# 幼儿园防寒保暖的演讲稿

来源：网络 作者：清幽竹影 更新时间：2024-07-04

*通过对演讲稿语言的推究可以提高语言的表现力，增强语言的感染力。在日常生活和工作中，越来越多地方需要用到演讲稿，相信许多人会觉得演讲稿很难写吧，下面是小编帮大家整理的幼儿园防寒保暖的演讲稿，希望对大家有所帮助。幼儿园防寒保暖的演讲稿1尊敬的各...*

通过对演讲稿语言的推究可以提高语言的表现力，增强语言的感染力。在日常生活和工作中，越来越多地方需要用到演讲稿，相信许多人会觉得演讲稿很难写吧，下面是小编帮大家整理的幼儿园防寒保暖的演讲稿，希望对大家有所帮助。

**幼儿园防寒保暖的演讲稿1**

尊敬的各位领导、老师、亲爱同学们：

大家，早上好！

今天我国旗下讲话的主题是“冬季安全，记心中”。

随着气温的下降，寒冷的冬季马上就要来临了。为创造一个安全的环境，请老师、同学们注意以下几点：

第一、讲究卫生，做好冬季防病。冬季是流感等传染病的高发季节，同学们要做好预防措施，如，进行流感疫苗接种。注意个人卫生，勤洗手、教室勤通风，各班要做好每周的个人卫生检查。不吃“三无”食品，注意身体健康。

第二、多运动，注意安全。上体育课前要作好准备活动，运动时要遵照老师的要求，不剧烈碰撞，不违规运动。

第三、注意课间文明。课间不大声喧哗，不追逐打闹，上下楼梯慢步轻声，靠右行。严禁在楼梯的.扶梯上滑下来。

第四、集体活动一定要排队。如：去厕所、做课间操、就餐等活动每个人都要学会文明走路，不要抢跑、不互相推挤，做到井然有序。

第五、不带危险物品进校园，注意用电安全。不乱动教室内的电源插座，不要用湿布擦电器开关。

第六、要注意交通安全。排路队回家一定要有秩序，听从值勤老师和路队长的指挥。上学、放学途中要遵守交通规则，放学后按时回家。

老师们，同学们，让我们共同努力创建平安校园。让我们在国旗下共同祝愿，祝愿我们每天平平安安到校，高高兴兴回家，祝愿我们的校园真正成为全校师生安全的港湾，和谐的家园！

谢谢大家！

**幼儿园防寒保暖的演讲稿2**

尊敬的老师们、亲爱的同学们：

大家早上好！（鞠躬）

今天我国旗下讲话的内容是“防冻保暖，平安伴我”。寒冷的冬季已经来临，同学们每天都顶着呼呼的寒风来上学，真了不起！可要注意了，当气温降到5℃以下后，我们的小手小脸就可能会变得又红又痒，严重时出现水疱，破裂后形成糜烂或溃疡。这种冻伤多发生在我们的身体末端或表面，这些部位血流缓慢，且又经常暴露在外，局部温度低，极易受寒冷的伤害。那我们如何做好防冻工作呢？这里我建议大家勤做五件事。

1、勤进行耐寒锻炼。如慢跑、快步走、跳绳等体育活动，让全身各个部位活动起来，既可促进血液循环，也可以提高人体对寒冷的忍耐性。

2、勤准备防寒物品。在严寒的时候，我们不仅要穿着适当厚度的保暖御寒衣服，还应戴上口罩和手套。

3、勤换鞋、袜和鞋垫，勤用热水洗脚。俗话说：“寒从脚下起。”在严冬，我们更应该注意脚部保暖。

4、勤活动手脚和揉搓面部、耳、鼻。经常揉搓按摩这些部位，可以改善局部微循环，加快血液流动。这是预防冻疮的最佳办法。

5、勤晒被褥。被褥经过日晒，变得蓬松，不仅增加了空气量，而且还增加了厚度。因此，盖着晒过的被子，会觉得更加暖和。

除此之外，冬季出门前我们一定要吃饱、穿暖，做好各种御寒准备。但如果外出活动时手脚被冻得发僵怎么办？我们千万不要立刻在炉火上烤或者在热水中浸泡，这样会形成冻疮甚至溃烂。正确的方法是回到温暖的\'环境中去，使冻僵部位的温度慢慢回升。最有效的方法是用手搓，通过摩擦增加温度，促进自身的血液循环，以恢复正常。

冬天还很漫长，希望同学们掌握相关知识，提高防寒能力，注意冰雪天不要被冻伤。在此我衷心祝福大家过一个健康愉快的冬季。我的讲话完毕，谢谢大家！

**幼儿园防寒保暖的演讲稿3**

尊敬的老师、小朋友们：

大家早上好！我是本周的教师代表（李老师），今天很高兴站在国旗下讲话。上个星期小朋友们放了一个什么节假日呢？（元旦），小朋友们一定过的很开心吧！今天我要讲的主题是关于《二十四节气中的小寒》。

小寒是二十四节气中的第二十三个节气，时间是在阳历的1月5—7日之间，今年的小寒在1月5日本周四，太阳位于黄经285°。对于中国而言，这时正值“三九”前后，小寒标志着开始进入一年中最寒冷的日子。“小寒”一过，就进入“出门冰上走”的三九天了。

俗话说，“小寒大寒，冷成冰团”。南京人在小寒季节里有一套地域特色的体育锻炼方式，如跳绳、踢毽子、滚铁环，挤油渣渣（靠着墙壁相互挤）、斗鸡（盘起一脚，一脚独立，相互对斗）等。如果遇到下雪呀，则更是欢呼雀跃，打雪仗、堆雪人，滚雪球。很快就会全身暖和，血脉通畅。

民间有一句古话：“冬天动一动，少闹一场病；冬天懒一懒，多喝药一碗。”这说明了冬季锻炼的重要性。在这干冷的日子里，我们要多进行户外的运动，如晨早的慢跑、跳绳、踢毽等。

一般而言，冬天小朋友室外活动主要有以下的安全隐患：

寒风。冬季的寒风风力不仅凛冽，而且持续时间长，是重大的季节性安全隐患之一。同时寒风也容易让小朋友着凉感冒。

冰冻。冰冻也会严重的影响小朋友们的安全。在冬季由于冰冻路面干滑，小朋友容易摔倒身体受外伤。

大雨。南方的`冬天雨水频繁，而且异常寒冷。在多雨的冬季里，由于需要撑雨伞、穿雨衣等，导致幼儿室外行走的视线受到干扰，容易造成跌到事故和交通安全事故。

希望小朋友需要多掌握节气知识、提高季节疾病防范意识，小朋友也要多喝水多吃有营养的食物，做到季节性伤害早防范、早治疗。

最后，也希望小朋友们快快乐乐、平平安安、健健康康的度过每一天。今天李老师的分享就到这里了，谢谢大家！

**幼儿园防寒保暖的演讲稿4**

各位：

大家早上好！今天我国旗下讲话的题目是《锻炼防寒保暖》！

冬季的到来，给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，锻炼不怕严寒的坚强意志，而且还可以防寒保暖，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！

**幼儿园防寒保暖的演讲稿5**

各位：

今天我演讲的题目是《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，气候干燥，是火灾事故、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：

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！

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把，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。

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。在人多的公共场合带好口罩。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。

进入冬季以来，天干物燥，火灾隐患很大，大家都要关注消防安全，自觉做到：身上不带不玩火柴、打火机等火种，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措施和电器设备。放学后，要随手关掉室内电器，很多同学家中也一定采取了取暖措施，如果是用燃煤取暖一定要注意通风换气，预防煤气中毒。当发现自己有头昏、心烦等一氧化碳中毒时，应注意及时采取相关措施，立即打开门窗通风换气，不能使用明火，并及时求救。在用电暖器、电热毯等取暖时，大家要远离发热管，同时做到人走断电，如果在使用电器时万一起火，同学们首先不要惊慌失措，有灭火器的可直接用灭火器灭火，或者

是先断掉电源，然后再用水灭火，切不可在未切断电源的情况下就用水灭火，以防造成人员触电事故。当然，我们小学生最好不要私自救火，逃离火场及时呼救是我们小学生要做的。

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！

**幼儿园防寒保暖的演讲稿6**

同学们，老师们：

大家早上好！

冬天早上非常寒冷，大家穿戴都比较严实，手脚也不够灵活了。在这样的情况下，万一出现意外比较难以应对。在此，老师和大家讲讲学校冬季安全小知识。

由于早晨冰冻，或者雾气茫茫，影响了汽车的刹车性能。因此，步行外出时要注意，一定要行走在人行道内，在没有人行道的地方要靠路边行走。横过马路时须等待绿灯，要注意来往车辆，不要斜穿、猛跑；在通过十字路口时，要听从交通民警的指挥并遵守交通信号；在设有护栏或隔离墙的.道路上不得横过马路。冬天在马路上会结冰，滑行非常非常危险，更不要在结有薄冰的湖面河面上玩耍，这样最容易出事。

冬季长跑是一项不错的体育运动，但是在长跑锻炼前准备活动一定要充分，并系好鞋带。锻炼后还要做整理活动，同时一定要注意保暖，以防感冒。我们还需要特别注意，在集体长跑中，不可以推推搡搡，或者手插在口袋里，或者一边跑步一边讲话，这样很容易发生意外，也不利健康。

严格禁止学生在走廊、楼梯口进行跑、跳、爬、拉、推、扯、打闹等危险动作。在上下楼梯不要大声喧哗。当前面的学生不小心跌倒，后面的学生原地停步，并转告后面的学生，不要再往前挤。在校园的早晨，有些低洼处，走廊上会结霜，结冰，同学们会好奇的滑一滑，玩一玩，这样也很危险。因为校园里人比较多，我们难以防备。还有我们在校园还贴上了安全警示标语，因此更不应该去玩耍攀爬了。

冬天来了，过年也近了。诈骗，绑架、偷盗事件也特别多。上学放学路上，不要随便与陌生人交谈，不能告诉陌生人自己的家庭住址、电话等重要信息，不接受陌生人的礼物，或者搭成陌生人的车子回家，以免上当受骗。离家、离校时关闭门窗，注意防盗。

冬天天气比较冷，会用电、火取暖，使用时要注意小心，防火防电，不要用湿手、湿布触摸或擦拭电器、插拔插头，不能随便拆卸电器。身上禁止携带打火机、鞭炮、水果刀等危险物品到学校，以免发生危险。冬天气候干燥，在野外特别不可用火烧荒，或者随随便便的用火取暖，不分场合，不分时间，或者用完火后不处理随便离开，也很容易引起火灾。

不吃过期和三无包装的小食品，不吃不卫生的东西。

同学们，事故似虎狼，常在暗中藏，若是不提防，它就把人伤。请大家时刻牢记，绷紧安全这根弦，提高安全意识。

**幼儿园防寒保暖的演讲稿7**

尊敬的各位老师，亲爱的同学：

同学们，一不留神，11月份就这样过去了，12月份也马上过半。期末的脚步匆匆临近。古人云：逝者如斯夫，不舍昼夜。每个人对待时间的态度不同就会产生不同的结果。珍惜时间的人在这半个学期中留下串串果实，浪费时间的人行路至此两手空空。经过半学期的学习，有的同学在各方面进步显著，有的同学却收效甚微，就是因为这个原因。

高尔基曾说过：“天才就是勤奋。人的天赋就像火花，它既可以熄灭，也可以燃烧，而促使它熊熊燃烧的办法只有一个，那就是勤奋。”如果同学们做到以下四点，就能做到勤奋，那么人人都可实现自己的梦想！

第一，珍惜时间。“一寸光阴一寸金”，历数古今中外一切有大建树者，无一不惜时如金。求知者抓紧时间，勤奋者珍惜时间，聪明者利用时间，有志者赢得时间。

第二，勤学好问。在学习中，我们会遇到许许多多的问题，有的问题可以通过自己的刻苦钻研加以解决，而有的问题不是自己所能解决的，在这种情况下，我们要多问，好问。不要觉得问问题抹不开面子，疑惑不解将成为永远的疑惑，所以抓住机会，多问多学。

第三，善于思考。古人说，学贵有疑。在学习的过程中，我们不能一味地接受知识，而是要开动脑筋，多问几个为什么，要敢于提出问题，要思考知识间的逻辑关系，体味思维的乐趣。

第四，自我鞭策。当清晨的铃声响起，需要我们离开温暖的被窝起床时，当天空还沉浸在黑暗中，需要我们踏着寒霜迎着冷风到校时，严寒成为了对我们信念的`挑战，意志的磨练和毅力的考验。同学们不畏严寒，每天早早到教室，埋头苦读，仿佛寒冬中的梅花，在骄傲的绽放，大雪压青松，青松挺且直。只因他们在不断自我鞭策不断成就自我。

严冬虽寒，但我们热血满满。在这短暂而紧迫的时间中，我想我们已没有退路，如果你的行动配不上你的梦想，那也就辜负了青春的美好。同学们，你的心有多高脚下的路就有多远，即使在严寒中也要挺似青松，傲如梅花！

**幼儿园防寒保暖的演讲稿8**

老师们、同学们：

大家早上好！知道今天是什么节日吗？对，今天是冬至。

冬至是我国农历中的一个非常重要的节气，也是一个传统节日。冬至通常在每年的12月22到23日之间，是我们北半球全年中白天最短，黑夜最长的一天。

我们河南人在冬至这一天有吃饺子的\'习俗。知道为什么吗？

相传南阳医圣张仲景曾经在长沙当官，他告老还乡时正是大雪纷飞的冬天，寒风刺骨。他看见南阳白河两岸的乡亲衣不遮体，有不少人的耳朵被冻烂了，心里非常难过，就叫弟子搭起医棚，用羊肉、辣椒和一些驱寒药材放在锅里煮熟，捞出来剁碎，用面皮包成像耳朵的样子，再放下锅里煮熟，做成一种叫“驱寒矫耳汤”的药物施舍给百姓吃。吃过后，乡亲们的耳朵都治好了。后来，每逢冬至人们便模仿做着吃，形成“捏冻耳朵”的习俗。以后人们称它为“饺子，也有的称它为“扁食”和“烫面饺”，人们还纷纷传说吃了冬至的饺子不冻耳朵。

冬至过后，气候进入最冷阶段。我们俗称“数九”，民间还流传着“九九消寒歌”：一九、二九不出手；三九、四九冰上走；五九、六九，沿河杨柳；七九河开，八九雁来；九九加一九，耕牛遍地走。

我的演讲完毕，祝老师和同学们冬至快乐，身体健康。

谢谢大家！

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！