

2023年卫生的国旗下讲话 学生讲卫生国旗下讲话稿(通用10篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看看吧。

卫生的国旗下讲话篇一

尊敬的领导、老师、亲爱的同学们：

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，你也不算失败，因为人生的价值不仅仅在金钱；但是如果你失去了文明，你就彻彻底底的失败，因为你已经失去了做人的真谛。

文明是一种习惯。文明之于一座城，是一种和谐稳定的风尚；文明之于一个人，是一种积极健康的素养。一个人的文明，由举手投足、一言一行来体现；一座城的文明，也由每个市民的文明举止汇聚而成。文明还是一种力量。有时候，它不过是10公分的距离；也有时候，它只是几十厘米的宽度；更有时候，它还仅是一张纸的厚度。多一个手势，对别人来说，就是多一份体谅；多一点耐心的等待，对别人来说，就是一种关爱；多一点点分享，对别人来说，就是多一份温暖。文明不是昙花，文明也不是强迫，它是一种自觉的行为，更是一种持久的魅力。

请让我们内省自身行为，提高自我素养，做文明人，创文明城，让自己活得更有尊严，更有涵养，让生活变得更有品位，更有质量。

卫生的国旗下讲话篇二

老师们，同学们：

大家好！今天我演讲的题目是《诵读经典传承美德》

中国传统文化底蕴深厚，积淀着中华民族最深层次的追求，铸就了中华民族的优秀品格，推动中华民族走向繁荣昌盛，使中华民族生生不息。在传统文化的孕育下，名篇佳赋，灿若星河，一部又一部闪烁着光辉思想和深远智慧的经典篇章被广为传诵。作为当代的中学生应肩负起诵读经典，弘扬优秀传统文化的重任。

凯勒曾经说过：一本书像一艘船，带领着我们从狭隘的地方，驶向生活的无限广阔的海洋。经典著作蕴含着让我们终身受益的人生哲理，彰显着中华民族几千年来熔铸成的`民族智慧；经典著作告诉我们课本上学不到的知识，可以使我们知识渊博，丰富我们的人生；经典著作让我们建立自己的思想，摆脱平庸，让我们走出自己狭隘的天地，胸怀世界，放眼未来！

同学们，我们要认真诵读经典著作，接受祖国传统文化的熏陶。通过诵读经典，可以与圣贤对话；通过诵读经典，可以传承美德；通过诵读经典，可以净化我们的心灵，洗礼我们的思想，升华我们的品格。让我们开启心灵的大门，一起来感受传统文化的博大精深。让我们把传统经典中的正能量和弘扬社会主义核心价值观结合起来，做到“知行统一，学以致用”

教的最高境界是学，学的最高境界是敬学。我们一中以传统文化中“敬学”的理念为指引，高度重视传统文化的教育和经典著作的诵读，高度重视教师和学生的心灵成长，为广大师生提供了丰厚的文化底蕴和强大的精神支撑。走在美丽的一中校园，看到学生得体的举止，听到学生的礼貌问好，发现拾金不昧、助人为乐的现象，感受到老师的敬业、学生的

乐学，心里总是暖暖的，这就是美德的力量，这就是文化的力量。

同学们，让我们一起诵读经典，传承美德。让浓浓的经典书香弥漫在一中校园，让经典润泽我们的心灵，让美德伴随我们一路成长！

谢谢大家！

卫生的国旗下讲话篇三

尊敬的各位领导、各位老师，亲爱的同学们：

大家早上好！

今天我在国旗下讲话的题目是《人人讲卫生》

主要有个人卫生和环境卫生这两大方面。先说个人卫生。首先要做到勤洗澡，勤剪指甲，衣服要勤换洗，饭前便后要洗手。不讲卫生不仅使身体容易生病，有时连你宝贵的双眼也会受到侵袭。当你接触过脏的东西后，你可千万不要去揉眼睛，否则，沾你手上的细菌就会跑进眼睛，这样会使你患上沙眼，导致视力下降。

当然，环境卫生也是不可忽略的。这里要说说我们的校园：同学们，在教室里，你有把纸屑随手扔在地上吗？你有把包装纸随便扔在桌子边吗？当你看到脚下的一片碎纸、一个空瓶、一个包装袋、一片落叶……你会弯腰捡起，将它投入垃圾桶内吗？当你看到个别同学随手扔纸片，乱扔粉笔头，或其它破坏公共卫生的行为时，你会上前制止，并劝告吗？当然，绝大多数同学做得相当好，他们为了校园的整洁，时时刻刻讲文明，讲卫生。请大家真正行动起来，珍惜他人的劳动成果，共同维护校园的公共卫生，让我们的校园更干净、更美丽、更舒适！

我相信只要人人讲卫生，我们就会拥有更健康的身体，就能在一个空气清新、环境优美的地方更加用心学习。让我们一起讲卫生，一起健康快乐地成长吧！

我的国旗下讲话到此结束，谢谢大家！

卫生的国旗下讲话篇四

大家早上好！今天国旗下讲话的题目是：《养成良好卫生习惯，共创美好校园环境》。

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。

什么叫习惯呢？所谓的“习惯”是指长期重复地做并逐渐养成的自觉活动，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……那些看似无关紧要的小事，可能造成的后果就是使我们的校园变得丑陋、肮脏。我们还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。这些似乎让人不屑一顾的小事，可以互相促进良好卫生习惯的养成，让我们的校园更加干净整洁。其次是：我们每位同学都应该自觉地保护教室及班级清洁区的环境卫生。通过上一周的检查。我们发现各班级环境卫生都做得比较好，但要坚持养成这一良好的习惯。每天走进班级里，你都会看到桌窗明净，桌凳摆放整齐，地面无纸屑。我想在这样干净整洁的环境里，就会心情舒畅，身心健康。

同学们，校园是我们的家，让我们自觉维护校园环境。努力养成不乱扔废纸、粉笔头、不向楼下扔任何杂物；不随地吐痰等良好习惯。同时把班级和清洁区的卫生认认真真做好，并且时时刻刻保持；做到有人检查和没人检查一样干净，一样整洁。一份耕耘一份收获，只要我们共同努力，坚持不懈，我们的校园就会像花园一样一尘不染，空气清新，令人精神爽

朗。

让我们在飘扬的红旗下作出我们庄严的承诺：从现在开始，养成良好的卫生习惯，共创美好校园环境。

我的演讲到此结束，谢谢大家。

卫生的国旗下讲话篇五

亲爱的老师们、同学们：

大家好！

今天，我们利用这明媚的阳光和微风，飘扬我们的文明思想，传递文明行为。因此，我今天演讲的主题是“讲文明讲卫生”。让我们一起在这个夏天的路上文明前行吧！

夏天到了，冰饮成了我们日常消费的对象，但也有这样的情况。随着夏天的到来，操场上的垃圾越来越多，随处可见人们扔冰棒包装纸的现象。忽冷忽热的冰淇淋可以为我们退烧解渴，但也请记住，不要让原本美好的校园陷入这种乱七八糟的境地。因此，卫生是我们下一个最重要的目标。请大家多注意周围的环境，搞好卫生，让我们有一个更舒适的学习成长环境。这不仅是我们每个同学的责任，也是一种文明的行为，可以向我们的校园传递无数的正能量。

文明是刻在我们心中的一朵坚韧的玫瑰。它给我们欢乐，丰富我们的心灵，给我们美妙的芬芳。让我们在这条成长的道路上逐渐变得自信而坚韧。文明就像黑暗中的一束光，让我们重新找到方向。文明也像身边的亲朋好友，陪伴我们一路成长，为我们指明更光明的道路，把我们培养成更积极向上的少年。我们如何对待文明，文明也会如何对待我们。我们关系很亲密，互相付出，互相成长。

你可能会想这样一个问题，文明会给我们什么？如果你脑子里没有答案，那么请你看看周围的环境，观察一下身边的生活，你会发现文明其实是一个让我们的生活变得更美好的东西。当你看到老师时，和他们打招呼是文明的。看到垃圾落地就勤快捡起垃圾扔进垃圾桶，这才是文明。如果不跟同学争论，通过沟通解决问题就是文明。

到底什么是文明？它是能让我们变得更好的神奇药剂，也是我们生活中创造美的工具。所以文明对于我们人类来说是多么重要啊！现在还在上小学，就开始培养自己的文明习惯，为自己的未来负责。所以同学们，传承文明，讲究卫生，不仅是我们的要求，也是督促我们成长的两把利器。让我们一起肩负起这个责任，勇敢的走下去！

文明卫生500字演讲精选(第六部分)在上中学之前，在很多人眼里，中学是一片没有污染的净土，也美其名曰“象牙塔”。然而，真正的中学并没有人们想象的那么“纯粹”。一点一点，校园文明正在被悄悄践踏。我在这里不是吹毛求疵，因为很多小事只是反映了校园里的一种风气和陋习。因为我们学校有很多走读生，自行车和摩托车成了他们往返家和校园的重要工具。但是车的顺序很难恭维。

让人头疼的不仅仅是这些车，还有那些无辜的办公桌。从小学开始，我们就被教导：“不要在课桌上乱涂乱画。”然而现在，我们忽略了文明最基本的细节。一些无聊的感受写在崭新的书桌上。甚至还有一些猥亵的话。其实我们可以通过日记来倾诉自己的感受，或者和朋友倾诉来消除短期的痛苦。书桌是无辜的，我们不应该把它当成一个出口，不应该这么“污染”它。另外值得一提的是，我们的自习时间，还有很多问题，从下午开始。很多同学都在窃窃私语，无法尽快安静下来：有一次上课，我们教室很安静，隔壁却像开派对一样。许多学生大声说话，大笑，制造很多噪音。整个走廊回荡着他们嘈杂的声音。自习时间不是玩的时间。很明显，他们没有预料到对其他同学的影响。

好在类似的事情虽然很多，但一点都不普遍，大部分同学表现都不错。校园文明已经成为我们心中的“潜规则”，没必要去督促。有些同学即使不注意这些细节，也不一定“性质严重”。很可能是一些不良习惯造成的。我在这里提出来只是想引起大家的注意。有则改之，无则加免。中学是学习知识，提高自身素质的地方，要把它建设成更加文明的净土。而这一点，需要你我共同努力去维护。

第20xx届奥运会即将开幕，我们需要表现出文明的举止来接受外国朋友的检查，给他们留下好印象。我希望我们大家能共同努力，创造一个温暖，和谐，文明的氛围。

卫生的国旗下讲话篇六

老师们、同学们：

大家早上好！今天我国旗下讲话的内容是“如何预防感冒。”

天气渐渐冷了，班级里好多学生都感冒了，上课也无精打采，影响了同学们的正常学习和生活。这种天气同学们要特别注意及时增加衣物。有的同学在下课的时候满头大汗的跑来跑去，一热呢，就把外套脱掉。你知道吗，身体在出汗，全身的汗毛孔会扩张，脱掉衣服，让冷风一吹，汗毛孔遇冷会马上收缩。汗液也就停止往外排泄。身体素质不好的学生这样一折腾，感冒就离你们不远了。那么在这样一个容易感冒的季节里，我们应该如何预防它呢？比如早上到教室里，先把教室南北两边的窗户打开，空气对流，让教室里的空气保持新鲜；下课的时候再喝上一杯热开水，可起到除燥，保护黏膜的功能，促进病毒的排除。还要保证饮食营养的均衡全面，养成良好的饮食习惯，不挑食、不偏食，有助于增强体魄。也可以适当的补充一些维生素，多吃些水果。培养生活好习惯，勤洗手、勤洗澡，用冷水洗脸，这可增强鼻黏膜对空气的适应能力，有效预防感冒。另外，充足的睡眠也有助于提高机体的免疫机能，是身体最基本和最重要的保健条件。还有就

是要增强体育锻炼，强健的身体就是抗病的基础，是我们“革命的本钱”。

那万一我们已经感冒了，要注意些什么呢？同学们都知道感冒的症状就是发热、打喷嚏、流鼻涕、咳嗽、鼻塞等症状。大家要特别注意打喷嚏的时候一定不要对着旁人。一个喷嚏，通常一次能喷出大量的病菌。应该用手轻轻捂住口鼻，防止把感冒传染给他人。擤鼻涕的时候我们也要注意：一般人习惯用餐巾纸捏着双鼻孔擤鼻涕，这样会造成鼻涕倒流进鼻窦，使细菌感染鼻窦，患上鼻窦炎。正确的方法是：分别堵住一侧鼻孔，一个一个的把鼻涕擤干净。擤好鼻涕的餐巾纸不能随便乱丢，一是破坏校园的环境卫生，二是餐巾纸里面包有大量的病菌，不卫生，容易传播疾病。

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，才能更好地学习和工作，才能应付各种困难和挑战。所以，希望同学们都能有一个健康的身体，有更多的精力投入到学习中。

谢谢大家！

卫生的国旗下讲话篇七

亲爱的同学们：

校园，是我们学习工作的重要场所。校园环境的好坏直接影响到老师和同学们的工作、学习和生活，同时，环境卫生也是一个学校文明程度的重要标志，是学校对外形象好坏的直观影响因素。可是，在我们校园的好些地方还常常散落着同学随意乱扔的塑料袋纸屑饮料瓶等。这些垃圾跟我们洁净的校园是极不相称的。我们相信，没有哪一个同学希望在一个垃圾遍地的环境中学习、生活。我倡议大家做到以下几点：

一、以爱护校园环境为己任，自觉维护校园的清洁卫生，做好值日生工作，每天早读之前要对卫生区、教室进行一小扫除，每周进行一次大扫除，确保地面的干净，校园无果皮纸屑。

二、从我做起，从现在做起，养成良好卫生习惯，不买不带零食进校园、不乱扔垃圾，并提醒乱扔垃圾的同学改正。

三、提倡“弯腰”精神，看到地面上有纸屑等，主动拣起来，教室垃圾桶满了，主动倒掉。

同学们，让我们从小事做起，让我们都踏踏实实，认认真真地从小事做起，从身边的一点一滴做起，走向成功的未来。让我们携起手来，把文明之风吹遍校园的每一个角落，让道德之花盛开在我们每一个人的心中。

卫生的国旗下讲话篇八

尊敬的老师，亲爱的同学们：大家早上好！

今天，我演讲的题目是《讲究饮食卫生 保护身体健康》

食品对于我们来说是必不可少的，正所谓“民以食为天”，正因为如此，饮食安全是一个重大的卫生问题，直接的关系到我们的身体健康。缺乏卫生的饮食习惯，会影响我们身体健康。如有人暴饮暴食，引发体内胃肠功能紊乱；有人偏食，专吃荤菜，不吃蔬菜，造成内环境酸性过高，容易诱发肥胖症；也有人吃东西前从来不洗手，常害得上吐下泻。由此可见，不注意饮食卫生，将影响我们的身体健康。为了我们的健康，我向大家提出以下卫生饮食建议：

首先，要树立正确的食品安全观念。了解食品安全知识，增强自我防护能力。在购买食品时，应选择信誉度高的商场和超市，选购食品一定要注意食品包装上有没有生产厂家、生产

日期，是否过保质期。注意包装袋有无破损，外包装有没有被改动过的痕迹。打开食品包装，先检查食品是否具有它应有的感官性状。不能食用腐败变质、油脂酸败、霉变、生虫、污秽不洁、混有异物或者其他感官性状异常的食品。

其次，培养良好的饮食习惯。不食用流动摊点的小吃、零食，特别是油炸、烧烤、烟熏食品(因这些食品含有大量的致癌物质)，自觉抵制三无食品、低质食品的诱惑，再次，要科学进餐。不挑食，不偏食，不暴饮暴食，每日三餐，定时定量，荤素搭配，不暴饮暴食。多吃新鲜的蔬菜、水果，少吃脂肪高的肉类;多饮白开水，少饮或不饮生水及含有防腐剂、色素的饮料等。另外，要养成良好的卫生习惯。饭前便后勤洗手，自己的餐具洗净消毒，不用不洁容器盛装食品，不在食堂乱扔垃圾防止蚊蝇滋生。在校内不随地吐痰，不乱扔纸屑、包装袋等垃圾，保持校园环境整洁。同学们，安全无小事，食品安全更为重要，防患未然是关键。让我们切实重视起来，关注饮食安全，明确问题食品对健康的危害，自觉抵制问题食品、不合格食品，不断提高食品安全意识和自我保护能力。同学们携起手来，让我们养成良好的饮食习惯，做一个健康的学生!为创设平安和谐、健康优美的校园环境而努力!

谢谢大家!

卫生的国旗下讲话篇九

尊敬的各位老师、亲爱的同学们:

老师们，同学们，为了进一步提升我校校园环境卫生质量，讲究卫生，减少疾病发生，打造优美的学习环境，养成良好的卫生习惯，德育处将开展“爱我校园，从我做起，校园无垃圾行动”，希望我们做到:

- 1、人人以爱护校园环境为己任，认真做好教室、楼梯、卫生区、厕所以及校园死角等卫生打扫，还给校园一个优美的环

境。

2、不在校园里丢弃废物和垃圾，主动捡起地面上的垃圾，做绿色环保卫士。我们德育处、全校任课教师、大队部干部，都会用一双发现的眼睛看看哪个同学能主动捡起校园里的每一片垃圾，凡是这样的同学我们德育处将会为你的班级加分处理，因为你的行为，为自己班级争了光；那么相反如有乱扔垃圾的同学，那么我们在校的每一个同学、老师都是监督者，对于这样的同学将进行班级扣分处理，因为你的这种不良行为有损于你自己和你的班级形象。相信我们在坐的每一位同学都不愿为自己的班级抹黑，改掉乱扔垃圾的坏习惯。

3、不在校园内吃口香糖、瓜子糖果等零食，不随地吐痰，不在墙面乱写乱画。学文明人，做文明事。

4、教室里的劳动工具摆放规范，同学们的学习用品摆放整齐，自己的座位区包括桌洞要干净整洁，德育处会随时抽查。

5、各班卫生保洁员每天坚持对教室和卫生区进行卫生保洁。

6、不在地上摸爬滚打，注意自身修养，保洁自身清洁。

老师们，同学们，爱护环境，讲究卫生，是一个国家、一个民族高度文明的象征，也是一个人美好素养和良好习惯的具体体现。我们相信没有哪一个同学希望在垃圾遍地，放眼斑斑点点的环境中生活、学习。让我们积极行动起来，以你是二小的主人翁责任感，从自身做起，自我约束、相互检查，学校“无垃圾行动”需要你、需要我、需要我们大家共同努力，养成良好的卫生习惯，打造我们二小优美洁净的校园环境！

我的国旗下讲话到此结束，谢谢大家！

卫生的国旗下讲话篇十

尊敬的老师、亲爱的同学们：

你们好！中国是一个文明古国，素有文明礼仪之邦的美称。讲文明、讲礼仪、讲卫生是我们学习、生活的根基，是我们健康成长的臂膀。我们要争做文明少年，为祖国建设做出贡献。

那我们身为21世纪新少年，又该怎么做呢？

大家还记得中央电视台的一个公益广告吗？有一个晨练的青年，一边跑步锻炼身体，一边帮孩子捡篮球，一边捡垃圾，还帮老人推车，跑了一路，好事做了一路，快乐了别人的同时也快乐了自己。

我们要从点点滴滴做起，从身边的小事做起，养成讲文明，讲礼貌、讲公德的习惯。在学校里，做到不说脏话、粗话，不打架骂人。见了老师主动问好，主动帮助弱小同学，团结友爱。爱护环境卫生，不乱扔纸屑、果皮，塑料袋。不攀折、践踏花草树木，不随地吐痰。在家里，尊敬父母，孝敬老人。在公共场所，爱护公共设施，爱护公共卫生。乘车，主动给老弱病残让座。

那你们爱看新闻吗？在讲公德时，有些人翻栏杆，有些人乱倒垃圾，有些人在公园乱扔果皮，看到多不卫生呀！还有时候，街上公演电影，人们都围在一起观看。一边观看，一边吃东西。可是到了第二天，那个地方就会有满地的果皮，就像一个垃圾场，一片肮脏。当我看到这则新闻的时候，我不为为那些人们的行为感到无奈，感到可惜。

所以，我们作为新世纪的少年，更不能随手乱扔，要讲文明、讲卫生，因为我们是中国人，是祖国新一代的建设者，所以我们更要树立中国人的形象。

同学们，行动起来吧！让我们积极投身到创建美好家园的活动中吧，从我做起、从现在做起、从身边的小事做起，拣起一片废纸、拾起一个塑料袋，让我们的家园净起来，让我们的家园亮起来。同学们，努力吧，争做文明少年！