

# 最新升旗仪式励志演讲稿 升旗励志的演讲稿(精选8篇)

演讲稿具有观点鲜明，内容具有鼓动性的特点。在社会发展不断提速的今天，需要使用演讲稿的事情愈发增多。大家想知道怎么样才能写得一篇好的演讲稿吗？那么下面我就给大家讲一讲演讲稿怎么写才比较好，我们一起来看看吧。

## 升旗仪式励志演讲稿篇一

早上好！今天我在国旗下讲话的题目是《爱国从小事做起》。

当我们站在这里，唱着雄壮激昂的国歌，目睹着国旗冉冉升起，不禁为身为中华儿女而感到自豪。在这面国旗上，凝聚了无数革命者的信仰和追求，倾注了中国亿万人民对祖国的深情挚爱。

现在我们生活在和平年代，祖国并不需要我们上战场。我们应该如何来爱国呢？作为学生我们首先要做到的是热爱身边的人。一个连自己身边的人都不爱的人，又怎么可能爱自己的国家呢？希望大家真心实意地尊敬我们的老师；对待同学像对待自己的兄弟姐妹一样互爱互学，一起欢乐成长！珍惜时间，刻苦学习，努力拼搏，为祖国贡献自己的一份力量。

同学们，让我们自觉行动起来，珍惜学习的机会，树立远大的理想，勇往直前，战胜自我。我们应该发扬中华美德，遵纪守法、学会宽容、以礼待人、孝敬父母长辈，学会感恩……让自己成为一个珍惜光阴、热爱学习的人，成为一个身心健康全面发展的人，一个值得别人信赖的人。

## 升旗仪式励志演讲稿篇二

大家好！今天我演讲的题目是：《运动，健康，快乐》

同学们，上周六我校秋季运动会圆满地落下了帷幕，在那龙腾虎跃的赛场上，你收获了什么？今天就让我们一起重温那激动人心的场面吧！

太阳无语，却是放射着光辉，高山无语，却是体现着巍峨，蓝天无语，却表露着深远。体育是力量的角逐，是智慧的较量，体育更是跃动的音符，是舞动的旋律，是美的展示。古希腊有一段格言“如果你想聪明，跑步吧，如果你想健康，跑步吧，如果你想美丽快乐，跑步吧”。同学们，运动会虽然结束了，但运动不能结束，每天傍晚，我们的操场上常常活跃着老师们、同学们打篮球、跑步的身影，同学们以这些爱运动的老师为榜样，在课余走向操场，走向自然，走向阳光，让我们一起运动着，健康着，快乐着吧！

我的演讲完毕！谢谢大家！

## 升旗仪式励志演讲稿篇三

大家好！

失败总是令人沮丧的。但“失败是成功之母”这句话流传至今。但就我而言，这似乎行得通。

我当初在五年级。上课唱歌也不错。我报名了《我心中的百灵鸟》。之前只进过一次总决赛。

晚上，我在家里，一遍又一遍地唱歌，模仿视频上歌手的动作。这首歌太美了，我一唱就忍不住跳舞。

第三天中午回到学校，是初赛。到了之后，我自信而成功地拿起了话筒。节奏过后，我开始唱歌。过了一会，老师停了歌：“好，下一个人。”我放下了听筒。

在回班的路上，另一个同学对我说：“你这次一定过了。我

看见一个法官和你一起唱歌。”我冲她笑笑，没说什么。

过了几天结果出来了，我没有。我很难过。

我点点头。

这次失败并没有让我气馁，因为我知道“失败是成功之母。”

我愿每一个同学的心中都装有很多的梦、美好的梦、多彩的梦……而它们汇聚在一起成就了中华民族的伟大之梦——中国梦。希望同学们大胆地做梦，快乐地追梦，在追梦中成长，成为造福于祖国和人民的人。

谢谢大家！

## 升旗仪式励志演讲稿篇四

演讲的时候在一个有限的时间段内，完全借助于语言、手势等向听众讲明一个问题或道理，同时又要说服听众，就要求在写作演讲稿时一定要突出主题、观点鲜明。以下是由本站pq小编为大家推荐的升旗仪式励志演讲稿范文，欢迎大家学习参考。

尊敬的老师，亲爱的同学们：

早上好！

在这美好的日子里，我们又相聚在国旗下，进行庄重的升旗仪式。那鲜艳的五星红旗，在响亮的国歌声中冉冉升起。

在这里，我想和大家分享一下我的喜悦：我有幸参加了15周

三举行的中山市首届英语口语技能大赛，并且获得了一等奖的好成绩!这多么让我开心哪!

这次比赛，我收获匪浅，和大家分享一下我的心得吧。获得了这个奖，我心里很高兴，同时也让我悟出了“世上无难事，只怕有心人”的真谛。

比赛前，我在家里，在学校，都在努力地练习，不懂的单词就查字典，问老师，到网上查找。一句一句的练，一句一句的背，早上起床练;中午吃饭练;下午放学练;晚上回家练;甚至做梦都脱口而出。日复一日，一个多月过去了，我也练得滚瓜烂熟了。老师在班里选拔人才，我过五关，斩六将，讲得绘声绘色，同学们听得津津有味，仿佛身临其境。

在镇的比赛，我同样都是发挥出了超常水平，晋级到市的总决赛，我又更加努力地练习、练习、再练习，不断超越自我，力争上游，勇敢地与对手较量，最后更胜一筹，获得了好成绩。

这是什么?是汗水;是努力;是勤奋·····难道不是么?困难是避免不了的，挑战是避免不了的，奋斗是避免不了的。更是改变不了的。只有不断磨练自己的意志，才能把困难瓦解。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”这句话老是挂在口中，可是，又做到么?只有刻苦地磨练，才会变得更强。

“有志者，事竟成”。同学们，期末考试就要到了，现在我们的首要任务是学习。要努力地学习、复习，要不怕辛苦不怕累，到时候，成功一定属于你!

这次成功，更要感谢我的老师和父母。老师们含辛茹苦地栽培我，给我知识;我的父母也为我四处奔波，给我帮助。他们有抱怨吗?没有!他们为了什么?都是为了我们的成长!

我的演讲完了，谢谢大家!

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！今天我国旗下演讲的标题是《刻苦学习，立志成才，报答父母》。

宋庆龄说：“知识是从刻苦劳动中得来的，任何成就都是刻苦劳动的结果。”纵观古今中外的成功者，无一不是这样。贝多芬的刻苦练琴，使《命运交响曲》闻名于世；曹雪芹的刻苦写作，使《红楼梦》成为经典；巴尔扎克的刻苦书写，使《人间喜剧》成为文学遗产；爱迪生刻苦钻研，使钨丝成为光明的使者。由此可见，所有的成才都来源于刻苦学习，而刻苦学习的源泉在于坚定而远大的志向，正如大文豪苏轼所说“古之成事者，不唯有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。

远大的志向是明灯，让我们在黑暗中依然能看见光明；远大的志向是航标，指引着我们朝着既定的方向前进。拥有明确的目标，让人更容易成才。

陈胜有“燕雀安知鸿鹄之志”的豪情，才不愿在田间当一辈子农夫；周恩来怀抱着“为中华之崛起而读书”的理想，最终成为一代伟人；少年毛泽东曾留下“孩儿立志出乡关，学不成名誓不还”的豪言壮语，才使得他发奋读书，最终领导中国革命走向成功，让人民成为了国家的主人。

理想是人生成才的动力，让我们马不停蹄的向着既定的目标而奋斗着，不知疲惫，直到实现。

有人会问，我们刻苦学习的最终目的是什么？是报答父母的养育之恩，感恩父母为我们所做的一切。

同学们“三更灯火五更鸣，正是男儿读书时。”让我们努力学习，用学问把自己武装起来，因为，给自己最好的礼物是学习，给父母最好的礼物是成才！

我的演讲到此结束，谢谢大家！

老师们、同学们：

早上好！

细节，是我们生活中的必经之路，每个人的生活都是由许许多多的细节组成的。所以生活不能没有细节，细节也离不开生活。

穿衣、洗脸、刷牙、吃饭都是生活中的小细节，不信你试一试：一天不穿衣服、不洗脸、不刷牙，把生活中的小细节通通省略掉，看看别人还会不会用正常眼光去看你。就拿星期四那天来说，只是小小的举手之劳，轻轻地把椅子推进桌子，一下子我们班似乎成了模范班级，被学校点名表扬。可想而知，细节在我们生活中占据着很重要的位置。再举个例子，见到老师，只需微微动一下你的嘴说一句：老师好，这样不仅自己形象好，老师对你印象好，甚至也会让其它老师觉得你所在的班级一定是个文明班级。这些不都是生活中的小细节吗？这些都不需要劳驾你的大脑就可以轻而易举做到的。所以不管是生活中的大事情还是小细节，都必须认真去对待，因为往往细节比大事情重要得多。生活中的小细节，就像我们小时候玩的积木，底部堆积得好，自然上面就不会轻易塌下来，如果说连一个小细节都做不好，又怎么去做大事呢？做好生活中的小细节，你的那座积木一定会比别人更高更美。赶快行动起来吧，做好生活中的每个小细节，你的成功与否就取决于平常生活中的小细节，做好它，你的成功之路一定走得比别人更好、更长。

我的讲话完了，谢谢！

## 升旗仪式励志演讲稿篇五

早上好!

在这美好的日子里，我们又相聚在国旗下，进行庄重的升旗仪式。那鲜艳的五星红旗，在响亮的国歌声中冉冉升起。

在这里，我想和大家分享一下我的喜悦：我有幸参加了15周三举行的中山市首届英语口语技能大赛，并且获得了一等奖的好成绩!这多么让我开心哪!

这次比赛，我收获匪浅，和大家分享一下我的心得吧。获得了这个奖，我心里很高兴，同时也让我悟出了“世上无难事，只怕有心人”的真谛。

比赛前，我在家里，在学校，都在努力地练习，不懂的单词就查字典，问老师，到网上查找。一句一句的练，一句一句的背，早上起床练;中午吃饭练;下午放学练;晚上回家练;甚至做梦都脱口而出。日复一日，一个多月过去了，我也练得滚瓜烂熟了。老师在班里选拔人才，我过五关，斩六将，讲得绘声绘色，同学们听得津津有味，仿佛身临其境。

在镇的比赛，我同样都是发挥出了超常水平，晋级到市的总决赛，我又更加努力地练习、练习、再练习，不断超越自我，力争上游，勇敢地与对手较量，最后更胜一筹，获得了好成绩。

这是什么?是汗水;是努力;是勤奋·····难道不是么?困难是避免不了的，挑战是避免不了的，奋斗是避免不了的。更是改变不了的。只有不断磨练自己的意志，才能把困难瓦解。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”这句话老是挂在口中，可是，又做到么?只有刻苦地磨练，才会变得更强。

“有志者，事竟成”。同学们，期末考试就要到了，现在我

们的首要任务是学习。要努力地学习、复习，要不怕辛苦不怕累，到时候，成功一定属于你！

这次成功，更要感谢我的老师和父母。老师们含辛茹苦地栽培我，给我知识；我的父母也为我四处奔波，给我帮助。他们有抱怨吗？没有！他们为了什么？都是为了我们的成长！

我的演讲完了，谢谢大家！

## 升旗仪式励志演讲稿篇六

上午好！

同学们，我们每一个同学都有美好的愿景，希望自己以后能称为一个科学家，一个商界精英，一个政坛领袖，一个大学教授，一个医学专家。但是，这种美好的愿望要想实现，就需要专注，需要热情。同学们，现在检测一下你自己，你是否面对我们祖国的国旗，端庄肃穆，你是否在认真听取同学们的发言。你再看看，你周围的同学，哪些同学在认真听讲，这些同学一定会给自己的将来打造出一种优质的生活环境。

为了你自己，请培养一种专注的学习习惯吧。

要想在学业上获得成功，有三要素：勤奋+学习方法+智能和心理素质。

同学们，期中考试马上就要开始了，我们要全力备战。可能有的同学说，我反正考不好，就这样吧。同学们，我要告诉你，每种花都有开放的机会，每个人都有机会成功。花草在没有遇到适合自己开放的季节时，需要吸收养分和阳光，储蓄足够的能量等待属于自己的季节的来临。人也要储蓄足够的能量，那就是学习更多的知识，积累更多的人生智慧，等属于你的季节一到，你自然会绽放出美丽的人生之花。



一份耕耘，换来一份欣喜的收获；一份付出，换来一份真诚的回报。所以，同学们，持之以恒的毅力在学习中的作用尤其重要。宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来说的也是付出才有回报。

同学们，相聚是缘分，相信我们在一起的时光将成为大家生活中抹不去的记忆。希望同学们既是竞争的对手，又是相扶前进的朋友；我们每一个人，要一起努力，一起进步。

最后，我以这首小诗作为我讲话的结束：

一天一天，忘我的拼搏

一步一步，深深地脚窝

一次一次，把自己超越

一点一滴，汇成奔腾的江河

一土一石，筑起一座高山巍峨

一字一句，书写一个神奇的传说

字字句句，都是奋斗者的战歌！

希望同学们走好人生的这一步！

谢谢！

## 升旗仪式励志演讲稿篇七

### 升旗仪式励志演讲稿【一】

诚信是什么？从道德范畴来讲，诚信即待人处事真诚、老实、

讲信誉，言必行、行必果。可见，诚信的本义就是要诚实、诚恳、守信、有信，反对隐瞒欺诈、反对伪劣假冒、反对弄虚作假。

诚信是无形的财富，在一切成功的背后都可以窥见它的背影。从古时候开始，人们就开始诉说着一个个诚信的故事。立木为信与烽火戏诸侯的对比足见诚信的重要。商鞅的变法之所以能成功就是因为他利用了诚信的力量，先取信于民，征服了百姓的心，也就成功了一大半。于是秦国渐渐强盛，最终统一了中国。而同样在商鞅“立木为信”的地方，在早它400年以前，却曾发生过一场令人啼笑皆非的“烽火戏诸侯”的闹剧。周幽王为博宠妃一笑而点烽火戏弄众诸侯，最后在西夷太戎的进攻下被迫自刎。一个“立木取信”，一诺千金；一个帝王无信，三戏诸侯，结果前者变法成功，国强势壮；后者自取其辱，身死国亡。可见，“信”关系着一个国家的兴衰存亡。

无论在朋辈间、长幼间、手足间、雇主与雇员间，诚信都是待人处世臻于至善的表现，我们身为祖国未来的希望，更应该注重诚信的重要。

再来说一说这个“信”字，“失义人心不在，失信正道不存”讲的就是这个道理，公职人员需要表现高度的诚信，才能取信于民。《论语》说：“与朋友交，言而有信。”莎士比亚也说：“对众人一视同仁，对少数人推心置腹，对任何人不要亏负；对于朋友，你应该开诚相与。”可见古今中外，相处之道在于诚信。我们也要做到这一点，答应了别人就一定要兑现，否则我们将无法在这个人才济济的社会中立足。

诚信，是春天播下的种子，秋天里结出丰硕的果实，是汗水滋润中禾苗结出的盈穗在风中摇曳发出的声响。诚信，在物欲横流的今天，在人们的眼中淡化了；然而，我们仍然生活在这个地球上，我们人类仍然需要相互的交流，不断的交往，假如每个人都带着虚假的面孔，假如人与人之间都存在谎言，

那么世界定会暗无天日;我们呼唤诚信，我们也愿携手共建诚信;诚信事业，从我做起。

尊敬的老师、亲爱的同学们：

我今天国旗下讲话的题目是《传递正能量 书写少年梦 托起中国梦》。

有一个流行关键词“正能量”，这个词的流行源于英国心理学家理查德·怀斯曼的专著《正能量》，其中将人体比作一个能量场，通过激发内在潜能，可以使人表现出一个新的自我，从而更加自信、更加充满活力。“正能量”指的就是一种健康乐观、积极向上的动力和情感。现在，中国人为所有积极的、健康的、催人奋进的、给人力量的、充满希望的人和事，都贴上了“正能量”的标签。它已经上升成为一个充满象征意义的符号，表达着我们的渴望、我们的期待。

一、中国梦，我的梦，让自身充满正能量，做好自己

二、让校园充满正能量，创建安全、稳定、文明、有序的校园

每个班级都是学校的缩影，每个学生都代表学校的形象，每寸校园都代表学校的面貌。同学们要做到语言文明、行为文明，在校内不乱丢杂物、不吃零食、不欺负小同学;在家里尊敬长辈;在社会上做一个爱国爱民、遵纪守法、诚实守信、文明礼貌的合格小公民。

三、让学习充满正能量，创立认真、勤奋、刻苦、求实的学风

我们要在全校创立一种优良的学习风气，凡事从“认真”开始，认认真真地读书、认认真真地上课、认认真真地完成作业，学业成功的过程离不开勤奋和刻苦，“天才处于勤奋”，

“书山有路勤为径，学海无涯苦作舟”，“宝剑锋从磨砺出、梅花香自苦寒来”这些名言讲的都是这个道理。

同学们，天下兴亡，匹夫责任，我们挑着民富国强的重担，我们要用自己的汗水传递少年的正能量，用自己的行动书写美丽的“少年梦”，用自己的信念托起幸福的“中国梦”。

谁不希望自己是一个成功者?而成功者无不懂得自律。自律是修身立志成大事者必须具备的能力和条件。自律，使人能够自知;自律，使人养成良好的行为习惯;自律，使人学会战胜自己;自律，使人身心健康，助人建立良好的人际关系;自律，使人高尚起来。自律是发自内心的，是内蕴，与别人加诸己身的纪律不同。自律是听命于自己，所以自律的人自立，有气度，吸引力自然而生。

所谓自律就是自己约束自己，换句话说也就是要自己要求自己。从本质上讲，自律就是你被迫行动前，有勇气自动去做你必须做的事情。自律往往和你不愿做或懒于去做但却不得不做的事情相联系。“律”既然是规范，当然是因为有行为会越出这个规范。人们往往会遇到一些让自己讨厌或行动受阻挠的事情，而在这种情况下，我们就应该克服对情绪的干扰接受考验。

“自律使人优秀起来”——是我们六1中队的座右铭。三月的督导过后我们会继续以自主教育的形式让更多的同学在品德修养上学会自律。我们班能人不少，有十几名南模学生乐队的成员，我们积极参与校园活动，无论是升旗仪式、鼓号队、唱校歌，还是主持文艺汇演，广播操比赛，年级作品展示，都有我们的“小荷才露尖尖角”，而在学习成绩上我班也是有优势的。然而在日常的学习生活中，我们仍然有许多不足，有人上学迟到、作业字迹潦草，有不交作业或抄别人的作业情况、上课积极回答但会不守规矩，乱插嘴、吃午餐剩饭剩菜一大堆、有值日生会敷衍了事，甚至偷懒逃避等。所以我们要时时提醒自己，要自律，千万不要纵容自己，给自己找

借口。我们相信对自己严格一点时间长了，自律便成为一种习惯，一种生活方式，我们的人格和智能也因此应得更完美。但正如诙谐作家杰克森·布朗的比喻：“缺少了自律的才华，就好像穿上溜冰鞋的八爪鱼。眼看动作不断可是却搞不清楚到底是往前、往后，或是原地打转。”我们也渐渐意识到成功与快乐取决于许多因素：智力、教育、体力、父母的支持、运气……但当别人陷入平庸时，那个激发你去努力实现理想的关键因素不是你的才能，不是你的教育，也不是你的智商——而是你能否自律。自律和意志是紧密相连的，意志薄弱者，自律能力较差；意志顽强者，自律能力较强。加强自律也就是磨练意志的过程。

自律的养成是一个长期的过程，不是一朝一夕的事情，因此要自律首先就得勇敢面对来自各方面的一次次对自我的挑战，不要轻易地放纵自己，哪怕它只是一件微不足道的事情。自律，同时也需要主动，它不是受迫于环境或他人而采取的行为，而是在被迫之前，就采取行为。前提条件是自觉自愿地去做。

自律是在行动中形成的，也只能在行动中体现，除此之外，再没有别的途径。梦想自己变成一个自律的人就会就变成一个自律的人吗？靠读几本关于自律的书就能成为一个自律的人吗？答案都是否定的。

纪律和规则是我们平时工作、学习和生活中不可缺少的。很多事实都能说明这个道理，比如买票要排队；走在马路上要遵守交通规则；甚至我们平时的一举一动都受到一定的要求和约束，否则任何事情都毫无秩序可言。而我们作为在校的学生，处在向迈进社会过度的时期，更是有数不清的纪律和规则来要求我们，告诉我们该怎么做不该怎么做。老师们、家长们费尽了心思，伤透了脑筋。但是，如果我们总在一种被要求的环境下学习和生活是很难进步的，所以我们应该学会自己约束自己，自己要求自己，变被动为主动，自觉地遵守中学生日常行为规范，拿它来约束自己的一言一行。毕达哥拉斯

说：不能约束自己的人不能称他为自由的人。我们的自律并不是让一大堆规章制度来层层地束缚自己，而是用自律的行动创造一种井然的秩序来为我们的学习生活争取更大的自由。

自律的学生热爱学习——无论单调还是挑战，都会兢兢业业，努力做到。自律的学生充满激情——不会习惯于被动地接受和执行任务，以工作绩效的化为目标，对工作中遇到的问题会主动出手，寻求的解决方式；自律的学生不会为错误和一时的失败找借口，而不能自律者则在为自己找一个遮掩错误，回避问题的挡箭牌的同时，放任了错误的不断发生；自律的学生会在对责任的承担和对错误的修正中，让自己越发优秀。

我们要提高自身素质，树立自尊、自爱、自强的自律意识，对学校、班级和个人都要有强烈的责任感，并且能够正确处理日常学习生活中的人际关系和矛盾冲突。而在学习方面，我们一要独立，独立思考、独立解题、独立完成作业；二要自觉，自觉做好自己该做的事情，包括做好预习复习工作、上课专心听讲和按时完成作业。在行为上，我们应该以中学生日常行为守则来规范自己的言行举止，做到文明礼貌、爱护公物。在外表上，我们应该以简单大方、干净整洁的衣着表现出学生朴素的本质。

如果每一位同学都能够加入到自律者这个行列中来，就会发现身边的事物、环境都会大大的不同。自律并不仅对我们现在的学习有益，相信若干年后，当我们陆续结束自己的学生生涯走上社会的时候会发现它对于我们今后在社会上的工作和生活也有很大的影响。学校是一个“象牙塔”，当我们还是学生时，犯了错误我们还有再来一次，从头开始的机会，可是在社会上我们必须为自己的每一次失误或者错误负责，承担后果，这使得自律的作用更加明显。因此，让我们互相监督，做到自觉自律，为目前的学习创造更好的环境，也为在今后的工作和生活中养成良好的习惯打下基础。

三月份孕育着无限的生机，植树节也在三月。有一处森林苗

圃的墙上贴着这样一句话：“种下一颗大树的时机是25年前，……第二个好时机就是今天。”那么，今天就让我们种下自律这颗树苗吧。希望南模初中的莘莘学子都乐于自律，为创建我们共同的美丽、和谐校园而尽一份绵薄之力。

## 升旗仪式励志演讲稿篇八

大家早上好！

第一，规划自信自强的人生。李嘉诚先生说过，年轻是我们拥有权力去编织梦想的时光。学习是学生的天职，是开启成功之门的金钥匙。有一句名言：“我是自己命运的主宰，我是自己灵魂的船长。”整个世界都在进步，要想成功，想超过千万个甘于平庸的人，你就得不断的学习。在新学期，我们要管理好宝贵的时间。只要勤奋学习，每天进步一点点，总有一天会成为飞过沧海大洋的海鸥。的确，对于我们每一个人来说，命运都掌握在我们自己的手中，只要我们对人生充满希望，只要我们有坚定不移的毅力和信念，只要我们自己相信自己，就一定能取得成功。

第二，养成自觉自愿的行为规范习惯。我们要严格遵守《中学生日常行为规范》和社会公德，自觉养成良好的学习习惯和生活习惯。我们要忠诚，因为忠诚是建筑人生大厦的基石；我们要信任，因为信任是酿造友谊之蜜的花朵；我们要理解，因为理解是沟通心灵的桥梁；我们要勤奋，因为勤奋是事业成功的忠实伴侣；我们有毅力，因为毅力是开拓世界的利剑；我们要理智，因为理智是抵御灾难的铜墙铁壁。我们的附中是一个大家庭，我们20xx届每个学子都应当真心诚意地为这个大家庭做出贡献。我们要讲求文明风尚，相遇时的一个微笑，对老师的一声问好都体现着我们的修养。我们要做到仪容仪表端庄大方，在学习中，要踏实耐心主动，在同学之间交往中，更要待人真诚，相互尊重。我们努力提升自己，就是在为构建和谐校园献出自己的一份力量。

第三，锻炼野蛮强健的体魄。毛泽东主席曾在《体育之研究》一文中倡导“文明其精神，野蛮其体魄”。作为高中生，正处于生长发育的关键时期，健康的身体是我们做好一切的基础。倘若一副柔弱身躯，何以在艰难困苦时坚强，何以在疾风暴雨时慨然应对？加强体育锻炼，可以增进体能体质，可以磨练意志，铸造品质，可以协调机体，增益智慧。在学习之余，我们一定要腾出时间，积极参加各项体育活动，锻炼野蛮强健的体魄。

第四，树立远大明确的目标。《老子》有云：千里之行，始于足下。我们确实应当脚踏实地，但是，没有方向，我们如何行到远方？因此，在我们客观分析自己的情况之后，首先，需要设立一个最符合实际最适合自己的目标，如，一门学科的提高、在月考中的进步、一所理想的大学，并将此转化为具体的行动指南。当然，在我们上下求索时要用实践去不断丰富和完善这个目标。其次，要有端正的态度。“不积跬步，无以至千里；不积小流，无以成江海”，既然为你的千里之行选择了远方，就要努力拼搏，拥有良好的心态，不轻言放弃。大家为梦想的不懈努力，都将是未来的美好回忆。

同学们，天行健，君子以自强不息！理想的彼岸就在眼前，让我们在奋进中播种希望，在自信中展望未来，在拼搏中转折人生，在努力中走向成功！为了理想，让我们共同努力奋斗吧！

我的演讲完毕，谢谢大家！