

2023年珍爱生命关爱自己演讲稿 珍爱生命发言稿(精选8篇)

演讲稿是一种实用性比较强的文稿，是为演讲准备的书面材料。在现在的社会生活中，用到演讲稿的地方越来越多。大家想知道怎么样才能写得一篇好的演讲稿吗？下面小编给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。

珍爱生命关爱自己演讲稿篇一

老师们,同学们:

大家好!

道里嬉戏追打,上下楼时互相打闹,不在学校的食堂就餐,到外面吃一些或买一些没有任何卫生保障的食品吃,所有这些不和谐的现象应该引起同学们的高度重视,因为它时刻都在威胁着同学们的人生安全.同学们,其实,要避免上述现象并不难,如果我们从思想上能够重视起来,时时刻刻把“安全”二字放在心中,随时随地为着我们的安全而约束自己的行为,让我们携起手来,凝心聚力,学会生存,珍爱生命;让我们在灿烂阳光下沐浴一方平安,健康成长,愉快生活.让生命的一泓清泉,永流不息吧!

同学们、老师们:

当你随着一声清脆的啼哭,离开母体,一个生命降落人间,这就标志着又给人世间增添了一份宝贵的财富。同时也给家庭带来了无比欢乐。从这一刻起多少人关注着你,期望着你快快长大,成材成器。你不但属于家庭、父母,说到底你是属于社会、国家。所以也可这样说:生命诚可贵,人生价更高,只有生命的存在,才能去实现更高的人生价值。年以珍

爱生命，安全第一是我们社会永恒话题。人是最可宝贵的，只有人才能创造财富，才能使世界变得更美好。只有同学们的欢声笑语、活泼身影，才能使我们的校园充满阳光，充满生机。但是人的生命又是非常脆弱的，如果我们不注重安全意识，视安全隐患而不顾，对安全问题措施不及，防范不严，责任心不强，把生命当儿戏，那么造成的后果不堪设想：交通事故猛如虎狼；火灾频频，大火吞噬了多少生命财产；食品中毒接连不断；疾病染身；游泳溺水；玩耍坠楼等等，所以我们身边随时都潜伏着多少张牙舞爪的杀人凶手。随时都威胁着你的生命安全。一件件，一桩桩血腥的报道，令人胆战心惊，一幕幕惨剧目不忍睹。只因为忽视了安全问题，一个个生命如鲜花在瞬间凋零，后果带给社会、家庭、亲人只是悲痛欲绝的心身，沉重的打击，血的教训。到那时，这一切都为时已晚，我们失去的已经太多太多，对生命的关爱，不能成为美丽的词藻，难道只有失去之后才能醒悟。由于安全意识的淡薄，由于责任心的冷漠，玩忽职守而造成，难道我们不该反思，不该惩罚和加罪。而我们今后还能做些什么？更令人深思。

各位老师，同学们：

大家好！我为大家演讲的题目是《为我们的生命喝彩》

此时此刻，站在这个台上我的心潮澎湃不已，因为我还活着。记得哲学家苏格拉底说过：“世界上最快乐的事莫过于为理想而奋斗，而比起这个更值得庆幸的是我们还活着。”是的，比起那些遭遇不幸的人们，我们该为自己的生命喝彩。

样或者那样的挫折与挑战，灾难以及随之而来的痛苦。这不禁使我想起这样一个画面：在残恒石砾之间，一个母亲救出了一群学生后倒下了，身旁一个小女孩拉着她沾满鲜血与泥土的手声声的喊着：“妈妈，妈妈，妈妈，你快起来，不要走，不要离开我啊！快睁眼看看我，叔叔，阿姨们来了！……”她走了，留下一种感动离开了，这是在“”汶川

地震中牺牲的一个普通的母亲，一个平凡的人民教师，象她一样的人还有很多很多，难道他们不爱自己的生命，不想继续活着？不他们爱自己的生命，也想象我们一样健康的活着，快乐的生活，可是他们更爱自己的职业，更爱自己的祖国，他们知道“生命的意义”。

是啊，生命总在取舍之中显示它的价值，他们是平凡的，但平凡中孕育着伟大，他们是琐碎的，但琐碎中蕴涵着执著的追求。

每一天，每一分，每一秒，灾难如石块一般积压在我们的心灵之上，可更多的是我们灵魂深处，那闪烁着自豪与自信的感动光辉。我自豪，物品有一个伟大的祖国，我自信，我自信一切灾难都不会将我们这个伟大的民族压跨，我自信灾难只会是我们伟大民族兴盛的垫脚石，正如温总理所说“多难兴邦”。

也失去了意义，只有我们心里那份无言的感动激励着我们，久久，久久！

一个又一个我们的教师，我们的战士，我们的党员，我们的人民，用行动，用生命诠释着“国家兴亡，匹夫有责”的涵义，昭示着感动的真谛！

他们走了，永远的离开了，可是他们的生命没有结束，他们的精神还将继续，因为我们还活着。

珍爱生命关爱自己演讲稿篇二

老师们、同学们：

当北京奥运圣火慢慢熄灭的时候，我们感叹奥运健儿把生命的运动潜能发挥到极致；当汶川地震灾区渐渐进入灾后重建的时候，我们感受到人类作为生命群体的顽强、乐观和智慧；

当我们在平凡的学习、工作和生活中细细地体味生命的价值的时候，我们感慨人类生命的平凡与伟大、渺小与崇高。

新学期伊始，全国中小学生同上一节课：用知识守护生命。增加应对火灾、地震、洪水、台风等自然灾害的应急避险课程，加强生命意识教育，让应急避险课程走进了课堂。

面对那些在灾难中离去的人们，我们无法挽留住他们的生命，但我们可以珍爱、善待自己的生命，本着对生命负责的态度，坚强地活下去！让每一分钟都成为有意义的一分钟！同学们，当我们偶遇不顺时，莫灰心，别气馁，逃避和退缩是弱者的表现，只有珍爱生命，才有更多的精彩等着我们去开创！当我们遇到困难止步不前、情绪低落时，当我们为生活的点点滴滴斤斤计较、患得患失时，当我们萎靡不振、欲将生命颓废下去时，想想那些已经失去生命的同龄人吧！与他们相比，我们是多么的幸运！

“吾生也有涯，而知也无涯”。对我们每一个人来说，都注定要用有限的生命去面对广阔无垠的知识海洋。当我校的王慧晶、徐晋、鲁雅三名同学即将或已奔赴北大校园，奔赴最高知识殿堂的时候，他们因为没有虚度自己的青春年华而赢得师生的褒扬；当我校谢磊同学高擎奥运火炬跑在滨海新区传递大道上的时候，他也许更加深刻地体会到知识带给生命的绚丽和灿烂；同样，当我校两千多名同学今天坐在明亮的课堂，接受知识的洗礼的时候，我们也许慢慢地体会到知识带给我们智慧、激情、兴奋与幸福。

若生命是一束鲜花，珍爱生命，使它娇艳绽放，香气四溢；
若生命是一条溪流，珍爱生命，使它源远流长，奔流到海；
若生命是一篇华章，珍爱生命，使它高低婉转，清新悦耳；
若生命是一只幼雏，珍爱生命，使它羽翼丰满，振翅翱翔。

老师们、同学们，我们都是知识的追求者和传播者。在新的学年即将开始的时候，我代表学校向大家提出两点希望，师

生共勉：一是志存高远，以知识的丰富提升自己的生命价值。志存高远，心系祖国和人民是我们奋发努力的力量源泉，是我们胜不骄，败不馁的精神支柱，是我们人生道路上催人奋进的加油站。在四十七中这个和谐而充满生机的校园里，我们以尊重知识、热爱知识、追求知识为己任，提升自己的生命价值，重视过程，重视过程体验，重视过程体验的快乐，让我们的生命历程更具光彩。

二是脚踏实地，以品格修养的提高丰富自己的生命内涵。高尚的人格修养，起始于平时的点点滴滴，从小事做起，从身边事做起，衣着整洁，不随地吐痰，不闯红灯，不乱写乱划，随手捡起地上的纸屑杂物等等，这看似平常的小事，却处处体现着人的文明修养，处处检验人的品格道德。

用知识呵护生命，用奋斗去创造人生。人生虽然短暂，但是生命的歌从来不会停息，生命的舞也永远不会止步，珍爱生命吧！让我们用爱装点世界，用爱谱写一曲生命的赞歌！

各位老师、同学们：

我知道，同学们大多会吟唱《祝你平安》、《好人一生平安》等祈祷顺利、求报平安的歌曲；我相信，同学们都理解“平安是福”、“平安是金”等话语所包含的对生命的思考；我断定，同学们都曾用“平安、健康、幸福、顺利”等吉祥词语对父母、亲戚、同学、朋友表达过良好的祝愿。是的，安全重于泰山，它历来都是个人、家庭、集体、社会最基本的生命线，更是维系个人享受生活和集体保持稳定的最重要的保障线。

校园安全涉及到青少年生活和学习方面的安全隐患有20多种：食物中毒、体育运动损伤、网络交友安全、交通事故、火灾火险、溺水、毒品危害、性侵犯、艾滋病等。在全国各类安全事故中，学校安全事故所占的比重很大。据了解，我国每年约有1.6万名中小學生非正常死亡：中小學生因安全事故、

食物中毒、溺水、自杀等死亡的，平均每天有40多人，就是说几乎每天有一个班的学生在“消失”。

当前，中小学生中相继出现了不少因思想、心理、行为上的偏差而引发的伤亡事件，暴露出了当前学生在思想上、心理上和行为上具有普遍性的安全隐患。一个个触目惊心、血泪交织的悲剧不能不叫人扼腕叹息、心有余悸，也更对我们敲响了安全的警钟。

“生命”，一个多么鲜活的词语；“安全”，一个多么古老的话题；“幸福”一个多么美妙的境界。同学们：一人安全，全家幸福；生命至上，安全为天；安全第一，预防为主。生命只有在安全中才能永葆活力，幸福只有在安全中才能永具魅力。安全构筑了我们美好的家园，成为连接亲朋好友的纽带。在安全的问题上，来不得半点麻痹和侥幸，在安全的问题上，我们必须防范在先、警惕在前，必须要警于思，合于规、慎于行；必须要树立高度的安全意识，人人讲安全，时时讲安全，事事讲安全；必须要筑起思想、行为和生命的安全长城。

也许不少同学会认为，安全只是指身体的安全甚至是肢体的健壮和不受伤害；认为只要自己的肢体健全、行动自如那就叫安全。我认为，这决不是安全的全部。即便是一个具有健全的体格的人，如果他的思想道德水平低下、明辨是非能力不强，糊里糊涂攀兄弟、结姐妹，既有拉帮结派之嫌，又有醉翁喝酒之意；如果他不明不白逞义气、惹事端，不但喜好随波逐流，而且希望出点乱子；这表现出来的就是思想上的安全问题。就如上星期，有好几起同学打架事件，还有球场上发生的事件。篮球比赛本应赛出友谊，赛出风格，可有那么一些同学竟为输赢而大打出手，弄得同学之间关系紧张。不难想象，有了这样不安全的思想，要平平安安地一辈子做好人，那是很难的。再说，一个具有健全体格的人，如果他沉溺于不良书刊和网络游戏的精神鸦片，天天吸、处处吸，甚至课堂上忍不住要走神，思之想之；深夜里忍不住要越墙

泡网吧熬个通宵；如果他过早地迷恋于少男少女的缠绵悱恻，无端寻愁觅恨、疯疯傻傻、痴痴狂狂，甚至争风吃醋结恩怨，冲冠一怒为红颜。这表现出来的就是行为上的安全问题。有了这样不安全的行为，要踏踏实实地读好书，一帆风顺地读到头，那也是很难的。无论是人身安全还是思想安全，亦或是行为安全，它们都有一个共同的特点，那就是结果的残酷性。交通事故，游泳溺水事故、体育活动意外伤害事故，课间游戏追逐打闹偶发事故，轻者可以伤及体格，重者能够危及生命，它们造成的后果是残酷的。可是思想道德的残缺、行为方式的越轨比体格不健全更可怕。臧克家先生在《有的人》一诗中写道：“有的人活着，他已经死了。”我想，那些失去健康的精神追求、迷失正确的人生方向、空有一架活着的躯体行尸走肉的人不就是思想残缺的产物吗？这种“产物”充其量只能是没完没了地吸取消化父母亲血汗的机器，只能成为社会发展长河中的废物，甚至成为危害社会发展的危险物。

关系当中。因此，个人就不仅只是个人。每一个人的现在都与未来相连，每一个人的自身都与家庭相连，每一个人的荣辱都与整体相连。为了个人的成长，为了家庭的幸福，为了这荣辱相伴的整体，让我们共同筑起思想、行为和生命的安全长城，做个好人。只有好人，一生才能平安；祝愿好人，一生平平安安。

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。

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！今天我演讲的题目是：加强安全自律，建设和谐校园。

随着一声清脆的啼哭声，就标志着一个生命降落人间，生命

的存在意味着什么？每当旭日东升的刹那间，太阳将金黄撒遍每一个角落，大地万物苏醒那是因为有了生命；娇嫩的花朵在绿丛中起舞，萤火虫在黑暗中眨眼歌唱，活泼的孩子在草地上翻滚这些都是因为有了生命。生命无处不在，无处不有。生命又是何其珍贵！有了生命，才有了竞争和拼搏，有了生命，才有快乐与悲伤，有了生命，才有希望与理想，有了生命才有了对生命的珍爱。

世界上最珍贵的莫过于生命，而生命对每个人却只有一次。何况人生在世肩负着太多太多的责任。因此，重视健康是珍爱生命的前提。

是的。死亡总是留给人们恐惧，对死亡的抵触使人们对生存产生渴望，因害怕所以才拒绝。正是如此，人们对生存的强烈愿望昭示着我们必须珍爱生命。

珍爱生命——教师在七、八年级段会上的讲话

珍爱生命

——教师在七、八年级段会上的讲话

1. 珍爱生命，从珍惜时间开始。生命是什么？不就是存在的一天天，一秒秒吗？时间的流淌和感知，就是生命。珍爱生命，就是珍惜时间，浪费时间，就是在谋财害命啊！怎么珍惜时间，即是学会时间管理，让每一天的时间都能够充分的利用好。就是处理好玩和学的时间分配和均衡，如果只知道玩，一天到头的玩，没有学，晨读、上课、午休、晚读、晚自修都是我们必须学的时间，如果这些时间毫无目的的玩了，这真的把自己玩完了。体育课、课外时间、课间操、周末片刻等时间你却挤出来学，把玩丢了，学的效果也不会好到哪里去？劳逸结合才是真有效的学啊！

2. 珍爱生命，从科学方法开始。生命是有时间限制的，并不

是可以无限的拉长，你错过了，就永远错过，失去了，就是永远失去。不可从头再来。在你十几岁的时候，是集中学习的黄金时间，你可以无所顾忌的学习和锻炼身体，可是你没有去学习，而是，在学校里得过且过，混日子，无所事事。时间给你的资本，学习的积累也就在逃课、旷课、偷懒、叛逆、作对、少不更事中无踪无影。等到想要学习的时候，也已经不可能了。后悔莫及啊！不想这样过，想过一种高质量的生活，必须有科学的方法，方法用对，事半功倍，否则吃力不讨好。比如，七年级的预习单，很多同学说很有效，这种预习要真预习，看书，解题，解决了几个问题，不懂得留到课堂老师帮你解决。今天，我告诉大家，学习的六步法：自学、启发、复习、作业、纠错、小结。缺一不可。持之以恒的用，发现真灵，进步就在方法的巧用中。

考出来的同学，你就从最基础的做起，进步一点点，从锻炼自己的品质，坚强的意志开始。同是人，为什么相差这么远呢？我就是不相信。唯有不相信，才会有出人头地的一天，命运只会捉弄不努力的人。天道酬勤是良训，勤能补拙是古话，这不会错的。人最怕的是懒，是停，慢一些，迟一些没关系，唯有不停不懒才有希望。自己是自己的救命人，一个连自己都放弃的人，就是无药可救了。锻炼意志，从不相信自己做不到开始。

用好时间，做好合理的时间安排；用对方法，从良好地方法中破解难题；不屈的意志，是责任，可以解决你学习动力。三者结合，你就是不一样的你。我校争创乡下一流学校，培养三信学生，不是挂在嘴上，说说过嘴瘾的，而是真刀真枪，在时间，在方法，在意志上，说到做到。希望本次月考是一次起点，下次争取更大成就。

珍爱生命讲话稿——“生命教育”国旗下讲话 老师们，同学们：

大家好！

今天，我们又站在这里，看着国旗冉冉升起，飘扬在蓝天之下；听着国歌雄壮有力，回响在校园之中。我们是多么幸运呀，我们拥有明亮的眼睛，敏锐的耳朵，还拥有聪明的头脑和强健的体魄，从出生的那天起，我们就不断地探索着整个世界。

然而，我们都知道，花谢了可以再开，燕子飞了可以再回，但是生命属于人的只有一次，一旦逝去，便无法追回。生命本身就是一种精彩，健康是最大的财富。假如我们失去生命，这一切都将不再存在。“人，最宝贵的是生命，生命对于每个人来说，只有一次”，这句话人人都记得，可是，我们却时常疏忽大意，时常听到，看到，接触到各种安全事故的发生。

据统计，我国中小学因交通事故，建筑物倒塌，食物中毒，溺水，治安事故等非正常死亡的，平均每天有40多人，相当于每天有一个班的学生在消失，触目惊心的数字敲响了校园安全警钟。比如：去年河北省某中学做课间操时学生在楼梯间发生拥挤踩踏事故，造成数十名学生伤亡；湖南一学生欲翻越墙跑出校外，不慎从围墙摔下身亡；而在我们的校园里，也存在着很多威胁着我们生命安全的现象。比如：同学们在楼道里嬉戏追打，上下楼时互相打闹，不在学校的食堂就餐，到外面吃一些或买一些没有任何卫生保障的食品吃，所有这些不和谐的现象应该引起同学们的高度重视，因为它时刻都在威胁着同学们的人生安全。

珍爱生命关爱自己演讲稿篇三

珍爱生命发言稿() 珍爱生命演讲稿() 第一篇：珍爱生命演讲稿 珍爱生命，安全第一 老师们、同学们：

大家早上好！今天我演讲的题目是《珍爱生命，安全第一》。11月16日9时15分，庆阳市正宁县榆林子镇西街道班门口，发生了一起重大交通事故。一辆向东行驶的大货车，与一辆向

西行驶的榆林子镇幼儿园核载9人，但实际载有64人的校车相撞。当场致5人死亡，其中校车司机1名，幼儿园学生4名。其余受伤人员在送往医院及抢救过程中，又有15人因伤势过重死亡，其中老师1名，学生14名。目前，已造成20人死亡，44人受伤。

同学们，当你离开母体，发出第一声清脆的啼哭时，这标志着世界上又一个鲜活生命的诞生。你的出生不仅给这人世间增添了一份宝贵的财富，也给你的家庭带来了一份希望和无限欢乐。从这一刻起多少人关注着你，期望着你长大成才。你不但属于父母和家庭，你更属于国家和社会。生命诚可贵，人生价更高。生命不保，何谈教育。毫无疑问，只有活着，我们才有可能去实现更高的人生价值。所以，“珍爱生命，安全第一”是教育永恒话题。

1 / 13

老师们，同学们，血的教训不能一次又一次，悲剧不能一演再演，生命更没有第二次。我们只有懂得一个道理，防患于未然，在人生的路上走好每一步，处处小心，时时提防，保持警惕的头脑，绷紧安全之弦，事事处处想到“安全”二个字，在校内外要注意各种安全，规范程序，严格制度。为此，我向各位同学发出以下倡议：

2 / 13

面湿滑，同学们在行走时务必轻脚慢步。另外大家课间要注意文明休息，教室和楼道里不要追打吵闹。

2，注意交通安全。不要乘坐超载、超速、疲劳驾驶和没有运营资质的车辆。要遵守交通规则，靠右行驶，不要在机动车道内骑车、玩耍。

3，注意饮食安全。不要购买“三无”食品，不要在校门口和街

头流动摊点购买零食，防止食物中毒。要学会保护自己，照顾自己，注意不要暴饮暴食，尽量少食用生冷的食品。

4，在各项运动中要注意运动安全。听从体育老师的安排，上体育课和课外活动前要作好准备活动，不做危险性的运动，运动时要注意不要剧烈碰撞，以免撞伤或摔伤。

5，网络是一个很好的学习工具，我们可以利用它搜集资料，拓宽视野。但是网络也有很多危害，如果上网浏览不健康的网页，或毫无节制地沉溺于虚拟空间，就会影响同学们的身心健康。我们的校规中明确提出，严禁学生进入网吧，游戏厅，歌舞厅等营业性娱乐场所。

6，注意人际安全。不结交有恶习的社会无业青年，在同学间遇到矛盾时，一定要冷静、理智，切忌用拳头代替说理，给自己和同学带来不良的后果。要谨记：忍一时风平浪静，退一步海阔天空。

3 / 13

珍爱生命发言稿()8，在社会上发扬见义勇为精神时，要认清自身的能力和条件，采用适当的方法，我们不提倡盲目的见义勇为，以免造成自身不应有的严重后果。

老师们、同学们，我们要牢固树立“安全第一、预防为主”的思想，把安全第一的原则贯穿在学习和生活的方方面面，目的就是要杜绝一切安全事故的发生，拥有一个健康快乐的生活环境。我们要学会爱自己，热爱生活，让我们在灿烂的阳光沐浴一方平安，健康成长。

老师们、同学们，人的生命只有一次，一次碰撞，一次摔跤都可能给人的脆弱的生命造成难以想象的危害。让我们牢记：珍爱生命，安全第一！让我们共同努力，一起携手创建平安和谐的美丽校园吧！

第二篇：珍爱生命演讲稿 各位老师，各位同学：

早上好！今天我演讲的题目是《珍爱生命》。

4 / 13

珍爱生命发言稿()们自强不息?哦，是生命，是生命那火一般的力量，让对他们而言不公平的命运变得熠熠生辉。

生命仅仅是一个过程，甚至是一个转瞬即逝的过程，甚至短暂得如同天穹中一颗消隐的流星，那么我们不是应该让生命绽放更多的光彩吗?蒙田在他的《热爱生命》一文写到：“我想靠迅速抓紧时间，去留住稍纵即逝的日子；我想凭时间的有效利用去弥补匆匆流逝的光阴。剩下的生命愈是短暂，我愈要使之过得丰盈充实。”塞涅卡也曾说：“如能善于利用，生命乃悠长。”

5 / 13

珍爱生命发言稿()我们是芸芸众生里的一员，既然来到了这个世界上，就应该让自己生命里的一切思想、情怀、品格盛开成三月如诗如画的原野，在寂寥的人生路途上，用生命去唱一支热烈而充实的歌。这样，才算得上是善待生命，不负年华。

谢谢大家！第三篇：小学生珍爱生命演讲稿 尊敬的各位老师、同学们：

6 / 13

珍爱生命发言稿()们：一人安全，全家幸福；生命至上，安全为天；安全第一，预防为主。为了让学校安全的警钟长鸣，为了我们能有一个舒心、优雅、文明的学习环境，我代表学校向全体师生发出以下倡议：

一、提高个人思想素质。团结同学，和同学和睦相处，善于化解同学之间的矛盾。不因小事和同学争吵，不打架斗殴，不在在校园内外发生暴力行为，争做文明的中小學生。

二、关注课间安全。请同学们在课间不做剧烈的活动，避免发生各种伤害事故；不追逐嬉戏，不打闹，不攀高，不拥挤，不抢道；不在教室内打球、踢球。

三、严格规范操作。体育活动、实验课、社会实践及其他户外活动要严格服从老师指挥，严守操作规程，不擅自行动，防止各种妨害安全的问题发生。

四、遵守交通规则和交通秩序。过马路要走人行横道，做到“红灯停、绿灯行，黄灯亮了等一等”；来校、回家做到文明行路，不骑摩托车，不骑自行车带人，不乘坐农用车辆、无牌无证车辆，不乘坐超载车辆；集体外出必须经过学校同意，必须服从带队老师的指挥。

五、讲究饮食卫生，养成良好习惯。不吃腐烂变质食品，不吃零食，不喝生水，不偏食，不暴食暴饮；不随地吐痰，不乱扔果皮纸屑。

7 / 13

珍爱生命发言稿()六、强化“防火灾、防触电、防侵害”意识。不吸烟、不玩火，；不随意触摸各种电器。不接受陌生人接送与来访，遇到形迹可疑的人要及时报告保卫人员或教师。

七、学会自护自救，提高防御能力。学会简易的防护自救方法，遇到偶发事件要冷静对待；敢于批评、指正一切违反安全要求的行为和现象，做维护校园安全的主人。

八、加强自我防范意识。注意公共场所的人身和财产安全，不把珍贵物品、现金放在教室，上学放学不要独行，要走大

路，最好由家长接送，或者和同学们结伴而行。如果遇到坏人坏事要冷静、机智，要敢于见义勇为又要量力而行，要及时敢于拨打110报案。

九、认真学习，珍惜时光。远离网吧，远离台球室，远离游戏厅，不吸烟，不喝酒，不赌博，不看不健康的书籍，不结交、不谈恋爱，不同社会闲杂人员交往。

8 / 13

9 / 13

珍爱生命发言稿()不好好生活下去呢

第：珍爱生命演讲稿 珍爱生命 周国平

10 / 13

珍爱生命发言稿()姿百态丰富你的心胸。于是，你便会善待一切生命，从每一个素不相识的人，到一头羚羊，一只昆虫，一棵树，从心底里产生万物同源的亲近感。于是，你便会怀有一种敬畏之心，敬畏生命，也敬畏创造生命的造物主，不管人们把它称作神还是大自然。

生命是我们最珍贵的东西，它是我们所拥有的一切的前提，失去了它，我们就失去了一切。生命又是我们最忽略的东西，我们对于自己拥有它实在太习以为常了，而一切习惯了的东西都容易被我们忘记。因此，人们在道理上都知道生命的宝贵，实际上却常常做一些损害生命的事情，抽烟、酗酒、纵欲、不讲卫生、超负荷工作，等等。因此，人们为虚名浮利而忙碌，却舍不得花时间来让生命本身感到愉快，来做一些实现生命本身的价值的事情。往往是当我们的生命真正受到威胁的时候，我们才翻然醒悟，生命的不可替代的价值才突现在我们(请收藏：)的眼前。但是，有时候醒悟已经为时已

晚，损失已经不可挽回。

“生命”是一个美丽的词，但它的美被琐碎的日常生活掩盖住了。我们活着，可是我们并不是时时对生命有所体验的。相反，这样的時候很少。大多数时候，我们倒是像无生命的机械一样活着。

11 / 13

珍爱生命发言稿()跃的生命时，我的确认为，此时此刻我是世界上最幸福的人了，演讲稿《珍爱生命演讲稿》。

生命平静地流逝，没有声响，没有浪花，甚至连波纹也看不见，无声无息。我多么厌恶这平坦的河床，它吸收了任何感觉。突然，遇到了阻碍，礁岩崛起，狂风大作，抛起万丈浪。我活着吗?是的，这时候我才觉得我活着。

生命害怕单调甚于害怕死亡，仅此就足以保证它不可战胜了。它为了逃避单调必须丰富自己，不在乎结局是否徒劳。

文化是生命的花朵。离开生命本原，文化不过是人造花束，中西文化之争不过是绢花与塑料花之争。

世界上的万物都是有生命的，虽然有些东西不能动，不能说话，但他们都由有生命的东西转化而来的。人的生命是宝贵的，人的生命也是脆弱的。生命属于我们，生命只有一次，我们要珍爱自己的生命。

曾记得以前看过许多关于生命的文章，它们都体现了生命的坚强，生命的伟大与脆弱。

12 / 13

珍爱生命发言稿()在生活中，也许一次小小的车祸都会让人

失去生命，但有些人是幸运的，没有失去生命，而失去了双手或双腿或落下终身残疾，使人行动乃至生活与学习很不方便，所以我们要珍惜自己的生命，珍惜自己所仅有的唯一的生命，我们要保护好它，不让它受到任何伤害，这是作为人的重中之重。

我想大家一定都看过四川大地震中关于生命的故事，他们在快要失去生命之时，知道如何安慰与保护自己，得到自己仅有的唯一的生命，这是因为他们知道人的生命只有一次，失去了就已经不再。

在生活中，每个人都应该知道如何保护自己的生命，不光是大人，就连小孩也应该知道如何保护自己。在危险与灾难之时，应该知道如何为自己争取时间，争取生活下去的机会。在四川汶川大地震中，有些人在废墟下十几小时乃至几十个小时也能活下去，就是因为他们知道生命的宝贵，知道如何保护自己的生命！在灾难中，一定要保持自己的体力，这就是保护生命的一种方式。

生命是宝贵的，生命也是唯一的，也是脆弱的。除了自己的生命之外，我们还要尊重与爱护他人的生命，自己的生命才能得到他人的爱护与尊重。所以我们不要做伤害他人的事。

生命是伟大的，生命也是宝贵的，而生命又是唯一的，所以请大家一定要珍爱自己的生命，爱护他人的生命。

13 / 13

珍爱生命关爱自己演讲稿篇四

城南学校九年级2班防溺水教育主题班会

甲：同学们，生命是宝贵的，我们应珍爱生命。乙：远离溺水伤害。

甲乙合：城南学校九年级7班防溺水教育主题班会现在开始。

甲：全国每年有1.6万名中小學生非正常死亡，平均每天约有40多名学生死于溺水、交通或食物中毒等事故，溺水和交通居意外死亡的前两位，中国溺水死亡率为8.77%，其中0岁至14岁的占56.58%，是这个年龄段的第一死因。

乙：河滩玩耍差点酿成险情

2007年6月21日，某中学组织师生前往该市近郊河滩进行野炊活动。临近中午，野炊活动结束，带队老师组织学生结对回校。该校初一学生黄某等三名女生结伴留在回校的队伍最后，并准备离队偷偷去附近的河里嬉水。此时，该校的两名高一男生恰好途径此地，及时加以劝阻，并将她们送回学校。事后，据村民反映：该河表面平静，但深浅处相差甚大，河床最深处的水深达4-5米。3女生不知险情，如果下水，后果不堪设想。

甲：这一事例告诫我们：参加集体活动不要擅自离队，不要私自到江河湖泊中游泳，不要到毫无安全防护设施的水边玩耍；如有人在水边玩耍，要及时加以劝阻。

乙：私游水库断送性命

2007年6月13日上午放学后，安徽省某镇初一年级的于某、陈某、顾某3名学生骑自行车回家，途径水库时，因为天气炎热，便下水游泳。陈某和顾某脱掉衣服先下水，于某脱衣服慢一些，等他下水时已经看不见陈某和顾某了。于某顿时紧张起来，急忙上岸，呼喊村里大人来施救。等大人赶到，将两人打捞上来，他们已经停止呼吸了。

甲：这一事例中的2名同学私自到无防护设施的水域游泳酿成了惨剧。同学们一定要记住，游泳一定要有家长或老师带领，而且要有相应的安全措施，否则极容易发生溺水事故。

乙：水塘摸鱼溺水身亡

2007年6月15日下午三时左右，宝鸡市某村4名中学生，相约来到村子附近的一个小水塘，在浅水区摸鱼。其间有1人不小心滑入深水区，在水中挣扎。另两名同伴见状，不假思索就去搭救。结果，3人在深水中挣扎了一会儿都沉入水中。剩下1名学生赶紧上岸呼救，大人闻讯赶来，将3人救上岸，其中2人生还，另1人却永远停止了呼吸。甲：血的教训再一次提醒我们，千万不能私自到河塘中嬉水。一旦发现有人溺水，应立即大声呼救，寻求大人的帮助，不要轻易下水救人。

乙：有关溺水事件的图片

甲乙合：让我们一起来读学校要求：

为进一步做好学校预防溺水教育和安全防范工作，增强我校学生的安全意识，避免溺水事故的发生，在此学校要求每位学生一定要增强安全意识，不擅自下水游泳，不到无安全设施、无救护人员的水域游泳，不到不熟悉的水域游泳，也不要无成人陪同下到江河湖塘旁边戏耍、游玩等，切实杜绝一切可能导致危险事故发生的因素。

甲：游泳时必须做到游泳的四不要

- 1、没有家长带领，小孩子不能偷偷地结伴去游泳。
- 2、不能去不知水情、地方很偏僻的小河、池塘里游泳。
- 3、为预防抽筋，要做好下水前的准备，先活动活动身体，用水淋湿身体各部分，不能马上下水！
- 4、自己的水性要有自知之明，千万不要抱有侥幸心理，下水后不能嬉戏玩闹，在没有大人及安全措施的情况下不能逞能比赛。

乙：看到有人溺水时我们该怎么办？

- 1、原地大声呼救。
- 2、跑去找大人。
- 3、拨打110（120）急救电话。
- 4、没有绝对把握，不要冒险救人，以免造成更大恶果！

甲：（结束语）同学们，无论是假期在家或在校园，都必须谨慎下水，切莫掉以轻心。乙：同学们，除了溺水，还有其它许许多多会造成伤亡的可能，追逐打闹、打架斗殴、恶作剧等都有可能对自己和他人造成严重伤害！

甲乙合：同学们，生命有时候是很脆弱的，让我们善待生命！

珍爱生命关爱自己演讲稿篇五

老师们, 同学们:

大家好!

今天, 我们又站在这里, 看着国旗冉冉升起, 飘扬在蓝天之下; 听着国歌雄壮有力, 回响在校园之中. 我们是多么幸运呀, 我们拥有明亮的眼睛, 敏锐的耳朵, 还拥有聪明的头脑和强健的体魄, 从出生的那天起, 我们就不断地探索着整个世界. 然而, 我们都知道, 花谢了可以再开, 燕子飞了可以再回, 但是生命属于人的只有一次, 一旦逝去, 便无法追回. 生命本身就是一种精彩, 健康是最大的财富. 假如我们失去生命, 这一切都将不再存在. “人, 最宝贵的是生命, 生命对于每个人来说, 只有一次”, 这句话人人都记得, 可是, 我们却时常疏忽大意, 时常听到, 看到, 接触到各种安全事故的发生. 据统计, 我国中小学因交通事故, 建筑物倒塌, 食物中毒, 溺水, 治安事故等非正常死亡的, 平均每天有40多人, 相当于每天有一个班的学生在消失, 触目惊心的数字敲响了校园安全警钟. 比如: 去年河北省某中学做课

间操时学生在楼梯间发生拥挤踩踏事故,造成数十名学生伤亡;湖南一学生欲翻越墙跑出校外,不慎从围墙摔下身亡;而在我们的校园里,也存在着很多威胁着我们生命安全的现象.比如:同学们在楼道里嬉戏追打,上下楼时互相打闹,不在学校的食堂就餐,到外面吃一些或买一些没有任何卫生保障的食品吃,所有这些不和谐的现象应该引起同学们的高度重视,因为它时时刻刻都在威胁着同学们的人生安全.同学们,其实,要避免上述现象并不难,如果我们从思想上能够重视起来,时时刻刻把“安全”二字放在心中,随时随地为着我们的安全而约束自己的行为,让我们携起手来,凝心聚力,学会生存,珍爱生命;让我们在灿烂的阳光下沐浴一方平安,健康成长,愉快生活.让生命的一泓清泉,永流不息吧!

同学们、老师们:

当你随着一声清脆的啼哭,离开母体,一个生命降落人间,这就标志着又给人世间增添了一份宝贵的财富,珍爱生命发言稿。同时也给家庭带来了无比欢乐。从这一刻起多少人关注着你,期望着你快快长大,成材成器。你不但属于家庭、父母,说到底你是属于社会、国家。所以也可这样说:生命诚可贵,人生价更高,只有生命的存在,才能去实现更高的人生价值。年以珍爱生命,安全第一是我们社会永恒话题。人是最可宝贵的,只有人才能创造财富,才能使世界变得更美好。只有同学们的欢声笑语、活泼身影,才能使我们的校园充满阳光,充满生机,发言稿《珍爱生命发言稿》。但是人的生命又是非常脆弱的,如果我们不注重安全意识,视安全隐患而不顾,对安全问题措施不及,防范不严,责任心不强,把生命当儿戏,那么造成的后果不堪设想:交通事故猛如虎狼;火灾频频,大火吞噬了多少生命财产;食品中毒接连不断;疾病染身;游泳溺水;玩耍坠楼等等,所以我们身边随时都潜伏着多少张牙舞爪的杀人凶手。随时都威胁着你的生命安全。一件件,一桩桩血腥的报道,令人胆战心惊,一幕幕惨剧目不忍睹。只因为忽视了安全问题,一个个生命如鲜花在瞬间凋零,后果带给社会、家庭、亲人只是悲痛欲

绝的心身，沉重的打击，血的教训。到那时，这一切都为时已晚，我们失去的已经太多太多，对生命的关爱，不能成为美丽的词藻，难道只有失去之后才能醒悟。由于安全意识的淡薄，由于责任心的冷漠，玩忽职守而造成，难道我们不该反思，不该惩罚和加罪。而我们今后还能做些什么？更令人深思。

各位老师，同学们：

大家好！我为大家演讲的题目是《为我们的生活喝彩》

此时此刻，站在这个台上我的心潮澎湃不已，因为我还活着。记得哲学家苏格拉底说过：“世界上最快乐的事莫过于为理想而奋斗，而比起这个更值得庆幸的是我们还活着。”是的，比起那些遭遇不幸的人们，我们该为自己的生命喝彩。

我们谁也无法选择何时生何时死，在灾难与挫折面前，一切的一切都显得那么的黯淡与渺小，而正因为灾难与挫折，让我们的生命更具价值，更有魅力。人活着就会遭遇这样或者那样的挫折与挑战，灾难以及随之而来的痛苦。这不禁使我想起了这样一个画面：在残垣石砾之间，一个母亲救出了一群学生后倒下了，身旁一个小女孩拉着她沾满鲜血与泥土的手声声的喊着：“妈妈，妈妈，妈妈，你快起来，不要走，不要离开我啊！快睁眼看看我，叔叔，阿姨们来了！……”她走了，留下一种感动离开了，这是在“5.12”汶川地震中牺牲的一个普通的母亲，一个平凡的人民教师，象她一样的人还有很多很多，难道他们不爱自己的生命，不想继续活着？不他们爱自己的生命，也想象我们一样健康的活着，快乐的生活，可是他们更爱自己的职业，更爱自己的祖国，他们知道“生命的意义”。

是啊，生命总在取舍之中显示它的价值，他们是平凡的，但平凡中孕育着伟大，他们是琐碎的，但琐碎中蕴涵着执著的追求。

每一天，每一分，每一秒，灾难如石块一般积压在我们的心灵之上，可更多的是我们灵魂深处，那闪烁着自豪与自信的感动光辉。我自豪，物品有一个伟大的祖国，我自信，我自信一切灾难都不会将我们这个伟大的民族压跨，我自信灾难只会是我们伟大民族兴盛的垫脚石，正如温总理所说“多难兴邦”。

你们听吧，你们看吧，在这些血写的事实面前，在这些用生命铸就辉煌的事实面前，语言已变得那么的苍白，泪水也失去了意义，只有我们心里那份无言的感动激励着我们，久久，久久！

一个又一个我们的教师，我们的战士，我们的党员，我们的人民，用行动，用生命诠释着“国家兴亡，匹夫有责”的涵义，昭示着感动的真谛！

他们走了，永远的离开了，可是他们的生命没有结束，他们的精神还将继续，因为我们还活着。

珍爱生命关爱自己演讲稿篇六

老师们，同学们：大家好！今天，我们又站在这里，看着国旗冉冉升起，飘扬在蓝天之下；听着国歌雄壮有力，回响在校园之中。我们是多么幸运呀，我们拥有明亮的眼睛，敏锐的耳朵，还拥有聪明的头脑和强健的体魄，从出生的那天起，我们就不断地探索着整个世界。然而，我们都知道，花谢了可以再開，燕子飞了可以再回，但是生命属于人的只有一次，一旦逝去，便无法追回。生命本身就是一种精彩，健康是最大的财富。假如我们失去生命，这一切都将不再存在。人，最宝贵的是生命，生命对于每个人来说，只有一次，这句话人人都记得，可是，我们却时常疏忽大意，时常听到，看到，接触到各种安全事故的发生。据统计，我国中小学因交通事故，建筑物倒塌，食物中毒，溺水，治安事故等非正常死亡的，平均每天有40多人，相当于每天有一个班的学生在消失，触目惊心的数字敲响了校园安全警钟。比如：去年

河北省某中学做课间操时学生在楼梯间发生拥挤踩踏事故,造成数十名学生伤亡;湖南一学生欲翻越墙跑出校外,不慎从围墙摔下身亡;而在我们的校园里,也存在着很多威胁着我们生命安全的现象.比如:同学们在楼道里嬉戏追打,上下楼时互相打闹,不在学校的食堂就餐,到外面吃一些或买一些没有任何卫生保障的食品吃,所有这些不和谐的现象应该引起同学们的高度重视,因为它时刻都在威胁着同学们的人生安全.同学们,其实,要避免上述现象并不难,如果我们从思想上能够重视起来,时时刻刻把安全二字放在心中,随时随地为着我们的安全而约束自己的行为,让我们携起手来,凝心聚力,学会生存,珍爱生命;让我们在灿烂阳光下沐浴一方平安,健康成长,愉快生活.让生命的一泓清泉,永流不息吧!同学们、老师们:

当你随着一声清脆的啼哭,离开母体,一个生命降落人间,这就标志着又给人世间增添了一份宝贵的财富.同时也给家庭带来了无比欢乐.从这一刻起多少人关注着你,期望着你快快长大,成材成器.你不但属于家庭、父母,说到底你是属于社会、国家.所以也可这样说:生命诚可贵,人生价更高,只有生命的存在,才能去实现更高的人生价值.年以珍爱生命,安全第一是我们社会永恒话题。

人是最可宝贵的,只有人才能创造财富,才能使世界变得更美好.只有同学们的欢声笑语、活泼身影,才能使我们的校园充满阳光,充满生机.但是人的生命又是非常脆弱的,如果我们不注重安全意识,视安全隐患而不顾,对安全问题措施不及,防范不严,责任心不强,把生命当儿戏,那么造成的后果不堪设想:交通事故猛如虎狼;火灾频频,大火吞噬了多少生命财产;食品中毒接连不断;疾病染身;游泳溺水;玩耍坠楼等等,所以我们身边随时都潜伏着多少张牙舞爪的杀人凶手.随时都威胁着你的生命安全.一件件,一桩桩血腥的报道,令人胆战心惊,一幕幕惨剧目不忍睹.只因为忽视了安全问题,一个个生命如鲜花在瞬间凋零,后果带给社会、家庭、亲人只是悲痛欲绝的心身,沉重的打击,血的教训.到那时,这一切都为时已晚,我们失去的已经太多太多,

对生命的关爱，不能成为美丽的词藻，难道只有失去之后才能醒悟。由于安全意识的淡薄，由于责任心的冷漠，玩忽职守而造成，难道我们不该反思，不该惩罚和加罪。而我们今后还能做些什么？更令人深思。

各位老师，同学们：

大家好！我为大家演讲的题目是《为我们的生命喝彩》 此时此刻，站在这个台上我的心潮澎湃不已，因为我还活着。记得哲学家苏格拉底说过：“世界上最快乐的事莫过于为理想而奋斗，而比起这个更值得庆幸的是我们还活着。”是的，比起那些遭遇不幸的人们，我们该为自己的生命喝彩。

我们谁也无法选择何时生何时死，在灾难与挫折面前，一切的一切都显得那么的黯淡与渺小，而正因为灾难与挫折，让我们的生命更具价值，更有魅力。人活着就会遭遇这样或者那样的挫折与挑战，灾难以及随之而来的痛苦。这不禁使我想起了这样一个画面：在残垣石砾之间，一个母亲救出了一群学生后倒下了，身旁一个小女孩拉着她沾满鲜血与泥土的手声声的喊着：“妈妈，妈妈，妈妈，你快起来，不要走，不要离开我啊！快睁眼看看我，叔叔，阿姨们来了！……”她走了，留下一种感动离开了，这是在“5.12”汶川地震中牺牲的一个普通的母亲，一个平凡的人民教师，象她一样的人还有很多很多，难道他们不爱自己的生命，不想继续活着？不他们爱自己的生命，也想象我们一样健康的活着，快乐的生活，可是他们更爱自己的职业，更爱自己的祖国，他们知道“生命的意义”。

是啊，生命总在取舍之中显示它的价值，他们是平凡的，但平凡中孕育着伟大，他们是琐碎的，但琐碎中蕴涵着执著的追求。

每一天，每一分，每一秒，灾难如石块一般积压在我们的心灵之上，可更多的是我们灵魂深处，那闪烁着自豪与自信的

感动光辉。我自豪，物品有一个伟大的祖国，我自信，我自信一切灾难都不会将我们这个伟大的民族压跨，我自信灾难只会是我们伟大民族兴盛的垫脚石，正如温总理所说“多难兴邦”。

你们听吧，你们看吧，在这些血写的事实面前，在这些用生命铸就辉煌的事实面前，语言已变得那么的苍白，泪水也失去了意义，只有我们心里那份无言的感动激励着我们，久久，久久！

一个又一个我们的教师，我们的战士，我们的党员，我们的人民，用行动，用生命诠释着“国家兴亡，匹夫有责”的涵义，昭示着感动的真谛！

他们走了，永远的离开了，可是他们的生命没有结束，他们的精神还将继续，因为我们还活着。

珍爱生命关爱自己演讲稿篇七

各位老师。同学们：

大家上午好！今天我们一起共同学习一堂有关毒品知识的讲座，说是讲座，更是一次交流。

同学们，今天主要与大家交流以下几个问题。

一、毒品的基本知识

二、我们青少年学生应该如何预防和抵制毒品

三、世界范围内的禁毒形势介绍

四、我国关于惩处毒品违法行为的法律规定有哪些

（一）、毒品的基本知识。

1、毒品的定义

《中华人民共和国刑法》第357条规定：毒品，是指鸦片、海洛因、甲基苯丙胺(冰毒)、吗啡、大麻、可卡因以及国家规定管制的其他能够使人形成瘾癖的麻醉药品和精神药品。也可以通俗的讲，一切列入国家管制的麻醉药品和精神药品，一旦被非法使用便是毒品。

2、毒品的分类

毒品主要有三种分类方法

第一种：分为麻醉药品和精神药品

a□麻醉药品包括鸦片类（鸦片、吗啡、海洛因）、可卡因类（古可碱、盐酸可卡因）、大麻类（大麻烟、大麻脂、大麻油）、合成麻醉药品类、药用原植物及其配剂。

b□精神药品包括苯丙胺类药物，催眠药、安定药等。第二种：天然毒品、半合成毒品（海洛因、冰毒、可卡因）和合成毒品（杜冷丁）。

第三种：麻醉剂、抑制剂、兴奋剂、镇静剂、制幻剂。

3、日常生活中常见的毒品介绍

日常生活中常见毒品主要有：摇头丸、海洛因、冰毒□k粉、鸦片、古柯碱（可卡因）、杜冷丁等，另外常见的毒品原植物有罂粟、大麻。

下面我向大家介绍一下海洛因

海洛因。常用名：二乙酰吗啡。源于鸦片，由吗啡经化学合成。一般为白色块状、粉末状物质，还有一些呈灰色、浅黄色等。大多数海洛因毒品均有醋酸气味。海洛因被称为世界毒品之王，海洛因品种较多。吸食海洛因极易成瘾，且难戒断，长期吸食者，瞳孔缩小，说话含糊不清，畏光，身体消瘦，容易引起病毒性肝炎、肺气肿和肺气栓塞，用量过度会使呼吸抑制而死亡。

4、毒品为什么会上瘾 毒品上瘾主要有三个原因。

第一是生理因素。人脑中本来就有一种类吗啡肽物质，维持着人体的正常生理活动。吸毒者吸食毒品后，外来的类吗啡肽物质进入人体后，减少并抑制了自身的分泌，最后自身的类吗啡肽物质完全停止分泌，只有靠外界的毒品中的类吗啡肽物质来维持人体的生理活动。那么，一旦外界也停止了供应吗啡肽物质，则人的生理活动就出现了紊乱，出现医学上说的“反跳”或“戒断症状”，此时，只有再供给吗啡物质，才可能解除这些戒断症状，这就是所谓的“上瘾”。第二是社会因素。包括社会环境能否获得毒品，社会动荡不安对人的影响，社会文化背景决定哪些人易成为毒品的俘虏，社会法律对毒品的态度等等。

第三是个人的心理因素。研究结果倾向于认为在不同性格的人群当中易冲动、对社会常规模式具有反抗性以及挫折忍受差者这三类人，有着相对较高的危险度，即具有较高的滥用药物成瘾的易感性。

5、多长时间会上瘾

这个问题比较复杂。毒品成瘾的快慢，与其所使用毒品的性质、类别、毒性的强弱、吸毒的方式、吸食的剂量、次数和吸毒者个人的心理素质、身体耐受程度以及文化素质、社会环境等诸多因素直接有关。一般来讲，毒性强的成瘾快，毒性弱的成瘾慢。吗啡、海洛因等绝大多数毒品一次吸食就可

成癮，更有甚者第一次吸食就导致死亡。大家需要注意的是，成癮的快慢不是仅局限于个人的身体素质，不要以为我的身体挺棒的，吸一次没有关系，这是极为错误的理解，往往有了第一次就有了第二次、第三次，所以拒绝毒品必须要从第一口开始。

6、毒品的危害

毒品的危害，同学们都听说过，但毒品究竟有多少危害，究竟有多大的危害，恐怕大家的感受还不十分深刻，在这里我再与大家谈一谈这个问题，也想请同学们重视一下。

毒品的危害，可以概括为“毁灭自己、祸及家庭、危害社会”12个字。（1）毁灭自己。吸毒者的生理功能会发生紊乱，扰乱正常神经活动，侵害大脑、心脏、肝脏、肾脏等组织器官，加上生活方式的改变，极易感染艾滋病等多种疾病。毒癮发作时难以忍受毒癮巨大的痛苦，往往导致自伤、自杀、自残。严重的吸食、注射时直接导致死亡。

据国外有关部门统计，吸毒者多数短命，一般寿命不超过四十岁。中央戏剧学院毕业的电影演员朱洁1997年因吸毒过量死亡，年仅28。

（2）祸及家庭。一方面吸毒需耗费大量钱财，毒癮永远不可能得到满足，即使有一定的经济基础也只能维持一时。另一方面吸毒者为满足毒癮不惜遗弃老人、出卖子女，甚至胁迫妻女卖淫以获取毒资，家庭必然倾家荡产、妻离子散、家破人亡。另外女性吸毒者还可能使刚出生的婴儿染上毒癮成为小小的“癮君子”。

（3）危害社会。吸毒和犯罪是一对孪生兄弟。吸毒者在耗尽个人和家庭钱财后就会铤而走险，走上违法犯罪的道路，进行以贩并吸、贪污、诈骗、盗窃、抢劫、凶杀等犯罪活动，女性吸毒人员往往靠卖淫维持吸毒，这些必将扰乱社会治安，

给社会安定带来巨大威胁。

a□美国政府调查表明吸毒者用于购买海洛因的钱款中20%是抢劫获得的，45%来源于贩毒，17%来自卖淫，12%来自盗窃，即总计约94%的毒资来自刑事犯罪活动。

7、导致吸毒的原因是什么

导致吸毒的原因有很多，常见的是：（1）、好奇心驱使，逐渐发展成瘾。（2）、思想空虚，摆阔显富，寻找刺激。

（3）、不相信吸毒上瘾后戒不了，结果不能自拔。（这一点青少年引起足够重视）

（4）、不知情被欺骗、引诱吸毒。

（我想请同学们加以注意，绝大多数初吸者，都是被蒙蔽而染上毒瘾，有时一些不好的朋友，给你一支香烟，说“这支香烟特劲”，在这种情况下，大家一定首先要考虑是不是毒品，往往贩毒者，或居心叵测的人，就是用这种方法，拉你下水。）

（5）、亲友间的相互影响或他人引诱、胁迫、教唆。（6）、精神苦闷，情绪低落，以吸毒麻醉自己，解脱苦恼。（7）、因治疗疾病，长期服用某种产生依赖性的药物而成瘾。

8、染上毒瘾的人一般有哪些迹象

（1）、无故旷工、旷课，学业成绩、纪律或工作表现突然变坏；

（2）、在家中或单位偷窃钱财、物品，或突然频频地向父母或朋友索要或借钱；

(3)、长时间躲在自己房间内,或远离家人、他人,不愿见人;

(4)、外出行动表现神秘鬼祟;

(5)、藏有毒品及吸毒工具(如注射器、锡纸、切断的吸管、匙羹、烟斗等);

(10)、经常无故出入偏僻的地方,与吸毒者交往。

二、我们青少年学生应该如何预防和抵制毒品

同学们,我们青少年学生究竟应该如何预防和抵制毒品,我想应该从三个方面来与同学们交流。

1、坚决不要吃第一口。

同学们,毒品有时会穿上特殊的外衣,有些居心叵测的人会说这不是毒品,是一种另外什么东西,诸如兴奋剂、兴奋药之类,或者会告诉你,这种毒品是新产品,不会上瘾。对这些请同学们要有起码的识别能力,我可以告诉同学们,是毒品都会上瘾,都必然造成对身体的伤害,否则国家也不会通过法律来强制管理。同学们,有些毒贩为了利益的需要,有时会通过前几次免费提供的方式,让你染上毒瘾后,他就可以源源不断的销售毒品。今天我向同学们发出呼吁,拒绝毒品必须要从第一口开始,甚至要从不抽陌生人的香烟开始。我个人奉劝大家最好连香烟都不要抽。

2、时刻告诫自己,一日吸毒,终身戒毒,吸毒必然毁灭一生。只要做到以下几条,青少年就能有效地防止吸毒:

(1) 接受毒品基本知识和禁毒法律法规教育,了解毒品的危害,懂得“吸毒一口,掉入虎口”的道理;(2) 树立正确的人生观,不盲目追求享受,寻求刺激,赶时髦;(3) 不听信

毒品能治病，毒品能解脱烦恼和痛苦，毒品能给人带来快乐等各种花言巧语；（4）不结交有吸毒、贩毒行为的人。如发现亲朋好友中有吸、贩毒行为的人，一定要劝阻，二要远离，三要报告公安机关；（5）进歌舞厅要谨慎，决不吸食摇头丸、k粉等兴奋剂；（6）即使自己在不知情的情况下，被引诱、欺骗吸毒一次，也要珍惜自己的生命，不再吸第二次，更不要吸第三次。

三、世界范围内的禁毒形势介绍

毒品问题已成为全世界的公害。据联合国统计，全世界每年毒品交易额达5000亿美元以上，是仅次于军火交易的世界第二大宗买卖。80年代，全世界因吸毒造成10万人死亡。毒品不仅严重摧残人类健康，危害民族素质，助长暴力和犯罪，而且吞噬巨额社会财富。对于发展中的国家来说，毒品造成的损失和扫毒所需要的巨额经费更是沉重的负担。

1987年6月，在奥地利首都维也纳举行了联合国部长级禁毒国际会议，有138个国家的3000多名代表参加了这次国际禁毒会议。这次会议通过了禁毒活动的《综合性多学科纲要》。26日会议结束时，与会代表一致通过决议，从1988年开始将每年的6月26日定为“国际禁毒日”，以引起世界各国对毒品问题的重视，同时号召全球人民共同来解决毒品问题。

四、我国关于惩处毒品违法行为的法律规定有哪些

1、第十届全国人民代表大会常务委员会第十七次会议于2005年8月28日通过了《中华人民共和国治安管理处罚法》，2006年3月1日起正式生效。该法对毒品违法行为的治安处罚做出了明确规定 第七十一条 有下列行为之一的，处十日以上十五日以下拘留，可以并处三千元以下罚款；情节较轻的，处五日以下拘留或者五百元以下罚款：

（一）非法种植罂粟不满五百株或者其他少量毒品原植物的；

(二) 非法买卖、运输、携带、持有少量未经灭活的罂粟等毒品原植物种子或者幼苗的；

(三) 非法运输、买卖、储存、使用少量罂粟壳的。有前款第一项行为，在成熟前自行铲除的，不予处罚。

第七十二条 有下列行为之一的，处十日以上十五日以下拘留，可以并处二千元以下罚款；情节较轻的，处五日以下拘留或者五百元以下罚款：

(一) 非法持有鸦片不满二百克、海洛因或者甲基苯丙胺不满十克或者其他少量毒品的；

(二) 向他人提供毒品的；

(三) 吸食、注射毒品的；

(四) 胁迫、欺骗医务人员开具麻醉药品、精神药品的。

第七十三条 教唆、引诱、欺骗他人吸食、注射毒品的，处十日以上十五日以下拘留，并处五百元以上二千元以下罚款。

第七十四条 旅馆业、饮食服务业、文化娱乐业、出租汽车业等单位的人员，在公安机关查处吸毒、赌博、卖淫、嫖娼活动时，为违法犯罪行为人通风报信的，处十日以上十五日以下拘留。

2、《民代表大会常务委员会关于禁毒的决定》1990年12月28日第七届全国人民代表大会常务委员会第十七次会议通过 第八条规定：吸食、注射毒品成瘾的，除依照前款规定处罚外，予以强制戒除，进行治疗、教育。强制戒除后又吸食、注射毒品的，可以实行劳动教养，并在劳动教养中强制戒除。

珍爱生命关爱自己演讲稿篇八

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家上午好！

我是来自七班的，今天，我国旗下讲话的主题是《心系安全珍爱生命》。

大家知道，为加强对中小学生的安全教育，1996年2月，国家教委、公安部等六部委联合发出通知，把每年3月最后一周的星期一一定为“全国中小学生安全教育日”，建立全国中小学生安全教育制度，敦促安全教育工作的开展。

今天是3月25日，全国中小学生安全教育日。为了更好地宣传安全知识，更好地珍视我们生命，在此，我代表七（一）班同学向全体同学发出倡议：

1. 上、放学路上要注意交通安全，遵守交通规则；在过马路的时候，要注意来往的车辆。
2. 在家要注意用火，用电的安全，正确使用电器，避免意外发生。
3. 外出游玩或游泳的时候，一定要有家长或老师等长辈陪同，切勿私自外出游玩或游泳。
4. 注意饮食安全. 不要购买三无食品；不要在校门口和街头流动摊点购买零食, 防止食物中毒；要学会保护自己, 照顾自己, 注意不要暴饮暴食, 尽量少食用生冷的食品。
5. 在校要注意安全，做到“三不”：

不去：不去自行车库，不去机动车地下车库，不去地下泵房

和高压电房，不去楼顶。

不碰：不碰监控，不碰消防按钮，不碰消防卷帘，不碰其它带电设施设备。

不闹：不在楼梯打闹，不在走廊打闹，不靠栏杆打闹、不在开水间打闹，不玩危险的游戏。

亲爱的同学们，心系安全，珍爱生命！安全责任重于泰山！让我们在生活的每一天，从点滴做起，遵守纪律，规范秩序，防范未然，让安全植根于心，让盛开的花朵不再夭折，让温馨的家庭远离遗憾，让美丽的校园更加平安！

我的演讲完毕，谢谢大家！