

2023年手机利弊的演讲稿(通用7篇)

演讲稿首先必须开头要开门见山，既要一下子抓住听众又要提出你的观点，中间要用各种方法和所准备的材料说明、支持你的论点，感染听众，然后在结尾加强说明论点或得出结论，结束演讲。那么你知道演讲稿如何写吗？下面我给大家整理了一些演讲稿模板范文，希望能够帮助到大家。

手机利弊的演讲稿篇一

我们沉迷于此，无暇再去关注我们身边的那些美好。面对满天的星星，我们选择做低头族；为了不被潮流甩在身后，我们成为手机党。手机究竟是拉近了我们之间的距离，还是将我们隔绝在手机中的虚拟世界？这确实是值得我们静下心来好好思考的问题。手机带着方便联络的初衷进入我们的生活，可现在的我们却对身边熟识的人视而不见。

我们深陷其中，心甘情愿地跳入手机为我们挖的陷阱。回到家，父母笑脸相迎，我们却冷淡回应，心思几乎全部放在手机上面，“年味”不再像以前那么浓厚，春晚不再有以前的意义，似乎它的唯一看点便是网上的“吐槽”。家人间少了交流，有的父母只能在孩子发布在网上的“动态”中了解他的心情，这不禁让人感到可悲。假期里，好久不见的朋友难得相聚，却都在忙着低头玩手机，忙着刷空间、刷微博，平时网上聊天亲密无间，真正四目相对却无话可说，曾经的好友变得格外陌生。即使相对无言，分开时也不忘各自拍照，作为发朋友圈的资源，照片上的笑脸清晰可见，可朋友间的情谊却愈发模糊。

不禁想问一句，我们都怎么了？

是时候下决心了。放下手机，多和父母聊聊生活中的趣事，聊聊经历的那些酸甜苦辣；放下手机，真诚地给朋友一个大大

的拥抱，要知道友谊得来不易；放下手机，抬头望望头顶的这片天，好好看看这世界。

手机利弊的演讲稿篇二

一、放下手机，宁静致远。课堂学习自觉关闭手机或调成静音，把宁静还给课堂。严格遵守学校和学院的各项规章制度，不旷课、不早退、不迟到，不带食物进教室，课堂认真听讲，诚信考试。

二、放开思维，主动学习。本篇文章来自资料管理下载。“学而不思则罔，思而不学则殆”。课堂上勤于思考、放开思维，加强与老师、同学交流学习心得。课后主动学习，深入阅览室、图书馆，广泛涉猎各种书籍，拓宽知识面，不断提高基础知识水平和专业能力。

三、放飞梦想，一以贯之。践行梦想唯有一步一个脚印，步步为营。注重一点一滴的积累，养成良好的生活、学习习惯并坚持于四年大学生活之中。四、党员带头，争先创优。学生党员、入党积极分子和学生干部以身作则、做出表率，带头上课关闭手机或者不使用手机，自觉接受老师和同学的监督，自觉维护优良学风。

同学们，面对明天的挑战和机遇，我们应该自信、自强，从每一天每一堂课的认真学习做起，让我们一起放下手机、放开思维，放飞梦想！

手机利弊的演讲稿篇三

大家好！长久以来，手机已深入到我们的生活当中，身边的同学们拿着手机到处招摇的现象屡见不鲜。有人说这样可以加强同学们与老师、家长的联系，也加强了与外界的联系。然而大家作为中学生使用手机的种种“误区”，却不能不引起我们的思考。

手机作为科技进步带给人类的新工具，本身并无利弊对错。作为现代通讯工具，它给人们的生活带来许多便捷。但我们中学生大多是就近入学，离家不远，加之有事需要和家长联系时，可以借老师办公室电话，手机实在是“英雄无用武之地”。在校学生有了手机后，遇到的麻烦事可真是不少：上课前要想着关机，以防影响课堂秩序；下课后要想着放好手机，以免丢失或失窃；课余时间还得一遍遍的打开、删除各类短信，交流一下各种游戏，怎能安心学习？我们的任务就是学习，手机并不是必备的学习工具。心里总想着拨弄手机，哪有心思放在学业上？有的同学在课堂上偷发短信、玩游戏，根本无心听讲，学习质量大打折扣。对老师而言，在课上听到手机响或看到同学专心地低着头是件很头疼的事，这都是手机惹的祸。

由此可见，中学生带手机的弊端之一就是影响学生学业，由于现在的手机功能多——发短信、上网聊天、照相、玩游戏等等，这些东西，对身心发育不全的中学生有相当大的诱惑力，一些在校生迷上之后不能自拔，学习成绩明显下降。单就影响学习这一条，我们中学生就应该坚决的对手机说“不”！

弊端之二：会形成攀比风气，加重家庭经济负担，不利于学生优良品质的养成。学生是消费者，而过早地进入使用手机的“高消费区”，不利于学生意志的磨炼及良好品德的形成。有些学生把自己的手机款式拿出来相互比较，炫耀自己手机的各种功能，一股校园攀比风气也在暗暗滋生。“中学生用手机大都是为了炫耀。”在调查中，许多中学生这样直言不讳地告诉记者。手机更新换代快，中学生虚荣心强，看到谁换新手机了，心里也会痒。这种攀比，对那些未买手机的同学更是一种无形的伤害。这不利于同学们价值观的培养，会给我们的家长带来更重的负担。

弊端之三：手机辐射危害青少年健康。有关专家指出，青少年的免疫系统较成人脆弱，因而特别容易受到手机辐射的影

响。手机辐射会对脑部神经造成损害，引起头痛、记忆力减退和睡眠失调。

弊端之四：相比较手机辐射带来的危害，手机作用的“异化”所带来的中学生“手机依赖”，特别是“短信依赖”更不容忽视。用手机订阅短信既方便又便宜，但里面的内容却鱼龙混杂，有笑话，有节日祝福，甚至还有一些格调低俗的信息。对喜欢收发短信的中学生难免会产生消极影响。

手机利弊的演讲稿篇四

大家早上好！我是高一（理1）班陆宣烨。

今天我演讲的题目是《手机对中学生的危害》。

1、影响身体健康。

据统计显示，全世界手机用户已达吸烟人数的三倍，手机的危害将比相应的危害更大。经常和手机接触的身体部位受到的影响，如眼睛容易患白内障，皮肤可能导致手机皮肤炎，还会降低人们记忆力等。长期使用手机，容易引发手机依赖症，严重的可能还会导致幻听。

2、影响心理健康。

手机短信，是通讯领域的科技创新，为人们相互交流信息，传递情感提供了快捷而简便的现代手段。然而，有的人却利用它来放纵自己。有部分青少年学生通过手机接触一些不良信息，形成一种心理上不健康的阅读快感。短信过多，会使人心理紊乱，如果手机交流取代了直接交流，会使他们不能接受人与人之间的差异，不懂得尊重别人，这严重影响了同学之间的正常交流。正处在“似懂非懂”阶段的中学生很容易被不健康内容吸引误入歧途。此外，青少年使用手机还容易产生攀比心理，影响了青少年心理健康。

3、易干扰休息，降低学习效率。

相当多的学生使用手机不是为了和父母加强联系，向父母报告学习成绩，而是为了交朋友。24小时同学之间信息发个不停，聊个不尽，学习成绩一落千丈后，他们除了变着法儿向父母要钱之外，其实是很少给父母打电话。每当就寝熄灯后，有的学生就借着迷人的夜色和淡淡的月光用手机和所谓的知心朋友肆无忌惮地说悄悄话，或谈恋爱。有的寝室甚至用手机集体上网到凌晨，导致寝室的同学都无法入睡。一些想读书的学生对此深恶痛绝，苦不堪言。

4、易滋生事端，事故防不胜防。

在很多学生看来，手机简直代表了他们的身份和地位，似乎能让男生更加潇洒多情，能让女生更加有吸引力。由于手机属贵重物品是学生的心爱之物，势必要花费掉许多精力和时间来保管，但还是很容易被偷走，校园丢失手机的现象时有发生，造成了不少的损失和麻烦。

再说，学生们年轻气盛，受不了半点委屈，一旦发生小矛盾，会很快通过手机纠集社会青年前来打架。同时，经常在教室充电，可能会引发触电事故和学校电线线路故障。有的学生由于电话过多，为了交上话费，平时只好省吃俭用或者以学校要交资料费为由向父母要钱，甚至出去做出违法的事情。还会出现少数学生因用手机与校外广泛联系而被人拐骗。

总之，对于中学生来说，手机是弊大于利的，所以我们应该远离手机，作为中学生的我们要严格要求自己。不要让手机影响到我们的学习，从初一开始培养良好的行为和学习习惯。否则，高三、初三的时候就只能对自己说“少壮不努力老大徒伤悲了”。在此，我想对同学们说一句话“勿以恶小而为之，勿以善小而不为”。

我的演讲完毕，谢谢大家。

手机利弊的演讲稿篇五

“ipone□oppo□htc□诺基亚，步步高音乐手机，朵唯女性手机。”这些手机品牌我们每人都耳熟能详，走在大街小巷里，几乎是每人手上都会拿着手机，这也很正常。但是在我们学校里，每位同学拿着手机，就有些不正常了。

再来说说小学生带手机的弊吧！一：手机里面的游戏五花八门，想玩什么就玩什么，这样，你在上课时就会把手机放在抽屉里，趁老师不注意时悄悄地玩，这样一来，你上课不认真听，下课没法做作业，第二天被老师批评，对你有好处吗？二：在考试时，你常常会遇到一些不会写的字，你带了手机，就可以利用手机打出你自己不会写的字，那不就等于作弊吗？有了手机，你遇到不会做的题目，就使用短信形式把不会做的`题目发给他人，向他人求助，不也等于作弊吗？三：做数学作业时经常不能口算，需要笔算，有些人很懒，又带了手机，就用手机里的功能计算器来计算题目，这样，欺骗了老师，更欺骗了自己。

学生带手机的弊大于利，所以，我认为学生是不应该带手机的！

手机利弊的演讲稿篇六

大家早上好！

我是六二班的赵弈铭，很高兴可以站在这里发言，今天我发言的主题是“远离手机，从我做起”。

众所周知，手机已成为人们生活中不可缺少的重要物品，是它让我们的生活更加方便、快捷，如支付、聊天、查资料等都要用到它。但手机有利也有害，比如手机游戏、小说□qq等娱乐软件层出不穷，严重影响了人们的正常生活。“低头族”遍地都是，各种玩手机撞电线杆的、玩手机掉下水道的

新闻满天飞，长期低头玩手机还会造成颈椎病、腰间盘突出等疾病，更重要的是对我们的视力造成严重的影响。我们班有一位同学，他本来篮球打得特别好，只要他上场，球场就是他的主场。可自从他因玩手机而戴上眼镜后，打球就变得小心翼翼起来，以前的球技荡然无存。

而沉迷于手机还会对我们的学习造成很大的影响，到头来眼睛近视了，学习也退步了。就拿我的亲身经历来说，暑假我迷上了手机上的短视频，可能因为我学习一贯优秀，爸爸妈妈也想让我放松放松，就没在意。我早上起来开始刷视频一看一上午，完全沉浸在小视频带给我的乐趣中；下午原本计划写暑假作业，可是心心念念地想着小视频就忍不住又拿起手机看的停不下来，就这样一个暑假的时间就这样匆匆溜走了，当然暑假作业被我随随便便应付着。开学后我一放学就偷看小视频，不再认真预习、不再认真完成老师布置的作业，慢慢地我发现我看不清黑板上老师写的字，第一次月考我的成绩一落千丈，在老师的开导和自己的觉悟下，我戒掉了网瘾，成绩也慢慢地好起来了。

我再次呼吁，努力学习，发现世界的美好，人毕竟不是被机器掌控的，而是我们要掌控机器，请远离手机，从我做起。我的发言完毕，谢谢大家！

手机利弊的演讲稿篇七

大家好！

随着科技的发达，手机成为了市场上热销的商品。全国人均大约拥有0.945部手机，可见，手机与我们已经变成了十分普遍的通讯工具，对于大多数人来说手机已经变成了必不可少的娱乐及生活设备。

前段时间，有一条网络新闻，是关于三个人和手机，描述了他们在过马路时都目不转睛的看着手机，没有一个人注意观

察信号灯的变化和来往车辆的情况。结果三人均被正常行驶的汽车撞飞，一人当场死亡，一人重伤，另一人抢救无效身亡。这是一起因沉迷于手机而忽略了安全的事故，令人感到痛心，同时也为逝去的两位年轻的生命感到惋惜。

目前，有相当一部分人像上面的年轻人一样，沉迷于手机，无法自拔，主要表现为：只要有时间就拿出手机，睡觉前要看手机，早上一睁眼就要玩儿手机，无论何时、何地，都会不自觉地拿出手机，好像微信朋友圈里总是有看不完的消息。

这其实并不是一种正常现象，而是一种病，这种人就是我们俗称的“手机控”。我有时“机不离手”，偶尔闲暇在家，我也会打打游戏消磨时间，可手机的用途不止如此，手机对我的吸引力也不止如此。

但我有时会在打游戏的时候时间过度，虽然没有他们那么严重，但也可以称得上是“手机控”。

“手机控”的危害很大，很多人就是因为手机视力急剧下降，并且颈椎严重变形，有瘫痪的危险，并且有很多虚假信息在网上流传，很容易误导他人，而且长时间看这种碎片化的信息很容易使人注意力不集中，有些人沉迷于手机游戏无法自拔，甚至有猝死的现象。