# 最新低头族倡议书英语(优质9篇)

来源：网络 作者：梦中情人 更新时间：2024-04-20

*人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。低...*

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

**低头族倡议书英语篇一**

亲爱的各位职工：

你们好!在我们快捷获取各种信息的今天，智能手机带来的便利是毋庸置疑的，通过手机发照片、看视频、刷微博、聊qq、上微信等娱乐方式都可以在指尖完成。在岗位上、在家里、马路边、餐桌前……低头玩手机这一现象充斥在我们生活的方方面面，“低头族”也随之诞生。然而，当我们低下头“两耳不闻身边事，一心只看手机屛”的同时，安全隐患已如刽子手中的刀斧高悬于我们头上，其中危害之大需要引起我们的高度警惕。

危害一：在车间生产现场玩手机，容易分散注意力，对设备的运行信号灯和警笛判断力会下降，发生磕碰、划伤等安全生产事故的概率增加。同时，一心二用的不规范工作行为对产品质量也产生一定的影响。

危害二：长时间玩手机，非常影响视力，眼睛易患结膜炎、干眼症以及白内障，对颈椎、肩椎、腰椎的健康都影响巨大，容易使颈椎关节发生错位，致使患上腕管综合征、腱鞘炎等，还可能会让肥胖及乳癌等疾病的风险增加。

危害三：经常在手机上通过文字传递信息，不和人面对面的交流，沟通能力就会减弱，难免出现网上像熟人，见面如陌路的尴尬局面，影响社交能力。

危害四：开车时玩手机，车祸概率则会骤增。有调查表明，司机边开车边发短信时，发生车祸的概率是正常驾驶时的23倍，而打电话是2.8倍。

危害五：由于街头车辆多，存在很大的交通隐患，低头玩手机精力过于集中，遇到车辆容易躲闪不及，极易造成交通事故。

鉴于此，我们向车身厂全体职工发出倡议，为了我们的人生安全和身体健康，从我做起，减少不必要的手机使用频次。在工作中一丝不苟，在家庭里温馨关怀，在公路上遵守交规，在社交中开朗交流。莫让方寸屏幕迷失心智，勿将人身安危置于不顾，远离“低头族”，从现在开始——点击“退出!”

倡议人：

时间：x年xx月xx日

**低头族倡议书英语篇二**

亲爱的同学们：

课堂是开展教学活动、传播知识的重要场所。昔日“风声，雨声，读书声，声声入耳”，如今“短信声，qq声，游戏声，声声不息”。这不仅扰乱了正常的教学秩序，而且影响了学习环境，破坏了良好的学风。美丽生态育桃李英才，优良学风需你我共建。

为加强校园学风建设，营造浓厚的学习氛围，尊重老师的教学成果，校学生会向广大同学发出如下倡议：

1.上课、自习时自觉关闭手机或设成静音，把宁静还给课堂。这既是对老师、对他人的尊重，也是对自己的尊重，更是对知识和文明课堂的尊重。

2.党员、学生干部、优秀团员团干等应以身作则，做出表率，带头上课关闭手机或者不使用手机，并对其他同学进行监督和劝导。

3.上课认真听课，积极参加讨论、回答老师的问题。

4.争做“无手机课堂”班级，全体同学上课、自习不使用手机，形成班级公约，同学之间互相督促，共同形成良好学习习惯。

拒手机课堂，促优良学风，我们在行动！让无手机课堂成为每个学子修身律己的目标，让无手机课堂成为每个同学实际的行动。

倡议人：xxx

时间：xxxx年xx月xx日

**低头族倡议书英语篇三**

亲爱的同学们：

世界上最遥远的距离，莫过于我们坐在一起，你却在“刷屏”。“低头族”日渐壮大，信息时代的无礼与冷漠正在蔓延。

地铁上、饭馆里，乘电梯、过马路，生活的每一个缝隙都被手机填满。朋友聚餐、家人团聚，“低头族”依旧忙着看微博、聊微信、玩游戏，即使别人试图与他们交谈，他们也仍旧我行我素，不予理睬。“低头族”的队伍正在壮大，从年轻人到中老年人，甚至孩子也在加入。

新媒体的介入使生活发生翻天覆地的变化，我们该如何应对新媒体带来的新问题新危机成为了当下至关重要的事。

为营建良好的社会风气，营造浓郁的学习氛围，在此我们郑重向各位同学提出倡议:

1养成良好习惯，合理使用手机。要懂得度，把握度，实现度，从而达到新媒体功能扬长避短的目标。

2捍卫我们的健康，守卫道德法律的底线。拒绝长时间沉溺于新的媒介终端而不给予高度的理性控制，拒绝发生道德淡化、法律淡化的心理错觉。

3努力学习科学文化知识，提升自己，做一个有内涵有素养的新世纪青年。

请抬起明媚的双眼，阳光穿过睫毛，照入碧波般的眼底，生活如此多娇。未来不在脚下，世界也不在那几寸屏幕之中。抬起头，迎着秋风，去迎接这个世界的怀抱。

倡议人：\_\_\_

时间：\_\_\_\_年\_\_月\_\_日

**低头族倡议书英语篇四**

全体共青团员、青年学生：

近年来，随着信息技术的发展，智能手机、个人电脑日益普及，我们在享受网络带来的通讯便捷和休闲娱乐之际，也不禁发现：人群中特别是广大青年中出现了大量随时随地聊qq、发微信、刷微博、玩游戏的手机\"低头族\"以及\"鼠\"不离手的网游大侠和淘宝淘到手抽筋的网购迷。

青年学生上课玩手机、宿舍玩电脑，吃饭玩手机、无聊上网吧等现象日趋严重，青春的大好年华在低头和指间慢慢流逝。而边玩手机边走路以致掉入深坑丧命或者边玩手机边走路以致出现交通事故而丧命的例子不胜枚举!\"一事惊醒梦中人\"，青年朋友们，我们不应该好好反思这一切吗?为此，我们发出如下倡议：

1.专注，打造\"无手机\"课堂。优良的学风是高校永恒的追求，更是青年学生学业有成的重要保证。让我们在上课时果断关机，聚精会神的听讲、如饥似渴的求知，既要学知识，更要学习\"学知识\"的思维和方法，努力成为自己专业领域的行家里手，坚守内心对学业的崇敬，抵制五光十色的诱惑，还课堂一方宁静。

2.交流，虚拟和现实理性划分。\"世界上最遥远的距离不是生与死，而是我在你身边，你却在刷屏。\"我们希望这句玩笑话不要成为现实。多与亲朋好友话话家常、聊聊心里话，和同学们多搞点联谊活动，在谈笑风生中感受现实人生的美好，下课途中，出门在外，活动之中，停止手机浏览，让双眼放松。我们要养成\"文明上网、理性读网、科学用网\"的习惯，绝不沉迷网络，被其奴役，使网络成为自己学习进步、健康成长的助推器。

3.阅读，冲向图书馆改变人生。网上快餐式的浏览永远代替不了阅读书籍对人的性情陶冶和成长进步的作用，这已是不争的事实。 \"腹有诗书气自华\"，同学们在闲暇之时，应该大踏步的走进图书馆，多读书，爱上读书，爱上思考。想成为一个有魅力有气场的青年吗?那么，让我们从今天起抬起头来，放下鼠标，冲向图书馆，品味书香。

4.文体公益，健康幸福生活一辈子。同学们，让我们把脚步从宿舍楼迈出去，从校园迈出去，少一些宅男宅女，多一些青春活力;少一些电子游戏，多一些篮羽乒足;少一些网上购物，多一些文艺活动;少一些浮躁骄奢，多一些扶贫助困。依靠扎扎实实的实践，把自己的意志品质磨砺、素质能力练硬。青年是早上的太阳，我们要带头健体，\"野蛮其体魄\"，把参与体育、锻炼身体作为一种行为习惯和生活方式，日积、月累、岁进，储备好为祖国健康工作50年的\"革命本钱\"。

青年朋友们，让我们一起行动起来吧，从自己做起，从身边做起，善用手机、电脑，摆脱对手机、电脑的依赖;让我们\"不当低头族，拒绝鼠标手\"，抬起头来，关闭电脑，呼吸新鲜空气，聆听鸟儿歌唱，微笑与人交往，体验美好生活。

倡议人：xxx

xxxx年xx月xx日

**低头族倡议书英语篇五**

亲爱的同学们：

当今社会，人们的生活水平越来越高，手机渐渐变为人们日常生活中普通工具，甚至已经成为我们生活中不可或缺的一部分。随着社会进入人手一机的时代，越来越多的人加入了“低头族”的行列中。手机是社会高度发展的一种体现，它极大地方便了人与人之间的沟通和交流，但是手机在方便人们的同时，也带来了一些危害和问题。

作为一名学生，课堂是学习的阵地，但上课过程中使用手机的行为严重影响了学习秩序和学习纪律，也破坏了我们良好的课堂气氛，使我们不能安心完成学习任务。我们应该清醒地意识到手机已成了威胁我们课堂秩序的一大“杀手”，不能因此葬送掉我们在课堂上学习宝贵知识的机会。

为进一步改善校园的学习氛围，特向全体学生发出以下倡议：

一.上课前请自觉关闭手机或将手机调为静音。专心听课，排除干扰。提高课堂学习效率，遵守课堂纪律。不影响他人，维持老师正常教学，保持课堂的良好秩序。

二.课堂上，同学们应该相互监督，不让手机影响我们的正常教学，认真学习，紧随教师授课内容，提高听课质量，活跃课堂气氛。

三.理智对待手机，养成合理使用手机的良好习惯，以学习为主，娱乐为辅。不沉迷于手机聊天、手机阅读、手机游戏等。

四.班干部、学生会成员等学生干部应以身作则，上课关闭或不使用手机，做好带头作用，积极配合老师，使教学活动顺利进行。

五.“你的低头，我们的沉默;我们的低头，世界的冷漠”，深刻认识到“低头族”对个人生活、学习的不利影响，自觉呼吁身边的同学不做“低头族”。

六.上课时不把手机带到教室充电，以防教室中的电源插头与手机插头不匹配，发生漏电、短路的现象，引起火灾，后果不堪设想。

亲爱的同学们，人的一生只有一次青春。现在，青春是用来奋斗的;将来，青春是用来回忆的。让我们行动起来，从健康使用手机开始，端正学习态度，规范课堂秩序，打造良好学风，浓郁学习氛围，让我们一起行动起来吧，从我做起，从现在做起，从每一节课做起，让我们带着一颗求知、进取的心走进课堂，勿让手机干扰我们的思绪，还课堂以宁静，拒绝“低头族”，让手机休息一会吧!

倡议人：xxx

时间：20xx年xx月xx日

文档为doc格式

**低头族倡议书英语篇六**

拥挤的路口，无序的人流，刺耳的刹车声，低头玩手机过马路……这些都不应该是一个文明城市的.符号。

维护交通安全，不仅仅是政府的责任，更重要的是广大市民的自觉行动。

如果，马路上，您总是边走边低头玩着手机；

如果，等红灯时，您总是争分夺秒地掏出手机来瞄几眼；

如果，开车时，您还是会边看手机边开车；

如果，您太过专注于自己手中的手机，那么，很有可能被抢、被撞，甚至撞人……

请您抬起头来，为了您和他人的安全，收起手中的手机过马路、开车，是完全值得的。

请您抬起头来，您少浏览一条新闻，晚一点与朋友分享趣事，这少看手机的几秒钟，会让幸福离我们更近！

来吧，亲爱的青少年朋友们，付出你一点点努力，收起手机，抬起头来，珍爱生命，让安全离我们更近！

倡议人：

时间：x年xx月xx日

**低头族倡议书英语篇七**

你们好!在我们快捷获取各种信息的今天，智能手机带来的便利是毋庸置疑的，通过手机发照片、看视频、刷微博、聊qq、上微信等娱乐方式都可以在指尖完成。在岗位上、在家里、马路边、餐桌前……低头玩手机这一现象充斥在我们生活的方方面面，\"低头族\"也随之诞生。然而，当我们低下头\"两耳不闻身边事，一心只看手机屛\"的同时，安全隐患已如刽子手中的刀斧高悬于我们头上，其中危害之大需要引起我们的高度警惕。

危害一：在车间生产现场玩手机，容易分散注意力，对设备的运行信号灯和警笛判断力会下降，发生磕碰、划伤等安全生产事故的概率增加。同时，一心二用的`不规范工作行为对产品质量也产生一定的影响。

危害二：长时间玩手机，非常影响视力，眼睛易患结膜炎、干眼症以及白内障，对颈椎、肩椎、腰椎的健康都影响巨大，容易使颈椎关节发生错位，致使患上腕管综合征、腱鞘炎等，还可能会让肥胖及乳癌等疾病的风险增加。

危害三：经常在手机上通过文字传递信息，不和人面对面的交流，沟通能力就会减弱，难免出现网上像熟人，见面如陌路的尴尬局面，影响社交能力。

危害四：开车时玩手机，车祸概率则会骤增。有调查表明，司机边开车边发短信时，发生车祸的概率是正常驾驶时的23倍，而打电话是2.8倍。

危害五：由于街头车辆多，存在很大的交通隐患，低头玩手机精力过于集中，遇到车辆容易躲闪不及，极易造成交通事故。

鉴于此，我们向车身厂全体职工发出倡议，为了我们的人生安全和身体健康，从我做起，减少不必要的手机使用频次。在工作中一丝不苟，在家庭里温馨关怀，在公路上遵守交规，在社交中开朗交流。莫让方寸屏幕迷失心智，勿将人身安危置于不顾，远离\"低头族\"，从现在开始——点击\"退出!\"

倡议人：xxx

时间：xxxx年xx月xx日

**低头族倡议书英语篇八**

亲爱的同学们：

随着社会和科技的发展，智能手机的普及在给我们带来便利的`同时，也给我们的身心健康和学习生活带来越来越多的负面影响。校园里出现了越来越多的\"低头族\"，课堂上出现了越来越多的\"手机控\"，利用手机在课堂上看视频、玩游戏、刷朋友圈等已成为很多学生的\"必修课\"，对手机的过度依赖正影响着我们的课堂，消耗着我们的时间，侵蚀着我们的健康。

为了促进学风建设，净化我们的课堂，营造浓郁的学习氛围，健康使用手机，我们倡议：

同学们，让我们行动起来，拒绝做手机的奴隶！

最后，我们再次倡议：文明从我做起，课堂远离手机！

xx学院

20xx年9月

**低头族倡议书英语篇九**

亲爱的同学们：

科学技术日新月异，当手机从一种奢侈品变为人们日常生活中的普通工具的时候，已经越来越成为你我生活中的一部分，而手机的智能化也让手机这一原本只是通讯工具的载体变为娱乐消遣的工具。它就像是一把锋利的双刃剑，在带给我们便利和喜悦的同时，也给我们的成长带来了许多烦恼。

如今的课堂已渐渐没有了琅琅的读书声，消失了笔尖摩挲纸面的沙沙声，不见了师生互动的讨论声。取而代之的是电话铃声、短信、微博、微信、qq、手机游戏等……让我们的精神倦怠，心里牵挂，沉迷其中。此起彼伏的声音让我们神游四海，心不在焉;让上课认真听讲的`同学备受干扰，无法聚精会神;让辛勤授课的老师深受影响，让丰富的课堂内容悄然消逝。

为进一步净化校园课堂环境，校团委特向全体同学发出以下倡议：

一、上课前请自觉关闭手机或将手机调为静音。专心致志听课，提高课堂学习效率，遵守课堂纪律，不影响他人学习，维持良好的课堂秩序。

二、课堂上，同学们应该相互监督，认真学习，紧随教师授课内容，提高自己的听课质量，活跃课堂气氛。让我们的课堂变成真正知识的海洋。

三、养成合理使用手机的良好习惯，做到以学习为主，娱乐为辅，以理智的态度对待手机。不沉迷于手机聊天、手机游戏等，坚决抵制不良信息的干扰和诱惑。同时对迷恋手机的同学进行劝阻，同学之间互相督促，共同提高。

四、校团委、校学生会、各系(分院)、各班学生干部应率先垂范，以身作则，自觉接受老师和同学的监督，带头上课关闭手机或者不使用手机，积极配合老师的教学活动。

同学们，我们正年轻，风华正茂，我们充满朝气，我们积极进取。为了自己的理想与未来，让我们行动起来，从我做起，从现在做起，让手机休息，让课堂回归。这样，我们才能在知识的海洋里中流击水、浪遏飞舟!

倡议人：xxx

20xx年xx月xx日

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