# 最新爱国卫生运动国旗下讲话 运动的国旗下讲话(大全12篇)

来源：网络 作者：风月无边 更新时间：2024-08-23

*范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。相信许多人会觉得范文很难写？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧爱国卫生运动国旗下讲话篇一亲爱的老师、同学们：大家早...*

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。相信许多人会觉得范文很难写？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

**爱国卫生运动国旗下讲话篇一**

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讲话。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。

如今，美丽的校园正给我们提供了这样的条件，宽广的绿茵场给了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练是浪费时间，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小时的锻练胜于8小时不间断的工作。

身为校女子足球队队员的我，深感运动给我们带来的益处。它让我健康，向上，快乐，更让我理解了体育的最高精神：团结，拼搏和坚持。

这让我想起上学期我校对实验学校的那场足球比赛。当时，上半场对方以1：0的成绩领先，这让我们有点乱了阵脚。可很快，我们调整了心态，场上队员之间互相鼓励着，配合着，教练在一旁指导，场下队友们也在不停地为我们呐喊助威，这团结的力量无不让我们重拾信心，终于，我们扳回了一球。这一球，是我们全队上下努力拼搏的结晶，也让我知道了，只有坚持不懈，才能在关键时刻战胜困难。

再比如，在1500米或3000米的长跑中，当第一名在众人的喝彩声中走下场时，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，预祝即将到来的校运会取得圆满成功，预祝各个班级参赛的运动员们取得理想的成绩！

谢谢大家！

**爱国卫生运动国旗下讲话篇二**

老师们，同学们：

早上好!

这天我国旗下讲话的题目是珍惜时间。珍惜时间，这是一个古老而又永恒的话题。

商人说：时间就是财富;农民说：时间就是粮食;医生说：时间就是生命。同学们，你们说时间是什么呢?其实“时间是最公平的裁判者”，要看你怎样去利用它。我们每个同学都期望自己将来成为科学家、文学家、艺术家……但这并不那么容易，它要靠我们的实际行动，要珍惜一分一秒，努力奋斗。在我们学校某班有这样两句名言：赢得时间者，赢得一切;今朝有事今朝做，明朝可能阻碍多。这两句话都是告诉我们要珍惜时间。

花儿谢了有再开的时候，草儿枯了有再绿的时候，同学们请你告诉我时间有再来的时候吗?对、时间是一去不复返的，所以不要把这天的事拖到明天去做，明天还有明天的事情，这样明日复明日，何时才是尽头，况且人的一生能有几个明天。

人的生命只有一次，它是宇宙间最宝贵的，最值得珍惜的。正所谓：一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。时间既是短暂的，又是永恒的，时间的存在本身就是一种期望，所以不要害怕时间的无情，也不要感慨时间的短暂，我们就应珍惜自己所拥有的岁月光阴，随着奋起的节拍乘风破浪，让生命之舟与时间一齐扬帆远航。

青少年时期是我们这个人生中最宝贵的黄金时期，期望大家能从此刻做起，珍惜自己的每一分每一秒。莫等到头发花白时再去悔恨自己当初没能珍惜时间而一事无成。只要我们此刻珍惜时间，便会拥有的幸福。

谢谢大家!

**爱国卫生运动国旗下讲话篇三**

同学们、老师们：

人的生命是宝贵的，相对于历史的长河来说，人类个体的生命又是短暂的，如何提高个体生命的质量，使我们的生命变得更有意义、更有价值呢?无疑，健康是重要的指标之一。那什么是健康呢?同学们一定觉得身体不生病就是健康，其实健康的含义远远不止这些，世界卫生组织对健康的定义包括生理健康、心理健康和对社会的适应能力，现在又加入了人的道德品质。指的是一个健康的人不仅仅是身体没有缺陷和疾患，还要具有完整的生态和心理状态，以及良好的社会适应能力和高尚的道德品质。

健康是人类的基本需求，是社会进步的重要标志和潜在动力。健康是社会文明的一面镜子，体现了国家和民族的素质。今年开学初，我校确立了创建健康促进学校的工作目标。什么是健康促进学校呢?创建健康促进学校活动是世界卫生组织在全球范围内积极倡导的促进人类健康的一项基础性工作，学校通过一级级的考核，可以争取国际铜牌、银牌，乃至金牌。今年，我校要争取健康促进学校的金牌。开展这项创建活动，是我校树品牌，创特色的重要载体，目的是以健康为中心、以精神和社会环境为切入点，改善同学们的学习和生活环境，提高同学们的身心健康水平。

开展健康促进学校创建，对我们全体师生提出了更高的要求，我们的老师要关心学生的成长，培养学生的健康人格，传授学生健康的知识和技能;我们的同学要发扬主人翁的精神，在这项活动中积极、主动地参与，努力纠正不健康的生活行为，提高健康的生活意识，养成健康的生活方式。

健康是我们的理念，健康是我们的未来。在我们同学中间还存在着一些健康小问题：比如有的同学不能正确对待学习，上课不能够专心听讲，有的学生极易产生焦虑、紧张、恐惧、说谎话等心理问题，有的学生害怕与他人交往等等。作为一名学生如何拥有阳光般的健康心态，我有一些想法要和大家分享：

首先，要善于正确地评价自己，能通过别人来认识自己，能够愉悦地接纳自己，并能及时地控制自己的一些消极的想法与行为。在与他人交往的时候要学会微笑地问候，学会热情地帮助，学会宽容地待人，学会友善地相处。

还有，当遇到挫折时要做一个坚强勇敢的人，忘记失败，勇敢的抬起头来，迎接新的朝阳。就像打篮球，不可能每球都能进，但如果不出手投篮，就永远没有一投定乾坤的壮举。只有经历风雨，才可能见到美丽的彩虹。

我们要养成热爱运动的习惯，积极参与学校组织的文体活动和社会实践活动;认真参与学校组织的健康体检;爱护学校优美的环境;预防意外伤害、预防近视和龋齿、预防传染病和慢性病;要保持积极、健康、向上、乐观的心态，关心家人，邻里和睦，广交朋友，构建和谐的亲情、人情关系。

老师们，同学们：有了健康的师生就有了健康的校园，健康的师生才能走出健康的人生之路。我们大家要把“健康第一”这个理念深入落实到我们的工作、学习之中，在创建健康促进学校的过程中营造良好的学校人际关系、和谐的校园氛围，打造健康的身心素质。我希望并相信有了大家的共同努力，我校创“健康促进学校”的目标一定能够实现。

最后祝全体同学身心健康，学习愉快，祝全体老师身体健康，工作愉快!

**爱国卫生运动国旗下讲话篇四**

老师们同学们，大家好。

光阴荏苒，岁月如歌，猪年的钟声即将敲响。在即将结束的xx年里，老师同学们通力合作，在学习、文艺、体育等各个方面取得了傲人的成绩。xx年正如北校区被推倒的教学楼，诸多的回忆和遗憾化作了尘土，但是大家却十分欣喜。我常常看见在新教学楼效果图前驻足观看的同学，兴奋地对身边人说：\"未来的一中真美啊。\"

想必大家对崭新的xx年也怀着类似的心情，无限憧憬着。高一的同学们经历了四个月的时间已经完全适应了高中生活，高二的同学们正卯足了劲备战小高考，而和我同年走进一中的各位，此刻也许正想着等会儿还要默写小绿本上的古文或者词汇手册上的单词，巴不得我早些讲完。这一切都预示着xx年对我们来说是弥足珍贵，并且至关重要的一年。 几个礼拜前的班会课上，班主任给我们放了一段高考励志片。那是关于甘肃会宁一所高中学生学习生活的纪录片。片中一个女孩的话至今回味起来，都能惊起我的一身冷汗。她说：\"我也许不如城市的孩子富有，地位也不如他们高，但是我相信通过我的努力可以和他们拼未来。\"这是多么有力量的一句话，我们每一个人都应该意识到高考的竞争性和残酷性。

新年伊始，我想模仿一位大智慧的老者送同学们三个并不新奇的字。这三个字是\"不要怕\"，当我们发现自己以一种混沌的状态度过了xx年，而别人却拼尽全力，挑灯夜战。在我们之间似乎渐渐有了一条无法跨越的鸿沟。难道我们要忍受现实，继续沉沦下去吗?十几年的寒窗苦读，在此一搏，我们拼上了青春，拼上了整个家庭的希望，难道就甘于输给别人!?学习的动力来自于对梦想的渴求。你的梦想不输给别人，你就一定不会输给别人!

大智慧的老者不但送出了\"不要怕\"，还送出了另外三个字\"不要悔国旗下讲话。而我不愿意将\"不要悔\"送给大家。因为在xx年里，我们做的每一件事，都一定不会让自己后悔。

怀抱着这样的觉悟，苏州市第一中学必然会披荆斩棘，杀出重围，继续我们的辉煌! 谢谢大家。

**爱国卫生运动国旗下讲话篇五**

秋高气爽、丹桂飘香，上周六我校刚刚结束了紧张激烈的校运会，同学们在绿茵场上奋力拼搏、团结协作，展现了一道道青春靓丽的风景，描绘了一幅幅精彩励志的画卷。两天的时间很短，却足以让我们挥洒激情，展示青春。它留给我们的不仅仅是奖牌和奖状，而是一种态度、一种品质、一种永不磨灭的精神!

运动场上有即时目标，看见终点，冲刺!不迟疑，不犹豫，一往无前!而学习有短期、中期、长期目标。它不像运动场的终点那样清晰可见，但更需要脚踏实地的实现。运动场上自信从容、永不言弃的精神同样适用于生活和学习。作为学生，也许你的目标是考上理想的高中或大学，也许他的目标仅仅是一次作业的.全对。目标虽千差万别，但关键是目标需要付诸行动。知易行难，让我们共同探索未知世界，向着自己的目标，奋力前进,全力以赴!

同样在大洋彼岸，英国学生也用他们独特的方法学习，为目标努力。今年暑假有一则新闻引起了许多人的关注与思考。英国广播公司推出了一部名为《我们的孩子足够坚强吗?中式学校》纪录片。片中，英国一所公立学校邀请5名中国的中学老师带领50个13至14岁的中学生，进行为期4周的中式教育。其他学生则继续由校内英国老师教导。

尽管最后是中国班在成绩上完胜，但课程中也充满了各种冲突矛盾。片中英国学生的自由散漫连英国网友都看不下去了，但并不是所有的英国学生都是像片中展现的那样懒散。纪录片中只展现了中英教育的一个侧面,差异的背后是国情的不同。事实上，西方基础教育机会均等，但实际上是自然分流，考上名校接受高等教育的人同样需要强大的学习能力和自律能力。中国教育尽管存在很多问题，但中国众多的人口和优质资源的稀缺，更需要我们不断竞争、超越。而且对于优秀的学生来说，尊重老师，自律自强，对未来有明确的目标和计划，并坚持不懈地完成目标，是走向成功的必然要求。

这一周即将迎来新中国66周年的华诞，让我们共同祝愿伟大的祖国繁荣昌盛、各族人民幸福安康。希望同学们抓紧这七天的长假，为目标努力奋斗!最后，衷心祝愿老师们、同学们节日快乐、健康幸福!

谢谢大家!我的发言到此结束。

**爱国卫生运动国旗下讲话篇六**

老师们、同学们：

大家早上好!今天我国旗下讲话的内容：迎接运动会。

本周我校将迎来一年一度的运动会(“40学校第34届田径运动会”) 。对我校而言，尤其是对我们的同学来讲，运动会是一次隆重的大型集体活动，在检验同学们的运动水平能力同时，也为各班提供了一个展示风采的平台。学校领导非常重视本次运动会，已经多次召开相关专题会议，今年我校运动会将有一项创新举措：欢迎家长们前来观看我校运动会开幕式!届时，你们的爸爸、妈妈或者是爷爷、奶奶们都将亲眼看见同学们在开幕式中的展示的风采，所以，为了使本次运动会能够达到预期目的，现对全体同学及各班做如下要求：

各仪仗队鼓号队、腰鼓队、花环队正在抓紧时间训练，利用早上、中午甚至双休日加班加点训练，在此提出表扬。多数班级方阵利用课余时间已经开始训练，各班方阵要尽力做到有特色、有新意，最好有一些道具。口号要喊得又响亮、又有气势!因为当天你们的精神面貌不仅代表了班级，更是代表学校对外展示，非常光荣。

上周安全：周一国旗下讲话刚结束，周二又有学生(四年级)带飞镖进课堂，被校领导看见，政教处已经和班主任沟通，并对该生进行批评教育，希望各班引起注意。

近期训练安全：最近，有许多同学都在针对自己所申报的体育项目进行训练，如果是自己练习，一定要注意自我保护，如果是在课堂上进行训练，一定要按老师的要求进行，尽量避免因运动而造成意外伤害。

上下楼梯时要注意安全，尤其是搬将桌椅时，注意保护，抬起来，不要在地面上

没有项目的同学不允许擅自离开班级在操场上玩耍或代跑。当天的卫生一定要重视，自带垃圾袋，及时清理垃圾。最后结束时文明监督岗的同学将进行全面检查，评选精神文明队时卫生、纪律做为重要参考条件。多写高质量的稿件，争取获宣传奖。

最后，预祝同学们在本次运动会中取得优异成绩，同时在此预祝“40学校第34届运动会”取得圆满成功!

**爱国卫生运动国旗下讲话篇七**

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！

各位老师，各位同学：

大家早上好！

春雨滋润了美丽的校园，春天承载着我们的希望，在这春意盎然的季节里，我们即将迎来长河小学春季田径运动会，这是我们期盼已久的日子。

运动会是一个让各个班级、每位同学展示风采的`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；没有坚定的信念，运动场上就不会有你亮丽的身影。

为了这次运动会的顺利举行，全校师生做了大量的准备工作。为了开幕式能别开生面，各年级群策群力，班主任们和同学们都认真积极准备，只为了能够更好地展示长小学子的激-情与活力。为了在运动场上能有好的表现，班主任们认真选拔运动员，体育老师们悉心指导。不下雨的清晨和放学后，都能看到同学们在跑道上奔跑，为田径比赛而备战；课间能够听到同学们在交流“怎样能发挥最好”，“如何为班级争光”，每到这个时候，老师都感动于你们的积极心态和集体情怀。

但是，运动并不是仅仅体现于一次运动会，它更多地是体现在我们平时的学习和生活中。学校的大课间活动，不少同学做广播操懒懒散散，动作不到位，开展活动时积极性不够，这些都是不好的现象。大课间活动，同学们也要用运动会的精神认真对待，认真到位地完成每一次的广播操，积极活跃地开展老师安排的体育活动，比如接力赛、短绳、长绳、踢毽子、蛙跳等等。另外，放学后的操场跑道上时常能看到不少班级在跑步，这是非常值得表扬和其他班级学习的。希望在运动会之后能还能看到很多身影在操场上跑步锻炼。

在这里，老师也要提醒同学们，运动会不仅仅是运动的盛会，竞技的盛会。也是精神的盛会，友谊的盛会。“重在参与”展现我们的积极心态，“为班级争光”蕴藏着我们的集体主义情怀，“虽败犹荣”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，检验我们班级的凝聚力，还可以充分展示我们同学们朝气蓬勃的精神风貌。

因此，运动会上，我们要“赛出水平，赛出风格” ！

老师们、同学们：

早上好！

9月29日和30日的上午，即这个星期五、星期六，学校将举行一年一度的秋季运动会。运动会是大家展现个人风采的舞台，是充分表现班级团结、互助的集体主义精神的盛会，它将给你的人生留下或激动人心或温馨或感动的回忆。请各位同学积极参加，运动员们调整好状态，为集体添彩，非运动员同学切实做好宣传和后勤工作，一声加油、一句问候即是运动员们最大的动力。

为了表彰运动会上表现优秀的年级和班级，学校除了设立各种竞赛奖项外，还专门设立了精神文明奖，根据各年级各班的稿件宣传情况、清洁卫生情况和出勤率，评出年级精神文明奖一个，各年级评出班级精神文明奖一个。

运动会是激烈的竞技比赛，所以学校特别提醒老师和同学们注意各方面的安全，请同学们务必做到以下几点：

根据自身的身体状况参加适当的比赛项目。学校将发给每位同学一份告家长书，请同学们和家长一起认真阅读，并如实填写回执，交与班主任。身体状况不好的同学，请不要参加不适当的比赛项目。

投掷区和跑道是高危险区，请大家一定不要在比赛进行时进入投掷区和横穿跑道。

运动员在比赛前，请做好充分的准备活动，以免比赛时受伤。

运动会期间，请勿邀约我校之外的人员到运动会场，自己因事离开会场一定要向班主任请假。

保管好自己的物品，注意财产安全。

各位同学，学校期待着你们在运动会上取得更好的成绩，充分展示你们的精神风貌，更期待着你们有更健康的身体。现在，很多班级已经开始了积极的准备工作，非常感谢每位同学的参与，有你们的热情和活力，本届运动会将更加精彩！

**爱国卫生运动国旗下讲话篇八**

五月，有着情深意暖的早夏微风；五月，有着流溢飘香的花海；五月，有着青春散发出的红色气息；就是这样一个五月，作为中国革命史上具有划时代意义的事件，五四运动在北京爆发。

记得中国革命的先驱李大钊曾大声疾呼:以青春之我,创建青春之国家,青春之民族. 或许1919年的他们正是这样一身正气怀揣着救国救民的理想，不屈于巴黎和会上的不平等条约，不畏惧军警政治的压迫，就带着一腔热血和坚定的信念走向天安门楼示威，用自己的力量捍卫了祖国的领土完整。

何谓红色？1919年5月4日，那群爱国先驱者已经给了我们最好的答案。《天国王朝》中耶路撒冷王对巴里安说：“王命或不可违，父命或不可背，但你要记住，即使在强权之下，霸主之前，凡事莫可不一问良知。”当年的学生们顶着帝国主义的压迫，顶着北洋政府的镇-压，一问良知，带领着工人阶级走上政治舞台，抗-议北洋政府的卖国行径。红色——代表不屈。17、8岁的我们在生活中不会有一帆风顺，困难和磨砺是青春的融合体和不是附属物，不论是热火的炙烤还是寒风的萧瑟都是对我们成长的考验，我们也正应该拿出青春应有的勇气去面对去战胜着一切，而不是选择屈服！面对时代的挑战,我们决不退缩;面对繁重的学习,我们决不畏惧。

何谓红色？我曾问过父亲：“参加五四运动的都是些什么人？”父亲回答说：“他们都是学生，家境富裕，衣食无忧。温饱无虞，才有精力思考。”政治总是基于经济之上，不能果腹之人顺应天命可以原谅，但饱食之人自甘堕落却遭人唾弃。我们也是学生，然对比几十年前的他们而言，我们早已失却了一往无前不屈不饶的铮然风骨，在庸庸碌碌的现实中浮浮沉沉，心情灰败一如暮年。基-督教中有七宗罪——暴吃，贪婪，懒惰，骄傲，淫欲，嫉妒，愤怒。没有目标的人生也是一种懒惰，虚度金色的光阴，错过绯红的黎明。人因有追求而高贵，能为所爱之物拼却一身也是一种莫大的完满。红色——代表追求。青春的我们,应该认真而不敷衍,踏实而不轻浮,奉献而不索取,真实而不虚伪。而不是做着简单的呼吸作用，仅仅过着活着的生活。没有追求就没有了我们应有的色泽。

青年者,人生之王,人生之春,人生之华也。1919年的他们用自己的行动向我们诠释了青春之伟大，如今的我们同样也应该在这样的季节书写灿烂的人生，让岁月无憾，青春无悔！

老师们、同学们：

大家早上好！今天我国旗下讲话的题目是“弘扬五四精神，点燃烈火青春”。

今天是五月四日，是个值得纪念的日子，也是拥有青春和梦想的朝气蓬勃的青年人的节日。在这样时刻，在这样的场合，我代表学校团委祝愿所有的同学，放飞青春，任青春的翅膀在蓝天中自由的翱翔，任青春的脚步踏遍广袤的原野，任青春的力量共筑美丽的梦想。

1919年的5月4日，为了驱逐黑暗、争取光明，为了祖国的独立和富强，一群意气风发的青年用热血和生命谱写了一曲最壮丽的青春之歌，绘就了一幅最宏伟的青春图画。“五四”运动也作为光辉的.一页载入了中华民族的史册。“五四运动”绝不仅仅是一个历史事件，它更是一种伟大的精神，在这种精神里，有着青年人关注国家命运的责任和使命，有着青年人振兴民族大业的赤胆与忠心。经过96年薪火相传，它传递给我们的是“青春无悔的正能量”。 什么是正能量？在我看来，正能量其实很简单，无处不在。简而言之，给予我们一种乐观积极的人生态度和爱的力量就是正能量。是的，我们需要正能量，社会应该传递正能量！ 我们应该拥有一个怎样的青春？怎样传递正能量呢？“五四运动”告诉我们，青年人要有正义感、更要有责任感；“五四精神”昭示我们，青年人要有爱国心，更要有进取心。我们的青春应该是飞扬的，我们的人生应该是激情的。因此，弘扬“五四精神”不应只停留在口号上，更要体现在实际行动上：在生活中，要注意行为规范，着装得体，展示青年人朝气蓬勃的精神风貌；在学习上，刻苦钻研，勇于拼搏，彰显青年人“舍我其谁”的豪情壮志。

可有的人总爱抱怨说，我的老师太严厉了，我的父母一点都不关心我，我的环境不够高雅，我如何寻找正能量？生活中，我们与积极乐观的人交往就能感受到他们传递给你的正能量。正能量还包括了爱与奉献，传递爱也是正能量传递的一种形式。把能量继续传递下去，我相信你一定会生活在一个积极快乐的环境里。培根说：“如果你有一份快乐，你将它告诉别人，那么你将拥有双份的快乐。所以，不要吝啬你的正能量，将他释放出去，你将拥有更多的正能量，所以从今天起，给你的同学一个微笑，给你的老师一份赞许，赠你父母一个拥抱，慢慢的，也许你就会发现，你和你的周围充满了正能量。

同学们，让我们拿出行动来，用激情，唱响人生最壮美的青春之歌；用青春，传递前进不息的正能量！绘就人生最瑰丽的生命画卷！充实的人生，因为奋斗而更加美好；闪光的人生，因为拼搏而更加绚丽！

同学们，循着“五四”足迹，放飞青春，共筑梦想。

祝愿初三的所有同学都实现青春的梦想。祝愿初一初二的同学健康快乐地成长。我的讲话完了，谢谢大家！

**爱国卫生运动国旗下讲话篇九**

各位老师，各位同学：

大家早上好!

仰望国旗在天空飘扬，左顾山间一片秋色,金色的十月，收获的季节;我们收获什么? 我们参加考试，收获学习成绩。我校第三届素质运动会即将开幕，我们将在这片赛场上一展英姿，收获我们的运动水平;面对即将到来的赛事，我们应该以什么精神面貌去迎接呢?我想只有两个字——“拼搏”。

“三分天注定，七分靠打拼，爱拼才会赢”。拼搏是一种过程，历经拼搏便不会因结果的好坏，而欣喜若狂或心情沮丧;拼搏是一种资本，它助我们在运动中发挥自己的最大潜能，像海燕一样在惊涛骇浪中体会捕击长空的快感;拼搏是一种境界，它有的是冲击终点的挑战自我。——让“拼搏”，为你响起成功的前奏。

同学们，10月27、28日就是我校素质运动会正式开幕的日子，也是同学们盼望已久的日子。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;运动员们积极备战，刻苦训练，体育老师认真指导训练，能如期举行运动会，是全校师生共同努力的结果。

运动会是检验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。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，你付出了多少汗水，就会获得多少回报。每一个新的高度，是一个不断挑战自我的过程，当你奋力一掷，是你蕴涵着能力的一次爆发。没有顽强的拼搏，取得不了优异的成果。没有坚定的信心，跑道上不会留下你的身影。没有平时的努力，从你手中不会掷出优美的弧线。没有足够的毅力，就不会有坚持到底的勇气。体育的舞台是人生大舞台的一个缩影，鲜花会献给最优秀的选手，掌声会给胜利者以鼓舞，给失败者以安慰，高高的领奖台上，只会给那些脚踏实地、顽强拼搏、不畏艰难的人留下空间。

最后，我衷心的希望所有的同学在你们平时的训练中一定要充分注意运动中的安全，一定要预防伤害事故的发生。练习投掷的同学，一定要在老师的监督下进行训练，避免伤及他人。老师们、同学们，让我们以健康的身体迎接这激动人心时刻的到来，让我们共同携起手来去实现我们共同的目标。同时希望把这次运动会作为全校健身运动的号角，全体师生要把锻炼身体作为工作、学习的根本，保持旺盛的精力，投入到学校各项工作中，让我们的校园永远充满着生机与活力!

不过不要忘记运动会开幕式的时候还有各年级的广播操比赛哦，这不仅检验我们班级的凝聚力，还充分展示我校同学朝气蓬勃的精神风貌!那么让我们从现在开始，从广播操开始，共同努力，共同期待，在这次运动会中展示出我校充满活力的面貌!

谢谢大家!

**爱国卫生运动国旗下讲话篇十**

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家早上好!我在国旗下讲话的内容是《阳光锻炼一小时，健康快乐每一天》。

为了使我们的生命焕发出热情和激情，为了我们能有一个强壮的身体，更好地学习、工作和生活，学校每天都要组织大家开展阳光锻炼一小时的活动。

我校每天的阳光体育活动2将在体育老师的统一协调安排下进行冬季长跑。在进行锻炼的时候，我们要做到人人参与、活动认真、安静入场、队列整齐和离场有序。

特别要强调的是在参加阳光体育锻炼和学校大型集会的时候一定要做到集合静：

集：表示集合要迅速，在保证安全的基础上，在规定时间内到达指定地点集合站好。

合：表示全校各班队伍排面整齐、步调一致、口号响亮、有气势。静：即从集合到解散，以及下楼、上楼到教室途中不讲话、不打闹、保持安静。

对于在以上几个方面都做得很好的班级，学校会及时地进行表扬，对于做得不够好，还需要加油的班级学校也会提醒他们注意。

同学们，体育锻炼你我共同参与，希望我们通过锻炼，能健康快乐每一天，能为自己营造出一个美好的未来。

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!

谢谢大家!

**爱国卫生运动国旗下讲话篇十一**

亲爱的老师们、亲爱的同学们：

大家上午好!我今天演讲的主题是：积极参加体育锻炼。

人生什么最可贵?有的人说是金钱，有的人说是时间，有的`人说是理想，但我觉得健康最可贵，如果没有健康，这一切都是空谈。

有人做了一个比喻：健康是数字1，而一切名誉、地位、金钱都是数字0。如果没有前面的数字1，后面再多的0也是空的。如果把健康比作工业用的原材料，而一切名誉、地位、金钱都是上等的加工材料，这些加工材料都是废的，无论怎样也做不出一件好产品来。

想拥有健康，就要多锻炼多运动。运动心理学研究证明，各项体育活动都需要坚定的信心、较高的自我控制力、勇敢果断和坚韧刚毅的意志等心理品质。由此可见，体育运动不但可以强身健体，还能有效提高我们的心理素质。我们中学生正处于成长时期，身心素质都很重要。我们应该每天坚持了锻炼身体，多参加各咎有益身心的体育活动，使我们的身心得以全面发展。

人们常说，身体是革命的本钱。没有好的身体，就不能干好工作，就搞不好学习。即将到来的一年一度的校运会就是我们全面加强锻炼、努力提高身心素质的契机。我想，我们每一位运动员都应该用奥运精神鞭策自己，认真训练，勇于拼搏，力争佳绩，为班争光!同学们：让我们行动起来，乘着校运会的东风，积极投入到“阳光运动”的浪潮中去吧!

谢谢大家!

**爱国卫生运动国旗下讲话篇十二**

尊敬的老师,亲爱的同学们：

大家早上好!驱赶冬日的凉意，点燃运动的热情。我校也迎来了一年一度的冬季田径运动会，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，不会有优异的成果;没有坚定的信心，跑道上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，高高的颁奖台，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，作为运动员的我们，当然是大家关注的焦点。“重在参与”展现着我们的积极心态，“为班争光”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，赛场上人人都是胜利者，结果并不重要，智力与体力才是我们追求的目标。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学校同学朝气蓬勃的精神风貌。运动会不仅比我们的运动水平，还比我们的运动精神，比我们全校师生对德、智、体全面发展的教育方针的全面理解。

体育精神，是一种竞争精神，运动员站在同一条起跑线上展开

比赛，必然有输赢的结果，这使得比赛高潮迭起，扣人心弦，竞争有助于个人价值的高水平发挥和自我价值的充分实现，更快、更高、更强是每个运动员追求的目标;体育精神，是一种自我超越精神，战胜自己、超越自我是体育精神的深刻内涵，在刻苦训练中磨砺自己的意志，在比赛中挖掘自己的潜能，在我们认为我们完成了自己平时无法完成的比赛的时候，这就是一种战胜自己、超越自我的体育精神;体育精神，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。

我们所有运动员都在追求体育精神的存在，当然还有我们友爱的班集体、工作认真公正的各位裁判员以及为我们运动会顺利进行而努力付出的所有人，他们身上都闪耀着体育精神的光辉!经过我们的共同努力，我们有理由期待这次运动会创造出新的好成绩，我们也有信心期待在这次运动会上展示我校充满活力的风貌!

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。发扬奥运精神的同时，赛出我的校风格!同时，我们还应该传承文明竞技，本着拼搏进取，勇攀高峰的精神，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。文明参赛，文明参与是我们每一位运动员的责任。

同学们，运动起来吧，让纯真的笑颜绽放在明媚的冬日，让十一月的天空更辽远、更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，就不会有优异的成果;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。

同学们，运动起来吧，让纯真的笑颜绽放在明媚的春日里，让四月的天空更加辽远、更加广阔。，最后，预祝本届春季运动会取得圆满成功!我的国旗下讲话结束了，谢谢!

文档为doc格式

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn