

# 国旗下讲话听后感(实用9篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 国旗下讲话听后感篇一

尊敬的各位老师,亲爱的同学:

大家好,我是高20xx级2班的孙瑞.

小草因为其出土前的奋力一搏,而感受到了春天的爱抚;雄鹰因为其飞翔前的奋力一搏,而感受到了天际的广阔.有人说:“做功不同,人生将绘出不同高度的抛物线.”人生短暂,为了使我们的抛物线变得更高,那么,我们就要付出艰苦的拼搏.从古至今,经过拼搏成伟绩的人不胜枚举,我们从他们的背后,看到的是拼搏,是奋斗,是汗水,而今天我最想说的是我们高一高二的军训生活.

军训活动总共为期八天,在训练的八天时间里,全体高一、高二学生在紧张、有序、生动、和谐的气氛中接受了身体上的锤炼和精神上的洗礼,队列队形训练一丝不苟,军事思想教育时时渗透,在这段激情燃烧的时日,学生教官们处处严格要求、认真落实训练项目,全体同学齐心协力,极好地完成了此次军训任务.

9月12日下午一点,天空下起了滂沱大雨,高中部20xx——20xx学年学生军训汇报表演活动如期举行,所有学员,将把七天来的队列训练成果做出展示,并接受领导们的检阅.同学们们的军训热情并未受大雨的影响,整齐划一的队伍、铿锵有力的口号声和着雨声,显得更有气势!在集体检阅中,各方队精神饱满,

口令准确、声音嘹亮,展现了当代中学生的良好风貌.分班汇报表演中,九个方队进行了精彩汇报,四面转法、蹲下、跨立、稍息、齐步走、解散、集合等既定训练科目已经很好的开展开来;齐步走、正步走、齐步变正步、解散、集合及分列式等既定训练科目已初见成效.

集体检阅后,苏主任布置了军训有感的写作任务,以前的每一次作文,我们都很头疼,甚至敷衍了事,可是这一次,同学们却文思泉涌,尽管我们的文字并非尽善尽美,可语文老师的评语里总会有“体会深刻,感情真挚”的字样,我们如实的写到“其实,我觉得军训这几天,我们学到的不仅是站姿,走正步,练队形,而是在磨练我们的意识,一种吃苦的意识,一种团结的意识,一种遵守纪律的意识!其实这些已经太多太多,足以让我们享用一生”,这是高二一班王信欢同学的作文节选.高二一班的严玉冰同学写道“没想到第一次没有顾忌的任大雨冲刷会是在这种情况下和跟这样一群高中同学.雨大得我有些睁不开眼睛,实在忍不住用手开了一把脸,脚步声因雨水更加响亮,雨水顺着头发流出,这时心里想的词不再是落汤鸡而是坚强.脚步在积了水的绿茵地上更加有力响亮,裤子打湿后实在很重,腿难以走直,但没有一个人走错”.....

诸如此类的文章还有很多很多,我们相信,经历了军训,尤其是大雨中的军训检阅,更印证了我们时常唱哼起的歌词“不经历风雨,怎能见彩虹,没有人能随随便便成功”.

是啊,军训,让我们收获的是身体的锤炼,精神的洗礼,这种“敢吃苦、乐拼搏”的品质是人们走向成功之路的一个必不可少的条件,这种品质值得我们去学习,值得我们去深思,同学们,为了我们美好的明天,弘扬军训精神,努力奋斗、勇于拼搏吧!

谢谢大家!

## 国旗下讲话听后感篇二

尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

大家好！今天我国旗下发言的题目是《我们“90后”》。

走在路上经常听到有人这样说“颓废”、“自私”、“不爱国”、“做作”等词语变成我们“90后”的代名词。

我经常问自己，我们就是这样的吗？不，我们绝不是这样。

我们“90后”并非自私不爱国，当看到地震中遭受苦难的同胞时，我们的心里同样颤抖。在捐款箱旁一边流着泪水一边献出自己的一份爱心，人群中也少不了我们“90后”。当看到北京成功举办奥运会、上海成功举办世博会，我们也自豪、也欢呼、也谈论，谈论这属于中华民族的骄傲！我们的血液中流淌着与“70后”、“80后”一样的正义华夏精神！

我们“90后”并非只有自我。运动会上我们勤快地为班上的运动员拿衣送水，为他们加油助威，为集体的成绩欢呼雀跃。艺术节时为了让班级有精彩的表现，我们不知道花了多少时间排练。作为独生子女的我们虽然没有兄弟姐妹，但我们有伙伴、有同学，也懂得团结、互相帮助。

“80后”的火炬手金晶说：“八零后有个性，更有原则。”我想我们“90后”有个性，有原则，更有理性。当我们说着“非主流”的时候，不会忘了道德是做人最起码的准则；当我们用着“火星文”的时候，不会忘了汉语文化的博大精深。

我们“90后”虽然有缺点，但我们勇于改进，不断努力，创造属于我们的美好。就这样，我们哼着《征服》走在时代的前列，用不同的生活态度去演绎自己积极求知的未来，昂首挺胸，在逆境中顽强拼搏，在风雨中勇往直前。这就是我

们“90后”，是新时代的宠儿。

我的演讲结束了，谢谢大家。

## 国旗下讲话听后感篇三

各位老师各位同学：

• • 大家中午好。

今天我演讲的题目是我的大学梦。

每个人都有梦想，每个梦想都有它的可贵之处。梦想，是我们前行的力量；梦想，是我们青春的见证；梦想是我们存在的意义。没有梦想的人生是不完整的。青春就像是一场远行。

每个遥远的地方对于我们来说都有一种诱惑。不是诱惑于美丽，便是诱惑于传说。对于我们高中生来说，大学就是那个遥远的地方，披着神秘的面纱。在不远的地方，摇曳诱惑。有人说，挽着恋人的手漫步大学校园，是一件浪漫的事情。有人说，大学图书馆里的书真多啊。遨游书海，感受文学的魅力，无疑是件幸福的事情。有人说，大学是疯狂的，大学是自由的，大学是放纵的，大学是颓废的。而在我的眼中：大学是天堂，大学是乐园，大学是梦怒放的国度。

我有一个大学梦。因为这个梦想，我踏进了校园。开始了我的漫漫求学路。不论严寒酷暑，不论刮风下雨，从未间断。汗水浸湿了衣衫，寒风刺痛了双颊，一路上有嘲笑，有讥讽，有支持，有鼓励。我统统都不在乎。因为我一直在路上，在追梦的路上，我一直为我的梦想而努力着。被嘲笑梦想才有实现的价值。寒窗苦读十几载，我们就像蛹巢里的蝴蝶，终有一日会破茧而出。一年之后当我们收到沉甸甸的录取通知书时，我想现在一切都是值得的。我想我会泪流满面，亦或是欣喜若狂。那时我就可以满怀骄傲地向世人宣告：我

是一名大学生。我们年轻，我们永不言败。青春飞扬，自信昂扬。

抬起你高贵的头颅，勇敢大步地向前冲吧。同学们，让我立下下一个大学之约：一年之后大学见。让我们告别盛夏的流火，硬撑金秋的丰硕，用青春诠释我们的誓言，用汗水锻造我们明日的辉煌。青春有梦，勇敢去追。年轻的朋友们。

let` go.

谢谢大家，我的演讲结束了。

## 国旗下讲话听后感篇四

学校的升旗等仪式需要同学们在国旗下讲话，可以是励志、安全、和谐等主题，比如珍惜时间、读书有用、青春美好要只争朝夕等。

老师们、同学们，早上好：

今天我讲话的题目就是《珍惜时间》。这个世界上延绵不尽的就是时间；这个世界上不能复制的就是时间；这个世界上公平的也是时间。

时间，既看不见也摸不着。如果我们不紧紧抓牢它，它就会悄悄地从我们手指边溜走。也许有的同学会说，我从来没有浪费时间，可是我怎么觉得时间还是那么少呢？连作业都做不完。这就对了！时间是由一分一秒累积起来的。其实，在你每次不经意地做作业的效率慢一点儿的时候，别人就已经把那点超出的时间用于做其它比如阅读方面的事。别人就会在其它方面超过你，久而久之，就会形成一种差距，这时，你如果不抢时间，争分夺秒，你就会和别人形成非常大的落差。

的确，时间对每一个人来说都是无价之宝，“时间就是金钱”。“浪费时间就是浪费生命”，已成为公认的信条。物质的财富，人们都可以用双手去创造，唯独时间是无法创造的。无论是创造物质财富或是精神财富，都必须花费一定的时间。从这个意义上说，生命与财富，都是向时间暂借的。

有人说：时间的大钟上，只有两个字：“现在”，谁重视现在，谁就拥有将来。时间无法创造，唯有去争取。用“分”来计算时间的人，比用“时”来计算时间的人，多出了59倍，因为时间老人的无私与慷慨，乃是珍惜时间的富有者向时间老人赢得的奖赏，所以，在人生的道路上利用好每一分钟去学习，去创造，是成功的保证。

时间是最平凡的，也是最珍贵的。金钱买不到它，地位留不住它。“时间是构成一个人生命的材料。”每个人的生命是有限的，稍纵即逝。然而，时间是宝贵的。虽然它限制了人们的生命，但人们在有限的生命里可充分地利用它。鲁迅先生说过，时间，每天得到的都是二十四小时，可是一天的时间给勤劳的人带来智慧与力量，给懒散的人只能留下一片悔恨。我觉的这句话形象地写出了成功的人，珍惜每分每秒，成就辉煌，而失败的人正因为抱着“做一天和尚敲一天钟”的思想得过且过，消磨时间，在他们眼里时间是漫长和无谓的，而当他们回过头之后，才发现时间如流水，一去不复返，才发现时间的可贵，可谓“少壮不努力，老大徒伤悲”啊！

古往今来，有不少人惋惜：时间易逝，于是长叹曰：“光阴似箭催人老，日月如梭趱少年”。的确，时间的流速真另人难以估计，无法形容。树枯了，有再青的机会；花谢了，有再开的时候；燕子去了，有再回来的时刻；然而，人的生命要是结束了，用完了自己有限的时间，就再也没有复活，挽救的机会了。正如“花有再开日，人无再少年”。时间就这样一步一步，永不返回。而这又正告诫我们莫把宝贵的光阴虚掷，要珍惜时间，爱护生命，利用每分每秒，不要虚耗它。

20xx年伴着一场雪消逝了□20xx年的新学期又随着一场雪来临了，转眼，一个学年的进度已经加载了一半，高一的学弟学妹们将进入更广阔的天地，高二的同学也会迎来新的挑战，而高三的学长学姐将会步入真正的战场。蓄势待发，你有什么打算吗？在此，我有几条建议：

静下心。每天早上10点起床晚上必须熬夜，从早到晚盯着手机，这几乎是大部分同学在假期里的真实写照，这种生活状态自然是不可取的，既然已经开始了紧张的学习生活，就必须调整状态，收心学习，别迷恋浮夸的假期生活，学校生活才更充实有趣。

别守旧。感觉自己学习力不从心？感觉自己走神，万恶不赦，感觉自己成绩不尽人意？别感觉了，要敢动，敢去打破自己的旧习惯，勇敢迈出自己的第一步，接下来的步伐便顺理成章，坚实有力。期待你的改变，让人惊呼你加了特技。

要感恩。在过去的一年里，你收到了很多关怀，有老师的无私奉献，同学的贴心帮助，包括红马甲的默默付出，春节期间（国旗下讲话稿高中），也收到来自亲朋好友的祝福和期望。因此我们要学会感恩，用自己的成长和进步回报关注你的人，有压力，也有动力。

勤规划。新的学期，自然有新的规划，达到了目标要设定新目标，未达到目标则要对其做适当调整，每一天的时间也要规划时间表是很好的方法，要严格执行并坚持贯彻下去，你也可以开始规划自己的未来，想去哪座城市，想从事什么职业，要有怎样的生活状态，都可以慢慢明晰，多想想未来会有无限动力，纵然中国如今雾霾暴表，物价飞涨暴恐频发，但也应看到反贪反腐，工资提高，高校增加，不管现状如何，仍应保持乐观、心态面对未来，规划现在。

时间走得很快，我们每个人都对今年夏天以后的生活心怀好奇与不安，它时远，时近，但总归是愈来愈近了。奔跑吧，

同学们，撕下自己梦想的名牌，张贴在自己正热的青春里吧。

老师们，同学们：

大家早上好！

今天，我们在这里隆重集会，表彰我校20xx-20xx学年度共青团工作先进集体与个人，并发展了一批新团员。在此，我谨代表学校党总支、行政向受到表彰的集体和个人以及新加入共青团的同学们表示热烈的祝贺，向长期以来关心支持学校共青团工作的领导、老师和同学们表示衷心的感谢！

今年，是“五四”运动93周年，也是中国共青团成立90周年。93年前爆发的五四运动，擎起了爱国主义的伟大旗帜，谱写了中国青年运动的壮丽篇章。从此，五四运动所熔铸的爱国、进步、民主、科学精神，成为中国青年代代传承、历久弥新的精神宝藏。90过去了，在新的时期，青年学生怎样传承五四精神，我想谈三点意见。

第一，要有理想有信念，做一个坚定的爱国青年。

爱国主义是民族精神的集中体现，也是五四精神的核心内容。在中华民族源远流长的历史中，爱国主义就像一条奔腾不息的精神长河，激励着一代又一代中华儿女为国家的前途命运奋斗不止，激励着整个中华民族历经磨难而生生不息。爱国，是一种精神，更是一种信念，希望所有同学坚定共产主义信念，坚信中国特色社会主义制度具有巨大优越性和强大生命力，自觉地把个人奋斗同实现中国特色社会主义共同理想紧密结合起来，做党的好孩子，做党的好助手。

第二，要有学识有道德，做一个品学兼优的中学生。

勤奋学习是青年进步的重要基石，也是中学生现阶段的首要任务。如果不抓紧学习，就会跟不上时代发展的步伐，也就



很难有所作为。因此，我们要像雷锋同志一样，有一种刻苦钻研的钉子精神，勤奋学习，努力完善自己。同时，青年时期又是人生的成长阶段，是品德和人格形成的关键时期。所有同学在学好文化知识的同时要注重培养高尚的道德品质，只有做到品学兼优，将来才能真正成为对社会、对国家有用的人。

第三，要勤于实践，做一个社会新风尚的倡导者。

所有同学要把正确的道德认知、自觉的道德养成、积极的道德实践紧密结合起来，弘扬传统美德，倡导新风正气，发挥小手拉大手的作用，推动全社会文明程度的提高。要争当诚实守信的模范，带头履行社会责任，努力营造守信光荣、失信可耻的社会氛围；争当奉献社会的模范，带头学雷锋，积极参加志愿服务活动，多做扶贫济困、扶弱助残的实事好事，大力传播我为人人、人人为我的社会公德；要通过自己的实际行动，让爱国主义、集体主义、社会主义思想更加深入人心，让社会主义荣辱观更好引领社会风尚。

同学们，青年是祖国的未来，是民族的希望。在任何一个时代，青年都是最富有朝气、最富有创造性、最富有生命力的群体。今天，我们在这里表彰了一批优秀的集体和个人，也见证了一批新团员的加入，再过不久，初一年级的少先队员也要告别童年，迈入青春门，又将有一批优秀的少先队员加入团组织，团员青年的队伍将不断壮大。我希望所有共青团员以身作则，率先垂范，带领所有同学，自觉地肩负起时代赋予的历史使命，勤于学习，善于思考，乐于奉献，敢于担当，用我们的智慧和汗水，去谱写中华民族伟大复兴的青春华章！

谢谢大家！

老师们，同学们，大家早上好！

又是一年清明节，沐浴着和煦的春风，我们聚集在鲜艳的国旗下缅怀革命先烈，站在这里，我们心中感慨万千，并不是为烈士生命的消逝而悲叹，而是被那伟大的精神所震撼。那些英勇的烈士们不愧为炎黄子孙的后代，不愧为新中国永远矗立的丰碑。

凝视着由烈士鲜血染红的国旗迎着朝阳冉冉升起，一幅幅英雄的画卷展现在我们眼前，烈士们为了祖国独立统一挺身而出，为了人民解放甘洒一腔热血，用他们的生命，谱写了一曲曲壮烈的爱国乐章。难道他们不知道生命的可贵？不！他们也珍爱自己的生命，但是他们深深懂得：在祖国危亡之时，作为一个中国人，保卫祖国，拯救祖国是自己的责任，爱国主义就是他们力量之源。为了祖国的解放，他们能在战火中出生入死，能在监牢里坚贞不屈，能在刑场上大义凛然。他们用生命，热血换来了华夏民族的新生。历史不会忘记，高矗的胜利丰碑是无数先烈用热血和头颅垒就的。如今的光明和幸福是烈士们用鲜血换来的。立足今天，放眼未来，让我们缅怀革命先烈，学习先辈的爱国主义精神和英雄气概，将历史永远铭记我们的身上。也许，有的同学会说，那战争年代的硝烟早已在于中国大地上消散，现在，我们新中国迎来了崭新的时代，我们再也不需要在战场上抛头颅，洒热血了。错！今天虽身处盛世，但我们的祖国依然需要奉献，依然呼唤爱国。

那我们新一代的青少年该怎样用行动来缅怀先烈呢？其实新的世纪早已给爱国主义注入了新的内涵，爱国不再变得虚无，我想作为一名中学生，我们要爱国，要学习先烈的精神，首先应该落脚在我们的学习上，体现在我们热爱学校、遵纪守法等一些小事情、细节上。

清晨我们在操场，那洪亮的国歌在我们身边想起，同学们向国旗庄严的行注目礼，那就是爱国的一种表现。

同学们，战争年代造就了烈士们的勇敢与坚强，和平美好的

环境为我们提供了学知识、长才能、成栋梁的机会。我们是时代的幸运儿，我们应该懂得幸福生活来之不易，更应该懂得我们所肩负的历史责任和历史使命。让我们行动起来，在家庭做孝顺父母，关怀他人的美德少年，在学校做团结友爱，创新进取的新同学；在社区我们做讲究文明，保护环境的好公民，我们有信心，因为我们有榜样！让我们以实际行动呼唤祖国的美好明天，告慰烈士的忠魂。谢谢大家！

## 国旗下讲话听后感篇五

老师们、同学们：新年好！

新春伊始，万象更新。度过了一个平安、愉快、祥和的寒假，我们满怀新的希望迎来了一个生机勃勃的崭新春天。今天，我们全体师生在这里隆重集会举行20\_年春季开学典礼，借此机会，我代表学校祝老师们工作顺利，事业有成，身体健康，虎年大吉！祝同学们学习进步，健康快乐成长！

20\_年春天的大门已经向我们敞开，都说：一天之计在于晨，一年之计在于春。新年新学期要有新目标，学校将继续坚持走“质量立校，科研兴校，文化润校，特色强校”之路，紧紧围绕努力实现“内涵碧阳、创新碧阳、活力碧阳、平安碧阳、和谐碧阳、品牌碧阳”的新目标，努力办人民满意的学校。为此，我代表学校向同学们提出以下几点要求和希望：

一要学会做人，养成良好习惯。春天是播种的季节，有一首诗题就是《播种》，诗中写到：“播种一个信念，收获一个行动；播种一个行动，收获一个习惯；播种一个习惯，收获一个性格；播种一个性格，收获一个命运。”同学们要以《小学生守则》、《小学生日常行为规范》和学校发给每一个同学的《\_县实验小学文明礼仪手册》中的要求，不断自我反省，自我纠错，重视品德修养和良好行为习惯的养成，做一个高雅气质的人。同学们，好好播种，好好把握吧！这里我想特别提

出：高年级的同学要为低年级的同学做出表率，做出榜样。让我们的校园处处充满关爱和呵护！

二要学会生活，常怀感恩之心。人的一生有许多的人是我们成长过程中依靠的肩膀，照亮的烛光，前进的拐杖……他们是我们成长中的引路人、指导者和守护神，看起来似乎没有什么值得我们记忆的，但是没有这些人我们就不能健康快乐的成长。让我们学会感恩，常怀感恩之心。感恩父母，他们给了我生命和多彩人生；感恩师长，他们给了我知识和生活技能；感恩自然，给了我们生活之源泉，让我们有了绚烂的世界。

三要学会学习，孜孜不倦求知。勤于学习，善于学习，做一个知识广博的人。一个人成就有大小，水平有高低，决定这一切的因素很多，但最根本的是学习，学习是我们获取经验、知识、文化的重要手段。只有不断地学习，才能发现自己的不足；只有不断地学习，才能解决困扰自己的难题，使自己更加明智；只有不断地学习，才能为自己走向社会、服务社会打下扎实的基础。在学习上，我提倡两个字“实”和“巧”。实，就是要踏踏实实地学，扎扎实实地练，掌握基本知识，练就基本技能，做到“日日清，周周清”。巧，就是要掌握好的学习方法，以求得最佳的学习效益。每一门学科有各自的特点，每一个人也有个性差异，我们要在老师的引领下，找出适合自己的学习方法，与同学互相帮助，取他人之长，补自己之短，以求最佳学习效果。

四要学会健身，健康快乐成长。乐于参加体育活动，让自己的身心得到锤炼，做一个健康快乐的人。安全是一切学习生活的保障。人的生命只有一次，我们要善待自己，珍爱生命；我们要时刻注意安全，牢记安全第一，注意交通安全、饮食安全、活动安全……安全警钟长鸣于心，让安全陪伴我们快乐地成长。

老师们、同学们：20\_年将是学校奋蹄前行的一年，是学校百年发展进程中至关重要的一年，也就是还有19个月的时间，

我们将完成学校的整体搬迁，其时间紧、任务重是不言而喻的。在此新春之际，我们全体师生要有充分的思想准备，要以百倍的信心，排除种种干扰，克服重重困难，有条不紊地为学校整体搬迁出谋划策，贡献自己的力量。新年新学期摆在我们面前的任务很是繁重，但也催人奋进的。我们全体师生必须站得更高、看得更远、做得更好，必须上下齐心，共同努力，创造新辉煌，使学校更有活力，更有实力，更有质量，更有影响。

祝愿实小的明天更美好，祝福全体师生虎年龙腾虎跃再创辉煌！x年万事如意幸福安康！

## 国旗下讲话听后感篇六

、敬爱的老师、亲爱的同学们：

上午好！

因为梦想，我们相聚在十三中；因为梦想，我们又将从这里起航。匆匆的三年，1000多个日日夜夜，我们经历过失败与成功，经历过悲伤和快乐，学会了竞争，更懂得了合作。三年的高中生活，十三中校园里的一草一木和悠久深厚的校园文化早已经融入了我们的生活中，如今我们就要毕业了，所有这些温暖的记忆都将铭刻在我们内心深处，那将是我们生命中最难忘的日子。

在此与

大家分享

我的高考历程：一模考试成绩出来后，考得很不理想，一次的测试失利也让我越来越感觉到了高考的强大压力。班主任吴老师多次找我谈心，让我尽量调整好自己的情绪，脚踏实地，继续努力按照老师的复习节奏完成好最后的冲刺。我

检查自己的不足，然后查漏补缺，每一道错题都认真对待，从最基础的开始，尽力保证下次考试不会出现低级的错误。多背多记，对于一些科目的要点重点，我进行统一

整理

分析，这样也提高了复习效率。同时，跟同学们多多交流，互相学习好的方法和经验，取长补短，少走弯路。只要肯努力，任何时候都不会迟，放松心情，我以全力投入到最后的复习中。而我相信坚持就是胜利，就像我们年级主任说的，高考不欺负老实人，终于，我们顺利走过了高考。

亲爱的老师，感谢您三年来对我们的谆谆教诲和

精心

培育，是您给了我们享用一生的智慧和力量！

亲爱的父母，你们一路上风雨兼程，为我们撑起一片灿烂无比的晴空，用细致无私的爱，给了我们温暖的港湾和不断前行的力量。

亲爱的同学，三年的征途，我们一路汗水一路歌，在湛蓝的天空下，用稚嫩的声音，唱出了幸福的成长曲！

亲爱的学弟学妹们，很快，你们也将踏上高三这趟快车，在紧张的学习中感受高三生活的无限精彩。相信你们一定能够从容面对，点燃希望的火炬，书写胜利的华章，衷心的祝愿你们在恩师的指导下梦想成真！

最后，祝校

领导

和老师身体健康，工作顺利，桃李满天下。祝各位同学梦

想成真，青春飞扬！祝愿我们母校十三中的明天更加辉煌!!!

## 国旗下讲话听后感篇七

尊敬的'老师们、亲爱的同学们：

大家好！

有的人说青春是绚烂多彩的花季，是阴晦而缠绵的雨季，是青翠嫩绿融融的春，是浪漫而炽热的夏，有的人说青春是欢笑时泪水，是流泪时的微笑，是简单的压抑，是沉重的放纵，还有的人说青春是一坛醇香的酒，是一束鲜艳的话……每个人对青春都有自我的诠释，每个人都有每个人的答案。正是为了尊长这种自迥异的答案与诠释，人们才匆匆走上一条条属于自我的道路，去探寻属于自我的谜底，破译青春的密码。

青春惊得起磨练却经不起消磨，经得起开发却经不起挥霍。保尔·柯察金以前说过：“人最宝贵的是生命，生命对于每个人只有一次，人的一生应当这样度过，当他回首往事的时候，他不会因为虚度年华的悔恨，也不会因为碌碌无为而羞愧，当他临死的时候，他能够说：“我的整个生命和全部精力，都已经献给了世界上最伟大的事业——人类的解放而斗争”。所以我们就应珍惜青春，乘着自我还年轻，尽自我所能，在青春的舞台上展现自我亮丽而独特的风采，让青春飞扬！就像无数的星星在生活的星空中发出自我耀眼的光芒。

它偏爱于强者，因为强者做好了一切准备，它往往逃避弱者，因为它无法忍受弱者那呆滞的眼神。一位成功者说过：“百分之九十所谓失败者，其实不是被打败而是自我放下了机遇和成功的期望”抓住机遇试一试，怎样就明白自我不行呢。

青春是无价而短暂的，展现自我是上苍赠予我们最珍贵的礼物，我们就应限度地挖掘自我的才能，让青春尽情飞扬，让展现自我成为我们一生中最重要的课程。

多谢大家，我的演讲完毕。

## 国旗下讲话听后感篇八

亲爱的老师、同学们：

大家早上好！

人生如梦，梦想是帆，每个人都有一个只属于自己的梦，但我们同属一个国家，所以每个人的梦又与国家的兴衰荣辱紧密相连。先哲顾炎武曾说：“天下兴亡，匹夫有责。”只有国家好，大家才能好。

有梦才能使中国富强！

我依然清楚的记得：

当甲午战争战败，日寇无礼踏破中国的门户；当八国联军侵入北京，无情掠夺中国的财产；当七七事变发生，中国的老人、妇孺被残忍杀害的时候，我在想那时中国的梦是怎样的！

我虽不曾亲眼看到，但那却是铁一般的事实。因为从老人们那深邃的眼神中可以感到无尽的愤懑；从他们干瘪的脸颊可以看到深情的泪水，从他们嘹亮的军歌中可以想到那奋勇杀敌时的豪迈；从他们激昂话语中听到那誓要捍卫家园振兴中华的誓言。作为新一代青年的我们难道不应该树立远大的理想，付之以踏实的行动，去继承先辈们的使命。去实现中华民族的伟大崛起和复兴吗？有梦才能使中国繁荣！

我想有的人会说，我们的力量是有限的。的确个人的力量很渺小，但是中国梦就是因一个个微不足道的个人的梦一直汇集、汇集，然后凝聚成的一个巨大的梦。冯至在《十四行诗》中写道，我们准备着，深深领受，那些意想不到的奇迹，在漫长的岁月里，忽然有彗星的出现，狂风乍起。



梦想是美丽的，它是最美的期望；梦想是阳光的，它使人由浮躁走向踏实；梦想是充满力量的，它可以激发人身体里无限的潜能。我们期盼的是国泰民安、经济发展、政治清明、文化繁荣、社会和谐、生态良好、公平正义。这才是中国人最伟大的梦。

少年智则中国智，少年强则中国强，少年有梦则中国的未来才有好梦。我们必须昂起年轻的脸庞，挺起坚实的胸膛，因为我们将托起中国未来的太阳。

直到有一天，我们走出国门的时候可以勇敢地对那些曾经甚至是现在依然蔑视中国的老外说：“我们是从头到脚，从里到外，彻彻底底的中国人”。

## 国旗下讲话听后感篇九

亲爱的老师、同学们：

大家早上好！

很荣幸能在这阳光明媚的早晨，在亲切而壮严的国旗下做演讲。今天我演讲的题目是“让运动成为习惯”。

我国古代著名的医学家华佗认为：生命在于运动；而民间也有更为直白的俗语说道：人勤病就懒，人懒病就勤。说得其实是一个意思，就是健康的身体需要运动来保证，而人生最大的财富正是健康。所以，要想拥有这笔财富，最佳的方法就是：让运动成为习惯。

如今，美丽的校园正给我们提供了这样的条件，宽广的绿茵场给大家一个充分展现自我的空间。每天下午，放下手中的功课，跑上两圈，挥洒一些汗水，倦意便顿时消失，不仅达到了劳逸结合的效果，也丰富了我们的课余生活。若长期坚持下去，必将使我们的体魄有所增强，从而有利于我们以

更好的状态投入学习活动中去。

然而，有些同学则认为体育锻炼是浪费时间，认为分秒必夺的读书学习才是硬道理。他们无论早晨、下午甚至是体育课上都捧着书抓紧学习。他们牺牲的是运动的时间，得到的是短期内学习成绩的提升。

但是，学习不是短跑，而是三年的长跑，三年之后的大学，大学之后的求学过程或是工作都需要不断的学习，正所谓活到老，学到老。所以，不难得知，要想在人生的征程中保持优秀的学业，必须要有健硕的体魄来保证，如果哪一天身子垮了，优秀的学业自然也就难以为继。常言道：7加1大于8，意思是7小时的工作或学习加上1小时的锻炼胜于8小时不间断的工作。

身为校女子足球队队员的我，深感运动给我们带来的益处。它让我健康，向上，快乐，更让我理解了体育的最高精神：团结，拼搏和坚持。

这让我想起上学期我校对实验学校的. 那场足球比赛。当时，上半场对方以1：0的成绩领先，这让我们有点乱了阵脚。可很快，我们调整了心态，场上队员之间互相鼓励着，配合着，教练在一旁指导，场下队友们也在不停地为我们呐喊助威，这团结的力量无不让我们重拾信心，终于，我们扳回了一球。这一球，是我们全队上下努力拼搏的结晶，也让我知道了，只有坚持不懈，才能在关键时刻战胜困难。

再比如，在1500米或3000米的长跑中，当第一名在众人的喝彩声中走下场时，另外的一些同学仍在一圈圈地跑着，他们没有停止，尽管已经筋疲力尽，尽管已经拿不到冠军，但一种坚持下去、拼到底的信念支撑着他们直到最后。

这，正是我们倡导体育精神。

体育精神，从古老而美丽的爱琴海走来，凝结了多少人的汗水与泪水；体育精神，从熊熊燃烧的圣火中走来，点燃了多少人的梦想与希望。体育精神，正在激励着一代又一代优秀的健儿不断创造人类的极限。

同学们，让运动成为习惯，就会让生命更加精彩！

最后，预祝即将到来的校运会取得圆满成功，预祝各个班级参赛的运动员们取得理想的成绩！