

# 最新月份国旗下讲话(优质9篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？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。

## 月份国旗下讲话篇一

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

早上好！

今天我国旗下讲话的题目是《冬季锻炼，强身健体》！常言道：温室里的花草经不起风霜。我们的身体也是这个道理，适应能力和抵抗能力是可以在体育锻炼中逐渐提高的。自然界的生命物质都是在运动中发生和发展的，如果运动停止了，生命也就结束了。

在我们的周围，常常可以看到，有的人只穿一件很薄的运动衣，在寒风刺骨的冬季练长跑，甚至有的人在三九严寒破冰游泳都安然无恙，可是有的人穿着厚厚的衣服，整天呆在暖和的屋里也经常伤风感冒。这是什么原因呢？这就是因为人们对寒冷的适应能力不同。冬季坚持户外锻炼，有助于耐寒能力的提高。

我们在教室里学习，冬天门窗紧闭，室内空气不新鲜，在这种环境下呆久了，就会使人头昏脑胀，学习效率下降。下课后走出教室，在操场上做做操，呼吸呼吸新鲜空气，就会使人感到格外清爽。并且可以改善对大脑的氧气和营养的补给。有些同学一到冬天，就连课间操也懒得做了，这样不仅影响健康，对学习也是极为不利的。所以，冬季坚持户外锻炼，

让我们精神焕发，精力充沛。

中国有句谚语冬练三九、夏练三伏，在艰苦的环境中，培养自己的坚强意志和顽强勇敢的性格，这对人的一生都是大有益处的。所以，在这个冬天，希望同学们不要畏惧寒冷，勇敢的从温暖的被窝里爬出来、不睡懒觉，丢掉你的帽子和手套在太阳下好好的玩个痛快！

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！

谢谢！

## 月份国旗下讲话篇二

老师，亲爱的同学，大家好：

今天，我讲的题目是：关注细节，从小事做起。

学校是培育人才的摇篮，是祖国栋梁成长的地方，是塑造美好心灵的净土。作为学生的我们，每个人的日常生活、学习都是由一件件小事构成的，我们不能对这些不起眼的小事敷衍而行或轻视懈怠。

请听这样一个故事：

从前，有位士兵骑马赶路。接近黄昏时分还没有找到客栈，正在焦急之时，突然见到前面来了位老农。他高声喊道：“喂，老头儿，离客栈还有多远？”老人回答道：“五

里!”士兵策马奔了十多里，仍不见人烟。“五里、五里”，他猛地醒悟过来：“‘五里’不是‘无礼’的谐音吗?”于是他调转马头赶回来亲热地叫了一声：“老大爷……”话没说完，老人说：“你已经错过客栈了，如不嫌弃，可到我家一住”。

这个故事说明文明的一切都是由细节构成的，请记住：关注细节，生活无小事。所有成功者，无不是从小事做起，无不是关注自己身边的每一个细节。

让我们看看，在校园生活中，我们有好多好多的小事，我们做到了吗?比如：踏着朝阳迈进学校，我们是否见到了纸屑、果皮、食品袋，捡一捡呢?课间十分钟，我们是否做到了不追逐打闹，轻声慢步过走廊，上下楼道靠右行呢?我们做到爱护公用设施、关爱生命、团结同学、礼貌待人、乐于助人、认真听讲了吗?踏着夕阳，我们是否想过我今天收获了多少，有什么快乐吗?这些小小事都需要我们具有一种锲而不舍的精神，一种坚持到底的信念，一种脚踏实地的务实态度，一种自动自发的责任心，一种没有任何借口的行为准则。

## 月份国旗下讲话篇三

关于冬季锻炼身体的国旗下讲话稿（精选）

亲爱的老师们，同学们：

大家早上好。今天我讲话的题目是《冬季，请加强体育锻炼》。

携带着凛冽的寒风，冬天就这样来到了我们的身边。水瘦山寒、天高地远，大自然逐渐安静下来，而我们的校园却开始了热火朝天的冬季体育锻炼。灵巧的毽子，滚动的足球，优美的投篮，天空中滑过弧线的羽毛球，校园里跑跳的大家，

都给单调的冬天增加了无限的生机。

体育是跃动的音符、舞动的旋律、运动的艺术，是促进同学们健康成长、全面发展、终身发展的奠基性工作。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。据调查，坚持冬季锻炼的人，抗寒能力比一般人增强8-10倍。

为了让健康和运动的理念深入人心，并成为同学们的自觉行动，每天学校的早锻炼以晨跑为形式，为第一节课的学习热身。下午大课间以京剧操+小锻炼相结合，来舒展身心，上星期学校也举行了趣味运动会力求让每位同学都可以享受到运动的快乐。课间，操场俨然也成为了同学们快乐游戏的舞台。

如何科学的进行冬季体育锻炼呢?我这里有几点温馨提示：第一，运动前做好准备活动，运动后及时穿衣保暖，以防感冒；第二，在运动时，做到活动内容有组织，追逐打闹不可取，确保安全有保障；第三，运动时要看管好自己的衣物，以免相互之间误拿；第四，活动要团结友爱，不要因为小事而引起摩擦、冲突。

同学们，身体是知识的载体，拥有健康就拥有一切。冬季，请加强体育锻炼吧！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！

我的讲话完毕，谢谢大家。

老师们、同学们：

冬季如果能够经常参加健身运动，就能有效提高中枢神经系统的兴奋性，改善体温，调节中枢的功能，增强人体抵御疾病的能力。而长跑锻炼中由于肌肉不停地收缩，心跳加快，

呼吸加深，消化加强，新陈代谢旺盛，可使身体的整个条件得到改善。

此外，冬季还有昼短夜长、阳光微弱的气候特点，如多在室外锻炼，阳光中的紫外线就能杀死各种病毒和病菌，对人体起到消毒作用。同时，阳光还能促进身体对钙磷的吸收利用，助长骨骼生长发育，这对我们青少年来说尤为重要。

但在冬季长跑健身又有一些事项是同学们要特别注意的：

1、 冬季的气温较低，韧带的弹性和关节的灵活性降低，在长跑前要充分做好准备活动，防止发生运动损伤。首先要充分拉伸肌肉韧带，活动各个关节直至身体发热，再投身到长跑运动中去。

2、 要根据气温适当增减衣服，锻炼后注意不要在风大的地方逗留，以免伤风感冒。

身体是革命的本钱，只有拥有了强健的体魄，才能谈得上努力、奋斗、拼搏，也才可能在学习和工作上取得优异的成绩。让我们都加入体育锻炼的大军中来吧，练出健康，练出活力！。

同学们，如果你想聪明，跑步吧；如果你想强壮，跑步吧；如果你想健美，跑步吧。

我的国旗下讲话到此结束，谢谢大家！

各位同学各位老师：

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，给北方的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。

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。

4. 培养积极的奔跑态度一年四季，皆有可观，享受冬季，快乐奔跑。

6.、根据自身的体质循序渐进，慢慢加大速度强度，跑前应当做好准备活动，跑步过程中切忌憋气，跑步后不宜马上停下或坐下，应慢走二三分钟。

## 月份国旗下讲话篇四

### 二月份国旗下讲话1

#### 节约用水，做环保小卫士

当你拧开水龙头打水仗的时候，当你听到上课铃响跑向教室而忘记关水龙头的时候，你可知道，你已经犯了一个很大的错误!那就是“浪费水资源!”

水看上去是那样的普通，普通得让人须臾不可缺少而又随时可以忘记。人们只是在渴了的时候想到喝水，而对于水的本身关心得很少甚至从未关心过。

水，是生命之源，是任何物质都不可替代的。没有水就没有生命，更谈不上什么文明和发展。当前，由于世界人口的剧增、人类的过度索取和浪费，以及工业污染等原因，世界淡水资源越来越匮乏，人类正面临着严重的水危机。

中国是一个水资源紧缺的国家，尽管水资源总储量达2.81万亿立方米，居世界第六位，但中国养活着世界1/4的人口，人均水资源占有量不足世界人均占有水量的1/4，被列为全球13个人均水资源贫乏的国家之一。专家预测，中国人口将在2030年达到16亿的高峰，再加上日益严重的水污染，到那时，中国将成为严重缺水的国家。

侧耳倾听，淮河在呐喊，黄河在哭泣，长江在叹息……水污染像一种持久的顽疾折磨着大大小小的河流、湖泊、水库……水环境的恶化直接威胁着人们的身体健康。为了呼吁人类关注水污染，节约水资源，联合国将每年的3月22日定为“世界水日”，呼唤着地球儿女要珍惜每一滴水。

联合国有关机构经过多年的调查，得出这样的结果：每冲一次马桶所用的水，相当于发展中国家人均日用水量；夏天冲个凉水澡所用的水相当于缺水国家几十个人的日用水量；当水龙头没有拧紧，一个晚上流失的水相当于非洲或亚洲缺水地区一个村庄的居民日饮用水总量！由此可见，节约用水是多么的重要。

## 月份国旗下讲话篇五

老师们、同学们：

高三的同学们，高三是人生征途中的重要一站，千万不要把太多的精力和时间消耗在一时的享乐当中，当你竭尽自己的最大努力去为梦想而奋斗，你将收获超出你预期的成果。

高三是享受拼搏、奋斗人生的最佳时光。花季少年，初生牛犊，指点江山，激扬文字，敢与天公试比高。年轻是我们的资本，成功是我们的追求，奋斗是我们的宣言，愈挫愈勇是我们的气魄。人们常说：此时不搏何时搏；就是说，拼搏要



抓住时机。幸福在于拼搏，享受在于拼搏。拼什么？拼效率，有了效率才会有成功；拼心态，愉悦的心态激活大脑的思维；拼意志，顽强的毅力不畏惧任何失败；拼潜力，人们往往会被自己巨大的潜力惊得目瞪口呆。

高考的压力固然很重，但没有压力的生活就像没有风的帆——会空虚；没压力的青春就像没有春光的花——会枯萎；没有压力的生命就像没有日光的极地——黯然失色。所以我们要勇敢地面对压力，压力就是我们前进的动力，压力就是我们前进的道路上的铺路石，就是我们笑傲考场的筹码。

面对几个月后的高考，虽然一路上有许多困难，但我们要不畏艰险，勇往直前；将高考作为唯一的目标，向高考宣战。

在激烈的竞争和残酷的现实面前，我们将迎难而上，以拼搏向上的精神时刻准备着，准备着！像水手一样：一个盼望出发，一个盼望到达；像雄鹰一样：展翅高飞，搏击长空！

只要我们咽得下寻梦的苦涩的泪水和汗水，只要我们有摔倒后再爬起来的坚强，只要我们有胜不骄、败不馁的心态和意志，那么在暴风雨过后美丽的彩虹必将是属于我们的。

我们只需隐忍的精神，坚韧的毅力，以及不畏困难与失败的信心和勇气，以平和的心态认真学好每一天，过好每一天。我们定能实现高考梦想。

老师们、同学们：

早上好！今天我国旗下讲话的题目是《懂得礼仪，赢得信赖》。我们的祖国是历史悠久的文明古国，礼仪之邦；文明也是我们国家进步的象征，一个国家的文明程度，直接关系到它在激烈竞争的国际舞台上的地位。文明对于一个学校来说，同样具有十分重要而深远的意义。它好像一面镜子展示着学校的容貌。一所优秀的学校，必然是一个讲文明，讲礼仪的学校。二、三月

是我校的“文明礼貌月”，同学们让我们行动起来，做文明使者，礼仪标兵，用贴心的关怀去赢得别人的信赖，共建文明校园吧！

很遗憾地告诉大家，这两种做法都不行！我们想想换作是自己，一个人走在路上，突然从背后听到了一句很宏亮的问好声，或者被别人拍了一下，我们难道不会被吓出一身冷汗吗？处在这样的情况之中，请大家一定切记——要慢慢地靠近老师，绕到能让老师察觉到你的位置，微笑着和老师打个招呼，说声“老师好！”这才是最为有礼貌的，从背后问人好的方式。伙伴们，听了我讲的两个小例子，大家一定受到一些启发吧！那么就让我们从新学期开始，从今天开始，争做文明标兵，用礼仪的言行获得别人的尊重与信赖，共同奏响校园文明礼仪的新乐章！

我的讲话完毕！谢谢大家！

## 月份国旗下讲话篇六

二月国旗下讲话稿翻开荀子的《劝学》，眼前仿佛站着一位哲人，在催我们奋进。

“积土成山，风雨兴焉；积水成渊，蛟龙生焉；积善成德，而神明自得，圣心备焉。故不积跬步，无以至千里；不积小流，无以成江海。骐骥一跃，不能十步；弩马十驾，功在不舍。锲而舍之，朽木不折；锲而不舍，金石可镂。”他告诉我们：学习贵在坚持。干任何一件事情，都要有百折不挠的坚持精神。

纵览古今中外，大凡有成就的人，无一不具有坚持的精神。战国苏秦身披六国相印，令人瞩目，可他学习时的那种“头悬梁，锥刺股”的精神，又有几人可以效仿。《史记》这部鸿篇巨着被世人称之“史家之绝唱，无韵之离骚”，它的研究价值无书可及。可你知道，这是司马迁耗费了17年的时间，不顾宫刑的折磨，呕心沥血的杰作。更有李白铁杵成针，屈原洞中苦读，匡衡凿壁偷光，孙康囊萤映雪，他们的精神印证了“贵有恒，何必三更起五更睡，最无益，只怕一日曝十

日寒”的真理。同样，他们用行动告诉我们，只要有滴水穿石的精神，持之以恒，成功不会遥远。

“坚持”体现着毅力。学习中感到枯燥在所难免，很多人都因半途而废，而最终一无所获或收益甚少。无毅力即是无恒心，无毅力相当于“畏难”，无毅力也就失去了目标。不少同学知道，学习很重要，但是学习累了，作业多了，就失去了学习的兴趣，就变得懒惰了，成绩自然下滑。究其根本，是缺乏学习的毅力，缺乏持之以恒的精神。系于我们的学习，若以“五分钟”为激情，以枯燥难耐为借口，而没有毅力，没有坚持，那么学习之肤浅，又何其悲哀！孟子曾经告诫我们“天将降大任于是人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为。”这一切磨难算不得什么，只有这样，才能“动心忍性，曾益其所不能。”

“坚持”体现着成功。蜗牛坚持着爬上金字塔顶，得到的是雄鹰的世界；乌龟的坚持获得了兔子的荣誉；愚公因志坚而让山移，“坚持”就是胜利，只有坚持才能启开成功的大门。我们要学有所获，达到“真信、真学、真懂、真用，”就要坚持学习下去，且不论坚持学习的结果会是怎样的辉煌，单说这种能够跨越岁月、跨越世俗、跨越自我，“坚持学习”的态度和过程，就是一种令人敬仰，一种纯粹的成功。同学们，学习中就要有毅力，有恒心，相信“锲而不舍，金石可镂。”

“坚持”必将迎来成功！附送：

二月底国旗下讲话

二月底国旗下讲话

节约用水，做环保小卫士

当你拧开水龙头打水仗的时候，当你听到上课铃响跑向教室

而忘记关水龙头的时候，你可知道，你已经犯了一个很大的错误!那就是“浪费水资源!”

水看上去是那样的普通，普通得让人须臾不可缺少而又随时可以忘记。人们只是在渴了的时候想到喝水，而对于水的本身关心得很少甚至从未关心过。

水，是生命之源，是任何物质都不可替代的。没有水就没有生命，更谈不上什么文明和发展。当前，由于世界人口的剧增、人类的过度索取和浪费，以及工业污染等原因，世界淡水资源越来越匮乏，人类正面临着严重的水危机。

## 2 节约用水，做环保小卫士

当你拧开水龙头打水仗的时候，当你听到上课铃响跑向教室而忘记关水龙头的时候，你可知道，你已经犯了一个很大的错误!那就是“浪费水资源!”

水看上去是那样的普通，普通得让人须臾不可缺少而又随时可以忘记。人们只是在渴了的时候想到喝水，而对于水的本身关心得很少甚至从未关心过。

水，是生命之源，是任何物质都不可替代的。没有水就没有生命，更谈不上什么文明和发展。当前，由于世界人口的剧增、人类的过度索取和浪费，以及工业污染等原因，世界淡水资源越来越匮乏，人类正面临着严重的水危机。

中国是一个水资源紧缺的国家，尽管水资源总储量达2.81万亿立方米，居世界 侧耳倾听，淮河在呐喊，黄河在哭泣，长江在叹息……水污染像一种持久的顽疾折磨着大大小小的河流、湖泊、水库……水环境的恶化直接威胁着人们的身体健康。为了呼吁人类关注水污染，节约水资源，联合国将每年的3月22日定为“世界水日”，呼唤着地球儿女要珍惜每一滴水。

联合国有关机构经过多年的调查，得出这样的结果：每冲一次马桶所用的水，相当于发展中国家人均日用水量；夏天冲个凉水澡所用的水相当于缺水国家几十个人的日用水量；当水龙头没有拧紧，一个晚上流失的水相当于非洲或亚洲缺水地区一个村庄的居民日饮用水总量！由此可见，节约用水是多么的重要。

水资源是人类共同财富，我们每个人都应该提高对水资源的认识，自觉养成节约用水的良好习惯。同学们，做一名环保小卫士吧！从身边的小事做起，随时注意拧紧水龙头，做清洁时节约用水，在生活中与浪费水资源、破坏水资源的行为做斗争。以自己的实际行动珍惜每一滴水，保护水资源。

## 月份国旗下讲话篇七

翻开荀子的《劝学》，眼前仿佛站着一位哲人，在催我们奋进。

“积土成山，风雨兴焉；积水成渊，蛟龙生焉；积善成德，而神明自得，圣心备焉。故不积跬步，无以至千里；不积小流，无以成江海。骐骥一跃，不能十步；弩马十驾，功在不舍。锲而舍之，朽木不折；锲而不舍，金石可镂。”他告诉我们：学习贵在坚持。干任何一件事情，都要有百折不挠的坚持精神。

纵览古今中外，大凡有成就的人，无一不具有坚持的精神。战国苏秦身披六国相印，令人瞩目，可他学习时的那种“头悬梁，锥刺股”的精神，又有几人可以效仿。《史记》这部鸿篇巨着被世人称之“史家之绝唱，无韵之离骚”，它的研究价值无书可及。可你知道，这是司马迁耗费了17年的时间，不顾宫刑的折磨，呕心沥血的杰作。更有李白铁杵成针，屈原洞中苦读，匡衡凿壁偷光，孙康囊萤映雪，他们的精神印证了“贵有恒，何必三更起五更睡，最无益，只怕一日曝十日寒”的真理。同样，他们用行动告诉我们，只要有滴水穿

石的精神，持之以恒，成功不会遥远。

“坚持”体现着毅力。学习中感到枯燥在所难免，很多人都因半途而废，而最终一无所获或收益甚少。无毅力即是无恒心，无毅力相当于“畏难”，无毅力也就失去了目标。不少同学知道，学习很重要，但是学习累了，作业多了，就失去了学习的兴趣，就变得懒惰了，成绩自然下滑。究其根本，是缺乏学习的毅力，缺乏持之以恒的精神。系于我们的学习，若以“五分钟”为激情，以枯燥难耐为借口，而没有毅力，没有坚持，那么学习之肤浅，又何其悲哀！孟子曾经告诫我们“天将降大任于是人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为。”这一切磨难算不得什么，只有这样，才能“动心忍性，曾益其所不能。”

“坚持”体现着成功。蜗牛坚持着爬上金字塔顶，得到的是雄鹰的世界；乌龟的坚持获得了兔子的荣誉；愚公因志坚而让山移，“坚持”就是胜利，只有坚持才能启开成功的大门。我们要学有所获，达到“真信、真学、真懂、真用，”就要坚持学习下去，且不论坚持学习的结果会是怎样的辉煌，单说这种能够跨越岁月、跨越世俗、跨越自我，“坚持学习”的态度和过程，就是一种令人敬仰，一种纯粹的成功。同学们，学习中就要有毅力，有恒心，相信“锲而不舍，金石可镂。”

“坚持”必将迎来成功！

## 月份国旗下讲话篇八

尊敬的老师，亲爱的同学：

大家早上好！今天我国旗下讲话的题目是《朝着积极奔跑》。

人生起起伏伏，好的坏的事情都有。如果你拥有的是不同的

态度，结果也可能是不一样的。

帮哥时常提起的“要有积极的人生态度”已经牢牢印在我们每个学子的心中。什么算积极的人生态度？每天都保持乐观向上的精神，尽最大努力做好每一件事，总是主动充实自己，带着一份从容和淡定对待困难，这就是我心中的积极的人生态度。可能每个人心中对它的定义都不一样，但至少我们都应该在积极的这条路上前进。

张海迪是中国著名残疾人作家，哲学硕士，英国约克大学荣誉博士。她五岁时因患脊髓血管瘤，高位截瘫。她因此没进过学校，童年起就开始以顽强的毅力自学知识，她先后自学完成了小学、中学和大学的专业课程。

“发明大王”爱迪生出身低微、生活贫困，他的“学历”是一生只上过3个月的小学，老师因为总被他古怪的问题问得张口结舌，竟然当他母亲的.面说他是个傻瓜、将来不会有什么出息。爱迪生虽未受过良好的学校教育，但凭个人奋斗和非凡才智，自信，自强，自立获得巨大成功。他自学成才，以坚韧不拔的毅力、罕有的热情和精力从千万次的失败中站了起来，克服了数不清的困难，成为美国发明家、企业家。

想要站在山峰的顶端，看见最美的风景，你最需要具备的，无非就是积极的人生态度。就像这两位伟人一样，在逆境中不畏艰险，相信自己，超越所有。

积极的人生态度，表现在规定自己比别人快一些。人生这条路是没有任何时间能让你耽搁的，你要不停地跑，别想着慢慢走，比你努力的人可能在下一秒就超过你。

你应该在有限的时间比别人多做一点。相信大家多多少少都有了解过哈佛精神，凌晨四点的哈佛图书馆灯火通明，座无虚席；哈佛的学生餐厅，很难听到说话的声音，每个学生端着比萨拿着可乐坐下后，往往边吃边看书或是边做笔记；医

院也是图书馆的延伸，不管有多少在候诊的人也无一人说话，无一人不在阅读或记录。我们可以早晨早一点到教室进行早读，下课比别人晚一点出教室；每天比别人多做十道题，比别人多背一篇英语文章，比别人多翻译一篇古文；一段时间内比别人多完成一篇作文，多读一本书；在身体和经历允许的情况下。总是加一会儿夜班。

你应该在学习上对自己再严格一点。及时查缺补漏，下课时抓住老师问问题，把平时做的卷子主动交给老师批阅指导。

在生活上，你要表现的自信向上一点。比如学校开会的时候，有一种普遍现象常出现，那就是学生都喜欢往后排坐，好像老师看不到自己是最好的。其实这也是一种不积极的表现，对自己有充分自信的人，往往会积极地展现自己。你应该在课堂上率先回答老师的问题，追求别人的肯定；你应该积极与别人交流沟通，主动寻找自己的缺点与不足；你应该总是积极纠错，反思总结改进，争取在下一次做得比上次的自己也比别人更好；身体是革命的本钱，你应该在体育活动中也积极展示，挥洒青春的热血，彰显自己的魅力。

当我们松懈的时候，不妨看看张贴在教室内的校长寄语。对着上面的文字，认真思考自己是不是有按照教室十三种良好状态，寝室四种良好状态严格要求自己，是不是坚持不去做教室的十种不好的状态。

“态度决定成败，无论情况好坏，都要抱着积极的态度，莫让沮丧取代热心。生命可以价值极高，也可以一无是处，随你怎么去选择。”吉格斯的一番话是否给了你一丝鼓舞？拥有积极的人生态度，你就掌握好了船舵，无论前方起多大的雾，它总是能带给你光芒。

希望我们每个人都能找到自己心中“积极”的定义，朝着积极的方向奔跑，永不止息！



## 月份国旗下讲话篇九

老师们、同学们：

早上好。

打开中国历史，那灿烂辉煌的传统文化依旧散发出阵阵的墨香。走过了5000年，在这厚重的积淀中，给我们后人留下的是一笔笔永恒的财富。曾经咀嚼《诗经》中缠绵的情感，曾经仰慕孔子睿智的思想，曾经钦佩孟子犀利的言语，曾经领略庄子淡泊的人生，而今，静心下来，细读《荀子》不觉被他的自强精神所感染，今天，拿来与同学们共勉。

翻开荀子的《劝学》，眼前仿佛站着一位哲人，在催我们奋进。

“积土成山，风雨兴焉；积水成渊，蛟龙生焉；积善成德，而神明自得，圣心备焉。故不积跬步，无以至千里；不积小流，无以成江海。骐骥一跃，不能十步；弩马十驾，功在不舍。锲而舍之，朽木不折；锲而不舍，金石可镂。”他告诉我们：学习贵在坚持。干任何一件事情，都要有百折不挠的坚持精神。

纵览古今中外，大凡有成就的人，无一不具有坚持的精神。战国苏秦身披六国相印，令人瞩目，可他学习时的那种“头悬梁，锥刺股”的精神，又有几人可以效仿。《史记》这部鸿篇巨著被世人称之“史家之绝唱，无韵之离骚”，它的研究价值无书可及。可你知道，这是司马迁耗费了17年的时间，不顾宫刑的折磨，呕心沥血的杰作。更有李白铁杵成针，屈原洞中苦读，匡衡凿壁偷光，孙康囊萤映雪，他们的精神印证了“贵有恒，何必三更起五更睡，最无益，只怕一日曝十日寒”的真理。同样，他们用行动告诉我们，只要有滴水穿石的精神，持之以恒，成功不会遥远。

“坚持”体现着毅力。学习中感到枯燥在所难免，很多人都

因半途而废，而最终一无所获或收益甚少。无毅力即是无恒心，无毅力相当于“畏难”，无毅力也就失去了目标。不少同学知道，学习很重要，但是学习累了，作业多了，就失去了学习的兴趣，就变得懒惰了，成绩自然下滑。究其根本，是缺乏学习的毅力，缺乏持之以恒的精神。系于我们的学习，若以“五分钟”为激情，以枯燥难耐为借口，而没有毅力，没有坚持，那么学习之肤浅，又何其悲哀！孟子曾经告诫我们“天将降大任于是人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为。”这一切磨难算不得什么，只有这样，才能“动心忍性，曾益其所不能。”

“坚持”体现着成功。蜗牛坚持着爬上金字塔顶，得到的是雄鹰的世界；乌龟的坚持获得了兔子的荣誉；愚公因志坚而让山移，“坚持”就是胜利，只有坚持才能启开成功的大门。我们要学有所获，达到“真信、真学、真懂、真用，”就要坚持学习下去，且不论坚持学习的结果会是怎样的辉煌，单说这种能够跨越岁月、跨越世俗、跨越自我，“坚持学习”的态度和过程，就是一种令人敬仰，一种纯粹的成功。同学们，学习中就要有毅力，有恒心，相信“锲而不舍，金石可镂。”

“坚持”必将迎来成功！

九（3）班

2012年3月