

最新全民健身活动讲话稿 国旗下讲话演讲稿(优质19篇)

竞聘需要有清晰的目标和计划，以提高成功的机会。竞聘材料不仅需要具备吸引人的外部形式，更需要有内涵和实质，将个人的能力和潜力充分展示出来。以下是小编为大家整理的经典竞聘范文，希望能够给大家提供一些写作的思路和技巧。

全民健身活动讲话稿篇一

同学们是否知道，每一年都有一个“地球日”，这个日子旨在唤起人类爱护地球、保护家园的意识。而今年的4月22日是第45个“世界地球日”。这个“地球日”的活动起源于美国，1969年时由美国民主党提议，并很快得到全美各地的热烈支持，于是4月22日也被定为了“地球日”。

茫茫宇宙中，地球是我们唯一的家园。这里山青水绿，鸟语花香，有能令我们生活美好的一切。我们本该尽我们所能去爱她，但相反，许多人却为了一己私欲，以损害生态利益为代价去谋取一时的经济效益。

我国的景洪，曾被人们称为镶嵌在植物王国皇冠上的绿宝石。可是，在这个绿宝石上却有许多污染严重的工厂，工厂排放的严重超标的浓烟，使天然橡胶受害，3万500株橡胶树枯死，农民们虽然怨气沸腾，却又无可奈何。无独有偶，在广西也上演了惊人相似的一幕，而且工厂的废气不仅使大面积农作物死亡，还造成多亩芒果只开花不结果，出现果荒。

当然，面对地球环境危机，世界各国也都采取措施积极应对。1970年的“地球日”活动促成了联合国第一次环境会议的召开，有力推动了世界环境保护事业的发展。“地球日”也更成为了全球所共同关注的活动。美国出台了清洁环境法和濒

危动物保护法等，而我国从20世纪90年代起，每年4月22日都举办世界地球日活动，宣传环境保护。

我想我们要做的绝不应该是仅在4月的某一天为保护环境而喊口号，而应该是行动！让我们不再袖手旁观。用智慧净化生存环境，用热情传播环保的理念。我们应该心系全球，着眼身边，“勿以善小而不为，勿以恶小而为之”，夏天时把空调的温度调高一些；尽己所能，多选择公共交通；买东西时，不要层层包装，少用塑料袋；在校园中，多弯腰拣果皮纸屑，不要随地吐痰，随手关灯……这些看似点滴的小事，在你我的努力下，将会有惊人的效应。

从我做起，从现在做起，每个人把每一天都当做是地球日，就会让我们的天空更加蔚蓝，让大地更加苍翠，让空气更加清新，让我们的校园更加美丽。

全民健身活动讲话稿篇二

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！上午9：50分，在音乐的带领下，北郊小学师生秩序井然地来到操场。三（1）班国旗下讲话现在开始。

围绕着主题“我愿意与你分享”主持人用深情的语调描绘着分享的快乐。在一个个同学们的介绍下，使我们见识了与多有意义的项目。这时，其中的两个同学合作，相互稳稳的托着一个篮球，不紧不慢地顶到操场中央；有的欢快的跳起了皮筋，双脚灵活地弹拨跳跃；有的则几人一小组，正对着太阳下自己的影子挑战起了不同的动作；面对这样各式各样的的花样，同学们都应接不暇。加上主持人用那娓娓动听的话语，使场景立刻变得有声有色。台下的同学陶醉其中，有些同学竟情不自禁地鼓起掌来，都沉浸在欢声笑语中，都目不转睛的欣赏着这有趣的场景。接下来，三（1）班同学又用抑扬顿挫的声音为同学们朗诵精彩的诗篇，与同学们一同分享了活动中的快

乐，激情与无限的乐趣。

三(1)班升旗仪式在同学们的片片掌声中结束了。也正是在短暂又珍贵的时间中，让同学们体会了分享的乐趣，使我们念念不忘。

全民健身活动讲话稿篇三

老师们、同学们，上午好！

今天，我就利用国旗下讲话这个机会，与同学们谈几点数学复习的方法。

第一、过电影复习法

什么是过电影复习法呢？那就是像过电影一样回顾本学期学过的内容。打开数学书的目录，对着每一个单元，回忆本单元的知识点，并就每个知识点在头脑里回顾，看一看自己对这个知识点有没有掌握。然后打开书，看一看自己有没有找出本单元的所有知识点，每个知识点的理解正不正确。把不正确的知识点，用本子记录下来。对相关概念进行强化记忆，如果仍然有不懂的在老师上课复习时，加倍认真听讲，如果还有不懂的要请教同学和老师，直到弄懂为止。

第二、归类列表复习法

我们在课本上学到的知识，常常是零散的，要想把它变成自己的知识，就必须进行一番加工整理，理清知识要点，在头脑中构建起一个知识网络，从而形成一个完整的知识体系，这样学过的知识才记得牢，用的活。整理知识的方法很多，常用的就是归类列表法。什么是归类列表法呢？就是把本学期所学的内容进行归类，列成一个表格。例如：以五年级为例，可以把本学期内容归类为：第一、数的世界，包括：整数与小数，正数与负数，准确数与近似数，小数的四则运算

及混合运算与简便运算等等。第二、图形王国，包括：面积单位及其单位之间的进率与互化，常见图形的面积计算公式的推导与运用等等。第三、统计天地，包括：统计表与统计图。第四、应用广角。包括解决问题及解决问题的策略。把这些知识列成表格，对在复习过程中，对已经掌握的知识就打一个勾，对不太理解的打一个问号，在下一轮复习的时候，在打勾的知识点上，少花点儿时间，在打问号的知识点上，就多花点时间，自己认为掌握了，就把问号改成勾。

第三、同学互助复习法

同学互助复习法，就是同学之间相互复习的方法，那就是，借助“归类列表复习法”，同学之间进行相互提背，或结合“过电影复习法”对没有掌握的知识点请同学帮助提背。数学概念同样需要像背语文书上的课文一样背诵，但是必须要在理解的基础之上背诵、记忆。例如：我们在进行简便计算时，要边计算边想计算法则与运算定律或运算性质。这样我们才能真正掌握计算法则、运算定律、运算性质的用途。

当然，复习的方法还有很多很多，例如：查漏补缺复习法、不同题型交叉复习法、检测错误分析复习法等等。

当然，无论哪一种复习法，都需要我们的付出与努力。俗话说“一份耕耘，一份收获。”同学们！共同努力吧，让我们捧着优异的成绩回家过年吧！

全民健身活动讲话稿篇四

各位老师、同学们：

大家好！今天我国旗下演讲的题目是“晨读一刻钟，让阅读成为习惯”。

一个人生命的长度我们无法决定，可是生命的宽度与广度我

们却可以决定，阅读就是让我们的生命更润泽、更广阔、更丰厚的最好方式。著名学者余秋雨先生曾经说过：阅读可以让我们跨越时空，纵横古今，自由地在人类的文明中驰骋。是的，我们的成长固然需要实践与磨砺，但更需要广泛而持久的阅读。

学校是教书育人的地方，更应该是书香飘逸的殿堂。我校在去年开展了首届读书活动，即党史读书节活动，其目的就是推进书香校园建设。在老师与同学们的共同努力下，该项读书活动得以顺利进行并取得圆满成功，在这里我要感谢每一位师生对书香校园建设的大力支持。

本学期，湖北省教育厅发出了《关于在全省中小学校组织开展“阅读伴我成长”系列主题阅读活动的通知》，并确定今年阅读活动的主题是“爱国爱校爱家乡，健康快乐成长”。根据《通知》精神，学校决定提出我校读书活动之“晨读一刻钟”方略。此项活动的目的是通过晨读让每位同学积累感悟祖国的经典文化，开阔眼界，丰富知识。

在此，我代表校学生会提出开展“七个一”读书活动倡议。“七个一”读书活动的具体内容如下：

- 1、建一个丰富多彩的班级图书角，开展“捐一本书，读百本书”活动；
- 2、每周上好一节阅读课，掌握正确的阅读方法，养成良好的阅读习惯，学习撰写读后感，进行阅读赏析。
- 3、每月写一篇读书心得（非毕业年级），引导反思，提升阅读效果；
- 4、制作一张读书卡，记录优秀读物经典语句和主旨情节；
- 5、举办一次校级书画作品展，展示读书成果；

6、举行一次读书交流会，交流阅读心得体会，开展讨论，碰撞思想，共同提高；

7、邮寄一封阅读书信，每人给同学、老师、亲人、朋友邮寄一封书信，分享所读的好书、抒发爱国爱校爱家乡情结、倡导健康的学习生活方式等，推动全民阅读活动。

学校也将围绕“七个一”开展书香班级、书香青年、精品阅读项目、优秀阅读案例评选活动，对活动组织得力、效果良好的班级和个人进行表彰奖励。

老师们，同学们，我们的阅读过程就是不断成长进步的过程。如果把我们每个人看作是一只毛毛虫的话，那么通过不断的读书，我相信每个人都可以变成美丽的蝴蝶。行动起来吧，让读书成为我们每个人的‘习惯！让我们长虹书香满园！

全民健身活动讲话稿篇五

敬爱的老师，亲爱的同学：

大家早上好！

今天国旗下讲话的题目是：考出人格 考出成绩。

在不知不觉中，紧张、忙碌而又充实的一个学期即将结束。明天和后天就要进行期末考试了。这不仅是对同学们一个学期以来学业成果的一次盘点、检阅，更是对每个人的综合素质的一次挑战，是对同学们的‘自信心、自觉性、意志力、诚信度的一次考验。也是同学们对老师辛勤工作予以回报的时候。因此，我们每一个同学都应该以严肃、认真、负责的态度对待这次考试。我建议：

1、每位同学都要正确认识自己，鼓起勇气、树立信心、正常发挥，注重基础题，把自己的学习水平和能力发挥出来，就

是胜利。

2、考试前有些同学会心情紧张、精神压抑，需要进行自我调整。可以要加强一些体育锻炼，例如散步、慢跑、做游戏等，保持积极乐观心情。相信自己“我是最棒的，我一定会成功”，不断进行自我激励，。

4、准备好考试时需要的文具，如：直尺、三角板、垫板等，本年级答卷时所用的笔，低年级准备好铅笔，中高年级准备好蓝黑钢笔。

5、诚信考试，每个人的学习都是自己的事，不能自欺欺人，为了高分而失去自己人格，为了名声而不择手段，都会是人瞧不起的。我们学校培养目标是：“做文明有礼，自强不息的中国人”，“诚信”是文明的核心之一。每位同学都要从一点一滴做起，不断完善自己。同学们!“一分耕耘，一分收获”，我们今天所做出的努力是为了明天的幸福。我们有一万个理由相信：同学们都是好样的，一定会在人格和成绩上向自己的父母和老师交上一份满意的答卷!

最后：祝老师们期末工作圆满顺利！祝同学们人人考试取得优异成绩！谢谢大家！

全民健身活动讲话稿篇六

敬爱的老师、亲爱的同学们：

大家好！

我是六年二班的xx今天，我演讲的题目是《我的中国心》“长江长城黄山黄河，在我心中重千斤，无论何时，无论何地，心中一样亲……”每一次听见这优美的歌声我就会回忆起祖国的点点滴滴。比如：上下五千年的历史文明，祖国母亲翻天覆地的进步，千年的英雄人物，还有祖国美丽的

大好河山。

我爱我的祖国，爱她悠久璀璨的历史。唐代的诗、宋代的词，就像两个朝代的名片，介绍了中国的历史文明；四大发明中的造纸术就像中国历史千上璀璨的明珠；为中国人民带来了史无前例的便利；四大名著中的《西游记》是中国文学史上的一朵美丽的花，它为神话带来了一个全新的境界；四大国粹中的京剧，开创了武戏文唱的境界，这些记载了祖国上下五千年的变迁的名片，承载了中国崛起的脚步。

我爱祖国，爱她美丽无比的山河，我看到过：“飞流直下三千尺，疑是银河落九天”的庐山瀑布，那飞流的水是历史的见证者，他们看见了一个个辉煌的时代；一边的陡壁像一位老当益壮的老人，静静的看着这里的变化；我去过：“凤楼观晓日，紫气紫气正冬呈”的沈阳故宫深红色的宫墙是历史的色彩，一朝又一朝的皇上在宫中创造了一个个盛世；我来到过：“欲把西湖比西子，淡妆浓抹总相宜”的西湖，闪闪发光的湖水是诗人最好的朋友，一位又一位闻名遐耳的诗人在此创造一首又一首美妙的诗词，断桥残雪、雷峰夕照，皆为这人间难得一见的美丽。这些景色已不是那可以用言语形容的单纯的“景”了，而是中华文化最好的见证者。

我爱祖国，爱她那翻天覆地的变化，从前人们饥寒交迫，现在人人小康；过去水里是乌黑乌黑的，如今人们可以在水中淘米、洗菜；从前外国人瞧不起中国，现在中国也不比外国差；从前中国人只能走在脚下的一方土地，现在可以走在月球上看见更美的地球。

当然，祖国也有很多的美，说也说不尽，那么在祖国生日之际，让我们一起说一句：“祖国母亲生日快乐！”

全民健身活动讲话稿篇七

老师们、同学们，大家早上好，我是青年环保联盟社的社长

张逸彬，今天我国旗下讲话的题目是《奏响绿色主旋律》。

首先，我想向大家介绍这样一位老人，他从硝烟中走来，为环保再战斗。他为中国环保事业贡献了30余载，他是中国民间环保的第一人朱再保。他说，青少年是祖国的未来与希望。“一切为了青少年，为了一切青少年”的理念，是朱再保后半生追求的目标。30多年来，一辆永久牌的旧单车成了他最忠实的伙伴，不管寒冬酷暑，都能看到一位白发苍苍的老者，穿着醒目的军绿色的老式部队便装，骑行在岳阳街头。他每天骑车走街串校，以全市100万在校青少年及其200多万学生家长为服务和影响的对象，以大自然，大社会为社会大课堂，以实践社会公益事业为载体，向他们进行生态文明道德和社会公德教育，把自己的全部心血倾注在了关心下一代事业上。他说“我老了，但环保还得继续，这些青少年便是我最好的接班人。”

环保，是否困扰着你、我、他？不是的，因为环保是每个人应尽的责任，而不是捐给希望工程的爱心，施舍给路边乞丐的一顿饭。环保是一种举手之劳，也是必须的人类生存举动，恩格斯说我们不要陶醉于我们对自然界的胜利，对于每一次这样的胜利，自然界都报复了我们。

如果你想做一位负责任的接班人，如果你有一颗环保的心，但不知如何去做，请加入我校的青年环保联盟社，我们在积极回收利乐包装，我们在电教楼的每一层都放有牛奶盒、塑料瓶、纸张书籍的回收点，请同学们将牛奶盒及塑料瓶清洗干净再丢置相应的垃圾桶，在体育馆至电教楼一侧，我们建有发酵池，同学们可将香蕉皮及苹果核丢至此处。每学期，我们都会组织同学到社区进行环保公益的宣传。此外，我们还与浙江大学的gpn社团进行合作开展环保活动。

为了环保，也为了自己，我们需说到做到。从此刻起，育华人，让我们一起行动起来！如果你想加入我们，请到高一8班陈雨佳、高一9班王睿清或高二1班史天成处报名。就像歌儿

中唱的那样——蓝蓝的天空，清清的湖水，我们期待着！谢谢！

全民健身活动讲话稿篇八

亲爱的老师们、同学们：

大家上午好！

寒风料峭，冬意浓浓，圣诞老人还没来得及把他的长袜收起，我们的耳畔又即将传来元旦的声声脚步。今天我们汇聚在国旗下，整理即将走过的20xx[]祈盼新年的到来。

回首20xx[]我们不免心潮澎湃，感慨万千。这一年，海高人同心同德，创新创业，实现了各项工作新的突破；这一年，学校努力推行品牌战略，在努力创建学校有特色，教学有特点，学生有特长上下工夫；这一年，海高人团结拼搏，赢得硕果满枝头。

难忘xx年6月，我校成功举办了庆祝建国六十周年暨海林高中校园艺术节广场演出，展示出了海高人的风采，师生演出节目精彩，场面壮观，赢得群众好评如潮，为海高人争得了荣誉。

难忘xx年7月我校的高考，又取得了骄人的成绩，在各项指标稳居牡丹江地区同类学校榜首的基础上，杨楠同学又以678分的优异成绩夺得牡丹江地区高考理科状元，成为我校高考指标的又一项重大的突破。

难忘xx年8月，高温酷暑，烈日如火，高一1500多名新生开始军训，他们克服困难，任汗水湿透衣襟，训练场上队列整齐，口号响亮。军事拉练活动中，同学们精神饱满、斗志昂扬，张显出海高人的风采。

难忘xx年9月，我们在天高云淡的秋季，召开了第25届校园运动会，天公作美，师生表现更是出色，跑道上，运动员如离弦之箭，横竿上，运动员如高飞雄鹰。每个班都组织有序，每个运动员都认真参赛，表现出了较高的参与热情和较高的体育素质。

难忘xx年10月，当甲流汹涌而来，全校师生沉着应对，患病的同学以大局为重，听从学校的指挥，离开课堂，回到家里治病，教师带病工作，坚持在第一线，没有落下一节课，在师生的共同努力和坚持下，“甲流”终于退缩了，我们打赢了抗甲流的第一个战役！

难忘xx年12月，我校师生当得知高二学年一学生患重病急需几万元医校费时，第一时间大家踊跃捐款，短短两天的时间，师生共捐款九万多元，让患病的同学能够安心治病，此次献爱心活动，让患病同学的家长落泪，让校领导感动，但更让我们自豪，虽然此刻是寒冬，但在海高校园里却是暖流涌动。

饮水思源，学校各方面工作的顺利开展、优异成绩的取得凝结着全校师生的汗水。可以自豪地说，我校的教师队伍，是一支能打硬仗的队伍。在校领导的带领下，他们兢兢业业，默默奉献，撑起了我校教育事业的蓝天！他们以高尚的师德和良好的风范，凭借严谨笃学的执教本色诠释着教育这个神圣的职业。

值得一提的这里还有我们可爱的莘莘学子，你们是学校未来的骄傲。熹微的晨光中有你们朗朗的书声；广阔的运动场上有你们矫健的步伐。今天的你们在求知的海洋中披波斩浪，靠坚实的脚步、正直的脊梁，在这里健康地成长。明天，你们将在社会的大舞台上崭露头角，凭丰富的学识，高尚的品格，成就属于你、属于海高的辉煌。

光阴易逝，青春难再，三年时光倏忽即逝，东晋诗人陶渊明

曾有过这样的感叹：“盛年不重来，一日难再晨，及时当勉励，岁月不待人”。我们也不乏这种紧迫感。我们是跨世纪的一代，不久将成为时代洪流中搏击风浪的勇士。生逢此时，荣幸又艰巨。读书，是一切成大事者的必由之路，是一切创造的基础。认真读书是时代的要求。我们要用勤奋和汗水夯实学业大厦的地基，用双手为鲜艳的五星红旗添彩。只有这样，才无愧于华夏子孙，才能肩负起继往开来的历史使命。作为学生，我们要深爱着我们的学校，深爱着我们的班级。课堂上我们喜欢每一个方块字，喜欢每一个英语单词，喜欢每一个理科算式，在知识的迷宫里我们品味着创造的乐趣，我们探索着真理，我们寻求着梦想，我们每天陪太阳出发，和星辰相伴。经历“宝剑锋从磨砺出”的历练，若干年后你们必将为回首往事倍感欣慰和自豪。

全民健身活动讲话稿篇九

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好，我演讲的题目是《假期安全，重于泰山》。

似火的日子，如荼的年华，炎炎夏日里我们尽情挥洒青春的激情与汗水，在充实与奋进中暑期即将到来，相信同学们早已亟不可待。然而在放松玩闹之际，要时刻谨记，假期安全，重于泰山！

如果我问，生命中最重要的是什么？相信大家都会毫不犹豫地回答：“健康”。而保证健康的第一要素是什么？是安全。的确生命只有在安全中才永葆活力，幸福唯有在安全中才拥有魅力。假期，是发奋图强，赶超他人的最好时机，但同时，却也是危险的时期。这期间的不安全因素有很多，我们的身上，都承载着父母老师的殷切希望，懂得保护自己便是对他们的最好报答。因此，假期安全，重于泰山，我们要用实际行动去践行这一箴言。

同学们，全国中小學生因意外事故死亡的人数一天达40人！也许你觉得这个数字对你来说太遥远，那么你可知道就在两个月前，十一中的四名学生在xx公园假期游玩时溺水身亡，起因不过是一个学生在河边洗脚不慎掉入河中，相伴的三个不谙水性的同学力图挽救，但能力所限，自己也淹没在无情的河水中，四个鲜活的生命就这样断送了，让我们怎能不痛心，我们又怎能不谨慎？在此，我向全体同学发出倡议：

1、学生要严格执行教育部的“六不”要求：不私自下水游泳；不擅自与他人结伴游泳；不在无家长或老师带领的情况下游泳；不到无安全设施、无救援人员的水域游泳；不到不熟悉的水域游泳；不熟悉水性的学生不擅自下水施救。

2、学生假期要注意交通安全。学生往返学校严禁搭乘无证无牌及超载车辆，严禁搭乘拖拉机、三轮车等危险车辆，注意交通安全。假期出行要遵守交通秩序，要靠右单行，不要并排骑行，保证行车安全，不违规驾驶电动车和摩托车。

4、注意饮食安全，把好食品关，尤其在炎热的时节，不吃无证摊贩食品。

5、谨记用电安全，电视机，电脑，热水器等常用电器必须按规定操作。

我们在注重安全的同时，在假期中要制定科学的学习计划，认真完成学校布置的假期作业。学生在假期中要积极参加社会实践活动并撰写调查报告，要认真“读好一本书”并写出读后感，要积极完成“xx年全市中小學生平安暑假专项作业”。

同学们，假期安全重于泰山，我们应树立“珍爱生命，安全第一”的意识，时时要谨慎，事事讲安全，用思想和行动筑起生命的防护墙，希望同学们从我做起，认真积极做好以上几个方面，时刻谨慎，珍爱生命，珍惜自我，这样才能让生命绽放光彩。

我的演讲完毕。

全民健身活动讲话稿篇十

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

早恋，是美丽的，它的美源于这时的爱是不需考虑家庭、金钱等现实问题，只管接受和付出爱的，是纯洁的，是浪漫的，然而，对于我们未成年人而言，这是没有能力去承受的。真爱是什么？车尔尼雪夫斯基说过：爱一个人意味着为他的幸福而高兴，为使他能更幸福而去做需要做的一切，并从中得到快乐，爱是担当，爱是责任，但我们的身心和心智却无法承受这些。

事实上，由于这种美丽的感情而造成的错误数不胜数：有的同学早恋，耽误成绩，荒废学业；有的同学因早恋，为情所困，难以自拔；有的同学为了证明自己的感情，不惜自残，甚至于放弃自己的生命，试想：一个连自己都不珍爱的人，又会珍爱他人吗？为爱痴狂，为情自杀的案例比比皆是，一桩桩悲剧的发生，一朵朵鲜花的凋零，难道还不够让人痛心遗憾吗？同学们，醒醒吧，不要再迷恋在童话、偶像剧的恋情中，真正能走到最后的几乎没有，同学们毕竟还年轻，思想还没有完全成熟，还不能真正理解和把握对方的心，并随着龄的增大和环境的改变，各自的价值观念和思想意识都发生改变，只是凭着一份朦胧的意识而陷入禁区，是飘在海面上的纸鸳鸯，经不起时间洪流的考验，最终得到的往往是苦涩的口味和几声悔不当初的感慨。

早恋，是莫泊桑笔下的那串钻石项链，虽有片刻的欢愉却带来十年的辛酸；早恋，是那株被人为拔起而“长高”的禾苗，提前“早熟”而终将枯萎；同学们，青春就像一坛藏于地窖的酒，珍藏到了该开启的时间，必然会清冽于醇，过早的开

启就会葬送了它的美味；青春就像是棵等待成熟的果树，生长到了该结果的时候，自然会硕果累累，早熟的果实只会让人尝到苦涩，同学们，我们的手还很小，我们的肩还很窄，我们的梦还很远，款款深情我们握不住，沉沉厚爱我们扛不住，我们有的只是拿书握笔，扛起家庭希望，实现自身梦想的力量。

同学们，年轻是资本，但青春不是用来挥霜的，让我们携起手来，珍藏美丽，拿出我们的热情，还上我们的希望，以青春为帆，用智慧作桨，让青春无悔，让岁月无憾，让成长的大树枝繁叶茂，让奋进的人生精彩辉煌！

全民健身活动讲话稿篇十一

各位老师，同学们：

大家好！今天我演讲的题目是：保护地球母亲，净化校园环境

大家都知道，由于人类向自然界过度的索取，已经导致了大自然无情的报复：飓风，暴雨，暴风雪，洪涝，干旱，虫害，酷暑，森林大火，地震等灾情不期而至，全世界因干旱等原因而造成的迁移性难民预计到20xx年达到1亿人。

我国高度重视环保工作台，先后出台了许多保护环境的政策和法规，开展了许多保护环境的工作和活动。

我国也非常重视保护环境的教育，“绿色学校创建活动”就是其中重要的内容之一，而我校的环境保护和绿化工作已经取得了一定的成果。

我们经常看到许多同学在校园里的各个角落捡拾果皮纸屑；用自己的双手去保护校园环境的优美。但是，我们仍然存在着一些不足：仍然有人乱丢纸屑，食品袋废弃物；仍然有人在草

坪上肆意践踏;学校的绿化带中，不时发现有深深的脚印，有的地方甚至走成了小道。

同学们，我们是21世纪的主人，环保意识是现代人的重要标志。我们应当切实地树立起时代责任感。心系全球，着眼身边，立足校园。多弯弯腰捡捡果皮纸屑，首先是不要随地乱扔乱丢;多走几步，不要穿越绿化带，践踏绿地。“勿以善小而不为，勿以恶小而为之”，从我做起，从小做起，从身边做起，从现在做起。保护地球母亲，净化绿色校园。让我们的校园更加美丽吧!

全民健身活动讲话稿篇十二

今天国旗下讲话的题目是：考出人格考出成绩。

在不知不觉中，紧张、忙碌而又充实的一个学期即将结束。明天和后天就要进行期末考试了。这不仅是对同学们一个学期以来学业成果的一次盘点、检阅，更是对每个人的综合素质的一次挑战，是对同学们的自信心、自觉性、意志力、诚信度的一次考验。也是同学们对老师辛勤工作予以回报的时候。因此，我们每一个同学都应该以严肃、认真、负责的态度对待这次考试。我建议：

1、每位同学都要正确认识自己，鼓起勇气、树立信心、正常发挥，注重基础题，把自己的学习水平和能力发挥出来，就是胜利。

2、考试前有些同学会心情紧张、精神压抑，需要进行自我调整。可以要加强一些体育锻炼，例如散步、慢跑、做游戏等，保持积极乐观心情。相信自己“我是最棒的，我一定会成功”，不断进行自我激励，。

3、保证充足的睡眠，人如果睡眠不足，就容易烦躁，思维速度下降。晚上睡眠必须保证8个小时以上，要求每位同学晚

上9点以前都能上床睡觉，确保精力充沛。

4、准备好考试时需要的文具，如：直尺、三角板、垫板等，本年级答卷时所用的笔，低年级准备好铅笔，中高年级准备好蓝黑钢笔。

5、诚信考试，每个人的学习都是自己的事，不能自欺欺人，为了高分而失去自己人格，为了名声而不择手段，都会是人瞧不起的。我们学校培养目标是：“做文明有礼，自强不息的中国人”，“诚信”是文明的核心之一。每位同学都要从一点一滴做起，不断完善自己。

同学们！“一分耕耘，一分收获”，我们今天所做出的努力是为了明天的幸福。我们有一万个理由相信：同学们都是好样的，一定会在人格和成绩上向自己的父母和老师交上一份满意的答卷！

最后：祝老师们期末工作圆满顺利！祝同学们人人考试取得优异成绩！谢谢大家！

全民健身活动讲话稿篇十三

尊敬的老师，亲爱的小朋友们大家早上好！我是小一班的周敬轩小朋友，很高兴能在国旗下讲话，今天我们来讲一讲马路上的安全。小朋友们，过马路的时候能不能一个人乱跑呀？对，我们要和大人手牵手才安全哦。还要走在斑马线上，如果是红灯或者黄灯的时候，先停下来等绿灯亮的时候再通过。要是乘坐爸爸妈妈的车的时候，我们小孩可不能坐前排，一定要坐在后排的位置上，还要扣上安全带。不能把头钻出车外，也不能把手伸出窗外，不能把垃圾丢到窗外。

全民健身活动讲话稿篇十四

老师们、同学们：

大家好！

在人生的大舞台上，我们每个人都扮演着自己的角色，忙忙碌碌地做着我们应做的事。在漫长而又短暂的学生时代中，我们扮演的最重要的角色就是学生，因此我们每个人都要对自己的角色负责，不管是今天还是明天，惟有认真地对待，才不会留下不可弥补的遗憾。

那么，如何扮好学生角色呢？其实，答案很简单，就是认真学习、刻苦钻研，遵守校纪校规，在学校的舞台上充分展示我们学生的风采。

张扬的关系，不能很好地遵守学校的。例如：有的同学对校纪校规无所谓，或者抱着侥幸心理；有的以非理性的方式，甚至是暴力方式处理同学之间的矛盾；有的以对抗老师的管理教育来展示所谓的

个性

，其实这都是非常幼稚的做法，只能成为成长道路上的障碍，有的同学已经为此付出了沉重的代价，并为此而后悔不已。，而是为了维护正常的教育教学秩序，维护学生生活与学习的权益，并为安全

提供

保障，提高同学们守规守法的自觉性，这才是校纪校规的实际意义。实际上，一个没有纪律和规则约束的地方是绝对没有自由可言的。所以我们的所作所为必须遵纪守法，不要盲目作为，否则必将为此付出代价。

在这里我们一起特别学习一下教育部、司法部的“学校学生伤害事故处理”中的几个相关条款：

第六条：学生应当遵守学校的规章制度和纪律；在不同的'受教育阶段，应当根据自身的年龄、认知能力和行为能力，避免和消除相应的危险。

第三十五条：违反学校纪律，对造成学生伤害事故负有责任的学生，学校可以给予相应的处分；触犯刑律的，由司法机关依法追究刑事责任。

以上是针对遭遇某些特殊情况时我们大家要特别注意的地方。此外我们还应经常用《中学生日常行为规范》及[]xx中学学生行为规范》中的要求来调整自己的言行，努力提高遵守校纪校规的能力，扮演好自己的学生角色。

为保证学校正常的教育教学秩序，为保障同学们的安全，也为加强学校的管理，在此，我特别友情提醒同学们，在校期间必须佩戴校徽，学校政教处也明确规定，从同学们进入学校大门时起，即纳入检查督促的范围，任何年级的学生均不例外；行路时应严格遵守国家交通法规，保护自身安全，也维护学校的形象；同学之间和睦相处，宽容大度，不要为小事斤斤计较，甚至大打出手。只有这样，才能使我们的校园学习环境更加安全，更加文明，更加有序。

在有规则的环境里得到张扬。

全民健身活动讲话稿篇十五

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家上午好！

我很荣幸能够站在这里发言。

时光匆匆碾过，韶华一年又逝，今天，我们满怀期待，迎接又一个学年，让我们一起庄重而严肃地告诉自己——开学。

高三的学长们，你们已步入人生中最关键的阶段，你们很累，很苦，肩上的‘压力和担子很重，但是，我相信，有家长的关心和陪伴，有师长的期望与指引，更有你们心中永不言弃，顽强拼搏的信念在支撑着，相信你们一定能扼住命运的咽喉，走过高考的独木桥，再续远安一中新辉煌。

而我们正处于高中生活的过渡，经过高一一年的洗礼，我们渐渐成熟，又迎来高二学年新的挑战。当我们抬起头来想要看看天空的时候，我们看到的，是学长们手中的接力棒，是师长殷切期待的目光，是周围同学奋笔疾书，扎身书海的身影，这一刻，我们明白了肩上的责任。我们会带着奋斗的汗水和必胜的信心，带着拼搏的誓言和坚定的信念走过高二，走向高考。

我们会成为一只海燕，历经风雨，自能高傲飞翔，我们会努力，顽强拼搏，成为远安一高新的骄傲。

新生从这里走进，人才从这里走出，祝高一的学弟学妹们尽快适应高中生活，走好高中第一步，祝高三的学长们顺利备考，再续辉煌。

最后，在教师节来临之际，我仅代表高二（1）班全体同学，祝全体老师教师节快乐，祝广大师生中秋节快乐！

全民健身活动讲话稿篇十六

敬爱的老师，亲爱的同学们，大家早上好！

我是五年三班的王诗庭，今天我很荣幸能站在国旗下讲话。我在班中担任班长，数学科代表等职位。我在班中是老师的好帮手，同学们的好伙伴。在家中我是爸爸妈妈的乖女儿，我学习自觉，独立完成作业，还经常做些自己力所能及的家务活。我的爱好广泛，如：看书、画画、打乒乓球、游泳、做奥数题等等。

我记得我读三年级时有个不好的生活习惯，那就是我爱乱扔垃圾，现在，我改变了，我进步了。那时候，我总是一吃完零食，垃圾袋就被我天女撒花似的随手扔掉了。可现在，不管垃圾筒离我有多远，我都会把果皮纸屑扔进垃圾筒。有人会说：“不就扔了个垃圾吗？有什么好炫耀的？”我认为：全世界大约有67亿人民，只要每人仅仅少扔一次垃圾，世界上就会少67亿次的垃圾呀！请大家行动起来，只要每个人每天进步一小步，我们的社会就会向前迈进一大步，我们居住的环境就会变得更加美好、和谐。

谢谢大家，我的讲话完了。

全民健身活动讲话稿篇十七

五月国旗下讲话演讲稿讲什么内容，那么，关于五月国旗下讲话演讲稿怎么写，你知道怎么写吗？如果不知道，就一起看看小编整理的内容吧！

问渠哪得清如许？为有源头活水来

相信大家都记得北大的那个美女主持人李师师吧，李师师于xx年参加央视三套《挑战主持人》节目，她学识渊博出口成章，话语间无不蕴含着深厚的文化意味，成为该节目第一位八期女擂主，从此一举得名，现任北大电视台主持人，并主播《北大新闻》。那么为什么李师师能出口成章，字字珠玑，会让人觉得她有很高的内涵，宛如一个智慧女神呢？也许用一句古诗来形容她最合适不过了，那就是“问渠哪得清如许？为有源头活水来。”

这句话的意思是：问塘水怎么能这样清澈，因为它的源头有源源不断的活水输入进来。强调不断学习才能使人的思想永远保持进步，朱熹的这两句话，给了我们诸多启示，多读一点好书，会让自己思想永远活泼，才思不绝，情操高雅啊。

在我拿到这个题目后就有一种书到用时方恨少的感觉，我的思想一片混乱，感觉自己肚子里面一点墨水也没有，不知道如何着手。由于长时间不读书没有活水的补充，以前所学的知识成为一趟死水，文思枯竭。

高尔基先生说过：“书籍是人类进步的阶梯。”多读书，可以让你觉得有许多的写作灵感。在写作的时候，我们往往可以运用一些书中的好词好句和生活哲理。让人觉得你的文章更富有文采，美感。

多读书，可以让你有礼有节。俗话说：“第一印象最重要。”你留给别人的第一印象可以看出你是什么样的人。所以多读书可以让人感觉你知书答礼，有风度。

“知识就是力量。”多读书，可以让你增加一些课外知识。可以让你感到浑身充满了力量，可以激励着你不断地前进，不断地成长。从书中，你可以发现自己身上的不足之处，使你不断地改正错误，摆正自己前进的方向。这样说，书也是我们的良师益友。

多读书，可以让你变聪明，有智慧去战胜对手，让你可以勇敢地面对困难。让你用自己的方法来解决问题。让你在自己的人生道路上更进一步。

多读书，也能使你的心情变得快乐。读书也是一种休闲，一种娱乐的方式。读书可以调节心情，使你身心健康。所以在书的海洋里遨游也是一种无限快乐的事情。

读书能陶冶人的情操，给人知识和智慧。多读书，可以为们以后的人生道路打下扎实的基础！莎士比亚说“书籍是全世界的营养品，生活里没有书籍，就好象没有阳光；智慧里没有书籍，就好象鸟儿没有翅膀。”凯勒说“一本新书象一艘船，带领着我们从狭隘的地方，驶向生活的无限广阔的海洋。”

多读书,可以开阔视野,增长见识,启迪智慧,可以使自己在工作中有所创造,有所成就;可以丰富自己的知识,进一步懂得生活,可以提高自己的文采和对艺术的欣赏能力,从而使自己的生活更加丰富多采,充满情趣。

同学们既然读书有这样多的好处,而书籍又可随时随地买到,并且花钱不多,我们正处于人生中最美的时刻,花正好叶正叶茂,时间充足精力充沛,记忆力旺盛,分析判断能力也已达到一定程度,且无家室之累,正是集中精力学习知识的黄金时代,千万不要白白地浪费掉啊。中国有句古话:“少壮不努力,老大徒伤悲”。待到自己在曲折的人生中悟出应该多学本事的道理,想学的时候,由于年龄的增长,记忆力衰退,家庭的重负,精力集中不起来,那时想学也学不好了。与其那时悔恨终生,倒不如现在就努力学习。“学海无涯勤是岸,云程有路志是梯”啊。

成功的喜悦,永远都是只属于那些勤奋好学,勇于攀登的人们。朋友们如果我们如果我们真正的想要工作得更好和生活得更美好,就读书学习吧!古人云:“书中自有黄金屋,书中自有颜如玉。”对于坎坷曲折的人生道路而言,读书便是最佳的润滑剂。面对苦难,我们苦闷、彷徨、悲伤、绝望,甚至我们低下了曾经高贵骄傲的头。然而我们可否想到过书籍可以给予我们希望和勇气,使黑暗的天空再现光芒。读罗曼·罗兰的《名人传》,让我们从伟人的生涯中汲取生存的力量和战斗的勇气,更让我们明白:唯有真实的苦难,才能驱除幻想的苦难;唯有克服苦难的悲剧,才能帮助我们担当起命运的磨难。读海伦·凯勒一个个真实而感人肺腑的故事,感受遭受不济命运的人所具备的自强不息和从容豁达,从而让我们在并非一帆风顺的人生道路上越挫越勇,做命运真正的主宰者。在书籍的带领下,不断磨炼自己的意志,让心灵渐渐充实成熟。读书能够荡涤浮躁的尘埃污秽,过滤出沁人心脾的灵新之气,甚至还可以营造出一种超凡脱俗的娴静氛围。

书读多了能使人明白一定智慧和道理,让人的思维意识判断

和理解能力，以及语言的表达方式比他人高出一筹。让他人觉得你是个能沟通的人，不是一个纯粹胡搅蛮缠的粗人。同样多读书能够帮你引经据典地显示证据，可以加强你旁征博引的能力，其他人就觉得你是一个明事理的人物。愿意和你说话，愿意听你的观点和你所表达的意见。而读书少的人说起事情来就语无伦次，漫天瞎扯，经常跑题。不知道自己在表达什么内容。而读多书的人自然就一点就通，书读多了给人以一种书卷气，一种文化内涵的修养程度，提高自己的审美观点。给人一种亲和力的感觉，一种文化知识者的内在魅力和品味程度，不会让你胸中无墨，下笔不成。

读书是生活中的一个重要的组成部分。书看多了，你获得的知识也就多了，如果你能从百忙之中抽出一点时间，阅读一本适合自己兴趣的书，那便是你忙碌一天之后的精神享受，自然我们所懂得的道理，修养，审美，等等也就提高了不少。

全民健身活动讲话稿篇十八

尊敬的各位老师、同学们：

大家好！

今天，我国旗下讲话的题目是：“文明礼仪的真谛”。

讲文明，懂礼貌是我们自小受到的教育。在我国向世界开放的今天，礼仪不仅体现出丰厚的历史文化传统，同时更富有时代的新内涵。讲文明礼仪，传优良美德，创和谐人文学校，是我们义不容辞的责任。

如果你失去了今天，你不算失败，因为明天会再来；如果你失去了金钱，你不算失败，因为人生的价值不在于金钱；如果你失去了文明与礼仪，那你就是真真正正的失败，因为你已经失去了做人的真谛。

下面我再给大家讲一个真实的故事：一位母亲正骑自行车带着年幼的女儿迎面而来。孩子一不小心，手中的饼干掉在地上。妈妈马上停下车，轻声对女儿说：来，咱们把它扔到垃圾桶里去。说着便把孩子抱下来，俩人弯腰一起去捡地上的碎饼干。就是这普通的一幕，不由让人想起一句话：“素质，是一种习惯。”仔细想想，不是吗？无论这位母亲，还是将来的孩子文明素质如何，在这一细节中已有了答案。

讲到文明，有人会问：“文明是什么？”其实文明很简单，它是路上相遇时的微笑，是你有困难时同学的热情帮助，是平时与人相处时的亲切，是见到亲人时的一句真诚的问候，是不小心撞到对方时的一声“对不起”，是自觉将垃圾放入垃圾箱的举手之劳……文明是一种品质，文明是一种修养，文明是一种受人尊敬并被大家广泛推崇的行为。说到礼仪，人们都家喻户晓，中国自古就是一个讲究礼仪的国家，那么，“礼仪”是什么呢？“礼仪”就是尊敬人的一种行为规范，是对他人的一种尊敬与理解。在经济家的眼里，笑是一笔巨大的财富；在艺术家的眼里，笑是世界上最美的色彩；而在我的眼里，笑是柔和的和平武器，笑是自信心的表现，笑是沟通人与人心灵之间的纽带。

请仔细阅读这篇国旗下讲话演讲稿范文，也可以参考它的写法与格式。

全民健身活动讲话稿篇十九

教师们：

大家好！

春天是播种的季节，只有用辛勤的劳动播下希望的种子，才会有金秋满意的收获。回首走过的初中旅途，在如梭的岁月中，我们满怀对将来的憧憬，播种了希望，洒下了汗水。在园丁的辛勤哺育下，我们变得更成熟，变得更稳重。今天

我们全校师生在这里举行开学典礼，不是体味成功的快乐，不是享受成功的喜悦，而是展望理想、描绘理想、播种新的理想！

不快乐、伤心、难过是过程，快乐，才是终点。同学们，新的学期，就是一个新的开始，对于今后的生涯又是一个新的阶梯。我们要把以前那些作业偷懒、依赖父母等等的坏习惯统统改掉，在新学期里以新的相貌出如今大家的面前。

轻风锁不住流云，流云带走了岁月。在这个学期，六年级和九年级的同学们将要参加毕业考试，你们上界的学长学姐已写下辉煌，奋斗的火炬已正式交接在你们手上，如今，该是你们书写辉煌的时候，该是你们为校争光的时候，该是你们放飞梦想的时候！请你们都去书写人生中最华美的篇章吧，希望今年六月的硝烟散尽后，捷报频传！

望一望后面，自己已从荆棘丛中踏出一条小路来，上面铺满了自己亲手撒下的片片希望的花瓣。感觉“宛在水中央”，左岸是无法忘却的回忆，右岸是值得紧握的璀璨年华无法再想，因为每当我们驻足，时间便叫嚣着扔下我们飞奔而去，唯向前奔跑！只要能通向终点，我们必须选择路，必须从最难最难的路上走过！这亦是人生！。

天其实并不高，海其实也不远。梦，敢做就能圆。

收获的季节不在自然界，她蕴藏在我们每一位实验人的心中。让我们在前进的道路上策马扬鞭，以饱满的热情迎接新的挑战，为实验园的将来而奋斗！让鲜花和掌声永远与实验园相伴，让我们共同的家园——实验学校永远温馨。

千里之行，始于足下。新学学期开学之际，衷心祝愿同学们在自己新的零起点上，鼓足力量，奋勇冲刺，获得更好的；祝愿教师们工作顺利，身体安康，心想事成。