

2023年自律的升旗稿 自律从我做起国旗下讲话稿(大全5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

自律的升旗稿篇一

亲爱的同学们，当你每天走进校园的时候都会看到我们的门卫叔叔已经早早站在门口工作了，当你走进教室的时候，我们辛勤的老师已经在教室等着传授给你知识；每天中午，当你吃着热腾腾的饭菜，是否想起这都是餐厅的叔叔阿姨们辛苦一上午的成果；当你晚上已经进入梦乡的时候，也许爸爸妈妈才拖着疲惫的身影回来。他们任劳任怨，这都体现了他们爱岗敬业的精神。其实在校园里，我们大家也会看到这样一群孩子，他们在自己的小岗位上踏踏实实、认真负责，默默地敬业着，下面就有请三（4）中队张佳玮同学说一说她看到的敬业精神。

三（4）中队张佳玮：

敬爱的老师，亲爱的同学，大家早上好！我是来自三（4）中队的张佳玮，今天很高兴能在这里演讲。

今天我想说说什么是敬业，下面我就举两个例子。

一个是发生在我们班级的事情，轮到值日不扫地，平时总有几个同学悄悄溜回家。这时就会有同学拿起扫把，把教室打扫的干干净净，她们就是我们班的劳动委员——楼宇馨和朱恒逸同学。

还有一个例子，前几天，我看到三（5）中队的几位同学利用中午休息的时间，拿着抹布干劲十足地擦着教室外墙面的灰尘。那几位同学的精神值得我们学习。

其实我们身边还有许多默默无闻，为我们所做一切的人，我从心里说声：“谢谢，你们辛苦了！”希望大家继续努力，谢谢大家！

是呀，作为学生，除了在自己的小岗位上兢兢业业，认真负责，其实，好好学习、天天向上也是一种敬业，最后希望我们每一位同学都能做到爱岗敬业！谢谢大家！

自律的升旗稿篇二

各位老师、同学们：

你们好！今天我国旗下讲话的题目是：科技创新，未来因你们而精彩。同学们你们一定还记得一个月之前我校科技节精彩的开幕式吧？它激起了我们对科学探究的欲望。

各年级都开展了丰富多彩的科技活动，如：低年级的同学积极参与丰富有趣的疯狂科学大讲堂，从中了解科学实验背后的小秘密；积极参与科学家故事会活动，生动的讲述科学家故事，了解科学家从失败到成功的研究历程；中年级的同学开动脑筋，在积极的创编科普小短剧活动中，借助剧情为同学们普及科学知识，倡导爱护动物、保护我们身边的环境；高年级的同学在科技月中也积极参与，他们进行了小课题研究，挖掘生活中的一些问题并进行小的发明创造。同时他们走出校园，拓宽视野与科学家对话，探讨生活中的问题。

除此之外，同学们还积极参与到各项比赛中，都取得了较好的成绩。一份耕耘一份收获，成绩的获得离不开同学们的付出。

同学们，虽然科技月结束了，但是我们研究的劲头没有结束，我们科学创新的脚步不会停止。希望你们能继续关注生活中的现象，关注身边的小问题，做生活中的有心人，用自己的智慧，用灵巧的双手，创造美好的明天科技创新，未来因你们而精彩。期待着明年科技月中你们出色的表现！谢谢大家！

自律的升旗稿篇三

老师们、同学们，大家早上好！

今天我在国旗下讲话的主题是：《文明礼仪，从我做起》。

文明是一个人品德的外在表现。它可以表现出一个人的知识修养，它可以增进人与人之间的友谊。

那么，我们小学生怎样才能做到文明礼貌呢？其实，文明并不是一定要有轰轰烈烈的举动。文明是从点点滴滴小举动中体现出来的。

早上起来，你穿上整洁的服装，是文明；与家长说再见是文明；见到老师，大方打招呼，是文明；看到地上有张废纸，你弯腰捡起是文明。小同学摔倒了，你伸手去扶；你不小心碰到别人时，真心地说“对不起”；别人帮助了你之后，你真诚地说“谢谢”，这些都是文明。升旗仪式上，你站直身体、庄严地敬礼也是文明。因为仪表、仪容、仪态可以让人一看便知道你的修养。

文明的表现还有许许多多：在课堂上表现为：坐姿端正、认真听讲、举手发言；在课间表现为：不随地吐痰、不乱扔纸屑、不随意翻动同学物品，不打架闹事，上下楼梯靠右行；不践踏绿草，不采摘鲜花、不留下杂物。听从老师管理、接受批评劝阻是文明。同学相处也离不开礼仪，如果有矛盾，多进行自我反省。互相理解、宽容待人。培养协作精神，这样才能使班级更团结、友谊更深厚。

下周一学校要举办东帝士奖学金颁奖典礼，当你接过奖状和奖金，向老师、向学校、向企业说声谢谢也是文明。在得到奖励后，懂得感恩，更积极地参加班级、学校组织的各项活动，为班级、为学校争光，则是更高层次的文明。

同学们，让我们全校上下，行动起来，讲文明懂礼貌，从我做起，从小事做起，养成良好的文明习惯，争做文明的学生！

我国旗下讲话到此结束，谢谢大家。

自律的升旗稿篇四

提起“科技”，也许你最先想到的就是火箭升天，潜艇入水，悬浮列车、神八、天宫一号等尖端技术。其实，科技离我们并不遥远：当烈日炎炎的夏季到来时，我们能在舒适的空调屋中享受凉爽；当我们饥肠辘辘时，妈妈用电磁炉、电饭锅、微波炉为我们烧上一桌美味的饭菜；当我们因学习或工作而无暇顾及那一大堆该换洗的衣服时，洗衣机又为我们解决了问题……瞧，科技就在我们身边。

星期五放学回家，坐在电视前，听着流行歌曲，看着中外的新闻轶事，开阔了视野，丰富了知识，愉悦了心情，真是“足不出户，便知天下事”。

走亲访友时，电动车，摩托车乃至日渐普及的小轿车展示了它们无穷的魅力，无需多久，我们便能在微风的吹拂下与亲朋好友相聚。

我们外出旅游时，或坐上火车在崇山峻岭中飞驰，一览大自然的美妙；或乘着飞机在广阔的天际间翱翔，与蓝天白云为伴；甚至坐在磁悬浮列车上，感受风驰电掣的惬意。科技真的是太神奇了，给人们带来了诸多便利。

电话、手机的出现，让我们告别了飞鸽传书的时代，增强了

人们之间的交流。电脑的推广使用，不但为人们带来致富门路，还解决了人们生活中的很多疑难问题，也为人们消除了对远方亲人的想念之苦。今年暑假，我家买回了一台电脑，通过视频，奶奶和远在广州打工的爸爸见面了，这下可把奶奶乐坏了，一改往日的萎靡不振，整日都乐呵呵的，再也不絮叨让爸爸回来陪她聊天了。

就连我们农村的学校，课堂上也用起了电脑和多媒体设备，极大地提高了我们的学习兴趣。

……

瓦特发明了蒸气机，爱迪生发明了白炽灯，富兰克林发明避雷针，贝尔发明了电话……正是科学技术的发展，引领着人类社会不断向前进。我们伟大的祖先，在经历了无数的试验后，为我们创造了很多奇迹。当今的科技，如日中天，在军事、医学、航空及日常生活等领域都取得了巨大的成就。克隆技术、纳米技术也不再陌生。

我们生活在科技的时代，我们在科技的生活中成长，作为新世纪的创建者，更应该立下宏志，勇攀科技高峰。展望未来，祖国将是一片大好风光，在不久的将来，我们的生活会被科学技术打造的更加美好。

科技不仅在我身边，更在我心中，在我摇曳多姿的梦里。

自律的升旗稿篇五

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！今天我讲话的主题是磨砺意志，严格自律。

3月28日，我校高20xx届举行了徒步拉练活动并取得了圆满成功，本次拉练活动，反映出了同学们高度的社会责任感和纪

律意识，锻炼了吃苦能力，增强了体质，磨砺了意志，同时也增进了同学间的友谊，增强了班集体的凝聚力，充分展现了乐山一中学子不畏艰难，不怕流汗，遵规守纪，团结友爱的优秀品质。

我们在拉练活动中做到了自律，但平时学习生活中的自律仍存在着许多问题，比如：携带违规食品入校、冲撞校门、晚自习时玩手机。所以，我们在生活中还应更加注意培养自己的自律意识。

在以往的生活中，我们受到主要是他律，他律是指非自愿的受他人约束，检查和监督。那什么是自律呢？自律，是指在没有人监督的情况下，自发遵守规定，自觉地依照规范，自我对照、自我践履、自我反省、自我提高的过程。为什么要自律呢？随着年龄的增长、心理的成熟，他律对我们的约束作用，将会越来越小；这时候，我们就需要通过自律，来约束自己、发展自己。学会自律，是我们成长道路上必不可少的一门课程。如何做到自律呢？首先，要磨砺自己的意志，一般说来，意志薄弱者，自律能力较差；意志顽强者，自律能力较强。加强自律也就是磨炼意志的过程。其次，要将外在的条例、规定内化为自我的约束，形成遵规守纪的意识。最后，要时时刻刻做到自我要求、自我约束，直到形成自律意识。

拉练活动的成功已经证明：我们有能力做好自律，作为一名一中学子、新时代的中学生，我们也应该做好自律。所以，我希望同学们从今天起，对待校园生活像对待徒步拉练一样，遵规守纪，磨砺意志，培养自律意识，为一中争光，为自己争光！

我的讲话完毕，谢谢大家！