

最新小学国旗下讲话期试后的反思(精选6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？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

小学国旗下讲话期试后的反思篇一

老师们，同学们：

大家好！

冬天来了，天气越来越冷了，因为怕冷，许多同学都不愿意多动。其实，参加冬季体育活动，特别是室外的体育锻炼，对于我们中小學生来说，是非常有必要的。

首先，参加冬季体育锻炼，可以加速我们身体的新陈代谢，增加体内的热量，从而增强我们身体抵御寒冷的能力。所以，坚持冬季锻炼的人，他的抗寒能力特别强，比一般人要强8—10倍。

其次，冬季体育锻炼，大都在室外进行，由于不断受到冷空气的刺激，我们身体对疾病的抵抗能力就会增强。俗话说“冬天动一动，少闹病和痛；冬天懒一懒，多喝药一碗”就是这个道理。

再次，冬季体育锻炼，接受阳光的照射，可弥补在其他季节中阳光照射的不足。大家都知道，阳光中的紫外线能杀死人体皮肤、衣服上的病毒和病菌，对人体具有消毒作用。

如果没有健康的体魄和吃苦耐劳的精神，我相信每个同学都

不会有充足的精力投入到学习和生活当中，所以说积极地参加冬季体育锻炼，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，跑步、广播操、球类、跳绳、踢毽子、跳橡皮筋等，都是很好的体育活动。每位同学除了积极的参加学校组织的各项集体活动之外，课余，可根据实际情况以及自己的个人爱好，选择不同的项目进行。

教育部、国家体育总局、共青团中央决定：从20xx年10月27日起，开展以“阳光体育与祖国同行”为主题体育锻炼活动的同时。从那年的11月份开始，我校同学就投入到“阳光体育与祖国同行”活动之中，全校学生都进行冬季晨跑锻炼的活动。我希望大家积极参加“阳光体育与祖国同行”活动，为了保证晨练效果，以晨跑为例，我对大家说说冬季体育锻炼的注意事项：

- 1、参加锻炼之前一定要做一些准备活动。防止肌肉拉伤，关节扭伤等现象的发生。
- 2、跑步时，眼睛看好前面的同学，不要盯着地上；手应该积极摆动，切不可插在口袋里；嘴巴也应该闭上，有的同学一边跑，一边讲话，这样非常不好，因为你张着嘴巴，就把跑步时带起的灰尘吃进去了。
- 3、冬季锻炼要注意预防感冒。冬季天气比较冷，锻炼时着装要合理，锻炼后要及时穿衣保暖。
- 4、参加冬季锻炼要有顽强的毅力、持之以恒的精神，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。

同学们，寒冷的冬季已经来临，请用我们的实际行动和热情去拥抱冬季清晨的阳光，用健康的体魄和饱满的精神迎接生命中的每一天。

小学国旗下讲话期试后的反思篇二

各位老师，各位同学：

大家早上好！今天我国旗下讲话的题目是《天天都是环境日》。

六月，不仅有大家熟悉的儿童节和父亲节，还有一个特别有意义的日子——世界环境日。

一直以来，我们赖以生存的环境，引起了许多有识之士的极大关注。1972年6月5日，在人类环境会议上，通过了著名的《人类环境宣言》。同年10月，第27届联合国大会通过决议，将以后每年的6月5日定为世界环境日。

同学们，我们只有一个地球，地球是我们美丽也是唯一的家园。但我们人类却正在不经意间破坏了我们的生存环境。保护环境，保护地球已是刻不容缓，迫在眉睫！不要说，我个人的力量微不足道；不要说，我还小，无能为力；只要每人每天注意节约，爱惜每一支笔、每一张纸，一个班级的同学一年就保护了一棵大树，全校、全国、全世界的小朋友都讲究节约，一年就能保护一片树林；只要每人随手捡起一片纸屑，每人动员家中少用一个塑料袋、每人回收起一颗废电池，每个同学都不乱扔垃圾……我们就能减少许多污染，保护了环境。让我们从身边做起，从小事做起，大家行动起来，让天更蓝，让草更青，让小树更绿，让我们的地球母亲青春长在！让我们的校园更加干净整洁！

同学们，世界环境日，让我们一起保护学校环境、大银环境、

中国环境以及整个世界环境吧！

我的演讲完毕，谢谢大家！

小学国旗下讲话期试后的反思篇三

大家早上好：

在这春暖花开，万物复苏，万象更新的时节，我们又迎来了新学期的开始。在此，我代表学校校长室对大家表示热烈的欢迎，并祝同学们新学期顺心如意，学业进步，平安吉祥！祝全校教职员工作身体健康，工作顺利，家庭幸福！

过去的一个学期，记录着每个华南人的辛勤，蕴含着我们的智慧：校园的硬件建设进一步发展，教育教学质量全面提升，课堂纪律不断深化，我们成功地举办了华南建校十五周年校庆庆典。今后，新的学期开始了，新学期新起点，鼓舞人心；新目标新征程，催人奋进。我们华南人一定要有新的'思想境界，新的目标追求，新的精神面貌。开创“华南”改革与发展的新局面，谱写从教、求学生涯新的华彩乐章。

在此，我向大家提几点希望：

一、希望各位老师牢记“德高为师，身正为范”，真正做到“爱校如家，爱生如子”，全身心投入到教学工作中去。

二、希望同学们真正做到“热爱学校，尊敬老师，关爱同学”，珍惜青春，努力学习，天天向上。

三、希望各班级各年纪在日常管理中继续狠抓“安全文明，卫生节约”，让华南校园成为真正的安全、文明的乐园。

最后，愿全体师生以昂扬的斗志，奋发的精神，十足的信心，全身心投入到新学期的教学与实践中去；愿我们的明天，华

南的明天更加美好！

小学国旗下讲话期试后的反思篇四

敬爱的老师，亲爱的同学们：

原来，这种队伍最有利于群体飞行。最前面的大雁拍打几下翅膀，会产生一股上升气流，后面的雁紧紧跟着，这样，一只跟着一只，可以利用这股气流，飞得更快、更省力。在顶风飞行时，大雁的队形由“人”字形改为“一”字形，这样就能使整个雁群耗费的体力降到最低程度。大雁就是靠着这种整齐的队形，相互帮助，更快更省力地飞行，到达千里之外。

多么团结的雁阵！多么和谐的画面！正是因为团结友爱的力量使它们飞得更高更远！“众人拾柴火焰高”，“三人同心，其利断金。”一滴滴水只有融入大海才会永不干涸，一根根筷子只有捆在一起才会坚不可摧。这一句句充满哲理的话告诉我们：一个集体只有团结友爱、和谐相处，才能迸发出无穷的力量。

在我们美丽的校园，一幅幅和谐的画面随处可见！听，犯错时，同学友善的提醒，因成绩下降一蹶不振时，同学的鼓励，交往中的礼貌用语句句暖人心！看，前面的小同学提着垃圾桶多么吃力啊，后面的大同学紧跟上去，帮他一把；一个同学摔倒了，其他同学把他扶到医务室，学习上的互帮互助，赛场上的奋力拼搏，哪怕是班级取得荣誉时，集体发出的阵阵欢呼都是那么振奋人心！

团结就是力量。蚂蚁虽小，但许多蚂蚁团结在一起，却能拖动一根很大的骨头；一个人的力量虽小，但许多微弱的力量汇合在一起，就能排山倒海，战胜一切！同学们，付出一份友爱，你将收获两份快乐。让我们从身边的小事做起，多一份关爱，少一些争执，多一份真情，少一些矛盾，让生活中

不和谐的音符统统消失，用团结友爱奏出美妙和谐乐章！

小学国旗下讲话期试后的反思篇五

尊敬的老师，亲爱的同学们：大家早上好！

我是来自高三十二班的周xx，我今天在国旗下演讲的题目是《预防春季传染病》。

《增广贤文》中曾有莺花犹怕春光老，岂可数人枉度春。这么一句叫人珍惜春光的妙句，春天作为万木吐绿，欣欣向荣的季节，是同学们吸收知识，强身健体的最佳时节，但春季传染病这个隐患却潜伏在我们的身边。

春天是呼吸道传染病的高发季节，由于天气多变，时暖时寒，气候仍然比较寒冷干燥。人们经历了一个漫长的冬天，当春天来临之时，人体内环境很难一下子与外界环境相适应，这时候人体的免疫力相对低下，病菌，病毒等致病微生物趁机而入，侵袭人体，特别容易引起流感，流脑，流腮等呼吸道传染疾病，同时随着天气转暖，手足口病也逐渐抬头。若平时不注意锻炼，再加上室内空气不流通，很容易就发生传染性疾病。为了避免传染性疾病对同学们的困扰，我在这里给大家一些关于预防的建议。

一、学习之余，我们要养成良好的生活习惯和有规律的作息习惯，保持愉悦的心情，积极参加健身活动，只有我们的身体强壮了，疾病才不能趁虚而入。

二、关注天气的变化，随时跟着天气的变化增减衣服，注意保暖，避免着凉。

三、我们的教室，宿舍要经常开窗通风以保持空气的新鲜、流通和清洁，这一点在学校这种人员较多的环境里尤其重要。

四、平时要少去人多，拥挤的公共场所，尤其是通风不畅的地方，在感冒流行期间更要注意。

五、我们要注意个人卫生，勤洗手勤剪指甲，个人的生活用品，衣服被子等要在天气好的时候勤洗勤晒。

六、要在饮食上注意，多喝水，多吃蔬菜水果，以及高蛋白，高维生素的食物。

七、一定要保持充足的睡眠，不能过于疲劳，因为疲劳容易使我们的抵抗力减弱。

三更灯火五更鸡，正是男儿读书时。黑发不知勤学早，白首方悔读书迟。在这美妙的春日时光里，希望各位同学身体健康，掌握时间的主动权，用今天的汗水换取明日的掌声！

我的演讲到此结束，谢谢大家！

小学国旗下讲话期试后的反思篇六

转眼间，两个月的暑期生活结束了。在假期中，同学们参加兴趣的活动，向老师学习，向小伙伴学习，增长了不少的知识和本领；在爸爸妈妈带领下，外出旅游观光，开阔了的眼界；阅读课外书，的知识；还参加公益活动、家务劳动，的动手能力……假期，六十个日夜，大家过得多彩、有声有色。

在新的学期，你想怎样度过？你将以样的成绩向父母、向老师汇报呢？在这里，我想向大家几点希望：

1、要遵纪守法，做文明小标兵。俗话说：“规矩，不成方圆。”有的法律法规，学校有学制度规章。学生，要遵守的法律法规，遵守学规章制度和班级公约，校园秩序，共创优美的学习环境；要遵守社会公德，弘扬传统美德，尊老爱幼，讲文明、讲礼貌、讲秩序，一举一动要文明得体，争当文明少

年，共建文明校园。

2、要勤学好问，做学习小主人。学问学问，边学边问。现在是知识竞争的时代，知识将很难于未来社会。现在的主要任务是学做人、学知识、长本领。在课堂上，要听讲、思考、踊跃发言；在课外，要安排，预习与复习，多看书，多学习，增长见识。

3、要团结友爱，做同学好伙伴。有机会在一起学习，是彼此间的缘份，大家应该好好珍惜。要像兄弟姐妹一样相亲相爱，有，人人伸出友爱之手，帮助解决，有过错，大家理解、原谅，把的学校、班级建成温馨的大家庭，让每一位同学都能在大家庭里，、帮助和爱护。

4、要自强自立，做家庭小帮手。让有机会读书，让有个幸福美满的家，家长日夜奔波，辛勤劳动。子女，应该尽力而为，做做家务活，为父母分担家务劳动，减轻父母的负担；要多为父母着想，体谅父母、父母，做父母的好孩子。

5、要保护环境，做环保小卫士。人类地球。地球是人类赖以生存的唯一空间，地球的资源是有限的，再也破坏美丽的星球。保护环境，要从的身边做起。学校是我家，美化靠大家。学一员，要爱护学一花一草一木，要卫生值日工作，要敢于同不良作斗争，校园的整洁；在家里，要讲究环境卫生，不乱倒垃圾，拒绝使用易白色污染的塑料袋等；要节约水电，随手关灯关水，不浪费资源，为保护环境、保护地球的。

千里之行，始于足下。同学们，有理想才会有奋斗的，的奋斗，让从现在起，从开学的天开始，踏踏实实地学习，一步一步地前进，这才是迈向的惟一阶梯。