

# 2023年以手机为话题的演讲稿(汇总8篇)

演讲稿具有宣传，鼓动，教育和欣赏等作用，它可以把演讲者的观点，主张与思想感情传达给听众以及读者，使他们信服并在思想感情上产生共鸣。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那么下面我就给大家讲一讲演讲稿怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

## 以手机为话题的演讲稿篇一

大家好！

我是一个手机控。

我虽然算不上是一个很厉害手机控，但我每天的生活都和手机离不开。我每天都会玩游戏，但前提是不能被我爸爸发现，不然又会说‘你就知道玩手机，不看看书。’诶，我能说怎么办呢？只能听我爸爸的了，但我还是跟爸爸反着来，表面上我是在看书，但实际上是在打游戏。但有时只要我爸爸允许我就可以光明正大的玩手机。但前提就是必须要在放假的时候才能玩手机。

现在放假了，我终于可以光明正大的玩手机啦！心里想想都要开心到晕倒。

在放假的这段时间里，我每天都玩着我最爱的游戏，王者荣耀，穿越火线。王者荣耀虽然只能玩1到2个小时，但我还是沉浸在这两款游戏给我带来的喜悦与快乐中。

虽然有时候我不能玩但我心里还是一直想着这两款游戏。

我有时候还会帮助爸爸妈妈修手机，我说 的修手机并非真的是修手机，而是修复手机系统上的问题。有时爸爸妈妈还夸我是他们的“手机管家”听了这句话我的心里甜滋滋的。

如果我长大以后，要选什么职业那么我应该会选择计算机专业。

并且我还是一个有理想的手机控。

## 以手机为话题的演讲稿篇二

大家好！

### 手机“学习”

从四年级开始，我就迷上了“喜马拉雅”这个app软件。每到吃饭的时候，我一定要听听历史故事、神话故事、英语新闻……如果不听，我就六神无主，连吃饭的速度也会慢了许多。外出旅游时，更是少不了它。听着故事，坐着小车，让我的旅行也惬意了许多，可谓是悠然自得。就连眼睛休息的短短几分钟也不忘拓展一下自己的知识量：听听王芳老师的大语文、蒙曼品最美唐诗等。

### 手机“锻炼”

我不仅用手机听各类说书、还会用手机上的共享单车app。爱旅游的我也少不了骑车的习惯。每逢节假日，我会骑着共享单车游玩南京各大景点。可公共自行车受到固定站点的限制，不能想停哪儿就停哪儿，给我的出行带来了不便。共享单车app便解决了这道难题，不再受到站点的约束，我们想停哪儿就停哪儿，让我的出行更加自由。记得去年到上海游玩时，我们住的宾馆离地铁口较远，要走二十几分钟，真耽误游玩的时间。“要是有了共享单车就好了”，正当我发愁时，不远处的小黄车出现在我们眼前，我们飞奔而去，用手机打开车，使我们从宾馆到地铁口既省力又省时间，真是一举两得。

### 手机“交流”

在没有手机的时代，要想和家人聊天，要么是面对面，要么是打电话，别无选择。随着科技的进步，有了qq和微信这两大神器，让我们聊天方便了许多。每逢重大节日，我们可以在社交软件上互相给亲人发祝福和同学聊天，增进了我们与远在异地的亲人、同学们的友谊。

手机给我们的生活带来了方便，更带来了乐趣。我自然也成了一名手机控。

## 以手机为话题的演讲稿篇三

都说科技造福人类，但唯物辩证法告诉我们，事物都有两面性，类似于手机这样的高科技产品也在不知不觉中为人类带来了一系列负面影响，例如，空调开的时间长了对身体不好，对环境不好，电脑用多了对眼睛不好，对身心不好。因此我认为，被越来越多的中学生随身携带的手机有必要去研究它的利弊。

随着科技的不断进步，手机越来越智能化，多样化，人性化，受到社会上绝大多数人的喜爱。同时，随着人们生活水平的提高，手机的价格也能让大多数家庭所能接受。手机已经不再是有权有势人的“私有财产”。回想90年代初，“大哥大”就像一块大砖头，能配得上它的是和它成正比的重量级人物，它的地位不亚于现在的任何一辆名牌跑车，是所有有权有势的人的重要代表物，谁又能想到，十多年后，手机已是“旧时富人手中机，飞入寻常学生中”。如今的信息发达，中学生们的视野越来越广，开始像成年人一样追求时尚的东西，当下时尚的智能手机成了他们的心上之物，许多家长抓住“天机”以手机作为学业的奖励，或作为节日的礼物送给孩子，这样就造成手机不光在成年人中普遍出现，也在中学生中掀起了一股热潮，中学生玩手机成为一道“亮丽的风景线”。从某种意义上说，手机，已经成为他们生活中极为重要的组成部分。拥有手机的中学生人数也日渐增多，手机的档次也大有水涨船高之势。从最便宜的到价格不菲的能拍照

的，各种品牌、各种款式的手机都能在校园里找到它们的拥有者。

中学生有大量的时间是在学校，特别是在校住宿的学生，有的学生会以用来与父母联系的名义把手机带进学校。那么，中学生在校使用手机的到底是利还是弊呢？答案自然是有利也有弊。

其中利有：

1、手机作为高科技产物，确实可以给我们带来许多生活上的方便，学生可以通过手机及时与家长联系，也可以向老师汇报学习等。

2、与以前同学多交流，可以保持原有的友谊；与现在同学多交流，可以增进友谊，遇到疑难问题时，可以用手机进行讨论。

3、一些手机的拍摄功能，可以随时拍下一些有意义有价值的东西。

4、里面的闹钟装置，可以随时使用。

5、通话记录功能，手机不像家里的电话一样不在家的时候别人打电话来不知道，在手机里是有记录的。方便查阅。

6、手机的本身小儿玲珑，占很小的面积可以随身携带。

7、当学生外出游玩或在其他地方遇到危险时可以及时向家长，老师或警察求助。

虽然手机的利有很多，但是它的弊也有不少：

1、短信聊天，影响休息，贻误学业。多数家长反映，孩子用手机谈论学习的内容少，用于同学之间联系或发短信的多。

调查的两个班中，甲班成绩明显高于乙班，说明手机必会给学业造成大的影响。

2、不良信息，玷污心灵。据了解，北京市一所中学曾做过一个调查：在学生发送接受的手机短信息中，70%是与正常学习和生活无关的信息，10%以上是黄色短信息，部分学生甚至把相互转发“黄段子”当作时尚。

3、助长学生攀比成风。每到课余时间或放学以后，一些学生就会围在一起，相互“切磋”手机的款式和功能。校园里的手机越来越多，档次也越来越高，对那些没有手机的学生很容易造成心理上的不平衡。在攀比之风的影响下，有些学生开始盲目追逐，因为手机更新换代十分迅速，外形、功能都日新月异，学生会炫耀自己的家境，父母地位。这样会让學生把父母当成靠山，不思进取。

4、额外增加父母负担。在学校进行的抽样调查显示，学生购买手机的资金全部直接或间接来自于父母，另外，还有每月几十元到上百元不等的话费也需要家长掏腰包。以一年计算，家长花在孩子手机上的费用至少要500元。对于经济条件并不宽裕的家庭来说，给孩子买手机等于是给家长增添了新的负担。

5、手机为考试作弊提供了条件。本校高20xx届学生中就曾发生利用手机作弊而被惩罚。用手机舞弊是公开的秘密了，而且一条信息可以发给好几个同学，作弊的范围很广。

6、影响校园治安。手机是贵重物品，若有不良行为的学生会发生偷盗现象。据反映，我校有个别班级出现钱、钱包被盗，手机如果不随身携带，也会被盗。在一些发达国家，学校的管理者比我们更早地遇到了这一问题，手机所带来的恶劣影响也更为突出，已经引发了中学生的犯罪，有手机的中学生也成为一些犯罪分子欺骗和抢劫的对象。

7、使用手机会妨碍学校的教育教学秩序。上课时有的同学手机没有关机，突然来电话，影响全体同学听课。会给整个教室带来不愉快的情绪。本人初三月考时曾因为前座突然来电话而受影响。

8、手机对人有辐射。许多广告只说手机有很多很多先进功能，却从未提对人体伤害。青少年正处在生长发育的黄金阶段，如果因为手机而对身体伤害，岂不追悔莫及。

1、打着家里路远或家长长期在外地的幌子，轻松地和老师手上骗走已被没收的手机。

2、打着“帮派”的名号恐吓知情的同学不告发他们。

3、老师惩戒不严厉，看到学生玩手机只是口头教育，或视而不见，“放虎归山”。

4、家长听信谎话，包庇错误，硬说只不过是自来联系的，反而指责老师不该把事情说严重了。

我认为这些现象都是十分严重的，应该重视。首先一点要明确，学校和家长都是为了学生好，要互相信任，我们作为学生要明白手机的危害，提倡使用校园公共电话，避免携带手机，如果特殊情况一定要带手机回学校的话，要向老师申请，但上课期间要关闭手机或交由班主任保管。

## 以手机为话题的演讲稿篇四

大家好！

在生活中，我们总是会下意识的远离危险，面对危险我们会条件反射的保持距离。就如同在烤火时我们不会将手伸进火中，用刀切水果时也不会用手握住刀刃。尽管我们在利用这些工具，但我们不会让这些工作危险的地方伤害自己，更不

会轻易的去伤害别人。

但是，各位可知道，在我们的生活中有一种东西，一种工具。我们明知到它有危险的一面，明知到它会对我们的身体造成损害，甚至带来生命的危险，却还是对它不离不弃，甚至趋之若鹜？没错，那就是我们几乎每个人都有，甚至现在都有同学待在身上的“通讯工具”——手机！

虽然，现在我们还将手机说成是通讯的工具，但随着智能机的问世，它其实早已不仅仅是一台供人交流的机器了！在信息技术的告诉发展下，它已经获得了太多与之本来作用所不相干的附带能力。“游戏、影视、美图相机……”这些额外的功能无疑让手机成为了我们手中的“珍宝”，让近乎每一个得到它的人都近乎再也离不开它。但无论它变的多么好，发展的多么优秀，但至今为止，它给我们带来的危害却几乎没有改变过！

同学们，让我们回想一下吧！回想一下，我们所认识的，所了解的手机的危害！

首先，最让我们的担心的就是视力！电子屏幕对视力的危害已经是所有人都知道事情，但是，在面对手机的时候我们似乎忘记了这一点，无论是什么地方，哪怕是在睡前的最后两分钟，又有多少人是在紧紧的盯着手机屏幕的呢？！

其次是对我们学生如同生命的东西——注意力！我们不少同学一拿到手机就放不下，甚至到了昼夜不分的地步！多少次，当老师在深夜去查寝的时候，当我们的父母在推开我们房门检查的时候，看到的确是一张张被手机照亮的脸庞！

最后的，再说一件大家都明白，甚至做过的事情。在走路的过程中，我们有多少人是喜欢边走边看手机的.呢？那我就问问。大家在看手机的时候，能不能注意到身边的危险呢？不能！甚至来近在眼前的电线杆和坑洞都看不到，已经不止一

次发生过这样的悲剧了！这是我们谁也不愿意看到的！

亲爱的同学们，手机不是我们的所有，它只是一个多功能的集合体。我们的生活，我们的世界，以及我们的家人和朋友，都只存在于我们的身边，我们的眼前！

同学们，抬起头来，正视前方吧！

## 以手机为话题的演讲稿篇五

在正式演讲前，我想先提两个问题：请问在座有没有手机的吗？请举手。那有没有随身携带的呢？有，很少：看来还是有几个不太正常的嘛，开个玩笑哈；没有：看来大家都是我的托儿啊这结果还是很符合我的猜想，由此可见，手机对于我们的的重要性啊。

众所周知，手机的发展历史十分短暂，从砖头般的大哥大到手掌厚的智能机，仅用了30几年，其功能的强大简直令人咋舌，什么电话短信□qq微信、小说电视、字典游戏、时钟日历等等等等，真要数，还真有点根本停不下来的感觉。是的，不可否认，我们已经离不开手机了，它就是我们的好朋友、贤内助，夸张一点的说，它甚至已经成为我们身体的一部分了。据调查表明，如今大多数的人出门必带三件物件你们要不要猜猜，钥匙、钱包以及手机，而且在调查中，居然有很多人宁愿丢钱包也不愿丢手机的当然，这是相对来说的。不知道你们有没有看过一则新闻，说的是温州某大学发起了“暂别手机24小时”活动，有30名同学参加，可是有29名同学自我禁锢没有超过3小时，这结果真是让人难以置信，要是换做是我.....我觉得我肯定和他们也差不了多少。

其实手机对于我们是有很大危害的，就像辐射啊、细菌啊、不良信息等等，可总归是利大于弊的，所以才让我们欲罢不能，但是我们应该明白，手机只是一个工具，并不真是你身上的一块肉，没必要时刻与它形影不离，而是应该放下它。

当然，我所说的放下并不是说让你和它永别，因为你根本做不到嘛，是不，反正我是做不到的，只是希望你能在某些时候暂时放下它，与它小别而已。比如现在，大家是不是就应该放下手机，认真倾听呢，即使我讲的还真是屁话。大家就应该继续保持这种认真倾听状态不过这才更能表现出大家对他人的尊重以及自我的高素质呀。比如上厕所，在调查中，有很多人都有带着手机入厕的习惯，如此只能让本来十分钟搞定的出恭，变为与马桶奋战的马拉松，这不仅对自己的健康不利，如果在公共场所也影响他人，关键是居然还有很多人曾经在如厕时，把手机连同大便一起送到了太平洋，这才更得不偿失呢。比如聚餐时，不管是和同学朋友，还是家人，都应该放下手机，不能顾此失彼呀，这才是真正的珍惜眼前人啊。我倒是觉得我们可以效仿西方，以后在和朋友聚餐时把手机垒起来，谁先碰谁买单大家觉得呢还有，在床上时，白天已经和手机腻腻歪歪那么久了，晚上还是把它扔远点吧，距离产生美嘛。这是如果能捧着一本书，拥书而眠，是件多么美好的事儿啊。

我们需要手机，但是在某些时候还是应该放下它，让它能得到休息，也还自己一片平静吧！

谢谢大家！

## 以手机为话题的演讲稿篇六

老师们，同学们，大家好！

手机，20世纪的产物，全世界最多人使用的通讯工具，但手机对于我们中学生来说，还不是用手机的时候。

第一，很多学生睡觉玩、上课玩，这样连觉也睡不好，课也听不上。第二，有些学生用来和女孩子聊天，有什么意图？这么早就想摘禁果了？第三，有的用来做恶作剧，比如在课堂上放些奇怪的声音；在宿舍午晚睡放些吓人的声音等等。

第四，长时间盯着手机屏幕对眼睛不好，会增加近视机率；如果够幸运还可能会诱发青光眼。第五，手机还对人体有辐射，会造成失眠&&经常长时间贴着耳朵打电话，有可能会造成永久性耳聋。

总之，我认为手机的弊大于利！

谢谢大家！

## 以手机为话题的演讲稿篇七

大家早上好！

我是六二班的赵弈铭，很高兴可以站在这里发言，今天我发言的主题是“远离手机，从我做起”。

众所周知，手机已成为人们生活中不可缺少的重要物品，是它让我们的生活更加方便、快捷，如支付、聊天、查资料等都要用到它。但手机有利也有害，比如手机游戏、小说□qq等娱乐软件层出不穷，严重影响了人们的正常生活。“低头族”遍地都是，各种玩手机撞电线杆的、玩手机掉下水道的新闻满天飞，长期低头玩手机还会造成颈椎病、腰间盘突出等疾病，更重要的是对我们的视力造成严重的影响。我们班有一位同学，他本来篮球打得特别好，只要他上场，球场就是他的主场。可自从他因玩手机而戴上眼镜后，打球就变得小心翼翼起来，以前的球技荡然无存。

而沉迷于手机还会对我们的学习造成很大的影响，到头来眼睛近视了，学习也退步了。就拿我的亲身经历来说，暑假我迷上了手机上的短视频，可能因为我学习一贯优秀，爸爸妈妈也想让我放松放松，就没在意。我早上起来开始刷视频一看一上午，完全沉浸在小视频带给我的乐趣中；下午原本计划写暑假作业，可是心心念念地想着小视频就忍不住又拿起手机看的停不下来，就这样一个暑假的时间就这样匆匆溜走

了，当然暑假作业被我随随便便应付着。开学后我一放学就偷看小视频，不再认真预习、不再认真完成老师布置的作业，慢慢地我发现我看不清黑板上老师写的字，第一次月考我的成绩一落千丈，在老师的开导和自己的觉悟下，我戒掉了网瘾，成绩也慢慢地好起来了。

我再次呼吁，努力学习，发现世界的美好，人毕竟不是被机器掌控的，而是我们要掌控机器，请远离手机，从我做起。我的发言完毕，谢谢大家！

## 以手机为话题的演讲稿篇八

大家好！

很荣幸那个站在这里演讲，我是xxx□是xx班的学生，感谢大家一直以来对我的支持，这次我演讲的内容是远离手机这方面的。

随着科技水平的提高，人们的生活水平也在不断的提高，使用手机的人也越来越多了，现在的很多学生，身上都有一部手机。就算学校再怎么强调不能带手机进校园，还是有学生频频违反纪律，有些学生不仅仅是带进校园，他们在上课时，在老师不注意的时候，拿出手机偷偷的玩，作为和你们一样天天待在教室的人，我看的非常的清楚，尤其是我的座位还是最后一排。

同学们，我们现在每天有八节课，这还是不包括早读和晚自习的情况下，你们真的还有多余的时间来玩手机吗？睡觉玩一两个小时手机，第二天就容易犯困，因此就错过了老师讲的重点，因此就会造成学习成绩的下降。我们来学校就是为了学习啊！作为一名学生，我们要排除那些会对我们的学习造成不利的因素，手机毫无疑问就是一个非常不利的因素。有的人喜欢用手机玩游戏，有的人喜欢用手机看小说，有的人喜欢用手机看电视剧，但这些对我们学习成绩没有丝毫的

帮助，所以希望同学们能够抵住诱惑，远离手机。

我们现在是高中，正式努力的时候，为了以后的美好生活，请同学们抵制住现在这一时的诱惑吧，等我们高考结束后，考进了一个好的大学，将来找到一个好的工作，想怎么玩就怎么玩。父母辛辛苦苦工作把你们送来学校，你们就用玩手机来回报他们吗？同学们，现在悔悟还来得及，现在努力还来得及，让我们放下手机，把心思放在学习上。