# 2024年保护自我演讲稿 自我保护演讲稿(模板9篇)

来源：网络 作者：红尘浅笑 更新时间：2024-06-11

*演讲是练习普通话的好机会，特别要注意字正腔圆，断句、断词要准确，还要注意整篇讲来有抑有扬，要有快有慢，有张有弛。我们想要好好写一篇演讲稿，可是却无从下手吗？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。保护自我...*

演讲是练习普通话的好机会，特别要注意字正腔圆，断句、断词要准确，还要注意整篇讲来有抑有扬，要有快有慢，有张有弛。我们想要好好写一篇演讲稿，可是却无从下手吗？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。

**保护自我演讲稿篇一**

同学们：

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。

前几天沈老师从报纸上看到一个故事：一位家长参与了一次市场调查，填写了详细的家庭资料，结果让不法分子获得并混进他家，偷走了一些钱，还吓坏了独自在家的六岁的女儿。我们想想，如果那位家长不是随便就将自己的地址、姓名、电话告诉别人，如果我们不随便让陌生人进入家门，那这些不愉快的事情就不会发生！一个人从小到大，一定会就遇到各种各样的困难与挫折，有时还会遇到来自各方面的伤害。所以要想使自己健康的成长，就必须学会保护自己。党和国家为了维护我们的权利不受侵害，为我们制定了许多法律法规，如《青少年保护条例》、《未成年人保护法》、《预防未成年人犯罪法》等。那么当大人不在我们身边时，我们遇到一些突发事件时，我们该怎么办？那就需要我们除了加强法制观念还要增强学会保护自己的能力。

现在小偷很多，怎样尽量减少自已的财物被盗呢？首先要做好预防：注意对家庭财产的保密，贵重物品、现金等，不能轻易露底，包括对某些亲友和邻居；不要将家中钥匙随便交给他人使用，防止居心不良的人从中偷配钥匙，寻机行窃；不要随便与陌生人、不明底细的人交往，更不能带到家中来做客，防止“引狼入室”；当你把书包等东西放在自行车的车筐里，挂在车把上或是夹在后架上时，要把“包”设法与自行车拴在一起，锁起来，人离开时要随身带上，要不就很容易让小偷得手。

当发现有人正在盗窃时，要机智，不要单独去抓小偷，以防小偷狗急跳墙而伤害自己。要和小偷保持距离、大声呼叫、及时报警（110）、记住小偷的特征（相貌、衣着、体态、车牌等），具体做法要看当时的情况，要讲究策略，机智比勇敢更重要。

有人拉拢你去偷盗怎么办？ 偷盗是违法犯罪行为，坚决不能参与当有人拉拢你参与偷盗时，你应该用以下办法来处理。1)严辞拒绝。“偷盗是违法的，伤天害理。你别想让我跟着你们去干。”2)好言相劝。3)借故推辞。“真不巧，我家（学校）有急事，我必须马上去办。”故意躲开拉拢你去干坏事的人。4)及时报告。

生活中充满着危险，我们必须时刻保持警惕，下面老师列出一些：

1、课间活动切勿因开玩笑、恶作剧而引起打架、翻脸，损坏公物，造成伤害事故。

2、 在校园内行走时，不以跑代走，防止跌倒或碰撞。过马路时注意来往行人车辆，遵守交通规则，不抢道，宁等三分、不抢一秒。

3、 携带劳动工具或用具，应注意误伤他人。

4、 不拿石块、硬棍丢人，不小心摔、砸、碰伤流血时应迅速报告，及时到卫生室或附近医院处理。

5、 离校没有家长接着的要结伴回家，途中不随意逗留，以免受诱骗。不要轻信陌生人的甜言蜜语，不贪小便宜。不因贪吃、贪玩上当受骗。

6、 当路遇他人索要钱财，要留心坏人的特征，尽量拖延时间，巧设计谋，瞅空溜走报告老师或家长，也可向路人呼救。看到同学被威胁利诱，随行同学应主动迅速报告。

7、 遇到电线断头，切不可随意拉、拔。不熟悉的电器不乱摸，以免危险。

8、 若遇闪电打雷，刮台风，要尽量避开大树和危险建筑物。平时不到建筑工地手脚架下或危墙、广告牌下玩耍。

9、 没有家长带领，不能擅自游泳。

10、 自行参加社会活动，要注意安全，防止被人挤伤踩伤。

11、 不在公共场所、校园内放鞭炮，也不围观他人放鞭炮。

**保护自我演讲稿篇二**

大家好！今天我演讲的题目是《防患意外学会自救》，当我们打开电视，翻开报纸，每天都能看到车祸、食物中毒、坠楼、火灾、溺水、误伤……等报道，一件件、一庄庄都让人触目惊心。我们无法体会那些人面临死亡，失去生命那一瞬间脑海里有过什么想法或是经历了什么样的恐惧，但活着的我们都能感受一个生命突然从身边消失的痛苦和无奈。

据了解，我国每年大约有1。6万名中小学生非正常死亡，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\"。有专家指出，导致悲剧发生的一个重要原因，就是我们小学生缺乏安全知识，自我保护能力差。因此，掌握自护自救知识，锻炼自护自救能力，在面对意外或危险时，能果断正当地进行自护自救，机智勇敢地处置危险，我们才能快乐、平安、健康地成长。在此，我们五年级六班全体师生向大家发出号召：

一、团结同学，和同学和睦相处，不因小事和同学争吵，不打架斗殴，争做文明的好学生。

二、上体育课和课外活动前要充分做好准备活动，听从老师的要求，不擅自行动，运动时不要剧烈碰撞，如有身体不适要提醒老师。

三、在课间不做剧烈的活动，上下楼梯靠右走，做到“右行礼让”；不追逐嬉戏，不打闹，不攀高，不拥挤，不抢道；不在教学楼内打球、踢球，避免发生各种伤害事故。

四、过马路要走人行横道，做到“红灯停、绿灯行，黄灯等一等”；来校、回家做到文明行路，不骑电动车、摩托车，不骑自行车带人，不乘坐超载车辆。

五、不吃零食，不喝生水，不在校外的摊点上吃饭，不偏食，不暴食暴饮，不随地吐痰，不乱扔果皮纸屑。

六、不吸烟、不玩火，不焚烧废弃物；不随意触摸各种电器，不私拉电线，不接受陌生人接送与来访，不同社会闲杂人员交往，遇到形迹可疑的人要及时报告保卫人员或老师。

七、上学放学不要独行，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，既要敢于见义勇为又要量力而行，最好及时拨打110或大声呼救。

同学们，为了大家都能健康快乐地成长，让我们携起手来，从现在做起，从自我做起，从点滴做起，认真学习安全知识，学会自护互救，让安全的意识常驻我们心间，让生命的绚烂闪耀我们四周！

**保护自我演讲稿篇三**

前几天沈老师从报纸上看到一个故事:一位家长参与了一次市场调查，填写了详细的家庭资料，结果让不法分子获得并混进他家，偷走了一些钱，还吓坏了独自在家的六岁的女儿。我们想想，如果那位家长不是随便就将自己的地址、姓名、电话告诉别人，如果我们不随便让陌生人进入家门，那这些不愉快的事情就不会发生!一个人从小到大，一定会就遇到各种各样的困难与挫折，有时还会遇到来自各方面的伤害。所以要想使自己健康的成长，就必须学会保护自己。党和国家为了维护我们的权利不受侵害，为我们制定了许多法律法规，如《青少年保护条例》、《未成年人保护法》、《预防未成年人犯罪法》等。那么当大人不在我们身边时，我们遇到一些突发事件时，我们该怎么办?那就需要我们除了加强法制观念还要增强学会保护自己的能力。

现在小偷很多，怎样尽量减少自已的财物被盗呢?首先要做好预防:注意对家庭财产的保密，贵重物品、现金等，不能轻易露底，包括对某些亲友和邻居;不要将家中钥匙随便交给他人使用，防止居心不良的人从中偷配钥匙，寻机行窃;不要随便与陌生人、不明底细的人交往，更不能带到家中来做客，防止“引狼入室”;当你把书包等东西放在自行车的车筐里，挂在车把上或是夹在后架上时，要把“包”设法与自行车拴在一起，锁起来，人离开时要随身带上，要不就很容易让小偷得手。

当发现有人正在盗窃时，要机智，不要单独去抓小偷，以防小偷狗急跳墙而伤害自己。要和小偷保持距离、大声呼叫、及时报警(110)、记住小偷的特征(相貌、衣着、体态、车牌等)，具体做法要看当时的情况，要讲究策略，机智比勇敢更重要。

有人拉拢你去偷盗怎么办?偷盗是违法犯罪行为，坚决不能参与。当有人拉拢你参与偷盗时，你应该用以下办法来处理。

1)严辞拒绝。“偷盗是违法的，伤天害理。你别想让我跟着你们去干。”

2)好言相劝。

3)借故推辞。“真不巧，我家(学校)有急事，我必须马上去办。”故意躲开拉拢你去干坏事的人。

4)及时报告。

生活中充满着危险，我们必须时刻保持警惕，下面老师列出一些:

1、课间活动切勿因开玩笑、恶作剧而引起打架、翻脸，损坏公物，造成伤害事故。

2、在校园内行走时，不以跑代走，防止跌倒或碰撞。过马路时注意来往行人车辆，遵守交通规则，不抢道，宁等三分、不抢一秒。

3、携带劳动工具或用具，应注意误伤他人。

4、不拿石块、硬棍丢人，不小心摔、砸、碰伤流血时应迅速报告，及时到卫生室或附近医院处理。

5、离校没有家长接着的要结伴回家，途中不随意逗留，以免受诱骗。不要轻信陌生人的甜言蜜语，不贪小便宜。不因贪吃、贪玩上当受骗。

6、当路遇他人索要钱财，要留心坏人的特征，尽量拖延时间，巧设计谋，瞅空溜走报告老师或家长，也可向路人呼救。看到同学被威胁利诱，随行同学应主动迅速报告。

7、遇到电线断头，切不可随意拉、拔。不熟悉的电器不乱摸，以免危险。

8、若遇闪电打雷，刮台风，要尽量避开大树和危险建筑物。平时不到建筑工地手脚架下或危墙、广告牌下玩耍。

9、没有家长带领，不能擅自游泳。

10、自行参加社会活动，要注意安全，防止被人挤伤踩伤。

11、不在公共场所、校园内放鞭炮，也不围观他人放鞭炮。

**保护自我演讲稿篇四**

同学们：

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。

前几天沈老师从报纸上看到一个故事：一位家长参与了一次市场调查，填写了详细的家庭资料，结果让不法分子获得并混进他家，偷走了一些钱，还吓坏了独自在家的六岁的女儿。我们想想，如果那位家长不是随便就将自己的地址、姓名、电话告诉别人，如果我们不随便让陌生人进入家门，那这些不愉快的事情就不会发生！一个人从小到大，一定会就遇到各种各样的困难与挫折，有时还会遇到来自各方面的伤害。所以要想使自己健康的\'成长，就必须学会保护自己。党和国家为了维护我们的权利不受侵害，为我们制定了许多法律法规，如《青少年保护条例》、《未成年人保护法》、《预防未成年人犯罪法》等。那么当大人不在我们身边时，我们遇到一些突发事件时，我们该怎么办？那就需要我们除了加强法制观念还要增强学会保护自己的能力。

现在小偷很多，怎样尽量减少自已的财物被盗呢？首先要做好预防：注意对家庭财产的保密，贵重物品、现金等，不能轻易露底，包括对某些亲友和邻居；不要将家中钥匙随便交给他人使用，防止居心不良的人从中偷配钥匙，寻机行窃；不要随便与陌生人、不明底细的人交往，更不能带到家中来做客，防止“引狼入室”；当你把书包等东西放在自行车的车筐里，挂在车把上或是夹在后架上时，要把“包”设法与自行车拴在一起，锁起来，人离开时要随身带上，要不就很容易让小偷得手。

当发现有人正在盗窃时，要机智，不要单独去抓小偷，以防小偷狗急跳墙而伤害自己。要和小偷保持距离、大声呼叫、及时报警（110）、记住小偷的特征（相貌、衣着、体态、车牌等），具体做法要看当时的情况，要讲究策略，机智比勇敢更重要。

有人拉拢你去偷盗怎么办？偷盗是违法犯罪行为，坚决不能参与当有人拉拢你参与偷盗时，你应该用以下办法来处理。1)严辞拒绝。“偷盗是违法的，伤天害理。你别想让我跟着你们去干。”2)好言相劝。3)借故推辞。“真不巧，我家（学校）有急事，我必须马上去办。”故意躲开拉拢你去干坏事的人。4)及时报告。

生活中充满着危险，我们必须时刻保持警惕，下面老师列出一些：

1、课间活动切勿因开玩笑、恶作剧而引起打架、翻脸，损坏公物，造成伤害事故。

2、在校园内行走时，不以跑代走，防止跌倒或碰撞。过马路时注意来往行人车辆，遵守交通规则，不抢道，宁等三分、不抢一秒。

3、携带劳动工具或用具，应注意误伤他人。

4、不拿石块、硬棍丢人，不小心摔、砸、碰伤流血时应迅速报告，及时到卫生室或附近医院处理。

5、离校没有家长接着的要结伴回家，途中不随意逗留，以免受诱骗。不要轻信陌生人的甜言蜜语，不贪小便宜。不因贪吃、贪玩上当受骗。

6、当路遇他人索要钱财，要留心坏人的特征，尽量拖延时间，巧设计谋，瞅空溜走报告老师或家长，也可向路人呼救。看到同学被威胁利诱，随行同学应主动迅速报告。

7、遇到电线断头，切不可随意拉、拔。不熟悉的电器不乱摸，以免危险。

8、若遇闪电打雷，刮台风，要尽量避开大树和危险建筑物。平时不到建筑工地手脚架下或危墙、广告牌下玩耍。

9、没有家长带领，不能擅自游泳。

10、自行参加社会活动，要注意安全，防止被人挤伤踩伤。

11、不在公共场所、校园内放鞭炮，也不围观他人放鞭炮。

**保护自我演讲稿篇五**

天国旗下讲话的题目是《树立安全防范意识，构建平安和谐校园》。

安全，也许有人会认为，这是一个老生常谈的话题，不值得反反复复的唠叨;而我却要说，安全是我们每一个人必须要常常放在心中默念的主题。安全是学校工作的重中之重，是我们师生幸福安宁的基本保障，是我们各项工作的首要前提;失去它，我们的一切努力将会失去意义。

作为学生，一年有绝大部分时间在学校和学校周围生活。在这个人口密集，面积狭小的特殊的环境里，安全更值得我们注意。调查显示，我国中小学生因交通事故、建筑物倒塌、食物中毒、溺水、治安事故、暴力犯罪等死亡，平均每天有40多人，相当于每天有一个班的学生失去他们如花的生命!楼房拥挤造成学生受伤，课间追逐打闹造成骨折，课堂上被铅笔头扎伤、实验过程中被烫伤、溺水身亡、学生打架斗殴以及车祸等意外事故令人防不胜防。枯燥冰冷的数字，这些令人心颤的事实背后我们看见了什么呢?逝者以他们的鲜活而短暂的生命向我们提出了哪些警示呢?望老师、同学深思!

尽管生活中有不可避免的突发灾难，未知遭遇常让我们胆战心惊，手足无措，但研究表明，通过加强自我保护意识，提高自我保护能力，若能在灾难和伤害降临的初期，及时采取正确的措施，80%的伤害是可以避免的。

我们小学生正处于生理的发育阶段，心理非常单纯，最容易受到各种各样的伤害。但是，生命总是眷顾有安全意识的人，而安全意只是从日常行为中体现出来的。比如：遵纪守法，遵守交通规则，自觉抵制暴力、黄色信息和毒品，遇事要冷静，做事多想想后果，做到三思而行，同学间有了矛盾要冷静解决，不要以非对非。学会求助他人，学会躲避风险，如：遇到火灾要及时报告拨打119报警电话，不能贸然只身去救火，因为我们小学生人小无能力;遭遇暴力(以大欺小)一定要想办法及时脱身，报告老师或拨打110电话报案，要学会拒绝别人的无理要求或不良诱惑，养成良好的生活习惯，这些知识很简单，但如果做不到，我们的健康甚至生命就可能收到威胁，同时我希望同学们做到“四防”，即：防火——严禁玩火，禁止把火源带入学校，杜绝火灾事故发生，一旦遭遇火灾，要学会正确的逃生方法(班主任按要求指导学生);防水——严禁私自下河堰洗澡，杜绝溺水事故的发生，如果发生同伴溺水的危急事情，要马上就近找到大人求救，千万不能因为害怕而逃离现场;防盗——关好门窗，注意自身财物的保管;防自身安全—自觉遵守公共秩序、社会公德和学校安全常规，严禁课间或户外活动时不听从老师教导、追逐吵闹伤害事故的发生。

第一、我们要真正提高认识，牢记“没有安全防范意识就是事故”的安全意识，充分认识到安全工作的重要性和紧迫性，自觉遵守好学校安全工作的相关规定。同时我们平时要做个有心人，时刻注意寻找和发现身边存在的安全隐患，一旦发现应及时向老师和学校汇报。

第二、注意活动安全。在课间不互相追逐打闹，上下楼梯不要拥挤，要注意礼让并靠右慢行。严禁在楼梯的扶手栏杆上向下直滑或在楼梯上追逐奔跑，严禁攀爬栏杆、围墙、下水管道、树木、窗户等。身体有某些方面疾病的同学一定要提前报告给班主任，防止在体育课或做其他剧烈运动时发生意外。

第三、要注意交通安全。我校临近324国道和城东大道，交通状况复杂。同学们要遵守好交通规则，走人行道或人行天桥，主动避机动车辆，横穿马路时要注意来往车辆。严禁学生骑摩托车、电动车上学，不骑自行车带人，不乘坐无安全保障的车辆。

第四、要注意财物安全。体育课或放学时离开本班教室，或离开宿舍时，要关好门窗，寄宿学生须保管好自身贵重财物，不能给小偷有可乘之机。

第五、要注意食品卫生安全。不在校门口和街头流动摊点购买零食、不购买三无食品，防止误食不卫生食品、过期变质食品，造成食物中毒。

第六、对自己的行为应负起安全责任。放学回家不在外面逗留、玩耍，不要进入网吧、游戏机室、台球室等不宜场所，不到建筑工地、江河、水库、池塘等不安全的地方。交友要慎重，不准将社会闲杂人员及以前的同学带入校园内。在同学间遇到矛盾时，一定要冷静、要理智，切忌用拳头代替说理，给自己和同学带来不良的后果。

老师们，同学们，生命是美好的，也是最宝宝贵的，而要拥有这一切的前提是安全。让我们一起尊重生命，爱护生命，时刻加强安全意识，努力提高自我防范能力。让我们在国旗下共同祝愿，祝愿我们每天平平安安到校，高高兴兴回家，祝愿我们的校园真正成为全校师生安全的港湾，和谐的家园!

**保护自我演讲稿篇六**

敬爱的老师、亲爱的同学们：

当我们坐在宽敞明亮的教室里学习的时候，可曾想到，在我们不知道的地方，正发生着一起起车祸、食物中毒、坠楼、火灾、溺水、误伤的事件，就在前几天，云南昭通46名鲜活的生命又被埋葬在泥石流下。我们无法体会那些人面临死亡，失去生命那一瞬间脑海里有过什么想法或是经历了什么样的恐惧，但活着的我们都能感受一个生命突然从身边消失的痛苦和无奈。

据了解，我国每年大约有1.6万名中小学生非正常死亡，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”。有专家指出，导致悲剧发生的一个重要原因，就是我们小学生缺乏安全知识，自我保护能力差。因此，掌握自护自救知识，锻炼自护自救能力，在面对意外或危险时，能果断正当地进行自护自救，机智勇敢地处置危险，我们才能快乐、平安、健康地成长。在此，我向全体师生向大家发出以下号召：

一、团结同学，与同学和睦相处，不争吵，不打架斗殴。

二、上体育课和课外活动前要充分做好准备活动，听从老师的要求，不擅自行动，运动时不要剧烈碰撞，如有身体不适要提醒老师。

三、在课间不做剧烈的活动，上下楼梯靠右走，做到“右行礼让”;不追逐嬉戏，不打闹，不攀高，不拥挤，不抢道;不在教学楼内打球、踢球，避免发生各种伤害事故。

四、过马路要走人行横道，做到“红灯停、绿灯行，黄灯等一等”;来校、回家做到文明行路，不骑电动车、摩托车，不骑自行车带人，不乘坐超载车辆。

五、不吃零食，不喝生水，不在校外的摊点上吃饭，不偏食，不暴食暴饮，不随地吐痰，不乱扔果皮纸屑。

六、不吸烟、不玩火，不焚烧废弃物;不随意触摸各种电器，不私拉电线，不接受陌生人接送与来访，不同社会闲杂人员交往，遇到形迹可疑的人要及时报告保卫人员或老师。

七、上学放学不要独行，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，既要敢于见义勇为又要量力而行，最好及时拨打110或大声呼救。

同学们，为了大家都能健康快乐地成长，让我们携起手来，从现在做起，从自我做起，从点滴做起，认真学习安全知识，学会自护互救，让安全的意识常驻我们心间，让生命的绚烂闪耀我们四周!

**保护自我演讲稿篇七**

尊敬的领导、敬爱的老师们、亲爱的同学们:大家早上好!

我在国旗下讲话的内容是小学生安全自我保护。

在日常生活中，我们从事的各种活动都有可能遇到各种不安全的因素甚至造成严重安全事故。据了解，我国每年有近1。6万中小学生因交通事故、食物中毒、溺水等原因非正常死亡。非正常死亡的中小学生平均每天达40多人，而其中位居首位的，就是交通。在现实生活中，当我们走在马路上，会时不时地发现有人闯红灯，有人逆行车，有人边骑车边听音乐，有人骑车带人等违反交通规则，危害交通安全的不良行为。

在我们的校园内，同样也存在着很多威胁着我们人身和财产安全的现象。有的同学在楼道里嬉戏追赶，上下楼时互相打闹;有的同学在运动时不注意自我保护而受伤;有的同学不能正确处理同学之间的矛盾，打架斗殴等。

目前，社会上还存在着违法犯罪现象，青少年因安全防范意识和社会实践经验的缺乏，在应付各种异常情况方面能力还有所欠缺。但仅仅依靠社会、学校、家长的保护是不够的，更重要的是每一位同学都要树立自我保护意识，提高思想道德素质，增强遵纪守法观念，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，机智勇敢地处置遇到的各种异常情况或危险。今天我们利用升旗的时间围绕“安全”这个主题，提醒同学们注意几方面的安全问题。

一、注意交通安全

现在的交通发展比较快，马路上车辆来来往往非常多，我们更有必要提醒我们的同学们在上放学途要中注意交通安全，也要做好宣传工作，提醒爸爸妈妈注意交通安全。我们提倡同学们做到以下几点:不在马路上踢球;不在马路中间行走，要走马路两旁人行道;过马路不得翻越栏杆和隔离墩，要走人行横道线，还要注意来往车辆;在十字路口，要做到红灯停、绿灯行;不足年岁不骑车上街、骑车不带人、不在公路上骑飞车、不扒车、不拦截撞打车辆;乘车时不向窗外招手探头、乘车须抓紧扶手、车上拥挤时注意锐利物品、车停稳后再下车。

二、注意活动安全

在周六周日期间活动要注意安全。特别是父母不在的时候，活动要远离建筑工地、道路等存在安全隐患的场所，比如现在旧道路都在挖掘铺设管道，我们要小心;不到坑、池、塘、沟、河流、施工重地等不安全的地方玩耍;不玩火，不燃放烟花爆竹，防止意外伤害。不进入网吧、电子游戏厅等未成年人禁止活动的场所。如果出门一定要告知父母长辈知道，告诉他们你和谁在什么地方玩，要注意时间，不要很晚到家，以免父母担心。

三、注意饮食安全

同学们购买袋装食品要看清楚生产日期、保质期、生产厂家及地址，不购买“三无”食品;不在校门外和街头流动摊点购买零食，防止误食不卫生食品、过期变质食品，造成食物中毒。

四、提高自我保护意识和能力

同学们受到意外伤害，很多是没有想到潜在的危险、没有自我保护意识造成的。我们只要不断增强自我保护意识、提高自我保护能力，就能有效地避免和预防意外伤害。假期间我们要注意不跟随陌生人外出游玩，不吃陌生人给的东西，不让陌生人随便出入家门。

同学之间不宜开的玩笑:不能在同学后面用双手卡住同伴的脖子，容易造成颈椎骨折;不能突然坐在同学的腿上，可能会把同学的腿坐断;不能突然地吓唬人，会把同学吓坏;不能偷偷地抽走椅子，以防同学摔倒受伤;不要在门上放东西，一开门，门上的东西砸下来，会把同学打伤的。

五、注意家庭安全

同学们还应在家长指导下学会正确使用家用电器、煤气灶、卫生浴具等，学习安全用电、用火知识，并养成“人走电断”等好习惯，切勿麻痹大意，各类电器及设备发生故障时切勿擅动。同学们还要注意防盗用水安全，如果出门要检查水电煤气的开关，并锁好家门。

安全无小事，安全关系你我他。请大家一起学会安全知识，事事注意安全，把安全知识随时记心中，处处遵守安全纪律。

同学们，生命无疑是可贵的，她带给我们激-情与活力。同样，它给了我们展示一切才能的机会，让我们的生活可以绚丽多彩。希望全体同学都能把安全作为我们学习、工作、生活的第一准则。同学们，我想大家对生命都充满了无限憧憬与期望，那就让我们为了自己的安全，为了我们校园的和-谐美好，在以后的生活中增强安全法制观念，提高防范意识。

我的讲话完了，谢谢大家!

**保护自我演讲稿篇八**

各位老师、同学们：

大家好！今天我演讲的题目是《防患意外学会自救》。

当我们打开电视，翻开报纸，每天都能看到车祸、食物中毒、坠楼、火灾、溺水、误伤……等报道，一件件、一庄庄都让人触目惊心。

我们无法体会那些人面临死亡，失去生命那一瞬间脑海里有过什么想法或是经历了什么样的恐惧，但活着的我们都能感受一个生命突然从身边消失的痛苦和无奈。

据了解，我国每年大约有万名中小学生非正常死亡，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\"。

有专家指出，导致悲剧发生的一个重要原因，就是我们小学生缺乏安全知识，自我保护能力差。

因此，掌握自护自救知识，锻炼自护自救能力，在面对意外或危险时，能果断正当地进行自护自救，机智勇敢地处置危险，我们才能快乐、平安、健康地成长。

在此，我们五年级六班全体师生向大家发出号召：

一、团结同学，和同学和睦相处，不因小事和同学争吵，不打架斗殴，争做文明的`好学生。

二、上体育课和课外活动前要充分做好准备活动，听从老师的要求，不擅自行动，运动时不要剧烈碰撞，如有身体不适要提醒老师。

三、在课间不做剧烈的活动，上下楼梯靠右走，做到“右行礼让”；不追逐嬉戏，不打闹，不攀高，不拥挤，不抢道；不在教学楼内打球、踢球，避免发生各种伤害事故。

四、过马路要走人行横道，做到“红灯停、绿灯行，黄灯等一等”；来校、回家做到文明行路，不骑电动车、摩托车，不骑自行车带人，不乘坐超载车辆。

五、不吃零食，不喝生水，不在校外的摊点上吃饭，不偏食，不暴食暴饮，不随地吐痰，不乱扔果皮纸屑。

六、不吸烟、不玩火，不焚烧废弃物；不随意触摸各种电器，不私拉电线，不接受陌生人接送与来访，不同社会闲杂人员交往，遇到形迹可疑的人要及时报告保卫人员或老师。

七、上学放学不要独行，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，既要敢于见义勇为又要量力而行，最好及时拨打110或大声呼救。

同学们，为了大家都能健康快乐地成长，让我们携起手来，从现在做起，从自我做起，从点滴做起，认真学习安全知识，学会自护互救，让安全的意识常驻我们心间，让生命的绚烂闪耀我们四周！

**保护自我演讲稿篇九**

各位老师、亲爱的小朋友早上好！

当我们打开电视，翻开报纸，每天都能看到车祸、食物中毒、坠楼、火灾、溺水、误伤……等报道，一件件、一庄庄都让人触目惊心。据了解，我国每年大约有1.6万名幼儿、中小学生非正常死亡，平均每天有40多人，有专家指出，导致悲剧发生的一个重要原因，就是我们小学生缺乏安全知识，自我保护能力差。因此，掌握自护自救知识，锻炼自护自救能力，在面对意外或危险时，能果断正当地进行自护自救，机智勇敢地处置危险，我们才能快乐、平安、健康地成长。

那么在哪些方面可以做到自我保护呢？

过马路要走人行横道，要牵着大人的手走，做到“红灯停、绿灯行，黄灯等一等”；来校、回家做到文明行路，不乘坐超载车辆。

不吃零食，不喝生水，不在校外的小摊点上随便买小零食吃，不吃过期、发霉、变质的食物，不偏食，不暴食暴饮，不随地吐痰，不乱扔果皮纸屑。

三、一个人在家时

不玩水、不玩火，不焚烧废弃物;不随意触摸各种电器，不私拉电线，不接受陌生人接送或到家里来，不随便吃陌生人的东西，不同社会的不认识的人交往。

1.正确使用体育器械和自制玩具。

2.不能把玩具往别的幼儿头上或身上敲。

3.不能将高跷当成流星球拿着绳子在身体四周甩。

4.不能到没有老师的地方去玩。

5.衣着要整齐，不穿带鞋带的鞋子。

6.有人在荡秋千其他的小朋友要离的远一点，学会躲闪，免得撞到自己。

7.坐在秋千上时,双手要紧抓秋千的绳子,只要绳子不断就很安全。

8.游戏的过程，不拉扯、冲撞、推挤小朋友。

9.倒滑滑梯时，头部先着地，这样滑下来的一切冲力就都由头部承担，再加上和地面的猛烈撞击，重则会引起脑震荡，轻则擦破头皮引起大量出血。

10.在不小心跌倒时用手撑地。

11.走高跷时重心要放在脚掌上。

12.躲闪投掷物时，用双手保护头部等。

小朋友们，为了大家都能健康快乐地成长，让我们携起手来，从现在做起，从自我做起，从点滴做起，认真学习安全知识，学会自护互救，让安全的意识常驻我们心间，让生命的绚烂闪耀我们四周!

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn