

园长国旗下讲话红色教育 高中生爱国主义国旗下讲话稿(精选7篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。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。

园长国旗下讲话红色教育篇一

尊敬的各位领导、老师：

大家好，今天我演讲的题目是《我爱我的祖国》。

我们伟大的祖国是一个山川秀美，气势磅礴的国家，她用自己博大的胸怀孕育出一个伟大的民族——中华民族。中华民族是一个创造出五千年文明和灿烂文化的民族。1949年10月1日，伴随着雄壮的国歌和天安门广场上徐徐升起的五星红旗，中华人民共和国宣告成立了。耻辱和不幸已经成为过去，中华民族迎来了新的希望。

改革开放30年来，人民生活不断改善。中华民族从未有过像今天这样，以站起来，富强起来的英姿，赢得国际社会的尊敬。中国人民从未有过像今天这样意气风发，精神振奋，对前途充满信心。中华儿女无不从内心发出深情的欢呼：祝福你，伟大的祖国！5月12日，四川汶川发生特大地震。数以万计的生命瞬间被掩埋。

园长国旗下讲话红色教育篇二

大家好！

爱国就是对祖国的忠诚和热爱。历朝历代，许多仁人志士都具有强烈的忧国忧民思想，以国事为己任，前仆后继，临难不屈，保卫祖国，关怀民生，这种可贵的精神，使中华民族历经劫难而不衰。爱国的资料十分广泛，热爱祖国的山河，热爱民族的历史，关心祖国的命运，在危难之时英勇战斗，为祖国捐躯，都是爱国主义的表现。在中华民族五千年的发展历程中，中华民族构成了以爱国主义为核心的伟大的民族精神。

捐躯赴国难，视死忽如归，正是由于对祖国的深切热爱，勤劳智慧的中华儿女共同开拓了辽阔的疆域，创造了辉煌灿烂的文化。肩负着实现中华民族伟大复兴的我们，要热爱祖国的大好河山，进取维护祖国的主权独立和领土完整，祖国的领土寸土不能丢，不能被分裂侵占；要热爱祖国的历史和文化，提高民族自尊心和自信心，为创造更加辉煌的民族文化而尽心尽力。

今日，我国已步入新的历史时期，加入世贸组织使我国与世界各国的联系更加密切，机遇与挑战并存，我们将面临越来越多的新情景、新问题。推进我国改革开放的伟大事业，加快社会主义现代化建设的进程，更需要我们不断弘扬爱国主义的优良传统。仅有这样，中华民族才能重振雄风，为人类礼貌与提高做出更大的贡献。

园长国旗下讲话红色教育篇三

国旗下的发言，是庄严而神圣的。下面是小编为大家整理的两篇关于幼儿园园长在开学时的国旗下的讲话稿，欢迎阅读，希望对大家有用。

小朋友们，幼儿园的安全是非常重要的，平时在班级上老师都有跟小朋友们讲了很多关于安全的只是。

今天在这里再次提醒小朋友们注意以下几个方面的安全问题：

幼儿园是小朋友的家，老师就是小朋友的妈妈。

在幼儿园里，这么多的宝宝在一起，小朋友们一定要注意保护自己，爱护同伴。

早晨进园、下午离园一定要搀好自己的家长，慢慢走、慢慢上楼梯，不奔跑。

在教室里面、睡觉、上厕所的时候也要注意眼睛看着慢慢走。

户外活动的时候不追逐打闹，要用正确的方法玩玩具，最近发现好几个小朋友脸上破了，问一问才发现原来都是因为跑的太快了！今后一定要注意在幼儿园的安全，一切听老师的指挥，每天开开心心来上学，平平安安回家去。

现在的交通发展比较快，马路上车辆来来往往非常多，我们更有必要提醒小朋友们在上放学途中要注意交通安全，坐在爸爸妈妈的电动车、自行车一定要扶好爸爸妈妈，不坐无证的马自达。

小朋友们也要做个宣传员，提醒爸爸妈妈注意交通安全。

在家期间要注意安全。

特别是父母不在的时候，陌生人敲门能不能开门？不摸家里的插座、电器；不玩火，不燃放烟花爆竹，防止意外伤害。

不到建筑工地、道路等存在安全隐患的场所，比如现在旧道路都在挖掘铺设管道，我们要小心；不到坑、池、塘、沟、河流、施工重地等不安全的地方玩耍。

小朋友们购买袋装食品要看清楚生产日期、保质期、生产厂家及地址，不购买“三无”食品；不在校门外和街头流动摊点购买零食，防止误食不卫生食品、过期变质食品，造成食物中毒。

在周六周日期间活动要注意安全。

特别是父母不在的时候，活动要远离建筑工地、道路等存在安全隐患的场所；不到坑、池、塘、沟、河流、施工重地等不安全的地方玩耍；特别是不能私自下河洗澡。

小朋友们受到意外伤害，很多是没有想到潜在的危险、没有自我保护意识造成的。

我们只要不断增强自我保护意识、提高自我保护能力，就能有效地避免和预防意外伤害。

放学后按时回家，不在街上逗留，不与陌生人交往，不能接受陌生人礼物，受到不法侵害时及时打急救电话或110得到帮助。

一个你从未见过的陌生人说出你父母的姓名，并说你的父母在某处，进而提出要带你到某处见你的父母，这时你千万不要随意跟这个陌生人走。

总之，我希望小朋友们时时处处注意安全；也祝愿小朋友们年年岁岁平平安安。

各位家长、老师、小朋友们：

大家早上好！今天很高兴站在国旗下讲话，望着大家亲切可爱的笑脸，我的心情无比高兴，也无比激动。

今天我要告诉大家两个好消息。

一是，本学期我们幼儿园迎来了100多位新的小朋友，让我们以热烈的掌声欢迎他们！二是，原来在幼儿园上学的小朋友都升班了，都当哥哥姐姐了，让我们拍拍手祝贺他们长大了！

新学期新面貌，幼儿园为小朋友添置了新玩具、创设了优美的环境、老师们为小朋友设计了丰富多彩、妙趣横生的活动，厨房的叔叔阿姨为小朋友准备了营养丰富、味道鲜美的饭菜。

希望小朋友每天高高兴兴地来幼儿园，吃得饱饱的、睡得香香的，开开心心地学习、游戏，你们将在这里学到很多很多的本领，成为聪明能干可爱的小博士！

刚才我们举行了升国旗仪式，小朋友都很严肃认真地站立在原地，一眼不眨地注视着国旗，随着国歌声，看着国旗冉冉升起，你们做得真棒。

平时我们会在很多时候看到升国旗，像如：运动员取得名次后，每次重大节日时，每周一小朋友都要升国旗，而且每次升旗都会伴着国歌。

国歌和国旗就是我们祖国的象征，小朋友要爱护国旗并尊敬它们，从小热爱我们的祖国，热爱我们的幼儿园，热爱老师和小伙伴，在家做关心亲人、热爱劳动的“小帮手”；在社会做文明礼貌、遵纪守法的“好孩子”；在幼儿园做团结友爱、善于合作的“小伙伴”；在社区和公共场所做爱护公物、爱护环境的“小卫士”；在独自活动时做心理健康、勇于创新的“小主人”。

你们记住了吗？

今天我还想送小朋友们五件礼物呢！

第一个礼物的名字叫“快乐”。是希望小朋友是“快乐”的，每天高高兴兴地上幼儿园，快快乐乐地游戏，不哭不闹有勇

气。

第二个礼物的名字叫“礼貌”，希望每个小朋友都做有礼貌的好孩子，见着老师和小朋友会问好，离开爸爸妈妈、爷爷奶奶会说“再见”，还会讲“谢谢、对不起”这些神奇的话，团结友爱朋友多。

第三个礼物的名字叫“能干”，是希望每个小朋友都有一双会自己走路的小脚，会自己做事情的小手，所以，小朋友要“自己的事情自己做”，自己睡觉叠被子、自己穿衣穿袜子、自己吃饭擦桌子，让爸爸妈妈老师都夸我们是最能干的好孩子。

第四个礼物的名字叫“聪明”，有一个故事叫《木偶奇遇记》，故事里的木偶皮诺曹不坚持上学读书，就不能变成一个真正的孩子；我们的小朋友也要爱读书爱学习长本领，才能变成一个真正聪明能干的人。

第五件礼物是“安全”。

希望小朋友们，在家、在幼儿园、外出等时候都要注意安全，改掉不良的行为习惯，学会保护自己。

请小朋友好好收藏快乐、礼貌、能干、聪明、安全这五件礼物，让我们大家都做最棒的孩子。

请你们声音响亮地告诉我，有没有信心？老师也相信你们会做到的。

我们幼儿园的老师会秉承教师爱的天职，像对待自己的孩子一样爱护每位小朋友，以园为家，努力把我们的孩子培养的更加健康、活泼、乐于提问、善于思考、敢于探索、团结互助、充满自信！为小朋友们充满希望、繁花似锦的未来，做好学前教育的铺垫。

最后，祝小朋友们在幼儿园能健康快乐地成长!祝家长和老师工作顺利，心想事成!家庭幸福!我今天的讲话就到这里，谢谢大家!

园长国旗下讲话红色教育篇四

开学啦开学啦，幼儿园的小朋友们回到了充满欢声笑语的校园，下面是小编为大家整理的园长开学国旗下讲话，欢迎大家阅读。

尊敬的校领导、老师们，亲爱的同学们：

大家好!我是来自六(4)班的李婕，非常荣幸，非常高兴能代表六年级全体同学发言。

回首过去，我们满怀对未来的憧憬，播种了希望，洒下了汗水，在老师们的辛勤哺育下，我们变得更成熟，变得更稳重，在这里请允许我代表全体六年级同学向默默耕耘的全校老师道一声问候：您们辛苦了，说一声感谢：谢谢你们们的无私教诲。新学期伊始，我们又回到了这熟悉的校园，这个学期，对于我们来说具有时代意义、特殊情缘，因为这是我们小学阶段的最后一个学期，我们即将告别少年迈向青年，我们即将步入初中成为中学生，我们即将迎来大人生大挑战。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，失意失败是插曲，快乐有为有成，才是终点。

轻风锁不住流云，流云带走了岁月。有心就有希望，有打算就能成功。借此机会，我代表六年级全体同学就这个学期谈谈打算，表表决心：

一、力求品行端正，用心守护安全。我们将在老师的帮助下进一步磨练好我们的品行；我们深信“好习惯成就好人生”，坚决按照学校有关行为习惯方面的要求来做。安全才能回家，安全本身就是一种成功，我们将认真听从老师教导，注意细节，从现在做起，防患于未然。

二、认清使命，努力学好各门功课。学习是我们的中心任务，也是终极使命。一颗红心对待每一学科，向课堂要效率要效果；讲究方法，注意策略，敢于直面当前的每一次考试，着实为中考乃至高考积累筹码、为开创美丽人生铺下基石。

三、博览群书，开阔眼界，壮大自己。读书改变命运，读书成就大业，古今中外，一般事业有成的人都喜欢看书，有关这方面例子，我想大家多少都知道些。本期，我们将继续抓住机遇，充分利用学校图书馆和班级“图书角”，有针对性的看些相关书籍，增长知识智慧，丰富人生阅历。

四、争做懂得感恩的人。一个人的发展离不开集体、他人和社会，滴水之恩涌泉相报。同学们，我们身边的人一直在关注着、关心着、关爱着我们，我们要懂得或者说要继续感恩同学、感恩老师、感恩亲人、感恩社会、感恩一切有助于我们的人。在日常的学习生活中，我们应该做好自己，有时候一句话甚至一个不经意的举动就是感恩，感恩在心上，在行动里。

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二小人的心中。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，为大河二小的美好未来而奋斗！让鲜花和掌声永远与二小园相伴，使我们共同的家园一大河二小永远温馨、永远高飞。各位同学，千里之行，始于足下，书写辉煌，为校争光，放飞梦想，请你们都去创作人生中最华美的篇章吧。最后，衷心祝愿同学们在自己新的起点上，鼓足力量，奋勇冲刺，取得更好的成绩；祝愿老师们工作顺利，身体健康，心想事成。

谢谢大家!

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家上午好!

玉兔辞旧岁，腾龙迎新春。请允许我再向大家拜个晚年：祝每位都成为人中之龙，发扬龙马精神，展现龙姿凤采，铸就龙虎神威。

经过寒假短暂的休整，我们又回到了熟悉、可爱的校园。寒风依旧凛冽，天气依然寒冷，但我们已经听到了春姑娘的脚步声，看到了春仙子美丽的倩影。老师们，同学们，我们不就是春天的使者吗?在寒冬中拼搏，在拼搏中坚守，在坚守中收获自己的春天，进而播撒美好的未来!

过去的一年，我校全体师生同舟共济，和谐共进。在大家共同的努力之下，学校各方面的工作都取得了较大的发展，是老师和同学们值得扬眉吐气的一年。校园文化建设取得了长足的进步，教学实验楼拔地而起，学校的办学条件进一步改善，办学水平进一步提高，办学影响进一步加大。特别是我们打破了多年来制约学校发展生源紧张、生源质量差的瓶颈，初一招生实现了质的变化，人数第一，质量第一。值得的庆贺!

回首过去的一年，我们取得的成就很多。但辉煌已经属于过去，展望未来，我们更难免心潮澎湃。因为xx应该是考验我们实力和决心的决战之年。考验我们实力最主要的是考验我们的中考实力。我们深深的知道，我们本届的初三学生整体水平与兄弟学校有一定的差距，但是我们如果不能拿出一流的成绩，就会被别人低看一眼，甚至会遭到一些别有用心的人的冷嘲热讽。老师们、同学们我们输不起啊!因此，我们就要不惜一切代价抓好毕业班的工作，取得优异的成绩。明知山有虎，偏向虎山行，我们应该有不怕死的精神。考验我们

决心就是加快学校自身的建设，特别是师德建设的决心。经过反复的研究和讨论，学校决定实行课时津贴制并配套其它措施，让真正为教育奉献的同志得到最大的实惠。只有我们把教师队伍建设好了，我们的学校才能够可持续发展，才会有灿烂的明天。否则，我们将会被时代淘汰。

老师们，让我们抓住开展“争先创优”活动的契机，扎实开展“师德师风”创建活动，带头提升自己的职业素养，切实构建高效课堂，推进教学的有效性；进一步提高自己的道德修养，进一步提升自己的做人品味，做学生的榜样，做学生的良师益友，切实提高自己的师德师风水平，把我校的师德师风推向更高的标准。精心育人、潜心教学，把我校的教育教学质量提高到一个新水平，让名校的旗帜迎风飘扬。

同学们，让我们发扬“砥砺德行，上善若水，克难履艰，自强不息”的三中精神，惜时如金，学会做人，学会学习，学会处事，用优秀的成绩回报父母、回报学校；用感恩的心态回馈老师、回馈父母；用全面的素质迎接挑战、绽放美丽！

老师们、同学们，新的学期已经开始，让我们振奋精神、坚定信念，继续弘扬三中精神，把我们的同学发展好，把我们的老师发展好，把我们的学校发展好，为所有的家长交一份满意的答卷，为凉城人民交一份满意的答卷！

谢谢大家！

园长国旗下讲话红色教育篇五

山东省泰安英雄山中学 张灿忠

《战国策·秦策》里有这样一句话：“行百里者半九十”。这句话说出了最后这十里地的艰难。同学们，每个人都会有在胡思乱想的时候，都有忐忑的时候，都有迷茫的时候。与

其这样白白浪费时间，不如我们不妨静下心来，对自己说：我能行！在以后的日子里，要让自己的心态变得气定神闲；要让十二年来所学知识成竹在胸；要让自己作息变得规律有序；要让学习方法适合自己；要让自己的身心变得健康愉快。还有16天就要高考了，下面提四点建议，希望对同学们有所启发。

一、让心态气定神闲

高考首先要拼的就是一个心态问题，怎样才能让自己的心态平和，气定神闲呢？一个首要的问题就是要自我反思——重新认识自我。认识自己最重要的一个问题是：自己有目标吗？这目标切合自己的实际吗？有了合适的目标，还要看清脚下的路，只要专注脚下，心存梦想，才会走得更远！

其次，是要学会内心的自我净化。高三的生活节奏快、强度高，大家脾气都不小，遇事不要逞口舌之快，一定要冷静，要克制情绪，否则，耽误的是自己……总之，为了高考，其他都是次要的。

再次，就是要重视和同学们交流。有一位同学说：我现在的进步，现在的心态，得益于同室的同学。我们有一个好的室长，我们同室的同学，都团结在这个舍长周围，我们一起谈人生，一起谈学习方法，一起解决学习中遇到的问题，这让我非常受益。把自己置身于一个群体中，共同奋斗，不会感到是孤军作战，这是获得考前良好心态的又一法宝，尤其是尖子生，这样做的效果更好。

最后，我们要学会用积极的心态看待问题。积极的人，象太阳，照到哪里哪里亮，消极的人，象月亮，初一十五不一样。想法决定我们的生活，有什么样的想法，就有什么样的未来。从今天起，我们还有16天的复习时间，这是很长的一段时间，我们还可以做很多事情，千万不要认为时间不多了。就算在考场上每场考试的最后那十五分钟，听到提醒后，我们积极

的心态是迅速检查答题卡是否填涂好，然后迅速完成考试終了前应该做的事，特别是把草稿纸上整理好思路的题誊写在答题卡上。做到这些，我们就会豁达开朗，气定神闲！

二、让知识成竹在胸

首先要重视教材，教材是根据教学大纲编写的，高考命题是以教材的教学内容为基础进行的，离开教材的复习是不科学的复习，是在试图建立空中楼阁。在这里，我们要非常慎重的提出来，在考前的这16天里，我们一定要再次回归教材，吃透教材，不放过任何一个知识点。

其次是请重视高考前的每一场考试。现在基本是一周一次模拟考试，同学们注重模考中的得失，这样才能找到自己的弱点，进行针对性的补救训练。重视高考前的每一场考试要做到四点：

第一点是端正考试态度，每一次模考，都要当成高考来考，发挥自己最好的状态，运用所有的考试技巧，用尽浑身解数看看自己能取得什么样的成绩。第二点，重视自己的考试结果，哪道题得分了，哪道题是蒙对的，哪道题错了，为什么错，对这些问题进行总结，把后续的复习精力大部分放在错题的知识点上，小部分对于掌握的知识点进行巩固。第三点不要害怕一时的成绩低谷，不是高考都决定不了你的未来，只要通过低谷找到登上顶峰的道路，暂时的失败又如何呢？当然，不能过于自卑也不能过于自满，只要有失分点就证明复习还不全面，还有漏洞，还有进步的空间。第四点是根据老师的要求和示范，把所学的知识连接成线，编制成网，一网打尽，只有这样，才会成竹在胸。

三、让作息规律有序

毛泽东主席在湖南一师读书时，有一幅对联，我现在摘录给同学们：“贵有恒，何必三更眠五更起；最无益，只怕一日暴

十日寒。”这对联告诉我们，贵在坚持，没有必要不分白天黑夜的忙；你做事如果三天打鱼两天晒网，不长期坚守，那是最无益处的事。

同学们按一定的作息时问，有规律地坚守，不三心二意，一定会有意想不到的收获的。还有一条就是要舍得放下一些东西，除了必要的简单运动和调节外，象手机、电脑等与高考无关的个人兴趣，朋友之间的联系、聚会等都要暂时搁置，和男女同学的交往也只限于讨论学习问题，把时间都充分的回到学习中来。

四、让身心健康愉快

清华大学有一句口号：“要为党健健康康，工作五十年。”我们学校也有一句口号：“每天锻炼一小时，快乐健康一辈子”。怎样才能让自己虎虎生威，三要素：良好的心态，合理的饮食，适当的锻炼。

同学们，高考需要一种毅力和意志。一种勇往直前、不畏艰难、务求必胜的成功者的坚强毅力和意志！

高考需要一种品质和精神。一种善始善终、坚持到底、决不松劲的奋斗者的可贵品质和精神！

同学们，请记住：“千淘万漉虽辛苦，吹尽黄沙始见金”。

园长国旗下讲话红色教育篇六

敬爱的老师们，亲爱的同学们：

大家早上好！

同学们，你们知道6月6日是什么日子吗？也许你还不知道吧，6月6日是爱眼日。今年的六月六日是全国第xx个爱眼日。

你们知道六月六日爱眼日的来历吗?1992年的9月25日，天津医科大学眼科教授首次向全国倡议，在国内设立爱眼日，并在天津召开了全国爱眼日第一次研讨会。这一倡议受到眼科学界和眼科专家们的响应，，国家卫生部、国家教育部、团中央、中国残联等12个部委联合发出通知，将爱眼日活动列为国家节日之一，并确定每年6月6日为“全国爱眼日”。

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、用电脑、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。”更有的人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。

眼睛可以让我们去认识世界，学习知识，如果我们失去了明亮的眼睛，我们的世界将是黑暗的。我国近视患病率还在逐年增加，目前近视发病率已上升到世界第二位，所以同学们在日常生活和学习中一定要自觉的注意科学用眼。下面，我向大家提几个建议：

1. 看书写字时眼睛与书本的距离要保持30厘米左右，姿势要端正。
2. 连续书写50分钟后，休息10分钟左右。
3. 不要在光线太强或太弱的地方看书。

4. 走路或乘车时不要看书。
5. 不要躺在床上看书。
6. 坚持做好眼保健操。

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。

全国爱眼日国旗下演讲稿《爱护眼睛，珍惜光明》

尊敬的老师，同学们：

大家早上好。

今天我为大家演讲的题目是《爱护眼睛，珍惜光明》。每年的6月6日是世界爱眼日，我们大家经常说眼睛是心灵的窗户，是我们人体不可缺少的一部分，试想如果有一天我们失去了这宝贵的“心灵之窗”，那么我们的眼前将是一片黑暗，再也看不见那美丽的颜色，在别人嬉戏时自己却只能在旁边听着那欢声笑语，那时我们的世界将是如何的灰暗。那种感觉是多么孤独、多么无助啊！正如海伦凯勒在《假如给我三天光明》一书中写的，她希望拥有三天的光明去感知这个世界，使她熟悉身边的一切，海伦想看到的事物实在是太多太多了。三天光明，对于常人来说只是人生的短暂一瞬间。而对于双目失明的海伦来说，却是可想而不可及的。同样，视力的减弱，也会给我们的学习和生活带来许多的不便。目前，据中国、美国、澳大利亚合作开展的防治儿童近视研究项目前期

调查显示，我国人口近视发生率为33%，全国近视眼人数已近4亿，已经达到世界平均水平22%的1.5倍。而近视高发群体——青少年近视发病率则高达50%至60%，我国是世界上近视发病率最高的国家之一，近视眼人数世界第一。近视已经成为影响我国人民健康的重要问题。

假性近视也是同学们经常遇到的问题，由于长期看近物，引起眼内肌肉调节痉挛，在看远时仍有部分屈光度未放松，因而远视力降低，而近视力正常。患假性近视如果不防不治，让眼睛长期处于过度调节状态，久而久之，可能有一部分假性近视成为真性近视。假性近视可以治疗，千方百计设法使之看远，放松调节，是治疗假性近视和预防真性近视的根本措施。

大量的医学研究证实，随着近视度数加深，各种眼病的发生率将显著增加，像黄斑变性、视网膜脱离等，特别是高度近视更容易引起上述并发症，严重的可以致盲。学生近视，将影响中国高素质人才职业的筛选，缩小不少特殊职业人员的选取范围，它甚至成为高中生高考健康体检专业受限的首要因素。近视和其他的高危疾病不大一样，它并非是突发性的，而是渐进性的，是可以预防的。

近视的主要原因：

- 1看电视距离太近；
- 2看电视的时间太长；
- 3所看电视的画面浓度太深；
- 4写作业时的姿势不正确；
- 5在光线太强的阳光下看书；

6在光线太弱的光下看书；

7长时间的坐在电脑、电视前；

8不合理饮食；

9在车厢里看书

10遗传因素

11不认真做眼保健操

在这里我想给大家提出几点建议：

1看书时坐姿要端正，读书或写字时做到“眼离书本一尺远，胸离书桌一拳远，手离笔尖一寸远。”

2不要在坐车或行走的时候看书，也不要躺下看书。

3每天坚持认真做两次眼保健操。

4尽可能少上网或看其他辐射性强的东西。注意作息时间的安排，不能让眼睛长期处于疲劳状态。

眼睛是心灵的窗户，我们一定要好好爱护它！同学们，让我们从现在做起，从培养自身良好的用眼习惯做起。共同保护好我们的眼睛。我相信只要大家努力，每个人都会有一双明亮，清澈，有神的大眼睛。

园长国旗下讲话红色教育篇七

辞旧迎新，我们送走了xx年，迎来了崭新的201x年，今天借新年第一次升旗仪式也是本学期最后一次升旗的机会，谨向幼儿园全体教职员工表示衷心的感谢！向全园师生致以新年的

祝贺!

时光如梭，转眼间一个学期就要结束了，此刻，我们源深幼儿园的师生参加比赛再创佳绩，可喜可贺!

- 1、12月21日在“xx年晋江市小学生(幼儿园)环保创意大赛”幼儿手工制作比赛中，我园陈梓涛小朋友荣获三等奖。
- 2、12月28日在安海镇“皇家杯”“百名幼儿迎新”主题绘画比赛中，我园大一班蔡雅琪小朋友荣获二等奖(指导老师：丁志红)、大三班许心怡小朋友荣获三等奖(指导老师：陈丽娟)、中二班林安逸小朋友荣获优秀奖(指导老师：黄书妍)。
- 3、12月28日在安海镇“皇家杯”教师书画基本功“硬笔”比赛中我园六位老师参加比赛均获佳绩。陈曼凉老师荣获一等奖的第一名、许秋贞、陈丽娟、蔡妮漓老师均荣获二等奖，颜明明、王婉玲老师荣获三奖。
4. 12月28日在安海镇“皇家杯”教师书画基本功“简笔画”比赛中，陈曼凉荣获二等奖，蔡妮漓、周萍均荣获三等奖。
- 5、1月2日在“晋江宝龙城市广场杯”xx年晋江市“平安校园”少儿绘画比赛中，我园大一班蔡雅棋小朋友荣获二等奖、大三班许心怡小朋友荣获三等奖。
6. 在集体荣誉中，我园教师参加“安海镇教师在线投稿”活动中，教师的稿件录用率荣获xx年度学校积分排行榜的第三名。在个人荣誉中，丁志红老师荣获xx年度用户积分排行榜第三名。

让我们以最热烈的掌声对他们表示祝贺!是勤奋让你们获得了荣誉，同时也让幼儿园蓬荜生辉，再次祝贺!

老师们、小朋友们，在这学期即将结束的时刻，衷心的祝福

你们在新的一年里家庭美满、学业进步!同时也祝家长朋友们家庭幸福，事业有成!我的讲话结束了，谢谢!

尤联华

2冬天来了，天气越来越冷了，因为怕冷，许多同学都不愿意多动。其实，参加冬季体育活动，特别是室外的体育锻炼，对于我们小学生而言，是相当有必要的。

首先，参加冬季体育锻炼，可以加速我们身体的新陈代谢，增加体内热量的产生，从而提高身体抵御寒冷的能力。所以，坚持冬季锻炼的人，他的抗寒能力特别强，比一般人要强8-10倍。

其次，冬季体育锻炼，大都在室外进行，由于不断受到冷空气的刺激，我们身体对疾病的抵抗能力就会增强。俗话说“冬天动一动，少闹一场病;冬天懒一懒，多喝药一碗”就是这个道理。

再次，冬季体育锻炼，接受阳光的照射，可弥补在其他季节中阳光照射的不足。大家都知道，阳光中的紫外线能杀死人体皮肤、衣服上的病毒和病菌，对人体具有消毒作用;同时，它还能促进身体对钙、磷的吸收，有助于骨骼的生长发育。我们小学生正处在长身体阶段，多参加户外锻炼，多接受阳光的照耀，尤为重要。

冬季体育锻炼，还可以加快血液循环，增加大脑氧气的供应量，这对消除大脑疲劳，增强记忆力，提高学习效率，都有积极的作用。

冬季锻炼好处很多，冬季锻炼的项目也很多。跑步、武术、球类、跳绳、踢毽子、跳橡皮筋等，都是很好的体育活动。每位同学除了积极的参加学校组织的各项集体活动之外，课余，可根据实际情况以及自己的个人爱好，选择不同的项目

进行。