# 2025年学校重阳节国旗下演讲稿

来源：网友投稿 作者：小六 更新时间：2025-05-14

*2025年学校重阳节国旗下演讲稿（精选31篇）2025年学校重阳节国旗下演讲稿 篇1　　尊敬的老师、同学们：　　大家早上好!今天我的讲话题目是“尊老、敬老、爱老、助老”。　　今天是中国的又一个传统节日——重阳节。九九重阳，因为与“久久”同音*

2025年学校重阳节国旗下演讲稿（精选31篇）

**2025年学校重阳节国旗下演讲稿 篇1**

　　尊敬的老师、同学们：

　　大家早上好!今天我的讲话题目是“尊老、敬老、爱老、助老”。

　　今天是中国的又一个传统节日——重阳节。九九重阳，因为与“久久”同音，九在数字中又是最大数，有长久长寿的含意，况且秋季也是一年中收获的黄金季节，重阳佳节，寓意深远。1989年，我国把重阳节定为“老人节”，此后每年农历九月初九又成为尊老、敬老、爱老、助老的日子。

　　电视台在前年重阳节作了一个非常有意义的调查：请问，你是否知道父母的生日?在10个小时内，有1840人投票，其中回答“知道”的有1274票占69.24% ;“都不知道”的有 338票 占18.37% ;“知道父母中一位”的有228票 占12.39% 。说实话，看了这些数据，实在是有些刺眼，实在令人担忧。

　　中国已经步入老龄社会，进一步倡导尊老敬老的传统文化尤其显得必要。有数据表明：中国60岁以上老年人人口已经超过了1.3亿，占全国人口的10%以上。到本世纪中叶，中国老年人口将达4亿，占全国人口的1/4。

　　“花无重开日，人无再少年。”总有一天我们也会成为老人。作为三小的学生，我们应该发扬尊老、爱老的优良传统。在重阳节这天，向爷爷、奶奶、外公、外婆致以节日的问候，感谢他们为自己所做的一切;在平时，帮助他们做些力所能及的家务活，关心照顾他们，多陪他们聊聊天，从每一件小事做起，做他们的乖孙子。同时向社会的爷爷、奶奶伸出关爱、帮扶之手。

　　当然，尊老敬老绝不是重阳节一天的事，应该是在日常生活中，帮助老人解决生活的困难，多给老人一些心理慰藉。因此，我提议，每一位少先队员都要用实际行动向老人们献上我们的一份心意，为自己的爷爷奶奶或者邻居老人做些力所能及的事，比如帮他们洗衣、洗碗、扫地、叠被，多为他们着想，少让他们做那些本来应该是我们自己做的事，把好吃的让给他们，把有趣的事告诉他们，对邻居长辈有礼貌，外出礼让老人。“岁岁重阳，今又重阳。”希望我们所有的人都从现在做起，都能尊老、爱老。在天高云淡、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。

　　愿所有老人都过上和我们一样幸福的生活!

　　我的讲话完毕。谢谢大家

**2025年学校重阳节国旗下演讲稿 篇2**

　　尊敬的老师们、亲爱的同学们：

　　大家上午好!我是五年级四班的。我今天国旗下讲话的题目是《九九重阳节，浓浓敬老情》。

　　在这秋风送爽、瓜果飘香的日子，我们迎来了农历九月初九重阳节。九九重阳，因为与“久久”同音，九在数字中又是最大数，有长久长寿的含意，况且秋季也是一年中收获的黄金季节，重阳佳节，寓意深远。1989年，我国把重阳节定为“老人节”，此后每年农历九月初九又成为尊老、敬老、爱老、助老的日子。

　　敬老、爱老、助老是我国优良的传统美德，是先辈传承下来的宝贵精神财富。古代思想家孔子说：做子女的能活下来，是因为有父母的养育;孟子说：“老吾老以及人之老”，要求人们不仅要尊敬自己的老人，还要尊敬社会上所有的老人。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。

　　在这一天里，每户人家都应该陪家里的老人们一起到郊外走走，陪老人聊天玩乐，送上老人喜欢的礼物等。同学们，你是否陪自己的爷爷奶奶到外面玩过呢?有没有为他们梳梳头、捶捶背、洗洗脚呢?有没有帮助过别人的爷爷奶奶?有没有在公交车上为老年人让座?我们渐渐长大着，也在渐渐懂事，我们应该为老人们做更多力所能及的事情。下面，我在这向全校同学发出如下倡议：

　　1、和父母一起，给爷爷、奶奶、姥姥、姥爷准备一些可口的饭菜。

　　2、做一两件让老人高兴的事，比如帮爷爷、奶奶捶捶背，帮他们洗洗脚，或和他们一起唱支歌等。

　　3、常常和家里的老人一起散散步，陪他们聊聊天。

　　4、在学校要做一名尊师守纪、积极向上的好学生;在家里要做一名尊老爱幼、体贴父母的好孩子;在社会要做一名明礼诚信、爱国守法的好公民。

　　最后，在重阳节到来之际，我们祝愿普天下的老人们健康长寿，平平安安!我们衷心的希望“敬老、爱老、助老”的中华传统美德世代相传，永放光彩!

　　谢谢大家!

**2025年学校重阳节国旗下演讲稿 篇3**

　　敬爱的老师，亲爱的同学们：

　　大家早上好!

　　今天我讲话的主题是“有始有终，定能成功”。古希腊着名哲学家苏格拉底曾经在中学当教师，有一天他对班里同学说，我们来做个甩手游戏吧。游戏很简单，就是把手使劲往前甩三百下，再往后甩三百下，但要求每天都这样做。同学们纷纷说这个游戏容易，保证能做好。一个星期以后，苏格拉底问同学们游戏完成得怎么样?同学们全都举起了手。一个月以后，当苏格拉底再做统计时，全班仍有百分之九十的同学在坚持做。一年以后，当苏格拉底在课堂上再次向大家了解情况时，只有一位同学举起手，他就是后来成为大哲学家的亚里士多德。亚里士多德在自己的学习和生活中，凭着这种持之以恒的精神，自觉锻炼自己的意志，终于在哲学领域取得了前所未有的成就，其哲学思想直到现在仍然放射着智慧的光芒。

　　同学们，这个甩手游戏从动作上看很简单，但每天坚持，却是一件不容易的事，需要持之以恒的精神。这个故事告诉我们，做事情要有始有终，绝不能半途而废，如果我们能养成这样的好习惯，就一定会取得好成绩。人们常说，在科学之路上没有平坦的大道，只有敢于在崎岖的小路上不断攀登的人，才能到达希望的顶点。让我们认准自己的努力目标，坚持不懈地努力，不断地鼓励自己，这样我们就会体验到成功的喜悦和收获的快乐。

　　最后，我送给大家一句法国生物学家巴斯德的名言：“告诉你使我达到目标的奥秘吧，我惟一的力量就是我的坚持精神!”

**2025年学校重阳节国旗下演讲稿 篇4**

　　敬爱的老师，亲爱的同学们：

　　大家早上好！

　　我是高20xx级5班班的卢鹏聚。

　　又是清明时节，又是纷纷细雨，又是面对黄土荒丘或冰冷墓碑而黯然洒泪的时刻。

　　清明节，是中华民族祭奠逝去亲人的.日子。当飘飘洒洒的细雨淋湿了原野青草，洒落在冰凉无言的墓碑，润泽着祖先的黄土坟茔之时，这片在平时并不会进入我们的生活视野，并不会左右我们的苦乐情感的清寂之地，顿时就被淅沥淅沥的如丝细雨牵进了我们的生活，绵延在我们哀惋悱恻的心灵，在清明细雨中缅怀逝去的亲人或先祖，寄托哀思。

　　清明亦是后生怀想先辈恩德与功绩的日子。

　　革命先烈们，在中华民族面临生死存亡的危险时刻，用自己的血肉之躯筑起了钢铁长城。在社会主义建设最需要的时刻，先烈们舍生忘死，毫不犹豫，挺身而出，把宝贵的生命无私地献给了祖国和人民，把满腔的热血洒遍祖国大地。党和国家不会忘记，我们不会忘记。当我们站在先烈们的墓前，献一束鲜花，捧一把土，决不单是为了行使一种仪式、做出一种姿态，而是为了唤回我们不该失去的记忆，找到继续前进的动力。

　　然而让人痛心的，这个中华民族的优良传统似乎正在渐渐被忘却，或许，很多人只是把清明当做了一个放松的假日，或许，很多人已经忘记了清明节的由来，或许，很多人都不明白清明的意义。我们真的应该反思，清明对于我们来说意味着什么，我们又应该做些什么呢？祭扫不是休闲活动，不是封建迷信，而是一种缅怀，是为了对先人好思想好作风好品质的传承。缅怀先烈，更是为了弘扬伟大的爱国主义精神。我想，只要这个答题做得好，我们的爱国主义教育、传统教育就会从一般性的号召而变成实实在在的行动，那样，我们的校风、教风、学风就会更好！缅怀先烈的丰功伟绩，憧憬着美好的将来，我们必定会以自己的实际行动来证明一切。

　　忆往昔，诉不尽我们对先烈们的无限怀念；看今朝，唱不完我们对明天无限的憧憬；展未来，我们信心百倍，壮志豪情。不管我们将来从事什么职业，我们祖国的儿女，肩负着先烈们没有完成的事业，肩负着建设经济发达、文明富强、巍然屹立于世界东方伟大祖国的历史重任，让我们以实际行动呼唤文明春风，告慰烈士忠魂！

　　谢谢大家！

**2025年学校重阳节国旗下演讲稿 篇5**

　　亲爱的老师和同学们：

　　对于我们来说，学习要有明确的目的、目标。无论做什么事都要有明确的目的，学习尤其如此。目的越明确，学习积极性就越高；目标越宏伟，为实现目标所付出的努力就越多，学习意志就越坚强。确定学习目标要根据一个人的具体情况而定，不能太低，也不能太高。太低不利于意志的培养，太高不仅不利于目标的实现，学习积极性也会受到打击。

　　掌握科学的学习方法：

　　学习可分为四个主要环节：预习、听课、复习、作业。每个环节都有其特点，也有其关键。

　　预习：预习要养成习惯，习惯很重要，既然是习惯决不能三天打鱼两天晒网。预习的时间要根据实际情况而定，可以在学习曰挤时间，也可以在周末，还可以在节假曰。预习要找难点，找难点的目的是就是要攻破它，这是预习的关键。这能证明一个人的能力，同时也能培养一个人的.能力，更会磨练一个人的意志。

　　听课：听课是学习时最重要的环节，会听课意味着会抓重点，能理解老师的意图。

　　复习：复习要摸规律，复习的目的是把学习内容进一步巩固、掌握，以便摸清其内在规律，在运用中举一反三。

　　作业：作业要独立完成，典型的内容要反复练习，这样才能形成技能技巧。不少同学在读书学习时，长时间单一的学习同一内容，表面上看时间用了不少，但效果并不理想，这是为什么呢？

　　脑卫生学者告诉我们，人的大脑皮层细胞是有分工的，学习不同学科的内容回引起不同部分的兴奋。大脑长久接受同一类信息刺激，使某一部位长久兴奋，就容易产生疲劳，降低学习效率。若及时转换学习内容，合理调节“兴奋灶”，就可以避免大脑某一兴奋区长时间过于紧张，使别的部位出现新的兴奋区。

　　马克思的“穿插读书法”是：当阅读理论书籍感到疲倦时，立刻把书搁下，去读一种不同的书籍，有时读诗，有时读小说。过一会儿，疲倦的大脑得到休息，便又重新研究起理论书籍来。马克思的读书方法符合生理科学。

　　在读书求知时，为了充分利用时间，可交叉阅读内容差别较大的不同书籍。在学习内容的安排上要注意各门学科交替进行，特别是文理交替。学完语文做物理，读完政治写数学……学习之余，若做一些文体活动，或干点家务活，句可以使大脑原有的兴奋区得到调节。这样，既能缓解疲劳，又能开阔知识视野，从而延长连续阅读的时间，提高学习效率。

　　只要我们在学习中用对了方法。科学运筹时间，情绪饱满地投入学习，以取得学习的更大效益。

**2025年学校重阳节国旗下演讲稿 篇6**

　　亲爱的同学：

　　好多知识分子不关注自身健康，不知道一些常见病的防治方法，更不知道养生保健、养心化性方面的知识。甚至有不少危害健康的生活方式、习惯、行为，自己却不知道，或者根本不在乎。一句话，很可悲。现在同学们的学习中，有的同学们会过度紧张地学习，在一段长时间的学习后又过度放松。其实，我们应在学习和放松之间设定一个界限，会得到很好的效果。

　　比如路遥，写完《平凡的世界》，虽然获了茅盾文学奖，却生生累死了。他的创作手记《早晨从中午开始》，告诉我们他深夜写作的习惯。古人云，日落而息，日出而作。这里就让我把“作”曲解为写作。路遥先生，你日落而休息，日出而写作，写作从清晨开始不是很好吗?还有一个彻夜写诗的海子，海子哥哥，你既然那么热爱太阳，为什么不在日出后写作?另外，据说自由作家王小波也是在夜里累死在电脑前的。

　　这是最危害健康的不良生活方式啊!不好好睡觉，或曰睡眠失调，包括失眠。诸位，人的一生有三分之一左右的时间是要在睡眠中度过的啊!睡眠的效果对人的健康有很大影响。它能消除疲劳，恢复体力，保护大脑，恢复精力，增强免疫力，康复肌体，延缓衰老，促进长寿，保护我们的心理健康。如果睡眠不足或睡眠时间不定，那就打乱了植物神经系统的功能，给人体带来了很大的危害。

　　所以，知识分子们，你们一定要先睡好觉啊!

　　可能有人要说，我睡不好，我失眠啊。

　　这里我告诉大家一个治疗失眠的“秘诀”，八个字——“日出而作，日落而息”。从明天起，你要早早起床，不要睡懒觉，白天也别让自己打瞌睡，午休也放弃。晚饭早些做，早点吃，吃少点。看看窗外天光暗了，麻雀们都上树了，这就是日落之后了。记住，你不要看电视，不要看书，更不要出门去打牌娱乐，总之，你不要太兴奋。你再用热水洗洗脚，然后躺下。你一看表才七点五十，你千万不要嫌太早，你一定要躺下睡觉。慢慢地，轻松地，自然入睡。睡不着，顶多跑两次卫生间。与其求助别人，不如自助。你要坚信自己能主宰自己健康的命运。

**2025年学校重阳节国旗下演讲稿 篇7**

　　亲爱的爷爷奶奶、叔叔阿姨、各位老师：

　　你们好。我是X幼儿园大（3）班的。我今年6岁了。我今天演讲的主题是“我们要做受人尊敬的未来小主人”。

　　通过在幼儿园几年的学习生活，我长大了，也懂事了。爸爸妈妈每天辛辛苦苦的工作，回家后还要做饭给我吃，帮我洗衣服，教我学习。他们多么不容易啊！有一次，爸爸下班回家，累极了，路都走不动了，可是还是赶紧准备做饭给我吃。可以说：“爸爸，我不饿，你休息一会吧！”可爸爸摸了摸我的头，接着忙去了。我只好回到客厅。这时，我想，爸爸的鞋脏了，没时间擦，下午还要上班，我可以帮忙啊！于是，我就拿出鞋油，把爸爸的几双皮鞋都擦得干干净净。爸爸开始的时候没注意，当他穿鞋上班的时候才发现，鞋子变亮了。他就问是不是我擦的。我告诉我爸爸之后，爸爸非常高兴，抱着我亲了又亲，连连夸我懂事。那时的我，特别开心，特别幸福。现在，我经常帮爸爸妈妈做事，吃饭的时候，拿筷子端碗；拖地的时候帮他们扫地，东西；有时还帮爸爸妈妈捶捶背，揉揉肩。

　　如果你问我，什么样的人是受人尊敬的人？那么我说，懂得感恩，孝顺父母，有爱心的人，肯定是一个受人尊敬的人。我们是祖国的花朵，是祖国未来的希望。我们不仅要爱自己的爸爸妈妈，也要爱我们身边的每一个人。有了爱，我们一定会成为一个受人尊敬的人；有了爱，我们的生活一定会更美好。让我们努力做一个受人尊敬的未来小主人吧！

　　谢谢大家！

**2025年学校重阳节国旗下演讲稿 篇8**

　　尊敬的领导，老师，各位同仁：

　　当无数人进入甜美的梦乡时，是谁还穿梭在各个病房之间；当人们举家团圆的欢庆时刻，是谁还默默地忙碌在工作岗位上？当可怕的病魔肆虐横行时，又是谁用瘦弱的身躯组成一道道钢铁长城？是她们，是那些默默付出，无私奉献的白衣天使！我自豪，我是她们中的一员！

　　我是一名护士，还记得那是一个寒风凛冽的冬夜，一个小伙子被几个人抬着冲进来时，已经是面目全非、血肉模糊了，又是一起可怕的车祸。一场紧张的抢救随即开始。量血压、迅速建立静脉通道、气管插管 …与主治医生配合的有条不紊，我们整整忙碌了五个小时，高强度的工作已经让我们忘记了疲惫！可是小伙子还是离开了人世。容不得我们休息，家属的责怪声、漫骂声、哭喊声、打闹声一起涌来。是啊！又有谁忍心眼睁睁地看着一条鲜活的生命突然从眼前消失呢？没有安慰，不需要安慰，我们的心底不能有一丝涟漪，只能悄悄地独自将伤口抚平，再次投入到紧张而有序的工作中。是啊！护士的工作不允许我们在感伤中苦苦徘徊。

　　比大地更广阔的是海洋，比海洋更广阔的\'是天空，比天空更广阔的是心灵，作为一名护士，我们要拥有博大的胸怀，纵使受了委屈，我们的脸上依然是灿烂的微笑，我们知道：这微笑是阳光，能减轻病人的疼痛；这微笑是雨露，能滋润患者的心灵；这微笑是翅膀，承载了千万个家庭健康平安的希望！

　　我是一名护士，打针、输液、查房就这样开始了一天的生活。还记得有一次病房里住着一位老人，脾气非常暴躁，每天给他输液送药他都大发雷霆。对于这些，我没有丝毫抱怨，更没有不理不睬，而是主动嘘害问暖，去病房与他拉家常，津津有味地听他讲陈年往事。

**2025年学校重阳节国旗下演讲稿 篇9**

　　尊敬的各位领导，老师，同学们：

　　大家好!

　　当奥运圣火在我华夏大地上熊熊燃起时，我们迎来了今天这个特殊的日子——6月23日，奥林匹克日。

　　与此同时，我们省二实验的莘莘学子们带着自信与昂扬步入了圆梦的中考考场。流年三载，如白驹过隙，悄悄落下了帷幕，对于上届的学哥学姐来说，他们有的曾是运动场上的健儿，有的曾是奥赛场上的精英，有的曾是学海中的骄子……三年风尘仆仆，三年的执著打拼，在这段刻骨铭心的难忘历程中，记载着太多的他们面对困惑时的坚韧，拥抱成功时的喜悦，相信在明天他们定会收获铸就辉煌时的自豪。

　　回首昨天，有太多的家珍可数;展望明天，我们重任在肩。

　　明年的6月22日我们也将走入中考考场，去圆我们的奋斗之梦。我们该怎样向自己的未来、向所有爱我们、关心我们的人提交一份满意的答卷呢?

　　我想只有脚踏实地、严谨笃行方可成就理想，让每一张干净工整的试卷，每一份完美无瑕的作品，一道与老师共同探讨的问题都成为我们每一天的收获。让认真、无憾成为我们每一天坦然的足迹。既不为以往的考试失利而萎靡不振，更不要为以往的成绩而沾沾自。要以乐观自信的心态面对挫折;以安静平和之心对待褒奖。用愉悦的心情、求实的态度，满腔的热忱，顽强的意志面对挑战，将最积极的心态作为迎接挑战的盾牌，利刃难穿;将最雄厚的实力作为中考的资本，厚积薄发。

**2025年学校重阳节国旗下演讲稿 篇10**

　　老师们、小朋友们：

　　三月份里有许多特别的日子，3月12日，是我国的“植树节”。

　　我们中华民族自古就有“爱树、育树”的传统。爱白杨的挺拔，爱垂柳的柔美，爱松树不屈的风骨。除了这种精神的寄托外，人们更看重它的实用价值。有了树，才会有和谐美丽的大自然;有了树，才有清爽、新鲜的空气;有了树，才会有高楼、房屋和铁路。

　　树，它不仅能防风固沙，保持水土，还能美化环境，是城市的忠诚卫士，它用它特有的`颜色为城市披上绿色的新装。这个忠诚的城市卫士，为了美化城市，还真做了不少的“工作”呢!比如绿树进行光合作用，提供人类呼吸所需的氧气。它还是吸收氮气、二氧化碳、臭氧的天然净化物，并且具有调节空气温度、湿度，吸粉尘、噪音等功能。所有这些，都使人们高度重视绿树的作用。于是才有了这一年一度的绿色节日——植树节。如今，植树造林已成为民族风尚，绿化家园成为时代的追求。

　　小朋友们，我们的校园虽然不适合我们的同学亲自种上小树苗，但我们可以积极行动起来，在校内保护花草，给花坛里的小花浇一点水，给操场上的小树培一培土，一起来美化绿化我们的校园。除此之外我们同学更要争做绿化宣传员、环保小卫士，要爱护我们校园中的一草一木，爱护我们这个城市中的一草一木。

　　小朋友们，在植树节里，让我们牢记，多走几步，不穿越绿化带，不践踏绿地。“勿以善小而不为，勿以恶小而为之”，从我做起，从你做起，从小事做起，从身边做起，从现在做起，做绿化、美化环境的有心人。将来，我们的校园将更加美丽，我们的城市也将更加美丽!我们祖国的明天也必将更加明媚灿烂!

**2025年学校重阳节国旗下演讲稿 篇11**

　　各位老师、同学：

　　早上好！

　　我是高三一班的班长李，作为一名在这次高校自主招生中被上海交大预录取的同学，今天我很荣幸代表全体高三同学在此发言。

　　经过高中两年半的努力，我们班在自主招生中取得了良好的成绩。王XX同学获得清华大学降30分；上海复旦大学预录取四人；上海交通大学预录取六人；上海同济大学拟录取四人。

　　虽然我们少数同学的高考之路几乎已经完成，但我们会一如既往地认真学习，争取好成绩，不懈怠，不骄纵，使预录取成为正式录取。而对于绝大多数的高三同学来说，现在就是长跑最后的冲刺阶段，必须要在这仅剩的一个学期中抓紧每一分每一秒，使自己能在最后的高考中一拔头筹。复习阶段是艰涩枯燥的，但我们都必须拥有一份拼搏的精神，所谓无限风景在险峰，山路尽管难走，可我们已然走过了12年读书路，切勿吝啬最后的奋力一搏，要坚信挺过了就一定能看到属于自己的精彩。

　　高一高二的学弟学妹们，如果你们想在高三时获得更多的机会，就应该在高一高二时就要把十门功课都掌握扎实，并且尽量创造自己的拔尖科目，积极参加各种实践活动，全面发展，提升自我素质。自主招生有的考试注重面的广，有的注重难度的高，而无论哪种，想通过到高三时候搞突击来应付，都是幻想，所以你们现在就一定要有明确的目标，并一定要利用好现在的时间为自己添加获胜的\'筹码。

　　最后，祝愿所有的高三同学都能在六月份的高考中发挥出色，笑傲考场，为学校争光添彩！也希望高一高二的同学们在接下来的日子中找准自己的目标勤恳学习，为高三做好充分准备。

　　谢谢大家！

**2025年学校重阳节国旗下演讲稿 篇12**

　　老师们，同学们：

　　老师们，同学们，大家好!今天，我演讲的题目是《珍爱生命之水》。

　　同学们，我们知道，人不可缺少水，如果没有了水，动物和人都无法生存。没有了水就没有了生命，没有了水，地球就是一片死寂。如果我们不节约用水，后果就会不堪设想。所以相对于不断发展的工农业生产和不断增长得人口，供我们使用的水是非常有限的，所以节约用水势在必行。

　　同学们，行动起来吧!节水行动就在你我的身边。

　　你可以在日常生活中随时随地的节约每一滴水。

　　下面，我给大家提几个节约用水的建议。

　　一，用淘米水洗菜，再用清水清洗，不仅节约了水，还有效地清除了蔬菜上的残存农药;

　　二，洗衣水洗拖帕，帚地板，再冲厕所。第二道清洗衣物的洗衣水擦门窗及家具，洗鞋袜等;

　　三，大，小便后冲洗厕所，尽量不开大水管冲洗，而充分利用使用过的\"脏水\";

　　四，夏天给室内外地面洒水降温，尽量不用清水，而用洗衣之后的洗衣水;

　　五，自行车，家用小轿车清洁时，不用水冲，改用湿布擦，太脏的地方，也宜用洗衣物过后的余水冲洗;

　　六，家庭浇花，宜用淘米水，茶水，洗衣水等;

　　七，家庭洗涤手巾，小物件，瓜果等少量用水。宜用盆子盛水而不宜开水龙头放水冲洗;

　　八，水龙头使用时间长有漏水现象，可用装青霉素的小药瓶的橡胶盖剪一个与原来一样的垫圈放进去，可以保证滴水不漏;

　　九，将卫生间里水箱的浮球向下调整2厘米，每次冲洗可节省水近3kg;按家庭每天使用四次算，一年可节药水4380kg。

　　十，洗菜：一盆一盆地洗，不要开着水龙头冲，一餐饭可节省50kg;

　　十一，淋浴：如果您关掉龙头擦香皂，洗一次澡可节水60kg;

　　十二，手洗衣服：如果用洗衣盆洗，清衣服则每次洗，清衣比开着水龙头节省水200kg;

　　十三，用洗衣机洗衣服：建议您满桶再洗，若分开两次洗，则多耗水120kg;

　　十四，洗车：用抹布擦洗比用水龙头冲洗，至少每次可节水400kg;

　　十五，冲厕所：如果您使用节水型设备，每次可节水4一5kg;

　　十六，洗地板：用拖把擦洗，可比用水龙头冲洗每次每户可节水200kg以上;

　　节水的方法很多，只要我们做有心人，节约用水，利在当代，功在千秋

　　同学们只有从我做起，从现在做起才能维持我们人类生生不息，记住吧，珍惜水就是珍惜我们自己的生命。我的演讲完毕，谢谢大家!

**2025年学校重阳节国旗下演讲稿 篇13**

　　各位同学：

　　大家好。

　　从小老师就讲过：“滴水之恩当涌泉相报”，可妈妈对我的恩情可不止滴水，简直可以汇成大江大河，但是，我又何尝懂得回报呢？

　　渐渐的，我已是一名初中生了，刚进入初中时，对一切都不习惯，早晨到校早，晚上放学晚，作业又多，让我对一切都有了厌恶感，脾气也随之大了，当然妈妈变成了我的“出气筒”。

　　那天，放学比较晚，再加上作业又多，放学时就一肚子的不愿意，晚上写作业时，由于心情不好，效率很低，可偏偏天有不测风云——停电了！。蜡烛慢慢地燃烧，越来越矮。“蜡烛快没了，你再去买两根吧。”我不耐烦地说道。“嗯。”妈妈便答应边开门往出走。

　　独自坐在桌前，望着那微弱的烛光，我不禁为自己刚才对妈妈的粗里粗气感到惊讶，近来，由于还不适应中学生活，几次因脾气暴躁迁怒于妈妈，而妈妈却没说什么，只是默默地忍受着。这次，我竟然又将停电的愤怒撒到了妈妈身上……

　　不一会儿，妈妈回来了，累得上气不接下气，脸通红，九月秋天的晚上也是很凉的，而妈妈却只穿了一件单衣就出去了……

　　古人曾说过：“谁言寸草心，报得三春晖。”小草知道知恩图报，而我呢？这使我陷入无尽的沉思中，以前那个“乖乖女”哪里去了？母亲忍受了我的很多无知与任性，这时我心中油然而生无限愧疚与感激之情。

　　母爱是伟大的，妈妈为我付出了太多太多，而我又该怎样做呢，我应该学会感恩，而感恩的最好方法就是以优异的学习成绩回报父母！

　　谢谢。

**2025年学校重阳节国旗下演讲稿 篇14**

　　亲爱的老师、同学们：

　　早上好!

　　我今天演讲的题目是：纪念传统节日，传承传统文化。

　　众所周知，端午节在农历五月初五。关于端午节的起源有很多故事。屈原的国家楚国被入侵，屈原跳江身亡，屈原死后，楚国人民划着龙舟，把粽子和鸡蛋扔进河里，不让鱼吃屈原的身体。

　　民间流传着这样一首儿歌：“五月五，是端阳，门插艾，香满堂。吃粽子，撒白糖，赛龙舟，喜洋洋。”端午节到底有哪些习俗?

　　端午节吃粽子是一种传统习俗。粽子皮是由叶子做成的\'，粽子里面有很多种馅料。吃粽子的习俗已经广为流传。同学们，我想问大家几个问题，你们吃过哪些馅?的粽子?你做过粽子吗?

　　最常见的是用糯米或枣子包粽子。我记得，在幼儿园，端午节前举行了一次包粽子，当时我和奶奶都参加了。每逢端午节，社区还会组织各民族居民一起包粽子。

　　赛龙舟也是端午节的习俗。每年电视上都有龙舟比赛。

　　我从我母亲那里听说在她的家乡有很多活动来纪念端午节。例如，清晨用艾叶、艾草、冬瓜插在门上洗手洗脸，用草药做一些包，给小孩子戴五彩线，煮鸡蛋，包粽子等，欢欣鼓舞。总之，这个节日是非常重要的，是一个大的民间节日。

　　在端午节之前是中国的儿童节日，每年人们都会拿五彩线团五彩球，在每年的五月初五的后一个雨天，人们会把球扔到下雨的地方，传说这样活给人带来好运。

　　我国历来重视传统节日。近年来，端午节作为法定节日，全国人民庆祝的传统节日。

　　在这里，我特别想说的是，有很多人忽视了中国的传统节日，喜欢外国的西方节日，如圣诞节，愚人节，万圣节，这是不提倡的，我们是中国人，每个传统节日的背后有着深厚的传统文化，每过一次传统节日，身心都受到洗礼，我们应该自豪自己是中国人!

　　同学们，屈原的故事离我们很远，但他的爱国情怀却离我们很近。热爱伟大的祖国，建设美丽的家园，我们需要每一代中华传统文化的传承，我们是祖国的未来，要努力学习，成长为对社会有用的人!

　　谢谢大家。

**2025年学校重阳节国旗下演讲稿 篇15**

　　老师们、同学们:

　　大家早上好!

　　(感谢三2班同学的演讲，正如他刚才介绍的)每年的xx月xx日，是“世界消防日”，xx月xx日与火警电话号码相同，这时候正是我国秋冬季，风干物燥，火灾多发。消防安全知识的贫乏，消防安全意识的淡薄总是能让我们看到、听到一幕幕血的教训。为增加全民的消防安全意识，使更加深入人心，从xx年起，我国将每年的xx月xx日定为全国的“消防宣传日”。

　　作为小学生，我们怎样防止消防事故的发生呢?在此，我向大家提出几点建议：

　　1、不带火柴、打火机等火种以及汽油、烟花爆竹等易燃易爆物品进入校园。

　　2、自觉爱护校园内的各种消防措施，如消防栓、灭火器等。

　　3、在教室里，不准随便拉电线，不得擅自使用电器设备。

　　4、放学之后，要记得关掉电器，并切断电源。

　　当遇到火灾时，如何逃生自救呢?消防专家介绍了在公共场所遭遇火灾时逃生自救的方法，请同学们仔细听好：

　　1、要了解和熟悉环境。当你走进商场、宾馆、酒店等公共场所时，要留心安全出口、灭火器的位置，以便在发生意外时及时疏散和灭火。

　　2、火灾袭来时，不要慌不要乱，及时拨打或向周围求救。

　　3、要迅速撤离。一旦听到火灾警报或意识到自己被火围困时，要立即想法撤离不要贪恋财物。

　　4、要从通道疏散。如疏散楼梯、消防电梯、室外疏散楼梯等，也可考虑利用窗户、阳台、屋顶、落水管等脱险。

　　5、要保护呼吸系统。穿过浓烟逃生时，要尽量使身体贴近地面，并用湿毛巾捂住口鼻。否则容易中毒、或者被热空气灼伤呼吸系统软组织窒息致死。

　　“远离火灾，创造和谐社会”是我们共同的目标。老师们，同学们，让我们携起手来，更加关爱生命，更加关注消防安全，愿我们每个人的心中都充满着爱，爱自己，爱亲人，消防安全，从我做起。

　　(老师们、同学们，消防记心中，安全常相伴。只要我们懂得了消防知识和一定的自救知识、措施，我们就能正确、冷静地面对火灾，远离火灾的危险。)

　　谢谢大家!

**2025年学校重阳节国旗下演讲稿 篇16**

　　尊敬的各位领导，各位老师，最亲爱的同学们：

　　大家上午好！

　　不管你怨或不怨，高考它就在这里；不管你愿或不愿，离别它就在这里！两天考试，一份答卷，一千多个日子，高中就这样过去了。曾经最狂放的姐、最犀利的哥也许都要忍不住伤感：我的青葱岁月就这样一去不复返。

　　高中三年，也许你们有太多的伤不起：拼了命的学习从来都没得过第一，表扬的名单里自己总是缺席，教室里总是很热食堂里总是很挤，课余打打篮球就来不及洗澡，冷水偶尔罢工开水担心被盗，想要做的事情很多能做的事情却很少，理想总是很丰满现实总是很骨感……

　　是的，高中很难，但是正因为此，它才那么灿烂！

　　回想三年，高一为了适应生活跌跌撞撞，第一次在烈日下远足40里还要回来自己洗臭衣服，现在想来，不过如此；高二为了学考忐忑不安，成绩出来后9科竟然门门过关，现在想来，不过如此；高三为了高考目不窥园，夜不能寐，没有看过电视，没有追过女孩，原以为进的是地狱，现在想来，不过如此。果真如此，那么恭喜你，你已成大，因为那些泥泞的路上已写下你的名字，那些流过的泪受过的伤都已开出了花，你已是一个有担当的有毅力的有思想的敢于挑战的年轻人。这些才是你今生的财富！

　　说来很遗憾，在你们心目中，老师总是\"怪兽\",你们总是\"奥特曼\".你们爱自由，老师却希望你们爱学习；你们爱成功，老师总是不断打击：历史老师上下五千年和你玩着穿越，地理老师经天纬地让你分不清东南西北，语文老师总是说一千个读者有一千个哈姆雷特但你写的那个就是朱莉叶；物理老师释放电力给你压力让你明白什么叫无能为力，生物老师拼命三郎题海战术铺天盖地；数学老师立校之本，白天不够晚自上加课，英语老师没有共同语言你听的不是课而是寂寞，政治老师笑你成绩就象股票，起起落落还有泡沫；化学老师恨铁不成钢，嘲讽你草都能制出氨基酸，班主任老师象个监控器你逃不出他的五指山，最可怕的是张大主任总是在你玩手机看小说接盒饭的时候象个定时炸弹……也许确实我们曾给了你们太多的抱怨，曾添了你们太多的挑战，曾损了你们太多的颜面。但是，我亲爱的同学们，如果没有我们这些\"怪兽\"竭尽所能的牺牲，又怎会有你们这群\"奥特曼\"的千锤百炼！更何况，我们也曾有过那么多同欢笑的岁月，共荣辱的时光，并肩作战的老照片。在此希望同学们一并忘记我们曾有过的不愉快，因为这些都是我们爱你所付出的代价！此去经年，回忆往事，我相信在你们的记忆里，高中的这段岁月，永远都是充满诗意的华年，光辉灿烂！

　　痛并快乐着，这就是我们高中，这就是我们高中年代！多年以后，也许我们已相忘江湖，但是你一定不会忘记自己曾经是四中人。不管走得多远，飞得多高，但请记得一句话：\"什么是母校？就是那个你一天骂她八遍却不许别人骂的地方。\"请爱自己的母校，那些丹桂飘香的八月，那些香樟飘舞的落叶，甚至还有她的那些不完美！

　　中国台湾作家龙应台曾经说过：\"所谓\*一场，只不过意味着，你和他的缘分就是今生今世不断地在目送他的背影渐行渐远。\"而现在我要说，所谓师生一场，只不过意味着，我们的缘分就是在一场又一场的考试后目送你们离开。高考一过，你们都将远航。送你离开，千里之外，那里才是你们的舞台！那么，珍重！就此，BYE――BYE!

**2025年学校重阳节国旗下演讲稿 篇17**

　　同学们，大家好：

　　今天，我要和大家谈一谈“期中考试后的反思”。紧张的期中考试已经结束，大家都非常关心自己的考试成绩。但是，同学们，你们有没有想过，分数的背后，还隐藏哪些内容?期中考试，可以检测、衡量我们半个学期的学习效果，能发现我们平时学习上的不足与缺陷。我们只有不断反思自己，才能让我们走得更远。那么如何对考试成绩进行正确的.分析和反思呢?

　　首先，要对考试中的失误或错误进行认真分析，反思自己平时的学习态度和学习习惯。成功一定有成功的方法，失败也肯定有失败的原因。有两点是可以肯：第一，“态度决定一切”，如果你在考试中，记忆性的题目失分过多，这起码是你时间投入不足。如果许多简单的知识应用、运算出错较多，则反映出你平时训练不够，这些都与学习态度有关。有一句俗话，“梦里走了许多路，醒来却还在床上”，意思就是，“不勤奋，理想永远是梦想”。记住：学习真本领没有勤奋的耕耘是不行的。第二，“细节决定成败”，如果考试中你总是看错题目的条件、会做而不得分，显然是你平时就缺乏专注、顽强的意志力和踏实严谨的学习习惯。

　　其次，不管这次考试成绩满意与否，我们每位同学都要设立新的起点，确立新的学习目标。如果这次考得好，我们要继续坚定信心，以更加饱满的精神、更加认真地态度投入到学习中去，从而保持优异的成绩;如果这次考试考得不好，我们也不能一蹶不振、恢心丧气，我们要静下心来重新找到自己的新起点。学习犹如长跑，谁懈怠了，谁就会落后;谁不坚持，谁同样也会落后。所以对待学习，我们要坚持不懈，要有滴水穿石的毅力。借此机会我代表学校，对获得初一初二年段的全校前十名同学进行表扬;

　　获得初一年段前十名同学是：

　　获得初二年段前十名同学的是：

　　请为他们取得的优异成绩，鼓掌祝贺。希望他们不骄不躁，继续努力，争取更好成绩;同时，希望全体同学以他们为学习榜样，马上行动起来，就从基础抓起，增强自信，提高效率，相信成功就在不远处。

　　谢谢大家!

**2025年学校重阳节国旗下演讲稿 篇18**

　　尊敬的老师，亲爱的同学们：

　　大家早上好。

　　今天国旗下讲话的主题是“懂得谦让,学会交往”。

　　中国素有“礼仪之邦，文明古国”的美称。许许多多古今贤哲都宣扬着华夏的传统美德，而正在文化熏陶中成长的我们，正应接过文明的接力棒，传承中华的美德。

　　“满招损，谦受益”。谦让，是一种美德，更是人生前行的一张通行证;谦让，是幸福与微笑的催化剂，更是我们生活中不可或缺的内在风度。作为新世纪青年的我们理应学会谦让，但，我们也不无遗憾地看到，在我们的身边，固执己见、互不相让的争吵依旧时有发生，琐碎的小事却严重影响了同学之间的友谊。可是，如果我们懂得了谦让，能够明智地在争执中退让一步，也许问题便会迎刃而解。由此可见，谦让不仅可以化解矛盾，更能化阻力为动力，为同学间友谊的增进添砖加瓦!

　　谦让，会使“大事化小，小事化了”，同时，别人也会欣赏、敬佩你的风度;谦让，意味着不要“无理争三分”“得理不饶人”;退一步海阔天空，宽容博大的胸怀会让彼此心中暖意融融;谦让，会让我们这个大家庭更温暖可爱，让我们收获更多的友谊与快乐。而懂得谦让的同时，我们与他人的交往也会更进一步。学会交往，也是在我们的人生中必不可少的需要掌握的技能。

　　学会交往，意味着需要我们敞开心扉，真诚地与人交流，在相互接受与倾听中学会平等参与，共同成长;学会交往，意味着在与他人交往和合作中，我们要主动融入，在倾听和参与中陶冶情操，学会宽容和接纳他人。只要我们在生活中多为内心开点窗口，对身边的同学朋友坦率些，那么我们就会成为别人愿意接近的人。学会交往，还要善于自知，能在交往中以他人为鉴，不断调整和完善自己，要珍惜身边支持你的朋友，要善于发现他人的优点，在真诚的交往中互相帮助，和谐成长。

　　懂得谦让，会让生活少一些烦恼，多一分轻松和快乐，收获宝贵的友谊。学会交往，会让他人发现你内在的风度和善意，营造出和谐愉悦的生活气氛，增进与人之间的友谊，获得更多的助力与欢乐。

　　为了我们的校园更宁静祥和，为了我们的学习更和谐欢快，为了我们的生活更鲜妍明媚。让我们用谦让打开彼此的心扉，用微笑叩开友谊之门，用心灵温暖和关爱他人。在真诚的.交往中为生活储蓄欢乐，为校园洒满阳光，为彼此的学习增添和谐。同学们，扬起微笑，用谦让与真诚，从身边的点滴小事做起，让阳光与芬芳溢满我们的校园，与大家一同分享彼此的欢乐吧!

**2025年学校重阳节国旗下演讲稿 篇19**

　　小鸟在成长时，那清脆的叫声，便是欢乐的见证;花儿在成长时，那鲜艳的花朵，便是欢乐的见证;小树在成长时，那绿油油的叶子，便是欢乐的见证……我们在成长时，也拥有了许多欢乐，汇聚起来，便成了一首动人的歌曲，在耳边荡漾。我走进我的“人生”剧院，找了个位置坐了下来，一按遥控器，童年的乐趣立即出此刻大屏幕上。

　　童年的我，正在花丛中追风扑蝶，享受纯真的味道;童年的我，正在陪弟弟玩着“过家家”;又是童年的我，无忧无虑地跟伙伴追逐玩耍，品尝友谊的咖啡……追逐蓝天白云，让欢笑随之飘动，又如一匹匹脱僵的野马，狂奔在草地——这就是童年那一曲不变的乐章。当我沉浸在童年的童真中，却为一幕深深自叹，怎样了?其实童年并不必须都是欢乐的，它就像月儿一样，也有着阴晴圆缺。瞧，我因玩耍将邻居家的花弄枯萎了，正理解着处罚……

　　我按了一下快进键，看到成长中的我。

　　在夜深人静的夜晚，有盏小台灯还在跳跃，写字写得太快而发出的“沙沙沙”声，回荡在这孤寂的夜里。瞌睡虫已爬上眼皮，在我的眼睛里戏耍着，好重好重。这不得使懒了一会，也许此刻应当不会如此狼狈，起码要比此刻好点。可是，我是一个孩子啊，“玩”是我的天性，也是自由。可是，为了这一时的欢乐却要换来难咽的苦果，怎样办?仅有自我受着了。

　　俗言：“小马过河，河之深浅需要自我的尝试”，而成长的路也需要一步步、脚踏实地的向前走。在一点一点的长大中，我不再跟以前一样小孩子气，明白了许多人世道理，懂得谦让、扶持和朋友的真正价值。长大了，更让我对“书”有了一片痴情，不管到哪，口袋里总装着本书。在遭受挫折时，保尔那不畏困难、坚持到底、永不言弃的精神鼓舞了我，使我敞开脚步，奋力去闯;在苦难时，想到卖火柴的小女孩的艰苦，自我这点又算得了什么，更是闯过了重重险阻。在接下去的成长旅途中，我就像帆船一样，实现了自我的梦想，写上了我成长的圆满结局。

　　是啊，长大多好啊，能够帮父母分担更多的事，让自我在成长中收获知识、朋友、乐趣!

　　我走出剧院，满脸灿烂的笑容，能够赛过阳光的妩媚，花儿为我摇摆，溪水为我歌唱，成长是多么欢乐!

**2025年学校重阳节国旗下演讲稿 篇20**

　　“清明时节雨纷纷，路上行人欲断魂”。清明节，既是我国二十四节气之一，又是我国最重要的祭祖和扫墓的日子。关于它的由来，有许多动人的传说。下面就挑一个来讲讲：“春秋时代，晋国国君的儿子重耳为躲避追杀，在介子推等人的帮助下逃到了国外。他们在荒山中迷了路，又找不到东西吃，此时的重耳还心系百姓，这感动了介子推，他从自己腿上割了一块肉，烤熟了递给重耳吃。重耳在外流亡了20xx年后，终于回国做了国君。他给跟随他逃亡的人都封了赏，惟独忘了介子推。经人提醒，他非常过意不去，决定亲自去请介子推。谁知道介子推早就带着老母亲躲到绵山里去了，重耳带人搜山，也没能找到他们。有人提议放火烧山，重耳采纳了这个建议，结果适得其反，把介子母子烧死在一棵大柳树下。重耳非常后悔，把他们葬在柳树下，为忌烟火，他命令全国百姓每个的这一天都不得点火做饭，定为“寒食节”。第二年，重耳领群臣去绵山祭奠，发现柳树复活了，就把这棵柳树命名为“清明柳”，把“寒食节”禁火，在“清明节”插柳，代代相传，成了全国性的大节日。

　　我们知道先烈们用自己的鲜血染红了国旗，用宝贵的生命为共和国大厦奠基，先烈们的丰功佳绩是不朽的，他们的精神是永存的，共和国不会忘记他们!人民不会忘记他们!生活在幸福生活中的少年儿童更不忘记他们!

　　忆往昔，诉不尽我们对先烈们的无限怀念;看今朝，唱不完我们对明天无限的憧憬;展未来，我们信心百倍，壮志豪情。不管我们将来从事什么职业，我们祖国的儿女，肩负着先烈们没有完成的事业，肩负着建设经济发达、文明富强、巍然屹立于世界东方伟大祖国的历史重任，让我们以实际行动呼唤文明春风，告慰烈士忠魂!

　　谢谢大家。

**2025年学校重阳节国旗下演讲稿 篇21**

　　老师们，同学们：

　　大家早上好！

　　今天我要讲的话题是感恩父亲。同学们每年6月的第三个星期日是父亲节，今年是6月21日。生活中、我们更多的在赞美母亲，赞扬母爱，很少谈及父爱。高尔基说过：父爱就像一本震撼心灵的书，读懂了这本书，就读懂了整个人生。

　　其实，在人类爱的长河里，父爱和母爱同样伟大。同学们不妨仔细想一想。在你的记忆里，是谁整日里用宽大的手掌撑起你，是谁用粗硬的胡须亲昵你，是谁用厚实的肩膀驮着你，又是谁整天跪在地上让你尽享骑马的乐趣？是父亲，正是那无私无畏的父亲。如果说母爱如水；那么父爱一定如山。难怪人们选择一年之中阳光最炽热的6月来过父亲节，原来它蕴含着的是父亲给予子女的最真挚、最火热的爱。

　　大家回顾一下自己的成长历程，教我们坚强、教我们自立、教我们树雄心立大志的一定是父亲，从这个意义上说，父爱如山。父亲是勇气和力量的源泉，是希望和信心的化身。尤其在做人，求学的岁月里，他留给我们的是坚强和忍耐。无论春夏秋冬，不管天南海北，我们在哪儿，父爱就延伸到那里。父爱还是一片宁静的港湾，当我们失落时，他能给予我们信心，勇气和力量；父爱更是一本书，当我们长大以后，再次打开它，一定会读懂父亲那颗最深沉、最热烈的心。

　　母爱有声、父爱无言，父爱可能就藏在他愤怒的呵斥中，也可能藏在打你的巴掌里，无论它藏在哪里，我们一定要理解父亲那深沉的爱啊！希望在父亲节这个特殊的日子里，让我们怀着真诚的心，真诚地对自己的\'父亲说声：“亲爱的爸爸，您辛苦了。我会付出行动，做一个值得您骄傲的好孩子。更希望你们能够在平时的学习、生活中记得父母的养育之恩，并用一种感激的心态对待父母为你们所做的一切。在父母生日的时候，在父亲节即将来临的时候，别忘了为他们送上一声祝福，一声问候，一张贺卡，一杯热茶。

　　最后，祝愿各位老师、各位同学的父亲、祝愿全天下所有的父亲永远健康！请班主任再进行感恩父亲的教育。

**2025年学校重阳节国旗下演讲稿 篇22**

　　尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

　　大家好！

　　我今天演讲的题目是《小学生的诚信》。

　　诚信是中华民族的传统美德，也是我们每个人立身做人的基本道德准则。孔子曾说“人而无言，不知其可也”。信用是一种现代社会无法或缺的个人资产。

　　我们第一天跨进校门时都曾经说过：我要做一个好学生；上课认真听讲；按时完成作业；遵守考试规则。这就是我们对学校和老师作出的，更是对自己和家长作出的。

　　可是今天在我们的身边却有许多诚信缺失的事例，有些同学经常不完成作业，老师催要时，总是说：没带来。就连没有做完作业这一事实都不敢承认，久而久之，老师、同学都不信任他，就算他真的没带作业，老师同学也认为他没做。这是一种不诚实的表现，也是一种对自己不负责任的表现。抄袭作业更是愚昧之举，欺骗老师，欺骗家长，自己却是的受害者。一篇漂亮的抄来之作，也许会换来老师的好评，会赢得家长的微笑。但是，实际上自己并没学到该学知识，一到考试和实际应用时，便暴露了自己无知的本质，再美好的机会也会成为泡影。所以贪图一时逍遥快乐，不刻苦钻研，终为自己在空中搭建起美丽的楼阁，殊不知，终有一天，自己将被埋葬。

　　综上所述，我们小学生从小就要有讲诚实，守信用的习惯。并从身边的每一件小事做起，有些事虽小，但折射出生活的真谛。拥有诚信就像划船人拥有一根船桨；伐树人拥有一把利斧；像雄鹰拥有一双翅膀。

　　我的演讲完了，谢谢大家！

**2025年学校重阳节国旗下演讲稿 篇23**

　　各位尊敬的老师，亲爱的同学们：

　　大家好！

　　嘿，朋友你怎么看责任这个事。作为一个人我想权利和义务是相对公平的。今天之所以想谈谈这个事是因为今天玩游戏。我们年轻人都玩的一款游戏叫《王者荣耀》这个游戏分为几个职业。分别是法师，射手，坦克，战士，辅助，刺客。我喜欢玩的那一路是上路也就是战士路和坦克路。

　　在这个游戏里什么事坦克呢？就是出最肉的装挨最毒的打。因为坦克是前排英雄就要挨打。保护后边的射手和法师输出。王者荣耀是一个推塔游戏。在这个游戏里特别讲究团队的配合。但是今天我错了。我是真的错了。既然是一个团队游戏那么就不能单打独斗吧。但是今天我有点冲动了。今天的游戏开局大顺风我自己就有点飘了。之后就是各种越塔强杀什么的但是吧，明明是顺风的局因为我的错误造成了失败。因为我的冲动我作为一个坦克团战的时候没有保护好我方的输出位置。结果我们的团战节节败退最后输掉了游戏。

　　当我们的对局结束我的朋友没有说我，但是我还是自我反省了一会。都是我的错。是我太过于冲动都是我的错。作为一个对抗路的坦克是我没雨尽到自己的责任和义务造成了失败。这个时候我知道了责任的重要性。什么是责任是各司其职是各尽其力。但是今天的我没有。以前团战的时候都是我第一冲最后队友全身而退我一人抗下了所有但是今天没有。作为一个前排的位置我没有做到保护这是我的错。想想这个游戏挺像这个社会的运行的规律的。老师作为教书育人的职业责任就是教书育人。医生作为救死扶伤的职业就是治病救人。假如说有一天老师去救死扶伤了医生去教书育人那么这个社会就乱了。同样的游戏也可以。假如说坦克不冲在前面保护后排。假如说游戏中的刺客职业不去切对方的射手和法师。那么这个游戏的结果可想而知只有失败。所有做人要有一颗责任心。明白自己在什么位置上明白自己该做什么。就是这样的责任心才能让一切正常运转。

　　嘿，朋友你现在是什么身份是学生请你认真学习请你遵守校规校纪。如果你是子女请你孝顺父母。如果你是朋友兄弟请你在他最困难的时候伸出自己的援手。这就是责任。你要勇敢的担当起自己的责任什么事情都是相对的。因为做人都是将心比心的对吧。就是这样了。勇敢的承担起属于自己的责任。

**2025年学校重阳节国旗下演讲稿 篇24**

　　健康生活：让我们从珍惜粮食开始

　　从表面上看，浪费只是个人的消费方式，当从本质上讲，它却从一个侧面反映了一个人的人生观和价值观的偏颇和瑕疵。毕竟任何资源都是一种劳动的结晶，浪费资源就等于不尊重劳动本身，作为解决温饱的粮食，自然也不例外！

　　中国人口超过13亿，人均耕地面积不到1.5亩，是世界人均值的1/4；如此宝贵的耕地，每年还以千万亩的速度在消失。我国东部600多个县（区）人均耕地低于联合国粮农组织确定的0.05公顷（0.75亩）的警戒线。而我国由于设备和管理落后，粮食在收获、储存、调运、加工、销售和消费中的总损失高达18.2％，也就是说，我国每年的产后粮食约有850亿公斤被白白浪费掉。资源、可持续发展已经成为世界性的课题。

　　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。浪费是一种可耻的行为。即使在发达国家，节俭也被视为一种美德。这是对劳动的尊重，也是一种社会责任，更何况我国还是一个发展中国家，还有那么多人没有解决温饱和贫穷，还有那么多孩子因贫穷而失去受教育的机会。减少不必要的浪费并不难，在日常生活中不过是举手之劳。只要存有节约的意识，其实做起来很简单：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，而不应该摆阔气，乱点一气；吃不完的饭菜打包带回家。尽量减少对生态环境的压力已经成为一种新时尚，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，能够节约一粒米、一滴水、一分钱……也是对社会的一份贡献、一份责任。

　　建设节约型社会，关系到我们每一个人。节约资源，健康生活，让我们从珍惜粮食开始做起吧。

**2025年学校重阳节国旗下演讲稿 篇25**

　　各位老师、同学们：

　　从小就和书结下了不解之缘。

　　小时候，为了哄我睡觉，妈妈总会拿着一本故事书坐在床边，给我生动地讲童话故事。我被一个又一个美丽的童话迷住了，总是幻想有一天我会成为公主。有一次我妈要加班，不能回来给我讲故事，我就拿起故事书给自己讲。那时候我还小，读的东西不多，一个字也读不全。我愤怒地扔掉故事书，发誓长大后要认识很多字，看很多书。

　　上了小学以后，认识的单词越来越多，自然看的书也越来越多。从薄薄的连环画到厚厚的小说，每本书都整齐地排列在书柜上。书是无声的，却带着神秘的微笑把我带入了另一个世界。在这个世界上，我可以和对面的智者交谈，听他谈论乐观、力量和善良。我能看到花开花落，日出日落，雁飞去又飞回来；我能听到水的汩汩声，甚至是露水落在草地上的细微声音。

　　如今，随着科技的发展，广播、电视、电脑等新媒体层出不穷，但我依然热爱书籍，文字的线条像跳动的音符，奏出深邃悠远的天籁之音。书给了我太多，甚至影响了我的一生。

　　一次英语考试，我只考了76分，打击很大。有几次，我几乎想放弃，甚至堕落。在关键时刻，我的朋友舒帮助了我。我想起了林肯和《笑猫日记》的故事。突然觉得自己太软弱了。谁的人生一帆风顺？谁的成功不是来自无数次的失败？我又站了起来，努力学习英语，终于成功了。我很开心，也很高兴我有一个好朋友。

　　早晨或傍晚，我独自坐在窗前，听着窗外的风雨如诗，读着人生如戏。窗外大树上的叶子是黄色和绿色的。春、夏、秋、冬，我不知道去了多少次，但我坚持着与书的约定。在学校，我也是每次都带着学习。我总是很快融入书的世界。有时候，我会因为几句幽默的话而忍不住笑出来。这时，周围的学生会莫名其妙地盯着我，仿佛盯着一个怪物，盯着我的心脏毛毛。

　　高尔基曾经说过：“书籍是人类进步的阶梯。”书，陪我走过一个又一个楼梯，见证了我的成长。这一刻，身心都长大了，唯一不变的就是对书情有独钟。

**2025年学校重阳节国旗下演讲稿 篇26**

　　同学们，又进入期未复习阶段了，有的同学或许正为自己学习成绩不理想而苦恼，或许正为即将到来的期末考试而紧张，怎样才能使自己的头脑更聪明呢？

　　据说有一个叫小机灵的小朋友，遇见了一个智慧大师，问：“大师，怎样使我明天比今天更聪明呢？”智慧大师说：“给头脑充电，明天你就会更聪明！”可是怎样充电呢？

　　大师说：

　　一要多运动。人脑分大脑和小脑两部分，大脑由左右两半球组成。左半球主要管语言、数学等；右半球负责音乐、美术和空间的辨认。我们平时使用较多的是大脑的左半球，而大脑的右半球使用较少。因此给头脑充电，就特别要通过多活动左手左脚左边身体和多参加音乐、美术等方面的活动，来锻炼和增强大脑右半球的功能。这样左右半脑经常交替运动，大脑就会得到锻炼和发展。所以，我们要上好每一节课，因为有些课能使我们的左脑更聪明，有些可能锻炼我们的右脑。上好每节课，学好每个知识，就会使我们变得更聪明。

　　二要增加营养。大脑活动需要消耗一定的能量，我们的大脑正处于生长发育的重要时期，要维持大脑的正常工作，要促进大脑的发育完善，就必须注意身体成长所需要的营养，给大脑提供足够的能量。所以我们在吃饭的时候就不能挑食，因为每样食物等能给我们提供不同的营养。

　　三要注意休息。脑细胞不像身体的其他体细胞那样能贮存一定的营养。因此，脑细胞持续工作七八小时以后，活动便会减弱下来，会自动休息。休息可以使大脑消除疲劳。恢复机能。散步、做操、调换用脑内容。闭目静养和睡眠是几种不同的休息方式，小学生应保证自己有足够的睡眠时间。

　　四要手脑并用。我国的教育家陶行知先生曾做过这样一首教育诗：“人生两个宝，双手与大脑。用脑不用手，快要被\*。用手不用脑，饭也吃不饱。手脑都会用，长大不得了。”这是告诉我们，每个人都应该学会手脑并用。

　　如果你想明天更聪明，一定不要忘记给大脑充电，不要忘记运动、营养、休息。

　　演讲稿是人们在工作和社会生活中经常使用的一种文体。它可以用来交流思想、感情，表达 主张、见解；也可以用来介绍自己的学习、工作情况和经验等等。希望《国旗下演讲稿范例》一文能帮助您解决关于“国旗下演讲稿”相关的问题，再次感谢您的阅读！

**2025年学校重阳节国旗下演讲稿 篇27**

　　尊敬的各位、老师：

　　大家好！

　　我是来自106的谢侠侠今天我国旗下讲话的内容是冬季消防安全。

　　江西上饶市信州区鑫源大厦地下一层的一个体仓库发生火灾，过火面积4202.9平方米，并造成建筑物局部坍塌，使27户居民、41家个体工商户受灾，直接财产损失达566.5万元寒冬将至，随着气温的骤降与日渐干燥，越来越多的突发事件进入人们的视线，吞噬希尔你的生命。上天对每个嗯都是公平的，因为生命只有一次，并不如来年重新生长的绿草一般，为此，我们只有提高自己的消防安全意识，规范自己的日常行为，才能使自己的生命如同冬季的雪花，一般坚毅，美丽。

　　火与电是人类生活之中必不可少的工具之一，它们带来了人类的文明与社会的进步，与此同时，它们却也给人类的生命安全带来了很大的威胁，为了避免这样的悲剧发生在我们的周围，我向同学提出以下建议：

　　一、爱护教学楼以及宿舍楼的消防设施，对校园内的各种电器开关，电源线，消防栓，灭火器等加以保护，切勿破坏。

　　二、生活用火仔细小心，在火源附近不放置任何可燃易燃物，发现煤气泄漏之时迅速关闭阀门，同时打开窗户便于通风，切勿触动电器开关以及使用明火，避免引起爆炸

　　三、发现有人触电要设法及时关断电源；或者用干燥的木棍等物将触电者与带电的电器分开，不要用手去直接救人；年龄小的同学遇到这种情况，应呼喊成年人相助，不要自己处理，以防触电。

　　四、日常生活之中，若遇到火灾，应立即拨打119报警电话报警，有浓烟产生之时，应使用湿润的衣物或毛巾捂住口鼻，迅速逃离现场，不可慌张至手忙脚乱。

　　五、在进入公共场合之时，要了解和熟悉所进入的公共场合的环境，留心安全出口的位置，以便在发生意外之时及时逃离。

　　安全是相对的，同时，危险也是永存的，而我们能做的，是预防那些可能发生的意外与事故，希望全校师生时时刻刻绷紧一根弦——生命至高无上。

　　我的演讲完毕，谢谢大家

**2025年学校重阳节国旗下演讲稿 篇28**

　　老师们，同学们：

　　大家好，今天我演讲的听题目是《珍爱生命》。

　　父母给予我们宝贵的生命，我们就应该加倍去珍惜它。花儿谢了，还有重新绽放的一日；小草枯萎了，还有重生的一天；但我们的生命结束了，就意味着生命走到了尽头了。生命之花没有重新绽放的时刻了。可是，往往那些潜伏在我们身边的“狂风暴雨”却加速了生命之花的凋零。

　　春去夏至，送走了春天，炎炎的夏随即而至。酷热的夏诱使着多少人不顾生命危险，私自在沟渠，江湖河海中游泳嬉戏，正是在这一个又一个不规范的“游泳池”中，多少生命葬送于此，消失在人间。就在月17日下午，江西抚州市广昌县实验小学四年级三班的五名同学结伴私自在江河上游 200米处下水游泳，其中三名同学被水流冲走，一名巡警在打捞的过程中不慎遇难，正是这一个不经意的举动，造成了四人身亡的惨案。

　　溺水的事件远远不止这一些，但我们从这些事情中都可以感受到：生命是渺小的，就像大海中的一粒细纱，容易被人们所忽视；但生命同时也是宝贵的，就像一颗璀璨的宝石，珍贵无比。因此我们更应该珍爱自己的生命。

　　谢谢大家，我的讲话完毕。

**2025年学校重阳节国旗下演讲稿 篇29**

　　尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

　　冬天过去了，万物复苏，这时，一年一度的清明节又到了。

　　清明，农历二十四节气之一。中国传统的清明节大约始于周代，距今已有二千五百多年的历史。万物生长此时，皆清洁而明净，故称为清明。”清明一到，气温升高，正是春耕春种的大好时节，故有“清明前后，种瓜种豆”的农谚。常言道：“清明谷雨两相连，浸种耕田莫迟延”可见，清明是一年间农业活动的开始。唐代诗人杜牧的《清明》更写出了清明节的特殊气氛。

　　清明节是一个纪念祖先的节日。主要是扫墓。扫墓是慎终追远、敦亲睦族及行孝的具体表现。清明扫墓，谓之对祖先的“思时之敬”。直到今天，清明节祭拜祖先，悼念已逝的亲人的习俗仍很盛行。清明节,让人缅怀先辈，令人留恋，令人悲叹，令人振奋，这里面蕴含了许多先辈们的事迹，当他们入土为安之时，自己的故事就告终了，剩下的，就只有让人怀念了!

　　清明节是中国最重要的传统节日之一。它不仅是人们祭奠祖先、缅怀先人的节日，也是中华民族认祖归宗的纽带，更是一个远足踏青、亲近自然、催护新生的春季仪式。

　　清明节，又叫踏青节，按阳历来说，它是在每年的4月4日至6日之间，正是春光明媚草木吐绿的时节，也正是人们春游的好时候，所以古人有清明踏青，并开展一系列体育活动的的习俗。

　　历史上，每年农历的清明节在都江堰都要举行隆重的放水大典，以预祝当年农业丰收，这是川西平原源远流长的传统习俗。届时，地方官员要亲自主持放水仪式，举行盛大的庆典活动。清明放水节再现了成都平原农耕文化漫长的历史发展过程和民俗文化，体现了中华民族崇尚先贤、崇德报恩的优秀品质，具有弘扬传统文化的现实意义。

　　清明，这个节日，慢慢融入了我们的生活，成为了生活中一部分。这个民俗经国务院批准列入第一批国家级非物质文化遗产名录。

　　严冬在春风中消退，岁月在奋斗中远去，不知不觉中又是一年清明时。当我们怀着崇敬而凝重的心绪齐聚烈士纪念碑前，阳光下纪念碑上那巍然屹立的战士仿佛正引领着我们向远方眺望，他是要提醒我们不要忘了中华民族过去不屈不挠的奋斗史?还是要携我们展望中华民族的美好未来?

　　同学们，传统的清明节就要到了，在这一天，我们将拥抱于大自然，感受春的讯息。体味这中华民族传统而又盛大的节日

**2025年学校重阳节国旗下演讲稿 篇30**

　　老师们，同学们：

　　大家好!

　　你看：冉冉升起的五星红旗带我们走入新的一周，在九月阳光的照耀下，我们又迎来了一个教师节，在今天的升旗仪式上，让我代表全体同学向辛勤培育我们的老师献上我们最诚挚的祝福，并致以最崇高的少先队的队礼!

　　九月，金色的季节;

　　九月，温馨的季节;

　　迎着九月的和风，

　　我们采一束鲜花送给最亲爱的老师，

　　因为今天是你们的节日。

　　忘不了，讲台上您飞扬的神采;

　　忘不了，夜灯下您辛勤的身影;

　　忘不了，您和蔼可亲的笑容;

　　更忘不了，您那默默奉献的精神。

　　是您，把我们引上知识的航船;

　　是您，带我们畅游知识的海洋。

　　严厉的责备是“恨铁不成钢”的关切，

　　谆谆的教诲又是“望生成龙”的心愿。

　　您，传播知识，

　　您，更是播种幸福，播种希望!

　　有了您，花园才这般艳丽，大地才充满生机!

　　老师，快推开窗子看吧，

　　这满园桃李，都在向您敬礼!

　　今天，我们想送给老师一份礼物，

　　是笔记本?还是贺卡?

　　不，这都表达不了我们的心意。

　　敬爱的老师，

　　清晨的风儿，正把我们的祝福送给您，

　　快乐的鸟儿，正把我们的问候唱给您，

　　我们将用——

　　健康的身体、优异的成绩和快乐的成长回报您!

　　因为我们已经懂了，这才是老师最最需要的。

　　同学们，记住吧!

　　9月10日这个美好的节日，

　　记住，老师为我们所做的一切，

　　让我们永远的感激，

　　用我们一辈子去铭记!

　　让我们祝天下所有的老师

　　身体健康，万事如意，心想事成!

　　谢谢大家。

　　教师节——国旗下的演讲稿

　　尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

　　你们好!

　　在这充满期望的时刻，在这收获希望的季节，我们迎来了新的一学期。告别了炎热的夏天。在希望的秋天中，我们欢聚一堂，举行开学典礼和教师节大会，这不仅仅是体味成功的欢乐，不仅仅是享受成功的喜悦，更重要的是展望未来，描绘蓝图，播种理想。

　　父母之爱，让我们感受到养育的艰辛;朋友之爱，让我们体会到互助的温暖;老师之爱，让我们享受到了不求回报无私关爱的博大。

　　老师为什么令我们难忘，是因为我们的心田里倾注了老师的爱。老师为什么令我们感动，是因为我们的灵魂深处凝结了老师的真情。感　谢　老师教育了我，祝你们教师节快乐!

　　我自豪，我是实验中学的一名学生。这里有团结务实的领导，有学识渊博、认真负责的老师，有精神饱满，好学上进，求实创新的学生。能融入到这样的学习环境中，是我们每一个初一学生的幸运。这里，美丽的校园在向我们招手，知识的大门向我们敞开。既然，时代赋于我们光荣的使命，我们就应该做最好的中学生。

　　我们全体初二同学，已经经历了7年的学习生活，取得了一些成绩，收获了一些希望，但我们决不满足于现状，更不能骄傲。要知道，“知识在于积累，天才在于勤奋。”勤奋是取得成功的基础，奋斗是取得成功的关键。在新的学期里，我们会更加成熟，我们的笑容一定会更灿烂!

　　初二、初三的学哥学姐们，你们将面临更多的挑战，面临更多的困难，但是，请不要轻言放弃，相信自己，相信“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，请扬起理想的风帆，荡起智慧的双桨，在知识的海洋里搏击。

　　“长风破浪会有时，直挂云帆济沧海”。同学们，让我们在老师的谆谆教导下乘风破浪，到达理想的彼岸。“等闲识得东风面，万紫千红总是春。”让我们的理想之花，开遍实验中学校园内外。

　　再次祝关心、爱护我们成长的全体老师节日快乐、幸福安康!谢谢大家。

**2025年学校重阳节国旗下演讲稿 篇31**

　　尊敬的老师，亲爱的同学们：

　　大家好，我是初一十二班的陈梦元，今天我在国旗下演讲的题目是《调整自我，健康成长》

　　中国，有万里长城，三山五岳，平原沃野，江河湖海。她像一只志气高昂的雄鸡，在960万公顷的大地上熠熠生辉，在历史的长河中闪闪发光。

　　我们是祖国的未来，也是祖国的希望。正所谓“今日之责任，不在他人，而全在我少年”身为青少年的我们要健康成长，让国家因有我们这一批充满智慧的炎黄子孙而感到无比骄傲。

　　但是，青少年时期是一个让人捉摸不透的时期。在这一时期，有太多太多的矛盾集中在我们的身上，一不小心就会误入迷途。那么，青少年又该如何才能健康成长呢？我认为，必须做到以下几点：

　　（一）强我体魄

　　健康对于每个人来说是至关重要的，有人进行过这样形象的比喻：健康是“1”，那么其他的一切都是跟在“1”后面的“0”。如果“1”倒下来，那么所有的“0”也都将失去意义。我们在提高学习能力的同时，也要加强对身体素质的锻炼

　　（二）调节内心

　　随着青少年时期的来临，我们的内心面临着各种各样的矛盾，比如：当我们面对父母时，内心总是矛盾的，我们觉得自己独立了，长大了，但其实内心深处却渴望着父母的关心。面对这样的问题时。我们可以和老师，同学，父母倾诉出内心的苦恼。与同学交往遇到问题时，我们应该学会宽容、理解、和尊重。

　　（三）热爱学习

　　“黑发不知勤学早，白首方悔读书迟。”青少年时期是我们各方面发展的时期，我们应该抓住这黄金时期，培养良好的学习习惯，掌握科学的学习方法。做到善于学习，乐于学习。

　　（四）美德相伴

　　在中华民族的发展过程中，我们用自己智慧与勤劳创造了瑰丽的文化，形成了许多传统美德——诚实守信、尊敬师长、勤劳勇敢……，我们应该从小养成良好的道德品质和文明习惯，培养良好的精神风貌

　　同学们，“少年智则国智，少年富则国富；少年强则国强，少年独立则国独立。”

　　我们是祖国未来之栋梁，让我们调整自我，健康成长，一起携手为祖国创造更加美好的明天！

　　我的演讲到此结束！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