

# 2023年学会包容演讲稿 学会感恩国旗下讲话稿(实用12篇)

感恩是一种美好的情感，能够让我们内心充满爱与感激，传递出积极向上的正能量。小编为大家准备了一些感恩故事，希望能够给大家带来一些感动和启发。

## 学会包容演讲稿篇一

感恩教育一向是学校对学生进行德育教育的重要资料，感恩教育的目的是要求学生树立正确的道德观，学会关爱自我，关爱他人，有一颗感恩的心。

为了做好这次感恩教育主题活动，我精心设计了主题活动的流程，并从网上收集了相关的图片，歌曲等，努力为学生创造一种感恩的氛围，让学生真正意识到人应当有一颗感恩的心。

主题活动开始前，我播放了《感激》这首歌曲，随着歌曲旋律的响起，字幕的现实，学生很快地投入到了一种关注平静欣赏的情境之中，有的还跟着歌曲轻声的唱着。

歌曲播放完毕后，我问学生我们应当感激谁，学生兴奋了，七嘴八舌的喊着：“父母，教师，大自然，和平……”我明白他们只可是把歌词中所提到的感激的元素不假思索的重复了一遍罢了，并没有真正的体会到“感激”一词所包涵的情感。

我之后说道：“我们要感激的人和物很多很多，那我们最应当感激的是……”。学生大多数喊着说：“父母”，有少数声音很低说：“教师。”“那我们就来说说为什么要感激自我的父母吧”。“父母很辛苦”“父母关心我们”“父母每一天大清早起来为我们做饭，还有洗衣服。”“父母给了我

生命。”

我明白这对于一个六年级的孩子来说，回答这样的问题太简单了，为了调动他们的情感体验，使他们了解到父母对自我那份无私伟大的爱。我在屏幕上出示了一些感人的图片。图片很有顺序性，叙述的是一个婴儿成长成少年的过程。

第一张图片是一个五六个月大的婴儿正在甜蜜的熟睡，母亲深情的守护着他，谁知一出示后，学生一片哗然，有些调皮的男生还不由的说道：“好酷的贝贝。”女生则有些茫然。我明白可能是这张图片太温馨了，学生可能不明白我的意图所在了。我赶紧说道：“你明白那位呵护孩子的母亲心里想的是什么吗”“你是我的宝贝，你要欢乐成长”“你是我的期望，你要健康成长。”

学生反应的很快，随着图片的一张张显示(风雪途中的母女，陪伴残疾孩子的父母，做劳工的父亲)，一次次的心灵交流，学生的思想渐渐地有了一些思考感悟，因为随着图片的显示，相互的交流，班里变得沉静了，学生变得沉默了。少了课初的一些\_动和兴奋，多了一份凝重与深沉。

看着学生的情感被渐渐的调动起来，我们进入了下一个环节——回想亲情。说说在自我的生活学习中，父母的那些做法让你最难忘最感动。一个一向活跃的学生郭子健站起来了，说：“父母在他上五年级的时候，把他送到了私立学校，在一个下着大雪的早晨，母亲不顾路途遥远步行踏雪为他送棉衣的事让他难以忘记。”说着说着他的眼睛已经湿润了。

我明白他是一个很懂事的学生，感情很丰富也很细腻，我正要加以升华他的情感以带动大家情感时，谁知有七八学生紧跟着嘀咕说：“郭子健真会演戏，什么破事，还流泪。”由于这意想不到的插曲，刚才那和谐美妙的氛围又一次被打破。我只能示意他坐下，说：“他母亲做的这一切不值得他感激吗”可能是我的语调高了点，学生又陷入了沉默。我明白这

次不是思考，不是回忆的沉默，因为他们的头是低下的，眼睛也没有了那份自信和光泽。为了再次调动他们的情感，我说我向你们讲一个真实的故事：“以前一位母亲，因家穷，一次遇大雨，孩子鞋湿了，为使孩子早上穿上干燥的鞋，她竟然把湿漉漉的鞋穿在自我的脚上一夜未睡。”

## 学会包容演讲稿篇二

尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

大家早上好！

我是七一班\_，很荣幸能站在庄严的国旗下演讲，我今天发言的题目是：战胜严寒，把握冬天。

寒冬伴随着我们呼出来的白气悄悄来临，同学们早已经加衣保暖，防寒御寒，今天是12月8日距离冬至还有14天，这也意味着寒冷的冬天仅仅是一个开始，真正的数九寒天还在后面，所以目前我们面临的一个困难就是是如何与寒冷作斗争！当清晨的起床的铃声响起，需要我们离开温暖的被窝时，当路上行人稀疏，需要我们踏着寒霜迎着冷风上学时，当老师站在台上答疑解惑，需要我们用冻僵的双手记下笔记，认真做题时，严寒便成了我们现在最大的困难。随着气温的骤降，睡懒觉的同学增多了，迟到的同学增多。赖床，是因为没有勇气开始新的一天！课堂上，该需要我們用手来记、来写、来演算时，这些任务也全部由眼睛代劳了。

在困难面前，有的人畏惧了，退缩了。然而，在我们身边，总会有那么一部分人，他们不畏严寒，每天早早地来到学校，用心学习，埋头苦读。在他们身上，我们看到了战神困难的勇气和坚忍不拔的意志，仿佛腊月的梅花在骄傲地绽放，他们就是我们身边学习的榜样。

寒冬实际上是对我们信念的挑战，意志的磨练，毅力的考验。

生活中总有不可回避的不如意和痛苦。因此，要想开创辉煌的人生，我们就绝不能在不如意和痛苦面前退缩。勇敢地昂首追求，在严寒的冬天中用追求的激情扫除前进道路上的一切困难。

同学们，我们冷，人家也冷啊，你不努力，人家却在努力，你努力，可怕的是人家比你更努力。总有人在你还赖在床上时已经悄悄捧起书本，开始一天紧张的学习。

诗人席慕容说过：走到生命的哪一个阶段，都应该喜欢那一段时光，完成那一段该完成的职责，顺生而行，不沉迷过去，积极面向未来，生命这样就好！是啊，冬天也是季节的一部分，与其被动接受，不如积极面对。冬季并不意会着我们可以无所事事，像动物一样冬眠，冬天，我们有我们的任务，我们要可以在这个季节里韬光养晦，我们可以为明年、后年的中考积蓄力量。

严寒的冬天，让我们伸出热血沸腾的双手去把握它，不要对自己的能力有丝毫怀疑。把握冬天，你可以有思索，却不能犹豫。人的一生能为理想为追求拼搏的时日实在不多。同学们，把握冬天，珍惜那些已经的拥有；把握冬天，不要让时光悄悄地滑落；把握冬天，一如把握青春与命运，而把握了这一切，你就真正的把握了自己的明天！

同学们，请坚信，寒冬过后必是春天，虽然现在我们身处百花凋零的冬天，虽然我们现在在体会着天寒地冻的感觉，但是，只要我们梦无止境，青春总会奉献出它独特而实在的温暖；只要我们梦无止境，心中总能诗意联篇、温暖如春。只要有梦，没有一个冬天是不可逾越的！

我的国旗下讲话到此结束，谢谢大家！

## 学会包容演讲稿篇三

同学们，今天我想和大家谈谈集体。让我们先来做个实验：一张纸，让它竖着，它一定站不住；而如果很多张纸组成了一本书，就可以稳稳地立在桌面上。一颗树，在狂风来临时，有可能被连根拔起，只能等待命运的安排；但是，如果很多棵树组成了一片树林，就能稳稳地抵抗风雨的侵袭。这就是集体的力量。

学校是个大集体，班级是个小集体，人人为集体着想，就能汇成巨大的力量。一个班，从同学们坐在一起的第一天开始，就组成了这个集体。每个人就应该团结起来，为自己的班级贡献出一份力量。值日生每天尽心尽力保持教室卫生干净整齐，班干部尽职尽责地领读、组织纪律，学习上大家互帮互助，等等。这些看似微小的行为，却会令一个新集体在迅速有效地营造良好的班风，渐渐在同年级中脱颖而出。如果每位同学都爱自己的班集体，整个学校就会因爱而谱写出更新的篇章。

让我们来作个有趣的对比吧：

如果你是一滴水，那集体就是无边的海洋；

如果你是一颗草，那集体就是一片阴绿的草；

如果你是一颗树，那集体就是茂密的森林；

如果你是一个音符，那集体就是那美妙的乐章。

一个人不伟大，伟大的是集体，

是集体给了我们力量，

是集体给了我们毅力，

是集体给了我们勇气，

是集体给了我们腾飞的双翼。

爱我们的集体吧，

每天都记得为集体做点力所能及的事。

## 学会包容演讲稿篇四

学会做人是21世纪教育的四大支柱的关键和核心，也是教育的目的和根本。下面是本站小编给大家整理的学会做人国旗下讲话稿，仅供参考。

亲爱的老师，亲爱的同学们：今天我演讲的主题是“学会做人”

人生有两件事，第一是学做人；第二是学做事。我认为学做人更重要。如果你不会做人，即便你掌握了若干知识和技能，也未必能把事做好！”

学会做人，这是我们每个人都要面对的问题。不管一个人有多少财富，多少知识，如果不懂得做人的道理，这个人最终不会获得真正的成功和幸福。希特勒，成克杰，胡长清，他们有知识，有财富，有地位，但他们不懂得做人的道理，最终成为历史的罪人。西方人在评选20世纪最伟大的十大思想家时，把马克思排在了首位。他的思想和人格魅力永远鼓舞着一代又一代人。是金子，埋在哪里都不会失去价值；是粪土，再张扬也逃不掉唾弃的下场。人，在结构上将，将两脚站稳。从本质上讲，是社会的人。因此，学会做人，离不开现实社会。就我们所处的现实社会而言，就要在继承和发扬中华民族优良美德的基础上，从小确立远大理想，立志做有理想，有道德，有文化，有纪律的社会主义现代化事业的建设和

接班人。用《中学生日常行为规范》和《中学生守则》来此文转自斐.斐课件.园鞭策和约束自己。按照德，智，体，美全面发展的要求，从小养成良好的行为品德，学好科学文化知识，锻炼强健的体魄，培养高尚的审美情趣，在学校做个好学生，在家里做个好孩子，在社会做个好少年。正如教育家陶行知先生所说：“千学万学，学做真人”。

学会做人，对于每个人来说，都不是一时一事之功，而是一生中时时刻刻，事事处处都要面对的课题和考验。活到老，学到老，是一辈子的事情。毛泽东主席讲过：“做一件好事并不难，难的是一辈子做好事。”《钢铁是怎样炼成的》作者奥斯特洛夫斯基有一句名言：“人的一生应该这样度过：回首往事，他不会因为虚度年华而懊悔，也不会因为碌碌无为而羞愧。”我希望同学们以这种勇于献身的英雄主义精神激励和鼓舞自己，从小做起，从现在做起，从一点一滴，一言一行做起，逐步养成文明礼貌团结互助，诚实守信，勤俭节约，热爱劳动的好品德。努力做一个高尚的人，一个纯粹的人，一个有道德的人，一个脱离低级趣味的人，一个有益于人民的人。

亲爱的老师，亲爱的同学们：

联合国21世纪教育委员会提出21世纪教育的四大支柱，即学会求知，学会做事，学会共处，学会做人。学会做人是四大支柱的关键和核心，也是教育的目的和根本。

学会做人，这是我们每个人都要面对的问题。不管一个人有多少财富，多少知识，如果不懂得做人的道理，这个人最终不会获得真正的成功和幸福。正所谓是金子，埋在哪里都不会失去价值；是粪土，再张扬也逃不掉被唾弃的下场。

人，从本质上讲，是社会的人。做人，在不同的国家，同一国家的不同历史时期，都赋予不同的内容和色彩。因此，学会做人，离不开现实社会。就现实社会而言，我们要在继承

和发扬中华民族优良美德的基础上，用邓小平理论武装自己，从小确立远大理想，立志做有理想、有道德、有文化、有纪律的社会主义现代化事业的建设者和接班人。用《规范》和《守则》来鞭策和约束自己。按照德、智、体、美全面发展的要求，从小养成良好的行为品德，学好科学文化知识，锻炼强健的体魄，培养高尚的审美情趣，在学校做个好学生，在家里做个好孩子，在社会做个好少年。正如教育家陶行知所说：“千学万学，学做真人。”

学会做人不是一时一事之功，而是一生中时时刻刻，事事处处都要面对的课题和考验。活到老，学到老，是一辈子的事情。毛泽东主席讲过：“做一件好事并不难，难的是一辈子做好事。”《钢铁是怎样炼成的》作者奥斯特洛夫斯基有一句名言：“人的一生应该这样度过：回首往事，他不会因为虚度年华而懊悔，也不会因为碌碌无为而羞愧。”我希望同学们以这种勇于献身的英雄主义精神激励和鼓舞自己，从小做起，从现在做起，从一点一滴，一言一行做起，逐步养成文明礼貌团结互助，诚实守信，勤俭节约，热爱劳动的好品德。努力做一个有思想的人，一个有道德的人，一个有修养的人，一个服务人民的人。

亲爱的老师，亲爱的同学们：

1996年，联合国教科文组织21世纪委员会提出了未来教育的“四大支柱”，它们是：学会求知，学会做事，学会共处，学会做人。四个“学会”是我们在21世纪能够立足社会，成人成才的基石。

今天，面对鲜艳的五星红旗，我和大家共同分享“学会做人”的感受与体验。

做一个胸怀梦想的人。”少年心事当拿云”，每一株小草都有钻出泥土的梦想，每一粒种子都有长成参天大树的梦想，每一只蚕蛹都有破茧成蝶遨翔天宇的梦想，青春年少的我们，应该将自己的个人理想与伟大民族复兴的中国梦结合在一起，心怀

天下,放飞青春,放飞梦想!

做一个心存慈悲的人.“身无半亩,矜悯天下”,我悲悯地震空难的无情,我悲悯生老病死的无奈,我悲悯茕茕孑立的无助.我甚至悲悯头顶的蓝天,脚下的绿地,悲悯一棵树被无情地砍伐,一只小鸟被无情地屠戮,一条小溪被无情地污染.....常怀慈悲之心,用同情与关爱共筑一座人文精神的大厦!

做一个有气质的人.”腹有诗书气自华”,古老中国的温文尔雅,英国贵族的绅士风度,大韩民族的彬彬有礼,这些气质,来自教育的储备,知识的积淀,精神的充盈,来自知识的濡染.热爱知识吧,知识让你神采飞扬,知识让你气宇轩昂,知识让你不再金玉其外,败絮其中.

做一个心存畏惧的人.”头顶三尺有神灵”,我不畏惧专制,我不畏惧强权,我也不畏惧恐吓,但我畏惧每一条法律,我畏惧每一条班规,我畏惧心中的道德,我也畏惧我向同学许下的每一个诺言.....因为我畏惧,所以我在现实生活中有所为,有所不为.”人在干,天在看”,总有一位天使俯瞰着我们的一言一行.

同学们,面对庄严的旗帜,我们共同承诺:开创未来,先学做人!做一个有理想的人,做一个有道德的人,做一个有文化的人,做一个有纪律的人,当我们学会了做人,栋梁之才的目标就近在咫尺了!

谢谢大家!

## 学会包容演讲稿篇五

首先,要树立远大的目标。

我曾经问过很多同学，只有很少的同学能回打出自己的理想，很多同学都没有思考过。目标是一个人前进的方向。人生要是没有目标，没有一个所追求的理想，就像没有航向的船只，不能到达成功的彼岸。只有树立自己的理想，才能产生动力，激励自己努力拼搏，奋勇向前。

其次，要学会自主的学习。

一次我外出学习，等我回来的时候，四年级的彭森，马田水等同学自己主动把老师没有布置的练习册都做完了，可是有很多同学都没有利用自习时间自主学习，他们把宝贵的自习时间浪费了。数学家华罗庚说过：“对一个人来讲，一辈子总是自学的的时间多。”我们如果自主的学习，就会意识到自己是学习的主人，自学是一生中最好的学习方法。

最后，科学的学习是关键。

最近这几天，我总能发现彭伊阳等同学在自习的时候翻看已经学过的课本知识，翻看做过的练习。做完作业的时候，还一直盯着作文书不放，原来她们在为期中考试做准备。看来，他们真的很会学习。科学的学习方法不仅帮助他们在学习中少走弯路，而且提高了学习效率。难怪他们每次考试都成绩优异。

同学们，本周就要期中检测了，老师希望每一名同学都能够有自己的学习目标，用自己科学的学习方法帮助你自主的学习，在每一次考试中都能取得优异的成绩。

论语品读时间：

子曰：“富与贵，是人之所欲也，不以其道得之，不处也；贫与贱，是人之所恶也，不以其道得之，不去也。君子去仁，恶乎成名？君子无终食之间违仁，造次必于是，颠沛必于是。”

孔子说：“富有与尊贵，是人们所向往的；但是不用正道得到它，君子是不能接受的。贫穷与低贱，是人们所厌恶的；但是不用正道去抛弃它，君子是不能摆脱的。君子离开了仁德的准则，怎么可以成就他的名声？君子不能离开仁德，哪怕是一顿饭的功夫，在最匆忙的时候与仁德同在，在最颠沛的时候也要与仁德同在。”

在我们的现实生活中，追求丰厚的物质生活，是人的自然属性的基本需求，无可指责！关键是要取之有道！舍弃仁德，虽能得到一时的富贵，君子也不要去做；坚守仁德，虽然暂时处于贫贱，君子也能坦然面对。真正的君子都将心安放在仁上，哪怕是处在危难之时也是如此。仁者必有大智；安于仁者，必能得富贵。

## 学会包容演讲稿篇六

著名教育家陶行知先生说过：“千教万教教人真理，千学万学学会做人。”国际二十一世纪教育委员会提出教育的四大支柱是：学会学习，学会做事，学会共处，学会做人。新的世纪，新的时代，我们应该把自己培养成什么样的人呢？我认为时代新人必须具备以下几个特点：

道德情操高尚，兴趣爱好高雅，人生追求高档。

罗斯福总统曾说过这样一句话：“有道德而无学问是一蠢徒，有学问而无道德是一恶汉。”人应该德才兼备，无德就会无礼仪廉耻，无德就会是非不分，而无德却有才，危害就更大。道德情操高尚者往往“以财为草，以身为宝”，严于律己，乐于奉献。请记住：“为学以潜心为要，做人以立品为先”，没有伟大的品格就没有伟大的人。

兴趣爱好是窥视人灵魂的一面镜子。人生活在尘世间，自然有其俗的一面，但我们必须追求雅，兴趣是最好的老师，高

雅的兴趣爱好能使我们成为高品位的人。

生命的长度有限，但生命的宽度无限，在有限的生命中，我们必须努力追求，拓展生命的宽度，不断完善自我，使自己成为高层次、高品位的人，即使没有达到目标，甚至当我们埋头追赶时还错过了一路的风景，也无怨无悔，因为这追求高层次的过程本身就是一种美。

进取心强，责任感强，团队精神强，承受能力强

俗话说：“涉深水者得蛟龙，涉浅水者得鱼虾。”要有所作为就必须不断探索，努力进取。“天行健，君子以自强不息”，安于现状者只会止步不前，自甘平庸者将一事无成。

“天下兴亡，匹夫有责”，人是社会的人，人活着必须承担一定义务和责任，父母养育我，老师教育我，亲友帮助我，社会培养我，每个人肩膀上都沉甸甸的，作为学生，我们现在还不能做自己想做的事，但必须做好该做的事。逃避责任者决非强者，只能算懦夫。

在竞争激烈的时代求生存，求发展就必须团结协作。一个没有团队精神，没有集体荣誉感的人注定是个失败者，俗话说：“一个篱笆三个桩，一个好汉三个帮”，柏扬先生《丑陋的中国人》指出“一个中国人一条龙，三个中国人一条虫”，因为我们内部存在“内耗”，“窝里斗”等陋习，我们要坚决摒弃，从现在做起，互帮互学，团结协作，共同进步。

要负起人生的责任就必须敢于正视现实，正视成功，正视失败，把成功看作以鲜花和掌声为音符谱成的进行曲，把失败看作是以奋斗和牺牲为号鼓敲响的战歌，把欢笑裁成书签夹进记忆，让泪水化作琥珀珍藏心田。没有坎坷的经历，便难有成熟的人生。只要有坚定的信念，定将“直挂云帆济沧海”。

有创新精神，有实践能力，有科学人文素养，有环保意识。

《国务院关于基础教育改革与发展的决定》明确要求：积极推进素质教育，培养学生具有初步的创新精神、实践能力、科学和人文素养以及环保意识。这“五有”中尤其要重视创新精神和实践能力的培养。

“生活的意义就在于创造”，我们必须努力训练思维能力，培养创新意识，力求使自己思维敏捷、周密、深刻、新颖。同时要敢闯敢拚，不要害怕犯错误，要知道一个不犯错误的人，通常不能成就任何事业。

我们除努力学习科学知识培养创新意识外，更重要的是培养能力，要活学活用，不要死读书，读死书，既要动脑动口，又要能动手，没有科学意识和创新精神不可能立足于未来社会，同样，高分低能者也必将被未来社会淘汰。

同学们，带着父母的期待，抱着自己的理想，担着社会的责任我们踏上了新的征途，我们要明确目标，不断努力，全面提高自身综合素质，争做一个“三高”、“四强”、“五有”的时代新人。

## 学会包容演讲稿篇七

尊敬的领导、老师们，可爱的同学们：

大家好！我发言的题目是《今天学会自立，明天顶天立地》。

我还想顺着这个思路说下去：现在天资聪颖的你，今天不学习，明天不学习，都没有多大关系，因为现在还有爷奶护着你、罩着你、养着你；正处于求学的黄金时期的你，今年不长本事，明年不长本事，也无关紧要，因为眼下还有父母爱着你，宠着你，惯着你。你，甚至连同勤劳能干的他们，都认

为己为你赚下一个足以依仗的.家底!可章老师想送给你这样一些俗语:“坐吃山空”、“靠山山倒、靠水水流”。爷奶、父母无论如何有本事,终归有一天会老去;他们精干的身影终归有一天会化成记忆;眼下你所拥有的众星捧月的格局,最终只会剩下孤单的你!他们所遗留的金山银山,终归会有吃完的一天!金山、银山吃完以后,你终归要自己去寻找开凿矿山!

说到这里,我想起曾经教过的一位学生:他绝顶聪明,但有一大的缺点,就是不好学习,后来,是靠掏高价进了实验高中;他有一大爱好,就是出手阔绰,花钱如水,因为他有一个富足殷实的家底。他的老爸勤劳能干,拥有一个运输车队,日进斗金的日子让他乃至全家忘乎所以。可天有不测风云,一场突如其来的连环车祸,让运输车队瞬间化为泡影,父亲身负重伤,最终撒手西去,事故的巨额赔偿花光原本厚实家底。原本潇洒快活的他不得不选择辍学,本想为家庭分减负担,可此时好逸恶劳已经成习,既没有知识又吃不了苦,最后差点没养活自己。事后,他每谈及中学那段无所事事好逸恶劳的日子,就分外痛惜!人啊,为什么总在错失现在之后,再去于事无补地痛惜过去!

这个事例你权当杜撰,你完全可以不信,但章老师希望你信服这样一句古语:家有千金,不如薄技在身。千金再多,终有穷尽;唯有一身薄技才能创造不竭的财富,才会让你安身立命。有钱你可以在新密买来高中,但不可能买来大学;有钱你可以在中国买来大学,但买不来让你安身立命的本事!

同学们,好好珍惜你这双手吧,从现在起就开始锻炼自己的独立能力,只有这样,成年以后,只有它才会帮助你;好好珍爱你这副脑瓜,从现在起认真的填充知识学好本事,有朝一日,只有它才可以养活你。

同学们,请铭记“滴自己的汗、吃自己的饭、自己的事情自己干,靠人靠天靠祖上,不算是好汉”的名言,请传诵“天行健,君子当自强不息”的古语,从眼下开始,尝试自立,

勤奋学习，不断充实完善自己，章老师相信、坚信、确信，有朝一日，你也会顶天立地！

谢谢您的掌声，谢谢！

## 学会包容演讲稿篇八

同学们，老师们：

大家早上好！

我今天国旗下讲话的主题是感恩教育。

先跟大家一起来分享一个真实的小故事：

100多年前的.某天下午，在英国一个乡村的田野里，一位贫困的农民正在劳作。忽然，他听到远处传来了呼救的声音，原来，一名少年不幸落水了。农民不假思索，奋不顾身地跳入水中救人孩子得救了。后来，大家才知道，这个获救的孩子是一个贵族公子。几天后，老贵族亲自带着礼物登门感谢，农民却拒绝了这份厚礼。在他看来，当时救人只是出于自己的良心，自己并不能因为对方出身高贵就贪恋别人的财物。故事到这儿并没有结束，老贵族因为敬佩农民的善良与高尚，感念他的恩德，于是，决定资助农民的儿子到伦敦去接受高等教育。农民接受了这份馈赠，能让自己的孩子受到良好的教育是他多年来的梦想。农民很快乐，因为他的儿子终于有了走进外面世界改变自己命运的机会；老贵族也很快乐，因为他终于为自己的恩人完成了梦想。多年后，农民的儿子从伦敦圣玛丽医学院毕业了，他品学兼优，后来被英国皇家授勋封爵，并获得1945年的诺贝尔医学奖。他就是亚历山大·弗莱明，青霉素的发明者。那名贵族公子也长大了，在第二次世界大战期间患上了严重的肺炎，但幸运的是，依靠青霉素，他很快就痊愈了。这名贵族公子就是英国首相丘吉尔。

农民与贵族，都在别人需要帮助的时候伸出了援手，却为他们自己的后代甚至国家播下了善种。人的一生往往会发生很多不可思议的事情，有时候，我们帮助别人或感恩别人，却可能冥冥之中有轮回。

谢谢大家！

## 学会包容演讲稿篇九

各位老师、各位同学：

上午好！今天我要讲的品格是感恩，所谓感恩：就是以言行表达，使他人知道我是如何受益。

首先，让我们学会感恩父母。在每个人的成长道路上，付出最多的就是我们的父母。父母的爱是最无私的，也是天底下最伟大的。同学们，你是否还记得，开学时，爸爸妈妈送你来学校，帮你提着沉重的行李？还给你整理好寝室内务？平常的时候，总是打电话嘘寒问暖，不时给你送好吃的；每当周末回家时，你要多少钱，父母毫不吝啬，自己却省吃俭用；还有一大批父母天天风雨无阻地接你上、下学，少数同学还嫌他路上唠叨；还有很多很多……这一切你是否想过要对他们的付出是否有一份感激？当你伸手向父母要钱的时候，你是否感受到了父母赚钱的艰辛？当他们唠叨的时候，你能否耐心听完，而不是去顶撞；当他们叫你少看电视的时候，你能否立即关掉电视，立即去学习，而不是赌气、摔门而去，让父母气得半死。听到这里，你是否准备用自己力所能及的行动表达你对他们的感恩呢？也许你不认为这是恩情，就因为他们是你的爸爸妈妈，是应该的，是理所当然的。可你有没有想过，付出的父母也希望你的温暖。不知谁说过儿女的痛到父母身上是要加倍的，儿女的喜悦到父母身上也是要加倍的。哪怕是你们的一次违纪，你的父母就会彻夜无眠；相反，你们的一句问候，一次考试成绩的进步，或者是在校的良好表现，都能让父母快乐上好多天。这种感觉你也许还无法体会。

其次，让我们学会感恩老师。上周六是我们的教师节，感恩老师，并不需要我们去做什么惊天动地的大事。它表现在日常生活中的点点滴滴：课堂上，一副思考的状态，证明了您正在专心地听课，这便是感恩；课外能独立、认真完成老师布置的作业，不抄袭，这也是感恩；一进入教室，不吵闹、不讲空话，营造良好的学习氛围，这也是感恩；虚心接受老师的批评教育，不去顶撞、辱骂，这依然是对老师的感恩。

其实，这个世界上有太多的事情和理由值得我们感恩，亲人的关爱，朋友的帮助，他人的服务，学校给予的一切，大自然的慷慨赐予等等。有人说，一个人最大的不幸，不是得不到别人的“恩”，而是得到了，却漠然视之。因为一个不懂得感恩的人，只会把别人的给予当作理所当然，只会一味索取，而不能给予什么。他是一个自私自利的人，更严重的是他的生活会因此而缺少乐趣，体验不到相互给予的快乐，他将无法融入社会，以至产生极端心理，做出危害社会的行为。

同学们，让我们行动起来，让我们学会感恩，不要让爱我们的人伤心，不要让爱我们的人落泪，不要再让爱我们的人失望。只要我们拥有一颗感恩的心，我们便会发现，生活原来是如此的和谐和美丽！

## 学会包容演讲稿篇十

由于社会、学校、家长在学生饮食管理中缺乏科学的宣传和引导，近年来进而导致大量垃圾食品涌入到校园，对于未成年学生的身体健康和成长造成不利的影响，甚至有可能成为引发学生出现多种疾病的重要引发因素。下面是本站小编给大家整理的垃圾食品主题国旗下讲话稿，仅供参考。

老师、同学们：

早上好，今天我国旗下讲话的题目是：关注食品安全，保障

身体健康。同学们，关于食品安全，有两句话我们要记牢，一是“民以食为天”意思是说，食品是关系到生命维系，身体健康的天大的事，二是“病从口入”意思是指吃了不干净、腐败变质若是有毒的食物，或者食物没有煮熟、煮透，会导致食物中毒，轻微者可影响学习，重者会生命丧失。

关于食品安全卫生的隐患有很多，但我想对于我们同学们而言，危害最大的莫过于校门外的小摊上的食品了，有油炸的香肠、薯条、鸡柳等等。它的危害程度每一位同学都清楚；但它的诱惑力不容忽视。不知大家有没有想过这些食品为什么这么诱人呢？为什么厨艺极高的妈妈们，却做不出这么好吃的东西呢？就连顶级酒店的饭菜也觉得无味呢？唯一的解释是这些小食品过多的加入了某些调味品和食品添加剂，那为什么家里做的饭菜不加这些调味品和添加剂呢？当然是因为这种调味品会对人的身体健康造成危害。

同学们，你们知道吗，乳酸饮料有12种食品添加剂，薯条里有8种添加剂，棉花糖里则有9种，而据相关的新闻报道称，长期吃这类小吃而患了舌癌、恶性肿瘤等。食品卫生专家则建议我们学生多吃五谷杂粮，少吃膨化食品和油炸类食品。

所以，在此我希望大家清楚地意识到比健康的食品对我们身体所造成的危害是不可估量的，要想有一个健康的好身体，就必须对小摊上的食品保持高度警惕，不要因为贪吃而让自己健康的身体来作为交换。

最后，提三点要求，希望每一位同学遵守：

2. 争当食品安全的小宣传员。及时向身边的同学、亲人和朋友宣传食品安全科普知识。学会选购包装食品时认真查看包装标识，看看厂家厂址、电话、生产日期是否标示清楚等。
3. 争当食品安全的小监督员。同学之间互相监督，严禁在校外小摊小点上购带食品，坚决杜绝不安全的食品进入我们的

校园。

老师和父母都希望我们能够健康成长。同学们，让我们管住自己的嘴，共同关注食品安全，保障身体健康，远离零食和垃圾食品。

谢谢大家！

每当放学的铃声响后，大家便背上书包快乐的踏上了回家的路途。可是你们知道吗？在这个时候，也正是那些小商小贩们最高兴的时候。一出校门，抬头望天，便“乌烟瘴气”；低头看地，签签遍地；看看中间，街道两旁，大大小小的商贩，有卖鱿鱼的，有卖蛋烘糕的，，，一股股诱人的香味飘进了同学们的鼻子里，所以小吃摊常常都围满了同学，同学们“左手一根烤鱿鱼，右手一根烤鸡柳，背上一个大书包，脚下一辆自行车，一不小心，摔个满头包”

同学们，你们想过吗，如果这些食品是劣质食品，你们还会吃吗？如果卖的人本身就有传染病，你们还会吃吗？如果空气里的细菌附着在食物上，你们还会吃吗？同学们，吃这些食品有许多坏处。

在20xx年9月24日，《华西都市报》上刊登了一篇“吃了拉肚子，校外相因零食问题多”的报道，这篇报道就是讲中小学校外有许多不合格食品的出售；饮料里的糖精钠超标；油炸膨化食品里的大肠菌群、菌落总数超标；腌卤制品防腐剂超标，糖果糕点多无产品标签，，，看！有那么多的不合格产品，那对我们的身体影响多大啊，吃了这些“坏”东西我们可能腹泻、急性大出血、甚至得癌症，，，经联合国卫生检测院检测后，得出这样的结果，不合格产品占热卖产品的57%，它们严重危害人们的健康。

这些小商小贩没有卫生许可证，他本人可能也没有健康证，可能患有甲肝，乙肝等传染病。这些病毒可能经过他们做出

来的食物传染给我们。

在我们周围，有些人卫生习惯很差，随地吐痰，痰液中的细菌病毒随着尘土的飞扬污染了食物，而我们又吃进了这些被污染了的食品，会造成胃肠道疾病。

伪劣食品使我们的身体一天不如一天；买卖伪劣食品使我们放学的道路拥挤不堪；让我们的城市变得脏乱；也让我们养成了乱花零花钱的坏习惯。

同学们，零花钱不是专门用来买零食的，我们可以用在学习上；买本有益的书看看、参加学习兴趣班学本领；也可以存进银行，支援国家建设；还可以献出我们的爱心：帮助失学儿童、贫困家庭。

在此，我代表七年级三班全体同学倡议：为了我们身体的健康；为了街道、社区的美丽；为了养成了良好的行为习惯，请大家不要去买伪劣食品，不乱花零用钱！

你一定听说过“垃圾食品”这个词汇！常有人说：垃圾食品不要吃！那是些没有营养的东西，会把身体吃坏！

什么是垃圾食品？

所谓垃圾食品是指含人体所需营养成分，经过炸、烤、烧等加工工艺使营养成分部分或完全丧失，或在加工过程中添加、生成或长期过量食用在人体内产生有害物质滞留的食品。世界卫生组织公布的十大垃圾食品包括：油炸类食品、腌制类食品、加工类肉食品（肉干、肉松、香肠、火腿等）、饼干类食品（不包括低温烘烤和全麦饼干）、汽水可乐类饮料、方便类食品（主要指方便面和膨化食品）、罐头类食品（包括鱼肉类和水果类）、话梅蜜饯果脯类食品、冷冻甜品类食品（冰淇淋、冰棒、雪糕等）、烧烤类食品。

## 小学生健康饮食的三个原则

一、早餐应吃饱、吃好 早餐对于小学生来说，是一天中最重要的一顿饭。凡是能够坚持每天吃好、吃饱早饭的小学生，其体型和机能发育都比较好，身体也健壮，上课时精神充沛，学习效率也高。

二、午餐需合理搭配 小学生的午餐营养量，应占全天营养的40%。午餐中要有肉食与豆制品搭配的副食，以提高蛋白质的营养价值。

三、晚餐要容易消化 由于小学生晚上多在8~9点钟才能休息。因此晚餐的热量比例应不少于30%，与早餐的热量相等。

希望大家远离垃圾食品，不要暴饮暴食，不要挑食，偏食，这样才会营养均衡，才会更好的健康成长。

## 学会包容演讲稿篇十一

上个星期，我们全校同学都看了一部灾难片《水啸雾都》。

故事假象伦敦遭遇空前的大洪水的侵袭，数十万人死亡，数百万人流离失所。虽然只是一个科幻故事，但电影恢宏真实的镜头也引发了我们对自然的关注、对科学的重视、对人性的关怀。

在电影中给我留下最深印象的是这样一个情节：为了拯救更多的人，必须要有一个科学家亲自到密封室启动机器，而他将无法活着离开。在这生死关头，父亲默默地背起工具包，独自进入密封室，将生的希望送给了儿子，而将死的归宿留给了自己。

电影散场，走出多功能教室，操场上阳光明媚。忽然感觉，

亲情是如此伟大、或者是这般美好。

汶川大地震的阴影在我心中还没有完全散尽。在这场灾难中，有多少父母为了子女、老师为了学生、战士为了群众献出了自己的生命。在这场灾难中，十三亿中国人变成了一个人，无数捐款与物资汇成了爱的河流源源不断地奔到灾区。

在灾难突如其来的时候，我们感受到了刻骨铭心的伤痛，也感受到了惊天动地的情谊。老师将学生护在身下，用自己的脊梁顶着垮塌的房梁，生命在瞬间凝成了永恒的雕塑；母亲临死之前，在手机上留下短信：“亲爱的宝贝，如果你能活着，一定要记住我爱你”。母亲永逝，母爱永存。

人生是一个充满了变数的生命过程。在大灾难中，我们需要感恩。感恩让我们变得坚强和团结。在平淡的生活中，我们需要感恩，感恩让我们懂得珍惜和幸福。

在日常生活中，我们对于别人给予的点滴恩惠都应用心铭记，铭记那无私的人性之美和不图回报的惠助之恩。感恩不仅仅是为了报恩，因为有些恩泽是我们穷尽一生也无法回报的，有些恩情更不是等量回报就能一笔还清的。

愿我们大家都能学会感恩，愿我们都能用一颗纯真的心去感动去铭记。只有这样，才能真正对得起给你恩惠的人，也才能真正感受到生命的价值与快乐。

## 学会包容演讲稿篇十二

著名科学家爱因斯坦曾经说过：“我从来不欣赏一天到晚呆在实验室里的科学家，正如我从来不鼓励盲目用功的学生，学会学习国旗下讲话稿。只需一点点技巧，我们就能用最短的时间做出最大的成绩来！”中学时期的学习是紧张的，面对学科的增加，作业的繁多，许多同学变得手足无措，我也曾经历过这过程。可是一天到晚，都坐在教室里不停地学习，

每天回家把作业和资料做到晚上十二点的效果往往是事倍功半。当我们看到爱因斯坦的这句名言之后我们就认识到，学习还要讲究技巧，学习更要讲究方法。

首先，要培养自己对学习的兴趣。知之者不如好之者，好之者不如乐之者。这告诉我们，同样在学习，按照老师和家长的要求去学，和自己喜欢去学，甚至把学习当做一种乐趣去学，学习的效果是不一样的，关于学习的演讲稿《学会学习国旗下讲话稿》。能从枯燥的数学中发现生活，能从语文中体悟和交流对人生的认识，能从历史中感悟历史等等，你就能去除对学习的浮躁，能够静下心来带着兴趣去学习。

其次，要树立学习的目标。没有前进的目标就仿佛航船在大海中找不到航行的方向。我们学习为了什么？我们学习的目的是什么？我们学习最好要达到一个怎样的结果？和自己比，今天是不是比昨天进步了，和同学比下次考试我能否超越别的同学，不断给自己寻找可以超越的目标，你就会每天有不断的进步。

第三，要学会学习。学习是讲究方法的，学科的学习有许多共同的特点，只要你认真总结就会找出规律，按着规律去学习，就会有事半功倍的作用。比如在上课前要提前预习，找出每一课的重难点，便于在课堂上重点学习，比如在课堂上要认真听讲，跟着老师的思路走，让你的学习会少走弯路，比如要学会总结，把每一章的内容要在学习之后进行归纳整理和进行分类消化。只有掌握这些学习的方法才会让你的学习更轻松，更有效果。

第四，要多读课外书。书本中的知识毕竟是有限的，更多的从课本之外汲取营养，让自己的学习可以变得更优秀。