

2023年国旗下讲话感恩老师演讲稿 国旗下讲话稿运动会(大全9篇)

使用正确的写作思路书写演讲稿会更加事半功倍。在日常生活和工作中，能够利用到演讲稿的场合越来越多。优质的演讲稿该怎么样去写呢？以下是我帮大家整理的最新演讲稿模板范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

国旗下讲话感恩老师演讲稿篇一

各位领导、老师们、同学们：

早上好！

天高云淡，金风送爽，红枫怡人，桂子飘香，在第xx届亚运会正在广州隆重召开的喜悦日子里，我们满怀激情迎来了我们蕉三小第几届校运会。在此，我谨代表学校，向为本次运动会的顺利召开付出辛勤努力的老师表示衷心的感谢！向刻苦训练、积极准备的同学表示亲切的问候！向前来参加今天开幕式的各位来宾表示最热烈的欢迎！

这次体育节既是对我校体育工作的一次大检阅，也是对我校德育工作的大检查，更为同学们展示个性特长及运动风采提供了平台。

体育是向上的。它带给我们的不仅仅是金牌的荣耀，更是对现代奥林匹克精神的理解，对全民健身的热情和关注。我们的校运会，不仅仅是为了展示同学们优秀的体育成绩，更是为了全校师生的身心健康发展，因为，我们始终坚持“教师的身心健康是学校最大的财富。”；我们始终坚持“学生的健康成长和未来发展高于一切。”

体育带给我们的是阳光、健康和积极向上的精神风貌。培养

身心健康、意志坚强、充满活力的优秀学生，是我们义不容辞的责任，让同学们成长在健康向上的良好环境里，是我们每一位老师最大的心愿。

同学们，老师们！学校的体育节，是构建校园特色文化、推动全民健身、培养竞争意识、增强班级合力、打造“健康校园”的有效载体。希望全体工作人员、裁判员忠于职守，热情服务，确保体育节安全顺利进行。希望同学们努力拼搏，勇于进取，赛出水平，赛出风格，赛出二小学生的个性与魅力！

最后，祝本次体育节取得圆满成功！谢谢大家！

国旗下讲话感恩老师演讲稿篇二

尊敬的各位领导、老师，亲爱的同学们，大家早上好！

大家知道明天是什么日子吗？是的，是祖国第64个华诞。为了迎接祖国母亲的生日，今天我在国旗下讲话的内容《国魂》。

一把黄土塑成千万个你我，静脉是长城，动脉是黄河。五千年的文化是生生不息的脉搏，提醒了你，也提醒了我。我们灵魂的深处烙下中国的印钵，再大的风雨我们都见过，再苦的逆境我们都熬过，这就是民族的气节，这就是泱泱大国的气节，因为我们拥有一个共同的名字叫中国。

祖国，当我们提起这个词的时候，我们的心中会马上联想到壮丽秀美的山川，历史悠久的文化，会联想到钢铁般的国防，善战的勇士，还有那鲜艳的五星红旗，对于家乡的山水，家乡的声音、语言，人们都会怀着一种特殊的感情。这种深深的情感，便是爱国之情最自然的流露。

五千年的文明孕育了中华民族的尊严，造就了中国人民讲风骨，重气节的民族素质。历代仁人志士为国家前途、人民幸

福，坚守自己的志向，不惧困苦，不受利诱，保持铮铮铁骨的浩然正气。从古至今，不知涌现出了多少爱国者，他们把祖国民族的利益看得高于一切，把个人的命运和民族的命运紧紧地联系在一起，如精忠报国的岳飞，一门忠烈的杨家将，收复中国台湾的郑成功、中国革命的先驱孙中山、人誉中华之魂的鲁迅，两弹一星的邓稼先，驶向太空的杨利伟，奥运明星刘翔，等等。无数仁人志士以铁的事实抒写了一曲曲爱国之歌。

同学们，我们应为生在这样的英雄国度而倍感自豪，为这些民族之花而深感骄傲。其实，爱国，不仅仅是对祖国的一种深厚感情，它更是一种沉甸甸的责任啊！所以，我们要从小树立爱国精神，敢于同不良现象智勇而斗，刻苦勤奋孜孜求学，严于律己，克己奉公，诚实守信善待他人，积极参加校内外开展的一切有利于青少年成长的活动，让我们用实际行动，来演绎爱国的情怀。

说到这，不由得让我想起了70多年前，_面对祖国壮丽河山，写下不朽的诗句：“江山如此多娇，引无数英雄竞折腰。”今天，我们更有理由相信：“数风流人物，还看今朝！”

国旗下讲话感恩老师演讲稿篇三

各位老师、同学们：

大家好！

记得去年的这个时候，也是我站在这里进行国旗下讲话。时间飞快，转眼一年过去了。在这一年里，通大附中发生了巨大的变化，东区的体育场馆开始投入使用，为我们广大的师生提供了优良的体育锻炼设施和条件。

秋高气爽，丹桂飘香。我们即将迎来又一个体育盛会。经学校校长室研究决定，本周五下午开始，周六全天(2014年10

月24日—25日)，南通大学附属中学将举行第二届秋季田径运动会。

本次秋季田径运动会以文明、友谊、拼搏、向上为宗旨，共有三个年级近三分之一的学生运动员，将参加100米、200米、跳远、实心球、跳高等多个田径项目的比赛。今年，我们还增设了教师趣味运动会，设有拔河、8_50接力跑、足球射门、踢毽子等趣味比赛项目。在同一片蓝天下，在同一块场地内，师生共乐，享受运动，享受生活。

我们希望全体运动员能以拼搏奋进、勇攀高峰的精神，本着积极参与、安全健康、团结协作的比赛风尚，非运动员要发扬团结互助，共同进步，为集体争光的精神，展示出我们通大附中学子拼搏进取的精神风貌。

同学们，秋季田径运动会是我校本学期的一次大型活动，也是我校体育工作成果的一次重要展示，更是对同学们身体素质、心理承受能力、竞技才能等综合素质的一次全面考验。

为保证本次运动会各项活动的顺利、高效进行，特别提醒以下几点：

- 1、如果因天气原因无法正常进行比赛时，运动会组委会将以通知形式宣布运动会改期；

- 2、开幕式入场式以班级为单位，主席台前会划定表演区，从第一个学生进入表演区开始计时，到最后一名学生离开表演区为止，进行表演的时间不超过90秒钟(如果超时将不参与评奖)，配音以年级为单位(由年级部主任负责)、班级为顺序统一刻盘交广播室，各年级指定1名学生播放。高三年级的部分同学将组成红旗和鲜花方阵。每班(包括高三年级的红旗和鲜花两个方阵)附100字左右解说词交体育学科，然后由体育学科汇总交教科处祁国斌主任。

3、开幕式上将进行高一、高二、高三年级广播操汇演。决赛的班级是由上周广播操比赛获奖班级组成的。

4、本次秋季田径运动会活动方案已由组委会发给各位班主任，请班主任老师将有关要求跟学生说明。

希望全校各年级同学积极参与本次运动会，充分展示自己的能力和风采。希望全校各年级教师、班主任能全程参与运动会，并以此为平台，推动我校体育事业再上新台阶。

同学们，老师们，本次运动会项目多，时间长，希望我们全体师生在积极参与的同时，既能够尽情投入，把个人与集体、身体和心态、运动和快乐融合在一起，又一定要注意安全，充分做好热身运动，防止运动损伤。同时，我们也更希望通过本次运动会，在我校掀起热爱体育、增强体质、投身体育锻炼的新高潮。让运动成为一种习惯，让运动成为我们生活的一部分。

让我们都积极参与到运动会的各项准备工作中去，享受体育运动给我们带来的青春活力，也预祝大家都能在拼搏中实现自己的青春梦想！

我的讲话完了，谢谢大家。

国旗下讲话感恩老师演讲稿篇四

各位同学：大家早上好！

秋天是成熟的季节，在这收获的大好时节，我们学校定于9月26、27日举办校园秋季校田径运动会。她是同学们盼望已久的盛会。为了确保这次运动会的顺利举行，全校师生做了大量的准备工作，各班班主任认真负责，选拔运动员；很多同学为班级入场式设计献计献策，很多同学积极参与报名，

很多同学积极备战，刻苦训练，体育老师认真安排、组织、指导，可以说，能如期举行运动会，一定是全校师生共同努力的结果。

同学们，我校召开秋季运动会是为了更好地全面贯彻党的教育方针，更好地推进素质教育，更好地落实新课程理念，让同学们进一步地全面发展。因此，这次运动会不仅是对我校体育工作的检阅，而且是对师生行为规范、师德规范和精神风貌的一次检阅。也是对同学们身体素质、竞技才能、心理承受能力等综合素质的考验，更是对我校师生群体意识、竞争意识、团队精神、顽强拼搏精神的综合体现。这次运动会是各个班级，每一位同学和教职员工展示风采的一个舞台。同学们，对我们来说，最重要的是发扬“重在参与、努力拼搏”的精神。所以，希望大家保持这样一种心态：无论成绩如何，我参与了就行，我努力了就行，我快乐了就行，希望大家真正享受的运动带来的快乐。

同时，为了保证这次运动会能够安全、文明、有序进行，我强调三个方面：

第一方面：任何一项活动，安全都应该是最重要的。为确保安全，我提一下几点要求：

- 1、赛前，体育老师进行场地、器材的安全检查。
- 2、各班要作好交通安全、饮食卫生、运动常识宣传教育等。对所有参赛学生的身体健康状况，要进行全面细致的了解。目前身体状况不适宜做剧烈运动的学生不准参赛。
- 3、严禁一切闲杂人员进入学校和学生无故出学校。禁止学校门口等人，召集校外人员。
- 4、要遵守赛场纪律，服从调度指挥，没有比赛任务的学生不要随意进入比赛场地，要在指定的地点观看比赛，以免碰撞

等意外发生。

5、每天要吃好早饭，参加比赛前做好准备活动，以使身体适应比赛。

6、比赛结束后，不要立即停下来休息，要坚持做好放松活动，使心脏逐渐恢复平静。

7、剧烈运动以后，不要马上大量饮水、吃冷饮。

第二方面：运动员在比赛期间要服从裁判，尊重对手，互助谦让，增进友谊。

场上是对手，场下是朋友。对手赢了要祝贺，对手输了的要安慰，出了问题要致歉。一句对不起，伸手拉一把。即会避免矛盾，又是您风格的体现。相反，动辄就火冒三丈，满口脏话，行为粗鲁，只会小事闹大，双方都不愉快。又显得你小肚鸡肠，素质低下。所以，我们一定要友谊第一，比赛第二。

第三方面：刚才说到，运动会也是对我们行为规范、精神风貌的一次检阅。

希望大家继续保持我们良好的日常行为习惯，不随手乱丢废弃物，主动弯弯腰保护我们的环境。正常打扫班级所属卫生区域及会场卫生，遵守纪律，讲文明话，办文明事，做文明人。这次运动会我们要依据纪律、卫生等评选精神文明班集体。

同学们，面对激烈竞争、形势复杂的21世纪，让我们用更强健的体魄迎接更激烈的挑战与困难，为了中华民族的腾飞，为了我们个人的健康，让我们以运动会为契机，加强日常的锻炼，强健我们的体魄，磨练我们的意志，振奋我们的精神！

最后预祝本届运动会圆满成功！ 谢谢大家！

老师、同学们：

你们好！上周的第十九届校运会圆满地落下了帷幕，在那龙腾虎跃的赛场上，你收获了什么？今天就让我们一起重温那激动人心的场面吧！

太阳无语，却放射着光辉，高山无语，却体现着巍峨，蓝天无语，却表露着深远。体育是力量的角逐，是智慧的较量，体育更是跃动的音符，是舞动的旋律，是美的展示。古希腊有一段格言“如果你想聪明，跑步吧，如果你想健康，跑步吧，如果你想美丽快乐，跑步吧”。同学们，运动会虽然结束了，但运动不能结束，每天傍晚，我们的操场上常常活跃着校长，老师们打篮球、跑步的身影，同学们以这些爱运动的老师为榜样，在课余走向操场，走向自然，走向阳光，让我们一起运动着，健康着，快乐着吧！

尊敬的老师，亲爱的同学们：大家早上好！

今天我国旗下讲话的题目是《超越自我，奋力拼搏》。

驱赶冬日的凉意，点燃运动的热情。再过两天我校将迎来一年一度的春季田径运动会，这将是一届展示力与美的盛会，也将是一次体魄和耐力的比拼。我们将在这片赛场上一展英姿，收获运动的果实。

运动会是检验学校体育水平高低的一个标志，也是各个班级、每位同学展示风采的一个舞台。运动会是一个竞技场，优胜劣汰，来不得半点虚假。同一起跑线上，你付出多少汗水，就会有多少回报。没有顽强的拼搏，就不会有优异的成绩；没有坚定的信心，跑道上就不会有你亮丽的身影。体育舞台是人生舞台的一个缩影，鲜花会献给最优秀的选手，掌声会给胜利者以鼓励，给失败者以安慰，光荣的颁奖台，只会给那些脚踏实地、顽强拼搏、不畏艰难的人留下空间。

运动会上，“重在参与”展现着我们的积极心态，“为班级争光”蕴藏着我们的集体主义情怀，“虽败尤荣”更深含着我们乐观向上的情操。运动会不仅可以检验我们的运动水平，检验我们的班级凝聚力，还可以充分展示我们朝气蓬勃的精神风貌。

这是一种团结协作的精神，比赛时，热情的鼓励是运动员们拼搏进取的动力，比赛后班级同学的搀扶，失败时听到的一句句温暖的安慰会让再坚强的人也感动万分。

超越自我，奋力拼搏，让呐喊声响彻校园的上空，让激情弥漫我们的校园，让比赛成绩载入我校历史的篇章。发扬奥运精神，赛出我们的风格！本着参与第一，友谊第一，安全第一的比赛风尚，充分展示我校学生的精神风貌。

最后，预祝本届春季运动会取得圆满成功！

老师们，同学们：

今天国旗下讲话的内容，是由上周运动会引出的两个话题：一个话题是关于精神方面的，另一和话题还是关于精神方面的。

第一个精神方面的话题，是有感于在一天半的运动会上，我们的同学和老师，我们的运动员和裁判员，所表现出来的积极参与、勇于拚搏、团结合作、相互关爱、认真工作、全心投入的这种人文精神，把比赛和友谊，把体育和人格，把运动和人生演绎的崇高和伟大。我在这里不但要赞扬运动员的风姿，赞美拉拉队的热情，我更想赞美我们的老师，我们的裁判。因为我不能一一列举他们的姓名，我只举其中的一两个代表。我所在的径赛的终点工作人员，有一位老师，她不是裁判，她也不在工作人员之列，她本来可以不来，但是她却和我一起坚守了一天半时间没有离开场地，在人手不够的情况下，在太阳底下，热情的毫无怨言的帮助我们判断、记录，

使得我们的比赛能够正常有序的进行。她是梁桂香老师。我知道，在其他各个场地，也有这样的老师，也有这样的同学。我总是这样认为，在任何场合下，当我们需要什么人的时候，总会有这样的人出现。这样一种人，是让我们的生活永远不孤独、不冷漠的应有的存在。所谓应有，就是一定会有。所以我们总是对生活充满了信心。我们不是在任何时候，都选择紧张、选择竞争，让人人处在自觉自律之中，但是我们人人都需要，在关键时刻有热情、奉献、合作、和谐的人文精神出现在我们身边。

第二个话题，我想说说运动本身。我把运动也说成是一个精神话题，是因为我思考到，人的本质，或者说生命的本质，是运动而不是静止。运动是一切物质的存在形式，当然也是生命的存在形式。运动是生命存在的直接标志。我由此有两点感悟：一、运动的美学意义。二、运动的人类学意义。因为时间关系，我点到为止。

我发现，在比赛场地，每一个比赛的运动员，在运动场上来回奔跑的工作人员、班主任、学生拉拉队的身影、身姿，只要是运动着的，就是一种最美的姿态。我昨天对一位老师说，运动着的人最美。我不知道这个判断在我之前有多少大师说过类似的话。但这确实是我自己的感悟。其次，我还联想到，运动对提高人的素质的作用，绝不仅仅是体能上的强壮，生理学上的强壮，还有情感上的、情智上的、思维上的、逻辑上的、意识方面的巨大开发。总结这两点感悟，就是说：运动不仅让人健美，而且让人健全。

因此，我们需要提倡运动，我们举行每年一届的运动会，我们的老师组成各种运动俱乐部，我们的同学应该积极投身训练。我想，学校运动会的意义，绝对不是仅仅每年比出几个名字，得出几个数据，而是通过这种形式，带动运动的热情，提高运动的意识，明确运动的意义，全面提高我们的素质，提高我们民族的素质，让中华民族强大于世界民族之林。

2003/12/7

各位老师、同学们：

大家上午好！我校首届田径运动会将在本周四举行，这是我校师生教学活动中的大事，是检测一个学校运动水平高低的一个标志，也是各个班级，每个学生展示风采的一个舞台。为了把这一次运动会办得更好，真正体现举办运动会的目的，体现团结、文明的团队精神，体现友谊、拼搏的竞技精神，今天我乘国旗下讲话之机，向全体同学作如下倡议：

第一，全体同学要具有高度的安全意识。校运动会期间，各班必须及时锁好本班教室的门窗，管好班级和同学们的财务，凡是同学搬出去的桌椅，用完后要及时搬回原处，搬运和使用过程不得损坏。比赛期间，学生不得进入安全警示范围，不得在跑道上逗留或横穿跑道，不得站在赛区内影响比赛，危及安全。

第二，全体同学要发扬团结有力的团队精神。本次运动会我们是以班为单位计算总分成绩的。因此在学校的赛场上，运动员是代表各班参加比赛的，各班的同学要按照学校指定的区域扎好大本营，要发扬团队精神，在竞赛规则许可的情况下，要组织啦啦队，后勤队，为本班参赛的运动员加油，为本班参赛的运动员服务。运动员的成绩就是班级的成绩，运动员的荣誉，就是班级的荣誉，运动员的欢乐就是班级的欢乐。

第三，全体同学要发扬文明礼貌的精神风尚。全体运动员无论胜负都要尊重每一位为运动会工作的裁判员，都要礼貌对待自己的每一位竞赛对手。全体非参赛同学无论运动员的成绩好坏，都要为运动员的拼搏精神喝彩，每一位运动员无论成绩好坏，只要能坚持跑到终点，完成比赛任务就是胜利者。冠军只有一个，但胜利者却不止一个，胜利是属于坚持到底、完成比赛任务的每一个运动员。

第四，全体参赛的运动员，要赛出水平，赛出风格，是运动会就要讲成绩，正像奥运会那样，讲究“更高、更快、更强”的奥林匹克精神。所以，要求运动员在比赛时全神贯注，充分发挥平时训练的水平，克服大赛带来的心理障碍，比出成绩，比出水平，但更要比出风格、比出友谊。我们是校级运动会，所有的竞争都是友谊的竞争，是友好的竞争，当出现一点争执时，要讲风格，讲友谊，讲谦让，讲精神风貌。

总之，本届运动会，要开出团结、文明、友谊的大会，同时也要开出一届具有拼搏精神大会来，最后预祝我校首届运动会圆满成功。

谢谢大家！

国旗下讲话感恩老师演讲稿篇五

让拼搏精神永远传承

（国旗下的讲话）

老师们、同学们：

在这次运动会中，全体运动员团结友爱，文明参赛。他们在赛场上奋力拼搏，赛场下加油鼓劲，充分展现了我校运动健儿不畏辛苦、顽强拼搏的良好精神风貌，表现出了良好的团队意识。取得了运动成绩和精神文明的双丰收。

这次运动会，我校取得了几年来最好的成绩，初中组共获得20项第一名，小六组共获19项第一名，并打破了16项镇记录，初中组以高出二中117分，小六组高出90分的大比分的好成绩摘得了两枚金牌。

同学们，虽然两天的时间很短，不足以让我们挥洒激情，更

不足以让历史铭记。但两天的时间可以记载一种精神，传承一种动力。我们要在以后的学习和生活中把运动会所体现的永不服输、一往无前的精神发扬光大，希望我们全校师生，特别是将要迎接中考的九年级全体师生将“更高、更快、更强”的运动精神带到学习、工作、生活中去，以饱满的热情、昂扬的斗志、拚博的精神，创造出学校发展和学生成长的优秀业绩。一个拥有强健体魄和良好心态的人，才是人生赛场上永远的冠军；一所努力向上、奋力进取的学校，才会永远立于不败之地。

宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。在这里我们希望九年级同学在距中考还有 天的时间里发扬运动员在赛场上的拼搏精神，全力以付投入到总复习之中，争取在6月的中考中取得更好的成绩。为自己的前途努力，为辛苦养育我们的父母争光，为培养我们的学校更加美好的明天，添砖加瓦！

运动会总结的国旗下讲话稿

各位老师、各位同学：

大家早上好。

上周二、三、四，我校举行了一场盛大的运动会，这场运动会让我看到了许许多多。

同学们把热情转化成了为运动员加油呐喊的声音，服务人员把热情转化成了为同学们服务的积极性，裁判、教练员以及各位校领导，大家都在各自的岗位上为了运动会的圆满举行付出了劳动。而那一些在操场上奋力拼搏的运动员们总是带给我们一次又一次的惊喜与感动，在一百米的'跑道上，他们是被风腾起的少年，专注的眼神使他们独特的风采；在四百米的接力赛上，他们是被拧成一股绳的麻绳；紧锁的眉头，是他们青春的斗志；而在那一千五百米的长跑，他们是不肯放弃逐日的夸父，无尽挥洒的汗水成了他们的骄傲。

所以，让我们向他们高歌：

败来衡量。

著名诗人泰戈尔在诗中写到：天空没有翅膀的影子，但我已飞过，诗人艾青对朋友说：也许有人到达不了胜利的彼岸，但我们共同拥有大海。在本届运动会上，有许多优秀运动员在激烈的竞争中没有获得理想的成绩，但运动场上留下了你们的足迹，虽然你们没有获得奖状，但我们心中留下了你们拼搏的身影，我也要对你们说：好样的！

每一项的竞赛都是意志对体能的超越，每个坚持到最后的成绩，都是对目标的不懈追求，体育巨星姚明说：“努力不一定会成功，但不努力绝对不会成功”。永不言弃才能接近成功，不屈不挠，才能迈向理想的彼岸。这才是运动的精神。

或许运动会结束了，但运动会带给我们的许多还会在今后的学习生活中延续着

相信，成功就在你我共同的携手中！

演讲者 七年级（2）班 王凯旋

2015年4月21日

七年级国旗下讲话

老师们，同学们：

大家早上好！

今天我们演讲的主题是发扬运动会吃苦耐劳的精神，创造双语学校新的辉煌。

首先我们收获了一种奋勇争先、自强不息的拼搏精神，

体育是力量的较量，体育是意志的比拼，体育是激情的飞扬！运动会让我们学到了很多的东西，从摔倒了又爬起来的同学身上我们学到勇敢和坚强，从箭一般冲过终点的同学身上，我们懂得了自信和力量，从3000米比赛中那些成绩落后但仍然坚持跑完全程的运动员身上，我们体会到了坚韧和挑战自我，从4x100米接力比赛中我们学会团结和激励。一切的一切都在诠释着拼搏精神的丰富内涵。

体育舞台是人生大舞台的一个缩影，运动会已经结束，但是我们的拼搏精神却刚刚被点燃，体育比赛是短暂的，而学习的道路却是漫长的，在平时的文化课学习中，我们更需要这种坚忍不拔的拼搏精神。运动会后，我们又将迎来新的挑战——九年级的同学们在争分夺秒的备战今年的中考，他们废寝忘食，尽心尽力挥洒着辛勤的汗水。八年级七年级的同学要为期中考试积蓄力量，这一切都要求我们继续发扬拼搏精神，让我们抖擞精神，努力争先，用优异的成绩来向我们的师长汇报！用最好的努力焕发最绚丽的色彩！

其次：本届运动会我们还收获了“奉献、奋斗、互助、进步”的双语精神。

需要我们用饱满的精神，昂扬的斗志，不怕吃苦的态度去拼搏，去奋斗、去赶超、去出彩。

第三方面本届运动会我们最大的收获便是展现了双语全体学生的文明举止和良好的精神风貌

我们为自己班级同学呐喊，也为其他班级同学加油，这是一次团结友爱的运动盛会，我们尊重对手，我们赛出了友谊。我们在看台上整齐有序的观赛和助威，我们有序的退场，并带走座位上的垃圾，点点滴滴都是文明的举止，都是良好的风貌。这就是我们双语的学子的素质。运动会结束了，但是我们还有更大的舞台去展示去提升双语学生的良好素质，我们的一言一行，不仅代表着个人，更代表着双语优秀学子，

代表着成为未来建设者的合格公民的精神与素养。

我们是双语大家庭中的一员，在校内，我们要好好学习，珍惜时光，维护学校声誉，为学校争光，爱护学校财产，爱护花草树木。在校外，我们更应该遵守交通规则，语言文明。在一些公共场所更应该讲秩序、举止文明、轻声细语。时时刻刻以优秀的双语精神激励自己。

春天里，百花争艳，青春里，百舸争流，当有凌云之志，做敢于登攀的双语人，做敢于争先的双语人，做堂堂正正吃苦耐劳的中华儿女。

我的演讲完了。谢谢大家。

国旗下讲话感恩老师演讲稿篇六

健康教育国旗下讲话一：

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！我是五三中队的简荣蓉。今天我在国旗下演讲的题目是：健康教育。

近代文学家梁启超说：“少年进步则国进步，少年强则国强，中华民族的腾飞正在吾辈。”可见我们青少年的素质关系着祖国的未来，而“健康教育”在其中起到了不可小视的作用。

健康分为身体健康和心理健康两种，其中身体健康是至关重要的。毛泽东曾经说过：“身体是革命的本钱”，青少年连自己的身体都不能保证即便有再大的梦想，再高的志向，也都是空中阁楼，是无法践行的。生命在于运动，快乐在于健康，青少年的朝气是在运动中体现出来的，那怎么进行运动来强健体魄呢？很简单，认真对待每一节体育课，让我们在有

限的时间中进行科学的锻炼；珍惜每一次出操的机会，然而有的同学只是草草应付了事，做操时像霜打的茄子似的，有气无力，没有一点精气神。但如果你能认真做完每一节操，你就会发现，你的听课效率提高了，你的思维敏捷了。因为那几分钟的运动可以让我们在清晨未完全投入工作状态的身体和大脑变得灵敏。

最后希望同学们能够用强健的体魄塑造未来，用良好的心态面对明天！

谢谢大家！

国旗下讲话感恩老师演讲稿篇七

这个周五，大家期待的校运会就要开始了。

这段时间，大家都在做着积极充分的准备，每天的操场上总能听到班级嘹亮的训练口号，看到他们整齐的队伍和运动员们练习的身影。

为什么要举办运动会呢？

运动会的传承和发扬让更多人热爱运动，增强健康意识，强壮体质。

大家在“平等，团结，拼搏，奋进”的体育精神中展现自己，在运动中收获团结和友谊。

在这次全员参加的校运会中，班级将在入场仪式中一展风采；参加比赛的运动员必将一展实力，为班级争光。

祝这次校运会圆满成功！

“生命在于运动”，“身体是革命的本钱！”

这是老一辈领导人告诉我们的真理。

强健的体魄，才能完成各种学习任务，应对生活中的各种挑战，真正体会工作与学习的快乐，享受到生活中的幸福与从容。

爱好体育运动，小处，为自己，为家庭；大处，为国家，为人民。

人民身体素质的整体提高，需要大家共同努力。

新时代，响应“阳光体育”的号召，我们要积极的锻炼身体，上好每一节体育课。老师们也要共同参与进来，因为保持良好和健康、快乐的状态是多么的重要。

每天锻炼一小时，活力50年，健康一辈子。

让我们走进操场，走进公园，走进体育场，让运动磨练体质，增强意志；

让健康成为我们不懈努力的追求；

让快乐成为最美妙的伴奏音符。

亲爱的同学们，老师们：

大家早上好！今天，我国旗下讲话的题目是《加强身体锻炼，展示自我风采》。

在崭新的塑胶球场上，他们有时像一只雄鹰，翱翔在晴空之中；有时像一匹骏马，驰骋在战场之中；有时像一头猎豹，疾驰在草原之中；有时像一艘快艇，飞奔在海洋之中。一幅幅画面，一个个镜头，都在书写着黄小师生积极向上的青春风采！运动会虽然结束了，但运动员们在田径场上奔跑、跳跃，投掷的一个个充满活力的动作还不停地闪在我们的眼前，他们

乐观向上，朝气蓬勃、永不言败的战斗豪情，会时时激励我们不断前进！

同学们，你们是祖国新生的力量，梁启超先生在《少年中国说》一文中曾说过“少年强，则国强”。只有身体好了，我们才有体力和精力去面对日益严峻的学习压力和生存压力。正所谓“身体是革命的本钱”，健康强壮的体质是我们一辈子的财富，只有拥有它，我们才能在以后的学习生活和工作中更出色、更高效地完成任任务。而且适当的体育锻炼可以缓解我们在学习生活中的压力，同学们在一起锻炼的过程中，还可以加强相互之间的交流与理解，增强班级的凝聚力。每天锻炼身体，还能增强体质，预防疾病。因为多进行户外运动，可以更充分地吸收水分、呼吸新鲜空气和沐浴大自然的阳光，能增加身体耐寒耐热的能力，而且还能增加身体对外界刺激的适应力和抵抗力等等，等等。为了能使我们的生命焕发出热情和激情，为了我们能有一个更强壮的身体，更好地学习、工作和生活，在这里，老师想给大家几条建议：

- 1、树立“健康第一”的理念，提高对体育运动的认识。
- 4、保证两操的质量，达到增强体质，陶冶情操的目的；
- 5、利用好体育课，进行球类等各种运动，培养对体育活动的兴趣。

老师们，同学们，春天是个多彩的季节，不冷不热，最适合舒展筋骨，强壮体魄了，为了我们的学习、生活和事业，为了我们的家庭、学校和祖国，行动起来吧，让我们共同唱响“阳光、健康、和谐”的旋律，坚持每天锻炼一小时，达到“健康工作五十年、幸福生活一辈子”的目标！老师们，同学们，让我们一起走向操场、走进大自然、走到阳光下，去感受体育的魅力，享受运动的快乐！让我们运动起来吧，让生命的阳光在这里展现风采，让运动的凯歌在阳光中走向辉煌，运动的序幕已经拉开，让我们用运动的火光来点燃生命的激

情!让我们从今天开始，与生命一起长跑!

我的讲话完毕，谢谢大家!

大家好!我是来自八四班的陈正豪，今天我演讲的题目是《来吧，运动起来》。

生命在于运动，体育随之而生。如今的人们，见面打个招呼，不再是问，“你吃过了吗?”，而是问，“你今天运动了吗?”，运动已成为时尚的代名词，它日渐成为我们日常生活中不可缺少的一部分。美国斯坦福大学的科学家们所进行的一项耗时20多年才完成的关于人体运动的研究显示，在任何年龄段，中等至激烈程度的运动都有助于延长人们的寿命和提高人们的生命质量。然而，据调查资料显示，近年来，由于普遍缺乏运动锻炼，我国青少年体能素质持续下降十年，耐力素质持续下降二十年，肺活量指标长期持续下降，青少年肥胖比例明显上升，这些都严重影响了青少年的身心健康。健康是人生最宝贵的财富、只有健康的人，才能成为21世纪全面和谐发展的人。

正如教育部长周济所说：“没有健康的体魄，即使品质再好，本事再大，也不能大有作为，更谈不上拥有幸福的生活”。生命在于运动，作为新世纪的中学生，是社会主义事业的接班人和建设者，我们必须要有强健的体魄，才能面对激烈的社会竞争，才能正确面对人生道路上所遇到的挫折和困难，才能保证三年顺利地完成学业。我们青少年要想拥有健康的身心，强健的体魄，就必须重视运动，养成坚持锻炼的好习惯，“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”，运动无处不在，只要你走向操场，走进大自然，走到阳光下，我们就能享受运动，就能切身感受运动带来的健康与快乐。生命在于运动，运动不仅能促进健康，也能增强意志。如果没有经历跑步中的最后冲刺，我们就不能深深地懂得坚持的意义。如果没有经历跳高中的奋力一跃，我们就不可能体会到跨越艰险所需要的勇气。如果没有经历掷铅球的

技巧，我们就不可能感受到力量之美。如果没有经历运动场面，不参与其中，我们就不可能体会到因为胜利而欢呼的激情和喜悦。体育是力量的角逐，是智慧的较量，更是美的展示。参与运动，会赋予我们勇敢、果断的精神；参与运动，会赋予我们更高、更快、更强的力量；参与运动，会令我们拥有健康、快乐与美丽。

太阳无语，却放射着光辉；高山无语，却体现着巍峨；蓝天无语，却表露着深远。同学们，如果你想聪明，运动吧！如果你想健康，运动吧！如果你想拥有强壮的体魄，如果你想拥有成功的人生，请来参加运动吧！

谢谢大家！

亲爱的老师、同学们，大家早上好！

很荣幸能在这阳光明媚的早晨，在亲切而壮严的国旗下演讲。今天我演讲的题目是“让运动成为习惯”。

我国古代著名的医学家华佗认为：生命在于运动；而民间也有更为直白的俗语说道：人勤病就懒，人懒病就勤。说得其实是一个意思，就是健康的身体需要运动来保证，而人生最大的财富正是健康。所以，要想拥有这笔财富，最佳的方法就是：让运动成为习惯。

现在是全民运动，全民健身的社会。在1月7日，经国务院批准，自2008月8日定为“全民健身日”。在本学期我校将要举行体测运动会，同时也可让每一位同学都融入到全民健身的氛围当中。

如今，行知的校园正给我们提供了这样的条件，宽广的绿茵场给大家一个充分展现自我的空间。每天下午，放下手中的功课，跑上两圈，挥洒一些汗水，倦意便顿时消失，不仅达到了劳逸结合的效果，也丰富了我们的课余生活。若长期

坚持下去，必将使我们的体魄有所增强，从而有利于我们以更好的状态投入学习活动中去。

然而，有些同学则认为体育锻炼是浪费时间，认为分秒必夺的读书学习才是硬道理。他们无论早晨、下午甚至是体育课上都捧着书抓紧学习。他们牺牲的是运动的时间，得到的是短期内学习成绩的提升。

但是，学习不是短跑，而是三年的长跑，三年之后的大学，大学之后的求学过程或是工作都需要不断的学习，正所谓活到老，学到老。所以，不难得知，要想在人生的征程中保持优秀的学业，必须要有健硕的体魄来保证，如果哪一天身子垮了，优秀的学业自然也就难以为继。常言道：7加1大于8，意思是7小时的工作或学习加上1小时的锻炼胜于8小时不间断的工作。

在1500米或3000米的长跑中，当第一名在众人的喝彩声中走下下场时，另外的一些同学仍在一圈圈地跑着，他们没有停止，尽管已经筋疲力尽，尽管已经拿不到冠军，但一种坚持下去、拼到底的信念支撑着他们直到最后。这，正是我们倡导的体育精神。

体育精神，从古老而美丽的爱琴海走来，凝结了多少人的汗水与泪水；体育精神，从熊熊燃烧的圣火中走来，点燃了多少人的梦想与希望。体育精神，正在激励着一代又一代优秀的健儿不断创造人类的极限。

同学们，让运动成为习惯，就会让生命更加精彩！

最后，预祝各位高三要高考的同学，好好学习，天天向上，考入自己理想的大学！谢谢！

老师、同学们：

大家早上好，

今天国旗下讲话的主题是《运动让生命更精彩》。

运动是生命最好的状态，是我们挥洒汗水时愉悦的奔跑，是我们放松身心时悠闲的散步。

爱因斯坦说：“我平生喜欢散步，运动给我带来了无穷的乐趣”。的确，一个只知道埋头苦干疏于运动的人是无趣的，因为他早已丧失了该有的活力和激情，早已忘记了我们的肢体可以摆出最美的姿态，释放无穷的力量，早已忘记了运动是生活中一抹鲜亮的色彩。

伏尔泰说：生命在于运动。在运动中放松自我，释放自我，生命也因此变得鲜活。如果没有长跑，就不会懂得坚持的意义；如果没有跳高，就不能体会超越自我的勇气，如果没有篮球，就难以感受投篮瞬间的洒脱。更快、更高、更强，是人类永不放弃的追求！

如果整天埋头学习，沉浸于书山题海，紧绷的思维就得不到放松，从而对学习有一种难以言喻的烦躁，有时甚至会抱着消极的态度。那么让我们一起运动吧！一起投入到多彩的体育活动中吧！你会领悟到球场上、赛场上，只要努力拼搏，没有什么困难是不能战胜的。学习和运动相结合，学习时就会有卯足劲往前冲的念头，如此你就会发现学习是轻松愉悦的，生活是充满乐趣的。

在体育课堂跑步中，经常听到同学抱怨，太累了，殊不知舒展一下僵硬的四肢，呼吸一下新鲜的空气，沉睡的脑细胞就会被迅速激活，无形之中提高了听课效率。校园不仅是学习的场所，它更是同学们成长的乐园。校园不仅需要严肃的学习氛围，它更需要我们在运动场上活跃的身影。拥有运动中的朝气与活力，我们才会有更积极的态度去对待学习，对待生活。让我们运动起来吧，让运动永远伴随着生命吧。

传说古希腊埃拉多斯山上刻着这样三句话“如果你想强壮，跑步吧，如果你想健美，跑步吧，如果你想聪明，跑步吧。”运动，可以放飞心情。运动，可以缓释压力。运动是挑战自我的开始。运动是超越极限的体验。生命不息，运动不止，运动让生命更精彩！

国旗下讲话感恩老师演讲稿篇八

各位老师，各位同学：

大家早上好！

上周五的下午，就在这块田径场上，我们一起见证了我校第45届运动会的完美落幕。之所以完美，是因为在为期两天的运动会里，四中师生们秉持着三十六个班级是一家的宗旨，都积极的参与其中，赛场上竞争激烈，又团结友爱。在这良好的竞技氛围中，选手们屡创佳绩，特别值得祝贺的是212班的金佳佳同学和朱俊杰同学分别打破了女子200米和男子400米的校记录。

精彩的运动会已经结束，但一个个或精彩或感人的画面却早已“存在我们深深的脑海里”，在这个运动会中，我们都在勇敢前行。是接力时双腿抽筋却依旧不停歇，跳着奔向终点的坚持，是相差了近30米明知不可为而依旧迈着大步追上去的不放弃，是长跑时咬紧牙关坚持到最后一刻，累倒在草坪上的痛并快乐着，正是这一切形成了体育的壮烈美，它让所有四中人为之振奋并因此而凝聚在一起。

完美的运动会并不只是有运动员一位主角，在赛场边，各班的看台上有这样一群人，他们一边牵挂着赛场上同学的表现，一边奋笔疾书，希望用另一种方式为班级加上分。跑道边有这样一群人，一手握着矿泉水瓶，一手拿着运动员的衣服或鞋子，大声为跑道上的‘英雄加油鼓劲，无论自己的同学跑的是第几名，他们都第一时间在终点处迎候着。主席台上有这

样一群人，他们时刻盯着手中的稿子，一遍一遍的在心里默念着，遇到不确定的字，便反复向身边的同学考证，只为了拿起话筒的那一刻，言语没有丝毫错误。

在各个比赛场地旁还有一群人，他们穿着红色的马甲，背对着橙红色的跑道，不知道在另一个场地上正上演着如何绝妙的比赛，也许在蹲下去丈量双脚与踏板之间的距离的那一刻，他们就错过了发生在身后不远处打破记录的精彩瞬间，可他们从未因此而分心，始终坚守自己的岗位。可以这样说，本次校运会的完美体现在运动员的拼搏上，也体现在观众的热情和赛事工作人员的认真上，我们每个人在这块赛场上都演绎出了最美的青春！

苏超豪门格拉斯哥流浪者队降级时，球迷们打出标语“球员们来来往往，而俱乐部却永远在这里”于我们来说则应该是，每年参加运动会的人来来往往，年年都在变，可是对于体育的热情，对于班级的热爱却永远在那里，闪着光，不曾磨灭。一句歌词最适合形容此时此刻“新的风暴已经出现，怎么能够停滞不前，不论你是高一高二的学弟学妹，还是明年将离开四中的高三同学，我们的青春永远镌刻着四中的印记，让我们携起手，在人生的赛场上继续奋勇向前！

谢谢大家！

国旗下讲话感恩老师演讲稿篇九

热爱运动, 热爱比赛, 热爱运动员, 就是热爱人生。 如果你想强壮, 跑步吧! 如果你想健美, 跑步吧! 生命就是运动, 人的生命就是运动。本周国旗下讲话以运动为主题，本文是本站小编为大家整理运动的国旗下讲话稿，仅供参考。

老师们，同学们，大家早上好！

今天我国旗下讲话的题目是《我运动，我健康，我快乐》。“运动是目的，理想是标准。”这是法国文学家雨果的一生追求；“只有运动，生活才会不断进步。”这是莎士比亚的信仰。的确，生命在于运动。只有运动才能把握我们短暂的少年；只有运动才能让生活变得更加富有情趣。

我们学校积极响应“阳光体育运动”号召，切实保证我们学生每天一小时体育锻炼时间。热爱体育、参加锻炼、崇尚运动应该成为广大青少年的时尚。在接下来的时间，希望同学们能够认真上好每一节体育课，在环形跑道上飞奔，在绿茵球场上驰骋，在篮板下腾跃，舒展每一个关节，激活每一个细胞，强健我们年轻的体魄展示我们青春的活力！我们还要充分用好大课间，伴随着明快的音乐，有序地分散到指定的场地，积极投入到跑操和跳绳的活动中，让我们伴随着动感的音乐，享受着运动给我们带来的快乐吧！

运动，可以放飞心情。运动，可以缓释压力；运动，挑战自己的开始。运动，超越极限的体验；运动不止，奋斗不息，生命才会健康精彩！来吧，同学们！

让我们走向操场，走进大自然，走到阳光下，在运动中增强体质，让运动——成为我们终生的兴趣爱好！让健康——成为我们全面发展的不懈追求！让快乐——成为我们成长过程的伴奏音符！

我的国旗下讲话到此结束，谢谢大家！

老师们，同学们，大家早上好！

今天我国旗下讲话的题目是《我运动，我健康，我快乐》

“运动是目的，理想是标准。”这是法国文学家雨果的一生追求；“只有运动，生活才会不断进步。”这是莎士比亚的信仰。的确，生命在于运动。只有运动才能把握我们短暂的少

年;只有运动才能让生活变得更加富有情趣。

美国前总统布什每天早晨坚持跑步30分钟;俄罗斯的普京只要一有空,就要和柔道队高手比划比划;我国的原卫生部长高强每天早晨上班前,长跑30分钟。他曾经说过:说锻炼身体没有时间,完全是借口。

虽然20xx年的北京奥运会已经圆满结束了,但我们仍记得那运动场上的点点滴滴。我国运动员那顽强拼搏的精神,更高、更快、更强的理念时刻激励着我们前进。

健康需要运动,运动促进健康。只有时时刻刻来参加运动,锻炼自己的体魄,才能拥有一颗健康的心。只有运动才会健康,只有健康我们才会更加快乐,就让快乐的种子永远播撒在我们心中,开放出纯洁的花朵。运动传递健康,健康成就快乐!同学们,让我们用运动实现自己的梦想,用运动创造我们的人生,让“我运动,我健康,我快乐”陪伴我们走过难忘的小学生活。

我的发言完毕,谢谢大家!

尊敬的学校领导,老师,亲爱的同学们: 大家早上好!

记得电视上有一则广告语:妈妈最高兴的事就是看着宝宝大口大口吃饭。真是这样的,每天在家里,我的爸爸妈妈总是叮嘱我一日三餐要吃好,要吃饱。在学校,我们的老师总是像爸爸妈妈一样关心我们吃饱穿暖。身体好、体质棒就是我们学习的保障呢!

有人说:我们健康的身体是锻炼出来的,好头脑是三思出来的,好习惯是养成出来的,好品德是自律出来的,好才艺是磨练出来的,好脚板是行走出来的。所以我们要敢于在生活中磨砺自己,让我们的生命因运动而精彩!

我们很幸福的生活在温暖的校园里，我们的老师不仅关心我们的学习，还关心我们的身体，希望我们能成为“四好少年”

争当热爱祖国、理想远大的好少年， 争当勤奋学习、追求上进的好少年， 争当品德优良、团结友爱的好少年， 争当体魄强健、活泼开朗的好少年。正如陶行知爷爷说：小孩们用心读书，用力体操，学做好人，就是爱国。从今天起，让我们比以前更认真，坚持做操，坚持跑步，坚持利用正确的体育锻炼方法强健我们的身体。让我们在老师的引领下练习飞翔的翅膀，终有一天，我们会勇敢地搏击蓝天!用我们今天奠定的基础拓展明天的舞台!

我再次对大家说：我运动，我健康!我成长，我快乐!

祝福老师、同学身体健康!心想事成!

我的国旗下讲话到此结束，谢谢大家!

敬爱的老师，亲爱的同学们：

早上好!今天我国旗下讲话的主题是“我运动、我快乐”。

“生命在于运动”，这是法国著名思想家伏尔泰的一句名言。没有运动也就没有了生命，缺少运动的生命是短暂的!毛泽东主席也说过，身体是革命的本钱，没有了身体健康一切都等于零。有了强健的体魄我们才能胜任各种艰难复杂的工作，才能完成各种学习任务，才能精神百倍、意气风发地去迎接生活中的种种挑战，只有身体健康了，我们才可以体会到工作和学习的快乐，才会真正享受到生活的幸福和生命的美丽!锻炼身体从小处说是为自己，为家庭，从大处说是为国家，为人民，全民族身体素质的提高，需要我们每一个人的努力!“如果你要健康，那就运动吧!如果你要快乐，那就运动吧!”

如果没有一千米长跑，就不能深深地懂得坚持的意义，无法感受终点前众人急切的眼神和无法抑制的呐喊。

如果没有跳高，就不可能体会到跨越艰险所需要的勇气，也无法品尝到超越的快感。

如果没有投铅球，就不可能感受到力量之美，也无缘体会投掷瞬间的洒脱。更快、更高、更强，是人类永不放弃的追求！

运动，是身体的语言，是生命的呐喊！

我们学校积极响应“阳光体育运动”号召，切实保证我们学生每天一小时体育锻炼时间。热爱体育、参加锻炼、崇尚运动应该成为广大青少年的时尚。我们要认真上好每一节体育课，在环形跑道上飞奔，在绿茵球场上驰骋，在篮板下腾跃，舒展每一个关节，激活每一个细胞，强健我们年轻的体魄展示我们青春的活力！

我们要充分用好大课间，伴随着明快的音乐，以班级为单位有序地进入操场。广播操或跑操结束后，大家有序地分散到校园的各个指定场地参加分项体育活动。随着动感音乐的响起，师生开展丰富多彩的活动，让老师和学生们的脸上洋溢着幸福的笑容。

同学们一定听说姚明、刘翔等运动员吧。他们都是运动高手，有着强壮的身体与拿手的运动项目。他们那强壮的身体与拿手的运动项目都是从运动中得到的礼物哦。

运动，有许多个理由爱上它。

运动，可以放飞心情。运动，可以缓释压力。

运动，挑战自己的开始。运动，超越极限的体验。

运动不止，奋斗不息，生命才会健康精彩!

来吧，亲爱的同学们!让我们走向操场，走进大自然，走到阳光下，在运动中增强体质，在操场上磨练意志，让运动——成为我们终生的兴趣爱好!

我的国旗下讲话到此结束，谢谢大家!