最新国旗下演讲预防疾病 小学生预防疾病国旗下讲话稿(通用5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

国旗下演讲预防疾病篇一

亲爱的老师们、同学们：

大家早上好!

1935年12月9日，一个令人痛心，但值得我们永远纪念的日子。在这一天，一场轰轰烈烈的爱国运动在北京爆发了，当北京的爱国学生在听到蒋介石下令“绝对不抵抗”后，他们像雄狮一样怒吼起来，把“九·一八”以来郁积在心头的仇恨和对一个腐朽政府的愤怒都迸发出来，开展了抗日救亡斗争，掀起了“一二·九”运动。作为中国人，我们不能忘记这段历史;作为学生，更应该牢记这段历史。

今天我们站在国旗下，怀着敬仰的心情，共同回顾78年前那个不平凡的日子，缅怀那些投身民族救亡运动的爱国青年，缅怀那段为争取祖国的独立、民族的自由而舍生忘死的历史。

正义、热爱祖国是人类永远赞扬的美德，今天，虽然没有战争，但面对屈辱的历史，面对列强的竞争，我深知我们的祖国还是发展中国家，党的为我们描绘了宏伟的民族复兴蓝图，刚刚结束的三中全会更是发出了深化改革的最强音，我们正在从大国向强国不断奋进，在这条道路上还需要几代人的不懈努力。

当代中国面临的挑战正是我们中国少年面临的挑战，新的形势和任务正期待着我们新一代的少年，期待着我们发扬崇高的爱国主义精神，确立改变中国面貌的志向与决心，掌握富国强国的现代化知识和技术。我们要继承一二九运动的精神，坚定理想信念，坚持认真学习，刻苦磨砺，才能真正无愧于这个伟大的时代。

我们每一位同学的心中都有一份火热的爱国情，可是，你们是否知道怎样做才算是真正的爱国者?傅雷先生在他的家书中曾告诫他的儿子傅聪说，“热爱祖国就要对祖国尽自己的责任。”作为21世纪的青少年，爱国最基本的前提就是了解祖国的悠久历史、壮丽山河和灿烂文化，进而热爱家乡、美化校园、关心身边的每一个人。这样，你才能用行动去证明自己是爱国的。著名教育家陶行知说过：“今天多做一份学问，多养一份元气，将来就能为国家多做一份事业，多尽一份责任”。

同学们，少年智则国智，少年强则国强，少年进步则国进步，我们是祖国的希望，祖国的未来必将属于我们。“天下兴亡，匹夫有责”，作为学生，我们要珍惜时间，刻苦学习，努力拼搏。我相信，只要我们志存高远，就一定能取得优异的成绩。让我们踏着先行者的脚步奋勇前进，让“一二九”运动这面爱国报国的旗帜在我们心中高高飘扬。让我们用少年梦托起中国梦的美好明天，我们要为中华民族的伟大复兴而读书!

国旗下演讲预防疾病篇二

大家好!

不同的传染病有不同的治疗方法，但基本的预防措施是相通的，我们只要注意以下几点，就能有效地减少疾病的发生和传播。

1.合理膳食，增加营养，要多饮水国旗下预防春季传染病演讲稿，摄入足够的维生素，宜多食些富含优质蛋白、糖类及微量元素的食物，如瘦肉、禽蛋、大枣、蜂蜜和新鲜蔬菜、水果等;积极参加体育锻炼，多到郊外、户外呼吸新鲜空气，每天散步、慢跑、做操、打拳等，使身体气血畅通，筋骨舒展，增强体质。

3.勤洗手，并用流动水彻底清洗干净，包括不用污浊的毛巾擦手;

4.每天开窗通风，保持室内空气新鲜，尤其宿舍、电脑室、教室等;

5.合理安排好作息，做到生活有规律;注意不要过度疲劳，防止感冒，以免抗病力下降;

6.不食、不加工不清洁的食物，拒绝生吃各种海产品和肉食，及吃带皮水果，不喝生水。不随便倒垃圾，不随便堆放垃圾，垃圾要分类并统一销毁。

7.注意个人卫生，不随便吐痰国旗下演讲稿励志幽默，打喷嚏;

8.发热或有其它不适及时就医;到医院就诊戴口罩，回宿舍后洗手，避免交叉感染;

9.避免接触传染病人，尽量不到传染病流行疫区;

10.传染病人用过的物品及房间适当消毒，如日光下晾晒衣被，房内门把手、桌面、地面用含氯消毒剂喷洒、擦拭。

春季传染病虽然种类繁多，但只要我们重视预防工作，做到早发现、早隔离、早诊断、早治疗，就可以有效地阻断传染病的流行与传播。

国旗下演讲预防疾病篇三

亲爱的老师、同学们：

大家好！

今天国旗下讲话的题目是《秋冬季传染病的预防》。

转眼已到深秋，明天就是二十四节气中的霜降了，下一个节气就是立冬，我们一起来关注预防秋冬季传染病的话题。

秋冬季节，天气渐渐冷了，风大，空气比较干燥，呼吸道疾病的病原体更容易存活，而我们的呼吸道黏膜受到冷空气刺激，抵抗病原体的能力下降，这两方面的共同作用导致了秋冬季呼吸道传染病的`多发。

秋冬季常见的呼吸道传染病包括了大家都比较熟悉的流行性感冒、流行性腮腺炎、水痘、麻疹等等。队员们，要想不被这些传染病侵袭，少得病，我们需要做到以下几点：

1.注意气候变化，及时增减衣物。秋冬季节，气温变化较大，我们特别要注意身体的冷暖，早晚及时添加衣服。

2.保持室内空气清新。虽然天气寒冷，但在每天上课前、课间以及中午时间，应该给教室通风，保持空气流畅。

3.养成良好的生活习惯。不吃不清洁的食物，不吃生食，不喝生水，不随便丢垃圾，生活有规律，保持充分的休息睡眠，营养均衡、健康的饮食对提高自身的抵抗力显得相当重要。

4.进行适当的体育锻炼。秋天人体的新陈代谢开始旺盛起来，正是运动锻炼的好时机，我们应积极参加体育锻炼，多呼吸新鲜空气，增强体质。

5.加强个人卫生和个人防护，养成良好的卫生习惯。要勤换、勤洗、勤晒衣服、被褥，绝不随地吐痰。勤洗手，打喷嚏或咳嗽时用纸巾掩住口鼻，与呼吸道传染病患者接触时佩戴口罩，这些都是保护自己不受疾病侵害的有效措施。

6.尽量少去人员密集、通风不良的场所。

7.一旦出现咳嗽、咽痛、流涕等身体不适的症状，在家及时告诉家长，在校及时告诉老师，联系家长就医检查。做到早发现、早治疗。

队员们，学校为我们创造了良好的学习条件，为了让我们的校园生活更加精彩，请加强体育锻炼、注意身体健康，抵御传染性疾病！

最后预祝大家快乐学习，健康成长！

谢谢大家！

国旗下演讲预防疾病篇四

亲爱的老师、同学们：

大家好！

我是一4班的刘硕。今天我国旗下讲话的题目是《预防传染病》。

同学们，你们痛快了，而有的生物也高兴了。冬季的教室可是细菌的温床啊。在他们的眼中，你就是手无缚鸡之力的金主，只能任凭他们的侵略。要知道，冬季可是许多呼吸道传染病的高发的季节。例如流行性感冒、流行性脑膜炎、流行性腮腺炎、麻疹、肺结核、水痘等。

或许同学们会觉得这些疾病离我们都很遥远。其实并非如此，我们身边就有真实的例子。因为有人患上了水痘，且没有及时开窗通风等原因而导致水痘蔓延，以至于全班都停课。若因生病而无法为自己的梦想，为自己的.未来拼搏，这岂不是非常可惜？因此我们都需要做好冬季疾病的预防。

这些传染病的传播途径都是通过空气经呼吸道传染的。所以我们必须认真做好以下几点预防工作。

1.随着天气变化增减衣物，避免受凉。否则，抵抗力下降，细菌、病毒易侵入。

2.保持工作、学习、生活环境，通风换气，教室应在每节课后开窗通风，其他教学生活用房应每天开窗通风2-3次，每次20分钟左右。实验证明：有效通风20分钟，即可将室内空气完全更新，清除室内致病微生物，较室内消毒更为有效、方便。当然，寝室的通风也是很重要的，所以请寝室长们监督定时开窗通风。

3.注意生活规律，保证充足睡眠，以增强免疫力。

4.保证饮食营养，补充水分，多吃水果、蔬菜，适当补充维生素的摄入。

5.适度锻炼，增强体质。

6.做好免疫预防。讲究个人卫生。

7.早发现、早报告、早治疗。

最后，希望大家都能保持健康、愉快的心情，全心全意地投入到学习生活中。

我的讲话完了。谢谢大家。

国旗下演讲预防疾病篇五

亲爱的老师、同学们：

大家好！

转眼又到了年末，冬天到了，天气渐渐冷了。随着气温的降低，呼吸道疾病的病原体，如细菌、病毒等更容易存活，而我们的呼吸道黏膜受到冷空气的刺激，抵抗病原体的.能力下降，这两方面的共同作用导致了冬天呼吸道传染病的多发。冬天常见的呼吸道传染病包括了大家都比较熟悉的流行性感冒、流行性腮腺炎、水痘、麻疹等等。我们要特别注意这些学校中常见的传染病的预防。

要想不被这些传染病侵袭，我们需要做到以下几点：

1、注意气候的变化，及时增减衣物。人着凉时，呼吸道血管收缩，血液循环减少，局部的抵抗力下降，容易患病。

2、保持室内空气清新。虽然天气寒冷，但在每天上课前、课间以及午休时间，应该要打开门窗通风，保持空气流畅。

3、养成良好的生活习惯。充足的睡眠、营养均衡的饮食都有助于调节我们身体的各种机能，增强我们的抗病能力。

4、进行合理的体育锻炼。适当的户外运动，可增强身体的血液循环，提高抵抗力。

5、加强个人卫生和个人防护。勤洗手，打喷嚏或咳嗽时用纸巾掩住口鼻，与呼吸道传染病患者接触时佩戴口罩，这些都是保护自己不受疾病侵害的有效手段。

6、尽量少去人员密集、通风不良的场所。

7、主动进行免疫接种。

8、早发现、早治疗。一旦出现咳嗽、咽痛、流涕等呼吸道症状应及时就诊，明确诊断，科学用药。

最后祝同学们都能健健康康地过冬！