

2023年大声讲话对身体的危害(优秀6篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

大声讲话对身体的危害篇一

人说：人的一生有三天：昨天、今天和明天，这三天组成了人生的三步曲。但我说，人的一生只是由无数的今天构成的，因为不会珍惜今天的人，既不会感怀昨天，也不会憧憬明天。乐观的人，喜欢描述明天的美好前景；悲观的人，总担心明天会发生什么不测。但生命的内涵只在于今天，生命是宝贵的，它是由一分一秒的时间堆积而成的，珍惜今天就是珍惜生命，荒废了今天就是荒废了生命。

昨天已是过眼云烟，再也无法挽留。如果在昨天，你为取得了一点骄人的成绩而沾沾自喜，或是因为做错了一件事情而愁眉不展，那么你就永远陷进了昨天的泥潭里。同时，你今天的时间也会从你的沾沾自喜或愁眉不展中悄悄流逝。每个人都会乘坐“今天”这班车驶向明天，一天一个驿站，一天一处风景，趁着明天还未到来，我们就应抓住今天，这样等待着你的才会是果实累累的明天。

我们不应该在昨天寻觅什么，也不应该向明天祈求什么，最重要的是怎样对待今天。在这有限的的时间里努力学习，抓紧今天的分分秒秒，用今天的努力去弥补昨天的空隙，去实现明天的崇高理想。

聪明的人，检查昨天，抓紧今天，规划明天；愚蠢的人，悲叹昨天，挥霍今天，梦幻明天。一个有价值的人生应该是：无怨无悔的昨天，丰硕盈实的今天，充满希望的明天。

同学们，让我们共同珍惜今天，珍惜现在的分分秒秒吧！

国旗下的讲话——努力学习

日升日落，春去秋来，当我们仰首在望这青春的天空时，已不在那么天真、童趣，而是日益成熟。

寒风虽然刺骨，但日心终究是他的克星。我经常在每个星期五的中午告诫我：永远不要看电视了，写作业吧！这仿佛是对星期天的一种渴慕。可当星期天来临之际，一分钟以前的山盟海誓已经被舍弃到了脑后，这种富含“腐殖质”的生活，我是细菌和真菌，分解这饱含有机的生活。我想说：“我不是细菌和真菌”。

有些人敢对自己说这句富含人生哲理的话，当然，我不是吹嘘自己有哲学头脑，我只是想让在座的各位同学明白，人生的特性在于他只有一次，稍纵即逝，当你“少壮不努力”时，也许并未想过会有“老大徒伤悲”这种如此颓唐的老境。当你漠然回首时，你会发现这种人生是何时何地何因附着在你的在你的身上，你的灵魂也许会为洗罪。

我们也应洗罪，洗去以前的污罪。但他只有一种方法——努力学习，让我们的枣树不在让虫子叮食，让美丽的蝴蝶飞出我们的蚕蛹吧！

似乎上述对我们来说如此长久而不可及，但她实际上是触手可及的，所以把握他，真正的运用他。

大声讲话对身体的危害篇二

上午好！

今天国旗下讲话的题目是：关爱他人，建设和谐校园。

同学们，在我们每个人的内心，都有一片圣洁而又美丽的空间，那里存放着我们追求的理想。与自己一起奔跑着追求理想的，还有一批批与你朝夕相处的同学、师长。然而在长期的相处过程中，大大小小的矛盾又无处不在，磨擦总是会有。因此，如何处理人际关系是我们每个人成长过程必须要面对的。在学校，我们不仅要学会学习，学会生活，还要学会怎样与人相处？所以，如何与同学、师长相处好，每天快乐地学习与生活，对每个同学都很重要，对学校和谐校园的建设也非常重要。

这里，我想给大家讲一个小故事：

上帝说：“你想知道吗？那好，我带你去看一下。”他们先来到地狱，走进一个间房，看见许多人围坐在一口大锅前，锅里煮着美味的食物。可每个人都又饿又失望。原来他们手里的勺子太长了，无法把食物送到自己的嘴里。

上帝说：“我们再去天堂看看吧”。于是他们来到另一个间房，看见的是另一副景象。虽然人们手里的勺子也很长，可是，这里的人都显出快乐又满足的样子。这个人很奇怪。上帝笑着说：“你看下去就知道了。”开饭了，只见这里的人们用勺子把食物送到别人的嘴里。

其实，快乐并不在于那把勺子有多长，而在于你如何使用它。所谓的快乐，很多时候是一种心态，是一个付出与索取的统一。

同学们，现实生活中，很多人常常会抱怨命运不公，没人理解自己；抱怨社会的不公、抱怨社会公德的缺失，抱怨别人的冷漠……。其实，这种抱怨在你将自己内心的良知与现实不足进行比较的过程中，在慢慢地麻痹你的良知，甚至一点一点的把你的那点“人之初的本善”推向边缘。

我们生活的社会，是一个分工越来越细化，协作越来越强化

的大系统。与人和谐相处，与人有效地沟通显得越来越重要了。这是我们每个人都必须学会的一种生存技能。

接下来，就如何与他人和谐相处，我给同学们提几点建议：

1、善用“礼貌用语”。“请，谢谢，对不起，没关系……”要时常挂在嘴边，做到这点，同学之间就会少了许多磨擦，多了一份默契。几个字，虽简简单单，却回味无穷！要知道，不管孩子还是成年人，不管在哪里，嘴甜的人总招人喜欢！

2、与人相处，尊重为先。每个人都希望得到尊重，但很多人经常忘记“尊重是相互的”。你不去尊重别人，别人怎么可能尊重你。另外，自重的人肯定受人尊重甚至尊敬。在日常学习与生活中，有礼貌是对他人的尊重；尊重他人的劳动是一种最直接、最重要的尊重。人和人之间，只有互相尊重，才能有可能进行坦诚交流。才可能化解矛盾与积怨。

3、互相帮助，双方受益。就像刚才故事中所讲一样，由于天堂里的人彼此互相尊重、互相帮助、相互友爱，因此，天堂里永远充满和谐、快乐的气氛。

4、学会宽容，与人为善。日常生活中，产生点磕磕碰碰、有点矛盾与磨擦是很正常的。俗话说，牙齿和舌头都会“打架”，更何况是富有个性思想的人呢。在相处过程中，自己有些小的失误或不足，一定要态度诚肯。做错了，勇敢承认并努力改正与弥补，这才是高素质人的一种表现。作为受损一方，千万不能得寸进尺，耿耿于怀。矛盾发生后，应该具有忍耐、包容、体谅的心态，要换位思考，站在对方的角度考虑问题，不能斤斤计较、患得患失，要把度量放大些，眼界放远些，让矛盾迅速得以化解，这就是人们常说的“退一步海阔天空”。

有一种情况要提出来：我们在处理与分析一些纠纷时发现，最初错误一方自以为是的心理或错误认识是导致矛盾激化的

主要原因。在我们的学生当中也常有出现。明明自己做错了，他以为说谎、抵赖能维护自己所谓的“面子”。其实，那种倔强、偏执只会使问题越来越严重，这样的人只会让人讨厌、让人看不起。

同学们，俗话说“金无足赤，人无完人”，我们每个人都有这样或那样的缺点，只有经常自我反思，才能不断完善自己。与人相处时，善待他人，练就宽阔的胸怀去包容身边的人。对人友好，才能和人相处愉快。让我们都以一种积极的、阳光的心态面对学习与生活，共同构建我们的和谐校园。

谢谢！

大声讲话对身体的危害篇三

大家早上好！我是初三（9）班的肖怡雯。今天是20xx年6月12日，离中考还有4天。今天是我们全体初三同学在实验中学参加的最后一次升旗仪式，此情此景，我想，千言万语都表达不了我们全体初三的心情。

依然记得，那年我们怀揣梦想与期待，迈进了实验中学校门。时光飞逝，转眼已是三年。三年的征途，是光荣的荆棘路，此时此刻，站在希望的门前回首张望，那一路的荆棘竟然都变成了盛放的蔷薇。

前方，中考的战鼓正在擂响；身后，却留下了一串美丽的脚印。细细地拾起记忆的碎片，心头涌起了无限的感慨。我们奔跑着，跑向中考的战场，但我们又有万分的不舍，默默计算着在母校奋斗的日子。听熟了三年的铃声，不再为我们鸣响；奔跑了三年的绿茵场，不再是我们尽情挥洒汗水的自由天地。我们难忘教学楼前那樟树的清香，难忘饥肠辘辘时食堂的菜香，难忘校园里那富有诗意的笔墨字画，难忘足球场那片绿油油的草地。

亲爱的老师，请让我们向你们道一声谢谢。课堂上放飞思绪，驾祥云、凌九霄、御清风、游四海，是你们，将我们领进宏伟的知识殿堂。不过，感谢你们的最重要原因不是教会了我们知识，而是一颗真诚的心。你们说，学会做人比学会学习更重要。我们有过彷徨，有过焦虑，你们鼓励我们，支持我们，一直到了今天。现在，我们马上就要启程奔向更广阔的天地。你们用关切的目光祝福我们，却不求半点回报。我们想告诉你们，无论我们走到哪里，你们永远都是我们的`恩师，是我们的朋友。

亲爱的同学，让我们互相道一声谢谢。正是每一个充满个性的同学，组成了团结互助、力争上游的班集体。那些与你们一起奋斗的日子，是我最美好的记忆。与你们同窗三载，是我的荣幸。

6月17、18、19日三天，我们将带着父母和老师的期盼，走进人生庄严的考场；我们将用自己的拼搏换取理想，用奋斗去铸就新的希望；用累积的知识力量，让自己五彩缤纷的梦想在这灿烂的阳光下尽情地绽放。

三年的艰辛与付出，一千个日日夜夜的奋斗与追逐，为的就是一个美丽的梦想，一份付出后的坦然。在我们即将乘风破浪时，让我们相互祝福。祝福我们用拼搏去点缀生命斑斓的色彩；祝福我们用拼搏让人生扬帆远航！满怀信心考试，笑容满面凯旋！同时这份祝福在此也送给初一，初二的同学们，祝愿你们每个人都收获成功！

亲爱的老师，亲爱的母校，相信我们——20xx年的中考，我们一定会竭尽全力、坚持到底、不负众望，为实现自己的梦想而奋斗，续写实中辉煌！谢谢大家！

大声讲话对身体的危害篇四

早上好！

我今天演讲的题目是“喜迎新年，自信应考”

寒风僚俏，冬意浓浓，圣诞老人还没来得及把他的长袜收起，我们的耳畔又响过了元旦的脚步声。整理完刚刚走过的xx[]新的一年已经到来了。为此，我向全体敬爱的老师和同学们表示新年的祝福！愿大家在新的一年里快乐启航。

1、建立强化意识。对各科知识中重要的知识点和基本题目要进行重点过关。抓住几根主线，梳理成条，可以将以往做过的练习重新整理一遍，找出疑难问题分类解决。改错纠错很重要。复习时，他们会把所有的作业和单元测试卷拿出来，找出原来的错误，一一改正，并分析错误的原因，再做一些同类的题目进行巩固。比起那个劳神伤身的“题海战术”的土办法，这真是一个非常聪明的巧办法。

楚的问题随时向老师请教，广开思路，直到弄懂为止。

3、认真自信从容不可少。充满自信心，相信自己平时的努力。考试时沉着镇定：认真仔细，不用总想着成绩的好坏，只要你付出了努力，总会有收获。答题之后的检查很关键。尽量有时间就检查，看到答案完全相同，才放心交卷。

此外，在紧张的复习中同学们还要严格遵守学校纪律，特别是课堂纪律，注意参加适当的体育锻炼，增强体质。学习效率将会成倍地提高。最后祝福大家新年快乐，期末取得优异成绩！谢谢。

大声讲话对身体的危害篇五

当习习的秋风在我们身边吹拂，当累累的硕果在枝头悄悄成熟的时候，我们又迎来了一个极有意义的节日，那就是九月十日——“教师节”。虽然，九月，没有娇艳的鲜花，没有嫩绿的杨柳，但却因为有教师节而显得美丽，让人充满期待。老师们：在这第二十七个教师节来临之际，请全校同学用热

烈的掌声向辛勤耕耘的全体教师致以美好地祝福：祝老师们身体健康，万事如意，工作顺利。

同学们，站在我们身边的每一位老师都是最可亲可敬的人，他（她）们年复一年，日复一日地重复着呵护心灵的崇高使命。如果你是一位仔细观察的学生，你就会发现，学校的晨曦中、运动场上有陪伴你锻炼的老师身影；课堂上给你鼓励的是老师那双充满期待和浓浓爱意的眼神；放学路上，叮嘱你注意安全的总是老师那一句句亲切的话语；在学校里，当你身体感到不适时，贴在你额头上的总是老师那双充满母爱的手；华灯初上，最后离开学校的总是老师那疲惫的身影。

同学们，面对我们的老师，要怀有一颗感恩的心，那么，在教师节即将来临之际，你怎样做才能让老师因你的存在而感到幸福呢？你可以给老师写一封表露自己感激之情的亲笔信；或在自己日记里真诚地表达你对老师的爱；可以亲手制作一个贺卡送给老师或是悄悄地放在老师的办公桌上，还可以给老师画一幅画，再加上一行深情的问候或者写一首抒情诗；当老师走进教室时，能看到黑板上对老师的祝福，给老师一个惊喜等等，不管你用哪种方式，我想我们的老师肯定因为你的存在而感到幸福！

我们尊重教师不只是在教师节这个特殊的日子，也不仅仅在于以上这些举动，而是在于我们同学的心里，同学们的意识之中，把这种意识培于自己的每一言每一行之中。感恩老师，并不需要我们去做法惊天动地的事，而是表现在日常生活的点点滴滴。

课堂上，一道坚定的目光，一个轻轻的点头，证明了你在全身心投入，你在专心致志的学习，这便是感恩。下课了，在走廊里遇到了老师，一个甜甜的微笑，一声亲切的“老师好”这也是感恩。当然，认真完成每次作业，积极举手发言靠自己的努力换来理想的学习成绩，考取到理想的高中和大学，这更是对老师辛勤工作最好的回报。今后，你们离开了

母校，投身到祖国的建设事业之中，经常给老师发发短信，节假日有时间回来看看老师，那将是对老师最大的欣慰、最快乐的满足。

同学们，不要把这些归结为无谓的小事，不要不屑于身边的这些点点滴滴，因为这些点点滴滴小事的背后，包含的正是你对老师的尊重和肯定。包含着你对老师的感恩和回报！

同学们，让我们一起祝福：老师们，教师节快乐！

大声讲话对身体的危害篇六

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主题是《文明出行，从我做起》。

俗话说：“衣、食、住、行”四字真言。而“行”排在最后一位。出行对于人们来说尤为重要。大大小小的事情并不是足不出户就可以办到，更多的，需要人们出行才可以解决。但在生活的出行中还是会出现一些不文明、不道德的现象发生。擅自闯红灯、乱穿马路、逆向行驶、双手脱把、互相飙车但这些行为又将带给我们什么后果呢？上学、上班和外出活动，我们几乎天天要在道路上行走。走路要保证安全，可是有不少行人藐视交通规则。

有人曾说，动荡年代最可怕的是战争，而和平年代最可怕的是车祸。这决不是危言耸听，因为全球每年死于交通事故的人相当于一次中型战争的阵亡人数。

目前，我国的道路交通安全形势非常严峻，统计数据表明，每5分钟就有一人丧身车轮，每1分钟都会有一人因为交通事故而伤残。多么可怕数据！道路交通安全已日益成为严重的安全问题。

然而，有的交通事故有时候是行人自己造成的，明明是有交通规则的，可有些人连“红灯停，绿灯行”、过马路要走斑马线，这些交通的基本法则都不知道；有的是闯红灯或横穿马路造成的，有句话说的好“红灯无数次，生命只一次”，红灯会闪烁无数次的，而生命只有一次，完了就没有下一次了，在红灯没有灭的时候，我们绝对不可以冒险过马路，哪怕两边没有车，也绝对不能穿过马路；有的是在马路上打闹、玩耍造成的，放学后几个同学在一起走，说说笑笑，时而甩掉别人的帽子，扔到马路对面，那个同学便到马路对面去拣，由于着急，也顾不上环视四周的车辆就跑，如果这个同学有福气，那还好；可如果正好有一辆车经过，那后果可不堪设想。因此，同学们千万不要在马路上打闹，这样太危险。正因为这些不良的行为，才会导致种种的交通事故发生。

生命是我们自己的。无情的车祸让多少人家破人亡，妻离子散，我们应该自觉遵守交通规则，争做文明的交通参与者。

让我们一起铭记：文明出行，从我做起！