

保护土地的演讲稿两分钟 爱护眼睛演讲稿 (大全9篇)

要写好演讲稿，首先必须要了解听众对象，了解他们的心理、愿望和要求是什么，使演讲有针对性，能解决实际问题。大家想知道怎么样才能写得一篇好的演讲稿吗？那么下面我就给大家讲一讲演讲稿怎么写才比较好，我们一起来看看吧。

保护土地的演讲稿两分钟篇一

大家好！

非常荣幸能在台上给大家带来这次的演讲，今天，我给大家带来的演讲题目是——爱护眼睛预防近视！

说到眼睛，我相信大家都非常的清楚。眼睛是我们心灵的窗户，是我们视觉的来源！我们需要靠它，才能看到祖国壮丽的山河，此能欣赏的美丽的景色！更是因为有了眼睛，我们才能更加方便的学习和生活！这就是我们的眼睛，他们无比的重要，同时又非常的脆弱，如果我们不去爱护和保护它，就可能再看不到眼前这座美丽的校园！

但保护的眼睛可不仅仅只是，不去碰，不去揉这样的简单。我们的身体十分的精密，就像是一个由各种零件组成的机器！在我们的身上，各个部件都在发挥着自己的作用，让我们能在日常生活中健康顺利的生活。

但与我们越用越灵活的大脑不同，眼睛作为接受外来信息的器官，其实非常容易受到外界的影响！光线强了，我们会觉得刺眼，光线暗了，我们又会看不清东西，但无论是过强还是过暗的光线，对我们的眼睛而言都会造成非常严重的伤害！不仅会降低我们的视力，损害我们的健康，到最后，还有可能会变成近视眼，那就必须要佩戴眼睛的情况下才能看清楚

的眼前的东西。这也会给我们的生活带来非常多的麻烦。

其实，我们身边已经有不少的患了近视的同学，虽然有些同学也是因为天生的缘故导致的近视，但也有很大一部分同是因为后期在个人生活与学习上的用眼不当，过度用眼导致了近视！这是非常不应该的。

同学们，让我们好好回顾一下，看看自己在学习和生活之中，是否有因为错误的习惯，损伤了自己的眼睛，降低了自己的视力？尤其是喜欢看电视和玩电脑的同学，你们更需要注意对自己眼睛的保护！

眼睛是我们基本生活中必不可少的器官，我们出生至今，几乎什么事情都喜欢先靠眼睛去判断。如今，如果说在你眼前蒙上一块薄纱，让你能看见前方，却看不清是什么。而且无论什么时候，眼前都是这样，这样的生活，各位愿意吗？当然，也有同学说：“那我可以戴眼镜啊！”是啊，眼镜确实是我们发明出来解决的近视问题的工具。但是这样，就真的会方便起来吗？大家不妨在之后问问自己戴眼镜的朋友，再他们戴眼镜的过程中，是否有遇上，吃饭的时候起雾、早上起来找不到眼镜……等情况，有些的时候，在寒冷的冬天里，稍微一呼气，眼镜就被雾给遮住了。近视，会给我们的生活带来很多的麻烦，就算能戴眼镜，但日常也免不了很多的麻烦。为此，我们更要认真的保护自己的视力，保护自己的眼睛！即使已经近视，也不能再加深！让我们用清澈的眼睛，去面对更加美丽的明天吧！

谢谢大家！

保护土地的演讲稿两分钟篇二

大家好！

我的朋友，当你遭受“白天的孤独”和“晚上的孤独”时，

当你陷入挫折和挫折时，当你沮丧到痛苦不堪时，那就去大自然吧！拥抱蓝天绿水，亲吻泥土的芬芳，坐在静谧的森林里，躺在绿草中，看着地上蚂蚁不知疲倦的忙碌，都可以逐渐让你的心灵平静下来，安慰你。在自然的真善美中，你会体会到，你有年轻的生命，有长久的生命，会激励你用丰富的知识和强大的毅力去开拓更美好的世界。

今天我演讲的题目是：做环保使者，建设绿色和谐的学校家园。

翻着历史的画卷，追溯吴忠的身世，从古陵州的沧桑到现在的滨江回乡，从荒凉的边疆到富饶的鱼米之乡，哺育了多少代人的心血和汗水。如今，吴中已经告别了贫穷和荒凉，成为江南一颗璀璨的明珠。随着旧城改造、新城扩建、高楼林立、道路畅通，吴中正以年轻的姿态融入了改革开放的宽阔大道。

走进七月，走进吴中街，绿意盎然，笑语盈盈，车水马龙，商业活跃，道路宽阔。

走进七月，走进城郊村道，四周绿柳绿大门，牛羊满堂，车水马龙如麦浪，步履轻松。我们的农村变了。

面对如此美妙的风景，如何才能不心旷神怡？我很自豪。我是吴中人。但是，在骄傲的同时，往往也有不和谐的动作。

请看这样一组镜头：在美丽的圣元广场，鲜花争艳；干净整洁的地面上，散落着大大小小的饮料瓶和形状各异的人嚼过的口香糖。他们躺在地上，与美丽的花朵形成鲜明的对比，给美丽的公园写下了不和谐的音符。

公交站牌上贴虚假广告，黑暗的马路上写手机号，严重影响市容。

我是一个20岁的女孩。从我所听到和听到的，我深深地意识到环保是当务之急。

“50年代淘米洗菜，60年代洗水灌溉，70年代水质恶化”这首顺口溜真实地描述了70年代经济发展过程中忽视环境保护的后果。很难想象如果没有30年来在环保方面的持续努力，我们今天会生活在一个什么样的环境中。在古代，有些人担心天会塌下来。虽然这在当时被人们说服，被后人嘲讽，甚至形成了“忧天不愁人”的成语，但我认为忧人反映了我们民族最早的忧患意识。

优美和谐的自然环境，必然为我们带来身心的愉悦和无限的乐趣。“明月松间照，清泉石上流”，让我们感受清幽；“大漠孤烟直，长河落日圆”，让我们触摸壮丽；夜晚，清数广宇闪烁星辰；雨天，让雨点亲吻面颊；问候晨曦“你好”，道别月色“晚安”。

无意中，我读到这样一句话：以生命的名义，我承诺，爱惜天空，大地和生灵。选择绿色的生活方式，杜绝破坏环境的不文明行为。心里深深地感动，我对自己说：我爱，我承诺！我是文明的使者，我要做和谐家园的主人。

保护土地的演讲稿两分钟篇三

咱们好！

这天我演讲的标题是“爱护公物，从我做起”。

还记得上星期校园总务处跟学生处共同发了一个《关于卫生间冲水阀屡遭损坏现象的通报》吗？教学楼女厕阀门接连损坏，厕所漏水、溢水、满水。经查验，均为人为踹坏。

在那里，我想对那一部分有过此类行为的同学甚至老师说一句：这种不良行为体现出的不是您爱卫生的习气，体现的是

您道德行为习气恶劣，素质的低下！校园的教育理念是：教育就是培育习气，教育就是带给效劳。咱们培育的是杰出的生活习气，咱们带给的是人文合理的效劳，而不是漫无休止的围绕坏习气带来的系列效劳。

即日起，校园也将组织人员巡查，一经发现用脚踹阀门的学生，将对其作出严肃的校纪校规处理，包含经济赔偿。

因而我在那里向咱们提出倡议：爱护公物，从我做起，然后应该从身边做起，让美丽的世界在咱们每个人的精心呵护下变得愈加灿烂吧！谢谢咱们！

保护土地的演讲稿两分钟篇四

大家好！

我们应该美化我们的地球，植树造林，减少土地荒漠化，退耕还林。减水土流失；用固硫煤，减少酸雨对人们的影响。也可以减少二氧化碳的产生导致温室效应；这些都是国家提倡的。都是我们的义务，我们应该坚决完成，使我们的生活环境更加美好，更清晰，因为这些都是应该做的，都是环保的，都是我们环保小卫士应该做的。

我国的环境问题还有土地盐碱化，在天然气、石油开采过程中，由于泄漏还会直接造成空气污染、水污染等。在生产中造成污染最为严重，因为在生产利用了化石燃料导致了四个对环境的影响。1、燃烧时燃料中碳转变为二氧化碳进入大气，使大气中二氧化碳浓度增大，从而导致温室效应，改变了全球的气候，危害生态平衡。2、煤和石油中往往含有硫，在燃烧时，绝大部分转变成二氧化硫随烟排到空气中，在一定条件下形成酸雨。3、化石燃料燃烧时产生的各种粉末，以及各种有害气体，悬浮在空气中，造成环境质量下降，危害人体健康。4、燃烧在利用过程中有大量余热排出，从而提高周围环境的温度，产生热污染。因此我国提倡“清洁能源开发和

节能减排，减少环境污染与资源浪费。我们应该保护环境，保持生态平衡，使地球成为洁净的行星。5、美丽的春天来到了，河提上是一片新绿。星期六的下午，我和小伙伴约好一起去公园放风筝。来到了公园，我们一下都惊呆了，那里到处是垃圾，饮料瓶、烟头、香蕉皮……花丛里，草地上挂满了红的、黑的、白的……各种各样的饮料袋，好像争奇斗艳的鲜花在盛开。碧绿的河面上漂浮着塑料袋、饭盒、饮料瓶……欢乐的鱼儿一下子不见了踪影。

看着公园到处是垃圾，一片狼藉我们的心情能好吗？这到处是垃圾，还是我们游玩的地方吗？简直就是垃圾场，我和小伙伴们商量要把公园打扫的干干净净，我们也要为环保出一份力，让人们来到这里有个好心情，愉快的在公园游玩、休息。我们纷纷回家带来扫地的工具，就热火朝天的干了起来。

一个小时过去了，两个小时也过去了……夕阳西下，公园渐渐地呈现新面貌，干净的地面，整洁的草地，一尘不染的坐椅。潺潺的流水唱着欢乐的歌，哗啦啦的向东流，水中的鱼儿自由自在的游着，好不快活！几棵柳树正在河边梳洗长长的秀发，那柳枝纤细而柔软，像瀑布一泻而下，在微风的吹拂中摆腰肢。这时候我们个个像个花脸猫累的东倒西歪，仿佛像一片片柳叶，和柳枝一起荡秋千。

好高兴呀！我和环保有个约会，做一名环保卫士，为环保出一份力。

地球，是一个晶莹的球体，我们美丽的家园。她是生命的摇篮，人类的母亲。我生活在绍兴，这个充满文化气息，蕴含无数文化的古城。蓝蓝的天，洁白的云，本来是这个古城的蓝天主要的色调。但是，自行环境遭受到破坏，天空便是灰蒙蒙的，很难呼吸到新鲜的空气。

当我走到鲜花盛开，绿草如茵的小路旁，闻到一股扑鼻而来的臭气；当我经过一条小河，亲眼目睹捣衣大婶把一脸盆脏

水倒入小河时……美好的环境就离我而去，眼前是一幅幅破坏环境的恶心画面。

人们越来越不注重生态环境变化，地球是我们的母亲，我们只有一个地球，一个母亲。我们不能随意破坏环境，破坏地球只会让我们失去美好的家园。

这些本来是人类所为，可我们却还抱怨其他。当我们走过小河，会情不自禁地捏着鼻子，抱怨河水臭气熏天；当我们经过一块草坪，也会捏着鼻子，抱怨小草太脏太臭。可是谁想过，这是人类自食其果！

地球和人类是互相通灵的，你怎么样对待她，她就怎样对待你。让我们呼吁：保护地球环境建设美好家园！

保护土地的演讲稿两分钟篇五

大家好！

今日我演讲的题目是《爱护公物从我做起》。

首先，我给大家讲一个故事。在我国xx省有一所xx小学，学校不大，仅有xx张课桌，令人称奇的是这xx张课桌，居然是194xx年新中国成立那一年做的，历经了xx多年的沧桑，他们却依然完好无损。在xx小学，每个学生都有爱护公物的良好品德。一个边远地区的小学，同学们却有这样的思想境界真是让人敬佩。再想想我们自我，作为一名中学生，我们是如何做的呢？不明白你们是否看到墙上的斑斑污迹；桌椅上的信手涂鸦；破碎的开关；厕所便池里堵塞的水瓶；水池边断裂的墩布杆；还有那人走屋空还在亮着的电灯，旋转的电扇，在风中来回开关撞得砰砰作响的门窗……大家有没有想过，不管你是有意还是无意，这些行为都对公物造成了损坏，也给其他同学的学习和生活带来了不必要的麻烦。我们有没有想过，如果厕所被堵的一天不能使用，漆黑的夜晚我们打

不开电灯，上课时自我的桌椅站立不稳，大家会怎样想。

每当看到这些不礼貌行为，你也许会皱着眉头嘟囔一句：缺德！是的，这些人所缺少的正是“公德心”，不讲社会公德，不遵规守纪。他们从来也不曾意识到原先自我也是这些公物的“主人”，不明白公物是大家公用的物品，每一个人都有爱护公物的义务。奉劝少数缺少公德心的同学，当你做了损坏公物的事不要再沾沾自喜了，因为你正在被千夫所指；当你不守规矩翻墙头，站在人家的小房顶上大声喧哗时，你正在被人家骂这些孩子没爹娘管教。“人无德不立，国无德不兴”。公民道德的好坏，体现着一个民族的精神状态，影响着一个人民族事业的兴衰。一个人的言行，往往表现出个人素质的高低，进而影响整个团体的总体素质状况。一个公民是否爱护公共设施，从小处讲能够反映出一个人道德素质的高低，一个学校校风的好坏；从大处讲也反映了一个国家礼貌程度及民族素质的高低。

爱护公物，从我做起。挪动桌椅，小心翼翼；爱护公物，从我做起。开门开窗，轻手轻脚；爱护公物，从我做起。花草树木，切勿攀折；爱护公物，从小事做起。不要在雪白的墙壁上蹬踏留痕；爱护公物，从小事做起。不要让电灯开关粉身碎骨；爱护公物，从小事做起。不要让扶手护栏身首异处；爱护公物，从身边做起。随手关灯，节俭每一度电；爱护公物，从身边做起。捡起地上的纸屑，坚持环境卫生。

其实，爱护公物其实不是一件很难做到的事情，只要同学们平时加强学习，端正态度，努力提高自我的品德修养，不断陶冶自我的情操，就必须能从心里明白，怎样做才是一个品德高尚的人，就能够改掉坏的、不良的习惯，成为一名公共环境的保护者而不是破坏者。

我相信：我们全校师生携起手来，全体动员，全员参与，以主人翁的姿态全员管理，杜绝损坏公物、破坏环境的行为。爱护公物从我做起，从小事做起，从身边做起，让十七中在

我们每个人的精心呵护下变得更加绚丽多姿，绽放出更加和煦动人的光辉！

多谢大家！

保护土地的演讲稿两分钟篇六

今天，妈妈带我去看了八卦田。只见各式各样的绿色刺激着我的眼球。青青的山，整齐的稻田、绿油油的青菜.....让人心旷神怡。

曾几时我们的`身边也是绿树成荫，百花齐放，现在呢，我们生活在一个美好的坏境中，却有许多不美好的事在我们身边围绕着。这几年来，在我们身边频频发生各种灾害：海啸、雾霾、地震、台风.....这些现象是为什么呢？我来为大家揭开谜底吧，因为人类过份开垦土地，过多砍伐树木，不断建造工厂，使土地越来越少，绿色越来越少。

那要如何防患于未然呢？我认为，首先要保护森林、保护耕地。有了森林，大大降低自然灾害，什么台风、什么地震都让它们见佛祖去。而且，我们吃的米，吃的菜、水果，都是要有地才种的出来。其次，规划建筑用地，现在很多工厂、别墅，都是空占土地造成浪费。要知道，还有很多人无家可归，没地方住。无法想象，再过若干年后，或许在世界末日没有来临之前，地球就会灭亡。

地球只有一个，让我们一起努力，保护土地，节约用地，相信明天的地球会更美好！

保护土地的演讲稿两分钟篇七

成都，这天府之国，有着“一座来了，就不想离开的城市”的美称。然而现在，雾霾正笼罩着这个城市，成都，变成了霾都，也背负了“来了，就回不去的”坏名声。

每天早上，我起床拉开窗帘，便是一片雾蒙蒙的黄色世界。整个世界像一个巨大的淡黄色调色盘。马路上行走的人们都戴着各种各样的防护面罩，个个看上去忧心忡忡、焦头烂额，像是正在经历一场生化战争。太阳，也像个生病的孩子，面露焦黄。

想当年，杜甫在草堂写下了“窗含西岭千秋雪，门泊东吴万里船”的千古名句。然而现在，别说西岭雪山，连近处的高楼都看不见了，只有黄橙橙的迷蒙一片。

雾霾的主要成分有二氧化硫、氮氧化物和可吸入颗粒物，最后一项是加重雾霾天气污染的罪魁祸首。我们一旦吸入就会血压增高，引起心脏病、肺病，乃至死亡。我们要减少雾霾天气应该这样做，尽量少开私家车，上学坐公共汽车、地铁或骑自行车，取暖不要用煤、木炭，不焚烧秸秆、垃圾。我们应当多种树减少土地的裸露面积，进而减少扬尘，净化空气。

雾霾正在对我们得意地大喊，颤抖吧人类，你们的每一次呼吸，我都在对你们的身体进行屠杀！我们应当拔出利剑，狠狠地刺向雾霾，大声对他吼道，你投降吧！雾霾，总有一天人类会打败你的！还人类蓝天白云，还我们自由的呼吸！

保护土地的演讲稿两分钟篇八

爱护公物是新中国公民应该具备的一种基本美德。公物，包括所有的公共设施，在社会主义国家，都是属于国家和集体的。它是人民辛勤劳动的成果和血汗的结晶。热爱公共财产是热爱社会主义的一项重要内容，是热爱祖国、热爱人民和保护社会主义制度的具体表现。

为了使社会主义的公共财产不受损害，我国宪法规定：社会主义公共财产神圣不可侵犯。爱护公共财产是公民应尽义务的重要内容之一，每个公民都有责任爱护和保护公共财产，

坚决同一切损害和侵犯公共财产的违法犯罪行为作斗争。

学校是一个大家庭，学校里的每一件物品都是公物。爱护公物要从每天的日常生活做起，从小事做起。同学们每天都接触的课桌椅就是公物，爱护公物就要爱惜课桌椅。

现在同学们的学习环境比起当年好十倍，从小学到中学用的全是现在这种新桌椅，但有个别同学并不懂得珍惜，喜欢在桌面上乱写乱画，甚至还用小刀刻上字，这是极不文明的行为。待你毕业离校后，这不文明的劣迹还会留下，当低年级的同学再使用这样的课桌时，将会留下很坏的影响，这实际上是一种耻辱，是不自爱的表现。

爱护公物，更要保护财物。现在我们的教室里都放有一些比较贵重的教学设施，所以教室的门窗一定在保证完好无缺，放学后要把门窗关好，以防设施被盗。

爱护公物不仅表现在校内，在校外也应自觉爱护公用设施、文物古迹。文物古迹是国之瑰宝，是中华民族几千年文明史的象征，是优秀文化遗产的重要组成部分。爱护文物是每个中学生应尽的社会责任，也是讲道德、讲文明，有修养的外在表现。

保护土地的演讲稿两分钟篇九

大家早上好！

1. 要养成良好的刷牙习惯。饭后用温开水漱口，早晚各刷牙一次。刷牙要注意正确的方法：顺着牙，竖着刷，刷完里面再刷外面。不可横向来回用力刷，否则会损伤牙龈。
2. 平时要注意牙齿卫生，保护好牙齿。平时要少吃糖果。尤其是临睡前不要吃糖，预防龋齿。此外，要注意平时的卫生习惯，不咬手指头，不咬铅笔头等异物，不用舌头舔牙齿。

3. 如果牙齿有病，应及时就医。遇有蛀牙坏牙，应予以修补或拔除。

要做到以上几点并不难，关键在于要持之以恒。愿同学们都拥有一副健康而美丽的牙齿。