# 国旗下的讲话演讲稿格式 国旗下的讲话演讲稿初中生(23篇)

来源：网络 作者：前尘往事 更新时间：2024-08-13

*演讲稿也叫演讲词，它是在较为隆重的仪式上和某些公众场合发表的讲话文稿。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？下面小编给大家带来关于学习演讲稿模板范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。国旗下的讲话演讲稿格式 国旗下的讲话演讲稿初中生篇一今天我...*

演讲稿也叫演讲词，它是在较为隆重的仪式上和某些公众场合发表的讲话文稿。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？下面小编给大家带来关于学习演讲稿模板范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

**国旗下的讲话演讲稿格式 国旗下的讲话演讲稿初中生篇一**

今天我国旗下发言的题目是《学习贵在持之以恒》。

首先我想与大家分享一个有趣的故事：记得有一次，大哲学家苏格拉底对学生说：“今天我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，苏格拉底又问了，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。

“人贵有志，人贵有恒”，这个道理是千百年来人类在实践中总结出来的。它深刻地阐明：人最可贵的是有志向，最难得的是持之以恒。你可能羡慕那些成功者吧!但你知道在他们成功的背后付出了多少汗水吗?不要把精力放在羡慕别人上，用自己的实际行动让别人羡慕吧!

同学们，坚持就是每天早读的朗朗书声;是每节课上的认真聆听;是每天课间的誊抄笔记;是每天课余向老师的询问;是每天晚上，灯下的预习和钻研，难题的反复推敲，是临睡前的课堂回忆。学习生活由坚持的砖头堆砌，学习又因坚持而充实。

考试会常伴在每个人的人生道路上，学校的考试是对同学们每个知识点的大盘点，大检阅。我们要坦然处之，积极面对。这就要求我们对待困难不能轻言放弃。这就是坚持。有时候就是因为你的坚持，就像找到支点，撬起了自己新的发现，原来这道题还有新的解法，原来自己也能解答。那种感觉会让自己欣喜若狂。

因为你选择了坚持，所以你收获了自信和坦然，更有对自己的肯定。最后我用毛\_\_的一副对联与同学们共勉：贵有恒，何必三更睡五更起，最无益，就怕一日曝十日寒。同学们，让那一份难得的坚持，点亮我们成功道路上的希望之光吧。

我的发言完了，谢谢大家，初二5班全体同学。

**国旗下的讲话演讲稿格式 国旗下的讲话演讲稿初中生篇二**

小的时候，父母告诉我：“人无志，无以成大事。”

7岁的时候，我写下了我的第一篇作文：我的理想

8岁的时候，我有了第一个人生目标：成为父母的骄傲。

9岁的时候，我有了自己的计划：每天该学习什么。

13岁的我，觉得自己是个无所不能的男孩，学习上总是草草了事。

14岁的我，发现身边的朋友一个一个超越了自己，我开始反思，于是我有了人生中第一个目标，我要考进一个所四星高中!

15岁的我，开始努力的朝目标靠近。我相信只要一步一步完成每个小目标，大目标也就指日可待了。

16岁的我，进入了理想的高中。与初中相比，高中的知识量更大，每天要学的内容更多，刚开始我不分先后顺序和轻重缓急，手忙脚乱、丢三落四，于是，我开始尝试制定了学习计划，每天运用计划促进学习目标的实现，磨炼意志力，养成良好的学习习惯并且提高学习效率，减少时间浪费。我知道了每天要先干什么?再干什么?

未来，我会积极主动地确立自己的发展方向、奋斗目标，然后为达到这一目标而确定行动时间和行动方案。我相信每一个踏进一中校园的学生，都希望考上一个好大学。每个人在每个学习阶段都会对自己有要求，我要继续努力，继续拼搏，学习更多的知识，实现我的奋斗目标。

一个没有目标的人就像一艘没有舵的船，永远漂流不定，只会到达失望、失败和沮丧的海滩。目标的作用不仅是界定追求的最终结果，它在整个人生旅途中都起着重要作用。目标一旦确定，我们就应积极制定计划去努力达成，对于我们来说，在制定计划时应注意以下几点：

一、尊重自己生物钟

由于生理条件和生活环境、习惯的不同，人们的生活节律和最佳感觉也往往不尽相同。有的人的学习最佳时间在上午，有的人在下午，还有的同学感觉晚上学习效率最高。在了解了自己的最佳学习时段之后，按照它来安排自己的学习和休息。将最重要的事情放在最佳感觉时间去做，提高效率。

二、学习要有时间限制

为了提高效率，在制定计划时，要适当给自己“压力”，对每一科目的预习和复习要做到三限制：即限定时间、限定速度、限定准确率。这种目标明确，有压力的学习，可以使注意力高度集中，提高复习效率。同时，每学习完一部分时，都有一种轻松感、愉悦感，会更充满信心地复习下去。

三、对照计划反省

计划一旦制定，就要雷打不动地完成，如有完不成的，也应立即在次日加倍补上。如：反省自己，当天的计划完成了没有，明天先干什么?再干什么?如果完成的好时可奖励自己一次;如果完成的不好时可惩罚自己一次。这样做，既有约束力又有可操作性，每天都会感到在进步。一段时间后，还应该根据自己的学习情况，对计划做出进一步完善，使其更好地促进学习。

让我们共同 规划人生，成就自我。

**国旗下的讲话演讲稿格式 国旗下的讲话演讲稿初中生篇三**

亲爱的同学们，敬爱的老师们，早上好!今天我演讲的主题是“诚信作业”。

中华民族历来便以诚信作为优良的传统美德，诚信之人，往往拥有人格的魅力。曾记否，曾子杀猪，商鞅变法?杀猪事小，可若没有小事也应讲诚信的品质，曾子，还会是那个纵横诸子百家的曾子吗?若没有商鞅“移木者赏百金”的诚信许诺，变法还能成功?秦国还能一统天下吗?

说这么多，是不是有点太遥远了?让我们一起探讨一些切合实际的。

身为一名学生，作业，就是体现我们诚信最好的证明。作业是学生们课后学习的证据，是学生们在课余时间努力学习的重要提现。老师留的每一项作业，都体现了老师对我们无微不至的\'爱。所以，我们要认真对待每一份作业，不马虎，不拖拉。

期末考试刚刚结束，同学们你们对于自己的成绩还满意吗?你们对于自己的寒假做好计划了吗?难得盼到了放假，很多同学都想要从紧张的学习生活中放松一下，家长可能也为我们规划好了各种丰富多彩的活动。但与此同时，为了不让我们的学习彻底松懈甚至荒废，老师们也为我们仔细规划了假期中的学习计划，布置了详尽的寒假作业。

作业是让我们对所学过知识的复习和整理，和知识的检测。由此可见，诚信作业对于我们课后复习是非常重要的。那我们怎么诚信作业呢?

平时在学校，我们每天要认真把各科老师布置的作业抄到记作业本上，每项作业都要认真、保质保量地完成。在作业有不会的时候，学会做出标记，去问同学和老师。那些学有余力的同学也可以主动去帮助一些做作业有困难的同学。这样我们整个班级就会更加好。

而对于寒假中的作业，则对我们的“诚信”提出了更高的要求。对于很大一部分同学来说，没有了老师和家长的监督，意味着很大程度的自由。但是在享受自由的同时，我们也要培养一定的自律精神：每天的作业要靠自己独立完成，遇到困难可以查书、复习笔记，也可以向同学请教。但是，一定不要直接拿过别人的答案就抄。没有了自己钻研学习的过程，你刚刚抄写的题目只是耽误了时间又浪费了精力，并没有任何正面的收获，得不偿失。

随着科技的发展，我们的作业形式也在逐渐脱离传统的纸质印刷，转向通过网络布置和上传。那么，在完成作业时，你是否一心一意，而不是借着完成作业的名头，打游戏、聊微信?抑或是直接在网上搜索答案抄写?这也是对于我们的“诚信”的一大考验。希望我们每一位同学都能够很好的经受住这项考验。

孟子说：车无辕而不行，人无信则不立。诚实守信是中华民族的美德，也是每个公民的基本道德要求之一。作为一名中学生，自己的作业自己做，是检验我们诚信的一种方式，抄作业不仅是对自己能力的否定和蔑视，更是对我们创造优良班风和学风的一种亵渎。你是愿像一棵大树一样独立的站立，还是要像藤蔓一样去依靠他人生存?这是一种态度，更是一种责任。对自己负责，对老师负责，对父母家长负责。希望大家都能够恪守诚信，只要我们足够的努力，我们就一定可以创造属于自己的成绩。最后，希望大家都能过一个愉快而又有意义的寒假!

**国旗下的讲话演讲稿格式 国旗下的讲话演讲稿初中生篇四**

同学们：

我们一进校门，就能看见校园里醒目的“学会学习学会生活学会做人学会创造”十六个大字是那么醒目。今天老师想与大家谈谈学会做人。

一、学会做人的意义

北京师范大学党委书记周之良教授说：“人生有两件事，第一是学做人;第二是学做事。我认为学做人更重要。如果你不会做人，只会做事，即便你掌握了若干知识和技能，也未必能把事做好!”

联合国教科文组织对21世纪人才的六项要求：一是能正确处理人与自然的关系;二是能正确处理人与人的关系;三是信息集纳能力;四是口才;五是书写能力;六是专业技能。也是按照“做人”放于“才能”之上的绝对原则。也就是说，“成才先得做人。”

二、学做人的含义

1、“做人”是指一般意义上的人，作为一般的人，除了必须具有爱心、同情、公正、助人、能设身处地为人着想、能运用思想、具有社会技能外，还必须塑造良好的品德、健全的人格、培养良好的习惯。(这是建筑健全人格的基础。)

2、“做中国人”。我们要热爱自己的祖国，爱自己国家光荣的历史，爱这片生养自己的土地，爱与自己有同样命运的同胞。拥有这份共同感情的人们，团结起来，尽力提高中国在世界各国中的地位，并为自己国家的繁荣富强与民族的兴旺发达而努力。

3、“做西小人”。我们要热爱自己的学校，爱学校的光荣历史，爱自己每天生活的美丽校园，爱自己朝夕相处的老师、同学。拥有这份共同感情的老师和同学，团结起来，为了学校的荣誉和发展努力学习，积极上进。

三、学会做人的途径

在我们明白了做人的重要和做什么样的人以后，就可以通过以下的途径，在日常学习、生活中，对自己进行不断的训练：1、锻炼强健的身体;2、陶冶良好的道德品格;3、充实科学知识技能;4、养成勤劳节俭的习惯;5、培养终身服务社会的精神。

四、这样学会做人

作家柳青在长篇小说《创业史》中，有一段很有哲理的脍炙人口的名言：“人生的道路虽然漫长，但紧要处常常只有几步，特别是当人年轻的时候。”我们小学生阶段就是这重要几步中特别重要的一步。因为这段时期是我们长身体、学知识、炼品格的宝贵时光，你要是不懂得珍惜，让它从身边悄悄的溜走，白白的浪费了，等你长大回过头来看时，后悔也来不及，也没有用。中国古语“少壮不努力，老大徒伤悲”说的就是这个道理。不要“白了少年头，空悲切。”

1、“学会做人”要从小事做起。“莫以善小而不为”。小事都不会做，不愿做，又怎能做大事呢?举些简单的例子：如我们一些同学在离开教室时，明明看见教室里已经没有人了，可他就是不会随手把电灯、电扇关掉，任由电力浪费，怎么能相信你长大了会爱惜公物，爱护国家财产呢?;又譬如预备铃响过了，可有同学还在课室外面慢条斯理地走，或者人虽然进了教室，但却心不在焉，还在那里谈话、玩笔、呆坐，你又怎么培养自己守时、惜时的良好品格呢?

2、“学会做人”要从自己做起。学做人是自己的事。如果我们现在不懂得尊重父母师长，不能和同学和睦相处，当我们长大后参加工作，进了单位，走向社会时，又怎么能够礼貌待人，尊重领导和同事，与大家团结协作，完成各项任务呢?哲学家孟德斯鸠说：“品德，应该高尚些;处世，应该坦率些，举止，应该礼貌些。”很多到我们学校视察的领导和参观的家长，谈起他们对学校的印象时，首先就是同学们那一声声发自内心真诚的、亲切的“老师好!”的问候和称呼，给他们留下了不可磨灭的印象，然后才是优美的校园和设备设施，就是的明证。

3、“学会做人”要从现在做起。同学们必须纠正一个观念，那就是做人是长大以后的事，是将来的事，现在不是考虑的时候。这种想法是极端幼稚和错误的。一个最简单的道理就是，现在不学、不做，将来怎么会呢?我们来举些例子：你现在早上锻炼马马虎虎，眼保健操随随便便，怎么能起到锻炼身体强壮体魄的作用呢?等你到了18-20岁的时候，发育期早就过了，身体还能长吗?

**国旗下的讲话演讲稿格式 国旗下的讲话演讲稿初中生篇五**

老师们，同学们：

早上好!今天我国旗下讲话的主题是：《懂得尊重》。

先给大家讲一个故事：

一只蚂蚁被风刮落到池塘里，命在旦夕，树上的鸽子看到这情景赶忙将叶子丢进池塘。蚂蚁爬上了叶子，叶子漂到池边，蚂蚁得救了。她很感激鸽子的救命之恩。

过了一段时间，蚂蚁看到有位猎人用枪瞄准了树上的鸽子，但鸽子一点儿也没察觉。就在猎人开枪之际，蚂蚁爬上了猎人的脚，狠狠咬了一口。猎人一痛之下，子弹打歪了，鸽子逃过一劫，蚂蚁报了鸽子的救命之恩。可见，小蚂蚁也可以在关键时刻帮大忙!

动物世界是这样，人类也是如此。每一个人，不管他的职位高低、身份贵贱、财富多少、能力大小，都有他存在的意义和作用，都是不容忽视的。我们要学会感恩，懂得尊重。

尊重为我们的成长，而无私付出的爷爷奶奶、爸爸妈妈;尊重为我们的学习，而辛勤付出的老师们;尊重把我们的校园打扫得干净整洁的阿姨们，还有为我们每天中午能吃到热气腾腾的饭菜的叔叔、阿姨等等。

生活中，我们应该怎样尊重他人呢?要注意自己的行为不能影响到他人，要有礼貌地与人交往，要发自内心，出自真诚地对待他人。

尊重，如一缕春风，一泓清泉，一颗给人温暖的舒心丸。尊重他人，就是尊重我们自己;尊重他人，会换来别人对你的尊重。我们也会因此而收获到更多的快乐、幸福。

我的讲话就到这里，谢谢大家!

**国旗下的讲话演讲稿格式 国旗下的讲话演讲稿初中生篇六**

同学们，老师们，大家早上好!今天我要演讲的主题是重阳敬老。

金秋送爽，丹桂飘香。今天是农历九月初九，正是重阳佳节。

重阳来源于我国古老的《易经》，因为《易经》把“九”定为阳数，九月九日是日月并阳，两九相重，故而叫重阳，也叫重九，古人认为是个值得庆贺的吉利日子，并且从很早就开始过此节日。

和大多数传统节日一样，重阳节也有古老的传说。相传在东汉时期，时常有瘟魔作乱。有一个青年恒景不畏艰辛，终于找到了一个法力无边的仙长，学会了降妖剑术。他回到家乡，在九月初九的早晨，把乡亲们领到了一座高山上，给每人一片茱萸叶，一盅菊花酒以避邪。中午时分，闻到阵阵茱萸奇香和菊花酒气的瘟魔冲出，再也动弹不得，恒景将其刺死剑下。从此九月初九登高避疫的风俗年复一年地流传下来。

重阳登高，免灾避祸。登高、赏菊、喝菊花酒、吃重阳糕、插茱萸等，都是重阳的活动。

农历九月九日，也是传统的敬老节。九九重阳谐音“长长久久”，包含有生命长久、健康长寿的寓意。今日的重阳节，又被赋予了新的含义。我国把这一天定为老人节，将传统与现代巧妙结合起来，倡导全社会树立尊老、敬老、爱老、助老的风气。

敬老是中华民族的传统美德。古往今来，我们有许多敬老爱老的故事：古有木兰代父从军、黄香扇枕温席、王祥卧冰求鲤、孟宗哭竹生笋的佳话;今有陈毅探母等感人肺腑、润人胸襟的故事。今天，我们作为国家未来的建设者，传承和发扬这一宝贵精神财富，责无旁贷。

尊敬老人，先从尊重自家的长辈做起。家中的长辈总是将最好的留给我们，做得再多也无怨无悔。家家有老人，且人人都会老，伴随着我们的长大，他们的乌丝变白发，身形渐憔悴。而我们就这样毫无表示的接受吗?其实老人更需要关爱，我们在生活中的一句真心问候，就能给老人们增添一份天伦之乐，一件微不足道的小事，也可能成为他们回味永久的幸福。

孟子说过，老吾老以及人之老。我们不仅要关心家中的老人，还要关心社会上的老人。我们今天的幸福生活有着老一辈人的艰辛努力，他们奋斗了几十年，创造了大量的物质和精神财富，理应受到全社会的尊敬。目前，中国已经步入老龄化社会，进一步倡导尊老敬老也是尽社会的责任。

上周五，我们23位老师和同学一起看望了张江地区的独居老人。老人看到了我们的到来，非常地高兴，拉着我们的手嘘寒问暖，对我们表达了殷切的希望和关怀。我们也与老人们聊起了家常，很快就融入其中。同学们满腔热情，拉起了二胡，唱起了老歌，悠扬的童声，回荡在空中，让人感到一种幸福。关怀开拓了一条传递爱心的路。虽然我们素不相识，但却像家人一样其乐融融。

在人类的天性中，最愉悦的是给予，爱的理由就是奉献。在带给别人快乐时，自己也感到了幸福，人与人之间的相处，不正是如此吗?“花无重开日，人无再少年。”总有一天我们也会变老。尊重老年人，就是尊重中华民族的光荣传统，也是尊重我们自己。敬老爱老,我们义不容辞。

今天是重阳佳节，让我们行动起来吧。抽出一些时间，给家里的长辈们打个电话，致以节日的问候，感谢他们为自己所做的一切。当然，这不是重阳节一天的事，平日可以多陪他们聊聊天，做些小事，表达你的爱。同时也要向社区的爷爷、奶奶伸出关爱、帮扶之手。

“岁岁重阳，今又重阳。”在这秋风飒爽的季节，让我们共同祝愿天下所有的老人都能幸福安康、“老有所乐”!

谢谢大家!

**国旗下的讲话演讲稿格式 国旗下的讲话演讲稿初中生篇七**

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好!今天我演讲的题目是《新学期，我们会更精彩!》

跨越新春，我们度过了一个愉快的假期;淋浴春风，我们又重返美丽的校园。在这喜气洋洋、无限美好的日子里，首先请允许我向老师们、同学们恭贺新春愉快!祝福大家在新的一年里，扬眉“兔”气、前“兔”似锦，大展宏“兔”!

新的一年开启新的希望，新的空白承载新的梦想。同学们，面对冉冉升起的五星红旗，你在想什么呢?床头的闹钟又将在清晨奏鸣，黎明教室的寂静又将被我们打乱，久违的教室中又将呈现我们的身影。新学期，新起点。如早春的飞鸟，如原野的碧草，我们必将在无涯的学海中寻觅更辽阔的天空。琅琅书声将是我们献给太阳的礼物，与灿烂的朝阳同行，将是我们最美的期待!

在过去的一年里，我不仅学到了许多的科学文化知识，而且懂得了不少做人的道理。这使我们的头脑更加聪明，让我们人格更加完善，我们的点滴进步无疑于老师的心血。在这温馨的校园，有可敬的老师，有好学上进、知礼守纪的同学，能融入到这样的集体是我们每个人的骄傲。那些努力刻苦学习的同学是我们的榜样，他们的精神时刻激励着我。

新入学的学弟学妹们，你们的血液充满着活力，这时你们的心情一定是激动、兴奋，或许还夹杂离家后思亲的忧愁，同学们这就是成长。新的学期要有新的开始，新的希望。在这里我要告诉你们：如果你们是沸腾的钢水，纪律就是模具;如果你们是刚起航的帆船，老师就是灯塔;如果你们是冲天的雄鹰，南郑职教就是你们翱翔的天空，美丽还需要你们自己来演绎。在此我衷心的祝愿你们能在这里找到属于你们自己的未来。

对于我们这些老生来说，我们应该更加努力学习好老师交给我们的知识，并把知识转化成熟练的技术。在不远的将来我们就要踏入社会，开始我们职业生涯。在学校学习的日子里，我们学到了很多、对未来憧憬了很多、也成熟了很多，在学校所学的一切都给我们以后的生活奠定了扎实的基础。

雏鹰的羽翼日渐丰满，南郑职教的学习生活，让我们有足够的力量在天地间翱游。专业技能是船，在职高的学习是帆，我们的梦想在这里起航。同学们，让我们牢记师友的期盼，扬起理想的风帆，趁着美好的时光努力学习，播种希望，放飞梦想，在学习的这片土地上我们应同心、同德、同行，共同创建新的辉煌，让我们在生命中创造更多的精彩。

一年之计在于春，一生之计在于青春。让我们用热情拥抱未来，用青春谱写人生，用行动证明自我吧。

最后祝福全体师生，身体健康，工作顺利，学习进步。

**国旗下的讲话演讲稿格式 国旗下的讲话演讲稿初中生篇八**

今天，国旗下的讲话很有教育意义。不仅仅在教学上善诱，同时，生活中也有很大的启迪!

转眼20\_ \_年已经驻足于昨天的记忆，新学期已经进入第三周，新学期和春天一起到来，预示着播种希望!

千里之行，始于足下，一切成绩都要从点滴小事做起。新学期请同学们记住两句话：

一、我们要懂得感恩，做个有良知，有正义感的人

我们要感恩谁?我们要感谢父母是他们给了我们生命，并抚养我们长大成人。我们要感谢学校老师，是学校给了我们知识的殿堂，老师便成我们的引路人，让我们的大脑变得更加聪慧，我们还要感谢社会国家，免去同学的学费书本费，……我们是家庭学校社会国家的希望。所以当我们沐浴在父母学校社会国家给以的阳光和雨露中快乐成长的时候，我们就要学会感恩，滴水之恩当涌泉相报，因此，我们就要明确责任，付出行动，好好做人，努力学习回报曾经和还在帮助着我们的人。

二、要懂得报恩，做个有责任心励志奋进的好学生

有责任心就要学会担当学会负起责任，作为中学生当下应该做的就是对自己的成长负责，而对自己成长负责，最重要的是学会做人，学会学习，养成良好的学习习惯和行为习惯。学习确实很辛苦，但我们要始终坚信：一份耕耘一份收获。为了中考这场战役我们所有同学要准备九年一路坎坷崎岖但只要你们抱定“即使摔到了100次，也要第101次地站起来”的信念，顽强拼搏，塌实肯干，一定能够去得满意的成绩。

新学期我期望每位同学都能志存高远，防下浮躁的心态，从塌塌实实地过好每一天，认认真真地作好每件事情。比如上好每一节课独立完成每一次作业，考好每一次试，保持好班级环境保护好校园卫生，珍惜与你剿袭相处的同学，学会微笑着棉队师长，学会表达感激和谢意，因为周围的人都是你成长的榜样。

同学们，一个人的成长需要副车艰辛的努力，不管是责任意识的形成，航海是好习惯养成都需要持之以恒的努力坚持不懈的毅力。

希望每一位同学本着对自己负责的态度，把握和控制自己的行为细节，养成良好的行为习惯。

同时真心希望每位同学在家做个好孩子，在学校作个好学生在社会做个好公民，在你的交际圈内做个好朋友，让你的初中生活成为你人生中精彩的一页!

最后祝大家在新的学期，播种新的希望，收获新的佳绩!

**国旗下的讲话演讲稿格式 国旗下的讲话演讲稿初中生篇九**

尊敬的各位老师、亲爱的各位同学：

大家好!

今天，我国旗下讲话的题目是《寄语中秋》。首先允许我代表学校及个人，祝各位老师、同学中秋节快乐!

农历八月十五是我国的传统节日——中秋节。中秋节与春节、清明节、端午节被称为中国汉族的四大传统节日。“中秋”一词，最早见于《周礼》。据史籍记载，古代帝王祭月的节期为农历八月十五，时日恰逢三秋之半，故名“中秋节”;又因为这个节日在秋季八月，故又称“秋节”、“八月节”、“八月会”、“中秋节”;又有祈求团圆的信仰和相关习俗活动，故亦称“团圆节”、“女儿节”。因中秋节的主要活动都是围绕“月”进行的，所以又俗称“月节”、“月夕”、“追月节”、“玩月节”、“拜月节”;在唐朝，中秋节还被称为“端正月”。中秋节的盛行始于宋朝，至明清时，已与元旦齐名，成为我国的主要节日之一。关于中秋节的起源，大致有三种：起源于古代对月的崇拜、月下歌舞觅偶的习俗，古代秋报拜土地神的遗俗。

如果有人问我：“为何庆祝中秋?”我想我一定毫不犹豫地回答：“中秋节是我们东方古老悠久的传统佳节，象征一个民族的迷人魅力，它本身就是一种奇特而又神秘的艺术，作为一个东方人，我们享受着它的缤纷，我们仰慕她博大的胸襟，我们钦佩她对中国古文化的重大影响，年轻的我们，担负着延续古老文明的重任，中秋欢欣鼓舞时，更不要忘记自己的职责，做一个合格的继承人，这么一笔丰厚的财富，是我们耗尽心血也学不完的。

“明月几时有?把酒问青天!”你可曾欣赏过梦幻绝伦的明月?那你将具有同明月一样的柔美气质，与月光一般的清纯秀美，皓月净人心，一个会赏月的人一定是一个儒雅的小文人，在月光下，一边与家人分享切好的月饼，一边吟诗诵词，赞美大自然的奇观，何尝不是一件快事?

中秋节，有许多的游戏活动，首先是玩花灯。中秋是我国三大灯

节之一，过节要玩灯。当然，中秋没有像元宵节那样的大型灯会，玩灯主要只是在家庭、儿童之间进行的。早在北宋《武林旧事》中，记载中秋夜节俗，就有将“一点红”灯放入江中漂流玩耍的活动。

其次，猜灯谜也是一项不错的游戏。有的谜语本身就是一首发人深省的小诗，用它的精彩诠释了灵，巧，细，致，也许是恍然大悟的感叹，也许是猜中后的惊喜，也许是错后的跃跃欲试，也许是掌握技巧后的百猜百中，无论如何，这都是参与的一份热情，快乐的一份享受，细致的一份美，想象的一份彩。

圆月知人心，和家人共进一顿晚餐，为远在他乡的亲人送上真诚的祝福，是中秋节最重要的章节，家庭主妇把一大块月饼切好，为远在异乡的亲人留下一份思念，举杯共进，分享点点滴滴地家常事，说说生活中的烦恼，也是情感最真诚的吐露吧!

中国传统文化博大精深、源远流长，同学们，勿忘传统佳节，让我们分享共同的喜悦和欢乐!

老师们，同学们。各民族的传统节日，是每个民族长期积累的文化传承，传统节日蕴涵着民族的精神。蕴涵民族的价值取向，蕴涵着民族的文化根基。作为当代学生，我们不仅要了解传统节日的形式，更重要的是挖掘和探究传统节日背后所蕴藏的价值。“时尚的东西是眩目的，但民族的东西才能长久。”

海上升明月，天涯共此时。此时此刻，我们也更加期盼祖国统一，民族昌盛，国泰民安。

最后，预祝大家中秋快乐，合家团圆!今天的升旗仪式到此结束。谢谢大家。

**国旗下的讲话演讲稿格式 国旗下的讲话演讲稿初中生篇十**

今天国旗下讲话，我想和大家谈谈“感恩”这个话题。

近日学校出现了一道美丽的风景线，就是下午第四节快下的时候给总能看到给九年级的学子送饭的家长，所以今天的感恩话题我就从感恩父母开始。

不必说父母给予了我们生命，也不必说是他们哺育我们成长，单是他们每天准时的把可口的饭菜送到我们身边就是一种恩情。“谁言寸草心，报得三春晖。”我们现在唯一能做的就是常怀一颗感恩之心，做好我们目前该做事情:堂堂正正做人，认认真真学习，不让他们多操心。所以我不希望看到周一来时，由于作业没做而牺牲上课时间补作业的大队伍，这和送饭的队伍形成了鲜明的对比，不希望看到上课睡觉的情景，这和父母挥汗如雨的工作情景格格不入，不希望看到抄袭作业的模样，这和父母的期望背道而驰。感恩父母首先做好现在，所以让我们更专注一些，更细心一点.

除了父母，还有谁会在意我们成长过程中的点点滴滴?还有谁会无怨无悔教育我们，起早贪黑地陪伴我们?还有谁会用宽广的襟怀包容我们每一次的错误?“桃李不言，下自成蹊”!感恩我们的老师!他们是这世界上唯一与我们没有任何血缘关系而又竭尽所能地关爱我们的人。感恩我们的老师，就请你“亲其师，信其道”，这应该是老师最愿意得到的回馈。

我们的学习生涯中，还离不开朝夕相处的同学。上上周九年级两个同学居然打架了，我就想问一句你们什么仇什么怨，我在想我的学生生涯，准确的说是想念。也许等你们到我们这个年龄的时候留在我们记忆深处的一定会是一些美好的回忆。可能是教室里为一道习题争得面红耳赤，可能是伤心时安慰你的促膝长谈……感恩同窗的这场缘分，感恩我们拥有的这份同学情谊。

其实，我们的生命历程中还会遇见很多很多值得我们感恩，也需要我们感恩的人。亲爱的同学们，让我们常怀一颗感恩之心向所有帮忙过我们的朋友和我们所爱的朋友说声感谢，古有“滴水之恩，涌泉相报”，今天我希望大家记住对我们有恩的人，做一个有心的人。

**国旗下的讲话演讲稿格式 国旗下的讲话演讲稿初中生篇十一**

多一份同情，多一份关爱，你就会多一份快乐。在别人饥饿时，我们送他一个面包;在别人伤心时，我们给他一个快乐果。这个世界需要同情和关爱。今天，我读了一篇名为《心灵创口贴》的文章，使我受益匪浅。

文章讲的是苏茜的邻居史密斯太太失去了女儿，很伤心。富有同情心的苏茜认真严肃地思考了这个问题，几分钟后，苏茜敲开了史密斯太太家的门，“我听说您失去了女儿，十分伤心，这是为你受伤的心准备的。”苏茜边说边递给史密斯太太一片创口贴。史密斯太太感动地流下了泪水，并收下了苏茜的创口贴，每次看它都会让自己心灵的伤口愈合一点儿。

是啊，一块小小的创口贴，里面却饱含了苏茜对史密斯太太无限的同情和关爱。这种爱如春天一缕温暖的阳光;如夏天凉爽的片片绿荫;如秋天一阵轻柔的微风;如冬天一个暖暖的壁炉。关爱就是这样，当你受到了别人的关爱，你会感到无比的温馨，当你给予他人关爱时，别人会感激不已，而你帮助了他人，会获得更多的快乐。

生活中，有很多这样的例子。比如说：公交车上，小孩给老人让座;在同学铅笔不下水时，给他(她)一根铅笔;在别人伤心时，给予他(她)的安慰与关心……太多太多，总之，心灵需要细心地呵护，

心灵与心灵之间需要点滴的沟通。只要人人都献出一点儿爱，这个世界将会变成美好的人间。

关爱，不分大小，不论贵贱，哪怕是一句话，一个手势，一个眼神，都会给别人最大的帮助，让别人感动一生。让我们行动起来吧!爱可以传递，可以生根发芽，可以长成参天大树。让这个世界都充满爱，变为爱的海洋!

**国旗下的讲话演讲稿格式 国旗下的讲话演讲稿初中生篇十二**

写下这个题目，我就知道我在拾人牙慧——古往今来，流传下来的\'关于这方面的文章真是浩如烟海，表现这个主题的故事也是汗牛充栋，许多先哲们富含哲理的话至今铿锵在耳，我难道比人家有什么更深刻更高明的见解吗如果曰是。那显然是不明智的，也是不自量力的——所以在这个问题上，无论怎么说和说什么，也是难脱离前人的窠臼，也都是老调重弹。

但是，即使冒天下之大不敬，我还是要大声疾呼：人们啊，一定要珍爱生命!

发出这样的呐喊，是缘于我最近看的两篇报道，都是关于自己作孽，漠视生命而导致交通事故，造成死亡的悲惨结局的。

一则是关于酒后驾车酿祸的，驾驶员潘某与朋友聚餐，其自恃量大，连干数杯。出门上车，尚觉无恙。谁知所喝之酒后劲大，不一会儿，便头昏脑胀，手脚不灵。他想快点开车回家，不料在上一座立交桥后，汽车失控，导致越过栏杆，坠至桥下，遂车毁人亡。

另一则是关于新鲜好奇而招致车祸的。某厂长去市外办事，途中正在学习驾驶，尚未取得驾证的厂长非得让驾驶员坐副驾驶座上，自己开车过一把车瘾。结果在一条没有隔离带的道路上，与对面车错车时相撞，厂长死亡，驾驶员负重伤。

\"死者长已矣\"\"生者泪已涸\"可痛也夫!可被也夫!人生之大不幸乃生离死别耳!一个欢蹦乱跳的大活人转瞬间便关山阻隔阴阳分界了，叫人如何不哀伤!

不过，痛则痛矣，两例车祸的死者实在有点不值得。细想起来，人世间死亡的形式多种多样，但归纳起来无非两种：一种是被动死亡，比如患绝症，比如他杀等：另一种是主动死亡，比如自杀，比如上述彭某，某厂长二人。二人都是置生命于儿戏，怀侥幸心理，逞一时之勇，图片刻之欢，而终至命丧黄泉，说是鬼催的，这话有迷信色彩，说是主动赴死，这话狠毒了点儿：但如果说他们是\"不爱惜生命，才遭不幸\"，则是贴切的，没有疑义的。

生命是宝贵的。生命对于我们每个人只有一次，。所以应该珍爱生命，像电影《泰坦尼克号》主人公所言：\"过好每一天\"。需要说明的是，珍爱生命不是隐忍苟活，不是贪生怕死，不是疑神疑鬼，不是惶惶不可终日，而是心怀坦荡，光明磊落，保持健康心理，不愚昧，不蛮干，科学的愉快的去学习去生活。自然，如果出现生命和正义\"不可兼得\"的时候，我们也应该做到像孟子所说的\"舍生取义\"。话似乎扯远了一点，但也并非与主题风牛马不相及。这就首先要求我们在出行时做到遵章守法，安全礼让，不让生命被无谓的事情所伤害，以避免因漠视生命而造成的人间悲剧。

珍爱生命就从安全出行做起吧!

**国旗下的讲话演讲稿格式 国旗下的讲话演讲稿初中生篇十三**

尊敬的老师，亲爱的同学们。大家早上好!

植树节已经过去，周末的义务劳动也已经结束，在期待中，我们迎来了有一个星期一，一个新的开始，就让我们在这一周中不畏艰难，勇往直前吧!

很荣幸本次升旗仪式由我们初一六班举办，本次升旗活动有主持人赵晓龙、赵春晓。国旗下演讲、张春雪。励志小故事、马金蕊。升旗人员有国旗升旗手;王琪、王立建。擎旗手

护旗手 。校旗升旗手;杨康、张高成。

下面，我宣布，升旗仪式正式开始。第一项：岀旗 升国旗，唱国歌，全体肃立，请同学们唱国歌时声音洪亮，唱出我们的蓬勃朝气。

同学们，春回大地，万物复苏，柳绿花红，莺歌燕舞。3月是文明的3月，3月是美好的3月，在这美好的时光里，你在学习上又有什麽打算呢?下面，请听我们班学习委员张春雪的国旗下演讲((以本为本，以纲为纲))大家欢迎!

读书方法，以本为本，以纲为纲，听了这句话大家肯定受益匪浅，新的一年，你，准备好了吗?下面请听马金蕊同学的励志小故事——((守住你的人生梦想))大家欢迎。

同学们，听了马金蕊同学的励志小故事，相信你也收获不小吧!他告诉了我们成功的原则——坚持!坚持就是胜利!

下面请政教处张主任讲话。

升旗仪式到此结束，请各班按顺序带回。

**国旗下的讲话演讲稿格式 国旗下的讲话演讲稿初中生篇十四**

老师们，同学们，大家好：

今天我演讲的题目是——论长跑锻炼的好处。

寒冷冬季，北风萧瑟，清冷街头，稀疏人迹，抬头看空荡荡的枝头，一股莫名的伤感由然而生，枯黄的干叶在寒风中打着旋飞舞落下，似翩翩的舞者，只留下孤单的枝头在冷清的季节打颤发抖。

清晨，闹钟在狂震，此刻你是否有种把它摔下去的冲动?科天的被窝真诱人，真想温暖还可能继续停留。所以面对一次次的冬季长跑锻炼，你退缩了，你愉懒了，你逃避了。孰不知你逃开的，不仅是跑步训练，还有关于你毅力的磨练，体格的锻炼。

让我们来听听专家怎么向我们阐述健身长跑的\'好处吧!

有关专家表示，长跑可提高呼吸系统和心血管系统机能，科学实践证实，较长时间有节奏的深长呼吸，能使人体呼吸大量的氧气，吸收氧气超过平时的7—8倍就可以抑制人体癌细胞的生长和繁殖。其次长跑锻炼还改善了民肌供氧状态，加快了心肌代谢，同时还使心肌股纤维变粗，心收缩力加强，从而提高了心脏工作能力。

更重要的是，长跑能陶冶人的性格，锻炼吃苦耐劳，战胜困难的意志。

有关资料还显示，长跑能健脑，冬季气温较低，在冷风晨雾中长跑，会刺激机体保护性反应，血液循环加快，脑部血液流量加速，调节大脑体温中枢功能，从而供给大脑更多养分，提高学习效益，还对大脑记忆功能有增进作用，而且长跑使人情绪乐观饱满，有助于增进食欲，加强消化功能，促进营养吸收。

同学们，听了以上这些，你还是否打算在以后的晨练长跑中偷懒逃跑呢?

**国旗下的讲话演讲稿格式 国旗下的讲话演讲稿初中生篇十五**

同学们、老师们：大家早上好!

9月28-29日达立隆重举办20\_\_年校运动会，开幕式上同学们精神抖擞的走过主席台，积极向上的精神风貌体现了各班走方阵刻苦训练的成果，形式多样的表演展现出同学们的多才多艺和创新精神，也为我们奉献了一场视觉盛宴。运动场上运动员们奋力拼搏，发挥个人体育才能，展示自己的青春风采，为班级荣誉争光。但是我们也有遗憾，在迎面接力的集体项目中，我们有2位同学分别在赛前训练和比赛中出了意外，虽然我们已经组织学生在跑步前做了充分的准备和热身，还是发生了不幸，希望他们能早日康复，不要留下隐患，也希望班级的同学和老师能给予他们更多的关心和照顾。

校运会的顺利进行离不开参与运动会的教职工和全体学生的努力，在这里我代表校长室向为运动会付出辛勤汗水的老师们表示由衷的敬意，向积极参加运动会的各位同学表示由衷的敬意。我们的班主任老师非常辛苦，从学生报名、到排练入场式、到组织学生观看比赛、维持班级秩序、督促学生参赛、组织学生摇旗呐喊、鼓劲加油，在烈日下暴晒的这两天，相当不容易，他们表现出不怕苦，不怕累的敬业爱岗精神，始终坚守在班级的阵地上，值得大家学习。

体育组老师更是做了大量工作，从比赛前的训练、秩序编排，比赛时的裁判、到比赛后的成绩统计，同样付出了艰辛的劳动。还有大队部和教务处的老师一直坚守在主席台上，指导学生广播和颁奖，摄影组的老师除了现场的摄影录像还有后期的制作，校园文明岗的老师也同样顶着烈日，坚守岗位，维持秩序，裁判员老师公平、公正、公开地执判，得到参赛运动员的一致满意。还有体育文化评比组、医务室、装备、总务后勤等等的老师们在幕后默默地奉献。再次感谢老师们的付出。下面我宣读此次运动会比赛结果。(相关结果到校园网查阅)

让我们向获得好成绩的班级表示祝贺，本次运动会没有获奖的班级和同学也不要气馁，我相信所有的班级和绝大多数同学都很努力的参与了运动会、参与了比赛，只要是真的尽力了，就无需埋怨和责怪，经历过风雨才能见彩虹，后面还有很长的路要走，任何事的付出不一定就有回报，但是如果我们不去付出，肯定是没有机会，也更不可能获得成功。运动会结束了，但是我们还将迎接各种各样的比赛和考验，祝愿所有的同学在人生的各项比赛中，奋力拼搏，创造佳绩。

谢谢大家!

**国旗下的讲话演讲稿格式 国旗下的讲话演讲稿初中生篇十六**

老师和学生：

大家早上好!

随着秋天的到来，天气越来越冷了。秋冬是各种疾病的多发季节。那么，在秋冬季节，怎样做才能远离疾病，拥有健康的身体呢?今天想给同学们介绍一些防病的小知识。

1、冬天是感冒的多发期，学生要注意预防感冒。大家要根据天气情况及时添加衣物，加强体育锻炼，预防感冒。如果你感冒了，你必须在治疗过程中彻底。千万不要一看到病情好转就停止打针，以免反复发作。

2、在冬天做运动之前，你必须做好充分的准备。由于此时温度较低，体表血管在寒冷中收缩，血流缓慢，韧带弹性和关节柔韧性降低，容易发生运动损伤。慢跑、打肌、动臂、蹲姿等可以用来调动身体各个部位的功能活动，提高中枢神经系统的兴奋性和反应能力。

3、冬天，很多人会痒。有人认为洗澡不够干净，就用热水洗。处理这个问题，可以尽量穿纯棉和柔软的内衣，保持干净宽松;多吃富含维生素a的食物，如瘦肉、菠菜、豆制品等，少吃刺激性食物。最后，很重要的一点是，洗澡水温不能太高，洗澡时间不能太长;洗澡后最好抹点身体乳，可以减少和防止皮肤瘙痒。

4、冬天要加强营养。为了保证饮食均衡，满足身体的需要，从事脑力劳动的学生一般每天吃1—2个鸡蛋为宜。学生冬天倾向于吃肉，但膳食纤维的补充不容忽视。每日三餐搭配粗细，荤素搭配，既能弥补人体对膳食纤维的需求，又能预防各种疾病的发生。

5、保持学习生活环境的空气流通。封闭的空间容易滋生各种病菌，要经常开窗，保持室内空气流通。

**国旗下的讲话演讲稿格式 国旗下的讲话演讲稿初中生篇十七**

鸟儿因为有了梦想，能在天空和白云之间翱翔;鱼儿因为有了梦想，能在大海更深处漫游......我的梦想是当一名校长。

如果我的梦想实现了，我当校长的学校环境一定很美丽。学校里有清清的池塘，池塘里种着许多的荷花，有粉红色的，有淡白色的，好看极了。还会有一条长长的小溪，小溪周围有草坪，长着绿绿的小草，还有盛开的野花。同学们下课了可以在这里休息、玩耍。我想他们一定会很喜欢，因为在这里就像呆在大自然里一样。

如果我的梦想实现了，我当校长的学校还会有许多有意思的东西。比如我们有专门的机器人，他们可以去管理教育那些调皮的小孩，让他们知道要好好学习。我们还有专门的健身房，不管天晴下雨，我们学生都可以在这里上体育课。还有专门的实验室，到每次上科学课的时候，每一个学生都可以亲手去做实验，这样他们会学习得更好!

如果我的梦想实现了，我当校长的学校里的学生也很可爱，他们上课很认真，作业也做得很好，都知道努力学习。而且都很有礼貌，非常喜欢帮助别人。其他的人都说我的学校里的学生是的!

有了梦想，才能快乐成长，同学们，你们有梦想吗?

谢谢大家，我的演讲结束了。

每个人都有梦想，它是人人所向往的。没有梦想的人的人生将是空虚的，人生没有梦想就如飞机失去航标，船只失去灯塔，终将被社会所淘汰。但梦想总是随着思想的前进而改变的。碌碌无为是庸人所为，奋发图强是智者之举。

童年时，我有一个梦想，我希望我有钱。大人问：“小伙子，有了钱你要去干什么呢?”“我要去买泡泡糖”“如果你有很多钱呢?”“我会去买很多泡泡糖”“如果你有用不完的钱呢?”“我会把做泡泡糖的工厂买下来。”的确小时侯的我们，天真无邪，有着一颗善良的童心，幸福与快乐是一曲不变的乐章。

慢慢步入小学，中学……就越会觉得压力的存在。现在我有一个梦想。我希望每天都不要有很多的家庭作业要做。玩耍的时间一点点被剥夺，而我们一天中40%被禁锢在教室，很多时间在学习。但是面对学习，还是一种模糊的认识。俗话说“难得糊涂”，对事物的理解，也由封建主义发展到资本主义，越大就越觉得自己的观点是对的。

上初中的时候，我有一个梦想，我希望自己能成为一名尖子生;回到家能受到家人的表扬;在学校能受到老师们的肯定;在同学之间能有鹤立鸡群的表现。但是，渐渐的，我发现实现这个梦想并不能靠要耍耍孩子气。之后，我学会了奋斗。

忙忙碌碌一天加上晚自习后放学回家，真是又困又累，吃夜宵都没有味道。这样的日子很单调，也许有时候想念许多小学同学，有时候赶着上课还是一双朦胧的睡眼。讨厌死板的校服装，从不穿着它到处走。星期六、星期天的时间真很短，孩子脾气真想犯，慢慢懂了做人的辛苦和梦想真是太难，还好我会努力，看每一个人都在为了生活而起早赶晚，把握自己不再松散。

今天，我有一个梦想，我希望自己能考上一所中意的高中。我为着梦想，`每一天都苦苦寻找着充实自己的辅导书与练习卷，为着光明的未来而努力。

梦想像一粒种子，种在“心”的土壤里，尽管它很小，却可以生根开花，假如没有梦想，就像生活在荒凉的戈壁，冷冷清清，没有活力。试问，我们在座的热血青年谁又愿意过那种行尸走肉的日子呢?我相信我不会，你们大家都不会。

有了梦想，也就有了追求，有了奋斗的目标，有了梦想，就有了动力。梦想，是一架高贵桥梁，不管最终是否能到达彼岸，拥有梦想，并去追求它，这已经是一种成功，一种荣耀。在追求梦想这个过程中，我们是在成长。

**国旗下的讲话演讲稿格式 国旗下的讲话演讲稿初中生篇十八**

老师们，同学们：

早上好!

这天我国旗下讲话的题目是：珍惜时间。

珍惜时间，这是一个古老而又永恒的话题。

古人就告诫我们：“明日复明日，明日何其多?我生待明日，万事成蹉跎。”我们很多同学都能把这首诗背的滚瓜烂熟，但是你能真正懂得它的含义吗?

商人说：时间就是财富;农民说：时间就是粮食;医生说：时间就是生命。同学们，你们说时间是什么呢?其实“时间是最公平的裁判者”，要看你怎样去利用它。我们每个同学都期望自己将来成为科学家、文学家、艺术家……但这并不那么容易，它要靠我们的实际行动，要珍惜一分一秒，努力奋斗。在我们学校某班有这样两句名言：赢得时间者，赢得一切;今朝有事今朝做，明朝可能阻碍多。这两句话都是告诉我们要珍惜时间。珍惜时间，想必大家都明白是什么意思吧珍惜时间就是节约时间，合理地利用时间。时间对我们每个人都很重要，时间不会为谁停留。当你早晨洗脸刷牙的时候，时间从水盆里溜走了;当你吃饭的时候，时间从饭碗里溜走了;当你睡觉时，时间又从你的睡梦中溜走了。你想挽留时间吗那就得靠你把握时间，珍惜时间，并不是时间会多给你一份。一天有24个小时，这是无法改变的。合理地利用时间，就是珍惜时间，不让时间一分一秒地白白浪费掉。

时间对每个人都是公平的，它不会多给谁一分，也不会少给谁一秒。那为什么在相同的时间里，人们所得到的结果不同呢比如说：一个班的同学，每一天在一齐生活，学习，同样的环境，同样的课程，同样的老师，那为什么有的人学习好而有的人差呢那是因为有的人充分利用好课堂上的每一分钟，专心听讲，认真思考，甚至把别人玩的时间用在了读书上，所以能够取得好成绩。

花儿谢了有再开的时候，草儿枯了有再绿的时候，同学们请你告诉我时间有再来的时候吗?对、时间是一去不复返的，所以不要把这天的事拖到明天去做，明天还有明天的事情，这样明日复明日，何时才是尽头，况且人的一生能有几个明天。

人的生命只有一次，它是宇宙间最宝贵的，最值得珍惜的。正所谓：一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。时间既是短暂的，又是永恒的，时间的存在本身就是一种期望，所以不要害怕时间的无情，也不要感慨时间的短暂，我们就应珍惜自己所拥有的岁月光阴，随着奋起的节拍乘风破浪，让生命之舟与时间一齐扬帆远航。

青少年时期是我们这个人生中最宝贵的黄金时期，期望大家能从此刻做起，珍惜自己的每一分每一秒。莫等到头发花白时再去悔恨自己当初没能珍惜时间而一事无成。只要我们此刻珍惜时间，便会拥有最大的幸福。

我的演讲完毕，谢谢大家!

**国旗下的讲话演讲稿格式 国旗下的讲话演讲稿初中生篇十九**

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家好!

当炎炎夏日落下帷幕时，我们顺利完成了本学期的第一次月考。不知大家现在的心情如何?是满心雀跃，还是忐忑不安呢?不论怎样，成绩与努力总是成正比的，正如西方谚语所说的：“含泪播种，欢笑收割。”

同学们，经过这一次月考，你是否认识到自己的优势与不足?是否对一个月来的学习生活有所反思呢?没有考好的你，也许正为自己没有好好学习而感到后悔，那么请收拾起你的沮丧心情，重新努力。而取得好成绩的同学，请不要骄傲自满。这次月考只是一小块试金石，在以后的种.种考试中，会有人超越你，而只有不断努力，坚持不懈，才能独占鳌头。

那么，怎样才能让自己轻松快乐的踏在求学之路呢?首先，要有时间观念。弹指一挥间，月考已经结束，迎接我们的又是新的开始。要想在单位时间内达到最好的学习效果，就必须合理安排时间。第二，要树立自信意识。要相信自己，正确的对待不足，及时调整，主动找出差距的原因并寻找相应的对策。第三，要树立自我意识。清楚自己该干什么、能干什么。主动去请教老师，让老师帮你分析自己的问题所在，从而调整好自己的状态。第四，要树立目标意识。围绕中考的最终目标，根据自己的实际情况给一个准确的定位，制定出一个切实可行的目标。比如制定近期目标或远期目标，对照计划反省，从而更好地促进学习。

同学们，初一是基础，初二是巩固，初三是冲刺，请不要轻视每次考试，因为，考试是每个人一生中遇到的最公平的竞争机会，它不看相貌、财富、权势，他拒绝各种社会关系的干扰，只看你的付出与能力。“一份耕耘，一份收获”是一个永远不变的真谛!

我的演讲完毕，谢谢大家。

**国旗下的讲话演讲稿格式 国旗下的讲话演讲稿初中生篇二十**

我先给大家讲个小故事：一天时间管理专家为一群学生讲课。

“我们来做个小测验。”专家拿出一个一升的广口瓶放在桌子上。随后，他取出一堆拳头大小的石块，把他们一块块放进瓶子里，直到石块高出瓶口再也放不下去为止。他问：“瓶子满了吗?”所有的学生应道：“满了”。他反问道：“真的?”说着，他从桌下取出一桶砾石，倒了进去，并敲击玻璃瓶壁使砾石填满石块间的间隙。“此刻满了吗?”这一次学生明白了，“可能还没有。”一位学生应道。“很好!”他伸手从桌下又拿出一桶沙子，把它慢慢倒进玻璃瓶。沙子填满了石块间所有的间隙。他又一次问学生：“瓶子满了吗?”“没有满。”学生大声的说。然后专家拿出一壶水倒进玻璃瓶直到水面与瓶口齐平。他望着学生问：“这个例子说明了什么?”

鲁迅先生以前说过：“时间就像海绵里的水，只要你愿意挤，总还是有的。”每个人的时间和精力都是有限的，每一天都有许许多多的事情在等待我们去处理，我们不可能对每一件事情都一视同仁，否则，胡子眉毛一把抓，肯定时间不够用。而且，立刻就要期中考试了，时间更加紧迫。那么，我们就应怎样优化时间?怎样能够从有限的时间和精力中得到最大的报酬呢?以下方法不妨试一下：

一、事情就应分清主次。

一个有效率的人就应根据事情的重要和紧迫程度，每一天把要做的事情排列出来，然后在有序的完成。例如，明天要进行语文考试，这天下午有球赛和英语口语训练，晚上要陪妈妈散步。这四件事在等你完成。很明显，首先，你就应花大块时间复习语文，准备明天的考试;其次，若还有时间，接下来就应去练习口语;至于球赛的事能够缓一缓，而去公园散步则可去可不去。

二、充分利用最显效率的时间。

由于每个人的生物钟不一样，所以每个人在不一样时间做事效率不一样。如有人最佳状态在早上，那就就应把自我最重要的任务安排在清晨。能够背课文、单词。有人是在晚上，能够将白天课上讲的资料复习巩固一下。临睡前能够把这些资料在脑海中放电影，记住不会的地方，第二天再向老师和同学请教。

三、东西放置要有条理。

平时的书籍、笔记、衣服等日常生活用品要分类放置，条理清楚，以便查找。如果乱放，找东西的时间就要占很多，一会儿书忘带了，一会儿直尺不见了……找得焦头烂额，既白白浪费了时间，又影响了学习。

四、适当的休息。

适当的变换学习的资料，不一样学科交叉学习能够缓解大脑的疲劳，提高学习的效率。变换一下身体姿势，从事一些体育活动，能够消除疲劳。如，学习40分钟就到院子里走一走，看看绿色植物，缓解眼睛的疲劳。能够为自我订一份作息时间表，严格按照作息时间表执行，长期坚持，就会养成良好的学习习惯。

同学们，时间是人生的财富，我们的人生就是在时间的长河里慢慢展现的。我们要珍惜时间，合理安排时间，让自我有限的生命更精彩!

谢谢大家!

**国旗下的讲话演讲稿格式 国旗下的讲话演讲稿初中生篇二十一**

敬爱的老师，亲爱的同学们：

你们好!

今天我在国旗下讲话的主题是民族团结从我做起 ，“五十六个民族，五十六枝花，五十六个兄弟姐妹是一家。五十六种语言汇成一句话：爱我中华，爱我中华 。”这首宋祖英的爱我中华表达了我们所有中国人的心声：民族团结! 我们就需要懂得保护和平之花，首先就是民族之间要团结。作为年轻的我们要下定决心：一定要成为一名好孩子、好学生、好公民，保护祖国和平，增强民族团结，为祖国版图上增添更美的颜色。

一个祖国的建设不仅仅只靠一个人，要靠全国人民的智慧和双手来建造， 我们青少年的学习得到了很大的提高，我们建设祖国和弘扬民族精神的能力也增强了，在我们身边有很多这样的例子，如在1988年的奥运会上，我国乒乓球队的队员们战胜了对方后，使我国获得了参加奥运会以来的第一块乒乓球金牌，也使得乒乓球成为了我国的国球，这不就是在建设祖国吗?还有就是在奥运会上，在男子110米栏冠军刘翔在直径跑道上战胜了黑人，为我们全亚洲争了光还为我国争了光，这不也实在建设祖国吗?

是呀，祖国是一个民族的根，是一个民族生存的支柱和力量的源泉。我们作为新世纪的青少年，生在新社会，长在红旗下，我们应该加倍珍惜这来之不易的幸福生活。我们要继承这伟大的民族精神，让民族精神在我们身上发扬光大。我们要记住责任，发奋学习，努力拼搏，热爱祖国，振兴中华，从我做起，从现在做起，从身边的每件事情做起。要想长大后成为一个对祖国有用的人，我们应该从小树立远大理想，坚定爱国信念，学习科学知识，掌握报国本领，培养优良品德，锻炼强健体魄，从各方面提高自身素质，努力成长为社会主义事业的合格建设者和接班人，时刻准备着为祖国的现代化建设和中华民族的强大和振兴贡献力量。

“众人拾柴火焰高”，“团结就是力量”，无不说明团结的神力，团结是红军二万五千里长征胜利的结晶，是实现宏伟目标的源泉。 在中华民族传统文化中，追求的是“一方有难，八方支援”的社会风气。 没有科学工作者的团结互助，全国协作大攻关的精神，就不会看到两弹一星的飞天。没有中国女排的互相合作和拼搏精神，中国女排就不可能在赛场上获得前无古人的“五连冠”雄踞女排之颠。

无数的历史事实证明，无论一个国家，一个社会，一个民族，一个团体，还是一个家庭。继承和发扬中华民族的传统美德，也是我们作为炎黄子孙义不容辞的责任，在生活中，我们要学会团结，学会宽容，了解团结的重要性，让团结时刻伴随着我们永不逊色。

我的国旗下讲话到此结束，谢谢大家!

：

各位老师、同学大家好!

民族团结是社会安定、国家昌盛和民族繁荣的政治保障与促进力量，只有有了民族团结、经济发展、社会安定，我们才能集中精力搞建设、一心一意谋发展。而如果听信极端分子的挑唆，影响社会稳定，使社会产生动荡，对生活在新疆的没一个民族、每一个人都是不堪承受的痛苦。

我们十中就是一个民族团结的大家庭，各民族同学在一起学习、一起打篮球、一起办晚会，嬉戏玩耍，学习进步、其乐融融。作为中学生我们应该努力学习科学文化知识，自觉抵制民族分裂思想，自觉与分裂祖国、破坏民族团结的分子做斗争;自觉维护社会稳定。

彩虹之所以缤纷美丽，是因为它容纳了各种色彩;我们中国之所以美丽，是因为56各民族56朵花齐绽放。民族团结、繁荣发展使我们新疆每一个人、每一个同学的责任与愿望。

现在，我们的目标是充分用好新世纪前20xx年的战略机遇期，加快中国建设小康社会。党中央把这个历史任务交给我们千千万万年轻人。对我们青少年寄予了无限地期望。希望我们青少年不辱使命，勇敢挑起实现中华民族伟大复兴的重任。

现在，弘扬民族精神，这是我们承担起历史重任的一个重要条件。中华民族精神源远流长，博大精深，内涵丰富。什么是民族精神呢?民族精神是反映在长期的历史进程和积淀中形成的民族意识、民族文化、民族习俗、民族性格、民族信仰、民族宗教、民族价值观念和价值追求等共同性特质，是民族文化中维系协调、指导、推动民族生存和发展的精髓思想，是一个民族生命力、创造力和凝聚力的集中体现，是一个民族赖以生存、共同生活、共同发展的灵魂。

牢固树立我国民族关系的基本特征是“三个离不开”即：“汉族离不开少数民族，少数民族离不开汉族，各少数民族之间也相互离不开。”同时，要坚持四个维护的原则，即：维护人民利益，维护法律尊严，维护民族团结，维护祖国统一。

我校是一所多民族学生学习的学校，有汉、藏、回、蒙、土、撒拉等民族。如今我们大家在团结和睦的校园中生活、学习，磨练意志、增强友谊。学校的稳定发展，繁荣昌盛都离不开我们每位老师和同学的奉献。我们该如何做?答案只有一个，团结奋进，从我做起，维护好民族团结这一大家庭的快乐，积极投身于学校的各项活动之中，为民族大团结的发展、为学校的发展做出贡献。

当前，需要同学们好好学习，老师们努力工作。弘扬民族精神，在民族宣传月活动中学知识、长见识、让中华民族的伟大精神不断得到丰富和弘扬!同学们，老师门，让我们各民族团结在一起，共创祖国美好未来!

我的国旗下讲话到此结束，谢谢大家!

**国旗下的讲话演讲稿格式 国旗下的讲话演讲稿初中生篇二十二**

尊敬的教师、亲爱的学们：

大家好，我是一年级的李玉英，很高兴我能在那里带给大家一段演讲。今日我演讲的主题是《学会感恩》。

“谁言寸草心，报得三春晖”，“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”，我们小时候背诵的这些诗句讲的就是感恩。还有成语“滴水之恩，涌泉相报”告诉我们的就是感恩。

感恩是每个人应有的基本道德准则，感恩是做人的起码修养。感恩是人性善的反映，感恩是一种生活态度，感恩是一种美德，感恩是一片肺腑之言。

我们每个人都应当学会感恩，感激父母的养育之恩，感激教师的教诲之恩，感激同学的帮忙之恩，感激社会的关爱之恩。

学会感恩，就是要学会懂得尊重他人，对他人的帮忙时时怀有感激之心。

学会感恩，就是要让你明白每个人都在享受着别人经过付出给自我带来的欢乐。

学会感恩首先要拥有一颗感恩的心。一个人只要懂得感恩，才会懂得付出，懂得付出后，才能获得感恩。

没有阳光就没有日子的温暖;没有雨露就没有五谷的丰登;没有父母就没有我们自我;没有亲情和友情的世界就会是一片孤独和黑暗。

亲爱的同学们，让我们进取行动起来吧!让我们荡漾于这缕感恩的春风中，使我们的学校变的更加完美，使我们的未来变得更加灿烂，使我们的社会变得更加平安与和谐!

多谢大家，我的演讲完毕。

**国旗下的讲话演讲稿格式 国旗下的讲话演讲稿初中生篇二十三**

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好!

泱泱中华五千年，那滚滚的黄河是她澎湃的热血，催人奋进，催人向前;那生生不息的长江是她灵动的脉搏，跳跃着永不枯竭的悸动;那连绵起伏的长城是她挺拔的脊梁，屹立东方，岿然不动……无数的这些都是我们祖国母亲的象征，它们记载了母亲无数的沧桑，它们是一种永不灭的精神!我不禁要大声说：中国，我为你骄傲，为你自豪!实验高中即将迎来5岁生日，虽然只有两届毕业生，年轻实验高中已向祖国的各大城市输送了千多名优秀的大学生，特别是\_年为中国最高学府——北京大学输送了一名优秀的学生。

今天，看到国旗冉冉升起，过去的岁月浮现在眼前。1949年的10月1日，伟大领袖在开国大典上庄严宣告：“中国人民从此站起来了!”它向世人昭示：告别了一个旧世界，迎来了一个新世界的中国人民，从此人人平等，当家作主，成为国家的主人;实验高中\_年高考一炮打响，\_年再创辉煌，使实验高中成为一所名副其实的会泽名校，\_年的高考600分人数到全市57所高(完)中第5名的佳绩。

有人说，19世纪是英国人的世纪，20世纪是美国人的世纪，而21世纪，就是我们中国人的世纪。中国经过几十年来的艰苦建设，已取得了“乘长风，破万里浪”的迅猛发展：沿海城市经济的崛起，香港澳门顺利的回归，神舟七号完美的飞天，北京奥运会上健儿们奋力地拼搏，五星红旗一次又一次冉冉地升起……祖国面貌日新月异，综合国力逐步增强，人民生活显着改善，国际地位日益提高。我们的祖国正一步一步走向强大。但，请不要忘记，我们仍然是个发展中国家，还有许许多多地方有待完善和发展，我们在座的同学们还在用我们父母会泽亲戚朋友的钱来生活和学习，也有暂时困难的同学。

亲爱的同学们，我们该做些什么呢?我们该怎样报效祖国呢?其实，就在我们身边，有无数的小事可做。

一个热爱祖国的人，同时应该是一个热爱班级、热爱学校的好学生。我们应该发扬中华民族的传统美德，学会宽容，不要为打饭时的一点口角大打出手，学会礼让，学会遵纪守法，不要为一时冲动二付出代价，学会孝敬父母长辈……我们应该多用礼貌用语，用端正的学习态度和优异的成绩汇报祖国母亲。

同学们，让我们用知识加汗水，以满腔热情，拥抱新的希望，迎接这个机遇与挑战并存的21世纪吧。

最后，我用哈佛大学图书馆墙上的训言与师生共勉：

此刻打盹，你将做梦

而此刻学习，你将圆梦。

我荒废的近日，正是昨天殒身之人祈求的明白。觉得为时已晚的时候，恰恰是最早的时候。幸福或许不排名次，但成功必排名次。学习的痛苦是暂时的，未学到的痛苦是终身的，请享受无法回避的痛苦。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找