

# 发扬中国精神 发扬中国奥运精神演讲稿(优质5篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 发扬中国精神篇一

一个民族，一个国家，是要有一种精神的。一种能鼓舞人奋发进取的精神。中国奥运精神，正是顺应时代的潮流，应运而生。它是以往精神珍宝的继承和发扬，是溶入进亿万人心血的新力作。中国奥运精神内涵丰富，首先它是最深厚，最基本的爱国主义精神。1932年，在爱国将领张学良的资助下，刘长春只身漂泊海上21天，到达洛杉矶。在男子一百米预赛中，一路领先，然而疲惫不堪的刘长春，还是被遗憾淘汰，1936年柏林奥运会，进入撑杆跳决赛的中国运动员竟买不起比赛用杆，1948年，伦敦奥运会中国代表团是参赛团中唯一住不起奥运村的。这不堪回首的一页，已被我们翻过。到了1979年，中国恢复了在国际奥委会上的合法席位。1984年7月29日，许海峰的一声枪响实现了中国奥运金牌零的突破。正是在这样的历史大背景下，人民的爱国之情，强国之梦与体育如此密不可分。爱国之情铸就伟大成果，终于奥林匹克盛会选择了中国北京，这也是对深爱着祖国的中华儿女最高的奖赏。

中国奥运精神也是顽强，拼搏，无私奉献的'精神。不能忘记，上个世纪80年代，女排精神带给人们的巨大鼓舞，怎能忘记去年奥运金牌榜上，中国代表团挤身前三甲。五星红旗一次又一次升起，国歌一遍又一遍奏响。我们的体育健儿为了这一刻不知流了多少汗水。而他们的背后有无数的教练，陪练，医生，厨师等在支持着。奖牌和鲜花，属于为国争光的体坛

强者，更属于众多的无名英雄。人的能力有大小，社会分工有不同，只要在自己的岗位上兢兢业业，彼此帮助，万众一心，那就无愧于民族。中国奥运精神更是面向世界，博览众长的精神。八年前，北京申奥失利后，就提出了“坚定不移地走向世界”这个口号。八年来，从严密有效的管理体系到各体育运动的竞技战术水平提高，再从此次申奥的整体步骤到目前众多现代化场馆的建设，便是源于我们坚持了开放政策，积极吸收了世界先进经验。设想，如果闭关锁国，叶郎自大，那是什么结果呢？事实证明：唯有善于学习，善于拿来的民族才是充满活力，大有希望的民族。

## 发扬中国精神篇二

一个民族，一个国家，是要有一种精神的。一种能鼓舞人奋发进取的精神。中国奥运精神，正是顺应时代的潮流，应运而生。它是以往精神珍宝的继承和发扬，是溶入进亿万人心血的新力作。中国奥运精神也是顽强，拼搏，无私奉献的精神。不能忘记，上个世纪80年代，女排精神带给人们的巨大鼓舞，怎能忘记去年奥运金牌榜上，中国代表团挤身前三甲。五星红旗一次又一次升起，国歌一遍又一遍奏响。我们的体育健儿为了这一时刻不知流了多少汗水。而他们的背后有无数的教练，陪练，医生，厨师等在支持着。奖牌和鲜花，属于为国争光的体坛强者，更属于众多的`无名英雄。人的能力有大小，社会分工有不同，只要在自己的岗位上兢兢业业，彼此帮助，万众一心，那就无愧于民族。

中国奥运精神更是面向世界，博览众长的精神。八年前，北京申奥失利后，就提出了“坚定不移地走向世界”这个口号。八年来，从严密有效的管理体系到各体育运动的竞技战术水平提高，再从此次申奥的整体步骤到目前众多现代化场馆的建设，便是源于我们坚持了开放政策，积极吸收了世界先进经验。设想，如果闭关锁国，叶郎自大，那是什么结果呢？事实证明：唯有善于学习，善于拿来的民族才是充满活力，大有希望的民族。

“九州生气恃风雷”这光芒四射的中国奥运精神，显示出巨大的凝聚力，伟大的创造力，已深入到每一个炎黄子孙的心中，这必将促进社会主义现代化建设，促进改革开放，促进祖国的统一大业！

## 发扬中国精神篇三

尊敬的各位评委们、女士们、先生们：

大家好！今天我演讲的题目是“绿色奥运我参与”。

的保护与利用，都做了大量的工作。但实现“绿色奥运”仅仅靠政府行为是远远不够的，作为北京的中学生更应该积极的投身到“绿色奥运”的建设与宣传当中去。从我做起，从我的家庭做起，从我身边的朋友、同学做起。

2001年，当前国际奥委会主席萨马兰奇在莫斯科高声宣读“beijing china”的时候，作为一个北京人，一个中国人，我发自内心的为我们的祖国，我们的首都感到高兴。但在高兴之余，那灰蒙蒙的天空，那漫天的沙尘暴，那污绿的护城河，那见不到一丝绿色的街道，又使我深为北京能否在2008年成功办好奥运而感到担心。

四年之后的今天，一年之中有了229天湛蓝的天空，那滚滚的黄尘也早已不见，那一群群久违的野鸭也在春天飞回了北京的什刹海，街道也被绿色装点的生机勃勃。这一切不知不觉的变化都在回答着我，北京一定能办好2008年的奥运！而所有这些变化不仅仅是北京市政府的努力，更是在政府领导下的无数北京市民们努力的结果。作为这一千多万普通北京市民的一员，我也在为我们的绿色奥运贡献出自己的一份力量。

以前我曾有个习惯，每天早晚冲澡两次，而且冲洗时间特别长，很浪费水。一天，我在北京日报上看到了一则关于北京水资源短缺的文章，说北京市每年用水量大概是37亿立方米，

而密云水库的蓄水量仅有7.7亿立方米，官厅水库的蓄水量仅有1.9亿立方米，水资源的供需矛盾十分尖锐。看到这则报道后，我开始改变我的习惯，每天只洗一次澡，尽量在很短的时间内洗完。我算了一笔帐，每人每月洗澡节约一吨水，北京市1400万人口将节约1400万吨水。据北京市水利局2003年统计数字表明，从2001年申办奥运成功后，开始实施市政府制定的26项节水措施，3年来节水达到4.37亿立方米，相当于4个怀柔水库。现在，在我的生活中，在我的家庭里，环保、节约的思想和行为时常都有体现。电池、报纸、玻璃瓶、油壶等可回收物，我们是分别处理、存放；购物、买菜的口袋使用尼龙口袋，基本不使用塑料袋；洗衣的水重复使用于冲洗马桶……而实现绿色奥运也正是应该从身边的这些小事做起。

我们清楚的记得在2004年的雅典奥运会上，当刘翔登上领奖台时，他头上戴了一个由橄榄枝编成的头环。这绿色的橄榄枝不正是代表着“绿色奥运”吗？橄榄枝象征着和平，而奥运正是传递“和平”的载体，我们不能简单的理解“没有战争就是和平”。“人与自然和谐相处”也是“和平”最本质的含义。“节约资源、保护环境”这种追求“人与自然和谐相处”的具体行为正是奥林匹克精神的具体体现。所以我们说：和平是奥运的灵魂，奥运是和平的载体，绿色奥运是我们从更高的境界在追求和平。当伟大的精神被“平凡”广泛的具体化以后，这种精神就被弘扬和光大了。看来“绿色奥运”应该从点滴做起，从我做起，从我周边的人做起。弘扬奥林匹克精神，宣传绿色奥运理念，让2008北京奥运真正做到“绿色奥运”。这正是每一个爱好和平、追求和平人们的义不容辞的责任。也是我们北京中学生的一种思想境界和追求。

我的演讲结束，谢谢大家！

尽管我不擅长绘画。但，我仍希望用语言为大家描绘出一幅属于2008的画面。在我心中，2008是三色的，红，黄，绿。

红色，是跳动的火焰，它代表了奥运圣火。这圣火，自公元前在古希腊神殿前燃起后，就从不曾熄灭。人们常说：“民族的也是世界的”前美国总统克林顿访华时曾经说：“我们的国家深深的仰慕有贵国悠久的历史 and 丰富的人文他们同时也是全人类的财富。”同样，奥运圣火虽燃起于欧洲大陆，却属于全人类，属于我们的地球村。特别是自1896年第一届现代奥林匹克运动会起，它更成为人类现代文明的见证；就是这圣火，经历了战争与黑暗，依然纯洁；就是这圣火，每每燃起，让人久久不能自己，喜泪盈眶；就是这圣火，让多少人，上下求索；梦寐以求。

百年奥运，风云变化，不变的是始终如一的人文精神。在奥林匹克精神中，人文内涵是不朽的底蕴。它作为一种特殊的精神动力凝聚着全人类向往前进的心声。在“higher□faster,per”的口号下，奥林匹克运动所真正倡导的是“团结，友谊，进步”。

黄色，代表了\*，代表了我们，黄皮肤黑眼睛的炎黄子孙。\*，作为中国的首都，长期以来都是奥林匹克运动最积极的支持者和参与者。早在1991年我们就首次提出了申奥的请求，作为一个\*人，我永远不会忘记八年前在蒙特卡罗，2000年奥运会主办城的投票现场，投票前，由12名与我年龄相近的女孩代表\*演唱了《茉莉花》；那歌声很美，很动人。然而，我永远难忘的确是在\*落选时，她们放声大哭的情景。那一次，\*输了。但，我们从不曾放弃。正如奥林匹克精神所号召的那样“” \*有1500万市民，民意调查表明：支持申奥的占了94.9%。这个数字是惊人的，\*人申奥的热情，更是巴黎，大阪，多伦多或是伊斯坦布尔所望尘莫及。歌德曾经说过：“光有意志是不够的，我们必须付诸于行动。”作为一个发展中国家的首都，\*申奥的科技实力是引人关注的。那么，就让我们到\*城里看一看吧！磁卡电话遍布全市；高速公路四通八达；体育场馆引入纳米技术；交通管理实现电子监控。经过近10年的建设和发展，\*已经比首次申奥具备了更强的科技实力。

绿色，代表了环境，是地球村的色彩。科技一日千里的今天，人们并没有忽视对环境的爱护。在地球村的理念中，绿色是永恒的主题。近20年来，奥运也顺应时代，强调奥运与环境相结合。因此，\*要办的奥运是绿色的奥运。一方面，市民们自愿出力建设奥运林，为古长城增添新景，另一方面，政府投资修建“五河十路”绿色通道，为\*又添绿衣，到2000年为止，全市绿色覆盖率以达36%，人均公共绿地达9平方米。\*用双手建造了一个绿色的家园，更期盼一个绿色的奥运。

选择了色彩，或许有人会问我画面的内容。是这样的：2008，绿色的地球村将迎来又一个全人类的体育盛典，火红的圣火走进了一个古老的东方国度，届时，我们，所有的炎黄子孙将高唱同一首歌□newbeijing□greatolympic□□

更多热门

## 发扬中国精神篇四

各位领导、朋友们：

大家好！我演讲的题目是：迎奥运，树新风，平凡的我们一起行动。

朋友们，今天，“迎奥运，讲文明，树新风”的活动在全国开展得红红火火，你是否也能为奥运添上一分光彩？它既不需要多华丽的口号，也不需要多壮观的举动，作为新时代的劳动者，从我做起，从身边的事情做起，家乡就能更加美丽，祖国就能更加富强，用我们的实际行动为奥运添一分光彩。

我们是太阳底下最平凡的人，我们是普普通通的社会主义建设者，在田间地头，我们用锄头书写生命的过程，沉甸甸的谷穗、绿油油的茶叶是我们生命的价值和意义；在城市，我们用勤劳、朴实、勇敢，谱写着农民工的创造和奉献，一幢幢高耸的楼房，一条条整洁的马路，一簇簇美丽的鲜花中有我

们的劳动成果。城市更繁荣了，农村更美丽了，我们农民也住进了宽敞的楼房，走上了干净的水泥路，安上了电话揣上了手机。房子住高了，腰包变鼓了，我们的思想境界也要高上去，我们要讲文明，树新风，促发展，共同构建社会主义和谐新农村。

我是农民的儿子，是一个平凡的劳动者，我感到无比的骄傲和自豪。因为朴实的农民已经让贫瘠的山沟流淌出无尽的财富，锦绣山城的建设更是平凡劳动者汗水的浇铸，满山的茶园，宽阔的马路，拔地的高楼，都浸润着山里人的心血和汗水。

虽然我们是农民，是社会最微小的原素，我们在家种地，出外打工，干的是最基础的活儿，可是，当你面朝黄土背朝天的忙碌在庄稼地里时，你所展现的是一个地地道道的中国农民形象；当你背着行李走进城市的建筑工地时，你又是涌进城市的千千万万的农民工形象。我们的子女学业有成后参加到城市的建设中去，在城市里安家落户，他们依然是我们农民的孩子，骨子里秉承着我们农民的纯朴与厚道，他们大可以挺直腰板对人家说，我是农民的儿子！我想，那也是我们每一位农民父母的骄傲和自豪吧！大山里培养的不仅是庄稼，还有国家的栋梁，深山里飞出去的不仅有茶叶、蚕丝，还有金凤凰！

今天的祖国日新月异，经济发展了，生活富裕了，人人精神焕发，大街上人来人往、车水马龙。在街道上，你能做到不随地吐痰、不乱扔垃圾吗？在路口处，你会按道行驶，不闯红灯吗？在客车上，你能主动给老人孕妇让座吗？你我不经意的举手投足都是文明的标尺，清楚地衡量出山城人的文明素质。

朋友们，我们都是平凡的劳动者，都担负着建设家乡的重任。种好田、栽好树、制好茶、发展特色旅游，推动经济稳步发展，让毕升故里、茶叶之乡大放光彩。加快建设社会主义新农村，不但要生产发展、生活宽裕、还要乡风文明、村容整

洁，讲文明、树新风，加快全县精神文明建设，让乡村道德建设协会蓬勃发展，让群众文化活动越来越丰富，让山城的人们更加文明。今天，我们默默无闻地工作在自己的岗位上，这同样在用自己的实际行动为奥运做着贡献，做好本职工作，用自己最大的努力为奥运出一分力量，添一分光彩。

六月的山城生机盎然，六月的我们激情荡漾。朋友们，让我们一起行动起来，讲文明、树新风、迎奥运，共同弹奏起幸福、和谐乐章！

我的演讲结束了，谢谢大家！

## 【范文二】

一个民族，一个国家，是要有一种精神的。一种能鼓舞人奋发进取的精神。中国奥运精神，正是顺应时代的潮流，应运而生。它是以往精神珍宝的继承和发扬，是溶入进亿万人心血的新力作。

中国奥运精神内涵丰富，首先它是最深厚，最基本的爱国主义精神。1932年，在爱国将领张学良的资助下，刘长春只身漂泊海上21天，到达洛杉矶。在男子一百米预赛中，一路领先，然而疲惫不堪的刘长春，还是被遗憾淘汰，1936年柏林奥运会，进入撑杆跳决赛的中国运动员竟买不起比赛用杆，1948年，伦敦奥运会中国代表团是参赛团中唯一住不起奥运村的。这不堪回首的一页，已被我们翻过。到了1979年，中国恢复了在国际奥委会上的合法席位。1984年7月29日，许海峰的一声枪响实现了中国奥运金牌零的突破。正是在这样的历史大背景下，人民的爱国之情，强国之梦与体育如此密不可分。爱国之情铸就伟大成果，终于奥林匹克盛会选择了中国北京，这也是对深爱着祖国的中华儿女最高的奖赏。

中国奥运精神也是顽强，拼搏，无私奉献的精神。不能忘记，上个世纪80年代，女排精神带给人们的巨大鼓舞，怎能忘记



去年奥运金牌榜上，中国代表团挤身前三甲。五星红旗一次又一次升起，国歌一遍又一遍奏响。我们的体育健儿为了这一刻不知流了多少汗水。而他们的背后有无数的教练，陪练，医生，厨师等在支持着。奖牌和鲜花，属于为国争光的体坛强者，更属于众多的无名英雄。人的能力有大小，社会分工有不同，只要在自己的岗位上兢兢业业，彼此帮助，万众一心，那就无愧于民族。

中国奥运精神更是面向世界，博览众长的精神。八年前，北京申奥失利后，就提出了“坚定不移地走向世界”这个口号。八年来，从严密有效的管理体系到各体育运动的竞技战术水平提高，再从此次申奥的整体步骤到目前众多现代化场馆的建设，便是源于我们坚持了开放政策，积极吸收了世界先进经验。设想，如果闭关锁国，叶郎自大，那是什么结果呢？事实证明：唯有善于学习，善于拿来的民族才是充满活力，大有希望的民族。

“九州生气恃风雷”这光芒四射的中国奥运精神，显示出巨大的凝聚力，伟大的创造力，已深入到每一个炎黄子孙的心中，这必将促进社会主义现代化建设，促进改革开放，促进祖国的统一大业！

## 发扬中国精神篇五

“更快、更高、更强”是奥运历史上广泛流传的一句格言，也是对奥运精神的最好诠释。这短短的六个字，使运动员在竞技场上，面对强手如林，无所畏惧，勇于拼搏，敢于胜利。

1936年，奥运选手欧文斯在柏林奥运会上创造的10秒2的短跑记录曾经整整保持了，被称为人类难以逾越的“10秒极限”，但从1968年开始，先后有10人次打破这一记录，其中5次仅是在原有的基础上提高了0.01秒。这看似不可能的记录就这样被打破了，正是这六个字，不断激励着人们挑战人类极限，把“不可能”变为“可能”，创造着一个又一个的奇迹。

但这短短六个字的深刻含义不止于此，它同样鼓励着人们在生活的各个方面不断超越自我，不断战胜自己。

我和大多数人一样，是一名非运动员的普通人，我是不可能也没有能力去超越人类的极限的，但“更快、更高、更强”激励着我不断超越自己，超越自己就是我的极限。

我曾是一名普通的养路工。刚分到徐州工务段养路工区，我就认为自己不可能成为一名养路工，我认为自己受不了那种辛苦。记得在工区的第一天，工长安排我拿着钢叉去铲石子，这是比较轻的活了，但是在初春的天气里，我的毛衣毛裤全都被汗湿透，手磨出了血泡。一段时间我的情绪都十分低沉，难道就这样过下去？看着工友们在工地上任劳任怨的劲头，不服输的个性让我咬牙坚持着，他们能干好我也能干好。体力不行，我就每天坚持早起锻炼，技术不行，我向工长、老职工请教，学习测量、拨道、起道，全面提高自己的业务能力。两年后，在段技能比武中我拿到了全段第一名。如果我一直生活在我不可能干好养路工的阴影里，我是不可能成为一名优秀养路工的。

人最难的是超越自己，超越了自己就是成功，这就是奥运精神的最好体现。

我喜欢文字的东西，但从未想过自己的文字会变成铅字。一个偶然的的机会，工区旁边的一户居民家中失火，刚下班回到工区的职工们拿着水桶、脸盆奋力救火，最终扑灭了大火。职工不顾安危全力救火的行为感动了我，为此写了一篇小稿子，没想到在当时徐州分局的《徐海铁道》报上刊登。如果不写，我的稿子永远不会有变成铅字的可能。

但是将“不可能”变成“可能”不是最终目的，在“可能”的基础上继续“更快、更高、更强”才是人们追求的目标。

如我写稿一样，有了上报的可能，但不坚持，不提高写作水

平是不可能进步的。有了初战告捷的鼓舞，我继续投稿，却犹如石沉大海。我静下心来，向周围老通讯员请教，才发现自己对写作根本就是门外汉，连什么是消息、什么是通讯都分不清。于是我利用业余时间认真学习写作知识，央求老通讯员给我改稿，自己则不断地写稿、不断地修改，终于我的稿件又出现在报纸上了。而第二篇上报的稿子距第一篇上报的稿子已经一年过去了，这一年使我在写作方面得到了突破。

这六个字还告诉我们要不断创新和不断探索，这或许也是我们年轻人永葆青春的秘籍之一。

有见过养路工的博客吗？我见过，我在新浪网上建立了自己的博客，名字就叫“养路工的博客—挑灯看剑”。我原先不太会用电脑，建立博客的一个目的也就是想提高自己的电脑水平，的确在建立博客的过程中，用电脑写文章，丰富自己的博客，我的电脑水平不断提高。但更最重要的是在博客上与众多博友谈古论今、针砭时弊时，我从不避讳自己的养路工身份，我就是要向他们展示现代养路工的别样生活，我在博客中写养路工的文章，粘贴养路工的照片，就是改变人们心目中养路工只会砸洋镐的落后形象，原来握洋镐的手同样可以掌控鼠标，养路工的生活同样多姿多彩。

回想这一路走来，从不愿干养路工，到成为一名优秀的养路工；从不会写稿，到能陆续见报；从不会用电脑，到在网络上建立博客……“更快、更高、更强”浸润着我追求成长的每一步，见证着我不断成长的每一步。