解读《中小学生守则》的讲话稿

鸦无锋

修订《中小学生守则》，是学习贯彻习近平总书记系列重要讲话精神、落实立德树人根本任务、在广大青少年学生中培育和践行社会主义核心价值观的一个具体举措，也是贯彻党的十八届四中全会精神、推动法治中国建设的具体体现。要将社会主义核心价值观体现在学生的日常学习生活中，在青少年中乃至全社会推动形成奋发向上、崇德向善的强大力量，建设中华民族的共有精神家园。

　 你们正处在世界观、人生观、价值观发展的关键阶段，首先要让他们明是非、辨美丑、知善恶。要记住《守则》的每一项要求，熟知学习生活中的基本行为规范，知道哪些是必须遵守的，哪些是要坚决摒弃的，逐渐形成正确的价值判断。新版《守则》共9条，既有原则性要求，如爱党爱国爱人民、明礼守法讲美德、诚实守信有担当等，更提出了具体的、便于学生操作的行为规范，如了解党史国情、上课专心听讲、主动分担家务、自觉礼让排队、虚心接受批评、节粮节水节电等。因此，要从细微处着手，见微知著，逐渐从具体的行为规范中形成对社会主义核心价值观的正确认知，大家要逐步理解富强、民主、文明、和谐作为国家层面价值目标以及自由、平等、公正、法治作为社会层面价值取向的深刻内涵，从而将自觉践行爱国、敬业、诚信、友善作为公民层面的价值准则。

　　在落小上下功夫，大家要遵守每一条准则。落小，在于便于大家践行。新版《守则》既注重以人为本，关注大家的生命安全、身心健康、道德成长；也注重从你们实际出发，涉及知识学习、劳动实践等领域；更注重价值引领，引导大家正确处理与他人、与社会、与国家、与自然的关系。这就要求在“落小”上下功夫，将我们学生全面发展的要求落到日常学习生活中，教育引导大家从身边小事做起、从一点一滴做起，真正把核心价值观的要求变成日常的行为准则，进而增强自觉奉行和日常践行的能力。大家遵守《守则》每一条准则，在日常学习生活中以《守则》为镜子，做到“吾日三省吾身”，时时刻刻提醒自己，努力使自己的言行符合《守则》规范，努力克服和改正不符合《守则》规范的言行。要重在践行体验，学校将结合升旗仪式、重大节日、重大活动等契机，结合学雷锋、志愿服务、少年传承中华传统美德等系列活动，广泛开展形式多样的《守则》践行活动，引导大家在实践中深化对核心价值观的理解，更好感悟核心价值观的真谛和要义。

我们知道：一个学校的学生具有良好的文明行为习惯，才能构建出优良的学习环境，创设出优良的学习气氛。现在，我们正处于人生中最关键的成长时期，我们在这个时期的行为习惯，将潜移默化地影响到我们的道德品质，而文明的行为是树立健康人格的基础，它就能帮助我们提高自身的道德品质，如果我们没有良好的素质、不讲文明，那么即使拥有了丰富的科学文化知识，于人于己于社会又有何用呢？所以，我们应该规范自身行为然而在日常生活中，我们经常会看到一些不文明的现象：有些同学在聊天时总是时不时冒出几句脏话，仿佛只有把话说得难听点才能显示出自己的“英雄气慨”；有些同学在课间高声喧哗、追逐打闹，丝毫不顾及别人的感受；有些同学在公交车上面对站立的老人置之不理；还有些同学只因为一些小事就恶语相向，甚至大打出手。这些不文明的行为举止严重影响了学校形象和社会正常秩序，是绝不应该出现在我们中间的。

有些同学可能会说：“区区小事，何足挂齿。”可你知道吗？在学校没有良好的行为习惯的同学就可能目无纪律，不讲卫生，扰乱班级的学习环境。相反，如果我们养成了文明的行为习惯，学习环境就一定是良好的、有序的。“勿以恶小而为之，勿以善小而不为”，只有从生活的点滴做起，才会养成良好的生活习惯，才能成为一名文明好少年。

我们首先应该是一个讲文明、有礼貌的人，然后才能成才，不能做一部单纯掌握知识技能的机器，而要成为一个身心和谐发展的人。文明就是我们素质的前沿，拥有文明，那我们就拥有了世界上最为宝贵的精神财富。文明，就在我们身边，它已不仅仅成为一个象征性的名词，更成为我们中学生多彩生活中不可或缺的一部分。

一个国家的规则制度能够折射出的不仅是冰冷的规则，还有它沉淀的民族文华之精华。我国自古以来便传承着伟大的法治精神。先贤也同样不断强调法之重要，牢记规则以笃行，遵守规则以致远，足见其对整个人类文明发展地位之举足轻重。在规则的指引下，我们坚定理想信念之基，洗涤灵魂，勇毅前行。

规则，即章法、秩序。我们所说“遵循规则”是指种种章法内化于心，为自己的行为制定秩序的边界，在规则的范围内张扬个性。这并非束傅自由，反而为自由提供保障。但现实生活中不守规则的乱象丛生，高铁上不顾他人利益的霸座行为，网络里没有公德的漫骂造谣，直播中标新立异以搏人眼球的种种行径一一这些不循规则之人，自以为在张扬个人性情,殊不知,他们实如鲁迅笔下的”铁屋囚”，如济慈诗中的“莽撞行走客”，鬼影幢幢，既损害自己的声誉，又扰乱社会秩序，他们的个性不仅不会得到保护,反而会受到道德的谴责，法律的制裁。因此，我们一定要守则守序，知法懂礼，做一个文明的仪中人。

“草木本无意，枯荣自有时”是四时更替的规则；“大江东去，星汉西流”是宇宙变化规则；“人世有代谢，往来成古今”是社会发展的规则。希望我们每一个人都能遵守规则，在规则的保护之下幸福地生活。 下面我们一起来细读《中小学生守则》。

1.爱党爱国爱人民。了解党史国情，珍视国家荣誉，热爱祖国，热爱人民，热爱中国共产党。

**相信很多同学都有这样的疑问：作为学生的我们，能力有限，无法为祖国为人民做出什么伟大贡献，何以报效祖国，何来爱国之说呢？ 作为学生的我们，比如升旗仪式的时候，你站在那里，面对着鲜艳的五星红旗，就是面对着家与国。我们生活的校园、班级，我们应该做到爱他们，不断努力学习，尊敬师长，关注、倾心于学校、班级的发展，一天天地进步，并尽力去帮助他人，这就是爱国。因此我们在升国旗时，肃立、脱帽、行注目礼、唱国歌，这些都是爱国的表现。每当我们身着干净的校服迈进校园时，每当我们生在明亮的教室，学习知识时，每当我们站在这鲜艳的国旗下时，你是否会想到今天的中国？今天的幸福是怎样来的呢？那不远的战火，还在眼前浮现那充分的呐喊，还在耳边回响多少爱国志士为了祖国的事业抛头颅洒热血，他们以国事为己任，前仆后继，临危不惧，保家卫国，这是种可贵的精神，使中华民族历经劫难而不衰，现在的中国已经完全进入新的时期，面临着许多新的挑战。为了加快社会主义现代化建设的进程，更需要我们不断弘扬爱国主义精神。爱祖国不一定是手举炸药，炸碉堡也不一定是用胸膛去堵枪眼。热爱祖国，其实很简单，他就体现在你一句文明的话语间，体现在你坚定求知的眼神里，体现在你热爱学校和班级的行动中。同学们，请对父母多一些理解与感恩，为建立和谐家庭做出贡献，请关心身边同学，热爱班级为创建美丽班级献出自己的力量，请弯腰捡起一张废纸，为创建美丽校园做出一点贡献，请努力学习文化知识，为祖国的明天添砖加瓦。同学们，欲报国，何须生于乱世，我们是初开的鲜花，初升的太阳，我们的战场就是这这足下的校园，用我们百倍努力学得知识，用自己稚嫩的双手开创一片辉煌的未来。同学们让我们以实际行动来表达对祖国，对党和人，对人民的热爱。**

2.好学多问肯钻研。上课专心听讲，积极发表见解，乐于科学探索，养成阅读习惯。

**好学。喜欢学习，热爱学习，学生的职业、主责就是学习，在场的大家都背着书包每天上学、放学，按照学校的作息时间来上课、下课，可是大家扪心自问：有多少人真正“好学”？有的同学上学像上游乐园，比一个人在家好玩多了，学校有同龄人陪伴聊天玩耍，大把时间耗费掉了，忘记了学生在学校的使命是什么。为什么要“好学”呢？西汉的文学家刘向在《师旷论学》中讲到一个故事，春秋时晋国君主晋平公70岁了，想学习担心晚了，求教乐师师旷。双目失明的师旷就打了一个比喻：“少而好学，如日出之阳；壮而好学，如日中之光；老而好学，如炳烛之明。”意思是，少年时爱好学习，如同初升太阳的阳光一样灿烂；壮年时爱好学习，如同正午强烈的阳光；晚年时爱好学习，如同拿着蜡烛照明。我们高中生正是风华正茂的少年，热爱学习，上课专心听讲，真正沉下心思读书，那真是像早上东升的朝阳，发出夺目的光芒。**

 **多问。学问学问，就要求学了知识就问，就请教老师、问问同学不懂的问题。当前，许多同学怕老师批评不去问，怕同学笑话不敢问，课下只顾玩耍没空问，日复一日，年复一年，自己不懂的问题越积越多，随着年级的增高，越学越不懂，越学越没兴趣，最后只好随波逐流了。**

**看看古代大学者是怎么问的。《送东阳马生序》这篇文章初三同学学过，明代大文学家、开国文臣之首的宋濂就回忆自己读书的生活，“尝趋百里外，从乡之先达执经叩问”，意思是曾经跑了上百里路，捧着经书向当地有学识的前辈请教。“余立侍左右，援疑质理，俯身倾耳以请。或遇其叱咄，色愈恭，礼愈至，不敢出一言以复；俟其欣悦，则又请焉。”意思是 宋濂毕恭毕敬地站在老师身旁，提出疑惑，低下身子侧着耳朵请教；有时遭到老师的训斥，态度更恭敬，等到老师高兴了，又去请教问题。这种不耻请教的态度和做法，放到现在，更值得大家学习模仿。上课时，在思考老师提出的问题，或者倾听完同学的发言后，积极发表自己的见解，让自己的思维与老师、与同学们的思维互相碰撞，必定激荡出智慧的火花。**

 **肯钻研。网络上一句流行的话，“教材讲了一滴水，考试考了黄河水；教材讲了一粒沙，考试考了撒哈拉；”这说明什么？说明了学过的知识还要消化，还要钻研，“知其然，还要知其所以然”尤其在新课程方案和课程标准颁布后，要培养“有理想，有本领，有担当的时代新人”，促进核心素养的发展，知识的学习不能简单地靠记忆背诵，更多的是学会运用和生活交际。**

**大教育家孔子说过，“学而不思则罔，思而不学则殆”，光读书不思考，就会陷入迷茫而无所得，强调了学习与思考相结合的重要性。学习中，乐于科学探究，勤于读书思考，钻研学习方法和知识体系，融会贯通的理解，学会“出入法”“厚薄法”，纲举目张，那样知识越学越灵活，掌握得更透彻。**

**愿同学们乘时代长风，破学习巨浪，好学、多问、肯钻研勇攀学问最高峰！上课时，专心听老师讲课，认真倾听他人发言，静心思考，大胆提问。遵守课堂秩序，既是对老师劳动成果的尊重，也是对其他同学的尊重，更是对自己的尊重。**

3.勤劳笃行乐奉献。自己事自己做，主动分担家务，参与劳动实践，热心志愿服务。

**雷锋曾说过：“我觉得人生在世，只有勤劳，发奋图强，用自己的双手创造财富，为人类的解放事业——共产主义贡献自己的一切，这才是最幸福的。”勤劳、奉献更是成为千百年来人们衡量一个人品行的重要标准，我们应该怎么践行“勤劳”“笃行”“奉献”呢？“勤劳”就是肩负责任，勤奋劳动,“笃行”就是切实履行，专心实行，言出必行。“乐奉献”就是有爱心，乐于为他人为集体奉献力量。**

**在我看来，我们可以大致分为两个层面来践行这条守则。自己事自己做，主动分担家务。这是我们对自己和亲人所要做的。自己事自己做，是我们从小耳濡目染的道理。在学习上，我们要自觉完成每天的作业，不依靠同学，不依赖答案，有疑问及时向老师提问；考试时独立答题，不借助他人之力欺骗自己，养成自主思考的习惯。生活上，我们要主动分担家务。也许面对紧张的学习任务，我们会觉得没有时间来做家务，父母早已为我们打理好一切。但是，其实主动分担家务很简单。吃完饭，顺手就收拾好碗筷、擦干净餐桌；周末在家，顺手就收回阳台上的衣服，叠好放回衣柜；外出时，顺手捎走家里的垃圾袋——这些点点滴滴都是分秒之间就顺手完成的事，但却也能在细微处让父母看到我们的成长，感受到一份欣慰。参与劳动实践，热心志愿服务。这是我们对集体和社会所要做的。举个例子，在学校，每个同学都会有自己负责的值日工作。其实每个人的劳动任务并不重，但我们所要留心的，是把小小的劳动一丝不苟地完成，并且对自己的任务负起责任来，做好检查的工作。如果每个人都能负责好自己的一小部分，拼凑起来，就是一个干净整洁的最美校园。还有积极认真参与校园卫生轮值工作，这是我校亮点与特色工作之一，也是学生社会实践的重要途径。通过卫生轮值，可以提高大家的劳动技能，增进了师生沟通，增强了同学了解，培养同学们劳动意识等等。当然，我们所能做的并不仅如此，平时，我们也可以来到孤儿院、敬老院，带去一缕阳光、一个微笑、一片爱心；也可以向身边的邻居们说说环保、说说防火防灾，连接一份情谊与安全；还可以参加义务植树，为城市增添一抹绿意——简而言之，其实要做到勤劳笃行乐奉献真的很简单。一秒驻足、一点留心便可以实现。那么，让我们一起来付诸行动，处处行小善、处处积跬步，做一个有担当意识，校园情怀、家园情怀的仪中人。**

4.明礼守法讲美德。遵守国法校纪，自觉礼让排队，保持公共卫生，爱护公共财物。

**明礼守法是我们生活中的基本准则。在学校中穿着要得体大方，待人要谦虚礼貌，见到老师要主动问好。这些说起来简单的事，常常被我们忽略。有些同学总是怀着侥幸心理，认为偶尔违反一两条纪律没有什么关系。可是，同学们想过吗?如果我们总是怀着这种心理，小错终究会酿成大错，“千里之堤，溃于蚁穴”的道理，难道大家不明白吗？我们要知道，各种规章制度并不是为了限制我们，而是为了让同学们处在一个更加有序的环境中，能够更好的学习，老师们能够更好的工作，因此我们应重视它，遵守它。**

 **多年前，重庆万州公交坠江事件原因是乘客刘某和驾驶员冉某之间因一件鸡毛蒜皮的小事发展成互殴行为，造成车辆失控，致使车辆与对向正常行驶的小轿车撞击后坠江，造成重大人员伤亡。针对这件事，对照我们英中学习生活的方方面面，我们应加强三种意识：**

 **一加强规则意识。公交车坠桥的灾难虽是意外，但根源却是对规则的漠视。我们生活的这个世界是充满规则的；规则任何时候都在，且恒在。规则是公平的，又是不公平的，它只会保护遵守规则的人，对于规则的破坏者，就只有惩罚。对于规则的遵守者来说，规则似乎并不存在，你感觉不到。但是，如若对规则无敬畏之心，总觉得规则可有可无，甚至觉得规则多此一举，那么不遵守规则带来的后果总会在未来等着你。**

**二加强控制意识。能控制自己，特别是能控制自己的不良情绪、不被愤怒冲昏头脑是一种了不起的能力。俗话说，“冲动是魔鬼”。在生活中，将人们击垮的，有时并不是那些大的灾难，而是我们不善自控的性情。你可能永远不知道，在你情绪失控时说出来的话，有多伤人！你可能永远不知道，在你情绪失控时做出来的事，有多可怕！**

**三加强改变意识。永远不要只是袖手旁观，要有亮剑精神，能力范围之内，道德良心之下，该出手时就出手。“没有人是自成一体、与世隔绝的孤岛，每一个人都是广袤大陆的一部份。”我们都生活在社会之中。周遭那些看似与你我毫无关系的人，与你我无关的事，其实都是整个班级、整个学校、整个社会的一部分，与我们有着千丝万缕的联系。因此，请同学们及时出手，及时亮剑，勿以善小而不为，更不要事不关己高高挂起。想要生活在更美好的班级、学校、社会，需要每一个人作出一点一点的改变。我问同学们一个问题：你会健身吗？很多同学会说：整天学习都忙不过来，哪有时间健身！其实错了，不要随便放弃：健身无处不在、无时不在：坐姿好能健身、发声好能健身、“吃得”好健身、走姿好也能健身！从今天起开始改变！随手捡捡垃圾、伸手管管水管、出手拉拉即将打架的同学、出口劝劝即将违纪的同学、用心帮帮学习困难的同学，规范听课、规范笔记、规范作业、规范. . . . . . 加强加强规则意识、加强控制意识、加强改变意识，向规范靠拢、向规范学习、向规范要满分，你一定能创造属于自己的美好人生！**

**我们用理性和智慧真正理解和认识规则之后，规则和纪律就不再是一种强迫的任务，而是利己的选择和道德的义务，我们就真正自由地在有纪律的秩序中尽情发挥，让积极的个性在有规则的环境里得到张扬，孔子曰:“非礼勿视，非礼勿听，非礼勿言，非礼勿动”，这是告诉我们“懂礼仪，讲文明，守纪律”是做人的根本，作为一名新时代的中学生，作为一名致力于仪表美，言语美，行为美，心灵美的中学生，时刻审视自己的一言一行，时刻遵守学校的一规一纪，我们责无旁贷!**

5.孝亲尊师善待人。孝父母敬师长，爱集体助同学，虚心接受批评，学会合作共处。

**“程门立雪”这个成语相信大家都不陌生，它主要讲述的是宋代著名理学家杨时求学的故事。杨时幼时聪明好学，人称神童，可他一生潜心攻读，因在一个问题上与学友的看法不一致，为了求得一个正确答案，他就去找著名的程颐老师请教。来到程颐家时，适逢先生坐在炉旁打坐养神。杨时不敢惊动打扰老师，就恭恭敬敬的在门外等候着先生醒来。这时，远山如玉簇，树林如银妆，房屋也披上了洁白的素装。杨时的脚冻僵了，冷得发抖，但依然恭敬侍立。过了良久，程颐一觉醒来，从窗口发现侍立在风雪中的杨时，只见他通身披雪，脚下的积雪已一尺多厚了，赶忙起身迎他进屋。后来，杨时成为“程学正宗”。“程门立雪”的故事就成为尊师重道的千古美谈。**

**我国是文明古国、礼仪之邦。在绵延五千年的文化史上，孝亲尊师、友善待人，是个体立足社会、为人处事的根本，也是民族强大凝聚力与亲和力的体现。在振兴中华、应对百年变局的当下，推崇和践行这些道德准则，具有重要的现实价值和深远的历史意义。孝亲，就是要孝顺父母长辈。“百善孝为先。”孝是德之本、教之源、仁之内核，是人伦道德、家庭和睦的基石，是先辈留存的宝贵精神财富。习主席指出：“在家尽孝、为国尽忠是中华民族的优良传统。”慈母手中线，游子身上衣。谁言寸草心，报得三春晖。鸦有反哺之义，羊有跪乳之恩。孝亲，实质是感恩和报恩。究其内涵，一是要珍重生命。古人云，“身体发肤，受之父母，不敢毁伤，孝之始也。”珍重生命，血脉相传，就是最基本的孝。二是要敬养父母。孔子曰：“不敬，何以别乎？”他认为，赡养父母如果没有恭敬之心，那与养狗养马又有什么区别呢？不诚不敬就是不孝。三是要承志立身。《礼记》说:“夫孝者，善继人之志，善述人之事也。”要求继承先人的意愿、事功和经验，成就事业，服务社会。四是要无违、谏诤。孝顺父母，既要至诚竭力，不违背礼法天道，又要遵循公德良知，不一味顺从。五是要慎终追远。孔子说：“生，事之以礼；死，葬之以礼，祭之以礼。”要求按礼仪侍奉父母，慎重办理老人后事，虔诚祭祀祖先。清明将至，我们要遵循公序良俗，追思怀远，谨奉孝心。尊师，就是要尊重老师及其传授的道理。尊师重道，教化之本，是中华民族传统美德的重要规范，也是社会主义精神文明建设的重要内容，其本质是尊重知识、尊重教育、尊重人才。“国将兴，必贵师而重傅”，“师者，所以传道，授业，解惑也。”老师，是点亮知识之光的蜡烛、传播文化智慧的使者。我国历代尊重老师，”一日为师，终身为父”，甚至将“天地君亲师”列为祠堂上供奉的香位牌，体现出民众敬天法地、孝亲顺长、忠君爱国、尊师重教的价值取向。亲其师，信其道。我们要做到：1.用尊称称呼老师，严禁恶意议论老师；2.见到老师要主动问候，态度恭谨；3.课堂上要遵守纪律，积极配合；4.学习训练要专心致志，按要求完成学业；5.进出办公室要循规蹈矩，注意礼仪；6.尊重老师劳动，听从老师指导和教诲。友善，就是要友好亲和地善待他人。友善待人是处理人际关系的基本准则、公民基本的道德要求，已列入社会主义核心价值观的基本范畴。友善强调人们应互相尊重、互相关心、互相帮助，和睦友好。要做到四个方面：1.待人平等，是友善的前提条件，互相理解，彼此尊重；2.待人如己，是友善的重要方法，己所不欲，勿施于人；3.待人宽厚，是友善的基本要求，心平气和，宽容大度；4.助人为乐，是友善的直接表现，伸出援手，互相帮助。同学们，孝亲尊师善待人作为传统美德和伦理规范，早已深入到我们民族代际传承的血脉之中，让我们崇德向善、见贤思齐，“老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼”，推己及人，由家而国，从自己做起，从现在做起！**

6.诚实守信有担当。保持言行一致，不说谎不作弊，借东西及时还，做到知错就改。

**同学们，请大家回忆一下，在我们的学习生活中，是否有答应过老师改正缺点的约定呢？又是否向老师保证过上课不随意接话，课后认真完成各科作业呢？相信一部分同学做到了与老师达成的约定，这就是诚信。诚信是一种美德，千百年来源远流长，亘古不变。“诚”就是诚实，说老实话，办老实事，不欺人，不做作，不掩饰。“信”就是守信，就是一言一行都要遵守自己的诺言，不论对自己和他人，凡是自己承诺的便一定要兑现。那么我们青少年为什么要守诚信？在中国，诚信自古就是立身处世立国之根本。《礼记·大学》有云：“古之欲明明德于天下者，先治其国；欲治其国者，先齐其家；欲齐其家者，先修其身；欲修其身者，先正其心；欲正其心者，先诚其意”“意诚而后心正，心正而后身修，身修而后家齐，家齐而后国治，国治而后天下平。”可见诚信对修身齐家治国平天下的重要性。“言而有信，君子也。”“仁义礼智信”是人们倡导并力求遵循的行为准则。孔明接受“托孤”为一“诚”字，季布一诺千金，美名远扬。“人而无信，不知其可也”，失去诚信，必定失去个人发展的空间，失去坚强有力的支持，失去人格和尊严。至于诚信于立国，更是不胜枚举。商鞅立木为信，变法很快就在秦国推广开来，秦国越来越强大，最终统一了中国。周幽王烽火戏诸侯，博褒姒一笑却落了个被逼自刎的下场。唐代魏征把诚信说成是“国之大纲”,可见“信”是立国强国的根本。不知从什么时候开始，诚实守信越来越成为一种稀缺资源，“狼来了”的故事频频发生。青少年的诚信问题更是受到关注。2021年湖北省考生在高考中用手机拍照并且上传答题平台搜题，被取消考试资格，所有成绩均无效。无独有偶，2022年甘肃某考生携带手机进入考场，开考后拍摄试卷发至QQ群寻求解答，最终该考生数学成绩无效，同时无法再参加后续考试。看看这些活生生的案例再看看我们身边：考试作弊，作业照抄，私带手机，犯错不认。教育的目的是培养和造就合乎社会发展、社会进步的青少年，只有具备真才实学并诚实守信的学生才是社会进步和发展的合格人才。那么我们应该怎么做？对照《中学生守则》《中学生日常行为规范》及时发现自己的缺点和错误。严格要求自己，从一点一滴做起。不抄袭，不作弊，借东西及时还，做错事，违反纪律，不欺瞒，勇于面对。希望同学们回首今日时，不为自己年轻鲁莽、不诚信的言行而感到羞愧！无愧于心，应当做一个诚实守信并且有担当的人！**

7.自强自律健身心。坚持锻炼身体，乐观开朗向上，不吸烟不喝酒，文明绿色上网。

**自强，是一种可贵的意志，让青春奋进的步伐永不停息，昭示着新时代中学生敢于战胜自己、超越自己的积极人生态度。古人云：“天行健，君子以自强不息”。这告诉我们，君子处事，应自我力求进步，刚毅坚卓，不可懒惰。而许多前人的奋斗故事，正印证了这一观点。正如两岁丧父的宋朝著名诗人范仲淹，年幼时母亲又改嫁到了常山的朱家。知道自己的身世后，他含泪别母，奋发读书，不分昼夜。昏昏欲睡时，就往脸上浇水以让自己清醒。正是因为年少时的自强不息，顽强拼搏，才有了我们今天了解的佳作传千古的大文豪范仲淹。所以“古今立大事者，不唯有超世之才，亦必有坚忍不拔之志”。**

**如果说自强是青春的我们思想与品质上的崇高境界，那么自律便是落实到我们学习生活的方方面面的行为准绳。成大事者之必有能力，即自律。自律是一种自我约束、自我鞭策的意识，要求我们克服惰性，坚决抵制不良诱惑，是我们走向成功的铺路石，追求真善美的引路人。我们不妨常常自省，自己是否独立自主完成作业？是否严格控制用网时间？在校园、班级中是否有违纪违规的行为......自我反省存在的问题，自我约束存在的问题，做一个自觉自律的人。在一点一滴的小事中做到自律，在校园里，认真学习；中午就餐，自觉排队。这些都是自律的表现。在拥有精神追求与行为自控的同时，我们也不能忘了强身健体，保持健康，做一个身心全面发展的中学生。在拥有精神追求与行为自控的同时，我们也不能忘了强身健体，保持健康，做一个身心全面发展的中学生。**

**自强，历来就是中国民族精神的脊梁。天行健，君子以自强不息。因为有这自强不息的民族精神，华夏文明才得以独领风骚，中华儿女才得以雪洗国耻，东方巨龙才得以昂首腾飞。青春的美丽不仅仅是绚烂的外表，更美在恪尽职守，更美在严于律己。没有自律，青春是野草，漫无边际的草长，有了自律，青春是盛开的牡丹，娇艳芬芳。**

8.珍爱生命保安全。红灯停绿灯行，防溺水不玩火，会自护懂求救，坚决远离毒品。

**在人生的旅途上，安全伴随着你我同行！对我们每一个人来说，安全都是如此的重要。它是通往成功彼岸的独木桥，只有在确保安全的前提下，你才能抵达成功的彼岸去感受成功的欢悦。它又是培育幸福的乐土，只有在安全这片沃土的培育下，幸福之花才能随时在你的生命旅程中绽放。有了安全，我们才能快乐成长；有了安全，父母才能安心工作；有了安全，我们的国家才会繁荣昌盛。**

**同学们，生命是短暂而美好的，我们应该重视安全，珍爱生命，提高自我保护意识，掌握一定自救技能，使生命之花幸福绽放。在此，我提出几点要求，请同学们重视：**

**防溺水——目前已进入夏季，天气开始变热，有些同学会有去游泳消暑的想法。这是非常危险的，如果没有家长陪伴坚决不能下河、沟、池塘玩水，杜绝溺水事件的发生。如果发生同伴溺水的危急事情，应大声呼喊成年人前来相助。千万不能盲目下水营救。**

**遵守交通规则，防止交通意外。在近年来的永定学生交通事故中，有多个鲜活生命失去和受伤，令人痛心。根据交警大队事故分析，原因主要有五个方面：一是学生的交通安全意识淡薄，对自身的安全保护措施相对不足；二是无证驾驶两轮摩托车或超标电动车，不具备安全驾驶常识，操作不当引发交通事故；三是乘坐无证或超员车辆；四是不按规定横穿道路，特别是未注意观察，在车辆临近时横穿道路引发交通事故；五是驾驶电动车或自行车不按规定转弯或让行引发交通事故，如转弯未让直行车辆，从支路路口驶出时未停车瞭望、未让主道上车辆先行。以上情况在我们学生中也有出现，我们一定要从中吸取血的教训，过马路要走人行横道，注意观察来往的车辆，车让人、人也让车，营造和谐安全的交通秩序。骑车或坐车要做到：一是不闯红灯、不逆行，不骑摩托车等机动车，骑电动车一定要佩戴好头盔；二是骑自行车（网约电动车）要靠右，不要并排骑行、不载人；三是不乘坐无牌无证和超载的车辆。（为进一步巩固提升“戴好头盔”的意识，确保安全出行，同时也为迎接二十大营造良好的文明交通环境，请各位班主任利用下午班会课时间，再次进行安全专项教育，特别要提醒、督促学生和家长在骑乘电瓶车时佩戴好安全头盔，学校也将在每天上学和放学时段对佩戴情况进行严格检查，望广大学生和家长自觉遵守。注意事项如下：1.驾车时系好安全带，并提醒同车同乘人员系好安全带。2.在驾乘摩托车、电动自行车出行时,驾驶员和乘坐人都必须增强自身安全防护意识，佩戴大小合适、符合安全要求的安全头盔，并系好安全帽带。3.家长要以身作则，劝告身边的私家车、摩托车、电动车驾乘人员出行过程中一定要佩戴安全头盔，系好安全带，给学生做好榜样。4.学生要监督家长遵守交通法规，驾车出行时要戴好安全头盔，系好安全带。当发现家长违规时要提醒并纠正家长的行为。5.未满18周岁不得驾驶摩托车；未满16周岁不得驾驶电动自行车；摩托车、电动自行车不得违反规定超员行驶。）**

**防食物中毒——预防食物中毒，首先要讲究个人卫生，做到勤洗澡、勤洗衣服、勤剪指甲、勤理发、勤换床单和被子。养成饭前便后洗手，不暴饮暴食的良好习惯。其次做到“六不吃”，不吃生冷食物，不吃不洁瓜果，不吃腐烂变质食物，不吃未经高温处理的饭菜，不喝生水，不吃零食。不随意购买、食用街头小摊贩出售的劣质食品、饮料。要从食品标签上注意识别食品的质量，选择安全的食品。**

**珍爱生命，远离毒品。吸毒严重摧残人的身体，能大量消耗人的体力和降低免疫功能，严重损害心脏、大脑组织，甚至导致死亡；对吸毒者的精神心理都也有很大的危害。现在社会上出现的新型毒品如笑气、开心水等具有迷惑性和认知上误导性。使一些懵懂无知的青少年误入歧途，导致一些人因为无知而染上毒瘾，这是要引起我们高度警觉的。新型毒品是相对鸦片、海洛因等传统毒品而言，主要指人工化学合成的致幻剂、兴奋剂类毒品，是由国际禁毒公约和我国法律法规所规定管制的、直接作用于人的中枢神经系统，使人兴奋或抑制，连续使用能使人产生依赖性的精神药品(毒品)。其实新型毒品的危害不亚于传统毒品，新型毒品的共同特点是毒性巨大,成瘾性更强,服用毒品后造成的危害更大,戒除毒瘾更难。为了你和家人的幸福，请远离毒品，永不沾毒。**

**防雷电。当雷电发生时，应尽量避免使用家电设备，如收音机、电视机、计算机等以防感应雷和雷电波的侵害;也不应在孤立的电杆、大树下躲避;不要使用手机，避免直击雷的袭击;万一遇到被雷电击中应尽量降低重心和减少人体与地面的接触面积，可蹲下，双脚并拢，手放膝上，身向前屈，如果披上雨衣，防雷效果更好，必要时对伤者应立即进行人工呼吸和外部心脏挤压按摩，并及时送往医院抢救。**

**防中暑，只要我们能够做到多喝水、开窗通风、保证充足的睡眠、合理饮食，不在高温下暴晒，避免大量运动，恰当使用风扇、空调，必要时准备一些缓解中暑症状的药物(如人丹、藿香正气水等)，就可以避免中暑。**

**防自身安全。自觉遵守公共秩序、社会公德和学校安全常规。课间或户外活动时要注意文明休息，不追逐嬉戏，不打闹，不攀高，不拥挤，不抢道;不在教学楼内打球、跳绳、踢毽子。严禁攀爬学校的围墙、门窗、围栏、树木、球架等，更不能上楼顶天台。**

**保持健康心理，防止极端行为倾向。每个人在不同时期或经历不同事件都会产生不同的心理波动，我们要学会自我调整心态，或出现心理不爽时懂得寻求老师帮助，保持心理健康。无论是面对幸运还是苦难，都要正确对待，直面人生的困难与挑战，要明白所有的难事都会过去的，明天的太阳一定会是更加灿烂的。**

**同学们，生命有了珍爱才更加安全，生命有了珍爱才更长久，生命有了珍爱才更灿烂！为了家庭的幸福，为了我们的健康平安，让我们提高对生命的认识，在成长中感受生命的活力,领悟生命的宝贵，热爱生活，珍爱生命，重视安全，防范未然，实现我们生如夏花的生命愿望，去追求更加美好的未来生活。**

1. 勤俭节约护家园。不比吃喝穿戴，爱惜花草树木，节粮节水节电，低碳环保生活。

**每年的3月22日是“世界水日”，3月22—28日是“中国水周”。我国是当今世界上最最大的发展中国家，人口数量极为庞大，人均资源量偏低。**

**举个例子：我国淡水资源总量为28000亿立方米，占全球水源的6%，这本来就不富有，除以13亿后，我国人均淡水资源更是少得可怜，仅2200立方米，为世界平均水平的四分之一，是美国的五分之一。因此我国在1993年1月18日，第四十七届联合国大会做出决议，确定每年的3月22日为“世界水日”。**

**我国的森林面积在全国土地面积中的比例，排在世界第120位以后，而且现在我国森林仍在迅速地减少。森林的减少，使气候变坏，气温升高，水土流失严重，给人类造成无穷的灾害。世界森林日是每年的3月21日，为提高各级为今世后代加强所有类型森林的可持续管理、养护和可持续发展的意识做出了有益贡献。**

**再举个例子，在世界144个国家中，我国的人均耕地排在世界100名之后，可是近几年来，由于滥伐森林等人为因素使沙漠面积几乎扩大了3倍，目前中国有1.7亿人口正在受到沙漠化的危害和威胁。**

**同学们，面对国情，为了国家的可持续发展，我们该怎么办？**

**我们应该节约每一滴水。坚持做到随手关掉水龙头，饮水机打水，喝多少取多少。积极寻找生活中其他可以节水的小技巧，让生活用水循环使用。**

**我们应该节约节约每一张纸。坚持双面用纸，复印、打印纸要尽量实现重复利用。，把旧教科书送给有需要的小伙伴。**

**我们应该节约每一粒米。1珍惜粮食，适量定餐，避免剩餐，减少浪费。不攀比，以节约为荣，浪费为耻。吃饭时做到少盛多添，不偏食、不挑食，剩饭剩菜不浪费。到饭店吃饭时，点饭点菜不浪费，若有剩余的要尽量带回家。争做节约宣传员，向家人、亲戚、朋友宣传浪费的后果，看到浪费现象勇敢制止，尽量减少浪费。**

**我们应该植树护绿，没有森林和植被等绿色， 即便没有人类， 没有地球上绝大多的生命。多种花，多植树，这就是植树护绿，我们应该抵制污染，不当的生产生活行为，会带来大污染，不乱扔垃圾，多用降解袋，这就是抵制污染。**

**节约资源，保护环境，需要每一个人的力量，“勿以恶小而为之，勿以善小而不为。”让我们共同努力，保护、珍爱地球——我们共同的家园，让清风常拂绿柳，碧水永伴苍山！同学们，让我们一起行动起来，共同建设环境友好，资源节约的美好社会！**

**同学们，《中小学生守则》就像一首诗，读起来琅琅上口；就像一盏灯，指引我们前进的方向。随着新学期的开始，希望孩子们能在生活中牢牢记住这九条守则，并努力践行，成为一个爱国爱家、正直善良、好学善文、诚实守信、懂得感恩、勤俭节约的新时代好少年！**