

2024 年国旗下演讲稿范文(精选 31 篇)

2024 年国旗下演讲稿范文 篇 1

敬爱的老师,亲爱的同学们:

大家好!我是。今天,我演讲的题目是《诚信无价》。

我曾经读过两个关于诚信的故事,很有教育意义。

一个是《曾子杀猪》,话说曾子的妻子要上街办事,儿子闹着同去。曾妻哄道:“只要不跟着,回来杀猪给你吃!”儿子信以为真,马上不哭闹了。等她回来时,曾子正磨刀准备杀猪。曾妻责怪道:“哄孩子的话,你怎么当真?”曾子严肃地说:“做人要言而有信,说话算数。你怎忍心欺骗小孩子呢?叫他长大后怎么在社会上立足呢?”曾妻听后哑口无言,只好同意。

另一个是《狼来了》,讲的是有个放羊娃,为解无聊,拿农夫们寻开心,大喊:“狼来了!”农夫们立即冲上山帮他。可他却笑着说:“哈哈!你们上当了!”农夫们生气地走了。第二天,他故伎重演,善良的农夫们又冲上山来帮他,他竟然笑得直不起腰:“哈哈!你们又上当了!”大伙儿十分气恼,从此再也不相信他的话了。过了几天,狼真的来了,一下子闯进了羊群。他害怕极了,拼命呼救。农夫们听到他的喊声,以为他又在说谎,都不理睬他,结果许多羊都被狼咬死了。

这两则故事中,曾子杀猪取信儿子,理应受人尊敬;放羊娃骗人失信,最终自食其果。正应了孔子那句名言:“人而无信,不知其可也!”

所以说,诚信无价,它比黄金更宝贵。作为小学生,我们一定要牢记“诚信是立身之本”,从我做起,从现在做起,从小事做起,让诚信的品质散发出金子般的`光芒。

2024 年国旗下演讲稿范文 篇 2

敬爱的老师、亲爱的同学们:

早上好!今天国旗下讲话的题目是:养成良好卫生习惯,共创美好校园环境.校园是我们共同生活的地方,所以养成良好的卫生习

惯,共创美好校园环境是我们每个同学的责任.

什么叫习惯呢?所谓的“习惯”是指长期重复地做并逐渐养成的自觉活动,习惯的力量很大.培养良好的卫生习惯首先应从我做起,我们应该时时刻刻提醒自己,不要随地吐痰,不要随地乱扔废物……那些看似无关紧要的小事,可能造成的后果就是使我们的校园变得丑陋、肮脏.我们还要制止其他同学不讲卫生的行为,看到地上有果皮纸屑主动捡起.这些似乎让人不屑一顾的小事,可以互相促进良好卫生习惯的养成,让我们的校园更加干净整洁.其次是:我们每位同学都应该自觉地保护教室及班级清洁区的环境卫生.通过上一周的检查,我们发现各班级环境卫生都做得比较好,但要坚持养成这一良好的习惯.每天走进班级里,你都会看到桌窗明净,桌凳摆放整齐,地面无纸屑.我想在这样干净整洁的环境里,就会心情舒畅,身心健康.

同学们,校园是我们的家,让我们自觉维护校园环境.努力养成不乱扔废纸、粉笔头、不向楼下扔任何杂物;不随地吐痰等良好习惯.同时把班级和地段的卫生认认真真做好,并且时时刻刻保持;做到有人检查和没人检查一样干净,一样整洁.一份耕耘一份收获,只要我们共同努力,坚持不懈,我们的校园就会像花园一样一尘不染,空气清新,令人精神爽朗.

让我们在飘扬的红旗下作出我们庄严的承诺:从现在开始,养成良好的卫生习惯,共创美好校园环境.我的讲话完了,谢谢大家.

2024 年国旗下演讲稿范文 篇 3

教师们,同学们:

大家好!

今日我国旗下讲话的题目是“与时间赛跑的人”。

薛其坤,薛宝钗的薛,知其一不知其二的其,扭转乾坤的坤,薛其坤,清华大学副校长,物理系主任,他的团队 20__ 年首次发现量子反常霍尔效应。这一成果,在国内外引起很大关注,被著名物理学家杨振宁称之为“诺贝尔奖级”的科研成果。

薛其坤怎样实现成功的梦想呢？

几乎所有认识薛其坤的人都明白他每一天过着“7—11”的生活，即早上7点到晚上11点持续地工作。他的学生以往心里较劲“想趁着自我年轻，和薛教师比一比，看谁先到实验室，谁最终一个离开”，但多年来几乎没人能赢。这是一种近乎苦行的“修炼”，薛其坤从中体会到的是欢乐而非痛苦。一年365天，他几乎没有节假日。可是对薛其坤来说，那个小小的实验室才是他的归宿。清华大学物理系前系主任朱邦芬院士说“我与其坤一齐出差，晚上12点回到北京，他仍坚持要去实验室再看看，我自问做不到这样的坚持。”

在薛其坤看来，他最缺少的就是时间。在量子反常霍尔效应研究中取得重大突破，薛其坤和他的团队花费整整4年时间。他说：“全世界从事实验物理研究并取得重要成就的人无一例外是刻苦的。”

此刻，他把更大的期望寄托在学生身上。他要求他们把实验技术做到极致，基本功练扎实。他告诉学生，“7—11”的生活不是谁都能够。你若不能深入其中，这样的刻苦便是一种痛苦，最终会让人崩溃；你若进入了这个科学的世界，便能从中获得欢乐，这样的坚持便是一种享受。

应对记者，薛教授说道：“当你的实验数据比别人更准确、更漂亮时，那种欢乐，你能体会吗？当你把一个复杂的庞大的仪器用得像骑自行车一样熟练时，那种自如，你能体会吗？当你的研究获得突破性进展时，那种骄傲，你能体会吗？”

前段时间，谷歌的人工智能 alphago 与韩国棋手李世石的对弈备受关注，而在这背后推动围棋人工智能发展的却不能不提到一位中国的教授——陈志行。1992年退休前，他是中山大学化学系教授，主要研究方向是量子化学，出版过《有机分子轨道理论》，然而将围棋与计算机结合在一齐却是在他退休之后的事情。谢绝学校的返聘，将自我喜欢的围棋与计算机结合起来，自学编程，不断地尝试新的资料，半年后开发围棋程序“手谈”，接下来的十年里陈志

行教授和他的”手谈”连拿六次国际冠军，成为当时电脑围棋程序的最强者，并于20__年出版世界第一部电脑围棋专著，此时他70岁。对陈老先生来说，年龄从来不是限制他前进的原因，新的知识，新的突破是他不断前行的动力。

20__年2月，美国科学家宣布首次直接探测到引力波，而参与研究的几百名科学家除了包括清华大学的研究所外，也有一个刚刚大四的中国本科生罗家伦，20出头的年龄就已经能够在举世瞩目的科研成果中留下自我的名字，背后的辛苦与付出可想而知。

不管是刚刚崭露头角的少年研究者，或是事业成熟的中年科学家，抑或是已近暮年的教授，无一不在争分夺秒，汲取新的知识，创造新的世界，我们又怎敢落后？

亲爱的同学们，学习从来都不会是简便的，与时间赛跑的路上有那么多出色的灵魂在前方指引着我们，陪伴着我们前行，又怎样会孤独呢？优秀的人那么多，而你也能是其中一个！

2024年国旗下演讲稿范文 篇4

我们活着的每一秒都是宇宙上独一无二、不可重现的时刻，我们应该教给我们的孩子什么呢？应该怎么教会他们认识自己认识世界呢？

美国心理学家罗森塔尔等人于1968年做过一个著名实验：他们到一所小学，在一至六年级各选三个班的儿童进行“预测未来发展的测验”，然后实验者将认为有“优异发展可能”的学生名单通知教师。其实，这个名单并不是根据测验结果确定的，而是随机抽取的。它是以“权威性的谎言”暗示教师，从而调动了教师的期待心理。8个月后，再次智能测验的结果发现，名单上的学生的成绩普遍提高，教师也给了他们良好的品行评语。这个实验取得了奇迹般的效果，人们把这种通过教师对学生心理的潜移默化的影响，从而使学生取得教师所期望的进步的现象，称为“罗森塔尔效应”。

所以我们应该对每一个人说：“你知道自己是什么吗？——你是一个奇迹。你是独一无二的。过往的所有日子里，从来没有出现过像

你这样的人。你的双腿，你的双手，你灵巧的手指，你的一举一动都是与众不同的。你可以成为莎士比亚，米开朗基罗，或者贝多芬。你有成就一切的能力。是的，你是一个奇迹。”

一个古老的希腊故事：有一位国王量了所有臣民的身高，算出了一个人的平均身高，然后请最有名的工匠做了一张最昂贵标准身高的“金床”。这张“金床”是用来专门招待贵客的。不过，国王特别规定：客人必须适合这张床，如果人太高了，那么就要切掉一些；反之，就要派两个精壮的大力士把客人拉长。结果可想而知。但国王不认为是他的错，因为他是怀着世界上最好的意图做这件事的。

由此看出教育方法是为人而存在发展的，不能因为个性差异不符合大众标准而把人“切短”或者“拉长”，我们必须尊重个性发展。

戴维·布瑞纳美国有名的喜剧演员，他出身于一个贫穷但很和睦的家庭。在中学毕业时，他得到了一份难忘的礼物。

“我的很多同学得到了新装，有些富家子弟甚至得到了新的轿车。”他回忆说，“当我跑回家，问父亲我可以得到什么礼物时，父亲的手伸进上衣口袋，取出一样东西，轻轻地放到我手上——一枚硬币！

父亲对我说：“用这枚硬币买一张报纸，一点不漏地读一遍，然后翻到分类广告栏，自己找一个工作。到这个世界去闯一闯，它现在已经属于你了。”

“我一直以为这是父亲同我开的一个天大的玩笑。几年后，我去部队服役，当我坐在散兵坑道认真回首我的家庭和我的生活时，我才认识到父亲给了我一种什么样的礼物。我的那些朋友得到的只不过是轿车或者新装，但是父亲给予我的却是整个世界。这是我得到的最好的礼物。”

我们爱我们的孩子，我们送给孩子的礼物应该是有助于他开启世界门的钥匙，而不是笼子中的食物。

“科教兴国、以人为本”，这就是科学的，可持续发展的教育观！

我们爱我们的孩子，那就让他们在广阔的天地间自由的飞翔、自由的歌唱、自由的享受蓝天白云吧！我会对我一直所深受着的学生们说：“我爱你们，珍惜你们，尊重你们，支持你们，我期待着快乐着你们的快乐。因为，你是独一无二的，你是一个奇迹”。

2024 年国旗下演讲稿范文 篇 5

各位，各位来宾：

下午好！

20xx 年前，我们带着幼稚，满怀着憧憬，为了满足对知识的渴求，从各个角落走到一起，在我们那不能忘记的母校——立人中学，留下了我们不能忘却的人生足迹。我们获得了知识，培育了友谊，从那我们又信步走向四面八方。今天，20xx 年的分别，20xx 年的牵念，使我们再次相约聚会。今天难得大家一聚，平时工作都挺忙，非常感谢你们能在百忙之中抽空来喝两杯，所以废话也就不多说了，让我们不醉不归！

俗话说一辈子同学三辈子亲，同学友谊就是这割不断的情，也是分不开的缘。同学们这次的相聚，相信将永远定格在我们每个人人生的记忆里！聚会虽然是短暂的，但只要我们的心不老，同学青春友情就会像钻石一样永恒……从今天起只要我们经常联系，心与心就不再分离，每个人的一生都不会再孤寂。就让我们象呵护生命珍爱健康一样来珍惜我们的同学友情吧！

今天这次聚会是我们班同学从学校走进社会后的第一次聚会。这是一个良好的开端，我相信以后还有更多这样相聚的。很多朋友平时工作、学习都很忙，事情也很多，但都放下了，能够来的尽量都来了，这就说明大家彼此愿意从聚会来相互认识并成为好朋友。曾经有一位作家曾经说过：童年是一场梦，少年是一幅画，青年是一首诗，壮年是一部小说，中年是一散文，老年是一套哲学，人生各个阶段都有特殊的意境，构成整个人生多彩多姿的心路历程。友谊是人生旅途中寂寞心灵的良伴，无论走遍天涯海角，难忘的是故乡，无论是从教为官经商，难忘的还是心中的朋友。祝各位朋友工作顺利

利，家庭幸福！接下来大家吃好喝好！

2024 年国旗下演讲稿范文 篇 6

亲爱的老师和同学们，上午好，今日我演讲的题目是做好课间两操，展我青春风采

北京奥运已经圆满结束了，各位一定对运动员的精彩表现还记忆犹新吧？在那场世界人民关注的体育盛会上，我们目睹了菲尔普斯的速度；陈燮霞的力量；张娟娟的精准他们在竞技场上所表现出的体育魅力、个人风采和拼搏精神都给我们带来了无比的震撼和感动。虽然奥运会已经结束，但那种更快、更高、更强的奥运精神的火种已经撒向了祖国大江南北。作为中学生虽然不能像运动健儿那样在赛场上为国拼搏，但在学校的操场上我们同样可以展示自己的青春风采。

课间操就是我们充分展示自己青春活力的机会，它作为全校性的课外体育活动，还有助于消除我们在学习中产生的疲劳，防止身体畸形，保护视力，能够有效地提高学习效率。我们正处在成长发育的关键时期，大脑的发育还不完全，学习的效率有一定的限度。过长时间的学习，容易使学习效率下降，就会出现注意力不集中的现象。而改变这一现象的方法就是运动。专家发现，世界上有一定造诣的科学家及其它一些行业的成功人士，在年轻时都是体育爱好者甚至是体育健将，他们都有长期坚持锻炼的良好习惯，良好的运动促进了他们大脑发育，同时也造就了他们具有不断拼搏进取的精神，我们都知道我们的开国领袖毛泽东 73 岁时还畅游长江，他的伟作，有好多出自运动后的灵感。前人已经给我们开辟了先例，我们何不借鉴并学习他们也去坚持运动呢，这样既加强了我们的体能又提高自身素质，并养成一个良好的习惯，使我们最终成为德、智、体全面发展的国家栋梁。

做好课间操有益于我们身体健康，但学校中仍有一部分同学，明明可以把操做得到位做得标准，可就是爱动不动，懒懒散散，精神萎靡，甚至还有和周围同学说话聊天的。这样，全身关节就达不

到运动锻炼效果，更谈不上要通过课间操进行健康保健了，大课间宝贵的三十分钟也就被白白浪费掉。不仅如此，这往往还会影响到班级的风气、集体的荣誉。做操这一件小事不仅能对个人的身心有很大的益处，更是反映我们当代中学生良好精神风貌的重要标准。班级风气的好坏往往就能从做课间操这样的点滴小事看出。我想任何一个有集体荣誉感，一切以集体利益为重的同学无都不愿看到集体的荣誉受到任何损坏吧。

同学们，让我们从自己做起，从现在做起，认真做好课间两操的每个动作，以崭新的姿态赢得健康，塑造形象，展现我们青春风采，为班级为学校赢得荣誉、赢得好评，在学习上取得更大的进步！

2024 年国旗下演讲稿范文 篇 7

大家好：

青春是什么，有的人说青春是绚烂多彩的花季，是阴晦而缠绵的雨季，是青翠嫩绿融融的春，是浪漫而炽热的夏，有的人说青春是欢笑时泪水，是流泪时的微笑，是轻松的压抑，是沉重的放纵，还有的人说青春是一坛醇香的酒，是一束鲜艳的话……每个人对青春都有自己的诠释，每个人都有每个人的答案。正是为了尊长这种自迥异的答案与诠释，人们才匆匆走上一条条属于自己的道路，去探寻属于自己的谜底，破译青春的密码。

青春惊得起磨练却经不起消磨，经得起开发却经不起挥霍。保尔·柯察金曾经说过：“人最宝贵的是生命，生命对于每过忍耐只有一次，人的一生应当这样度过”，当他回首往事的时候，他不会因为虚度年华的悔恨，也不会因为碌碌无为而羞愧，当他临死的时候，他能够说：“我的整个生命和全部精力，都已经献给了世界上最伟大的事业——人类的解放而斗争”。所以我们应该珍惜青春，乘着自己还年轻，尽自己所能，在青春的舞台上展现自己亮丽而独特的风采，让青春飞扬！就像无数的星星在生活的星空中发出自己耀眼的光芒。

在职教中心学习生活将近 1 年了，在这段时期内，我深刻地感受

到——原来职高内的生活也能营造得如普高内一般紧凑，也有充分展现自我才能的机会。造物主给予每个恩一样的头脑和四肢，也给予我们同样的思维能力和行为能力，还公平地给予我们一天 24 个小时。那么我们为什么没不抓住机遇，尽情地展现自我呢其实我们可以在学习方面展现自己扎实的基础和出的成绩，在实习期间展现自己过人的领悟力和娴熟的技巧，在每年举行的运动会上展现自己灵巧的动作和矫健的步伐，在歌咏比赛中展现自己轻脆的歌喉和精湛的舞台表演……或许，有些自卑的人会说：“我不行”。但是机遇是人生的翅膀，抓住它，就可以带你飞的很高很高。它偏爱于强者，因为强者做好了一切准备，它往往逃避弱者，因为它无法忍受弱者那呆滞的眼神。一位成功者说过：“百分之九十所谓失败者，其实不是被打败而是自己放弃了机遇和成功的希望”抓住机遇试一试，怎么就知道自己不行呢邓建军就是一个很好的例子，他和我们一样，在职高学习，由学校分配工作，可是他不甘于在小小的工作岗位上呆一辈子，抓住各种机遇，最终实现了自己的人生价值。

当然要想把自己的一面展现在大众面前，刚靠单纯的等待是机遇是远远不够的，而需要对自己有充分的自信心和大胆的创新精神。

自信心是个体对自己认识活动和实践活动的成果抱有成功把握的一种预先反映。事业有成的人都相信，居里夫人说：“我们应该对自己有信心，我们要相信，我们的天赋是用来做某件事情的，无论什么代价，都要把这件事做好。：这是自信心对于我们的重要性。拿破仑也有一句名言：“应为我做每件事都很自信，所以帆我做过的事都取得了成功。”成功人士和失败者之间的差异是：成功人士往往的最积极的思考，最乐观的精神和最辉煌的经验支配和控制自己的人生。失败者却恰恰相反，他们的人生是受过去种种失败与疑虑做引导和支配的。我们应有青春这一梦幻般的黄金季节，对自己充满信心，将自己的才能发挥得淋漓尽致。

创新则是以非习惯的方式思考问题的能力与别人相同的东西，

却一头别出心裁，想出与别人内不同的东西。同样的水浒，普通人烧出的来是开水，而瓦特却烧出可蒸汽机。同样是手被草叶子割破，而鲁班却发明了锯，同样是看到苹果从树上掉下来，果民见了只感到心疼，而牛顿却由此发现了万有引力定律。造成这种差别的根本原因是什么答案只有一个：就是瓦特，鲁班牛顿对每件事都从不同角度去观察去了解。我们也应该在青春这一超七蓬勃的日子里，激发自己的创新理念，发挥自己丰富的想象，让世界变得焕然一新。

青春是无价而短暂的，展现自我是上苍赠予我们最珍贵的礼物，我们应该限度地挖掘自己的才能，让青春尽情飞扬，让展现自己成为我们一生中最重要的课程。

谢谢大家，我的演讲完毕。

2024 年国旗下演讲稿范文 篇 8

各位老师，各位同学：

今天我们在这里举行新学期的第一次国旗下集会。首先我祝大家在新的学期里学习、生活、工作取得新的成就，通过自己的努力，创造人生的辉煌。

新的学期、新的希望、新的要求、新学期，全体同学都要思考、要计划、要奋斗、要拼搏，要增强紧迫感、责任感、使命感。新学期为进一步加强学校管理，提升办学质量，进一步深化“做发展时期优秀八中人”的主题活动，培养学生良好的基础道德素质，使我们学生进一步规范行为习惯、着力培养我们学生自我管理、自我约束的能力，展示我们八中学生崭新的形象。我们学校将在新学期中以抓“一日常规”为立足点，全面推进学校德育工作和教学工作。

在二、三月份学校将开展《学生一日常规》达标竞赛活动，通过对各班检查评比，来落实学习常规、早锻炼常规、集会两操常规、教室卫生常规、寝室纪律卫生常规(住校生常规)、文明礼仪常规等，届时进行表彰奖励常规达标竞赛优胜班级和班级常规达标积极分子。先进事迹材料在宣传窗内展示。当然，这些是硬的举措，是外在的

要求、外在的约束、外在的引导。我想：要落实《一日常规》更主要的是靠我们学生自我的内在约束，自觉的行动。我们学生应多思考

“我应该怎样做，这样做对我有什么益处”。我们将在学生中组织开展“一日常规”学习讨论活动，在高一、二年级中开展“学生是否应落实（学校是否应抓）‘一日常规’的辩论赛，真正将落实一日常规内化为我们学生自觉的行为。

同学们，去年六月，东南大学一个学习成绩一直很优秀的毕业生在一家大型国有企业竞聘，却输给了成绩一贯不如自己的同班同学，原因很简单，他在上楼时无意吐了一口痰，正好使企业一个负责人观察到了。因此，我们平时应自觉养成良好的行为习惯，以起床、锻炼、集会、自修、就餐、就寝、进出校门等小事做起，规范自己的言行，认认真真做到排好队、唱好歌、扫好地、做好操、走好路、吃好饭、写好字、语言文明优雅，向不文明行为告别，培养良好的文明习惯。认真思考并做好这些并非小事的小事。为什么这么讲呢？“一屋不扫，何以扫天下”就是的说明。

最后，祝同学们学习进步，身心健康，祝全体教师工作顺利，事业有成，祝我们的学校蒸蒸日上、兴旺发达。

我们有理由相信：在孙校长的率领之下，有我们全体师生员工共同努力团结拼搏，萧山八中的明天一定会更新、更美、更好！

2024 年国旗下演讲稿范文 篇 9

各位老师，亲爱的同学们：

大家上午好！今天我讲话的主题是：做最出色的自己。

同学们，你们是祖国的未来和民族的希望，美好生活的创造和自由社会的建设从现在就要开始。为帮助同学们在宝贵的时光里获得更好的发展，我向同学们提三点希望和要求。

一、养成好的习惯

古人云：“坏习惯毁掉一个人，好习惯成就一个人”，好习惯像指南针，给你指明方向。有这么一个故事，有一个大学毕业生叫罗明的到一家跨国集团应聘，应聘者很多。罗明幸运的通过了初试，

复试阶段开始了，出来的应试者都觉得问题很简单，但都没有录取，轮到罗明了，他整整衣领自信地走了进去，看见干净的地面上很不协调地扔着一团纸，平时养成的好习惯使罗明走上前捡起了纸团，招聘人员对他说：“展开纸团”。罗明展开纸团，看到纸上写着几个大字：“祝贺你，你被录取了！”原来这是一个被特意安排的试题。其实习惯是在生活中养成的，一个不经意的动作，就可以看出你的品德修养、人生态度。通过这个故事，养成好的习惯，你会一辈子享受不尽它的利息，要是养成坏习惯，你会一辈子都能偿还不完它的债务。知识、能力的确很重要，但好的习惯能为你插上成功的翅膀，不经意之间，助你一臂之力，而坏习惯也会让你从悬崖上重重的摔下。

现在有些同学在校园里乱扔垃圾，碰到垃圾不能主动的捡起来。在餐厅吃饭把吃剩的饭菜随便放在桌子上，竟然有些学生把吃的、喝的带到教室里，上课随便吃东西，上课听讲坐姿不端正，懒懒散散，有的同学翘着二郎腿听课，这些都是不良的习惯，希望同学们不要在校里边走边吃，不要随便丢垃圾，在校园里碰到垃圾及时捡起来，课间不要到超市买东西，在餐厅吃饭时用一张纸巾铺在餐桌上，把垃圾放在纸巾上，吃完饭之后把餐桌打扫干净，宿舍内务整理到位，被子叠成方块，铺面平整，鞋子在床底摆成一条线，值日生把卫生打扫的干干净净。离开宿舍把灯、水龙头关掉。回到宿舍不要大吵大闹，午休、晚睡前学会放电影，想想自己做了什么，还有哪些事情没有完成。通过这些习惯搞好自我管理。没有自我管理能力，一生注定要碌碌无为。

二、要想成功，就对自己狠一点

生活中对自己狠一点，意味着一种骨气，意味着活就活出尊严。只有对自己狠一点，才能激发自己内在的潜力，才能让自己绝处逢生。传说老鹰是世界上寿命最长的鸟，有的可以活到70岁，但大多数老鹰只能活到40岁。当老鹰活到40岁时，它的嘴(喙)变得又长又弯，几乎碰到胸膛，它的爪子几乎没有力量抓到猎物，它的羽毛

长得又长又厚十分沉重，它的翅膀也变得无力飞翔。这时候的老鹰只有两种选择：等死或是经历一个十分痛苦的更新过程。这个痛苦的过程历时 150 天，这时它不能飞翔，同时它的处境也很危险，任何动物都有可能伤害它。老鹰首先用自己的嘴狠命的敲击岩石，直到它完全脱落，然后等待新的嘴慢慢的长出来。接着他用新长出来的嘴，把原来的爪子一根一根的拔出来。等到新的爪子长出来之后，再把自己身上又浓又密的羽毛一根一根拔掉。老鹰耐心的等待羽毛慢慢的生长，等到羽毛丰满以后，它又变成年轻有力的老鹰，它还再过 30 年展翅飞翔的岁月。因为对自己够狠一点，老鹰迎来了自己的新生。所以要成就一番事业必须经历一番苦难。

现在有些同学一遇到困难，不是迎难而上，而是选择放弃，比如做操没有激情，动作有气无力，跑操迈不动脚步，走路懒洋洋，上课思维不活跃。只要感觉累就马上放弃，这样长此以往下去人的精神颓废。一个伟大的灵魂需要强健的体魄来支撑，人只有灵魂高贵，肢体强健，你才会成为一个幸福的人。所以，同学们，从现在开始，做好每一次韵律操，踏着动感的音乐和美妙的歌声，跳起来，跳出自信，跳出阳光，跳出健康，跑步的时候抬起自己的脚步，轻盈的往前跑，做一个充满活力的中学生，为将来做好准备。

三、永远做最出色的自己

不管做什么，要做就尽自己的最大努力做到最好，如果不能成为山顶的一颗劲松，那就做最好的小树成长在山谷中，一样沉浸于欢乐，一样接受风雨考验。日本有一位有名的邮政大臣——野田圣子，第一份工作是在酒店洗厕所，她的上司对她的工作质量要求特别高，她也陷入困惑，是继续干下去，还是另谋职业——知难而退，人生之路岂有退堂鼓可打，她不甘心这样败下阵来，因为她想起了自己初来时下的决心，人生第一步一定要走好。她暗下决心：就算一生洗厕所，也要做一名洗厕所最出色的人。在工作中她一遍遍的抹洗马桶，直到洗的光洁如新，为了检验达到标准，有时把马桶里的水亲自尝一尝，直到无异味为止。因为这些人生经历才造就了她

光彩的一生。所以同学们，从现在开始每做一件事情都要做的做好的人。做一个坐姿最端正的人，做一个上课讨论、思考最积极的人。做一个床铺整理最优秀的人，打扫洗手间打扫的最干净的人。只有把小事做好的人才能做大事。

同学们，生活是美好的，只要我们全力以赴，积极发展，我们一定能够成为美好生活的创造者！最后，祝老师们、同学们身体健康、工作顺利！学习进步！

2024 年国旗下演讲稿范文 篇 10

老师们、同学们：大家早上好！

秋浓了，月圆了，又一个中秋快到了！再过一个星期就是农历的八月十五中秋节了。

中秋节，处在一年秋季的中期，所以称为中秋，它仅次于春节，是我国的第二大传统节日。中秋的月最圆，最明，最美，所以又被称为团圆节。中秋是中华瑰宝之一，有着深厚的文化底蕴。中国人特别讲究亲情，特别珍视团圆，中秋节尤为甚。

中秋，是一个飘溢亲情的节日；中秋，是一个弥漫团圆的时节。这个时节，感受亲情、释放亲情、增进亲情；这个时节，盼望团圆、追求团圆、享受团圆这些，都已成为人们生活的主旋律。

中秋最美是亲情。一家人团聚在一起，讲不完的话，叙不完的情，诉说着人们同一个心声：亲情是黑暗中的灯塔，是荒漠中的甘泉，是雨后的彩虹

中秋最美是思念。月亮最美，美不过思念；月亮最高，高不过想念。中秋圆月会把我们的目光和思念传递给我们想念的人和我们牵挂的人，祝他们没有忧愁，永远幸福，没有烦恼，永远快乐！

中秋最美是感恩！无须多言，给父母一个微笑，给亲友一个问候，递上一杯清茶，送上一口月饼，这是我们给予父母最好的回报。感谢父母给予的生命，感谢父母给予的培养

今年的中秋节又恰逢国庆长假，所以，我们在喜迎中秋的同时，别忘了感恩祖国。

祖国是我们的根，是我们的源。没有祖国，就没有我们的安栖之所；没有祖国，就没有我们做人的尊严；没有祖国，就没有我们所拥有的一切！

感恩祖国，做一个热爱班级、热爱学校的好学生。发扬中华美德，学会宽容，学会以礼待人，学会遵纪守法，学会孝敬父母长辈，见了老师问声好，见了垃圾主动捡，多用礼貌用语，用良好的行为习惯来回报祖国母亲。

感恩祖国，做一个刻苦学习、收获成功的好学生。认真上好每一堂课，专注听课，积极思维，敢于质疑，敢于提问；认真做好每一课作业，字迹端正，及时上交不拖拉；认真进行每一天反思：问问自己学业进步了多少？是不是尽了最大的努力？

感恩祖国，做一个关爱自己，热爱生命的好学生。特别在国庆长假期间，注意防火、防电、防溺水，注意交通安全，在意外事故来临之时要沉着冷静，临危不乱，及时正确逃生。

2024 年国旗下演讲稿范文 篇 11

尊敬的老师，同学们：

大家早上好！我是__班的__x，今天我演讲的主题是《热爱劳动，劳动无尚光荣》。

记忆中有这样一个故事：春天到了，小白兔和小灰兔一起主动帮老山羊爷爷收白菜。可是，面对老山羊爷爷的答谢，小灰兔接受了老山羊送的白菜，吃完了又去要；小白兔不要白菜只要菜种子，自己种白菜，收了很多很多白菜，还给老山羊送去一担呢。此时，如果问在场的同学们，你更愿意向谁学？我想大家一定异口同声：小白兔。为什么？这就是劳动的魅力。

高尔基曾说过：我们世界上最美好的东西，都是由劳动、由人的聪明双手创造出来的。其实我们生来就是一群劳动者，是劳动让我们创造出了这个七彩世界。是劳动，让田野瓜果处处飘香，是劳动，让红领巾喜悦地飘进知识的海洋。

老革命家朱德，在四五岁的时候就开始帮助妈妈做事，在__时

候，朱德不仅能够帮助妈妈挑东西，而且还会下地种田了。每当朱德放学回家，总是悄悄地把书包一放，然后就帮助妈妈去挑水或放牛。有时候，他上午读书，下午种地。农忙的时候，朱德便整天在地里跟着母亲劳动。朱德在《回忆我的母亲》中深情地写道：我应该感谢母亲，她给了我与困难做斗争的经验。我在家庭生活中已经饱尝艰苦，这使我在以后的生活中再也没有感到过困难，没有被困难吓倒。母亲又给了我一个强健的身体，一个勤劳的习惯，使我从来没有感到过劳累。由此可见，劳动不仅能够造就一个人，而且能够给人以快乐和幸福。常言道：樱桃好吃树难栽，不下苦功花不开。美好的东西付出相应的劳动和汗水才能获得。当一个人明白这些东西来之不易的时候，他才会更加珍惜，才能体验到快乐和幸福。

在校园里，每天都涌动着一群值周的同学，是他们共同创造了我们的干净，整洁的校园环境，而他们正是在此的每一位热爱劳动的同学。无穷的知识都是劳动的结晶，任何成就都是刻苦劳动的结果。我们大家应该牢记这点，努力做每一件事，因为所谓劳动不单单是指打扫之类，而是劳务活动，对我们学生来说，那就是应该认真学习，不断进取，不断向上。

挖一捧黄土，可能没有太大价值。假如，烧制成为一块砖头，就是几角钱的价值。再如果，打制为了一件泥塑工艺品，那可能就价值不蜚了。同样是劳动，黄土，砖头，泥塑，因为劳动的不同而不同。这就是创造的魅力。

同学们，别忘了我们是一群劳动者，更是世界的主人，我们需要的是跟着时代的步伐前进，劳动，创造劳动。

我的演讲结束了，谢谢大家！

2024 年国旗下演讲稿范文 篇 12

同学们，又进入期末复习阶段了，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!

2024 年国旗下演讲稿范文 篇 13

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！

2024 年国旗下演讲稿范文 篇 14

“感恩”，是一种生活态度，是一个内心独白，是一片肺腑之言，是一份铭心之谢。每个人都应该学会“感恩”。感恩，可以小到身边的任何事物，也可以大到国家与社会。

首先，我们要学会感恩身边的一草一木，他们点缀了我们的生活，给生活带来了色彩、带来了活力，让我们真真切切的感受到，我们是存在的。

其次，我们要感恩我们的朋友。他们充实了我们的生活，快乐时与我们一同快乐，悲伤时陪我们一起悲伤。因为有了他们，我们能够微笑面对生活；因为有了他们，我们的生活更加多姿多彩。我们还要感谢一切帮助过我们的人，哪怕只是点一盏灯，借一支笔或是给一个淡淡的微笑，因为他们，我们更加真切的感受到了生活的美好。

再者，我们要感谢父母、亲人，是他们给予我们生命，把我们带到了这个绚丽多彩的世界，让我们体会到了这世间的真情与真爱。比尔盖茨还曾经说过：“在你出生之前，你的父母并不像现在这样乏味。他们变成今天这个样子是因为这些年来，一直在为你付账单、给你洗衣服。”的确，从小到大，父母对我们的好，毋庸置疑，但是，如果我们一直视之为理所当然的事情的话，这是错误的，相反，我们更应该常常去思考，去尝试感恩父母，不是以后，就是现在，从身边的小事做起，同学们每次假期回家，不妨从忙碌的学习中，或从与朋友出外的时间里，抽出时间，陪陪父母。和他们一起聊聊学校的生活，帮他们添一碗饭，端一杯茶，倒一杯水。虽然事情简单，但确实是你感恩父母的具体行动。真的，时光不停流逝，与父母生活的时间也不断减少，不要一切都等到以后再说。感恩，不需要定目标，也不需要定计划。做在当下，行在当下。让感恩存在于生活

点点滴滴，用实际行动及时感恩。

当然，我们也不能忘记辛勤工作的老师，他们教我们知识，让我们学会了做人。从早到晚，把所有的精力都花在了我们身上。试想一下，我们长大成人，过着舒适安逸生活的时候，其实，又能给老师什么回报呢？而老师从不奢求这些回报，所以，我认为都应当以实际行动来回报老师对我们的教育！让老师看到我们的进步，让老师感觉到，自己一切的付出都是值得的！而学校，为了让我们高三年级能更加用心的专注于学习上，特为我们装置了空调，在炎热的夏天里我们能更加全神贯注于备考中，学校诸如此类的付出让我们深深的感动，所以，我们应当铭记学校，我们要感谢学校数不胜数的付出。

最后，我们还不能忘记感恩社会。社会给予我们一个更广阔的舞台去展现自我，磨砺自我，从而我们才变得更成熟，更有担当。

一个有感恩之心的人，必然胸怀博大。当你知恩图报，助人为乐，学会感恩，你便会发现美好的生活并不遥远。让我们心怀感恩，迎接美好的明天吧！

2024 年国旗下演讲稿范文 篇 15

在开始我的发言前，我希望大家能向我的左手边看一眼，看看学校的围墙外面。然后在心里默念一下，记住它的名字——财八路。

这条路对于汉开人的意义，或许新加入汉开的同学们也小有体会，但我想，感触最深的应该是我们最早进入汉开，见证着她一路走来的汉开长子长女们，还有我们的首届教职工们。20xx 年的 5 月 6 日，汉开的第一个生日，是我们伴她度过的；第一场统考，又是我们的。首战告捷。在这条老山脚下一条平凡的马路边，汉开人演绎了许多不平凡的故事。

11 月 21 日，不长的时间内，初中部同学们和部分我们的老师就将告别财八路，前往五华路校区继续我们的征程。在此刻，面对着校园中熟悉无比的一草一木，一花一叶，想必每个人心中都会涌现出往昔无数美好的画面。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/076124030222010131>