

# 拒绝平躺演讲稿(汇总7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。演讲的直观性使其与听众直接交流，极易感染和打动听众。下面是小编帮大家整理的优秀演讲稿模板范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 拒绝平躺演讲稿篇一

早上好！我是来自初二9班的xx□今天我讲话的题目是《拒绝冷漠，传递善良》。

时值秋季，尚未入冬，但“寒意”悄然袭来。近段时间，报纸、杂志、网络等各种媒体争相报道了一则令人颤栗的事件。10月13日下午5点半左右，在广东佛山发生了一起车祸，一辆面包车撞倒一个名叫“悦悦”的两岁女孩后逃逸，猛烈的撞击造成悦悦后脑严重的颅骨骨折；接着又有一辆车从其身上碾过。沉重的车辆碾压导致悦悦颅内损伤，腿骨骨折，生命垂危。令人痛心的是，在这前后7分钟内共有18人路过，却无一人伸一手相救或出一指拨打电话报警施救。直到第19位……一名拾荒者——靠捡废品，拾柴火度日的阿婆出现，才将女孩抱起。而此时这名年仅两岁多的女童已奄奄一息，几近死亡。根据最新的消息，10月21日即上周五零时32分，遭两车碾压的两岁女孩小悦悦离开人世，一朵含苞待放的小花提前凋谢。

一个年幼生命的离去，带给我们的是巨大的心灵震撼，她正引发了一场全社会关于道德危机的大讨论。我们为小悦悦的不幸感到无尽的悲伤，但是我们更为那18个路人的冷漠感到痛心、悲凉、悲怆！国歌里唱到，中华民族到了最危险的时候。我想，当今社会的这种“最危险”不是外强入侵，国土沦陷，而是道德、良知与爱心在部分人身上沦丧，冷漠的病毒传播。

请大家默念我们的校训：善、勤、健、朴。不错，为首的即是“善”！作为一名优秀的青竹湖湘一学子，不光是成绩上优异，更重要的是人品的优异，人性的善良，人格的高尚。我们不光是会做几道题，会识几个字母。更重要的是我们要学会做人，要有公德心，要有社会良知。日常生活中我们不能随地乱吐乱仍，要爱护校园一花一草。看见垃圾纸屑不要视而不见，要及时捡拾或清扫；看见不良行为也不要见而不管，要及时制止或通报；看见他人需要帮助不要袖手旁观，要尽己所能。不要冷漠，不要事不关己，高高挂起。

可喜的是，像奋力抱起小悦悦的阿婆还是大有人在。诸如在杭州有个勇救坠楼女孩的“最美妈妈”吴菊萍；在岳阳有遇到车祸奋力护同学的“好伢子”万洲。而就在我们青竹湖湘一，咱们20xx级的的学姐王达佳，从小就有一颗爱心，义卖果汁，义卖气球，为希望工程筹款，经常到社区看望孤寡残病老人，到福利院看望孤残儿童，用生活物资帮助贫困的外来务工子女；她曾在冰灾期间义卖自制贺卡4000余张，筹款1.2万余元资助浏阳12名贫困学生；汶川大地震发生后，她又出版并义卖自己的爱心作品集，为地震灾区捐赠款物15万元。她有6年做义工的经历，累计为慈善公益捐赠款物18万余元。她用自己的义举，诠释了一名青竹湖湘一学子的善良和社会责任感。

时代在进步，良知不应淡漠。我们在享受物质丰富所带来的愉悦的同时，也应该丰富和提升我们每个人的精神世界。漠视他人，实际也是在冷漠自己；漠视他人的生命，实际也是践踏自己的生命。小悦悦的不幸遭遇，正唤醒着每一个有良知的中国人的道德责任感。作为青竹湖湘一学子，我们应关心他人，关注社会，做一名有爱心的人，做一个善良的人，做一名有良知的中国公民！

拒绝冷漠，传递善良！让我们一起祈愿：我们的身边没有人心冷漠，我们的身边充满爱的温暖！

谢谢大家！

## 拒绝平躺演讲稿篇二

大家好！我是杨熙。今天我演讲的题目是《节约粮食，拒绝浪费》。

粮食是我们生活中不可或缺的，但在国家经济强大的同时，浪费粮食的现象也就随之而来。

“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”粮食也是来之不易的，农民伯伯挥洒汗水，辛勤劳动才种出来的粮食，我们又怎能浪费呢？何况，世界上还有很多地区的人民忍受着饥饿的痛苦。我们应该让粮食发挥自己的作用，而不是被白白的浪费。

节约粮食，拒绝浪费是我们每一个人的责任与义务。让我们一起行动起来，为世界贡献自己的力量吧！

谢谢大家！

## 拒绝平躺演讲稿篇三

大家下午好！

我有一个小秘密，我姐姐小时候长得很漂亮，所以爷爷奶奶对她非常宠爱，她想吃垃圾食品，他们就立刻给姐姐买来。常常在吃饭前吃，每次叫她吃饭，她都说吃饱了。但几天之后的一个晚上，姐姐的肚子突然一阵剧痛，于是，爸爸和妈妈就骑自行车去市里的医院。后来，医生告诉我们，姐姐因为吃了太多垃圾食品，导致肠胃不好，最后不得不做了手术，到现在那个十公分的疤还留在肚子上。

垃圾食品能满足你的味蕾，但零食也能让你一辈子留下伤痕。垃圾食品将会让那些没有自知之明的人受到痛苦，这已经是

一个不争的事实了：有些人已把垃圾食品当作零食吃，而忘却了它们隐藏的危害；有些人甚至将垃圾食品当主食吃结果害了自己。

那些我们从绿色食品中感受到的美味，那些我们从前渴望过的健康，而就在吃和不吃，主动权在你的受伤。那些把垃圾食品当饭吃的同学，当你在超市的时候，先好好的想想，再利用你手头的钱去购买正确的食品。切勿让垃圾食品控制你的左右。不要让垃圾食品成为那个永远抹不掉的吧，不论是精神还是肉体，请大家不要自残后路。

1、树立食品卫生安全观念，提高食品安全自我防范能力。尽可能少在校外就餐，不从学校周围小摊小贩购买无卫生许可的餐饮品，防止食物中毒和肠道传染病的发生。不食用流动摊点销售的盒饭，抵制价低质劣的食品，预防和减少食源性疾病的发生。

2、增强自我保护意识，杜绝一切不卫生食品。不买、不吃无厂名厂址、无生产日期、无保质期的“三无”食品和过期变质食品；不采摘或不食用野果(菜)和来历不明的可疑食物。

3、养成良好的饮食习惯。平时多了解健康食品知识，防止急性肠道传染病传播。不喝生水，少吃生冷、凉拌的食物。生吃的蔬菜、瓜果等食物要去皮或在清水里浸半小时后再食用。

4、养成良好的卫生习惯。从我做起，严防病从口入。注意个人卫生，养成饭前便后洗手的良好习惯，尽量不要用手直接接触食物，预防肠道寄生虫病的传播。

5、到校内食堂就餐。为了让同学们饮食安全有保障，建议同学们尽量到学校食堂就餐。

6、养成健康的生活习惯。加强体育锻炼，保证充足的休息，不暴饮暴食，养成健康卫生的生活习惯。

同学们，民以食为天，食以安为先。让我们立即行动起来，从自身做起，从细节做起，关注健康，关爱自己，关注食品安全，增强食品安全意识，养成良好的饮食卫生习惯，杜绝疾病的发生，共同做好校园食品卫生安全工作，共建安全和谐的校园环境！

同学们，健康掌握在自己手中，拒绝垃圾食品，就是掌握自己的生命；拒绝垃圾食品，就是为未来的生活，撑起一片健康的蔚蓝晴空！但愿这次演讲大家能够改变吃垃圾食品的外坏毛病！

谢谢大家！

## 拒绝平躺演讲稿篇四

大家好！

我是，非常荣幸能够来这里参加“勤俭节约”主题演讲比赛，我演讲的题目是《粒粒皆辛苦，浪费太可耻》。

自古就有言道：“俭，德之共也；奢，恶之大也。”其实这句话的意思就是说：节俭，是讲道德的人之间共同拥有的品质，而奢侈却是邪恶中最大的恶。我们很早就懂得浪费可耻的道理，但是真正的浪费现象仍然在我们身边出现！

而且我们当下最严重的浪费现象就是餐桌上的食物浪费，有时候因为我们拿不准饭量或者为了单纯的面子，就会点满满的一大桌子菜，当我们吃不了的时候，经常这些菜就被随意的浪费在桌面上，这就导致了食物被大范围的浪费。但是我们必须明白，每一粒食物背后都是辛勤工作人员的汗水，付出。记得有一次在家里吃饭时，妈妈给我盛了一碗米饭，当时我并不是太饿，简单的吃了几口。还剩下小半碗米饭就不打算再吃了，我就把打算把米饭直接倒入垃圾桶，见壮爷爷就非常严厉地批评了我。当时记得爷爷跟我说，我这半碗

米对于他们那个年代几乎是不敢奢侈的美食，如今却被我随意的浪费着。还有一次我不小心把饭粒撒在了桌上，爷爷直接捡起来就吃了，我当时还怪怨爷爷不讲卫生但后来才了解到爷爷生在那样一个年代吃饱都是问题，所以他们那代人才更加懂得珍惜粮食。

同学们，时代在发展着，社会在不断进步着，这意味着我们越来越好了，但同样也更提醒着我们要继续把勤俭节约这个优良传统美德传承下去，不能因为发展就反而忘了过去老祖宗留给们的瑰宝，越是向前看，越要懂得节约资源，因为资源都是有限的，粮食也是有限的，懂得节约要从我们做起，谢谢大家我的演讲完毕。

## 拒绝平躺演讲稿篇五

她还是孩子，是个本应该在父母怀里撒娇的孩子，可在无情的车轮下，急匆匆的结束了生命。她还是孩子，是个拥有着可爱微笑和稚嫩童声的孩子，可在冷漠的眼神中闭上了双眼。

18个人，一点点消耗着一个陌生的生命，一个两岁孩子的生命。

肇事司机，你有什么权利带走一个孩子的生命，留下不屑逃之夭夭？你又有何颜面面对成千上万有良心的中国人对你深深的谴责，你也为人父为人子，有着本属于你的幸福的家庭，却为何不能为这飞来的横祸担起责任，为何不能静静想一想，那张天真的脸庞再也不能为他的父母带去欢乐，而你却还偷偷的躲在角落里。

漫长漆黑的夜里，小悦悦父母的痛能否牵动你的心，全国上下的人都在等你站出来，迎着骂声和谴责，勇敢担起自己的责任。

错了，就不要一错再错。

## 拒绝平躺演讲稿篇六

大家好！

近期，以武汉为源，在全国范围内爆发了新型冠状病毒，这一切都是因为他们食用野生动物。

野生动物分为多种，在这些野生动物之中，引发新型冠状病毒的野生动物就是蝙蝠。蝙蝠还有另一个称号，叫做“病毒王”。因为蝙蝠身上能携带超过一百多种病毒，分别有：狂犬病、sars、埃博拉、马尔堡、尼帕亨德拉，可谓是真正的高致病性病毒“蓄水池”。迄今为止引起了多次大规模疫情。拒绝野味，从我做起。

除了蝙蝠以外，还有更多的野生动物一样传染着病毒。

果子狸作为传播非典的中间宿主。身上还携带狂犬病，以及多种体内寄生虫。包括旋毛虫，斯氏狸殖吸虫等。可损伤肺部及中枢神经。

野生蛇体内携带有大量的寄生虫，包括舌形虫，曼氏迭宫绦虫，颚口线虫，广州管圆线虫，线中殖孔条虫等。这些都是人畜共换型寄生虫，一般的。烹饪，特别是烧烤，不能完全杀死寄生虫的。吃的时候很有可能会被感染，感染可导致腹膜炎，败血病，心包炎，虹膜炎……损害多个脏器，危及生命。

野兔体内携带有弓形虫，脑炎原虫，肝毛细线虫，肝片吸虫。他们会损伤肠道，肝脏等器官。野兔还带有皮虫。拒绝野味，从我做起。

人类也应该从种种历史事件中吸取教训，不要为了满足私欲

违法捕捉虐杀野生动物，更要学会和野生动物保持界限。

20\_\_年的非典带走了许多人的生命。17年后的新型肺炎在更加专业的治疗和防护工作下，依然有更多的人被确诊。如果人类再不清醒，终将有更加恶劣的疾病侵袭人类。

拒绝野味，从我做起。从病毒中觉醒。不吃野味，国家幸福，人民安康。

谢谢大家！

## 拒绝平躺演讲稿篇七

大家好！

俄国寓言家克雷洛夫写过这样一则寓言：一个叫杰米扬的人，做汤鲜美无比，深受客人好评。一次，他又用拿手的好汤招待客人，在他的力劝下，客人把汤直灌到嗓子眼，可这位杰米扬先生还是无休止地劝客人再喝一盆，客人只好逃走。

且不说杰米扬怎么，我只是觉得客人为什么被灌到嗓子眼还不拒绝这盛情。

现时，社会上出现各种各样的新事物，都有着和这汤一样的诱惑，使人眼花缭乱。特别是年轻人心理上还不成熟，又对新事物有极大的好奇心，因此往往容易盲目接受，或超量接受。

当人们接受常规安排而去面对种种新狂潮时，拒绝则表现了难得的勇气和信念。拒绝是一种抑制欲念、自我清醒的表现，是对世事的深刻洞察，亦是张扬个性。

拒绝，是因为不适合，不喜欢，不需要和不感兴趣。

一件时髦衣服，无论多少靓姐倩妹驻足观望，在衣店的橱窗里闪耀着荣光，你依旧可以目不斜视的擦肩而过。一首流行歌曲不论它多么红遍大江南北，被传唱得沸沸扬扬，你依旧可以两耳不闻窗外喧嚣，清清静静地读书。

我刚读时，感觉很新颖。平时我们到商场去买东西，对于赠送的东西，我们似乎都会照拿不误。我们从来没有想过这些东西是不是我们所需要的。我们不懂，贪小便宜只会吃亏。

最近，校园里流行一股上网聊天风，同学碰到时，第一句话便是：“你qq多少？”风势必会吹到每一角落，但你完全可以泰然处之，对此淡淡一笑，依旧沉浸在书海中，因为你对此不感兴趣。

因此，我们要选择拒绝，学会拒绝。