# 4.22世界地球日国旗下演讲稿

来源：网络 作者：海棠云影 更新时间：2025-06-04

*4.22世界地球日国旗下演讲稿（精选16篇）4.22世界地球日国旗下演讲稿 篇1 让我用自己的实际行动维护环境，同学们为了校园的绿色。增强我绿色意识，为珍惜绿色、维护环境，发明绿色献出自己的一份力量!让我一起维护碧水蓝天，共建绿色家园! 万...*

4.22世界地球日国旗下演讲稿（精选16篇）

4.22世界地球日国旗下演讲稿 篇1

让我用自己的实际行动维护环境，同学们为了校园的绿色。增强我绿色意识，为珍惜绿色、维护环境，发明绿色献出自己的一份力量!让我一起维护碧水蓝天，共建绿色家园!

万物复苏的时候，每当春回大地。那似剪刀的二月春风，剪出“千里莺啼绿映红”剪出“万条垂下绿丝绦”剪出“汀沙云树晚苍苍”剪出“百般红紫斗芳菲”和煦的春风中，那绿茸茸的小草整整齐齐焕发出勃勃生机;那一颗颗小树苗 吐出嫩绿的新芽;那万紫千红的花卉，争奇斗艳，点缀出浓浓的春意。这是一片多么美丽的景色啊!生活在这样的环境中是多么惬意呀!可是总有许多人浪费资源，破坏了环境，虽然是点点滴滴的小事，都会使我生态环境受到严重的威胁，难道我不应该自我反省吗?

每一滴水都是人类巨大的财富。严重缺水已经成为危害人类的四大危机之一。仅是国就已有110多个城市面临着严重缺水的问题。知道吗?现在已有四分之一的水不适合鱼类生长，生命之河是无限的但水资源是无限的水是珍贵的自然资源。有995%水不能直接饮用，这是多么可怕啊!

人民生活水平提高和经济的发展，随着人口的增长。水资源耗量巨增，而可用水在日益减少，这中间，约有10亿人喝不到清洁的水，那么，造成水污染的原因到底是什么呢?这主要是工业排放的污水、二氧化硫体、农业生产化肥和城市污水。

那么，同学们如果我还不珍惜水资源。最后一滴水将是眼泪，为了自己，为了他人，请珍惜每一滴水吧!

没有电，将无法工作，没有电。无法学习，甚至无法生活。节约用电，就是让伸手不见五指的黑暗远离我节约用电，就是让我生活有了保证;节约用电，就是为我前进的道路上点燃一盏灯;节约用电，就是让整个世界充满光明!

拯救地球就是拯救未来。许许多多的劳动人民用他汗水和心血为人类创造了美好的生活环境。善待地球就是善待自己。

有一些人却恰恰相反。随地吐痰，然而。乱倒垃圾杂物，墙上乱写乱画，塑像上乱涂乱抹，随地乱丢乱扔，随意毁坏花草树木，任意践踏草坪，采摘花朵。不文明行为使原本美好的环境遭到破坏。同学们21世纪的主人，应该有强烈的责任感，要从我做起，从小事做起，从现在做起，从爱护校园环境做起。

4.22世界地球日国旗下演讲稿 篇2

亲爱的人类朋友：

你们好!

我是一只在被在类弄混浊的小河里生活的小鱼。自从我出生以来，清澈见底的小河就是我快乐的的乐园。我和我的好朋友在小河里玩，有时还有小鸟来陪我玩。可是好景不长呀。一天，我和朋友在玩耍，我却一天撞在了一堆垃圾上。我的朋友都被臭死了，我赶快游回了家，这样我才躲过了一劫。

我在家门口，看着灰暗的天空，不由的想起了以前快活的日子，我越想越伤心，不由得哭了起来。

我的同伴们渐渐消失，我想：人类呀!人类，地球不是我们共同的家园吗?我们不是应该一起保护她吗?而不是去破坏她呀，对吗?

一天早晨，我起来看见天空格外的蓝，还有许多小朋友在拾河里的垃圾，小河又变得清澈见底了，我看到这一幕就开心地笑了，我以前欢快的日子又来到了，我又开心地玩了起来。

我真心希望我们的地球能永远美好!

4.22世界地球日国旗下演讲稿 篇3

“呜 呜 呜”，是谁在哭泣啊?原来是我的一个小伙伴在伤心地流着眼泪。我是一朵濒临死亡的荷花，本来我是芬芳美丽的，谁曾想如今却成了这个样子。可想而知，我的小伙伴一定也和我有着同样的命运。我循着声音前进，来到了小伙伴面前，和她聊天。聊着聊着，我们不禁想起了以前的家园。

那时候我们的家园可美丽了!那里的水清澈见底，可以看到池底的小鱼在追逐着天上的白云。阳光照射下来，家园显得波光粼粼的。我和家人们、小伙伴们一起，生活得无忧无虑，每天自由自在的，开心极了。家园的旁边一片万紫千红，绿草如茵，我的亲戚们都争先恐后地开放了。蜜蜂朋友、蝴蝶朋友成群结队地在她们中间翩翩起舞。游客们有的撒下饲料，给池底的小鱼吃;有的在拍照，做个纪念;还有的在欣赏这些美丽的风景。

可是，不知过了多久，突然有一天，我的家园彻底变了个样，已经不再像以前。

池水变得又脏又臭，臭气都熏翻了天，水越来越黑，越来越脏，池塘到处都是五颜六色的垃圾。池边一片荒芜，死气沉沉，路过的人都捂着鼻子。小伙伴们奄奄一息，被垃圾给包围着，甚至被熏死了。我伤心欲绝，留下了痛苦的眼泪。

我声嘶力竭地呼唤：“人们啊，你们不要再破坏大自然了，你们破坏大自然就等于破坏自己的家园，最终伤害的是你们自己呀!立即行动起来吧!去保护环境，去保护大自然吧!”

4.22世界地球日国旗下演讲稿 篇4

大家好!我这次演讲的题目是《我们共同的家园》。今天，高科技无处不在，十分发达，高楼大厦拔地而起，巨型建筑随处可见。可是，随之而来的却是环境越来越恶劣，空气被污染，河水浑浊不堪、臭气熏天，树木被砍伐，水土流失 从远古时代到现在人类高度发达的文明时代，人类从未停止向大自然索取，在地球上大肆地砍伐树木，排污排废 于是，曾经水绿山研、一片蔚蓝的地球母亲变得满目疮痍，污烟瘴气。但是，人类仍然没有意识到问题的严重性，依旧滥砍滥伐，浪费生态资源，据统计和调查：目前我国沙漠及沙漠化土地共149.6平方千米，森林覆盖率仅为13.98%，居世界第123位。而且20%的淡水鱼濒临灭绝，50%的珊瑚礁退化，大约在20\_\_年有2/3的人面临着供水问题 这诸多的问题都在向我们敲着警钟。

人类破坏生态环境，其实早已得到了大自然的惩罚，如刚发生不久的“非典”、“禽流感”，还有正在发生的“猪链球菌”，这一切的一切，都是人类破坏生态环境所得的恶果。但人类并没有从中清醒过来，仍随心所欲地破坏环境，要知道我们的衣、食、住、行都和大自然有着牢不可破的关系啊!

我们只有一个地球，我们每一个人都生活在这个环境中，为了我们这个赖以生存的家园，让我们行动起来吧，立志环保!从我做起，从现在做起，从身边的小事做起。让天更蓝，让水更清，让地更绿，让我们的家园更美丽!

谢谢大家!

4.22世界地球日国旗下演讲稿 篇5

电视媒体和书本上都倡导着：购买食品要注意包装上的保存期限。因此到超市或便利商店买饮料、零食时，我会特别注意包装上的制造日期。我发现店员会将新进货的商品摆在后排，因此，购物时。我习惯挑选架上最后棑的商品，它们是最新鲜的，买回家也可以保存较久一些。

有一天下午，爸爸和我到超市买东西，恰巧遇到他在鲜奶公司当配送员的朋友。当时叔叔正在送货，叔叔将新鲜的牛奶运送到超市，又从超市后方，将一堆优酪乳、布丁、鲜奶 放在推车上，要将它们推向冷藏货车。

叔叔无奈的告诉爸爸：这些过期商品都要拿回去销毁，经济不景气，不仅生意变差，报废商品也愈来愈多。接着叔叔指着正在冷藏柜旁选购鲜奶的小姐说：消费者愈来愈精了，我才刚上架放在后排的鲜奶，就马上被拿走。下次我再送货时，那几瓶放在前排快到期的鲜奶，可能又要成为报废品。说完，叔叔摇着头并且深深叹了口气。顿时，我红了脸，望着这堆报废品，我觉得我也是凶手一样。

接着，我和爸爸选购了明天早餐要喝的优酪乳，我特地拿起摆放在第一排的，爸爸和我不约而同相视一笑。我检视着保存期限，距到期日还有五天，以往这是我不会选择的。其实这瓶优酪乳明天一早，就会被我们全家喝光，而这都是在保存期限以内。

最近几年，住在地球的人们开始重视地球暖化的问题，也发现节能减碳的重要性。很多习惯只要身体力行，每个人都会是环保的尖兵。就饮食而言，现在我购买食品，已经改变了习惯，虽然会注意保存期限，但会尽量挑选前排的。我也会一次购买少量，不会一次将一堆食品搬回家，不但增加冰箱耗电量，还常常放到过期，最后不得不丢进垃圾桶。

前几天放学，我和几个同学到超市选购班上烤肉用品，当我拿起前排货品时，有二个同学立刻笑我傻，不懂得当购物达人的诀窍。我知道他们的用意，于是和他们分享了那些报废牛奶故事。我的这群善良同学认同了我的想法 只要是立即食用的食品，我们可以选择接近保存期限的。我很开心又多了一群环保尖兵。

惜物就能惜福，我们不仅帮店家减少了报废品，也为地球多一点心力，为自己增一分福田。

4.22世界地球日国旗下演讲稿 篇6

环保，这代表了废物利用、垃圾分类、五水共治等很多方面。我作为未来接班人的青少年，深刻的懂得我们人类共同的家园只有一个，那就是地球，我们破坏环境，就等于破坏自己的家园。

在暑假里，学校开展了“寻访身边的美丽河流”主题实践活动。我得知这个消息非常喜悦，因为我知道可以尽自己一份绵薄之力了。我和同学们组织了护河小队，并给它取了个响亮的名字“彩虹护河小队”，因为小队刚好七位成员，每位成员就代表一种颜色，也就是我们对环保的一份力量。我和我的小队去了杭州最大的淡水河 护城河。我们向路上的叔叔阿姨派发了自己亲手制作的宣传卡片，拾捡河道周边的垃圾，劝导了在河边钓鱼、游泳的叔叔们，了解了护城河的历史和现状，慰问了河道美容师 环卫工人，检测了河道的水质，最后我们大家还聚在一起热火朝天的讨论了保护环境，保护河流的建议。虽然这次活动很短暂，但是在我心中深深的种入了一颗环保之心。我们小队的这次主题实践活动的制作手册，不仅获得了学校的特等奖，还获得了江干区的三等奖。我个人也获得了校社会实践活动优秀队长和区先进个人的荣誉。

我立志要成为一名环保小卫士!但是只靠一个人是不行的，众人拾材火焰高，团结就是力量。一点一滴的小事，一点一滴的破坏，都会影响我们的生活，甚至可以结束地球的生命，因此我们有义务从现在开始，保护环境，捍卫我们共同的家园!

4.22世界地球日国旗下演讲稿 篇7

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家好!

我是来自四年级2 班的，今天我在国旗下讲话的题目是 快乐的节 日 。

又一个盼望已久的 六一 节到来了，六一是世界上最稚嫩(zhi neng)，最年轻的节日!六一是全世界儿童共同期待的美好节日! 六一 国际儿童节，是全世界儿童的节日，也是为争取儿童生存、健康和受教育的权利而斗争的日子。1949年11月，国际民主妇女联合会在莫斯科召开会议，提出了每年的6月1日，为国际儿童节。我国在1949年12月23日决定，规定每年的6月1日为儿童节，毛泽东主席还亲笔为儿童题写了 庆祝儿童节 的题词。从此，每年的这一天，全国少年儿童都要举行各种庆祝活动，隆重庆祝少年儿童自己的节日。 从蹒跚学步的幼儿，到活泼、纯真的少年，都在六月的阳光下享受祖国母亲给予的厚爱，都在为庆祝 六一 国际儿童节而欢歌畅舞!

同学们!让我们抛去所有的烦恼与不快，搭乘满载快乐和幸福的列车，在阳光下驰骋(chi cheng);让我们在属于自己的节日里，放声的歌唱，尽情地品味金色的年华。 六月，在这个幸福而又快乐的日子里，我们每个同学都心潮澎湃。我们不光要欢度自己的节日，还要展现我们少年儿童的风采。讲文明，讲礼仪，树新风，丰富多彩的校园文化活动，开阔了我们的视野，让我们沐浴着源远流长的文明之风，健康快乐，茁壮成长。 在这个美好的节日里，我们每个同学都要珍惜自己的节日，努力学习，全面发展，不辜负老师和家长对我们的希望。

六月的校园花如海，六月的校园歌如潮，六月的我们在温馨中憧憬(chōng jǐng)明天， 同学们，在我们饱含幸福的欢声笑语里，承载了长辈的亲切关怀，老师的殷切希望,是他们为我们付出了深情的爱。因此，我们要树立自尊、自立、自强、自爱的精神;要树立远大理想，从现在做起，从我做起;遇到困难不退缩、不气馁、充满自信，敢超越自我;在学习和生活中，不断攀登新的高峰，不断创造新的辉煌。

梁启超先生曾经说过：少年智则国智，少年强则国强。同学们，我们肩负着时代的重任，寄托着祖国的未来，我们只有努力学习，健康成长才能不负时代的使命。 谁言寸草心，报得三春晖 ， 滴水之恩，当涌泉相报 。作为二十一世纪的新一代，我们要带着感激去生活，要倍加珍惜今天的幸福时光，不辜负祖国的未来，不辜负父母的期望，不辜负老师的教诲。在家做个好孩子，在校做名好学生，在社会做位好公民。

同学们，我们都是阳光少年，让我们秉承我们学校的校风：团结诚信，勤奋创新，锻炼身体，快乐成长。

在此，衷心祝愿同学们节日快乐! 并向辛勤培育我们的全体教师致以衷心的感谢!

谢谢大家!

4.22世界地球日国旗下演讲稿 篇8

各位老师、同学们：

大家好!

同学们，你们知道我们国家的火警电话是多少吗?对，那你们知道国际消防日是哪一天吗?是11月9日。今年是第18个全国消防日，今年我们的主题就是 关注消防 珍爱生命 共享平安 。世界各国的火警号码都不一样，但每个国家都选取了让人们最容易记住的数字来组成火警号码。国际消防日11月9日的月日数恰好与火警电话号码119相同，而且在这一天前后，正值风干物燥，火灾多发时节。提到消防，同学们自然会想到令人毛骨悚然的火灾二字。火，带给人们光明，赋予人们温暖，但火灾也曾夺去了无数的生命，留下了累累伤痕。大火曾用血淋淋的数字和惨痛的代价，给我们身边的人敲响了安全防范的警钟，警醒我们火灾是威胁日常学习、生活安全的重要因素。身处人员密集的校园中的我们，应在脑海中长期鸣响 119 的警铃，提高防火的意识和技能。我们应该懂得火灾的危险性，不断增强消防意识。可见学习了解一些消防知识，减少人为火灾的发生，对我们来说是多么重要。下面我就给大家介绍一些消防小知识。

1、不玩火。就是要认识玩火的危害性和可能带来的严重恶果。

2、节假日期间不随意燃放烟花、爆竹，特别是寒假春节期间更要注意。

3、在日常生活中要注意爱护各种消防设施和器材。

4、积极参加突发事件紧急疏散演练，锻炼逃生技能。

同学们，我们热爱生活，我们在校园中演绎活力，憧憬明天;我们珍爱生命，我们在生活中处处留意，拒绝伤害。让安全的意识常驻我们心间，让生命的绚烂闪耀我们四周!

4.22世界地球日国旗下演讲稿 篇9

各位尊敬的老师、亲爱的同学们，

大家好!我是八年级(4)班的学生 ， 今天我国旗下的讲话题目是《预防艾滋病珍惜生命》。

昨天是12月1日，是第26个?世界艾滋病日?，今年的宣传主题是?行动起来，向‘零’艾滋迈进?，?我国的宣传主题为?共抗艾滋、共担责任、共享未来?。艾滋病是目前危害人类最严重的疾病，全世界都在关注艾滋病，关注艾滋病人，并用红丝带作为象征。因此，每当我们看到飘起的红丝带，心中就不禁涌起些许的沉重。

自1981年世界发现首例艾滋病感染者后，短短30余年，艾滋病的阴影就笼罩了世界的每个角落，全球每天有近15000人饱受艾滋病的折磨。其中，80%以上是青少年。在我国，艾滋病的传播呈持续快速增长趋势。艾滋病正严重地威胁着我们宝贵的生命，危害着我们赖以生存的家园。如果得不到有效控制，我国艾滋病感染人数将增长到1000万，这是一个多么令人不寒而栗的数字啊!而在这些数字背后，一个个鲜活的生命——他们本应和你我一样，有欢乐、有幸福、有对未来的憧憬——由于种.种原因，他们成为艾滋病的受害者，不但遭受躯体上病痛的折磨，还要承受来自社会、家庭、朋友等各方面巨大的压力。他们的生活中不再有阳光，缤纷的世界在他们的眼中化为灰色。他们多么渴望社会能多一份理解和尊重，少一份偏见与岐视啊!

同学们，艾滋病是人类共同的敌人。我们呼吁同学们要主动地学习预防艾滋病的科学知识，保护好自己，并把对艾滋病的宣传教育当作自己一份神圣的职责，向家人、朋友、同学，向那些不了解、不熟悉艾滋病的人宣传预防艾滋病的知识。同时我们要知道，虽然艾滋病是我们的敌人，但艾滋病感染者和病人却依然是我们的朋友。我们要做红丝带精神的倡导者，关怀、理解艾滋病人，用我们的爱心去融化那此孤独冰冷的心灵，激励他们战胜病魔，笑对人生，让生命重新绽放出灿烂的色彩。让我们献出一份真心，以抚慰受伤的心灵，用红丝带去装点一个相互理解、尊重、支持和关爱的美丽新世界。

同学们，让我们积极行动起来，做好宣传，保护好自己，行动起来，向?零?艾滋迈进吧!谢谢大家!

4.22世界地球日国旗下演讲稿 篇10

同学，你扔掉了什么从小我们就知道那首《悯农》，知道粒粒皆辛苦，节约粮食，反对浪费也是从小就被父母和老师挂在嘴边的。然而，纵观校园浪费的种种情况，往往还是先要从食堂说起。我校的食堂已经对同学们正式开放，今后我们有更好的就餐环境了。在就餐时间内我们不仅要注意买饭的秩序，餐盘的放置，最主要的是要节约粮食。

同学，你扔掉了什么

从小我们就知道那首《悯农》，知道粒粒皆辛苦，节约粮食，反对浪费也是从小就被父母和老师挂在嘴边的。然而，纵观校园浪费的种种情况，往往还是先要从食堂说起。我校的食堂已经对同学们正式开放，今后我们有更好的就餐环境了。在就餐时间内我们不仅要注意买饭的秩序，餐盘的放置，最主要的是要节约粮食。从前，泔水缸中总是堆满了剩饭剩菜，其中不乏雪白的米饭和几乎没动过的蔬菜。平均每三位学生就有一位倒掉小半碗饭菜，有的吃几口就倒掉，饭菜吃不净的情形几乎人人存在。浪费的风气日益兴盛，而人们熟视无睹，无视现实!同学们，当你们倒掉剩下的饭菜时，可曾想过，世界上还有8。5亿多人遭受饥饿，还有很多你们的同龄人因为贫困而不能接受教育。

应该说，单个学生的浪费是有限的，而学生群体的浪费是惊人的。我们不能不郑重地呼吁:尊重劳动，杜绝浪费。

我国是一个人口众多的农业大国，目前全国人均粮食占有量仅达到温饱水平，粮食问题仍然是国民经济发展中的突出问题。解决我国的粮食问题，一靠增产，二靠节粮。节粮是指在保证基本粮食消费的前提下，尽量减少在粮食加工，流通，消费过程中的不必要损失或浪费。从一定意义上讲，节粮就是增产，就是开发无形良田。据测算，1公斤大米约有米粒40000个，我国13亿人口，若每人每天节约1粒大米，则全国每天可节约32500公斤大米，每年可节约1200万公斤大米，可养活35000人;若以平均亩产1000公斤计，等于每年开发无形良田120xx亩

一米一粟当思来之不易，爱粮节粮须知人人有责。

联合国把每年的10月16日定为世界粮食日，党中央，国务院决定把世界粮食日的那一周定为节粮周。设立这个节目旨在提醒人们:这个世界上还有许许多多的人吃不饱，穿不暖，希望人们在生活条件不断改善的同时不忘节约。

所以校团委向同学们提出以下要求:

一:树立正确的价值观，崇尚节约光荣，浪费可耻的观念。

二:遵守就餐秩序，自觉排队，不随意插队。

三:适量买饭，做到不剩饭，不挑食，坚持杜绝浪费行为。

四:就餐时不大声喧哗，不随意走动，不追逐打闹。

五:学生干部，要以身作则，广大学生要互相监督，做到节约粮食。

六:生活节俭:不盲目攀比，不随意浪费。

七:珍惜粮食，从现在做起，从我做起。

同学们，当我们看到鲜艳的五星红旗冉冉升起，当我们唱起雄壮的国歌时，我们心中充满了自豪和幸福。我们为自己是伟大的中华人民共和国公民而自豪，我们为今天的幸福生活而歌唱。我们更要牢记中华民族的传统美德艰苦奋斗，勤俭节约。

4.22世界地球日国旗下演讲稿 篇11

亲爱的同学们、老师们：

早上好!我今天国旗下的演讲主题是勤俭节约 抵制零食。 10月31日，是世界勤俭日。勤俭是什么?传统文化推崇它，那是一种行为，更是一种品德;贤哲伟人推崇它，那是一粥一饭，当思来处不易，半丝半缕;现代文明推崇它，那是对有限资源的珍视，对过度消费的抵制。社会要进步，国家要发展，这一切都离不开消耗，但这一切，更离不开勤俭。

面对校园外喷香的油炸食品，面对小摊上花花绿绿的糖果、辣条 大家是不是经常驻足观望，垂涎欲滴?是不是经常掏出口袋里的零花钱买一些解解馋?放学后，在校园外，有滋有味地吃着小摊上的5角，1元的带颜色的小食品;中午时分，一些同学在各小店门口，品尝着五颜六色的小薯片，棒棒冰 随手丢下垃圾袋的现象屡见不鲜;再看学校大门口、楼梯口，零食包装袋放风飘起;学校大门左边右边两条路及绿化带总是窝藏着同学们曾经丢下的零食包装纸，或者吃剩下的果核、碎屑;这一幕幕，与我们文明校园的名字多么不相称啊!所以我特向全体同学倡议：保护环境，勤俭节约，拒绝零食。

同学们，你们知道吗?常吃零食不仅会给环境带来不同程度的破坏，间接地影响同学们的身体健康;而且会给同学们带来直接的身体伤害。因为常吃零食，你的胃得不到应有的休息，日子长了，少年胃病也就多了;因为常吃零食，牙齿得不到应有的清洁，时间长了，蛀牙的也增多了;因为常吃零食，一日三餐吃不饱吃不好，时间长了，营养不良的同学也变多了。身体是革命的本钱，没有健康的身体，你的任何理想都很难实现!另外，常吃零食还极易引发同学们的贪图享乐和无意义的攀比心理。

同学们，勤俭节约并不需要多大的勇气才能做到，也不需要多高的智力或德行才能做到。我代表全体少先队员发出倡议，让我们行动起来!做到：

一、 彻底远离 三无食品，坚决杜绝零食进校，平时不吃零食。

二、 不乱花零花钱，不乱向父母要钱

三、 勤俭节约，合理支配自己的零花钱。

同学们，勤俭节约是我们共同的责任让我们从日常的生活小事做起，逐渐养成勤俭节约的习惯。这将是自己终生享用不尽的宝贵财富!谢谢大家!

4.22世界地球日国旗下演讲稿 篇12

尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

大家上午好!

今天我讲话的题目是：拥有健康心理，成就灿烂人生。

现代社会，竞争激烈，生活节奏不断加快，人际关系更为复杂。人们的心理负担越来越重，心理问题也日益突出，近年来已引起社会各界的普遍重视。高中生正处于人生特殊阶段，面临着生理的、情感的茫然与迷惑，尤其面临着升学的巨大压力，必然承受了剧烈的心理冲突。高中老师也是心理压力最大的人群之一。在我们周围，有的人情绪反复无常，脾气暴燥;有的人意志消沉，悲观失望;有的人迷恋网吧，厌学怕苦;有的人惟我独尊，对人苛刻，逆反心理强，与父母、师长、同学对立情绪严重。

不健康的心理，不仅会导致精神疾病的发生，而且会诱发多种躯体疾病，甚至上演一幕幕悲剧。良好的心理不仅有利于身体健康，更有利于优秀学习成绩的取得，人生价值的实现。当一个人情绪好的时候，往往会精神振奋、干劲十足，思维敏捷，效率提高;反之，则会无精打采，思路堵塞，效率下降。

那么怎样才能拥有良好的心理情绪呢?

第一、要正确认识自己，不自卑，也不自负

每个人都有自己的优点，不存在差学生，只存在有差异的学生，天生我材必有用。你最大的弱点背后可能隐藏着巨大的能量，一旦爆发会成为撼动世界的优点。比如有些同学通过考试作弊来获得高分，手段不光彩，虚假的高分也不可能增加自己的自信，然而从另一个角度折射出他想考好成绩的愿望超过了一般人，这样的同学如果能够改变自己实现愿望的方式，通过自己的不懈努力，他会找到真正的、更多的成功与快乐!要想达到目标，你唯一要做的就是脚踏实地地走下这个山头，再努力登上那个山头，在那个更高的山峰上回头看看自己的脚印，你会发现奋斗的意义和自己的价值。

第二、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对别人的爱心和尊重。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，送人玫瑰，手有余香。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。我们还要懂得宽容和谦让，所谓“仁者无敌”，“退一步海阔天空”。伟人之所以伟大，就在于他们有宽广的胸怀。西方有句格言：怀着爱心吃菜，胜过怀着恨吃牛肉。

第三、要正确看待学习

学好本领是学生的天职，也是我们的安身立命之本，读书改变命运，改变自己的命运、家庭的命运和国家的命运。我们可以把学习的类型分成三个层次，第一层为被动苦学，即被家长、老师逼着学习，这类学生的学习过程非常痛苦，容易产生厌学情绪，效果可想而知;第二层为积极好学，这类学生勤奋努力，良好的成绩会给他带来自信和快乐，从而形成学习状态的良性循环;第三层为主动乐学，这类学生有自己的学习方法，灵活驾驭知识、高效快乐学习。同学们，我们应该摆脱第一层，迈过第二层，到达第三层，没有哪个学生不想学好，也没有学不好的学生!

第四、要正确面对挫折或失败

生命的本质在于追求快乐，可命运似乎总给人太多的失落、痛苦和挫折。泰戈尔说过：只有流过血的手指，才能弹出世间绝唱;只有经历过地狱般的磨练，才能炼出创造天堂的力量。挫折是一个人成长必经的过程。翩跹的蝴蝶都经过破蛹前的痛苦挣扎，每一块金牌都经过无数汗水和泪水的浸泡。困难和挫折可以驱走惰性，使人奋进。一次考试的成功与失败，只能反映你以前的学习情况，不能代表和决定你的将来。每个人都经历过挫折的痛苦，都感受过失败的沮丧，但谁也不能让时光倒流，如果你一味沉溺于过去失败的痛苦之中，那么你不仅错过了昨天的时光，你还会错过今天的机会。英国哲学家培根也说过：“超越自然的奇迹多是在对逆境的征服中出现的。”我们不要被暂时的失败所屈服，要重整旗鼓，轻装上阵，积极的投入到紧张的学习中去，那真正的成功就在不远处等着你!

老师们，同学们，国外有句格言：“我是我心灵的主宰。”健康的心理是成功的基石。我也希望全体老师都能更多地关注学生的心理健康，关心学生的人格成长。不到一个月，我们就要迎来期末考试了，高三的学生只剩下一百多天就要走上高考的考场了，在这里，我也衷心祝愿每位同学都能掌好自我情绪之舵，以积极的心理，迎着阳光，乘风破浪，奋力前进，创造奇迹!

谢谢大家!

4.22世界地球日国旗下演讲稿 篇13

亲爱的老师们、同学们：

早上好!

“3·15”是国际消费者权益日。所以我演讲的题目是“诚信·维权，我的责任”。

前几年中国大地上流行着这样一首歌，歌中写到：“雾里看花，水中望月，你能分辨这变幻莫测的世界。”词作者阎肃曾经披露说，那英唱的这首歌是送给“3·15”的，希望消费者能够借助一双慧眼，将这经济生活中的纷扰看得清清楚楚、明明白白、真真切切!而今天正是所有消费者扬眉吐气的日子!十几年来，“3·15”从一个国外漂泊来的普通纪念日，已经演变为中国消费大众维权的一个节日、一面旗帜。每年春天的这个时候，她都会再一次增强我们的信念和勇气，让诚信和理性的光芒照耀每一位经营者、消费者的心灵。

诚者无疆，信者无畏。《水浒传》里有个经常冒充黑旋风李逵打劫的李鬼，如今已经成了假冒伪劣的代名词。现实生活中，这样的“李鬼”确实不少：“板蓝根”能成“娃娃参”，“白醋”能成“青霉素”……著名相声演员王培元曾经讲过这样一个真实的故事：他的一位朋友买了一套沙发，令人哭笑不得的是，沙发买回家没多久，两个扶手竟然长出了草，扒开一看才明白，扶手是用两根大萝卜做的，长出的不是草而是萝卜缨子!李鬼们的粉墨登场一方面是经营者在利益的驱使下搅乱市场规则，不讲诚信造成的，另一方面却往往是我们消费者不懂法，不知该如何维护自身权益的一味纵容造成的。

《消费者权益保护法》的出台，我们明显的感觉到作为消费者维权意识的提高。但我们同样不得不承认，这依然是一次艰难的长途跋涉。抬起头，目标总是离我们越来越近，而脚下的路却依然泥泞。

4.22世界地球日国旗下演讲稿 篇14

同学们，大家早上好!

今天我讲话的题目是：增强法制观念，创建平安校园

时光飞逝,从今天开始,我们进入了20xx年的最后一个月，也是能否保证我们顺利度过20xx年的关键的一个月。12月4日是我国一年一度的法制宣传日。 常言道： 没有规矩不成方圆。 国无法不治，民无法不立。全校同学应一起学法，守法，用法，宣传法。

一.学法。我们每一个学生只有学习了法制知识，才能知道什么是合法，什么是违法，学会分辨是非，识别善恶，从小养成遵纪守法的良好习惯。

二.守法。21世纪的中国将是一个法制更加完备的社会，而我们每一个公民必须具备较高的法律素质。只有懂法守法，才能依法办事，远离犯罪边缘线。

三.用法。法制法规无处不在。它像是我们身旁的骑士，时刻保护着我们。我们应该合理的运用法律知识来保护我们应该享有的权利和义务。

四.宣传法。不仅我们学生需要用法制的知识武装头脑，还要用法制的意识武装中国。我们应该鼓励我们身边的人，让他们一起学习和掌握法制知识。唯有如此，才能使我国实现依法治国的法制目标。

作为21世纪的学生，学习、掌握必要的法制知识，是我们素质教育的重要组成部分。法制教育不仅影响着我们的学生时代，更影响着我们的终生。

国有国法，校有校规。学校里的法律既包括国家的各种法令法规，也包括学校的各项规章制度、纪律条令。有的同学对校纪校规视而不见，忽视学校对学生仪容仪表、待人接物、行为言语等方面的要求，不爱护公物、乱扔垃圾等等 这些违反学校规章制度的不文明行为严重破坏了我们美丽的校园的和谐氛围。这些同学并没有认识到事态的严重性：一个人的行为久而久之会成为一种习惯，一种习惯久而久之会形成一种性格，一种性格久而久之会成就一种命运。如若以善小而不为，以恶小而为之，积小恶成大恶，最终必然自食恶果。希望同学们在校内严格遵守校纪校规，在校外严格遵守法纪法规!

以史为鉴，可以知兴衰，以法为鉴，可以晓规则。 让我们从现在做起，从身边做起，做一个新世纪的学法、守法、守纪的合格的小学生，建设平安和谐的校园。

和谐校园的另一个重要内容是安全。在增强法制意识的同时，我们还要提高自己的安全防范意识，学会自我保护，特别提醒以下几点：

(1)注意食品安全，不吃卫生不合格的食品;(2)注意消防安全，要提高防火的安全意识;(3)注意交通安全。上下楼梯靠右行走，不要拥挤;教学楼内严禁喧闹、追逐;过马路时要严格遵守交通规则;

(4)注意运动安全。随着阳光体育活动的开展，我校冬季长跑即将拉开序幕，希望全体师生在运动中感受快乐与健康的同时，注意运动前做好准备活动，运动中量力而行，防止运动创伤。

最后祝全体老师和同学们安全、健康、快乐度过每一天! 谢谢大家!

我的国旗下讲话到此结束，谢谢大家!

4.22世界地球日国旗下演讲稿 篇15

各位老师，各位同学，大家好：

明天是3月15日，提起 315 ,相信大家都不陌生，每年的3月15日是消费者权益日。今年我们国家的315主题是 携手共治畅享消费 ，我今天演讲的题目是《理性消费与维权》。

保护消费者权益应该是全社会的共同责任，作为中学生，大家也要自觉保护自己的消费权益。首先，同学们应该学会理性消费。在购物时，要注意以下几个问题：

1、不要在地摊随意购买不符合卫生标准的食品，不要购买无厂名、厂址、保质期的商品;

2、购买食品时，应该尽量选择在正规的超市、食品店购买，在选购时一定要仔细查看食品的生产日期、保质期和储存条件等信息，保证选择的食品是新鲜的安全的;

3、现在一些超市会用赠品来吸引顾客，对于赠品，我们更应该仔细查看它的生产日期、产品保质期等信息;

4、在购买完后要记得索取购物发票、服务单据等各种消费凭证，并保留好这些消费凭证，这些凭证将是我们之后维护权益的重要保证;

现在，很多同学越来越喜欢在网上买东西，网购被骗的例子在我们周围也时有发生，在此，我提醒各位同学在网购时应注意的问题：

1、应采用具有安全功能的浏览器，并选择在正规的购物网站消费，面对网上各种各样的促销宣传广告时，要防范虚假网店，不要轻信超低价格商品。

2、网购后要注意保存相关商品的规格、型号和价格等信息页面以及商品交易页面，消费者与商家的聊天记录等电子证据。

3、收货时，务必验货后再签收，发现问题及时联系商家处理，若无法与商家达成一致，建议先申请退款，通过电商企业平台等合法途径实施维权投诉。

4、付款时要选择安全的付款方式。

理性消费是我们避免权益受到侵犯的第一层保证，如果我们买到了假冒伪劣产品，或是这些产品使我们的健康受到危害时，作为中学生，我们还应该学会理性维权。大家应该在家长或者老师的陪同下去找商家理论，用合适的态度去和商家沟通，若问题还不能解决，应该反映到当地的消费者权益保护部门，用法律的武器来维护我们应有的权益!

最后，我在此倡议同学们在消费时应谨慎仔细，理性消费;同时在维护自身的合法权益时应理性维权，增强自我保护能力。

谢谢大家，我的讲话完了。

4.22世界地球日国旗下演讲稿 篇16

学法，知可为而不可为;用法，行应为而勿妄为。法律已融入到我们生活的点点滴滴，是我们建设幸福安康生活的前提和保障。我阅读了这本《普法教育度读本》从中受益匪浅。

打开这本图文并茂的书籍，我一下子就被这生动形象的插图，贴近生活的事例和细致深入的讲解吸引住了。细读之后，我才发现这本读物的意义不仅只在如此。

我们青少年是祖国的未来，民族的希望，我们理应健康的成长，去迎接美好的明天。但是，由于缺乏法律知识和法律观念谈薄等原因，青少年违法犯罪的现象时有发生，一朵朵美丽的青春之花就在黯淡无光中萎然凋谢，为了最大限度地让青少年保护自身健康成长，让人文花朵更加美丽的盛开，我们青少年就要认真学习法律知识，加强法制观念。这本普法教育读本就是一本蕴含了丰富法律知识的书籍，它把我们领入了法律的殿堂，它告诉我们，在人的一生中，总会有相互对立的力量在起作用，正与邪、善与恶、真与假、美与丑，人性的光辉与丑恶交织在一起，影响着每一个人。它教会我们去共同唱响一曲遵纪乐曲，传达一脉思法情，做一个法律忠实的守护者和扞卫者。

青少年的生活充满了七色阳光，然而即便是在阳光普照的时候，也难免出现短暂的阴云。成长中的少年，难免还有一些挥之不去的烦恼。而法律，维护了我们的权利，让我们具有了独立的人格。生存权，发展权，受保护权，参与权。这些看似严明，生硬的法律，其实无不贴近我们的生活，无不充满了那暖暖的法律之爱。

康德说过：有两样东西，愈是经常和持久地思考它们，对它们日久弥新和不断增长之魅力以及崇敬之情就愈加充实着心灵：我头顶上的灿烂的.星空，和内心崇高的道德法律。一本读本，一些案例，但足以溅起我心灵的涟漪，让我陷入深深的思考中。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！