

规范书写国旗下讲话（30 篇）

规范书写国旗下讲话（精选 30 篇）

规范书写国旗下讲话 篇 1

老师们，同学们

大家好！

新的一周又开始了，本周是九月份的第三周，也是第__届推广普通话宣传周，简称推普周。本届推普周的主题是：大力推广和规范使用国家通用语言文字。

同学们，爱祖国，爱讲普通话，这应该是我们每一个炎黄子孙共同的心愿。五千年文化的沉淀，五千年华语的传承，泱泱大国，龙的子孙，每一个中国人的脸上，正扬着华夏文明的灿烂。随着祖国的日益昌盛，做中国人，讲普通话，这是每一个挺起脊梁的中国人的神圣宣言。学好普通话，讲好普通话，这是我们每一个中国人责无旁贷的职责。随着祖国的强大，甚至连许多外国人也纷纷跨入了学汉语的行列。作为一名中国人更应该为此感到骄傲：普通话作为汉语成了友谊的桥梁，沟通的纽带。我们金口岭小学是市级语言文字规范化示范校，因此，我们金口岭小学的每一位同学都应该说好普通话，写好规范的汉字，做新时代的推普员。

在今年的推普周里，结合学校实际，我校创造性地开展“六个一”活动：即组织开展一次国旗下推普讲话，一次主题班(队)会，一次“我与普通话”征文、演讲、朗诵或课本剧表演，一次“规范汉字”书写比赛、手抄报比赛和作品展示等活动，一次“我是小小推普员”普通话宣传与咨询活动，一次面向社区的“啄木鸟行动”。

老师们、同学们，“推普周”是短暂的，但“推普”的任务是延续的。让我们齐心协力说好普通话，写好规范字，做好文明人。

规范书写国旗下讲话 篇2

亲爱的老师、同学们：

大家早上好！

今天我国旗下讲话的主题是《讲普通话，写规范字，做文明人》。

我们的祖国是一个多民族、多语言、多文种的国家，有56个民族、70多种语言、50多种文字。不同民族、地区间的交流需要用到全国通用的语言文字，对外进行国际间的交流也需要用到代表着我们整个中华民族的共同的语言文字，这就是普通话和规范汉字。

说好普通话、用好规范字，从大处讲，是我们祖国屹立于世界民族之林的需要；从小处说，它是我们不同地域，不同文化背景中人与人沟通交流的需要。我们中国的文字从甲骨文到楷书经历了上下三千年的历史，漫漫长河，倾注了多少人的努力，才有了今天这个珍贵的历史遗产。一个个方块字交织在一起才有了今天的汉语言，这是何等的骄傲啊！现今，普通话和我们的祖国一样，在国际上的地位也越来越重要，已经成为了联合国六种工作语言之一，成为了世界人民争相学习的热门语言。

作为使用祖国语言文字的我们，每天都在抑扬顿挫的语音中享受汉字的魅力，每天都在横平竖直的书写中得到艺术的浸染。规范地使用普通话，写好汉字不仅可以提高同学之间、师生之间的交流效果、提高大家的文明意识、美化校园育人环境，更可以维护祖国语言文字的纯洁，培养同学们的爱国之情。因此，说好普通话，写好规范字，是我们每一位少先队员的责任，为此我想我们应该做到以下几点：

- 1、以说普通话，写规范字为荣。

- 2、坚持使用普通话与老师同学交流，并能达到准确流利，养成说普通话的习惯。

- 3、日常生活中时刻注意自己的口语发音，并且能与伙伴们互帮互助，相互督促，积极地纠正普通话的发音，使写规范字、说普通话成为一种自觉的行为。

- 4、学习各种语言文字规范，确保我们的作业、试卷、班级板报

等注音、用字和标点符号规范无误。各个班级创办的板报、墙报、学习园地必须使用规范汉字，不写错字、别字、繁体字，发现错别字及时改正。

5、以校园为基点，在自己讲好普通话，写好规范字的同时，小手牵大手，走出校园、走出社区，积极参与社区各种语言文字活动。

亲爱的老师们，同学们，让我们共同努力，说好普通话，写好规范字，在校园中营造一片浓浓的文化氛围，为“构建和谐语言生活，弘扬中华优秀传统文化”而努力吧！

规范书写国旗下讲话 篇3

尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

大家好！这次我讲话的题目是《小学生要规范写字》

俗话说：书如其人。自古以来人们就重视书写习惯的培养。郭沫若老先生认为：中小學生总要把字写得合乎规格，比较端正、干净，容易认。这样养成习惯有好处，能够使人细心、容易集中意志，善于体贴人。

小学生要想写好字，必须要有正确的写字姿势和执笔方法。

一、写字姿势

书写的姿势对于练习写字非常重要。正确的写字姿势不仅能保证书写自如，减轻疲劳，提高书写水平，而且还能促进少年儿童身体的正常发育，预防近视、斜视、脊椎弯曲等多种疾病的发生。因此，必须引起重视。

正确的写字姿势是：上身坐正，两肩齐平；头正，稍向前倾；背直，胸挺起，胸口离桌沿一拳左右；两脚平放在地上与肩同宽；左右两臂平放在桌面上，左手按纸，右手执笔。眼睛与纸面的距离应保持在一尺左右。

二、执笔方法

执笔方法正确与否，关系到笔的控制能力，运笔的灵活性，书

写的速度，直接影响书写的效果。良好的执笔方法必须从小培养，
否则，一旦形成习惯，纠正起来很难。

正确的执笔方法，应采用三指执笔法。具体要求是：右手执笔，大拇指、食指、中指分别从三个方向捏住离笔尖 3 厘米左右的笔杆下端。食指稍前，大拇指稍后，中指在内侧抵住笔杆，无名指和小指依次自然地放在中指的下方并向手心弯曲。笔杆上端斜靠在食指的最高骨处，笔杆和纸面呈 60 度左右。执笔要做到“指实掌虚”，就是手指握笔要实，掌心要空，这样书写起来才能灵活运笔。

同学们，让我们正确执笔，规范书写，写好每一方块字！

规范书写国旗下讲话 篇 4

敬爱的老师、亲爱的同学们：

我今天讲话的题目是《我是中国人，我爱中国话，我说普通话，我写规范字，我做文明人》

是什么？让你与我之间，架起沟通的桥梁；是什么？令你我如此与众不同！是什么将我们紧紧地联系在一起。是中国话，是历经千年的淘洗，经过时间的冶炼，最终形成的是普通话。

当各种语言汇集在一起，你虽不懂那繁杂的外语。但众里寻她，你也能在一眼看出她的独一无二，她的一枝独秀，也能在第一时间听出她的与众不同、她的鹤立鸡群。揭开她的神秘面纱，缓缓的将她念诵，又会是一种怎样的心动和喜悦啊，试问世间，在哪儿能找到，如此动人的旋律，如此令人心旷神怡的妙音！我骄傲我是中国人，我会说普通话

而我们天天在与这些语言、文字打交道时，也可能会因为我们的普通话不标准或写不规范字而引起误会，在此我向大家讲一个关于普通话的笑话：村长在村民开会前说：兔子们，虾米们，咸菜太贵了，不要酱瓜，要猪赢蹄！乍一听，我们不知道他说的是什么，但村长想要说的是：“同志们，乡民们，现在开会了，不要讲话，要注意听！”所以说普通话，写规范字，做文明人是“促进顺畅交流，构建和谐社会”的重要前提，是我们继承和弘扬中华民族优秀传统文化、增强民族凝聚力的一件大事。作为祖国接班人，我们应当做“说普通话、用规范字”的先行者。为了使语言文字规范化，营造文明、和谐的校园环境，我向全体师生提出如下的建议：

1、学生上课回答问题、与老师、同学交流时，要使用普通话，形成良好的语言交际环境，逐渐养成说普通话的习惯。学生作业必须使用规范汉字，各科教师要对不规范的语言、文字行为及时予以指正。

2、充分利用早读诵读经典，提升文化修养，提高普通话朗读水平。

3、日常生活中时刻注意口语发音，同学之间互帮互助，相互督促，积极地纠正普通话发音，使写规范字、说普通话成为一种自觉行为。

4、从身边的小事做起，不说脏话，在各种场合使用普通话和文明语塑造良好的个人形象，为建立文明校园献出我们的微薄之力。

5、在校外要对不规范的语言、文字行为及时予以纠正，为创建

“文明洛南”作贡献。

亲爱的老师们，同学们，我说中国话；我写方块字；我学中国史；我食中国菜；我听《东方红》……我是中国人，我有中国梦。让我们共同努力，使用规范字，从你我做起，说好普通话，方便你我他；说文明话，做文明人；养成良好的文明习惯吧！

规范书写国旗下讲话 篇5

尊敬的老师，亲爱的同学们：

早上好！今天，我在国旗下讲话的题目是《努力的你最美丽》。同学们，你喜欢自己吗？你对自己满意吗？你很羡慕某些人，甚至愿意自己也成为他吗？如果你对自己有疑惑，那么我来告诉你：就像每一片叶子都有它独特的形状，每一朵花儿都有它独特的香味，我们每一个人都是世上独一无二的个体，在这个世界上，没有两个人是完全一样的。我们每一个人的存在，都有自己的价值与意义，别人可以比我好，也可以比我差，但没有人可以取代我。

美国少年天使肯尼，一出生就因为身体畸形截掉双腿，后来又发现切口的根部被癌细胞侵入，只好把腰部以下的身体全部切除。但是，肯尼并没有向病魔低头，他在家人的帮助下向自己的生命挑战，拼命练习生存技能，使得自己日渐独立，能跟常人一样上学，甚至还学会了溜滑板、溜冰。肯尼的生命是美丽的、动人的。

世上每一件东西，每一个人都有自身存在的价值，我们既不要因为自己的长处而骄傲自大，也不要因为自己在某些方面逊色于人而太过自卑，只要恰到好处地利用自己本身的特点，就能充分发挥自己的作用，做一个有用的人。

中国台湾著名作家琼瑶，小时候除了语文外，其他学科成绩并不好。有一次，数学考试她只考了 20 分，学校发给她一张通知单，要她拿回去给父母盖章。她鼓足勇气拿着通知书交给母亲。母亲却将她好好责骂了一顿。她消沉了好长时间，后来她分析了自己的长处与短处，下决心取长补短，专心写作。最终她开始发挥自己写作方面的长处，取得了令人羡慕的成就。

所以我们要多鼓励自己：成绩单不漂亮没关系，只要我努力了，就是一名好学生！基础不好没关系，只要我每天都有进步了，就是一种成功！如果自己尽力了，向着正确的方向努力了，那么天生我才必有用 我的生活是充满阳光的，努力的我最美丽！我的讲话完了，谢谢大家！

规范书写国旗下讲话 篇 6

老师们，同学们：大家好！

这个星期的星期四是 3 月 22 日，是一个非常重要的日子，那就是世界水日，所以今天我讲话的主题为《珍爱生命之水》。

水是生命之源。你们看过这样一则广告吗？电视画面上有一只水龙头，正艰难地往外滴着水，滴水的速度越来越慢，最后出现的是一双眼睛，从眼泪中流出了一滴泪水：如果人类不珍惜水，那么我们看到的最后一滴水将是我们自己的眼泪。3 月 22 日是世界水日，我们都知道，水是生命之源，因为我们每天要喝水，粮食的生长离不开水，工业生产离不开水。

有人会说，水——取之不尽，用之不竭，我们把水龙头一拧，自来水就哗哗地流出来了。可你知道吗？我国人均淡水量仅为世界人均水平的四分之一，是全球 13 个人均水资源最贫乏的国家之一。全国 600 多个城市中，有近 400 个城市缺水，110 多座城市严重缺水。更加可怕的是，很多工业废水都排到了江河湖海中，清澈见底的河流被废水污染得臭不可闻。

3 月 22 日，世界水日。每年这一天，世界各国都会宣传：大家要爱惜水资源，保护生命之水。其实，不光这一天，在我们生命中的每一天，都应该珍惜每一滴水。作为小学生，在日常生活中，我们可以为节约水做些什么事呢？洗完手要及时关好水龙头；见到水龙头滴水时应该上前把它拧紧；洗手、洗碗时可以把水开小一点；告诉妈妈洗菜的水可以用来浇花、拖地我们可以做的事有很多很多，只要你有心，我们都能成为节约水资源的小标兵。

同学们，让我们树立节约水光荣、浪费水可耻的思想，养成节约每一滴水，从我做起，从现在做起的良好习惯，不但自己节约用水，还要监督我们的爸爸、妈妈、爷爷、奶奶也来节约用水，用我们的实际行动来珍爱生命之水。

规范书写国旗下讲话 篇 7

老师们，同学们：

大家好！

今天我讲话的题目是：《预防艾滋病，人人有责》

大家好!12月1日是一个特殊的纪念日——世界艾滋病日。艾滋病是目前危害人类最严重的疾病，自1981年世界发现首例艾滋病感染者后，短短20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。

艾滋病的全称是获得性免疫缺陷综合症，是一种由逆转录病毒引起的人体免疫防御系统方面的疫病。人体处于正常状态时，体内免疫系统对起着防御作用，抵抗各种病原体的袭击。但是一旦受艾滋病病毒感染之后，人体的这种良好防御功能减退，病原体及微生物就会乘机经过血液及破损伤口长驱直入，危害身体健康。

艾滋病是一种可怕的病，一旦感染，我们目前的医疗水平是无药可救的，但是只要我们洁身自好，科学预防，是完全可以避免患上艾滋病的，作为学生我们应该做到以下几点，不与他人共用牙刷、不扎耳洞，不和别人共用针头和注射器，不到没消毒不规范无营业执照的医疗机构和诊所拔牙治牙。同时我们也要知道一般性的接触，比如握手，共同进餐，共用学习用品，共用电话，打喷嚏、咳嗽，蚊虫叮咬，游泳等不会感染艾滋病。

同时我们也要知道，虽然艾滋病是我们的敌人，但艾滋病感染者和病人依然是我们的朋友。我们要关怀、理解艾滋病人，用我们的爱心去融化那些孤独冰冷的心灵，激励他们战胜病魔，笑对人生，让我们献出一份真心，装点一个相互理解、尊重、支持和关爱的美丽新世界。

我的讲话到此结束。谢谢!

规范书写国旗下讲话 篇8

亲爱的同学们、敬爱的老师们：大家上午好！

今天我国旗下讲话的主题是践行核心价值观 做一个有道德的人。

同学们，你们还记得社会主义核心价值观有哪 24 个字的内涵吗？

今天，胡老师又要带大家一起重温社会主义核心价值观 24 个字的内容，你们准备好了接受挑战了吗？从国家层面讲，是富强、民主、文明、和谐；从社会层面讲，是自由、平等、公正、法治；而从我们每一个公民个人层面讲，是要求我们做到爱国、敬业、诚信、友善。

富强、民主、文明、和谐、自由、平等、公正、法治、爱国、敬业、诚信、友善，同学们都没有忘记。

20__年，我们学校按照太仓市德育主题活动要求，认真开展了践行核心价值观 做一个有道德的人年度主题教育活动。我们根据学校实际情况，把社会主义核心价值观教育，爱学习、爱劳动、爱祖国三爱教育和中国梦教育实践活动进行了有效的结合，进一步弘扬了中华民族优秀传统文化美德和道德，让我们每一位同学在思想道德方面能有所进步。

大家还记得 20__年我们太仓申报了全国文明城市吗?当时我们太仓接受了省文明办测评和中央文明办的抽查。我们太仓成功跻身全国县级文明城市提名城市的称号，获评省文明城市。可以说，我们太仓离全国文明城市只有一步之遥了。太仓文明城市的创建工作已经到了关键的时刻。今年 10 月中旬开始，太仓这座优美的城市又将迎来创建全国文明城市的上级检查。文明城市是一个城市最高的综合性荣誉称号，届时，苏州、江苏省、中央文明办的领导又将莅临太仓，进行检查。太仓，是我们生活的大家庭，我们作为太仓的一份子，作为太仓人，我们每一个人都是文明城市创建的积极参与者和践行者。我们每一个人都应该为塑造太仓的城市形象出力，为促进太仓的进步与发展添彩，为太仓文明城市的建设作出我们自己应有的贡献。

作为我们小学生，我们可以为我们的家乡，为太仓做些什么呢?

我们首先要积极践行爱国、敬业、诚信、友善的社会主义核心价值观取向，并落实到我们每天的学习生活中。爱我们的班级，爱我们的学校、爱我们的家乡，认真完成自己的学习任务，诚实做人，踏实做事，尊敬师长，团结同学。

其次，我们还要养成文明礼仪的良好习惯，牢记八礼四仪的内容，行仪表之礼、餐饮之礼、言谈之礼、待人之礼、行走之礼、观赏之礼、游览之礼和仪式之礼。牢记 7 岁入学仪式，10 岁成长仪式，14 岁青春仪式，18 岁成人仪式。

在我们的学校的校门口有社会主义核心价值观的标语，在中操

场小花园有八礼四仪的文化走廊。核心价值观的 24 个字和八礼四仪的内容我们全校师生都要熟记、背诵记于心间。

同学们，文明的班级需要你，文明的校园需要你，文明的家庭需要你，文明的城市需要你让我们从现在做起，从身边的小事做起，牢记并践行社会主义核心价值观和八礼四仪的基本内容和要求。将核心价值 and 八礼四仪融入到生活、学习的方方面面，为我们家乡，为太仓创建全国文明城市，做出自己应有的贡献。我的国旗下讲话到此结束，谢谢大家！

规范书写国旗下讲话 篇9

早上好!今天国旗下讲话的主题是：成功之路在脚下。

鲁迅先生曾经有句名言：“什么是路?就是从没路的地方践踏出来的，从只有荆棘的地方开辟出来的。”短短几句话，却给我们道出了一个“放之四海而皆准”的哲理，这就是：任何道路都不会天赐神授，只有靠我们自己去开拓。

从无知到有知，从起点到终点，从失败到成功，它们之间都有一条“路”贯穿着。但这条路却不是轻而易举就能走通的，羡慕、梦想都是徒劳的。路，在自己脚下。

三国时期的东吴，有一名大将叫吕蒙。他虽然英勇善战，但常常被人瞧不起，因为他没有多少学问，他自己也感到很自卑。有一天，孙权派他去驻守重镇，临行前特地嘱咐他，一定要抽时间多读书。可是吕蒙却推说自己带兵打仗很忙，没有时间读书。孙权说：“我管理国家大事，比你忙得多，仍然能抽出时间读书，自己感觉收获很大。汉光武帝带兵打仗时，不管环境多么紧张艰苦，他依然手不释卷，你为什么就不能刻苦读书呢?”吕蒙听了这番话十分惭愧，从此发愤读书。功夫不负有心人，经过一段时间的刻苦学习，吕蒙的学问大有长进，成了文武双全的一代名将，享誉天下。

从吕蒙将军的故事中可以领悟到：一个人学问的多少，并不是天生具有的，而是后天努力的结果。“书山有路勤为径，学海无涯苦作舟”。

1984 年，名不见经传的日本运动员山田本一在东京国际马拉松邀请赛上出人意料地夺得了世界冠军。当赛后记者问他凭什么取得如此惊人的成绩时，他说了这么一句话：凭智慧战胜对手。当时许多人听到他这么说都认为这个偶然跑到前面的矮个子选手是在故弄玄虚。然而，两年后山田本一又在意大利国际马拉松邀请赛上获得了第二次世界冠军。记者再次请他谈谈经验，他还是那句老话：用智慧战胜对手。10 年后，这个谜终于被解开了。山田本一在他的自传中这样写道：“刚开始参加比赛时，我不是这样做的：我把我的目标是定在终点线的旗帜上的，结果我发现当我跑到十几公里的时候就疲惫不堪了，以致于我越跑越慢，因为我已经被前面那段遥远的路程吓倒了。可后来我改变了方法：在每次比赛前，我都要乘车把比赛的线路仔细地看一遍，并把沿途比较醒目的标志画下来，比如第一个标志是银行；第二个标志是一棵大树；第三个标志是一座红房子……这样一直画到赛程的终点。比赛开始后，我就以百米速度奋力地向第一个目标冲去，到达第一个目标后，我又以同样的速度向第二个目标冲去。40 多公里的赛程，就这样被我分解成了几个小目标，跑起来时就觉得轻松多了。

听了山田本一的故事，我们是不是应该为他的聪明睿智喝彩呢？的确，在现实生活中，有时候我们在做事或学习时会半途而废，会觉得成功离我们太遥远。可是，如果我们也像山田本一一样，用自己的智慧巧妙地安排好做事和学习的进程，把自己想要实现的大目标分解成几个小目标逐个完成，是不是就会觉得成功离我们近了许多呢？那样你就会不断地体验到成功的喜悦，就会一直充满自信和前进的力量！

同学们，期终考试快要到了，相信每位同学都制定了自己的期终考试目标，希望同学们认真复习，积极备考，像吕蒙将军和山田本一一样，用自己的勤奋和智慧去踏踏实实地实现这个目标。相信自己，成功之路就在自己的脚下！谢谢。

规范书写国旗下讲话 篇 10

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家早上好，我是来自 6 年级(17)班的学生张坤鹏，今天是 12 月 11 日星期一，今天我国旗下讲话的题目是：《共同携手，预防冬季传染病》。

天气已进入冬季，此时，不但气温下降，而且各种易发的传染性疾病也悄然而至。如何保持良好的健康身体呢？今天，我就要和大家分享关于预防秋冬季节传染性疾病的知识。

秋冬季常见的传染性疾病有如下几类

一、流行性感冒

这是由流感病毒引起的急性呼吸道传染性疾病，具有很强的传

染性。它的传染源主要是病人和隐性感染者，以空气飞沫直接传播为主，也可通过被病毒污染的物品间接传播。流感病毒主要侵入呼吸道，但其毒素对全身器官有广泛的毒性作用，常有发热、全身酸痛、咽痛、咳嗽与白细胞减少等症状。

二、流行性腮腺炎

这是由腮腺炎病毒引起的呼吸道传染性疾病。腮腺炎患者和携带病毒者是本病的传染源，由空气飞沫传播。主要在儿童和青少年中发生，常在学校和公共集会场所爆发。开始有畏寒、食欲不振、头痛、低热等症状，其后则出现腮腺肿大等症状。

三、流行性脑脊髓膜炎

这是由脑膜炎双球菌引起的急性呼吸道传染病。感染起自鼻咽，侵入血液循环，最终达到脑膜或身体其他部分，产生炎性损害。这种主要侵犯脑膜的传染病多发于冬春季节，发病急，传播快。带菌者和流脑病人是本病的传染源，大多是通过呼吸道飞沫传播而感染。

面对这些流行性较强的传染病，我们不必惊慌，只要我们预防到位、措施得当，一切都可避免。在这里，我向大家推荐以下几种预防传染病的措施：

1. 注意气候变化，随时增减衣服，避免受凉。因为身体受凉时，局部抵抗力下降，病毒容易侵入。

2. 即便是冬季，同学们在早上到校及下课后，也应该立刻打开教室门窗通风，保持室内空气流通。

3. 注意生活规律，保证充足睡眠。充足睡眠能调节人体机能，增强我们的免疫力。注意饮食均衡，每天保证适量的水分和营养摄入，多食新鲜的蔬菜瓜果，不吃变质的和制作环境不卫生的食品，养成饭前、便前、便后勤洗手的好习惯，在校午餐的同学吃饭时请分菜，以防病从口入。

4. 加强锻炼，增强体质。我们应当积极参加学校安排的体育大课间、体育课、真正做到“每天运动一小时”，强健体魄、提高自身的抗病能力。

5. 尽量少到人多的公共场所去，更不要接近患呼吸道传染病的人。

6. 在流感高发季节或密切接触流感病人后可在医生的建议下服用中药抗病毒冲剂、或每天吃几瓣大蒜或几段大葱对预防流感是非常有效的。

7. 如遇身体不适请及时就医检查。发现病人早报告、早隔离、早治疗、早处理，以免在校园内引起传播。

同学们，学校为我们创造了良好的学习条件，为了让我们的校园生活更加精彩，请同学们保持乐观的心态、加强体育锻炼、这样有利于增强抵抗力，抵御传染性疾病，更有利于身心健康，我们的生活更加精彩！

我的讲话完了谢谢大家。

规范书写国旗下讲话 篇 11

敬爱的老师，亲爱的同学们，大家早上好。很荣幸代表 1406 班进行国旗下讲话。今天，我演讲的主题是：勤俭节约

相信大家都还记得上次老师在这里转述食堂经理的那句：浪费啊，可惜啊，心痛啊！吧。当时大家都笑了，的确，勤俭节约这个老生常谈的话题，大家实在是再熟悉不过了，从小到大，是年年讲月月听，似乎是没什么再听的必要了。

可是就在我们身边，有永远关不紧的水龙头，有从早上五点半亮到晚上九点半的长明灯，有永远倒不完的剩饭剩菜种种怪相，真是叫人匪夷所思！作为一名文化厚重，敢为人先的瑞中学子，对种种浪费现象司空见惯，是否是对勤俭节约这一我国优秀的传统文化视而不见呢？

勤俭节约，往小了说，可以节约学校经费和生活费，作为没有独立经济能力的中学生，我们不应也不能铺张浪费；往大了说，勤俭节约意味着对资源的高效合理利用，是可持续发展的必然要求。我们的国家现在仍然有巨大的人口压力，资源环境问题依然突出，在这个时候，勤俭节约，这一中华民族的传统美德仍然具有巨大的现实意义。

静以修身，俭以养德。同学们都是有智慧的瑞中人，何不担当起一点小小的责任？拧紧水龙头，随手关灯，不剩饭剩菜小事最容易做到，但往往最难想到。让我们把勤俭节约这份宝贵的精神财富保存下去吧！

规范书写国旗下讲话 篇 12

尊敬的各位老师、亲爱的同学们：大家早上好！今天我在国旗下讲话的题目是：《祖国，我为你加油！》

20__年9月29日21时16分16秒03分秒07毫秒，天宫一号在13亿中国人的期望中顺利地起飞了。

天宫一号奔向太空，这是中国迈出意义非凡的一大步，同时向全世界证明了中国实现了全面载人航天飞行能力。

据了解，“天宫一号”只是中国首个目标飞行器，但并不时真正意义上的空间站，它只是一个雏形——一个重8吨多的空间实验室的雏形。“天宫一号”设计寿命期为两年，在这两年内，我国将会发射神舟八号、神舟九号、神舟十号宇宙飞船，分别与“天宫一号”完成空间使命的交会对接。掌握空间交会对接的技术，为建造空间实验室积累经验，为建造中国的空间站打牢基础。“天宫一号”升空入轨后，发射中心将在11月1日发射神舟八号。

从国际太空站的艰辛历程可以看出，“天宫一号”只是中国向太空迈出的一小步，但是这绝对是意义巨大的一步。

人类目前载人航天活动的最终目的，是将实验室搬上太空，利用太空微重力高真空的独特环境，开展地面无法进行的生命科学、材料科学等实验，从而为人类造福。太空生命科学试验不仅可以进行植物育种、发明新的药物，而且在半导体、特种材料、天文学、对地观测等方面的好处更是不一而足。

因此，以神七天宫一号为起点的中国空间站建设，将为中国的科学研究带来更大的舞台。周建平说过：只有对人自身在太空中的行为和能力有了清晰的认识，才可能具备更好的开发能力。目前，中国正在朝着这样的目标进发。中国的空间站将成为世界科学发展进步的平台，为人类探索做出贡献。

作为一个中国人，看到中国在载人航天事业技术上的发展，我感到无比的自豪和骄傲。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”在以后的日子里，我将更加努力学习科学知识，将来要为祖国的繁

荣建设作出巨大的贡献。

规范书写国旗下讲话 篇 13

老师们、同学们：

早上好！今天我讲话的题目是：认真复习准备，迎接期中考试。

半个学期很快已从身边悄然流逝。我们就将面临学习过程中的一个重要环节——期中考试。

同学们应该统筹自己的学习时间，首先把各科的复习时间，做出合理的安排，科学制定复习计划很重要，是使复习工作有序地进行并实现计划目标的重要保证。不能忙乱而毫无头绪地开始复习。复习时要注重方法，复习不是老和尚撞钟式单调的重复，这唤不起任何学习兴趣，还易产生脑疲劳。复习时要学会理解和融会贯通，或分析，或综合，或比较，或归类。将所学的知识结合成一个有机的整体，最后进行“理”与“练”的结合。“理”就是分清重难点，把握层次。我们可以通过理对知识的脉络有更清楚的理解。“练”就是有的放矢地解题，注重少而精，把握一题多变，多方求教，着重理解。

同学们，只有有效的复习，才能达到事半功倍的效果。孔子说过“学而时习之，不亦说乎？”意思是学了新知识，然后有计划地按时地去复习它，也是一件快乐的事情。心理学研究表明，遗忘是人的必然，世上从来就没有真正过目不忘的人，学得的知识需要不断的重复的记忆，才能使它在你的大脑留下深深的印痕。著名的桥梁学专家茅以升记忆力超人，很多人曾经询问他的记忆秘诀，他回答说：“说起来也很简单，就是重复！重复！再重复！”是啊，学过的东西，只有反复复习，才能牢固地记忆，并能应用自如。由此可见，复习对每位同学都显得尤为重要。复习时要有效利用了每一点可利用的时间。有人说一个用“分”计算时间的人，比一个用“时”计算时间的人，时间多出59倍！我们要充分利用点点滴滴的时间，争取多记几个公式，多背一段文章，多温习一遍老师在课上讲的重点……保持这样的“挤”的恒心，锲而不舍，才能使有限的时间变成无限的资源！

另外，同学们要保持良好的心态。考试前和考试的过程中，我们的心理是最容易出问题的。没有良好的心态，复习就会陷入“烦躁”的怪圈，从而使复习效率变得低下；考试的时候，则会出现心里紧张和记忆空白的状况，原来得心应手的题目，也变得无从下手，甚至根本就没法做了。我们要学会沉着冷静地以一颗平常心去面对，只有当你的情绪处于最好状态时，你的个人能力才会得到最好的发挥。当你在复习中感到不知所措时，不妨考虑一下自己的复习方法，从理清头绪上下功夫，也许会步入柳暗花明的新天地。

同学们，人生不拼不精彩，缺乏竞争和考试的人生不完整!考试在即，你做好准备了吗?请记住，剩下的时间由你来把握。相信你一定能抓住它，驾御它!

最后，祝同学们期中考试个个都能旗开得胜!

我的讲话完毕，谢谢大家!

规范书写国旗下讲话 篇 14

各位老师、同学们:

大家早上好!今天我讲话的主题是安全无小事，人人讲安全。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。
。如要下载或阅读全文，请访问：

<https://d.book118.com/777121034013006133>