

小学生国旗下讲话爱国卫生运动(汇总5篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

小学生国旗下讲话爱国卫生运动篇一

敬爱的老师、亲爱的同学们：

大家上午好！

今天国旗下讲话的题目是《讲究卫生，保障健康》

每年的4月，是爱国卫生月。4月7日，是世界卫生日。联合国世界卫生组织确定的世界卫生日始于1949年7月22日。为了纪念61个国家签署世界卫生组织《组织法》，第一届世界卫生大会决定将每年的7月22日作为“世界卫生日”，倡议各国举行各种纪念活动。第二届世界卫生大会决定自1950年起将4月7日《组织法》正式生效的日子作为“世界卫生日”。自1950年开始，每年的世界卫生日活动都确定一个与公共卫生领域相关的特别的主题，今年世界卫生日的主题是“控制高血压”。

在此就个人卫生问题提出以下建议：

1. 保持良好的个人卫生习惯，注意饮食卫生。夏季来临，各种不安全的饮料又会充斥市场，还有许多“怪味”食品也无时不在吸引着我们。使得我们上放学流连忘返，有些同学甚至以辅食或方便面等快餐食品代替主食，真是要味不要胃。这，不仅十分有害，而且非常危险。在个人卫生习惯中，要勤洗手，勤剪指甲，勤洗澡，多饮水，不随便使用别人的生

活用品。双休日及假期也应该遵守作息时间，做到起居有规律。

2、均衡饮食，随气候变化而增减衣服，定期运动，充足休息。在日常生活中我们应该按照生活规律，定时用膳，三餐饭做到定量，不能饿一餐，饱一餐。要积极参加体育锻炼，增强体质，“两操”要认真去做，动作到位，保证质量。

3、保持室内空气流通，避免前往空气流通不畅、人员密集的公共场所。随着天气逐渐转热，教室、宿舍一定要注意开窗通风。另外，我们不要到人员流动繁杂的地方去，更不能长时间呆在人员密集的地方，避免染上其他传染病，这样对身体健康是不利的。如果发现自己有什么不适，应迅速就诊，争取最佳治疗时间。

4、注意心理卫生。我们在学习、工作、生活过程中，做到紧张而活泼，保持愉快的心情，遇到困难或不顺心的事，找个好友倾诉一下或自我调节，就是大哭一场也是一个办法，千万不能一直闷闷不乐，这对身体也是有害的。

总之，只要我们每个人都注意提高卫生安全意识，自觉维护公共环境卫生，时刻注意个人卫生，那么我们会拥有美丽的生存空间，我们会拥有健康的体魄！我们会拥有美好的未来！

小学生国旗下讲话爱国卫生运动篇二

老师、同学们：

前段时间研学旅行，车上随行教官三次恳请大家停下手中的手机参加集体活动，言语不可谓不动情，但一车内仍有数人执着不放。合肥某知名学校严格禁止学生带手机进学校进课堂，如有发现将由家长带回停课反省，规定不可谓不严厉，可上周仍有多例学生违规。可见，有同学太迷恋手机了。在

这里我要告诉同学们的是：世界卫生组织下属的国际癌症研究机构，已将手机定义为“可能致癌”的物品，称其与神经胶质瘤有关联。这是世界卫生组织首次为手机辐射定性。瑞典及多个欧洲国家研究发现，用手机10年以上，可能会增加患脑癌和口腔癌的危险。荷兰研究显示，手机辐射与失眠、老年痴呆症、儿童行为问题、男性不育等有密切关系。20xx年3月，英国一名癌症专家通过研究得出惊人结论——使用手机致死人数将超过吸烟。这是迄今为止关于手机对健康危害的最严重警告。

其实，手机本身并不会伤害人体健康，罪魁祸首是手机释放的辐射。手机产生辐射的强弱依次为天线、听筒、键盘和话筒。

最近又有人总结了手机辐射对人体健康还有五大伤害：一是影响睡眠（手机辐射会让你延迟入睡6分钟，并将深度睡眠缩短8分钟），二是引发颈椎病，三是危害眼睛健康，四是分散注意，五是伤害听力。

所以，同学们，为了大家健康，请慎用手机。

我的讲话完了，谢谢。

小学生国旗下讲话爱国卫生运动篇三

各位老师、同学们：

大家早上好！

刚才，八年级六班的同学已经讲到，4月7日是世界卫生日，这项活动可以说是涉及全球卫生健康的一件大事。六班团支部为此发出了《讲究卫生，争做城市卫生倡导人》的倡议，我觉得讲得非常好，非常有意义。

第一个荣获诺贝尔科学奖的女性科学家，也是第一位两次荣获诺贝尔科学奖的伟大科学家居里夫人曾说“科学的基础是健康的身体。”她不仅自己锻炼身体，还要求两个孩子坚持严格的体格锻炼。后来，她两个女儿也都成了著名的科学家，大女儿还得了诺贝尔化学奖。牛顿幼年时体弱多病，后来坚持参加劳动和体育锻炼，成为一代科学巨匠。毛泽东、邓小平等老一辈革命家也都非常注重体育锻炼，使他们获得了很好的体质。如果他们不健康的身体，要取得那样伟大的科学成就和伟大的革命业绩是不可想象的。即使普通劳动者，没有健康的身体也无幸福可言。一个人的身体，是他的品行、智力和才能的载体；没有好的身体，他的品行、智力与才能就没有可靠的依托，即使才华横溢，也难有大的作为，许多英年早逝者足以让人扼腕痛惜。“德、识、才、学、体”是人才必备的五个要素，其中，体是其他要素的物质基础。良好的体质和体力，使人能够才思敏捷，活力无限，保持充沛的精力和旺盛的创造力，从而完成繁重的学习与工作任务。青少年成才的过程是一个艰苦的过程，要完成繁重的学业，要掌握现代科学文化知识，肩负艰辛的社会工作，做出优异的成就，都离不开健康身体这个载体；心理健康更是成才的内在潜力，心理健康的人，对人生充满信心，能以坚强的毅力，百折不挠的精神，战胜困难与挫折，去实现自己的追求与理想。有人说，有两样东西丧失之后，才发现它们价值连城。这两样东西就是青春和健康。这既是经验之谈，也是至理名言。健康专家指出：如果把人的身体健康比作1，把智慧、才华、事业、成就、财富等因素比作0，那么，有了身体健康这个1，后面挂的很多0才有价值；如果身体健康是0，那么后面的0再多，也毫无意义。这一“数论”很富有哲理，它强调了身体素质在人生中的地位作用，揭示了健康是成才的第一要素的道理。

健康有益成才，成才依赖健康。同学们，为了拥有健康的体魄，希望你们在认真刻苦学习各门文化课的同时，一定要增强卫生健康和安全保护意识，积极响应刚才八年级六班团支部的倡议，注意个人卫生，注意维护公共卫生，保持阳光心

态，养成良好的卫生习惯，从我做起，从现在做起，从细节做起，坚持锻炼，增强体质，争做城市卫生倡导人。

1626年4月9日以前，英国著名哲学家、作家和科学家培根提出了“知识就是力量”的著名格言，在竞争日趋激烈的今天，我们是否也可以说“健康就是幸福，健康也是力量”。祝愿同学们拥有更多的知识，有更多的健康，有更多的力量，去创造美好的人生！谢谢大家。

小学生国旗下讲话爱国卫生运动篇四

今天我国旗下讲话的主题是：爱国卫生月。

同学们，四月是个春暖花开的季节，可你知道四月是还是个月什么月吗？告诉你吧，四月是全国爱国卫生月。因为卫生工作关系到每一个人，所以请大家在日常工作、学习、生活中积极主动做好卫生工作，保持良好的正确的卫生习惯，促进健康成长。

1、保持良好的个人卫生习惯，注意饮食卫生，不能在路边小摊随便购买食品，因为路边摊卫生根本就不能得到保证，各种尘埃、苍蝇、不干净的食品用具等都隐藏着多少有害细菌，但是我们有时也发现有的同学放学后喜欢在这些路边小摊驻足购买食品，这是非常不卫生的。在个人卫生习惯中，养成饭前便后要洗手，勤剪指甲，勤洗澡，不随便使用别人的生活用品，如毛巾、衣服、拖鞋、餐具等。遵守作息时间，做到起居有规律。

2、均衡饮食，随气候变化而增减衣服，定期运动，充足休息。在日常生活中同学们应该按照生活规律，定时用膳，三餐饭做到定量，不能饿一餐，饱一餐，特别是早晨，我们有的同学就往往因为睡懒觉而未吃早餐，这对身体健康和学习精力都是不利的。同学们早晨起床后到户外锻炼，呼吸一些新鲜的空气，伸伸腰，踢踢腿，跑跑步都是很有好处的。另外随

着天气变化而适当增减衣服，不要着凉了。

同学们，美丽的环境需要我们共同营造，文明的习惯靠我们平时一点一滴地养成。

小学生国旗下讲话爱国卫生运动篇五

家，一个多么温馨的字眼；家，一声多么熟悉的心跳！家，是社会的基本细胞，是人生的避风港湾。家，能在你孤独时摆脱寂寞，受伤时抚慰心灵，能让你继续鼓起勇气，扬起生命的风帆，迎接新的挑战。家，是亲情与爱的标志，谁都离不开家，正如生命离不开水，空气和阳光。

鸟儿感谢蓝天让它飞翔，鱼儿感谢海洋让它徜徉，花儿感谢阳光让它绽放，我们感谢家让我们健康成长！作为家的小主人，我们不能只享受家赋予的温暖，更有责任为营造家的温馨与快乐出力。在5月15日“国际家庭日”来临之际，让我们营造一屋灿烂阳光，并把一份温暖送给爸爸妈妈、爷爷奶奶，让爱住进我们的家！

我的国旗下讲话毕，谢谢大家！