# 冬季防寒防冻演讲稿(实用5篇)

演讲稿也叫演讲词,它是在较为隆重的仪式上和某些公众场合发表的讲话文稿。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢?下面我给大家整理了一些演讲稿模板范文,希望能够帮助到大家。

# 冬季防寒防冻演讲稿篇一

大家早上好!

今天我国旗下演讲的主题是: 预防冬季疾病,注意防寒保暖。

转眼又到了年末,冬天到了,天气渐渐冷了。随着气温的降低,呼吸道疾病的病原体,如细菌、病毒等更容易存活,而我们的呼吸道黏膜受到冷空气的刺激,抵抗病原体的能力下降,这两方面的共同作用导致了冬天呼吸道传染病的多发。冬天常见的呼吸道传染病包括了大家都比较熟悉的流行性感冒、水痘等等。我们要特别注意这些学校中常见的传染病的预防。

那么该如何预防呼吸道传染病呢?我们应做到以下几个方面。

- 1、讲究卫生。要养成良好的卫生习惯,如经常洗手,不随意吐痰;家里和教室应经常通风换气,保持空气新鲜和室内干燥。
- 2、加强锻炼,增强免疫力。应积极参加体育锻炼,每天散步、慢跑、做操等,使身体气血畅通,筋骨舒展,增强体质。
- 3、注意居室通风,减少和抑制病菌病毒繁殖。
- 4、注意防寒保暖。冬季比较寒冷,人极易受寒伤肺,降低人体呼吸道免疫力,使得病原体极易侵入,引发呼吸系统疾患。 因此要注意及时添加衣服保暖。

同学们,让我们携起手来,为我们能拥有一个健康的体魄,能快乐、舒心地学习、生活而一起努力吧!我的演讲完毕,谢谢大家!

# 冬季防寒防冻演讲稿篇二

- 一、近期天气降温,路面有时会出现湿滑的情况,还伴有大雾天气,能见度较低,因此平时在上、下学路上要注意交通安全。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。
- 二、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。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、冬春季节是流行性腮腺炎、风疹、麻疹、水痘、流感等呼吸道传染病的高发季节,现已进入冬季,呼吸道传染病不断出现。为了保障同学们的身体健康,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。

四、天气寒冷,同学们要注意及时增添衣物,以免影响课程,平时多喝热水,注意饮食安全,不要购买、食用生冷的食品以及三无食品。

五、进入冬季以来,大家更要关注消防安全,自觉做到:不 玩烟花、爆竹等易燃物品,以免发生意外,自觉爱护校园内 的各种消防设施和电器设备。放学后,要记得随手关灯。

另外:如果有同学的衣服、水杯或者钥匙等物品丢失,请到 德育处认领。

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!我的.演讲到此结束!

# 冬季防寒防冻演讲稿篇三

目前已进入寒冬季节,恶劣天气增多,温度降低,为了您孩子的平安与健康,切实做好低温雨雪冰冻天气防范应对工作,请您和我们一起按以下要求做好孩子的防寒、防冻、防滑工作,加强对孩子的安全教育。

### 一、注意防寒保暖

家长应密切关注天气变化,降温时及时给孩子增添衣物,穿好棉鞋棉袜,戴好手套、帽子、围巾,防止冻坏身体、冻伤手脚,防止感冒。

### 二、防滑、防溺水等安全教育

教育孩子不到危险的地方去,不玩冰雪。禁止孩子到人工湖、水库、沟塘池堰等地玩耍,不到结冰水域旁边玩耍,不擅自与同学结伴滑冰或打捞水中物品,以防溺水事故发生。教育孩子不玩水,防止因打湿衣服、鞋子而受冻受凉,预防感冒的发生。

#### 三、交通安全教育

雨雪天气,提醒孩子注意交通安全,遵守交通规则,遵守公共秩序。要教育孩子上学、放学路上不贪玩、不逗留,要求孩子按时回家。上学、放学要注意行走安全,有条件的家庭尽量亲自接送学生。雪天路滑,让孩子尽量穿防滑底棉鞋,路面结冰,教育孩子不要在马路上追跑打闹、玩雪、打雪仗,避免不安全事故发生。

#### 四、预防传染病安全教育

冬季极端天气易引发流感、流行性脑炎、麻疹等多种传染性疾病,家长要重视培养孩子良好的生活习惯和卫生习惯,提醒孩子多饮水,勤洗手,注意防寒保暖,远离传染病源。请家长做好孩子健康状况的监测,发现孩子生病,立即上报班主任老师,并及时就医,病愈后开具相关复课证明方可返校。

## 五、防火、防电安全教育

随时检查室内外电路是否老化、漏电。教育孩子不用大功率用电器,注意用电安全。

#### 六、食品安全教育

经常对孩子进行饮食卫生安全教育,懂得有关卫生常识,养成良好习惯。不吃腐烂变质、霉变或其他伪劣食品,不要喝生水。要有效控制学生零用钱,杜绝学生乱买零食,吃一些对身体无益的食品。

#### 七、教育孩子要遵守纪律

教育孩子遵守学校的纪律,不能无故缺席,如需请假,家长应第一时间向班主任老师请假。同时,请家长们注意孩子的上下学时间,请保持通讯正常,确保与学校信息畅通。

亲爱的家长朋友,学校的"暖冬计划"和孩子的健康成长,需要您的积极配合。让我们携起手来,牢固树立"安全第一,预防为主"的意识,重视对孩子的安全教育与监护,共同担负起呵护孩子生命的责任,使孩子在温暖、幸福的环境中健康、快乐成长!

# 冬季防寒防冻演讲稿篇四

让我们满怀喜悦的心情参加冬季运动会, 尽显我们的风采吧!

下面是小编为大家收集关于大学生冬季运动会演讲稿,希望能帮到你。

各位老师、各位同学:

今天,立珊大学在此举行xx年元旦运动会开幕式。这个运动会,是一个从立珊中学成立伊始就开始了的已举办了34届的传统运动会,在我们大力倡导校园文化建设的今天,我把他视为立珊中学一笔宝贵的精神财富,我们要把它继承好,要把这个传统继续传扬下去。在此,我提议,让我们用最热烈的掌声,向我的6位前任校长表示衷心的感谢!

强健的体魄是担当大任的资本。为了实现远大的目标志向,毛泽东从青少年时代起就非常重视体格的锻炼,认为身体是"知识之载,道德之寓"。他还曾于1920xx年撰写了《体育之研究》一文,详尽阐述了身体对于学问与事业的重要性。他认为,一个有志向有抱负的人,就怕没有强健的身体。身体健康、精力充沛、有思想、有学问,什么事情不可以做呢?毛泽东一生一直没有放松过对身体的锻炼。经常参加冷水浴、风浴、雨浴、雪浴、日光浴,尤其酷爱和擅长游泳,这种锻炼使身材伟岸的他精力、体力愈加过人。毛泽东之所以能担当历史大任,做出惊天动地的伟业,除了他超群的才华、坚强的意志,得益于他强健的体魄。

他后来提出"发展体育运动,增强人民体质",提出了"德、智、体"全面发展的教育方针,对于提高国民素质,起到了巨大的推动作用。正是有了中国体育事业的巨大发展,有了全民族体质的提高,我们才将"东亚病夫"的帽子永远扔进了太平洋,成为了世界上屈指可数的体育强国。

体育对于今天的立珊中学来说,不止是一项运动,不止是一种活动,也不只是增强广大师生员工体质的办法和手段,它应该成为立珊中学的一种文化。一种赖以增强凝聚力、培养竞争意识、团队意识、顽强意志、拼搏精神和集体荣誉感的

文化,我们要把这种文化继续发扬光大。

各位老师,各位同学,明年中考再次将体育纳入考试科目,并且项目和分值都有进一步提高,即使仅仅为提高我们的成绩,各位也应该积极投身到这次运动会中来。不但如此,我们还要把体育锻炼渗透到日常学习生活中,认真做好早操、课间操,认真上好体育课,自觉地养成经常进行体育锻炼的习惯,把"文明其精神,野蛮其体魄"当作自己毕生的追求。

老师们、同学们为了这次运动会,还有今天晚上的元旦文艺晚会,大家已经准备了很久,辛苦了很久。在此,预祝各位运动员在此次比赛中取得好成绩,祝各位在参加比赛和观看比赛的同时,能够获得美的享受,祝各位度过一个难忘的、有意义的元旦佳节,让我们共同开创立珊大学更加美好的明天!

### 谢谢大家!

今天的天气虽然比较冷,但这是对我们意志的考验,也是对我们团队精神的一种磨练,相信我们全体参赛队员都将满怀喜悦的心情,以精神饱满的姿态展现出良好的竞技状态,展现出优良的团队精神,迎接挑战,我们本着"友谊第一,比赛第二,增强沟通,展示风采"的原则,去实现"争创第一"的目标。

最后, 祝本次运动会取得圆满成功!谢谢大家!

亲爱的老师们、同学们:上午好!

身披初冬薄雾,沐浴冬日暖阳。我校xx年冬季田径运动会就要开幕了!我代表学校对此次运动会的如期举行表示热烈的祝贺,向各位领导、各位来宾表示热烈的欢迎,向筹备、组织这次运动会各项工作付出艰辛努力的相关人员表示衷心的感谢,向刻苦训练、积极备战的所有参赛运动员表示亲切的问

教育的本质是培养人的精神,而素质教育则是一种超越性的教育。在过去的几年里,我校师生发扬拼搏创新的精神,在校园建设、教育特色、教育教学等方面均取得了可喜的成绩。但挑战自我的步伐不能停止,追求卓越的理念不能松懈。我们不仅要在学业上勇于争先,而且还应在德智体美等方面实现新突破,尤其是体育运动。一个人没有健康的体格,就没有健全的人格,因此一个合格的中学生必然是一个全面发展的学生,一个能自我完善的学生,一个无(论在考场上还是运动场上都能勇攀高峰的学生。

在此,我希望全体裁判员、工作人员忠于职守、严守规则、 热情服务;每位运动员精神饱满,斗志昂扬,拼出成绩,赛出 风格,让青春的活力迸发在赛场上的每个角落;每名助威同学 服从大会管理,文明参观、主动服务,为运动员摇旗呐喊, 争创精神文明班级。

体育是力量的角逐,体育是智慧的较量,体育是美丽的展示,体育是理想的飞扬。参与就是成功、坚持就是胜利。好的名次值得骄傲,而顽强的毅力更是每个运动员的优良品格的展示。让我们用实际行动去追求"更高、更快、更强"的奥运精神!我相信通过全校师生的努力,我校本届田径运动会一定会开得安全、有序、健康、精彩!一定会展现出实中人文明、团结、进娶超越的精神风貌!

最后,祝全体运动员赛出好成绩!预祝大会取得圆满成功!

谢谢大家!

# 冬季防寒防冻演讲稿篇五

大家好!

### 一、注意交通安全:

冬季人体关节的灵活性较差,反应也相对缓慢,在上、下学路上要注意交通安全。步行走人行道,在没有人行道的地方靠路右边行走;通过路口或者横过马路时要减速慢行,为了自己和他人的安全,希望同学们一定要注意交通安全,自觉遵守交通法规。

#### 二、注意运动安全:

上体育课前要充分做好准备活动,运动时不要剧烈碰撞,以 免撞伤或摔伤。上、放学以及课间不追逐打闹,不大喊大叫, 不成群结队,不拥挤,有秩序行走。

#### 三、注意和谐交往:

在同学间遇到矛盾时,一定要冷静,要理智,切忌用拳头代替说理,给自己和同学带来不良的后果。自己解决不了的矛盾,一定要寻求老师的帮助进行解决。

### 四、消防安全方面:

- 1、不带火柴、打火机等火种以及烟花、爆竹等易燃易爆物品进入校园,以免发生意外。
- 2、自觉爱护校园内的各种消防措施,如消防栓、灭火器等。
- 3、在教室里,不得擅自使用电器设备。
- 4、放学之后,请随手关掉电器。

提醒大家:天气寒冷,同学们要多添加衣物,不要为了所谓风度而挨冻受冷。

同学们,生命是美好的,生活是多彩的,而要拥有这一切的

前提是安全。所以我们一定要时刻加强安全意识,努力增强 自我防范能力,做到警钟长鸣!让我们一起来创建我们的平安 校园吧!

我的国旗下讲话到此结束,谢谢大家!