# 12月国旗下讲话演讲稿【10篇】

来源：网络 作者：独坐青楼 更新时间：2024-06-24

*演讲是练习普通话的好机会，特别要注意字正腔圆，断句、断词要准确，还要注意整篇讲来有抑有扬，要有快有慢，有张有弛。本篇文章是为您整理的12月国旗下讲话演讲稿【10篇】，供大家阅读与鉴赏！12月国旗下讲话演讲稿1　　尊敬的老师们，亲爱的同学们：...*

演讲是练习普通话的好机会，特别要注意字正腔圆，断句、断词要准确，还要注意整篇讲来有抑有扬，要有快有慢，有张有弛。本篇文章是为您整理的12月国旗下讲话演讲稿【10篇】，供大家阅读与鉴赏！

**12月国旗下讲话演讲稿1**

　　尊敬的老师们，亲爱的同学们：大家早上好！

　　我今天国旗下讲话的题目是《说文明话，做文明人》。

　　校园里，我们经常会发现有些同学见到地上有纸屑，就弯下腰，随手捡起来，用自己的双手去保护校园环境的优美，他们用行动证明了自己是学校的主人。我要对这些同学说：“你们是可爱的，是好样的！”

　　但是，我们也发现校园里还存在一些不文明的言行：下课后的走廊里，总有同学在你追我赶，还不时传出一些不文明的语言；上下楼梯时拥挤而没有次序；上放学路队还不够整齐，甚至还只有个别学生大声喧哗；走廊上偶尔还有些零星的纸屑……

　　同学们，我们作为学校的小主人，要担当起时代赋予我们的责任，说文明话，做文明事。

　　“校园文明行，人人争四好”。同学们，从今天开始，让我们携起手来，学会文明用语，做文明之事，共同创建一个文明的校园。

　　最后，祝愿我们每一位同学都能健康、快乐地度过每一天。

　　谢谢大家！

**12月国旗下讲话演讲稿2**

　　尊敬的老师，亲爱的同学们：

　　早上好！

　　今天我国旗下讲话的题目是《低碳节能，从我做起》。

　　当你从电视里看到祖国的北疆面临严重的冰冻雪灾时，当你听到我国西南部分地区遭遇百年不遇的大旱时，当你抬头发现天空不再那么湛蓝时，当你抱怨天气为何如此炎热时，有没有意识到：这一切都是我们人类一手造成的？多年来，随着工业化进程的深入，大量温室气体，主要是二氧化碳的排出，导致全球气温升高、气候变幻无常、生存环境日益恶化，严重威胁着人类的健康与生命。

　　“低碳”指的是生活中所耗用的能量要尽力减少，减低碳，特别是二氧化碳的排放量，从而减少对大气的污染，减缓生态恶化。可是，在我们周围，不注意节能减排的生活方式却是比比皆是：大量使用一次性餐具或塑料袋，随处乱扔垃圾，不随手关闭电器的电源，夏天将空调的温度调得很低，即使很近的路途也要开私家车出行……这些行为看似平常，却无时无刻不影响着我们的生存环境。地球只有一个，为了保护我们赖以生存的家园，减少二氧化碳排放，选择“低碳生活”是我们每个人应尽的责任。

　　“低碳生活”的核心内容是低污染、低消耗、低排放和多节约。具体而言有十个准则，即：拒绝塑料袋、巧用废旧品、远离一次性、提倡水循环、出行少开车、用电节约化、办公无纸化、购物需谨慎、植物常点缀、争做志愿者。希望我们每个同学都能树立健康生活、绿色生活理念，学习节能减排知识，选择低碳生活方式，努力使自己成为“低碳一族”。

　　谢谢。

**12月国旗下讲话演讲稿3**

　　老师们、同学们：

　　早上好！

　　校园是我们共同生活的地方，所以养成良好的卫生习惯，共创美好校园环境是我们每个同学的责任。

　　什么叫习惯呢？所谓的“习惯”是指长期重复地做并逐渐养成的不自觉活动。习惯的力量很大。培养良好的卫生习惯首先应从我做起，我们应该时时刻刻提醒自己，不要随地吐痰，不要随地乱扔废物………那些看似无关紧要的“小恶”可能造成的后果就是使我们的校园变得丑陋、肮脏。我们还要制止其他同学不讲卫生的行为，看到地上有果皮纸屑主动捡起。这些似乎让人不屑一顾的“小善”可以互相促进良好卫生习惯的养成，让我们的校园更加干净整洁。其次是：我们每位同学都应该自觉地保护教室及其所在班的周围的环境卫生。通过上一周的督促检查。我们发现各班级环境卫生都做得比较好，但要坚持养成这一良好的习惯。每天走进班级里，你都会看到桌窗明净，桌凳摆放整齐，地面无纸屑。我想在这样干净整洁的环境里，就会心情舒畅，身心健康。

　　让我们在飘扬的红旗下作出我们庄严的：从现在开始，养成良好的卫生习惯，共创美好校园环境。

　　谢谢。

**12月国旗下讲话演讲稿4**

　　老师们，同学们：

　　早上好！

　　蓝天下，迎着初生的晨曦，我们举行这庄严而又隆重的升国旗仪式，这标志着我们于迎来了新的一周。

　　同学们，时间过得飞快，转眼又快期末了，多数班级的教学任务已经完成，开始进入期末复习。期末考试是对全校师生一期以来工作和学习的一次检阅，全校师生都务必以认真、严肃、负责的态度对待这次期末考试。为了帮忙同学们复习，我提以下建议：

　　①、有效的复习，才能到达事半功倍的效果。孔子说过学而时习之，不亦说乎，考前的总结性复习、系统性复习更是一种有效的“温故”，透过复习，对学过的知识能够掌握得更牢固，对未学的知识有时甚至也能无师自通，体验到豁然开朗的美妙感觉。因此每位同学要记住，有老师指导的每一节复习课都是重要的，这些课都是老师精心准备好，安排好的，复习课上看似都在重复平时学过的资料，其实，已是一种浓缩，一种总结，一种归纳，更是一种提高。

　　②同时合理安排复习时间，科学制定复习计划也很重要。复习计划是复习工作的前提条件，是使复习工作有秩序地进行并实现计划目标的重要保证。师生都要在复习前安排一个切实可行的复习计划，以便抓紧时间，努力提高复习质量。

　　最后，祝全体老师工作顺利，祝同学们学习进步。

　　谢谢。

**12月国旗下讲话演讲稿5**

　　各位老师、同学们：

　　大家早上好！我国旗下讲话的题目是《阳光体育，强身健体》。

　　同学们，此刻已经进入冬季，冬天但是个锻炼身体的好时候。实践证明，冬季到户外参加体育活动，身体受到寒冷的刺激，能够使心脏跳动加快，呼吸加深，体内新陈代谢加强，身体产生的热量增加。同时，由于大脑兴奋性增强，有利准确地调节体温。这样，人的抗寒能力就可明显增强。

　　我们小学生冬季在室外进行锻炼，身体经常受到寒冷的刺激，能够增强人体对感冒、气管炎等冬季常见疾病的抵抗力；冬季在室外理解阳光的照射，阳光中的紫外线可促进人体的造血机能。冬季常到室外锻炼，体温调节能力就会加强，御寒能力也随之提高。小学生正处在生长发育的关键时期，促进身体正常的生长发育，能够更好地提高学习效率，发展个性，锻炼意志。

　　同学们，拥有了强健的体魄才能保证我们的学习生活正常进行，所以让我们坚持冬季长跑，加入冬季三项练习的队伍，用健康的体魄迎接更激烈的挑战与困难，为你的健康一齐锻炼，加油吧少年。

　　谢谢。

**12月国旗下讲话演讲稿6**

　　尊敬的老师、亲爱的同学：

　　大家上午好！我国旗下讲话的主题是《学会管理自己的情绪》。

　　什么是情绪？情绪是一种体验，是人对外界事物是否满足了自己的需求的一种体验。所以，最基本的情绪有四种，它们是喜怒哀惧。

　　乐观的人总是让我们羡慕，并且实际上他们也会走得更远更开心。他们总是受上天眷顾不会遭遇烦心事吗？不，他们不是没有负面情绪，而是不会被情绪左右。那么如何管理好自己的情绪呢？为什么说是“管理”呢，是为了避免走入“压抑”的误区：有不少人对于生气、愤怒、难过等所谓的“负面”情绪，习惯以“意志力”硬压抑下去，以为它会慢慢自然消失。其实绝非如此，情绪的能量不去处理，它就会累积、转化，并常常在你意想不到的状态下爆发出来。因此情绪管理并不是一味地压抑，而更需要疏导与化解。

　　总之，我们是情绪的主人，只要我们愿意去面对原本就属于我们自己的各种情绪，就有能力去管理它们，而不是被情绪所控制。愿各位同学都能够成为管理情绪的小达人。

　　我的国旗下讲话到此结束，谢谢大家！

**12月国旗下讲话演讲稿7**

　　尊敬的老师们、亲爱的同学们：

　　大家早上好！

　　我国旗下演讲的题目是：预防冬季传染病，注意防寒保暖。

　　转眼又到了年末，冬天到了，天气渐渐冷了。随着气温的降低，呼吸道疾病的病原体，如细菌、病毒等更容易存活，而我们的呼吸道黏膜受到冷空气的刺激，抵抗病原体的能力下降，这两方面的共同作用导致了冬天呼吸道传染病的多发。冬天常见的呼吸道传染病包括了大家都比较熟悉的流行性感冒、流行性腮腺炎、水痘、麻疹等等。我们要注意这些学校中常见的传染病的预防。

　　那么该如何预防呼吸道传染病呢？我们应做到以下几个方面。

　　1、讲究卫生。要养成良好的卫生习惯，如经常洗手，不随意吐痰；家里和教室应经常通风换气，保持空气新鲜和室内干燥。2、加强锻炼，增强免疫力。应积极参加体育锻炼，每一天散步、慢跑、做操等，使身体气血畅通，筋骨舒展，增强体质。3、注意居室通风，减少和抑制病菌病毒繁殖。4、注意防寒保暖。冬季比较寒冷，人极易受寒伤肺，降低人体呼吸道免疫力，使得病原体极易侵入，引发呼吸系统疾患。因此要注意及时添加衣服保暖。

　　同学们，让我们携起手来为了我们能拥有一个健康的体魄，能够快乐、舒心的学习、生活一齐努力。在此我衷心祝福大家过一个健康愉快的冬季。我的演讲完毕，谢谢大家！

**12月国旗下讲话演讲稿8**

　　尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

　　大家上午好！

　　今天我在国旗下讲话的主题是《安全在我心》。

　　生命诚可贵。中外古今，多少诗人，作家用优美的文笔唱出了对生命的歌颂。人们歌颂生命，因为生命是宝贵的，人们热爱生命，因为生命是美好的。

　　然而，生命又是脆弱的。当生命遭到灾难或伤害时，它就会转眼消逝，一个个生命消逝了，那些鲜血写成的教训，使我们感悟到了生命的可贵，感悟到了安全的重要。

　　同学们，让我们一起来创建我们的平安校园吧！让我们记住学校提醒我们注意的四大安全问题：校园安全、交通安全、外出安全、家庭安全。让我们关注生命，注意安全，茁壮成长。让安全伴你在校园，你把安全带回家。让我们在国旗下共同祝愿，祝愿我们每天平平安安到校，高高兴兴回家，祝愿我们的生活处处开满安全之花！

　　我的国旗下讲话到此结束，谢谢大家。

**12月国旗下讲话演讲稿9**

　　同学们：

　　大家早上好！

　　今天，老师国旗下讲话的题目是什么？——就是我身后这飘扬的国旗。

　　自从踏进小学的校门，我们每个周一都要集合在国旗下，举行庄严而又隆重的升国旗仪式。望着冉冉升起的国旗，唱着铿锵有力的国歌，我们为这庄严的时刻而激动，为肃然于国旗前而自豪。国旗是一个国家的标志，象征着团结，象征着胜利。

　　面对这神圣的国旗，我们崇敬它、仰慕它，更要爱护它。那应该怎样做呢？首先，应该要认真参加每周的升旗仪式，注意做到以下几点：

　　1升旗前，走到升旗台的位置时，要抬头挺胸，队伍要左右对齐，前后对正。

　　2衣服要穿整齐，每个扣子要扣好，是拉链的拉链要拉好。头发要梳清楚，男生头发长了要理好。少先队员要按要求规范佩戴好红领巾。

　　3升旗时，要立正站立，不要讲话。国歌声奏响时如果你正在走动，请马上停步，并在原地站立，面向国旗敬礼（少先队员行队礼，非少先队员行注目礼）。

　　4唱国歌时要严肃，声音要洪亮，表情要专注，不能讲话。

　　5认真倾听国旗下讲话，不做小动作或说悄悄话。听完发言要主动鼓掌，表示对发言人的尊重和感谢。

　　同学们，国旗是一个国家的标志，我们爱国旗就是爱自己的国家。所以，同学们，让我们在日常的校园生活中，规范自己的言行，学会尊重国旗；在升国旗、奏国歌的庄严时刻，让我们面向国旗，肃立敬礼吧！

　　谢谢！

**12月国旗下讲话演讲稿10**

　　各位老师、同学们：

　　大家早上好！

　　今天，我的国旗下讲话主题是《大声读书》。

　　前段时间，学校提倡早读和晚读读书要大声读书，读出读书的氛围、读出读书的精气神。有班主任抱怨说，道理讲了，要求也提了，但有些同学只会小声读书。

　　这些同学真的不会放开声音读书吗？答案绝对是否定的，更多的原因是他们许多年来习惯了一种读书的方式，不想也不愿意做出一些小小的改变。年纪不大，思想倒是很僵化了。

　　这使我想起了成功学说中很推崇的一句话：如果你想要成功，你就必须要改变！如果你不改变，你就只能像你以前那样，平平庸庸，碌碌无为。

　　美国成功演说家洛恩说过这么一句话：成功不是追求得来的，而是被改变后的自己主动吸引而来的。这句话提醒我们：如果你没有获得进步，那是你没有做出相应的改变。

　　改变也许会有些痛，但她是一种美丽的痛，因为改变自己是一切美好生活的新开始。让我们从身边细微之处开始，慢慢的改变自己，不久的将来你也许就是一个全新的自己。

　　谢谢大家！

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！