

在国旗下讲话的稿稿子 元旦国旗下发言稿 (实用13篇)

运动会是一场激发激情、锻炼意志的比赛，参与其中将收获无穷快乐和成就感。运动会宣传语的设计要注意用词简洁、朗朗上口，易于记忆。以下是小编为大家整理的一些运动会宣传素材，希望能够让大家更好地了解这场盛会。

在国旗下讲话的稿稿子篇一

在我们平凡的日常里，越来越多地方需要用到发言稿，发言稿要求内容充实，条理清楚，重点突出。写发言稿的注意事项有许多，你确定会写吗？以下是小编收集整理的元旦国旗下发言稿，希望对大家有所帮助。

亲爱的同学们：

过完了三天假期，我们已告别了不平凡的xx年，又迎来了充满希望的xx年。迎着朝阳的光辉，我们再一次凝望冉冉升起的国旗；踏着岁月的脚步，我们又一次走到了憧憬希望的起点。在此，让我谨代表学校向全体老师向同学们送上诚挚的新年祝福。

同学们，你们知道1月1日又称什么节日吗？那“元旦”这一节日又包含着什么深意呢？“元”是开始，第一之意；“旦”是早晨，一天之意。“元旦”就是一年的开始，一年的第一天。从字面上看，“旦”字下面的一横代表着波涛澎湃的海面，一轮红日正从海上喷薄而出放射着灿烂辉煌的光芒，这个象形字生动地反映了旭日东升的形象。把“元旦”合在一起，就是要人们以蓬勃的朝气和奋发的斗志来迎接崭新的一年。

亲爱的同学们，当你沉浸于新年的欢乐之中时，请不要忘记

即将到来的期末考试，更不要忘了新的一年应该有新的目标，新的人生起点□xx年展开的这张新的画卷正等着你去精彩地描绘呢！

一年过去时，给我们带来的感受决不如撕去日历上一页小小的纸片那么简单，一些思索在我们每个人的心湖里荡起涟漪。过去一年，我们在老师和家长的呵护下，懂得了做人的道理，取得了不小的成绩。快乐与悲伤、成功与失败……都化作成长中的宝贵财富。有人说：人的一生有三天，昨天、今天、明天，这三天组成了人生的三步曲。但我们更要懂得，人的一生是由无数的今天构成的，因为不会珍惜今天的人，既不会珍惜昨天，也不会憧憬明天。

同学们，让我们迎着新年的朝霞，共同珍惜今天，珍惜现在的分分秒秒，以饱满的热情投入期末复习，争取优异的成绩来报答养育你们的父母和辛勤的老师吧！

在国旗下讲话的稿稿子篇二

敬爱的老师，亲爱的同学们：

你们好！

成长的岁月像流水，匆匆而来，匆匆而去。不知不觉中，又到了一年中的变更时期。在每一个和我一样的孩子的身边，都有欢乐和烦恼灌溉着我们的成长。

欢乐与烦恼永远是两个不离不弃的灵魂，它们互相照耀。几乎所有的人都不期望烦恼留在身边，他们只要欢乐，以为没有烦恼，欢乐就会永远伴随在身边。也有的人觉得世间并没有欢乐，命运时时都在捉弄他们，脑中充斥的烦恼让他们不能去想象欢乐的模样。可我却不同意这么认为，造物主创造了事物的两极：光和暗，黑和白，正义与邪恶……仅有欢乐和烦

恼同在，才能有一个无悔的成长经历。

又匆匆忙忙地过了一年，当零点钟声敲响，我又长大了，数数过去一年开心的事；参加学校的军训，真趣味！学校组织去秋游，玩得好高兴啊！还去看了演唱会，那场面真激动人心啊！认真想想，就这么短短一年，我的成长记录上就增添了这么多亮闪闪的星星。这不是“学海无涯苦作舟”就能学到的文学知识，也不是在奥林匹克数学中能领悟出来的解题思路，这是像糖果一般甜的欢乐。

在人从出娘胎那天开始，不知不觉间，由天真无邪的小孩变成活力充沛热血沸腾的年轻人；又由青年至壮年，最终变成体弱多病的老年人。人的蜕变过程，是一天一天，一年一年的过去，而世界上的各种事情，只是瞬息间已经千变万化。我们的步伐能够追赶及它吗当然能够，今日，我怀着无比的信心，在这儿不断地努力向前进。一边走着、一边在看着、一边在想着。走过人生必经的成长之路，年世界的辽阔广大，而沉思幻想自我的未来。

瞬息万变的社会，我也不知在你的怀抱里要跌倒多少次，我的生命也不知会存活多久，尽管我会跌多少次；但我不会放弃，不会停息。去追求目标，在未来里我愿意留下我的青春和时间去与你一齐奋斗，为我的家园、为我的祖国、为我的梦想而努力向前迈进。就是以这永不停息的脚步，踏上人生的征途！让我们一齐用双脚踏上成功的道路，留下我们成长的脚步。

在国旗下讲话的稿稿子篇三

尊敬的各位老师、亲爱的各位同学：

大家早上好，今天我演讲的题目是《培养健康心理，走向成功人生》

如果我问大家一个问题：“什么是健康”。

多数人一定会说：“健康就是没有病呗！”的确，长期以来，人们健康的观念局限在“生理疾病”方面。其实，健康的人既是“生理健康”的人，又应是心理健康的人。

积极的情绪，顽强的意志，清晰的认知，健康的人格共同构成我们迎接未来社会必须具备的优良心理素质。人们常常把心理疾病同思想问题混为一谈，许多心理疾病被当成是思想认识问题去解决，结果必然是适得其反。

我们入学后，学习就成了主要任务。小学生的心理健康与他们的学习活动、学校生活密不可分，他们的心理状况如何，可以从学习活动、品德行为中表现出来。因此，小学生存在哪些心理健康呢？我想存在以下几个方面的健康问题：

一、学习心理健康问题。这类学生有三种表现：

- (1) 表现为妄自尊大、不尊重别人。
- (2) 表现为消极、自卑。
- (3) 表现为学校恐怖症；

二、思想品德健康问题。这类学生有五类表现：

- (1) 疑惧和对立。
- (2) 自暴自弃和破坏。
- (3) 粗暴和侵犯。
- (4) 说谎。
- (5) 胆怯和孤僻。对于学生的心理健康问题，学校设立了心理辅导室进行心理健康辅导，解除学生这些心理问题。

同学们，“大浪淘沙”是社会演进和人生长河永恒不变的规律，“不相信眼泪”已成为许多人追求的励志口号。我们要努力培养积极的情绪，顽强的意志，清晰的认知，健康的人格，这些都是一个人迎接未来社会必备的优良心理素质。具备了这些积极健康的心态，才能更好的迎接未来社会的挑战。

最后，祝愿同学们能保持健康的心理，走向成功的人生。

谢谢大家！

在国旗下讲话的稿稿子篇四

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

五月，是红色的，是无数的革命先烈用鲜血染红的。1919年的“五四”运动，举世闻名，那是中国近代史上光辉灿烂的一页。革命先烈抛头颅洒热血，染红了五月，他们，永远值得我们每个炎黄子孙缅怀纪念。聆听着雄壮激昂的国歌，我们的心潮起伏澎湃，那是长江黄河奔流不息的旋律，那是炎黄子孙奋进自强的呐喊，每个音符都包含着力量，每一个节拍都孕育着激情。时代已经翻开了新的一页，但时代同样也赋予我们更为伟大的使命，完成这种使命，希望就寄托在我们当代大学生身上。

同学们，我们是祖国未来的建设者。我们肩负的使命，就是要树立理想，立志报国，自觉地把自己的生命追求同祖国和民族的命运前途联系起来，勤奋学习，提高自身素质，完善人格品质，努力做中华民族美德的传承者，做体现时代进步要求的新道德规范的实践者，做新型人际关系和良好社会风尚的倡导者。

看着五月盛产的红色与爱弥漫了整个世界。去爱吧，爱我们的祖国，爱我们的校园，让爱之歌奏响在这红色的五月。国旗飘飘，同学们，让我们练就搏击风浪的翅膀，明天的中国，将由我们去创造！

我的演讲到此结束，谢谢大家！

在国旗下讲话的稿稿子篇五

责任心是每一个人都必须具备的一种最基本的素质，人从一生下来其实家长已经在慢慢培养他的责任心和做人的基本要求。婴儿呱呱坠地时，上帝已经给了他责任，他要好好长大，好好学习，长大孝敬父母，为祖国做出他应尽的贡献。父母也有了他的责任，要把你扶养大，比如走路，不管你摔多少跟头最终爸爸妈妈都要放开你的手，让你自己来行走，因为走路是你的第一步。是人生必须要经历的一个过程。能不能走路决定你一生的命运。你的每一步都会留下一个足迹，其实责任心也是一样的，当你步入工作中你的责任心的强与弱就慢慢表现出来，也就开始影响你的一生了。

今天主要从从家庭和工作方面来谈一下责任心能给我们带来什么。

我每天早上有看法治进行时的习惯，前两天看到一个七十多岁的老人被四个儿子扔到楼道里的事情，老人在楼道里躺了一天一夜，最后邻居打了110报警，警方通过协调儿子们才把老人接回去。我想这几个儿子从发生这件事情开始，周围的人也会给他们一种评判，不孝顺的人会被周围的人所唾弃。还有一个故事，夫妇二人有三个十岁左右的孩子，丈夫因病去世，妻子在孩子们祈求的情况下还是拿着家里仅有的五百元钱离开了家，孩子们一直是邻居给些吃的存活，后来三个孩子种了麦子，但当该收获的时候母亲提前找人把麦子收走，孩子们祈求母亲给我们留点吃，母亲说给你们留了我就不够吃了。后来孩子们把母亲告上法庭，要求法官宣判不要母亲再回这个家，他们不再需要她。以上两个故事听完后我想大家都会骂这还叫人吗？可是我们身边确实存在这样的事情，而且不是个例的。其实这些都很明确的体现了他们根本不存在责任心，更不用说做人的失败了，这些人都是在邻居与世人的白眼下生活的，这种人我想这辈子也不会有人认可，更不

用谈事业会成功了。

我是一个从农村长大的孩子，母亲高中毕业，父亲初中毕业，文化程度都不高。他们一直希望我们能够比他们强，离开农村过上比较好的生活。我也从小就不喜欢农村的生活，所以毕业后我自己来了北京，（来北京的原因很简单，因为有个本家的舅舅在北京开厂，他每次回家时腰里带个bp机，我对那东西很好奇，后来他告诉我如果喜欢你可以去学电脑）当时电脑还很少，我到北京后去学习打字排版，后来因为声音比较好听，被当时最出名的华讯公司录用。{也就是当时的寻呼员}那个地方的寻呼机都是中央电视台内的人所使用的。有时经常能接到一些著名主持人或记者的电话，显得很兴奋。因为工作特殊性，顾客所留的言和电话号码必须一字不差的发送出去，我记得刚开始接手工作时，领班告诉我，必须认真记录，一个字和一个电话也不许错，错了不允许发送出去。我答应没问题。可是还是因为马虎我发错了一个电话话码，领班知道后，没有责备我，他用我的机子给顾客回了一条信息，内容我清晰的记得：先生对不起，因为员工的疏忽使传呼人的电话号码少记一位，为您造成的麻烦深表歉意，我代表华讯公司向您道歉。请您监督，下次绝不会再发生这样的问题。我第一次参加工作，和我一样发错信息的同事被罚三天后再上岗，而我比较幸运，领班没有罚我，她只是说不允许再有第二次，然后就离开了。但是领班的那条信息好像鞭子在打我一样，我警告自己用心工作，不能再犯第二次错误，因为我的工作代表整个公司的。能进华讯公司是很多人想进都进不来的，我不想让自己失去这个工作，所以加备用心，那时并不懂，但是现在回想这也是责任心的体现吧。其实责任心也是可以培养出来的，关键看你自己想不想去做。从那以后我每月都被评为星级员工，每月能得到奖金。我当时在想，只要我用心我可以做好任何事情。

后来因为bp机逐渐被手机替代，公司准备转型，我离开了公司，朋友介绍我开始学习美容，接触美容后让我的一种感觉就是更要对顾客负责，工作中更要具有高度的责任心，为什

么这样讲，大家都知道做美容我们主要针对客人的面部，脸对于一个人来说是至关重要的，如果不注意，或者分析皮肤时分析错误使用产品不对，顾客的面部就会出现长痘，长斑或者敏感皮肤更敏感。顾客就会来找麻烦，不仅会影响到自己的业绩，更会影响整个店的经营。所以我一直对每一位顾客负责，切身做到为顾客着想，所以每一位顾客都很认可，顾客认可了业绩上去了，领导自然会对你重用，我又有中医的底子，当时店内有专门负责中医的按摩老师，所以老板提我为技术主管，和中医老师一起研究新的手法。很快我们有了自己新的成绩，让我也有一种真正的成就感。责任心让我在公司迅速提升。后来又换了两家公司最后到达可丽可心，不管到达每一个公司我都本着一种原则，对工作负责，对公司负责。其实这样做就是对自己负责。为什么这么讲，我和大家分享一下我的看法：

1、 一辈子在一家公司工作：其实这句话说来很简单，但是在现今的社会这种情况好像很少。就是有那也要你真的用心工作，能为公司创造效益，给公司带来好处，公司才会一直用你。最终还是要具有高度的责任心，没有责任心工作做不好，还是要被公司炒。

2、 经常换公司：那么我们现在有的人说，此处不养爷，自有留爷处，其实说这话的人是他没有真正意识到自己错在哪里。从一家公司被炒到另一家公司，如果你不具有责任人为工作负责，你的一辈子也就在换工作中度过。终究是一事无成。

3、 用心工作的人：不管你在一家公司工作三年，五年，十年，八年，首先责任人会让你在公司得到同事，上级及领导的认可，同事认可，你的工作会比较顺心，愿意和你合作，拧成一股绳去干，工作顺心。再次责任心会让你得到领导的认可和信任，那么我以上举的我在其它公司的例子已经说明了我的提升机会就是比别人多。在可丽可心也是一样，从一名督导到现在，一直是一步步提升。公司有人说会拍的人领

导重用，可是我没有拍过任何一个人，包括程总在内，程总也一直说我说话直，但是这是我做人的原则，对就是对，错就是错，我的错误我不会推卸，因为我有承担错误的勇气，如果连错误都不敢承担的人领导也不会重用的。我以前的一位领导和我说过，一个领导看不到员工为公司付出的，那这种领导跟着他也无用，走了不后悔。其实他的意思很明白就是领导永远都知道他的员工在干什么，有时不说也只是在考验你。到达可丽可心后也验证了他说的这句话是非常正确的，只要你用心工作，你所做的一切领导都是看在眼里的，他都是知道的。工作中不要攀比一时的高低，要看长远的成绩。本着这样的心态工作，以百分之百的责任心去工作，我想不管你今后到任何一家公司没有一个老板不重用你。也没有一个老板或同事去说你的做人失败。想一想我为公司做了什么，我没有得到同事认可是不是我的责任心不够，工作没有被认可。

最终，我想和大家说的是，责任心是体现一个人价值的要素，也是你成功的基石。希望以后大家都能以百分之一百二的责任心去对待工作。我相信我们的公司一定会更加强大的。

在国旗下讲话的稿稿子篇六

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好。

我是初三（7）班的金~~。今天有幸作为学生代表发言，我感到很自豪。在此，我要向辛勤工作的老师们道一声：“谢谢，老师，您辛苦了！”祝愿老师们在新的学年里工作顺利，生活愉快！

在这秋风送爽，丹桂飘香的时节，~~美丽的校园又迎来了新同学，在这里，我代表全校师生向新同学的到来致以最热烈的欢迎。初三年级的同学们，我们即将面临人生中的一个重

大转折点——中考。我们应该集中全部精力，认真学习，备战中考。那我们该如何学习呢？首先，应该认识到树立目标的重要性。

你人生的目标是什么？现阶段的目标是什么？这学期的目标是什么？其次，要对自己有信心。人的潜能是无限的，我们只利用了渺小的一部分而已。相信自己，使出全力拼搏，永不言败，相信最后的结果也会令你惊叹：其实我也很了不起！第三，我们要合理安排好时间。时间如流水，我们要珍惜每一天、甚至每一小时每一分钟，努力学习。第四，我们不能疏忽体育锻炼。中考中，体育分值很大，并且也是最容易拿到的分数，我们要坚持体育锻炼，争取中考体育满分。再说，健康的身体是学习的本钱，强健的体魄能让我们避免病魔的困扰，能集中精力应对学习。

初二年级的同学们，经历了一年多的初中学习生活的磨炼之后，你们一定深切体会到了初中学习的特点，变得更加有自信了，希望你们做好课前预习，上课认真听讲，勤做笔记，及时复习，按时完成各项作业，遇到拦路虎时得多问问老师。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，继续努力拼搏吧！

初一年级的新同学们，你们也和两年前的我一样，怀着对初中学习生活的美好憧憬与向往踏进了~~校园，感到一切都是那么的新鲜。初中生活和小学不一样了，你们要遵循范~~先生的教诲“志当存高远”，树立今后奋斗的目标，拿出“板凳要坐十年冷”的毅力来，掌握好正确的学习方法，做到刻苦、认真、勤思善问，为初中的三年学习打好坚实的基础。

又一个新的学期开始了，一切从零开始，以往的成功或是失败都已经成为了过去。同学们，成功是属于那些勇于拼搏、持之以恒、脚踏实地的人，只要我们从现在开始努力拼搏，什么都不晚。最后，祝愿同学们学习进步，健康成长，祝愿老师们工作顺利，心想事成，祝愿~~继续发展，再创辉煌！

我的发言完毕。谢谢大家！

在国旗下讲话的稿稿子篇七

今天，我们在学校看了一部感动所有人的教育片——《让生命充满爱》，这部片子记录的是青年演讲家邹老师在江苏南京发表的让生命充满爱的演讲，讲述了内容是爱祖国、爱老师、爱父母、自强自立。让我们接受了一次“爱的教育”。

邹老师首先教了我们在国旗和国歌面前神情要严肃。邹老师讲国歌对一个国家是多么重要，他讲了一个非洲小男孩在马拉松的比赛中，为国争光而遍体鳞伤，这个故事使我们更加懂得了爱祖国，也非常佩服这个非洲小男孩坚强的毅力。

接下来邹老师给我们讲了几个关于热爱老师的故事，让我们更加深刻地感受到老师的辛苦，其中有一个故事很感人：有位李老师在四川大凉山教书，可是有一天，她不想在那教书了，就拿起行李，但当她站在学校门口的时候，一大堆同学一起在喊：“李老师，您不要走！”李老师的眼睛湿润了，她决定留下来，这一留就是好多年，多年后，李老师在人民大会堂获得了优秀教师的奖励，但不幸的是不久李老师患上了癌症，全校同学知道后纷纷给李老师捐钱，要知道在贫困山区拿出一块钱很困难，但是同学们不怕困难，总共给李老师捐了几十块钱，李老师很受感动，拿着课本，来到同学们面前说：“谢谢你们捐的钱，今天我来上我的最后一堂课……”听完这个故事同学们已经泪流满面，老师也不禁掉下了眼泪。

邹老师又给我们讲了爱父母的故事。他讲了一个单身母亲养大她的儿子，儿子很争气，考上了清华大学，可没有钱交学费，母亲又找不到工作，无奈之下就瞒着儿子去捡垃圾，儿子知道后非常心酸，他努力学习，考上了清华的博士后，在颁发证书时，他当着大家的面，给他母亲跪下了。看到这里，我深受感动，眼泪不停地往下掉，同学们都哭了。

最后邹老师讲的是自强自立的道理。上学自己去、衣服自己穿、自己做力所能及的事等等，这些都是自强自立的表现，如果连这些最基本的生活小事都不会做，将来又怎么能做大事呢？所以自强自立是很重要的。

一个小时过去了，一个个故事感动了我，邹老师的演讲让我懂得：如果世界上都充满了爱，那么世界将变得更加和谐和美好！我一定好好读书，长大后报答所有爱我、关心我的人！让我们接受了一次“爱的教育”。

在国旗下讲话的稿子篇八

敬爱的老师：

我怀着十二万分的愧疚以及十二万分的懊悔写下这份检讨书，我为自己粗心大意的行为感到深深的愧疚和不安，在此我做出深刻的检讨：

因自己的粗心大意，给自己增加不必要浪费的资金、时间、精力以及困扰，爹地妈咪千叮咛万嘱咐的事情还会犯，真是欠扁呀！同时也看到了这件事带来的恶劣影响。

这次犯的错误，自个儿想了很多东西，反省了很多事情，很懊悔，很气自己，做事粗心大意，也深刻认识到自己所犯错误的严重性，对自己所犯的错误感到羞愧。妈咪从小千叮咛万嘱咐出门在外注意安全，做事别急，凡事多多考虑，自个儿长心眼，可我就没把话儿放在心上，没有重视他们说的每一句话，没有重视他们的经验积累，当成了耳旁风，这些都是不应该的，也是对妈咪和爹地的不尊重，则该把爹地和妈咪说的话紧记在心，把他们的经验积累紧记在心，因为他们吃过的盐比我吃过的饭还多。

事后，我冷静的想了很久，我这次犯的错误不仅给自己带来了麻烦，耽误自己学习的一些进程，对父母亲也是一种伤害，

若总是这样犯错，那么对自己未来也会有些影响，对做事欠周全考虑的人给予惩罚也是应该的。

静静的呆在自习室想了很多，意识到自己犯了严重的错误。我知道，造成如此大的损失，我应该为自己所犯的错误付出代价，我也愿意承担责任，尤其是正在做实习老师的我，是错误中的人儿，我真诚地接受批评，并愿意接受自己给自己给予的处理。对不起，父母对不起，老师！我犯的是一个严重的原则性问题，错误已像光天化日下的凶器说出了一切事实。

老师反复教导言犹在耳，严肃认真的表情犹在眼前，我深为震撼。如今，大错既成，我深深懊悔不已，深刻检讨，认为在本人的思想中已深藏了致命的错误：思想觉悟不够高，对他人的尊重不够，对重要事项重视严重不足。十一期间生活作风懒散，如果不是因为过于懒散也不至于如此。事无巨细，见微知著，由小及大，我作为已出入社会的职业人做事欠周密考虑，对自己造成的恶劣影响和严重后果我做了深刻的反思。

我知道，老师对于我的犯的错误也非常生气。我也知道，对于自己，做事周全考虑、不冲动，不急躁，遇事冷静处理，正确分析是一项基本的做事条件，但是我却连最基本的都没有做到。如今，犯了大错，我深深懊悔不已。我会以这次事件作为一面镜子时时检点自己，批评和教育自己，自觉接受监督。我要知羞而警醒，知羞而奋进，亡羊补牢、化羞耻为动力，努力学习。我也要通过这次事件，提高我的思想认识，强化责任措施。我有决心、有信心使自己学得更好！现在我已经认识到了自己的错误，打算今后改正坏毛病并调整好心态，天天向上！自己还是很想好好学习的，学习对我来是最重要的，对今后的生存，就业都是很重要的，我现在还年轻，我还有去拼搏的能力。我还想再拼一次，再去努力一次，希望老师给予我一个机会，我会好好改过的，在今后的学习生活中，我一定会好好学习，好好准备。

犯下这么严重的错误，对自己是应该严惩的，我不知多少次大声说，老师我错了，我错了。妈咪，爹地我错了，我错了。以后，无论在学习还是在别的方面我都会严格要求自己，将它当成我人生的转折点，我希望自己成为社会的栋梁，所以我在今后的生活中要更加努力，不仅把知识学好，更要学好如何做人，如何做事。犯了这样的错误，对于爹地和妈咪对于我的期望也是一种巨大的打击，爹地、妈咪辛辛苦苦挣钱，让我可以生活的比别人优越一些，好一些，让我可以全身心的投入到学习中去。但是，我犯的错误却违背了家长的心愿，也是对家长心血的一种否定，我对此很惭愧。

对于这一切我还将进一步深入总结，深刻反省，恳请老师相信我能够记取教训、改正错误，把今后的事情加倍努力干好。同时也真诚地希望老师能继续关心和支持我，但却对我的问题酌情处理。

在深刻的自我反思之后，我决定有如下个人整改措施：

1. 按照要求上交内容深刻的检讨书一份，对自己思想上的错误根源进行深挖细找的整理，并认清其可能造成的严重后果。
2. 思想觉悟还不够高，对重要事项重视严重不足。
3. 和同学、朋友以及爹地妈咪老师加强沟通。保证今后不再出现此类情况。
4. 提高认识，狠抓落实，大力开展批评与自我批评。
5. 知羞就改，亡羊补牢，狠抓落实。

请关心爱护我的老师继续监督、帮助我改正缺点，使我取得更大的进步！在今后的工作、生活中多多向优秀人士学习、在内心树立一个优秀榜样，以榜样的力量来克服我的缺点，改正我的错误。

为了挖掘我思想上的错误根源，我在此进行了十分深刻的反思和检讨。也真心地希望我能够得到改正的机会。请多多监督我。

在国旗下讲话的稿稿子篇九

各位领导、老师、同学们，大家上午好：

我今天国旗下演讲的题目是：《面对压力，张弛有道》。

古人云：“人生不如意十之八九”。确实，人生在世，不会总是一帆风顺，时常会遇到坎坷，遭受挫折。种种的不快会使我们焦虑不安，内心感到压力重重。压力十分普遍，我们大多数人都处于无形的压力之下：如朋友之间的交往、与父母的关系、考试及升学压力等等。其中，学习和学业无疑是同学们面前最大的压力来源，几乎每位学生一谈到学习，都会觉得一股力量压在心头，让你时时刻刻感受着心的重量。

面对压力，不同的人会有不同的态度。有人说，压力带来的是坚强，在狂风肆虐的茫茫沙漠中，只能听到狂风的怒吼。唯有白杨坚强的傲然挺立在风沙弥漫之中，任凭肆虐的狂风蹂躏却毫不退缩。它们排成了整齐的队伍，在大漠之中形成了一道亮丽的风景线。是自然的压力铸就了白杨坚强不屈的精神。

有人说，压力带来的是忍耐。成为了吴国俘虏的勾践，转瞬间，他失去了越王往日的豪气与尊严。面对亡国的沉重压力，他没有选择放弃或是逃避，而是增添了一种忍耐，卧薪尝胆，最终造就了“三千越甲可吞吴”的霸气。是亡国的压力铸就了勾践的忍耐。

有人说，压力带来的’是永不放弃的毅力。自古英雄多磨难，贝多芬这个极具天赋的天才音乐家不幸双耳失聪，这对于一个音乐家来说，是无法想象的残酷！然而他专注于他的创作，

激昂澎湃的《命运交响曲》不仅完美的演绎出他与命运艰难的搏斗，更诠释了一种伟大。是命运的压力铸就了贝多芬永不放弃的毅力。

那么，我们如何从压力中解放出来，成就一番人生事业呢？。我先给大家讲一个心理培训师的故事：培训师在课堂上拿起一杯水，然后问台下的学生：“各位同学认为这杯水有多重？”有人说是半斤，有人说是一斤，培训师则说：“这杯水的重量并不重要，重要的是你能拿多久？拿一分钟，谁都能够；拿一个小时，可能觉得手酸；拿一天，可能就得进医院了。其实这杯水的重量是一样的，但是你拿得越久，就越觉得沉重。这就像我们承担着压力一样，如果我们一直把压力放在身上，不管时间长短，到最后就觉得压力越来越沉重而无法承担。我们必须做的是放下这杯水，休息一下后再拿起这杯水，如此我们才能拿的更久。所以，同学们应该将承担的压力于一段时间后适时的放下并好好的休息一下，然后再重新拿起来，如此才可承担更久。”

面对压力，我们应该满怀信心。综观历史，许多在事业上有伟大建树的人。适当的“张”与“弛”正是他们成功的秘诀。鲁迅惯于夜深人静时秉烛而书，但他下午是必须休息以保持体力的。马克思常在长时间写作之余，写几首小诗，或演算几道数学题来调节大脑。现代文学巨匠老舍喜欢在写作的余暇时间去养花……诸如此类，想必大家知道的也不少。其实，不言则明的是正因为这些伟人的“张”“弛”之道，给他们带来了充沛的精神和向困难挑战的勇气与活力，并使它们获得了成功，由此可见，工作和学习都要学着做到“张、弛”有度。古语有云：“张而不弛，文武弗能；弛而不张，文武弗为；一张一弛，文武之道也。”说的也正是这个道理。

面对压力，我们应该潜心静思。首先要客观冷静地分析压力。面对压力，要仔细思考一下，是什么原因导致压力。作最坏的打算，向最好方面努力，这样压力就自然会得到缓解。其次要合理利用时间，学会科学用脑。有时感到压力大往往是

由于没有把时间安排好，搞好时间管理是一种降低压力的好办法。要制定一个学习计划。计划可大可小，大到整个学期，小到每个星期，这样便于科学安排时间，提高学习效率。同时讲究用脑科学，注重劳逸结合。另外每学一个新的内容，都要及时掌握，及时巩固。前一天预习新课：当天回顾所学内容；一周小结复习，单元测验前复习巩固；期中、期末考试前系统复习，这样从预习到考试，一遍遍加深印象巩固记忆，就不会感到压力太大，无形中减轻了焦虑程度，考试也能应付自如。考前保持轻松愉快的心情，坚持有规律的生活，不要把考试看得太重，形成正确的应考心态。

面对压力，我们要学会沟通情感。要理解家长的期望，尽全力而学习，又要把自己的学习真实情况与家长交流，取得家长的认可，多与家长沟通情感，交流思想，不仅可以减轻学业上的压力，而且可以给自己的学习带来动力。

同学们，只要心中有责任，压力就会与你如影随形。丢也丢不掉，我们该怎么做？引用一位长者的话就是：“当你遇到让你困扰的事情时，毅然的面对它、坦然的接受它、冷静的处理它、安然的放下它”。

同学们，面对压力，张弛有度，你要赶路就不要带太多，你要休息就不要想太多。许多事，看开了便会峰回路转；许多梦，看淡了便会云开日出。面对压力，学会思索，微笑领悟，默默坚强。

谢谢大家。

在国旗下讲话的稿稿子篇十

老师们、同学们：

大家早上好！今天我国旗下讲话的题目是《不忘初心砥砺前行》。

一元复始，万象更新。对每一位三中而言，20__年不仅是“十三五”规划的开局年，也是难以忘怀的一年。在过去的一年里，全校师生一起努力过付出过。20__年，我们也收获了很多新年国旗下讲话稿：不忘初心 砥砺前行新年国旗下讲话稿：不忘初心 砥砺前行。

20__年，我校成为xx市安全文明校园；20__年，我校荣膺上海市少先队红旗大队；20__年，我校成为区拥军优属模范单位、教师专业发展示范校、“十二五”师训工作示范校等；20__年，我校学生摘得全国、市区级各类竞赛奖126项；20__年先后有新华网、第一教育、上海教育、新闻坊等全市各大媒体纷至沓来，对我校的新优质办学之路和办学理念进行深入采访和报道……这些成绩的取得是全校师生共同努力和付出的成果，为我校“十三五”规划起到良好的开局，也为“十三五”发展蓝图奠定了更高的起点。

20__年，学校将一如既往地遵循坚守“关注心理健康，培养健全人格，注重个性发展，致力灵魂塑造”的教育规律，一以贯之地坚持秉承“让我们像大树一样成长”的办学愿景，也将一往直前地深化ipa学生发展模式的教育理论并加强实践探索，更将一定不移的坚持实践新优质学校的发展之路。

学校将继续以美的环境塑造人，以美的教育服务人，以美的情操感染人，让三中的校园成为教师们的精神家园、同学们的学习乐园。

今天是本学期的最后一次国旗下讲话，回首过去，我们豪情满怀；展望未来，我们任重道远新年国旗下讲话稿：不忘初心 砥砺前行国旗下讲话。我们要乘着十八大教育改革的东风，以和谐的校园精神文化为核心价值观，齐心协力再创新的辉煌。

岁月不居，天道酬勤。20__是我镇进入全面建设“高境科创小镇”的关键之年，也是学校十三五规划ipa全面实施、全程

推进的深化之年。为把三中办成家门口的好学校，20__让我们一起：不忘初心，砥砺前行！

在国旗下讲话的稿稿子篇十一

各位老师、各位同学：

大家早上好！

我国旗下讲话的题目是“认真复习，充分准备，迎接期中考试”。

随着时间的流逝，紧张的期中考试又如期而至，下周我们将迎来新的挑战——期中考试。如何在这个拼搏智慧的舞台上获得成功，在这儿我建议大家在以下几个方面做好充分的准备：

第一，心态平和不焦躁

临近考试，请放下包袱，适当调节好自己的心理，用平和积极的心态，坦然面对考试；“不以物喜，不以己悲”，以豁达的胸襟、开朗的情怀，充分的准备，悠然笑对考试；笔底有才华，腹中存韬略，用舍由时，行藏在我，我们又何必畏惧考试。

第二，复习全面不疏漏

一个学段中学的知识应该不少，同学们要在老师的指导下，静下心来进行全面和系统的学习和复习，学会抓住每个科目的关键点，每个单元、章节的重点和难点，找准自己的薄弱点，有目的地进行归纳、整理、训练。同时，还要讲究方法和策略，做到真正掌握，举一反三，注重学习的效率和效果。

第三，考试诚信不舞弊

“诚实自主进取”是我们的学风，“求真”也是我们每个丹中人的做人准则。每次考试，都需要一种良好的诚信氛围作保障，我们每个人都应该有一种“文明考试，诚信做人”的意识，我们要以饱满的热情和积极的姿态投入到复习备考中，公平竞争，诚信考试，杜绝作弊，摒除侥幸。

第四，充满自信不气馁

自信是考场上克敌制胜的一把利剑。我们应该明白：天生我材必有用！对自己我们应该树立必要的信心。给我一滴水，我可以还你一条江河；给我一块石头，我可以还你一座大山；给我一个支点，我可以还你一个宇宙。虽然生活中有许多不乐意，学习中有许多不如意，但请相信我们一定能克服困难，安然度过每一道坎坷，踏过每一片荆棘。

同学们，考试对我们来说虽是一种压力，但我们只要学会负重就不会跌倒；考试虽是一种挫折，但他能磨练我们强劲、坚韧的心灵；考试是一种甜蜜，因为我们可以从中看到自己的璀璨；考试更是一种机遇，因为它能提升我们自身的素质，能让我们的人格在不断的挑战中得到升华，就如一首歌中唱道：“阳光总在风雨后，不经历风雨怎能见彩虹。”我相信，同学们只要认真复习，保持良好的心理状态，就一定能取得理想的成绩。生活是公正的，记住：成功永远垂青那些勤奋刻苦，持之以恒，拥有毅力，时刻做好准备的强者。

同学们，考试也是一个展示才华的舞台。请溢出你们的青春和活力，拿出你们的智慧和勇气，用你们最睿智的头脑和最细致的心灵，以满怀的才情和昂扬的斗志，去迎接即将到来的挑战。相信你们，会收获意想不到的成功和喜悦！

我的讲话就到这里，谢谢大家！

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

在国旗下讲话的稿稿子篇十二

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家早上好！今天我国旗下

讲话

的题目是：《安全无小事人人讲安全》。

3月22日，上午9时许□xx县第三实验小学发生学生踩踏事故，目前已致1人死亡，22人受伤，其中5人重伤。惊闻这样的噩耗，我想大家的心情都是十分沉重的。两个和我们一样如花般鲜活的生命就这样逝去了。

学校一直高度重视校园安全，老师也经常对我们进行交通安全、活动安全、食品安全等教育。但是，仍有一些同学视安全隐患而不顾，如：课间在走廊里打闹；上下楼梯时互相拥挤；同学之间互不谦让、恶语伤人，甚至为一些小事就以武力来解决问题；不注意饮食卫生等。这些现象无不给我们身心健康带来了严重的.安全隐患。如果我们不注意提高安全意识，视安全隐患而不顾，对安全问题措施不及，防范不严，

那么造成的后果将不堪设想。为此，我想对同学们作以下几点提醒：

1、校园内不追跑打闹。楼道及教室内不追逐打闹，右行礼让，上下楼时不跑、不推、不逗、不闹、不拥挤。

2、注意活动安全。活动时听从老师管理，按照老师要求，认真做好准备活动。按照要求，不做危险的游戏。如果身体不适合体育活动，要及时向老师说明，保证身体安全。

3、注意饮食安全。不吃三无食品（无生产厂家、无生产日期、无保质期），不买无照商贩食品，预防食物中毒。养成良好的卫生习惯，尽量不到人员密集的地方。

4、注意交通安全。上下学时学校门口人多车多，要注意安全，尤其是走读的学生更要注意。过马路时，要特别小心，做到“一站、二看、三通过”。

5、遵守校规校纪，正确处理同学之间的矛盾，遇事冷静，学会换位思考，学会沟通与理解。

6、学会防火、防震、防入室抢劫、防煤气中毒、防高空落物等方面的知识，掌握防范的技巧。

同学们，生命就像是燃烧的熊熊火焰，虽然明亮，可还是会骤然熄灭；生命就像汨汨的清泉，虽然清澈，可还是会干涸；我们要让我们的生命在有限的时间里去做许许多多有意义的事情，让生命显示出它的夺目光彩！

珍爱生命吧，让我们在灿烂的阳光沐浴一方平安，健康成长，愉快生活，让生命的一泓清泉，永流不息。

在国旗下讲话的稿稿子篇十三

，敬爱老师，亲爱的同学们：

大家早上好！我是六（九）班的xx同学。

金秋时节，丹桂飘香，硕果累累，今天我们迎着美丽的朝阳在鲜艳的五星红旗下隆重集会，启动“消防安全伴我行”活动。

为组织实施好这次活动，我们学校做了

精心

准备，上周学校邀请了县消防大队警察叔叔，给我们举办了一场有关消防知识的讲座，让我们增长了不少消防知识，消防安全警钟要长鸣，我们要牢记于心，共同努力构建和谐校园。11月9日，是一年一度的消防安全日，11月9日恰好与火警电话号码119相同。提到“消防”二字，我们必然会联想到“火灾”，脑海里便会出现浓烟、毒气和烈焰这样的一些场景。有人在火场死里逃生，有人葬身火海。现代社会生活中，火灾已经成为威胁公共安全，危害人们生命财产的一种多发性灾害。同学们，人的生命只有一次，当你来到这个世界上的是时候，你是幸运的，但同时你也开始了一次没有回头重来的旅程。因此生命对于每一个人而言都是宝贵的，只有珍爱生命，我们的生活才能幸福美满。当然，假若真的遇上火灾，也不要慌乱。因为世界上没有绝望的处境，只有绝望的人。

面对滚滚浓烟和熊熊烈焰，只有保持冷静，机智的运用火场自救逃生知识，才可能拯救自己，甚至他人的生命和财产。在这里我教大家几招：要用湿毛巾捂住自己的口鼻，蹲下身子，通过安全的通道走到安全的地方；在拨打119火警电话时，必须保持冷静清醒的`头脑，准确说出起火地点、燃烧对象、

火势情况;若火已及身，切勿惊跑!因为奔跑或拍打时会形成风势，加速氧气补充，促旺火势。当外衣着火时，应赶紧设法脱掉衣服或就地打滚，压灭火苗。

世界上什么东西最宝贵?毫无疑问，是人的生命!每个人来到这个美丽的地球上，都是幸运的。短短的一生，只要生命不息，都可以尽情享受新鲜的空气、温暖的阳光，享受到亲人的关爱、老师的呵护，享受到日新月异的生活，憧憬一个又一个美好的希望。

在消防安全宣传日之际，希

望大家

能够关注消防安全，珍爱生命，不要玩火，学会保护自己。

我的演讲完毕，谢谢大家!