

# 2023年防震减灾知识国旗下讲话(优秀9篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 防震减灾知识国旗下讲话篇一

老师们、同学们：

早上好！今天国旗下讲话的题目是《防灾减灾，从你我做起》。2008年5月12日，我们永远记得这个日子，汶川发生了大地震，房屋倒了，亲人没了，家园瞬间成了废墟。那一幕幕都揪痛了我们的心的。同学们，为了引起我们对防灾减灾工作的重视，增强灾害风险的防范意识；普及防灾减灾的知识，增强综合减灾的能力。国务院批准，自2008年起，每年5月12日为全国“防灾减灾日”。

近年来安全教育越来越得到社会各界的重视，小学生安全意识也随之增强，防范能力逐渐提高，但是重特大伤亡事故仍时有发生，安全问题不容乐观。面对每一次残酷的事故，面对每一个鲜活的生命在瞬间逝去，每一个同学都应当视自己的生命为最宝贵的东西，都应当时时关爱自己和他人的生命。

今天，利用升旗仪式的时间就“安全”这个主题，希望同学们记住以下几点：

第一、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。

第二、要注意交通安全。学生们一定要严格遵守交通规则，不能跟着汽车跑，横穿马路时要注意来往车辆。

第三、同学们的所作所为也要有安全意识。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，一定要自觉遵守校规校纪。自己解决不了的矛盾，一定要寻求老师的帮助解决。

第四、现在进入春季后，雷雨天气会比较多，在雷雨天，人应尽量留在室内，不要外出，关闭门窗，防止球形闪电穿堂入室。在野外遇雷雨时，尽快找一低洼或沟渠蹲下，不要在孤立的大树、高塔、电线杆下避雨。

第五、要注意食品安全。不要买吃过期的、变质的、不卫生的食品，尽量不要在街头小摊上买东西吃。吃饭喝水都要讲究卫生，预防传染病。

## 防震减灾知识国旗下讲话篇二

大家早上好!

今天我国旗下讲话的主题是：防震减灾，珍爱生命。

20\_\_年5月12日14时28分57.9秒，汶川县发生了8.0级特大地震，其能量相当于400颗广岛原子弹，倾刻间山崩地裂，房屋倒塌，公路断裂，桥梁坍塌，通讯中断，尸横遍野，大地悲泣!

汶川震惊!四川震惊!中国震惊!世界震惊!

党中央国务院在第一时间迅速回应，抢险部队去了，抢险医疗队去了，救灾物资去了，救援的队伍去了，全国亿万人民关注着汶川，全世界关注汶川，我校师生也是好样的，向灾区人民捐出了一元、两元、几十元、几百元，这是一种善举，

是一种爱心，我们的全体师生都做出了善举，献出了爱，这就叫做人间真情，这就叫学会感恩和分担，我们应永远保持这种善良的心。

然而，血腥的场面，满目疮痍的场面至今还在我们眼前闪现，国家为了使这一惨痛的教训，让人们永远记住，决定把每年的5月12日定为“汶川大地震纪念日”，就是让我们汲取教训，珍爱自己的生命。

我们今天纪念汶川大地震，就是要告慰死难者，但更重要的是警示后人在自然灾害面前最大限度地减少损失，最大限度地保护自己的生命，只要生命存在，就能解决任何问题，因此，我们一定要珍惜生命，面向未来。

我们今天纪念汶川大地震，最重要的就是要防患于未然，学会自救，学会互救，这样在自然灾害来临之时，就能更好地保存自己的生命，将来就能更好地服务祖国，建设祖国，过上幸福的生活。

如何避震?避震的要点是什么?避震宜采用的身体姿势怎样?被压埋时如何自救?防灾疏散如何进行?震前十几秒钟为什么重要?救人的原则是什么?救人的方法是怎样的?等等，防震减灾的一些基本知识，学校在最近的宣传活动中都要涉及到，请全体同学一定要重视，认真学习防震减灾知识，掌握防震减灾的基本技能，也可以查资料学习，也可以上网学习，只有这样，一旦灾害来临，我们就能用我所学，防灾避险，确保自己的生命安全。

同学们!防灾避险应是新时期每个人必备的技能，只有这样，生命安全才能更好地得到保障，才能更好地参加文化课学习，才能更好地学习建设国家本领，成为新时代的建设者和接班人。

最后，祝同学们健康成长，生命无限。

## 防震减灾知识国旗下讲话篇三

各位老师、同学：

大家早上好！今天我国旗下演讲的题目是《防震减灾，从我做起》10月7日21时49分，云南省普洱市景谷傣族彝族自治县发生6.6级地震，由此我想起5月12日汶川大地震，一瞬时，山崩地裂，家园损毁，生命消逝。国家把每年的5月12日设为全国“防震减灾日”，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，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，保证生命财产安全。

我们的身边不可避免的存在着各种各样灾害侵犯的隐患，如火灾、地震、雷电、交通事故等等，因此，对我们而言，提高“防灾减灾”意识显得至关重要。在我们保护自我安全的同时，也要保护我们赖以生存的家园环境。

当前人类普遍面临着大气污染、气候变暖、土地沙化、淡水锐减、等一系列环境问题。保护环境就变得日益迫切。环境的保护应当从身边做起，从每一件小事做起。假如你能弯腰捡起地上的废纸团，假如你能随手将空的饮料瓶扔进垃圾桶，假如及时制止其他同学随手乱丢废弃物的行为，那么你就为学校的校园环境的整洁做出了自己的一份贡献。

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我们要爱护环境，珍惜生命。让我们一起努力，在蓝天白云下，在青草绿叶中活出青春不一样的颜色。

我的演讲完毕，谢谢大家！

## 防震减灾知识国旗下讲话篇四

老师同学们：

早上好!今天我国旗下演讲的题目是《如何防震减灾》。

还记得5月12日的那天下午吗，在我国四川省发生了里氏8.0级的地震，这突如其来的天灾，举国恸哭。在灾难面前，我们选择坚强;在悲痛中，我们选择坚强。因为坚强，我们不怕灾难;因为坚强，我们明天更美好!同学们，地震是自然界10大灾害之一，也是损失最为严重的灾难，带给社会和人们的是破坏和毁灭。目前，人类对地震的预报，仍然是一道尚未攻克科学难题。要最大限度地减轻地震灾害损失，必须走综合防御的道路，做到“预防为主，防御与救助相结合”，这是减轻地震灾害的重要途径之一。地震来临时，我们应该怎样做呢?同学们通过学校组织的地震演练、书本上和宣传片中知识已了解一二，知道当地震发生时，应就近躲避，等地震剧烈摇晃停止后迅速撤离到安全地方，这是应急避震较好的办法。如果在室内，避震时应选择结实、能掩护身体的物体下面或(旁边)躲避，因为这样容易形成三角空间的地方;或是选择空间小、有支撑的地方。如果在室外，应选择开阔、安全的地方。现在我就学校、家庭、公共场所应怎样避震做个简单介绍：

学校避震：如果是正在上课时，大家不要恐慌，保持镇定，并迅速安静下来，在老师指挥下迅速抱头、闭眼、躲在各自的课桌下。如果在操场或室外时，可原地不动蹲下，双手保护头部，注意避开高大建筑物或危险物。不要回到教室去。震后应当有组织地撤离。如果是在高楼千万不要跳楼!不要站在窗外!也不要到阳台上去!家庭避震?因为地震预警时间短暂，室内避震更具有现实性，而室内房屋倒塌后形成的三角空间，往往是人们得以幸存的相对安全地点，可称其为避震空间。室内易于形成三角空间的地方是：

坚固家具附近;内墙墙根、墙角;厨房、厕所、储藏室等空间小的地方。

在公共场所避震：

听从现场工作人员的指挥，不要慌乱，不要拥向出口，要避免拥挤

，要避开人流，避免被挤到墙壁或栅栏处。

如果是在影剧院、体育馆等处：就地蹲下或趴在排椅下；注意避开吊灯、电扇等悬挂物；

并用书包等保护头部；地震过去后，听从工作人员指挥，有组织地撤离。

防震减灾是一项长期而艰巨的任务，这就要求我们要增强全民防震减灾意识，才能提高全社会防震减灾的能力。

## 防震减灾知识国旗下讲话篇五

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家早上好！今天我演讲的题目是《珍爱生命，防震减灾》

2009年，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。

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。用毛巾、衣服捂住口鼻，防止烟尘窒息；要注意保存体力，不要大喊求救，设法找到食品和水，创造生存条件，等待救援。

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、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，防止传染病的发生，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！

## 防震减灾知识国旗下讲话篇六

老师们，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。开始每年的5月12日被设为全国“防震减灾日”。

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，也不要到围墙下、篮球架下等危险地方停留，尽量向空旷的地方集中。如果有浓烟，我们要用毛巾、衣服捂住口鼻，防止烟尘窒息；注意保存体力，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，下面我提几点要求：

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，防止踩踏拥挤事件的发生。

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，防止传染病的发生。

第五、随着气温的升高，我们小学生不要到河边、沟边、玩耍，更不要私自下河游泳，防止溺水事故的发生。

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！

谢谢大家！

## 防震减灾知识国旗下讲话篇七

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家早上好！

今天我演讲的题目是《防灾减灾，珍爱生命》。2008年5月12日，四川汶川发生里氏8.0级大地震，一瞬间，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，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日被定为全国“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。

我们身边不可避免的存在着各种各样的灾害侵犯隐患，如台风、暴雨、火灾、地震、雷电、交通事故等等，因此，对我们而言，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，就要学习防灾减灾知识和避灾自救技能。同时，在日常学习、生活中，我们更加要注意身边常见的安全问题，提高日常安全防范意识。牢固树立“安全第一、预防为主”的思想，特别注意以下安全问题：

1、天气渐热，，不要私自下河、塘、水库游泳，严格遵守防溺水“六不准”。

2、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。

3、上下楼梯靠右行，讲究秩序，轻声慢步，防止踩踏事件的发生。

4、正确处理同学间的矛盾。同学间遇到矛盾时，要冷静、理智、友好地处理，自己若不能处理好的话，应该请老师帮忙解决。决不能感情用事，采用打架等暴力方式解决纠纷。

5、现在是春夏交替季节，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，防止传染病的发生。

6、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。

7、心理安全。同学们要形成积极、健康、自信、自强的乐观品质，遇到心理问题要找好朋友、老师和家长帮忙疏导，不可产生自暴自弃、自残自虐的不良心理。

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。所以希望同学们在今后的学习、生活中，能进一步加强安全法律法规的学习，加强应急避险和自救互救能力的培养，增强安全防范意识，关爱生命，时刻注意防灾减灾，做到警钟长鸣！让我们携手共建安全校园，使我们的成长更健康、生活更快乐、生命更精彩！

我的演讲到此结束，谢谢大家！

# 防震减灾知识国旗下讲话篇八

老师们、同学们：

早上好！今天国旗下讲话的题目是《防震减灾，从我做起》。

同学们，为了引起我们对防震减灾工作的重视，增强灾害风险的防范意识；普及防震减灾的知识，增强综合减灾的能力。国务院批准，自起，每年5月12日为全国“防震减灾日”。

近年来安全教育越来越得到社会各界的重视，小学生安全意识也随之增强，防范能力逐渐提高，但是重特大伤亡事故仍时有发生，安全问题不容乐观。面对每一次残酷的事故，面对每一个鲜活的生命在瞬间逝去，每一个同学都应当视自己的生命为最宝贵的东西，都应当时时关爱自己和他人的生命。

今天，利用升旗仪式的时间就“安全”这个主题，希望同学们记住以下几点：

第一、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。

第二、要注意交通安全。学生们一定要严格遵守交通规则，不能跟着汽车跑，横穿马路时要注意来往车辆，不能在公路上做滑旱冰等危险运动。

第三、同学们的所作所为也要有安全意识。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，一定要自觉遵守校规校纪。自己解决不了的矛盾，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，努力

增强自我防范能力，做到警钟长鸣！

我的国旗下讲话到此结束，谢谢大家！

## 防震减灾知识国旗下讲话篇九

亲爱的老师和同学们：

大家早上好！

我今天演讲的题目是“防震减灾，珍爱生命”。

每年的5月12日被指定为全国防震减灾日。“防震减灾日”的设立，不仅仅是为了纪念四川汶川地震的遇难者，更是为了提醒我们牢记过去，学习未来，增强防震减灾意识，普及防震减灾知识和避灾自救技能，最大限度地减少自然灾害的损失。

我们周围有各种各样的危险，比如台风、暴雨、火灾、地震、闪电、交通事故等等。因此，提高全体师生的“防灾减灾”意识是非常重要的。

首先，最重要的是冷静下来，不要在任何紧急情况下惊慌失措。如果上课发生地震，靠近门的同学可以迅速跑出门外。中间和后面的同学要尽快躲到课桌下面，用书包保护头部。

靠墙的同学一定要靠近墙基，双手护头；远离窗户，以免碎玻璃伤害你。学生应找个角落蹲在走廊或楼梯上，保护好头部，远离挂在墙上的装饰物，震动停止后迅速撤离。

如果出现在室外，千万不要跑进建筑物内躲避危险，不要停留在广告牌、篮球架等危险的地方，尽量把注意力集中在开阔的地方。

用毛巾和衣服捂住口鼻，防止烟雾窒息；省点力气，别喊救命，尽量找吃的找水，创造生活条件，等救援。当然，人在生活中遇到重大灾害的概率是很小的，要多关注小的安全问题，提高防范意识。

同学们，生活是美好多彩的，拥有这一切的前提是安全。所以一定要时刻增强安全意识，珍爱生命，努力提高自我防范能力，时刻注意防灾减灾，做好应急准备！

我的发言到此结束，谢谢！