

# 最新大雪的国旗下讲话(通用7篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 大雪的国旗下讲话篇一

尊敬的各位老师、同学们：

9月10日，也就是明天，我们即将迎来第xx个教师节。首先，请允许我代表大家，向辛勤耕耘在讲坛的老师们表示节日的祝贺和亲切的问候！并轻轻地道一句：老师，您辛苦了！

每年的这个时候，同学们都想到了老师付出的辛勤与汗水，寄托着无限师恩的情绪弥漫在空气里。有些同学会用自己制作的贺卡或花朵等来表示对老师的感恩。可是，亲爱的同学们，感恩老师，不是只在这个特殊的日子。它可以表现在日常生活中的点点滴滴，感恩老师，不仅仅是在于给老师送张贺卡，说句祝福的话，而是应该在我们同学的心里、意识里，并且把这种意识融入到每一天的一言一行中。

我们知错就改，接受老师的批评教育，这同样是感恩；

我们积极进取，尊重老师的劳动成果，这依然是感恩。

希望同学们从身边的小事做起，来表达对老师的感恩！

同学们，你们走进了新的学年，老师又开始了新的耕耘，今朝洒下爱心与汗水，明日迎来桃李满天下。老师热爱学生，学生尊敬老师，让浓浓的师生情永驻我们的心间，让我们的校园弥漫真情的祝福——“老师们，节日快乐！”。

## 大雪的国旗下讲话篇二

大家早上好！今天我国旗下讲话的题目是《冬季，请加强体育锻炼》！

冬季的到来，给天气增加了几分寒意，这个季节，没有了夏日的骄阳，正是锻炼身体的好时机。参加冬季体育活动，不仅能锻炼身体，增强体质，而且还能锻炼不怕严寒的坚强意志，提高身体的抗寒能力，增强抵抗各种疾病的能力。

冬季体育锻炼，由于肌肉不断收缩，呼吸加快，新陈代谢旺盛，身体产生的热量增加。同时还增强了大脑皮层的兴奋性，使体温调节中枢灵敏、准确地调节体温，提高人们的御寒能力。所以，坚持冬季锻炼的人，抗寒能力比一般人增强8-10倍。

冬季体育锻炼，大都在室外进行，不断受到冷空气的刺激，人体造血机能发生明显变化，血液中的红细胞、白细胞、血红蛋白以及抵抗疾病的抗体增多，身体对疾病的抵抗能力增强，俗话说“冬天动一动，少闹一场病；冬天懒一懒，多喝药一碗”就是这个道理。

冬季体育锻炼，接受阳光的照射，弥补阳光照射的不足。阳光中的紫外线不但能杀死人体皮肤、衣服上的病毒和病菌，对人体有消毒作用。还能促进身体对钙、磷的吸收作用，有助于骨骼的生长发育。尤其对正在长身体的青少年来说，多参加户外锻炼更为重要。

冬季体育锻炼，还可以加快血液循环，增加了大脑氧气的供应量，这对消除大脑长期工作带来的疲劳，增强记忆力，提高学习效率，都有积极的作用。

冬季锻炼好处很多，冬季锻炼的项目也很多。一般多采用长跑、球类、跳绳、踢毽子、跳橡皮筋等项目。这完全可以根

据个人爱好，选择不同的项目，灵活掌握。

那么，冬季体育锻炼又要注意什么呢？

1、冬季天气比较冷，参加锻炼之前一定要做好准备活动。准备活动可以提高身体各器官的运作水平，改善肌肉、关节的灵活性，防止肌肉拉伤，关节扭伤等现象的发生。

2、冬季锻炼要注意预防感冒。冬季天气比较冷，锻炼着装要合理，锻炼后要做适当的整理活动，及时穿衣保暖，以防感冒。

3、参加冬季锻炼，要有循序渐进的过程，更要有顽强的毅力、持之以恒的精神，才能收到良好的效果，切不可“三天打鱼，两天晒网”。

同学们，身体是知识的载体，只有健康的体魄，以及良好的心理品质，才能更好地工作和学习，才能应付各种困难和挑战。

最后，请让我以奥林匹克运动的创始人顾拜旦先生的名言结束我的讲话：“你想健康吗？你想聪明吗？你想健美吗？请运动吧！”。

## 大雪的国旗下讲话篇三

人要维持自己的生命，必须按时补充生命所需的各种营养物质；人要保持精神世界的富足，也需要时时处处为精神补充各种“营养”。“精神营养”来自哪儿？如何补充“精神营养”？其实，“精神营养”来源于浩如烟海的书世界，吸取“精神营养”的管道就是孜孜不倦地阅读。

我国自古有凿壁偷光、囊萤映雪、悬梁刺股的感人故事。这

些读书故事表现了古人对读书的渴望和对知识的向往。我国著名文学大师鲁迅、郭沫若、茅盾和老舍先生，以及巴金爷爷，都是学贯中西、博古通今。能达到如此境界，与他们在学生时代大量阅读各种文学名著是分不开的。

同学们，你们正处在读书、求知的黄金阶段。你们知道应该选择哪些书来读，利用哪种方式读书最科学吗？首先，要精读课堂上的书，尤其是语文课本，仔细品味文章中的妙词佳句，认真揣摩文章蕴含的道理，感悟文章表达的感情。其次，要泛读课外书。从文学类到科技类，从中国名著到外国名著，从汉语文章到英语文章……只要有书的地方，就要有你们的身影。

读书，需要时间。时间在哪里？它就在我们每一个人的双手里。你一松手，它就从指间溜走了。

因此，读书需要“只争朝夕”。一早到校，可以读书；午间休息，可以读书；睡觉之前，可以读书。

选择读书，就选择了勤勉和奋斗，也就选择了希望与收获；

选择读书，就选择了纪律与约束，也就选择了理智与自由；

太阳每天都是新的，生活永远充满希望，现在就开始吧，把握每个瞬间，不要再犹豫——读书吧，同学们！

人生如海上行舟，不知何时就会遭到恶浪和风暴的袭击。既然我们来到人间，就应该用青春的镰刀去披荆斩棘。懦弱的人站在雨中怕淋湿，站在阳光下怕晒黑，如此命运只能让他们在山脚下徘徊。恰恰相反，勇敢的水手从来不惧怕风高浪险，因为他们深知涉浅水者得鱼虾，涉深水者得蛟龙，年轻人不要畏首畏尾。请在自己心中树立一个永恒的信念——没有比脚更长的路，没有比心更高的山。

是的，脚比路长，远方无论有多么远，经过双足跋涉，终会抵达，人生亦是如此。我们不怕目标高远，只怕没有追寻的勇气、热情和执著。只要心头时时燃烧着坚定的信念，一往无前的行进下去，就会惊讶的发现——很多所谓的远方并不那么遥远。

是的，人的出身、门第和相貌无法选择，但可以选择自尊自信勇气和毅力。关键是要看青自己，看重自己，切不可自怨自艾，妄自菲薄。正如比利时诗人梅特林克所说，揭下你的面纱，别让你的面纱隐藏了最后的真理和快乐。要相信自己，你是独一无二的，你必然会有非凡的成就。如果你内心深处的某个地方在热烈地渴望成功，那么你就成功了一半。从今天起，你要做的就是先改变自己的人生观，改变对自己的看法。

沧桑几许，人生几何。既然生命属于人们的只有一次，我们何不去畅情享受呢？纵然生活中困难重重，但心若在，梦就在，我们定会活出自己的风采。

信心是驱散寒冷的火炬；信心是烛照心灵的太阳，美丽的阳光不属于流泪的双眼，美好的青春不属于自卑的. 青年；除非你选择放弃，否则你将永远不会被打败。

亲爱的同学们，请快打开那封闭的心，让信心的火炬驱散失败的阴暗和苦恼。请记住：把信心留给自己。

尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

大家上午好！

我先给大家讲一个故事：上世纪九十年代，在中国南方发生了这样一件事，一家著名的企业公开招聘管理人才，在应聘者当中，不乏有高学历者，有曾经从事过管理工作的人，也有口才非常出众的公关人员。但最后负责招聘的老总却选中

了一位在走廊上随手捡起一张废纸的竞聘者。后来，有人问这位老总，“为什么选中那位不占任何优势的竞聘者？”这位老总回答：“一个有好习惯的员工，就是一座金矿，有这种人格魅力的人一定可以为公司创造更多的财富。”因此，我今天国旗下讲话的题目就是《有好的习惯，才会有好的命运》。

爱因斯坦有句名言：“一个人取得的成绩往往取决于性格上的伟大。”而构成我们性格的，正是日常生活中我们的一个个好习惯。好习惯养成得越多，个人的能力就越强。养成好的习惯，就如同为梦想插上翅膀，它将为人生的成功打下坚实的基石。

是的，当一个人养成了良好的习惯，他的人格魅力便会自然得到提升。其实，习惯在我们不知不觉的成长中，常年累月影的影响着我们的品德，暴露着我们的本性，左右着我们的成败。因此，在生活中，我们不妨试着去养成一些好的习惯，比如：习惯于主动打扫卫生，形成爱劳动的习惯；习惯于说声“谢谢”、“你好”、“对不起”，形成以礼待人的好习惯；习惯于每天坚持锻炼，形成健美的体魄；人际交往中习惯于理解、宽容，便能化干戈为玉帛；习惯于去用心观察，才能形成好的观察能力；习惯于提前预习，课后复习，才能形成高效的学习方法；当然，我们更应该习惯于用爱心去面对周围的世界，升华我们的人性。正如著名的教育家叶圣陶所说：唯有行动，才能让“习惯成自然”。

人们常说：播下一个行动，便会收获一种习惯；播下一种习惯，便会收获一种性格；播下一种性格，便会收获一种命运。这是一切成功人士所具备的特质，所以，就让我们将好习惯的种子埋下，用恒心去浇灌，去成就我们生命的精彩。

我的讲话完了，谢谢大家！

## 大雪的国旗下讲话篇四

亲爱的老师们、同学们：

大家早上好！

今天我演讲的题目是《师恩难忘》。

金色九月，秋高气爽，再过几天，我们就将迎来第xx个教师节。在这里，请允许我代表各位同学向辛勤耕耘的老师们表示节日的祝贺和深深的敬意。老师，您辛苦了！

您用温暖的臂膀呵护着我们，您用温柔的话语激励着我们，您不是母亲却胜似母亲，我们虽不在家，却有比在家还要多的温馨。

同学们，师恩难忘，难忘师恩，就让我们努力学习，用最好的成绩最佳的表现来回报我们的老师吧。

祝愿同学们在今后的学习生活中百尺竿头，更进一步；祝愿我们的老师桃李芬芳，幸福安康！

谢谢！我的发言完毕。

## 大雪的国旗下讲话篇五

大家早上好！

今天我演讲的主题是“做一个诚信的阳光少年”。

诚信是我们中华民族的优良传统。古往今来，诚信的力量成就了多少优秀的自我。它已不仅仅是一种为人的准则，它更是一种勇气，一种责任，砥砺着多少精彩的生命。从“乐羊子妻”到“曾子杀猪”，从商鞅“立木为信”，到韩信“守

诺报恩”，这些古人的诚信行为，无一不为世人赞誉，而成为千古美谈。

孔子说：“人而无信，不知其可”，意思是说“一个如果没有诚信，那么就没什么可肯定的了”。诚信对于我们的生活，如同阳光、空气、水一样重要。而作为学生，讲诚信，就是不作假。我们总要面临很多的考试，而考试中的诚信更是极为重要的！一次考试能够考查我们对学科知识的识记、理解、运用、拓展能力，还能够考验我们的身体素质、心理素质，更能测试出我们的诚信度。

是学生，就想考出好成绩，这无可厚非。可是即使自己的成绩不理想，也不要再在考试中采取不正当的竞争手段，我们应当做一个光明磊落的人，做一个诚信的人！赢要赢得别人心服口服，即使输也要输的坦坦荡荡。

学习在于点滴积累，亲手采的蜜最甜，亲自酿的酒最香。马上我们就要迎来期中考了，至此我向全体同学发出倡议：

- 一、端正学习态度，认真复习功课，满怀信心地迎接考试。
- 二、同学之间互相监督，互相提醒，共同遵守每一场考试纪律。
- 三、以诚信为荣，以作弊为耻，自觉抵制考试中的不良风气。

知行合一！同学们，让我们带着智慧和勇气，让诚信常驻心中，带着那颗永不言败的心，从自己做起，从现在做起，用诚信撑起一方蔚蓝的天空，做一个诚信的阳光少年！

我的演讲到此结束，谢谢大家！



## 大雪的国旗下讲话篇六

敬爱的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

今天我国旗下讲话的题目是：《珍惜每一分钟》

首先，我想跟大家分享一个故事，一个关于一分钟时间的故事。有一次，一个青年向着名教育家班杰明请教如何才能获得成功，他们约好了地点与时间。等到时间到的那一天，青年如约而至，可是班杰明打开门的那一瞬间却让这个青年惊讶不已，原来他的房间里乱七八糟，一片狼藉。

看着青年惊讶的表情，班杰明马上说到：“你看我这房间，太不整洁了，请你在门外等一分钟，我收拾一下你再进来吧。”说完，不等青年开口，他就关上门，一分钟之后，他再次打开门，并热情的招呼青年进入了房间，此时青年看到的确是一切已变得井然有序。

青年在心里感叹班杰明的速度，可是，没等青年人把问题讲出来，班杰明就非常客气地说：“好吧，你可以走了。”青年人一下子愣住了，既尴尬又非常遗憾地说：“可是，我，我还没向您请教呢。”“这些，难道还不够吗？”班杰明一边扫视着自己的房间，一边微笑地说，“你进来已经有一分钟了。”“一分钟？一分钟”青年人若有所思地说，“噢，我懂了，您让我明白了一分钟的时间可以做许多事情，也可以改变许多事情的深刻道理。”向班杰明道谢后，青年人开心地走了。

这是一个简单的故事，也是一个很耐人寻味，故事告诉了我们一个道理，一分钟的时间非常恨短很渺小，但是却可以做很多的事情，也可以改变很多的事情，我们的人生就是由无数个一分钟构成，如果把握住每一分钟是我们人生活得有意

义的关键。所以同学们，珍惜时间，就必须从珍惜你的每一分钟做起，从现在开始。只有把握好了生命的每一分钟，我们才能踏上成功之路，攀上理想之巅，才能到达成功的彼岸。

“早岁哪知世事艰”，在当今社会，我们的生活很安逸舒适，有些同学就走向了生活与学习的误区：抛开学习，恣意攀比，沉迷幻想，徘徊不前。孰不知世界上最快又最慢，最长又最短，最平凡而又最珍贵，最易忽视又最易令人后悔的就是时间。时间对每个人都是公平的，对每个人都是重要的，从古至今，凡是为人类做出杰出贡献的人，他们都非常的珍惜时间，他们都把握住了人生的每一分钟。只有缺乏意志、毫无志向的人，才认为今天的事情没做完，明天还可以继续；也只有这样的人才会一生庸庸碌碌，一事无成。

同学们，我们在学校这个知识花园里沐浴着时代的阳光雨露，享受着一流的学习环境，我们没有任何理由抛开学习而恣意攀比，没有任何理由沉迷于物质而徘徊不前。对我们来说，努力学习，这是我们成长的必修课，只争朝夕，这是我们义不容辞的义务和责任。

那么，你还在犹豫什么，就让我们从这一分钟开始珍惜，去追求自己的梦想吧！

谢谢大家！

## 大雪的国旗下讲话篇七

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家早上好！

一个学期即将过去，新的一年悄然临近。我们像远行的航船，伴着激浪和长风已经解缆扬帆；又像冲刺的运动员，伴着清脆的枪响和助阵的呐喊，冲出起跑线；也像不知疲倦的探秘者，

背着沉重的行囊，伴着松涛走进深山；更像大地的一名耕耘者，初春来到就开始耕耘和护理自我那丰富、殷实、肥沃和健康的心田。其实，我们像什么并不重要，重要的是应当有航船的执着、运动员的顽强、探秘者的自信和耕耘者的勤奋。正是这些优秀的品格犹如通行证一样，引导人们走向成功之路；又像一把熊熊燃烧的火炬，引导人们从漫漫长夜走向光明的未来。优秀品格于人生之重要不言而喻，所以有人说，品格决定命运。

品格不是天生的，也不是不变的。优秀的品格，能够培养，能够塑造，并且这种塑造大多不是在波澜壮阔的运动中，不是在惊天动地的事业里，也并非在崇高伟大的实践中，而是在平凡的生活里，寻常的交往中甚至是索然寡味的日子里。从日常生活一些司空见惯的小事中就能够看出一个人的品格，朱德军长的一件小事，令挑米的红军将士肃然起敬；车夫的一件小事，使其形象在鲁迅先生心中立刻高大起来。习以为常的言行，都会成为培养人生命亮点的因子，决不可有半点马虎。忽视了它，就是忽视了习惯，忽视了品格，忽视了生命，如果这样，不管你的梦想是多么远大，志向是多么崇高，你都不会登上可饱览无限风光的顶峰。

新年开始，是树立目标的开始，是反思和审视自我的开始，是鼓足勇气、继续奋斗的开始，是重塑优秀品格的开始，既然一个完美的开始已经出现，大家就要抓住这个开始去奋斗。

最终祝大家在新的一年里，生活欢乐，奋斗成功！