

预防溺水国旗下讲话小学 预防疾病的小 学国旗下讲话稿(实用8篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

预防溺水国旗下讲话小学篇一

各位老师、同学们：

早上好！

春天雨水多，气温时高时低，是流行病的高发季节，又因大家在室内活动的时间多，流行病的传播途径大。所以春季预防流行病的发生与传播极为重要。那么我们应该怎么做呢？我们应该讲究卫生，预防疾病；加强体育锻炼，增强自身抵抗力。

首先要养成良好的卫生习惯，减少与病源接触的机会。如勤洗手、勤洗澡、勤换衣，每日刷牙。俗话说早睡早起身体好，因此充足的睡眠也是必不可少的。其次是讲究饮食卫生，防止病从口入；在日常生活中不食不干净的食物，所谓不干净的食物，主要是指来源不明、长期存放或腐烂变质的食品，同时也不要贪图野味。第三，注重心理卫生，保持积极向上而又乐观豁达的心境。

同学们！维护环境卫生，需要我们每一个人的努力，因为疾病往往与脏、乱、潮湿、腐烂相关联，我们应该做到也必须做到不随地吐痰、不乱扔垃圾，保持教室、办公室、宿舍的洁净和通风，尽自己所能清扫公共场所，不留死角，防止

病原微生物及蚊虫、老鼠的滋生、繁衍。

“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”小朋友如果坚持每天锻炼，可以有利于生长发育，能使小朋友的骨骼长得又高又结实，并使肌肉组织得到充分的营养，体重增加快，但不会变成肥胖儿，特别能有利于小朋友的头脑发育，使小朋友更加聪明。

每天锻炼身体，还能增强体质，预防疾病。因为多进行户外运动，可以充分吸收水分、呼吸新鲜空气和沐浴大自然的阳光，能增加身体耐寒耐热的能力，并且增加身体对外界刺激的适应力和抵抗力。

经常性的锻炼身体还能使小朋友具有良好的情绪和心理素质。如果和爸爸妈妈一起锻炼的话，能增进感情。

体育锻炼更能使小朋友养成开朗、勇敢、坚毅、团结、遵守纪律、热爱集体的优良品质和一定的独立生活能力。

老师们、同学们，健康是一个人最大的财富，是幸福的基础，也是做人的责任，要有一个健康的体魄，讲究卫生就是最基本也是每个人都能做到的预防疾病的方法，只要我们时刻谨记，并身体力行，那么无论是sars还是禽流感，抑或是其它的疾病都是可以预防的。

最后祝大家身心健康，事业、学业更上一层楼。

预防溺水国旗下讲话小学篇二

各位老师、同学们：

大家早上好！今天我国旗下讲话的题目是《爱家、爱校、爱社会》。

家是避风的港湾，是人生奋斗的加油站，一个个温暖的家就是社会里一个个充满生机的细胞。

爱家，首先意味着要爱家中亲人，孝敬父母长辈。在家中，父母对我们的关心和爱护是最真挚最无私的，我们在甜甜的儿歌声中入睡，在无微不至的关怀中成长；头疼脑热让父母熬过多少个不眠之夜……孝敬父母，不但要很好地承担起对父母应尽的赡养义务，而且要尽心尽力满足父母在精神生活，情感方面的需求。作为小学生，我们虽然不能为家中带来经济收入，但我们可以在家中帮父母分担家务，做些力所能及的事，可以通过勤奋学习获取好成绩来回报他们，不做让父母长辈生气烦心的事。

热爱学校，就是爱学校的一草一木，就是做好学习生活中的点点滴滴，如为班里拿块抹布，捡起校园里的纸屑，认真唱好国歌，仔细地做值日等等。学校是一个大家庭，学校的各项规章制度，需要我们大家来共同遵守。我们要时刻注意自己的行为规范，养成良好的道德品质，树立远大的志向和理想。我们学习，生活在学校，就要讲文明，讲礼貌，尊重师长，关心同学，热爱集体。因为班级学习风气如何，直接影响到大家的学习成效，我们的校园环境好坏，学校风气优劣也同样决定着我们是否能够健康向上成长，而这个风气又恰恰是我们全体师生共同努力的结果。所以我们必须勤于学习，积极参加学校组织的各项有益活动，争做新世纪优秀青少年，把爱校从口号变为行动，让我们锦溪小学成为人人称道和向往的强校，名校。

迎风招展的五星红旗，她正诉说对美好生活的向往和憧憬。我们是祖国的花蕾，含苞欲放，就让我们从小爱家，爱校，爱社会，以自己的实际行动为祖国和家乡的繁荣昌盛做出自己的贡献！

我的讲话完毕，谢谢大家！

预防溺水国旗下讲话小学篇三

网络使青少年的观念得到更新，如学习观念、效率观念、全球意识等。它使青少年不断接触新事物、新技术，接受新观念的挑战。不过，要注意青少年正处于成长、发育阶段，自我控制能力较差，心理不够成熟，社会经验不足，网络热情又高，他们很容易被神秘而富于刺激的网络世界所吸引，沉迷于网络。据调查表明：青少年上网60.7%的人在玩游戏，34.1%的人在找朋友聊天，5.2%的人在发e-mail。从这些触目惊心的数字中可看出，目前青少年上网的主要目的就是游戏、聊天等。青少年过分迷恋网络已成为当今一个十分沉重的话题。未来的世界是网络的世界，网络犹如一块神奇的土地，深深吸引着青少年的眼球。今天的青少年作为21世纪的主人应及早地认识到健康地上网的重要性。

作为一名高登中学的学生我倡议上网时要做到以下几点：

- (1) 上网时要严格控制时间。
- (2) 制定一个学习时间表。
- (3) 学会劳逸结合。建议我校学生在周一到周五之间除了上网查资料、学习外，可以不上网。到了周末，可以适当地上网，但周六、周日每天不能超过两个小时。
- (4) 上网要有社会责任心，不要给别人添麻烦。在网络上与人交流时，要充分注意自己发送的内容，不要有失礼的语言。
- (5) 要知道网络中有少数坏人。不看暴力、色情等内容，要注意保护自己的隐私，接到不明邮件时不要打开。在网上遇到麻烦，不要自己去解决，要告诉家长和老师，或直接报警。

专家指出，互联网络如果使用得当，能够给人们的工作和生活带来效率与快乐，如果使用不当，“虚拟世界”有时也会

令人迷失，甚至把真实和虚拟的世界混乱了。同学们，请健康、文明上网吧！

预防溺水国旗下讲话小学篇四

各位老师、同学们：

大家早上好！我是初一（2）班的王星雨，今天我讲话的主题是《反对校园欺凌，共建和谐校园》！

校园，是培养人的地方，是文明的殿堂；校园，应该是一方净土！然而近来，却常常看到校园暴力事件的发生。很多同学总是出口成脏、恶语伤人，有些同学总是横行霸道，喜欢用暴力解决问题，欺负弱小，甚至打群架。这些现象给宁静的校园蒙上了一层阴影。要知道，没有和谐的校园，就没有安宁的学习环境；没有校园的和谐，就没有社会的和谐。校园欺凌主要有以下表现：

- 1、语言暴力。有的同学喜欢耍派头，总是盛气凌人、目空一切，一副很了不起的样子，把脏话都变成了口头禅，一说话就扯开嗓子喊，生怕别人不知道自己的存在。
- 2、以大欺小，以众欺寡。有的同学喜欢欺负弱小的同学，将自己的快乐建立在别人的痛苦之上。
- 3、为了一点小事，大打出手。常常因为“鸡毛蒜皮”的小纠纷，由口语辱骂升级到拳脚相加。
- 4、讲所谓的“义气”，用暴力手段争论长短。这类事件，往往由个人与个人之间，升级到群体。

校园欺凌现象不仅给同学们造成了身体上的伤害，更给他们的心灵烙下了深深的伤痕，也不可避免地影响了我们的学习，影响了我们的健康成长。同学们，面对校园欺凌现象，我们

该做些什么呢?我们应该行动起来,反对暴力,远离暴力,共建和谐校园,让每一个同学都能健康成长。

在此我倡议,在校园内不做以下不良行为;

1. 不追逐打闹,不大声喧哗,不乱丢果皮纸屑,不说脏话,不说不文明的语言;
2. 不破坏环境卫生,不破坏公物;
3. 不欺负同学,不搞小帮派;
4. 严格遵守学校的作息时间表,养成守时的好习惯;
5. 上下楼梯靠右走,一定要做到不推、不挤、不跑、不跳;
6. 放学后排好路队,出校门后到指定位置及时回家,不在路上玩耍,不搭理陌生人。一旦被坏人纠缠,要冷静与其周旋,并设法向路人或警察求助;及时将情况向家长、班主任报告。

恰同学少年,我们应该满腔热血!在这花样的年华里,我们怎能荒废了美好的时光!同学们,让我们远离校园欺凌,共建和谐的校园!

和谐是一幅精美的画卷,令人惊艳,令人回味!和谐的校园——会给空虚的心灵带来希望,会给弯曲的脊梁带来挺拔,会给卑微的灵魂带来自信。让我们创造和谐的学习氛围,让我们建立和谐的人际关系。我希望看到奋发有为的同学;我希望看到充满活力的校园!

花开的日子,让我们在和谐的氛围中愉快学习;

花开的日子,让我们在和谐的乐园中陶冶情操;

花开的日子,让我们在和谐的人际关系中健康成长。

我今天的国旗下讲话到此结束，谢谢大家！

预防溺水国旗下讲话小学篇五

亲爱的老师、同学们：

大家好！

今天国旗下讲话的题目是《秋冬季传染病的预防》。

转眼已到深秋，明天就是二十四节气中的霜降了，下一个节气就是立冬，我们一起来关注预防秋冬季传染病的话题。

秋冬季节，天气渐渐冷了，风大，空气比较干燥，呼吸道疾病的病原体更容易存活，而我们的呼吸道黏膜受到冷空气刺激，抵抗病原体的能力下降，这两方面的共同作用导致了秋冬季呼吸道传染病的多发。

秋冬季常见的呼吸道传染病包括了大家都比较熟悉的流行性感冒、流行性腮腺炎、水痘、麻疹等等。队员们，要想不被这些传染病侵袭，少得病，我们需要做到以下几点：

1. 注意气候变化，及时增减衣物。秋冬季节，气温变化较大，我们特别要注意身体的冷暖，早晚及时添加衣服。
2. 保持室内空气清新。虽然天气寒冷，但在每天上课前、课间以及中午时间，应该给教室通风，保持空气流畅。
3. 养成良好的生活习惯。不吃不清洁的食物，不吃生食，不喝生水，不随便丢垃圾，生活有规律，保持充分的休息睡眠，营养均衡、健康的饮食对提高自身的抵抗力显得相当重要。
4. 进行适当的体育锻炼。秋天人体的新陈代谢开始旺盛起来，正是运动锻炼的好时机，我们应积极参加体育锻炼，多呼吸

新鲜空气，增强体质。

5. 加强个人卫生和个人防护，养成良好的卫生习惯。要勤换、勤洗、勤晒衣服、被褥，绝不随地吐痰。勤洗手，打喷嚏或咳嗽时用纸巾掩住口鼻，与呼吸道传染病患者接触时佩戴口罩，这些都是保护自己不受疾病侵害的有效措施。

6. 尽量少去人员密集、通风不良的场所。

7. 一旦出现咳嗽、咽痛、流涕等身体不适的症状，在家及时告诉家长，在校及时告诉老师，联系家长就医检查。做到早发现、早治疗。

队员们，学校为我们创造了良好的学习条件，为了让我们的校园生活更加精彩，请加强体育锻炼、注意身体健康，抵御传染性疾病！

最后预祝大家快乐学习，健康成长！

谢谢大家！

预防溺水国旗下讲话小学篇六

敬爱的老师、亲爱的同学们：

2天可补，海可填，南山可移。日月既往，不可复追，转眼间三年的初中时光悄然飞逝。中考，将在七十几天后与初三的我们邂逅，那么，我们怎样才能从容有效地应对中考呢？2第一步，制定明确的目标。目标引导行动，行动决定命运。当你有了明确的目标，做事情才能事半功倍。我们可以先制定小目标，比如先保质保量地写完学校老师布置的作业，再进一步提升目标，让自己在保证作业质量的前提下提高写作业的速度。这样像爬楼梯一样一步一步地往上，才能到达一个新高度，看到更多不一样的风景。

2第二步，相信越努力越幸运。不要总感觉自己很努力，而是要时时刻刻提醒自己：还不够，别人还在往前，我还需要努力。我们要把细碎的时间利用起来。零碎的时间就像一块块碎布，只要我们发现它们，并把它们拼凑起来，再合理运用，那我们的时间就会比别人多出许多。像排队的时间、下课短短的几分钟，或者中午静午前的空闲时间，完全可以利用起来。如把之前的错题拿出来看一看，总结经验，或者再多背几个单词，多记几个语法，多看几篇范文，每天进步一点点。

2最后，学会合理放松。如运动和听音乐，或者积极的自我暗示。如果遇到问题解不出来的时候，就不妨试试这么对自己说：“我能解出这道题的，我只是还没有找到关键点，我只是还需要再一点点的时间。”这样，不仅鼓励了自己，又让自己焦躁不安的心平静了下来。

中考的脚步逼近，我们更应该沉着冷静，以笔为武器，自信满满，斗志昂扬。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”如今宝剑在手，背水一战的时刻将要来临。一声声父母的细心叮咛，一次次老师的恳切期盼，一夜夜的挑灯苦读，一张张如勋章般的练习卷，都成为了我们前进的动力，恍若胜利在向我们招手，照亮未知的前方。加油吧，让多彩的梦，在六月的蓝天翱翔；让我们拼搏，用汗水实现青春的诺言；让我们努力，用笔尖绘出最理想的花蕾。

我的讲话到此结束，谢谢大家。

预防溺水国旗下讲话小学篇七

俗话说：“人无信不立。”所以，要做人，首先要学会诚实。记得小时候，爸爸一向是这样对我说的。但因为年龄小，并没有觉出诚实有多么重要来。

直到七岁那年，我到爸爸床上跳着玩，因为以前一向这么玩，也没觉着有多么危险。跳了几圈后，意外发生了，我突然一

脚踩空，从床上反倒下来。

随着一声清脆的声响，睁开眼一看，一声惨叫从心底发出，啊~我居然把爸爸珍藏的小瓶子打碎了，那可是爸爸最喜欢的小瓶子啊。

无数想法在我脑海中出现，交织在一齐，虽算不上“一失足成千古恨。”但这也够恨的了。挨批?挨打?……我研究着无数爸爸可能的做法，越想越害怕，越想越后怕，最终决定用最幼稚的方法处理这件事——瞒。

赶忙从地上爬起来，望望身边的废墟，默认了瞒的想法。便立刻用扫帚扫起来裹在一张纸里，准备趁机扔出窗外。

正准备扔时，乎一阵刺痛从手指传来，低头一看，原先是瓷片划破纸片刺伤了手指，纸早已被瓷片划破无数破口。这时，我才恍然大悟，原先我这样做无异于用火包纸，早晚会被发现。还不如自我主动承认好。

明白了这一道理，我便拿着瓷片找到爸爸，把事情的经过告诉他。然后低下头，心想：打就打吧，谁让我错了呢。

出乎我意料的是爸爸不仅仅没有打我，还夸我是个诚实的好孩子。从那以后，不论犯什么错误我都主动承认，因为这次的经历告诉我主动承认错误是不会挨打的。

诚信，如令人心仪的白雪。领略白雪，我们的内心会变得安静而又平和。诚信，如熏人沉醉的海风。感受海风，我们的内心会变得纯净而又宽敞。诚信，如悠扬清远的驼铃。倾听铃音，我们的内心会变得澄明而又清澈。

将诚信种子播撒在每一个人的心田，让诚信之花开满人间吧！

预防溺水国旗下讲话小学篇八

大家好！

我是3年级2班的栗子。今天我演讲的题目是：远离网吧，远离网络游戏。

二十一世纪是一个信息化的时代，互联网成为大家的最爱，喜欢它的未成年人尤其多，但是一部分同学把互联网当成了游戏机，一上网就开始玩游戏，一玩起来就忘了时间，有的同学上网时间达到了7、8个小时，还有的甚至玩上整整一天！对此，家长们是看在眼里，急在心里，极力规劝，缩短孩子的上网时间。时间一长，有的孩子的情况逐渐好转，可有的却坚持不住，在同龄人和网吧老板的引诱下，走进网吧，迷上网络游戏。有的网吧老板为了赚钱，开始引诱孩子们玩一些打打杀杀，充满血腥和暴力的游戏。第一次玩的孩子们都只是因为好奇心的原因，难免有些害怕，可渐渐的，他们便迷恋上了这些血雨腥风的网络游戏，并开始在这些游戏中寻找刺激感。有些同学甚至不满足于游戏中的暴力，竟然在生活中使用暴力。例如，在几年前，在我国中部的一个城市里，发生了一件不该发生的悲剧：几个小混混因不满足只在网络游戏中施暴，竟幻想着在现实生活中对他人施行暴力，正当他们站在网吧门口商量时，一个与他们年龄相仿的初中生碰巧经过，从而成为了他们的目标，那几个小混混把初中生连拖带拽的拉到一个小胡同里，对初中生说：“如果你打赢了我们，我们就放你走。”说着便开始了进攻，几个人拳打脚踢，把平时的不顺在这一刻全部发泄了出来，不知不觉中，几个小时过去了，几个小混混过足了瘾，满足的四散而去，那个被打得鼻青脸肿的初中生勉强站起来，摇摇晃晃地走了几步，便一头栽倒在地上，再也没有爬起来……一个鲜活的生命就这样逝去了。

浪子回头，金不换。同学们，网吧不是我们应该去的地方。希望那些经常出入网吧的同学们，能够早日回头，远离网吧，

远离网络游戏，让我们健康快乐的成长。