

# 2023年冬季小学生国旗下讲话 冬季国旗下讲话稿(优质7篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。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

## 冬季小学生国旗下讲话篇一

老师们、同学们：

今天，我向大家讲四件事：

第一，各年级、各班级要认真总结校运会期间涌现的好人好事，并把这种好思想、好作风、好精神迅速转化为团结进取、勤奋求知的动力。校运会期间，我们高兴地看到一大批同学平时重视刻苦训练，在比赛中奋勇拼搏、创造了优异的成绩，为班级集体争了光；许多同学热爱班级，关心集体，服从安排，热情服务，体验到了助人为乐的欢乐，提高了运动场上精神文明的程度；校团委、学生会的干部开动脑筋，团结协作，举行了丰富多彩的活动，为校运会增添了一道亮丽的风景；我们还看到一大批同学做到比赛和学习两不误，在运动会期间，坚持到教室晚自修，认真完成功课。特别要表扬高一年级的同学和老师，团结一心，众志成城，在时间短、压力大、任务重的情况下，利用课外和双休日期间，抓紧训练，成功地进行了大型团体操的表演，获得了来宾和全校师生的一致赞扬，为新百年的首届校运会献上了一份厚重的礼物。所有这些可圈可点的生动的事例，充分展现了龙岩一中人奋发有为、开拓进取的精神风貌和崇尚一流，追求卓越的优秀品格。这正是我们学校持续发展的弥足珍贵的精神财富。

通过校运会，我们也看到在体育工作方面存在的差距，比如

组织发动工作不够深入，体育水平各班级发展很不平衡，安全教育必须继续加强等等，这些薄弱环节在今后工作中要注意努力改进。

第二，根据学校安排，本周为全校教学公开周，共有14位老师精心准备开课。学校要求老师们要积极参加听课、评课活动，共同探讨在新的课改理念指导下，如何改进老师的教学方式；如何改进学生的学习方式；如何让我们的课堂教学关注学生，关注过程，关注发展，把思考还给学生，让创新走进课堂。教务处对本次的教学公开周要全程跟踪，并做好总结评比工作。电教组要为教学公开周提供优质服务，提供评课的录像资料；相关的教研组要及时做好评课工作，有关的年级、班级要做好听课的有关后勤服务工作。学校要求各方面齐心协力，确保本次教学公开周高效有序地进行。

第三，要着力抓好半期考质量分析中提出的各项措施的落实。半期考后，各年级先后召开了质量分析会和家长会，针对老师和学生两个方面，各年级都提出了一些加强管理、改进工作、提高质量的很好措施。比如，要进一步加强思想道德教育，激发学生的学习积极性；要重视加强学生的心理健康教育，提高抗挫折的心理承受能力；要加强对学生学习方法的具体指导，提高学习效率；要引导学生克服偏科现象，力求文理全面发展；学校要改进食堂、图书馆、实验室、运动场的管理，继续提高为学生、为教学服务的质量；教师要进一步遵循学生的学习规律，加强针对性和实效性；教师要继续努力提高教师职业道德修养，做好为人师表，增强教书育人的责任感等等。这些想到的好办法、好措施，都需要全校师生弘扬求真务实作风，狠抓落实。我们经常说“空谈误国，实干兴邦”是很有道理的！在抓好落实的问题上，各位行政干部、教研组长、年级主任首先要承担起责任，党员教师要不愧于“员”这一光荣称号。最近发现，有些班级精心组织安排，提高劳动效率，做到既保证完成劳动任务，又不影响正常教学上课时间。这一做法，值得表扬和推广。最后，我认为有必要再次地强调一下安全问题。最近媒体报道，河南汝州二中发生一起外人

夜间入校，杀害学生至8人死亡4人受伤的案件，由此告诉大家，学校的门卫工作一定要加强，有关门卫工作的各项制度要落实，全校师生也都要自觉支持门卫的工作。在本校内，最近也发生因窗户玻璃掉落意外伤害学生和学生之间打架伤害的事情。这必须引起大家的高度重视。后勤部门必须对全校的门窗安全、用电线路安全等逐一进行检查，进行必要的整改，各班主任要重视对学生进行安全法制教育，把伤害学生的事情减少到最低程度！

谢谢！

## 冬季小学生国旗下讲话篇二

国旗下讲话作为小学德育的实施途径之一，是校园里必做的一门显性德育课程。本文是本站小编为大家整理的冬季小学生国旗下讲话，仅供参考。

老师、同学们：

大家早上好！

随着秋天的来临，天气也渐渐变凉了。秋冬季节，是各类病症的多发季节。那么，在秋冬季节怎样做才能远离疾病，有一个健康的身体呢？今天我想为同学们介绍一些防病的小知识。

1. 冬季是感冒的多发期，同学们应注意预防感冒。大家要根据天气及时地添加衣物，增强体育锻炼来防止感冒。如果一旦患上了感冒，在治疗过程中一定要彻底，千万不要一见病情好转就停针停药，以免病情反复发作。
2. 冬日做锻炼前，一定要做好充分准备活动。因为这时气温低，体表血管遇冷收缩，血流缓慢，韧带的弹性和关节的灵活性降低，极易发生运动损伤。可采用慢跑、拍打全身肌肉、

活动胳膊和下蹲等准备活动调动肌体各部分的机能活动，提高中枢神经系统的兴奋性和反应能力。

3. 进入冬季很多人身上会发痒，有些人以为这是洗澡不够干净，就用热水冲洗，哪晓得越洗越痒。对付这个毛病，可以尽量穿纯棉、柔软的内衣，保持清洁和宽松；多吃些富含维生素a的食物，如瘦肉、菠菜和豆制品等，少吃刺激性大的食物。最后很重要的一点是，洗澡水温不宜过高，洗澡时间也不要过长；洗完澡后，最好抹些润肤露，这样能减少和预防皮肤瘙痒。

4、冬季应加强营养。为了既保证平衡膳食又满足机体需要，一般情况下，从事脑力劳动的学生，每天吃1-2个鸡蛋比较合适。冬季同学们倾向于食用肉类食品，但膳食纤维的补充仍不容忽视。每日膳食粗细搭配，荤素搭配，不仅可以补足人体对膳食纤维的需求，而且可以预防各种疾病的发生。

5. 保持学习生活环境的空气流通。封闭的空间容易滋生各种病菌，所以我们要经常开窗，保持室内空气流通。

谢谢大家！

亲爱的老师、同学们：

大家好！我是五（2）班的郝雨露，今天我们演讲的题目是《安全记心间，快乐过冬天》。随着气温的下降，寒冷的冬季又来临了。由于天气寒冷，气候的变化，是交通事故和人身伤害事故的多发季节。为了确保同学们的人身安全，防止各类事故的发生，过一个健康安全的冬天，请同学们注意以下几点：

## 一、交通安全

冬季有霜冻，路面较滑，有时还有大雾天气，加上冷空气使

人体关节的灵活性较差，反应也相对缓慢，平时在上、下学路上也要注意交通安全。步行走人行道，在没有人行道的地方靠右边行走；不抢机动车道；通过路口或者横过马路时要减速慢行。学生不要骑车上学；不要到河边玩耍；更不能到结冰的水塘、河沟里踩冰玩！

## 二、校内安全

在校内上体育课、课间活动时也要注意安全，不做危险的游戏，不追逐打闹，有冰霜的地方要绕道行走。打扫卫生时一般不使用湿拖布，清洁用水不滴撒在路面上，更不能随意乱倒。上下楼梯及跑步锻炼时不将手插在口袋里，不推挤其他同学。

## 三、卫生防病

冬季是流感等传染病高发季节，同学们要做好个人卫生，勤洗手、勤通风。不去或少去人多的公共场所。同学在咳嗽和打喷嚏的时候请用纸巾捂住口鼻，并及时洗手；同时，天气寒冷，同学们要多添加衣物，不要为了所谓的风度而挨冻受冷。重视饮食安全，不要购买、食用生冷的食品。

## 四、消防安全

进入冬季以来，大家更要关注消防安全，自觉做到：

- 1、身上不带不玩火柴、打火机等火种。
- 2、不玩烟花、爆竹等易燃物品，以免发生意外。
- 3、自觉爱护校园内的各种消防设施和电器设备。
- 4、放学后，要随手关掉室内电器，同时做到人走断电。

最后，愿我们每一位老师、每一位同学，平平安安、快快乐

乐渡过每一天。

谢谢大家！

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

早上好！今天我国旗下讲话的题目是《冬季锻炼，强身健体》！

冬季的到来，给南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，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，还可以加快血液循环，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、踢毽子等项目。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动。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！”

谢谢！

## 冬季小学生国旗下讲话篇三

各位老师、同学们：

大家好

为了全面贯彻落实《教育部国家体育总局共青团中央关于开展第四届全国亿万学生阳光体育冬季长跑活动的通知》及通知的文件精神，结合我校实际情况，切实提高我校学生体质

的健康水平，今天我们在这里隆重举行阳光体育冬季长跑活动启动仪式。目的是号召广大师生走向操场，走进大自然，走到阳光下，积极参加体育锻炼。本次长跑活动的启动就是我校积极贯彻落实中央文件精神，动员和激励广大师生积极参与阳光体育与祖国同行活动的开始。

我校一直倡导健康第一的理念，鼓励广大师生们参与阳光体育活动，除认真组织好运动会、体育课、广播操、眼保健操等活动外，还深入、持久地开展了大课间体育活动，倡导同学们运动起来，锻炼起来，广泛宣传奥林匹克精神。强健自己的体魄，锻炼自己的意志，使运动健康意识深入每位师生的心中。

在这里希望我们的老师、同学们能够持之以恒地积极参与阳光体育活动，用行动实践更高、更快、更强的奥运精神。

冬季长跑活动既强健了我们的体魄、培养了我们坚韧的毅力和拼搏的精神，又能帮助同学们在运动中学会如何相互帮助、支持、鼓励和合作，学会尊重与理解、学会克服与挑战。希望全校师生能够树立科学的人才观，充分认识体育对强身健体、陶冶情操、启迪智慧、壮美人生的积极作用。

最后我宣布xx中学阳光体育冬季长跑活动现在开始！

全体师生们，让我们行动起来，一起跑步吧

## **冬季小学生国旗下讲话篇四**

各位老师、同学们：

大家好！

为了全面贯彻落实《教育部 国家体育总局共青团中央关于开展第四届全国亿万学生阳光体育冬季长跑活动的通知》及通



知的文件精神，结合我校实际情况，切实提高我校学生体质的健康水平，今天我们在这里隆重举行阳光体育冬季长跑活动启动仪式。目的是号召广大师生走向操场，走进大自然，走到阳光下，积极参加体育锻炼。本次长跑活动的启动就是我校积极贯彻落实中央文件精神，动员和激励广大师生积极参与阳光体育与祖国同行活动的开始。

我校一直倡导健康第一的理念，鼓励广大师生们参与阳光体育活动，除认真组织好运动会、体育课、广播操、眼保健操等活动外，还深入、持久地开展了大课间体育活动，倡导同学们运动起来，锻炼起来，广泛宣传奥林匹克精神。强健自己的体魄，锻炼自己的意志，使运动健康意识深入每位师生的心中。

在这里希望我们的老师、同学们能够持之以恒地积极参与阳光体育活动，用行动实践更高、更快、更强的奥运精神。

冬季长跑活动既强健了我们的体魄、培养了我们坚韧的毅力和拼搏的精神，又能帮助同学们在运动中学会如何相互帮助、支持、鼓励和合作，学会尊重与理解、学会克服与挑战。希望全校师生能够树立科学的人才观，充分认识体育对强身健体、陶冶情操、启迪智慧、壮美人生的积极作用。

最后我宣布xx中学阳光体育冬季长跑活动现在开始！

全体师生们，让我们行动起来，一起跑步吧！

## **冬季小学生国旗下讲话篇五**

亲爱的老师们，亲爱的学生们：

大家早上好。我是106的谢霞霞。今天我演讲的内容是冬季消防安全。

火和电是人类生活中不可缺少的工具之一。它们带来了人类的理解和社会的进步，但同时也对人类的生活构成了极大的威胁。为了避免这样的悲剧在我们身边发生，我向同学们提出以下建议：

1、爱护教学楼、宿舍楼的消防设施，保护好校园内的各种电气开关、电线、消防栓、灭火器，不要破坏。

3、如果有人触电，尽量及时关闭电源；或者用干木棍等东西将触电者与带电电器分开，不要直接用手救人；当年轻学生遇到这种情况时，应该向成年人求助，不要自己处理，以防触电。

4、在日常生活中，如果遇到火灾，应该立即拨打119报警。产生浓烟时，要用湿衣服或毛巾捂住口鼻，迅速逃离现场。你不应该惊慌和匆忙。

5、进入公共场所时，要了解和熟悉公共场所的环境，注意安全出口的位置，以便发生事故时及时逃生。

安全是相对的，同时危险也是永恒的，我们能做的就是防止可能发生的事故和意外，希望学校里所有的老师和学生永远绷紧一根弦。

我的演讲结束了，谢谢！

## 冬季小学生国旗下讲话篇六

各位老师、同学们：

大家好！

冬天来了，天气越来越冷了，因为怕冷，许多小朋友都不愿意多动。其实，参加冬季体育活动，特别是室外的体育锻炼，

对于我们而言，是相当有必要的。

冬季体育锻炼，还可以加快血液循环，增加大脑氧气的供应量，这对消除大脑疲劳，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。跑步、武术、球类、跳绳、踢毽子、跳橡皮筋等，都是很好的体育活动。每位同学除了积极的参加学校组织的各项集体活动之外，课余，可根据实际情况以及自己的个人爱好，选择不同的项目进行。

下面，就以跑步为例，说说冬季体育锻炼的注意事项：

1、参加锻炼之前一定要做一些准备活动。防止肌肉拉伤，关节扭伤等现象的发生。

2、跑步时，眼睛看好前面的同学，不要盯着地上；手应该积极摆动，切不可插在口袋里；嘴巴也应该闭上，有的同学一边跑，一边讲话，这样非常不好，因为你张着嘴巴，就把跑步时带起的灰尘吃进去了。

3、冬季锻炼要注意预防感冒。冬季天气比较冷，锻炼时着装要合理，锻炼后要及时穿衣保暖。

4、参加冬季锻炼要有顽强的毅力、持之以恒的精神，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，我把奥林匹克运动创始人的名言送给大家：“你想健康吗？你想聪明吗？请运动吧！”

## 冬季小学生国旗下讲话篇七

同学们，老师们：

大家早上好！

冬天早上很冷，大家都穿的很紧，手脚不够灵活。在这种情况下，很难处理事故。在这里，老师给大家讲讲冬天的学校安全。

由于早上结冰或有雾，汽车的制动性能受到影响。所以出门走路要注意走人行道，走在没有人行道的路边。过马路时一定要等绿灯，注意交通，不要横过马路或奔跑；通过路口时，服从交警指挥，服从交通信号；不要在有护栏或隔离墙的道路上横穿马路。冬天路上会结冰，所以滑起来很危险，不要在薄冰的湖面和河上玩，这是最容易出事的。

冬季长跑是一项很好的运动，但在长跑之前，一定要做好准备，系好鞋带。运动后也要做整理活动，同时一定要保暖，防止感冒。我们还需要特别注意的是，在团体长跑中，不要推推搡搡，不要把手放在口袋里，不要边跑边说话，这样容易造成事故，对身体不好。

学生严禁在走廊和楼梯上跑、跳、爬、拉、推、拉、玩。上下楼梯的时候不要发出那么大的声音。前面的同学不小心摔倒了，后面的同学停下来告诉后面的同学不要往前推。校园的早晨，一些低洼的地方和走廊会结霜结冰，学生们会好奇地溜着玩，也很危险。因为校园里人多，我们很难防范。另外，我们在校园的喷泉和假山上贴了安全警告标志，所以我们不应该玩耍和攀爬。也有同学跑进新种的绿圃，不应该。在这一周，我们将发起一场“文明行走”的比赛，对比看看哪个班最文明。

冬天来了，过年近了。诈骗、绑架、盗窃也非常频繁。在上

学和放学的路上，不要随便和陌生人说话，不要把自己的家庭住址、电话等重要信息告诉陌生人，不要接受陌生人的礼物，也不要坐陌生人的车回家，以免上当受骗。离家上学时关好门窗，注意防盗。

冬天天气冷的时候会用电用火取暖。使用时要小心，防火防电。不要用湿手或湿布触摸或擦拭电器，不要插拔电器，不要随便拆卸电器。禁止携带打火机、鞭炮、水果刀等危险品进入学校，以免发生危险。冬季气候干燥，特别禁止野外焚烧，或随使用火取暖，不分场合和时间，或用火后不经处理就离开，也容易引起火灾。

不吃过期或无包装的小食品或不卫生的东西。

同学们，意外就像老虎和狼，往往隐藏在暗处。如果不小心，会伤人的。请时刻记得收紧安全绳，提高安全意识。