

2023年土地荒漠化演讲稿(通用6篇)

演讲比朗诵更自然，更自由，可以随着讲稿的内容而变化站位。一般说来，不要在演讲人前边安放讲桌，顶多安一个话筒，以增加音量和效果。那么演讲稿怎么写才恰当呢？下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

土地荒漠化演讲稿篇一

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家早上好！

今天我在国旗下讲话的题目是XXXX□XXXX□

众所周知，眼睛是我们心灵的窗户，能够帮助我们认识世界，学习知识。但是如果我们近视了，那么看东西将是模糊的，而且如果高度近视将有可能导致失明，那时我们的眼前将是一片黑暗。据相关部门统计，我国高中学生近视率已达x%□初中已达x%□小学高年级近视率有的高达x%□在众多的近视患者中，除少部分是遗传因素引起的，大部分是后天用眼不当造成的。不良用眼习惯是青少年形成近视眼的罪魁祸首，主要原因是读写姿势不正确，长时间看电视、上网，在室内玩小玩具，缺少室外活动。要想拥有一双明亮的眼睛，我希望同学们从以下几点开始做起：

眼球发育需要充分、全面的营养。蛋白质或维生素的缺乏都会成为近视的诱因。为保证眼球的正常发育，平时要平衡饮食，合理营养。少吃糖果和高糖食品，多吃富含维生素的新鲜蔬菜、水果、动物肝脏以及富含高蛋白的鱼、肉、奶等。

最理想的光源为自然光源，光线好的时候，我们尽量不要开灯。开灯时要把室内顶灯和台灯同时打开，台灯要用25瓦白

炽灯。

读写姿势要端正。眼离书本1尺，笔尖与手指距离一寸，胸距离桌子约一拳，这个距离符合眼的调节生理机能，能减轻眼睛的疲劳。

要保持良好的读写姿势，还要注意：不要在直射阳光或暗弱光线下读书、写字；不要躺在床上或趴在桌上看书；不要边走边看书，更不要在晃动的车厢里看书。

看电视要有节制，距离要适当，和电视的距离为3米以外。使用电脑的距离保持在50—70cm左右，看电视、用电脑的持续时间不要超过半个小时。

积极参加户外活动，经常眺望远方，放松眼睛，如可以眺望远处的树木或建筑物，也可以在夜晚辨认那满天的星斗。

坚持做好眼保健操能够消除疲劳，增强眼部血液循环，放松眼肌，对近视的防治有积极的作用。

我相信每个人对这个世界都存在一定的兴趣和热情，那就让我们行动起来，保护视力、远离近视！让我们的每一天都在光明和和谐中完美的上演！

土地荒漠化演讲稿篇二

尊敬的老师、亲爱的同学们：

今天我演讲的题目是《创建卫生城市、营造美好家园》 目前徐州头等大事就属“创建国家卫生城市”活动了，在全市积极开展创卫活动的同时，我们要争做创建卫生城市活动的宣传先锋。让我们充分发挥聪明才智，积极行动起来，共同关心创卫，支持创卫，参与创卫；用自己的双手创造洁净优美的徐州，用自己的行动支持创卫活动。

“城市是我家，美化靠大家”，因此，我们要自觉加强道德修养，争做讲文明，树新风的表率。在学校，要爱护公物，为美化校园尽自己的一份力量；在社会，管好自己的手，不乱贴乱画，不乱扔垃圾，不破坏公共设施；管好自己的嘴，不讲粗话脏话，不随地吐痰；积极参加社会公益活动。

同学们，我们要大力弘扬“奉献、友爱、互助、进步”的志愿者精神，开展“美我城市，洁我家园”的行动。要深入社区、街头、楼道，积极清除各种影响公共卫生的垃圾、杂物。要提高卫生意识，倡导卫生、健康的生活方式，从我做起，从身边的点滴小事做起，养成维护卫生环境的良好习惯。

同学们，让我们爱护家乡的山山水水，呵护家乡的一草一木；要积极开展生态环境监护，传播环保理念，用心灵和双手做绿色的捍卫者、环保的倡导者，把徐州建设得天更蓝、水更清、城更靓。

谢谢大家！

土地荒漠化演讲稿篇三

亲爱的老师们、同学们：

我今天演讲的主题是《爱校如家，保护公物》。

爱校如家，三十六笔，说起来容易，写起来也容易，可想起来不容易，做起来更不容易。我不是希特勒，没有他的煽动情怀，但我想借这个机会分享一点想法。

第一天第一次第一刻跨进hl的第一感觉，是hl的楼好矮啊……还有就是，路两边木叶萧萧，傍着浅黄色的墙面，风过也，挺有感觉的。说实话，当时怀揣一种前途未卜之感。可是我很努力地说服自己□hl如果有什么不好，只是太年轻。我曾和我弟开玩笑说：“你什么都可能超过我，但是有一样你永远

超不过我，你永远都比我小两岁”。抛开物理、地理等等，我的认知是：时差是永远不能赶超，时间里的事物弥为珍贵，每一点都那么得难。

有时候，听到学校领导在说学校的成就，下面就有一些同学发生不屑的声音。上周的《hl风》人手一份的时候，就有到一句“真做作”从耳边飘过。这不能算是爱校吧，爱校如家就更谈不上。记得中考后有一段时间在网上看信息，鬼使神差就进了莞中吧，就看到东华、莞中（我们市两重点高中呵呵）两大阵营对垒……所谓无硝烟的战争。其实还看到了一些不屑于hl的字句，里面过份夸大的成分，很是气愤。

“既来之，则安之”，是我告勉自己的。如果不能改变外界，就改变自己的想法吧。就像我一个朋友喜欢说的，她是乐天派。这是我第一次听到乐天二字，觉得这个词很有意思。如果整天将目光的焦点聚焦在学校如何如何之上，恐怕神经经不起考验，丢了好心情，真是大亏本啊，划不来。如果心理上不能解放自己，就不能做更多自己想做的事了。换一种想法，换一个世界。

保护公物是社会公德的体现。古语道：“人无德不立，国无德不兴”。公物是大家共有的，谁都有权利使用，但谁都没有权利去破坏。其实保护公物很容易做到的，公物是物，你执行自己应有的举动之后，别买一送一就可以了。很抽象？不怕，很好理解。比方说，你丢完垃圾别更揣上一脚就可以了。

我的致词完毕，谢谢大家。

土地荒漠化演讲稿篇四

老师们，同学们：

早上好！当我们抬起头注视着鲜艳的`五星红旗冉冉升起时，

你们 有没有想过：是什么让我们看到了这激动人心的情景？
对，是我们的 眼睛！

眼睛是心灵的窗户，拥有一双明亮的眼睛是一件多么幸福的事情。我们每个人小时候都拥有一双明亮的眼睛，拥有过夏夜繁星闪烁的天空。可是渐渐地，由于读写姿势不当，打游戏过多，用眼过度，许多人的视力不断地下降，蓝天不再明净，繁星变得一片朦胧。看看，我就是这样一个例子。我想，大家一定不愿眼镜带来的不便伴随自己一生吧！

6月6日是世界爱眼日，就是要我们每时每刻都应牢记保护眼睛。有资料显示，我国眼睛不好的人数居然仅次于世界第一的日本，因此也被称为“中国眼”。我国的盲人达到了500万，占全世界盲人总数的18%；而且每年约有45万人失明，这意味着几乎每分钟就会出现一例新的盲人。我国的近视率达到了1000万。保护视力刻不容缓，为此，我呼吁：为了你能继续拥有一双明亮的眼睛，为了你能拥有更明净的天空，每一位同学都要把保护眼睛的信念牢记心中，都要把爱护眼睛的要求落实到自己的日常行为中。为此，我建议大家作到如下几点：

- 1、始终保持教室内充足的光线，光线不足时要及时开灯。
- 2、看电视和操作电脑时，要保持一定用眼距离和坐姿的端正。眼保健操要正确到位。
- 3、养成良好的读书写字习惯，读写姿势要端正，背部要伸直，颈部保持直立，做到“三个一”，也就是眼睛离书本一尺，手指距笔尖一寸，胸脯与桌子隔一拳。不正确的握笔姿势和不良的读书习惯要随时纠正。走路和乘车时也不要看书，不要躺着看书，不在光线过强或过暗的地方看书。
- 4、保证充足的睡眠。充足的睡眠是消除疲劳，恢复学习能力的重要原因，也是保持身体健康的主要因素。

5、多做户外运动，经常远眺，使眼睛得到休息，调节视力，解除疲劳。

6、不偏食，多吃奶制品、鱼蛋、肉等，少吃糖果和含糖高的食品，合理的安排我们的饮食结构，从饮食中获取充分的营养物质。多吃蔬菜，尤其是胡萝卜等含多种维生素的食品。

做到以上6点并不难，只要同学们自觉执行，只要老师们随时提醒，及时纠正，我相信，同学们一定会拥有一双更清澈、更明亮的眼睛，一定会拥有一片更广阔、更明净的天空！

土地荒漠化演讲稿篇五

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家早上好！今天我演讲的题目是《爱护公物，你我的责任》。

行为与我们美丽的校园是多么的不协调。

如刻在你自己脸上的刀痕一样难受吗？爱护公物其实并不是一件很难做到的事情，只要同学们从小事做起，从身边做起，就一定能够改掉不良习惯，成为一名公物环境的保护者而不是破坏者。

在此，向大家发出如下倡议：

爱护公物从我做起，挪动桌椅小心翼翼；开门开窗轻手轻脚；

爱护公物从小事做起，不要在洁白的墙上蹬踏留迹；不要让电灯开关面目全非；

爱护公物从身边做起，随手关灯节约每一度电；关好水龙头，节约每一滴水；

同学们, 让我们携起手来, 杜绝损坏公物破坏环境行为。把美的外在形象与良好的德行结合起来, 做一个文明、有修养的学生。让我们一起用今天的努力来创造我们校园美好的明天。

土地荒漠化演讲稿篇六

老师们, 同学们:

早上好!

我今天国旗下讲话的题目是《认识校园, 爱护校园》。

同学们, 你们知道上个星期我们的校园里发生了什么变化吗就是校园里的好多植物都挂上了牌子。你从《还珠格格》电视剧里知道的紫薇的名字, 你认识生活中的紫薇树吗你大概听过一首歌《丁香花》, 你认识校园里的丁香花吗你知道“合欢”这个名字很好听, 那你见到校园里的“合欢树”了吗其实, 我们认识生活, 就是从认识身边的人, 事, 物开始的。

我这里讲一个班级孩子的故事: 他们看到校园里有一丛蔷薇, 他们想蔷薇作些研究, 于是他们就分组合作。有的小组去搜集介绍蔷薇生活习性的资料。比如它是喜阳还是喜阴, 它什么时候开花, 花期有多长有的小组去搜集描写蔷薇的文章。比如: 散文, 诗歌。有的小组给蔷薇花自己去写诗赞美它。有的小组画蔷薇的画, 有素描, 有水粉。有的小组在音乐老师的帮助下, 还谱了一首关于蔷薇的歌。后来在老师的帮助下, 他们出版了一本关于蔷薇的书——《蔷薇集》。真了不起啊! 这是多么好的学习啊! 他们从小做研究, 长大了他们会做科学家做的事情了。所以, 我建议:

- 1、各班可以认识一些花草树木（在自己的保干区内）。
- 2、对这些花木作些研究。

3、当然，最基础的是保护花草树木，包括保护那些树木上的牌子。

同学们，认识校园，爱护校园从我做起，让我们做一个生活的有心人。和着徐徐春风，我们真心地祝愿：同学们迎着春风，在阳光下笑，在春雨里长，一节，一节，又一节，向上，向上，再向上。