

# 最新世界卫生日班会演讲稿(汇总10篇)

演讲稿是演讲者根据几条原则性的提纲进行演讲，比较灵活，便于临场发挥，真实感强，又具有照读式演讲和背诵式演讲的长处。优质的演讲稿该怎么样去写呢？下面我给大家整理了一些演讲稿模板范文，希望能够帮助到大家。

## 世界卫生日班会演讲稿篇一

尊敬的老师，亲爱的同学们：

在这天高气爽的金秋九月，我们将迎来一年一度的中秋佳节！

随着科学技术的飞速发展，生活的节奏越来越快，喧嚣的都市车水马龙，奔波的人们很难使自己停下来，但还没到八月十五中秋节到来之时，一轮皓月高挂天空，传统佳节的温馨便俘虏了忙碌着的人们的心灵。忙碌的人们又添了一个更加忙碌的任务，为亲朋好友送一份有意义的礼物。出入食品店。大盒小盒的月饼包装精美喜气洋洋，你的包装盒上印着“九福同居”，他的就写着“十全十美”。这边有“花好月圆”，那边就有“富贵满堂”。寻找中秋佳节的传统与诗意才是这个节目里最有价值的内容。我们传递的是问候，是祝福，这是浓浓的民俗文化。

明晚我们又将欣赏到皓月当空的美景，当我们仰望天空那一轮明月时，脑海中会浮现那优美的诗句：“海上升明月，天涯共此时。”中秋古往今来，寄托着多少中华儿女的乡愁与离情。每逢佳节倍思亲，同根同宗居住在世界各地的华人，都将在这一节日里重温民俗再叙乡情。我们期待“嫦娥”奔月不再是神话里的传说，中国月球探测计划，即“嫦娥工程”将使中华民族的千年梦想变成现实。

同学们：让我们在中国传统节日——中秋到来之际，真诚的

告诉我们的家长：您的孩子已经长大，在老师的辛勤哺育下，正逐步走向成熟，走向自己的理想彼岸。

面对国旗，面对辛勤的老师，我们想说：是汇才中学把我们汇集到成才的摇篮，让我们在这个摇篮中互相团结，努力拼搏，去攀登科学的高峰。

最后祝全校师生合家幸福，中秋快乐！

## 世界卫生日班会演讲稿篇二

20~~年的4月7日是第60个世界卫生日。今年世界卫生日的主题是《拯救生命，加强医院抵御紧急情况的能力》，20~~年世界卫生日着重于卫生设施的安全性，以及为受紧急情况影响者进行治疗的卫生工作人员的应变能力。世界各地的活动将突出成功的事例，倡导设计和建造安全的设施，并推动广泛的应急防备。

那么我们全体同学们应该为世界卫生日做点什么呢？我想是：营造校园氛围，广泛宣传发动，达到人人皆知。我们要怎么宣传呢？比如，参加校红十字会举办的活动、悬挂宣传标语、设立电子宣传、张贴宣传画报等形式营造校园氛围。充分利用集会、广播站、宣传橱窗等手段，让全体师生都知道4月是爱国卫生月。

但我们更要注重的是把行动落在实处，我认为同学们应该从我做起，从现在开始注重卫生健康习惯的养成。近来，我们发现校园地面上的口香糖瓜子皮在增多，在前几次的卫生大扫除中，同学们清除了大量的口香糖，可也应该注重保洁工作。不能注重了口腔卫生而影响了校园的环境卫生。另外，我们也发现了个别同学在宿舍楼将垃圾往楼下扔，甚至仍在中学校内，昨天傍晚，男生206室，吃的鸡蛋壳扔在楼下，还有一部分挂在墙头上，这些都是不文明、不健康的养成习惯。

现在是春天了，春天也是一些传染病的高发季节，同学们更要注意卫生，避免疾病的发生：

1. 首先同学们要注意不能吃不干净的食品，同时还要注意个人卫生，勤洗澡，勤剪指甲，住宿生要自觉配齐生活用品，不随便使用别人的毛巾、衣服、拖鞋等。
2. 遵守作息时间，做到起居有规律。均衡饮食，随气候变化而增减衣服，定期运动，充足休息。在日常生活中同学们应该按照生活规律，定时用膳，三餐饭做到定量，不能饿一餐，饱一餐，特别是早晨，我们有的同学就往往因为睡懒觉而未吃早餐，这对身体健康和学习精力都是不利的。同学们早晨起床应按时参加学校组织的早锻炼。
3. 另外随着天气变化而适当增减衣服，不要着凉了。
4. 保持室内空气流通，避免前往空气流通不畅、人员密集的公共场所。随着天气逐渐转热，教室、宿舍一定要保持通风状态，让门窗敞开，使空气对流，避免造成室内有异味存在。我们平时发现绝大部分的教室都是门窗紧闭，这对同学们在教室里学习是不利的，应该把门窗打开，至少也要开一扇窗户，让空气对流。宿舍里最后走的同学讲窗户打开，通风。
5. 班级里的矿泉水桶要消毒。

同学们，美丽的环境需要我们共同营造，文明的习惯靠我们平时一点一滴地养成。让我们行动起来，借世界卫生日的契机，人人动手，为创建一个干净，清洁的校园一起努力！

## 世界卫生日班会演讲稿篇三

大家好！我是一，我今天讲话的主题是：拒绝零食，从我做起。

俗话说：“吃好，睡好，为人生大事。”“民以食为

天。”“吃”都是排在首位的。因为只有吃得好，我们才会精神饱满；只有吃得好，我们才能集中精力学习，只有吃得好，我们才能展示青春活力！

我们不妨来几小镜头：就餐时，同学们溜溜食堂就出来了；课间休息时，同学们从商店带出来的不是饮料就是麻辣；油炸摊位前热闹非凡；围墙栏杆旁偷着购买外卖.....

我们同学的饮食结构发生着明显的变化：不吃米饭而以方便面为主食；碳酸饮料代替人体必须的水源；啃面包和饼干多过吃水果；恶心地沟油外卖的香味让我们抵挡不住.....

同学们你们知道吗？

我们常吃的小零食，大都是小作坊生产出来的，诱人的颜色都是工业染料的功劳，有些火腿是滴滴水浸泡出来的，我们至爱的辣鸡脖里的辣根本不是辣椒，况且防腐剂严重超标；袋装食物中含有大量的防腐剂；去年，望城某小镇有十几个孩子，因为食用不健康零食发生中毒；同样的一个事情发生在幼儿园中，有6个小孩吃了不合格的食品，也导致中毒。在--县马召镇红新中学，有8名女生因吃多了不合格的方便面而出现了中毒现象。

同学们知道吗？

外卖的廉价来自低成本的地沟油，而地沟油是劣质猪肉、猪内脏、猪皮加工以及提炼后产出的油，甚至是水道中的油腻漂浮物或者是宾馆、酒楼的剩饭、剩菜经过简单加工、提炼出的油；加工以后除了它的廉价，我们没有办法识别。

同学们明白了吗？

我们的同学为什么精力不集中，我们的同学为什么跑三个半圈很辛苦，我们的同学为什么容易骨折？因为长期吃这种对人

体有害的食品，不但不能提供我们成长需要的营养，而且带走人体大量营养物质，使我们的免疫力大大减低，久而久之还可能严重影响我们的体能与智能的发育！

5月20日是“全国学生的营养日”这项活动一经推广就得到广大师生、家长的欢迎和许多营养专家的参与、支持。让我们以这一天为契机，合理饮食，让每一天都成为“全国学生的营养日”。

同学们，我们正在长身体，我们是祖国未来的建设者，我们的健康成长关系着每个家庭的幸福及祖国的未来。所以，我们要拒绝零食，讲究健康，合理汲取营养。

同学们，为了我们的健康，请抵制外卖，拒绝劣质食品，！

同学们，为了我们的健康，请拒绝零食，从今天做起，从我做起。

祝同学们健康成长，快乐学习，祝老师们身体健康，工作顺利！

## 世界卫生日班会演讲稿篇四

4月7日是世界卫生日。世卫组织每年都为世界卫生日选定一个主题，强调世界范围内广泛关注的一个公共卫生重点领域。下面是本站小编给大家整理的4月7日世界卫生日国旗下讲话稿，仅供参考。

教师，同学：

早上好！

我今天演讲的主题是创造一个干净的环境，建立一个美丽的

校园。

自1950年以来，每年的4月7日是世界卫生日，旨在吸引来自世界各地的人们关注健康和卫生工作，提高人们的健康质量和意识，强调健康对劳动的重要性创作和幸福的生活性□

20xx世界卫生日关注的主题：创造一个清洁的环境，建立一个美丽的校园。每年4月也是我们的爱国健康运动月，今年是第18个爱国健康月。

同学，学校的环境卫生，喜欢打扮的人，是学校的工具，是学校的脸。人民米可以反映人的内在素质，校园健康也可以反映学校的管理水平和精神状态。我们学校的环境需要每个人打扮，学校的健康需要更多的照顾大家。但我们学校的健康状况还存在很多问题，如卧室健康混乱，滥伐果实刮纸，包装等现象普遍。

有些学生认为学习是我们的主要活动，清洁浪费浪费时间学习；有些学生认为，容易投掷废纸很小，不会带来 对于一个重大事故，不值得大惊小怪。有学生拾起垃圾是一个低优先级，失去面子，我们不屑做。

我告诉你关于废纸的两个故事：

第一。美国有福特，福特是一个人，他从大学毕业，到汽车公司候选人。当他进入办公室时，他在地下找到一张纸，弯下腰，拾起来，发现这是一张纸，把它扔进垃圾桶。然后去了主席的办公桌说，我要申请福特。主席说，很好，福特先生，你已经被我们雇佣了。福特惊讶地说：长，我认为前几个比我更好，你是怎么雇我的？主席说：福特先生，前面三个真的比你高，但他们的眼睛只能看到大的东西，看不到什么小东西。你的眼睛可以看到小东西，我想人们可以看到小东西，未来可以自然地看到事件，所以我只雇佣你。福特如此进入公司，该公司很快在世界上名声大噪。

第二。据网上新闻：去年，黄金周，国内旅游景点，中国游客丢丢食物，废纸等垃圾，旅游景点一片混乱，难看。一些韩国游客静静地拾起垃圾到处，扔进下一个垃圾桶。为此，在线讨论一直担心人们的素质。

同学们，这两个废纸故事，你能引起你的思考吗？的

细节有所不同。房子不扫过什么扫地球！一个没有认真清洁的学生，不会认真地做好学习。有混乱抛投的人的习惯，在研究中会如此，失去了三个。文明程度低，即使研究无论多好，知识多，不能成为一个天赋，它不会有大的行为。

那么我们应该怎样做校园卫生？

我动议：

一个是仔细清理。教室，卧室每天扫一扫，不要留在健康角。注意个人卫生，仪器仪表清洁大方。

二，我们要注意清洁，不要抛弃垃圾。不吐，不乱肮脏的水，不乱抛垃圾，浪费。学生应该知道，当你留下一张废纸，你也失去了你的身份和品位。垃圾到箱子，污水到池。食物在步行时不能吃。禁止在地上涂鸦。在混乱抛出不文明的行为，要做所有的街头老鼠喊，让这个学生知道错误的纠正坏习惯。学生应该互相提醒，相互监督，互相帮助。

三是向下弯，拾起一个拾起。拿起一张纸是纯的，纯是自己的精神，故意擦拭是一片污染，净化是自己的心。弯下腰，拾起一个拾起。你的美德，你的质量，会静静地显示，你的心开花更明亮，更芳香。学校倡导我们学习雷锋好人做好事，我觉得在校园里拾起垃圾是每个人都可以做的，每个人都有机会做好人。

让我们确定这样的目标，校园卫生干净整洁，成为一个亮点，

让我们携手创造一个干净的环境，建立一个美丽的校园。

尊敬的老师们、同学们：

大家早上好！

今天我国旗下讲话的题目是“讲究卫生，做健康主人”。

刚刚过去的4月7日，是“世界卫生日”。每年的世界卫生日，世界各地的人们都要举行各种纪念活动，来强调健康对于劳动创造和幸福生活的重要性。如今正值春季，是疾病最高发之时。因此，防止疾病显得尤为重要。

但在平时的卫生检查中，我们发现有的班级“垃圾成山”垃圾桶旁甚至有牛奶、果汁横流。为此，有的同学认为反正垃圾放在后走廊上，平时也看不见，影响不大，殊不知，潮湿的纸张堆在一起，加上牛奶、果汁，那样的一个垃圾桶可以滋生多少细菌啊！离同学们聚集的教室那么近的地方存在着那么多的细菌，那是多大的隐患啊！所以，大家在扔垃圾时一定要注意，牛奶盒子什么的，请先到干净再扔。同时，各班还应勤倒垃圾，保持垃圾桶干燥。

春天天气变化无常，为了保暖，有不少班级门窗紧闭，其实，关紧门窗也是有极大隐患的。春季是呼吸道疾病高发的季节，紧闭门窗，教室内空气不流通，很容易引发呼吸道疾病。这样还不算大隐患？同学们如果觉得冷的话，就请多加一件衣服，让门窗敞开吧。

学校的饮水机几乎是我们天天都要用的，但有的同学为了一时方便，把茶叶、包装袋随手仍在饮水机边上，甚至在饮水机的台面上，那样做严重影响饮水机周围的卫生，是方便了自已却给他人带来许多不便，因此为了自己和他人的健康，请文明使用饮水机。希望大家都可以过一个平安快乐的春天！



尊敬的各位老师、亲爱的孩子们：

大家早上好！

刚刚过去的4月7日，是“世界卫生日”。所以今天我国旗下讲话的题目是“讲究卫生，做健康的主人”。每年的世界卫生日，世界各地的人们都要举行各种纪念活动，来强调健康对于劳动创造和幸福生活的重要性。今天，已经是第63个世界卫生日了。世界卫生组织将20xx年世界卫生日的主题确定为老龄化与健康，口号是“健康有益长寿”。它重点关注健康的身体如何有助于老年人度过圆满和有益的一生，并成为家庭和财富。

那么我们小学生，应该怎样参与到“做健康的主人”的活动中来呢？下面，我讲四点，大家在日常工作、学习、生活中积极主动做好卫生工作，保持良好的正确的卫生习惯，促进健康成长。

第一，保持良好的个人卫生习惯，饭前便后洗手，勤剪指甲，勤洗澡，不随便使用别人的生活用品，如毛巾、衣服、拖鞋、餐具等。遵守作息时间，做到起居有规律。

第二，均衡饮食，随气候变化而增减衣服，定期运动，充足休息。在日常生活中同学们应该按照生活规律，定时用膳，三顿饭做到定量，不能饿一顿，饱一顿，特别是早晨，我们有的同学就往往因为睡懒觉而不吃早餐，这对身体健康和学习精力都是不利的；还有的同学挑食偏食严重，有时休息天随便吃点零食就当一餐，这对生长发育中的你们来讲，也是及其有害的。同学们早晨起床后到户外锻炼，呼吸一些新鲜的空气，伸伸腰，踢踢腿，跑跑步都是很有好处的。学校组织的广播体操和大课间等室外活动是非常好的锻炼机会，不要马虎了事。

第三，保持室内空气流通，尽量减少去空气流通不畅、人员

密集的公共场所。随着天气逐渐转热，教室一定要保持通风状态，让门窗敞开，使空气对流，把人体呼出的二氧化碳等气体随着空气排到外面去，避免造成室内有异味存在。同学们在校如果发现自己有任何不适，就要迅速告诉家长或老师。第四，注意心理卫生。我们在学习、工作、生活过程中，要做到紧张而活泼，保持愉快的心情。遇到困难或不顺心的事，找好朋友或老师倾诉一下或自我调节，千万不能一直闷闷不乐，这对身体也是有害的。

同学们，只要我们每个人都注意提高卫生安全意识，自觉维护公共环境卫生，时刻注意个人卫生，那么我们会拥有美丽的生存空间，就会拥有健康的体魄，就会拥有美好的未来！让我们共同努力吧。

## 世界卫生日班会演讲稿篇五

大家早上好！

今天国旗下讲话的题目是：注意安全，关爱生命。

当我们随着一声清脆的啼哭声降落到人间，这就标志着又给人世间增添了一份宝贵的财富。因此我们要懂得在人生的路上走好每一步，处处小心，时时提防，保持警惕的头脑，绷紧安全之弦。事事处处想到“安全”二字。安全是首要的决定因素。在安全事故中，数以万计天真无邪的生命死于非命。有关数据显示，每年我国有1、6万名中小學生非正常死亡，平均每天都有44人死于食物中毒、溺水、交通和其他安全事故。排除那些不可预示的自然灾害和人力不可抗拒的重大事故，约有80%的非正常死亡是可以通过预防措施和应急处理避免的。同学们是否做好准备加以防范？是否重视过这些看似不起眼有一天却可能带来致命伤害的问题？随着年龄的增长和知识的丰富，我们并不缺乏安全知识，我们难以克服的是日渐淡薄的安全意识和日渐麻木的安全心理，总感觉这样的事故

似乎离我们很遥远。面对还没有停稳的公共汽车，我们蜂拥而至；面对同学间的矛盾冲突，我们大打出手；面对不适宜的场合，我们随意涉足等等。学校高度重视校园安全工作，采取了种种加强校园安全的措施。对我们多次进行包括交通安全、运动安全、食品安全、交友安全、用电用气安全、防火安全、网络安全等教育，以提高我们的安全意识，提高我们自我保护的能力。

在学校里，我们要做到以下几点：

- 1、要时刻保持高度的安全意识，认真学习小学生安全自护自救知识，切实提高自我防护能力。
- 2、要注意课间文明游戏，不大声喧哗，不追逐打闹，上下楼梯不奔跑，不嬉戏，不在楼梯口玩耍。
- 3、要注意运动安全。上体育课前要作好准备活动，运动时要遵照老师的要求，不剧烈碰撞，不违规运动。
- 4、要注意用电安全，不乱动教室内的电源插座，不要用湿布擦电器开关。信息课上要按规定程序操作电脑。
- 5、要注意食品安全。不到小摊小贩购买食物，不吃不洁食物，不食过期食品。
- 6、要注意交通安全。未满十二周岁的同学不要擅自骑自行车上学，以防交通事故的发生。
- 7、要加强行为自控能力。同学之间遇到矛盾时，一定要冷静，要理智，切忌用拳头代替说理，给自己和同学带来不良的后果。
- 8、放学后按时回家，不再街上逗留，不与陌生人交往，不能接受陌生人馈赠礼物，受到不法侵害时及时打急救电话或110

得到帮助。

安全责任重于泰山，同学们，你们也是国家未来的希望，希望你们，为了自己，为了家庭，为了学校，注意安全，珍爱自己的生命。

## 世界卫生日班会演讲稿篇六

尊敬的各位老师、同学们：

大家早上好！

我今天演讲的题目是《讲究卫生，健康你我》。

4月7日是世界卫生日。每年的这一天，世界各地的人们都要举行各种纪念活动，来强调健康对于劳动创造和幸福生活的'重要性。

学校是一个育人的摇篮，是一方纯净的沃土，校园的文明直接折射出社会的文明。校园环境卫生的好坏直接影响到老师和同学们的工作、学习和生活，同时，校园环境卫生也是一个院校文明程度的重要标志，也是学校学生整体素质的一个反映。走进我们可爱的学校，我们每个人都能感受到她的洁净和美丽，一株株绿树为我们提供新鲜的空气，一棵棵小草和一朵朵小花为我们装点校园。但近来我们的草坪在哭泣，小花在落泪，地板和墙壁在抗议！因为有的同学往地上乱丢果皮纸屑，有的同学摘花摇树，有的同学践踏草坪，有的同学往墙上乱涂乱画，往校园的路上、地上、墙上乱吐口香糖……我们每个人都希望在一个清洁、舒适的环境中学习生活，健康地成长，而美丽的环境需要我们共同营造，文明的习惯靠我们平时一点一滴地养成。在此，我向全体同学发出如下倡议：

一、少吃零食。吃零食会给我们的健康带来不良影响，如零

食中多余的热量会使我们身体变得肥胖，零食中的色素和防腐剂会损害我们的健康。再者，同学们要注意适度消费，不乱花零用钱，要养成勤俭节约的好习惯。

二、不乱丢果皮纸屑，不吃口香糖，不随地吐痰。在墙壁上少留些脚印，在地上少吐块口香糖，少扔些果皮，就少了一处卫生死角，多了一方洁净的乐园。要主动清理地面和墙壁上的污垢。

四、不践踏草坪，不摘花摇树。小草也有生命，需要你我的共同呵护，让我们大家一起来欣赏美丽”。

五、加强思想品德教育。主动捡拾别人丢在地上的垃圾，养成“文明清洁”的良好习惯，共同创建一个美丽的校园。

我相信，只要大家能够拾起一片白色，就能装点一寸绿荫，只要大家尽一份自身一点微不足道的力，就可以创造出一个更加洁净的校园。

同学们，让我们行动起来吧！我们要做到“看见污迹主动擦、发现纸屑主动捡、遇到垃圾主动扫、碰上乱扔主动管”，语言美、行为美，不损坏一花、一草、一木，不浪费一滴水、一度电，不乱撕、乱扔、乱吐、乱画。从我做起，从身边小事做起，做当代文明学生。

我的演讲完了，谢谢大家！

## 世界卫生日班会演讲稿篇七

尊敬的老师们、亲爱的同学们：

大家早上好！今天是4月7日——“世界卫生日”。今天国旗下讲话的题目是“讲究卫生，做健康的主人”。

四月是个春暖花开的季节，四月还是全国爱国卫生月。因为卫生工作关系到每一个人，所以大家要在学习、生活中积极主动做好卫生工作，保持良好的正确的卫生习惯，促进健康成长。

1、保持良好的个人卫生习惯，注意饮食卫生，不在路边小摊随便购买食品。在个人卫生习惯中，养成饭前便后要洗手，勤剪指甲，勤洗澡，不随便使用别人的生活用品，如毛巾、衣服、拖鞋、餐具等。遵守作息时间，做到起居有规律。

2、均衡饮食，随气候变化而增减衣服，定期运动，充足休息。在日常生活中同学们应该按照生活规律，定时用膳，三餐饭做到定量，特别是早晨，有的同学往往因为睡懒觉而不吃早餐，这对身体健康和学习精力都是不利的。

3、保持室内空气流通，避免前往空气流通不畅、人员密集的公共场所。随着天气逐渐转热，教室一定要保持通风状态，让门窗敞开，使空气对流，把人体呼出的二氧化碳等气体随着空气排到外面去，避免造成室内有异味存在。

同学们，美丽的环境需要我们共同营造，文明的习惯靠我们平时一点一滴地养成。让我们行动起来，借“世界卫生日”、“爱国卫生月”的契机，人人动手，为创一个干净，清洁的校园一起努力！我的讲话完毕，谢谢大家。

## 世界卫生日班会演讲稿篇八

尊敬的老师们、亲爱的同学们：

早上好！今天是世界精神卫生日，我国精神卫生宣传活动的主题是“承担共同责任，促进心理健康”。1991年，尼泊尔提交了第一份关于“世界精神卫生日”活动的报告。在随后的十多年里，许多国家参与进来，将每年的10月10日作为特殊的日子：提高公众对精神疾病的认识，分享科学有效的疾

病知识，消除公众的偏见。我今天的题目是《请关注你的心理健康》。

心理学家告诉我们：人的健康一半是身体健康，一半是心理健康。在日常生活中，人们常常重视身体健康，而忽视心理健康。

现代社会，竞争激烈，学习或工作负担重，生活节奏日益加快，人与人的交往日渐增多，人际关系复杂。越来越多的人由此产生了心理问题，心理健康受到极大地威胁或损坏。（）有的程度轻微，有的程度严重，学生中有，教师里也有。在我们的周围，有的人情绪反复无常，时而热情奔放，时而沉默寡言，闷闷不乐，常常无端发火，因琐碎小事而耿耿于怀，甚至与人争吵，拳脚相加；有的人感到孤独寂寞，意志消沉，悲观失望，整天无所事事，迷恋网吧，常常迟到旷课，厌学情绪严重；有的人自卑，心理脆弱，总觉得自己不如别人，承受不起挫折或失败；有的人自负，目空一切，惟我独尊，对人苛刻，别人都不如他，对于别人善意的批评和劝告拒不接受，逆反心理强，与同事、老师、同学、父母对立情绪严重。

所有这些都与人的心理是否健康密切相关。心理是否健康，小而言之，影响着一场考试的得失，影响着一场比赛的胜负；大而言之，影响着人的工作、学习和生活，影响着班级、学校的和谐，社会的安定。

我们怎样才能拥有健康的心理？

首先，要正确认识自己，不要自卑，不要自负，要自信，相信自己，天生我材必有用，每个人都有自己的优点，不存在只有缺点的人，只存在有特点的人，不存在差学生，只存在有差异的学生，要正确面对挫折或失败，再漫长的路总有尽头，再绝望的事总有希望，要相信失败是成功之母，饱经风霜、历经坎坷的人比一帆风顺的人更能忍受挫折，更能有所

作为。

其次，要正确与人交往，建立和谐的人际关系。和谐的人际关系来自于对别人的爱心，来自于对别人的尊重。把你的爱心与老师、同学分享，你会得到更多的快乐；把你的意见与别人沟通，你会得到许多有益的忠告；与人分享快乐，快乐会加倍，与人分担痛苦，痛苦会减半。多给别人力所能及的帮助，送人鲜花，留己芬香，多尊重别人，多体谅别人，多听取老师、父母、同学的意见，良药苦口利于病，忠言逆耳利于行，经常真诚地对人微笑，真诚地微笑充满着你的自信，表示着你的礼貌和对别人尊重。

我校心理咨询室自成立以来，受到了不少同学的关注。同学们反映出的问题除了学习、与父母沟通的障碍以外更多的还在于与同学交往、自我认识等方面。心理咨询本着“助人自助”原则，即通过启发、疏导等方式引导同学们走出心灵的困境，当遇到问题除了学会主动求助之外，更重要的是要学会如何自救，因为每个人“救世主”只有一个，那就是自己。只有改变自己、战胜自己，最终才能超越自我，达到理想目标。毕竟，无论是心理咨询还是其他形式的心理健康教育，最终的目的都是让大家能拥有良好的心理素质，这样在面对各种压力和困惑时，能适当有效地帮助自己脱离困境。在咨询中，我们将会做到：对所拥有的学生来访记录及其它相关资料档案履行保密的义务和责任。

老师们、同学们，让我们在关注身体健康的同时，一起来关注心理健康，做一个全面健康的人，共同营造健康而又和谐的校园。

## 世界卫生日班会演讲稿篇九

演讲的时候在一个有限的时间段内，完全借助于语言、手势等向听众讲明一个问题或道理，同时又要说服听众，就要求



在写作演讲稿时一定要突出主题、观点鲜明。以下是由本站pq小编为大家整理出来的世界卫生日国旗下演讲稿，仅供参考。

各位老师、同学们：

大家早上好！

我今天演讲的题目是《讲究卫生，健康你我》。

4月7日是世界卫生日。每年的这一天，世界各地的人们都要举行各种纪念活动，来强调健康对于劳动创造和幸福生活的的重要性。

学校是一个育人的摇篮，是一方纯净的沃土，校园的文明直接折射出社会的文明。校园环境卫生的好坏直接影响到老师和同学们的工作、学习和生活，同时，校园环境卫生也是一个院校文明程度的重要标志，也是学校学生整体素质的一个反映。走进我们可爱的学校，我们每个人都能感受到她的洁净和美丽，一株株绿树为我们提供新鲜的空气，一棵棵小草和一朵朵小花为我们装点校园。但近来我们的草坪在哭泣，小花在落泪，地板和墙壁在抗议！因为有的同学往地上乱丢果皮纸屑，有的同学摘花摇树，有的同学践踏草坪，有的同学往墙上乱涂乱画，往校园的路上、地上、墙上乱吐口香糖……我们每个人都希望在一个清洁、舒适的环境中学习生活，健康地成长，而美丽的环境需要我们共同营造，文明的习惯靠我们平时一点一滴地养成。在此，我向全体同学发出如下倡议：

一、少吃零食。吃零食会给我们的健康带来不良影响，如零食中多余的热量会使我们身体变得肥胖，零食中的色素和防腐剂会损害我们的健康。再者，同学们要注意适度消费，不乱花零用钱，要养成勤俭节约的好习惯。

二、不乱丢果皮纸屑，不吃口香糖，不随地吐痰。在墙壁上少留些脚印，在地上少吐块口香糖，少扔些果皮，就少了一处卫生死角，多了一方洁净的乐园。要主动清理地面和墙壁上的污垢。

四、不践踏草坪，不摘花摇树。小草也有生命，需要你我的共同呵护，让我们大家一起来欣赏美丽”。

五、加强思想品德教育。主动捡拾别人丢在地上的垃圾，养成“文明清洁”的良好习惯，共同创建一个美丽的校园。

我相信，只要大家能够拾起一片白色，就能装点一寸绿荫，只要大家尽一份自身一点微不足道的力，就可以创造出一个更加洁净的校园。

同学们，让我们行动起来吧！我们要做到“看见污迹主动擦、发现纸屑主动捡、遇到垃圾主动扫、碰上乱扔主动管”，语言美、行为美，不损坏一花、一草、一木，不浪费一滴水、一度电，不乱撕、乱扔、乱吐、乱画。从我做起，从身边小事做起，做当代文明学生。

我的演讲完了，谢谢大家！

今年的4月7日，是第66世界卫生日，在这一天快要到来这际，你是否曾经想过自己处于怎样的环境之中？是清幽洁净或是垃圾四处满天飞。当你背上书包踏入校园时，不经意间看到有人乱丢纸屑，你会劝阻他吗？还是视若无睹，反正不关自己的事，又不是自己家，管那么多闲事干什么。

当你上课时，四周充满了垃圾的恶臭，你还能安心学习吗？在这样的一个学习环境下，你如何学习呢？其实我们每个人都希望生活在一个干净的环境下。走进校园，地面上干干净净没有任何垃圾，树枝绿叶繁茂，一股青草味迎面扑来，沁人心脾，令人整天充满好心情。

我们大家共同的家园，只要每个人尽到自己的责任，注意自己的行为，不随意丢东西，不随地吐痰，那么我们得到的不仅是视觉的满足，更是精神上的满足。美好的环境能令你微笑的面对每一天，生活变得多姿多彩。

同学们，当你手中握有一张废纸或一个食品包装带，一块西瓜皮，想一想如果你丢到地上的后果，会不会令周围路过的人感到厌恶，会不会破坏整洁的校园，会不会给他人带来麻烦？其实只要你多向前走几步，伸手将垃圾投入垃圾箱中，一切只是几步而已，但换来的却是他人的赞赏，和钦佩的目光，于人于己都有益，你会为自己的行为感到骄傲，会有美好的心情度过快乐的一天。

有人说：“人一撇一捺，写起来容易，做起来难。”那么，我们每个人应做什么？相信每个同学都有答案，因此，在第六十个世界卫生日来临之际，我借此机会在这里呼吁大家：让我们每个人都自觉去维护环境，不乱吐口香糖，不乱扔垃圾，随手拾起废纸。

我相信，如果我们每个人都做到的话，我们万里的蓝天依旧明亮，我们万里的绿草依旧光鲜，我们万里的校园依旧美丽！

同学们，保持校园清洁，从我做起吧！

## 世界卫生日班会演讲稿篇十

大家早上好！我是六二班的李子。今天我演讲的题目是《世界卫生日》。

当你上课时，四周充满了垃圾的恶臭，你还能安心学习吗？在这样的一个学习环境下，你如何学习呢？其实我们每个人都希望生活在一个干净的环境下。走进校园，地面上干干净净没有任何垃圾，树枝绿叶繁茂，一股青草味迎面扑来，沁人心

脾，令人整天充满好心情。

学校是我们大家共同的家园，只要每个人尽到自己的责任，注意自己的行为，不随意丢东西，不随地吐痰，那么我们得到的不仅是视觉的满足，更是精神上的满足。美好的环境能让你微笑的面对每一天，生活变得多姿多彩。

同学们，当你手中握有一张废纸或一个食品包装袋，一块西瓜皮，只要你多向前走几步，伸手将垃圾投入垃圾箱中，一切只是几步而已，但换来的却是他人的赞赏，和钦佩的目光，于人于己都有益，你会为自己的行为感到骄傲，会有美好的心情度过快乐的一天。

因此，在第六十个世界卫生日来临之际，我借此机会在这里呼吁大家：让我们每个人都自觉去维护环境，不乱吐口香糖，不乱扔垃圾，随手拾起废纸。

我相信，如果我们每个人都做到的话，我们的蓝天依旧明亮，我们的绿草依旧光鲜，我们的校园依旧美丽！

同学们，保持校园清洁，从我做起吧！我的演讲到此结束，谢谢大家。