

最新宪法国旗下展示 普通话宣传周国旗下讲话稿(优秀10篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

宪法国旗下展示篇一

老师们，同学们：

大家好！

今天国旗下讲话的题目是《说好普通话》

本周是九月份的第三周，也是第推广普通话宣传周。本届推普周的主题是：说好普通话，圆梦你我他。

五千年文化的沉淀，五千年华语的传承，每一个中国人的脸上，正洋溢着华夏文明的灿烂。学好普通话，讲好普通话，这是我们每一个中国人责无旁贷的职责。随着祖国的强大，甚至连许多外国人也纷纷跨入了学汉语的行列。作为一名中国人，更应该为此感到骄傲，普通话作为汉语成了友谊的桥梁，沟通的纽带。爱祖国，讲普通话，这是我们每一个炎黄子孙共同的心愿。

在今年的推普周里，结合学校实际，我们将以班级为单位，积极开展“三个一”活动：在家庭或社会进行一次推普宣传。组织一次以推普为主题的班队会。开展一次经典诵读活动。

老师们、同学们，“推普周”虽然是短暂的，但“推普”的

任务是延续的。让我们齐心协力说好普通话，写好规范字；让我们从自己身边做起，使普通话从校园走向校外，人人都讲普通话，处处盛开文明花。

国旗下讲话完毕，请同学们整队离开操场，有序回到教室。

宪法国旗下展示篇二

尊敬的老师，亲爱的同学们：

早上好！

当你从电视里看到祖国的北疆面临严重的冰冻雪灾时，当你听到我国西南部分地区遭遇百年不遇的大旱时，当你抬头发现天空不再那么湛蓝时，当你抱怨天气为何如此炎热时，有没有意识到：这一切都是我们人类一手造成的？多年来，随着工业化进程的深入，大量温室气体，主要是二氧化碳的排出，导致全球气温升高、气候变幻无常、生存环境日益恶化，严重威胁着人类的健康与生命。

20xx年12月，被称为“拯救地球最后机会”的联合国气候变化大会在哥本哈根召开，一场“低碳革命”在全球悄然兴起，“节能减排”、“低碳生活”开始逐渐成为人们的共识。为普及气候变化知识，宣传低碳发展理念，鼓励公众参与，控制温室气体排放，国务院决定自20xx年起，将每年6月全国节能宣传周的第三天设立为“全国低碳日”。今年的6月13日—6月19日是全国节能宣传周，而昨天——6月15日是第4个全国低碳日，本次低碳日的主题是“低碳城市 宜居可持续”。

那么，该如何贯彻“低碳生活”理念呢？联合国环境规划署曾对个人“低碳生活方式”提出了几项小建议，如：把在跑步机上45分钟的锻炼改为到附近公园慢跑，可以减少将近1000克的碳排放量；不用洗衣机甩干衣服，让衣服自然晾干，可以减少2300克的碳排放量；休息时关闭电脑及显示器，可以将二

氧化碳排放量减少1/3。有调查显示，少搭乘1次电梯，能减少218克的碳排放量；少开冷气1小时，能减少621克的碳排放量；少看电视1小时，能减少96克的碳排放量；少开车1公里，能减少220克的碳排放量。可见，践行“低碳节能”对于我们来说是举手之劳。

“低碳生活”的核心内容是低污染、低消耗、低排放和多节约。具体而言有十个准则，即：拒绝塑料袋、巧用废旧品、远离一次性、提倡水循环、出行少开车、用电节约化、办公无纸化、购物需谨慎、植物常点缀、争做志愿者。希望我们每个同学都能树立健康生活、绿色生活理念，学习节能减排知识，选择低碳生活方式，努力使自己成为“低碳一族”。

宪法国旗下展示篇三

宪法大家都不会陌生，宪法是我国的根本大法，弘扬宪法精神，做一个守法的好公民是我们应尽的义务。下面是本站小编为大家整理的关于宪法中学生国旗下讲话，希望对大家有所帮助。

宪法中学生国旗下讲话1

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！今天我的演讲题目是《以宪为纲，知法守法》。

我叫--，是来自--第二实验中学一名幸运的中学生。说我幸运，因为我出生在一个崭新的时代，生长在一个法治的社会，一个法治的国家。

当我们站在岁月的肩膀上远眺，我们看到了，看到了那个旧社会里，封建腐朽的中国，看到了那个千疮百孔，令人心酸的中国。但此时此刻，我站在这里，用语言的力量来传达我的情感，这何尝不是一种幸运？而这一切，都要归功于我们和

平法治的国家，归功于国家的根本大法——《宪法》。

从小，家里的老人就教我们：无规矩不成方圆。后来，老师告诉我们：国无法不治，民无法不立。《宪法》对于一个国家而言，如甘露，如阳光；对于我们而言，如铠甲，如标杆。

今天我能够站在这里，因为宪法给了我受教育的权利，给了我了解民主法律的机会，给了我们大家一个和平稳定的社会。可以说，《宪法》是我们如今一切成就的根本。

爱国、守法，不止是说说而已。

我们作为一位炎黄子孙，有责任去维护我们祖国的和谐，而作为一名新时代的中学生，更应该去了解、去遵守我们国家的根本大法《宪法》。

生活中，时常会有同学说，宪法离我们很远。但是，你是否知道，我们时时刻刻受着宪法的保护？我们每天上学、接受教育，是遵守《宪法》，我们保护环境，节约资源，是遵守《宪法》，我们学习、践行社会主义核心价值观，也是遵守《宪法》。可见，《宪法》就在我们身边，《宪法》陪伴我们成长。

我知道不是每一个人都能够成为那种站在风口浪尖上去把握国家命运的人物，你我都是再普通不过的升斗小民，是这个庞大的社会机器上一颗小小的螺丝钉，但我相信有一件事情我们都可以做到，那就是遵守《宪法》，做一个知法懂法守法用法的人，用我们的法律知识，为我们的国家贡献自己的聪明才智。

让我们用宪法规范自己的行为，深入学习、宣传宪法，全面深刻理解宪法的基本原则和精神，充分认识社会主义制度的优越性，增强宪法意识、公民意识、爱国意识和民主法治意识，大力弘扬法治精神。不仅自己遵纪守法，同时把法制意

识宣传给周围的人，真正做到宪法在我们的一言一行之中，宪法更在我们的心中。

宪法很薄，也很重。它的沉重，是我们十三亿炎黄子孙的信念与希望，更是照亮我们每一位中国人，照亮这个崭新时代的曙光！所以，亲爱的同学们，让我们共同努力，学习宪法遵守宪法，以宪为纲，知法守法，做一名新时代的合格中学生！

我的演讲完毕，谢谢大家。

宪法中学生国旗下讲话2

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！

我是五年级的岳一，我今天演讲的题目是《学宪法讲宪法》。

老师说，法律是明媚的阳光。阳光照耀之处，耕地、河流、森林、草原、湿地、野生动物等等都有相应的法律保护着，法律的保护使天更蓝、草更绿、水更清，大自然更加和谐。

妈妈说，法律是一件安全的外套。人从一生下来开始，法律就对幼儿、小孩受教育、婚姻、生命财产不受侵害、社会医疗保障、老年抚养等等都作了明确的规定，法律的保护让我们快乐地成长，安全地拥有，幸福地生活。

爸爸说，法律是行动的指针。像我们开口不能骂人，伸手不能打人一样，我们的言行都要受到法律的约束，同时也受到法律的保护。大人们每做一项工作，每签订一个合约，都要涉及到很多法律条款，法律使我们的保护们的社会运行有序，和谐相处，健康发展。

哦，原来法律并不遥远，它就像空气、水、或面包一样，时

时刻刻在我们身边，须臾不曾离开。正是它，使人类远离丛林法则，创造今天灿烂而辉煌的文明。就像河流离开河床就会泛滥，大雁离开雁阵就会坠落，电脑离开防毒网络就会瘫痪一样，我们人类如果没有“红灯停，绿灯行”，交通就不会通畅，如果没有“杀人偿命，欠债还钱”，社会就会混乱，甚至走向消亡。法律就像一张无形的安全网，覆盖着我们生活的天空。

由此可见，加强法律的教育和培养守法意识同等重要。对于我们青少年来说，我们是祖国的未来，我们更应从小学习好法律知识，遵守法律和社会规则，将来成为一个文明、诚实、守信的人，成为一个对国家和社会有用的人。

在日常生活中，处处都离不开法律和道德。对于我们青少年来说，我们不需要做多少大事，我们先要从小事做起，从一点一滴做起。在拥挤的公车上，我们让一让座位；在红灯面前，我们停一停脚步；在道路两旁，我们弯腰捡起一片废纸；在家里，我们替父母分担一些烦恼。这都是遵守法律和道德表现，如果我们每个人都做到的话，那么，我们的国家，我们的生活，就会变的更美好。

我国有句古话叫做“没有规矩不成方圆”。就是说，无论做什么事都要有一个规矩否则就什么也做不成。对国家，对社会来说这规矩就是法。作为国家公民和社会成员，人人都要遵守法律，维护法律。我们小学生作为国家的小公民，社会的小主人，同样应该学法、懂法、守法，以保护我们自己的权益，不损害他人和社会的利益。只有从小养成遵纪守法的好习惯长大后才能成为对社会有用的遵纪守法的好公民。

今天我们是青少年，明天我们就是国家的建设者。现在不仅要学好知识，练好身体，养成良好的习惯，也要树立法律意识和养成良好的道德修养，懂法、知法、守法。法律是我们健康成长的保护神，也是做为一个小公民必须遵守的行为准则，我们每个人都要认真学法，做一个遵纪守法的好孩子。

宪法中学生国旗下讲话3

大家好，非常荣幸能有机会站在这个舞台上，今天我在这里的演讲题目是：法律就是秩序。

有人说，每个人从摇篮到坟墓，时时刻刻都离不开法律。的确，法律和我们每个人的社会生活息息相关，从个人的衣食住行、生老病死，到企业的生产运营、国家的政治经济、社会生活，都离不开法律。法律约束着人们的行为，似乎它给遵守者带来诸多的“不便”，但从长远和整体的角度来讲，却给整个社会包括遵守者本人带来毋庸置疑的益处。正如交通公益广告中说的那样：“没有红灯的制约，便没有绿灯的畅通。”

有人说“法律”是黑色的，因为它在犯罪人面前，意味着判决、处罚；“法律”亦可以说是红色的，因为它在无辜者面前，代表着正义，公平。当某人被证据确凿地证明有罪或无罪的时候，法律就得到了体现，正义就得到了伸张。法律在这个社会中是一种权威，人们需要参照它来生活；法律是一扇屏障，是那些弱小的人温暖的家，他们的利益在这里得到了保障，他们权利在这里得到了自由；法律更是一条粗大的铁链，它紧紧地绑住犯罪分子，让他们无法在这个社会中胡作非为。我认为，作为一个普通的公民，唯有知法才能守法，唯有让守法成为一种习惯，社会才能更和谐，人生才能更平安！所以，即使为了追求良好的目的，即使位高权重，也不能违反法律。

我们敬爱的周总理是守法的典范。有一次，总理去开会，在路上，司机违反了交通规则，交警批评司机却耽误了总理开会的时间。同车去的干部想和交警交涉，总理严厉制止说：“这怎么行？交通规则是政府颁布的，政府总理应该带头遵守。总理不遵守，就是带头破坏制度”。直到交警放行，总理一行才离开。守法必先严于自律，这是一种行为操守，更是一种道德修养。

我们国家多年的普法教育取得了累累硕果，原来很多对法律一无所知的人，如今都能运用法律来寻求一个说法，就像电影《秋菊打官司》里的秋菊一样，普通人的法律意识正在不断增强。但让守法成为一种习惯，确实还有相当漫长的道路要走。

在现实生活中，像成克杰、胡长清等腐败分子无视党纪国法，恣意践踏法律，给整个社会造成极坏影响的案例，在这里我们暂且不说。就让我们反思一下自己，每次过马路，我们是否都走斑马线？每次开车，我们是否都能做到不超速、不抢行？在我们很多人的思想中，遵守不遵守交通法规仿佛没有什么大不了的，这或许正是我国许多城市交通违法率居高不下的根本原因。

宪法中学生国旗下讲话4

大家好！

我今天演讲的题目是《学宪法讲宪法》，大家都知道，国有国法，家有家规，校有校纪，没有规矩不成方圆。一个国家没有严谨的法律支撑怎么可能得以快速发展呢？在我国，这部根本性法律便是——宪法。

作为当代的大学生、社会的中流砥柱、时代的新兴者，在维护与践行宪法方面当然有些不可推卸的责任。而要践行法律就要先了解其内容，熟悉相关的条例，在知法的前提下做宪法的践行者。

宪法规定了公民的基本权利与国家的根本制度，在国家中居于最高地位，具有最高的法律效力，其在内容上规定了国家的根本性问题从而成为法律规范的渊源。

我们走在新世纪的前端，健全的法律，和谐的社会，温暖的 家庭，无不充溢着我们年轻的心。然而，正是因为我们有着

年轻的心，才有一份狂妄，有一份叛逆。有些人从小偷小摸到杀人放火，从赌博到抢劫杀人，一步一步地走向了犯罪的深渊。我们该怎么办？难道要继续这样无知么？难道要继续这样冲动么？不！我们正值花季，我们正拥有的是一段纯洁而又美好的人生，站在人生的十字路口，我们更要明确方向，做到知法、懂法、守法，在法律的指引下，更加努力的前行。

“勿以恶小而为之，勿以善小而不为”小小的松懈便可能酿成一次大的失足。同学们，当你心情很不好，准备行动时，请你想一想自己的行动是否触犯了法律；当你受到不良侵害时，你又能否运用法律知识来保护自己呢？但是你真的明确的知道何为违法，何为犯罪么？如果不清楚，那就让我们努力吧！努力了解法律知识，宣传法律知识，号召大家共同行动起来，不要让因为对法律的无知而造成的悲剧在校园中上演。

历经道道岁月的刻轮和风雨的洗礼，在20--的尾声之前，我们迎来又一个124，一个非比寻常的日子，是值得每个人为之自豪、热血沸腾的日子，中华人民共和国的法制宣传日。而今年的124更显特别，它是我国的第一个国家宪法日。

作为新时代的学生，新世纪的江财人，让我们挑起繁荣祖国的重担，在现代化社会的潮流中，冲破艰难险阻，学好文化知识的同时，丰富我们的法律常识，健全我们的法律知识，养成遵纪守法的良好习惯，严格要求自己，共建人类文明，共建和谐校园！

是的，正是由于法律，尤其是宪法的存在，才使得我们的权利得以应有的保障。生活中它离我们并不遥远，让我们共同努力，坚持信敏廉毅的校训，在成长的道路上与法同行，做一名知法懂法的江财好青年，中国好公民！

谢谢大家！

宪法中学生国旗下讲话5

老师和同学们：

早上好！

2011年11月1日第十二届全国人民代表大会常务委员会第十一次会议通过设立国家宪法日。设立国家宪法日是法律界由来已久的呼声。12月4日是中国的全国法制宣传日。

之所以选择这一天作为全国法律宣传日，是因为中国宪法于1982年12月4日正式实施。党的十八届四中全会提出依法治国首要坚持宪法原则，全国人民代表大会就拟以立法形式设立国家宪法日。将12月4日定为国家宪法日。国家开展多种形式的宪法宣传教育活动。

全面开展宪法教育，弘扬宪法精神。建立国家宪法日具有重要意义。国家宪法日的设立是一个重要的仪式，它传达了依法治国的理念。国家宪法日的设立也是为了将宪法思想内化于所有公职人员之中。权力属于人民，属于宪法。

为什么所有人都应该学习宪法？俗话说：无规矩不成方圆，法律是我们整个社会每个人都应该遵守的规则。是的，我们应该在日常学习和生活中遵守基本规则，各种法律法规规范我们的行为。

在课堂上，学习《小学生守则》和《小学生日常行为守则》对我们的要求；当我们在家过马路时，道路交通安全法规范了我们的行为；《环境保护法》、《爱国卫生条例》、《小学生行为守则》等也对小学生在投掷废弃物和纸屑时做出了相应的规定。

《残疾人保护条例》对残疾人的关爱行为也作了具体规定。在学生上网方面，《未成年人保护法》和《未成年人防治法》都有明确规定。

法律在我们的学习和生活中无处不在。中华人民共和国宪法是中国的根本法，是国家制定的一切法律法规的根据。中华人民共和国公民必须了解宪法的内容，遵守宪法的规定。

如果每个人都能遵守法律，我们的社会将会更加和谐，人们的生活将会更好。

同时，我们应该知道：法律是规范我们言行的基本准则，它告诉我们什么可以做，什么不能做，我们只有严格遵守法律，才能学习和生活在一个健康快乐的成长的国家。

青少年是祖国的未来，民族的希望。儿童的法律素质在一定程度上决定着未来社会的稳定。

那么，让我们行动起来，从自己做起，从身边的小事做起，自觉学习法律知识，为构建和谐社会做出应有的贡献。

这是祖国对我们的期望！

我的演讲到此结束。

谢谢大家！

宪法中学生国旗下讲话

宪法国旗下展示篇四

同学们，老师们：

早上好！

每年的12月4日是全国法制宣传教育日，今天，我们庄严地举行升旗仪式，在鲜艳的五星红旗下，我们共同来拉开本次法制宣传教育日各项活动的序幕，今天我国旗下讲话的题目

是“学法、知法、守法、护法，为你、为我、为大家”。

为什么要全民学法呢?俗话说：“没有规矩不成方圆”，而法律就是我们全社会每个人都要遵守的规矩。是的，我们每天的学习、生活都要遵守基本的规矩，各项法律法规规范着我们行为，如升国旗时，《国旗法》对我们的行为要求就有约束，要庄严肃穆、要行队礼或注目礼；在上课、学习方面，《中学生守则》和《中学生日常行为规范》就对我们有所要求；在回家过马路时，《道路交通法》就对我们的行为进行了规范；在扔废品和纸屑时，《环境保护法》、《爱国卫生条例》、《中学生守则》等也都作了相应的规定；在对待残疾人的关爱行为方面，《残疾人保护条例》也作了具体规定；在学生上网方面，《未成年人保护法》和《预防未成年人犯罪法》都作了明确规定。一句话，我们的学习生活中处处涉及到法。而《中华人民共和国宪法》则是我国的根本大法，是国家制定其他一切法律法规的依据，所有中华人民共和国的公民都必须了解《宪法》的内容，遵守《宪法》的各项规定。

首先，守法必须从小事做起。有句古话大家可能知道，“勿以善小而不为，勿以恶小而为之”。有这么一个故事：一个大学毕业生到一家公司应聘。面试时，外面等了许多人，他觉得自己希望不是很大，但又想：既来之，则安之，那就试一试吧！应聘者一个个被叫到经理办公室，一个个又表情肃然地出来。当叫到他时，他没有像别人那样推门而入，而是敲敲门问：“我可以进来吗？”经理说可以，他才进去。几天后，他被意外地聘用了。工作了一段时间，他与经理熟悉了才把心中的疑惑说出：“您聘我时看中我的什么优点呀？”经理说：“说实在，你哪一条都不比别人强，我看中你的，是你进门时敲了门。敲门说明你懂礼貌，而懂礼貌说明你有教养，有教养的人代表着公司的美好形象。”我这样想，我们从小要培养文明礼貌的好习惯，进办公室要先敲门或喊报告，待老师允许后再进来，这是最起码的要求，敲敲门不是大事，还有平时的生活举止，待人接物等都是小事，但也体现了一个人的修养和素质。

其次，守法，要从小做起。有这样一句话：小时偷针，大时偷金，小时候拿人家一根稻草，大时牵人一头牛。作为家长和老师有一个担心就是孩子在外惹是生非或跟着别人学坏，我们有的同学是非观念淡薄。当欲望和约束力发生冲突时，不少同学便控制不住自己。比如说打游戏机和写作业发生冲突时，自制力不强的学生往往不做作业，更为甚者，有的学生迷上网吧，甚至旷课、逃学，这些都是不对的。

总之，各项法律都是为着最大多数人民的利益制定的，如果每个人都能遵纪守法，那我们的社会就更加和谐，人民的生活就更加美好。同时，我们要知道：法是规范我们言行的基本准绳，它给我们指明哪些事可以做，哪些事不可做，我们只有严格守法，才能在学习生活中健康快乐地成长。

青少年是祖国的未来，民族的希望。你们法律素质的高低，在一定程度上决定了未来社会的稳定程度。那么，让我们行动起来，从自己做起，从身边小事做起，自觉做到学法、知法、守法、护法，为构建和谐社会做出应有的贡献。这是祖国对我们的期望，是党和人民对我们的期望。让我们用实际行动来回应祖国和人民的殷切期望吧。

宪法国旗下展示篇五

尊敬的各位领导、老师：

大家好！

座的各位来自全国各地，大家分别用各自的方言来演讲，那么恐怕我们每个人都需要一名方言专家作翻译，否则谁也不知道别人在讲什么。而如果我们是用普通话进行演讲，可是普通话的发音不准，即使你在台上一番慷慨激昂，也只会让听者感到索然无味、失去兴趣。如果闹出笑话，那也无伤大雅，可是如果引起误解，造成不和，那则是得不偿失。那么我们还谈什么引起共鸣？还怎么共同发展？关于推广普通话的

这个话题，毕竟还需要我们不断地总结经验，提出新的发展计划。

人人都说普通话，才会让我们的沟通更加流畅快捷；人人都说普通话，才会让我们的工作更加快速有效；人人都说普通话，才会让我们生活更加和谐美好。古人云：勿以善小而不为。我们不能以各种借口来降低自己说普通话的要求。提倡大家说普通话，不仅是在改善我们的交流环境，促进社会和谐发展，更是在无形中增强了中华民族的凝聚力，民族自豪感。作为一名中国人，我们是国家形象的代表，我们更要时刻注意自己的言行。我们不但要说普通话，更要把普通话说标准，为普通话的推广落实起到光辉的榜样作用！

每当我用普通话讲课或交流时，那些音符、那些节奏似乎在与我的血脉一起跳动，此时，我心中常会涌起一种无比亲近的感情，那是对母亲的感情，那是对祖国和民族的感情，让我们都来说普通话。用我们的热情，用我们的行动，一起来把祖国的语言文字发扬光大！谢谢大家！

宪法国旗下展示篇六

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家好！

每天，当第一缕阳光照耀着我们的时候，我们兴高采烈地开始了一天的学习、生活。为什么我们可以在学校里聆听老师的教诲，坐在明亮的教室里读书、写字、学知识，长本领？是因为《宪法》中第二章第四十六条中明确规定：中华人民共和国公民有受教育的权利和义务。你们受着法律的保护，在法律的保护伞下，茁壮成长。你们是祖国的未来，是民族的希望。说到这里，想必同学们已经猜到了国旗下讲话的内容。今天我们就在《国旗下讲宪法》。

21世纪，我们要建设法治国家，依法治国。我想同学们应该对法律都有了一定的了解。宪法是母法，就像是家里的母亲一样，所有的法律都必须根据宪法产生，不得违背宪法。宪法规定了公民的基本权利和义务，使我们的人格、人身财产受到保护。宪法一共有第一百三十八条，如果你有兴趣，可以去图书馆或在电脑上查阅学习。无规矩不成方圆，国家无法则乱，家无法则衰。12月4日，是我们中国的“宪法日”。之所以确定为这一天，是因为中国现行的宪法是在1982年12月4日，正式实施，所以我们将每年的12月4日定为国家的“宪法日”。或许大家觉得《宪法》离我们很遥远，其实不然，宪法一直在默默的陪伴、保护着我们，它离我们很近。法律是一件安全的外套，从一出生开始，你们就是一个独立的个体，是具有独立人格的“人”，从这一刻起，你们就已经开始受到宪法的保护了。《宪法》中第二章第三十三条中明确规定：中华人民共和国公民在法律面前一律平等。国家尊重和保障人权。法律对幼儿、小孩受教育、婚姻、生命财产、社会医疗保障、老年抚养等都做了明确的规定，法律的保护让我们快乐的成长，安全的拥有，幸福的生活。

在红灯面前，我们停一停脚步；

在道路两旁，我们弯腰捡起一片废纸；

在家里，我们替父母分担一些烦恼。这些都是遵守法律和道德的表现。在我们学校，同学们也要遵守我们学校的校规，努力做到以下几点：

一、在学校遵守学校的各种规章制度。如：《小学生守则》、《小学生日常行为规范》等。

二、在学校里，我们要遵纪守法。从认真听课做起；

从保证每一个课间的纪律开始；

当你受到不良侵害时，你又能否运用法律知识来保护自己呢？我们走在新世纪的前端，健全的法律，和谐的社会，温暖的家庭，无不充溢着我们年轻的心。然而，正是因为我们有着年轻的心，才有一份狂妄，有一份叛逆。有些人从小偷小摸一步步走向了犯罪的深渊。所以在家要听家长的话，不做家长不允许的事情。在学校，要听老师的教诲，做一个德才兼备的好学生，在社会做个好公民，不争强好胜，尽量避免和别人发生冲突。作为未成年人，我们还要增强自我防范意识。建议同学们如果在遭到违法犯罪行为侵害时，要记住两点：第一，同学们要以躲避免受违法犯罪行为侵害为自己的首要任务，不提倡你们去同违法犯罪分子面对面搏斗，比较明智的做法是遇事不慌，然后设法摆脱或向四周的大人呼救，或拨打“110”报警。第二：如果同学们发现自己正在或已经受到非法侵害，就应该采取正确的途径解决，如及时向学校、家长或者其他监护人报告，由家长、老师或学校出面制止不法侵害，也可以向公安机关或者政府主管部门报告。

同学们，我们要从一名合格的小学生做起，当我们走出校园，融入社会这个大集体后，我们就能真正成为一名知法，懂法，守法的好公民。法治的社会是和谐的，法治的天空是湛蓝的，让我们携起手来，共同学法、守法、用法，争做21世纪的法治少年！

宪法国旗下展示篇七

亲爱的老师、同学们：上午好！

我想先问大家一个问题——今天你们吃过早饭吗？

猜一猜我为什么会想到这个问题？

有一句俗语叫“民以食为天”，大家一定听说过。从这句话，可以看出“食”对我们的重要性。其实，这句话告诉我们要重视“吃”，还要重视对“吃”的内容的选择。营养学家指

出，食物营养状况和营养成分的优劣是影响一个民族人口素质的重要因素，它也直接关系到青少年体能与智能的发育状况。

据调查显示，目前我国中小学生学习营养状况不容乐观，中小学生学习中挑食、厌食、偏食的人比较多，很多同学都有喜欢吃零食、不爱吃主食的习惯，不科学的饮食习惯导致营养不良的人不断增多。

那我们应该怎样科学地饮食，保证身体得到的营养恰到好处呢？

首先，要养成不挑食、不偏食的习惯。经常偏食、挑食，容易营养失调，影响健康。比如多吃糖容易引起龋齿、胃病、皮肤病；多吃肉容易导致动脉硬化、冠心病；多吃盐容易有高血压等等。按营养学要求，青少年一日的膳食应该有主食、副食，有荤、有素，尽量做到多样化。生活中要吃各种粮食，水果，蔬菜，鱼肉，蛋，奶等。

二要养成吃早餐的好习惯，一天之计在于晨，早餐不仅要吃，还要吃好。因此，我们吃早餐时，可以一碗粥、面的基础上增加一些营养丰富的鸡蛋、牛奶、花生、大豆等，这样可以吸收到充足的热量和营养，保证精力充沛地生活和学习。现在可知道我为什么要问大家吃过早餐没，我希望大家都能养成吃好早餐的习惯。

科学饮食的第三点是吃饭时千万不要太快。实践证明，多嚼有利于提高食物的消化率和保护肠胃，因此，我们饮食时要把食物嚼得细一些。

科学饮食，保证营养还有一个重点是不吃不洁食品。我们知道，许多食品的成分经过日晒，光化，发热分解，会引起内部变化而变质。到了夏天，气温越高，食物就更容易变质腐坏。所以大家要尽量不吃零食。特别是不能在露天小摊购买、

食用没有经过食品安全部门认证的零食。

同学们，青少年时期是增长知识、健康成长的关键时期，我们要多关注食品的安全与营养，养成良好的饮食习惯，选择科学的生活方式。好的生活习惯会让人终生受益，我祝愿大家都能健康、快乐地茁壮成长！谢谢大家！

宪法国旗下展示篇八

尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

大家早上好！

众所周知，国有国法，家有家规，校有校纪，没有规矩不成方圆。一个国家没有严谨的法律支撑怎么可能得以快速发展呢？在我国，这部根本性法律便是——宪法。

作为21世纪的大学生、社会的中流砥柱、时代的新兴者，在维护与践行宪法方面当然有些不可推卸的责任。而要践行法律就要先了解其内容，熟悉相关的条例，在知法的前提下做宪法的践行者。

宪法规定了公民的基本权利与国家的根本制度，在国家中居于最高地位，具有最高的法律效力，其在内容上规定了国家的根本性问题从而成为法律规范的渊源。

我们走在新世纪的前端，健全的法律，和谐的社会，温暖的 家庭，无不充溢着我们年轻的心。然而，正是因为我们有着年轻的心，才有一份狂妄，有一份叛逆。有些人从小偷小摸到杀人放火，从赌博到抢劫杀人，一步一步地走向了犯罪的深渊。我们该怎么办？难道要继续这样无知么？难道要继续这样冲动么？不！我们正值花季，我们正拥有的是一段纯洁而又美好的人生，站在人生的十字路口，我们更要明确方向，做到知法、懂法、守法，在法律的指引下，更加努力的前行。

“勿以恶小而为之，勿以善小而不为”小小的松懈便可能酿成一次大的失足。同学们，当你心情很不好，准备行动时，请你想一想自己的行动是否触犯了法律；当你受到不良侵害时，你又能否运用法律知识来保护自己呢？但是你真的明确的知道何为违法，何为犯罪么？如果不清楚，那就让我们努力吧！努力了解法律知识，宣传法律知识，号召大家共同行动起来，不要让因为对法律的无知而造成的悲剧在校园中上演。

历经道道岁月的刻轮和风雨的洗礼，在20_____的尾声之前，我们迎来又一个12.4，一个非比寻常的日子，是值得每个人为之自豪、热血沸腾的日子，中华人民共和国的法制宣传日。而今年的12.4更显特别，它是我国的国家宪法日。

作为新时代的学生，新世纪的江财人，让我们挑起繁荣祖国的重担，在现代化社会的潮流中，冲破艰难险阻，学好文化知识的同时，丰富我们的法律常识，健全我们的法律知识，养成遵纪守法的良好习惯，严格要求自己，共建人类文明，共建和谐校园！

是的，正是由于法律，尤其是宪法的存在，才使得我们的权利得以应有的保障。生活中它离我们并不遥远，让我们共同努力，坚持信敏廉毅的校训，在成长的道路上与法同行，做一名知法懂法的江财好青年，中国好公民！

谢谢大家！

宪法国旗下展示篇九

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家上午好！

今天我演讲的题目是《国旗下谈宪法》。那同学们知道什么是《宪法》吗？《宪法》与国旗之间又有什么联系么？《宪法》

与我们又有什么关系呢?下面我就和同学们谈一谈。

一、什么是宪法。宪法是我国的根本大法，她适用于每个公民，规定了我们的基本权利和义务，她具有最高的法律权威和法律效力。除宪法之外的其他法律的制定都必须以宪法为基础，任何法律的制定都不得与宪法相违背。由此可见，宪法的意义多么重大，多么庄严和神圣。

我国的宪法第一百三十六条规定中华人民共和国国旗是五星红旗。中华人民共和国国歌是《义勇军进行曲》。同学们，我们的国旗和国歌是写进宪法的。她是我们中华人民共和国的象征。那每当升旗的时候我们该怎么做呢?是全神贯注面对国旗，还是该窃窃私语呢?我希望同学们用好宪法所赋予我们的权力和义务。

三、为什么要学习宪法。我们国家是依法治国的国家，我们从呱呱坠地的娃娃开始就受到法律的保护。宪法和法律赋予了我们生活、学习、工作的权力和义务。我们必须学法、知法、守法做合格公民。否则，一旦有人触犯法律，就要受到相应的惩罚和制裁。最近几年，青少年的犯罪率一直攀升，好多孩子因为不懂法，不守法而最终锒铛入狱，毁掉了自己的一生。由此可见，学法对我们青少年来说是多么重要。

最后，请我们面向国旗，许下诺言：做学法、守法的好学生。

宪法国旗下展示篇十

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！

我是七年级3班学生苏丽，今天我在国旗下演讲的内容是“弘扬宪法精神，共建和谐校园”

何谓宪法？宪法，是一个国家的根本大法，是特定社会政治经济和思想文化条件综合作用的产物，集中反映各种政治力量的实际对比关系，确认革命胜利成果和现实的民主政治，规定国家的根本任务和根本制度，即社会制度、国家制度的原则和国家政权的组织以及公民的基本权利义务等内容。

“奉法者强则国强，奉法者弱则国弱”。而我们目前的现状是：保证宪法实施的监督机制和具体制度还不健全，有法不依、执法不严、违法不究现象时有发生。法治是人类文明进步的重要成果，一个国家只有形成体现法治精神、顺应时代潮流的法治体系，人民才能有尊严的生活，国家民族才能振兴。

21世纪是一个法制社会，所以我们一定要了解法律的重要性。俗话说：“没有规矩，不成方圆”，没有了法律我们的生活将无法正常的运行。有了法律，社会才有和平和秩序，否则我们将生活在一个混乱的世界里。我们应该要遵守法律，遵守规则。

同样，在学校中，我们也应该遵守校规，规范自身行为。从最基本的路队制、文明就餐做起。遵守校园规章制度，保护自身安全，防止意外发生也同样重要。校园安全，涉及到方方面面，其中包括交通、食物、火灾、溺水、体育运动、嬉戏导致的意外事故等等。我们不但要有安全意识，更要有防范意识 and 防范措施。

不要忽视遵纪的作用，“以小见大”的道理人人都懂。“勿以善小而不为，勿以恶小而为之”，现在小小的放松很可能会酿成将来大的失足。我们现在只有从一名合格的初中生做起，树立“一个观念”，即遵纪守法，尊老爱幼，讲究团结，刻苦学习，做文明广中人。才能在我们走出校园，融入社会后，真正成为一名知法、懂法、守法的好公民。

同学们，从今天起，从这一刻起，让我们一起踏上与法同行

的道路，从提高自我保护意识做起，要从文明的言行举止开始，共建和谐校园！

谢谢大家！

2016年11月28日