

养成良好的卫生演讲稿 养成良好的卫生习惯演讲稿(大全6篇)

演讲稿具有宣传，鼓动，教育和欣赏等作用，它可以把演讲者的观点，主张与思想感情传达给听众以及读者，使他们信服并在思想感情上产生共鸣。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？下面我给大家整理了一些演讲稿模板范文，希望能够帮助到大家。

养成良好的卫生演讲稿篇一

亲爱的同学们、老师们：

大家早上好！

今天国旗下讲话的题目是：养成良好的卫生习惯！

今天我们生活在幸福的时代、可以安心学习的时代。但为了明天，为了未来，我们要时刻牢记只有在健康的环境中才能更幸福地成长，只有在幸福的环境中才能身心健康。

我们生活在学校、生活在人群密集的环境里，我们可以做些什么呢？

那就是保持良好的卫生习惯。培养良好的卫生习惯首先应从我做起，我们应该时时刻刻提醒自己，还要制止其他同学不讲卫生的行为。

1、班级卫生要打扫干净。每次打扫卫生要做到快速干净，并且每天的`值日组长要会分配，分工明确，让每个值日生都动起来，让我们的教师保持干净明亮的状态。那么每个小朋友都要随时珍惜值日生的劳动成果，随手捡起教室和校园的果皮纸屑。

2、桌椅排放要整齐。每节课下课10分钟时间，小朋友们要在10分钟内将自己的桌椅摆放整齐，检查自己周围地面是否干净，不干净要赶紧打扫一下，让我们的教室保持干净整齐。同时我们也要提醒其他小朋友也要这么做。

3、勤洗手。我们生活在一个充满看不见的细菌的环境，为了保持我们的身体健康，小朋友们一定要勤洗手。上完厕所要洗手、吃饭前要洗手、捡完垃圾要洗手。等等。

同学们，良好的卫生习惯是自己在学习和生活中慢慢养成的，美好的生存环境是靠大家共同创造的。希望每个小朋友都能养成良好的卫生习惯。

养成良好的卫生演讲稿篇二

尊敬的老师、亲爱的同学们：

你们好！

很感谢大家能够给我这个上台演讲的机会，我们今天的演讲主题都是跟学校生活相关的，前面的同学们的演讲都十分的优秀，他们在学习和纪律等方面都有讲到了，我要讲则是卫生习惯方面。我的演讲题目是《卫生影响健康，习惯影响形象》。

什么是好的卫生习惯？可能对不同的同学有不同的看法，但是相信大家一致的几点一定是：勤洗澡勤换衣物，勤剪指甲不留不符合学生形象的头发。虽然这是非常不起眼的小习惯，但是还是有不少的同学做不到，我认识的一个邻居家的孩子就是，他还是一个高中生呢，可是我经常看着他不换衣服顶着一头油腻的头发去上课……好习惯不仅是让别人对自己有好的影响，还可以减少疾病。长期生活在一个不好的卫生环境里面会让自己的抵抗力下降，容易滋生细菌以至于感冒几率增加。所以不仅是为了人际交往，也为了自己的健康，一

定好养成良好的卫生习惯！

说了这么多，怎么养成一个好的卫生习惯呢？首先，我们要做好自己的形象问题，按时洗澡，按时更换衣物，需要注意的是换下的衣物要及时洗，千万不能堆积在一起好几天才洗……相信那个住宿把穿过的袜子不洗塞床下塞满了的，最后被室友举报的新闻有不少看过，这就是我们要吸取的反面例子。除了这些，我们还要做好自己周边的卫生环境，及时整理自己的房间、课桌的摆放，保持一个整齐的环境，这样不仅自己舒心，还方便我们找东西。再就是我们不随地吐痰，打喷嚏的时候捂住口鼻，及时洗手等等！还有最重要的一点，就是我们现在还是小学生，可是我还是有看到不少的同学偷偷在厕所抽烟，这是十分不应该，再者公共场所抽烟就是一个十分不文明的形象，要及时改正。

最后，我想跟大家说的是，一个好的卫生习惯，不仅仅是给别人好的看法，也是在提升自己的价值，我们一定要重视！谢谢大家的聆听，我的演讲到此为止！

养成良好的卫生演讲稿篇三

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家早上好！今天我国旗下讲话的题目是《养成良好卫生习惯》。

校园是我们共同生活的地方，所以养成良好的卫生习惯，共创美好校园环境是我们每个同学的责任。

习惯的力量很大。培养良好的卫生习惯首先应从我做起，我们应该时时刻刻提醒自己，不要随地吐痰，不要随地乱扔废物……我们要制止其他同学不讲卫生的行为，看到地上有果皮纸屑主动捡起，让我们的校园更加干净整洁。我们每位同学都应该自觉地保护教室及其周围环境卫生，并坚持养成

这一良好的习惯。每当走进教室里，你看到桌窗明净，桌凳整齐，地面无垃圾。我想在这样整洁的环境里，你的心情一定会更加舒畅吧。同学们，现在就让我们一起在这飘扬的红旗之下作出我们庄严的承诺：我承诺！从现在开始，养成良好的卫生习惯，共创美好校园环境。

我的演讲完毕，谢谢大家！

养成良好的卫生演讲稿篇四

尊敬的领导、老师，亲爱的同学们：

大家上午好！

我是___，今天站在台上做我的演讲，我感觉特别的荣幸。我感谢大家给予我一个这样的机会，我很珍惜这次机会。今天我要做的演讲的题目是《养成良好的卫生习惯，对己对他人都有好处》。

我们生活在新时代，新的起点，不再像是以前的那种对卫生不重视的时候了。现在的时代是很注重卫生的，只有搞好卫生，我们的未来才会更好。不管是个人的卫生还是大家公共的卫生，我们都要一视同仁。

那么首先我们要做的就是养成一个良好的卫生习惯。只有好的卫生的习惯才能够把自己变得更好。那我们要养成哪些好的卫生习惯呢？接下来就是我讲的重点了。现时代我们这个环境是我们生活的最基本的，第一个就是要养成爱护大自然的卫生，我们不肆意在外游玩的时候扔我们制造的垃圾，而是用袋子装着，等到有垃圾桶的地方再把垃圾扔进去。只有把大自然的这个卫生搞好，我们的生活才会更加美好。第二个就是要养成垃圾分类的习惯，好的卫生是所有的东西都有一个归类，垃圾也一样，什么样的垃圾归于什么样的垃圾，如此才可以阻止有害垃圾混入普通垃圾中危害环境和我们人

类。这些都是要我们自己去遵循的，垃圾分好类，卫生靠大家。第三个就是培养个人爱卫生的习惯，很多人自己都不爱卫生，所以给人的感觉就是很邋遢，作为一个新时代的人，我们就应该打理好自己，给别人一个好印象。穿衣要整洁干净，要常洗澡洗衣，自己的家也要搞好卫生，来的客人看见整洁的家人家也会赞赏有加的。

卫生是大家的，不是一个人的，所以爱护我们的卫生就要从自己先做起。自己起到这样的作用，大家也才会一一去做的。良好的卫生习惯需要每天的坚持，在这样一个时代，是很重要的，不要轻易放弃自己好不容易养成习惯。有一个好的卫生的习惯，对自己好处极大，对他人的好处也是很多的。这样好的事情为什么不做呢？再说了，习惯是自己的，养成了好的习惯，只有利而无害，尤其是卫生习惯，更加是对整个社会都起到好作用。

所以，我们大家一起来培养自己的良好的卫生习惯吧，一起把这个社会、这个环境以及我们自己变得更好。

养成良好的卫生演讲稿篇五

同学们：

今天，我们班里召开了一次班会，主题是《养成良好的卫生习惯》。

金秋十月，我们搬到崇文街小学，住进我们的心学校，花园式的建筑是我们茁壮成长的摇篮，同学们都在这美好的学校环境中，为自己插上理想翅膀，因此，保护学校的卫生成了我们的头号任务。学校的卫生环境是我们精神文明的建设窗口，也是全校师生素质高低的综合反映，但由于同学们还存在不良的习惯，经常给学校的卫生带来不文明的习惯。

- 1、乱丢乱扔同学们吃剩下零食的包装袋。

2、乱涂乱画乱踢乱踏。

3、随地吐痰。

4、垃圾乱倒。

因为同学们要养成良好的卫生习惯十分重要。同学们不仅要讲究卫生，还要人人争当卫生监督员，共同来把学校的卫生抓上去，从而养成良好的卫生习惯。

如何养成良好的卫生习惯呢？全体同学都应做到以下几点：

1、要养成不随地吐痰的习惯。

2、要努力克服随手乱丢的习惯。

3、要努力克服乱倒垃圾的坏习惯。

4、要随地清理废弃物，随手捡拾地面上的废弃物，共同维护学校的卫生与整洁。

同学们，让我们从小做起。人人管住我们的口，管住我们的手，养成良好的卫生习惯，齐心协力保护好我们的新学校的卫生。

养成良好的卫生演讲稿篇六

尊敬的各位领导、老师，亲爱的同学：

大家都知道，良好的行为习惯在人生中的巨大作用，良好的习惯就是人生成功的阶梯，是我们飞向辉煌的翅膀，是打开胜利之门的钥匙。

日常行为习惯是引导大家培养好习惯，做现代文明人，为幸

福人生奠定基础，为成功的人生铺设台阶。俗话说：没有规矩，不成方圆。为保证同学们正常的学习生活，最基本的就是应该遵守《中学生日常行为规范》，遵守校纪、校规，对于我们今后形成良好的行为习惯甚至对于我们今后的学习生活都是至关重要的！做为中学生的我们应趁着这大好时光，借着日常行为规范教育月的东风，以常规为律己之道，从生活中小事做起，严格要求自己，坚决远离不良习惯，注意细节，遵守常规，保持好个人卫生和环境卫生，养成良好的生活习惯和卫生习惯，提高个人素质，不忘反思自己的行为，纠正自己的过失，听从老师的教导，服从学校的管理。

我们有不少同学已经做得非常出色，他们尊敬师长、关爱同学、语言文明、举止得体、爱护环境、做事踏实。然而，我们还有不少同学身上还有不少令人生厌的恶习、陋习，主要表现在：不懂得爱护环境，好吃零食，又随手乱扔包装袋，随地吐痰。这种行为其实是自欺欺人，不懂得爱护公物，以为反正不是自家的东西，损坏起来一点也不心疼，砸坏开关，毁坏课桌等等。不懂得洁身自好，盲目模仿成年人，抽烟打牌，青春之朝气，青春之纯洁全被糟蹋了。不懂得努力学习，上课随便说话，作业马马虎虎，长此以往，性情浮躁，心神不定，必定误了今日，毁了明日！

“勿以恶小而为之，勿以善小而不为”，只有我们努力去做应该做的事情，从我做起，从小事做起，学会尊重自己，尊重他人，懂得什么是正确的，什么事错误的，提高非辨是非，区分善恶的能力，才能有正确的道德选择和正确的道德能力，才能用我们的理智和意志去克服种种陋习，做一个无愧社会，无愧于父母，无愧于自己的文明中学生。因此，我们从今天做起，学规范、学纪律、勤学习，为自己设计一个文明中学生的形象。

“一年之计在于春”，新的征程已悄然开启，社会在加速向前，春天在召唤我们做春的使者，让我们行动起来，用我们的双手创造和谐安宁、积极向上、文明规范、繁荣昌盛的校

园!今天我的演讲《扬起良好行为习惯的风范——成就辉煌人生》
完毕，谢谢大家!