

2023年小学生六年级国旗下讲话演讲稿 (优秀6篇)

演讲作为人类一种社会实践活动，它必须具备以下几个条件：演讲者、听众、沟通二者的媒介以及时间、环境。演讲的直观性使其与听众直接交流，极易感染和打动听众。下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

小学生六年级国旗下讲话演讲稿篇一

大家早上好!

我叫~~，来自六(6)班这个温暖的大集体。作为一名升旗手，我感到十分的骄傲与自豪!

同学们，你们知道“最快而又最慢，最长而又最短，最平凡而又最珍贵，最容易被忽视而又最令人珍惜的东西是什么?”对，就是时间!

“书山有路勤为径，学海无涯苦作舟”。可在知识的海洋中，我们懂得的却是微不足道。在过去的日子里，我们用在学习方面的时间少得可怜，遗失的时间已经可以汇成一条河，而我们学到的知识则连一条小溪也不能形成。人类流传了五千年的知识文化，岂是短短几十年能学完的?要想自己脑袋不那么空空如也，要想使自己成为一个不被现代社会抛弃的人，那么就要从现在做起，学会珍惜时间，努力学习。时间是不等人的，想挤出时间很不容易，但失去时间却是轻而易举。吃饭时，时间从饭碗里流过，洗脸时，时间从脸盆里流过，睡觉时，时间从呼噜声中流过，有人想挽留时间，时间却从挽留的手的缝隙中流过。

“花有再开日，人无再少年”。所以，同学们，请记住：成功，只会光顾那些珍惜时间的人。

小学生六年级国旗下讲话演讲稿篇二

老师、同学们大家好：

虽然各级卫生行政部门查处了一批大案要案，但在取得阶段性成果的同时，还要清醒地认识到，保障食品安全任重而道远，绷紧食品安全这根弦，无论是现在，还是将来，都是政府乃至全社会的共同责任！为了建设一个富裕、安康、美丽新斗门，让我们手牵手，心连心，从现在开始抓好学校食品卫生安全工作。学校食品卫生安全工作为其重要，因为它关系到我们全体师生的身心健康问题。如果忽略了这项工作。其后果不堪设想。大家都知道病从口入，所以不能忽略学校食品卫生安全工作。那怎样作好学校食品卫生安全工作呢？跟我们全体师生密切关系是学校食堂、小卖部。这两个部门必须要严格把好食品（食物）进货质量关。严禁学校向无卫生许可证的单位和个人订购集体用餐食品。不允许过期、变质的食品进入校园，食堂炊管人员、食品营业员必须定期健康检查，必须持健康证上岗，未经体检和体检不合格者，不得从事这项工作。我们学校的食堂，还有小卖部，可以告诉老师同学们，你们可以放心的在自己学校食堂和小卖部用餐、购买食品因为他们都经过卫生防疫部门检验批准过的，有卫生许可证的。

一、建立合理的膳食制度。膳食制度常随学习情况、生活习惯和季节不同而异。一般以一日三餐为好，因为食物进入胃后，在正常情况下，4-5个小时可以排完，一日三餐刚好适应胃的消化机能。全天热量分配，一般主张早餐占总热量的25-30%，中餐占40-50%。提倡早餐吃好，中餐吃饱，晚餐吃少是有一定道理的。学校上午一般有四节课，不吃早饭就上学，会使学生机体热量不足，上课精力不足，容易疲劳，严重的会头晕无力，影响身体健康和学习效果。

二、作为学生应掌握一定的食品安全卫生知识，做好个人防护，以下几点提请大家注意：

(一)、购买食物时，注意食品包装有无生产厂家、生产日期，是否过保质期，食品原料、营养成分是否标明，有无qs标识，不能购买三无产品。

(二)、打开食品包装，检查食品是否具有它应有的感官性状。不能食用腐败变质、油脂酸败、霉变、生虫、污秽不洁、混有异物或者其他感官性状异常的食品，若蛋白质类食品发粘，渍脂类食品有嚎味，碳水化合物有发酵的气味或饮料有异常沉淀物等等均不能食用。

(三)、不到校园周边无证摊贩处购买盒饭或食物，减少食物中毒的隐患。

(四)、注意个人卫生，饭前便后洗手，自己的餐具洗净消毒，不用不洁容器盛装食品，不在食堂乱扔垃圾防止蚊蝇孳生。

(五)、白开水是的饮料，一些饮料含有防腐剂、色素等，经常饮用不利于青少年学生的健康。

(六)、养成良好的卫生习惯，预防肠道寄生虫病的传播。

(七)、生吃的蔬菜和水果要洗干净后再吃，以免选成农药中毒。

(八)、少吃油炸、烟熏、烧烤的食品，这类食品如制作不当会产生有毒物质。

针对年龄特点，同学们应该主要做到以下几点：

1、养成良好的卫生习惯。饭前便后要洗手。不良的个人卫生习惯会把致病菌从人体带到食物上去。比如说，手上沾有致病菌，再去拿食物，污染了的食物就会进入消化道，就会引发细菌性食物中毒。从而引起腹泻。

2、选择新鲜和安全的食品。购买食品时，要注意查看其感官性状，是否有腐败变质。尤其是对小食品，不要只看其花花绿绿的外表诱人，要查看其生产日期、保质期，是否有厂名、厂址、生产许可证号(qs号)等标识。不能买过期食品和没有厂名厂址的产品。否则，一旦出现质量问题无法追究。

3、食品在食用前要彻底清洁。生吃瓜果要洗净。瓜果蔬菜在生长过程中不仅会沾染病菌、病毒、寄生虫卵，还有残留的农药、杀虫剂等，如果不清洗干净，不仅可能染上疾病，还可能造成农药中毒。需加热的食物要加热彻底。如菜豆和豆浆含有皂甙等毒素，不彻底加热会引起中毒。

4、尽量不吃剩饭菜。如需食用，应彻底加热。剩饭菜，剩的甜点心、牛奶等都是细菌的良好培养基，不彻底加热会引起细菌性食物中毒。

5、不吃霉变的粮食、甘蔗、花生米(粒上有霉点)，其中的霉菌毒素会引起中毒。

6、警惕误食有毒有害物质引起中毒。装有消毒剂、杀虫剂或鼠药的容器用后一定要妥善处理，防止用来喝水或误用而引起中毒。

7、不到没有卫生许可证的小摊贩处购买食物。

8、饮用符合卫生要求的饮用水。不喝生水或不洁净的水。是喝白开水。

9、提倡体育锻炼，增强机体免疫力，抵御细菌的侵袭。

只要从以上几个方面入手，认真学习食品卫生知识，掌握一些预防方法，提高自我卫生意识，就能限度减少食物中毒的风险度，从而预防食物中毒，保证我们的身体健康。

小学生六年级国旗下的讲话演讲稿篇三

老师们、同学们：上午好！

今天国旗下讲话的主题是——规范日常行为，崇尚文明礼貌。

众所周知，我国是个历史悠久的文明古国，被称为礼仪之邦。我们的祖先历来注重文明礼貌，类似于孔融让梨、程门立雪的故事早已家喻户晓。文明礼貌反映了当今社会人与人之间互相关心、互相尊重的友好关系也反映了人们自身文化修养的水平。

可是，我们常常看到学校里还存在着与文明礼貌行为完全背道而驰的不良现象。部分学生缺少集体荣誉感，娇气任性，情绪不稳定，心胸不宽阔，老师好，对不起，没关系，谢谢之类的文明语言已很难从他们的口中听到；部分同学，故意随手乱扔垃圾，脏话随口就出；操场地面上的痰迹、墙壁上的脚印、球印、饮料水印，更是历历在目；更有甚者，个别同学恶言相向，几句话不投机便与同学拳脚相加。正像歌德所说，一个人的礼貌是一面照出他的肖像的镜子，不妨我们每个人也用这面镜子照一照，照一照自己的行为，更照一照自己的心灵。你可能要问：我很想成为一个讲文明懂礼貌的人，可我怎样去做呢？其实很简单，请同学们重温并对照《小学生日常行为规范》，找出自身与《规范》要求的差距，并在日常生活中克服和纠正不符合《规范》的言行，努力做到心中有《规范》，行动见《规范》，通过我们的实际行动去播种美、去传播爱，让文明礼貌之种种在自己心中，让文明之花开放在校园，让礼貌之果结遍校园。

在此，向同学们发出倡议：从今天开始，从现在做起，努力做到以下几条：

- 1、讲礼貌用语。希望学生每天能对他人讲一句礼貌用语，遇到师长主动问好。

2、摒弃一种陋习。在老师和家长的帮助下改正不良生活习惯和学习习惯。比如学会微笑待人，以表亲切友善；座位边准备一个马夹袋以存放垃圾；上课拒收发言，不乱插嘴；用餐后将剩菜剩饭倒入指定器具内，有序摆放餐盒；餐后水果在餐厅食用，果皮不乱扔。

3、学会自主管理。遵守早读、午诵、活动课纪律，养成良好的学习习惯，营造良好的学习氛围。

4、积极锻炼身体。认真参加大课间活动，吃得起苦、经得起摔，跟班进场，认真活动，遵守秩序。

5、做好眼保健操。知道保护视力的重要意义，按要求做好眼保健操，不能开眼睛，更不能随意离开座位走动。

6、珍爱自己生命。校园内不奔跑，上下楼梯靠右走，坚持做到不骑自行车到学校。

让我们一起努力，从小事做起，从自己做起！一旦做到了，相信这样的情景校园里随处可见：地面干净无杂物，卫生工具排放整齐，课桌座椅排列整齐，门窗讲台干净整洁。

国旗下讲话到此结束，谢谢大家！

小学生六年级国旗下的讲话演讲稿篇四

敬爱的老师们，亲爱的同学们，大家好：

我是六（5）班的xx□今天我国旗下讲话的内容是“毕业班：挥洒斗志，成就梦想”。

又是一周过去，新的一周开始，面对冉冉升起的朝阳，我在脑海里浮现的就是两个词——斗志和梦想。斗志就是风帆，指引着我们向前，而梦想则是旅程的终点。

六年级的同学们，期中考试刚过去不久，这是最容易松懈的时候，距离毕业考试还有大半年，而对于择校的同学而言，年底可能就要自主报名了，我们要好好把握小学生涯剩下的宝贵时间。

我想要说的是，不管你现在的成绩如何，都要相信自己，在老师们的指导下，修订复习计划，按照计划稳扎稳打，步步为营，查漏补缺，提高应试技巧，增强信心，坚定信念，抓好每一分每一秒，朝着自己的梦想前进。借此我也想对学弟学妹们说几句——千里之行，始于足下。努力培养自己遵守校规校纪的意识，规范自己的行为，养成良好的学习习惯，为将来打好基础；盛年不重来，一日难再晨。及时当勉励，岁月不待人。

最后，真诚地祝福六年级的同学们考上理想的初中，祝福正在拼搏的九年级的哥哥姐姐们考上理想的高中。

谢谢大家！我的演讲完毕！

小学生六年级国旗下的讲话演讲稿篇五

寒假刚刚过去，在这个寒假里，我做了许多有意义的事情。第一，我有幸被邀请到北京人民广播电台radio774去录制英语节目“小鬼当家”，这是我第一次到广播电台录音，在电波中能听到自己的声音，我真的很兴奋。第二，春节前夕，我和班级的几名同学在学校组织下去慰问了孤寡老人，和他们一同包饺子、一同联欢，给他们带去新春的祝福；还有一件有意义的事，春节后我去了中国残奥管理中心给我们的校外辅导员、我们的老朋友奥运冠军的何军权叔叔拜了年。在他的宿舍里，没有双臂的他用脚熟练地操作着电脑，给我看了许多新闻媒体对他的采访报道，其中给我留下深刻印象的是中央电视台《东方之子》节目介绍他刻苦训练的事迹。他因没有双臂，在泳池中无法用手触摸电子记时板，他只能用头撞击，由于用力过大，头部经常撞出血……正因为他付出

了常人无法想象的艰辛，在雅典残奥会上，何叔叔夺得四枚金牌，打破三项世界纪录。他还给我写了一句赠言：“笑对人生，希望对人生充满信心”。我要时时刻刻用这句话激励自己，无论生活，还是学习。

新学期开学第三周，我有幸当上了光荣的升旗手，这是老师和同学对我的信任。请大家放心，作为大队委员，我会努力去为同学服务、为班级服务。我一定更加严格要求自己，笑对人生，为学校增光。

小学生六年级国旗下讲话演讲稿篇六

人们常说：“父爱如山，母爱似海”，那么师爱呢？师爱是一缕缕春风，让学生的心灵开满鲜花；师爱是一片片阳光，让学生的成长健康完美。沐浴在育明老师浓浓的师爱中，我们幸运，我们幸福！

校长的大爱给我们指引了方向。开学典礼上，刘校长铿锵的话语犹在耳畔：“育明的教育思想是“以人为本，追求卓越；没有最好，只有更好；考虑将来，终生发展”；育明的培养策略是全面加特长的培育模式，近水要解，远水要续，立足现在，着眼未来；育明的培养思路是：注重身心健康、心理品质，完善人格能力培养，为学生的终身发展服务——”这些话语如强心剂注入我们的血液，让我们拨开迷雾，找到了未来的方向，那就是我们成长不是为今天而是为了明天，我们的成功不仅是家庭个人的荣耀，更是为了民族的荣誉，祖国的未来。

老师们的爱为我们保驾护航。听啊，拔河比赛时老师那响彻校园的加油声，看啊，她们虽没手握绳子却使出全身力气的身影。烈日当头，她们早已挥汗如雨，却不停地抚摸每一位同学被绳子勒红的手掌。老师，您可否知道，您对我们的爱太深太深，让我们温暖，让我们的内心充满力量！

是谁坐在阴冷的走廊里为我们批改作业?她不停地呵气,但在每一次呵气后都更加专注。那是我们的数学老师、语文老师、物理老师、化学老师,是什么使你们在阴冷中坚持一分一秒?是您对我们的爱,那无私的爱,那为了我们甚至可以以健康为代价的爱!那爱,让我们学会坚持,永不放弃!

曾以为,讲台不是舞台,不需要那么多激情,曾以为,舞台上的活力四射搬到现实中,会成为荒谬的笑话。可当我们在课堂上,听着老师把课文读得抑扬顿挫、激情澎湃,看着老师把表情融入文章,醉心其中。这时,即使是那激昂到变了调的声音,慷慨到变红了的面色,也让我们感到无比的神圣。曾以为课堂就是知识的传授,可生物老师那清晰的讲解,歌唱般动听的声音,让我们陶醉;物理老师那幽默的风格,让我们对物理不再畏惧;化学老师严谨的思维,有序的推进,让我们一天一个进步;数学老师课上课下奔忙的身影,让我们无不为之动容,史地政也同样让我们盼望着,享受着——老师们的敬业不也正是爱生的体现吗?谁说高中生活苦?谁说高中生活枯燥?沐浴在育明老师们爱的海洋中,我们拥有了最快乐最充实的生活。

敬爱的老师们,爱的一一点一滴,都让我们深深感动;爱的一丝一缕,都被我们深深收藏。你们为我们付出的太多太多,却从不渴求任何回报。你们对我们的爱早已超越了师生之情,而升华到了伟大的博爱,那种爱是从不偏私的,因为你们视每一个学生都如同子女,都会为他的失败而伤怀,为他的成长进步而倍感喜悦。多么庆幸,我们来到育明,在师爱的沐浴中,我们不再孤单,在师爱的吹拂下,我们茁壮成长,师爱带给我们的不仅是知识的丰富,更是人格的健全和高远的视野。

敬爱的老师们,再多的语言,也无法表达对你们的感恩;再多的行动,也无法报答你们那浓浓的爱。我们所能做的,就是用优异的成绩来为育明争光,让育明因我们的存在而感到幸福和自豪!谢谢你,育明高中,谢谢你们,育明敬爱的老师

们!