

2025年春季学期国旗下讲话

高海祥

(2025年3月3日)

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家上午好！

今天我国旗下讲话的主题是：“养成良好行为习惯，助力人生走向成功”。

所谓“习惯”是指长时间养成的不易改变的行为动作、生活方式、社会风尚等，“好习惯”顾名思义，也就是良好的、使人受益的习惯。

很多事例告诉我们，好的习惯可以帮助我们更好的走向成功。为了帮助同学们养成好的习惯，我们学校近几年来，一直坚持实施“5J工程”。今天在这里，我要再次跟大家一起来回顾一下“5J工程”的主要内容。5J其实就是五个字，即禁止的“禁”、安静的“静”、干净的“净”、风景的“景”、金银的“金”。前面四个是具体的要求，最后一个是在落实好前面四点要求后，我们追求的比较理想的目标。

一、“禁”

严禁违反校纪校规，突出“五条禁令”：禁止校园欺凌、禁止异性非正常交往、禁止与社会上不三不四的人交往抽烟喝酒、禁止携带任何管制刀具、禁止违反交通规则。

二、“静”

打造安静环境：进校就安静、进班就学习，进宿舍就安静、到时间就休息，进教室就安静，坐下就读书。涵养冷静心境：面对别人过错要冷静，面对挫折困难要冷静，看到他人不顺眼要冷静。培养镇静品格：面临紧急情况要镇静，面对突发事件要镇静。

三、“净”

干干净净做人，干干净净做事：嘴要干净，不乱说乱吐；手要干净，不乱拿乱扔；行要干净，不低俗无趣；心要干净，不胡思乱想。

四、“景”

规范仪容仪表，注意言行举止，健康阳光自信，爱护环境卫

生,让自己成为最美的风景,让自己所在的地方成为最美的景点。

五、“金”

贯彻执行“禁”“静”“净”“景”四项要求,打造“五星班级”“金牌宿舍”,引导学生培养金的自信、塑造金的品格。

近年来,“5J工程”的实施使得我校学生的整体文明程度有了很大的提高!不过,离我们想看到的理想状态还有一定的距离,在我们的周围还存在一些典型的不良现象,今天在这里提个醒,希望同学们从今天起能够积极克服改正!

一是仍有相当一部分同学自觉遵守交通规则意识有待加强。主要表现为不规范佩戴头盔、在机动车道行驶、逆行、超速行驶等行为,重点是很多同学没有发自内心的认识到遵守交通规则的重要性。

二是乱抛乱扔行为还时有发生。现在校园里还有乱抛乱扔垃圾的现象,主要表现为有些人吃完零食后将包装袋随手丢弃,尤其是饮料瓶乱丢现象非常严重,吃完饭后将用过的餐巾纸或者果皮随手乱扔,从今天起我们会安排专人对这个行为进行抓拍,凡是违规的人员将被曝光和处理。为了彻底杜绝这个现象,除了自己不扔,我们还提倡所有同学看到路上、绿化带里有垃圾时能随手捡起放到垃圾桶。

三是还存在不文明就餐,浪费粮食的行为。还有极个别的同学不能做到光盘,还没有就餐完自觉将桌面清理干净。

四是还存在一些同学仪容仪表不符合规范。目前还有一些同学烫发、染发、男生留长发的情况,请各系部立即进行整改。

五是还存在比较严重的浪费水电现象。离开宿舍不关灯,教室出现长明灯。

六是还存在一些其他的缺乏规矩意识的行为。比如不认真参加跑操、不规范佩戴胸卡、集会时交头接耳不停的讲话、不爱惜公共设施等。

以上六个方面的提醒,将是我们未来一段时间养成良好行为习惯需要重点克服的问题,我相信,在我们共同努力下,我们全体同学一定会养成良好行为习惯,助力人生不断走向成功!