

2023年防震减灾演讲稿三年级 防震减灾 演讲稿(大全5篇)

演讲稿具有观点鲜明，内容具有鼓动性的特点。在社会发展不断提速的今天，需要使用演讲稿的事情愈发增多。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？以下是我帮大家整理的最新演讲稿模板范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

防震减灾演讲稿三年级篇一

绝大多数地震发生在地球最刚硬的部分——地壳和地幔上部边缘的岩石层里面。那里的岩石在力（地应力）的作用下发生破裂，这个破裂处就成为震源，震动从这里开始。全世界90%以上的地震，就是由于地壳的断裂变动造成的，这类地震称为构造地震。现在我们要预报预防的，主要就是这种构造地震。此外，火山爆发、洞穴坍塌等也可造成地震，但数量都很少，规模也很小。因此地震也可以说是现今地壳运动的一种表现。

其实，有些灾害是可以预防的。地震发生前，会有些预兆。比如马等牲畜会挣脱缰绳，并疯狂地往外跑；正在冬眠的蛇会涌出洞外；蜜蜂会惊飞、逃窜；狗会狂吠，还有一些家畜会出圈，到处窜跑；老鼠成群结队搬家……这些预兆可以让人们提前知道将发生地震，如果发现这些动物有这些反常现象，须先辨别真假，再向地震局报告，以防在先，及早撤离。

有很多自救的方法。例如：地震了，你被压在废墟的底下，这时候，你不要盲目乱动，要冷静，先把手抽出来，慢慢地挪动废墟，先保持呼吸顺畅，再想办法呼吸，喊人员来救你，如果发生地震时你在家里，必须马上钻到坚硬、并且没有倒塌的小房间中躲避，以免砸伤。还有，要贴着坚固的墙壁或在门口蹲着，在房子倒塌后，再求生，要避免被弄伤。如果

在野外，一定要避开陡崖，防止掉下山。还有要预防山体滑坡，以免滑下去。如果在学校，一定要听从老师的指挥，躲到课桌下，注意保护头部，如果在上体育课，要避免高大的建筑物，不要被砸伤。如果在公共汽车内，要躲在椅子底下或蹲下，要稳住重心，扶好扶手。

所以，我倡议大家做好以下几点：

- 1、 保护森林，种植树木，保护水土。
- 2、 工厂不要排放太多废气，多用取之不尽的太阳能。
- 3、 要保护臭氧层，汽车不要排放废气。
- 4、 小心用火，不乱丢烟头。
- 5、 要多学防震、防灾方面的知识，有防范意识。
- 6、 节约用水，珍惜每一滴水。

防震减灾演讲稿三年级篇二

大家早上好！今天我演讲的题目是“防震减灾，珍爱生命”。

生命，是珍贵的，是无价的。我们能够领略山的. 雄伟，海的壮阔，是因为我们拥有生命；我们能够聆听风的细语，鸟的欢歌，是因为我们拥有生命；我们能够感受亲情的伟大，友情的温暖，爱情的美好，是因为我们拥有生命。生命，是如此美好，是我们最宝贵的财富。

但同时，生命又是无比脆弱的。2008年5月12日大地震，一瞬时，山崩地裂，家园损毁，生命消逝。熟悉而温暖的家园被撕裂成山般的废墟，天真烂漫的笑脸被夺去花一样的童年，鲜活的生命被那一瞬间把生与死分开，还有许许多多的梦想，

被残忍无情地摧毁掩埋。在灾难面前，生命显得如此脆弱而不堪一击。

正因生命只有一次，我们才要倍加珍爱。而对于灾难，如果我们能进行有效的防范和保护，我想，生命或许会坚韧不少。

比如，对于地震，自2009年起，每年的5月12日被设为全国“防灾减灾日”。每年5月9日至15日为“防灾减灾日”宣传周。“防震减灾日”的设立，既是纪念四川汶川大地震故去的人们，也是提醒我们前事不忘、后事之师，增强全社会防震减灾意识。而当地震来临之时，我们千万要镇静。由于强烈振动只有几秒到几十秒钟，时间短促，所以应采用“就近避震”的方法。如果不幸被压在建筑物下，更要保持头脑清醒，尽量保存体力，延长生命。

对于火灾，我们平时应注意电器的使用和烟花爆竹的燃放，学习灭火器的使用方法，不应随意进行与火有关的游戏。处在陌生的环境时，留心疏散通道、安全出口及楼梯方位。一旦发生火灾，需要保持镇静，不能惊慌，利用周围一切可利用的条件逃生。如果身处浓烟之中，尽量采取低姿势爬行，头部尽量贴近地面。

当然，人的一生遇到大的灾难的几率是小的，我们更加要注意小的安全问题，提高防范意识，例如，不随意下河，下湖游泳；不要进入网吧，避免使学习受到影响，身心健康受到污染和受到人身伤害；要注意活动安全，特别是进行体育活动中要防止给自己和他人造成伤害。

然而，更为重要的是，我们要增强自己生命的“韧性”，要主动承担起生命的使命与苦难。有的同学因为学习，情感等方面的问题，便失去理性，心智大乱，伤害自己或他人，甚至令生命在最美好的时光中消逝，岂不令人扼腕叹息。因此，我们既要对外界防灾减灾，也要对内心的灾害进行防范。一旦出现问题，及时与老师，同学，家长沟通交流。

生命只有一次，我们要珍惜生命，要真实地活着，且活得尽可能地精彩。每一次风雨之后，都让心灵感受到生命的拔节。而生命一旦来到这个世界上，便负有严肃的使命，因此，我们要学会防灾减灾，珍爱生命，抓住生命中每一瞬间，用上苍赋予的生命，为自己，也为社会做出贡献！

我的演讲完毕，谢谢大家。

防震减灾演讲稿三年级篇三

一年前发生在四川汶川的一场地震灾难成为了13亿中国人刻骨铭心的疼痛；一年后，国务院还规定每年的5月12日为“防灾减灾主题日”。为了提高广大师生的防灾减灾意识，对于增强防灾减灾自救互救能力，有效减少人员伤亡我们今天进行了一次防灾减灾疏散演练活动。

安全重于泰山，人的生命是最可宝贵的。对一个国家而言，安全是社会和谐的基石；对一个单位而言，能使其毁于一旦的只有安全；对个人而言，生活的幸福来自安全，人生的快乐首当平安。从这个意义上讲，没有安全，就没有社会的稳定，就没有各项事业的进步和发展，就没有个人的安居乐业。

学校是人员密度较大的场所，一次严重的安全事件都会给学校带来灭顶之灾，学生的平安牵动着千家万户。安全是学校兴盛的前提和保障，安全责任要常抓不懈。今天，我们举行的这次防震安全逃生演练，是对学校安全措施的一次再落实，是对学校师生员工安全防范意识的一次再强化，是对提高大家安全逃生技能的一次实地演练和培训，也表达了学校对学校安全工作持之以恒、紧抓不放的决心。

对这次活动，我们用以下的几句话进行概括、点评：各班教师高度重视，组织有序；参演学生服从指挥，步调一致；动作要领规范到位，活动安全有序，达到了预期的目的和要求。对于这样的演练活动，我们要经常化、常态化，要采取突然

进行和有准备进行多种形式。全体师生务必高度重视，积极参与。让我们共同努力，打造平安学校，建设和谐校园。

谢谢大家！

防震减灾演讲稿三年级篇四

大家早上好！今天我演讲的题目是《防震减灾。珍爱生命》

20xx年，每年的5月12日被设为全国“防震减灾日”。“防震减灾日”的设立，既是纪念xx汶川大地震故去的人们，也是提醒我们前事不忘、后事之师，增强全社会防震减灾意识，普及推广全民防灾减灾知识和避灾自救技能，最大限度地减轻自然灾害的损失。

首先最重要的就是要镇静，任何突发应急事件不要慌乱。如果正在上课时发生了地震，靠近门的同学可以迅速跑到门外，中间及后排的同学应尽快躲到课桌下，用书包护住头部；靠墙的同学要紧靠墙根，双手护住头部；远离窗户，以防玻璃碎片伤人。在走廊或楼梯上同学，应找墙角蹲下，保护好头部，远离墙上悬挂的装饰物，等震动停止后迅速向外撤离。如果在场等户外，绝对不能跑进建筑物中避险，也不要广告牌下、篮球架下等危险地方停留，尽量向空旷的地方集中。用毛巾、衣服捂住口鼻，防止烟尘窒息；往意保存体力，不要大喊求救，设法找到食品和水，创造生存条件，等待救援。当然，人的一生遇到大的灾难的几率是小的，我们更加要注意小的安全问题，提高防范意识。

第一、体育课和课外活动前准备活动要充分，运动时要注意不能剧烈地碰撞，以免撞伤或摔伤。

第二、上下楼梯靠右行，讲究秩序，轻声慢步，防止踩事件的发生。

第三、在同学间遇到矛盾时，要冷静、理智，解决不了的矛盾，一定要寻求老师的帮助解决。

第四、现在春夏交替季节，温差大，同时也是病菌滋生的季节，教室、宿舍要多通风，注意个人卫生，停止传染病的发生。更不要私自下河游泳。

同学们，生命是美好的，生活是多姿多彩的，而要拥有这一切的前提是安全。所以我们一定要时刻加强安全意识，珍爱生命，努力增强自我防范能力，时刻注意防灾减灾，做到警钟长鸣！

我的演讲完毕，谢谢大家！

防震减灾演讲稿三年级篇五

2008年5月12日14时28分，一场里氏8.0级的大地震袭击了我国四川省汶川县，仅仅几秒钟的时间，也就在这一瞬间，汶川周边地区变成了废墟。有多少人失去了自己的亲人，有多少人离开了人世，又有多少人变成了残疾人……这场大地震震撼了全国人民，给四川人民心中留下难于挥去的阴影。

地震是不可预测的，如果人类能够预测地震的发生时间、震级和地区，如果我们学会了自救，就不会有那么多的生命消失。我们不甘心，虽然我们不可以预测地震的到来，但我们却可以用防震知识武装自己，来准确地防止和减少地震给我们带来的伤害。

那么，当地震灾难降临时，我们该怎么办呢？

灾难是人们预测不到的，只能靠我们自己来防止和地震造成的伤害，与其惊慌或者呆呆地等待救援，还不如全力自救。

自然灾害，包括人造灾害，都是人们最大的敌人。自然灾害有许多，比如，地震、酸雨、温室效应、台风等。人造灾害有火灾、水土流失等。远在古代，人们没有防范意识，都是求神拜佛保佑平安。随着社会的发展，人们懂得用科学道理、实用的方法来保护自己，减少灾害威胁到自己的生命。本文将告诉大家怎样用科学的方法来防震减灾，保护自己，保护家园。

据调查，全国有许多地方发生大地震，如1514年云南大理大地震，1975年辽宁海城大地震，1605年海南琼州大地震，1786年四川康定南地地震，1976年唐山大地震……如此多灾害，损伤惨重，特别是唐山大地震，有20多万人死亡和受伤。

其实，有些灾害是可以预防的。地震发生前，会有些预兆。比如马等牲畜会挣脱缰绳，并疯狂地往外跑；正在冬眠的蛇会涌出洞外；蜜蜂会惊飞、逃窜；狗会狂吠，还有一些家畜会出圈，到处窜跑；老鼠成群结队搬家……这些预兆可以让人们提前知道将发生地震，如果发现这些动物有这些反常现象，须先辨别真假，再向地震局报告，以防在先，及早撤离。

地震发生了并不是就必死无疑，其实，还有很多自救的方法。例如：地震了，你被压在废墟的.底下，这时候，你不要盲目乱动，要冷静，先把手抽出来，慢慢地挪动废墟，先保持呼吸顺畅，再想办法呼吸，喊人员来救你。如果发生地震时你在家里，必须马上钻到坚硬、并且没有倒塌的小房间中躲避，以免砸伤。还有，要贴着坚固的墙壁或在门口蹲着，在房子倒塌后，再求生，要避免被弄伤。如果在野外，一定要避开陡崖，防止掉下山。还有要预防山体滑坡，以免滑下去。如果在学校，一定要听从老师的指挥，躲到课桌下，注意保护头部，如果在上体育课，要避免高大的建筑物，不要被砸伤。如果在电影院，要躲在观看椅底下避震，要避开挂在天花板上的灯、空调的悬挂物，用东西保护头部，听从指挥人员指挥撤离现场。在商场发生了地震，要避开玻璃柜，避开货物、

广告牌、灯等物品。如果在公共汽车内，要躲在椅子底下或蹲下，要稳住重心，扶好扶手。