

# 最新国旗下讲话演讲稿感恩(精选7篇)

演讲中的抑扬顿挫，相当于音乐中的节奏，音乐需要节拍，演讲也需要节拍，你应该让你的演讲充满节奏感，节奏就是你口头表达进度的度量。优质的演讲稿该怎么样去写呢？以下我给大家整理了一些优质的演讲稿模板范文，希望对大家有所帮助。

## 国旗下讲话演讲稿感恩篇一

大家好！

今天我给大家演讲的题目是——感恩。自古以来，感恩就是中华民族的一个永恒、古老而崭新的话题。只有感恩他人、感恩父母、感恩自己，学会感恩，学懂感恩，我们才可以成为社会的优秀者。民间有谚语曰：滴水之恩，当涌泉相报。但是在这个日益发展，社会关系越来越冷漠的今天，我么是否还在铭记感恩，心中长存善念呢？感恩他人，不但是对他人善意的回报，也是对自己人格的诠释。俞伯牙为报知遇之恩，因钟子期死而摔琴；韩信为报漂母之恩，留下“一饭千金”的佳话；孟郊为报慈母之恩，写出旷世诗篇《游子吟》。唐代诗人陈润《阙题》诗中道：“丈夫不感恩，感恩宁有泪。心头感恩血，一滴染天地。”李白在《赠汪伦》中道：“桃花潭水深千尺，不及汪伦送我情。”这些中国古代的许许多多的话题，都在解释着一个词语——感恩。因为感恩，我们更快乐；因为感恩，我们更自信；因为感恩，我们时时刻刻心中铭记中华道德传统。

感恩他人，是对他人付出的回报，是对我们人格的诠释，是对中华民族文化的传承。感恩父母，是我们在汲取父母的血汗之后仅可以做的一点点的报答。父母给了我们生命，给了我们生活。我们感恩父母，孝敬父母都是应该的，因为他们为我们弯了腰，驼了背。感恩自己，是对自己的肯定，是相

信自己的表现。只有时刻感恩自己，我们才可以向前冲刺，才可以飞的更高，飞的更远。

父母是我们的加油站，我们是自己的发动机，而他人则给了我们选择的道路。我们对这一切都应该感恩，都要感恩。学会在感恩中成长，在感恩中自由飞翔。感恩需要爱，有爱的世界才美丽，有爱的世界才和谐；感恩也需要细心的呵护，因为感恩往往就是来自生活中的每一件小事。

感恩他人，也许只是偶尔的一臂之力，他们就会为他们的付出所值得。因为可以无私付出的人不会在乎回报是什么，他们在乎的是他们的付出是不是为世界带来了爱。感恩父母，也许就是为父母洗一次脚，在他们劳累了一整天之后为他们揉揉肩，他们在乎的是儿女的心，心中有父母，出门不远行。就是这简单的一些小事，可以体现在感恩的点点滴滴之中。感恩自己，只是需要一个自信的微笑，我们就可以给自己心灵的满足。

感恩应该远离冷漠，拒绝自私，无私报答。我们要对心胸狭窄说“不”。有些人对生活厌烦，对自己自暴自弃，想改变自己的生活。其实，他们只是少了对生活的感恩。只要心中常存感恩的信念，枯燥的生活也是一幅美丽的油彩。

给寒冷中的狗垫上温暖的棉絮，它们会默默的注视着你；从猫嘴救下受伤的小鸟放飞森林，它们会在树梢默默的为你鸣唱。它们都不会说话，它们只能用这种方式表达感恩之心。动物尚且如此，何况我们人类呢。所以，感恩吧，学会感恩吧，有了感恩之心，寒冷的冬天我们不在抱怨，烦心的事情我们不会铭记，他人的恩惠我们将心中长存善念。

学会感恩，感恩他人，感恩父母，感恩自己。谢谢！

## 国旗下讲话演讲稿感恩篇二

大家好！

在这个丹桂飘香、硕果累累的金秋季节，第xx个教师节又飘然而至。这是一个属于全天下教师的光荣的日子，也是需要每一个学子感铭的日子，然而，此时此刻，我们的很多老师却依然奋战在三尺讲台，辛勤的耕耘着，节日，对您们来说，不过仅仅是一种心理的安慰，而更多的，则是一种责任，是一种奉献的要求！因此，我们只能怀着一颗虔诚的心，将一份最真挚最神圣的祝福，送给您！老师，您辛苦了！希望您永远健康，永远快乐！

老师，就在我轻轻地叫您一声时，这种看似不经意的呼唤，却立刻唤起了您内心深处那种强烈的责任感！我幼稚而又充满渴望的眼神，瞬间便激荡起您内心深处，那泓爱的清泉！于是，困难面前，您忘记了自己的渺小，生活中，您扮演了母亲的角色！我们就这样一步步踩着您，您弯腰而成的桥前进；我们就这样一天天沐浴着您，您挥汗而成的风远航！您总是“捧着一颗心来，不带半根草去”！您总是将痛苦，深深地藏心底！您将最灿烂的一面，留给了我们；您将最温柔的一面，献给了我们；您将最智慧的一面，教给了我们；可您，却仅仅从我们的成功中，获得了那么一点点，所谓的成就感！而这，就是您日复一日年复一年的所有回报，却是您，梦寐以求的荣耀！

我想到了泰戈尔的一句诗：“我的心，在你的眼里找到了天空”。是的，老师的心，在学生求知的眼里，找到了完全神圣的天空，为了这神圣，他们甘愿奉献一生！学生的心，在老师鼓励的眼神里，找到了完全自由的天空，为了这自由，他们勇往直前拼搏一生！

老师，千百年前有人歌颂您，千百年后还会有人歌颂您！您是文明的传播者，您是民族振兴的继承者，您更是我们内心

深处，最可亲可敬的慈母严父，诤友良友！

在此，千言万语只能化作一句话：老师，我们永远感谢你们，永远爱你们！谢谢！

我的演讲完毕，谢谢大家！

## 国旗下讲话演讲稿感恩篇三

大家好！

有一个人，她永远占据在你心最柔软的地方，你愿用自己的一生去爱她；有一种爱，它让你肆意的索取、享用，却不要你任何的回报……这个人，叫“母亲”，这种爱，叫“母爱”！每年5月第二个星期天是母亲节，是我们心中最难以忘却的日子。这个节日，是对母亲的赞美和颂扬，是提醒我们时刻记住：感恩我们的母亲。

母亲给予我们生命的体验，我们感激；母亲使我们茁壮成长，我们感激；母亲给予我们教育和开导，使我们获取知识和力量，我们感激；在我们的生命里，总会有困难和曲折，是母亲给予我们关怀和帮助，我们更应感激。

不知大家看到过电视广告中小男孩为自己母亲洗脚的感人片断，可在现实生活中，又是否是每个儿女都能够做得到的呢？“滴水之恩当以涌泉相报”我们或许有时会对一个生疏人的一点关怀念念不忘，却对母亲的大爱熟视无睹，嫌她唠叨，或因一些小事就大发雷霆……然而，母亲却永远在一旁默默地支持我们，耐心的开导教育我们，给予我们支持和鼓励。

让我们从今天开始，从孝顺母亲开始，学会感恩吧！让我们记住天下母亲共同的生日，为母亲洗一次脚，为她捶一捶辛劳的脊背，给母亲一个暖暖的拥抱，一句温馨的祝福，一脸感恩的笑脸吧！

在这温馨的日子里，祝全天下所有的母亲——母亲节快乐！一束康乃馨，一句“妈妈，您辛苦了”就能让母亲的脸颊重绽灿烂的笑脸！让我们多给母亲一点体贴与关怀，让母亲和我们的家充盈着幸福与和谐，我们就迎来了真正的长大！

谢谢大家！

## 国旗下讲话演讲稿感恩篇四

9月10日，也就是明天，我们即将迎来第x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！”。

## 国旗下讲话演讲稿感恩篇五

大家上午好!

如果我问一位同学：“你健康吗？”他也许会说：“我当然健康!瞧，我壮的像小牛犊，从没胜过病。”可是你健康不应是指体格健壮与否，还应包括心理在内的健康。

那么，如何让自己的心理更健康?我们从下面几点来注意：

1. 不要对自己过分苛求：有些人做事要求十全十美，对自己要求近乎吹毛求疵，往往因为小小的瑕疵而自责，结果受害者还是自己。为了避免挫折感，应把目标要求定在自己能力范围之内，懂得欣赏自己已有的成就，自然会心情舒畅了。

3. 疏导自己的愤怒情绪：当我们勃然大怒时，会做出许多错事或事态的事。与其事后后悔，不如事前加以自制，把愤怒转移至另一方面，如打球和唱歌之上，练就一种阿q精神。

4. 偶然亦要克服：一个做大事的人处事是从大处看，只有一些无见识的人才会向小处钻的。因此只要大前提不受影响，在小处又是亦无需过分坚持，以减少自己的烦恼。

5. 暂时逃避：在生活受到挫折时，便应该暂时就爱你个烦恼放下，去做你喜欢做的事。如运动、睡眠、看书等，等到心境平衡时，再重新面对自己的难题。

6. 找人倾诉烦恼：把所有的抑郁埋藏在心底只会令自己郁郁寡欢。如果把内心的烦恼告诉你的知心好友或师长，心情会顿感舒畅。

8. 在一段时间内只做一件事：依据美国心理辅导专家乔奇博士发现，构成忧思、精神崩溃等疾病的主要原因是患者面对很多急需处理的事情，精神压力太大而引起精神上的疾病，

要减少自己的精神负担，不应同时进行一件以上的事情，以免心力俱疲。

9. 不要处处与人竞争：有些人心理不平衡，完全是因为他们太爱竞争，使自己经常处于紧张状态。其实人之相处，应该以和为贵。

10. 对人表示善意：我们经常被人排斥是因为人家对我们有戒心。如果在适当的时候表现自己的善意，对交朋友，少数敌人，心情自然会变得平静。

11. 娱乐：这是消除心理压力的最好办法。娱乐方式不要太要，最重要的是令心情舒畅。

只有适时的接受必要的心理辅导拥有健康的心理，我们才能顺利而轻松的解决学习和生活中出现的问题，从而更好的适应新的环境，不断保持与增进身心健康，是人生健康丰富的发展，迈向自我实现。

谢谢大家！

## 国旗下讲话演讲稿感恩篇六

早上好！

每年的四月是学校的读书活动月，读书是一个古老的话题，古今中外的哲学家、思想家给我们留下来许多关于为什么要读书，怎样读书的至理名言。今天我想就读书这个话题谈谈我的几点体会。

我向大家介绍一个有关人认知方面的知识——漏斗理论：

漏斗理论认为：人的“认知”好似一个巨大的天坑，呈漏斗形排布，越下面，视野越小，所见越少，如井底之蛙；越上面，

视野越大，所见越多，如高瞻远瞩。

人的成长过程就是一个从漏斗的底端一步步向上攀行的过程。每行进一步，每上升一层，相比于原有的视野都会有豁然开朗的通达感。

人与人的差别，很大程度上体现在对世界认知程度的差别上，人的认知高度不同，看到的世界也是不一样的。就如同你从山顶往下看，看到的是一片森林和壮丽的山川，全是美景；如果你从二楼往下看，看到的可能只是几棵树或是一片裸露着地皮小草坪，甚至可能只是看到路面上的树叶或纸屑。人若是没有高度，看到的全是问题，人若没有格局，看到的全是鸡毛蒜皮！

那么如何提高自己的认知高度呢？聪明的你们一定已经知道答案了，是的，就是读书，通过读书提高自己的认知水平。

英国哲学家培根曾经说过：“知识就是力量”，他还说过“读史使人明智，读诗使人聪慧，演算使人精密，哲理使人深刻，伦理学使人有修养，逻辑修辞使人善辩。”（《论读书》（或《论学问》））

我国唐代文学家韩愈在《答李翊书》一文中也说到：“养其根而俟其实，加其膏而希其光。根之茂者其实遂，膏之沃者其光晔。”意思是：树木有了茂密的树根，才会有丰硕的果实；油灯有了充足的灯油，才会有明亮的灯光。比喻凡事从根基上下工夫。

毛竹是世界上生长最快的植物。最开始毛竹用了4年的时间，仅仅长了3厘米，但从第五年开始，以每天30厘米的速度生长，仅用6周就可以长到15米。其实，在前面4年，毛竹将根在土壤里延伸了几十米，向地下深扎了五六米。读书对于人生亦是如此，读书就是一个人打基础的阶段。



这也就是积小流成江海的道理：一本好书就如一股涓涓细流，每日不断汇入，使我们的知识变得更丰富，最终形成我们思想的江海。

是的，根深才能叶茂。二者是相辅相成的，根是基础，叶是延伸，想要取得更大的成绩就要往下扎更深的根。

成功人士都有一个鲜明的特点，就是喜欢读书，他们善于通过读书来提高、完善自己，最终取得傲人的成就。

牛顿就是最好的例子，作为有史以来最伟大、最有影响力的科学家，他在许多领域都富有建树：在天文学领域，他设计制造了世界上第一架反射式望远镜，这种技术在今天的天文观测中依然发挥着作用；在数学领域，他发现了二项式定理，以及他发明了微积分这一现代数学发展中的最重要的成就；他在物理学上的成就更大，他发现了著名的力学第二运动规律和第三运动规律，以及最为有名的万有引力定律。他能取得这些成就与他热爱读书、勤于思考是分不开的，也与他在剑桥大学的求学经历分不开的，因为剑桥大学为他提供了良好的读书平台。

说到平台，它对于一个人的成长也是十分重要的。家庭、学校和社会构成了一个人成长的大平台，学校为大家提供了良好的读书环境。这不仅包括环境优美的校园，窗明几净的教室、实验室，还包括藏书丰富、设施齐备的图书馆。今天我只简单说说宁外图书馆这个小平台。

每年根据需要学校不断购进新书，图书馆现有藏书数量已达到6.2万册。学校现有图书馆的面积有1500平方米，人均超过1平方米。为进一步改善大家的读书条件，学校已将报告厅二楼改造为占地600平方米的图书馆新书库，正在进行设备安装，今年将投入使用。另外，学校图书馆还为大家开辟了电子阅览室、精品图书阅览室等专用读书角，为大家借阅图书提供了方便。图书馆的老师还放弃休息时间、延长开馆时间

为大家服务。作为图书馆的延伸，学校还在教学楼的每一层都设有图书漂流角，为大家提供了更方便的阅读空间。

我们宁外有良好的读书氛围，每当看到大家在图书馆静静地阅读的场景，在校园树荫下、濯纓湖边听到大家的朗朗读书声，我感到十分的欣慰。

我希望“让读书成为一种习惯”，透过书这扇门去遇见更好的自己，透过书这扇门去认识外面的美好世界。

## 国旗下讲话演讲稿感恩篇七

大家好！

九月的秋天是收获的季节，是感恩的季节，是老师的季节。同学们，你们知道明天是什么节日吗？明天，我们将庆祝中华人民共和国的x教师节。在此，向每一位同事致以最诚挚的节日问候！祝你身心健康幸福，家庭幸福！

教师节——这是一个激动人心而又神圣的日子，因为教师节不仅歌颂教师，更重要的是，她讴歌了一个辉煌的、塑造灵魂的职业。

每个人的成长和成功都离不开老师的培养；社会的每一次进步和更新都充满了教师的辛勤劳动和奉献。

解决问题，老师是书；路过文明，老师是桥梁；通过科教兴国，教师是帆。从开学第一天起，我们学校的每一次进步和成功都浸透了老师们的辛勤劳动和汗水，都来自于老师们的培养和努力。引导的是老师的手，鼓励的是老师的眼，指正的是老师的声，呼唤的是老师的心，激励的是老师的人格。

教师不是雕塑家，但他们塑造了世界上最珍贵的艺术作品；老师不是伟人，但老师充满了学生炽热的目光。教师这个职

业是高尚的，是无价的。

老师，大家都说你培养了祖国的栋梁；但我想说，你是祖国的栋梁。是你们支撑了我们这一代人的脊梁！

你就像无名树的根，让小树苗茁壮成长，让树枝x结满硕果，却不求任何回报。

你给了我们生活的标尺，让我们每天衡量自己；你给了我们一面模范行为的镜子，让我们可以从各地的例子中学习。你是那座桥，为我们连接着群山，让我们走向丰收的顶峰；你是一株绿色的藤蔓，坚韧而纤细，指引着我们在悬崖顶采集灵芝和人参。

如果我是一个诗人，我会满怀热情地写诗，赞美大海的浩瀚和深远。献给你，我这位胸怀宽广，学识渊博的老师。老师是火种，点燃学生的心；老师如石，承载着学生一步一步稳步向上的攀登。这种无私的奉献令人难忘。

春蚕这辈子也没说过什么自吹自擂的话，吐出来的银丝就是衡量生命价值的标尺。亲爱的老师，你从来不在别人面前炫耀，但盛开的桃李是对你的最高评价。你的爱，阳光一般温暖，春风一般温暖，春天一般甜蜜。你的爱比父爱更严厉，比母爱更细腻，比爱更纯洁。你的爱是世界上最伟大最干净的。

萤火虫的价值在于用挂在尾巴后面的灯照亮别人；你的尊重在于总是给别人提供方便。谁把雨露撒了一地？谁辛苦调养的苗？是你，老师，你是一个伟大的园丁！看看遍地盛开的鲜花，哪一朵没有你的努力，哪一朵没有你的微笑！

我的演讲结束了，谢谢！