

2023年爱护国旗演讲稿(优秀8篇)

使用正确的写作思路书写演讲稿会更加事半功倍。在日常生活和工作中，能够利用到演讲稿的场合越来越多。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看看吧。

爱护国旗演讲稿篇一

大家好！

我是初二年级xx班的，受到大家的支持和鼓励，我才得以站在这个讲台上对大家进行演讲，因此请先让我感谢大家，谢谢大家的支持！今天我要演讲的题目是“保护环境，从我做起”。

我们的地球，我们共同的母亲，是一个有着几十亿年历史的生命行星。也是目前人类已知的唯一一颗生命行星，对于在宽广孤寂的宇宙中我们是否是孤独的这件事情，科学家们争论了不知多少年，这个问题我们现在不予讨论，而是以已知为基础，作为我们生命唯一的承载者，我们的地球，目前却已经陷入了危机的征兆。

这段时期里，每一年我们世界的气温都在上升，可以说是一年比一年热，一年比一年极端。有识之士早就指出，不顾大自然而暴力使用资源，将垃圾废水随意排放，这样的行为最终会在未来给我们人类带来毁灭性的灾难。

根据之前在太空上给地球拍的照片我们可以看到，大地上枯黄的色块越来越多，就像是一块块难看的疤痕贴在我们蓝绿色的美丽星球上。

所以如何保护环境在现在已经成了不容忽视的重要问题，而

我们祖国也在为我们下一代做考虑，积极开展可持续发展战略，提倡节能环保、低碳环保，提倡出行少开自家的小轿车，而是多使用公共交通工具，或者骑自行车出行。同时我们祖国积极推行新能源方面的发展，现在我们的大街上新能源汽车已经不像是几年前那样稀少得让别人感到惊奇的程度了，起码大部分公共汽车都已经改成了新能源模式，大大减少了城市里尾气的排放，让城市的空气质量指数上升了不知道。

我们作为新时代的新学生，在个人日常生活方面，也要做到时刻注意环保。首先垃圾不能随地乱丢，那些容易对人体对祖国土地造成危害的有毒有害垃圾更是除非必要尽量不适用。而是转而去使用哪些易降解的环保绿色材料。

生活中很多事情如果我们能够从小事做起的话，自然能够让我们的天空重新变得蔚蓝起来，让水中鱼儿能够再次欢快的游动。勿以善小而不为，有很多事情其实想要做好的话，只要我们每人出一点力就可以了，如果这些事情不从身边做起，向我们广大民众扩展支持的话，注定是无法实现的。

所以，请各位老师同学们跟我一起努力，做一个环保卫士！

爱护国旗演讲稿篇二

老师们，同学们：早上好！

今天，我国旗下讲话的主题是：爱护我们的眼睛。

据教育部和卫生部统计，小学生眼疾率达28%，中学生达56%，而到了高中学生眼疾率到85%，保护眼睛，预防近视已刻不容缓！

- 1、始终保持教室内充足的光线，光线不足时要及时开灯。

2、每天坚持正确到位地做好眼睛保健操，以起到放松眼部肌肉，保护眼睛的作用。

3、养成良好的读书写字习惯，读写姿势要端正，背部要伸直，颈部保持直立，做到“三个一”，也就是眼睛离书本一尺，手指距笔尖一寸，身体与桌子隔一拳。不正确的握笔姿势和不良的读书习惯要随时纠正，走路和乘车时也不要看书，不躺着看书，不在光线过强或过暗的地方看书。看电视和操作电脑时，也要保持一定距离和坐姿的端正。

4、保证充足的睡眠。充足的睡眠是消除疲劳，恢复学习能力的重要原因，也是保持身体健康的主要因素。

5、多做户外运动，每节课间，一定要走出室外，向远处眺望，使眼睛得到休息，调节视力，解除疲劳。

6、平时吃饭不偏食，不挑食，多吃富含维生素a和钙的蔬菜和肉类，尤其是胡萝卜等含多种维生素的食品，少吃糖果和含糖高的食品，合理安排我们的饮食结构，从饮食中获取充分的营养物质。

做到以上6点并不难，只要同学们自觉执行，及时纠正，我相信，同学们一定会拥有一双更清澈、更明亮的眼睛，一定会拥有一片更广阔、更明净的天空！

谢谢大家！

各位老师,亲爱的同学们:

大家早上好!今天,我国旗下讲话的内容是:保护视力,从我做起,从小做起。

同学们,当我们抬起头注视着鲜艳的五星红旗冉冉升起时,你们有没有想过:是什么让我们看到了这激动人心的情景?对,

是我们的眼睛！

一、认真准确做好眼保健操，注意眼睛卫生。

二、养成良好的读书写字习惯，读写姿势要端正，背部要伸直，颈部保持直立，做到“三个一”，眼离书本一尺，手距笔尖一寸，胸离课桌一拳。

三、“三不”：不躺着看书，不在行进中看书，不在光线暗弱或过强的地方看书、写字。

四、看电视和操作电脑时，要保持一定用眼距离和坐姿的端正。

五、保证充足的睡眠。充足的睡眠是消除疲劳，恢复学习能力的重要原因，也是保持身体健康的主要因素。

六、多做户外运动，经常远眺，使眼睛得到休息，调节视力，解除疲劳。

七、不偏食，多吃奶制品、鱼蛋、肉等，少吃糖果和含糖高的食品，合理的安排我们的饮食结构，从饮食中获取充分的营养物质。多吃蔬菜，尤其是胡萝卜等含多种维生素的食品。

做到以上几点并不难，只要同学们自觉执行，只要老师们随时提醒，我相信，同学们一定会拥有一双更清澈、更明亮的眼睛，一定会拥有一片更广阔、更明净的天空！为了美好的明天让我们一起努力吧！

敬爱的老师们，亲爱的同学们：

大家早上好！同学们，今天国旗下讲话的主题就是“爱眼护眼，拥有明亮的眼睛”。

眼睛是心灵的窗户，人人都有一双明亮的眼睛。这双眼睛可

以看到五彩缤纷的大千世界，但现在，清晰的视野离我们越来越远。这是为什么呢？这是因为许多同学没有作息地用眼，不顾卫生地擦拭眼睛，不注意距离地看电视、用计算机、看书等等。也许有的同学错误地认为“只要我学习好就行了，视力不好配戴眼镜就行了”；更有甚者认为戴眼镜是有知识的象征。但现实生活告诉我们：一旦患了近视，戴上眼镜会给学习和生活带来很多不便。例如在参加体育活动的时候，打篮球或踢足球时，打破眼镜甚至伤及眼睛到医院做手术缝合是常有的事。戴上眼镜如仍不注意用眼卫生，常会使视力下降加快，形成高度近视，甚至失明。而且患高度近视的同学在将来考大学选择专业和将来工作择业都会受到限制。如果你学习成绩很好，只是因为眼睛近视而被你所钟爱的专业拒之门外，那你将会抱憾终生。

下面，我向大家提几个建议：

1. 认真做好眼保健操，注意眼睛卫生。
2. 养成良好的读书习惯，做到“三个一”，眼离书本一尺远，手距笔尖一寸远，胸离书桌一拳远。
3. 做到“三不”：不躺着看书，不在行走中看书，不在光线弱或过强的地方看书。
4. 保证充足的睡眠。
5. 多做户外运动，经常远眺，使眼睛得到休息，调节视力，解除疲劳。

常言道：冰冻三尺非一日之寒，水滴石穿非一日之功，保护眼睛也不是一朝一夕就能做到的，注意用眼卫生、科学用眼贵在坚持，需要持之以恒，才能预防近视的发生及近视程度的加深。

婀娜多姿的山河，绚丽多彩的万物，一切的一切都需要眼睛来观察，同学们，让我们一起努力爱眼护眼，拥有一双明亮的眼睛。

爱护国旗演讲稿篇三

现在人们到处在破

坏地球，砍伐森林，造成水土流失，洪水泛滥，冲垮堤岸淹没了村庄，

不说日本，就说我老家门前有一座桥，桥下有很大的一条河流，以前河水散发着大自然的气息，清澈见底，总能听见洗衣人那美妙的歌声。而现在从那走过时，人们不由自主地捂住鼻子，如果不捂住鼻子，那刺鼻的气味就像强盗一样闯进你的鼻子。垃圾多得意地把整条大河堵塞住，大河却变成了慢慢流淌的小溪，有时候小溪也会断流，农民伯伯也没有水浇地，而所有的蔬菜麦田已经干枯而死。我们多么怀念那美丽的绿色，怀念那美妙的歌声，而这又是谁造成的呢？——除了人类还能有谁！难道你们能坐视不管吗？不行，我已经愤怒了。

我呼吁：人类要保护地球！

- 1、不能倒垃圾；
- 2、不乱建工厂；
- 3、不堵塞河道；
- 4、不乱排污水、化学物品；
- 5、垃圾应送到垃圾处理站进行分类处理；

6、应给排水口装上过滤器。

我演讲完了，谢谢大家。

爱护国旗演讲稿篇四

各位老师、同学们：

大家好！

蓝天下，迎着初升的晨曦，我们在这里举行庄重而隆重的升国旗仪式。

再过几天就是10月1日，中华人民共和国成立xx周年纪念日。我们祖国走过了58个年头的辉煌道路，回顾历史，每个中国人都会为此感到自豪与自豪。

滔滔的长江，滚滚的黄河，连绵不断的山脉，都属于我们伟大的祖国。祖国的山川雄奇，祖国的河水秀逸，祖国的胸怀非常广阔。

曾，当侵犯者的铁蹄践踏我们美丽山河的时候，每个有知己的中国人脸上流着泪，心中淌着血。为了心中神圣不可侵犯的祖国，他们在黑暗淫范文之家提[<http://>]本文来自，转载请保留此标记。) 忻??在屈辱中抗争。

千千万万的赤子，撑起了我们民族的脊梁，祖国的希看。正是他们用满腔的热血，谱写了无愧于时代的《义勇军进行曲》，才使得我们今天的共和国国歌响彻神州，气势磅礴，雄壮嘹亮。

国旗，在新世纪升起；国歌，在新世纪奏响。祖国正走向繁华兴盛、前程一片光明。

让我们沐浴着五彩的晨光，伴着艳丽的国旗，更加努力地学习吧！

祖国需要我们，世纪需要我们，未来需要我们！

谢谢大家！

爱护国旗演讲稿篇五

大家上午好！

春姑娘来了，舞动着它那轻盈的翅膀，和煦的春风轻拂张张笑脸，温暖的阳光洒向千山万水。啊，万物复苏了！小草探出了可爱的小脸蛋，花儿跳着优美的舞蹈，小鸟唱着动听的歌儿，红领巾们更是朝气蓬勃！

我有幸参加了江南晚报组织小记者的植树活动，大概经过半个小时行程，到了植树地点。一下车，我们就看到了一大片开阔平整的土地，上面摆放着一棵棵小树苗，好像在向我们招手。

我们四个人一组拿好铁锹，飞奔过去，邱虹宇搬来一棵小树苗，把它放在已经挖好的坑里。她紧紧扶着小树苗，由我和高楚渊负责填土，我们左一铲，右一铲，汗水不断从我的额头上留下来，我也顾不上擦。不一会儿终于被我们填满了，我们并用脚把土踩实。因为踩实了小树苗的根部，才能更好的吸收营养。杨玥拎了桶水，将水浇在树坑里，这样一棵树就栽好了。由于邱虹宇扶着树常时间不动，结果鞋子陷进了泥巴里，我们费了九牛二虎之力才把她拔出来，惹得周围的同学哈哈大笑。没多久，沈天奕她们提着满满一桶清水走向树苗，我跑过去，大家齐心协力给树苗浇上水。啊，喝足了！

喝足了!小树苗向上挺身子，舒展着嫩嫩的枝条。

大家开心地笑了，我们把心愿卡亲手系在了小树上。我们围着小树苗又唱又跳：“春天到来天气好，大家一起栽树苗，山坡上来马路旁，处处一派绿浪潮……”歌声朗朗，传遍山坡每一个角落。

哦，让我们一起来植树吧!让小树伴我们成长吧!

哦，让五彩缤纷洒满大地吧!让幸福快乐永相随吧!

爱护国旗演讲稿篇六

“我眼中的美丽中国，就是让人民群众在享有丰富物质文化生活的同时，通过大力加强生态文明建设，为祖国大地披上美丽绿装，实现中华疆域山川秀美，让我们的家园山更绿、水更清、天更蓝、空气更清新。”这一段话是国家林业局代表说的。确实，美丽中国就应该是家园山更绿、天更蓝、空气更清新。

人是生态文明的享受者，也是生态文明的建设者。然而事实恰恰相反。多少年来，人们一直奉行“与天斗其乐无穷，与地斗其乐无穷”的哲学，野蛮地践踏和掠夺自然；有的人做一些损人利己、甚至损人不利己的事情，人类的生产生活环境严重恶化，土地沙漠化了，瀑布枯竭了，河水发臭了，空气浑浊了等，人类正在遭受着自身行为的惩罚。环境对于我们来说，是非常重要的，它就像一把大伞，为我们遮风挡雨保护我们的家园，如果离开了这把神奇的伞，那我们的家园就会像撒哈拉大沙漠一样，一片死气沉沉，荒无人烟。所以我要向全球发出示意，让我们一起保护环境吧!

空气的污染主要有3个来源：第一是工业生产。工厂里排出的烟尘和气体中，含有大量的二氧化碳、二氧化硫等有害物质。第二是生活炉灶与采暖锅炉。生活炉灶和采暖锅炉消耗大量

煤炭，煤炭燃烧时释放出大量的灰尘、二氧化硫、一氧化碳等有害物质。第三是交通运输。汽车、火车、飞机、轮船在烧煤或石油时，排放出一氧化碳、二氧化硫、氮氧化物等有害物质。汽车污染是最常见的一点，汽车尾气中含有悬浮微粒，一氧化碳、二氧化碳、碳氢化合物、氮氧化物等有害物质，对健康有害。现在很多人家里都买有汽车，煤炭都在用汽车，出去办一点小事，不管办事地点离家多近或多远，都要用到汽车，不管去那里，都依赖着汽车，不愿步行。

记得有一次，我在街上看见坐在小轿车副驾驶位的一位叔叔从口袋里拿出一张餐厅纸，擦了擦嘴，然后就随手一扔，扔到了路边，我非常的愤怒，心想：要是每个人都像他这样把垃圾随手一扔，那么这个世界会是什么样的后果呢？真的是太可怕了，整个世界就会变成了白色站。恐怕一阵风吹来，就可以使垃圾漫天飞舞。真的是越想越可怕。我急忙跑过去把垃圾捡起来，扔进前面不远处的垃圾桶里。

人们的生活水平在提高，自身的环保意识却在下降。还有那些没有道德的伐树者，他们可有想过树给我们带来的好处呢？树为我们人类付出了那么多！那么多树为我们挡住袭来的沙尘暴和可怕的龙卷风，这些伐树者真应该静静的好好的反省一下，如果没有了树，我们的生活环境又是什么样子呢？可见目前我们环境的恶劣，也是在向我们发出了警告，提醒我们爱护环境刻不容缓！

这些环境污染都在威胁着我们的祖国，使它失去原有的光彩。那么我们应该节能减排，法阵循环经济，实行低碳生产，改变生活方式，倡导绿色消费，践行低碳生活。为了能让天空更蓝，我建议大家如果家里有小车的，不用去很远的地方尽量少开车，你可以骑自行车，这样既可以低碳出行，也可以锻炼身体。为了能让大地更绿，让我们从不乱扔垃圾，不随地吐痰，不随地大小便，多买一些树种到荒山上种树做起！我认为爱护环境，人人有责，所以我们要从现在做起，从身边做起。树立环保意识，争做环保守护者！

“保护环境，人人有责。”我们要把这句话铭记在心，把这句话当作一颗种子，我们细心去浇灌它，让它茁壮成长，让‘爱护环境，人人有责’这句话传递下去。我相信，只要我们齐心协力，在不久的将来，我们周围的环境一定会变得越来越好！

爱护国旗演讲稿篇七

大家早上好！

今天，我国旗下讲话的题目是《感恩母亲，报效祖国》。

同学们知道5月的第二个星期天是什么节日吗？这个难以忘却的日子，是母亲节，这节日是对母亲的赞美和颂扬，是提醒我们时刻记住：感恩我们的母亲。

有一个人，她永远占据在你心中最柔软的地方，你愿用自己的一生去爱她；有一种爱，它让你肆意的索取、享用，却不要你任何的回报，这个人，叫“母亲”，这种爱，叫“母爱”！

从小到大，妈妈一直是我们身边最亲最爱的人，嘘寒问暖，知冷知热。在我们还不能清楚地表达自己时，妈妈不厌其烦地教我们呀呀学语；当我们还没有能力保护自己时，妈妈义无反顾地用那博大无私的爱为我们遮风挡雨；当我们自认为已经长大要摆脱她的庇护时，妈妈不无担心地默默注视着我们；当我们开心的时候，妈妈用明亮的眸子微笑地看着我们；当我们难过的时候，妈妈明知道自己帮不了什么忙却还是陪着我们一起忧伤，妈妈为我们做的已经太多太多，可是她却从来没有要求任何的回报，这是一种多么广博无私的爱啊！

我要告诉大家并和大家共勉的是，我们不仅要有一颗感恩的心，更要有感恩的行，要为我们的伟大母亲做点什么。

你可以每天收拾好自己的房间，为劳作一天的母亲洗洗脚、捶捶背，让母亲放松一下疲惫的筋骨。生日时为母亲下一碗面条，让母亲感受你甜美的祝福。学期末时为母亲献上你的成绩单，哪怕只有一分的进步，也会舒展母亲眼角的皱纹。我们有太多太多的事情可以为母亲做，就让我们大胆真诚地告诉母亲你对她的感激和爱。

我们每个人都有自己的母亲，但我们还有一个共同的母亲，她就是祖国母亲。祖国的山川雄奇、河水秀逸，祖国的胸怀无比广阔。在近代，当侵略者的铁蹄践踏我们美丽山河的时候，每一个有良知的中国人脸上流着泪，心中淌着血。为了心中神圣不可侵犯的祖国母亲，他们在黑暗中摸索，在屈辱中抗争。古往今来，一曲曲悲歌，都讲述一个简单而朴素的信念，祖国母亲在我心中。古代，有精忠报国的岳飞，丹心照汗青的文天祥，虎门销烟的林则徐。近代，有许多仁人志士为了保卫祖国，英勇就义。新中国成立以后，更有很多杰出人物，如邓稼先、华罗庚、钱学森等等。他们放弃国外荣华富贵的生活，回到贫穷的祖国来，为祖国母亲的发展贡献自己的力量。我们作为新世纪的青少年一代，是祖国的希望。因此，我们更要继承和发扬热爱祖国母亲的精神，和我们的祖国一起迎接新时代的挑战。

中国哲人早就告诉我们：“活在当下，爱在当下”。

同学们，让我们从我做起，从现在做起，把我们对母亲的感恩，对祖国母亲的关怀，付诸在生活的每一天，付诸在点点滴滴，如阳光雨露滋润母亲的心田。

我的讲话结束，谢谢大家！

爱护国旗演讲稿篇八

大家好！

我是初二年级xx班的，受到大家的支持和鼓励，我才得以站在这个讲台上对大家进行演讲，因此请先让我感谢大家，谢谢大家的支持！今天我要演讲的题目是“保护环境，从我做起”。

我们的地球，我们共同的母亲，是一个有着几十亿年历史的生命行星。也是目前人类已知的唯一一颗生命行星，对于在宽广孤寂的宇宙中我们是否是孤独的这件事情，科学家们争论了不知多少年，这个问题我们现在不予讨论，而是以已知为基础，作为我们生命唯一的承载者，我们的地球，目前却已经陷入了危机的征兆。

这段时期里，每一年我们世界的气温都在上升，可以说是一年比一年热，一年比一年极端。有识之士早就指出，不顾大自然而暴力使用资源，将垃圾废水随意排放，这样的行为最终会在未来给我们人类带来毁灭性的灾难。

根据之前在太空上给地球拍的照片我们可以看到，大地上枯黄的色块越来越多，就像是一块块难看的疤痕贴在我们蓝绿色的美丽星球上。

所以如何保护环境在现在已经成了不容忽视的重要问题，而我们祖国也在为我们下一代做考虑，积极开展可持续发展战略，提倡节能环保、低碳环保，提倡出行少开自家的小轿车，而是多使用公共交通工具，或者骑自行车出行。同时我们祖国积极推行新能源方面的发展，现在我们的大街上新能源汽车已经不像是几年前那样稀少得让别人感到惊奇的程度了，起码大部分公共汽车都已经改成了新能源模式，大大减少了城市里尾气的排放，让城市的空气质量指数上升了不知道。

我们作为新时代的新学生，在个人日常生活方面，也要做到时刻注意环保。首先垃圾不能随地乱丢，那些容易对人体对祖国土地造成危害的有毒有害垃圾更是除非必要尽量不适用。而是转而去使用哪些易降解的环保绿色材料。

生活中很多事情如果我们能够从小事做起的话，自然能够让我们的天空重新变得蔚蓝起来，让水中鱼儿能够再次欢快的游动。勿以善小而不为，有很多事情其实想要做好的话，只要我们每人出一点力就可以了，如果这些事情不从身边做起，向我们广大民众扩展支持的话，注定是无法实现的。

所以，请各位老师同学们跟我一起努力，做一个环保卫士！