# 中学世界卫生日国旗下讲话稿

来源：网络 作者：心上人间 更新时间：2024-05-13

*中学世界卫生日国旗下讲话稿【精选5篇】统一的教师集体的目的是：使自己本身的成就辉煌灿烂起来，同时，使整个集体的成就也辉煌灿烂起来。下面给大家分享中学世界卫生日国旗下讲话稿，欢迎阅读！中学世界卫生日国旗下讲话稿精选篇1尊敬的老师，亲爱的同学们...*

中学世界卫生日国旗下讲话稿【精选5篇】

统一的教师集体的目的是：使自己本身的成就辉煌灿烂起来，同时，使整个集体的成就也辉煌灿烂起来。下面给大家分享中学世界卫生日国旗下讲话稿，欢迎阅读！

**中学世界卫生日国旗下讲话稿精选篇1**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好!今天，国旗下讲话的主题是《爱自己，从爱护眼睛开始!》。

我们都知道眼睛是心灵的窗户，爱自己，就一定要爱护好眼睛。特别是我们小学生处于人生学习的黄金期，天天学习离不开眼睛。据有关资料显示，我国有五百万盲人，七百万双眼低视力者，单眼低视力者高达四千万人。同学们你们知道吗?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。形形色色的眼病不仅严重危害了人们的身心健康，也阻碍了人们生活质量的提高。

一个正常人如果离开了眼睛简直无法想象怎样生活?看看我们周围，真正明亮的眼睛又有多少呢?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。 同学们在日常生活和学习中一定要自觉的注意科学用眼。

让我们从现在做起，每天看书写字坚持三个一：眼离书本一尺远，手离笔尖一寸远，胸离桌子一拳远。乘车、坐船、走路不看书，躺着不看书，光线不强不看书。

眼睛是人类感官中最重要的器官，大脑中大约有一半的记忆和知识都来自于眼睛。我们有什么理由不保护眼睛呢?为了呵护我们心灵的窗户，为了我们五彩的明天，为了眼睛试去尘埃，让视野更开阔，让世界更明亮!同学们，让我们一起努力爱眼护眼，拥有一双明亮的眼睛吧。

**中学世界卫生日国旗下讲话稿精选篇2**

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，请先倒干净再扔。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。

只要我们注意卫生，一切疾病都是纸老虎，大家都可以过一个平安快乐的春天!

**中学世界卫生日国旗下讲话稿精选篇3**

老师们、同学们：

早上好！

今天我演讲的题目是“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，是世界卫生日了。世界卫生组织将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，并成为家庭和社会的财富。

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，那么我们就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。

**中学世界卫生日国旗下讲话稿精选篇4**

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，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，有的同学在墙上乱涂乱画，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。

三、不践蹋草坪，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。

四、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！

**中学世界卫生日国旗下讲话稿精选篇5**

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，是方便了自己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。

最近又有报道，有新病毒出现。其实，大家不必恐慌，只要我们注意卫生，一切疾病都是纸老虎，大家都可以过一个平安快乐的春天！

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！