

大学生珍爱生命心理健康教育 珍爱生命 大学生演讲稿(实用5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。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

大学生珍爱生命心理健康教育篇一

各位老师，各位同学：

大家好！今天我演讲的题目是《珍爱生命，一生平安》。

我知道，同学们大多会吟唱《祝你平安》、《好人一生平安》等祈祷顺利、求报平安的歌曲；我相信，同学们都理解“平安是福”、“平安是金”等话语所包含的对生命的思考；我断定，同学们都曾用“平安、健康、幸福、顺利”等吉祥词语对父母、亲戚、同学、朋友表达过良好的祝愿。

是的，安全重于泰山，它历来都是个人、家庭、集体、社会最基本的生命线，更是维系个人享受生活和集体保持稳定的最重要的保障线。

当前，中小學生中相继出现了不少因思想、心理、行为上的偏差而引发的伤亡事件，暴露出了当前学生在思想上、心理上和行为上具有普遍性的安全隐患。

一个个触目惊心、血泪交织的悲剧不能不叫人扼腕叹息、心有余悸，也更对我们敲响了安全的警钟。

“生命”，一个多么鲜活的词语；“安全”，一个多么古老的

话题；“幸福”一个多么美妙的境界。

同学们：一人安全，全家幸福；生命至上，安全为天；安全第一，预防为主。

生命只有在安全中才能永葆活力，幸福只有在安全中才能永具魅力。

安全构筑了我们美好的家园，成为连接亲朋好友的纽带。

在安全的问题上，来不得半点麻痹和侥幸，在安全的问题上，我们必须防范在先、警惕在前，必须要警于思，合于规、慎于行；必须要树立高度的安全意识，人人讲安全，时时讲安全，事事讲安全；必须要筑起思想、行为和生命的安全长城。

也许不少同学会认为，安全只是指身体的安全甚至是肢体的健壮和不受伤害；认为只要自己的肢体健全、行动自如那就叫安全。

我认为，这决不是安全的全部。

即便是一个具有健全的体格的人，如果他的思想道德水平低下、明辨是非能力不强，糊里糊涂攀兄弟、结姐妹，既有拉帮结派之嫌，又有醉翁喝酒之意；如果他不明不白逞义气、惹事端，不但喜好随波逐流，而且希望出点乱子；这表现出来的就是思想上的安全问题。

就如上星期，有好几起同学打架事件，还有球场上发生的事件。

篮球比赛本应赛出友谊，赛出风格，可有那么一些同学竟为输赢而大打出手，弄得同学之间关系紧张。

不难想象，有了这样不安全的思想，要平平安安地一辈子做

好人，那是很难的。

再说，一个具有健全体格的人，如果他沉溺于不良书刊和网络游戏的精神鸦片，天天吸、处处吸，甚至课堂上忍不住要走神，思之想之；深夜里忍不住要越墙泡网吧熬个通宵；如果他过早地迷恋于少男少女的缠绵悱恻，无端寻愁觅恨、痴痴傻傻、痴痴狂狂，甚至争风吃醋结恩怨，冲冠一怒为红颜。

这表现出来的就是行为上的安全问题。

有了这样不安全的行为，要踏踏实实地读好书，一帆风顺地读到头，那也是很难的。

大学生珍爱生命心理健康教育篇二

人生在世，每个人都是独一无二的。生活的画卷中，大学生们无疑是其中最为充实和辛苦的一群。然而，大学时代又是一个年轻而活力四射的阶段。在这个阶段中，如何珍爱自己的生命，充分利用时光，成为现在每个大学生都需要思考和面对的一个重大问题。

第二段：注意健康

很多大学生都备受压力，经常是一事无成。我们忙着赚钱，忙着上班，忙着打游戏，最终却常常忽略确定自己身体的情况。一个不健康的身体，会让我们错失优秀的积累机会、错失更多的工作机会，给我们日后带来更多的麻烦和痛苦。因此，养成一个健康的生活习惯，常常运动，坚持保持身体健康足以不容忽视。

第三段：坚持学习

大学生，学业是重中之重。既要抓紧时间深入学习专业知识，

还需要多读书，多掌握外语、计算机、文化和人文知识，这些对我们将来的科学和职业发展都有着举足轻重的作用。保持学习的强烈意愿和学习的热情，不断提升自己，是大学生应拥有的一种态度。

第四段：把握机会

大学生需要不断扩展自己的人脉关系，学会准确地判断市场需求，并为自己提供更多机会。在平时，我们应保持良好的交际能力，拓展自己的人脉，找到可以帮助自己的人，并向他们发出自己的能力和想法。同时，我们还需要在平时多留心，认真分析各种机会和机遇，多思考，多计划，为自己明确规划找到最合适的阶段。

第五段：积极面对生活

无论生活带给我们多少打击和困难，我们都需要坦然面对。把生活看做一种无法避免的挑战，做好准备，拥有比别人更坚韧的心态。在我们的生命中，每个人都会结识各种各样的人，遇到各种各样的问题，谁都不能逃避这些挑战。重要的是，要以积极的态度去面对，并从中汲取智慧和力量。保持朝着人生目标前进，在风雨中不断奋斗，才是我们大学生最需要的坚定信念。

结语：

积极面对攻难，珍爱生命，坚持学习，把握机会，这是大学生需要拥有和保持的基本品质。同时，在保持良好心态的前提下，它们也会成为一个大学生前往人生成功的基石。今天，我们站在这里，为了我们的人生使命，为了我们更好的人生，从现在开始，让我们加力掌握以上每个品质，把握好我们的每个机遇，锤造自己的人生成功。

大学生珍爱生命心理健康教育篇三

我们的生命受之于我们的父母，他的每一寸肌肤每一根头发，都是老天地赐予，任何时候我们都不能轻视自己的和他人的生命，请看下面关于大学生真爱生命的演讲稿。

生命是何等的宝贵，它就像那喷泉一样，是那么的多姿多彩；它就像傍晚的晚霞一样，是那么的的美好；它就像二月的鲜花一样，是那么的的美丽却短暂。

然而，往往一些潜伏在身旁的“暴风雨”，使它比昙花一现还要短暂。

安全是我们每周必讲的主题，安全的警钟在我们内心时常地敲响。

但是，那些“执迷不悟”的人们经常忘掉安全，因此，发生了一连串的悲惨事故。

很快，春去夏来，我们即将迎来的是热情如火的夏天，但夏天不正也是一个“多事之秋”吗？听着夏天一步一步向我们走来的脚步声，我想到了多少生命在这夏天中丧失！

夏天是酷热的，它的酷热牵引着多少人去沟渠、去江河湖海中游泳、嬉戏？正是因为这一个个不规范的“游泳池”夺走了一个又一个的生命，使一个又一个的家庭承受着天大的痛苦。

溺水、溺水、溺水！成了一个恐怖的字眼，让人心惊胆寒，让人心情悲愤，但却无济于事。

水固然冷酷无情，但车祸也不甘示弱。

车祸猛于虎，多少个家庭难道不是在车祸中破碎吗？

汽车是我们主要的交通工具，给我们带来了方便，它功不可没。

但是它也给我们带来了危险，重演着一幕幕惨痛的悲剧。

看那一个个小伙子在骑摩托车时，是多么的“威武”但往往因为他们愚昧的“威武”在“啪”地一声巨响时，又发生了一起惊天地泣鬼神的车祸，死神再一次夺走了短暂而美好的生命。

啊！多么恐怖的事故，它的发生会让你体无完肤，甚至会付出生命的代价。

每次，当那122救护车的叫声在耳边重响起，我都有不由得很害怕，因为我知道世界上又一个人或一些人要受罪了，或许是世界上的又一个活生生的生命在那一瞬间被鬼神带走了。

人们明知山有虎偏向虎山行，这是多么愚蠢呀！

螳螂捕蝉，黄雀在后。

为什么人类总不注意隐藏在自己身边的危险呢？如果把金钱、家庭、友情、房子、车子……用数字0来表示，那么，生命它就是1，只有生命这个1存在了，后面的0才会有价值；而当这个1不在了，后面的0再多的珍贵的东西也只能是一个0，所有的宝贵的事物对你来说都是水中月、镜中花。

人的生命也是脆弱的，生命如果发生什么意外，会留下永远的伤痕；健全身体一旦失去，将永远无法挽回。

因此，我们应该好好珍惜我们生命中的每一天，在生活中注意安全，使自己平安健康地成长。

让我们每一个人永远平安、快乐！让我们时刻牢记：珍爱生命

安全第一!

各位老师，各位同学：

家好!今天我演讲的题目是《珍爱生命，一生平安》。

我知道，同学们大多会吟唱《祝你平安》、《好人一生平安》等祈祷顺利、求报平安的歌曲;我相信，同学们都理解“平安是福”、“平安是金”等话语所包含的对生命的思考;我断定，同学们都曾用“平安、健康、幸福、顺利”等吉祥词语对父母、亲戚、同学、朋友表达过良好的祝愿。

是的，安全重于泰山，它历来都是个人、家庭、集体、社会最基本的生命线，更是维系个人享受生活和集体保持稳定的最重要的保障线。

当前，中小学生中相继出现了不少因思想、心理、行为上的偏差而引发的伤亡事件，暴露出了当前学生在思想上、心理上和行为上具有普遍性的安全隐患。

一个个触目惊心、血泪交织的悲剧不能不叫人扼腕叹息、心有余悸，也更对我们敲响了安全的警钟。

“生命”，一个多么鲜活的词语;“安全”，一个多么古老的话题;“幸福”一个多么美妙的境界。

同学们：一人安全，全家幸福;生命至上，安全为天;安全第一，预防为主。

生命只有在安全中才能永葆活力，幸福只有在安全中才能永具魅力。

安全构筑了我们美好的家园，成为连接亲朋好友的纽带。

在安全的问题上，来不得半点麻痹和侥幸，在安全的问题上，

我们必须防范在先、警惕在前，必须要警于思，合于规、慎于行；必须要树立高度的安全意识，人人讲安全，时时讲安全，事事讲安全；必须要筑起思想、行为和生命的安全长城。

也许不少同学会认为，安全只是指身体的安全甚至是肢体的健壮和不受伤害；认为只要自己的肢体健全、行动自如那就叫安全。

我认为，这决不是安全的全部。

即便是一个具有健全的体格的人，如果他的思想道德水平低下、明辨是非能力不强，糊里糊涂攀兄弟、结姐妹，既有拉帮结派之嫌，又有醉翁喝酒之意；如果他不明不白逞义气、惹事端，不但喜好随波逐流，而且希望出点乱子；这表现出来的就是思想上的安全问题。

就如上星期，有好几起同学打架事件，还有球场上发生的事件。

篮球比赛本应赛出友谊，赛出风格，可有那么一些同学竟为输赢而大打出手，弄得同学之间关系紧张。

不难想象，有了这样不安全的思想，要平平安安地一辈子做好人，那是很难的。

再说，一个具有健全体格的人，如果他沉溺于不良书刊和网络游戏的精神鸦片，天天吸、处处吸，甚至课堂上忍不住要走神，思之想之；深夜里忍不住要越墙泡网吧熬个通宵；如果他过早地迷恋于少男少女的缠绵悱恻，无端寻愁觅恨、疯疯傻傻、痴痴狂狂，甚至争风吃醋结恩怨，冲冠一怒为红颜。

这表现出来的就是行为上的安全问题。

有了这样不安全的行为，要踏踏实实地读好书，一帆风顺地

读到头，那也是很难的。

老师们，同学们，大家好！今天，我演讲的题目是《珍爱生命之水》。

同学们，我们知道，人不可缺少水，如果没有了水，动物和人都无法生存。没有了谁就没有了生命，没有了水，地球就是一片死寂。

大家知道，地球上 的面积被水覆盖，然而却很少有人知道这么大的水量中可被人类利用的淡水总量只占地球上总水量的十万分之三，占淡水总蓄量的0.34%。目前，世界上已有超过一半的陆地面积，遍及一百多个国家和地区缺水，二十亿人饮水困难。而人类正以每15年增加 1倍的淡水需求消耗着水资源。到目前为止，人类淡水消费量已占全世界可用淡水的54%。我国水资源总量为2.8万亿立方米，人均水量不足2400立方米，仅为世界人均水量的1/4，居世界第 110位，我国水资源总量中，可用水储量只有1.1万亿立方米，而目前用水量已达5600亿立方米，城市每年缺水60亿 立方米，全国668个城市中有400多个供水不足，其中108个严重缺水。因缺水每年造成工业损失2300多亿元。

如果我们不节约用水，后果就会不堪设想。所以相对于不断发展的工农业生产和不断增长得人口，供我们使用的水是非常有限的，所以节约用水势在必行。同学们，行动起来吧！节水行动就在你我的身边。

你可以在日常生活中随时随地的节约每一滴水。

下面，我给大家提几个节约用水的建议。

一，用淘米水洗菜，再用清水清洗，不仅节约了水，还有效地清除了蔬菜上的残存农药；

三, 大, 小便后冲洗厕所, 尽量不开大水管冲洗, 而充分利用使用过的

七, 家庭洗涤手巾, 小物件, 瓜果等少量用水. 宜用盆子盛水而不宜开水龙头放水冲洗;

可以保证滴水不漏;

九, 将卫生间里水箱的浮球向下调整2厘米, 每次冲洗可节省水近3kg;按家庭每天使用四次算, 一年可节药水4380kg.

十, 洗菜:一盆一盆地洗, 不要开着水龙头冲, 一餐饭可节省50kg;

十一, 淋浴:如果您关掉龙头擦香皂, 洗一次澡可节水60kg;

十五, 冲厕所:如果您使用节水型设备, 每次可节水4—5kg;

同学们只有从我做起, 从现在做起才能维持我们人类生生不息, 记住吧, 珍惜水就是珍惜我们自己的生命. 我的演讲完毕, 谢谢大家!

大学生珍爱生命心理健康教育篇四

老师们, 同学们:

大家好!

都说生命是宝贵的, 亦是脆弱的, 如同一根新发芽的小树枝, 轻轻一折, 生命便会从此逝去。然而, 生命离不开水, “水”不仅是生命之源, 如果不重视也会成为人们的生命杀手铜。

酷热的夏天悄悄来临，太阳火辣辣的烘烤着大地，十分炎热，而这个夏天游泳却是大多数人选择的活动；它不仅能解暑，还能锻炼身体，可谓是好处多多，但是游泳也是有一定的危险性，如果不重视会有更多的悲剧发生。正值暑假到来，孩子们最喜欢的就是下水游泳了，而溺水死亡事故也是越来越多。

就说前几天溺水死亡的事故，它就实实在在的发生在我身边。在我家附近不远处，有一条很长的河流，叫做运河。运河水经过处理过后供家家户户用水之库，河水清澈干净，甘甜可口，长长的运河两边各修建了阶梯，这样方便工作人员水处理及检测；一个非常炎热下午，四个小孩子成群结队的在运河边玩耍，最大个的小孩子也就10岁叫鹏强，他带了8岁表妹出来玩耍，其他两位是鹏强同学。鹏强当时觉得热就脱了上衣走下阶梯，他们当中只有鹏强会一点水性，他先下水试探下水感觉不深，就放心的喊他们说：你们都下来，水不深，下面可凉快了。听到鹏强这么一说，两位同学不顾虑就奔赴到河边享受着河水的凉快，很快，他们全都脱了衣服。表妹是女孩子不好意思脱衣服，就没有下水就这样继续待在树下看着哥哥他们，看着他们在水里戏水打闹玩着不亦乐乎，打闹了许久，鹏强感觉累了就在水一旁休息。殊不知他的两位同学越玩越带劲，越游越远，鹏强感觉没有戏水打闹声，回头寻找他们踪影不看见他们后，呼喊好几声都不见他们回应，表妹听到哥哥的喊声跑到运河附近说：“哥，什么事，怎么了？”鹏强说：“他们俩有没有上来了？”表妹回应说没有；只见哥哥很急着，边喊边游到周边四处寻找着他们俩，不久却听到哥哥喊救命，他说游不动脚被东西缠住，只见他越挣扎身边就越往下沉。眼看着哥哥快溺水的情景，她害怕哭喊了起来，自己又不会游泳，四周围没有一个人来往。后来正好看到远处有位叔叔经过，她边大声呼吁救命边往叔叔方向跑，等叔叔急忙的赶到现场后，鹏强早已不见踪影；后来急忙打110报警，他们的父母得知消息后第一时间赶到现场。经过数小时打捞，三个小孩子尸体都终于被打捞上来，只见两个小孩身体冰凉僵硬，早已经停止了心跳，得知孩子死讯后，一位孩子的母亲坐在地上哭喊着，另一个孩子的父亲脸色苍白

说不出话，身体直发抖着不愿相信这事实；而鹏强虽然没有死只是昏迷过去了，但他的另一只脚却残废了。

就是这样真实的故事就上演到我们身边，河水就这样轻意的夺走的微弱生命，不单单就是这个，还会有更多像这样类似在河边嬉戏玩耍的小孩子们、大人们。我们应把“珍爱生命，预防溺水”广告语宣传、扩大下去，让更多的人知道溺水危险性，生命的重要性，多一份心，就会少一个悲剧事故上演；生命是如此珍贵，仅此一次，也是短暂的，我们在学会热爱生命同时也要关注生命，我相信，只要有心，就能远离危险，健康成长！

大学生珍爱生命心理健康教育篇五

生命是我们最宝贵的财富，无论在人生的哪个阶段，在人的生命史上，生命的价值都是无法被替代的。而对于大学生来说，珍爱生命是倍加重要的，因为大学是人生中最重要阶段之一，这个阶段不仅意味着离开家乡、进入一个新的学习、生活圈子，更重要的是大学生正处于人生发展的黄金阶段，因此，大学生珍爱生命，无疑是非常重要的。在这篇文章中，我将分享一些我珍爱生命的心得体会。

第二段：从身体健康角度看珍爱生命

珍爱生命的第一要义就是珍爱自己的身体健康。身体是革命的本钱。唯有保持健康的身体，才能在学业、工作、生活上达到更好的状态。为了保持身体健康，大学生们应该注意注意合理饮食、运动锻炼以及作息规律。合理饮食是指要注意吃五谷杂粮、蔬菜水果，避免暴饮暴食或挑食偏食。运动锻炼则可以让身体保持活跃，可以去校外跑步、健身、打球等等。作息规律是指要保证足够的睡眠时间，尽量不要熬夜，因为这对身体有很大的伤害。

第三段：从心理健康角度看珍爱生命

虽然身体健康是珍爱生命的基本前提，但是，心理健康也同样重要。大学生处于一个压力较大的学习、竞争环境下，而且，有时候还要面对情感问题、社交问题等，这些问题会给他们带来很大的压力和负担，所以，大学生们要注意保持良好的心理状态和情绪调节能力。我们可以通过开展兴趣爱好、找人倾诉、学会放松等方式来保持心理健康，尽量避免产生抑郁、焦虑等负面情绪。

第四段：从社会责任角度看珍爱生命

珍爱生命不仅是对自己负责，同时也是对社会负责。大学生们应当始终牢记自己的社会责任，知道自己作为一名公民应当有的义务与责任，要意识到保护自己的同时，也要遵纪守法、尊重他人、爱护环境等等，通过自己的言行举止来传递出对社会的关爱和贡献。

第五段：总结与展望

在今天的大学生群体中，许多人珍爱生命、热爱生活、积极向上。但是，也有一部分人对自己的生命价值认识不足，有着死亡轻视、冒险刺激等错误心态。因此，我们需要从身体健康、心理健康、社会责任等角度去认识珍爱生命，自觉地严格要求自己，保护好自己的生命，让其真正地发挥出其价值和意义。