# 2024年国旗下讲话家长发言稿(实用12篇)

来源：网络 作者：尘埃落定 更新时间：2024-06-15

*在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧国旗下讲话家长发言稿篇一大家下...*

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

**国旗下讲话家长发言稿篇一**

大家下午好!

我是大二班~~~小朋友的妈妈，我不知道我下面要说的话能否代表在座大多数家长的心意，但请相信这些话确实是出自我的肺腑之言。

一个人幸福的时候，总是觉得时间过得很快，这学期，我觉得过得尤其的快，原因很简单，因为这是我们的孩子们在幼儿园的最后一个学期。有意思的是，我感觉自己对幼儿园的留恋和不舍一点儿也不亚于孩子，并且我也很清楚自己都在留恋些什么。对于不少像我一样家里既没有老人帮忙又要为生计奔波的父母而言，从三年前第一次把孩子送进幼儿园的那天起，我可以毫不夸张地形容我自己的生活状态，那简直就算一下子进入了天堂。我终于可以不用为孩子的一日三餐费心劳神，我终于可以冠冕堂皇地把本该完全属于自己的教养孩子的重任分担给幼儿园的老师们。

也因为在我的童年，我是个没有上过一天幼儿园但依然健康快乐成长的孩子，所以，在我自己的孩子初上幼儿园的一段时间我对幼儿园的期望值并不高。但最近细想三年来在幼儿园感受到的点点滴滴，我为给陈韵竹小朋友选择了幼儿园而深感庆幸。一个体制内的幼儿园，既能做到与世界先进教育理念接轨，又能不固步自封，积极培养高素质高品行的教育人才，这的确大大出乎我的意料。也正是在老师的间接促进下，我得以做到三年来持续不断地记录着自己和孩子的生活点滴及感悟，而起因仅仅是因为一个朋友无意间对老师的评价，她说：你女儿上的是什么幼儿园啊?我看到你女儿的老师在你的博客里留言了。现在，一个公立园的老师，还肯花时间认真地去看一个学生家长的博客，这真的很难得啊。

这三年，不仅仅是我女儿陈韵竹小朋友在幼儿园的一段成长经历，它同样也是我人生中一段多姿多彩、异常重要的成长经历。在这里，我的孩子不仅遇到了几位真心爱孩子、懂孩子的好老师，还结交了很多好朋友，而我自己更是和几位小朋友的家长结下了深厚的友谊。我始终认为，对一个人漫长的一生而言，能否遇到哪怕一个真正的良师益友，那都完全是可遇不可求的事。而我的孩子能在她的人生之初就遇到良师，我能在自己人到中年之时仍遇到益友，这实在不是一般的幸运。

带着情不自禁的留恋和依依不舍的心情，今天，我们终于聚集于此，和孩子们一起，向他们纯真快乐的幼儿园生活道别，向陪伴他们几年的敬爱的老师们道别，向给予他们很多美好回忆的幼儿园道别。

亲爱的孩子们，今天是你们在幼儿园渡过的无数幸福时光中的最后一天，你们已经长大，再过两个月，你们将会进入一个更加独立、严格、自主的学习成长新天地——小学，你们的人生角色也将由小朋友变成小学生。虽然你们中的大多数可能在长大成人后不会记得今天在座的这些老师和同学，但我保证，他们一定是你们这一生中遇到的最纯真最可爱的一群朋友。因此，在祝愿所有的小朋友都能够继续幸福快乐地成长同时，我也盼望在你们的人生行囊里能够多珍藏一些成长岁月里的美好记忆!加油，孩子们!

尊敬的家长们，请回想一下几年前那些羞涩、胆怯、自我的小人儿们，看看他们如今是否已经成长为一个个自信、勇敢、乐学、明辨不少事理的新新少年。此刻，相信很多家长都会和我一样，心中充满了无限的感慨和很多的谢意。感谢幼儿园在现实如此浮躁的社会大环境中，仍然给孩子们提供了一个相对安全、公平、互相尊重、积极的社会小环境。感谢幼儿园的老师们几年来的辛勤付出、默默奉献以及对孩子们无微不至的关心和呵护，正是你们的心血、努力和爱，成就了孩子们的自信、快乐和成长。更要感谢幼儿园为孩子们举办的这场隆重的毕业典礼，让我们有机会一起见证和分享孩子们人生中这一重要时刻。

最后，请允许我再一次向幼儿园的全体老师们道声感谢，祝你们身体健康、家庭幸福，万事如意，并祝幼儿园的明天更美好!谢谢!

**国旗下讲话家长发言稿篇二**

敬爱的老师们，亲爱的孩子们，大家好!

很荣幸能在这里作为家长代表发言，其实我只是一名普通的高一家长，说实话，还真有点紧张，一是我并没有什么先进的教育孩子的经验，二是我的孩子在这高手如云的队伍里也不算特别优秀，在场的孩子们各有所长，优秀出色的比比皆是。但我还是勇敢的站在这里，这既是对我自己的一次挑战，同时也想给我的女儿一个榜样。

我们之所以选择常青藤高中，是因为我们坚信常青藤有着严谨探索、爱生奉献的教风;有乐于奉献、教学严谨的老师们，所以我们坚定地来了!因为，我们有理由相信在校领导精心组织下，在老师们悉心教导下，在这四合院一定是四季如春般温暖的。借此机会，我代表家长们向培育孩子成长而辛勤付出的老师们，表示最诚挚的敬意和最衷心的感谢!

孩子们，作为家长我想对你们说，关心照顾你们是我们的责任。高中阶段，仍然是你们长身体的关键时期，你们的学习任务比我们上班还要辛苦，我们会为你们做好后勤保障工作，给你们充足的营养，让你们拥有一个健康的好身体!也希望你们在成才之前先学会怎样做人，学会尊老爱幼，尊师重教，诚实守信，乐于助人，团结协作，拒绝沾染一切不良习气，成为一个有修养的高中生!希望你们尽可能多参加集体活动，增强集体荣誉感，重视身心健康，培养健全的人格。

孩子们，我还想对你们说，尊重理解你们是我们的义务。不论工作、业务有多忙，我们会尽量多抽出一点时间陪伴你们，也希望你们能主动跟我们多沟通，多交流。只有通过沟通，我们才能了解你们心中的郁闷和烦恼，分享你们的喜悦和快乐!才能真正走进你们的内心世界，意会你们的一个动作、一个表情、甚至是一个眼神!我们会做到细心观察，耐心引导，保证做到态度不粗暴，语言不过激，和老师们一起寻找相应的对策来解决问题，共同度过一次次难关!以更饱满的状态迎接一次又一次的挑战!把更多的关爱，理解和鼓励给你们!每个人都会犯错误，当你们做错事情要勇于担当，以真诚的态度去面对，高中阶段的你们是最需要帮助的时候，我们会和老师一起及时帮助你们分析原因，帮助你们走出困境。

还有一点，也是最重要的，作为家长我们一定会积极配合好老师和学校。为了共同的目标，我们会团结一致，劲往一处使，拧成一股绳，形成让你们茁壮成长的最大合力，让你们得到全面发展。我们知道，你们在进入高中后学习压力很大，对于挫折和失败会很敏感，有时会无助，无奈，或感到渺茫，这个时候你们最需要的是我们的理解与关爱。相信我们，我们会以一颗平常心对待你们的分数和名次，我们会和老师及时沟通，及时疏导你们不稳定的情绪!你们要树立起积极乐观的人生态度，拾回自信，重新给自己一个定位，放下一切思想包袱，全身心地投入到学习中。

我坚信，有家长的陪伴，有老师的科学教导,有你们的积极主动，你们在常青藤一定会度过三年快乐的、充实的、有意义的高中生活!

再次感谢辛勤付出的老师们，祝老师们身体健康、工作顺利!

孩子们，学习是辛苦的，也是你们必须要经历的，你们都是有目标的孩子，前方的道路已经明朗，有梦的人不会彷徨，青春路上，有笑也有哭，有甜也有苦，但努力过、拼搏过就是你们最好的回忆。

最后，祝愿常青藤越办越好，谢谢大家!

**国旗下讲话家长发言稿篇三**

尊敬的老师：

在这秋高气爽，丹桂飘香的季节里，一年一度的教师节到了，我的内心似乎也有很多话想对老师您说。

老师谢谢您的微笑和慈爱。记得一年级刚上语文课的时候，你提问题，同学们都纷纷举手回答问题，我由于胆子小，不敢举手回答问题，你似乎发现了我的胆怯，就点名叫我回答问题，我战战兢兢地站了起来，脸涨得绯红，始终害怕开口，正当我犹豫和顾虑之时，我看见你微笑和鼓励的眼神，那时我感到一股暖流涌上心头，于是我鼓起勇气大胆的回答了你的提问，自那以后我也克服了胆怯，害羞的毛病，上课的时候踊于发言。

老师谢谢您的严格和执着。记得刚上一年级的时候，还是刚学拼音的时候，你就布置我们全班同学每天都要阅读课外书，可那时我的识字量也不是很多，有些语句里面的词语都不懂意思，你教我们，后随着识字量的增多，一年级下学期就很轻松的会自己单独看课外书了，正是由于您严格的监督，我每天养成了阅读课外书的习惯，通过阅读课外书我的知识面大大增加，同时还提高了我的写作能力。

老师，在节日之际，我想对您说：老师，您辛苦了!谢谢你这四年来对我循循教导和耐心教育，是您把我从一个对什么事都似懂非懂，天真幼稚的儿童培养成了一个自信、自强、热爱学习的少年。

人们都说：“教师是人类灵魂的工程师”是辛勤的园丁。古代有一句诗“春蚕到死丝方尽，蜡炬成灰泪始干，这些都是表达您无私奉献的精神，但我心窝里最想说的话还是老师我永远爱你，我会以优异的成绩报答你的恩情。

**国旗下讲话家长发言稿篇四**

国旗下的讲话是学校师范思想政治教育的重要形式,组织严密,管理到位,内容切合学生实际,反映社会热点,讲话人有激情。下面就是本站小编给大家整理的学生家长

国旗下讲话稿

，仅供参考。

尊敬的各位领导、各位老师、亲爱的同学们：

大家早上好!

能有机会参加今天的升旗仪式并代表所有的家长讲话，我感到非常荣幸，也特别的激动!二中近年来的变化我们家长看在眼里，高兴在心里，现在的二中拥有先进的教学设备，优美的校园环境，有醇正的校风，更有一支非常敬业的教师队伍，请允许我代表所有的家长，向为我们的孩子们付出艰辛劳动的各位老师道声“辛苦了”，感谢各位老师为孩子们付出的一点一滴，孩子们不会忘记你们，我们家长同样非常感谢你们!谢谢你们了!

孩子们，人生当中，处处都有挑战，挑战给了我们宝贵的经验，不管在哪里，都要参与挑战!知识可以通过学习得到，而一个人的成长，必须通过历练，中考、高考、学业水平测试以及期末考试都是你们人生的一次历练，一个人，想要优秀，你必须要接受挑战，如果你不逼自己一把，你根本不知道自己有多优秀，世界上本没有什么天才，所谓的天才就是靠自己的努力，发掘出自身的潜力从而改变自己的命运，而那些非天才们只不过是让自己的潜力继续隐藏罢了! 孩子们，带着乐观的心态去面对你人生的每一次挑战，全力以赴去努力，结果固然重要，但你们付出努力的同时，也会拥有超越自己的勇气，面对困难的决心，那将是你人生最大的财富，要知道，你最终超越别人远没有超越自己更重要，最艰难的胜利是战胜自己的胜利!曾经看到网上的一篇文章，一个刚参加完高考的孩子写的，43天让高三学生从317分提高到622分，大家可以上网看看，他的

口号

是：别人被考试折磨，我们折磨考试!所以孩子们，无论你现在的成绩怎么样，过去不代表未来，而未来取决于现在，人生没有什么不可能，下定一个决心，你也可以成为一个创造奇迹的人!下面我将送大家四句话： 第一：将个人行为习惯的养成进行到底。

习惯决定命运。我相信我们四中的所有孩子都会对自己负责，对老师、家长负责，对自己的前途负责。

第二：奋斗目标决定奋斗结果。

俗话说：一口吃不成胖子，成功的道路是也是一级一级实现出来的。希望你们实事求是地给自己定位，通过自己的努力，考上自己理想的学校，就是我们家长、老师共同的心愿。

第三：态度决定结果，有压力才有动力。

记得有一句歌词：“不经历风雨，怎能见彩虹，没有人能随随便便成功。”没有压力就没有动力，没有动力就发挥不出一个人蕴藏的潜力! 我们做父母的虽然不能随时随地陪在你们身边，心里却牵挂着你们，希望你们在学校能“上好每一堂课、抓紧每一秒钟、练好每一题!”

第四：方法决定结果。

有了科学有效的方法，我们的学习就定能事半功倍。

孩子们，希望你们用追求、奋斗和汗水回报爱着你们、关心你们的人!希望你们在将来回眸时，可以自豪地说，我尽力了，可以无愧于自己!孩子们，你们一定要记住，你们的身后有老师和家长!我们永远支持你们!谢谢大家!

尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

上午好!我是高一1113班学生柏枫的妈妈，在母亲节来临之际，有机会代表所有的母亲和同学们一起参加今天的升旗仪式，我感到非常荣幸。

交心。而我对孩子说的最多的一句话就是，“孩子，我相信，你是最棒的!”

记得孩子刚上一年级的时候。有一天，孩子回家说班里要竞选班干部，班主任老师要小朋友们通过演讲等程序竞选班级各个职务，当时孩子决定要竞选班长一职，他要我帮他准备

演讲稿

，我就鼓励他说：自己的事自己做，我相信你有这个能力，也相信你是最棒的。我看见孩子用稚嫩的小手在生字本上连拼音带汉字写下了他当班长的三点优势，然后他利用中午时间开始练习演讲。下午，他凭借实力真的当选为班长。孩子用自己的行动证明了自己的能力。我这样说既不 是吹嘘，也不是自夸，只是站在母亲的角度对孩子的一种欣赏和鼓励。

虽然柏枫目前不是一个学习成绩特别优秀的学生，但我始终坚信他是最棒的，因为他一直在努力，一直在尽自己最大的努力学好各门功课。成功一定有方法，失败一定有原因;比如说上次月考，他的成绩就不尽人意。考试结束以后，我和他认真的分析了失分的原因，并强化了薄弱学科的学习，在这次期中考试中，他的成绩就有了较大的提高。我相信在今后的学习中，他会在各位老师的辛勤培育和同学们的真诚帮助下，扎扎实实为自己的人生打好基础。 亲爱的同学们，你们是学生，首要任务就是学习，我认为，考大学不是学习的最终目的，学习是提升自我价值，立足社会的根本。俞敏洪老师说过，人的生活方式有两种，第一种是像草一样活着。你尽管活着，每年还在成长，但是你毕竟是一颗草;你吸收雨露阳光，但是长不大;人们可以踩过你，但不会因为你的痛苦而产生痛苦;人们不会因为你被踩了，而来怜悯你，因为人们本身就没看到你。所以，我们每一个人都应该选择第二种生活方式，那就是像树一样成长。即使我们现在什么都不是，但是只要你有树的种子，即使被人踩到泥土里，你依然能够吸收泥土的养分，自己成长起来。也许两年、三年你长不大，但是十年、二十年，你一定能长成参天大树。那时，遥远的地方，人们就能看到你;走近你，你能给人一片绿色、一片阴凉，你能帮助别人;即使人们离开你以后，回头一看，你依然是地平线上一道美丽的风景线。树，活着是美丽的风景，死了依然是栋梁之才。这就是我们每一个同学成长的标准和做人的标准。 孩子们，人生当中，处处都有挑战，挑战给了我们宝贵的经验，不管在哪里，都要参与挑战!知识可以通过学习得到，而一个人的成长，必须通过历练，中考、高考、学业水平测试以及期中、期末考试都是你们人生的一次次历练，一个人，想要优秀，你必须要接受挑战。所以孩子们，无论你现在的成绩怎么样，过去不代表未来，而未来取决于现在，人生没有什么不可能，下定一个决心，你也可以成为一个创造奇迹的人!下面我想送大家四句话：

第一：将个人行为习惯的养成进行到底。

第二：奋斗目标决定奋斗结果。

第三：态度决定结果，有压力才有动力。

第四：方法决定结果。

孩子们，希望你们用追求、奋斗和汗水回报爱着你们、关心你们的人，尤其是你们的老师和父母。

尊敬的学校领导、各位老师、同学们：

你们好

作为一名学生家长非常感谢学校给我这样的机会，非常感谢翟老师对我的信任，让我能够站在这和我的孩子以及所有的同学们说几句话，我是怀着忐忑不安的心情走上来的，因为我不知道我的发言是否足以表达一个妈妈对孩子全部的感情，不知道孩子能不能理解妈妈的一番苦心，但是，我会竭尽全力。今年暑假你们升到初三，再过一年你们面临人生第一次选择!你们非常矛盾，我知道辛中一直是你梦寐以求的学校。但是，你又不想让父母多花钱，我们为此开了一次家庭会议，综合分析了各种因素，为了利于你的学习和成长，最终决定必须上辛中。还记得当时妈妈说的话吗?如果你因为家长求爷爷告奶奶为你掏择校费而心存愧疚的话，那么就把愧疚转化成学习的动力吧，停留在口头的愧疚没有丝毫的价值，进入初三以后，你就是半个大人了，妈妈希望你怀揣着梦想刻苦学习，努力进取，用自己的优异成绩换取辛中的入取

通知书

。

中兴这所学校有着严格的管理、优秀的老师、良好的校风，这对于一个人的成长会起到极大的促进作用，可能，你们现在会抱怨学校的各种严格规定，但是，等到若干年后你再回过头来看，会发现正是因为你曾经在这流下过汗水和泪水，你才会体会到梦想成真的喜悦。 下面我想借用三个小故事来表达我对孩子的期望，也和各位同学，各位老师共勉。

第一个故事，名叫：每次只追前一名。有个女孩小的时候由于身体欠弱，每次体育课跑步都落在最后，这让她感到非常沮丧，甚至害怕上体育课，这时妈妈安慰她：“没关系，你身体虚弱，可以跑到最后，不过，孩子请你记住，下一次你的目标是只追前一名。”小女孩点了点头记住了妈妈的话。在跑步时她就奋力的追赶她前面的同学，结果从倒数第一名追到倒数第二、第三、第四，一个学期还没结束，她的跑步成绩已经到了中流的水平，而且，她慢慢的也喜欢上了体育课，接下来，小女孩把只追前一名的理念引申到她的学习中，在这种理念的指导下，这个女孩20xx年居然被哈佛大学以全额奖学金录取。她的名字叫朱成。孩子们，特别是成绩暂时还不是很优秀的孩子，如果，你现在一下子去瞄准辛中的话，你可能会觉得希望渺茫，而失去拼搏的动力，但是，如果给自己确定一个适度而明确的目标，相信经过无数次小进步的量变，你的成绩一定会发生质变，目标实现就会成为水到渠成的事。记得你们班主任老师说过：在中兴不是比谁成绩最好，而是比谁更努力。

第二个故事，名字叫：好走的都是下坡路。这是一位农民朋友讲述的一段他自己的故事，那天，他拉着沉甸甸的板车，疲惫的走到山脚下，望着前面那一段长长的上坡路，不禁畏而却步，心想：今天靠自己一个人是绝对拉不上去了，肯定要有人帮一把才行。正巧，过来了一个热心的路人，路人说：“没关系，我来帮你。”说着便利落的卷起袖子，于是农民咬紧牙关使劲的拉车，在热心人“加油、加油”的鼓劲当中，终于将车拉到了坡顶，当他对热心人表示感谢时，没想到那位热心路人却说：“你用不着谢我，这两天我的腰扭伤了，根本就不能用劲，我只是喊了喊加油而已，能将这趟车拉上去，全靠的是你自己。”这个真实的故事不禁使我想到人生之路不也同样如此吗?一位名人说过：容易走的都是下坡路，要想下坡，要想退步，不费吹灰之力就下去了，但是要想上坡，要想进步，可就得付出九牛二虎之力。人生之路并非一马平川，有无数个上坡路，需要你奋力爬行。学习也是这样，可能就是由于我们缺乏咬牙坚持的毅力、缺乏放手一搏的勇气，结果便是半途而废、无功而返，白白的错失了成功的机会。

第三个故事的名字叫：尽力而为还不够。一位牧师有一天向教会学校的学生们讲了下面这个故事：一年冬天，猎人带着猎狗去打猎，一枪击中了一只兔子的后腿，受伤的兔子拼命的向前跑，猎狗在后面穷追不舍，最后，兔子跑的越来越远，猎狗只好叹息的扭头回来，猎人气急败坏的骂到：“你真没用，连一只受伤的兔子都追不到。”猎狗听了很不服气的辩解说：“我已经尽力而为了呀。”再说兔子，兔子带着枪伤逃回家后，兄弟们都很惊讶的问：“你带着伤是怎么甩掉那只猎狗的呢?”兔子说：“它是尽力而为，我是竭尽全力，它没追上我，最多是挨一顿骂，但是如果我不竭尽全力的跑可就没命了。”牧师说完以后，又向全班同学郑重其事的承诺：谁要是能背出圣经中第五章到第七章的全部内容，他就邀请谁去西雅图的餐厅参加免费聚餐。圣经第五章到第七章的内容，有几万字，而且不押韵，要想背诵起全文，无疑有相当大的难度，尽管参加免费聚餐是许多学生梦寐以求的事情，但是几乎所有的人都浅尝则止，望而却步了。几天后，班上有个十一岁的男孩，胸有成竹的站在牧师面前，既然一字不差从头到尾背了下来，牧师在赞叹男孩那惊人的记忆时，不禁好奇的问：你为什么能背下这么长的文字?这个男孩不假思索的回答：我在竭尽全力。十六年后这个男孩成了世界著名软件公司的老板，他就是比尔盖茨。

同学们听了这三则故事，以你们的智商，我相信你们会深有所悟，我知道你们不喜欢老师和家长讲大道理，太多的说教不如你们刹那间的翻然醒悟，我多么希望你们能够清醒的认识到你们已经走到人生的关键阶段，初三一年的付出和最终结果将会决定你们上什么样的高中，也在很大程度上决定你们将来上什么样的大学，参加什么样的工作，未来人生的走向和登上人生平台的高低，初三这一年你们再怎么辛苦都是值得的，我们这些做妈妈的衷心希望你们踏实稳健的走好这一步，路虽远行则必至，事虽难做的必成，朝着自己的目标，坚持不懈的去努力，目标终会实现。同学们我的儿子是你们当中的一名普普通通的学生，客观的说他不是很优秀，是一个扎到人堆里都不很显眼的男孩子，他身上有很多缺点，但是也有许多优点，他有梦想，但是有时缺乏为梦想执着拼搏的勇气，他知晓是非，偶尔也会犯错。我说这些只是想表明任何一个孩子都不是完美的，不管你现在的情况有多糟糕，只要你开始努力，情况就会变得越来越好。要想让别人看得起自己，你自己首先要看的起自己，同时，还得自己努力，因为尊严来自出色的表现。

最后我想送给我的孩子和同学们几句话：不管你们将来在哪里，一定要记住你们曾经在这里，中兴学校是值得大家永远记住的地方，是你们梦想起航的地方。同学们，为自己找一个梦想和一份支撑梦想的动力，做一个努力的人，这样，将来不管梦想实现与否，你们都不会后悔，中考是当前国家选拔人才的重要制度，也是一个人成就理想的主要途径。所以同学们请拿出搏击长空的豪迈和勇气，积极的为自己的中考做准备吧!无论成功或者是失败，只要你拼搏过，你都是最棒的。再次感谢中兴学校为孩子营造的良好环境，谢谢每一位老师对孩子的辛勤付出。谢谢我的孩子的同学，给予他的友情和帮助。我希望我的孩子以及所有的孩子在这里都能收获丰硕的知识，都能健康快乐的成长，都实现你们的中考们。孩子们，加油!加油!

谢谢大家。

**国旗下讲话家长发言稿篇五**

各位同学各位老师：

大家早上好!今天国旗下讲话的题目是《冬季，请加强体育锻炼》!

冬季的到来，给北方的天气增加了几分寒意，这个季节，没有了夏日的骄阳，正是锻炼身体的好时机。参加冬季体育活动，不仅能锻炼身体，增强体质，而且还能锻炼不怕严寒的坚强意志，提高身体的抗寒能力，增强抵抗各种疾病的能力。

冬季体育锻炼，由于肌肉不断收缩，呼吸加快，新陈代谢旺盛，身体产生的热量增加。同时还增强了大脑皮层的兴奋性，使体温调节中枢灵敏、准确地调节体温，提高人们的御寒能力。所以，坚持冬季锻炼的人，抗寒能力比一般人增强8-10倍。

冬季体育锻炼，大都在室外迸行，不断受到冷空气的刺激，人体造血机能发生明显变化，血液中的红细胞、白细胞、血红蛋白以及抵抗疾病的抗体增多，身体对疾病的抵抗能力增强，俗话说“冬天动一动，少闹一场病;冬天懒一懒，多喝药一碗”就是这个道理。

冬季体育锻炼，接受阳光的照射，弥补阳光照射的不足。阳光中的紫外线不但能杀死人体皮肤、衣服上的病毒和病菌，对人体有消毒作用。还能促进身体对钙、磷的吸收作用，有助于骨骼的生长发育。尤其对正在长身体的青少年来说，多参加户外锻炼更为重要。

冬季体育锻炼，还可以加快血液循坏，增加了大脑氧气的供应量，这对消除大脑长期工作带来的疲劳，增强记忆力，提高学习效率，都有积极的作用。

冬季锻炼好处很多，冬季锻炼的项目也很多。一般多采用长跑、球类、跳绳、踢腱子、跳橡皮筋等项目。这完全可以根据个人爱好，选择不同的项目，灵活掌握。

那么，冬季体育锻炼又要注意什么呢?

1、冬季天气比较冷，参加锻炼之前一定要做好准备活幼。准备活动可以提高身体各器官的运作水平，改善肌肉、关节的灵活性，防止肌肉拉伤，关节扭伤等现象的发生。

2、冬季锻炼要注意预防感冒。冬季天气比较冷，锻炼着装要合理，锻炼后要做适当的整理活动，及时穿衣保暖，以防感冒。

3、参加冬季锻炼，要有循序渐进的过程，更要有顽强的毅力、持之以恒的精神，才能收到良好的效果，切不可“三天打鱼，两天晒网”。

同学们，身体是知识的载体，只有健康的体魄，以及良好的心理品质，才能更好地工作和学习，才能应付各种困难和挑战。

最后，请让我以奥林匹克运动的创始人顾拜旦先生的名言结束我的讲话：“你想健康吗?你想聪明吗?你想健美吗?请运动吧!”

**国旗下讲话家长发言稿篇六**

尊敬的老师、亲爱的同学们：

今天我讲的题目是“加强锻炼，预防疾病”。

眼下正是运动锻炼的大好时机，大家应该积极参加体育锻炼，多到室外呼吸新鲜空气，但要注意根据气候变化增减衣服，合理安排运动量。每天我们都应坚持做好课间操，积极上好体育课、活动课。

大多数同学们可能认为体育课就是活动课，是给我们玩的，而且有些同学也怕锻炼、怕吃苦，因而上体育课的时候不能完全按照老师的要求去做，这样是不能达到锻炼的目的。

利用课外活动以及周末的空余时间参加一些体育活动，发展自己的爱好。例如：乒乓球、羽毛球、篮球等活动。这些活动可以增加运动量，又能使我们身体各部分更协调，更灵活敏捷。

坚持体育活动不仅可以增进健康，而且还可以预防疾病。锻炼身体是提高身体素质的一个重要的途径，锻炼可以使我们的身体动作更加协调，反应更加敏捷;锻炼有利于人体骨骼、肌肉的生长;可以增加我们的肺活量，消化能力，使心脏跳动更加有力，血液循更加通畅;锻炼可以使我们长的更加结实;锻炼，有很多很多的好处，每个同学都要积极地参与到锻炼活动中来，增强我们的体质，提高我们对疾病的免疫能力，增强机体的适应能力。同学们正处在生长发育的关键时期，促进身体的正常的生长发育，可以更好的提高学习效率、发展个性、锻炼意志，树立不怕苦;不怕累的思想，增强克服困难的能力。

锻炼还可以调节紧张情绪的作用，能改善生理和心理状态，恢复体力和精力，使同学们的精力更加充沛地投入到学习中去;锻炼可以消除学习带来的压力，保持健康的心态，充分发挥我们的积极性、创造性和主动性，从而提高自信心;锻炼在集体项目与竞赛活动中可以培养同学们团结、协作和集体主义精神。

既然锻炼有这么多的好处，那我们就更应该加强锻炼，预防疾病。这样才能有好的身体去学习，才能有所长进。

谢谢!

**国旗下讲话家长发言稿篇七**

尊敬的老师，各位家长：

首先，对各位家长能在百忙之中抽出时间来参加这次家长会表示深深的感谢!召开这次家长会的目的是为了加强老师与家长之间的联系，相互交流一下学生在校及在家的学习情况，以便我们能够及时调整工作，提高教育教学质量，同时促使家长也能够积极参与到学生的教育管理中来。总之一句话，就是一切为了孩子。

下面，作为本班的班主任和语文老师我把本班的有关情况向家长们做个汇报：

一、班级情况汇报：

孩子们入学近一年了，大部分同学能做到早晨到校后自觉读书，课前做好准备，上课时能积极发言，课后按时完成作业，认真做值日工作。学习上徐海音、刘佳林、蔡金仪、姚昱臣、肖雨、王忆、徐佳楠、董艺、赛清宇、荣祖欣，这些同学上课回答问题特别积极，荣祖欣、姜雨辰、闫志龙、马恭济、王婉毓、徐海音、赛清宇、徐佳楠，这些同学值日工作做得好，徐佳楠、王婉毓、徐海音、董飞、董艺、荣祖欣、赛清宇、曲仟惠、刘增裕、王子煜，不管老师在不在教室都能安静写字，此外同学们还积极参加学校组织的活动。

二、低年级的学习内容。

各位家长对孩子们的学习是非常重视的，接下来我们就学习重点交流，低年级所学内容相当于我们盖房子中的地基。如果地基没有打好将来建造的房子怎么能坚固。一年级以认识汉字、学写汉字为主，积累一些常用的词语，初步学会说几句连贯的话。

三、指导孩子预习复习。

好的学习成绩离不开良好的学习习惯。这里重点说两个需要我各位家长积极配合的方面。一是课前的预习非常重要。现在所学的课文都变长了，课文中好多的生字孩子不认识，如果不事先好好读通课文，那上课时连我讲到什么地方孩子都可能会找不到，更不用说跟着我的讲课动脑思考了。那预习究竟该怎么做，我个人认为第一步圈生字标小节，第二步读课文建议家长抽出时间听一听，孩子会读的让他自己读，有不会读的或者一下子读不通的地方家长可以示范一下，一定要让孩子在家把课文读通顺。二是课后的复习。预习是为了更好地学习新课，那复习就是为了巩固所学的知识，一年级的孩子学东西快，可忘记起来也快。每天孩子回到家写完作业，请您花个两三分钟问问孩子今天学了什么，帮助他回忆课堂上学习的内容，如果孩子能说出一两个要及时表扬肯定，让孩子获得成功的喜悦。

四、孩子作业的辅导。

这里我想郑重地告诉各位家长，你面对的是一年级的小学生，他们的学习自理能力还很差，他们这一年的学习都离不开家长。他们的作业需要你共同和他一起完成。特别是语文家庭作业，每天不光有抄写方面的作业，还有朗读，背诵，默写等。尤其现在孩子们的写字态度明显变差了，可能觉得自己会写了，就不再一笔一画写工整了。这些软性作业的完成全靠家长。所以你简单地问一句：作业写好啦?怎么能行呢?所以，我恳请各位家长，一定不要让你的孩子因为态度的不端正而带来将来的遗憾，端正他们的学习态度，就从认真完成每一天的家庭作业开始吧!

五、做好亲子阅读

低年级的认字识字是为了将来的阅读、作文打基础的。其实我们现在就可以开始循序渐进地指导孩子读书了。首先孩子们的.课外书应以拼音读物为主，内容应该是健康向上的，我坚决反对让孩子看漫画之类的以图画为主的书，这样的书看多了，对孩子将来的语言发展、作文能力毫无益处。您可以为他选择一些蕴含道理的童话、简化后的名著等。其次，孩子们还不能独立自觉地看书，所以读书时需要家长的陪同，可以在双休日时抽出一两个小时，和孩子一起读，读的时候为孩子解决读不懂的地方，读完了要及时反馈。比如读了写人物的故事问孩子故事中讲了谁呀，这个人怎么样啊?读了讲道理的故事，可以问问孩子读完了故事懂得了什么道理。在书中出现的成语可以单独给孩子们讲讲是什么意思等等。另外，读书是千年之功，不要希望一两个月就出成绩，那是需要坚持不懈努力去做的，时间长了，孩子们在语言文字方面的运用能力会有显著提高。

尊敬的家长，学校教育不万能，但学校会尽力，家庭教育不可少，望家长重视。最后，请天下所有的父母记住这样一句话：你可以不是天才，但你可以成为天才的父母。我们以此和各位家长共勉。谢谢大家!

**国旗下讲话家长发言稿篇八**

亲爱的家长朋友、亲爱的小伙伴们、亲爱的老师们： 上午好!

同学们，此时此刻，你心里一定特别高兴吧。因为我们迎来了最最关心我们的家长!好吧，现在让我们用世界上最最热烈的掌声，热诚欢迎我们亲爱的家长!(掌声响起)接着，再向这些将和我们一起学习的特殊伙伴道一声：“大朋友好!”

今天是一次例行的家长开放日，因为我们每个学期都会举行这样的活动;今天是一次特殊的家长开放日，因为正如这无时无刻不在变化的世界一样，孩子们在新学期里面临着许多新的变化：班级变了，同学变了，课程变了，老师变了，甚至连作息时间也变了在变化面前，我们的孩子适应得怎么样呢?我想，每一个关心孩子的家长都会有这样的疑问和担心。

这样的担心，我也有。开学典礼的时候，我曾经给孩子们讲过两个故事，一个故事来自宾塞·约翰逊博士的畅销书：谁动了我的奶酪。两只小老鼠和两个小矮人同时在迷宫里发现了美味可口的奶酪，在愉快的享用了一段时间之后，有一天，他们突然发现，奶酪不见了。小老鼠嗅嗅、匆匆坦然接受了变化，重新去寻找奶酪。而小矮人哼哼、唧唧不能接受这突如其来的变化，怨天尤人甚至相互指责。故事的结果是：小老鼠找到了更丰盛更美味的奶酪，而小矮人却在抱怨中走向绝境。

另一个故事发生在我们身边，主人公是我的一个学生——王何贝妮。一次聊天的时候，她说：“老师，我好幸运哦!从一年级到六年级换了那么多老师，我们班总是最好的!”毕业的时候，她的妈妈与我道别，说：“女儿在家常说，她遇到的老师都是最优秀的，我也觉得是这样。我们都很幸运!”我非常佩服这一对母子面对变化的态度，断言说：“贝妮今后还会遇到更优秀的老师!因为不管怎样变化，你们都知道去欣赏去接纳!”情况果然是这样。小学毕业后，贝妮去了深中分校亚迪超常班。开学后，贝妮跟妈妈来学校看老师，一见到我，就说：“我们班的老师好好哦!尤其是我们的历社老师，跟你一样幽默!”不用说，这位曾获得深圳市优秀少先队员的阳光女孩，很快适应了初中生活，成为了一名优秀的中学生。

当初在讲这两个故事的时候，我努力想让孩子们明白：变化总是在发生，如果我们能像小老鼠一样，积极地面对，就能收获新的成功;如果我们能像他们的大姐姐贝妮那样，用欣赏的眼光去迎接变化，就能成为更优秀的学生。

学校期中考试之后，我们组织了一次秋游。那天，细雨蒙蒙，显然不是个出游的好天气。是按原计划行动，还是改期?从凌晨开始，我就一直在挣扎。有足够的理由改期，而且我也明白：对于学校对于我来说，取消秋游是最安全最保险最少担当责任的做法!但是，最后我还是和同事、孩子们做了一个艰难的决定：秋游照常。当然，我也有很多理由解释这种最具风险的决定，但其实最重要的，我希望每一个孩子能从这种选择和这种活动中体悟到：变化总是会有，生活还要继续。我们不能左右天气的变化，但是可以改变自己的态度。怀着一份接纳和欣赏，我们会发现雨中的风景更美丽!

亲爱的家长朋友，当您今天走进校园的时候，变化依旧存在，我希望你能和我们一道，积极地面对变化。我希望，您能和孩子们一起，大方地参与课堂学习;和老师一道，大胆地发表自己的观点。我相信，您的积极参与，不仅会给孩子以鼓励，也会给自己留下一段美好的回忆。

在这里，我还对我们的家长朋友提出两个请求：一是当您发现有孩子向您问好的时候，请您微笑着回应他们。当然，如果您能主动递向我们的孩子问好，那就再好不过了。因为我们在用自己的言行影响着孩子。二是请您在离开学校前，把早晨发给您的调查问卷填好，放到门卫室旁的意见箱里。当然，如果您回去后，拿起笔，把您的见闻感受和思考写出来，反馈给我们，我们更是感激!

最后，祝愿每一个孩子今天能表现出最最进步的自我，让爸爸妈妈因自己而自豪!祝愿每一位老师今天能展现出最靓丽的风采，享受三尺讲台的乐趣!祝愿所有的家长在今天的“参与学习活动”中走近自己的孩子，走近学校的老师，体验到相互信赖的重要，体验到为人父母的责任与快乐!

让我们一起祝愿，祝愿今天的“家长参与学习”活动取得圆满成功!

我的国旗下讲话毕，谢谢大家!

**国旗下讲话家长发言稿篇九**

尊敬的家长：

你们好!首先，欢迎各位能在百忙中抽空参加本次家长半日开放活动，您的到来不仅体现了您对您孩子的关心，同时也体现了您对我们工作的理解和支持，谢谢大家!

每一个家长都希望自己的孩子长大以后能有出息，望子成龙，望女成凤，我们老师也一样，一切为了孩子，为了一切的孩子，我们尽职尽责，让孩子在幼儿园里快乐地学本领、长知识。幼儿园说来轻松，看来简单，有的家长也许会以为孩子在幼儿园就是玩玩的，其实幼儿园教育是非常重要的，它将为孩子的一生打下基础，是孩子一生发展的奠基阶段。

在这些日子里，通过大家的共同努力，孩子们在各方面都有了提高。主要体现在：饭前知道洗手，饭后知道漱口，午睡时会自己穿衣服，自己叠衣服穿鞋子，有了一定的生活自理能力，在此，还希望个别家长能放手，要相信自己的孩子，多给他们一个锻炼的机会，从小培养孩子独立生活的能力，不要让孩子养成“饭来张口，衣来伸手”的惰性。我班的高舒义小朋友，他的家长就很注重这方面的培养，孩子就得放手，孩子摔了一交，家长用鼓励的方法，让他自己站起来，培养他的自信、自立，自强。因此，这位小朋友在各方面都不错，尤其在用餐时，从不浪费一粒米饭，有时候我们发现米饭凉了，让他别吃了，可是他给予我们的回答是：妈妈说过的，“粒粒皆辛苦”!孩子从小有这方面的意识，我想离不开家庭教育。在此，我要感谢这位家长，通过孩子的表现，使我们也有了提高。不过，在坐的还有许多家长，他们对孩子的\'教育又是别有风味，各有千秋，在这由于时间的关系，我就不一一表扬了。

我想，在坐的家长今天来这里不是为了看一次活动，更重要是想了解孩子最近学些什么? 是吧?现在我就从以下几个方面来简单的介绍一下：

一、成长档案起作用。

孩子成长通过多种途径得以发展，他们的发展与学校、家庭、社区以及自己的努力是有很大的密切关系。为了体现孩子的成长足迹，我们把每个主题所学习的内容都放在了成长档案里，然后在一个主题结束后，把孩子所学的情况反馈与家长。在这，我要表扬一些家长，比如：谢徐轩、高舒义、许嘉慧、张俊、蔡正杰等一些小朋友的家长，他们每次能留心注意孩子的发展，并把自己想说的话都写在了孩子的成长档案上，有鼓励孩子的话语，有对我们老师帮助的好建议，在这，我要感谢你们对我们工作的支持!

二、家园互动有成效。

孩子是希望，因此，在家园互动这一环节中，我们配合得很好!主要体现在：我们每次发回去的联系条，你们都能认真地看，并给予我们工作上很大的帮助。就如上次的来说吧，我们的主题活动是《春天来了》，有很多家长为孩子提供了春天的自然物，有小金鱼、小泥鳅，还有各种各样的花盆，各种.种子等，有你们的大力支持与配合，才让我们的教学活动搞得那么有声有色，孩子在各方面都有了提高。另外，我在这对家长说声不好意思，由于大家平时沟通的机会比较少，因此对有些孩子在家的情况还不够了解，每星期三早上是我们与你们交流的时间，希望家长能和我们多沟通，多反馈。

三、安全教育紧抓牢。

人常说，健康、安全放首位，这话不错!安全教育在我们工作中是常抓不懈，每次活动都把安全放在嘴边，比如：滑滑时不要推，不要抢，一个一个从楼梯上爬上去，再一个一个滑下来;上下楼梯时，不推也不挤;不玩火、不玩电、不玩水、不爬窗户等，另外通过各种形式加以反复、强调，如：利用晨间谈话、看一些有关这方面知识的电视、图书，网上搜集一些相关的材料，孩子们通过这方面的途径，都有了初步的安全自我保护意识。

孩子的健康是每个家长最大的心愿，春天是个传染病最旺盛的季节，红眼病、腮腺炎、水痘等病状是幼儿期间的爆发期，因此，家长们平时都留意观察一下自己的孩子，万一自己的孩子出现这种症状，能及时与老师取得联系，及早治疗，能在医生和老师的建议下进行隔离。我相信，在坐的家长一定能做到这一点的。因为的宗旨就是“一切为孩子，为了孩子的一切。”

四、工作要循序渐进。

我们的工作之所以有那么多的成效，那是离不开在坐的每一位家长，从孩子们参加兴趣小组活动已经体现出来了，我希望，在我们今后的活动中，家长们能一如既往，继续发扬下去，因此，下面还需家长配合好我们以下工作：

1、前些我们向了《元宵节快乐》《学做解放军》《我爱我家》《春天来了》这几个主题活动，接下来我将向幼儿开展《比一比》《热闹的马路》《瓶》《过节了》《夏天到》《学做小主人和小客人》这些主题活动，希望家长能根据我们的联系条继续支持我们!

2、为了提高孩子的自理能力，大约在4月底，我们小班组开展“穿衣服比赛”。希望家长平时能督促孩子，也为参加“市比赛”做好准备(注：按时间规定的，要求还未定，大概是以时间、还有穿得整齐来定的，到时候会提醒各位家长的)

以上是我们在这些日子里来的学工作情况，在这我做了一个简单的介绍，如果有什么好的建议，请你们把它们写在我们发的意见反馈表上，我们一定会改进!谢谢!

最后，祝大家身体健康!家庭幸福快乐!平平安安!

**国旗下讲话家长发言稿篇十**

尊敬的各位家长，亲爱的老师们、同学们：

大家下午好!

首先感谢各位家长在百忙之中抽时间来学校参加“家长开放日”活动，更感谢大家多年来对大光华国际学校的大力支持。大光华一路走来，有着今天的辉煌与灿烂，是我们师生共同努力的结果，更是你们关心、关注、关爱的结果。借此机会，我代表全体教职工对大家表示衷心的感谢。各位家长，从您的孩子跨入我校那一刻起，就是我们相识并携手合作的开始。教育孩子健康成长是老师和家长义不容辞的责任，为了一个共同的目标，我们今天走到一起，那就是为了孩子的学习、为了孩子的进步、为了孩子的明天。今天学校把各位家长请来，为了让家长全面了解我校教育教学管理、校园环境、学校文化、生活服务等方面的不断变化，搭建家校联系互动平台，提供老师、学生、家长互通渠道。

本学期，我们正在进行着一场深刻的变革。因为我们深刻地认识到：课改是兴校之基;文化是立校之本;艺体是快乐之源。目前我们正在深化课堂教学改革，解决学生不会学和不愿学的问题;正在进行以“白杨精神”为主题的学校文化建设;正在进行艺体课堂教学模式的改革和课外活动选修课的改革。

未来发展的思路：

(一)抓“龙头”，形成德育管理的新局面。设立学生道德讲堂，养成孩子们良好的行为习惯;整治校园环境卫生，让孩子们学的舒心，住得安心，吃得放心;建设以“白杨精神”为主题的校园文化，让学生的视野得到最大的拓展。加强基础文明教育，矫治学生不良行为和心理。

(二)抓队伍，形成全校师生的新面貌。加强教师道德建设，塑造良好师表形象;加快学校人事制度和分配制度改革的步伐。

(三)抓常规，形成教育教学的新特色。注重提高教学流程常规管理水平;着重于过程管理，在“严”、“实”、“细”上下功夫;多途径探索教育教学改革模式。

(四)抓制度，形成全面育人的新优势。完善各项管理制度，力争做到责任到人，有据可依，按章办事。

(五)抓改革，形成自我发展的新活力。不断增强自我造血功能，盘活现有资源，最大限度调动教职工的工作积极性和学生的学习积极性，努力减轻教师负担，提高教学效能，努力减轻学生学习压力，提高学习效率，实现师生的自我超越。

世界的万花筒散发着诱人的清香，未来的天空也传来迷人的旋律。我们将带着孩子们整装出发，用美梦打扮、从实干开始他们的人生征途。同学们!我看重你们的分数，但我更欣赏你们的智慧，因为素质比分数更重要;我看重你们的成绩，但我更欣赏你们的方法，因为能力比知识更重要;我看重你们的能力，但我更欣赏你们的品质，因为成人比成才更重要;我看重你们的名次，但我更欣赏你们的进步，因为今天比昨天更重要。大光华的教育是一种充满科学精神和人文关怀的教育，大光华的教育是以孩子的和谐发展为本的教育。

亲爱的家长，请相信孩子，也请相信我们：

大光华的实力和孩子的潜力一定会创造孩子美好的明天! 大光华的能力和孩子的努力一定会点燃孩子未来的希望!

我的国旗下讲话毕，谢谢大家!

**国旗下讲话家长发言稿篇十一**

老师们，同学们：

大家好，今天我演讲的题目是《人类，仅有一个地球》。

当人类第一次离开地球，在太空遥望家乡时，才惊讶地发现，在目前已知的宇宙星体中，唯有人类的家园地球，才是一颗蔚蓝色的星球。

生命意味着蔚蓝，而蔚蓝意味着生命。不过，大自然在人类面前，有时也会变得光怪陆离，越来越难以驾驭了。

从加利福尼亚的暴风雪到孟加拉平原的大洪水，从席卷地中海沿岸的高温热流到非洲高原持续多年的大面积干旱，地球仿佛在发疟疾似地颤抖，人类竟然也像倒退了一万年似的束手无策。再看看我们的国家，1/3的土地上都遭遇过酸雨的袭击。 1/3的城市人口不得不呼吸被污染的空气。城市中只有不到20%的垃圾是按照环保的方式处理。如果说，人类受到大自然的威胁，这多少有点“无可奈何花落去”之哀叹;那么人类去“威胁”大自然，这岂不是莫大的罪过?曾经是中亚地区最大水域之一的罗布泊湖，现在已被可怕的满地鸟尸所代替。曾被誉为“华北明珠”的白洋淀波光粼粼的景致已经消失。历史上著名的丝绸之路的西域，荒漠化肆意蔓延。上世纪50年代红柳茂盛的敦煌一带，目前则一派荒芜。方圆三四千米找不到洪流的踪影。农田和村落逐渐被沙海吞没，河西走廊的库都克沙漠，柴达木沙漠也在不断向东向南扩大，风沙和热风逐年加剧。

世界文学大师雨果说：“大自然既是善良的慈母，同时也是冷酷的屠夫。”近年来，人类由于对环境不够珍惜，随心所欲，生存环境遭到了严重破坏，各种环境问题接踵而至：森林退化，沙尘暴扬，空中烟囱林立，浓烟滚滚，河中死鱼漂荡，污水滔滔;地上垃圾遍布，废渣成堆……人为地破坏环境，无异于自掘坟墓，大自然已向我们发出了严正的警告：如果只顾盲目地吮吸自然的乳汁，而不立即行动起来，投入保护环境、拯救家园的战斗，最终毁灭的将是我们人类。

无法想象，如果有一天地球上没有了绿色，那人类的文明将会如何，到那时，也许只是灰飞烟灭，一切的一切都只会淹没在漫天飞沙之中。当一片片绿波汹涌的森林被无垠的荒漠黄尘所取代，当无忧地在蔚蓝的天空飘荡的白云被漫天滚滚黑烟所替代，当为地球遮风挡雨的臭氧层被无情的氟里昂所破坏，我分明听见了森林的哭泣，白云的悲伤，臭氧层的叹息。也许有人会说我只在这高谈阔论，也许有人会说环保离我们很远，那我们先来一个式子：“大自然绿色环保人你自己”看完后，你还会觉得它远吗?大自然就在我们周围，绿色就在我们身边，环保就在我们的心中，脑中，手中，行动中。我们不能说我们能为环保做什么，但最起码你开始在认识它，开始在感受我们的大自然，只为着我们共同的理念。

同学们，赶快醒来吧，为了我们共同的家园，从现在做起，从我做起，勇敢地站起来对大自然做出承诺，承诺用我们的双手使地球母亲恢复青春容颜，承诺用我们的行动来改造大自然。从我做起、从身边的小事做起，保护好赖以生存的环境。节约每一滴水，每一度电，每一张纸。使用无磷洗涤用品，少用一次性餐具和塑料袋，拒绝食用野生动物，多食用无污染、营养的“绿色食品”，盛装物品使用“绿色包装”，禁止“白色污染”，爱护身边的花草树木，对环境少一份破坏，多一份关爱，使我们生存的环境更加美好，舒适，立志把我们的社会，我们的家园和校园建设的更加美丽。

同学们，让我们都永远记住：人类，仅有一个地球!谢谢大家!

**国旗下讲话家长发言稿篇十二**

各位老师，同学们：

周三早晨我校举行国旗下的讲话，2024年5月12日是汶川大地震发生的日子，为表达对遇难在害者的悼念和追思，增强全民忧患意识，提高防灾减灾能力，我国把每年的5月12日确定为全国防灾减灾日。

少先队员代表在国旗下做了关于地震来临，我们应该如何保护自己和自救的讲话。她们说道，在地震来临时，我们可以按照如下方法自救：

若居住在平房里，应迅速跑到屋外空旷处，来不及跑到屋外，则要迅速钻到床下桌下，并用枕头，脸盆，书包等物品护住头部，等地震间隙再转移到安全的地方，若房屋倒塌，应呆在床下或桌下，不要移动，等待救援。

若居住在楼房里，不要试图跑出楼外，应选择厨房，卫生间等小空间避震，也可躲在桌柜等家具下面以及房间内侧墙角，并且注意保护好头部。

在公共场所里可躲到就近比较安全的地方，如桌柜下墙角等，不要在高楼下，广告牌下桥头等危险的地方停留。

若在野外活动时，应尽量避开山脚陡崖，以防滚石和滑坡，若在海边游玩，则应迅速远离海边，以防地震引起海啸。

如果在上课时发生地震，大家逃生自救可以参考以下建议：

1、在教室中要立即寻找活命三角区，（课桌、讲台、墙角、墙根等处，都是容易形成三角空间的位置），将身体蜷缩在这些物体旁边，抱头躲避。

2、等到晃动停止后，迅速有组织地撤离，防止发生拥挤踩踏等事故。

3、跑到操场后，原地蹲下，双手保护头部，注意避开高大建筑物或危险物。

4如果被埋入废墟中，要保持冷静，设法避开身体上方不结实的倒塌物，并设法用砖石木棍等支撑容易倒塌的物体。

5、保存体力，设法发出求救信号，等待救援。

平时大家也许会觉得地震离自己很遥远，但在关键时刻，这些知识会帮助大家远离危险、安全避震。希望队员们如果能牢记并传播它们，认真参加学校组织的防震逃生演练，一定能提升自己的自护能力。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn