

最新拒绝浮躁战胜自己发言稿 拒绝吃野味演讲稿(汇总5篇)

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。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

拒绝浮躁战胜自己发言稿篇一

大家好！

在这个世界上存在很多的生物，它们与我们一起生活在地球上，或许我们很少见到它们但是它们却一直都在深山中默默栖息，但是因为我们对于野生动物的猎奇很多人都认为野生动物好吃，所以越来越多的野生动物被我们所食用。

翱翔天际的鸟类，地面奔跑的虎豹豺狼，不管是多大它们都被我们人类用一张张网锁住，被子弹麻醉剂所捕获成为了餐盘上的一道菜肴，当我们在酒店，在餐厅，看到的那一个个比较好看好吃的菜品放在我们眼前的时候没有悲伤，也没有哀怜，因为没有看到它们死前的哀鸣怒吼。它们心中的苦于累我们又有多少人知道，它们也如人一样也是有思想的也是有自己的家庭，却因为我们的口腹之欲被我们残忍的捕杀食用。

或许我们很多人都认为之不是我们食客的错，因为我们只是食用，并没有杀害它们，所以我们无罪。其实不然，我们喜欢吃，才让那些可耻的偷猎者们肆无忌惮的下手去伤害那些可怜的野生动物，它们远离我们的身边，却因为我们喜欢食用被我们从山林小溪草原上抓出来，送上了餐盘，成为了一道食物，它们何其无辜，它们多么凄惨。

不要因为贪食就纵容这样的事情发生，当我们每个人都少吃一些野生动物，当我们不在酒店餐厅，不在去吃野生动物，庞大的野生动物捕杀网络，就没有人愿意去继续执行，因为没有了市场，偷猎者们就没有了追杀野生动物的兴趣，没有了经济来源它们就会改行，而不是继续在做着这样的伤害野生动物的事情。

给野生动物留一条路，需要我们每个人方口，不要在食用野生动物，不让那些唯利是图的人去伤害它们太，当我们每个人都拒绝食用野生动物，我们就不会面临任何问题，就不需要在担心会因为吃野生动物而出事，给了它们一条生路，让它们可以在地球生存下去不好吗。

如果有一天整个世界都只有人类，地球的生态圈将会破坏将会因此崩溃，因为野生动物也是组成世界的一环，当它们都不存在了也会危急到我们自身，不要忽视野野生动物的重要性，也不要随意的伤害它们，与它们和平共处，不要伤害弱小，这就是我们应该做的。同时野生动物身上有很多的细菌或者一些不为人知道的病毒，潜伏在它们的身体内，如果我们食用了伤害的也会是我们自己，所以不要在吃野生动物，让动物可以继续在这个世界上留下它们的足迹。

谢谢大家！

拒绝浮躁战胜自己发言稿篇二

吸烟有害健康，不管是任何年纪的人，吸烟，都是在为自己减寿的行为。下面是本站小编为你整理的几篇拒绝吸烟的演讲稿，希望能帮到你哟。

尊敬的xx□

吸烟的危害，尽人皆知。全世界每年因吸烟死亡达250万人之

多，烟是人类第一杀手。自觉养成不吸烟的个人卫生习惯，不仅有益于健康，而且也是一种高尚公共卫生道德的体现。在吸烟的房间里，尤其是冬天门窗紧闭的环境里，室内不仅充满了人体呼出的二氧化碳，还有吸烟者呼出的一氧化碳，会使人感到头痛、倦怠，工作效率下降，更为严重的是在吸烟者吐出来的冷烟雾中，烟焦油和烟碱的含量比吸烟者吸入的热烟含量多1倍，苯并芘多2倍，一氧化碳多4倍，氨多50倍。

有资料表明，长期吸烟者的肺癌发病率比不吸烟者高10-20倍，喉癌发病率高6-10倍，冠心病发病率高2-3倍。循环系统发病率高3倍，气管炎发病率高2-8倍。有人调查了1000个家庭，发现吸烟家庭16岁以下的儿童患呼吸道疾病的比不吸烟家庭为多。

5岁以下儿童，在不吸烟家庭，33.5%有呼吸道症状，而吸烟家庭却有44.5%有呼吸道症状。吸烟害己害人，应该自觉养成不吸烟的良好卫生习惯。大家能够关注消防安全，珍爱生命，不要玩火，学会保护自己。世界上什么东西最宝贵？毫无疑问，是人的生命！每个人来到这个美丽的地球上，都是幸运的。短短的一生，只要生命不息，都可以尽情享受新鲜的空气、温暖的阳光，享受到亲人的关爱、老师的呵护，享受到日新月异的生活，憧憬一个又一个美好的希望。

谢谢大家！

各位老师、同学们：

大家好！

今天我发言的题目是：“珍爱生命，拒绝吸烟。”

“香烟”这个词对我们来说并不陌生。大人们常说：“饭后一支烟，赛过活神仙。”可事实上真的如此吗？那么，接下来就让我们听一组统计数据，你便会知道要过上这“神仙般的日子

“要付出多大的代价了。世界卫生组织的研究表明，全世界目前有烟民约13亿人，每年有近500万人因吸烟而死亡，烟草已成为继高血压之后的第二号杀手。如果不加以控制，到20xx年每年因吸烟致死的人数有可能达到1000万。目前，全世界每13秒钟有1人死于和烟草有关的疾病。我国每年约有200万人死于与吸烟有关的疾病。吸烟会导致癌症，世界卫生组织证实30%的癌症和吸烟有关。长期吸烟者的肺癌发病率比不吸烟者高10—20倍，喉癌发病率高6—10倍，冠心病发病率高2—3倍，循环系统发病率高3倍，气管炎发病率高2—8倍。

也许有人不相信或者不明白，小小的一支烟，怎么能有吞噬生命的力量呢？

原来，香烟中含有1400多种成分。吸烟时产生烟雾里有40多种致癌物质，还有十多种会促进癌发展的物质，其中对人体危害最大的是尼古丁、一氧化碳和多种其他金属化合物。一支烟所含的尼古丁就足以杀死一只小白鼠。香烟烟雾中大量的一氧化碳同血红蛋白的结合能力比氧大240—300倍，严重地削弱了红细胞的携氧能力，因此，吸烟是血液凝结加快，容易引起心肌梗塞，中风，心肌缺氧等心血管疾病。更为严重的是，吸烟者还严重妨碍他人健康。

烟草不仅对人的健康产生严重威胁，同时也会造成巨大的社会损失。大约有1/4—1/3的火灾是由于吸烟不小心引起的。一个小小的烟头，就可将宝贵的森林资源化为灰烬。

谢谢大家！

尊敬的老师、同学们：

大家好！

5月31日悄悄来到我们身边，这不是一个平凡的日子，它是世界无烟日呀！亲爱的同学，你知道吸烟对人体的危害吗？大量

的科学研究资料早就证明，吸烟对人体健康的危害十分广泛。所有烟草中均含有可导致人体发生多种致死性和致残性健康问题的毒素；吸烟者患癌症，尤其是肺癌、心脏病、肺气肿及其他致死性疾病的危险性会明显增加。然而，就在去年的今天，一项针对青少年烟草使用情况的最新调查显示，中国有20%以上的初中生尝试过吸烟，近92%的学生认为吸烟肯定会损害健康，但仍有22%的男生和4%的女生表示可能或肯定会在今后吸烟。看看我们邪恶校园的某些肮脏的角落里，烟蒂满是，可见连我们这个本该最纯净的校园也越来越不是那么纯净了，中学生主动吸烟和被动吸烟已成为一个不容忽视的问题。

如今全球平均每年有400万例、每天有11000例死亡与烟草有关。正如专家所言，烟草是一种在正常使用过程中就会杀死消费者的产品，烟草流行是一种无情的不分国家和社会的公共卫生灾难。

当发达国家的烟草商因在本国受到限制与责难，千方百计地向中国和发展中国家推销香烟、诱惑青少年吸洋烟时，我们广大青少年决不能“误上贼船”。为了使人们意识到吸烟所带来的各种各样的危害，各国政府都在不遗余力地宣传“吸烟有害健康”，我国就有禁止香烟广告的规定，联合国也特别制定了每年的5月31日为“世界无烟日”。目的是创造一个清新、环保、绿色的“地球村”，让全人类的生活环境变得更健康、更美好。

提神不妨清茶；消愁不如朋友；若吸烟，又何苦？我坚信少年强则国强，少年弱则国弱。为了摘掉烟草大国的帽子，为了我们的健康成长，我们要大声呐喊：从我做起、从身边做起，不要让烟雾笼罩我们高都学子！

谢谢大家！

拒绝浮躁战胜自己发言稿篇三

是否还曾记得一个耳熟能详的故事，从前有一条小鱼问大鱼：“妈妈，听说吊钩上的食物是最美味的，就是有点儿危险。怎样才能尝到这种美味而又保证安全呢？”大鱼无奈的摇头道：“当你面对美味与生命的抉择时，你必须学会拒绝各种钓钩上的美食诱惑，倘若你无法在这些缠满免费食物的钓钩上自拔，那你也许坠入一个无止尽的深渊”。

拒绝是人们一生难以摆脱的难题，有些人早已懂得了它的规律，在遇到拒绝时便能轻松拜托，而有些人在半途中却被这道难题带向不归路。高晓松应拒绝不了美酒的诱惑而造成四车连撞，在看守所里后悔不已。陈光标拒绝了眼前数不清的财富，生活简朴，使许多人记之于心。张正祥用牺牲整个家庭的惨重代价，换来了滇池自然保护区内34个大、中型开矿、采石场和所有采砂、取土点的胜利封停。

拒绝，就是走向成功的方法。拒绝，他也许不是一时对许多事物的占有和贪图。但可能是任何成功的有效途径。在生活中，我们也许不能太过于贪图，应将许多不该有的事情和感情抛在脑后，这也许是成功的必要前提。

我们拒绝成为窗台上惧怕风雨的温柔花。因为不经过风雨的洗礼，怎能见到最美的彩虹。

我们拒绝用美好的青春去成为明天的赌注，因为我们的青春如此短暂，为何不用这黄金般的时间去努力奋斗。

我们拒绝成为荣华富贵的祭品，因为金钱只具有价值尺度和流通手段两种基本功能，而不能操纵人生。

我们拒绝自己盲目模仿他人的性格，因为当我们过分的去模仿他人时，同时也失去了一个最真实的自己。

我们拒绝拥有潘多拉的神奇盒子，因为我们不想让这个世界充满着的都是邪恶，而找不到希望。

我们拒绝虚荣，因为虚荣会让人感到无限的满足，而失去了荣誉的本质。

我们拒绝像龙头上的滴水一样虚度人生，因为时间会在闲适中流逝，自己也会在寂寥中苍老。

学会拒绝，不代表你失去了太多，相反，当你选择了一条正确的路途而抛弃了另一条黑暗的路线时。你将会有更多的收获。学会拒绝，你会像故事中的小鱼一样不会成为诱饵的祭品。会像陶渊明一样拥有独立的人格。会像周敦颐一样，洁身自好。会像王冕，陈光标一样，在平淡的生活中寻找到真正的价值。正因为有了世间的种种拒绝，我们的人生，才会大放异彩！

拒绝浮躁战胜自己发言稿篇四

大家早上好！今天我国旗下讲话的主题是：《拒绝零食 关爱健康》。

零食，一个熟悉的字眼，想必大家都知道。零食的种类极多，花花绿绿，五花八门，丰富多采，同学们能不喜欢吗？然而，你们是否知道？几乎所有的零食为了吸引我们的眼球，都会添加许多色素，还有香精，防腐剂等一系列对身体有极大伤害的物质。不说别的，单是“苏丹红”，便是极好的例证，这种颜色美丽的工业色素会导致癌症，不知多少人现在已深受其害。面对小摊上，商店里那花花绿绿的糖果、辣条……你是不是经常驻足观望，垂涎欲滴？是不是经常掏出口袋里的零花钱买一些解解馋瘾？殊不知，在你享受着这些美味的同时，许多包装袋破坏了环境卫生，一些有害物质也悄悄地潜入你的身体，危害着你的健康。

看看我们少先队员的行为：上学、放学路上，同学们“有滋有味”地啃着小摊上的炸鸡腿；拥挤的各小店门口，同学们津津有味地吃着小薯片、棒棒冰……随手丢下垃圾袋的现象屡见不鲜；学校内外地上果皮纸屑屡禁不止，地面上，楼梯口零食包装袋偶尔随风飘起。保护环境，勤俭节约；拒绝零食，从我做起；告别零食，走向健康。

一、不把零食带到学校，做到在校园内不吃零食。

二、彻底远离油炸食品及小摊小贩上的烧烤等不卫生的食品。

三、以讲卫生为荣，以不讲卫生为耻。见了废纸、垃圾请弯弯腰，你捡，我捡，他捡，都扔进垃圾箱里。

四、每位同学在抽屉里、书包里各放一个盛垃圾的塑料袋，放置日常垃圾，每天放学时清理一次，保持方便清洁。

五、学习伟人勤俭节约的精神，提倡节约零花钱。

六、合理支配自己的零花钱，让自己的零花钱用得有意义。

同学们，我们青少年正处于生长发育的黄金阶段，为了自己的健康，为了能更好的学习，我们呼吁，让我们一起行动起来，告别流动小摊，告别垃圾食品，这样，我们的校园会清洁美丽，我们的身体也将更加健康强壮！

拒绝浮躁战胜自己发言稿篇五

20xx年10月13日，下午5点30分，广东佛山黄岐的广佛五金城里，2岁女童小悦悦在过马路时不慎被一辆面包车撞到并两度碾压，肇事车辆逃逸，随后开来的另一辆车直接从已被碾压过的女童身上再次开了过去。七分钟内在女童身边经过的十八个路人，都对此冷眼漠视，只有最后一名拾荒阿姨上前施以援手。10月21日零时32分，小悦悦带着世人的冷漠安静地

离开了人世。

小月月的事件在网络上一度成为热点话题，面对国人事后诸葛亮的行为，我为之沉痛、为之哀叹、为之羞愧！

在我看来，归根结底，这个看似道德的沦丧已经上升为人的问题。自从南京彭宇案与天津许云鹤案发后，世人开始变得冷漠、开始伪装自己，开始相信好人不得好报。我们每个人都可能处在需要被救助的状况，不能等事情发生在自己身上，才知道路人冷漠可怕。

十八路人为何人人都漠视这个小小的生命在身边流失，为何在悲剧发生时不肯伸出一双温暖的手。我中华民族是一个礼仪之邦、文明强国，在历史上也算得上让别的国家所崇尚的国度。那为何社会越发展、人类越进步，而这种最基本的道德却越走越远、人情越来越冷漠。社会基本道德问题，最终还将转化的扭曲。“事不关己，高高挂起”，这个话题又被重新挂在了人们的口头，人心的隔阂越来越厚。

在针对小月月的事件，有人说身为位家长也有这个责任，两岁的小月月为何会被父母纵容随处乱跑。可我觉得，事情已经发生了，而且结果是惨重的。被心灵摧残的小悦悦父母现在已经是精神极度崩溃状态，我们也就没必要再给他们施加任何不当行为。

与十八路人的冷漠相比，拾荒阿姨的真情让人感动，有人说这是每个人都有的怜悯之心，但我要说那十八个路人呢？是他们没有怜悯还是他们不配做人，在这我并不是骂人而是真实阐述自己内心的看法。拾荒阿姨的行为是值得赞扬的，但从另一个侧面也说明另一个道理“人穷志不短”，一个人穷也就罢了，最可怕的是心灵的空虚与堕落。

古语有之，“老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼”这种崇高的思想道德，在千年以前孔子的师傅李耳就已经提出来

了，要是让他老人家知道他的梦想至今还未实现而且越来越远，我想老人家也不会安心吧。在我们现在的社会环境，人与人之间是一个不安全不信任的关系，这也导致了做好事成本高，而且心有余悸。

小悦悦离开我们已经许多天了，因她而引发的社会讨论和思考仍在继续。人们说，每一个降临世上的孩子都是折翼的天使。所以我想，上帝也许不希望小悦悦再受世人的漠视；不希望小月月再忍受俗世的尘染。离开人世也许是对这一份童心唯一可以安慰的方式。

让我们拒绝冷漠，重树道德！