

# 最新学会爱自己演讲稿 善待自己珍爱生命演讲稿(通用5篇)

演讲稿是进行演讲的依据，是对演讲内容和形式的规范和提示，它体现着演讲的目的和手段。好的演讲稿对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇演讲稿以下我给大家整理了一些优质的演讲稿模板范文，希望对大家能够有所帮助。

## 学会爱自己演讲稿篇一

今天我讲话的题目是《珍爱生命，善待自我》

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。

前些日子，我国的某些地方先后发生了一些重、特大安全事故；一些中小学甚至是高等院校也相继出现了学生因思想、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。直到今天，不少单位和家庭仍无法走出重大损失和失却亲人所带来的痛和悲。那一个个触目惊心、血泪交织的悲剧不能不叫人扼腕叹息、心有余悸；那赋予个人的只有一次的极其脆弱的一旦消逝就永不再来的生命多么需要我们用心呵护！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。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杀害。认为只要自己的肢体健全、行动自如那就叫安全。诚然，这确实叫安全，但这决不是安全的全部。我认为，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。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。即便是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吧熬个通宵；如果他过早地迷失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。生命如此，何其残酷！

各位老师、同学们：我们都生活在一个由亲情、道德、责任、

义务等等所交织的密切的关系当中。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。

谢谢大家。

## 学会爱自己演讲稿篇二

今天我演讲的题目是——重视安全教育 随着我们年龄的增长，活动领域越来越宽，安全教育已引起社会各界的重视。它已成为生命教育、公众教育和世纪教育。

有专家认为，通过教育和预防，80%的意外伤害事故是可以避免的，这就要求我们对安全教育要有足够的认识。我校为加强学生的安全意识，经常通过电视、广播、报纸、宣传画等形式，让同学们了解在我们生活中存在的安全问题。

每位家长、老师都希望我们高高兴兴上学来，安安全全回家去，交通安全是影响我们安全的重要因素，那么，我们是否具有交通安全意识呢？上学、放学是一天中道路交通最拥挤的时候，在路上行走时，不要互相打闹、追逐，要学会谦让，不与机动车争道抢行。对于骑自行车的同学来说，不骑车带人，不骑飞车，骑车时不听耳机等，保持车况完好，不逆行，转弯不抢行猛拐，都是保障我们交通安全的有效措施，随着冬季的到来，交通安全更引起人们的重视，车胎不要充气太足，这样可以增加与地面摩擦，不易滑倒，同时，还要与前面的行人保持较大的距离。这都增加了我们安全系数。

另外，消防安全同样也是十分重要的。人们的生活离不开火，但如果使用不当或管理不好，就会发生火灾，它严重威胁了人们的生活，给人民财产和国家建设发展，造成巨大损失。

在学校，我们应注意不要把火柴、火机等物品带入校园；在学校不吸烟；在老师指导下严格按照要求进行涉及易燃化学药品的实验；爱护消防设施等。在家中，我们应注意不要将易燃品放在阳光下直射；天然气使用后要及时关闭；不玩火等。

如果在火灾来临时，我们要临危不乱，积极自救。震惊全国的吉林中百商厦火灾，死亡54人，其中，不少是死于慌乱和无知。而在前段时间进行的“中国骄傲”评选活动中当选的深圳市南山区头城小学袁缓同学，就是因为她在父母煤气中毒的生死关头时，采取正确的自救方法冷静地抢救了亲人。记者对她采访时问她如何知道这些救护方法，袁缓回答说这是在学校认真学习得到的。可见安全教育对我们是多么重要。在今后的学习生活中，我们要认真学习自护自救知识，锻炼自护自救能力，果断的、正确的进行自护自救，机智的处置遇到的各种异常情况和危险。

## 学会爱自己演讲稿篇三

在学习、生活等各种方面，每个人都有需要改进的地方。坚持、勇敢、尝试、努力……这些都是各种优秀的精神。每个人都应该每天改变，提升自己，让自己变得更好。

比如，在学习方面，我也有很多需要改进的地方。就像写作业方面，自己每次都写的特别快，然而质量却不是很高，字迹潦草，因为我只追求了速度，却忘了保质量。所以，我的成绩基本是都优减，只有两次是优，所以我要追求质量，并练好字。

但是，我也有很好的地方。我一直在做口算题卡，但之前，我并不想做，觉得没什么必要，可爸爸说这样可以提高我的口算能力，我并不这样觉得，总是得过且过，偷工减料，不想做。后来，爸爸要求我每天必须完成两页，我只好照做。经过了一段时间的练习，我发现从以前一页错2-3道变成了一页基本上全对，水平整整提升了一大块。直到现在，我也一

直在坚持练习，希望能做得越来越好，一道也不错，加油！

在生活方面，我比较差的就是坐姿和站姿了。家长和老师一直在说，我却一直没有改正，因为我觉得没什么大不了的，又没有什么影响，不就是不好看吗？不过，我今后一定要努力改掉这个坏习惯。

我做的比较好得的地方就是系安全带了。因为要时刻提防危险，所以只要上车，我就一定会系好安全带，避免交通事故的发生。

每天进步一点点，每天收获一点点，改掉坏习惯，加油！

## 学会爱自己演讲稿篇四

早上好！我是\*年级的，今天我讲话的内容是增强师生安全意识，创建平安和谐校园，让生命之花开得更加灿烂！。

你知道这样一些故事吗？

还记得那是个有“流星雨”的夜晚，14岁的少女马雯看见一个手提了橡胶警棍的人，便轻信他是警察，那个人问她：“你有学生证吗？跟我上趟派出所。”马雯就和那人走了。最后惨遭杀害。

更让人不可思议的是山西大学女研究生韩捷的悲惨遭遇。那天，下午2点多，在校园里，一个模样文静的陌生人上前搭话，“你好同学！我是‘学生科’的老师，你的学费为什么不交，跟我到‘学生科’走一趟。”当韩捷被带到外校的一个地下室时，才明白过来，等“救命”二字喊出来，为时已晚。

一桩桩悲剧，一件件惨案的发生，追根溯源，那就是孩子们的自我防范意识太差。有关人士指出，在不少教育发达的国家，孩子从上学的第一天起，就要接受有关生存的教育，如：

面对坏人怎么办?发生火灾怎么办,发生地震怎么办等。而我们在维护未成年人权益时,更多的是关注社会保护、学校保护、家庭保护和司法保护,而忽视了未成年人的自我保护。然而,事实告诉我们,自我保护是未成年人权益保护的一个关键性环节,只有广大未成年人增强了自护意识和能力,其他几种保护才更具实效。

那么孩子们怎样做才能“自我保护”,远离危险、防患于未然;如果真的遇到了危险情况,应采取什么措施来“自救”,为此,中国人民公安大学的王大伟教授,是这样说的:儿童一定要坚守“不和陌生人说话”的原则。中国的许多孩子都曾被教导“别人跟你说话,你不回答就很不礼貌”,其实恰恰就是处于礼貌,才给了犯罪分子可乘之机。

据有关部门统计,拐卖儿童90%以上是犯罪分子以花言巧语欺骗儿童的。而在英国,“不和陌生人说话”是儿童的权利。他们没听说过不与陌生人说话是不礼貌的行为,只知道他有这个权利。所以,在西方发达国家平均犯罪率已达600件/万人,比中国高出30倍以上,但儿童却很少出事。

王大伟教授还对孩子说,如果你遭遇被抢,不论是抢钱还是抢东西,如果当时的力量相差甚远,应遵守“生命第一”的原则,答应犯罪分子的要求,给他钱或者东西,不要用尖叫声或者说:“我认识你,我不会放过你”之类的话,这样很容易激怒犯罪分子,使他做出过激行为。本不想杀人,由于受到外界刺激,冲动之下就会杀人灭口。

如果你被劫持,想要逃生,一定要运用“斗志不斗勇”的原则。电影《小鬼当家》就是一个成功的典范。

这里黄老师给大家推荐几种自护自救方法:

- 1、学会识别诱惑.

孩子们，面对陌生人请求帮助或寻找失物之类的事，应该保持警惕，这是犯罪份子诱拐儿童两种惯用的策略。如，有的人假装认识你，叫出你的名字，其时，他很可能是看到你衣服上的名字，或跟踪你时，听到有的人这样称呼你。

## 2、敢于大声呼叫

小孩子身单力薄是打不过犯罪人的，但你却能吸引周围人注意力的事情。比如，大声呼喊：“救命！他不是我爸爸！”这样会引起其他人围观，争取得到救助。

3、要勇敢地说“不”在有人威逼你做无礼或危险的事情时，孩子要敢于说“不”！

## 4、能尽情倾诉

在日常生活中，你与父母要经常进行交流。一旦遇到不惬意的事或被人骚扰了，能够向父母尽情倾诉。减轻心理压力，并能及时让坏人得到应有的惩罚。

## 5、明确身体隐私部位不可能触摸

孩子们，你们应该明确，游泳衣、裤遮盖的部位是个人隐私，任何人都无权触摸，这是你的权利。

## 6、注意网上安全

最后，祝愿大家平安一生，一生平安！

## 学会爱自己演讲稿篇五

大家好！我是实验小学六年四班的杨浩博，我要演讲的主题是《珍爱生命，感恩父母》。

舐犊情深深几许，反哺感恩恩情长，感恩，是一滴雨露，滋

养剔透心灵。感恩，是一握双手，传递温暖心力。感恩，是一种习惯，温馨弥漫心里。感恩，是温情片片，拂过我们的心房，掠过我们甜美的梦乡。

人，活在这个世上，并不仅仅是为自己而活。因为一出生就带着父母的爱而来，同时也带着一个使命而来，那就是感恩养老。孩子是父母的希望，是父母的太阳，父母倾注了多少心力和多少爱才把孩子养大，一定要好好活着照顾他们终老。或许轻生者自己觉得离去是一种洒脱，但我觉得是一种自私和懦弱，因为它深深的伤害了爱自己的父母和亲人。

那些残疾人，有的断臂，有的没有双腿，有的是聋哑人，但是顽强的意志力支撑着他们做到了常人能做的事，很多人还在不同的领域发挥特长，超越常人！他们用残缺的身体书写着生命的奇迹。与他们相比，那些受了伤就颓废丧志甚至想寻死觅活的人情何以堪啊！

街上有多少流浪的老人孩子沿街乞讨，他们放弃了尊严，餐风露宿，只为一碗粥，一杯水，如此极其艰难的活在世上，也没有放弃生命。那些得了绝症的人，他们多么渴望能继续活在这个世界上啊！他们多么想再为梦想而奋斗，只要活着就有希望，就能看见人间美丽的花开，能感受人间四月天的美好，能与亲人共享天伦之乐。与那些人相比，我们活着的人又是多么的幸运！

作为新时代的少年儿童，我们要珍惜自己的生命！感恩我们的父母！让我们成为真正继承中华民族优良传统的人，做品德高尚的人。

谢谢大家！