# 中学生2025国旗下的演讲稿

来源：网友投稿 作者：小六 更新时间：2025-04-10

*中学生2025国旗下的演讲稿（精选31篇）中学生2025国旗下的演讲稿 篇1　　尊敬的领导、各位老师、亲爱的同学们：　　大家上午好!　　今天我讲话的题目是《青春更是一种责任!》　　英国查尔斯王子曾经说过：“这个世界上有许多你不得不去做的事，*

中学生2025国旗下的演讲稿（精选31篇）

**中学生2025国旗下的演讲稿 篇1**

　　尊敬的领导、各位老师、亲爱的同学们：

　　大家上午好!

　　今天我讲话的题目是《青春更是一种责任!》

　　英国查尔斯王子曾经说过：“这个世界上有许多你不得不去做的事，这就是责任。”

　　责任不是一个甜美的字眼，它有的仅是岩石般的冷峻。当一个人真正成为社会的一分子时，责任作为一份成年的礼物已不知不觉地落在他的肩上。它是一个你不得不付出一切去呵护的孩子，而它给予你的，往往是灵魂与肉体上的痛苦，这样的一个十字架，我们为什么要背负呢?因为它最终带给你的是人类的珍宝——人格的伟大。

　　20世纪初，一位美国意大利移民曾为人类精神历史写下灿烂光辉的一笔。他叫弗兰克，经过艰苦的创业，他用所有的积蓄开办了一家小银行，但一次银行遭抢劫导致了他不平凡的经历。他破产了，储户失去了存款。当他带着妻子和4个儿女从头开始的时候，他决定偿还那笔天文数字般的存款。所有的人都劝他：“你为什么要这样做呢?这件事你是没有责任的。”但他回答：“是的，在玻璃上也许我没有责任，但在道义上，我有责任，我应该还钱。”偿还的代价是30年艰苦生活。当寄出最后一笔“债务”时，他轻叹：“现在我终于无债一身轻了。”他用一生的辛酸和汗水完成了自己的责任，而给世界留下了一笔真正的财富。

　　发生在玻璃的真实的故事：玻璃市公交公司702路422号双层巴士司机黄志全，在行车的途中突然心脏病发作，在生命的最后一分钟里，他做了三件事：1.把车缓缓地停在路边，拉下手动刹车闸;2.把车门打开，让乘客安全地下了车;3.将发动机熄火，确保了车和乘客的安全。他做完了这三件事，趴在方向盘上停止了呼吸。这只是一名平凡的公交车驾驶员，然而许多人牢牢地记住了他的名字。他在生命的最后一分钟所做的一切，都只为这两个字“责任”。

　　一个11岁的美国男孩在踢足球时，不小心将邻居家的玻璃打碎，邻居愤怒不已，向他索赔12.5美元。这12.5美元对于他的家庭来说可谓是天文数字，足够买下125只生蛋的母鸡了。男孩儿把闯祸的事告诉了父亲，并且忏悔。见儿子为难的样子，父亲拿出了12.5美元，说：“这笔钱是我借给你的，一年后要分毫不差的还给我。”男孩赔了钱之后，便开始艰苦地打工。终于，经过半年的努力，他把这“天文数字”分毫不差地还给了父亲。这个男孩就是后来的罗纳德·里根——美国第40任总统。他曾回忆说：“通过自己的劳动来承担过失，使我懂得了到底什么是责任。”

　　这个社会不缺少有能力的人，而是缺少既有能力又有责任的人。同样，没有做不好的事，只有不负责任的人。责任承载着能力，一个充满责任感的人才有机会充分展现自己的能力。因为有责任心的人，必定是敬业、热忱、主动、忠诚，把细节做到完美的人。在责任感的驱使下，他们会积极挖掘自我潜能，会更加勇敢、坚忍和执著，会充满激情地勤奋工作。“责任有多大，事业就有多大”这是对大庆精神最好的诠释。“人可以不伟大，但不可以没有责任心。”这是微软公司矢志不渝的名言。三星把员工的责任心，看成企业的玻璃。麦当劳则把责任细化到数字之中。

　　同学们，相信你也经常会有经过努力后满足的轻叹“我终于完成了父母对我的嘱托、老师交给我的任务、同学对我的托付…”。而相反的，上课拖沓迟到、昏昏欲睡，作业拖欠、抄袭，缺少了老师的监督就肆意放纵，忘记了学生的身份、忘记了学生该有的责任，那些都是精神颓废，不负责的表现，是虚度人生，更是推卸责任的丑行。每一个人在社会上都扮演着不同的角色，都有自己不同的责任。教给你们怎样做人，是老师的责任。而作为学生的我们，不要跟老师计较你的自由，更不要跟父母大谈你的权利，因为一个不知道责任的自由，是散漫!一个不懂得负责的权利，是自私!

　　同学们，当我们随意地挥霍自己青春岁月时，我们不难发现青春逝去的匆匆;当我们的脸庞绽开青春笑脸时，父母的眼角却悄悄爬满了皱纹;当我们尽情驰骋球场、徜徉校园小路时，母亲却在一步步地走进垂暮之年。所以，我们终究要明白，青春不仅是音乐与憧憬、浪漫与梦想，青春更应该是一种责任!

　　我的讲话结束!谢谢大家!

**中学生2025国旗下的演讲稿 篇2**

　　亲爱的老师、同学们：

　　大家好！今天我演讲的题目是《安全记心间，快乐过冬天》。随着气温的下降，寒冷的冬季又来临了。由于天气寒冷，气候的变化，是交通事故和人身伤害事故的多发季节。为了确保同学们的人身安全，防止各类事故的发生，过一个健康安全的冬天，请同学们注意以下几点：

　　一、交通安全

　　冬季有霜冻，路面较滑，有时还有大雾天气，加上冷空气使人体关节的灵活性较差，反应也相对缓慢，平时在上、下学路上要注意交通安全。步行走人行道，在没有人行道的地方靠右边行走；不抢机动车道；通过路口或者横过马路时要减速慢行。同学们不要到河边玩耍，更不能到结冰的水塘、河沟里滑冰玩！

　　二、校内安全

　　在校内上体育课、课间活动时也要注意安全，不做危险的游戏，不追逐打闹，有冰霜的地方要绕道行走。打扫卫生的同学要注意，楼道上千万别洒水，以免其他同学滑到，造成安全事故。上下楼梯及跑步锻炼时不将手插在口袋里，不推挤其他同学。

　　三、卫生防病

　　冬季是流感等传染病高发季节，同学们要做好个人卫生，勤洗手、勤通风。不去或少去人多的公共场所。同学在咳嗽和打喷嚏的时候请用纸巾捂住口鼻，并及时洗手；同时，天气寒冷，同学们要多添加衣物，不要为了所谓的风度而挨冻受冷。重视饮食安全，不要购买、食用生冷的食品。

　　四、消防安全

　　进入冬季以来，大家更要关注消防安全，自觉做到：

　　1、身上不带不玩火柴、打火机等火种。

　　2、不玩烟花、爆竹等易燃物品，以免发生意外。

　　3、自觉爱护校园内的各种消防设施和电器设备。

　　4、放学后，要随手关掉室内电器，同时做到人走断电。

　　最后，愿我们每一位老师、每一位同学，平平安安、快快乐乐渡过每一天。

　　谢谢大家！

**中学生2025国旗下的演讲稿 篇3**

　　“九一八，九一八，从那个悲惨的时候，脱离了我的家乡，抛弃那无尽的宝藏，流浪!流浪!……”

　　这是一首在中国人民中广泛传唱了半个多世纪的抗日歌曲——《松花江上》。这伴随着血和泪的歌声，控诉了日本帝国主义侵占我东北三省，残酷掠夺中国人民的罪行。让我们的思绪穿越80年的时空，回到1931年9月18日那个黑暗的夜晚。日本驻中国的侵略军——关东军，自行炸毁沈阳北郊柳条湖附近南满铁路的一段铁轨，反诬中国军队破坏铁路，并以此为借口，炮轰东北军驻地大营，占领沈阳城，半年后，东北三省全部沦陷，3000万同胞在日本殖民统治下过着长达20xx年水深火热的亡国奴的生活。“九一八”事变是日本侵华战争的开始，也是中华民族永远不会忘记的国耻。从那以后，中国人长期被迫过这颠沛流离、痛不欲生的生活。从1931年到1945年，在长达20xx年的时间里，日本侵略者对中国人民犯下了野蛮的战争罪行和反人道罪行。据不完全统计，日本侵略中国 的20xx年间，中国军民伤亡达3500多万人，经济损失达6000亿美元以上。

　　透过历史的烟雾，我们仿佛看见了侵略者的铁蹄无情地践踏着我们美丽的山河;日寇的飞机在华夏上空狂暴肆虐;那一把把闪亮的刺刀向我们的父老兄弟刺去……我们眼里流着泪，心中淌着血，那是悲愤、那是耻辱!但是，我们也看见了英勇的抗日军民万众一心，大刀向鬼子们头上砍去，愤怒的子弹射向侵略军的胸膛……中华民族向来是不屈的民族，怀着国破家亡的仇恨，先辈们前赴后继，为了正义和光明而战，终于，迎来了1945年抗日战争的伟大胜利!辗转又走过了六十年的风雨征程，中国已巍然屹立于世界东方!我们心中的耻辱变成了自豪：祖国强大了!作为中华儿女，我们都应为“中华之崛起”而奋发图强。

　　少年兴则国兴，少年强则国强!祖国的未来正等着我们去开创!我们一定要牢记历史，勿忘国耻，奋发学习，用我们的双手把祖国建设得更加美丽富强!

**中学生2025国旗下的演讲稿 篇4**

　　尊敬的老师、同学们：

　　大家好！今天我的题目是《学会做人》。

　　联合国21世纪教育委员会提出21世纪教育的四大支柱，即学会求知，学会做事，学会共处，学会做人。学会做人是四大支柱的关键和核心，也是教育的目的和根本。

　　学会做人，这是我们每个人都要面对的问题。不管一个人有多少财富，多少知识，如果不懂得做人的道理，这个人最终不会获得真正的成功和幸福。正所谓是金子，埋在哪里都不会失去价值；是粪土，再张扬也逃不掉被唾弃的下场。

　　人，从本质上讲，是社会的人。做人，在不同的国家，同一国家的不同历史时期，都赋予不同的内容和色彩。因此，学会做人，离不开现实社会。就现实社会而言，我们要在继承和发扬中华民族优良美德的基础上，用邓小平理论武装自己，从小确立远大理想，立志做有理想、有道德、有文化、有纪律的社会主义现代化事业的建设者和接班人。用《规范》和《守则》来鞭策和约束自己。按照德、智、体、美全面发展的要求，从小养成良好的行为品德，学好科学文化知识，锻炼强健的体魄，培养高尚的审美情趣，在学校做个好学生，在家里做个好孩子，在社会做个好少年。正如数学家陶行知所说：\"千学万学，学做真人。\"

　　学会做人不是一时一事之功，而是一生中时时刻刻，事事处处都要面对的课题和考验。活到老，学到老，是一辈子的事情。毛泽东主席讲过：\"做一件好事并不难，难的是一辈子做好事。\"《钢铁是怎样炼成的》作者奥斯特洛夫斯基有一句名言：\"人的一生应该这样度过：回首往事，他不会因为虚度年华而懊悔，也不会因为碌碌无为而羞愧。\"我希望同学们以这种勇于献身的英雄主义激励和鼓舞自己，从小做起，从现在做起，从一点一滴，一言一行做起，逐步养成文明礼貌团结互助，诚实守信，勤俭节约，热爱劳动的好品德。努力做一个有的人，一个有道德的人，一个有修养的人，一个服务人民的人。

**中学生2025国旗下的演讲稿 篇5**

　　尊敬的老师，亲爱的同学们：

　　大家上午好！我是初二、四班。今天我演讲的题目是《规范自身礼仪行为，争做现代君子淑女》。

　　我们中华民族自古以来就是一个礼仪之邦，孔子说：“质胜文则野，文胜质则史，文质彬彬，然后君子也。”一个人拥有良好的仪容、仪表、仪态是非常重要的。我们在注意良好的外在形象的同时，也更应注重个人的修养，用良好的个人修养去不断塑造自己真善美的心灵，做到外在的形象和内在的修养两者很好的统一起来。对一个人来说，礼仪是这个人道德水平、文化修养和交际能力的表现，对一个国家来说，礼仪是这个国家文明程度、道德风尚和生活习惯的反映。

　　学习礼仪知识，规范自身礼仪行为，注意仪表、穿着整洁、男生有谦和文明的君子风度，女生有端庄文雅的淑女风范，对提高我们自身文明素质具有重要的现实意义。但是我们学校却出现了在走廊里打闹，女生随意爆粗口等现象。结合当前我们学校正在开展的“做现代君子淑女”活动，我向全校同学发出以下几点倡议：

　　1.孝敬父母，尊敬师长，团结同学，友爱伙伴；

　　2.遵守校规校纪，爱护公共财物；

　　3.服装整洁，文明礼貌；

　　4.热爱劳动，乐于助人；

　　5.努力学习，表里如一，做行动上的巨人。

　　亲爱的同学们，礼仪，是我们学生最基本的修养，文明礼仪也是我们学习、生活的根基，是我们健康快乐成长的翅膀。做文明人，做文明事，从我做起，从生活中的每一件点滴小事做起，让文明礼仪永远伴随在我们的身边，让我们大家都成为真正的现代君子淑女，成为有教养的人！今天我为青大附中骄傲，明天青大附中为我自豪。

**中学生2025国旗下的演讲稿 篇6**

　　尊敬的老师，亲爱的同学们：

　　大家好！今天我的题目是：《注意安全，善待自己》。

　　一段时间以来，我们听到的关于学生被伤害的事件太多了，痛心的事实，血的教训告诫我们：时刻要注意自己的安全，尤其是身体安全。生命是宝贵的，身体是革命的本钱，然而我们的安全又如何？安全隐患离我们有多远呢？我们是如何善待生命，善待自己的呢？

　　请关注以下现象：

　　（1）有的同学骑车飞奔、超车、闯红灯毫不含糊；

　　（2）有的同学手抓裸露的高压线，头皮不麻；

　　（3）有的同学坐班车，将屁股放在车窗上，顾头不顾腚；

　　（4）有的同学做实验，不顾老师安全教育，我行我素；等等。

　　同学们，以上这些身影中有你吗？你知道这样做有多大危险吗？你知道会给你带来的多大伤害吗？也许你会说我技术高，偶尔几次一般不会发现什么问题，但是真的出了问题怎么办，到那时后悔已经晚了，我们总不能等到你身体致残坐在轮椅上，再去教育你要身残志坚吧？更不愿看到你危及生命时弥留之际，再去告诉你生命的可贵吧？

　　更为可怕的是，个别行为恶劣的同学，法律意识淡薄，同学之间稍有矛盾，就大打出手，甚至纠集团伙，携带、私藏管制刀具，给其他同学带来更大的危害。对于这些严重的违法乱纪，必须给予严厉的打击惩处，全体同学共同团结起来与这种不良势力作斗争。遇到此类事件，要加强自身保护，要及时向学校、向老师报告，注意与其作斗争的方法和技巧，事后积极配合学校或公安机关，将犯罪分子绳之以法。

　　同学们，我们要珍惜生命，注意安全，善待自己，远离安全隐患，敢于、善于同不良势力作斗争，请同学们谨记。生命只有一次，隐患险于明火，安全重于泰山。

　　谢谢大家！

**中学生2025国旗下的演讲稿 篇7**

　　同学们：

　　今天我演讲的主题是：期末考试将至，你准备好了吗？

　　有一首歌唱得很动人：阳光总在风雨后，乌云上有晴空，珍惜所有的感动，每一份希望在你手中。的确，不经历风雨，怎么见彩虹；不经历期末考试，怎么知道你们的优异，因为没有人能随随便便成功。再过十多天，期末考试将悄然而至，大家准好了吗？是否已经万事俱备，只欠东风了呢？凡事预则立，不预则废。特别是六年级的同学，马上要升入中学学习了，更要利用现在的复习机会把小学阶段学习的内容作系统的整理和复习，为中学阶段的学习打好坚实的基础。在这里，我想就期末复习和同学们谈几点看法：

　　1、要有明确的个人目标。

　　从以往的经验看，凡是有人生目标的学生，长大后无论是事业发展还是生活水平，都远远超过没有目标的同龄人。可见，人生目标的确定，对一个人的一生来说是多么重要啊！我希望同学们要尽快确立自己的期末考试目标，并把自己目标写下来，时时提醒自己，时时鞭策自己。

　　2、要有战胜一切困难的勇气。

　　期末考试渐渐向我们走来。在这过程中，同学们在思想上、生活上、学习上不可避免地会遇到这样那样的困难。困难象弹簧，你弱它就强。困难在弱者目前永远是一座不可逾越的大山，那些因为一次考试失利就垂头丧气的人一定是困难目前的弱者。为了实现我们心中的目标，我们要鼓足勇气，迎难而上，做思想上的强者，做生活上的强者，做学习上的强者。

　　3、要有自信心。

　　有这样一句名言：“对自己说，我行！”我们做一件事情，首先要对自己有信心，相信自己的能力，相信自己会成功，有信心便会有热情、有动力，便会专注其中、倾力去做，因而成功的希望就会大得多。相反，你若总是胆怯，没有信心，那么即便是最简单的事你没有勇气去尝试，也就谈不上成功，每件事都由信心开始，并由信心跨出第一步。

　　4、从现在就开始行动。

　　目标不是口头说说的动人话语，它需要用行动去证明，需要用行动去实现。从现在就开始行动，不把今天的事情留给明天，因为明天是失败者找借口的日子。从现在就开始行动。立即行动！在复习过程中发现自己没学会、没理解的知识要马上向老师和同学请教，及时弄懂，不要拖到明天再解决，我想只要你去问，老师一定会很认真地指导你搞清楚。在练习过程中发现自己做错的`题目，要及时弄清错的原因，这样才能巩固所学知识。

　　5、要掌握适合自己的复习方法。

　　做事要讲究方法，好的方法可以事半功倍。可以制定一份自己的复习计划，利用期末复习的机会，把一学期学的知识系统地整理一下，看看自己哪些知识掌握得不够好，需要重点补一补，哪些类型的题经常做错，需要重点练一练。平时学习比较好的同学，可以适当地加深和应用，平时学习不够扎实的同学，重点要掌握好基本知识，多练基本题，努力把基础打得好了点。

　　6、要全身心地投入。

　　期末考试与我们距离将越来越近，同学们要在心中竖立一块倒计时牌，要有紧迫感和危机感，除了适当的体育活动外，要把更多的时间放到学习上，全身心地投入到学习当中去，无悔于自己的每一天。只要认真，没有做不好的事，只要认真，你一定能在期末测试中取得好成绩，我希望每位同学都能在最后的这二三个星期内认真复习，以优良的成绩向家长汇报。如果你认真了，你会发现：我真的行！

　　同学们，一切豪言壮语都不如行动来得实际，相信只要你们脚踏实地，一步一个脚印，在复习中坚持不懈，做到善始善终，就一定会在期末考试中满载而归。

**中学生2025国旗下的演讲稿 篇8**

　　我曾想过，真善美到底是什么?而现在，我终于明白了这其中蕴含着的道理：真，是真心对待别人永不改变的一颗心;善，是人类文明最重要的价值取向，有仁爱之心，与大师为伍;美，是心灵一种内在的东西，而不是外表之美，有的人虽长得漂亮，却有一颗恶毒的心这样的人就不配白被人称之美。

　　最近，我读了《少年向上，真善美伴我行》这本书，它便在我心里洒下了爱的种子，在我的心里生根发芽。它使我悟出人生的道理，在人生的十字路口找到正确的方向，走向成功的道路。虽然路途中经历过许多的风风雨雨，但自从看了那本书我便有了勇气。其中的一个像故事现在都使我记忆犹新。

　　它讲述的是在一个山村里，有一位父亲应为得了严重的病使他失去了右腿。为了治病，他把价值20多万元的房子以11万元贱卖了。又过了不久，他的左腿也被病魔无情的夺去，一年后，右手也被截肢，还欠下巨款。但他有个13岁的儿子，哪位少年精心的照顾她。后来，左邻右舍帮助了他，开了一个小卖部，生意还不错。虽然屡遭不幸，但父子两对以后的生活依然很乐观，父亲说：不抛弃，不放弃。爱还在，家就在，我就没有理由不在。

　　我读完了这个故事后，被那位13岁的少年感动了，他居然能在家里发生这么多困难的事的情况下，还能这样的从容不迫，乐观的去面对生活。这样的他真是让我太震惊了。我想，他就是所谓的真善美好少年吧。

　　生活中，像他这样顽强乐观面对生活的人还有许多。四周到处都藏着真善美，但我们却忽略了他们的存在。所以，从现在开始，我们一定要积极向上，奋发图强，争取做个真善美好少年。

**中学生2025国旗下的演讲稿 篇9**

　　同学们、老师们：

　　大家早上好！今天我国旗下的题目是《热爱集体，关心他人》。

　　曾经在《动物世界》上看到过这样惊心动魄的场景。黄昏时候，洪水如暴虐的猛兽，最终撕开了江堤。一个小院子成为一片洋洋泽国。远处一个小黑点正顺着波浪飘过来，当它越来越近时才看清，一个足球大小的蚁球！黑乎乎的蚂蚁密密麻麻地紧紧抱在一起，随波漂流，只要能靠岸蚂蚁就能得救了。但是不断有小团蚂蚁被大浪冲掉，像铁器上的油漆片被剥离开去。终于，蚁球靠岸了，一层层散开，蚁群迅速地冲上堤岸，胜利登陆了。岸边水中仍留下了不小的一团蚁球，那是最中间那英勇的牺牲者，它们再也爬不上来了。但他们的尸体，仍然紧紧的抱在一起。这些我们从没看在眼里，放在心头的小小生灵，竞有为了集体而勇于献身的大无畏。作为人类的我们，听了这个故事又作何感想呢？

　　同学们，我们学校是个大集体，班级是个小集体，为集体着想，就能汇成巨大的力量。一个人的成才，一个人的成功，都离不开集体。每一位同学都应该是关心集体，热爱班级的。现在的班级就像是一个小小的社会，如果你热爱自己的。班级，处处为自己的班级着想。那么你以后必定是一个处处想着集体，能为国家贡献一切力量的人。如果现在总是以自己为中心，只为自己考虑，那么你以后就有可能成为一个自私的人，不仅不会帮助别人，还可能会伤害别人。

　　值得庆幸的是我们大多数同学是前者，是对国家，对社会有用的人。只有少部分同学不顾班级利益、任意妄为。比如，打扫时应付了事，边扫边玩，扫到上课都扫不完；眼保健操不做或睁着眼睛做；还有随地乱扔纸屑、踩草坪等等。同学们这样是会损害班级名誉和形象的。班级荣誉得来不易，我们要学会珍惜。不要放过身边任何一件小事，让我们把它一件件做好，努力为班级争得荣誉。如果每位同学都热爱自己的班集体，愿意为集体做事，那么，我们汪集中学就会因你而谱写出更新的章！

**中学生2025国旗下的演讲稿 篇10**

　　尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

　　一株无名的小花，不因牡丹的绚丽而自卑，因为责任而默默地为春天增添一抹色彩;一棵山楂树，不因苹果的硕大而自枯，因为责任而默默地为金秋捧出几簇红果;一脉小溪不因江河的绵长而干涸，因为责任而默默地滋润一方土地。物皆如此，何况人呢?

　　鲁迅说：“真正的猛士敢于直面惨淡的人生。”因为责任我们必须在逆境中挣扎，只有挣扎才会使山穷水尽变得柳暗花明，会使悲剧性的生命变得伟大。截瘫的史铁生因为对生命的责任而坐在轮椅上讲述遥远的清平湾的故事;残臂抱笔的朱彦夫因为对生命的责任而写出了30万字的极限人生;“面对瘫痪我不哭”的桑兰用迷人的笑容征服了世界;因为对生命沉甸甸地责任才有瞎子阿炳那如泣如诉的《二泉映月》，才有陆幼青的死亡日记。

　　责任不是甜美的字眼，它仅有岩石般的冷峻，一个人真正了解到责任时，责任如同一份人生礼物已不知不觉地落到你背上。他是一个让你时时不得不付出，呵护的。而它时常给予你的往往是灵魂和肉体上感到的痛苦。

　　其实每个人的人生都不是一帆风顺的，抱怨没有用，逃避不可能，想飞也只是梦想。人生是现实的，现实的人生需要用现实的方法来处理。

　　人生的路途，多少年来就是这样践踏出来，人人都循着这路途走，你说它是蔷薇路也好，你说它是荆棘路也好，反正你得乖乖地走完。如果真以为诗是有翅膀的，能带诗人到天堂，海阔天空地俯瞰这人世间而且能长久地冯虚御风、逍遥于天庭之上，其结果一定是飞得越高，跌得越重，血淋淋地跌在人生现实的荆棘之上。 国家兴亡，匹夫有责。一个人的责任感在于他对自己、他人、国家和社会所负责任的认识，情感和信念，以及与之相适应的遵守规范，履行义务的态度。“穷则独善其身，达则兼济天下”的人生理念，为历代有识之士所追求。

　　生命的责任会使你懂得珍惜，珍惜每一个日子，每一阵风雨，每一泓秋水，甚至每一次飘零……理想和现实之间有冲突也有和谐，请用你的智慧，选择最佳契机，去寻找最合适的土壤，生根发芽，茁壮成长，走过这段肩负责任神圣的人生之路!

**中学生2025国旗下的演讲稿 篇11**

　　同学们：

　　大家早上好！

　　今天我演讲的主题是：期末考试将至，你准备好了吗？

　　有一首歌唱得很动人：阳光总在风雨后，乌云上有晴空，珍惜所有的感动，每一份希望在你手中。的确，不经历风雨，怎么见彩虹；不经历期末考试，怎么知道你们的优异，因为没有人能随随便便成功。再过十多天，期末考试将悄然而至，大家准好了吗？是否已经万事俱备，只欠东风了呢？凡事预则立，不预则废。特别是六年级的同学，马上要升入中学学习了，更要利用现在的复习机会把小学阶段学习的内容作系统的整理和复习，为中学阶段的学习打好坚实的基础。在这里，我想就期末复习和同学们谈几点看法：

　　1、要有明确的个人目标。

　　从以往的经验看，凡是有人生目标的学生，长大后无论是事业发展还是生活水平，都远远超过没有目标的同龄人。可见，人生目标的确定，对一个人的一生来说是多么重要啊！我希望同学们要尽快确立自己的期末考试目标，并把自己目标写下来，时时提醒自己，时时鞭策自己。

　　2、要有战胜一切困难的勇气。

　　期末考试渐渐向我们走来。在这过程中，同学们在思想上、生活上、学习上不可避免地会遇到这样那样的困难。困难象弹簧，你弱它就强。困难在弱者目前永远是一座不可逾越的大山，那些因为一次考试失利就垂头丧气的人一定是困难目前的弱者。为了实现我们心中的目标，我们要鼓足勇气，迎难而上，做思想上的强者，做生活上的强者，做学习上的强者。

　　3、要有自信心。

　　有这样一句名言：“对自己说，我行！”我们做一件事情，首先要对自己有信心，相信自己的能力，相信自己会成功，有信心便会有热情、有动力，便会专注其中、倾力去做，因而成功的希望就会大得多。相反，你若总是胆怯，没有信心，那么即便是最简单的事你没有勇气去尝试，也就谈不上成功，每件事都由信心开始，并由信心跨出第一步。

　　4、从现在就开始行动。

　　目标不是口头说说的动人话语，它需要用行动去证明，需要用行动去实现。从现在就开始行动，不把今天的事情留给明天，因为明天是失败者找借口的\'日子。从现在就开始行动。立即行动！在复习过程中发现自己没学会、没理解的知识要马上向老师和同学请教，及时弄懂，不要拖到明天再解决，我想只要你去问，老师一定会很认真地指导你搞清楚。在练习过程中发现自己做错的题目，要及时弄清错的原因，这样才能巩固所学知识。

　　5、要掌握适合自己的复习方法。

　　做事要讲究方法，好的方法可以事半功倍。可以制定一份自己的复习计划，利用期末复习的机会，把一学期学的知识系统地整理一下，看看自己哪些知识掌握得不够好，需要重点补一补，哪些类型的题经常做错，需要重点练一练。平时学习比较好的同学，可以适当地加深和应用，平时学习不够扎实的同学，重点要掌握好基本知识，多练基本题，努力把基础打得好了点。

　　6、要全身心地投入。

　　期末考试与我们距离将越来越近，同学们要在心中竖立一块倒计时牌，要有紧迫感和危机感，除了适当的体育活动外，要把更多的时间放到学习上，全身心地投入到学习当中去，无悔于自己的每一天。只要认真，没有做不好的事，只要认真，你一定能在期末测试中取得好成绩，我希望每位同学都能在最后的这二三个星期内认真复习，以优良的成绩向家长汇报。如果你认真了，你会发现：我真的行！

　　同学们，一切豪言壮语都不如行动来得实际，相信只要你们脚踏实地，一步一个脚印，在复习中坚持不懈，做到善始善终，就一定会在期末考试中满载而归。

**中学生2025国旗下的演讲稿 篇12**

　　尊敬的各位领导、老师、同学们：大家早上好!我是来自班的，今天非常荣幸站在国旗下讲话，我讲话的主题是珍惜时间，不再等待。

　　当今社会，网络使我们熟知的东西，在网络上，春节流行过这样一句话，就是“让生命去等待”。这是来自一首流行歌曲的歌词，却被很多的年轻朋友去流传，有的放在QQ签名上，有的放在空间里，自认为这句话很有哲理，很有个性。

　　“让生命去等待”，等待什么呢?等待财富、金钱、好运、机遇?还是等待别人的帮助，等待命运的恩赐，等待天上掉馅饼，还是等待异想天开的收获?

　　“让生命去等待”，为什么要去等待呢?是守株待兔，还是孤注一掷?很显然，这是一句很无厘头的话，它的存在没有任何的意义，更谈不上哲理，也谈不上个性。当然，你可以选择把它当成个性来玩玩而已，千万别信以为真，当做人生的心跳。因为它只是一个莫名其妙的词语的组合，尽管人们可以用丰富的想象力去填补它，但它的中心意义无非落在等待二字上。

　　所以，现在我想问：我们有什么理由去等待?有什么理由去等待呢?尤其是对于在当今信息大爆炸时代成长起来的青少年们，当今的社会，竞争如此的激烈，每一分钟都是非常难能可贵的，等待了一分钟就意味着失去了一分钟，失去一分钟就意味着要失去很多的东西，比如知识，财富，机会等等一切的东西。失去以后，当你回首要再去追回，那就成为了不可能了，因为时间一去不复返。

　　同学们，我们正处在汲取知识的黄金时期，如果放松思想要求，让“生命”多休息多娱乐多悠闲一会儿，那流过的光阴怕永远也等不回来!所谓“时间就是金钱”“时间就是生命”不正贴切地描述了这一问题吗?

　　记得以前看过这样一句话：“有智吃智，无智吃力，无力无智，饿得笔直。”这句话很幽默，却说出了智慧对人生的重要，因为，在社会的任何一个地方，任何一个时代，都没有任何先天的和后天的才能，可以无需任何努力而得到。因为生活永远是一架保持平衡的天平，一边是付出一边是收获，有了付出才会有收获，没有付出，肯定就不会有收获!

　　“业精于勤而荒于嬉”，这是我始终信奉的一句格言，也是大家都熟知的一句格言，相比前面的那句“让生命去等待”这句话来说，它是多么的有力啊。要想取得理想的成绩，勤奋是诸多因素中至关重要的。对大多数同学而言，一时的勤奋不难做到，但是难于持久。不如试试“常立志”，我通常只为自己制定一个小目标，经过努力，珍惜时间，目标很快就能实现。

　　同学们，切莫等待，因为等待会让你失去斗志，让你失去能力，甚至让你失去机遇。我们不如将等待的时间，用在奋斗上，用在努力上，我相信，我们一定能得到更好的结果。珍惜时间，别让生命去等待吧，正像天下没有免费的午餐一样，生活是要靠我们的双手去创造，同学们，让我们一起热爱生命，让我们一起去努力，去拼搏，切莫再等待，我的讲话完毕，谢谢大家!

**中学生2025国旗下的演讲稿 篇13**

　　敬爱的教师、亲爱的同学们：

　　早上好!当鲜艳的五星红旗在学校冉冉升起，当庄严的国歌又一次在学校久久回荡，我们又迎来了新的一周，今日国旗下我想和大家谈的话题是：怎样做一个有修养的人。

　　讲究修养，这是我们中华民族的优良传统，是一种令别人尊敬并被大家推崇的行为。

　　那如何做一个有修养的孩子呢?我认为在学校里要做到以下几点：

　　1、见到客人教师要主动打招呼，当客人教师与你交谈时，要

　　表现得大方、主动、彬彬有礼。

　　2、上课前要做好一切准备工作，将课本、练习本等学习用品放在座位的左上角。预备铃响后，迅速有序进教室。

　　3、课间要开展正当活动，不追赶打闹，不高声喊叫，不在教室里做剧烈活动，走路脚步要轻，要靠右行。上下楼梯必须要有秩序地靠右行走，注意互相避让。上厕所要礼貌，不奔跑，不拥挤。

　　4、坚持教室、学校整洁美观，看到地上有果皮纸屑，主动弯腰拣起。课间不在学校逗留。

　　同学们，只要我们做到以上几点，我们就是一个有修养的孩子。让我们共同努力吧。

**中学生2025国旗下的演讲稿 篇14**

　　尊敬的老师、敬爱的同学：

　　大家好，我演讲的题目是《说文明话，行文明事，做文明人》。

　　文明礼貌是做人的一种美德。我国是“文明古国”，富有优良的文明礼貌传统，素有“礼仪之邦”的美称。早在春秋时期，我们的老祖宗就已经注意人们互相交往时的礼仪同内在品格的关系。孔子说：“文质彬彬，然后君子。”也就是说，只有礼节仪表同质朴的品格结合，才算得上是一个有教养的人。

　　“貌美不如语言美”，可见语言美也是非常重要的。常常使用礼貌语言，见面问好，分别说再见，无意中对别人有损害要道歉，做到和气、文静、谦逊、不讲粗话、不强词夺理、不恶语伤人。

　　对我们同学来说，日常生活、学习中与人相处时，讲一点语言美，并不是难事，见面问一声“您好”，见到老师的面主动问一声“老师好”等等，但请同学们要注意，不仅对老师要这样，对所有的人都要这样。在学校里和同学的相处，回到家中和父母、长辈、亲戚、邻居更要这样，这样做了，我们并没有失去什么，而是提高了自己的威信，提高了自己的知名度。

　　“语言美要靠心灵美”，而心灵美的外在表现是行为美。鉴别一个人的是非、功过，不光是要听其言，更要观其行。行为美首先要心灵美，“人不是因为美丽而可爱，而是因为可爱才美丽”，心灵美可以弥补一个人外表上的不足。我们不必去做什么轰天动地的大事，只要从我们身边的每一件小事做起就可以了。

　　比如：见到校园里有一张纸屑，我们主动弯腰拾起；见到流水的水龙头主动关上；上楼梯时，让赶时间的同学先走……这都是心灵美的体现。同学们，让我们发扬优点，克服陋习，向不文明的行为大声说“拜拜”，你会惊奇地发现你自己很美！

　　我的演讲到此结束，谢谢大家。

**中学生2025国旗下的演讲稿 篇15**

　　老师们、同学们：

　　大家早上好!

　　今天我国旗下讲话的主题是《开展文明活动 共建平安校园》。

　　习惯成就人生”的校训，努力让自己成为一个热爱祖国、理想远大的好少年;勤奋学习、追求上进的好少年;品德优良、团结友爱的好少年;体魄强健、活泼开朗的好少年。但这一切的努力都基于“安全”之上，否则一切都成为空话。经过政教处、大队部一周的检查，同学们在校存在着诸多安全隐患。为此，我代表政教处、大队部向同学们提以下几点要求：

　　1、上下楼梯要有秩序，要靠右边走。不准拥挤，更不准推人。前面的人摔倒的话，马上要停止前行，把摔倒的人扶起来。

　　2、课间不做危险动作，不玩推挤等危险游戏。

　　3、不要把楼梯扶手当滑梯溜。

　　4、不准在教室里、走廊内互相追逐、打闹。

　　5、上体育课、活动课、音乐课时，要听从老师指挥，排队有序进出。

　　6、进入食堂就餐不能推挤、不能奔跑、不能大声喧哗，安静有序就餐。

　　7、课间活动时不将雨具当作玩具，以防伤害他人伤害自己。

　　生活是美好的，只有加强安全意识，懂得保护自己，文明活动，才能拥有多姿多彩的校园生活。同学们，让我们以新学期为新的起点，共同携手努力共建一个平安的校园，健康快乐地成长吧!

**中学生2025国旗下的演讲稿 篇16**

　　同学们，你们是怎样的一个人呢?是满腹经纶还是文质彬彬?那你知道真善美的意思吗?它是一个不可少的良好品质。在假期里，我读了《少年向上真善美伴我行》这本书，真正体会到了“真善美”的含义。

　　真善美是要我们做个热爱祖国，言而有信、乐于助人的人。 “勿以恶小而为之，勿以善小而不为”，这句话令我受益匪浅，但令我回味无穷的不只一个：许多孩子手拿100、50、20元钱来捐款;遇到困境不低头，用最美笑容迎接美好的生活;相信他人，因为诚信十分宝贵……由此可见，这便是热爱生活，乐于助人，你能做到吗?

　　真善美是要我们做个善于发现，认真思考，勇于实践的人。英国化学家波义耳不小心将盐酸滴到冲洗过的紫罗兰上，发现了红罗兰;重庆10岁少年项嘉华发明了“指环式输液针头固定器”……小小的发现，却大大的方便了我们的生活，这也是真善美的体现。

　　真善美的含义不仅仅这些，但我们只要心中有真善美，就能做个真善美的好少年!

**中学生2025国旗下的演讲稿 篇17**

　　尊敬的各位领导、老师、同学们：

　　大家早上好！我是来自××班的，今天非常荣幸站在国旗下讲话，我讲话的主题是珍惜时间，不再等待。

　　当今社会，网络使我们熟知的东西，在网络上，春节流行过这样一句话，就是“让生命去等待”。这是来自一首流行歌曲的歌词，却被很多的年轻朋友去流传，有的放在QQ签名上，有的放在空间里，自认为这句话很有哲理，很有个性。

　　“让生命去等待”，等待什么呢？等待财富、金钱、好运、机遇？还是等待别人的帮助，等待命运的恩赐，等待天上掉馅饼，还是等待异想天开的收获？

　　“让生命去等待”，为什么要去等待呢？是守株待兔，还是孤注一掷？很显然，这是一句很无厘头的话，它的存在没有任何的意义，更谈不上哲理，也谈不上个性。当然，你可以选择把它当成个性来玩玩而已，千万别信以为真，当做人生的心跳。因为它只是一个莫名其妙的词语的组合，尽管人们可以用丰富的想象力去填补它，但它的中心意义无非落在等待二字上。

　　所以，现在我想问：我们有什么理由去等待？有什么理由去等待呢？尤其是对于在当今信息大爆炸时代成长起来的青少年们，当今的社会，竞争如此的激烈，每一分钟都是非常难能可贵的，等待了一分钟就意味着失去了一分钟，失去一分钟就意味着要失去很多的东西，比如知识，财富，机会等等一切的东西。失去以后，当你回首要再去追回，那就成为了不可能了，因为时间一去不复返。

　　同学们，我们正处在汲取知识的黄金时期，如果放松思想要求，让“生命”多休息多娱乐多悠闲一会儿，那流过的光阴怕永远也等不回来！所谓“时间就是金钱”“时间就是生命”不正贴切地描述了这一问题吗？

　　记得以前看过这样一句话：“有智吃智，无智吃力，无力无智，饿得笔直。”这句话很幽默，却说出了智慧对人生的重要，因为，在社会的任何一个地方，任何一个时代，都没有任何先天的和后天的才能，可以无需任何努力而得到。因为生活永远是一架保持平衡的天平，一边是付出一边是收获，有了付出才会有收获，没有付出，肯定就不会有收获！

　　“业精于勤而荒于嬉”，这是我始终信奉的一句格言，也是大家都熟知的一句格言，相比前面的那句“让生命去等待”这句话来说，它是多么的有力啊。要想取得理想的成绩，勤奋是诸多因素中至关重要的。对大多数同学而言，一时的勤奋不难做到，但是难于持久。不如试试“常立志”，我通常只为自己制定一个小目标，经过努力，珍惜时间，目标很快就能实现。

　　同学们，切莫等待，因为等待会让你失去斗志，让你失去能力，甚至让你失去机遇。我们不如将等待的时间，用在奋斗上，用在努力上，我相信，我们一定能得到更好的结果。珍惜时间，别让生命去等待吧，正像天下没有免费的午餐一样，生活是要靠我们的双手去创造，同学们，让我们一起热爱生命，让我们一起去努力，去拼搏，切莫再等待，我的讲话完毕，谢谢大家！

**中学生2025国旗下的演讲稿 篇18**

　　尊敬的老师，亲爱的同学们：

　　今天我国旗下演讲的题目是《珍惜资源，珍惜资源》。

　　还记得“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”这句诗吗？人们总是觉得自己的生活水平提高了，节约粮食这种观念是早该丢弃的陈词滥调。如果留心一下四周就会发现一一生活中粮食浪费几乎无处不在。

　　人们不曾想到：在漠视餐桌上的粮食时，粮食危机正悄然袭来。中国的现实是人多地少，虽然，袁隆平的杂交水稻确实解决了一部分人的饥饿问题，但粮食短缺，对于十三亿多的中国人来说似乎不是一个遥远的记忆，现实的境遇似乎远没有如此乐观。一些粮食专家的分析结果更像是一种警告：如果不给予足够的重视，任由这种状况发展下去，中国在3年后可能发生严重的粮食短缺。众所周知，我国已经成为世界上最大的粮食进口国，粮食进口量正在逐年增加；再过二三十年，中国的粮食供应将严重地依赖国际市场，而国际市场又不可能提供过多的粮食，所以危机在所难免。

　　节约粮食，是我们每个公民应尽的义务，而不是说你的生活好了，你浪费得起就可以浪费。我们浪费一粒米，扔掉一个馒头，实际上丢弃的是劳动人民的—片真挚情感，丢弃的是中华民族勤俭节约的传统美德，也丢弃了做人的一种品格和精神。“节约是一种光荣，浪费是一种可耻”这一口号永远都不会过时。即使在发达国家，节俭也被视为一种美德。节约粮食不仅是对劳动者的尊重，更是我们的一种社会责任。

　　减少不必要的浪费并不难，在日常生活中不过是举手之劳。只要具有节约的意识，做起来其实很简单。吃饭时吃多少盛多少，不扔剩饭菜；在餐馆用餐时点菜要适量，而不是摆阔气，乱点—气；吃不完的饭菜打包带回家，不要觉得很丢人。如今，资源的可持续发展已经成为世界性课题。尽量减少对生态环境的压力已经成为一种新时尚，也成为新时代人应该具备的一种品质。在我们享受经济发展、社会进步所带来的美好生活的同时，节约一粒米、一滴水、一分钱……也是对社会的一份责任、一份贡献。

　　同学们，我们是未来的建设者，我们身上有沉甸甸的责任。人们把我们比作雏鹰，是希望我们能舒展理想的翅膀，在祖国的大地上飞翔，建设美好的家园，千万不能让“浪费”压住我们稚嫩的双肩，让“奢侈”迷住我们奋斗的方向！同学们，让我们行动起来，珍惜粮食，从我做起，从不乱倒剩饭做起，以节约为荣，以浪费为耻，自觉养成爱惜粮食，节约粮食的好习惯。

　　谢谢大家！

**中学生2025国旗下的演讲稿 篇19**

　　尊敬的老师、同学们：

　　大家好!

　　蓝天下，迎着初生的晨曦，我们举行这庄严而又隆重的升国旗仪式。我们眺望着国旗冉冉升起，耳畔回荡着气壮山河的国歌，我们为这一庄严的队礼而自豪，我们因肃然于国旗前而激动。

　　我们是新世纪的孩子，浴血奋战、硝烟弥漫的战火已离我们久远;历史的恩怨，国危的呼号也融进了历史。但是，国旗，这新中国的象征;国歌，这一中国人心中最激越的旋律，穿越时空，延续着我们中华民族的伟大传统，凝聚着新中国的豪情壮志，昭日月，耀千秋。国旗的光辉伴随着我的成长，照亮了我们前进的道路;国歌的旋律激励我们继承先辈的伟大事业，不懈奋斗。一面国旗，招展着一种象征：战争中的勇气，异国思乡的亲情，国际交往的尊严;一面国旗，书写着丰厚的内涵：那是祖国的土地，那是游子的归依，那是不屈的奋斗，那是国家的富强。国旗照耀航程，国歌催人警醒，那\"起来、起来\"的呐喊，鼓舞着我们中华民族的新一代不断创新，激励着每一个炎黄子孙自强不息。奥运健儿在奥运会上的顽强拼搏，不正是这一内涵的诠释吗?当国歌奏响、国旗升起时，我们从那满含泪花的凝视里，从自豪激昂的\"起来\"声中，从挺直腰杆、溢满喜悦的容颜上，体会到了做一个中国人的自豪，同时，也掂量到我们跨世纪儿童肩头的重任：努力学习吧!祖国需要我们，世纪需要我们，未来需要我们!

　　国旗，在新世纪升起;国歌，在新世纪奏响。祖国正走向繁荣昌盛、前途一片光明。新世纪，祖国母亲在呼唤我们。愿我们沐浴着五彩的晨光，伴着新世纪升起的国旗，唱响共和国的最强音--\"起来，起来!\"

**中学生2025国旗下的演讲稿 篇20**

　　尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

　　今天我演讲的题目是：做文明学生，创和谐校园。

　　人生因什么而精彩?答案很多，但有一个答案一定正确合理---人生因文明而精彩。

　　校园因什么而文明?因你、我的文明而文明。文明是告别昨日的无知和粗俗，是自觉的控制，是人性的战胜，战胜不符合社会、法律、纪律、公德的本能欲望，是把自己从相互敌视、相互防范中解放出来，从心灵的战争中解放出来…

　　在我们身边，在一部分同学身上，还存在着一些不文明的行为。例如，在我们的校园内、楼梯上总能见到与我们美丽的校园极不和谐的纸屑，教室里、校园内食品包装袋随处可见，甚至有的同学认为：反正有值日的同学做清洁工作打扫，扔了又何妨;再例如有的同学在教学楼走廊上追逐打闹，走路推推搡搡习以为常;还有部分同学相互之间讲脏话、粗话，随意攀爬树枝，甚至还有个别同学故意损坏学校的公共财物。我们很多同学把文化知识的学习放在首位，而常常忽略了社会公德的培养，文明习惯的养成，而这恰恰从本质上展现出一个人的思想品质。

　　所以，我们首先应该做一个堂堂正正的人，一个懂文明、有礼貌的谦谦君子，然后才是成才，不能做一部单纯掌握知识技能的机器，而要成为一个身心和谐发展的人。文明就是我们素质的前沿，拥有文明，那我们就拥有了世界上最为宝贵的精神财富。要养成良好的文明习惯，做文明小学生，那么请我们每一个人管住我们的口，不说粗话、不随地吐痰;管住我们的手，不乱扔垃圾、不打架斗殴;管住我们的脚，不践踏草坪。我相信，经过我们全体师生共同努力，一定会营造出一个文明美好的校园。试想假如全国每一个校园都共同创建文明校园，那么我们民族的整体素质将大大提高，国家的综合实力将会大大加强，祖国的未来一定会更加繁荣昌盛、灿烂辉煌!

**中学生2025国旗下的演讲稿 篇21**

　　老师们，同学们：

　　大家早上好！今天我演讲的题目是：《讲文明，爱家乡，从我做起》

　　1、请不要在公共场所丢弃果皮杂物。即使走得远一些，也要将杂物丢进垃圾箱。

　　2、请不要随地吐痰。随身携带一些卫生纸，吐在纸里再投入垃圾箱。

　　3、请爱护公共场所的公用电话、邮箱、报栏、座椅等等。它们不仅方便了别人，也方便了我们自己。

　　4、请不要打架、斗殴。我们应该有更重要的事情去做。

　　5、请不要在公共场所吸烟。其实你在不经意间已经污染了环境，也影响了他人健康。

　　6、请不要在主干道违章停车。这样会妨碍道路的畅通，也让您的出行变的不安全。

　　7、请做到车辆、行人各行其道。等红灯时不要越过斑马线，坚决不闯红灯、不乱穿马路，这很危险，更不文明。

　　8、请做到自觉排队。候车要排队，买东西要排队，看病取药要排队，先来后到依次来，这样既省时间又体现了文明和谐。

　　9、请在公交车上主动为老、弱、病、残、孕和怀抱婴儿者让座。这是我们每一个人应有的基本素质。

　　10、请友善对待外来人员，耐心热情回答陌生人的询问。这是我们展示您文明素质的最佳时刻。

　　以上这几点，不光我们自己要做好，还要监督别人做好，在外出的时候，随时提醒身边的人做好。只要人人都当文明人，做文明事，我们的家园就能变成文明的港湾。

　　老师们，同学们，让我们携起手来，一起行动吧！人人为塑造文明、和谐的家园而努力！

　　演讲完毕，谢谢大家！

　　（主持：）同学们，现在是口蹄疫病的高发季节，在我们的周边已经出现了口蹄疫病例，为了预防此病，同学们一定要讲好个人卫生，做到：勤洗澡，勤洗手、洗脸，房屋常开窗通风，不喝生水。身体不适或发烧时一定要及时告诉老师或家长，并到医院就诊。同学们能做到吗？

**中学生2025国旗下的演讲稿 篇22**

　　尊敬的老师、亲爱的同学们：

　　大家好！

　　首先，请允许我代表全体同学祝老师们节日快乐！今天我演讲的题目是——《感恩老师》。

　　从咿呀学语的孩童到蒙学初开的小学生，从求知若渴的少年到展翅高飞的成人，从门外汉到专才，从人类的结绳记事到今天信息时代，老师的作用时时刻刻贯穿其中。社会的发展靠教育，教育的发展靠老师。老师的默默付出换来了人类文明的勃勃生机。

　　老师的爱，无私中透露着平凡：像一股暖流，渗入我们的心田；像一种呼唤，帮助我们落寞的心灵找到回家的路；像一阵春风，给我们温暖和温馨。我们的老师，没有华丽的舞台，没有簇拥的鲜花，一支支粉笔是他们耕耘的犁头；三尺讲台，是他们奉献的战场。

　　我的一位老师曾经说过：我不需要太多的荣誉和赞美，我只喜欢“老师”这两个字……这质朴的言语无疑是老师们共同的心声，是他们内心世界最真实的情感流露。我们感谢老师们的辛勤教育，感恩他们的\'谆谆教诲，然而，再多赞美的言语，仰慕的辞藻，也比不上我们用爱和行动来感恩老师。

　　当我怀着害怕的心跨进校门时，老师，是您阳光般的笑容给了我以安慰。当我怀着疑惑的心面对难题时，老师，是您耐心细致的给我讲解解题的思路。当我怀着惭愧的心面对错误时，老师，是您意味深长的教给我做人的道理。当我怀着失落的心面对失败时，老师，是您天使般的来到我身边，给我以勇气与希望。当我怀着喜悦的心对待成功时，老师，是您善意的提醒给我以谦虚。

　　感恩老师，给我前进的动力；感恩老师，给我飞翔的翅膀；感恩老师，给我指明人生的方向；感恩老师，给我放眼世界的慧眼……

　　不论我遇到了什么，您都会与我一同面对。老师，在我的眼里您是神奇的。我发自内心地感恩您，我的老师，感恩您为我所做的一切！

　　什么是感恩呢？“感恩”是一个人与生俱来的本性，是一个人不可磨灭的良知，也是一个人健康心理的表现，一个连感恩都不知晓的人必定是拥有一颗冷酷绝情的心，绝对不会成为一个对社会做出贡献的人；“感恩”是一种对恩惠心存感激的表示，是每一位不忘他人恩情的人萦绕心间的情感。

　　学会感恩，是为了擦亮蒙尘的心灵而不致麻木；学会感恩，是为了将无以为报的点滴付出永铭于心。

　　感恩老师，并不需要我们去做什么惊天动地的大事，它表现在日常的点点滴滴：课堂上，一道坚定的目光，一个轻轻的点头，你在专心地听课，这便是感恩；下课后，在走廊里看到老师，一抹淡淡的微笑，一声礼貌的“老师好”，也是感恩！

　　用优异的成绩，用可骄的成功，用你一点一滴的进步来告诉老师，“老师，我能行”，更是对老师的感恩。鲜花可以枯萎，沧海可以变桑田。但我们感恩的心不能变，让我们从一点一滴做起，感恩老师！

　　最后，祝愿全体老师身体健康，万事如意；祝同学们学业有成，前程似锦！

　　谢谢大家！

**中学生2025国旗下的演讲稿 篇23**

　　各位老师、同学们：

　　大家早上好！

　　今天，国旗下的题目是：《老师心中那盏灯》。

　　你可曾知道这样一句话：学高为师，身正为范。多么朴实的八个字，却是对老师最准确的。虽然他们与大多数人一样，在自己平凡的岗位上工作着，但他们却有着天空、大地、海洋一样广阔的胸襟，因为他们“用爱播撒着希望”，“捧着一颗心来，不带半根草去”，这也正是他们对教育事业无言的承诺。为了那无言的承诺，他们日夜兼程，无怨无悔。

　　“教室里放飞的是希望，守巢的是自己；黑板上写下的是真理，擦去的是功利；粉笔划出的是彩虹，流下的是汗滴……”但教书的选择，他们从不离弃！永远在用自己的双手默默耕耘，你可知背后的挥汗如雨，你可知背后的苦痛酸辛！

　　正因为如此，所以他们一直被人敬爱。和蔼如母、理智如父，我们就是他们的孩子。有人说：“疼爱自己的孩子是本能，而热爱别人的孩子却是神圣！”而他们所给予的爱便是一直让我们所尊敬的神圣！

　　芸芸众生，谁可以将谁遗忘，而老师从来就不会，因为学生真切地体会到老师的感情：你给了我整片的星空/好让我自由地去来/你给了我一盏知识的明灯/为我照亮了前方的道路/我知道/我享有的是一份博大的爱。

　　这种爱，是无私的，是不求回报的，是每每让人记起就热泪盈眶的，任凭岁月更迭，世事沧桑，他们总坚守着心中那一盏长明灯：希望和真理。这盏灯照彻心扉，顿时温暖明媚！让他们树万世之师表，铸不朽之师魂；让他们心中的灯火长明不灭！生生不息！

　　最后，祝全体老师节日快乐，工作顺利！

**中学生2025国旗下的演讲稿 篇24**

　　尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

　　早上好!秋高气爽，阳光灿烂，在鲜艳的五星红旗下，我的演讲题目是《珍惜自己》。

　　大家肯定听说过这样的一个故事：一个生长在孤儿院中的小男孩，常常悲观地问院长：像我这样的没人要的孩子，活着究竟有什么意思?院长总是笑而不答。一天，院长交给孩子一块石头，让他拿到市场上去卖，但不是真实，无论别人出多少钱，绝对不能卖。第二天，孩子惊奇地发现，不少人好奇地对他的石头感兴趣，且价钱越出越高。第三天，在黄金市场上，石头的价钱高了10倍。最后，当石头被拿到宝石市场上时，石头的身价又涨了10倍，更由于男孩怎么都不卖，竟被传扬为稀世珍宝。

　　后来，院长是这样说的：生命的价值就像这块石头一样，在不同的环境下就会有不同的意义。一块不起眼的石头，由于你的珍惜而提升了它的价值，竟被传为稀世珍宝。你不就像这块石头一样?只要自己看重自己，自我珍惜，生命就有意义，有价值。

　　珍惜自己。珍惜自己的岗位是一种责任、是一种承诺、是一种精神、一种义务。我们很多老师他们懂得珍惜自己的工作岗位，相信自己的专业成长不是来自领导的施舍，而是取决于自己的努力;只有珍惜自己岗位的人，才不会在上课的过程中无视学生的存在，才不会恣意的体罚学生或对学生放纵不管，因为他知道，自己最大的成功是提供最优质的课程，培养出发展最好的学生，今天对学生的每一点悉心的指导，都是明天取得优异成绩的基石。他们珍惜自己所拥有的三尺讲台，认真备课上课，友好平等的对待每一位学生;无愧于人类灵魂的工程师这个荣誉，用高尚的人格去引导学生，赢得了学生的尊重和信任。珍惜自己的岗位，就是最好的师德。

　　珍惜自己。珍惜自己的学习时光是对老师、对父母和对自己的一种尊重。我们很多学生他们做到遵守纪律，尊敬老师，勤奋学习，友爱同学，在学习和生活中发展自己。希望那些开学以后仍然沉湎于网吧而没有学习动力和目标的同学，能够树立正确的学习观和世界观，用良好的学习成绩抚慰老师和家长的心灵。

　　珍惜自己，因为这世上只有一个自己，珍惜自己，因为每个人都应当从小就看重自己;珍惜自己，因为天生我才必有用!如果我们连自己都不珍惜，又会去怜惜谁?如果我们连自己都不能看重自己，肯定自己的存在，又怎么去要求别人来肯定我们呢?在别人肯定你之前，你先要肯定自己。

　　也许你没有过人的才智，但请别不相信自己的努力会不如别人;也许努力尚未被人们发现或认可，但请勇敢伸出你的双手，为自己鼓掌，为自己喝彩;也许人生的路途艰难险阻，布满荆刺，但请昂首挺胸，继续走下去。因为，这世上至少还有你在珍惜着自己。

　　老师们，同学们，在规范办学行为深入实施素质教育的今天，我们更要珍惜自己所拥有的信心、决心和责任心，努力拼搏，奋发进取，实现人生的辉煌!在九一八纪念到来之际，以我们积极的学习状态告慰烈士的英灵;同时以优异的教学成绩向60周年国庆献礼!

　　谢谢大家!

**中学生2025国旗下的演讲稿 篇25**

　　亲爱的老师同学们：

　　大家好！我国旗下演讲的题目是《乐看人生，笑迎生活》。

　　在人生的旅途中，我们常常会遇到这样那样的挫折和失败，陷入各种意料之外的困境之中，这时，请不要自卑，不要轻易就说：我不行了。要以积极乐观的态度对待人生，勇于给自己鼓劲，敢于对自己说：太好了。

　　有这样一个故事，父亲因儿子成绩平平，家中整日“战火不断”，在打骂声中，儿子的成绩一落再落，最终成了倒数第一名。父亲想，反正打骂没用，干脆换一种心态试试。于是，他看着儿子的试卷笑着说：“太好了，真是太好了！”儿子吃了一惊，父亲说：“你想，一个跑在最后的人，不必担心别人会超过自己，而只要你一努力就一定能超过别人。”儿子听了，恍然大悟，以后的学，他特别努力，几次考试后，儿子的成绩升到了前几名。从这个故事看我们的学，我们应从中受到启发：考试不理想，沮丧中，我们也不妨来一句“太好了！”因为考试指出了我们学中的弱点，告诉了我们努力的方向。

　　现在发现问题总比中考时栽跟头再醒悟要好得多呀，真是太好了，于是，我们可以从中教训，找到努力的突破口，争取下一次的成功让我们在面对失败时，也对自己说“太好了”。失败为昨天画上了句号，新的生活从这里开始，成功从这里起飞。让我们在面对挫折时对自己说“太好了”对于成长中的我们，酸甜苦辣都是营养，挫折是人生的大学。让我们在面对困难时，对自己说“太好了”在克服困难中，我们不断成熟。

　　同学们，让我们都置身于“太好了”中吧，它将教我们乐观，潇洒地面对一切，它是一股清新的空气，置身其中，你将活力无穷。诚然，不是所有的播种都意味着收获，不是所有的追求都能绽放花朵。但是，毕竟我们追求过、我们奋斗过。每个人的能力有大小，当不上将军的士兵未必不是好士兵。

　　只要我们无愧于自己，无愧于父辈，让我们以乐观的态度对待我们的学和生活，不断努力进取，谱写人生灿烂的乐章！

**中学生2025国旗下的演讲稿 篇26**

　　同学们老师们早上好，

　　今天我演讲的题目是“真诚无妄，守信知报”。

　　儒家提倡“内圣外王”之道，就是：格物、致知、正心、诚意、修身、齐家、治国、平天下，“诚”在其中占有很重要的位置。孔子曾说：“吾道一以贯之，忠恕而已。”“忠”也是“诚”的意思。孔子为人处世，忠于君王，勤于职守，诚于待友，信义昭于天下，他的思想是我们今天立身处世所赖以借鉴的宝贵资源。孔子的学生曾子也说过：“吾尝一日而三省吾身，为人谋而不忠乎？与朋友交而不信乎？传不习乎？”圣人对忠信的内省功夫，我们应常常记取。

　　现代社会是契约社会，诚信更为重要。诚信既是人际交往的准则，也是我们立国的基础。很难设想一个没有诚信的社会，能长久地生存下去。国无诚，则享国不永；人无信，则其人不立。短命秦朝，君臣尔虞我诈，终于二世而亡。战国纵横之士，朝秦暮楚，在历史上留下恶名。刘玄德三顾茅庐，一片诚心，终成三分天下之势；曹孟德分香卖履，一味奸诈，空留千载骂名……综观古今，促人警醒。

　　作为学生，我们应大力培养“真诚守信”的品质，就大处而言，应对祖国忠诚，对理想虔诚，恪守信用，诚以立身；就小处而言，则应勤于学业，敬爱师长，友爱同学，以信为本。从自己做起，从身边做起，才能千里之行，始于足下；勤于修身，敏于内省，日后才能有益于社会。

　　《诗经小雅蓼莪》唱道：“哀哀父母，生我劬劳！”“父兮生我，母兮鞠我。……欲报之德，昊天罔极！”孝敬父母，赡养父母，当属天经地义。然而，“各亲其亲，各子其子”，只是小康社会，理想的大同世界则是“人不独亲其亲，不独子其子”，“老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼”，因此，“知报”不应局限于亲情血缘关系，而应推而广之，如爱因斯坦在《我的信仰》中所说的.：“我每天上百次地提醒自己：我的精神生活和物质生活都依靠着别人（包括生者和死者）的劳动，我必须尽力以同样的分量来报偿我所领受了的和至今还在领受着的东西。”这才真正的“知报”观念。

　　我们的生存、我们的发展都依赖别人的劳动。首先，我们理应对父母、老师存有感激报恩之心，因为是他们养育了我们、培养着我们，其次，我们要感激身边的人，还有那些我们不知晓的远方的人们，因为他们也在我们的人生之路上为我们提供必不可少的帮助。再次，我们还要感激我们的先辈，因为是他们曾经为后代创造了丰富的物质财富和精神财富。 我们要在内心里永远对这些做过或者正在做着贡献的人们充满着感激之情。

　　古人云：“滴水之恩，当以涌泉相报。”知恩必报，是中国人伦理道德的准则。而我认为，我们应当达到一个更高的道德境界，那就是“施恩拒报”。那些当今社会杰出的人物，如李嘉诚、曾宪梓、邵逸夫，以及西方的比尔盖茨、巴特菲等人，他们将财产的大部分捐献给社会，真诚地做着慈善事业，这种“知报”永远是我们学习的榜样。当然，我们没有丰厚的物质可以赠送给人，但“虽不能至，心向往之”，我们也可以用种种其他不同的方式回报社会。主动参加志愿者活动，主动伸出自己的帮助之手。一旦臻于这种“施恩”的境界，我们就能充分感受到圣贤的光辉，我们的人生将更辉煌。

　　同学们，让我们以修身为本，做一个真诚的人，无妄意，无妄言，无妄行，恪守信用，知报善报，为母校添彩，为人生壮色。

**中学生2025国旗下的演讲稿 篇27**

　　上午好!今日我演讲的题目是《托起明天的太阳》。

　　不知同学们是否注意过这样一幅画，一双手托着一轮火红的太阳，背景是一片灿烂夺目的绿色。那轮火红的太阳代表着我们的未来，夺目的绿色代表着青春，而托起青春的那双手，一只是知识，另一只手就是一个人的品德。

　　正如所说：青少年应该追求知识和美德。

　　通过学习《崇尚真善美，学做诚信人》这本书，使我更加深刻地认识到：一个没有品德支撑的人生就像干涸的河床，心灵的双桨不可能荡起清澈的涟漪，生命不会演奏出华彩的乐章。

　　通过学习，使我更加深刻地认识到：诚信是青少年最基本的道德准则，诚信是立国之本，诚信是社会的奠基石。

　　小时候，我们牢记“狼来了”的故事，我们崇尚商鞅的立木树信，我们唾弃那个不讲诚信而自食恶果的周幽王。唱着“我在马路边捡到一分钱，把它交给警察叔叔手里边……”我渐渐地长大了。可是不知从何时起，我对做一个诚实守信的人产生了怀疑。一次妈妈去医院买药，竟然被医院门口的医托骗去了所有的钱，回来后妈妈哭着对我说：“以后千万不要相信任何人!”每次爸爸临上班时都说：“你自己在家，谁敲门也别开”。我上学走时，妈妈总是一再叮嘱：“孩子，千万不要和陌生人说话，当心被拐骗了。”天啊，这是怎么了，我还是一个孩子啊!我不想过这样恐怖的日子!我不愿看到眼前熟悉的生活情形：大街小巷到处都是办假证的电话号码;假文凭、假证件漫天飞;劣质奶粉致使幼小的生命过早地告别人世;米邦塔仙人掌扫荡全国十一个省，从南到北人们的心被扎得鲜血淋漓，被染绿的大米刚被查处，被染红的炸鸡腿又出现在餐桌上，种种这些怪现象，难道只是“苏丹红”惹的祸?

　　我想不通真的想不通，从此我不再唱“我们的祖国是花园”。一度，理想的天空被阴霾笼罩。思想决定行动，我不再相信任何人，自己做错了事怕受罚拒不承认，我不再努力学习，反正大学文凭可以买嘛!老师非常痛心，多次找我谈话，她说：“天下没有免费的午餐，骗子总与傻瓜同行，不要看错了世界，却说世界欺骗了你，失足你可以马上恢复站立，失信你永远难以挽回。”

　　接下来，我们参加了上级组织的“中华魂”系列读书活动，正如高尔基所说：读一本书，就是和许多高尚的人在谈话。

　　在读《崇尚真善美，学做诚信人》一书时，我被其中的内容深深吸引：宁死不说假话的刘志丹、言行一致的田家英、嫉恶如仇的任长霞、爱生如子的吴玲，他们用人性的光辉点燃了我理想的火炬!

　　于是我明白了：生活没有旁观者，当你指责社会时，别忘记了自己就是这社会的一员。

　　“苟利国家生死已，岂因祸福避趋之”，前有林则徐的热血报国，后有“俯首甘为孺子牛”的鲁迅，“我自横刀向天笑，去留肝胆两昆仑”谭嗣同用生命抒写出对祖国的真诚。

　　大海的力量蕴藏在每一滴水珠里，我是一滴小水珠，我要用七色光彩来回报太阳的爱。

　　我平凡，但我并不平庸。我睡去感觉生命之美好，我醒来感觉生命之责任，我的责任就是呼唤我自己!我要做一个有知识的人，我要担起建设诚信社会的重任。我以书中的人物为榜样，心中有路，脚下有路，与善良同行，与美德同行。我的生活充满了阳光，我的内心激发了无穷的力量。我爱父母、爱老师、爱同学，学习勤奋又刻苦，期中考试我名列学年第2名，又被学校授予“小作家”和“小演讲家”的光荣称号。我欣喜，我又找回了自己。有一首小诗这样写道：大理石雕成塑像，铜铸成钟，而我这个人是用真诚制造的，即使破了、碎了，片片都是真诚的，这就是我此时内心的真实写照!

　　我知道写一个人字只需两笔，而做一个人却需要一生。建设一个诚信社会更是需要几代人的努力!

　　有报道说，我国每年由于信用问题造成的损失高达六千亿元，中国人已经因失信而付出了沉重的代价，所以建设诚信社会迫在眉睫，做好诚信少年刻不容缓!拥有诚信，一根小小的火柴，可以燃亮一片星空;拥有诚信，一片小小的绿叶，可以倾倒一个季节;拥有诚信，一朵小小的浪花，可以飞溅起整个海洋……少年智则国智，少年强则国强，少年雄于地球则国雄于地球，让我们一起行动起来，用我们的忠诚和汗水，来书写无愧于历史和未来的“诚信”大字，让我们用诚信托起明天的太阳!

　　谢谢各位!

**中学生2025国旗下的演讲稿 篇28**

　　老师们、同学们：

　　早上好！在今天国旗下讲话时间里，我想和大家聊聊“纸”的话题，纸就是“纸张”的纸，在日常生活中，大家用的纸可谓很多很多，复印纸、传真纸、打印纸、随身携带的面巾纸、桌上摆的餐巾纸、招待客人的纸杯、手中拎的纸袋、作业时的作业纸，还有课本、无所不在的报纸、铺天盖地的杂志。这许多例子，足以说明，任何一个生活在现代文明中的人，用过的纸叠起来一定超过自己的身高。

　　可是，你可曾想到，纸的来源主要是树木，当你尽情享受森林的恩赐时，却在慢慢地摧残它，使他处于水深火热之中，失去了昔日绿树遮荫的优美环境。每一页纸，都是一片树叶的灵魂所化；每一本书，都是一蓬浓绿的荫凉剪裁，当你用一张张纸巾拭嘴揩面的时候，“咔嚓”一声响，一柄树枝断了，一只喜鹊失去了落脚点，当你用一团团废纸填满纸篓空虚的肠胃时，好像凄风冷雨的突袭，带来森林萧条的晚秋，所有标榜“纯木浆”的精品纸张广告，都是树木集体阵亡的讣告。

　　遗憾的是，千百年来，人类把森林仅仅看作是木材，用它作燃料，或用于建筑和造纸，于是，砍伐之声不断，直到今天，许多人仍然对于养育自己的森林没有真正认识，而是乱砍滥伐，烧山毁林，奢侈浪费，结果，森林锐减导致生态环境恶化，大量野生动物灭绝，全球气候变暖，旱涝灾害不断，水土流失，土地沙化……现在全球正从每年1600万至20\_\_万公顷的速度消失，如果照这个速度继续下去，不出50年，地球上不少国家和地区将成为不毛之地。

　　一页纸就是一页金，举手投足间珍惜一张纸，就等于造林一片。同学们，透过一张张洁白的纸，你有没有思考过自己的行为：你是否远离了一次性纸杯、一次性木筷？你是否用纸的背面写过字？你是否用旧挂历纸书皮？你是否用电子贺卡代替了传统的纸质贺卡？你是否把废纸与垃圾分开处理？你口袋里装的是手帕还是面巾纸？

　　同学们，加入到“节约一张纸”的行列中来吧！节约一张纸，挽救的可能就是一棵大树，甚至整个森林……我的讲话到此结束，谢谢大家！

**中学生2025国旗下的演讲稿 篇29**

　　年少的我，轻易拥有了太多，不懂珍惜，未尝失去之痛。

　　我们拥有耀眼的阳光，却忘记了有一天我们也会失去太阳，我们拥有沁人的蓝天，却忘了有一天，我们也会失去蔚蓝。

　　小时候，妈妈告诉我：“珍惜才会拥有。”年少而幼稚的我，只知道一笑，傻傻的笑。90后的我们，新时代的我们轻易拥有了一切，所以失去的太少，自然不懂珍惜了。

　　有一个在校大学生，她的母亲每晚都会打一个电话给她，嘘寒问暖，可她却不以为然，直到有一天，她没有接到母亲的电话，她感到很不安，于是她拔通了家中的电话，是奶奶接的电话，奶奶悲伤地告诉她，妈妈今天出车祸，永远离开了……一瞬间，她崩溃了，泪如雨下，她恨自己，她后悔自己没有珍惜，没有珍惜妈妈那一分一秒的关心，没有珍惜每天准时响起的电话，没有在乎过那爱着自己的母亲。但这一切都一去不复返了。

　　年少轻狂的我们啊！有了太多不是，请珍惜吧！哪怕是一丝月光，哪怕是一口甘露，哪怕是别人的欢声笑语。

　　时间从指间划过，失去了太多，既然已经珍惜了，那一定会有收获吧！

　　不要等到失去了，才知道后悔，才知道什么是痛苦。

　　珍惜生命，让生命更精彩，珍惜关爱，传递爱心，怜惜时间，创造辉煌。各位同学，珍惜才会拥有，珍惜才会精彩，请珍惜吧！

**中学生2025国旗下的演讲稿 篇30**

　　尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

　　早上好!

　　今天我国旗下的题目是《新学期，新起点》。伴着雄壮的义勇军进行曲，鲜艳的五星红旗再次在我们的眼前冉冉升起——一个充满希望的新学年开始了。

　　俗话说“良好的开端是成功的一半”，开学的第一天，我们就要把假期中放飞的心给收回来，投入到新的学习中去。新学期，要有新的高度。每一位同学的举止言行关系着学校的形象，为此，我倡导大家做到以下点：

　　一、争当勤奋好学的好学生：有这么一句名言：聪明在于学习，天才在于积累。新的学期，要想取得好的成绩，就要从开学第一天做起。认真上好每一堂课，认真听讲，积极思考，踊跃发言，认真完成老师布置的每一项作业。做到当天的事情当天完成，养成良好的学习习惯，这样，才能走向成功的彼岸。

　　二、争做文明守纪的好孩子：对每一个学生而言，养成良好的行为习惯是非常重要的。同学们要发扬讲文明、懂礼貌、守纪律的好风貌，做到平时不说脏话，见到老师主动问好，上下楼梯不、不拥挤，排队用餐文明有序，两操安静、认真，课间不吵闹、不喧哗，做一个诚实守信，对自己负责任的人。

　　三、争做全面发展的永乐好少年：21世纪是一个充满竞争的世纪，它需要的是各方面综合发展的人才，我们应当从小培养自己的特长和技能。课余时间积极参加学校组织的各项活动，养成勤于课外阅读的习惯，不断拓宽视野，丰富知识，练就强壮的体魄。

　　同学们，新的学期让我们从现在开始，以新学期为起点，认真学习，踏实走好每一步，以崭新的面貌迎接新的开始!最后，祝新学期各位老师工作顺利，身体健康，每位同学快乐成长，学习进步!

　　我的到此结束，谢谢大家聆听!

**中学生2025国旗下的演讲稿 篇31**

　　各位老师、各位同学：

　　大家好!

　　我是，今天我讲话的题目是《体育健康生活》

　　首先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XX年超过1.2亿，占总人口的10.2%。60岁以上老年人慢性病患病率是全人群的.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。中小学生近视率已达34.6%，高中生达70%;因近视致盲人数达30万。全国肥胖儿童在XX年间增长5-7倍，儿童肥胖症占12.6%。

　　亲爱的老师、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，并不需要外界的刺激来唤醒的，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。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。”

　　体育不仅仅是一种运动。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”。

　　当我们训练得满头大汗时，我们更清楚坚持到底就是胜利;当我们看到一遍遍的队列排练有满意效果时，我们更懂得了成功的背后就是付出;当我们在同伴的呐喊中奋勇直前时，我们更明白团结的力量大无比。

　　这一届的体育节不但有竞争性，合作性，而且更赋娱乐性，丰富了同学们的业余文化生活，我们将开展跳绳比赛、拔河比赛、接力比赛、篮球赛等竞赛项目。体育节的开展不但可以营造和谐校园文化，提高我们体育锻炼的积极性，弘扬奥运精神，进一步提高我们的运动水平与身体素质，而且可以发扬集体主义精神，培养健全人格，增强学校的凝聚力。

　　所以，大队部提议大家在此次体育节活动中把“更快、更高、更强”的奥运精神淋漓尽致地表现出来，同时在比赛中突破班级与班级之间的界限，突破原有的比赛观念，把团结、友谊、互助、公平竞赛的奥运宗旨体现出来。我的演讲完毕，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