# 最新科技托起强国梦国旗下讲话(八篇)

来源：网络 作者：紫陌红尘 更新时间：2022-05-21

*每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。相信许多人会觉得范文很难写？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。科技托起强国梦国旗下讲话篇一大家好...*

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。相信许多人会觉得范文很难写？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**科技托起强国梦国旗下讲话篇一**

大家好。我是来自---的一名---，今天我为大家带来的演讲题目是：《中国梦，强军梦，我的梦》。

眺望历史的长河，是一把辛酸泪。弱兵，则国危;无兵，则国亡，验之于古，证之于今。况且，兵不能战，是谓无兵。凡大国，必有强兵，古今中外，无一例外。所以，我愿献身国防，把这份满腔热血洒在这片忠诚浇铸的土地上，\"一朝立下报国志，终身不移报国心。\"

从\"匈奴未灭，何以家为\"的西汉将领霍去病，到\"以身许国，何事不敢为\"的抗金英雄岳飞，再到\"恨不抗日死，留作今日羞\"的爱国将领吉鸿昌，他们无不充满着爱国主义的热血情怀。历史的画卷缓慢展开，曲折而漫长，却也是如此清晰，同时也充满了光辉。如今，我们飞向太空驰骋海洋。南极上空早已飘扬着我们的五星红旗;太平洋上出现了我们强大的海军舰队--辽宁舰。作为当代革命军人，我们有责任担当祖国的繁荣富强。我们每一位军人都有一个\"英雄梦\"。\"英雄梦\"连着\"强军梦\"，\"强军梦\"支撑着\"中国梦\"，有梦想才能有向往，有向往才能有追求，有追求才能有奋斗，有奋斗才能有成功。那梦想是什么?是灵魂，是信仰，是力量。是照耀25000里长征路上的篝火，是少年强则中国强的担当。作为青年，要敏于发现机遇，敢于跨越发展。作为军人，更要以信仰之旗凝聚青春力量，忠诚与责任同行，铸牢军魂，永远听党话，跟党走，矢志不渝献身国防。成为一名军人，是我一直以来的梦想，所以我选择当兵，考军校，如今我也因此而自豪。洒热血，献国防是我无悔的誓言。

曾子曰：\"士不可以不弘毅，任重而道远。青年人是一个国家、民族的希望所在。我是一名在北大荒这片黑土地上成长起来的热血青年和基干民兵，黑土地的乳汁造就了我强健的身体，北大荒精神铸成了我坚定的信念，面对祖国和人民的呼唤，我感到骄傲，感到自豪，同时也感受到了身上沉甸甸的责任，中国梦，强军梦就是我的梦。建设祖国，保卫祖国是我义不容辞的职责和义务，为了履行好我们职责和义务，必须从我做起，从现在做起，，练好思想，练好身体，练好本领，以最好的心理准备和能力准备，去迎接历史和时代的挑战。当祖国需要我们的时候，做到\"召这即来，来之能战，战之必胜\"。

地震灾难难以预测一样，战争同样难以预料，可能突然降临，也可能--年、20年，甚至更长时间都打不了一仗，但战备不可一日懈怠。战争是为了和平，战备也是为了和平，如果没有坚强有力的战备作后盾，和平的阳光就会变得暗淡而脆弱。

\"能战方能止战，准备打才可能不必打，越不能打越可能挨打。\"这是主席站在历史、现实和未来的交汇点，对战争与和平的辩证法作出的新的哲学概括。很显然，\"把刺刀插在地里\"是不能阻止战争的。思战才能备战，能战方可止战。手上有招，心中不慌。只有平时多备几手、多练几招，战时才能多几分胜算，打仗才有底气。只有瞄准对手，以只争朝夕的精神、以打仗的心态练好\"手中枪\"，练出撒手锏、无敌拳，才能在千锤百炼中打造信息化条件下的虎狼之师，掌握信息化战场的主动权。

天下虽安，忘战必危。军人要有强烈的忧患意识、危机意识和使命意识。有备才能无患，能战方能止戈。古罗马战略家韦格修斯说：\"想要和平，那就去准备战争\"，这样的话语应时常在中国军人耳畔响起。

军人的眼界，注定超越传统疆界;军人的担当，必须着眼强军目标。实现\"强军梦\"，永远是当代中国军人的理想、信念和追求。

青年朋友们!民兵同志们!路漫漫，任重道远，奋发努力，光明在前，战鼓已雷鸣，号角已吹响，时不我待，让我们团结起来，用奋斗去练就我们坚硬臂膀，用雄心去实现我们的理想，携手同心，并肩前进，在实现中国梦，强军梦的过程中，为北大荒这片神奇的土地，再写一段光辉灿烂的历史，再奏一曲感天动地的乐章。

**科技托起强国梦国旗下讲话篇二**

有很多人说，我们90后是一个总是谈论梦想的群体。但我想说，梦想，对于我们来说，是一份遐想，是一份憧憬，是一份激情，是一份理想融于现实的真情流露和对未来的动力源泉。

翻开中国厚厚的历史书卷，我们会发现，那，是一部血泪史，但那更是一部奋斗史，一部梦想史。

1840年的鸦片战争，大英帝国用“坚船利炮”，击碎了“居天地之中者曰中国”的“天朝上国”迷梦;

1900年，八国联军拼凑起来的不足两万兵力便打开了中国紧闭的国门，持续腐败的清政府扔忍屈求全，一群义气之士抱着对国家和民族的希望，开展声势浩大的义和团运动，然而终究无法救中国于水火之中。

从1840到1919年的\_\_年间，中国与列强先后签订了900多个丧权辱国的不平等条约。“和约”越签越多，而和平与安全却越来越少。百年屈辱，百年渴望。当中华民族面对“千年未有之变局”“千年未有之强敌”，中华儿女就萌生了一个执着的梦想，一个民族复兴的梦想。而今天，这个梦想和我们息息相关。

或许，那段令国人为之愤恨的历史对于我们来说太过久远，但我们不能不清楚的认识到，当今中国同样需要梦想，需要富国梦，更需要强军梦。需要我们新一代的军人为这个梦想的实现而奉献我们的青春，血汗甚至生命，以史为鉴，让那段历史成为我们圆梦的动力所在。而这，只因为我们是军人，是“强军梦”赋予我们的责任所在。军人的眼界，注定超越传统疆界;军人的担当，必须着眼强军目标。实现“强军梦”，永远是当代中国军人的理想、信念和追求。更是我们对青春最无悔的诠释。这个梦想必将与我们息息相关。

当前，国际国内环境发生深刻变化，世界新军事革命进程加快，我国安全问题的综合性、复杂性、多变性增强，要求国防和军队现代化建设必须有一个大的发展。正因为如此，党的十八大明确提出，建设与我国国际地位相称、与国家安全和发展利益相适应的巩固国防和强大军队，是我国现代化建设的战略任务。这是坚持和发展中国特色社会主义、实现中华民族伟大复兴的内在要求，是时代浪潮的呼唤也是实现强国梦的必然选择。增强忧患意识，提高军人素质和综合能力，扭住核心军事能力建设不放松，坚持不懈地拓展和深化军事斗争准备，深入开展信息化条件下军事训练，加快发展新型作战力量，提高信息化条件下威慑和实战能力是在新时期新阶段对我们提最大的考验。中国梦包含着强军梦，强军梦支撑着中国梦。和平靠赎买买不到，强大靠乞求求不来。经济社会越发展，国家利益越拓展，安全需求就越迫切，

强军要求就越紧迫。历史已经，并将继续证明，没有国防的强大，就没有全面小康和国家富强，就不可能实现完整意义上中华民族的伟大复兴。强军是历史的警示，强军是时代的呼唤，强军是形势所迫，强军是军队的使命所在。强军是赋予我们新一代军人的责任。这个梦想注定和我们息息相关。

青春豆蔻年华，对于我们来说，内心烙上的是深深的中国印，军人印。抛去时光在我们脸上逗留未去而残余的幼稚，内心在铁一般的纪律下被打磨的无比坚强，严寒酷暑是给与我们肉体和意志的考验，因为我们要成为一名军人，一名中国军人。翻开历史，我们同样会发现，每一个国家的发展，每一个朝代的兴盛，都离不开大大小小的改革。自建国以来，我们伟大的人民将一个个几乎不可能实现的梦想变成了现实，也正因为如此我们有了两弹一星，有了航天梦，奥运梦、世博梦、飞天梦，航母梦，而每一个伟大梦想的实现也必将面临前所未有的考验与挫折，为此我们特此向那些为了祖国的建设和发展付出心血、汗水甚至生命的英雄。作为青春一代的90后，踏着前人走过的路途，享受着前人带给我们的幸福生活，面对时代的接力棒，面对时代赋予现实的伟大梦想，在学习上艰苦、思想上刻苦、训练上吃苦，踏踏实实做好自己的基础工作和任务，在接力传承中保持本色。青春赋予每个人都有不同的含义，我们的用汗水浇灌心中的理想，用誓言撑起明天的希望，用团结意志抵挡再大的风浪，用智慧和双手去实现民族的梦想。伟大的中国梦，伟大的强军梦，与我们息息相关。

一个梦想能让个体生命放射出耀眼光芒，一个梦想同样能让一个民族迸发出强劲活力。

珠峰挺起世界的脊梁，黄河哺育了华夏儿女，我们，作为新一代的军人，必将担起守护国之疆土的重任。战争不是我们最初的诉求，霸权不是我们民族的特性，征服不是我们开放的最终目的。强军梦不是霸权梦，是为祖国的发展撑起一把隐形的保护伞。面对祖国960万平方公里的广袤大地，放眼望去祖国的大好河山，怎耐让历史重演。发展是时代的步伐，合作是前进的动力，双赢是最好的选择，和平才是人类的归宿。而强大的国防和军事力量才是这一切根本的筹码。而这一切的一切又怎能不与我们息息相关。

也许我们还都是年轻的模样，但我们的青春早已和这个伟大的梦想联系再来一起，我们的心早已不属于自己，而是献给了伟大的祖国和人民，我们就是他们最坚强的后盾。

中国梦，强军梦，更是我的梦。“梦”，体现的是抱负、展示的是追求、映照的是时代。党的十八大吹响了坚持和发展中国特色社会主义的进军号角，赋予了“中国梦”新的时代内涵，更给强军梦以更具体的发展条件。

有梦，就有责任。祖国的繁荣，军队的强盛，我的梦想就根植于此。在这条路上我们用绿色青春当做画笔描绘绚烂的明天。拳拳赤子心，浩浩中华魂。红旗飘飘，那血红的颜色，是沾满无数英雄的鲜血染红的。它凝聚着百万雄狮的力量。我们绿色的青春梦就高悬在冉冉升起的国旗上，矗立在哨所上，飘扬在祖国的边疆，你在战士心中有着无比沉重的分量。那是沉甸甸的责任，梦想不曾改变，忠诚依旧故在。铮铮誓言，天地英雄，梦想犹在，意念不催。我们的青春，带着梦想，起航!

**科技托起强国梦国旗下讲话篇三**

总结我们党建军治军成功经验，考量国际战略形势和国家安全环境发展变化，着眼于解决军队建设面临的突出矛盾和问题，鲜明提出了党在新形势下的强军目标———建设一支听党指挥、能打胜仗、作风优良的人民军队。21个字，言简意赅，但却蕴含着对实现中国梦强军梦的邃战略思考，实现了党的军事指导理论的与时俱进，为新形势下加强国防和军队建设提供了根本遵循，指明了前进方向，成为加快推进国防和军队现代化的行动纲领。更应注意的是“强军梦”既是一个结果性范畴，又更强调过程性;既是一个时代性的标志，又是一个有效履行使命的不懈奋斗和历史过程，下面我就来谈谈我的理解与体会。

高瞻远瞩 与时俱进———强军目标开辟党的军事指导理论新境界，是实现中华民族伟大复兴的战略支撑与理念升华

这个梦想是强国梦，对军队来说，也是强军梦。我们要实现中华民族伟大复兴，必须坚持富国和强军相统一，努力建设巩固国防和强大军队。这一指导思想充分诠释了“强军梦”是“中国梦”的重要内容同时指明了强军目标在对凝聚全军官兵精气神及统一全军各项建设和工作中的重要性，，鲜明具体，纲举目张。

强基固本 创新发展———强军目标引领国防和军队建设实现新跨越，是推进国防和军队现代化建设的重要引擎与根本遵循

而新的跨域，就是需要努力锻造一支与中国的国际地位相称，与维护中国国家安全和发展利益相适应，能够有效应对危机、维护和平、遏制战争、打赢战争的现代化军队，并切实铸牢强军之魂，扭住强军之要，夯实强军之基

心系基层 情注官兵———强军目标凝聚起强军兴军磅礴力量，是激励广大官兵实现军人价值的强大动力

不错，部心思向打仗聚焦，各项工作向打仗，这才是真正用劲。

身为国防生的我们，更应珍惜难得机遇，切实肩负起历史重任，把个人理想抱负融入强军梦的实践，个人梦想与强国梦强军梦保持价值统一，同时也要符合当代中国军人的角色要求，内化于心、外化于行，敢于有梦、勇于追梦、勤于圆梦。

一、 强化责任担当，矢志强军兴军的伟大事业

强军兴军的重任传到了我们手里。历史在期盼，人民在翘首，需要我们增强风险意识，履行责任使命，坚定强军之心，成就强军之业。

二、 提升能力素养，锤炼强军兴军的过硬本领

踏石留印，抓铁有痕，继承发扬人民军队的优良传统需要我们投身军事实践，直面问题矛盾，开拓思路视野，善于学习钻研

三、 坚持真抓实干，创造强军兴军的实在业绩

道虽迩，不行不至;事虽小，不为不成，这就需要我们克服浮躁心理，坚持求实务实，敢于创新进取，自觉勇争第一。

戎马鸣兮金鼓震，壮士激兮忘身命。强军路在脚下，实干铸就梦想。在实现强军目标的伟大征程上，作为祖国的后备军官，我们感奋中国梦之磅礴，献身强军梦之征程，实现个人梦之价值，理应自觉践行富国强军的时代使命，奏响强军兴军的时代强音。

**科技托起强国梦国旗下讲话篇四**

老师们、同学们：

大家好!今天我讲话的题目是“调控自我，走向成功”。老子曾经说过:五音令人耳聋，五色令人目盲。生活充满诱惑。游戏会吸引你，精彩的影视会吸引你，朋友的会吸引你……学会控制自我，是现代中学生走向成功的重要一步。

同学们在寒暑假可能经常碰到这样的情况:计划今天要完成一定量的学习任务，但上午却因父母之约，去了叔叔家，一个上午就过去了;下午表哥来了，只得陪他聊聊天;晚上，电视台正在播放精彩的节目，结果左看看，右看看，已经十点多。最后今天的学习任务只能等到明天去完成。其实,无数个明天重复着今天的故事,结果假期的学习任务只能在最后几天草草完成,学习效果十分不理想。为什么会出现这种情况’呢?是因为你的自控力不够。

有科研人员做过这样的实验：他们把一些4岁的孩子带进一个房间，在每个孩子面前放一颗糖，并对他们说你们现在就可以吃掉这颗糖，但如果谁能等我出去一会儿回来再吃，就可以再奖励一颗。”这个人刚出门，就有几个孩子急不可待地吃掉了糖，还有的孩子坚持了一会儿，但未等到他回来，就吃掉了糖。也有几个孩子一直等下去，结果吃到了两颗糖。

研究人员根据这些孩子的表现，分成了冲动组和忍耐组两个组。过了几年，这些孩子上中学了,科研人员发现:那些4岁就有相当忍耐力的孩子，有较强的自我调节能力,他们很自信，也最受同伴和老师的爱戴，而那些经不住诱惑的冲动组的孩子，却变得孤独、固执,不敢接受挑战。几年后,他们参加高考时,差别非常明显，忍耐组的平均分比冲动组要高出200多分。对他们进行iq测试，他们的智力水平没有明显差异，冲动组的孩子有的智商还相当高。研究人员发现,智商对人的一生影响不是决定性的，真正决定一个人学业和事业成功与否的因素,是人的eq,即情感商数。

这个实验，雄辩地证明人的自我控制能力，包括管理自己情绪的能力，在诱惑面前战胜自我的能力，是非常宝贵的心理品质，它是决定学业和事业成功与否的关键性因素。

大家知道，我校今年高考又取得了十分理想的成绩，全宁波市的文科前2名，理科前10名均被我校包揽。考入清华、北大的同学占宁波市二分之一多，占浙江省百分之十三多。细细研究这些考人清华、北大的同学和所有在高考中获得佳绩同学的成功秘诀，也不难发现这些学生都具有十分良好的心理品质，他们都有较强的自我控制能力，自我管理能力，在诱惑面前战胜自我的能力、。比如我校省高考状元刘英豪在《天道酬勤，杂学专用》一文中总结自己的成功经验时，提到“要管理好自己的爱好”，“自控的人才能控制自己的目标”。“高考黑马”钟声的“把计划落实到每一堂课”,也说明了自控的重要性。

为此，我认为我们在新学年开始之时，在为自己选定目标的过程中，应该把培养自己良好的心理素质作为一个十分重要的内容。我们要逐步学会在困难面前战胜自我,去获取成功的能力;学会在众多不利于我们学习和工作的诱惑面前，战胜自我，去获取成功的能力;学会用自己的意志和毅力去克服一切影响我们成功的因素;学会用坚定的信念去克服怕苦怕累的惰性心理和懒散心态。

成功可能在一念之间，更多的成功在于日久天长无数个调控自我过程的积累中,成功还在于镇中人相信今天能比昨天做得好，我们能创造自己的新天地，也能创造出属于镇中的新辉煌!

我相信，只要我们全体师生谨记“励志、进取、勤奋、健美”的校训，努力培养自替良好的心理素质，就一定能够走向成功的人生!谢谢!

**科技托起强国梦国旗下讲话篇五**

老师们、同学们：

大家好!

今天我讲话的主题是《勿忘国耻，奋发图强。》

大家是否记得，历史上的九月十八日，我百万平方公里的锦绣河山开始沦落于帝国主义的铁蹄之下;历史上的那一幕，我东北三省人民背井离乡，四处传唱着悲哀的《松花江上》; ——这，就是让千万中国人挥泪疾首的“九·一八”事变。

今天，站在这鲜艳的五星红旗下，高唱着雄壮的《义勇军进行曲》，回望历史，感慨万千。中国，这个拥有着众多人口和民族的大国，在历史的长河中，曾经经历了这样和那样的苦难与艰辛。是什么让危难中的中华大地重燃希望?是什么令中华民族在半个世纪后的今天重新屹立于世界的东方?

——这，就是崇高的爱国主义思想。

为了中华民族的解放，无数先烈抛头颅、洒热血，前赴后继为国献身;为了祖国，人民的好周恩来更是为我们做出了“为中华民族之崛起”努力读书的光辉榜样。

国家兴亡，匹夫有责。当国家面临危难，受到外敌侵犯时，敢于抛弃荣华富贵，走上战场，奋勇杀敌，是一种爱国;而和平年代，对国家的爱则渗透在每一个人的实际生活中：积极参加祖国的经济建设，努力干好本职工作，勤奋刻苦地学习，也是一种爱国，当前，对于我们中小学生，爱国最关键的是脚踏实地做事，顶天立地做人，为实现中华民族的伟大复兴而奋斗。 “态度决定一切”，让我们用积极的态度对待学习，对待生活，对待身边的每一件事。若干年后，当我们回首往事的时候，就不会“因为虚度年华而痛悔”，也不会“因为过去的碌碌无为而羞愧”;那么，我们就可以自豪地说：“我的一生是为祖国而奉献的!” 勿忘国耻，奋发图强。祖国在期待着我们!未来在召唤着我们!努力吧，同学们!

我的讲话完毕，谢谢大家!

**科技托起强国梦国旗下讲话篇六**

诚信是来自天宇间的光明，没有它，世界将会陷入一片黑暗;诚信是通向未来的时间的齿轮，没有它，社会将无法前进;诚信是寄给远方和平的号角，没有它，人类文明将只存在战火纷争。自古以来，“一诺千金”的佳话便不绝于耳，广为流传。可见，诚信是一种美德，诚信是金。

孔子说过：“人而无信，不知其可也。”纵观历史长河，商鞅立木而信，获得百姓信任，从而推行变法。当时正处于战乱之际，为了树立威信，推进改革，商鞅下令在都城南门外立一根三丈长的木头，并当众许下诺言：谁能把这根木头搬到北门，赏金十两。围观的人不相信有如此好事，结果没人肯试。于是，商鞅将赏金提高到五十两。重赏之下必有勇夫，终于有人站起来将木头扛到了北门。商鞅立即赏了他五十两。商鞅这一举动，在百姓心中树立了威信，变法得以推广。

而同样在商鞅“立木而信”的地方，却曾发生过一场“烽火戏诸侯”的闹剧。

周幽王为博取宠妃一笑，下令在都城附近20多座烽火台上点起烽火—烽火是边关报警的信号，只有在外敌入侵需要救援的时候才能点燃。结果诸侯们见到烽火，率领将士们匆匆赶到，当大家明白这是君王博妻一笑的骗局后，都愤然离去。五年后，敌人大举攻国，幽王再次点燃烽火，而诸侯都没有来—谁也不愿再上第二次当了。结果幽王被逼自刎。

一个“立木取信”，一诺千金;一个帝王无信，戏玩“狼来了”的游戏。结果前者变法成功，国势强盛;后者自取其辱，身死国忘。可见，诚信是一个国家，一个社会，一个民族生存的必备条件。

国守信则繁荣昌盛，民守信则安居乐业，诚信是金，无论你功劳大小，能力高低，只要你能讲诚信，就是一个对社会有用的人。

反之，“人无信不立”，现如今的社会，却出现了各种各样不和谐的音谐，毒大米，劣奶粉，残害了多少人的生命;注水猪肉，用福尔马林侵泡海鲜，摧毁了多少人对人性的憧憬。当然，这些不守诚信的黑心商家，因为触碰了诚信的底线最终受到了法律的制裁。他们难道从一开始就不懂得诚信的重要性吗?不，不是的。也许他们一开始只是抱着侥幸的心理去撒一些小谎，掺一些小假，但是很不幸，他们没有抑制住野心与贪欲，最终落得一个身陷囹圄的下场。同学们，我们在日常学习生活中也是一样的。同学约好时间地点去玩，结果却爽约;考试时抱着侥幸的心理抄袭作弊;去图书馆借书到了期限却没有归还。这些看起来也是生活中的常事，但是你有没有想过，为什么我们的国家诚实守信受到严重冲击，正是因为生活中的让人觉得无关紧要的小事而起，最终导致诚信的大楼轰然倒塌。“千里之提，溃于蚁穴”，在你不以为然的时候，你已经离诚信越来越远了。

诚信无形，却可以经天纬地;

诚信无色，却可以耀人眼目;

诚信无味，却可以蕴育芬芳。

**科技托起强国梦国旗下讲话篇七**

尊敬的老师、亲爱的同学们，大家早上好，今天，我国旗下讲话的题目是：《尊重老师 敬爱老师》。

同学们，在我们求学的道路上，老师，永远是奉献的代名词。我们尊重老师，因为他们无私地奉献自己的一切。他们日复一日地忙碌着，根根银丝爬上了他们的双鬓，而他们传授的丰富知识却为我们指明了人生的道路。

“程门立雪”讲述了宋朝时，有一个很有学问的人，名叫杨时。有一次，他来到老师家。为了不打扰老师睡午觉，他站在门外顶着风雪，等老师叫他进去时，门外的积雪已经有一尺多厚。以上这则故事充分展现了古人对尊师的重视。

老师为了我们的成长，精心备课，认真批改作业。课堂上循循善诱，耐心辅导，既教书又育人。作为新时代的学子，我们更加应该用自己的实际行动尊重、敬爱老师，这样才无愧于辛勤培养我们的老师，无愧于我们的伟大时代。

然而，有些同学却不懂得珍惜这一切。平时，我们做错事，受了老师的批评，有的同学不服气，竟在背后说老师坏话;有的同学不听劝告和道理，甚至跟老师顶撞;有的同学，没来到学校上学，却没有向老师请假，反而得让老师着急地打电话询问;在我们没有完成学习任务，老师利用自己休息的时间留下同学进行补习时，有的同学却悄悄溜走要知道，老师批评我们，教育我们，为我们付出时间和心血，这些都是老师对我们的爱。我们应该尊敬老师，听从教师的教导，以实际行动，努力学习，好好做人，回报老师的付出，这将是老师最大的欣慰。

尊师重教不是一句口号，而是实实在在的行动;不仅仅是教师节才有的专利，而是落实到日常生活中。在此，我向全校同学发出倡议，希望同学们在课堂上，用专心致志的目光表示出对老师的理解与支持;在校园里，用文明的语言表示出对老师的尊重与敬爱;在生活中，用彬彬有礼的行为表示对老师教导的回报。

最后，让我衷心地说一声：老师，谢谢您!

我的讲话到此结束，谢谢。

**科技托起强国梦国旗下讲话篇八**

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讲话。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，宽广的绿茵场给了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练是浪费时间，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小时的锻练胜于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!

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找