# 十一三讲话稿7篇

来源：piedai.com 作者：撇呆范文网 更新时间：2022-09-27

*讲话稿的大体内容需要按照讲话的对象来确定，提前准备一份讲话稿是为了让我们在台上更好的发挥自己，以下是职场范文网小编精心为您推荐的十一三讲话稿7篇，供大家参考。十一三讲话稿篇1尊敬的老师、亲爱的同学们大家早上好！我非常高兴有这样一个机会同大家*

讲话稿的大体内容需要按照讲话的对象来确定，提前准备一份讲话稿是为了让我们在台上更好的发挥自己，以下是职场范文网小编精心为您推荐的十一三讲话稿7篇，供大家参考。

十一三讲话稿篇1

尊敬的老师、亲爱的同学们

大家早上好！

我非常高兴有这样一个机会同大家交流，今天我讲话的题目是：

寄语同学们：刻苦自励，满怀豪情奔未来；

寄语老师们：学识敦厚，乐观豁达育桃李。

同学们，我们正值青春年少，雄姿英发之时， 我们浑身上下都洋溢着青春气息，一举一动都荡漾着快乐的音符，青春是美丽的，也是短暂的，要想把这美丽的青春留住，唯有刻苦努力才能实现！俗话说，知识改变命运，学习成就未来，态度决定成败。一年之计在于春，一日之计在于晨，我们从今天的这一刻开始刻苦奋斗吧！

让我们从此以后不在喧嚣与浮躁，不在不安与打闹，要增添一份宁静与紧张，一份忙碌与充实，“八千里路云和月，莫等闲，白了少年头，空悲切！”让年轻的心在学习拼搏中悸动！

让我们放弃所有的杂念，拂去课本与心灵的一缕灰尘，投身于知识的海洋，纵情于学习的世界，开始我们的寻梦之旅。用我们激情荡漾的心去开启五彩斑斓的梦。课堂的懒散为抖擞的精神所代替；课下的喧闹为深深的思索所代替；身边的流行音乐为郎郎的读书声所代替。记得《相对论·蝴蝶效应》中一句话：系统初始量很小的变化，便能引起计算结果的巨大误差，南美洲一只蝴蝶翅膀的煽动，便会引起太平洋上的一场巨大风暴，我坚信，只要大家付出了，就一定能在学习的海平面上掀起狂澜巨涛。

未来是美好的，但竞争也是残酷的，一只雏鹰冲向蓝天，没有几次折翅的痛苦砺练，怎能拨雾翱翔万里长空划出最美的弧线？

有人说，人生最大的敌人就是自己，让我们挑战自己、鄙视困难、笑对未来、放歌青春，我们的未来一定会云霞满天，辉煌灿烂！

再美的花也离不开园丁的浇灌，再优秀的学苗也离不开老师的培养。今天，我要对全体老师说的一句话是：“老师，你们辛苦了！”我还要说：“乐观豁达的胸怀”才是一种幸福。

曾经读这样一则故事，在一个小山村里，有一对残疾夫妇，女人双腿瘫痪，男人双目失明，春夏秋冬，……一年四季，女人用眼睛观察世界，男人用双腿丈量生活。时光如水，却始终未冲刷掉洋溢在他们脸上的幸福。

当有人问他们为什么幸福时，他们异口同声地反问：“我们为什么不幸福呢？”男人说：“我虽然双目失明，但她的眼睛看得见啊！”女人说：“我虽然双腿瘫痪，但他的双腿能走路啊！”这就是 幸福，一种乐观豁达的胸襟，一种左右逢源的人生佳境！

拥有这种胸怀，心灵犹如有了源头活水，时时滋润灵动的眼睛，去发现幸福、发现美、欣赏美。姹紫嫣红、草长莺飞是美，大漠孤烟、长河落日是美。荷败菊谢就大煞风景吗？为什么不用心去品味“留得残荷听雨声，菊残犹有傲霜枝”的优美意境呢？在城市，有霓虹倩影车水马龙高楼大厦的繁华热闹；在乡村，有小桥流水麦浪滚滚蛙声一片的淳朴宁静，这就是乐观，这就是幸福。

拥有了这样的胸怀，心灵则空明澄澈，超然于名利纷争之外，感到宁静与满足。身居高位，钟鸣鼎食掌印官符可谓荣福贵；人在陋室，可以调素琴，阅金经，逗虫鱼养花鸟自怡心性，淡泊明志。拥有份平常的工作，能感受到生活的平和安逸。“芙蓉如面柳如眉”是先天的骄傲；“腹有诗书气自华”的侵润，更能使你出类拔萃卓尔不群；即便遇到挫折，“行到水穷处”，也要坦然迎难而上潇洒的去坐看云起时。这就是乐观，这就是幸福。

拥有乐观的人生态度是幸福的支柱，而幸福是乐观抵达的目的地，要想自己幸福，就要首先具备乐观的精神。愿我们所有老师和同学们都永远幸福，幸福永远！

谢谢！

十一三讲话稿篇2

老师们、同学们：

大家早上好!今天讲话的主题是《《有健康才有将来》》。

现在的中小学生不仅学习累，饮食上也出现诸多问题，例如早餐不吃、午餐对付、晚餐过剩、偏食严重，导致我们学生营养状况出现了严重的两极分化，由于营养不均衡造成的营养过剩和营养不良。现在肥胖学生很多，要预防肥胖最根本的是要防止热能过剩，如含糖量较高的可乐型饮料、精致糖果及西式快餐，尤以汉堡包为代表的快餐食品，应少吃。一日三餐需吃好，合理配餐很重要，按营养学的要求，青少年一日的膳食应该有主食，副食，有荤有素。尽量做到多样化，合理的主食是除米饭以外，还应吃面粉制品，如面条，馒头，包子，饺子，馄饨等，特别要做到“早餐要吃好，午餐要吃饱，晚餐要吃少。”吃菜要喝菜汤，但不能用汤泡饭，饭后不要剧烈运动。盛夏酷暑，活动量大，注意补充水分，以免产生失水现象。每天早上要坚持喝一杯牛奶或豆奶。

另外，积极开展体育活动，课外活动，课间操，通过体育锻炼增强体质也很重要。所以，我们应正确对待体育课上的体能训练，大课间活动时不应“袖手旁观”。书上说：“人们追求美好生活的前提条件是要拥有健康的身体。”请同学们每天要保持充分的营养及适量运动，我们不想做“手无缚鸡之力”的秀才，也不想做“病恹恹”的林黛玉!所以请牢记：有健康才有将来!

十一三讲话稿篇3

老师和学生：

早上好！

宽容精神是一种必要的美德，不仅对今天如此，对未来也是如此。人际交往离不开你、我、他和宽容的内涵。与此同时，在一个促进多元文化发展和鼓励民主对话的新世纪，宽容已经从我们这边走向世界。

人要有包容的精神是不容易的。首先要从看得见摸得着的小事做起。

人在遇到矛盾的时候，往往会挑别人的毛病，推卸责任。一个骑自行车的人撞了一个人，双方就开始打架：“你的眼睛呢，不要看着车跑来跑去！”“你会骑自行车打人吗！”老师批评了一个学生，他首先想到了如何为自己辩护。当老师表扬一个学生时，其他学生会说出被表扬者的许多缺点。没有人向自己寻求责任，也没有人向别人寻求优势。这样，哪里能找到包容？理解、宽容和耐心是伟大的精神。很多人都经历过磨难才明白这个道理。

现在的青少年什么都有，却缺乏理解和包容人的心和精神。也许是因为什么都有，什么都来的太容易了，青少年缺少了很多只有在苦难中才能理解的真理。因为人在逆境中需要经历不同的锻炼，比如欲望得不到满足；其他人在困难时不提供帮助；别人做错事，给自己找麻烦；遇到文化差异和相互不理解的矛盾.在这种情况下，你是反省自己还是责怪别人？接受还是拒绝差异？宽容需要保持平和的心态，平和的心态需要从修养开始。

青少年比较好胜好胜。学生可以因为一点小事就争脸红脖子粗；做错事，不注重检查自己，很在意别人的批判态度；两个好朋友进步被夸，一个先不为对方高兴，反而嫉妒。和人打交道，别人都不耐烦

十一三讲话稿篇4

小伙伴好！

我是大二班来老师。上一周我们都放假了，你过的开心吗？我们为什么要放假呢？——为了庆祝国庆节！对，上一周就是我们的国庆节。

一、说一说什么是国庆节。

1949年10月1日，是新中国创立的纪念日。那一天在北京天安门广场举行了有数十万军民参与的中华人民共和国开国大典。1949年10月2日，中央人民当局通过《关于中华人民共和国国庆日的决议》，划定每年10月1日为国庆日，并以这一天作为宣告中华人民共和国创立的日子。今后，每年的10月1日就成为全国各族人民隆重欢庆的节日了

二、国庆节时的大街上有什么纷歧样？

大街上很热闹，门路的两面都挂满了中国五星红旗，有些处所还挂起了红灯笼。人们以张灯结彩的方法，来欢庆我们的国庆节。虽然另有些处所还会锣鼓响天的舞起龙来呢，这些都是为了表达人们内心的无尽的喜悦。

三、冬天来了，我们需要注意什么？

受冷空气影响，我们最近的天气变革会很大哦。那么我们应该注意些什么？首先我们应注意公道添衣：在秋末初冬，气温起伏不定，北风不时降临，要及时为加衣保暖，以抵制风寒的袭击。再者应该及时的包肚子来做好防范事情，托小班的小伴侣可以在老师的辅佐下及时包肚子，中大班的小伴侣就要本身学习包肚子。最后应该多多活动，让我们都健健康康的。

十一三讲话稿篇5

亲爱的学生和老师们：

周一早上好！

今天在国旗下演讲，我们要谈谈苏州的城市精神。

近日来，苏州各大媒体一直在宣传苏州城市精神。你已经知道苏州的城市精神了吗？你理解城市精神的深刻内涵吗？苏州城市精神是“崇文、和谐、创新、深远”；

我们先来看看“崇文”这个词。苏州作为中国第一批历史文化名，是名副其实的人聚集地。从唐朝到清朝的1300年间，苏州产生了45名顶尖学者。苏州有着尊重知识、尊重科学、尊重劳动、尊重人才、尊重创造的良好社会氛围。苏州人善于学习、勤于学习的优良传统，自古就有传承。近代苏州出现了两所书院的百余名院士，最终形成了苏州特有的“状元团”和“院士团”现象，极大地促进了苏州民俗的培育。

再来看看“和谐”这个词。指的是向别人学习，协调发展。苏州想宣传的是开放包容共存、追求和谐发展的理念。同时融合也体现了继承与创新，既充分展现了苏州人25年的儒家思想和人文特色，又体现了一种动态的追求，借鉴吸收一切先进文化所创造的有益成果，在继承和吸收的基础上不断发展和完善。

接下来，我们来看看“创新”这个词。苏州在过去几十年的改革开放中发生的巨大变化可以被称为奇迹。创造奇迹的根本原因是苏州人在改革开放的过程中敢于扎根现实，走符合本地实际、大发展、大变革的创新之路。改革开放初期，苏州以“44万”的精神打开了工业时代的大门；在经济国际化阶段，苏州探索了一条依靠外向型经济发展的新路；苏州在全面推进“两个第一”的过程中，在生动实践“三个创新”精神的同时，打造了“张家港精神”、“昆山之路”、“园区体验”三大法宝。苏州在与时俱进的过程中不断赋予创新新的内涵，使苏州的发展保持强大的生命力。

最后，我们来看看“致远”这个词。苏州受吴文化的影响，一直在探索和追求“静而远，内敛而不张扬”的境界。人、社会、自然的和谐发展已经成为苏州人和苏州城市永恒的价值目标。在目前实践“两个第一”的过程中，需要各种生活因素、生产因素和环境因素相互依存、相互协调、相互促进、共同发展。我们也要发扬开拓进取、开拓创新、勇往直前的精神，抓住机遇，争取发展。“张家港精神”、“昆山之路”、“公园体验”都是致远精神不同形式的体现。同时，这种“不露锋芒又锋芒毕露”，深沉的霸气和坚韧，也是苏州人一贯的追求风格。

“崇文、和谐、创新、深远”。苏州城市精神是这座城市的灵魂，充满了古代魅力和现代风格的.魅力，是这座城市的核心标志，体现了苏州城市可持续发展的凝聚力、精神力量和活力。作为苏州的青少年，我们应该牢记自己的城市精神，进一步弘扬这种精神，增强使命感和责任感，努力学习，健康成长，为苏州的率先、科学、和谐发展而努力。

对于我们小学生来说，弘扬苏州精神，要从小事做起，从自己做起。这里有个要求：“要有礼貌，不要乱跑，见面打个招呼。”

十一三讲话稿篇6

同学们：早上好!

今天上一堂集体晨会，晨会的主题是《预防传染病要从我们身边做起》。春天快到了，大地回暖、万物复苏，各类致病性细菌、病毒也开始旺盛地滋生繁殖起来，非常容易造成传染病的传播流行，因此同学们一定要提高警惕，抵御流感、水痘、风疹、流行性腮腺炎、流脑、猩红热等常见呼吸道传染病。这些呼吸道传染病的共同特点是病原体从呼吸道侵入人体引起病变，简单地说就是通过空气飞沫等传播。由于同学们平时在外边活动较少，多集中在教室和宿舍内，特别是虽然到了春季，同学们仍然习惯把门窗关得很严，这样，室内外的空气很难交换，在空气相对静止的室内，带有病菌、病毒的飞沫在空气中飘浮，人在屋子里呆的时间长，空气又不新鲜，这更增加了传染机会，自然容易感染呼吸道传染病。下面我再讲一讲预防的方法与措施：

1、加大房间卫生清洁力度，创造一个洁净的生存空间。

2、每天早上起床后注意开窗通气，教室也应定期开窗通气。

3、发生病例后，要及时隔离治疗，必要时喷洒消毒水。

4、尽量减少到空气不流通的场所集会，特别是不要到网吧长时间游戏。

5、不要探视病人。

6、对流感、水痘、风疹、流脑等传染病，应积极注射相应的疫苗预防。

7、加强锻炼，增强机体抵抗力，避免过度疲劳。

8、春季气温波动较大，人体抵抗力下降，所以一定要“春捂”防寒，不要早早脱去毛衣、毛裤。

9、一旦有发热、咳嗽等症状，及时就医，早诊断早治疗。对发热38℃以上、有流感样症状的学生，要及时就诊，并回家休息，不得带病上学，你们听到了没有?

说到卫生，我又要展开说两句了。开学已近二十天了，我校文明卫生检查小组开展了一日三次检查活动，以检查情况来看，全校大部分学生都能自学遵守《规范》，学校环境卫生与个人卫生都有了改善，但也存在许多不足之处：乱扔纸屑、随地吐痰、乱涂乱画、口吐脏话、贪吃零食等到现象仍然存在，尤其是贪吃零食现象也是造成传染病的重要途径。我们的检查员这两天把破坏绿化、做危险游戏，追跑打闹、贪吃零食的人记录了一部分，希望这些人注意，如果每月有两次不文明卫生的记录，当月就不能评定为“文明卫生班级”。

为了把我们的文明卫生班级的范围扩大，从本月起，把文明用餐也纳入考核的范围。你们听清楚没有?为了表扬先进，鞭策后进今天顺便把第三周的文明餐桌公布一下：他们是第6、21、22、28、29、31、32、50、52和60桌(中午，请以上各桌桌长在餐厅领取奖品)，其中21桌两周来已4次评为文明餐桌了，但需要改进的18桌、29、38已经两次榜上有名了，今天由于时间有限，好的与差的桌子上姓名我都不报了，下个星期我一定把他们的名单报一报，就这么定了。

同学们，预防传染病要有良好的习惯，有许多习惯就是一天一天的从我们的身边的小事做起，而需要我们养成的习惯又实在太多，请你不要责怪我们说得太多，而是你做得太不够优秀，希望通过今天的晨会，你至少有点收获，我的讲话完了谢谢大家。

十一三讲话稿篇7

亲爱的同学们：

大家好！

我们伟大的祖国在经历几千年的沧桑巨变后，成为了今天的新中国。中国的崛起，世界见证，在国庆来临之际，我们更要珍惜这来之不易的好生活。

从前，人们吃不饱穿不暖，三餐只是白米饭。衣服破旧，真是“新三年、旧三年、缝缝补补又三年”啊！房子是又小又矮的土木楼，是“到了雨天是漏斗，到了夏天是火炉，到了冬天是冰窟”一样的房子。衣服用手搓，连生活用品也跟不上时代。出行只有“11路”（两条腿）。物价飞涨、民不聊生。总之，人们的生活异常艰苦。

但这一切都随着1949年10月1日毛泽东主席的一句话而改变：“中华人民共和国中央人民政府在今天成立了！”现在，已经和以前大不一样了。食物想吃多少吃多少，不用勒着裤腰带过日子了。衣服的款式变多了，有保暖的鸭绒衫、凉爽的背心、笔挺的西装。房子冬暖夏凉。出行有飞机、火车，大大缩短了世界的距离。生活有了洗衣机、电冰箱、电视、电脑，人们生活方便极了。

爷爷说，在解放之前，大爷爷大奶奶省吃俭用，一月才几十块钱，上街买米十块钱一斗。没办法，三餐馒头。早上迎了晨风上班，晚上踏着星星回家。可谓是苦到了极点。冬天冷，没有护手霜，大奶奶手上冻出了大口子，她忍着痛把伤口一针一线缝起来，到了春天才拆开，真是可怕极了。现在有了润手霜了，再也不怕皮肤裂开了。爷爷又说，大爷爷一天做农活，不小心划了一小道口子，他也不包扎，最后流脓，只能去看医生，但医生诊费太高，只有用草药搽一下，最后虽然好了，却留下永久的伤疤。多么惨啊！可见以前的生活多么艰苦。这些事在现在看来，都是一件件小得不能再小的事。我们可以发现，今天的幸福生活多么来之不易啊。

新中国不仅大力发展经济建设，解决了人民群众的衣食住行问题，还造出了氢弹，苏联用了四年，美国用了七年零八个月，而我国只用了两年就完成了试爆。如今，奥运会、世博会的成功举办再次向世界证明了新中国的伟大！

在这里，我祝福祖国的明天更美好！

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com