

国旗下的青春风采 国旗下的讲话青春之歌 (优质10篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

国旗下的青春风采篇一

各位老师、各位同学：大家好！

我今天讲话的题目是《体育健康生活》。

请允许我向大家提个问题，“12.88”，这是一个什么数字？对，这是一个炎黄子孙为之骄傲的数字，它就是当今男子110米栏的世界纪录，是由上海运动员刘翔创造的。

再让我们看下面的数字：

据国家体育总局群体司统计，中国的体育人口比例为33.9%。远不能与新西兰93%、日本80%、欧洲80%以上的体育人口比例相比。这其中，还有一个非常不正常的现象：中国的体育人口中老年人偏多。数字显示，体育人口中，71-75岁的占该年龄段总数的.46.1%；16-20岁的青少年占该年龄段总数的31.8%；41-45岁的仅占该年龄段总数的6.7%。我国居民40岁后体能明显下降，六成中年人存在健康问题，主要表现为血压升高、肺活量下降。心脏病在我国至少“年轻”了15岁。目前心血管疾病是全国死亡人口的最主要死因。城市居民体重严重超重者平均已达14.9%。我国已进入老龄化社会，老年人口__年超过1.2亿，占总人口的10.2%。60岁以上老年人慢性病患率是全人群的4.2倍，人均患有2-3种疾病。儿童肥胖症激增，近视眼比比皆是。中小學生近视率已达34.6%，高

中生达70%;因近视致盲人数达30万。全国肥胖儿童在__年间增长5-7倍,儿童肥胖症占12.6%。

老师们、同学们,我之所以在这里不厌其烦的公布这些数据,是想强调这样一个观点:体育和健身是人类自身的生存需要,它本不需要通过外部强制手段来唤醒这种意识,实施这种行为。体育和健身不仅仅是个体生命得以延续和保障的前提,也是群体生命得以延续和保障的前提。它不仅仅具有单纯的生物学的意义,也具有社会学和哲学的意义。

站在生命的角度看,运动是人的本质属性之一;站在培养人的角度看,体育是人全面发展的基础。体育不单健体,健形,而且健脑,健心,健神,健美,健德,健性,健情,健趣,建意志,健信心,建耐力,健生活态度,健自然和谐,健人际关系……体育是一种精神,是一种文化。马克思说:“体育意味着通过人并且为了人而对人的本质的真正占有过程,是人向自身、向社会的(即人的)复归过程。”体育的文化价值就在于人自身的价值,即人的全面、自由、和谐的发展,是人的身心完美展开和全面实现,是个体人格和社会人格的和谐统一。用奥林匹克运动的倡导人、法国教育家顾拜旦的两个词概括体育的文化价值,那就是“美和尊严”。

__年,北京举行奥运会。我们当然期待我们那些拔尖的运动健儿拿到更多的金牌,为国争光。可我们同时也希望,我们在走向金牌、走向奥运领奖台的道路上,我们的群众体育运动得到巨大的发展,我们的体育观念得到根本的改变,让体育溶进我们的生活,让我们民族的综合素质得到进一步的提高。

10月23、24、25日是我校第49届运动会召开的日子,希望同学们能在本次运动会中创造佳绩,同时,更希望运动会后,在我们的田径场上还有许多人在自觉的跑着、跳着、锻炼着。

国旗下的青春风采篇二

没有人能够拒绝梦想，只他还有有梦的翅膀；没有人能够无视信仰，只他心中还怀有一份渴望。年轻的我们，也许现在还有些迷惘，有些不知所措，但我们并不能因此放弃了自己的年少轻狂。

青春应该有锐不可当的激情，梦想应该有誓不罢休的坚毅。

爱因斯坦曾说：“我从来不把安逸和快乐看做生活本身。”是的，想让自己实现梦想就必须学一学五四运动的英杰们，当政府在巴黎和会外交谈判失败时，他们誓死力争喊出：“废除二十一条。”的口号，向中国人诠释出了爱国的激情。他们一面向清政府一面与列强反抗。少年强则国强，少年智则国智。正是这些青年人，正是他们的青春热血让中国不断崛起奋发。

青春应该有舍我其谁的霸气，梦想应该有不破楼兰终不还的决心。

西汉大将霍去病，年仅17岁就率兵攻打匈奴，皆大胜而归。汉武帝为奖励他给他建了宅第，他却说：“匈奴不灭，无以家为也。”再看看“年少万兜鍪”的孙权，少时便承担起帮父兄完成基业的责任。他凭借胆识才能，使自己在历史的洪流中熠熠生辉，让一代枭雄曹操都不得不发出“生子当如孙仲谋”的感慨。

青春应该有朝气蓬勃的壮志，梦想应该有滴水穿石的恒心。

西晋时期的祖逖从年轻时就苦读书、勤习武身怀报国之志。每到凌晨时分传来鸡鸣，祖逖便醒来拔剑苦练，他坚持不懈终于成为晋朝名将，为收复中原作出贡献。是七尺男儿，生能舍己，作千秋雄鬼，死不还家。这一豪言，可谓激发了无数青年人的雄心。胸怀社稷，脚踏实地。正是当今所提倡的，

正是我们学习的。

竹杖芒鞋轻胜马，谁怕？一蓑烟雨任平生。青春虽会失去光彩，梦想路上虽有泥泞、荆棘。但不因为环境不好就抱怨，自己不出色就沉沦；不把哈韩风气当成潮流，不把拼爹当成一种骄傲。累了，就在原地小憩，但千万别忘记跋涉的路途；倦了，就欣赏一下沿途的风景，但千万别被脚下的花草吸引。如果寂寞就哼哼振奋的歌，为自己加油打气。不再有所顾虑与怀疑，相信自己所付出的一切在某天会以另一种方式回归你。别怕太久，别说太远，有梦的人从不会嫌上天让它来的太晚。

舞动青春，飞扬梦想。给自己一个亮丽的心情，让大风吹散心中郁结的思绪，打起背包，再次踏上无悔的征程。

国旗下的青春风采篇三

亲爱的同学们：

大家好！今天我演讲的题目是《青春无悔》。青春是美丽的故事，是动人的旋律，是动人的诗篇。

我们正处于开花季节，处于激情燃烧的时代。在这段时间里，我们是最活泼最活跃的。我们会走到一起，不管身份的不同，因为在校园里，我们只是普通的学生。我们互相分享快乐和烦恼。我们之间没有隔阂，所以我们可以不分青红皂白地交谈，从南到北，只要我们感兴趣的东西就会成为我们讨论的对象，即使我们不小心伤害了对方，我们也从不在乎。

青春是一段难忘的时光，带给我们太多美好的回忆。这段记忆包含了我们欢笑、挫折和汗水的背后。从军训开始，我们就认识了。那时候我们还有点陌生，但是军训过后，我们仿佛成了一个大家庭，互相关爱，团结一心。一年多来，我们越来越熟悉，对彼此的好感也越来越强烈。在这段时间里，有很多事情让我们难忘，比如运动会。我真的希望我们永远

不会分开。

青春，多么迷人又难忘的世界，多姿多彩。一定要好好把握自己的青春，不要白难过！同学们，青春无悔。一起写青春吧。

国旗下的青春风采篇四

各位老师，各位同学：

早上好！

我今天国旗下讲话的题目是《生活因珍惜而美丽》。

珍惜是一个又老又旧的话题，但我想，老旧的话题也有它新的意义。我们同学现在生活在父母师长的关心呵护下，求学在整洁优雅的环境中。然而，我们总还能听到抱怨，看到懒散和颓唐。

这使我想起网上一位大学生的个性签名中的两句话：我痛的时候会想去非洲的贫民窟，伤心的时候会想去阿富汗的难民营。我想他的意思是和那些贫民窟和难民营的人们比起来，自己的痛和伤心根本不算什么。

所以，当我们抱怨学业负担过重的时候，请想想希望工程宣传画中的那个西部女孩渴望求学的大眼睛；当我们不满父母师长的唠叨和管束的时候，请想想那些蓬头垢面，流浪乞讨的小孩子；当我们埋怨生化水平不高、懊恼父母给的零花钱太少的时候，请想想内地一些一天只能挣几块钱却整日弯腰驼背、匍匐在黑暗里的挖煤工人；当我们觉得生活无聊平淡的时候，请想想那些身体残疾但意志坚强的人们；当我们随意丢弃垃圾、浪费水电的时候，请想想日益严重的环境污染和能源危机。

世界有太多不幸，我们能够拥有是幸福的。

很多的时候，人们总在失去后才懂得珍惜。有些失去即使遗憾但因为有所收获而可以自宽，比如失去少年的激情情况而换来中年的成熟稳重；然而，有些失去却让人终生痛入骨髓，比如生离死别。

一朵花即使非常艳丽它终将凋零，一句誓言即使再坚贞也难逃沧海桑田，一个人即使再强悍也不能挽留岁月的流逝。世界总在变，我们无法阻止。但如果珍惜了，即使最后的结果不能如人愿，我们也可以无悔。

所以，请珍惜你现在的拥有。

珍惜你的生活、你生活的环境、你生活中的每个人，珍惜你能感知的整个世界。当然，最应该珍惜的是你自己：你的理想、你的青春、你的学业。不要放弃，不要虚度。青春只有一次，生命独一无二。要知道，一棵草可以装点绿色，一朵花可以吐露芬芳，一个人也可以靓丽世界。

同学们现在生活在父母的羽翼之下，生活的风雨经历的不多，也许不能明白珍惜的可贵。无论以后的生活是平淡或者辉煌，是大风大浪还是风和日丽，都请记住：世界可能千穿百孔，但只要珍惜，生活依然美丽动人。

谢谢！

国旗下的青春风采篇五

尊敬的老师，亲爱的同学们：

奏响雄壮的国歌，扬起鲜红的国旗，我们又一次为这个时刻而感到骄傲和自豪。

时光飞逝，岁月荏苒，我们已由昔日幼稚的孩童成长为今天的翩翩少年。回顾往昔，我们无怨无悔，展望明天，我们信

心十足。走进了高三，我们的生活不再如以前一般轻松；走进了高三，我们的日子也多了一比疲惫。但是面对明年的七月，我们仍将披荆暂棘，奋然前行。

雄鹰在风雨中练就坚实的翅膀，梅花在严寒中绽放扑鼻的芬芳。在今天这个充满竞争的时代，我们不会畏畏缩缩，瞻前顾后，我们将在竞争中学会生存，在逆境中谱写人生的乐章。正如一位哲人所说：对于凌驾于命运之上的人，信心是命运的主宰！

任前方荆棘丛生，我们将持这以恒。茫茫学海中，我们拆做勇敢的水手，乘风破浪、共赴前程，古人云：艰难困苦，玉汝于成。“青春的脚步如行云流，青春的岁月容不得斗点浪费。同学们，让我们把握好生命中的每一天，向着金色的彼岸前行。

临渊羡鱼，不如退而结网。

用我们的智慧和勇气扬起理想的风帆，用我们的青春和生命奏响时代的强音！当我们抛弃了迷茫，把握了航向；当我们勤字当头，不懈地摇桨，命运的闸门会向我们敞开，诱人的时刻终将到来！

未来不是梦，今天，在我们手中！

以激情为旗，用青春作注，拼一个无悔的人生！

谢谢大家！

国旗下的青春风采篇六

青春，让人一听就豁然开朗的字眼；青春，恰似一个活泼可爱的小姑娘；青春，也许在你不留意间就会纵然消逝；青春，需我们去珍惜。

青春是五彩斑斓的，正如这雨后的彩虹一般，散出迷人的光彩。

我们正值青春年少，对什么事情都了解不太透彻，青春鼓舞我们去探索事物的源泉，去将心比心，以心换心。

在这世间，所有事情都不是完美的，所有近乎完美的事物都不是永恒的，当然，青春也不例外。记得上次看了一个新闻，讲的是一个五十多岁的男子考了三十多年的大学，现在依旧没考上，是的，他的青春已经消逝掉了，他没有把握青春，抓住青春，导致理想再坚定也力不从心了，不是吗？我经常听到很多大学生或者已经成年的年轻人、中年人、老人说“多么怀念自己的青春啊，青春真好！多么希望自己的青春可以重来一回，一定把握住青春。”可是时间回不去了不是吗？现在后悔已经来不及了，所以，正值青春年少的姑娘少年们，抓住青春好吗？别让青春荒芜掉，以免遗憾终身啊！

青春需心存美好，少栽刺，多栽花，不能逆了青春之所以存在的意义，不利用青春来干不正之事，来招惹别人，青春应用来多结交品格优良的朋友，来干快乐的正经事，化复杂的人生为简单的处世。

青春会让你历尽酸甜苦辣，当你在前进的道路上跌倒了，不紧，青春会为你抚平伤口；当你成功的那天，微笑在你脸上洋溢的那天；青春也一定笑了，它也会默默离开了，不难过，这是值得的！

青春，值得我们去珍惜，它是世界上最珍贵的东西，所以，亲爱的少年，请珍惜青春好吗？

国旗下的青春风采篇七

老师、同学们：

马克思说：“在科学上没有平坦的大道可走，只有不畏劳苦沿着崎岖陡峭的山路攀登的人，才有希望到达光辉的顶点。”这里强调的是“学习就要刻苦”。这个道理古人也懂，所以他们学习要“头悬梁，锥刺股”。“书山有路勤为径，学海无涯苦作舟。”“十年寒窗苦”都是讲学习要刻苦。

同学们，在读书求学时期必须要勤奋刻苦，必须要磨炼自己的意志品质，这样才能为自己今后发展奠定基础。孟子说：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤??”古今中外凡是在事业上取得重大成就的人，都是在青少年时期就勤奋刻苦。俗话说得好：“吃得苦中苦，方为人上人。”还有一句叫做“从小享福如受罪。”这话刚一听让人费解，现在的生活条件很好，怎么享福如受罪呢？仔细思考一下才明白了，就是一个人从小不经历艰苦磨砺，学生时代不刻苦，他的思想、意志、身体心理等各方面的素质，就不能适应将来发展的需要，长大后，就没有本领做大事情。所以我们在初中阶段刻苦拼搏，也是为我们人生成长积蓄财富。正如，我们常说的：“现在的学习质量就是将来的生存质量”那样有道理。天上不会掉下馅饼，没有人能随随便便成功的。总而言之，要想考取理想的学校，要想成人成才，没有捷径可走，只有刻苦奋斗，才能取得成功。“不经一番寒彻骨，那得梅花扑鼻香”，“不经风雨怎能见彩虹”这个道理同学们都懂。

那么，怎样才叫做刻苦呢，我提三点要求：

- 1、打足用足时间。对做生意讲，时间就是金钱；对于学生讲，时间就是知识。有位哲人说过，放弃时间的人，时间也放弃他。初三有的班级迎中考已进入倒计时，时间观念强，很好。我想，我们同学除了遵守学校的学习时间外，只要自己精神状态好，就应充分利用一切可利用的时间。时间就是海绵里的水，只要愿意挤总是有的。“三更灯火五更鸡，正是男儿读书时。”

2、要专心致志。《劝学》上有这样几句话：“蚓无爪牙之利，筋骨之强，上食埃土，下饮黄泉，用心一也；蟹六跪而二螯，非蛇蟻之穴，无可寄托者，用心躁也。”再聪明的人如不专心致志，肯定不可能取得好成绩。要专心就要“两耳不闻窗外事，一心攻读科学书。”读书改变命运，态度决定高度。这里特别强调要远离“网吧”，杜绝“分心”；学生要像学生的样子，要全身心投入学习，不怕流汗，不怕掉肉，要严格遵守学校各项学习纪律：上课要聚精会神，自习课鸦雀无声，有人走窗外不尾观。要一心一意“砺志”、“笃学”。

3、要讲究方法和效率。方法决定效果，提如下几条供同学们参考：

(1) 实现小目标，达成大目标，这一点大家都知道，这里不多讲。

(2) 循序渐进，勤学好问，学而时习之，掌握“两先两后”的学法。

(3) 学思结合，融会贯通，精益求精，不满足于一知半解。

(4) 当天的任务当天完成，学会反思，争取日清日高，持之以恒，培养习惯，形成品质。

(5) 动静结合，上好课，做好操，保持身心健康，精神饱满。

新形势，向我们提出了新的要求、新的挑战，我们怎么办？——我们要学会刻苦，舍得刻苦，善于刻苦。初一年级要立足基础，培养刻苦习惯，初二年级要严于律己，发扬刻苦精神；初三年级要瞄准目标，刻苦拼搏。世间自有公道，付出总有回报。老师教育我们辛苦，父母供养我们吃苦，回报他们唯有刻苦。让我们学习、学习、再学习，刻苦、刻苦、再刻苦——成功一定属于我们！

国旗下的青春风采篇八

大家好！

社会实践刚刚结束，我带着记忆犹新的欣喜、感动和震撼站在这里，我演讲的题目是《让青春在实践中飞翔》。

上周，我们初二年级八个班的学生到新郑参加市教育局组织的社会实践活动。全方位军事化管理使我们充分体验了团队生活的严谨、艰辛、乐趣与感动。

在活动过程中，翻越逃生墙的项目是整个团队所面临的挑战了。同学们自动搭起人梯，奋力向上攀越，虽一次次跌落和失败，但同学们却永不放弃。不少同学的双肩被踩破了皮，却一声不响，低着头，继续用自己的臂膀支撑起同伴的生命，背后只是留下一块块伤痕和一个个脚印他们把生的希望留给了别人，使在场的许多同学都流下了感动的泪水。那个场面，我毕生都将无法忘记。同学们团结、友爱、互助的精神，使我们度过了一道道难关，克服了一个个困难。若没有同伴的付出，就不会有整个团队的胜利！

我想，这就是团队的力量！一根筷子易折断，十根筷子坚如铁！团队的力量是伟大的，伟大的背后更隐藏着艰辛与磨砺。一个人经历风雨，不如大家一起抵挡风雨！

也许命运给了你不公平的待遇，也许生活给了你太多的磨难，也许你的天空在下雨，也许你的世界总是黑暗但是，请不要悲观失望，不要消沉灰心，让大家和你一起面对吧！生命的过程是需要雕琢和磨砺的，大家一起承受，让友爱撒满内心，让力量驱走荆棘。那样，你的生命将不会褪色，团结的力量将陪伴着你，感动将一直围绕着你，精神之火将永不熄灭！

单丝不成线，独木不成林；一块块砖只有堆砌在一起才能成就万丈高楼；一滴水只有融入大海才能获得永存。是的，生活中

可以没有轰轰烈烈的英雄，但是生活中不能没有团结、友爱的精神。一个人是社会的一个细胞，只有大家团结在一起，才能构成一个坚强的整体。

保尔曾经说过：人最宝贵的东西是生命。生命对于我们只有一次。在人生的旅途中，让我们背上团结、合作、超越自我的勇气，把它们装进我们飘洒活力的行囊，让青春在实践中飞翔！

国旗下的青春风采篇九

尊敬的各位领导，各位老师！

亲爱的同学们！

今天我国旗下致辞的题目是《无悔青春，扬帆奋进！》。同学们，你们有梦想吗？很多的同学都有，我感到万分的欣慰！大家作为中国人中的一员，那么我们的中国梦又该如何实现呢？是我们写几篇文章，唱一些口号，就可以实现的吗？习说的好：空谈误国！那么作为我们的中学生，该如何做？才是真实的体现我们在为中国梦努力呢？我给大家提供：“八字”建议，如果大家都努力践行，那么，十年以后，我们的中国就会更加的强大，大家也会取得更加辉煌的成就！同学们想不想听是哪“八个字”呀！

第一、自信。爱默生说的好：自信是成功的第一秘诀。如果你想要成功，在学业上有所进步，那么请你把你的内心中不肯定的因素全部排除出去，让自己在做任何的一件事情的时候都要充满信心，不管这个事情的结果如何？只要你有了信心，那么你就会千方百计的寻找方法去解决！有的同学学习的能力不强，那么你如果有信心学好，那么你就会用勤奋、刻苦弥补自身的不足，达到超越和提升自己！即便是有的同

学养花也是一样的，如果你有信心让花长得很好，那么你就用心观察哪些花需要水多一些，哪些花耐旱、、、、这样你的花自然就养好了！学习也一样，自己要充满信心，你就可以取得意想不到的成绩！

第二、自律。自爱，自爱就是自己爱护自己。也就是说要塑造自己

具有良好的形象，珍惜自己的名誉，珍爱自己的生命。自爱首先要为自己塑造良好的形象。也就是说：站要有站相，坐要有坐相。这里所说的相，指的就是形象。坐、站都要注意自己的形象，也就是说一个人时时刻刻都应该按照一定的标准来塑造自己的形象。一个人的形象，既有外在的方面，也有内在的方面。外在形象是看得见、听得到的，是有形地表露在外面的。例如：相貌、身材、穿着打扮、言谈举止等等。内在形象则表现的是比较深层的气质。例如：性格、理想、学识、情操、心理等等。每一个自爱的人，都应该努力去美化自己的内在和外在形象。美化外在形象和内在形象都有各方面的要求，对于我们言谈举止文明有礼，积极向上，有良好的心理品质和道德情操，有鲜明、和-谐的个性，有远大的理想等等。

名誉，名誉就是名声，它是社会或他人对你的评价，是一个人尊严的象征。珍惜自己的名誉是中华民族的传统美德，它要求我们在任何时候都不允许自己的言行玷污自己的名誉和形象。而生命是宝贵的，对每个人都只有一次，不仅仅属于你自己，还属于你的家庭、国家和社会，因此要珍惜自己的生命，在任何艰难困苦的环境下，都要热爱生活，热爱生命，这是对自己、家庭、国家和社会责任感的表现。著名的音乐大师贝多芬为我们留下了许多美妙动听的音乐，同时也以自己高尚的品格赢得了世人的尊敬。

” 宋朝大文豪苏轼，吴。几次受贬后自强不息，写出了许多

千古绝唱，清朝落第秀才蒲松龄，以历史上强者的事迹自勉，终于使自己成为一个名载史册的自强者。成功不以天赋和环境决定，明确的目标加以坚定信念付诸奋斗才能铸就。

第四、坚持。记得有一次，大哲学家苏格拉底对学生说：“今天咱们只学一件最简单也是最容易做的事：每人把胳膊尽量往前甩。”说着，苏格拉底示范了一遍，“从今天开始，每天做300下，大家能做到吗？”学生们都笑了，这么简单的事，有什么做不到的！过了一个月，苏格拉底问学生们：“每天甩300下，哪些同学坚持了？”有90%的同学骄傲地举起了手。又过了一个月，苏格拉底又问，这回，坚持下来的学生只剩下八成。一年后，苏格拉底再一次问大家：“请告诉我，最简单的甩手运动，还有哪几位同学坚持了？”这时，整个教室里，只有一人举起了手。这个学生就是后来成为古希腊另一位大哲学家的柏拉图。这个小故事所蕴含的深刻含意是显而易见的。

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家早上好！我是来自建工111班的xx□今天，能有机会在这里发言，我感到十分的荣幸。在两年的大学生活中，我得到了院系领导及老师的教导与关怀，得到了同学们的帮助和支持，在此，我向曾帮助过我的老师、同学表示衷心的感谢！今天我演讲的主题是“立志当下，青春无悔。”

在中学时代我就听老师说过，大学里人与人之间的差距特别大，进入大学之后我深深的体会到了这句话的含义。大学里，两极分化现象相当严重，在我身边有这样两种人，一种人每天有明确的目标，生活过得很充实，两年下来收获颇丰，拿到了诸多荣誉和证书，结识了不少人，与同学相处也很融洽。而另外一种人则是整天碌碌无为，沉迷于游戏，天天宅在宿舍。甚至两年下来都没有进过一次图书馆，一学期下来都不知道自己旷了多少次课，虚度了多少青春年华。就拿我自己来说吧，刚进大学时，我也很迷茫，面对大学里形形色色的

诱惑，一时间失去了方向，也因此荒废了不少时光，由于长时间碌碌无为，与同学相比，表现也很平庸，内心潜在一种不甘堕落的顿悟，于是我开始与那些表现优异的同学沟通，了解他人过人之处背后的努力，自己开始痛下决心，立志当下，奋发向上。终于，在大一上、下学期都获得了二等奖学金，并荣获“优秀团员”称号，在大二上学期开始竞选团支书一职，并获得一等奖学金和“国家励志奖学金”等荣誉，同时在羽毛球协会担任外联组组长一职，参加了“青马工程”培训，接受了党课教育。在与支部成员的一致努力下，为支部拿到了很多荣誉，如今的我已不再迷茫，有了自己明确的目标，相信在自己的努力下，一定能开拓出一片灿烂的天地。

最近上映了一部电影《致青春》，相信大家都看过了吧，剧中男主角陈孝正虽然家境贫寒，但很好的利用了大学时光，最终凭借自己的努力成为一名著名的设计大师，而剧中曾经的高富帅许开阳，以及那一批在大学里厮混的人，最终因虚度时光而沦落。保尔柯察金曾经说过：“一个人的生命应当这样度过：当他回首往事的时候不会因虚度年华而悔恨，也不会因碌碌无为而羞愧！”作为大学生的我们是时候刚清醒了，时光荏苒，青春不再，只有立志当下，青春才会无悔！

人与人的差距就在大学开始被拉开，我希望与大家共勉，立志当下，不要荒怠，要对得起父母的苦心；对得起老师的栽培；对得起自己的热血青春。为了不让以后的自己讨厌今天的我，为了大学四年毕业时再回首，我们没有平淡、遗憾的青春，拿出我们尝试的勇气，拿出我们青春的热情，让我们青春飞扬吧。

最后，祝愿我们的老师工作顺利，身体健康，祝同学们学习进步。

谢谢大家！

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家早上好！今天，我国旗下演讲的题目是《青春无悔》。

奏响雄壮的国歌，扬起鲜红的国旗，我们又一次为这个时刻而感到骄傲和自豪。鲜艳的国旗冉冉升起，在我们的凝视中猎猎招展。她凝聚着民族之魂，振奋着我们的精神。

时光飞逝，岁月荏苒，我们已由昔日幼稚的孩童成长为今天的翩翩少年。回首往昔，我们无怨无悔，展望明天，我们信心十足。走进了中学，我们的生活不再如以前一般轻松；走进了中学，我们的日子也多了一丝疲惫。但是，面对自己的将来，我们仍将披荆斩棘，奋然前行。

新学期已经开始，我们带着希望，又踏上了新的征程。正如雄鸡的鸣叫，新一天带着微笑和清新在大地上降临。

也许，你曾拥有昨天的辉煌，但那已成为枕边一段甜蜜的回味；也许，你曾遭受昨天的挫折，但那已成为腮边几滴苦涩的泪痕。忘记以前的成功与失败，我们只需要把经验和教训铭记于心。让我们把学习作为每日的挑战，作为生活对我们的磨练，让我们怀着乐观与自信迎接战斗！

同学们，学习的确是一件艰苦的事情，但是，请不要再抱怨我们的家长和老师们！雄鹰只有在风雨中才能练就坚实的翅膀，梅花也只有在严寒中才能绽放扑鼻的芬芳。在今天这个充满竞争的时代，我们不会畏畏缩缩，瞻前顾后，我们将在竞争中学会生存，在逆境中谱写人生的乐章。正如一位哲人所说：对于凌驾于命运之上的人，信心是命运的主宰！

人生离不开拼搏，就像我们不能拒绝成长一样。

同学们，让我们迈开轻松的步代，迎着凉爽的晨风，努力奋发！琅琅书声 是我们献给太阳的礼赞，晶莹露珠是我们迎接日出的眼睛。

任前方荆棘丛生，我们终将持之以恒。茫茫学海中，我们甘做勇敢的水手，乘风破浪、共赴前程。“青春脚步如流水，青春的岁月容不得半点浪费。临渊羡鱼，不如退而结网。用我们的智慧和勇气扬起理想的风帆，用我们的青春和生命奏响时代的强音！

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家好！今天我演讲的题目是“激扬青春，无悔人生”。

年年岁岁花相似，岁岁年年人不同。当我们再次站在国旗下时，走过高考的学长已背起行囊奔赴远方，而新一届的高一学子也带着蓬勃的朝气与昂扬的斗志，开始了新的征程。

高一的学弟学妹们，相信一周的军训生活已经让你们体会到了学校生活的紧张与严肃，你们一定要把这严格的纪律、高昂的斗志和不怕苦不怕累的精神，投入到新学期的学习中。你们一定要坚信，在忻中的这片沃土上，用希望播种，用汗水浇灌，踏实耕耘，定能收获无悔的青春。

学弟学妹们，你们可曾听到清晨学长们激昂的口号，你们可曾看到教室里学长们稳如泰山的身影？这就是忻中子弟昂扬向上的精神风貌，是忻中精神的深刻体现。雄关漫道真如铁，而今迈步从头越。学弟学妹们，开始你们追梦的旅途吧，让青春烈火燃烧永恒，让生命闪电划过天际，让年轻的梦没有终点，一路高歌，奔向远方。

高二的学弟学妹们，追求卓越的你们肩上承担着更多的责任。歌德说过：责任来自对生活的热爱。而青春是热爱的原动力，青春就美在昂扬向上的精神，就美在奋然前行的决心。勤字当头，用自信做桨，让勇气扬帆，把握航向，为自己的未来而奋战，用青春和生命奏响时代的强音！

高三的战友们，青春理应勇猛过人而非怯懦怕事，理应积极

进取而非苟安现状。这一刻，我们应当庆幸，我们从未离梦想如此之近，这是属于我们的沸腾热血的时代！在这不到一年的时光里，我们壮志凌云，带着美好的青春年华，一天天向梦想靠近，每一天都无比明媚，相信唯有厚积才能薄发，量变必定引起质变。或许你们未曾注意到， $1.01365 \approx 37.78$ ， $0.99365 \approx 0.03$ ，小的改变必会带来大的飞跃。高三的勇士们，我们已拼过炎炎夏日，我们将度过凛凛寒冬，我们必争一个春暖花开，我们定会赢一个锦绣前程！

同学们，一万年太久，我们只争朝夕。奋斗吧，拿出我们“天生我材必有用”的信心，拿出我们“吹尽黄沙始到金”的毅力，拿出我们“直挂云帆济沧海”的勇气，用激昂的青春拼搏无悔的人生！

我的演讲到此结束，谢谢大家！

老师们，同学们：

今天距中考只剩十一天。值此之际，我想对同学们表达这样几层意思。

我要说的第二层意思是选择。我相信现在我们所选择的，在日后生活中都会回报给我们。现在选择在课堂上昏昏沉沉，在家里浑浑噩噩，那么生活将会回报你一生的无所事事碌碌无为；现在选择挑一盏夜灯泛舟于书海，兢兢业业踏踏实实，那么纵使前路漫漫岁月滔天，生活也必将回报你一幅属于你的春江花月夜！

因此我要说的第三层意思是信念！十一天，有人觉得它已很短暂，但我依然相信我在十一天里还可以有新的飞跃！雄关漫道真如铁，而今漫步从头越，永远也不要放弃自己的信念！即使世界与你为敌，信念也要像影子一样与你生死相依！“你见过洛杉矶凌晨四点半的天空吗？”正是永不放弃的信念使科比·布莱恩特手握五座奥布莱恩杯！也许你是科

蜜，也许你是科黑，但你永远无法质疑科比铁一般的信念，那是对胜利的信念，是对总冠军的信念！

勇气。勇气也是决战沙场的必要因素。诚然中考不能决定我们一生的命运，但假如连一场中考也无法提起勇气去面对，那岂不是太懦弱了？当我们鼓起勇气，踏着力量，踏着梦想，下定决心要改变些什么的时候，宇宙万物都会为我们让道！因为谁会阻止一场义无反顾的青春年少呢？！

是的，青春。青春究竟是什么？我把青春比作一只雏鹰。我们的羽翼渐丰，渴望翱翔在自由的天空。但是我们也要知道，雏鹰为此付出的代价是，在学习飞翔的时候忍受折翼之苦！你还记得那篇关于蝴蝶破蛹的英语阅读吗？作者可怜蝴蝶破蛹的辛苦漫长，于是割开虫蛹帮助蝴蝶顺利蜕变。但因为没有破蛹时的奋力挣扎，蝴蝶的翅膀，那样美丽的一对翅膀，成了摆设——它再也没有力量来承载蝴蝶的重量，再也不能振翅飞翔了！

不抛弃，不放弃！

亲爱的'同学们，我衷心希望我们所有的人，都能在十一天后满怀底气地写下每一个字，做好每一道题，为我们的初中生涯划上圆满的句号！幸福的感叹号！

感谢你们的倾听！

日，3000多名北京高校的学生代表，云集天-安-门。“誓死力争，还我青岛”“收回山东权利”“拒绝在巴黎和约上签字”“废除二十一条”“外争国权，内惩国-贼”等标语口号声震华夏。随后，天津、上海、南京、杭州、重庆、武汉、长沙、济南等地的学生，先后支持。在国之危难时，中华的莘莘学子，风华少年们，第一时间挺起稚嫩的胸膛。一声源于心底的真挚呼喊，激起万千爱国人的响应，随之而来的是工人罢工，商人罢市，文人挥墨，以笔卫国。1919年5月28日，

中国代表团拒绝在对德和约上签字。五四爱国运动以青年人的澎湃激情取得了阶段性的胜利。“五四运动”迎来了中国旧民主主义革命的结束和新民主主义革命的开端，点亮了希望的曙光。

今天，九十五年过去了，回望时代印痕，五四，留给我们的不只是运动时那壮观的场面，更应该有对今日之青年理想、胸怀、责任、担当的思索与叩问。

一个时代的精神是青年代表的精神，一个时代的性格是青春代表的性格。时代滚滚向前，你我身在期间，不可或缺。95年后的今天，北大教授钱理群先生痛心疾首地写下：缺乏社会责任感和担当精神，再优秀的学生也只能是“精致的利己主义者”。

同学们，今日今时，对国家使命的担当并不是一个遥远的命题，它就在你我身上，因为中华的未来托与我们，祖国的明天系于你我，这是历史赋予我们的责任，也是我们应有的担当。

同学们，95年前的昨日，我们错过了和前辈们一起摇旗呐喊的机会，为民民主自由鼓与呼；那么95年后的今天，你我除了缅怀民主战士、延续爱国情怀以外，更应该自信而又谦虚，勇敢而又坚强，在生命的旅途上，背起行囊，执着向前。

因为，中国有梦，青春无悔；中国有我，青春无悔！

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！今天我国旗下演讲的题目是“拼一个青春无悔”。

光阴似箭，又一年高考结束了。仿佛昨天，我们才刚刚踏进新中大门正在军训。今天站在这里，我们即将成为高二高三，也将迎来期末考试。

在历史的长河里，时间既公正又短暂。争分夺秒去奋斗，人生才有更多成功的机会。从现在做起，基础知识学扎实，重点知识要夯实，难点知识在落实。踏踏实实一步一个脚印，走好学习过程中的每一步。

最后复习阶段，我们更要做到静心专注。把握每分每秒，每两节课的课间，每天吃饭前、后的十几分钟时间，若是我们都能够高效地利用起来，也是一笔不小的时间。可是，总有同学抱怨，教室里下课有说笑声，无法静心学习。但曾国藩曾有言：“苟能发奋自主，则家塾可读书；即旷野之地，热闹之场，亦可读书。”由此可见，读书不在于环境而在于静心专注。

人生不拼不精彩，缺乏竞争和考试的人生是不完整的！考场就是一个战场，也是一个你展示才华的舞台。人生处处是考场，一次考试只是人生中的一小步，只有走好无数个这样的一小步，才能到达梦想的彼岸。

同学们，冲锋的号角已经吹响！英雄弯弓，箭在弦上！行动起来吧，请带上一颗宁静的心，简单专注，为自己的梦想为自己的人生，拼一个青春无悔！

谢谢大家，我的演讲结束！

国旗下的青春风采篇十

尊敬的老师，亲爱的小朋友们：

大家早上好！

在本周的日历上，有一个特殊的日子——1月1日，伟大祖国又迎来了充满希望的一年——20xx□

20xx年我就要5岁了，我也有着新的愿望！

我希望在新的一年里，我的个子再高一点，身体倍儿的棒！
我希望在新的一年里，与小朋友快乐成长，拥有很多很多朋友！

我希望在新的一年里，学唱很多歌，会跳很多舞！

总之，在新的一年里，我要做一个健康、快乐、幸福、美丽的孩子！

相信小朋友们也有很多很多美好的新年愿望！愿小朋友们在
在新的一年里，所有的愿望都能实现！愿老师们幸福、快乐！

我的讲话完毕，谢谢大家！