# 中学生重阳节演讲稿(优质11篇)

来源：网络 作者：沉香触手 更新时间：2025-04-22

*演讲比朗诵更自然，更自由，可以随着讲稿的内容而变化站位。一般说来，不要在演讲人前边安放讲桌，顶多安一个话筒，以增加音量和效果。我们想要好好写一篇演讲稿，可是却无从下手吗？以下是我帮大家整理的演讲稿模板范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所...*

演讲比朗诵更自然，更自由，可以随着讲稿的内容而变化站位。一般说来，不要在演讲人前边安放讲桌，顶多安一个话筒，以增加音量和效果。我们想要好好写一篇演讲稿，可是却无从下手吗？以下是我帮大家整理的演讲稿模板范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

**中学生重阳节演讲稿篇一**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家早上好！

您们好！

国庆节的喜悦还在继续，安静的心情释放着心的微笑。转眼又到九月初九重阳节。

自古以来，九月九就是思念的节日，古诗有云：遥知兄弟登高处，遍插茱萸少一人。就是古代人在重阳节思念之情，在古代重阳是团圆的日子，因为不能团圆，在外的诗人心中思念家中的兄弟亲人，写下了传世的诗歌。

思念之心，字字显露真情。现在我们国家给重阳节赋于新的寓义，这一天定为老年节，我国同世界上的好多国家一样，慢慢步入老年社会，关爱老年人，关心长辈，已成为整个社会的责任。让每个人献出一点受，这世界就会变得更美丽。有一天你我也会老，看看老年的亲人，一晃几十年下去，那也许就是每个人的写照。

老年人也曾经年轻过，有过美丽的青春，有过追求，有着对社会的贡献，当你面对一对白发苍苍的老人，翻阅年轻时的照片，你心中可有感动！

美丽的容颜在时光的海中被描绘成苍白和皱纹，每一纹，也有深深地爱呀，当你看到晨中相扶的老人在风景中轻轻走过，笑容绽放在慈祥的脸，心中那份感动不能自己；还有那一对年约六旬的老人身着大红的运动服在那奔跑的身影，让人羡慕；当然也有流浪在街头的老人，一脸人生的苦涩，和那渴望相助的眼，让人受不了，受不了。

人生最美夕阳红，世间最美老年花，没有人会永远年轻，老年人拥有的是智慧和经验，别说老年人爱啰嗦，每一句话里有真情，每一个字也是渴望，多陪老人说说话，会有好处，明理和涵养在时光之海已浸入到内里，没有浮华，没有虚假，只有渴望，想与子孙辈多点相处的时间，多一些相聚的时刻，可以知道孩子们的生活，为孩子的幸福开心，为每一个亲人祈福。只要孩子们过的好，老人心中就无所牵挂了。

这是老人，让人尊敬的老人。而年轻人一般不能发现这一点，生活的压力好大，工作的压力和竞争，让人累和疲惫，可以认为有理由不回家，不想念老人，这是一种不正确的思想，当你已经长大的时候，父母可能在一天天衰老，思念和担忧的心时常动在心头，一句话，一句问候，不能回家，打个电话也好。

那是给你整个世界的人呀！不可以不记得。只要有时间，就要陪陪老人，给干点活也好，陪妈妈吃饭，陪爸爸看电视，看父母的的笑颜，心中也是欣慰！

讲个亲身的经历给你们听，我从小在外婆家住的时间比较长，经常在街上玩沙，来人的时候，藏入外婆的怀抱里，所以我常去看望，常握住外婆干瘦的手，用我的手包她的手，用她的手包我的手，外婆在我妈那说，自己看大的孩子就是亲，就是亲。而有点严肃的外公最喜欢抱我的女儿。

我的外婆在今年离去了，我没有握她手的机会，想到这，泪在我眼中转来转去，我想到要多去看我的外公，让他多笑一笑，安慰他的心，我的母亲和姨妈会陪着他，我也会尽我的孝心。

所以，年轻的朋友们，记住爱你们的长辈，多陪陪他们，可以到任何时候不后悔，可以心中无憾，可以让老人的笑容绽放。梦中的我常常会想起好多的人，有离世的亲人，有大街上孤独的老人，经常在梦中醒来，有时有汩，有时感觉我的亲人轻抚的温热和慈爱的笑颜。

有一天你也会老，想想那会是什么样子，人生是一面镜子，对照人生，尊重老人，爱护老人是传统的美德。是社会的责任。让老人笑在重阳，笑在每一天。

把最美丽的祝福送给全天下的老人！快乐，幸福，笑口常开。

**中学生重阳节演讲稿篇二**

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家上午好！今天我演讲的题目是《重阳敬老，话说美德》。

重阳节是我国古代传统节日，人们在重阳节当天佩茱萸，饮菊花酒，登高望远。“遥知兄弟登高处，遍插茱萸少一人”，是重阳；“台榭登临处，茱萸香坠”，是重阳；“战地黄花分外香”亦是重阳。重阳节寓意为健康长久，中华民族向来又有尊老爱老的传统美德，因此，重阳节又被定为老人节。

孟子曰：“老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼”。10月9日，带着对老人的尊敬，带着对老人的关怀，在老师的带领下，我们学生会的代表来到夕阳红敬老院为爷爷奶奶们送上节日祝福，让爷爷奶奶感受社会的温暖和关爱，过个温馨、快乐的重阳节。

同学们一到，敬老院里就响起 “爷爷好！” “奶奶好！”的问候声，亲切的称呼让老人们心花怒放，笑逐颜开。紧接着，同学们按次序地给老人们赠送了苹果、香蕉等慰问品。慰问品虽然少，却代表了我们的一片真心。老人们手捧礼品，眼含热泪，不住道谢。20多位同学利用周末时间，与老人聊天、拉家常；打扫，整理了老人们的房间；帮助有需要的老人剪指甲、做清洁；还为老人们表演了舞蹈、长笛等节目，老人们开心得像个小孩。

慰问活动很快结束了。当同学们依依不舍地和爷爷奶奶们说再见的时候，老人们满怀深情地与我们话别，感激之情溢于言表。

事实上，人人都会老，家家有老人，尊重老人，实际上就是尊重我们自己！同时，我们的一声问候、一个微笑、一个电话会让他们倍感欣慰和满足。亲情像一粒休眠的种子，当热情给予其温暖，泪水给予其滋润，宽容给予其力量时，它就会怀着一颗感恩的心悄然萌发，散发出独特的魅力。虽然说，冉冉时光留不住，老人们终究会老去，但只要我们每天都关心老人，哪怕只是一次洗手，一个鼓励的话语，一次满意的微笑，都能够使老人们感动许久，使他们苍老的心灵更欢欣，生活更多彩！夕阳无限好，哪怕近黄昏！

现如今，我国同世界上的许多国家一样，慢慢步入老年社会，关爱老年人，关心长辈，已成为整个社会的责任，尊敬老人的家庭是和谐的家庭，尊敬老人的社会是发展的社会，尊敬老人的学校是进步的学校，尊敬老人的学生才是文明的学生。尊老爱老，我们责无旁贷。新世纪的我们一定要积极创造各种条件，尽力为老人做好事。在这个温情的节日里，我想对同学们发出倡议：

一、送上一个水果给我们身边的老人，再送上一句祝福语，祝愿老人们延年益寿，健健康康。

二、今天放学回家为自己的爷爷奶奶、外公外婆捶捶背，干些力所能及的事，让他们补过一个愉快的重阳节。

三、和家里的老人吃一次团圆饭，或给远在他乡的老人打一个问候电话。

岁岁重阳，今又重阳。”夕阳的幸福要朝阳的回报，让我们用一颗真诚的尊老之心，感人的爱老之行影响全社会。在这天高云淡、秋风飒爽的季节，让我们共同祝愿天下所有的老人都能幸福、安康。

谢谢大家！

**中学生重阳节演讲稿篇三**

老师、同学们：

大家早上好！

国庆节的喜悦还在继续，安静的心情释放着心的微笑。转眼又到九月初九重阳节。自古以来，九月九就是思念的节日，古诗有云：遥知兄弟登高处，遍插茱萸少一人。就是古代人在重阳节思念之情，在古代重阳是团圆的日子，因为不能团圆，在外的诗人心中思念家中的兄弟亲人，写下了传世的诗歌。思念之心，字字显露真情。现在我们国家给重阳节赋于新的寓义，这一天定为老年节，我国同世界上的好多国家一样，慢慢步入老年社会，关爱老年人，关心长辈，已成为整个社会的责任。让每个人献出一点受，这世界就会变得更美丽。有一天你我也会老，看看老年的亲人，一晃几十年下去，那也许就是每个人的写照。

老年人也曾经年轻过，有过美丽的青春，有过追求，有着对社会的贡献，当你面对一对白发苍苍的老人，翻阅年轻时的照片，你心中可有感动！美丽的容颜在时光的海中被描绘成苍白和皱纹，每一纹，也有深深地爱呀，当你看到晨中相扶的老人在风景中轻轻走过，笑容绽放在慈祥的脸，心中那份感动不能自己；还有那一对年约六旬的老人身着大红的运动服在那奔跑的身影，让人羡慕；当然也有流浪在街头的老人，一脸人生的苦涩，和那渴望相助的眼，让人受不了，受不了。

人生最美夕阳红，世间最美老年花，没有人会永远年轻，老年人拥有的是智慧和经验，别说老年人爱啰嗦，每一句话里有真情，每一个字也是渴望，多陪老人说说话，会有好处，明理和涵养在时光之海已浸入到内里，没有浮华，没有虚假，只有渴望，想与子孙辈多点相处的时间，多一些相聚的时刻，可以知道孩子们的生活，为孩子的幸福开心，为每一个亲人祈福。只要孩子们过的好，老人心中就无所牵挂了。这是老人，让人尊敬的老人。

而年轻人一般不能发现这一点，生活的压力好大，工作的压力和竞争，让人累和疲惫，可以认为有理由不回家，不想念老人，这是一种不正确的思想，当你已经长大的时候，父母可能在一天天衰老，思念和担忧的心时常动在心头，一句话，一句问候，不能回家，打个电话也好。那是给你整个世界的人呀！不可以不记得。只要有时间，就要陪陪老人，给干点活也好，陪妈妈吃饭，陪爸爸看电视，看父母的的笑颜，心中也是欣慰！

讲个亲身的经历给你们听，我从小在外婆家住的时间比较长，经常在街上玩沙，来人的时候，藏入外婆的怀抱里，所以我常去看望，常握住外婆干瘦的手，用我的手包她的手，用她的手包我的手，外婆在我妈那说，自己看大的孩子就是亲，就是亲。而有点严肃的外公最喜欢抱我的女儿。我的外婆在今年离去了，我没有握她手的机会，想到这，泪在我眼中转来转去，我想到要多去看我的外公，让他多笑一笑，安慰他的心，我的母亲和姨妈会陪着他，我也会尽我的孝心。所以，年轻的朋友们，记住爱你们的长辈，多陪陪他们，可以到任何时候不后悔，可以心中无憾，可以让老人的笑容绽放。梦中的我常常会想起好多的人，有离世的亲人，有大街上孤独的老人，经常在梦中醒来，有时有汩，有时感觉我的亲人轻抚的温热和慈爱的笑颜。

有一天你也会老，想想那会是什么样子，人生是一面镜子，对照人生，尊重老人，爱护老人是传统的美德。是社会的责任。让老人笑在重阳，笑在每一天。把最美丽的祝福送给全天下的老人！快乐，幸福，笑口常开。

谢谢大家！

**中学生重阳节演讲稿篇四**

尊敬的各位评委老师，亲爱的同学们：

大家好!今天我演讲的题目是:《九九重阳节，浓浓敬老情》。

活泼透明的小雨滴携着凉意飞奔而来，在这金秋送爽之际，我渐渐嗅到一丝温暖的气息，听到了重阳渐行渐近的脚步。

重阳节是我国古代传统节日，人们在重阳节当天佩茱萸，饮菊花酒，登高望远。“遥知兄弟登高处，遍插茱萸少一人”，是重阳;“台榭登临处，茱萸香坠”，是重阳;“战地黄花分外香”亦是重阳。重阳节寓意为健康长久，中华民族向来又有尊老爱老的传统美德，因此，重阳节又被定为老人节。

今年的老人节将要来临，我们能为老人做些什么呢?我的思绪渐渐回到上年秋天，那天我回老家看望爷爷奶奶，刚进庭院，就看到奶奶伫立在风中瘦小的身躯。她的衣襟随秋风左右摆动，仿佛身子也要随之倾倒似的。“奶奶!”我大声喊道。奶奶转过身，我忙走上前去，奶奶花白的头发在风中更显凌乱了，黝黑的脸庞仿佛又多了几条深深的皱纹，高高的颧骨使脸显得更消瘦了，我微微有些心疼。

跟随奶奶进了屋，奶奶要洗手为我做饭，我心里一动，要帮奶奶洗手，她几次推却，我却执意要洗。我打来温水，将水潦向奶奶的手，并用手轻轻抚摸着。奶奶的手指弯曲，手背黒黑的，稍稍有些褶皱。再看手心，几个暗黄色的老茧一下子映入我眼帘，摸上去硬硬的，手指上还有好几个小裂纹，这就是我奶奶的手啊，一双历经几十年沧桑的手!过去的时间里，奶奶受了多少苦累，而我为什么以前就没有多关心体贴奶奶一些呢?鼻子已有些发酸，我匆匆给奶奶洗完手。奶奶似乎察觉到了什么，脸上写满笑意，紧握着我的手说：“没事孙女，奶奶没事，只要你好好学习，奶奶就很高兴了!”泪眼朦胧中，我紧咬下唇，狠狠地点头，会的奶奶，一定会的!

现在我已经以优异的成绩升入高中，相信奶奶脸上也一定是欣慰的笑。想起那次洗手，我仍是感慨万分，是它使亲情得到了升华。亲情像一粒休眠的种子，当热情给予其温暖，泪水给予其滋润，宽容给予其力量时，它就会怀着一颗感恩的心悄然萌发，散发出独特的魅力。虽然说，冉冉时光留不住，老人们终究会老去，但只要我们每天都关心老人，哪怕只是一次洗手，一个鼓励的话语，一次满意的微笑，都能够使老人们感动许久，使他们苍老的心灵更欢欣，生活更多彩!夕阳无限好，哪怕近黄昏!

我的演讲完毕，谢谢大家!

**中学生重阳节演讲稿篇五**

尊敬的各位老师，同学们：

早上好！

xx月x日，是我国的传统节日------重阳节。重阳节在农历的九月九日，古人认为九为阳数，九九重阳，故称重阳节。千百年来，每到这一天，人们大多登高处、赏菊花、插茱萸、宴亲朋，借以表达敬天、祭祖、思亲的情感，因而有“每逢佳节倍思亲”的诗句千古流传。

随着时代的发展，人们也不断赋予这个节日以新的内涵。在重阳节、敬老日来临之际，对尊老爱老的主题做些思考、加深认识是很有必要的。如今空巢老人日益增加，他们更需要我们的关心与关怀。

大家知道，尊老爱老、注重孝道是中华民族的传统美德。早在公元前两百多年以前，我国伟大的思想家孟子就提出“老吾老以及人之老”，意思是人们应该赡养和孝敬自己的老人，同时也要善待其他与自己没有血缘关系的老人。那么关爱空巢老人也就体现了这一思想。

这一思想不但继承了儒家孝亲的伦理精神，而且发展为善待非亲长者的道德观念，更加具有了广阔的社会意义。在重阳节将要到来的时侯，重温古人的教诲，目的是继承传统，加强修养，把尊老爱老化作我们自觉的行动。

尊老爱老，首先应做到尊敬和孝顺自己的父母、长辈。父母养育了我们，吃尽千辛万苦，我们理应以“羊羔跪乳”、“乌鸦反哺”的心情回报他们。比如适当做一点家务，关心关心父母的疾苦，少让他们为我们操心，多让他们因为我们而感到满足。

尊老爱老，还要老吾老以及人之老，尊重自己所接触到的每一位长者，特别是空巢老人。具体包括：说话有礼貌，乘车让座位，跌倒扶一把，有难帮一帮等等。

尊老爱老，应特别强调尊敬师长，也就是我们的老师。中国自古有“一日为师终身为父”的说法，意味着学生从来把老师看做自己的长辈。从工作性质看，“师者，传道、授业、解惑也”三尺讲台默默奉献，一支粉笔耗尽春秋，也理应受到人们的极大尊重。学生尊重老师，主要是遵守纪律，服从管理，好好学习，力争取得优异学习成绩报答师恩。

总之，在重阳节敬老日即将来临之际，让我们牢记古人的教诲，尊老爱老，身体力行，把传统美德发扬光大，将和谐之风遍布神州。

**中学生重阳节演讲稿篇六**

老师、同学们：

古人云：“百善孝为先。”老人的外表自然是沧桑的，但是，我却说，他们的心仍是鲜活的。 正如刚出生的婴孩需要父母无微不至的呵护一样，这些将走到生命尽头的老人，也需要我们奉献出温暖无私的爱来聊慰他们的垂垂老矣。老年人是社会必不可少的一部分，他们在革命和建设事业中也作出了重大贡献，他们的智慧和经验是党和国家的宝贵财富，筑成了社会的生命线，所以，老年人理应受到社会的尊重，需要人们去关爱。

与我们关系最紧密的亲人，自然是我们的父母。父母已人到中年，眼里青春的火花熄灭了，点点白霜爬上鬓角，他们呕心沥血地把我们哺育长大，自己却濒临衰老的侵蚀，如果我们不拿出感恩的心和实际的行动回报他们，实在有昧于我们的良知。 “鸦有反哺之恩，羊有跪乳之德”，敬爱自己的父母是我们义不容辞的责任。

作为一名合格青少年，要把父母的大恩大德怀念于心：要听从父母的教诲， 尽可能在精神上消除父母的痛苦和不安， 为父母分忧解难;对父母要孝顺体贴，言辞温婉，不顶撞父母，遇事要与父母商量，即使受了委屈也要心平气和地解释，而不要以父母为敌;我们要刻苦学习，努力求知，提高自身素质， 尽可能的少让父母为自己操心。

我们也要弘扬尊老敬老的优良传统，老人年纪大了，难免腰酸背痛、走动不便，要耐心地给予特殊的照顾，可以同他们聊聊天，抚慰他们孤独的心，也可以陪他们散散步，一起欣赏美丽的风景。请谨记，把孝道当成一项大事业，用心经营，才能立足于天地之间。

请坚定不移地相信，爱能消融所有的坚冰，爱能播种希望的种子，请用满腔的热情和无限的博爱，扫除这世界上所有荒凉，请用知恩懂礼、孝老爱亲的精神风貌，给予这世界一个崭新的春天!

**中学生重阳节演讲稿篇七**

重阳节是我国的传统节日，在这个节日里准备一份演讲稿吧。下面是由小编为大家带来的“中学生重阳节

演讲稿范文

20xx”，仅供参考，欢迎大家阅读。

尊敬的老师、亲爱的同学，大家好：

我是20xx级x班的，今天我为大家演讲的题目是：《敬老，从我们做起》

老师们、同学们，今天是中华民族的传统节日——重阳节。九九重阳，因与“久久”同音，在数中又是最大，有长久长寿的含意，加之秋季也是一年中收获的黄金季节，重阳佳节，寓意便显得更加深远。

《易经》中把“六”定为阴数，“九”定为阳数，九月九日，日月并阳，两九相重，故而叫重阳，也叫重九。古人认为这是个值得庆贺的吉利日子，并且从很早以前就开始过此节日。而今天的重阳节又赋予了新的含义，1989年，我国把每年的九月九日定为老人节，传统与现代巧妙地结合，重阳节又成为尊老、敬老、爱老、助老的节日。

“花无重开日，人无再少年。”总有一天我们也会成为老人。作为实验中学的学生，我们应该发扬尊老、敬老、爱老的优良传统。昨天，他们为社会的发展挥洒汗水;今天，我们要为他们劳累的身心擦汗送温。重阳节是人们向父母、长辈和身边的老年人送上祝福、传递爱心、表达感恩的日子。重阳节这天，作为当代中学生更应该向爷爷、奶奶、外公、外婆致以节日的问候，感谢他们为自己所做的一切;在平时，帮助他们做一些力所能及的家务活，关心照顾他们，多陪他们聊聊天，从每一件小事做起。同时也向社会上其他的爷爷、奶奶伸出关爱、帮扶之手。

老年人对我们这个社会作出了重大的贡献。在他们年轻的时候，他们把自己的青春年华奉献给了我们的国家，共和国的大厦是用他们辛勤的双手甚至生命建造起来的。今天，他们年纪大了，没有劳动能力了，社会就应该关心、帮助、尊敬他们，让他们幸福地度过晚年。

当然，敬老爱老绝不是重阳节一天的事，日常生活中我们也应帮助老人解决生活中的困难，多给老人一些心灵上的慰藉。因此，我提议，每一位同学都用实际行动向老人们献上我们的一份心意，为自己的爷爷奶奶或者邻居的老人做些力所能及的家务事，比如：帮他们洗衣、洗碗、扫地、叠被，多为他们着想，少让他们做那些本来应该是我们自己做的事;把好吃的让给他们，把有趣的事告诉他们，让他们开开心心生活，愉愉快快度余生。“授人玫瑰，手留余香”，当我们奉出一颗颗爱心的同时，我们的内心也会感到阵阵温暖。

敬老爱老的美德是黑夜里的一盏灯，是寒冬里的一把火，是沙漠中的一泓泉，是久旱时的一场甘霖。敬老美德，其实就是需要帮助时，伸过来的一只温暖的手;需要谈心时，递上来的一颗火热的心;需要关心时的一句亲切慰问。只有生活在这种世界中的老人，才能感到人世间的温馨与美好;才能远离孤独，才能欣慰地走完属于他们的人生旅途，才能使整个世界充满欢声笑语。

“岁岁重阳，今又重阳。”让我们在新世纪高举敬老爱老的旗帜，献出我们全部的爱心与孝心，抛下“人不为己，天诛地灭”的自私观念，弘扬尊老敬老的优良传统，为老年人安度晚年创造和谐的环境，优越的条件，让世界处处阳光灿烂，爱心闪烁!

我的演讲到此结束，谢谢大家!

老师们、同学们：

早上好!今天我发言的主题是：重阳尽孝心，枫红爱更浓。

枫叶正红时，又是重阳节。再过几天就到重阳佳节了。可能还有同学不知道重阳节的来历吧?重阳节就是农历九月初九，为什么会是九月初九呢?古老的《易经》把“六”定为阴数，把“九”定为阳数，九月初九，日月并阳，两九相重，故而叫重阳，也叫重九。九九重阳，因与“久久”同音，九在数字中又为最大数，故有长久、长寿之意，而且秋季也是一年中收获的黄金季节，其寓意就深远了。1989年起，重阳节又被赋予了新的含义，被国家定为敬老节，成为人们尊老、敬老、爱老、助老、尽孝道表孝心、弘扬传统美德的节日。

老师们、同学们!普天之下的每一位慈母严父，都值得尊敬，值得爱戴。当岁月的痕迹悄悄爬上那娇美的容颜，当山一样伟岸挺拔的腰身渐渐佝偻，当曾经火红的青春悄然离他们远去，他们却没有丝毫遗憾，没有任何抱怨。他们用那无私的奉献和深沉的爱心，抚育着我们成长，包容着我们的错误。我们的平安，我们的健康，我们的成功，我们的幸福……我们在人生之路上取得的点点滴滴的成绩，都包含着慈母严父那沉甸甸的爱!可是，我们又给与了父母什么?我们的父母一生都在毫无保留地付出，却从没想过要得到任何回报!在这个重阳节，难道我们不应该为父母做些什么吗?来吧，用最朴素的方式献给父母一份孝心;拿起你手中的笔，写几句感恩的话语;举起你的手，为父母捶两下背、揉几下腰、洗一下脚;拿起你的相机，给父母留下一份美好的回忆!只要我们真心的做了，你就能得到一笔珍贵的财富!

在生活中，我们难免会碰见挫折与失败。但当我们将心平静下来与老人交谈一下时，你就会感到他们是如此的饱经沧桑，他们用自己一生的时间逐渐积累下来的经验是如此精辟。作为“过来人”他们用自己经历告诉我们什么是生活，他们以健康乐观的心态，自强不息的精神，表里如一的品质，超然脱俗的情操，坚忍不拔的意志，善良平和的为人，不畏艰难的勇气，勤俭节约的美德，激励着后人向前行进。

“羊有跪乳之恩，鸦有反哺之情” ，为人子女，孝敬父母是我们的本分;作为公民，帮助老人是我们的义务。也正因如此，我们才要更加努力，从点滴做起，让尊老、爱老、敬老、助老这根接力棒永远跑下去。

老师们、同学们!快行动起来吧! 关爱老人，始于足下;孝敬父母，从我做起，从小做起，从心做起!

尊敬的各位老师，同学们：

早上好!

xx月x日，是我国的传统节日------重阳节。重阳节在农历的九月九日，古人认为九为阳数，九九重阳，故称重阳节。千百年来，每到这一天，人们大多登高处、赏菊花、插茱萸、宴亲朋，借以表达敬天、祭祖、思亲的情感，因而有“每逢佳节倍思亲”的诗句千古流传。

随着时代的发展，人们也不断赋予这个节日以新的。在重阳节、敬老日来临之际，对尊老爱老的主题做些思考、加深认识是很有必要的。如今空巢老人日益增加，他们更需要我们的关心与关怀。

大家知道，尊老爱老、注重孝道是中华民族的传统美德。早在公元前两百多年以前，我国伟大的思想家孟子就提出“老吾老以及人之老”，意思是人们应该赡养和孝敬自己的老人，同时也要善待其他与自己没有血缘关系的老人。那么关爱空巢老人也就体现了这一思想。

这一思想不但继承了儒家孝亲的伦理精神，而且发展为善待非亲长者的道德观念，更加具有了广阔的社会意义。在重阳节将要到来的时侯，重温古人的教诲，目的是继承传统，加强修养，把尊老爱老化作我们自觉的行动。

尊老爱老，首先应做到尊敬和孝顺自己的父母、长辈。父母养育了我们，吃尽千辛万苦，我们理应以“羊羔跪乳”、“乌鸦反哺”的心情回报他们。比如适当做一点家务，关心关心父母的疾苦，少让他们为我们操心，多让他们因为我们而感到满足。

尊老爱老，还要老吾老以及人之老，尊重自己所接触到的每一位长者，特别是空巢老人。具体包括：说话有礼貌，乘车让座位，跌倒扶一把，有难帮一帮等等。

尊老爱老，应特别强调尊敬师长，也就是我们的老师。中国自古有“一日为师终身为父”的说法，意味着学生从来把老师看做自己的长辈。从工作性质看，“师者，传道、授业、解惑也”三尺讲台默默奉献，一支粉笔耗尽春秋，也理应受到人们的极大尊重。学生尊重老师，主要是遵守纪律，服从管理，好好学习，力争取得优异学习成绩报答师恩。

总之，在重阳节敬老日即将来临之际，让我们牢记古人的教诲，尊老爱老，身体力行，把传统美德发扬光大，将和谐之风遍布神州。

尊敬的各位领导、老师，亲爱的同学们：

大家早上好!

每天，我们迎着朝阳上学，沐浴着夕阳回家，不知不觉又走进这秋风送爽、瓜果飘香的日子，迎来了农历九月初九重阳节。

敬老、爱老、助老是我国优良的传统美德，是先辈传承下来的宝贵精神财富。每个人都有自己的儿童时代，每个人也都有老的一天。古往今来，多少个春夏，多少个秋冬，一代代人由小孩到老人，不管是处于盛唐还是当今社会，有一点是相通的，那就是弘扬怎老爱幼的优良传统。

古代思想家孔子说：做子女的能活下来，是因为有父母的养育;孟子说：“老吾老以及人之老”，要求人们不仅要尊敬自己的老人，还要尊敬社会上所有的老人。古往今来，我们有许多敬老爱老的故事：古有木兰代父从军、黄香扇枕温席、王祥卧冰求鲤、孟宗哭竹生笋的佳话;今有陈毅探母等感人肺腑、润人胸襟的故事。人人都会老，家家有老人。尊重老人，实际上就是尊重我们自己!

随着我国老年人口的急剧增多，维护老人，敬老爱老这一中华民族几千年的美德更显得重要。《公民道德建设实施纲要》为我们指明了方向：夕阳的幸福要朝阳的回报，让我们用一颗真诚的敬老之心、感人的助老之行影响全社会，使所有的老人“老有所乐”。

亲爱的同学们，期中考试就要到了，我们能够做的，便是用心复习，认真考试，用满意得分数换取长辈们那沧桑的脸上欣慰的笑容 在重阳节即将到来之际，请允许我代表全体师生祝普天下的老人健康长寿，平平安安!我们衷心的希望“敬老、爱老、助老”的中华传统美德世代相传，永放光彩!

老师们、同学们：

早上好!

今天我发言的主题是：重阳尽孝心，枫红爱更浓。

枫叶正红时，又是重阳节。再过几天就到重阳佳节了。可能还有同学不知道重阳节的来历吧?重阳节就是农历九月初九，为什么会是九月初九呢?古老的《易经》把“六”定为阴数，把“九”定为阳数，九月初九，日月并阳，两九相重，故而叫重阳，也叫重九。

九九重阳，因与“久久”同音，九在数字中又为最大数，故有长久、长寿之意，而且秋季也是一年中收获的黄金季节，其寓意就深远了。1989年起，重阳节又被赋予了新的含义，被国家定为敬老节，成为人们尊老、敬老、爱老、助老、尽孝道表孝心、弘扬传统美德的节日。

来吧，用最朴素的方式献给父母一份孝心;拿起你手中的笔，写几句感恩的话语;举起你的手，为父母捶两下背、揉几下腰、洗一下脚;拿起你的相机，给父母留下一份美好的回忆!只要我们真心的做了，你就能得到一笔珍贵的财富!

在生活中，我们难免会碰见挫折与失败。但当我们将心平静下来与老人交谈一下时，你就会感到他们是如此的饱经沧桑，他们用自己一生的时间逐渐积累下来的经验是如此精辟。

作为“过来人”他们用自己经历告诉我们什么是生活，他们以健康乐观的心态，自强不息的精神，表里如一的品质，超然脱俗的情操，坚忍不拔的意志，善良平和的为人，不畏艰难的勇气，勤俭节约的美德，激励着后人向前行进。

“羊有跪乳之恩，鸦有反哺之情” ，为人子女，孝敬父母是我们的本分;作为公民，帮助老人是我们的义务。也正因如此，我们才要更加努力，从点滴做起，让尊老、爱老、敬老、助老这根接力棒永远跑下去。

老师们、同学们!快行动起来吧! 关爱老人，始于足下;孝敬父母，从我做起，从小做起，从心做起!

**中学生重阳节演讲稿篇八**

尊敬的老师、亲爱的同学，大家好：

我是20xx级x班的，今天我为大家演讲的题目是：《敬老，从我们做起》

老师们、同学们，今天是中华民族的传统节日——重阳节。九九重阳，因与“久久”同音，在数中又是最大，有长久长寿的含意，加之秋季也是一年中收获的黄金季节，重阳佳节，寓意便显得更加深远。

《易经》中把“六”定为阴数，“九”定为阳数，九月九日，日月并阳，两九相重，故而叫重阳，也叫重九。古人认为这是个值得庆贺的吉利日子，并且从很早以前就开始过此节日。而今天的重阳节又赋予了新的含义，1989年，我国把每年的九月九日定为老人节，传统与现代巧妙地结合，重阳节又成为尊老、敬老、爱老、助老的节日。

“花无重开日，人无再少年。”总有一天我们也会成为老人。作为实验中学的学生，我们应该发扬尊老、敬老、爱老的优良传统。昨天，他们为社会的发展挥洒汗水;今天，我们要为他们劳累的身心擦汗送温。重阳节是人们向父母、长辈和身边的老年人送上祝福、传递爱心、表达感恩的日子。重阳节这天，作为当代中学生更应该向爷爷、奶奶、外公、外婆致以节日的问候，感谢他们为自己所做的一切;在平时，帮助他们做一些力所能及的家务活，关心照顾他们，多陪他们聊聊天，从每一件小事做起。同时也向社会上其他的爷爷、奶奶伸出关爱、帮扶之手。

老年人对我们这个社会作出了重大的贡献。在他们年轻的时候，他们把自己的青春年华奉献给了我们的国家，共和国的大厦是用他们辛勤的双手甚至生命建造起来的。今天，他们年纪大了，没有劳动能力了，社会就应该关心、帮助、尊敬他们，让他们幸福地度过晚年。

当然，敬老爱老绝不是重阳节一天的事，日常生活中我们也应帮助老人解决生活中的困难，多给老人一些心灵上的慰藉。因此，我提议，每一位同学都用实际行动向老人们献上我们的一份心意，为自己的爷爷奶奶或者邻居的老人做些力所能及的家务事，比如：帮他们洗衣、洗碗、扫地、叠被，多为他们着想，少让他们做那些本来应该是我们自己做的事;把好吃的让给他们，把有趣的事告诉他们，让他们开开心心生活，愉愉快快度余生。“授人玫瑰，手留余香”，当我们奉出一颗颗爱心的同时，我们的内心也会感到阵阵温暖。

敬老爱老的美德是黑夜里的一盏灯，是寒冬里的一把火，是沙漠中的一泓泉，是久旱时的一场甘霖。敬老美德，其实就是需要帮助时，伸过来的一只温暖的手;需要谈心时，递上来的一颗火热的心;需要关心时的一句亲切慰问。只有生活在这种世界中的老人，才能感到人世间的温馨与美好;才能远离孤独，才能欣慰地走完属于他们的人生旅途，才能使整个世界充满欢声笑语。

“岁岁重阳，今又重阳。”让我们在新世纪高举敬老爱老的旗帜，献出我们全部的爱心与孝心，抛下“人不为己，天诛地灭”的自私观念，弘扬尊老敬老的优良传统，为老年人安度晚年创造和谐的环境，优越的条件，让世界处处阳光灿烂，爱心闪烁!

我的演讲到此结束，谢谢大家!

**中学生重阳节演讲稿篇九**

重阳节是中国传统的民间节日，每年农历九月初九举行九\"在《周易》中，数字是阳数99\"两个阳的数目相等，因此称为“阳”重阳节它也被称为““双九”。以下是为大家整理的关于,欢迎品鉴！

第一篇:重阳节中学生演讲稿汇总

敬爱的老师们、亲爱的同学们：

大家好!

其实我国把这古老的传统又成为老人节的目的就是想继续弘扬中华民族固有的“尊老、爱老和养老”这三个优秀文化的传统美德，也是传统美德中的“敬老尊贤”的具体比和现代比。每到这个佳节，社会上就洋溢着一种尊老、敬老和爱老的气氛。

在这个老人节，我们应该为老人做些什么呢?很简单：孝顺。现在，我们家里就有爷爷奶奶、外公外婆。我们应该尊老敬老，听长辈的话。俗话说得好：不听老人言，吃亏在眼前。在这样一个和谐的文明社会，我们更应该孝敬，听从长辈，这是我们每个人都应该做到这一点。

下面，我们有几个重阳节活动的建议：

1、带着老人一起出游，到郊外活动。

2、我们可以和身体好的老年人秋游赏景，临水玩乐，登山健体。

3、帮助长辈做一些力所能及的家务活。

4、和父母一起，给爷爷奶奶准备一些可口的饮食。

最后，我们衷心祝愿每位同学都能与家里的老人度过一个愉快而有意义的重阳节!

第二篇:重阳节中学生演讲稿汇总

小朋友们：

早上好!

有谁知道这个星期\_是什么节日吗?(重阳节)谁对重阳节有所了解，请来给我们大家说说。

重阳节，农历九月初九，二九相重，称为“重九”。每年的重阳节，人们在这一天或赏菊以陶冶情操，或登高以锻炼体魄，给生活增添了无限乐趣。重阳节是我国的传统节日，首先有登高的习俗，金秋九月，正是秋高气爽、山青云淡的时节。此时登高远眺，使人心旷神怡，有益于人们的身心健康。如今有许多地方都在这期间举行登山会。和登高相联系的有吃重阳糕的风俗习惯。“高”和“糕”谐音，作为节日食品，最早是庆祝秋粮丰收、喜尝新粮的用意，之后民间才有了登高吃糕，取步步登高的吉祥之意。

重阳日，历来就有赏菊花的风俗，所以古来又称菊花节。九月初九，也正是菊黄蟹肥时。菊花一团团、一簇簇，竞相开放，千姿百态，非常逗人喜爱。人们喜爱的不仅仅是她美丽的容颜，更值得称赞的还是菊花刚强的气质。在深秋的冷风中，唯有菊花争奇斗艳，使秋日多了生气，多了艳丽的色彩。也正因如此，赏菊的风俗一直保留下来。在萧瑟的深秋，一些地方的公园里还举办菊花会、菊展，那一派不是春光胜似春光的情景，吸引着众多的游客。

由于九月初九“九九”谐音是“久久”，有长久之意，所以常在此日祭祖与推行敬老活动，因此重阳节又称“老人节”。我希望小朋友们都能够尊重长辈，爱自己的爷爷奶奶，在生活中自己的事自己做，要多体谅爷爷奶奶的辛苦，帮他们做些事。

第三篇:重阳节中学生演讲稿汇总

尊敬的各位老领导、老干部、老同志们：

岁岁重阳，今又重阳。

不是春光，胜似春光。

今天我们在这里欢聚一堂，喜庆佳节，首先我代表学校党政领导和全体在职教工向尊敬的老前辈们致以最热烈的祝贺和亲切的问候。

祝你们福如东海，寿比南山!

回首昨天，你们在各自平凡的岗位上，弹奏了不平凡的乐章!把自己的青春和事业无怨无悔地奉献给了教育事业为学校的发展立下了汗马功劳，学校的每一寸土地上都留有你们辛勤的汗水与足迹。

前人栽树，后人乘凉。

饮水思源，我们永远不会忘记在教育事业领域发展的历史进程中，作为老领导，是你们带领广大教职员工，艰苦创业为今天的教育事业奠定了良好的发展基础，作为老教师，是您们诲人不倦，无私奉献，培养了无数的优秀人才，作为老职工，是您们立足岗位，勤勤恳恳，用智慧和勤劳的双手推进了教育的快速发展。

您们是教育界的功臣。

如今我已从一名学生成为了老师，刚刚走出校园的我还太过年轻稚嫩。

今天我不仅要叫您们一声老师，更要称您们一声前辈，您们更是我从事教师职业一辈子的榜样。

在今后的工作中，我会以积极的心态来面对，发挥年轻的优势，以及不怕苦，不怕累的精神，在自己的能力之内主动承担一些工作，为领导和同事分忧。

虚心的向每一位老教师学习，戒骄戒躁。

勤于思考，努力探索新的工作思路，扩展自己的事业道路。

最重要的是：爱孩子，公平的对待每一位幼儿，尽我的能力去教导他们，给他们一个温暖，快乐的幼儿时期。

我要向在座的老教师们一样，兢兢业业的学习，勤勤恳恳的工作，在幼儿事业上奉献自己的一生。

百年大计教育为本，教育大计教师为本。

再一次向各位尊敬的长辈敬贺节日快乐，祝各位离退休老前体辈身体健康，笑口常开，快乐生活，知足常乐!愿你们如山间不老的青松，园中傲霜的晚菊，湖畔争艳的古枫，珍惜夕阳般的暮年，用不老的脚步去丈量生命中的第二个春天!

**中学生重阳节演讲稿篇十**

演讲稿可以帮助发言者更好的表达。在当今社会生活中，需要使用演讲稿的事情愈发增多，那么一般演讲稿是怎么写的呢？下面是小编为大家整理的中学生重阳节尊敬老人演讲稿，仅供参考，欢迎大家阅读。

尊敬的各位老师、同学们：

大家好！

我来自xx班，名叫xx，今天在这个美好的节日走到这个讲台是受到了很多同学和老师的鼓励和帮助，请让我在这里感谢他们！本次我的演讲主题是“九九重阳敬老人”。

重阳节是我国的自古以来的传统节日，有着很多的习俗，例如登高、赏菊等等，但是最知名的还是在这个美好节日中去探望老人，这也表示了我们中华民族的传统美德之一，因此重阳节又有一个别号——老人节。

我们每个人都有着长辈老人在身边照顾，老人的性格可能各不相同，有温和、有严肃、有喜欢开玩笑的，也有喜欢唠唠叨叨的。但是他们都有着一个共同点，那就是有着丰富的人生阅历和经验，每个老人身上都有着自己的故事，除了他们本人以外并没有多少人知晓。这让我不禁想起了我曾经在新闻上看过的一个故事，一名老人平日里默默无闻，他的家人子孙们也都不知道他的过去经历，直到他有一日病重，翻找老人的物品的时候，才发现这名老人居然是一名曾经的战斗英雄！参与过多次战争归来，有着一枚枚闪亮勋章的英雄。

我这才发现，原来每个老人背后的故事，远比我们想象的要多，哪怕一名普普通通的农民，也可能像《活着》里面的老人一样有着深刻的故事，这些故事可能有好有坏，又心酸有喜悦，蕴含着我们国家从弱到强的路程，蕴含着我们这几十年来的生活变迁。

尊敬老人，尊重他们的经历，尊重他们曾经对我们这个小家，对我们这个社会大家的贡献。我们就应该要好好的关爱他们，照顾他们，让劳累了一辈子的老人能够在晚年有着儿孙陪伴的天伦之乐。

尊老敬老什么时候都可以，只是这个节日特别适合罢了，我希望我们大家能够将观念转变过来，不要只想着重阳节的时候就敬老，节日只是个提醒，我们作为新时代的优秀中学生，应该要做到以身作则，作为国家的未来主动向曾经为我们祖国做出贡献的前辈献上我们的爱心，接下他们肩膀上的担子。

我相信，站在巨人肩膀上的我们，能够秉承着先辈的梦想，在各个方面都取得突破，在各行各业都有我们中国的红色巨龙盘绕，改变世界、引领世界！我们将为了这个目标，在以后的学习生活中加倍的努力，用汗水浇灌成功，用知识点亮未来。

我的演讲结束了，谢谢大家。

**中学生重阳节演讲稿篇十一**

尊敬的老师、亲爱的同学：

大家好：

我是20\_\_级\_\_班的\_\_\_，今天我为大家演讲的题目是：《敬老，从我们做起》

老师们、同学们，今天是中华民族的传统节日——重阳节。九九重阳，因与“久久”同音，在数中又是，有长久长寿的含意，加之秋季也是一年中收获的黄金季节，重阳佳节，寓意便显得更加深远。

《易经》中把“六”定为阴数，“九”定为阳数，九月九日，日月并阳，两九相重，故而叫重阳，也叫重九。古人认为这是个值得庆贺的吉利日子，并且从很早以前就开始过此节日。而今天的重阳节又赋予了新的含义，1989年，我国把每年的九月九日定为老人节，传统与现代巧妙地结合，重阳节又成为尊老、敬老、爱老、助老的节日。

“花无重开日，人无再少年。”总有一天我们也会成为老人。作为\_\_实验中学的学生，我们应该发扬尊老、敬老、爱老的优良传统。昨天，他们为社会的发展挥洒汗水;今天，我们要为他们劳累的身心擦汗送温。重阳节是人们向父母、长辈和身边的老年人送上祝福、传递爱心、表达感恩的日子。重阳节这天，作为当代中学生更应该向爷爷、奶奶、外公、外婆致以节日的问候，感谢他们为自己所做的一切;在平时，帮助他们做一些力所能及的家务活，关心照顾他们，多陪他们聊聊天，从每一件小事做起。同时也向社会上其他的爷爷、奶奶伸出关爱、帮扶之手。

老年人对我们这个社会作出了重大的贡献。在他们年轻的时候，他们把自己的青春年华奉献给了我们的国家，共和国的大厦是用他们辛勤的双手甚至生命建造起来的。今天，他们年纪大了，没有劳动能力了，社会就应该关心、帮助、尊敬他们，让他们幸福地度过晚年。

当然，敬老爱老绝不是重阳节一天的事，日常生活中我们也应帮助老人解决生活中的困难，多给老人一些心灵上的慰藉。因此，我提议，每一位同学都用实际行动向老人们献上我们的一份心意，为自己的爷爷奶奶或者邻居的老人做些力所能及的家务事，比如：帮他们洗衣、洗碗、扫地、叠被，多为他们着想，少让他们做那些本来应该是我们自己做的事;把好吃的让给他们，把有趣的事告诉他们，让他们开开心心生活，愉愉快快度余生。“授人玫瑰，手留余香”，当我们奉出一颗颗爱心的同时，我们的内心也会感到阵阵温暖。

敬老爱老的美德是黑夜里的一盏灯，是寒冬里的一把火，是沙漠中的一泓泉，是久旱时的一场甘霖。敬老美德，其实就是需要帮助时，伸过来的一只温暖的手;需要谈心时，递上来的一颗火热的心;需要关心时的一句亲切慰问。只有生活在这种世界中的老人，才能感到人世间的温馨与美好;才能远离孤独，才能欣慰地走完属于他们的人生旅途，才能使整个世界充满欢声笑语。

“岁岁重阳，今又重阳。”让我们在新世纪高举敬老爱老的旗帜，献出我们全部的爱心与孝心，抛下“人不为己，天诛地灭”的自私观念，弘扬尊老敬老的优良传统，为老年人安度晚年创造和谐的环境，优越的条件，让世界处处阳光灿烂，爱心闪烁!

我的演讲到此结束，谢谢大家!

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