

最新青春国旗下讲话(汇总6篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

青春国旗下讲话篇一

老师、同学们：

早上好！

就在前几天，2017届的大高三同学完成了他们人生中最重要的一段历程——高考！我相信，他们一定会如愿以偿，取得优异的成绩。同时，意味着我们2018届的同学只有一年，2019届的同学只有两年，就要踏上高考的战场，也意味着我们将要面临更加紧张的学习，需要担负更加繁重的学习任务。我希望2018届、2019届的全体同学及时转变角色，调整状态，严格要求自己，以高昂的姿态进入高三、高二。强调几点：

第一点，我们这一周值周的重点工作：将重点打击5种不良现象：1. 校园内使用手机；2. 自习课说闲话、做闲事、伏桌子睡觉；3. 男女同学成双成对一起出入的交往过密行为；4. 午休前（也就是12点25分前）不按时离开饭堂，晚休不按时关灯；5. 下午第六节预备铃打响还没进教室的，这5种现象，将会严重影响学风建设，所以我们发现一起处理一起，两次不听劝告者，建议学校暂停在校学习资格。

第二点，刚才国旗下讲话的同学也提到了，本周四、周五我们将迎来一年一度的“小高考”——学业水平考试！学业水平考试是在教育部指导下由省级教育行政部门组织实施的国家级考试，它的重要性不亚于高考，所以，请全体同学们务必提高认识，认真对待，学业水平考试只是对基础学力的检测，

很少出现试题特别难的情况，只要足够认真，做好充分的准备是完全可以通过的，希望大家相信自己，诚信应考，不违纪，不作弊。也预祝大家科科都能拿a等！

第三点，安全工作，提醒同学们离开宿舍，一定要记得锁门，特别是5、6号楼一楼的宿舍，这一周，我们将加强对这两栋宿舍楼的检查！同时再一次强调同学们千万不能私自下灵水游泳！

最后介绍我们这一周的值周团队——值周班级新高三民42班，新高二武民44班，以及这两个班的班主任苏敬安老师和我，值周学生会干部，两位同学，这一周，我们将按照学校的要求，认真履行以上值周职责，希望全体师生配合。

青春国旗下讲话篇二

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！今天请允许我代表学弟学妹在这里祝福高三的学长们。

高三的学长们，今天是你门在学校里的最后一次升旗仪式，三天后你们将走进高考考场，在这里首先我要向高三的学长们致以最美好的祝愿：十年辛苦不寻常，一朝绽放满芬芳！

曾经的你们，脸上写满笑意跨进了简中的大门，怀揣着七彩的梦想，开始了坎坷的征程。弹指一挥间，你们已经走过烂漫如花的高一，欢快如歌的高二，如今，你们即将迎来激情如火的高考。

高三的学长们，“决战高考竞英豪，峥嵘显神州。青春激扬何处，六月壮志酬。十年苦，今朝示，展英才。此番较量，长缨在手，佳音静候！”其实人生只是一张洁白的信笺，只有拼搏才能将生命点缀得色彩斑斓；只有拼搏才能冲破樊篱，放飞理想；只有拼搏才能追求不懈，扬帆远航。学长们，在我们

的心中你们是无惑的智者、是无惧的勇者、是竞争的强者，强者不会轻易言败，强者永远拼搏无悔!常常听到这样一句话：人生能有几回搏，高考不搏，更待何时?蓦然回首，多少个日日夜夜，青灯黄卷下，你们“衣带渐宽终不悔”；多少个月月年年，寒窗苦读中，你们“为伊消得人憔悴”。其实高考本身就是一种磨练，磨练你的毅力，勇气和心态，更让你在拼搏的过程中丰富人生的内涵!点燃心灯让心灵不在黑暗的角落中淹没，让精神上的冷静托起你们前行的步伐!一千零九十五个日升日落，为的是一个圆满的梦，一份执著的信念，一份付出后的坦然。高三岁月，你们一定会划上一个完美的句号。“年轻，没有什么不可以。”你们书生意气，理应激扬文字，挥斥方遒!面对高考，请无畏前行!待到掌声响起来，你们会发现原来自己是如此的优秀!你们的拼搏精神将激励着我们，同一条路上，无论充满多少艰难险阻，我们都不会退缩，因为你们的勇往直前是我们学弟学妹们最好的榜样!

学长们，寒窗十年，十年磨一剑，该是你们扬眉出剑的时候了!请以一份自信和从容的心态来迎接高考!让这个盛夏因为你们而姹紫嫣红，这个校园因为你们而瑰丽缤纷!

最后让我们再次祝福高三!愿你们金榜题名，前程似锦!谢谢大家!

青春国旗下讲话篇三

尊敬的老师们，亲爱的学生们：

大家好!

冬天到了，寒风刺骨。它可以入侵我们的身体，但不能冻结高考的步伐。三年，不知不觉，离高考只有100天，无声无息，龙门只有一百尺之遥。时间就像流动的水，永远不会回来。如果你我是弦上的箭，我们就准备出发。今天，我们是等待破茧的蛹，等待受洗的海燕，准备上岸的士兵!

同学们，从我们走进中门的那一天起，我们就踏上了追寻梦想的征程。三年来，我们努力学习，风雨无阻，从未停止过寒暑，挥汗如雨，实现梦想中的蓝图。现在，总攻的号角已经吹响，命运之轮又一次到达了生命的前线。为了我们的梦想，为了明年高考的荣耀，让我们携手向目标冲刺。

回顾过去，在寒冷的春天，有我们坚持不懈的追求，在暴雨中，有我们跋涉的脚步，在萧瑟的树叶中，有我们明亮的书籍，在北风中，有我们坚强的脊背。同学们，这一千多个日日夜夜不是苦就是累，我们都经历过。在离高考只有200天的时间里，我们要坚定信念，咬紧牙关，快速前进，达到目标。山可以摇，地可以摇，但是我们的激情和勇气是必然的，我们的坚持和追求是无法改变的。。

十年侧墙，百日铸剑，十年破壁，铸剑好斩龙！100天的努力可以创造奇迹，100天的努力足以创造辉煌。为此，让我们以理想的名义对自己提出以下五点要求：

第一，密切合作，加强沟通，团结拼搏，团结一心！

第二，胸怀大志，脚踏实地，以最稳健的步伐坚守理想！

第三，专注，专注。抛弃一切诱惑，过简单的生活！

四、抓住时间，分秒必争。与强者竞争，挑战自我！

五、珍惜考试，调整心态，锻炼技能，形成规范。心态多20分，细节多20分，规格多20分！

同学们，其实高考和生活一样。三分靠运气，七分靠努力，爱打就赢，敢打就赢。

我坚信，只要我们努力，没有硝烟的战场一定会打出自己的胜利，有限的时间一定会在斗争中走向永恒。让我们奋斗一

万天，让飞翔的梦想在六月展翅，让抱负和智慧在六月发光，让六月七日永远被卫忠的历史铭记。

谢谢！

青春国旗下讲话篇四

各位尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家早上好，我是来自高一(5)班的李艳康，今天我在国旗下讲话的主题是“诚信从我做起，共创和谐校园”。

诚信就像一张名片，代表一个人的身份，彰显一个人的品格。用学习上不抄作业，考试不作弊，生活中以诚待人，表里如一，言而有信，装饰我们的人生名片，诚信做人，你会有意想不到的收获，诚信处事，你的旅途一片阳光灿烂。

因为诚信，教室里的我们团结友善，为梦想共创奋斗，亲密合作，因为诚信，寝室里的我们分享集体生活的快乐。诚信是中华民族的传统美德，作为中学生的我们应继承、发扬这中华民族的传统美德。让我们扬起诚信的风帆，从现在做起，从我做起，从身边小事做起，共创和谐校园，营造诚信社会。

我的讲话完毕，谢谢大家！

付：高一(5)班班主任郭广扬，本班是一个团结友爱，积极进取，热情活泼的大家庭，而李艳康同学作为本班班长及年级学协会会长工作认真负责，学习自觉刻苦。

青春国旗下讲话篇五

各位老师、各位同学：

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。尤其对我们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。

那么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。

5、呼吸方法须得当。冬季气候寒冷，风沙又大。因此，锻炼时不要大口呼吸，而应采用鼻腔或口鼻混合呼吸的方法，在减轻寒冷空气对呼吸道的不良刺激。

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。

7、防止受寒冻伤。冬天锻炼，应根据户外寒冷变化来增减衣服，对暴露在外的手、脸、鼻和耳朵等部位，除了经常搓、擦以促进局部血液循环外，还应抹上适量的防冻膏、抗寒霜。

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！”

青春国旗下讲话篇六

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！我是来自高三六班的虞锦源，很荣幸能在这样最后冲

刺关头与大家分享我们高三学子的心声。

回首三年流逝如水的光阴，依稀记得刚入高中的模样，没有明确的目标，对于高考也只有道听途说的模糊概念。我依然记得倒计时300天时的踌躇满志，百日誓师时的宣誓，呐喊，也仍回响在耳畔。可是，一晃只剩下最后的15天了，高考最后冲刺的号角已经吹响！

时间怎样地行走？我看见时间行走在每周三的数学大练卷里，我们陪着时间行走，走过从11月11日到5月11日的16份试卷，也走过了其间180个日夜；我还看到时间走在墙上，楼下的倒计时牌上，把99变成44，33，22……时间悄然改变着我们，把我们打造成一个个整装待发的战士，而我们即将走上战场，以笔杆为刀，用实力回报父母在每一个挑灯夜读的寒夜里的陪伴，回报恩师每一日含辛茹苦的教诲，同时，更用实力为自己十二年风雨兼程的拼搏画上完美的句号。

有人说，高考是连接现在与未来的桥。我们曾无数次憧憬高考后的美好生活，却因高考的阻拦而畏缩不前。高考，只有一次，对我们每个人来说。都是一场没有退路的较量，在这场战斗中，懦弱就等同认输，只有强者才有胜利资格。所以，同学们，请相信自己，相信十二年的努力与汗水早已化入血脉，同学们，请拿出“虽千万人，吾往矣”的勇气与果决，拿出接受祖国与人民的挑选的能耐与担当，挑战自我，战胜自我，实现自身价值！

同学们，冲刺的号角已经吹响！与其等到6月25日再悔恨顿足，不如珍惜余下的时光，15天，依旧可以有所作为。经历高考，走过高考，本来就是一种胜利，而在江苏高考中走到最后，我们的人生都将没有缺憾！

最后，愿我们能铸就辉煌！

谢谢大家！