

# 最新国旗下讲话高中演讲稿 高中生国旗下演讲稿感恩(大全9篇)

演讲稿也叫演讲词，是指在群众集会上或会议上发表讲话的文稿。演讲稿是进行宣传经常使用的一种文体。演讲的作用是表达个人的主张与见解，介绍一些学习、工作中的情况、经验，以便互相交流思想和感情。那么演讲稿怎么写才恰当呢？以下我给大家整理了一些优质的演讲稿模板范文，希望对大家能够有所帮助。

## 国旗下讲话高中演讲稿篇一

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家上午好！

今天我在国旗下演讲的主题是“感恩母爱”。

三月，是一个充满生机，播种美好希望的季节。在这样的季节里，我们就要迎来世界性重要的节日——“三八”国际劳动妇女节。

在这个节日来临之际，首先，我们把心中最美的祝福献给辛勤教育我们的女老师，献给辛勤养育我们的母亲，也献给创造了人类历史的千千万万伟大女性！

自1910年国际三八妇女节成立至今天，已风风雨雨地经历了一个多世纪。我们中国女性以特有的勤劳与智慧，在各行各业中努力工作，在不同时期为我国的发展做出了突出的贡献。

我们学校的女教师们便是其中之一，她们在工作岗位上兢兢业业，辛勤耕耘，一年年春夏秋冬，一天天日出日落，老师的目光无时不在关注着我们，老师的话语无时不在温暖着我

们的心扉。

我们更不要忘记养育我们、为我们日夜辛勤操劳的母亲，人们常说，母爱是最伟大的。是的！母亲是伟大女性的典型代表。母爱是永远让人感动的温馨的话题。

记得在“5.12”四川大地震中一位伟大的母亲用自己瘦弱的身躯，撑起巨大的瓦砾，用自己的生命保护了襁褓中的孩子，母亲在临终前给孩子留下了这样一句话：“孩子，如果你能活下来，请记住，妈妈爱你！”这样的场景让所有看到和听到的人都为之动容、为之流泪。

面对如此博大的爱，我们有何感想呢？

同学们，可能你们以前也嫌母亲唠叨，对母亲发脾气，不如让我们从今天开始，从孝顺母亲开始，学会感恩，让我们记住天下母亲共同的节日——三八妇女节。当母亲空闲的时候为母亲洗一洗脚，为她捶捶被沉重的家务压弯了的脊背，给母亲一个暖暖的拥抱，一句温馨的祝福，一脸感恩的微笑吧！

其实，有时候，表达感恩只需一些简单的话语，在妈妈忙完回到家里时，向妈妈问一声：妈妈，今天辛苦你了；在去上学的时候，向妈妈道一声“妈妈，我上学去了。”在回到家的时候，向妈妈说一声：“妈妈，我回来了。”在妈妈做了好菜给我们吃的时候，别忘了说一声：“妈妈，谢谢你做了这么美味的菜给我吃。有时候，表达感恩只需一些简单的动作：在吃饭之前帮妈妈盛饭，吃饭时先夹菜给妈妈，在吃完饭之后帮忙收拾碗筷，在妈妈忙碌时帮她分担一下家务，在妈妈忙碌完回到家里帮妈妈捶捶背……有时候，认真做好我们自己，努力学习，积极向上，知错能改，取得好成绩，不给妈妈添麻烦，对妈妈来说，就是多一份欣慰。有时候，多一点和妈妈谈谈心，和妈妈一起分享快乐与忧愁的时光，对妈妈来说，就是一种温暖。

同样，在学校里帮一帮老师做我们力所能及的事，少让老师为我们操心，多向老师送上微笑和问候，在节日里给老师送一句最真诚、最温馨的祝福，这，也是感恩。

因此，希望我们的每一位同学在日常生活中始终要学会关爱、学会付出、学会回报、懂得孝敬，懂得感恩，更懂得珍惜这难得的真情。

最后，让我们再次祝全体女教师和我们的母亲们节日快乐，身体健康！

我的讲话到此结束，谢谢大家！

## 国旗下讲话高中演讲稿篇二

同学们，老师们：

大家下午好！

我们知道□20xx年11月，中共顺利召开，报告明确提出“三个倡导”，即“倡导富强、民主、文明、和谐，倡导自由、平等、公正、法治，倡导爱国、敬业、诚信、友善”。其实，这就是新时期下社会主义核心价值观的核心内容□20xx年12月，中共中央办公厅印发了《关于培育和践行社会主义核心价值观的意见》。在我看来，这好似一场“灵魂”的运动正向我们悄然袭来。——这便是要在中华大地上建成社会主义核心价值观体系培育和弘扬核心价值观在全社会形成良好道德规范、树立崇高道德理想教育引导人们向往和追求“讲道德、尊道德、守道德”的生活形成向上向善的正能量。因此，我演讲的题目是《凝聚向上向善之正能量做品德高尚的中国人》。

件的导火索；道德缺失的现象不胜枚举！在此我想请大家共同思考下列的问题：如果一个社会不能激发人们形成善良的道德情感不能构建正确的道德标准，不能促使人们肩负起道德

责任何谈社会文明与和谐呢?如果一个民族连道德底线都不能坚守,谈何民族振兴、长久不衰呢?其实,如此“高大上”的社会问题、民族难题,答案并不难寻。我想,只要全社会、全民族高度重视精神文明建设,大力弘扬我中华民族之优良传统,尤其是崇德向善的优良品质;并不断凝聚向上向善的正能量社会风气将日渐好转,国民道德素质将逐步提高,我中华民族伟大复兴的“中国梦”将指日可见。

崇德向善应是一种文化信仰。我中华民族的传统文化博大精深,传统美德源远流长,但放眼当下,中华儿女正在丢失这些优良的传统,崇洋族、哈韩族正逐渐增多,而热爱中华传统文化、国学礼仪的人并不多。同学们:你们知道吗?我们的邻国日本、韩国却将我中华民族的许多优良传统进行了学习和发扬,比如我们的传统节日——中秋节、端午节。大家千万不要认为,他们只是喜欢热闹、喜欢过节,才和我们一起凑热闹。其实,他们是在利用节日文化宣扬民族精神,凝聚民意。据媒体报道,我们的这两家邻居,已经向世界教科文组织申请了多项有关汉文化的非物质文化遗产,一部分已经获得了批准,这其中就有我中华传统医术——中医。这难道不能给我们中华儿女带来心头一颤吗?我们不要总是嘴上批评人家剽窃我们的文化成果,而是应该盘点下改革开放以来我们在文化、道德方面丢失了多少,应该警醒反思,应该重新掀起“国学热”、“传统文化热”。

崇德向善也是一种生活方式。“善有善报、恶有恶报”、“积善之家必有余庆,积不善之家必有余殃”。敬业成为习惯,奉献成为生活,既平凡却又不简单。道德的力量和榜样是每个人心中的一盏明灯,德行善举是每个人心灵中最朴素的情感,也是一种平常的生活方式。崇德向善更是一种社会责任。对个人来说,要始终坚持把修德律己、修身与修德并重,达到各安其分、各守其位;要把崇德向善、积德行善时刻装在心里、成为行动,能在关键时刻、危难之时毫不犹豫的去给予、毫不吝惜去付出;要把小事做好,把平凡的工作岗位,当作自己不平凡的人生舞台,干出不平凡的业绩。

中华历史上具有伟大善举、名垂青史的仁者义士不胜枚举，而当代的焦裕禄、雷锋、杨善洲、郭明义这些道德榜样所践行的社会责任、无私奉献精神和坚守品格，恰恰代表了时代的进步和向上向善的道德主流。

凝聚向上向善之力量就是要大力弘扬优秀传统文化。中华大地，自古崇尚以德化人。古代圣贤倡导“仁、义、礼、智、信”追求“修身齐家治国平天下”追求“忠厚良善、崇礼尚义、正直勇敢、勤劳智慧”，这是代代相传的优良品质，正是中华民族在漫长的历史长河中生生不息、不断发展壮大的坚定基石其中所蕴涵的积极向上的道德追求在今天依然具有重要价值。古人云：“上善如水”。在当今物欲横流、心灵浮躁的时代，唯有崇尚优良道德品质、虔诚向善才能根治人性的丑陋与邪恶、洗涤心灵的污垢与黑暗。只要我们一代接着一代追求美好崇高的道德境界我们的中华民族就能永远充满希望和活力。

## 国旗下讲话高中演讲稿篇三

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

今天我演讲的题目是诚实守信，文明做人。

诚信是中华民族传统美德，所谓诚信指的就是诚实和守信，自古以来关于诚信的故事就层出不穷。战国时商鞅立木就是一个很好的例子，他推行变法的条令已经准备就绪，但是还没公布出去，担心百姓不会相信自己，于是在国都集市的南门竖起一根三丈高的木头，招募有能把这根木头搬到北门的人赏十两银子。"有并说能搬木头的人赏银五十两"有一个人搬了木头，商鞅就给了他五十两银子，用来表明自己没有欺骗百姓，最后顺利颁布了法令。秦末有个叫季布的人，一向说话算数，信誉非常高，许多人都同他建立起了浓厚的友

情。后来，他得罪了汉高祖刘邦，被悬赏捉拿。结果他的旧日的朋友不仅不被重金所惑，而且冒着灭九族的危险来保护他，终使他免遭灾祸。

一个人诚实有信，自然得道多助，能获得大家的尊重和友谊。诚信是一种美德，留心一下，不难发现在人际交往中，凡能做到诚信待人者，一般都深受众人的欢迎，像商鞅，季布这样人能做到诚信待人，平易近人理所当然会受到大家的爱戴与支持。讲诚信是一个人品质的体现。现在的社会是一个讲诚信的社会，诚信考场早已屡见不鲜，学校开设的诚信考场就是学校把诚信教育置于我们思想品德教育的重要位置，来培养我们诚实守信的优良品质。诚信，作为中华民族的优秀传统美德，伴随着中华历史长河浩浩荡荡奔流至今；诚信作为做人之本立事之根也常常拷问着我们的灵魂。

何为诚？诚实做人即为诚。何为信？一诺千金则为信。孔子曰：“人而无信，不知其可也”认为人如果不讲信用，在社会上就无立足之地，什么事情也做不成。不讲诚信就不可以再称之为“人”。任何事我们都要以诚信为底线去衡量，考试自然也是如此。在诚信考场上考出来的不只有你的文化素质，还有你个人的品质。

诚信是立身之本，我们常说人无信不立。敬爱的周就是一位“言必信，行必果”的人。有一年他视察农村，在座谈会上认识了一位老农民张二廷。会后还专门访问了张二廷的家，临走时他紧握着的手请求抽空再来，周微笑着说：“有机会一定来，如果我不来，也一定派人来看望你。”在后来的几年中，周不管多忙，每年都派专人去看望张二廷。可见，诚实守信并不一定体现在什么轰轰烈烈的大事上，周就是这样，在细小的事情上注意自己的言行，做到诚实守信才得到了全国百姓的尊敬与爱戴。相反，不守诚信就会遭到别人的不信任，我们在很小的时候就听过狼来了的故事，那个放羊的孩子一而再，再而三的捉弄山下的百姓并以此为乐，当真正有狼来了的时候，却再也没有人能救他，因为他丧失了人最基

本的道德——诚信。

不守诚信也会使一个国家灭亡，西周末代皇帝周幽王有一个妃子叫褒姒，不喜欢笑，周幽王为了博得美人一笑，毅然点燃了烽火台，各路诸侯以为有紧急战事纷纷云集于烽火台下，褒姒看到各诸侯惊慌失措的样子大笑起来，诸侯认为受了戏弄都回去了，后来犬戎来攻打周幽王，却没有任何诸侯来搭救，历史就永远进入了东周时期。

可见讲诚信对于一个国家是多么的重要。现代社会是讲诚信的但却仍面临着失信的危机，当代社会急功近利，物欲横流，现代人虽利用科技创造了物质财富，但自己反被物质财富所奴役。当现代人意识到自己可以积极争取权利和利益时，却错误地认为自由就是无规定和不受约束地为所欲为，因此人们往往为了一己私利而不择手段，损人利己，将道德规范，承诺信誉，合约法律置诸度外，作出种种自私行为。例如中国大陆的经济开始急促发展，但信用制度，市场规则尚未健全，于是一些见利忘义的人就会钻制度，法律不完备，执法不严的空子，不讲信用，形成现今种种见利忘信的现象。

诚信的缺失令人心痛，令人深思，我们该怎样发扬诚信美德，共建和谐社会成为当务之急，比如我们可以从身边的小事做起，在学习上我们犯了错误，就应持诚实态度对待它，知错即改，不文过饰非，弄虚作假，既是讲诚信。求学时应抱着“知之为知之，不知为不知”的态度，知道就是知道，不知道就是不知道，切不可不懂装懂，欺世盗名。

孔子说过，“与朋友交言而有信”我们在平常人际交往中要做到与朋友以诚相待，以信相交，这样才会赢得大家的尊重。而真正的友情是建立在诚信的基础之上的。

朋友就是在一起可以互相帮助的，在你有困难时扶你一把，在你心烦时可以听你倾诉的人，在你开心时会替你开心的人。这样的人才可以称做朋友。诚信，是最美丽，最圣洁的心灵，

他让人问心无愧，心胸坦荡。

诚信，如此珍贵，我们应该从我做起，从现在做起，让诚信的种子，在我们的心田中，生根，发芽，开花，结果。

同学们，让我们守住诚信的阵地，诚实守信，文明做人，让诚信之花永远绚丽，永远绽放！

我的演讲完毕，谢谢大家！

## 国旗下讲话高中演讲稿篇四

在这金秋时节，我们相聚在一中，又站到了一个新的起跑线上。从踏进高中校门的那一刻起，我们已经是青年了。梁启超先生说过：“老年人常思既往，青年人常思将来。”作为青年的我们，在这个人生最灿烂的季节，一定都在心中憧憬着未来，我们每个人心中一定也有一个自己的梦想。

人需要梦想，正如鸟儿飞行需要方向。没有梦想，就没有了人生的方向，你的前途注定是一片空白。没有梦想的人，感受不到生活的意义，只如同行尸走肉一般。流沙河在诗中说过：理想是石，擦出星星之火；理想是火，点燃希望的灯；理想是灯，照亮前行的路；理想是路，引你走向黎明！梦想如此重要，我们怎能失去？“莫等闲，白了少年头，空悲切！”没有过目标的同学，赶紧找到你的梦想吧！

梦想是美丽的，但征途是崎岖的。孟子说过：“天将降大任于斯人也，必先苦其心智，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行弗乱其所为。”这个社会给了我们追求梦想，或得到成功的机会，但同时也带来了许多挑战。

挑战是困难，是挫折，它会阻挠着我们向梦想前进，甚至会使我们感到绝望。但正是因为有了这些挑战，我们追逐梦想的旅途才愈发精彩，梦想才愈发显现出它的价值。一次次面



对挑战，战胜挑战，我们也在一次次拓宽自己的思维，提高自己的能力，磨炼自己的性格。正是因为有了挑战，梦想才能使平凡的人变得不平凡，使普通的生活变得更加精彩，正是因为有了挑战，我们才会在向梦想的道路上逐渐成长。

看看前人创造的那些辉煌成绩，你是否觉得高山仰止。但高山只对攀登它的人才有意义，去拼搏吧，去挑战吧！敢于打挑战的人才是不平凡的人！

我总记得萨落扬小说里那个寂寞的野孩子，每当火车越野而过，他都会兴奋地在火车后穷追不舍，金黄色的原野上，一列火车，一个奔跑着的孤单的背景，与秋风一起，与野草一起，浩荡地追逐着。每每想到这一段，我总是感动不已。我们不就是那个孩子吗？为了梦想，永不停歇地奔跑着，尽管草原上没有大道，布满荆棘和野草，可我们畏惧吗？我们会踏过这荆棘，向远方，迎接挑战，放飞梦想。

老师们、同学们：大家好！

秋高气爽、丹桂飘香、硕果累累的季节我们回到了久违的校园，站在新学期的起点上，即将开始新的征程。首先，我要代表学校党支部、校长室欢迎初一新同学，更要欢迎全体师生返校学习生活！

今天我谈论的话题是关于学习，我讲话的题目是“习”比“学”更重要。

学，是吸收知识；习，是练习，是复习巩固，最终练习到极度熟练。你，也许会问究竟是学重要，还是习重要？我会毫不犹豫地告诉你：习比学更重要！大量的重复练习比仅仅吸收知识更重要。

有一个词语误导了太多的人，这个词语就是“天才”。很多人认为别人是天才，天才就是厉害，自己就轻易认输，放弃

了努力和争取，甘居人后，其实非常可惜。其实世界上所有被称作天才的人都不是天生的，而是练出来的。

我们来看看世界级牛人是怎样炼成的：

乔丹成为篮球之神，库里的三分变态准，靠的是千万次的投篮；丁俊晖被称为斯诺克神童，靠的是每天上万次的击球；刚刚结束的世界田径竞标赛，中国男子4×100接力队获得银牌创造了中国田径神话、亚洲田径神话，靠的是流畅的交接棒，而这流畅的配合得益于千万次的接棒训练；朗朗成为“钢琴王子”靠的是千万次的弹奏！

所以对于任何技能，我们仅仅知道了，没用，我们理解了也没用，只有练熟了才有用，才能用，才管用！也就是说如果你将来想在一个行业发展，能够在这个行业走得久远，你只有一条路可以走，就是：练到出神入化！只有练到出神入化才能超越对手！

看任何一个行业内的顶尖高手做事，都是一种享受，因为彼时彼地，那个人和那件事已经达到“人事合一”的默契。世间所有行业里的大师都曾经是弱小的“菜鸟”，但是他们经过千万次的练习，千万次的修正，千万次的反思和自我超越，将普通人远远的甩在他的视线之外，他就成了大师。

因此，学习的关键在于“习”，孔子有言“学而时习之不亦说乎”。我们需要做的就是将书本知识、老师讲的内容，反复的记忆、背诵、默写、尝试再现，说白了就是练习，不停地练习！

不久前，一位中国著名相声演员接受中央电视台的采访。记者问：“一段相声要在幕后重复练习多少次才能做到上台后胸有成竹？”这位演员的答案是“少则500遍，多则1000遍”。

疯狂英语的创始人李阳是从口语入手突破英文的。他在兰州

大学烈士亭大喊了四个月，复述了大量的原版书和各种英语考试题，最终成为身价昂贵的“万能翻译机”，继而创立了“李阳疯狂英语学校”，开始传播这套神奇的学习法。

“逆向英语”的创始人钟道隆教授的学习方法更是罕见：他每天坚持听写a4的纸20页，不达目的决不罢休，从1980年到1983年，三年内听坏了9部收音机，3部收录机，4部单放机，用于听写的a4纸更是不知其数。

任何一种技能，如果你每天练习四小时，一周练习五天，那么成为这个领域的大师需要十年，这就是所谓“一万小时定律”。人们眼中的牛人，之所以卓越非凡，并非天资超人一等，而是付出了持续不断的练习。

所以，所有学习上的成功，只靠两件事：“正确的方法”和“大量的时间投入”，而大量的时间投入才是最正确的学习方法。还是印证了那句老话“世间自有公道，付出总有回报”！

老师们，同学们，新的学期，必将播撒新的希望；新的起点，必将迎来新的机遇。立足新起点，实现新跨越，这是时代对我们提出的新要求。让我们携手同心，以更加饱满的激情，更加积极的姿态，更加精细的管理，更加出色的工作，共创冯中更加美好的明天！

## 国旗下讲话高中演讲稿篇五

尊敬领导、老师，亲爱的同学们：

大家早上好！今天，我演讲的题目是《心存感恩，大爱无言》。

昨天，5月13日，是母亲节，大家为母亲做了些什么了吗？

高尔基曾说过：整个世界都是母亲乳汁养育起来的……没有

母亲，既没有诗人，也就没有爱。

是的，母亲是伟大的，母亲不仅给了我们生命，还奉献出最伟大的爱。对母亲，我们要懂得爱和感恩。

常言道：心存感恩，大爱无言。

诗人艾青在诗中写道：“为什么我的眼中饱含泪水，因为我对这片土地爱得深沉。”是的，大地是我们的母亲，我们要懂得爱和感恩。

一代伟人邓小平曾说过：“我是中国人民的儿子，我深深地爱着我的祖国和人民！”是的，祖国是我们的母亲，我们也要懂得爱和感恩。

当我们呱呱来到这个世界上，我们就已经开始享受着这个世界上的物质和精神财富了。对于这个世界，我们要学会感恩。

感恩，是一种智慧，感恩，更是一种境界。

听说过一个人向树道歉的故事吗？听说过行驶着的汽车为狗让路的故事吗？这些都是真实的，它体现了人们对生命的尊重，也体现了人们对哺育了我们生命的这个世界的感恩。

感恩不是“投桃报李”，感恩是追求人生的大爱，把“知恩图报”变为开放的、传承的感恩，把报答个人变成“回报社会”，这才是最好的感恩方式。

同学们，感恩，请拿出我们的实际行动吧！

感恩，请给父母多一个问候，关心多一下父母的身体健康，做一个懂事的、孝顺的好孩子，帮助父母做多一些我们力所能及的事情。

感恩，请明理诚信，守纪好学，尊重老师的劳动，热爱我们

的学校，做一名尊师爱校、诚信好学的好学生。

感恩，请关心同学，帮助同学，和谐相处，共同健康成长。因为有了我们身边的每一位同学，我们的学习和生活才会那么丰富多彩。

感恩，请关爱我们身边的每一个人，爱社会，爱大地，爱给我们一切的一切。

因为感恩，所以我们会积极向上；因为感恩，我们会从容面对生活的种种不幸。因为感恩，我们懂得换位思考，心中装有他人。

感恩，是一种积极的生活态度；感恩，是我们生命中的一大智慧。感恩，让我们对生活充满爱和希望。感恩，让我们每个人都快乐和幸福着。因为感恩，我们的社会将变得更加美好。

同学们，让我们从现在开始，心存感恩，爱父母，爱他人，爱学校，爱我们的国家，爱我们的社会，爱我们生活着的这个世界吧，让我们用实际行动回报他们！

我的演讲到此结束，谢谢大家！

## 国旗下讲话高中演讲稿篇六

老师们、同学们：

早上好！我是 年级的。今天，我国旗下讲话的题目是《课间休息方法多》。

同学们，课间十分钟的休息是非常必要的。文明有序的课间活动，能给大家带来轻松和愉悦，好让大家以饱满的热情投入到下一节课的学习当中去。但我们也经常发现有的同学们没有进行有益的活动，只是一味地在走廊或广场上追逐打闹。

好多同学们拉拉扯扯、跑来跑去，攀爬扶梯，甚至有同学摔伤，这样既不安全又不雅观。课件跑得气喘吁吁，坐到教室里好长时间都平静不下来，反而影响学习了；还有，课间休息时，我们经常会听到一些同学不是在轻声细语地交谈，而是高声喊叫、大吵大闹。

因此，希望同学们都能合理地安排课间的活动，那我们该如何做呢？在此我提出几点建议：

第一，做好课前准备工作。当下课铃声响起以后，请同学们先做好下一节课的课前准备，把相关的课本和学习用具拿出来，再进行其它的活动。需要去厕所的同学们，要抓紧时间去一下，千万不能等到下一节课上课才想起上洗手间，这就影响你上课了。

第二，别忘呼吸一下清新的空气。一节课坐在教室内，室内的二氧化碳不断增加，容易使人精神疲乏。课间十分钟的时候，走出教室去呼吸新鲜的空气，可以让我们疲劳的身心得到舒缓。

第三，课间可以做些小游戏，但运动量不要太大。比如：与同学们下下五子棋、看课外书、跳皮筋、踢毽子、跳绳等很多有趣的小游戏，还可以在老师带领下做些有趣的体育类的活动。

第四，课间可以做些休闲又愉悦的事情。比如，我们还可以几个同学们聚在一起谈谈心，聊聊开心的事；还可以约上好友一起静静地欣赏欣赏班级黑板报、欣赏同学们优秀的作业等等。

第五，课间活动一定要安全、文明。课间在教室，在走廊，在厕所，在操场不打闹，不追逐，不乱跑乱跳，更不大声吵叫，要做到文明礼让。约束自己的活动范围，开展文明游戏。

同学们，课间活动的方式方法多种多样，但是如何将它安排的科学合理，就得看大家的本领了。希望各班同学都能科学合理地安排课间十分钟，让我们的课间多一些快乐的欢笑，少几声刺耳的尖叫；让我们的课间多一些有趣的游戏，少一些疯狂的奔跑；让我们的校园多一份文明与优雅，少一些鲁莽和粗俗。

同学们，让我们一起过好每个课间十分钟，让我们的校园变得更加美丽多彩吧。

我的讲话到此结束，谢谢大家！

## 国旗下讲话高中演讲稿篇七

本文目录

1. 高中生国旗下演讲稿
2. 高中生国旗下演讲稿：春季
3. 高中生国旗下演讲稿
4. 春高中生国旗下的演讲稿

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，正是我们倡导的体育精神。

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！

谢谢大家！

高中生国旗下演讲稿（2） | [返回目录](#)

隆隆春意驱散了冬季的寒冷，万象更新孕育着新年的期望。季节的轮回带给我们的是年岁的增长、学期的更迭。经过寒假休整，我们迎着朝阳，满怀着新的希望，迎来了xx年春季新学期的到来。

今天是新学期第一次国旗下讲话，在这样的场合，说起春季，必须要提起一句大家耳熟能详的谚语：一年之计在于春。同学们正处花样年华，你们和春天是最美的组合。在春天来临的时刻，在新学期的第一天里，我们要深思熟虑，播种下春天的希望，播种下新学期的目标，用勤奋的汗水、青春的热血和不懈的斗志让理想之花在春天盛开。

春天的鲜花芬芳妩媚，盛夏的果实甘甜诱人，但我们需要记取的还是那一句“一份耕耘一份收获”的至理名言。没有艰苦的付出，鲜花和掌声都会与我们无缘，反之，不求上进，

贪图玩乐，荒废学业，带给自己的只会是痛苦的泪水和迷茫的前程。

新学期里，我校全体教职工，将以更加开拓进取的精神、更加耐心细致的作风，更加科学规范的管理，陪伴同学们从新的起点向新的目标奋进。

九年级的同学们要在这个学期里做最后的冲刺，希望每个同学以自己乐观主动的态度、持久拼搏的毅力、永不服输的精神和一如既往的责任心，朝着自己理想的学校去努力做最后一搏。我们要让紧张的日子不失严谨，要让艰苦的日子充实收获，要让这学期的每一天因我们的努力而闪亮！

七、八年级的同学们，你们在新的学期也将面临新的任务，应该对自己的实力做一个全面的、透彻的了解，为自己的未来做一个打算。在新的学期里，我们要继续努力，每天进步一点点，为自己的班级增光，为自己的学校添彩，厚实我们的初中生活，用自己满意的表现书写我们的成长档案。

我们希望全体同学珍惜光阴，奋发努力，勇于挑战，敢于争先，在学习的园地里展示自我的风采；我们要求全体同学严守校纪，严以自律，热爱校园，讲究卫生，学会自省，不断完善；我们呼吁全体同学以校为家，为校争光。

同学们，每个人都在用双手描绘自己的未来，每个人都在用双脚行走自己的路，你的未来取决于你的今天，学校的振兴取决于你们的今天！

在新的学期，我衷心地祝愿：我们的老师身体更健康，我们的同学青春更美丽，我们的学校明天更辉煌！

高中生国旗下演讲稿（3） | 返回目录

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，正是我们倡导的体育精神。

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！

谢谢大家！

高中生国旗下演讲稿（4） | [返回目录](#)

有人说：人的一生有三天：昨天、今天和明天，这三天组成了人生的三步曲。但我说，人的一生只是由无数的今天构成的，因为不会珍惜今天的人，既不会感怀昨天，也不会憧憬明天。乐观的人，喜欢描述明天的美好前景；悲观的人，总担心明天会发生什么不测。但生命的内涵只在于今天，生命是宝贵的，它是由一分一秒的时间堆积而成的，珍惜今天就是

珍惜生命，荒废了今天就是荒废了生命。

昨天已是过眼云烟，再也无法挽留。如果在昨天，你为取得了一点骄人的成绩而沾沾自喜，或是因为做错了一件事情而愁眉不展，那么你就永远陷进了昨天的泥潭里。同时，你今天的时间也会从你的沾沾自喜或愁眉不展中悄悄流逝。每个人都会乘坐“今天”这班车驶向明天，一天一个驿站，一天一处风景，趁着明天还未到来，我们就应抓住今天，这样等待着你的才会是果实累累的明天。

我们不应该在昨天寻觅什么，也不应该向明天祈求什么，最重要的是怎样对待今天。在这有限的时间里努力学习，抓紧今天的分分秒秒，用今天的努力去弥补昨天的空隙，去实现明天的崇高理想。

聪明的人，检查昨天，抓紧今天，规划明天；愚蠢的人，悲叹昨天，挥霍今天，梦幻明天。一个有价值的人生应该是：无怨无悔的昨天，丰硕盈实的今天，充满希望的明天。

同学们，让我们共同珍惜今天，珍惜现在的分分秒秒吧！

## 国旗下讲话高中演讲稿篇八

“励”是鼓舞，劝勉；“志”是关于将来要有所作为的意愿和决心，是有识之士的心愿。“励志”是激发文气，以求有所作为的意思。励志，首先要有志向，有高尚、远大的理想和明确的奋斗目标。

少年周恩来在全班同学面前表明了自己的心迹：要“为中华之崛起而读书”，而当时与他同班的其他同学读书的目的是为明理、为做官、为挣钱、为吃饭，只是为了满足个人修养和生活的需要，而周恩来不愿意自己的民族再软弱，不愿意自己的同胞受欺辱，他把个人的学习与民族振兴的大业联系

起来，立下远大志向，为祖国的兴盛而学习和奋斗，后来成为新中国的第一任总理，受到全国人民乃至世界各国人民的爱戴。可见，高尚、远大的理想和明确的奋斗目标对人一生的引领作用有多么巨大！其次，励志一定要有实践，要为实现志向而进行不懈的努力。

明朝的宋濂，他就是我们浦江人，家境贫寒但自幼好学，向别人借书来看；冬天砚台里的墨汁结成了冰，手指冻僵了他也从不停止；成年以后，他背着经书到很远的地方去寻师求教，天气严寒，路途险恶，脚上的皮肤冻裂了都不知道；到了老师那里，耐心等待，虚心请教；生活清苦，他一天只能吃上两顿饭，没有鲜美的鱼肉，穿着破衣烂袄，生活在一群衣着华丽的纨绔子弟中间，却乐在其中，一点也不羡慕别人。他一生刻苦学习，后来成为了太子的老师，明朝“开国文臣之首”。

现在，我们正处在长知识、长身体的关键时期，学习是我们目前最主要的任务，是一个在老师指导下从无知到有知再到创新的过程，也是应该伴随我们一生的事情。我们耳熟能详的关于勤学的名句可以说数不胜数：天才出于勤奋；业精于勤荒于嬉；书山有路勤为径，学海无涯苦作舟……但是光记住这些名言警句还远远不够，勤奋学习应该体现在我们生活和学习中的每一个环节，按时起床，充分预习，认真听讲，积极思考，踊跃发言，及时复习，独立作业，敢于质疑，善于合作，勇于创新；摸索并掌握科学的、适合于自己的学习方法，重视每一门学科，关注社会和时代的发展，并且坚持不懈，才能给自己的终身发展奠定坚实的基础，创造成功的机会。

人生是一条射线，以我们的出生为起点，可以无限延伸。理想有多高远，学习有多勤奋，坚持有多长久，这条射线就有多长，我们的人生轨迹就有多深，价值就有多大，意义就有多远。“黑发不知勤学早，白首方悔读书迟。”

我希望我们\_\_中小的每一位同学们都能牢记“和谐、勤奋、求实、创新”的校训，树立远大理想，坚定报国信念，勤奋

学习，汲取知识，锻炼能力，提高素质，增长才干，成为社会主义事业的合格接班人。

## 国旗下讲话高中演讲稿篇九

亲爱的老师、同学们：

大家好！

读了《秋天的怀念》后，我深深地体会到了妈妈的爱比天空的太阳还要灿烂，还要温暖，尤其是文中妈妈说的一句话：“咱娘儿俩在一块儿，好好儿活，好好儿活。”我的眼泪不禁夺眶而出。

这篇文章最使我感动的是最后一部分。这一部分非常感人，催人泪下。作者的母亲坐上了三轮车，去了医院，这一去竟是他们母子俩永远的诀别。母亲临死前不像有些人那样害怕死去，惦记自己。而是始终惦记着自己的孩子，让他们在一块，好好活着。可见母爱多么伟大！

是啊！母爱多么伟大！我也有亲身体会。妈妈每天忙着忙那，还不都是为了我们！有时候，妈妈给我讲解错题，我却在一边不耐烦地嫌她唠叨。有时候，妈妈做出饭菜，我又嫌这不好吃，那不好吃。直到读了《秋天的怀念》这篇文章，我才明白母爱是世界上最伟大的爱，妈妈所做的一切都是为了我好。我为我以前做过的愧对妈妈的事感到后悔。小时候，妈妈把好的都留给我们，长大后，我们也应该体谅、关心妈妈，帮助妈妈干力所能及的家务活。