

# 防灾减灾人人有责国旗下演讲稿（31 篇）

防灾减灾人人有责国旗下演讲稿（精选 31 篇）

防灾减灾人人有责国旗下演讲稿 篇 1

同学们：

今天是 5 月 11 日，明天是 5 月 12 日，是全国第\_\_个“防灾减灾日”。

5 月 12 日是个沉重的日子，因为在 20\_\_年的 5 月 12 日，下午 2 点 28 分，我国四川省汶川县发生了一次特别重大的地震灾害：8 级大地震。这次地震的能量相当于 400 颗广岛原子弹，它造成了 69227 人遇难，人

受伤，17923 人失踪。汶川地震到来之时，正好是学校上课的时间，有几百所中小学校在强大的地震前瞬间倒塌、摧毁，许多学生和老  
师失去了生命。因为这场突如其来的巨大灾难，因为这次沉重的记  
忆，我们国家决定，自 20\_\_年起，每年 5 月 12 日定为全国“防灾  
减灾日”。今年的“防灾减灾日”主题是“弘扬防灾减灾文化，提  
高防灾减灾意识”。虽然大地震过去了，但是我们身边的灾害却仍  
在威胁着我们的生命安全。老师给你们说一串数字吧：据联合国专  
家统计分析，每年全球死于意外事故约 200 万人，其中青少年儿童  
接近 100 万人。我国每年约有 1 万名中小學生非正常死亡，中小學  
生因意外事故死亡每天有 40 多人，就是说几乎每天有一个班的学生  
在“消失”。面对每一次残酷的事故，以及每一个鲜活的生命在瞬  
间逝去，我们更应该警惕：心中要常有防灾减灾的意识，多学习相  
关的安全防范知识，了解一点常识、增长一点见识，为我们宝贵的  
生命保驾护航。

要是地震来了，我们该怎么办？

1、如果正在上课，地震突然来了，同学们一定在要在老师的指  
挥下，迅速抱头，闭眼，赶快躲到自己的课桌下面。

2、第一次震感过后，大概也就是在几十秒钟，还是在老师的指  
挥下迅速、有序的，抱头，撤离教室，按照我们每天出操的路线，  
跑到操场上。在楼道里不要惊慌，不要喊叫，不要拥挤，避免踩伤，  
摔伤。最重要的是要保护自己的头部。

3、如果正在操场上上体育课，可原地不动，蹲下或趴下，双手护着头部，注意避开高大建筑物。

4、应该强调的是千万不要跳楼！不要在窗台边上去！也不要到走廊的护栏边上去，更不要尖叫，不要拥挤，撤离教室要迅速。

5、如果地震来的时候你在家，要及时躲到厨房、厕所里去，也可以躲在桌柜等坚固家具的下面以及房间内侧的墙角，同时用被褥、枕头、棉衣、脸盆等物品护住头部。千万不能在窗户、阳台附近停留，更不能试图跑出楼外，因为时间来不及。等地震间隙再尽快离开住房，转移到安全的地方。地震时如果房屋倒塌，应待在床下或桌下千万不要移动，要等到地震停止再移出室外或者等待救援。

6、发生地震时，如果我们在公共场所，不能惊慌乱跑。要冷静下来，观察周边环境，马上躲到离自己最近而且比较安全的地方，如桌柜下、舞台下，绝对不能停留在高楼下、广告牌下、狭窄的胡同、桥头等危险的地方，更不能跑进建筑物中去避险。

虽然我们无法避免地震的发生，但我们可以通过掌握预防和减少地震灾害的知识本领使损失降至最低。希望同学们通过今天的学习和实际演练，能真正掌握逃生技能，回家也将防灾知识和逃生方法告诉爸爸妈妈和身边的伙伴们，让更多人能真正懂得防灾减灾。

其实不仅是地震，每天都面临着各种各样的灾害和灾难，中国是一个多灾害的国家，希望全校师生每天都能将安全放在重要的地位，同时面对发生在我们周边的灾难我们也坦然面对，心理上要坚强。

老师们，同学们，让我们加强防灾减灾知识学习，共建上庄小学和谐校园！

谢谢大家！

防灾减灾人人有责国旗下演讲稿 篇2

老师们，同学们：

大家早上好！

今天我国旗下讲话的题目是：加强防灾减灾，创建和谐校园。

国务院决定将5月12日确定为“防灾减灾日”，今年是第14个“防灾减灾日”宣传活动主题是：科学减灾，依法应对。

我们身边存在着各种各样的灾害隐患，如台风、暴雨、火灾、地震、雷电、交通事故等等。为了更好的应对突发灾害，减少对生命安全的损失，我们要认真学习防灾避险知识，积极参加学校组织的紧急疏散演习，提高逃生自救能力，下面我为大家介绍一些地震、火灾发生时的安全自救小常识：

1、如果正在上课或在家中发生地震，要沉着冷静、快速躲在桌下、紧靠墙根，用书包枕头、脸盆等物保护头部，听从老师指挥，快速有序下楼到操场或空地避险。

2、如果被通知上空有毒云或可疑云团，在室外要沿侧上风方向避开烟幕快速离开。在家中应用湿毛巾和衣服护住头，用塑料袋挡住眼睛。

3、如遇到了火灾，要保持镇静，尽快找到所在场所的'疏散通道、安全出口和楼梯方位等，以便关键时候能尽快逃离现场。为了防止火场浓烟呛人、中毒、窒息，可采用毛巾、口罩蒙鼻，匍匐撤离的办法，穿过烟火封锁区，可向头部、身上浇水再冲出去。

4、在日常生活中我们还要增强“防火灾、防触电、防侵害”意识。不吸烟、不玩火，不随意焚烧废弃物。不在班级寝室使用违禁电器。

同学们，在遇到自然灾害时要有冷静的头脑、科学的方法，以及机智和勇敢的态度去保护自己以及身边的人。让我们从现在做起，提高安全意识，改正不良行为，共同维护校园环境，共建平安和谐幸福校园，共享健康文明快乐生活。

### 防灾减灾人人有责国旗下演讲稿 篇3

敬爱的老师、亲爱的同学们：

大家好!明天，是5月12日，一个令全永生难忘的日子，令全世界瞩目的日子。年5月12日，汶川发生八级大地震，十万多人罹难，经济损失达几千亿元。之后的七年中，世界各地又发生了许多大的灾难，日本地震海啸、菲律宾台风、美国超级龙卷风、马航失联、西南五省的严重旱情、黄浦外滩踩踏事故等等。这些天灾人祸，使许多鲜活的生命转眼间阴阳两隔。

茫茫宇宙，人类是渺小的。我们无法预知明天将发生什么，无法预测意外何时到来。我们能做的，就只有珍爱生命。关于生命，《圣经》中是这样表述的：因为不能恒久，所以最珍贵；因为能吐纳天地气息，所以胜过钻石的光芒。意外来临，我们不能逃避，不能惊慌，不能因为事发突然、险象环生、困难重重就放弃自己的生命。生死关头，我们一定要沉着冷静，保持高度的自己保护意识，懂得如何自救，不放弃对生命的执着。生命是脆弱的，一旦发生什么意外，就会留下永远的伤痕；健全身体一旦失去，就永远无法挽回。犹记韩国“岁月”号客轮，在倾覆的那一刻，船长和大部分船员为了保全自己的生命，弃乘客于不顾，几百条鲜活的生命瞬间消逝于茫茫大海。灾难面前，我们不能当一名自私的逃兵，而应做一位拼搏的勇士。虽然我们难以做到舍生忘死，不顾一切去救助别人，但我们应有一颗责任心，懂得尊重理解他人；还应有一颗爱心，懂得关心爱护他人。因为爱是人间最朴素最真诚最有力量的情感。当血库紧张时，你愿意捧出爱心主动献血吗？当遇到有人因意外失去亲人，你愿意用爱去抚慰他们的心灵吗？当看到那些在灾难中幸存的残疾人，你愿意尊重他们理解他们，用爱抹去他们痛苦的记忆吗？我愿意。那你呢？

现在，我们的生活稳定和平，谈论天灾人祸似有危言耸听之嫌。但为了更加美好的生活，我们必须树立居安思危的意识，树立防灾减灾的观念。在日常生活中，关注世界各地发生的天灾人祸，主动学习有关防灾减灾的知识。这样，我们的生活就多了一层保障，一

旦遇到突发事故也能从容不迫，应对自如，最大限度地保护自己，把损失降到最低。请你相信，平时为防灾减灾多付出一点，你的安全就多增加一分。

世界是温暖的。让我们行动起来，主动防灾减灾。在灾难面前，珍爱生命，以爱与责任同行。

我的演讲到此结束。

防灾减灾人人有责国旗下演讲稿 篇 4



尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！

我是1班的丁\_\_。今天我演讲的题目是“提升基层应急能力，筑牢防灾减灾救灾的人民防线”。20\_年5月12日注定是人们永远难以忘怀的日子，汶川发生了里氏8.0级特大地震，山崩地裂、房屋倒塌，68977条鲜活的生命逝去，这场继唐山大地震后伤亡最严重的地震警示我们：灾难无处不在，提高防灾减灾能力，筑牢生命的防线意义重大。

为了表达对地震中遇难同胞的追思，增强全民防灾意识，提高防灾减灾的能力，我国于20\_年5月12日，设置了“防灾减灾日”，意在提醒全民掌握科学防灾的知识，提升应急避险能力，最大限度地减少灾难带来的危害。

汶川地震中，安县桑枣中学虽然与受灾最严重的北川紧邻，但因为平时训练有素，全校2200多名学生和上百名老师，仅用时1分36秒就全部安全撤离到学校的操场上。大灾大难中无1人伤亡，获得汶川地震中防灾“最牛学校”的美名，可谓是当之无愧。

我国设置“防灾减灾日”，一方面是因为汶川地震影响巨大，举世震惊，顺应了社会各界对我国防灾减灾关注的诉求，另一方面也是提醒我们前事不忘，后事之师，更加重视防灾减灾，做到防患于未然。

这个世界最脆弱的是生命，一切的名利追求在健康面前不值一提。因此提高我们同学的防灾减灾能力显得格外重要。在这方面，我们的学校也是高度重视、常抓不懈，逃生演习已成为学校中重要的常规工作。每周三课间操进行的逃生演习要求全体同学按照规划好的路线有序逃生。

每次逃生演习都会有老师帮忙计时，五分钟、四分钟……随着演练次数的增加，我们的速度也越来越快，动作越来越娴熟。宿舍人员密集，稍有不慎就可能酿成悲剧。在宿舍里，我们也每隔几周就会有火灾消防演练。演练中，宿管老师一吹口哨，同学们就近找好毛巾、枕巾等物品捂住口鼻，排成一列快速下楼，在院子里按照宿舍号站好队，由舍长点清人数报告老师是否少人，一切都井然有序。训练有素的背后是同学们一次次地认真演练和老师一次次地辛勤指导。

曾记得有一次进行消防演练时，有个别同学比较散漫，不重视演练。老师便把我们带到综合楼门口，强调演练的重要性，反复告诫我们即使自己逃出宿舍楼也不能放慢脚步，因为后面可能还有同学仍然处在危险之中。我们只有把每次演习当成真正的灾难，灾难真正降临时，我们才能像演习一样从容不迫，才能保护好自己、保护好他人、将伤亡降到最低。

新年伊始的新冠病毒阴霾笼罩整个世界。中国在大灾面前不断增强防灾减灾意识与能力，疫情得到了有效控制，国内情况基本稳定了下来。在社会各界及学校各部门老师的努力下，4月15日，我们终于如愿以偿的回到了熟悉的校园，一起备战高考。

从每天的四次体温测量到一日三餐的就餐秩序；从每日上下学老师们的陪伴与护送到每日学习上、生活上老师们的细致安排……无不体现着学校把师生安全放在第一位的安全意识与责任担当，学校用它的行动打消了我们的疑虑，打消了家长的担心，向社会展示了它的防灾减灾能力。

我的演讲到此结束，谢谢大家！

防灾减灾人人有责国旗下演讲稿 篇5

2019年5月12日14时28分，一个让人无法忘记的时刻。一场巨大的灾难&&8级特大地震&&袭击了可爱而美丽的天府之国：69227人遇难，人受伤，17923人失踪这是一组令全世界震惊的数字！

再过两天，就是5.12汶川大地震两周年纪念日，也是全国第二个防灾减灾日。

上苍无情，人间有爱。一方有难，八方支援；民族共振，中华必胜！从灾难发生的那一刻起，我们的党和国家领导人就与人民同呼吸，共患难，领到全党全军全体中华儿女谱写了万众一心、众志成城、迎难而上、不屈不挠的一曲又一曲壮歌；从灾难发生的那一刻起，每一位中华儿女都忍受着揪心的疼痛，都被大灾有大爱的呐喊涤荡着心胸。13亿中国人，人人都是志愿者，有钱出钱，有力出力；爱的暖流流淌至今。任何困难都难不倒英雄的中国人民！再大的灾难也挡不住中华民族伟大复兴的脚步！

时光流逝，七百个昼夜已经过去，灾难留下的痛苦记忆正渐行渐远，然而不仅有我们不应忘记的，还有我们应该反思的。

人生路上多坎坷，灾难和挫折就是最好的教育。从某种意义上来说，灾难教育的程度体现一个国家的文明程度。而国家文明程度和国民防灾减灾素质的提高，首先需要从普及灾难教育开始。日、美等国灾害频繁发生，但他们把灾难警示纳入国民教育体系，从娃娃抓起，把逃生技能列为幼儿必修课；许多国家将中小學生年年加一次到两次防灾避难演习作为学校规定。我国正是针对民众防灾减灾意识薄弱的情况，将每年的5月12日定为防灾减灾日。

可是近日来，各地又发生了多起校园伤害事故，这再一次给我们敲响了警钟。究其原因，还是我们学生安全意识薄弱以及应对反应能力不强所造成的。安全无小事，我们思想上一定要高度重视。学校常常会组织一些消防演练，交通知识讲座等活动，有的同学会

不以为然。但事实上，这些经历和内容，恰恰在关键时刻是最重要的。桑枣中学师生逃生不就是一个很好的范例吗？是什么让他们能在短短的1分36秒全体师生在5.12地震时顺利逃生？这与平时里他们牢固树立的安全意识和扎实的应对灾害的本领是万万分不开的。

作为学生，我们更可以在很多的细节上增强自护意识和自护能力。不带贵重物品进校园，不带较大数量的现金在身边；出行注意交通安全，严格遵守交通规则；养成良好个人习惯和饮食、饮水习惯，不到卫生状况无保障的小摊点就餐等等。

愿借 5.12 防灾减灾日的东风，让安全之风吹遍嘉中校园！

防灾减灾人人有责国旗下演讲稿 篇 6

老师们、同学们：

大家好！

我是四（1）班的\_同学，今天我国旗下讲话的题目是：《居安思危，防范在先》！

老师们！同学们！当我们在尽情享受每一天的快乐时光时，我们是否想到安全的隐患无时不在袭击着我们。今年的 5.12 是汶川地震\_\_周年的纪念日，历史将永远铭记 20\_\_年 5 月 12 日 14 时 28 分地动山摇发生的那一刻，人类在灾害面前是那么的无助，但也从未停止过与自然灾害的抗争，有血的教训，也有成功的经验。从西南抗旱、玉树地震，我们国家对防灾减灾工作越来越重视，为了防止及降低各类灾害伤亡事故的发生，经国务院批准，自 20\_\_年起，每年 5 月 12 日设为“防灾减灾日”。

在今天第\_\_个全国“防灾减灾日”到来之际，我们来审视我们生活学习的行为，在全国各类安全事故中，学校安全事故所占的比例也是较大的。另据统计，我国每年大约有一万六千名中小學生非正常死亡，中小學生因安全事故、食物中毒、溺水等死亡的，平均每天有 40 多人，也就是说每天将有一个班的学生在“消失”。因此，同学们应该在每个行为细节中都要靠近安全远离危险，做到：上下楼梯慢步轻声靠右行，课间在教室、校园内不打闹，不追逐；体育课上严守上课纪律，听从体育老师的话，不无故生事；做到小事找班干部，大事找老师解决；不购买、不携带危险物品进校园。

同学们！安全重于泰山，安全在于防范，让我们时刻牢记生命对于每个人只有一次，时时树立安全的意识，时时想安全，处处讲安全，人人要安全，居安思危，就一定会创造出安全和谐的校园环境，我们的生命将会更加亮丽！

谢谢大家！

防灾减灾人人有责国旗下演讲稿 篇 7

同学们：

早上好！

再过几天，就是 5·12 汶川大地震两周年纪念日了，也是全国第 14 个“防震减灾日”。在这个特殊的日子裡，让我们回眸 14 年前发生过的生命奇迹，思考如何加强对生命的珍惜与保护意识。

不知大家是否还记得，在汶川大地震中，一名叫甘甜的13岁女生，带领全班43名同学成功逃生，创造了一个了不起的奇迹。地震发生当天，甘甜和她的同学们正在一楼的教室里上课，突然感到一阵晃动。就在大家六神无主之时，甘甜喊道：“大家不要慌，快躲到桌子底下！”等摇晃稍微平静后，她又一次发出指令：“大家赶紧离开！”在她的组织下，全班同学迅速撤离，刚刚冲到操场上，教学楼便整体垮塌了。当问起为什么不在大楼摇晃时逃生，甘甜说，老师告诉过我们，地震发生后躲在桌子下面最安全，即使房子跨下来，课桌也能够挡一下。

虽然人类目前还无法避免和控制地震，但只要掌握一些技巧，是可以将其对人的伤害降到最低程度的。比如，选择在重心较低且结实牢固的桌子下面躲避，并紧紧抓牢桌子腿；选择躲进厨房等跨度较小的房间里；在没有可供藏身的场合，可以用枕头、脸盆或书包顶在头上，必要时也可用双手护住头部……平时多一份对生命安全的关注，关键时刻就会多一份生命奇迹的发生。同学们，让我们都来学习安全自护常识，掌握安全技能，实现生命的价值，让生命绽放出光彩！

#### 防灾减灾人人有责国旗下演讲稿 篇8

年5月12日14时28分，这个全国人民都牢记的时刻。我国四川汶川地区发生了一起8.0级的大地震。顷刻间，房屋倒成一片，



人们泪流满面。顷刻间，恐慌、悲痛编织成了一张巨大的，笼罩在全国人们的心头。

这场地震给我国带来了巨大的损失。但也就是这场地震，彰显出了人民的坚强不屈，彰显出了人民的伟大的爱！

5.12日，虽然摧毁得了我们的家园，但是摧毁不了我们坚强的意志！

曾经看到过这样一个感人的镜头：那是被困80个小时以后，解放军又成功解救出了一名女孩。另人震惊的是，这名女孩没有昏迷，也没有哭泣。她给了我们一抹灿烂的微笑！她说：“我没事！”尽管她的眼里还闪烁着晶莹的泪珠，尽管她曾与死神擦肩而过！呵，女孩，你是冬日里的一抹阳光，是暴雨过后的一株小草。给人以温暖，给人一坚强！

5.12日，虽然扼杀得了我们的生命，但是扼杀不了我们心中的真情！

曾经听到过这样一个感人的故事：在地震发生的时候，一名年轻的教师正在上课。当他感觉地震发生时，他没有先逃走，教室里还有一群可爱的孩子呀！于是，他赶忙疏散学生。只剩下两个孩子了，可，墙就要塌了！这位年轻的教师想也没想，把两个孩子紧抱在一起扑在地上。几十个小时过去了，救援队挖开了废墟。年轻的老师已经牺牲了。可两个孩子还在他的胸前，两个孩子还没死！可当人们试图将孩子从老师手中拉出来时，却怎么也拉不出来，没办法，尸体已经僵硬了。当医护人员说要把他的手锯掉的时候，在场的人都哭了……呵，老师！我不想感谢你，因为我知道，这是一个老师的本能，我所能做的，只有鼓励那两个孩子坚强地活下去！

一点儿小爱心乘以 13 亿会变成爱的海洋，一个大困难除以 13 亿也会变得微不足道！四川灾区的人们，你们要坚强！人从不会在灾难面前倒下！从哪儿跌倒，我们就从哪儿爬起！

## 防灾减灾人人有责国旗下演讲稿 篇 9

各位老师，同学们：大家早上好！

新的一周又开始了，今天我国旗下讲话的题目是《防灾减灾，从我做起》。

同学们，当我们在尽情享受每一天的快乐时光时，我们是否想到安全隐患无时不在袭击着我们。9 年前的今天，也就是 20\_\_年 5 月 12 日，下午 2 点 28 分，在我国四川省汶川县发生了一次特别重大的地震灾害。地震到来之时，正是学校上课的时间，有近几十所中小学校在强大的地震前瞬间倒塌、摧毁，许多学生和老师失去了生命。

20\_\_年 3 月 2 日，国家减灾委、民政部发布消息，经国务院批准，自 20\_\_年起，每年 5 月 12 日为全国防灾减灾日。

同学们，防灾减灾目的是为了增强我们的风险防范意识，保证大家的生命安全。利用今天国旗下讲话的机会，我郑重的向同学们提出如下倡议：

1、在各项运动中要注意运动安全。上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。操场上的体育运动器械，必须按规定使用。

2、要注意交通安全。乘车时要相互礼让，文明乘车。

3、同学们的所作所为也要有安全意识，不能感情用事。同学间遇到矛盾时，要冷静、理智，不能发生打架事件，更不能找外来人解决。

4、课间文明，不大声喧哗，不追逐打闹，进出走廊不奔跑，不嬉戏，不在走廊和门口玩耍。保持楼道内安静，做到轻声、慢步、靠右行。不在教室走廊从事体育性活动、追跑嬉戏或打闹喧哗。

5、要注意食品安全。夏天到来，气温渐高，食物中毒事件有可能增多，同学们不要买过期的、变质的、不卫生的食品，不要在街头小摊上买东西吃。吃饭喝水都要讲卫生，要加强身体锻炼，预防传染病。

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。安全重于泰山，安全在于防范，让我们时刻牢记生命对于每个人只有一次。时时树立安全的意识，时时想安全，处处讲安全，人人要安全，居安思危，就一定会创造出安全和谐的校园环境，我们的生命将会更加亮丽！

老师们、同学们：

大家早上好！今天我国旗下讲话的题目是：识别灾害风险，掌握减灾技能。同学们还记得 2019 年 5 月 12 日，我国四川省汶川县发生了 8.0 级地震，地震共造成 7 万人死亡，37 万人受伤，1.7 万多人失踪，5335 名四川学生在地震中遇难，已经办理残疾证明的有 546 名学生，直接经济损失 8437.7 亿人民币，损失影响之大，举世震惊，为了纪念这个日子，国务院决定 2019 年起每年的 5 月 12 日确定为防灾减灾日，今年是第五个防灾减灾日。

为进一步增强广大居民的防灾减灾意识，普及防灾减灾知识，提高居民的防灾减灾避灾能力。根据《上海市突发公共事件应急管理委员会关于批转市民政局市民防办制订的本市 2019 年防灾减灾日系列活动方案的通知》精神，5 月 6 日至 12 日为防灾减灾宣传周。今年的宣传主题是识别灾害风险，掌握减灾技能。

这将有利于进一步唤起社会各界对防灾减灾工作的关注，增强全社会的防灾减灾意识，普及推广全民防灾减灾知识和避灾自救技能，提高各级政府综合减灾能力，最大限度地减轻自然灾害造成的损失。防灾减灾日的设立，将使我国的防灾减灾工作更有针对性，政府能更加有效地开展有关工作，真正保障人民群众的生命财产安全。

我们身边不可避免的存在着各种各样的灾害的侵犯的隐患，如台风、暴雨、火灾、地震、雷电、交通事故等等，因此，对我们全体师生而言，提高防灾减灾意识显得至关重要。灾害确实可怕，但比灾害更可怕的是无知，我们相信只要认真学习防灾减灾的基本常识，提高逃生的自救互救常识，我们完全可以把灾害的损害降低到最低，甚至完全可以避免灾害的发生。所以，作为青少年的我们，一定要了解防灾减灾和逃生自救知识，培养灾害安全意识，才能在自然灾害来临时沉着应对，保护自己，提高防范意识，安全而快乐的渡过每一天。将伤害降到最低。

识别灾害风险，掌握减灾技能。就让我们行动起来，共同做好防灾减灾工作，让校园远离灾害，让学生安全成长。

目前阶段特别注意的安全问题有：

1、上下楼梯靠右行，讲究秩序，轻声慢步，防止踩踏事件的发生。

2、现在春夏交替季节，温差大，同时也是病菌滋生的季节，同学们要注意保暖，教室多通风，注意个人卫生，防止传染病的发生。

3、天气渐暖，不要私自下河游泳。

最后，祝愿我们师生每天高兴到校，安全回家！快乐度过每一天！

谢谢大家！

防灾减灾人人有责国旗下演讲稿 篇 11

亲爱的同学们：

大家早上好！今天我演讲的题目是《防震减灾，珍爱生命》。

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。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；留意保存体力，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！

防灾减灾人人有责国旗下演讲稿 篇 12

老师们、同学们：

大家好！今天我国旗下讲话的主题是防灾减灾，警钟长鸣。国家设立“防灾减灾日”，将使我国的防灾减灾工作更有针对性，更加有效地开展防灾减灾工作。开展好“防灾减灾日”活动，有利于引起广大师生对防灾减灾工作的重视，增强师生灾害风险防范意识。有利于普及防灾减灾知识，增强综合减灾能力。有利于加强防灾减灾基础建设，提高快速反应能力。

在全球气候变化和我国经济社会快速发展的背景下，近年来，我国自然灾害损失不断增加，重大自然灾害乃至巨灾时有发生，我国面临的自然灾害形势严峻复杂，灾害风险进一步加剧。作为有知识的青少年，我们的责任就是学习“防灾减灾”知识，做好宣传预防工作。

第一，请同学们积极参加学校组织的应急疏散演练，熟悉自己的疏散路径，养成处变不惊的`优良心理素质。

第二，请同学们在日常生活中，增强安全意识，增强自我保护意识，注意安全，防止受到来自各方面的伤害。这里所说的安全，涉及交通安全、水火安全、楼道安全、刀具安全、交往安全、生活安全、心理安全等许多方面。

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防灾减灾知识，树立责任意识，努力增强自我防范能力，做到警钟长鸣。

防灾减灾人人有责国旗下演讲稿 篇 13

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家早上好!同学们，你们知道昨天是什么日子吗?今天是我国第五个防灾减灾日。今天我讲话的题目是《珍爱生命，防灾减灾》

20\_\_年5月12日汶川大地震，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。

自 20\_\_年起，每年的 5 月 12 日被设为全国防灾减灾日。防灾减灾日的设立，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，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。

我们的身边不可避免的存在着各种各样灾害的侵犯，如台风、暴雨、火灾、地震、雷电、交通事故等等，因此，对我们全体师生而言，提高防灾减灾意识显得至关重要。灾害确实可怕，但比灾害更可怕的是无知，作为学生，我们要珍爱生命，最大限度保护自己，就要学习防震减灾知识和避灾自救技能，那么，我们学生在地震发生时要注意哪些呢？

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。在走廊或楼梯上的同学，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。

如果在操场等户外，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。

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，防止踩踏事件的发生。

第三、课间不奔跑，不打闹，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。

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！

我的讲话到此结束，谢谢大家！

防灾减灾人人有责国旗下演讲稿 篇 14

各位老师，同学们：

大家早上好！今天我国旗下讲话的题目是：防灾减灾，警钟长鸣。

20\_\_年5月12日，我国四川省汶川县发生了8.0级特大地震，为了纪念这个日子，国务院决定每年的5月12日确定为“防灾减灾日”，今年是第七个“防灾减灾日”。

我们身边不可避免的存在着各种各样的灾害的侵犯和隐患，如台风、暴雨、火灾、地震、雷电、交通事故等等，因此，对我们全体师生而言，提高“防灾减灾”意识显得至关重要。灾害确实可怕，但比灾害更可怕的是无知，我们相信只要认真学习“防灾减灾”的基本常识，提高逃生的自救互救常识，我们完全可以把灾害的损害降低到最低，甚至完全可以避免灾害的发生。

这就要求我们师生要从课堂内外多种渠道了解灾害的起源以及怎样自救。比如，地震了怎么办？首先要冷静，要在老师的指挥下迅速抱头、闭眼，躲在各自的课桌下，绝不能乱跑或跳楼，待地震过后再有序地撤离。另外，我们要认真参加学校安排的应急演练活动。同学们一定要重视，而不单单是觉得好玩，应付了事。

同学们，防灾减灾，主要是要增强我们的风险防范意识，保证大家的'生命安全。那么，让我们来审视我们的生活学习行为，在每一个行为细节中都靠近安全远离危险。借此机会，我向同学们提出如下要求：

- 1、上下楼梯靠右行，讲究秩序，轻声慢步，防止的发生；不在教室、走廊追赶、打闹、大声喧哗。

- 2、现在春夏交替季节，温差大，同时也是病菌滋生的季节，同学们要注意保暖，教室多通风，勤洗手，注意个人卫生，防止传染病的发生。

3、夏天到来，气温渐高，食物中毒事件有可能增多，同学们不要买过期的、变质的、不卫生的食品，尽量不要在街头小摊上买东西吃。

4、天气渐暖，不要私自下河塘、水库游泳。在各项运动中要注意运动安全。上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。

5、同学们的所作所为也要有安全意识，不能感情用事。在同学间遇到矛盾时，要冷静、理智，不能发生同学间打架的事件，更不能找外来人解决。

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，努力增强自己防范能力，做到警钟长鸣。

防灾减灾人人有责国旗下演讲稿 篇 15

亲爱的同学们、老师们：

历史将永远铭记 20\_\_年 5 月 12 日 14 时 28 分地动山摇的发一刻，人类在灾害面前是那么的无助，但从未停止过与自然灾害的抗争，有血的教训，也有成功的经验。另据统计，我国每年大约有一万六千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，也就是说每天将有一个班的学生在“消失”。

专家指出，通过安全教育，提高我们中学生的自我保护能力，80%的意外伤害事故是可以避免的。所以学校把安全教育作为重要工作来抓。根据苏州地区的灾害发生的特点和我校实际，今天重点谈谈火灾和水灾的自护自救和互救。

## 一、火灾自救知识

如果学校寝室、教室、实验室、会堂、饭店、食堂和家庭着火时，可采用以下方法逃生。首先要镇定冷静，不能惊慌失措。

### (1) 毛巾、手帕捂鼻护嘴法

因火场烟气具有温度高、毒性大、氧气少、一氧化碳多的特点，人吸入后容易引起呼吸系统烫伤或神经中枢中毒，因此在疏散过程中，应采用湿毛巾或手帕捂住嘴和鼻(但毛巾与手帕不要超过六层厚)。注意：不要顺风疏散，应迅速逃到上风处躲避烟火的侵害。由于着火时，烟气太多聚集在上部空间，向上蔓延快、横向蔓延慢的特点，因此在逃生时，不要直立行走，应弯腰或匍匐前进，但石油液化气或城市煤气火灾时，不应采用匍匐前进方式。

(2) 遮盖护身法。将浸湿的棉大衣、棉被、门帘子、毛毯、麻袋等遮盖在身上，确定逃生路线后，以最快的速度直接冲出火场，到达安全地点，但注意，捂鼻护口，防止一氧化碳中毒。



(3)封隔法。如果走廊或对门、隔壁的火势比较大，无法疏散，可退入一个房间内，可将门缝用毛巾、毛毯、棉被、褥子或其它织物封死，防止受热，可不断往上浇水进行冷却。防止外部火焰及烟气侵入，从而达到抑制火势蔓延速度、延长时间的目的。

(4)卫生间避难法。发生火灾时，实在无路可逃时，可利用卫生间进行避难。因为卫生间湿度大，温度低，可用水泼在门上、地上，进行降温，水也可从门缝处向门外喷射，达到降温或控制火势蔓延的目的。

(5)多层楼着火逃生法。如果多层楼着火，因楼梯的烟气火势特别猛烈时，可利用房屋的阳台、水溜子、雨蓬逃生，也可采用绳索、消防水带，也可用床单撕成条连接代替，但一端紧拴在牢固采暖系统的管道或散热气片的钩子上(暖气片的钩子)及门窗或其它重物上，在顺着绳索滑下。

(6)被迫跳楼逃生法。如无条件采取上述自救办法，而时间又十分紧迫，烟火威胁严重，被迫跳楼时，低层楼可采用此方法逃生，但首先向地面上抛下一些后棉被、沙发垫子，以增加缓冲，然后手扶窗台往下滑，以缩小跳楼高度，并保证双脚首先落地。

### 3、火场求救方法。

当发生火灾时，可在窗口、阳台、阴台、房顶、屋顶或避难层处，向外大声呼叫，敲打金属物件、投掷细软物品、夜间可打手电

筒、打火机等物品的声响、光亮，发出求救信号。引起救援人员的注意，为逃生争得时间

## 二、水灾自救知识

洪水到来之前，要尽量做好相应的准备。

1、根据当地电视、广播等媒体提供的洪水信息，结合自己所处的位置和条件，冷静地选择最佳路线撤离，避免出现“人未走水先到”的被动局面。

2、认清路标，明确撤离的路线和目的地，避免因为惊慌而走错路。

### 3、自保措施：

● 备足速食食品或蒸煮够食用几天的食品，准备足够的饮用水和日用品。

● 扎制木排、竹排，搜集木盆、木材、大件泡沫塑料等适合漂浮的材料，加工成救生装置以备急需。

● 将不便携带的贵重物品作防水捆扎后埋入地下或放到高处，票款、首饰等小件贵重物品可缝在衣服内随身携带。

● 保存好尚能使用的通讯设备。

### 洪水到来时的自救

1、洪水到来时，来不及转移的人员，要就近迅速向山坡、高地、楼房、避洪台等地转移，或者立即爬上屋顶、楼房高层、大树、高墙等高的地方暂避。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。  
。如要下载或阅读全文，请访问：

<https://d.book118.com/095213141340012011>