

2023年保护文化遗产的演讲稿 国旗下讲话保护眼睛(模板8篇)

演讲稿也叫演讲词，是指在群众集会上或会议上发表讲话的文稿。演讲稿是进行宣传经常使用的一种文体。演讲的作用是表达个人的主张与见解，介绍一些学习、工作中的情况、经验，以便互相交流思想和感情。那么你知道演讲稿如何写吗？以下我给大家整理了一些优质的演讲稿模板范文，希望对大家能够有所帮助。

保护文化遗产的演讲稿篇一

尊敬的领导、老师们，亲爱的同学们：

大家上午好！

今天，很荣幸在这里和大家一起交流关于“坚持”的问题。

每次看《西游记》，总觉得率真叛逆的悟空带给我们的是敢于上天入地的酣畅淋漓。而迂腐无能的唐僧则令人愤怒之至了：自己没什么盖世武功，面对妖怪只能束手就擒。危难时刻除了会念紧箍咒就是哭。那么这一形象真的就没有打动人的地方了吗？仔细想来，面对形形色色的妖怪，悟空曾想到过回花果山水帘洞，八戒更是吵着分行李回高老庄，而唐僧却从没说过放弃，只要没有被妖怪吃掉，他就要继续往西走。他是那种一边哭一边摸眼泪，一边执着前行的人。相比一般凡夫俗子，唐僧的伟大之处就在于此了。他有一种韧性，一种不服输的精神。他告诉人们：成功并不是什么遥不可及的神秘事情，只要坚持了，就能胜利！

大凡成功者，没有一个不是靠坚持的。

喜欢篮球的同学都熟悉林书豪吧。一提起他，人们往往会津

津乐道纽约尼克斯队的五连胜，和林书豪从板凳球员一跃成为耀眼明星的传奇故事。

林书豪很小的时候就开始接触篮球了，他的父亲深信成功来自于扎实的基础，他为儿子制定了严格的家庭训练制度：每周训练三次，每次三十分钟，风雨无阻。持之以恒的坚持训练，让他牢固掌握的基础技术。

高一时，林书豪入选了校队。然而，虽然拥有美国国籍，但歧视和嘲讽一直在学校里伴随着林书豪。每当他走进篮球场的时候，就会有人不屑地说：“快回去吧，中国人，这里是篮球场，没你的事！”还有人说：“看他那细长的亚洲人眼睛，能看得见篮板吗？”……林书豪在接受美国《时代》周刊采访时说：“所有你能想象的那些关于亚裔的脏话，我都听过。”面对四面而来的歧视甚至辱骂，林书豪没有退缩，也没有回击，他选择了坚持训练和打球，决心用成绩来赢得尊重。

高中毕业后，林书豪被他梦想中的学府冷落后，他选择了进入哈佛大学。哈佛篮球队是一支不折不扣的弱旅，作为一个非选秀出身的球员，而且没有特别出众的技术特点，林书豪的篮球前景一度并不被看好。他甚至没有表现的机会。他犹豫过，他的坚持，一度几乎达到了极限。随着新秀香伯特的受伤，林书豪意外地在尼克斯队获得重新上岗的机会。凭着出色的表现，他终于完成了破茧成蝶的蜕变，成了熠熠生辉的明星。

林书豪有着被人嘲笑梦想，他在走向梦想的路上屡屡受挫，但是他始终没有放弃。是他对梦想锲而不舍的坚持，当稍纵即逝的机会来临时，让他终于取得了梦寐以求的成功。

我想此刻，有的同学肯定会说，我也想成功，我也曾一度认真听课，认真完成作业。但经过一段时间后，我的成绩也没见有多少长进，我觉得学习又没有了方向。

同学们，成功与失败最终取决于意志的较量。心理学研究也表明：凡有惊人成就的人，他们所表现出来的意志品质主要有自觉性、果断性、坚持性、自制性。由于完成目标一般需要相当长的时间，所以这其中对我们考验最多的就是坚持性。

再加一把劲儿，眼前就有可能是别有洞天，豁然开朗。

英国有一位叫约翰·克里西的作家，年轻时勤奋写作，但受到了接二连三的沉重打击，共收到七百四十三封退稿信。他说：“不错，我正在承受人们所不敢相信的大量失败的考验。如果我就此罢休，所有的退稿信都将变得毫无意义。但我一旦获得成功，每封退稿信的价值都将重新计算。”到他逝世时为止，约翰·克里西一共出版了五百六十四本书，无数的挫折因他坚持不懈而变成了惊人的成功。所以说，坚持是成功前的一种状态。我们可以接受有限的失望，但是一定不要放弃无限的希望。

阿里巴巴的马云说过：今天很残酷，明天更残酷，后天会很美好。但绝大多数人都死在明天晚上。

同学们，求学的征途上沼泽遍布。也许，不懈的追求总是山重水复，那么，为什么不学学唐僧呢？遇到高山，就攀山越岭；遇到激流，就涉水而过。困境面前，让我们时刻叮嘱自己：只要迈过山重水复的懊恼与沮丧，迎接我们的定会是柳暗花明的欣喜与震撼。

保护文化遗产的演讲稿篇二

夜，很静，静得空灵、完美。我坐在书房，翻着一本相册。时间，仿佛在那时扭曲，我回到了过去，捡拾着幸福。

我和父母站在黄山的莲花峰顶，眺望着天际。只见，长满了绿树的山头，一轮初升的太阳挂在蓝汪汪的天空之下。山间好似“泉水激石，泠泠作响；好鸟相鸣，嚶嚶成韵”。咔嚓！

我与父母在这儿的一张自拍照留在了相册中。

美妙的乐，美丽的景，沁人心脾。我捡拾起了幸福，那是亲情的幸福。

初一的运动会上，我竭尽全力地飞奔着。这时，我突然滑了一跤，重重地摔在了跑道上，望着远远的终点线，我倍感无助。这时，同学们自发围了过来，“加油！不要放弃！你必须行的！”。一句句深情的话语，一道道动情的目光让我信心倍增。我咬咬牙，忍着痛，一鼓作气，冲向终点。咔嚓！又是一张照片记录下了这件事。

句句鼓励，道道目光，充满自信。我捡拾起了幸福，那是友情的幸福。

初的一个夜晚，我咬着牙，奋笔疾书着。这时，一道数学题把我难住了。我绞尽了脑汁，用尽了各种方法，可不论我如何尝试，却怎样也解不出来。这可怎么办呢？我抓耳搔腮，脸色通红。突然，我灵光一现，嘴角微微上扬。我尝试着逆着往上推。最终，我解出来了。我喜出望外，眼泪浸湿眼底。咔嚓！母亲在这时为我照下了这张值得回忆的照片。

困难的题，艰难的坎，无所畏惧。我捡拾起了幸福，那是成功的幸福。

生活中，有着许多幸福，我享受着，捡拾着。

夜，清凉透心；泪，打湿了相册。幸福在生活的点点滴滴之中，我将继续记录着，捡拾着，欢乐地成长着。

保护文化遗产的演讲稿篇三

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家早上好!

今天我讲话的题目是“谱写青春的美好乐章”。

在新学期正式上课的第一天，很高兴又和大家相聚在校园里，相聚在国旗下。在刚刚过去的这个寒假里，我的脑海中常常回想起和大家在一起的每一刻美好时光。老师们课堂上的精心讲解、黑板上的清秀字迹、办公桌前的伏案沉思、论坛上的慷慨陈词，同学们课堂上的专注神情、运动场上的奋勇拼搏、舞台上的尽情歌唱、考场上的奋笔疾书，以及和你们一起参加冬锻长跑的每一个时刻，无不常常闪现在我的眼前。仿佛校园里每一处都有你们的影子，空气中每一处都有你们的呼吸。因此，我想说：“尊敬的老师们，亲爱的同学们，欢迎你们回到我们的校园，因为你们，我们的校园变得更加生机勃勃、丰富多彩。”

不经一番寒彻骨，怎得梅花扑鼻香。透过20xx年的新春时光，回首20xx年的日日夜夜，总有一种力量让我们激动不已，总有一些往事令我们感慨万千，总有一些喜悦让我们难以忘怀。20xx年，是田中分校师生大步向前、竞展风采的一年，教师发展再上台阶，学生成绩再创新高，学校面貌焕然一新，发展规划顺利启动。学校、教师和学生的每一点进步，都让我们自豪。面对20xx年新学期，我们满怀憧憬。在这美好时刻，我想说的有很多，但始终有两个字一直在我的思绪中萦绕，这两个字就是“青春”。

亲爱的同学们，青春是人生最灿烂的花季，是人生最宝贵的黄金时期，但青春也是最短暂的。正如席慕容所说：“青春是一本太仓促的书”。面对稍纵即逝的青春，希望你们认真思考一个问题，那就是“如何谱写青春的美好乐章？”

郭沫若曾说过一句话：“人世间，比青春再可宝贵的东西实在没有，然而青春也最容易消逝。最可贵的东西却不甚为人所爱惜，最易消逝的东西却在促进它的消逝”。

我们每个人都有青春，但并不是每个人都能珍惜青春。别人无法夺去你的青春，但你自己却可能浪费自己的青春。新的一年，我真诚地希望你们深刻理解金校长在昨天的开学典礼上赠送给大家的“文明、明理、立志、践行”八个大字，学会做人，学会做事，学会生活，学会学习，在自己的青春沃土中，播种一颗感恩之心、播种一种律己行为、播种一份责任之感、播种一个自省习惯。

青春是有限的，有限的青春正向你走来；青春也是美丽的，美丽的青春正企盼着你的奋斗；青春将因你的奋斗而更加美丽、灿烂和辉煌！我们的生活是平凡的，她需要我们用心去感受她的色彩，思索自己的热情和梦想。她还需要我们坦然面对，不断超越，用我们的行动谱写青春的美好乐章！

送玉兔，硕果丰收千里艳；迎金龙，宏图再展万年春。在这美好的时刻，祝愿全体同学学业进步、健康成长；祝愿全体老师身体健康、合家幸福；祝愿我们的学校繁荣昌盛、前程辉煌！

我的讲话完了，谢谢大家！

保护文化遗产的演讲稿篇四

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

早上好！

当我们抬起头注视着鲜艳的五星红旗冉冉升起时，你们有没有想过：是什么让我们看到了这激动人心的情景？对，是我们的眼睛！

眼睛是心灵的窗户，拥有一双明亮的眼睛是一件多么幸福的事情。我们每个人小时候都拥有一双明亮的眼睛，拥有过夏夜繁星闪烁的天空。可是渐渐地，由于读写姿势不当，打游戏过多，用眼过度，许多人的视力不断地下降，蓝天不再明

净，繁星变得一片朦胧。看看，我就是这样一个例子。我想，大家一定不愿眼镜带来的不便伴随自己一生吧！

6月6日是世界爱眼日，就是要我们每时每刻都应牢记保护眼睛。有资料显示，我国眼睛不好的人数居然仅次于世界第一的日本，因此也被称为“中国眼”。我国的盲人达到了500万，占全世界盲人总数的18%；而且每年约有45万人失明，这意味着几乎每分钟就会出现一例新的盲人。我国的近视率达到了1000万。保护视力刻不容缓，为此，我呼吁：为了你能继续拥有一双明亮的眼睛，为了你能拥有更明净的天空，每一位同学都要把保护眼睛的信念牢记心中，都要把爱护眼睛的要求落实到自己的日常行为中。为此，我建议大家作到如下几点：

- 1、始终保持教室内充足的光线，光线不足时要及时开灯。
- 2、看电视和操作电脑时，要保持一定用眼距离和坐姿的端正。眼保健操要正确到位。
- 3、养成良好的读书写字习惯，读写姿势要端正，背部要伸直，颈部保持直立，做到“三个一”，也就是眼睛离书本一尺，手指距笔尖一寸，胸脯与桌子隔一拳。不正确的握笔姿势和不良的读书习惯要随时纠正。走路和乘车时也不要看书，不要躺着看书，不在光线过强或过暗的地方看书。
- 4、保证充足的睡眠。充足的睡眠是消除疲劳，恢复学习能力的重要原因，也是保持身体健康的主要因素。
- 5、多做户外运动，经常远眺，使眼睛得到休息，调节视力，解除疲劳。
- 6、不偏食，多吃奶制品、鱼蛋、肉等，少吃糖果和含糖高的食品，合理的安排我们的饮食结构，从饮食中获取充分的营养物质。多吃蔬菜，尤其是胡萝卜等含多种维生素的食品。

做到以上6点并不难，只要同学们自觉执行，只要老师们随时提醒，及时纠正，我相信，同学们一定会拥有一双更清澈、更明亮的眼睛，一定会拥有一片更广阔、更明净的天空！

我的国旗下讲话到此结束，谢谢大家！

保护文化遗产的演讲稿篇五

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

早上好！

同学们，你们是否知道，当前我国小学生的近视率已达到30%，中学生达到60%，大学生竟达到了80%。根据近年来的跟踪调查与统计，我国的近视率在不断地上升，可见，保护眼睛，预防近视已刻不容缓！因此，今天我讲话的主题就是“保护眼睛，预防近视”。研究结果表明，不正确用眼，不注意用眼卫生以及饮食不均衡、睡眠不足等都是现代儿童近视率大增的主要原因。那么同学们要如何保护好自已的眼睛，预防近视的发生呢？在此，我建议大家做到以下几点：

1. 要多做些有益眼睛的活动。如多做眼保健操、跑步、做广播操、打球、踢毽子等。每节课间，一定要走出室外，向远处眺望，这样能使眼睛得到休息，调节视力，解除疲劳。
2. 读书、写字姿势要端正。眼睛和书本的距离要保持一尺，不要躺在床上看书，也不要走在走路时或者在动荡的车厢内看书。
3. 不要在光线微弱的地方或强烈的阳光下看书、写字。
4. 不要长时间地看电视或者玩电脑和手机。
5. 要保证充足的睡眠。充足的睡眠是消除疲劳、保持视力的

重要因素。

6. 要养成不偏食，不挑食的好习惯。多吃一些对视力有益的蔬菜、水果和粗粮，少吃含糖份高的食品。

同学们，让我们行动起来，一起保护视力、预防近视，继续拥有一双明亮的眼睛吧！

我的国旗下讲话到此结束，谢谢大家！

保护文化遗产的演讲稿篇六

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好□xx年4月20日8时02分，一场突如其来的7.0级地震无情地撕裂四川省雅安市芦山县的大地。望着电视、电脑上的受灾人数的上升，望着一片片废墟瓦砾，望着一张张因失去亲人而痛苦的脸，我的心猛地受到震撼，突然有一些些害怕，害怕我会失去一切。

尽管害怕，电视上的画面还是深深地烙在我的脑海里：那是一对姐弟，也是留守儿童，跟着爷爷生活。20日早晨，姐姐起床倒垃圾，被倒下的房子砸中，这时12岁的她意识到地震了，立刻扑向2岁的弟弟，抱着他的头保护他。弟弟在姐姐的保护下只是擦伤了皮，可姐姐却被砸成重伤，一直昏迷在医院。在芦山县的医院，大量的伤员送过来，但因为医院严重受损，所以手术室也只是临时帐篷医院。一小伙子抱着父亲等待手术，因为没有座位，儿子抱了他父亲整整一小时！记者采访他时，他抱着父亲说：“没事，我不累。”

生命是脆弱的，在天灾面前总是那么的不堪一击，一瞬间的差距就会有悲剧发生；生命又是坚强的，看着一条条生命的心跳回暖，我们的心总是一次又一次的被感动。我静听自己的心跳，那沉稳的跳动，带给我极大的震撼：这就是我的生命，

我不能让它白白地存在，我要在我有限的生命里，好好地利用它，让它在这个世界创造出属于它的一切！

学会珍惜吧，一切的一切，都会如昔日的太阳，永远回不来了。我们为什么不在今日好好珍惜呢？那些平凡的生活中的点点滴滴的呵护与关爱，那些平时纯真的笑脸，那些在大自然里的万千生灵……都值得我们好好地珍惜与爱护，因为这一切，构成了我们美好的生活。珍惜一切就是珍惜自己。

朋友啊，学会珍惜吧，过去的永远无法挽回，只有学会珍惜，才会拥有一切你该拥有的！

学会珍惜吧！

保护文化遗产的演讲稿篇七

保护濒危动物是一项耗资巨大而又十分艰巨的工作，需要采用法律的、行政的、经济的和舆论的综合手段来完成。以下是本站小编整理的保护动物国旗下讲话，欢迎大家阅读。

同学们：

早上好！根据《中华人民共和国野生动物保护法》规定，每年十一月为全国“保护野生动物宣传月”。早在100多年前，意大利传教士圣·弗朗西斯就倡导在每年的10月4日“向献爱心给人类的动物们致谢”。为了纪念他，人们把10月4日定为“世界动物日”。每年的这一天，世界各国的人们都会以不同的形式开展爱护动物的各种活动。

人类进化的每一步都离不开我们身边的动物。不幸的是，随着城市的扩张、环境的污染、人类对自然资源的无度开采，动物的家园被侵犯了，它们的生命正受到威胁。从娱乐项目中作为活靶子的野兔，到身体里永远插着管子被活取胆汁的

月牙熊;从顷刻间轰然倒下的百年老林,到可可西里依偎在母亲尸体旁取暖的小藏羚羊……无不记着人类对动物、对大自然犯下的罪行。

在这个孤寂的星球上,动物是我们的芳邻,大自然是我们的家。爱护动物、保护环境就是爱护我们自己。同学们,一个人保护动物的能力有限,如果大家联合起来,力量就会无限!让我们每个人从“不吃野生动物;做动物的好朋友,不残害动物;用实际行动宣传和落实动物保护措施;对残害动物的行为予以谴责和举报”做起,以实际行动去抚平动物们流血的创口;构筑一顶屋檐,为那弱小的生命挡风遮雨;生出一对翅膀,插在地球背上,让她能够飞翔!

同学们,让我们提高自己的生态道德文明意识,为进一步营造保护野生动植物、保护生态环境的良好氛围而努力吧!

早在100多年前,意大利传教士圣·弗朗西斯就倡导在每年的10月4日“向献爱心给人类的动物们致谢”。为了纪念他,人们把10月4日定为“世界动物日”。每年的这一天,世界各国的人们都会以不同的形式开展爱护动物的各种活动。

人类进化的每一步都离不开我们身边的动物。不幸的是,随着城市的扩张、环境的污染、人类对自然资源的无度开采,动物的家园被侵犯了,它们的生命正受到威胁。从娱乐项目中作为活靶子的野兔,到身体里永远插着管子被活取胆汁的月牙熊;从顷刻间轰然倒下的百年老林,到可可西里依偎在母亲尸体旁取暖的小藏羚羊……无不记着人类对动物、对大自然犯下的罪行。

在这个孤寂的星球上,动物是我们的芳邻,大自然是我们的家。爱护动物、保护环境就是爱护我们自己。同学们,一个人保护动物的能力有限,如果大家联合起来,力量就会无限!让我们每个人从“不吃野生动物;做动物园的好朋友,不残害动物;用实际行动宣传和落实动物保护措施;对残害动物园的

行为予以谴责和举报”做起，以实际行动去抚平动物们流血的创口；构筑一顶屋檐，为那弱小的生命挡风遮雨；生出一对翅膀，插在地球背上，让她能够飞翔！

尊敬的老师，亲爱的同学们：

早上好！今天我国旗下讲话的内容是《保护野生动物》

同学们，你们知道吗？每年十一月是全国“保护野生动物宣传月”。在我们美丽的家园里，有许多可爱的小动物，它们是人类的好朋友，给我们的生活带来了无穷的乐趣。

蔚蓝的天空、广袤的大地是动物们自由自在的家，可是，随着人类利益心的膨胀，人类把魔掌伸向了动物，他们用猎枪瞄准了它们，把珍贵的动物关进笼子，它们悲哀的眼神好象在说：“放了我，还我自由。”甚至一些人捕杀动物，把它们当成自己盘中的美餐。

当蔚蓝的天空变成了狭小的笼子，当草原上再也看不到它们奔跑的身影，当它们一个又一个在枪声中倒下时，我们的心也被深深地震撼了。

据统计，我国的野生动物资源呈下降趋势，有许多动物已处于灭绝状态。如犀牛、高鼻羚羊、新疆虎、野马、等10多种珍贵动物已经基本绝迹。另外长臂猿、华南虎、亚洲象、野骆驼、黑颈鹤、扬子鳄等二十多种珍稀动物濒临灭绝。

在这个的地球上，动物是我们的邻居，大自然是我们的家。爱护动物、保护环境就是爱护我们自己。同学们，一个人保护动物的能力有限，如果大家联合起来，力量就会无限！让我们从不吃野生动物做起，从不残害动物做起，用实际行动保护它们，为弱小的生命挡风遮雨；让它们在地球上永远地生存下去。

同学们请你记住：小鹿是我们的伙伴，喜鹊是我们的朋友，森林是我们的兄弟，草原是我们的姐妹，海洋是我们的父母，江河是我们的祖先，让我们爱他们，像爱自己的亲人一样保护野生动物。

保护文化遗产的演讲稿篇八

大家好，我是来自高一2班的阳佩洁。今天我演讲的题目是“保护地球母亲，净化校园环境”。

大家都知道，由于人类向自然界过度的索取，已经导致了大自然无情的报复，全世界因干旱等原因而造成的迁移性难民预计到20xx年达1亿人。

各种惨痛的生态教训，已经引起世界各国的重视。生活在地球上，我们都希望天空湛蓝如镜，脚下的大地绿草如茵，身边的湖水清澈明净，眼前的阳光灿烂如金，这样我们才能幸福地去生活和工作。

同学们，正因为我们是21世纪的主人，我们才更应当切实地树立起保卫家园的'责任感，着眼身边，立足校园。在铁中美丽的校园里，我们可以做的有很多很多。首先，我们要爱护学校公物和基础设施；其次，不要随地乱扔垃圾，大大小小的果皮纸屑要放入垃圾箱内。不随意踩踏草地、不损坏校园绿色植被。也许这小小的行为举止就能给我们的校园环境带来大的改变。同学们，“勿以善小而不为”，在这里，我诚挚地向大家发出倡议，请各位老师、同学们，都能从我做起，从小做起，从身边做起，从现在做起。让我们一起行动起来，保护地球，净化校园。努力把我们的校园变得更加美丽吧！

相信这小小的善举，能净化我们的校园环境，更能净化我们的心灵。

谢谢大家!