# 国旗下的讲话优秀演讲稿5篇范文

来源：网络 作者：枫叶飘零 更新时间：2024-07-01

*随着社会不断地进步，发言稿应用范围愈来愈广泛，发言稿可以按照用途、性质等来划分，是演讲上一个重要的准备工作。写发言稿的注意事项有许多，你确定会写吗?以下是小编整理的国旗下的讲话优秀演讲稿范文，欢迎大家借鉴与参考!国旗下的讲话优秀演讲稿范文1...*

随着社会不断地进步，发言稿应用范围愈来愈广泛，发言稿可以按照用途、性质等来划分，是演讲上一个重要的准备工作。写发言稿的注意事项有许多，你确定会写吗?以下是小编整理的国旗下的讲话优秀演讲稿范文，欢迎大家借鉴与参考!

**国旗下的讲话优秀演讲稿范文1**

老师、同学们：

早上好!今天我国旗下讲话的题目是《给大脑充电，为自己加油》。

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、处理数学和逻辑排列;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。

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。

三要注意休息。脑细胞不像身体的其它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。我国著名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，快要被打倒。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、手脑并用这四大法宝。

我发言完毕，谢谢大家!

**国旗下的讲话优秀演讲稿范文2**

亲爱的老师们、同学们：

大家好!今天我要演讲的题目是——祖国在我心中。

中华有着悠久的历史。从秦始皇开国以来，到清代末期，经历了两千多年的历史。万里长城、秦兵马俑、颐和园这些都是祖先留给我们的遗史，让我们了解到祖国曾经的雄伟和渊博。我国还有四大发明，造纸术、印刷术、火药和指南针。给我们的生活带来了极大的方便，让我们知道了古人的智慧。

中华有着辽阔的疆土。在世界的土地面积中排名第三位。中国还有世界峰——珠穆朗玛峰，世界最低的盆地——新疆吐鲁番盆地，世界最长的古代防御工事——万里长城。两条长河贯穿大江南北，孕育着中华儿女，滋养着祖国大地。

中华有着屈辱和悲愤。革命战争时期，有多少革命英雄牺牲在战火之中。在敌人的逼供下，他们宁死不屈;在生命的威胁下，他们誓死抗衡。他们为了祖国的兴旺，献出了自己宝贵的生命。我们不能辜负他们的希望，要奋发图强，创造新的明天。

我爱我的祖国，我为我是中国人而感到骄傲，为我生活在中华大地上而感到自豪。是祖国母亲抚育着我们成长。这么多年来，祖国经历了多少风风雨雨，遭受了多少挫折，却仍然在风雨中傲然挺立。

今天祖国已经日益强大起来了，高科技早已发达。电视、电脑已不再成为神话，电话、空调已不再成为梦想。20\_\_年神六飞上了浩瀚的宇宙，我们欢悦。20\_\_年香港回归祖国怀抱十周年，我们激动。20\_\_年中国人民迎来了北京奥运，我们自豪。20\_\_年我们举办了上海世博会。

同学们，新的时代将由我们来谱写，新的世纪将由我们来接手，努力学习，让祖国富强起来吧，把祖国建设得更加美好，让祖国更加的兴旺。

我的演讲完毕!谢谢大家!

**国旗下的讲话优秀演讲稿范文3**

尊敬的老师们，同学们：

大家早上好!

今天我讲话的题目是《好习惯，益终生》。

法国学者培根曾经说过：\"习惯是人生的主宰，人们应该努力地追求好习惯。\"的确，行为习惯就像我们身上的指南针，指引着每一个人的行动。

纵观历史，大凡获得成功的人，都长期坚持一些良好的行为，养成习惯，形成自然。鲁迅先生从小就养成不迟到的习惯，他要求自己抓紧时间，时时刻刻地叮嘱自己凡事都要早做，这样长时间地坚持下去，就养成了习惯。这位以\"小跑走完一生\"的作家，在中国以至世界文学史上留下了辉煌的业绩。可见，行为习惯对一个人各方面的素质起了决定性的作用，对我们学生来讲，尤为重要。

就拿我们密切相关的学习来说吧。我们经常看到这样的现象，有些同学平时不刻苦、不用功，作业总是马虎潦草，没有养成踏实认真的学习习惯，成绩总是不好;我们也看到，有些同学双休日只顾玩，把作业压到星期日晚上才去做，开了夜车还做不好。其实，这完全是学习习惯和方法的问题。大家都知道，一个好的、科学的学习习惯和方法，能使我们既学得有效率，又学得轻松自在。而如果你不能养成好的习惯，上课不注意听讲，不踊跃发言，不钻研难题，这样不但不能提高效率，而且对你的身心发展也会造成不利的影响。因此，我们在学习时，最重要的是养成一个良好的学习习惯，它会使你终生受益。

昨日的习惯，已经造就了今日的我们;今日的习惯决定明天的我们。让我们从现在做起，从今天做起，养成良好的行为习惯，做一个优秀的学生，共同创造辉煌的未来!

敬礼!

姓名：\_\_

时间：20\_\_年\_\_月\_\_日

**国旗下的讲话优秀演讲稿范文4**

老师们、同学们：

大家早上好!今天我国旗下讲话的题目是《携手爱地球》。

此时此刻，我们又站在了操场上，沐浴着清晨的阳光，呼吸着新鲜的空气。我们的家园富饶而美丽，我们生活、学习的地方空气是那么清新，环境是那么优美。美丽的大自然里有许多奇妙的东西，有许多对人类有用的资源。地球就像妈妈一样给我们带来幸福，带来快乐。

可是，你们知道吗?我们生活的地球上，人类为了自己的利益和方便，做出了许多污染环境、破坏环境的事情。人们随手扔掉的一个塑料袋，埋在地下三百年都不会烂;一个像纽扣那样大小的电池埋在泥土里可以使周围10平方米的土地寸草不生……当我们忍受气温的骤然变化时，当我们已渐渐忘记春天的感觉时，当我们听到我国西南部分地区遭遇百年大旱时，当我们从羽绒服直接过渡到T恤时，当我们偶尔闻到学校旁边的河道飘出阵阵恶臭时，我们都在不约而同地问着同一个问题：我们的地球是怎么了?

4月22日，是世界地球日，那是一个为地球呼喊的日子，是一个提醒地球村里每一位村民行动起来保护地球的日子。我们少先队员能为地球做些什么呢?那就从身边的小事做起吧。

当你发现有人践踏草坪、伤害树木的时候，别忘了阻止他的行为;不管在什么地方，不但自己不乱扔果皮、包装纸，而且发现垃圾还能主动拣起来投进垃圾箱里;在学校里，看见自来水龙头没关紧，你能上前动手把它拧紧;看到光线充足，能主动把教室里的灯关掉;作业本用完了再换新的……

同学们，因为有了我们的参与，青山一定会格外地葱茏;因为有了我们的行动，绿水一定会格外地清澈;因为有了我们的存在，地球一定会更加充满生机和活力，我们的生活一定会更加美好!

**国旗下的讲话优秀演讲稿范文5**

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家早上好!

我是三(4)班的李涵梅，今天我在国旗下演讲的题目是《我努力，我能行》。

亲爱的同学们，当你们遇到考试成绩不如意的时候，有没有流下过难过的泪水?当你们在遇到一道难题怎么也做不出来的时候，是不是觉得灰心丧气?当你们学习一项新本领却怎么也学不好的时候，是不是在心里责怪自己太笨而放弃?那么请你在这个时候对自己大声说一句：“我能行!”

科学家爱因斯坦在上小学时被人称为“笨小孩”。有一次老师叫每个学生做一个小板凳，当他拿出自己做的板凳时，同学们都大声嘲笑起来。但他告诉大家，这个不象样的板凳，是他做的第三个，前几个比这个还要差。小爱因斯坦说：“我相信自己一定能做出漂亮的板凳。”所以他会不断地去努力尝试，正是有这样一种自信心，才使得他成为20世纪最伟大的物理学家。

我们从一个呀呀学语的娃娃长成了一个有知识、懂礼貌的小学生。在我们的成长过程中，总会遇到各种各样的困难，但是我们要勇敢地面对。记得有一句话是这样说的：困难像弹簧，看你强不强，你强它就弱，你弱它就强。所以我们遇到困难时一定不能退缩。世上无难事，只要肯登攀，成功永远属于不断努力、不怕困难的人。那么我们首先要树立信心，相信自己我能行，今天我不行，我要努力明天行，不但自己行，还要团结互助，让我们大家都能行。

同学们，今天我们是祖国的希望，明天是未来的栋梁，让我们携起手来，共同努力，到了明天，我们会自豪地说一声：“我最行!”

我的演讲到此结束，谢谢大家!

**国旗下的讲话优秀演讲稿范文**

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！