

事业单位长期合同可以解聘吗 事业单位实习的心得体会(精选9篇)

演讲稿是一种实用性比较强的文稿，是为演讲准备的书面材料。在现在的社会生活中，用到演讲稿的地方越来越多。演讲的直观性使其与听众直接交流，极易感染和打动听众。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的演讲稿模板范文，我们一起来了解一下吧。

国旗下讲话感恩老师演讲稿篇一

大家早上好!

中国是一个有着五千年历史的文明古国，中华民族素来是一个温文尔雅，落落大方，见义勇为，谦恭礼让的文明礼仪之邦。华夏儿女的举手投足、音容笑貌，无不体现一个人的气质与素养。文明礼仪是我们学习、生活的根基，是我们健康成长的臂膀。

可是回过头来看看做得怎么样呢?在优越的物质生活条件下生长起来的独生子女，在文明礼仪方面存在着诸多的不文明的言行：在家庭中，长辈们重智力学习、轻德育教育，认为孩子只要学习好就行了，忽略了对孩子文明礼仪的教育，导致了我们对家人冷漠自私，一切以自我为中心，不与父母沟通，不理解家长的辛苦，不珍惜家长的钱财，不分担家庭的劳动，一味索取不知奉献;在学校里，不听从老师的教诲，说一些时髦的脏话，穿一些奇特的衣服，留着时尚的发型;不知道认真学习，在校园内大声喧哗，乱扔垃圾。这些行为直接影响同学们的健康成长，也影响了学校的形象。孔子云“己所不欲，勿施于人”。文明礼仪时刻提醒我们周围还有别人的存在，我们的行为会相互影响，人与人之间应该建立一种现代化的文明和谐的人际关系!

其实，要想成为一名“讲文明，树新风”的时代少年并不是一件很困难的事情。只要我们从身边做起，从小事做起，就能养成良好的行为习惯。

从身边做起。讲文明语言，平时不讲粗话、脏话；遵守校规校纪，不旷课、不迟到早退、不打架斗殴、不随地吐痰、不随地吐口香糖、不乱扔垃圾；仪表整洁大方，在校期间不化浓妆、不配戴首饰、不穿奇装异服；尊敬师长，见了老师主动问好；团结同学，提倡文明上网，科学上网；不看不健康的书籍和录像；生活俭朴，不比吃穿，不浪费粮食。在家尊敬长辈，孝敬父母，体谅父母工作辛苦，生活节俭。

同学们，让我们共同携起手来，让文明礼仪之花开满校园的每个角落吧！谢谢大家，我的演讲完了！

国旗下讲话感恩老师演讲稿篇二

老师们、同学们：

早上好！

文明这个话题我们尽管已经说了很多，但还要说。1982年的3月开始，每年的三月是文明礼貌月。

有人说过：人，一撇一捺，写起来容易做起来难。我们要经常性地思考，我在做什么，我做得怎样，我要成为怎样的人。做怎样的人，一百个人会有一百种答案，但在每一个答案的背后都有一个基点，那就是做人首先要做一个文明的人。做文明学生，是我们从入学开始的目标，是所有老师和我们的父母对我们共同的期望。

文明是什么？是自觉将垃圾放入垃圾箱的举动，是看到有人随地吐痰时的主动制止文明是一种品质，文明是一种修养，文明是一种受人尊敬并被大家广泛推崇的行为。文明学生，必

定是从内到外散发着文明气质，懂得尊重他人，并且自尊自爱的人。

文明学生，还要有着良好卫生习惯，爱护公共财物。珍惜一草一木和每一个生命。比如班级的走廊中，提醒我们的消防安全牌被同学们在追跑打闹间碰碎了。这种现象司空见惯，其实却是缺乏文明的表现。真正懂得文明的学生，应该及时将这种事情报告老师，并且阻止这些不文明现象的发生、自觉维护大家的学习生活环境，将美好留给他人和自己。

文明的学生，在有了这些习惯之后，他的灵魂也将逐渐高尚起来，他将越来越懂得承担，积极的参加班级活动的策划和家庭纠纷的解决。同时他也将懂得感恩，感恩父母，感恩老师，感恩朋友，最重要的是感恩祖国。

同学们，让我们在国旗下共同祝愿，祝愿我们的生活处处开满文明之花！祝愿我们自己一步步地迈向文明！

谢谢大家！

国旗下讲话感恩老师演讲稿篇三

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家早上好！

今天我国旗下讲话的题目是《说文明话，行文明事，做文明人》。

同学们不禁要问，文明究竟是什么？其实文明就在你我身边，文明是路上相遇时的微笑，文明是同学有难时热情帮助，文明是平时与人相处时的亲切，文明是见到老师时的问早问好，文明是不小心撞到对方时的一声“对不起”，文明是自觉将垃圾放入垃圾箱的举动，文明是看到有人随地吐痰时的

主动制止……文明是一种品质，是一种修养，更是一种受人尊敬并被大家广泛推崇的行为。

做文明之人，就要会说文明话。“文明用语腊月暖，恶语伤人六月寒”。一声“你好”会带给我们一天的好心情，一句“谢谢”会拉近了我们之间的距离，一声“对不起”会化解我们一触即发的冲突，一句“不要紧”就等于给我们送来阵阵温润的春风。

做文明之人，就要做文明事，就是要注意举止文明。看到有人丢了纸屑，怎么办？捡起来！看到水龙头没拧紧，怎么办？拧上！看到朋友遇到困难，怎么办？伸出援助之手！这都是一些小事，关键在于我们是否热情地伸出了自己的双手。“沙不积无以成高塔，水不积无以成江河”，“一屋之不扫，何以扫天下”，正是一些看似非常平凡的小事，却折射出文明的光辉！因此，我们要管住自己的口，不随地吐痰，不说脏话，不发表带有人身攻击的言论；管住自己的手，不乱扔垃圾，不破坏公物；管住自己的脚，不践踏花草。

面包里的’酵母很少，但它就能为面包撑起一片天地。同样的，我们每一个人都可以成为践行文明之路上的酵母。

同学们，播下一个动作，就会收获一个习惯，播下一个习惯，就会收获一种品格。让我们从现在做起，从自己做起，从点点滴滴的小事做起，养成良好的文明习惯，做一个文明人，为我们区争创全国文明城市添砖加瓦。

我的演讲完毕，谢谢大家！

国旗下讲话感恩老师演讲稿篇四

大家早上好！今天国旗下讲话的题目是《冬季，请加强体育锻炼》！

冬季的到来，给北方的天气增加了几分寒意，这个季节，没有了夏日的骄阳，正是锻炼身体的好时机。参加冬季体育活动，不仅能锻炼身体，增强体质，而且还能锻炼不怕严寒的坚强意志，提高身体的抗寒能力，增强抵抗各种疾病的能力。

冬季体育锻炼，由于肌肉不断收缩，呼吸加快，新陈代谢旺盛，身体产生的热量增加。同时还增强了大脑皮层的兴奋性，使体温调节中枢灵敏、准确地调节体温，提高人们的御寒能力。所以，坚持冬季锻炼的人，抗寒能力比一般人增强8-10倍。

冬季体育锻炼，大都在室外进行，不断受到冷空气的刺激，人体造血机能发生明显变化，血液中的红细胞、白细胞、血红蛋白以及抵抗疾病的抗体增多，身体对疾病的抵抗能力增强，俗话说“冬天动一动，少闹一场病；冬天懒一懒，多喝药一碗”就是这个道理。

冬季体育锻炼，接受阳光的照射，弥补阳光照射的不足。阳光中的紫外线不但能杀死人体皮肤、衣服上的病毒和病菌，对人体有消毒作用。还能促进身体对钙、磷的吸收作用，有助于骨骼的生长发育。尤其对正在长身体的青少年来说，多参加户外锻炼更为重要。

冬季体育锻炼，还可以加快血液循环，增加了大脑氧气的供应量，这对消除大脑长期工作带来的疲劳，增强记忆力，提高学习效率，都有积极的作用。

冬季锻炼好处很多，冬季锻炼的项目也很多。一般多采用长跑、球类、跳绳、踢毽子、跳橡皮筋等项目。这完全可以根据个人爱好，选择不同的项目，灵活掌握。

那么，冬季体育锻炼又要注意什么呢？

- 1、冬季天气比较冷，参加锻炼之前一定要做好准备活动。准

备活动可以提高身体各器官的运作水平，改善肌肉、关节的灵活性，防止肌肉拉伤，关节扭伤等现象的发生。

2、冬季锻炼要注意预防感冒。冬季天气比较冷，锻炼着装要合理，锻炼后要做适当的整理活动，及时穿衣保暖，以防感冒。

3、参加冬季锻炼，要有循序渐进的过程，更要有顽强的毅力、持之以恒的精神，才能收到良好的效果，切不可“三天打鱼，两天晒网”。

同学们，身体是知识的载体，只有健康的体魄，以及良好的心理品质，才能更好地工作和学习，才能应付各种困难和挑战。

最后，请让我以奥林匹克运动的创始人顾拜旦先生的名言结束我的讲话：“你想健康吗？你想聪明吗？你想健美吗？请运动吧！”

敬爱的老师、亲爱的同学们：

大家早上好！今天国旗下讲话的题目是：《冬季，请加强体育锻炼！》

“生命在于运动”，这是法国著名思想家伏尔泰的一句名言。没有运动也就没有了生命，缺少运动的生命是短暂的！

看野生动物世界，它们风餐露宿、觅食求生，却往往无疾而终。而人的一生，总要受疾病阴影的笼罩，重要差别就在于运动。

冬天，是一年的末尾，也是我们锻炼身体的大好时节。这个季节，没有了夏日的骄阳，正是锻炼身体的好时机。参加冬季体育活动，不仅能锻炼身体，增强体质，而且还能锻炼不

怕严寒的坚强意志，提高身体的抗寒能力，增强抵抗各种疾病的能力。俗话说“冬天动一动，少闹一场病；冬天懒一懒，多喝药一碗”就是这个道理。

冬季体育锻炼，能够多接受阳光的照射，弥补冬季阳光照射的不足。阳光中的紫外线不但能杀死人体皮肤和衣服上的病毒和病菌，还能促进身体对钙、磷的吸收作用，有助于骨骼的生长发育。尤其对正在长身体的青少年来说，多参加户外锻炼更为重要。

冬季体育锻炼，还可以加快血液循环，增加大脑氧气的供应量，这对消除大脑长期工作带来的疲劳，增强记忆力，提高学习效率，都有积极的作用。

近日，教育部下发了关于开展“全国亿万学生阳光体育冬季长跑活动”的通知，要求全国大中小学生于2015年10月26日至2015年4月30日每天进行固定长度的长跑练习，在此，我特向全校同学发出如下倡议：

一、坚持参加大课间活动和阳光体育课外活动，认真做操，积极参加各种有趣的体育游戏活动。

二、从现在开始每天坚持长跑1000米，增强心肺功能，提高我们的身体素质。

三、在节假日里，与爸爸妈妈、爷爷奶奶或小伙伴们一起，积极进行各种有益于身体健康的体育活动，丰富我们的课余文化生活。

四、各班同学每天坚持长跑锻炼，看谁跑得最快，看哪些同学是“长跑之星”。

同学们，乘着北京奥运的东风，让我们发扬更快、更高、更强的奥运精神，拿出你朝气蓬勃的力量，去追逐早晨初升的

太阳，去追逐我们健康的人生吧！

国旗下讲话完毕，谢谢老师和同学们！

尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

大家早上好！今天我讲话的题目是：《生命在于运动》。

“生命在于运动”，这是法国著名思想家伏尔泰的一句名言。运动的好处非常多，没有运动也就没有了生命，运动能够带给我们活力，带给我们快乐；运动，还赋予我们勇敢，我们力量，磨练我们的意志。运动能减少我们身上多余的脂肪，强壮我们的肌肉，增强身体的抵抗力，运动还能使我们学习精力充沛，精神充足。

少年强则国家强。我们是国家的未来，民族的希望。中华民族的腾飞任重道远，我们要以更健康的体魄迎接未来更激烈的挑战与困难。作为一名学生，我们应该积极响应国家的号召：每天锻炼一小时，健康生活一辈子。

对于我们来说，坚持体育锻炼应该做到：上好体育课、认真做好每天的课间操，动作整齐、到位。有的同学做操时动作不到位，胳膊该伸直时不伸直，该侧身时不侧身，该弯腰时不弯腰，该跳跃时不跳跃，这样，不但起不到锻炼的目的，久而久之，还养成了做事不认真的坏习惯。因此，锻炼身体应该从认认真真做好课间操开始。适合我们锻炼的项目还很多，可以跑步、打球、跳绳、踢毽子、跳橡皮筋等，同学们可以充分利用学校提供的这些体育器材，根据个人爱好，选择不同的项目，灵活掌握。

我校开展的阳光体育运动，就是为了加强同学们的身体素质。同学们要利用课外活动的时间，根据学校的计划，结合自身实际情况，合理安排时间，参加体育活动或比赛，多锻炼身体。

体，多运动，并且要持之以恒，才会有健康的体魄，才会有充沛的精力投身到紧张的学习中去。

在这万物复苏的季节里，我校中学部将于本周开始举行中学生春季篮球联赛，相信同学们都非常的兴奋、激动。欣喜的看到，大家都早已行动起来，中午和下午都能看到队员们训练的身影。

同学们，我们就是祖国的希望和未来，建设祖国需要强健的体魄、顽强的毅力和拼搏的精神。一百年前梁启超曾经说过：“少年智则国智，少年强则国强”，让我们一起走向操场、走进大自然、走到阳光下，去感受体育的魅力，享受运动的快乐；让我们坚信：我阳光，我运动、我健康、我快乐；最后，希望同学们积极参加运动会的各项项目。让我们的校园的春天因为我们的身影而更加丰富多彩，因为我们的运动而更加生机勃勃！

七年级（一）班：郝璐

二〇一二年四月十六日

小朋友们、老师们：

大家早上好！

今天我国旗下讲话的题目是《冬季，请加强体育锻炼》！

那么，冬季体育锻炼又要注意什么呢？

3、参加冬季锻炼，要有循序渐进的过程，更要有顽强的毅力、持之以恒的精神，才能收到良好的效果，切不可“三天打鱼，两天晒网”。

小朋友们，我们幼儿园即将开展冬季晨跑运动，我们要充分

利用每天的锻炼时间，拥有健康体魄。

最后，请让我以奥林匹克运动的创始人顾拜旦先生的名言结束我的讲话：“你想健康吗？你想聪明吗？你想健美吗？请运动吧！”

尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

大家早上好！今天我讲话的题目是：《生命在于运动》。

“生命在于运动”，这是法国著名思想家伏尔泰的一句名言。运动的好处非常多，没有运动也就没有了生命，运动能够带给我们活力，带给我们快乐；运动，还赋予我们勇敢，我们力量，磨练我们的意志。运动能减少我们身上多余的脂肪，强壮我们的肌肉，增强身体的抵抗力，运动还能使我们学习精力充沛，精神充足。

坚持体育锻炼，我们要上好学校开展的体育课和形式多样的活动课程，保证了我们每天一小时的锻炼时间。我们应该坚持上好这些课程，增强我们的体质。

对于我们来说，坚持体育锻炼还应该做到：认真上好每天的间操课，做操时动作整齐、到位。有的同学做操时动作不到位，胳膊该伸直时不伸直，该侧身时不侧身，该弯腰时不弯腰，该跳跃时不跳跃，这样，不但起不到锻炼的目的，久而久之，还养成了做事不认真的坏习惯。因此，锻炼身体应该从认认真真做好间操课开始。

另外同学们要利用课外活动的时间，根据学校的计划，结合自身实际情况，合理安排时间，参加体育活动或比赛，多锻炼身体，多运动，并且要持之以恒，才会有健康的体魄，才会有充沛的精力投身到紧张的学习中去。

同学们，你们就是祖国的希望和未来，建设祖国需要强健的

体魄、顽强的毅力和拼搏的精神。一百年前梁启超曾经说过：“少年智则国智，少年强则国强”，让我们一起走向操场、走进大自然、走到阳光下，去感受体育的魅力，享受运动的快乐；让我们坚信：我阳光，我运动、我健康、我快乐。

最后，希望同学们认真上好每天的早、间操课和下午的活动课，积极参与各项体育活动。让我们的校园因为我们的身影而更加丰富多彩，因我们的运动更加朝气蓬勃。祝同学们学习快乐，运动也快乐！

谢谢大家！

国旗下讲话感恩老师演讲稿篇五

本站发布国旗下讲话稿小学：母亲节国旗下讲话稿范文，更多国旗下讲话稿小学相关信息请访问本站演讲稿频道。

以下是本站为大家整理的关于国旗下讲话稿小学：母亲节国旗下讲话稿范文的文章，希望大家能够喜欢！

尊敬的老师、亲爱的同学们：

今天，我讲话的题目是“母爱无价”。

有一个人，无论你走到哪里都舍不下对你的牵挂，她愿把自己的一生无私地奉献给你；有一种爱，它让你肆意地索取和享用，却不要你任何的回报……这个人叫“母亲”，这种爱叫“母爱”。

同学们，你知道周日是什么节吗？对，是母亲节，每年五月的第二个星期日是母亲节。也许你不曾听说，也许你从没在意，可是，今天让我们一起记住：这个每一个做儿女的都应该记住的、充满温情的节日。有一首诗写得好：慈母手中线，

游子身上衣。临行密密缝，意恐迟迟归。谁言寸草心，报得三春晖。谁的生命不是母亲的恩赐，母体给了我们最早的宫殿。我们和着母亲心脏跳动，身体紧连着母亲的血管；当我们出世的哭声还没落地，母亲的泪眼变成了笑脸。我们吮吸着母亲的乳汁长大，学走路时的叮嘱还在耳边——爬起来，向前、向前，从幼儿园到小学，从小学到大学，从大学到步入社会，母亲做出了多少奉献。母爱博大，母爱崇高，母爱无私，母爱无价。山，没有母亲的爱高；海，没有母亲的爱深；天，没有母亲的爱广阔；地，没有母亲的爱包容；太阳，没有母亲的爱温暖；云朵，没有母亲的爱洁白；鲜花，没有母亲的爱灿烂。当我们生病时，是她守在我们身边；当我们成功时，她比我们更高兴；当我们失败时，她总是微笑着告诉我们不要气馁。因此，我说：世界上只有一位的女性，她便是慈爱的母亲世界上只有一种最美丽的声音，那便是母亲的呼唤。

母亲节，我们该为母亲做些什么？这一天，让我们把家务活都包下来，让妈妈好好休息一天，这一天，让我们这些做儿女的为母亲做一件高兴的事，以尽孝道，这一天，让我们为远在异地的母亲，打上一个电话向表示祝贺。这一天，让我们给妈妈送上一份小礼物，表达我们的心意，这一天，让我们做一个乖孩子，别让妈妈生气，这一天，我们要做的好多好多。

国旗下讲话感恩老师演讲稿篇六

亲爱的老师、同学们：

大家好！我是五（2）班的郝雨露，今天我们演讲的题目是《安全记心间，快乐过冬天》。随着气温的下降，寒冷的冬季又来临了。由于天气寒冷，气候的变化，是交通事故和人身伤害事故的多发季节。为了确保同学们的人身安全，防止各类事故的发生，过一个健康安全的冬天，请同学们注意以

下几点：

一、交通安全

冬季有霜冻，路面较滑，有时还有大雾天气，加上冷空气使人体关节的灵活性较差，反应也相对缓慢，平时在上、下学路上也要注意交通安全。步行走人行道，在没有人行道的地方靠右边行走；不抢机动车道；通过路口或者横过马路时要减速慢行。学生不要骑车上学；不要到河边玩耍；更不能到结冰的水塘、河沟里踩冰玩！

二、校内安全

在校内上体育课、课间活动时也要注意安全，不做危险的游戏，不追逐打闹，有冰霜的地方要绕道行走。打扫卫生时一般不使用湿拖布，清洁用水不滴撒在路面上，更不能随意乱倒。上下楼梯及跑步锻炼时不将手插在口袋里，不推挤其他同学。

三、卫生防病

冬季是流感等传染病高发季节，同学们要做好个人卫生，勤洗手、勤通风。不去或少去人多的公共场所。同学在咳嗽和打喷嚏的时候请用纸巾捂住口鼻，并及时洗手；同时，天气寒冷，同学们要多添加衣物，不要为了所谓的风度而挨冻受冷。重视饮食安全，不要购买、食用生冷的食品。

四、消防安全

进入冬季以来，大家更要关注消防安全，自觉做到：1、身上不带不玩火柴、打火机等火种。2、不玩烟花、爆竹等易燃物品，以免发生意外。3、自觉爱护校园内的各种消防设施和电器设备。4、放学后，要随手关掉室内电器，同时做到人走断电。

最后，愿我们每一位老师、每一位同学，平平安安、快快乐乐渡过每一天。

谢谢大家！