

# 国旗下的讲话演讲稿自律 初中生自律国 旗下讲话稿(精选7篇)

要写好演讲稿，首先必须要了解听众对象，了解他们的心理、愿望和要求是什么，使演讲有针对性，能解决实际问题。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面是小编帮大家整理的优秀演讲稿模板范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 国旗下的讲话演讲稿自律篇一

早上好！

人要维持自己的生命，必须按时补充生命所需的各种营养物质；人要保持精神世界的富足，也需要时时处处为精神补充各种“营养”。“精神营养”来自哪儿如何补充“精神营养”其实，“精神营养”来源于浩如烟海的书世界，吸取“精神营养”的渠道就是孜孜不倦地阅读。

同学们，我们正处在读书，求知的黄金阶段。我们知道应该选择哪些书来读，利用哪种方式读书最科学吗？首先，要精读课堂上的书，尤其是语文课本，仔细品味文章中的妙词佳句，认真揣摩文章蕴含的道理，感同身受文章表达的感情。其次，要泛读课外书。从文学类到科技类，从中国名著到外国名著，从汉语文章到英语文章……只要有书的地方，就要有我们的身影。

英国文学家培根曾说过：读书足以怡情，足以博采，足以长才。同学们，在学期末的我们不怠学习！

谢谢大家！

## 国旗下的讲话演讲稿自律篇二

老师们，同学们：

有这么一句话，它会使冬之严寒变为温暖，它会使人感到无比幸福，它会让人暖流涌身，它会使经过之处“春暖花开”。它就是那一句简简单单的——“谢谢你！”

我们要对老师说一声“谢谢”：当我们生病时，您总是第一个知道，第一个带我们去医务室；当我们学习成绩不佳时，您总是会来安慰我们，鼓励我们继续努力；从“加减乘除”到“横竖撇捺”从“天上星座”到“海底世界”，你们用微笑感染我们，指导我们有着坚强的信念，拼搏的精神，还有博大的胸怀。“落红不是无情物，化做春泥更护花”这就是你——亲爱的老师。

我们要对同学说一声“谢谢”：风风雨雨，朝朝暮暮。不经意间，我们已经在实验小学度过了六年的时光。六年来，我们同甘共苦，一起玩，一起闹，一起哭，一起笑，一起经历了每一个丰实的春夏秋冬。我们携手一起攀登知识的高峰，我们相伴一起品尝友谊的美味。成长的足迹里充盈着互帮互助、谅解扶持，还有什么比这份情谊更加纯净、更加珍贵。

我们要对母校说一声“谢谢”，脚踏实地，异想天开，兼容并蓄，自我超越。关注世界，关爱生命。这一句句，都包含着母校对我们的期望。九山湖畔，青青校园，我们在母校的温暖怀抱中获得了知识的琼浆，智慧的力量，做人的道理。同时，在母校的教导下，我们也懂得了道路是漫长的，志向是远大的，我们不再叹息，我们要昂首挺胸，永攀高峰，迎风浪，博激流，斗风雪，登高山。

我们要说的“谢谢”其实还有很多很多，如今，我们就要毕业，我们将把这份依依不舍的眷恋化作志向，竭力回报母校：在剩下的一个月里，努力学习，奋勇拼搏；让生活绽放一次笑

容，让生命澎湃一次潮汐。

## 国旗下的讲话演讲稿自律篇三

有个高赞回答是，他们不是不容易发胖，而是不允许自己发胖。他们也不是对自己的身体严苛，而是对自己严苛。

其实，能够管理好自己身材的人，并没有什么了不起。但你又不得不佩服，那些十年如一日地管理好自己身材的人，他们看似在管理身材，其实是在管理自己的人生。

许多时刻，我们跟别人差的真不是那几斤几两的体重，而是关于体重背后藏着的自律，自我克制，以及自我要求。

有一句话说，看一个人是否自律，给他一点自由就知道了。

在疫情期间，当许多人还沉迷追剧，看小说，打游戏时，也有那么一些人，他们一直在不断学习和精进。患病的年轻人在方舱医院里，依旧能够摒弃外面的嘈杂和浮躁，聚精会神地躺在病床前看书。即将面临高考的学生，他们在没有老师辅导，没有家长监督的情况下，也知道每天主动去背书，练题和复习。

自律和不自律，从表面看似乎差距很小：比你能管住嘴，迈开腿的人，可能只是体重比你轻几斤；比你更能沉下心来去学习的人，可能只是比你多考几分；比你更能合理安排作息的人，可能只是比你有更多充裕的时间。

但从本质上讲：但凡比你自律的人，拥有比你更多的机会和选择；但凡比你自律的人，总是比你更容易获得成功；但凡比你自律的人，拥有了比你更多掌握人生的权利和自由。

也许自律和不自律，在一天、两天，一年，两年内，不会有太多的差距，但在日积月累后，人跟人之间就有了云泥之别。

其实，想要做到自律是很容易，只要你想要拥有好身材，只要你想要取得好成绩，只要你想要变成自己喜欢的样子，目标一旦明确，一切就变得轻而易举。

但真正做到自律，又是极难的。因为你只有在枯燥的重复，苦行僧般的努力，以及十年如一日的坚持中，才能实现去打磨和成就自己的愿望。

自律的人，不一定优秀。但优秀的人，必定自律。而不自律的人，必定不优秀。

## 国旗下的讲话演讲稿自律篇四

各位老师、同学们：

你们好！今天我国旗下讲话的题目是：科技创新，未来因你们而精彩。同学们你们一定还记得一个月之前我校科技节精彩的开幕式吧？它激起了我们对科学探究的欲望。

各年级都开展了丰富多彩的科技活动，如：低年级的同学积极参与丰富有趣的疯狂科学大讲堂，从中了解科学实验背后的小秘密；积极参与科学家故事会活动，生动的讲述科学家故事，了解科学家从失败到成功的研究历程；中年级的同学开动脑筋，在积极的创编科普小短剧活动中，借助剧情为同学们普及科学知识，倡导爱护动物、保护我们身边的环境；高年级的同学在科技月中也积极参与，他们进行了小课题研究，挖掘生活中的一些问题并进行小的发明创造。同时他们走出校园，拓宽视野与科学家对话，探讨生活中的问题。

除此之外，同学们还积极参与到各项比赛活动中，都取得了较好的成绩。一份耕耘一份收获，成绩的获得离不开同学们的付出。

同学们，虽然科技月结束了，但是我们研究的劲头没有结束，

我们科学创新的脚步不会停止。希望你们能继续关注生活中的现象，关注身边的小问题，做生活中的有心人，用自己的智慧，用灵巧的双手，创造美好的明天科技创新，未来因你们而精彩。期待着明年科技月中你们出色的表现！谢谢大家！

## 国旗下的讲话演讲稿自律篇五

提起“科技”，也许你最先想到的就是火箭升天，潜艇入水，悬浮列车、神八、天宫一号等尖端技术。其实，科技离我们并不遥远：当烈日炎炎的夏季到来时，我们能在舒适的空调屋中享受凉爽；当我们饥肠饥肠辘辘时，妈妈用电磁炉、电饭锅、微波炉为我们烧上一桌美味的饭菜；当我们因学习或工作而无暇顾及那一大堆该换洗的衣服时，洗衣机又为我们解决了问题……瞧，科技就在我们身边。

星期五放学回家，坐在电视前，听着流行歌曲，看着中外的新闻轶事，开阔了视野，丰富了知识，愉悦了心情，真是“足不出户，便知天下事”。

走亲访友时，电动车，摩托车乃至日渐普及的小轿车展示了它们无穷的魅力，无需多久，我们便能在微风的吹拂下与亲朋好友相聚。

我们外出旅游时，或坐上火车在崇山峻岭中飞驰，一览大自然的美妙；或乘着飞机在广阔的天际间翱翔，与蓝天白云为伴；甚至坐在磁悬浮列车上，感受风驰电掣的惬意。科技真的是太神奇了，给人们带来了诸多便利。

电话、手机的出现，让我们告别了飞鸽传书的时代，增强了人们之间的交流。电脑的推广使用，不但为人们带来致富门路，还解决了人们生活中的很多疑难问题，也为人们消除了对远方亲人的想念之苦。今年暑假，我家买回了一台电脑，通过视频，奶奶和远在广州打工的爸爸见面了，这下可把奶奶乐坏了，一改往日的萎靡不振，整日都乐呵呵的，再也不

絮叨让爸爸回来陪她聊天了。

就连我们农村的学校，课堂上也用起了电脑和多媒体设备，极大地提高了我们的学习兴趣。

……

瓦特发明了蒸气机，爱迪生发明了白炽灯，富兰克林发明避雷针，贝尔发明了电话……正是科学技术的发展，引领着人类社会不断向前进。我们伟大的祖先，在经历了无数的试验后，为我们创造了很多奇迹。当今的科技，如日中天，在军事、医学、航空及日常生活等领域都取得了巨大的成就。克隆技术、纳米技术也不再陌生。

我们生活在科技的时代，我们在科技的生活中成长，作为新世纪的创建者，更应该立下宏志，勇攀科技高峰。展望未来，祖国将是一片大好风光，在不久的将来，我们的生活会被科学技术打造的更加美好。

科技不仅在我身边，更在我心中，在我摇曳多姿的梦里。

## 国旗下的讲话演讲稿自律篇六

敬爱的老师，亲爱的同学们：

你们好！

今天，我演讲的题目是《自律克己，遵纪守法》。

开学来，通过大家的共同努力，大多数同学已经做到自律克己，举止文明。大家都能感觉到现在走在校园内，同学们文明素质提高了，基本的行为素质提高了。很多同学遇到老师，不管教没教自己，都主动向老师问好，许多老师说，工作虽

然很累，有时也会受气，但一听到学生的问候看到同学们洋溢着青春热情的笑脸，所有的疲劳都消失了。

但我们也清楚地认识到目前危害青少年学生健康成长的不良因素还较多，校园里还有不和谐的音符。所以自律克己，既是自身遵纪守法，保护自我的体现，更是对他人生命尊重，关爱他人的体现。

古人有言：没有规矩，不成方圆。作为学生，同学们要遵守校规、校纪，也要遵守社会规范及礼仪道德。在课堂上，你的一分钟迟到，打扰的决不仅仅是老师上课的思路，更是全班同学的学习状态，你的一句与课程无关的话，有可能会打乱大家的思绪，破坏学习的气氛。在课下，你的一句脱口而出的脏话，就有可能伤害了一个人，损坏学校的整体形象；你的一个不经意的动作，有可能带来校园中的意外伤害事故。也许这些你都是无意的，但事情发生后，首先体现的是你自律克己能力的低下，遵纪守法意识的淡漠。上学期，有的同学因为一些小事，没有克制自己，导致矛盾升级而发生冲突。还有些同学因为所谓的哥们义气，盲目跟从，导致事情扩大化，造成了严重后果。学校、家庭都伤透了脑筋。因此，遵规守纪要从小事做起，它就在你我身边。

对未成年人犯罪，我国《刑法》第17条做了年龄及犯罪行为种类上的限制。《刑法》第17条第1款规定：“已满十六周岁的人犯罪，应负刑事责任，意思就是凡年满十六周岁的人，实施了刑法规定的任何一种的犯罪行为，都应当负刑事责任，这样规定是从我国的实际情况出发的’，在我国，已满十六周岁的人，因体力、智力已相当发展，并有一定社会知识，已具有分辨是非善恶的能力，因此，应当要求他们对自己的一切犯罪行为负刑事责任。我们知道，我们所处的时代是一个信息时代，同学们可以通过多种途径接收到各种新鲜的事物，其中有健康的，也有一些不健康的东西，我们要分辨得清楚，我们日常的一言一行都必须受到法律约束，法律是至高无上的，是不可侵犯的，谁违犯了法律就必定受到法律的惩罚。

同学们，让我们在以后的日子里，每天都有改变，每周都有提升，每月都有收获，为了自己，为了他人，为了家庭，为了社会，自律克己，遵纪守法，养成良好的文明习惯，习惯决定成败，文明伴你成长，让我们与法同行，人生一路健康平安！

## 国旗下的讲话演讲稿自律篇七

有人说：“如果说高中是地狱，那么调研就是十八层地狱。”

高三在大多数人的脑海里就是奋斗、坚持等的代名词，然而，想在艰苦的学习生活中取得长足的进步，最关键的一点在于自己的态度。

进入高三第一天起，班主任就在门口挂起了“自律班级，无人监考”的牌子，平常的考试、练习都采取无人监考的制度。自律是一种态度，它使我们时刻警示自己，要做到对自己负责。有同学说：“这块牌子就像是一双眼睛，它的存在给我一种震慑感。”

从上了高三以来，转眼间高考倒计时已变成了两位数，自律也就成为了我们日常学习生活中的一种素养。班上的同学都以它为豪，没有谁愿意打破这个底线。“这是我们班级的精神，也是高三的精神，我不会试图打破它，这会给班级抹黑，从某种意义上也是在玷污高三这个神圣的时期。”一位同学如是说。

凡事贵在坚持，随着时间的推移，要想坚持自律也不是容易的事。同学们对此也有着自己的看法。“其实能做到这一点只需要咬咬牙，坚持住就行了，和别的事情没什么两样。”“学习是自己的事情，分数什么只是表象，关键在于



你有没有把不会的做会，不懂的弄懂。”“眼看就要高考了，作弊根本没有意义，你无法从中收获任何果实。自己的才是最美丽的！”

老师们也常常告诫我们：“到了高三，如果你还不自觉，谁都教不好你。学习关键在于自己。”

高三已过去了一大半，同学们仍然能严格地要求自己，每每班主任自豪地说起这事，我们都会心一笑，因为我们知道“自律班级，无人监考”这短短几个字有多大的分量。

前进的道路的确铺满荆棘，但我相信，只要所有人一条心，共同努力，一起进步，必然能披荆斩棘，扬帆远行，今年的6月，我们誓必将高考踩在脚下。