

电网的演讲 电网个人工作计划(精选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。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是小编帮大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

电网的演讲篇一

1、适应形式需求，增强全局观念，加强调度纪律，确保电网安全稳定运行。调度运行系统成员要清醒的认识所担负的电网安全责任，以高度的责任感和使命感突出抓电网的安全管理，全力以赴保证电网的安全稳定运行，结合电网运行情况，制定并贯彻实施切实可行的电网稳定措施和反事故措施，严格执行电网管理中的各项规章制度，切实履行好职责。调度人员、变电运行人员、各设备线路维护部门要以高、精、细、严的标准严格要求自己，坚持事故预想天天做，每季度坚持开展反事故演习，根据不同季节，不同情况，积极合理有效地开展工作，保证电网安全稳定运行。

2、强调经济调度，高度重视运行分析，努力提高电网经济运行水平。对于经济调度重点落实电网监控和经济运行理论计算分析，加强对电网的实时监控，坚持开展负荷预测，总结负荷变化规律特点，结合潮流分布，以及经济运行理论计算数值，及时调整运行方式；并且要建立相应的运行管理现场规程、制度，强调目标责任的落实，努力提高电网经济运行水平。

3、加强对继电保护定值的校验工作，要根据规程规定结合电网结构及电网运行方式的改变，及时对系统进行短路电流计算，保护定值校核；突出抓好继电保护和安全自动装置的基础管理，进一步完善电网安全自动装置，杜绝继电保护“三

误”现象的发生，切实落实继电保护“反措”，以满足电网运行的安全性需求。

4、以年度运行方式为指导，认真分析研究电网存在的薄弱环节，加强设备预防性试验和设备缺陷管理，推行以状态检修为基础的动态检修，提高设备健康水平。要认真准备，做好“春、秋季检修”及“迎峰度夏”准备工作，及时消除电网、设备隐患。

5、加强检修的组织管理。定检必须依据修必修好的原则按计划严格落实，严格控制临检，推行以停电工作的必要性和紧迫性为客观依据对停电计划进行测算考核，实行“先测算后停电”，合理制定检修停电计划，严格控制停电范围。在开展“零点工程”的同时，加强各检修单位的配合和联系，统一管理，统一安排，严格控制停电时间；检修单位要有工作计划，优化施工方案，落实工作措施，减少工作时间；停送电管理实行预报告制度，积极推行对检修、调度、运行操作部门停送电时间分级考核制度，减少设备在非检修状态的停电时间，杜绝设备停电等人现象，努力提高电网健康水平和供电可靠性。

6、加快农网建设改造及各变电站设备的技改步伐，积极推行技术进步。完善和优化电网结构，按照电网规划，优先安排增加电网传输容量提高电网安全和供电质量的项目，改善电网供电设备状况，增强供电设备供电能力。

7、高度重视无功管理，按照无功平衡的原则和有关导则规定，作好无功补偿的规划工作，同时加强无功管理措施的落实。按照总体平衡与局部平衡相结合，以局部为主；电力部门补偿与用户补偿相结合；分散补偿与集中补偿相结合，以分散为主；降损与调压相结合，以降损为主等几项原则，加大管理和宣传力度，提高各级管理人员和用户对无功的重视程度，使无功管理工作纳入规范化轨道。

8、加快通信及调度自动化系统建设改造步伐。按照二期农网结余资金和三期农网通信及调度自动化建设规划，争取早日完成东部光纤通信环网工程，加快调度主站系统改造，以开发高级应用为主导，不断完善调度主站系统功能及指标，争取早日实现调度自动化实用化达标。

电网的演讲篇二

沟通是最好排解压力的方式之一，当你遇到困难或享受成功的时候，多和朋友，家人沟通吧。

当你带包成功，请不要将喜悦和满足随意丢开，请享受一下这样美妙的心情，因为这样你才会觉得工作是会给你带来快乐的，这样你才会以更好的心情带下一包。

首先找唱歌的好、过生日的或者一对情侣，告诉客人一些关于录音棚的事，引起客人对录音棚的兴趣，然后把客人带到录音棚试唱，让客人感受一下录音棚与包间唱歌的不同，这样更能轻易的让客人了解录音棚。等客人试唱完出来以后，然后告诉客人一些专业知识，如：现在大众进录音棚录歌已经也成为一种流行风尚了，现在的录音棚采用ktv式的录音模式，显示器和mtv同步，消除了神秘感和紧张感。不同的是，我们有专业的录音师指导，还有专业后期制作来提高演唱品质，让你全方位体验明星录歌的感觉，录出来的东西可以刻成cd□mp3□上传到qq空间作为空间背景音乐，是多么有意义的事情呢，这个年代，拥有自己的单曲和专辑已经不是梦了。

电网的演讲篇三

大家好！

我叫xx□20xx年7月毕业于xx大学xx学院。怀着一颗扎根家乡，服务家乡的赤子之心，我于20xx年7月参加了选聘大学生村官

的考试，经过层层选拔，我以面试第一名的优异成绩，荣幸地成为xx第一批大学生“村官”，来到xx最重要的工业园区——xx村。

20xx年8月21日，我怀着激动的心情来到xx村，担任了村委主任助理，开始了我的村官生活。在村委会干部的指导下，我熟悉了xx村的基本情况，初步了解了xx村辉煌过去，富裕的今天，以及对美好明天的展望。9月初xx村建设工作正式展开，我积极与村委干部一起深入研究村情，共同谋划发展，我们认为搞新农村建设首先要把生产搞上去，于是就结合当地特色，以玻璃器皿为生产龙头，带动其他产业发展，形成了各业兴旺的大好局面，年生产总值名列全县前茅。只有生产发展了，百姓生活才会宽裕，让百姓吃好穿好，这才是我们大学生村官的目的所在啊！生产发展争夺第一，乡风文明也不能落后，我们深入挖掘xx村文化遗产，整理上报了“武秧歌”、“火流星”等传统文化的申遗报告。为了丰富百姓的生活，村里修建标准化图书室一个，购进价值一万余元的图书，让百姓茶余饭后能得到文化的感染，能享受文明的熏陶。在村容村貌方面，村里更是花了大力气，一个月内修建了27个垃圾堆放池，建立了长效卫生机制，让百姓和城里人一样生活在一个既干净又温馨的环境里。

在村委的分工中，我除了参与新农村建设，还分管了教育。20xx年是xx村学校发展史上的里程碑，9月份新学期开始我们村近200名师生彻底告别昏暗、漏雨的教室，住进了全县第一家花园试学校。这是一所投资180万元新的校舍，学校的硬件上去了，但如何摆脱xx小学教学质量居全镇同类学校下游的局面呢？我分管村小学教学工作后，对学校学生、教师、家长三方面因素进行了认真分析，并适时向我的大学老师、以前的同时请教，与学校教师座谈，深入学生家里和家长谈心。经过总结分析，我认为学校存在的主要问题是：学生底子差、家长不重视、教师配置不合理。针对着一现状我们召开村两委专题会。经过多方努力，在镇中心校的支持下，我

们对群众反映大的4位老师进行了更换，又对校长进行了重新任命。经过整顿□xx小学领导班子团结有力，师资配置合理，师生精神面貌发生了根本变化，在去年期末考试中全校成绩勇赶猛超了7所小学。

转眼我来到xx村已经11个月了，回想着11个月来xx村发生的变化和取得的成绩，我心中感到无比欣慰，11个月很短暂，却成为了我人生中最充实的11个月，充实是因为我作为村官为百姓办了实事，为新农村建设贡献了一份力量。

村官随小，是个芝麻官，但他同样肩负着“立党为公，执政为民”的光辉使命。在初当村官这短暂的11个月中，我以8个大字为座右铭，认真学习党的方针政策，虚心向村里的老干部学习，真诚与村民交心，努力地去做好每一件事，在磨合中，渐渐适应了工作；在接触中，漫漫融汝了xx村这个集体。

一个村子要想发展，最重要的是改变观念。其实大学毕业生选择工作，最重的也是转变观念。工作没有高低之分，关键是是否适合你。当很多毕业生还在为找工作四处奔波，当很多毕业生还在为能在城市的一个角落落脚的时候，我已在身边人的不理解中走上了我的村官之路。虽然11个月前，我也曾不平衡过，也曾抱怨过，甚至后悔过。但是，一想到这既是自己当初无悔的选择，又是在从事一项光荣的事业，既是对自己的一种磨练，更是人生难得的一笔财富。我便把这种落差当成是锻炼自己的机会，把在农村的所谓的物质上的一点苦当成是对自己的磨练和人生的财富。由此，调整了自己的心态，使自己愉快地去接受，去适应这种生活。通过11个月的磨合，我体会到农村其实是一个广阔的世界，只要你愿意，只要你流过汗水，你顶会在这块土地上生根发芽，大有作为，同样是年轻人，我们要思考的是如何体现自己的价值，如何把自己的生命开采的最充分，农村是个广阔的舞台，只要你投身于他，你的舞步会很精彩；农村又是一个崭新的天地，只要你付出，你平凡的生命会变的更有意义。11个月的工作学习，加深了我对荣辱观、新农村建设的理解，坚定

了投身社会主义新农村的信心，养成了我坚忍不拔、吃苦耐劳、顽强拼搏的精神品质。11个月来硕果累累，11个月来收获颇丰，面对11个月来的所得，我喜不自禁！目前农村还相对比较落后，归根结底是缺少人才，新一代农村，需要现代化、需要更多知识，我们作为大学生村官必须要担负起农村科技推广带头人、市场经济闯路人、文明创建引路人这个历史重任。

回望11个月走过的路，我欣慰，我感动，我倍感欣慰，它满载着我的追忆和梦想渐渐远去。展望未来我充满期待，充满信心，我沿着希望之路前行。3年弹指一挥间，我只愿意自己能象一棵树，挡住渐寒的风；能象夜色中的荧光，点亮他人的前进方向。3年转瞬即逝，我只愿我的精神与风采给流火的乡村带来清新之风，给渴望科技文化知识的群众带来希望的种子，给正在新农村建设伟大进程中的基层干部群众带来持久的动力。我要留下村干部的一声认可，我要留下xx村发展路上的一点点属于我的光芒，更重要的是我要留下咱老百姓的一声牵挂！我决心以满腔的热情，坚定的步伐，扎实的工作，为社会主义新农村的建设奉献自己的青春和智慧！

电网的演讲篇四

只有学习，才能做到与时俱进，只有学习，才能提升自我的内涵，提高自己的思想素质，在平时，我注重利用各种业余时间，不断加强自我学习的力度，拓展学习的广度和深度，努力用知识武装自己，达到立德、修身的目的，具体而言，从以下三个方面，一是认真学习党的各项方针政策，如：参加单位集中组织关于党的十八大和十八届四中、五中、六中全会精神学习活动，市第四次党代表会和县第十一次党代表会精神学习宣贯活动、学习党的历史等，通过学习不断了解党的光荣历史和党、国家最新的各项政策，了解我县未来的发展趋势和动态，努力树立自我的大局观，不断增强自我做为党员光荣感和责任感。二是学习先进典型，通过阅读，观看各类先进劳模的典型事迹，努力学习劳模们高尚的品德，

以各类劳模为师，比照劳模，完善自我的不足，努力提升自我。三是树立终身学习的观念意识，只有树立终身学习的观念意识，在学习上才会不放松对自我的要求，才能不断提高自我的综合素质。通过上述的学习活动，我更加理性的认知党的发展历史，党员的职责和义务，那就是要心系群众，心挂群众，牢固树立为人民服务的宗旨，这样才能做好本职工作，同时要求自己向模范先进学习，向模范先进靠拢，学习他们的高贵品质和情操，并以入党的誓词严格要求自我，如在实践工作和生活中严格遵守单位的各项规章制度，做到不早退，不迟到，注重工作的细节，继承党的优良传统，树立艰苦奋斗的思想，坚持艰苦朴素、勤俭办事，节约一滴水、一度电、一张纸，自觉抵制各种腐朽思想的侵蚀等等，努力提高自我的综合素养。

通过学习努力扩宽自己的视野和知识面，不断的提高自我的智慧，利用所学的知识，提高自我工作的实践能力，帮助解决实际业务中的各种难题和困难，助力工作的开展。

随着社会的快速发展，广大群众的综合素质越来越高，对于自我学历层次的提升的需求也越来越强烈，同时，群众对于远程教育的质量和服务水平的要求相比也越来越高，因此，对于远程教育这一教育事业而言，其发展是一次机遇，更是一次挑战，只有不断提高自我的质量和水平才能适应社会发展的要求，才能被广大群众和市场所认可。创先争优活动开展以来，我利用业余时间和各种途径，努力加强自我对于党相关理论政策的学习力度，注重在深度和广度上下功夫，努力将学习的成果实践运用在自我的实践工作中，努力促进自我工作水平和业绩的提升，达到“学以创业”的要求目标，在工作中，我牢固树立“服务教育，服务学员”工作理念，努力掌握远程教育的发展规律，通过认真学习党的各项教育方针和政策，不断强化自我的业务水平，尤其是在实践工作中，努力注重自我的服务水平，认真解答每位学员的各种问题，立足本职，做好本职。此外，在工作中，我还负责网评工作，在工作中，认真收集、分析每条信息，做好舆论引导

工作，力求为我县的和谐发展做出贡献。

通过学习，将学习的知识和成果，转换为实际工作的能量，促进工作质量和水平的提升，达到学以致用，学以创业的目的，通过学习，我注重从以下几个方面，不断提高自我，一是虚心请教，提高自我。在工作中，我认真向老前辈们学习，虚心请教工作中的各类难题、问题，对于自身存在的不足，认真分析原因，制定适合自我实际情况的整改措施，及时完善，有力的促进了自我工作的开展，提升了自我工作的效能和水平；二是养成良好的工作作风，在平时的工作中，我狠抓落实，注重实际、努力养成说实话、干实事、求实效的良好工作态度；三是培养自己创新的精神。勇于创新，事业就会前进；怯于创新，发展就会停滞。只有继续开拓创新，才能使发展的活力进一步迸发。在实践工作中，我不断增强自己的创新意识，改善管理服务，改进工作方式，促进工作科学化、精细化、效能化。

在今后的学习和工作中，我将紧密围绕在单位党组织的周围，进一步加强党的理论政策学习，不断提高自我的学习能力和业务工作能力，进一步提升自我的综合素质和党性修养，不断完善自我，努力提高自我的工作水平和能力，更好的服务工作，服务群众，努力实现“学以立德、学以增智、学以创业”的目标。

电网的演讲篇五

大家好！

我是来到机场贵宾服务中心做服务工作的。四年来，我以身边的优秀党员为榜样，用优秀党员的事迹激励着我的言行。我在思想、学习、工作、服务等方面都有了很大的进步，加倍努力工作，为客户提供了快捷方便优质高效的服务，工作中也取得了一定的成效。我说的优秀党员就是我们现场值班主任、优秀共产党员长久。

长久主任20xx年2月加入中国共产党，从事值机工作已有个年头，他工作勤奋踏实，善于钻研；在为旅客提供服务时，礼貌大方，注重细节，灵活机智，高效有序，是一名素质高、业务精、服务好、能力强的值班主任。年来，他积累了许多好经验。他对待同事下属像兄弟姐妹。在闲暇之时，愿意把自己的一些经验与我们进行交流、探讨。每次开展的新业务，他首先带头认真学习，很快领会，并及时运用到实际工作当中，在学习方面给大家带了好头。在服务方面，他对待旅客如家人一般，尤其在遇有航班不正常情况时，他总是不厌其烦地为旅客查询后续航班，协助改签，无后续航班可签转的情况，他会换位思考，积极与旅客沟通，提出可行建议，尽最大的努力使旅客满意，为旅客解除后顾之忧。服务中，难免遇到一些挑剔的旅客，但他总是心平气和，耐心解释，灵活应对，尽最大努力满足旅客需求，让金银卡旅客随时都感受到他真心、诚心、耐心和细心的服务。“以客为尊、倾心服务”是我们的服务理念，也是主任在工作岗位上的实践目标。他在为旅客服务的同时，始终把这一理念贯穿实际工作当中，尽最大的努力为旅客提供最满意的服务。

平凡之中孕育着伟大。主任的工作并非轰轰烈烈，但正是因为有一群像他那样默默奉献的人，我们机场的事业才蒸蒸日上。他以自己平实的行动回答了共产党员应该如何面对困难和逆境，经受住考验，始终保持共产党员的先进本色，他的努力或许显得很渺小，没有企业家闯市场扭亏为盈的起伏，没有政治家驾权风云的惊险，但他用自己踏踏实实的言行，执着地履行着一个共产党员的义务。从他身上，我看到了一一个个新时期共产党员的形象，懂得了怎样做一名合格的党员，懂得了“工作着是快乐的”，“奉献是一种幸福”，“拼搏的人生才更有价值”。

我决心：在今后的工作中，一如既往地以主任为榜样，刻苦学习政治理论和本职工作专业知识、党的路线方针政策、国家有关法律法规等知识，不断提高自己的政治素质和专业素质；要爱岗敬业、勤勤恳恳、任劳任怨、遵章守纪、埋头苦

干，为旅客提供满意的服务和优质的服务，为机场的腾飞发展做出二努力拼搏！

谢谢各位。

电网的演讲篇六

大家好！在漫长的人生中，每个人的大部分时间都是在工作中度过的。可以说工作就是我们生命的舞台，工作的成败就是我们人生的成败。我们只有像珍惜生命一样珍惜自己的工作，才能把工作做得尽善尽美，才能获得人生中的最高成就。

然而，很多的人却无视自己所拥有的美好工作，而去追求那些表面看起来很美好，实际却很虚幻的东西，直到失去本来所拥有的工作的时候，才懊悔不已。

有多少人，在工作岗位上，总是觉得自己大材小用，总是对自己的工作充满了抱怨，总是认为自己应该干更重要的工作。有多少人，总是抱着一副单位需要我、工作需要我的态度，却从没有想过，这个世界根本没有哪份工作必须你来完成，而是你必须要有份工作来维持你的生活，愉快地度过你的人生。

现实生活中，很多人都拥有一份令人羡慕的工作，然而，他们却生在福中不知福，不懂得珍惜自己的工作。有的人甚至把工作当成了包袱和负担，对工作抱着一种应付的态度，当一天和尚撞一天钟，得过且过。有的人尽管拥有舒适的工作环境和良好的工作平台，却没有把心思放在工作上，把精力用在岗位上，他们更多的是贪图享受，按月领取那份工资和奖金，对工作敷衍塞责，有的甚至还利用手中的职权去干一些损公利己的事。这样的人，迟早会被公司解雇或受到应有的处罚。

珍惜才会拥有，感恩才能长久。只有珍惜工作，我们才能热

爱工作、热爱事业，才能释放出对工作的积极性和创造性，才能百分之百地投入到工作中去，才会全力以赴地去把自己的工作做到最好，从而追求更美好的人生。

工作岗位是人生旅途拼搏进取的支点，是实现人生价值的基本舞台。珍惜岗位就是珍惜生命，进而提高自己的人生价值。

然而，很多人在工作中却不珍惜岗位，总是心浮气躁，好高骛远，这山望着那山高，没有立足本职埋头苦干，当然他们也不会有建功立业的成就感。这种人一见到别人做出了成绩，就会因羡慕而嫉妒，进而大发“英雄无用武之地”的牢骚，似乎自己没有成就，不是因为工作不努力，而是岗位不合适。但是，一旦领导将他们放到某个重要岗位上，他们又会因沾沾自喜而乐以忘忧，以致成天在“一杯茶水一包烟，一张报纸看半天”中消磨时光。至于人生的理想、奋斗的激情、进取的潜能、创造的才智，统统都在这种舒适安逸中慢慢泯灭殆尽，到头来，难免平平庸庸、无所作为。可见，不珍惜岗位，实际上就是苟且偷安，敷衍人生，最终是对自己生命的浪费。

有人或许会说：重要的岗位容易调动人的积极性，而平凡的岗位很难让人产生敬业之情，不值得珍惜。但道理并非如此。就一个城市而言，没有人当市长是不行的；同样，没有人做清洁工也是不行的。想当市长的人很多，想当清洁工的人肯定不多。可是，市长只需要一个，清洁工却需要几千人，甚至几万人。即使这样，如果清洁工不认真工作，不珍惜自己的工作，他同样也会失去这一份工作。因为，你不珍惜你的岗位，自然就会有人来替代你。

努力工作，不断学习，在平时工作中，积极学习他人长处，提高自己的业务能力，拓宽自己的业务知识。在巡视压力表、温度表时，严格遵守生产要求，按时巡视查抄，填写工整、干净无污染、准确无误，做好参考数据，做好办公室的辅助工作资料。

珍惜岗位，实际上表现的是一种敬业精神。当前，我们很多人在学习西方企业的精神和教义，其实我们更应该学习中华民族的优良传统。一千多年前的诸葛亮就曾以“鞠躬尽瘁，死而后已”名垂千古。

珍惜自己的工作是一条实现人生价值的必经之路。只有踏踏实实，充分用好自己在岗位上的每一天，刻苦钻研，奋发图强，才能获得人生的成功。

我的演讲完毕，谢谢大家！

电网的演讲篇七

1) 建立一支熟悉业务，而相对稳定的销售团队。

人才是企业最宝贵的资源，一切销售业绩都起源于有一个好的销售人员，建立一支具有凝聚力，合作精神的销售团队是企业的根本。在明年的工作中建立一个和谐，具有杀伤力的团队作为一项主要的工作来抓。

2) 完善销售制度，建立一套明确系统的业务管理办法。

销售管理是企业的老大难问题，销售人员出差，见客户处于放任自流的状态。完善销售管理制度的目的是让销售人员在工作中发挥主观能动性，对工作有高度的责任心，提高销售人员的主人翁意识。

3) 培养销售人员发现问题，总结问题，不断自我提高的习惯。

培养销售人员发现问题，总结问题目的在于提高销售人员综合素质，在工作中能发现问题总结问题并能提出自己的看法和建议，业务能力提高到一个新的档次。

4) 在地区市建立销售，服务网点。

根据今年在出差过程中遇到的一系列的问题，约好的客户突然改变行程，毁约，车辆不在家的情况，使计划好的行程被打乱，不能顺利完成出差的目的。造成时间，资金上的浪费。

5) 销售目标

今年的销售目标最基本的是做到月月有进帐的单子。根据公司下达的销售任务，做好销售工作计划，把任务根据具体情况分解到每月，每周，每日；以每月，每周，每日的销售目标分解到各个销售人员身上，完成各个时间段的销售任务。并在完成销售任务的基础上提高销售业绩。

我认为公司明年的发展是与整个公司的员工综合素质，公司的指导方针，团队的建设是分不开的。提高执行力的标准，建立一个良好的销售团队和有一个好的工作模式与工作环境是工作的关键。

以上是我的一些不成熟的建议和看法，如有不妥之处敬请谅解。

电网的演讲篇八

大家上午好!时间过得真快，当我们刚睁开一双欣然的眼睛好奇的观看周围的一切时，一个学期又悄然的从我们身边溜走了。本学期在全体老师和同学们的共同努力下，取得了较好的成绩。同学们在老师的精心指导下，德、智、体等方面都得到全面的发展，我们大家洒下了辛勤的汗水，赢得了丰收的硕果。一年级数学科被中心学校评为“学生学业状况先进班级”，二年级肖伟国同学参加中心学校举办的数学素养比赛荣获三等奖。期末统考中，一年级肖耀婷、肖培伟同学语文成绩均得100分，二年级肖伟国同学数学成绩得100分，一年级语文科及格率、优秀率均达100%，整体成绩在中心学校名列前茅。这些成绩的取得，来之不易，是我们全校师生共同奋斗的结果，学校希望我们继续努力，在以后的学习和工

作中取得更好的成绩。

一、必须时时注意安全，珍惜生命。

因此全体同学在两个月的假期里务必做到下面的十不准：

不准私自下溪、河、圳、池、水库中洗澡、戏水、划船。

不准到施工场地或危险楼房，地段、桥梁游玩，逗留。

不准攀爬电杆、树木、楼房栏杆，不翻越围墙，不上楼顶嘻闹。

不准未满12周岁的未成年人骑自行车，不攀爬机动车辆，不乘坐无牌照的车辆，不在公路上踢球、游玩、奔跑、戏闹，时时处处注意交通安全。

不准私自上山野炊，不接触易燃易爆物品。

不准随便接触电源和带电电路，不得在雷雨时避于树下，电线杆下或其它易发雷电的地方。

不准随便吃零食、野果，不吃过期和霉烂变质的食品。

不准进行不安全的戏闹，如抛石头、土粒、杂物，拿弹弓、木棍、铁器刀具等追逐戏打。

不准未告知家长私自外出、外宿和远游，防止被绑架，拐骗或走失。

不准参加非法组织活动，不偷、不抢、不骗、不打架斗殴，不酗酒闹事。

二、科学分配时间，合理安排休息，保质保量完成老师布置的假期作业。

计划时间读读名著和好书，练习书法陶冶高尚情操，不断拓宽视野。

三、生活要有规律。

注意劳逸结合，保护视力，控制看电视时间，禁止外出上网。注意夏季饮食卫生。

抽出时间与家长多交流，在家里我们是小辈，平时难得孝敬父母，现在总算有了时间，要求大家帮父母做一些力所能及的家务活，为父母尽尽孝心，哪怕是端上一杯热茶，递上一条毛巾，也能让他们舒展欣慰的笑容，同时也能培养我们热爱劳动的良好品质。

对于部分学习成绩不理想的同学，要充分利用好假期，好好补习一下功课，争取下学期能迎头赶上。

同学们，明天你们就要开始暑假生活了，希望大家切记安全，努力完成暑假作业和老师分配的任务，做一个让家长高兴、老师放心、社会满意的好孩子。最后，祝愿同学们过一个平安、快乐、健康、文明、丰富多彩的暑假！