，遇有紧急情况应及时向管理员求助。

同学们，也许你会在宿舍里随意扔烟头，也许你偶尔会忘记拔掉电源插头，也许你会认为火灾离我们很远很幸运，但大学宿舍里的许多火灾案例都在警告我们，所有惨痛的教训正是因为这些快乐而发生。让我们珍惜生命，远离战火！让我们一起努力，齐心协力，互相提醒，互相监督！

让我们从自己做起，从身边做起，从现在做起！

预防雷电演讲稿篇五

大家下午好：

如果有人问我，长这么大可否有让我耿耿于怀的事——实话说，还真有一件！甚至于至今仍让我无法释怀。那究竟为何事呢？请容我慢慢道来。

在不谙世事的年纪，最初并不知“近视”为何物？一切好似突

如其来一般，不知不觉中这个令人讨厌的“恶魔”就附着到了我的身上，当我知道后一切为时已晚，正如一句诗一般：一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴！

当如梦初醒时，我已经需要佩戴二百多度的眼镜了，带着一副沉重的眼镜，于是乎，名副其实地成为了大人们常说的“睁眼瞎”。

我讨厌这样，我更讨厌那时任性的我，为了一时玩游戏的高兴而痛苦一辈子——毫不夸张地说，这是我至今最痛苦的一件事，也是我至今最后悔的一件事！如今，随着学习任务的繁重，我的眼镜片的厚度也“与日俱增”——那美丽的景色：洁白的云朵、飞翔的鸟儿、鲜红的花朵和嫩绿的小草，在我的世界里只剩下一片朦胧。

每当去眼镜店测视力时，也总是会流泪。因为我害怕：害怕看不到世界，害怕看不到美丽的景色，害怕看不到学校里的同学和老师，更害怕看不到关心我的至爱双亲。

医生说我的近视是辐射造成的，也就是说，是手机电脑玩的太多导致近视的。听了这个结论，我是真的后悔了，我恨我自己。我也发誓一定要寻出近视的克星，治好天下人的近视，让人们不再因此而像我一样痛苦。

宽厚仁慈的地母啊，如果真的有来生，还我一双“明眸亮瞳”，好吗？

预防雷电演讲稿篇六

大家早上好！首先，我要你猜一个谜语：顶毛，底毛，中间一个黑葡萄。这是什么？真聪明，是眼睛！今天我们演讲的主题是：保护视力，从我做起。

我想说几个情况。想想是不是发生在你身上：读书写字的时

候盯着书，不要离书一尺远；看电视电脑的时候盯着屏幕，时间一个小时以上；做眼保健操的时候，时不时的睁开眼睛，四处看看。在昏暗的灯光下写或读。以上四种情况你都遇到过几个？如果遇到两个以上，那么你离近视不远了！也许有些同学会误以为只要我学习好，视力不好就可以戴眼镜。有些孩子认为戴眼镜是知识的象征。但现实告诉我们，一旦患上近视，会给我们的学习和生活带来很多不便。比如在参加体育活动的时候，经常有人打碎眼镜甚至伤到眼睛，去医院做手术缝合。戴眼镜不注意眼部卫生，会加速视力下降，形成高度近视。

为了让我们的孩子长大后不后悔，陈先生给你一些建议：

第一，多做户外运动，经常往远处看，让眼睛得到休息，调节视力，缓解疲劳。

第二，养成良好的读写习惯，做到“三个一”，一脚离书，一寸离笔尖，一拳离书桌。

第三，做到“三不”：不要躺着看书，不要边走边看书，不要在光线弱或太强的地方看书写字。

第四，看电视、操作电脑时，保持一定的眼距，控制时间。

第五，最后，提醒各位同学认真做眼保健操，注意眼部卫生。

俗话说：冰冻三尺，非一日之寒，护眼不能一蹴而就。注意眼部卫生，坚持科学用眼。同学们，让我们一起保护像眼睛一样的眼睛，有一双明亮的眼睛。

谢谢大家！

预防雷电演讲稿篇七

大家好！

同学们，老师们，现在儿童视力下降的现象越来越严重，除社会环境的因素以外，还有其他方面的因素，科学家经长期调查研究后又提出了新的观点，对保护儿童的视力极其重要。

一、少吃甜食可保护视力。糖是酸性食物，而身体内环境是弱碱性的，吃甜食过多会使体液变成中性或弱酸性，不仅会引起缺钙、龋齿、肥胖等多种疾病，同时也会导致视力下降。

二、护脚有益于保护视力。脚上的穴位与眼睛密切相关，因而科学家认为护眼应先护脚，这就要求我们穿鞋要以合脚、平和、宽松为好，切忌过紧和高低不平，保持脚部血液循环流畅，就可以防治近视下降。

三、锻炼咬肌有益保护视力。经科学家调查得出结论，经常吃硬食物的儿童在智力和视力方面都明显高于经常吃蛋糕类软食物的儿童，经常锻炼咬肌，不仅可以健脑，还有明显增强视力的作用。

四、两项运动可以保护视力和提高视力。跳绳和打乒乓球都可以使人脑处于兴奋状态，眼睛内部不断调节运转，血液循环增强，视力神经机能提高，因此，也是保护和提高视力的最佳运动。

希望大家按照以上方法试一试，会使你的眼睛更加明亮。谢谢大家！