

# 热爱生活演讲稿分钟(精选10篇)

演讲稿也叫演讲词，是指在群众集会上或会议上发表讲话的文稿。演讲稿是进行宣传经常使用的一种文体。演讲的作用是表达个人的主张与见解，介绍一些学习、工作中的情况、经验，以便互相交流思想和感情。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以下是我帮大家整理的最新演讲稿模板范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 热爱生活演讲稿分钟篇一

我就知道我在拾人牙慧——古往今来，流传下来的关于这方面的文章真是浩如烟海，表现这个主题的故事也是汗牛充栋，许多先哲们富含哲理的话至今铿锵在耳，我难道比人家有什么更深刻更高明的见解吗如果曰是。那显然是不明智的，也是不自量力的——所以在这个问题上，无论怎么说和说什么，也是难脱离前人的窠臼，也都是老调重弹。

但是，即使冒天下之大不敬，我还是要大声疾呼：人们啊，一定要珍爱生命！

发出这样的呐喊，是缘于我最近看的两篇报道，都是关于自己作孽，漠视生命而导致交通事故，造成死亡的悲惨结局的。

一则是关于酒后驾车酿祸的，驾驶员潘某与朋友聚餐，其自恃量大，连干数杯。出门上车，尚觉无恙。谁知所喝之酒后劲大，不一会儿，便头昏脑胀，手脚不灵。他想快点开车回家，不料在上一座立交桥后，汽车失控，导致越过栏杆，坠至桥下，遂车毁人亡。

另一则是关于新鲜好奇而招致车祸的。某厂长去市外办事，途中正在学习驾驶，尚未取得驾照的厂长非得让驾驶员坐副

驾驶座上，自己开车过一把车瘾。结果在一条没有隔离带的道路上，与对面车错车时相撞，厂长死亡，驾驶员负重伤。

“死者长已矣”“生者泪已涸”可痛也夫！可被也夫！人生之大不幸乃生离死别耳！一个欢蹦乱跳的大活人转瞬间便关山阻隔阴阳分界了，叫人如何不哀伤！

不过，痛则痛矣，两例车祸的死者实在有点不值得。细想起来，人世间死亡的形式多种多样，但归纳起来无非两种：一种是被动死亡，比如患绝症，比如他杀等；另一种是主动死亡，比如自杀，比如上述彭某，某厂长二人。二人都是置生命于儿戏，怀侥幸心理，逞一时之勇，图片刻之欢，而终至命丧黄泉，说是鬼催的，这话有迷信色彩，说是主动赴死，这话狠毒了点儿；但如果说他们是“不爱惜生命，才遭不幸”，则是贴切的，没有疑义的。

生命是宝贵的。生命对于我们每个人只有一次，。所以应该珍爱生命，像电影《泰坦尼克号》主人公所言：“过好每一天”。需要说明的是，珍爱生命不是隐忍苟活，不是贪生怕死，不是疑神疑鬼，不是惶惶不可终日，而是心怀坦荡，光明磊落，保持健康心理，不愚昧，不蛮干，科学的愉快的去学习去生活。自然，如果出现生命和正义“不可兼得”的时候，我们也应该做到像孟子所说的“舍生取义”。话似乎扯远了一点，但也并非与主题风牛马不相及。这就首先要求我们在出行时做到遵章守法，安全礼让，不让生命被无谓的事情所伤害，以避免因漠视生命而造成的人间悲剧。

珍爱生命就从安全出行做起吧！

## 热爱生活演讲稿分钟篇二

亲爱的老师、同学们：

早上好！

世界上最可爱的东西，莫过于生命。

拥有生命时，你往往感觉不到它的可爱，有时甚至会感到生命的迷茫和空虚。但当你要失去它时，才会发自内心的热爱它。

由此我想到了对生命态度积极向上的张海迪，她五岁便失去站立，行走的能力，这对一个人是多么大的打击啊！可她，一个坚强的青年，不是从此一蹶不振，虚度年华，而是争分夺秒，发奋学习。

俗话说：“学海无涯苦作舟。张海迪就有这样的精神。她先后做过四次手术，身体条件极差，但她仍不忘学习，几年来，她以惊人的毅力自学了小学、中学的全部课程，还学会了四门外语，翻译了十几万字的小说和其他资料。这对于一个高位截肢的病人来说，是多么难能可贵啊！

如果你曾漠视过自己或他人的生命，没关系，你可以学，学海伦、保尔、张海迪，学怎样去热爱生命。最终你会发现：人生就像一本书，傻瓜们走马观花似的翻阅它，聪明的人用心阅读它，因为他知道这本书只能读一次。

### 热爱生活演讲稿分钟篇三

亲爱的老师、同学们：

世界上最可爱的东西，莫过于生命。

拥有生命时，你往往感觉不到它的可爱，有时甚至会感到生命的迷茫和空虚。但当你要失去它时，才会发自内心的热爱它。

由此我想到了对生命态度积极向上的张海迪，她五岁便失去站立，行走的能力，这对一个人是多么大的打击啊！可她，

一个坚强的青年，不是从此一蹶不振，虚度年华，而是争分夺秒，发奋学习。

俗话说：“学海无涯苦作舟。张海迪就有这样的精神。她先后做过四次手术，身体条件极差，但她仍不忘学习，几年来，她以惊人的毅力自学了小学、中学的全部课程，还学会了四门外语，翻译了十几万字的小说和其他资料。这对于一个高位截肢的病人来说，是多么难能可贵啊！

如果你曾漠视过自己或他人的生命，没关系，你可以学，学海伦、保尔、张海迪，学怎样去热爱生命。最终你会发现：人生就像一本书，傻瓜们走马观花似的翻阅它，聪明的人用心阅读它，因为他知道这本书只能读一次。

## 热爱生活演讲稿分钟篇四

老师，亲爱的同学们：

早上好！

今天我演讲的题目是《热爱生活，珍爱生命》。

我想大家看到这个题目的时候，肯定会想到生命如灯、说灭就灭。我早上打开手机看到短信，说是小叔过世了，看到这几个字后，由震惊到哀伤，然后是久久不能平静。

接了杯热水，不小心洒到了手上，我想或许喝杯热的，心会暖一点吧，即使是在炙热如火的初伏天。想想小叔，我首先想到的是他的年纪，今年多大？也就是40出头吧，三天前听家里说他身体不适，在重症监护室，一个星期前，能说能笑能蹦跶，我问家里是什么病症如此突然，让一向充满活力的小叔悄然离逝，说是之前无症状，可能只是感冒引起的肺部感染，身体不适去检查的时候已需切掉两个肺，听到这里我黯然了。

生命、从自己的哭声中得到新生，在亲人的哭声中结束，对于未完成的梦，没有下一世。

很多时候，我们看到一些标语上醒目的写着：珍爱生命、热爱生活。面对这些，或许我们更多的是一笑而过，只有在经历些什么的时候，麻木的心灵才有一丝颤栗，才知道生命去唱一支热烈而充实的歌。我们要让自己回首一生的时候不会遗憾，因为我们曾经真诚地生活过。生命该何时何地何因终结，谁也无法预料。生命属于我们只有一次，既然命运把我们圈定在平凡的位置上，那我们就应当活出一个凡人的价值来。有一首小诗写道：融进银河，就安谧地和明月为伴照亮天长；没入草莽，就微笑着同清风合力染绿大地。这样，才算得上是善待生命，不负年华。

珍爱生命，热爱生活，不只是口头上说说的，我们要将其转化为实际的行动。作为高中生学生，热爱生活即是热爱高中生活，不要埋怨学习太辛苦，作为一名高中生，学习是我们的天职，我们别无选择。与其抱怨，不如改变自己，努力跟上学校的节奏，跟上学习的节拍。

珍爱生命，热爱生活，还要求我们远离庸俗，远离不良诱惑，做到不与别人攀比穿的是否名牌，不攀比吃喝是否好坏。做学生该做之事，严格遵守校规校纪，以日常行为规范为行动指南，时刻以学习为重，努力提高个人素养，始终保持一颗高尚，积极乐观的心。同学们，珍爱生命，热爱生活，让我们切实行动起来吧，为我们的明天努力奋斗吧！

## 热爱生活演讲稿分钟篇五

老师、同学们，早上好！

今天我讲话的题目是《珍爱生命，安全第一》

学校是我们的第二个家，为了能够让我们在这个温馨的家

中健康快乐的成长，学校高度重视校园安全工作，采取了种种加强校园安全的措施。在安全的问题上，来不得半点麻痹和侥幸，一人安全，全家幸福；生命至上，安全为天；安全第一，预防为主。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。对于我们小学生而言，提高安全意识应做到以下几方面：

1、校园内不追跑打闹。楼道及教室不进行各种体育活动，右行礼让，上下楼时不跑、不推、不逗、不闹、不拥挤，防止踩踏事故的发生。

2、注意体育课及课间的运动安全。体育课听从老师管理，按照老师要求，认真做好准备活动。

3、注意饮食安全。不吃三无食品(无生产厂家、无生产日期、无保质期)，不买无照商贩食品，预防食物中毒。

4、注意交通安全。上下学时学校门口人多车多，过路时要特别小心，眼观六路，耳听八方，防止意外事故的发生。

珍爱生命，相信你们一定会珍惜人生中最为宝贵的年华，用智慧、勤奋与美好的心灵，在这块沃土上吸取丰富的营养，健康成长，愉快生活。让生命的一泓清泉，永流不息。

## 热爱生活演讲稿分钟篇六

看不尽的尘烟，游不尽的河。掬一捧清水，品味生命漫溯；拾一粒卵石，抚触时间的脉络。一叶卷知天下秋，寒鸦一渡冰雪舞。

感悟生命不由从连绵上浮起，从一脉一络中渗出，隐于细微。

生命的长河倒映出红花绿叶飘零积雪，变迁就着畔边丝丝色泽渐渐地前行，直至荡出星星点点涟漪，吞没视线。大江东去，璀璨的生命镌刻着历史的痕迹，激荡着颗颗璀璨的珍珠。

当你明白人们活着的信念，多半是为了得到赞美，获得更多人的承认；当你发现你所承担的角色有高低之分时，你要快乐、勇敢、自珍，不要因为职业的低微而轻放自己，不要因为些微的不如意而自卑自弃，更不要因生活中出现的某种小插曲而暗淡生命。

你要怀有健康而珍惜的目光善待自己的生命，你应该用自己的热情去维护、浇灌自己的生命之花。你的信念首先要告慰自己，不要因生活中小小的不如意而私下扭曲生命的辉煌，更不能轻言放弃生命的脉搏。

生命不是苦中醇蜜，烦中取乐，不是看花绣花，不能雾中看花，游戏生命；生命是由铁到钢的锻造过程，生命是走向人生辉煌的风帆；生命需要道路如高天，智者如流云。

生命犹如过往云烟，是短暂的，也是美好的，就象一样东西走红一样，红极而白，不被看好，但红过了一段时间，又被看好。生命就是这样，当你有了，你就没有了。

在你留意生命、珍惜生命的旅程中，你会发现，当生命被生活推向极致时，往往会展现出一些从容之美，临乱世而不惊，处方舟而不躁，喜迎阴晴圆缺，笑傲风霜雨雪；你就会更明白，只有抱着一颗常人的平常之心，去看待生命，去珍惜生命，生命才会更有意义。

生命是美好的，当一个生命依恋另一个生命时，相依为命，结伴而行，会感觉到世界真的很美好，天空是那么的蓝，大地是那么的纯洁；会明白在这个世界上，自己曾经是多么孤独的漂流者，才会知道在这个世界上需要珍惜和感激，才会感到生命是那么的珍贵。

有时候觉得生命总是走得很累，迈步之前需要选择岔口，立起航向，每走一步，都需要调整步伐，追赶前列。走累了歇歇的工夫里，又忍不住回首看看生命路上的那一串串自己的脚印，与他人一比，或许弯得人心颤，浅得人心酸，或许会迷惘，或许会生出丝丝的愁怅。

生命需要用真心演绎，需要尽全力走好每一步，需要用心呵斥，那生命的道路就是美的极致，每朵花都有其独特的色彩，每颗星都有其光芒的璀璨，每缕清风都会送来凉爽，每滴甘露都会滋润原野，都会留下不朽的诗篇。

生命是一个旅程，如果能够乘兴而行，不管路途多么遥远，都是幸福而饶有风味的。

如果能够体会乘兴而行是一种奔放的生活情趣，那么尽兴而归即体现了果敢、利落、勇于放弃的生活态度，蕴着处世济身的大智慧。

生命是短暂的、无常的，没有一个人敢保证自己能够活到明天，所以每个人都应该学会珍惜，学会充分利用生命的价值。

如果有一天，清晨起来，你突然想到泰山顶上看日出，沿着石阶走了很多层，清脆的鸟鸣和清新的空气已足以让你惬意万分，那么，你尽可以将你的脚步打住。站在山腰看日出一点也不逊色，展现在你眼前的未尝不会是一道绝美的风景。你没有必要将自己搞得太累，太牵强，你要做的是唱着歌下来，悠然地走好下山的路。

我们是生命的过客，辽远的天空留不下飞过的迹痕，带走的不过是些微的记忆。当我们停留在生命的指针重合的那一瞬，这些微的记忆将带我们回到降生的瞬间，夕阳的迷雾仍在搂抱着眷恋。

生命会前行在历史的脉络上，沿途拾起一枝一叶，留待回忆，



世界的存在会清晰而具体；生命会走进时间的大门，让夕阳给出记忆的钥匙。那捆记忆的柴火那么静静地躺在地上，等生命去抽取沿途拾来的枝枝叶叶，在夕阳的指尖静静回忆。

追寻你的梦想，去你想去的地方，做一个你想做的人，因为生命只有一次，亦只得一次机会去做你所想做的事。

感受生命，珍爱生命，生命之花盛放出永不凋谢的花朵！

## 热爱生活演讲稿分钟篇七

我们生活在一个和谐的社会里珍爱生命演讲稿，我们身边存在着许多和谐的事物。古人云：“和者，和睦也，有和衷共济之意；谐者，相合也，强调顺和、协调，力避抵触、冲突。琴瑟和鸣，黄钟大吕，这是艺术的和谐；和风细雨，桃红柳绿，这是自然的和谐。”山与水的和谐；小草和鲜花的和谐；白天和夜晚的和谐；一年四季的和谐变换。

所以说我们生活在一个和谐发展的世界上。但是在这个和谐的世界里也存在着很多不和谐的事情：

人类的滥砍伐树木而导致的森林破坏，水土流失，沙漠面积不断扩大。人类因吃野生动物导致奇怪疾病的出现，传播，扩散。人类放肆的虐杀野生动物，只是为了得到它们的毛皮做大衣，拿它们的内脏作药引……这一件件不和谐事实摆在我们的面前，我们还有什么可以辩解的。

也许发生在我们身边的“非典”就是最显而易见的例子了。“非典”的硝烟虽已渐渐散去，但它带给我们的记忆却是深刻的，它带给我们的思考更是长久的。

因为导致“非典”的冠状病毒最早就是在动物身上发现的。尤其引人注意的是：“非典”的第一例患者就是一家野味餐

馆的厨师。因此世界卫生组织有专家认为sars病毒与野生动物有着密切的关系。不管这种说法是否得到确认，但它还是带给了我们深深的思考：人类破坏自然的现象愈演愈烈，侵入野生动物领地，使得它们无“家”可归；大量进食野生动物身上才有的病毒出现在人类的身上。

但是大多数人类并没有失去本性——善良。

他们用自己的真心去和自然沟通，他们善待动物，爱护自然。当然它们也会给人类带来快乐，欢喜，甚至在危难的时候救你于水火之中，不要不信一下就有真实的例子：故事发生在一九九三年六月二十九日。夜晚的暴雨驱走了白天赤日的酷热，把人们带进了甜蜜的梦乡。三十日凌晨三点半，安徽歙县李安清一家也同千家万户一样，仍在酣睡，谁也没有料到一场横祸将至。

这时，家养的小花猫跳到床上，一反常态，对李安清乱抓。李安清被搅醒，一怒之下，将猫摔在地下。不料小猫再次上床来，一爪紧抓床沿，一爪抓住了李安清的大腿，把皮肤都划开了，似乎非把人弄起床不可。李痛不过，以为猫将临产，便起身把猫捧进篓筐，谁知，小猫一下蹦了出来，直窜楼下，径直到李母洪银香房间，对其乱抓。

这位七十岁的老人忍受不了，怒骂了一句。这时，似乎有什么响声，李母以为猫把房间内器具碰倒，立即开灯起床。她估计是猫饿了，便动身到厨房取猫食。刚迈出房门，猛然屋后一阵巨响，山坡上一块几十吨重的巨石塌了下来，连山上土方一起，把李家二层楼房的后墙自上而下整个击毁。

李母的住房顿成废墟，当时她就吓瘫在地。等一家人清醒过来，明白是怎么回事的时候，他们无不感激地说：“是小猫咪救了我们！”像这类动物救人的事件还有很多，因为动物是人类的朋友。也许这才是真正我们要努力创造的和谐的社会吧！

美国本没有麻雀，农作物常受虫害，为维持生态平衡，他们从欧洲引进麻雀，终于控制了虫害，人们为感谢麻雀，在波士顿建立了一座“麻雀纪念馆”。

德国、法国等国家已经把爱护和尊重动物写进了宪法。我国也有热心环保的人士呼吁为保护动物立法(不仅仅只对珍稀动物);生态学家、伦理学家也在思考怎样重建人与自然自己的联盟——这不仅仅是学者的话题，也正成为大众的自觉。人与自然、人与环境、人与生物之间关系的人性化、和谐化、善良化，不仅仅会改善和优化人的生存环境，而且也净化和美化了人的心灵。

自然和整个生命界，都会因为得到了人的尊重而加倍地回报人类。大自然是善解人意的，人类，作为大自然中的一员，作为生物链中不可缺少的一环，是不是也应该善解天(自然)意呢?因为保护自然，就是保护我们自己;珍爱我们的生命，必须学会与自然和谐相处。

天空的和谐，是穿一身蓝;森林的和谐，是披一身绿;阳光的和谐，如钻石般耀眼;落日的和谐，留下了最后的美丽。

让我们珍爱生命，和谐相处，努力创造一个和谐，和平，和睦的美好家园吧!

借用了别人的文章，不知道你找到更好的了吗?谢谢的话，不用说，帮到才是最重要的哦，

让我们努力创造一个和谐，和平，和睦的美好家园吧!。

## 热爱生活演讲稿分钟篇八

尊敬的老师、亲爱的同学们:

大家好!今天我演讲的题目是《珍爱生命，安全第一》。

激情五月、阳光灿烂，生命灿如夏花!我们歌颂生命，因为生命是宝贵的，它属于我们每个人只有一次；“生命”是一个多么鲜活的词语；“安全”，一个多么古老的话题;然而，面对生活、学习中可能存在的隐患和潜在的意外，您是否做好准备加以防范?同学们，你知道吗?在全国各类安全事故中，学校安全事故所占的比重很大。我国每年约有1.6万名中小学生非正常死亡：中小学生因安全事故、食物中毒、溺水、自杀等死亡的，平均每天有40多人，就是说几乎每天有一个班的学生在“消失”。所以说在“安全”这个严肃的问题上，来不得半点马虎与侥幸，我们必须防范在先，警惕在前，努力做到“我要安全，我懂安全，事事安全，人人安全”，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。为了让学校安全的警钟长鸣，为了我们能有一个舒心、优雅、文明的学习环境，我向大家发出以下倡议：

一、加强宣传教育。各班级认真组织开展安全教育主题班会，提高我们的安全、文明意识，要时时想安全，事事讲安全，树立自我安全意识，让安全走进我们的生活。

二、提高个人思想素质。团结同学，和同学和睦相处，善于化解同学之间的矛盾。不因小事和同学争吵，不打架斗殴，不在在校园内外发生暴力行为，争做文明学生。

三、关注课间安全。请同学们在课间不做剧烈的活动，不追逐嬉戏，不打闹，不攀高，不拥挤，不抢道，避免发生各种伤害事故;上下楼梯靠右走，做到“右行礼让”;不在教学楼内走廊打球、踢球。

四、遵守交通规则和交通秩序。过马路要走人行横道，做到“红灯停、绿灯行，黄灯等一等”;来校、回家做到文明走路。

五、讲究饮食卫生，养成良好习惯。拒绝三无食品，不吃腐烂变质食品，不随意吃外卖，不吃零食，不喝生水，不偏食，

不暴食暴饮;不随地吐痰，不乱扔果皮纸屑。

六、 强化消防安全意识学会自护自救，提高防御能力。不吸烟、不玩火，不焚烧废弃物;不随意触摸各种电器。

七、认真对待防震演习，不断增强避险意识和提高自救逃生技能。

八、 加强自我防范意识。注意公共场所的人身和财产安全，上学放学不要独行，要走大路，最好由家长接送，或者和同学们结伴而行。如果遇到坏人坏事要冷静、机智，要敢于见义勇为又要量力而行，要敢于及时拨打110报警。

九、 认真学习，珍惜时光。远离网吧，远离台球室，远离游戏厅，不吸烟，不喝酒，不赌博，不结伙，不同社会闲杂人员交往。

同学们，为了大家都能健康快乐地成长，让我们携起手来，从现在做起，从自我做起，从点滴做起，严格要求自己，改正不良行为，共同维护好我们的校园环境，为构建和谐校园贡献自己的一分力量!让每一朵生命之花多彩绽放!谢谢大家!

## 热爱生活演讲稿分钟篇九

老师，亲爱的同学们：

早上好!

今天我演讲的题目是《热爱生活，珍爱生命》。

我想大家看到这个题目的时候，肯定会想到生命如灯、说灭就灭。我早上打开手机看到短信，说是小叔过世了，看到这几个字后，由震惊到哀伤，然后是久久不能平静。

接了杯热水，不小心洒到了手上，我想或许喝杯热的，心会暖一点吧，即使是在炙热如火的初伏天。想想小叔，我首先想到的是他的年纪，今年多大？也就是40出头吧，三天前听家里说他身体不适，在重症监护室，一个星期前，能说能笑能蹦跶，我问家里是什么病症如此突然，让一向充满活力的小叔悄然离逝，说是之前无症状，可能只是感冒引起的肺部感染，身体不适去检查的时候已需切掉两个肺，听到这里我黯然了。

生命、从自己的哭声中得到新生，在亲人的哭声中结束，对于未完成的梦，没有下一世。

很多时候，我们看到一些标语上醒目的写着：珍爱生命、热爱生活。面对这些，或许我们更多的是一笑而过，只有在经历些什么的时候，麻木的心灵才有一丝颤栗，才知道生命可贵。

年轻的我们把有限的青春和无限的激情留在了工地，留在了江南水乡、留在了塞外边疆，留给了初日夕阳，却唯独没有留给我们的亲人、朋友们，我们一直觉得来日方长，现实却告诉我们，来日并不长，对于很多人，你见一面就少一面，甚至是最后一面。

在遥远的塞外，我有一颗急骋回家的心，却又有一份肩负马路局的情，愿逝者安息、生者坚强，天堂里没有疾病、没有忧伤！

## **热爱生活演讲稿分钟篇十**

敬爱的老师，亲爱的同学们：

早上好，我是七(2)班的学生：

今天我国旗下讲话的题目是：珍爱生命远离网

互联网的诞生离我们并不遥远，网络已不知不觉地进入了我们的生活。网吧也和互联网一起，如雨后春笋般扎根在城市和乡村的各个角落。崭新的机器、快捷的网速、丰富的信息、虚拟的世界，无不吸引着一颗颗年轻的心。

网络是一把双刃剑，一边是浩如烟海的。知识，一边是危及青少年健康成长的不良信息；一边是父母和老师的殷切期盼，一边又是网络游戏的诱惑。因为不能正确地使用网络，多少人的前程甚至是生命都葬送在网络中。

一个大学生，在学校准备送他读研之际，迷恋上了上网，学习成绩一落千丈，为了摆脱父母的监视，一次在与母亲纠缠中，他失手将母亲推倒。当他看到母亲脑后流出的鲜血时，才清醒过来，虽然他一遍遍地喊着“妈妈……”，可他看到的却只有母亲紧闭的双眼和渐渐流满他双手的鲜血。是什么让他在不经意间失去了至亲至爱的人呢？又是什么，让他从一个众人羡慕的大学生变成一个杀人凶手？归根结底，都是网络的危害！

一颗颗纯洁的心灵被吞噬，一个个年轻的生命被扼杀。亲爱的同学们，让我们从网络的虚拟世界中解脱出来吧，最宝贵的时间正从你点击鼠标、轻敲键盘的手指间悄悄溜走，无法挽回。面对着一个个真实而又悲惨的故事，面对着一句句令人心痛的呼唤，亲爱的朋友们，让我们加强自控能力，抵制不良诱惑，远离网瘾。

让我们庄严承诺：

- 1、拒绝网吧。严格遵守《中学生日常行为规范》的有关规定，不浏览、不制作、不传播不良信息，不进入营业性网吧。
- 2、积极利用好校园网络或家庭网络，文明上网。
- 3、自我约束，互相监督，帮助和劝说同学远离网吧。

4、树立崇高理想，增强学习进取心，积极参加健康有益的文化体育活动，努力学习科学文化知识，增强抵制网吧诱惑的毅力。

亲爱的同学们，我们年少，有理想、有抱负；我们胸怀大志，有热情，有勇气。让我们携起手来，从我做起，从现在做起，远离网吧，远离网害，热爱生活，珍爱幸福，拥抱未来，共创一片净土蓝天！