

## 国旗下讲话：超越自我（组合6篇）

### 篇1：国旗下讲话：超越自我

在这个开展迅速的年代，剧烈的竞争已经无处不在。校园里也充满竞争，我们时刻面临竞争的挑战。竞争既可以促进学习和生活的进步，也可能使我们身心疲惫。学会认识和应对竞争对于我们就尤为重要。

那么我们应该怎样认识竞争呢？

首先，面对现实，承认竞争。在今天，我们视竞争为常态，不竞争为非常态。因而，我们必须面对现实，应该知道有竞争就会有成功者和失败者，任何试图回避或逃避竞争的做法都是错误的。

其次，竞争是双刃剑。竞争能激发人的积极性，培养人的进取心、锤炼人的坚韧力，克服不求上进、萎靡不振的现象；竞争能增强人的智力，促进注意力集中，使想象力变丰富、思维更敏捷灵活。但竞争也容易使人在长期的紧张中产生焦虑，出现心理失衡，情绪紊乱等问题。

第三，竞争是剧烈的。学习生活与球赛并无两样，只要入局，就应该是一场志在必得的斗争。在这个一切都基于竞争和角逐的世界上，是没有童话般的梦想和多愁善感存在的余地。尤其对于我们高中生来说，在现行高考制度下，我们是没有退路的。

第四，竞争是双赢的。在我们的学习生活中竞争更多的是激发我们相互的斗志，其结果往往导致你追我赶、比翼双飞的局面。特别是有分量的竞争对手，与其说是对手，更不如说是我们的典范和领跑者。

如何来应对竞争呢？

首先，要热爱生活。热爱生活会使我们始终保持着一份开朗乐观的心情。不要苛求永远成功的辉煌，也不要计较一时的得失。我们要感谢生活，理解生活，让自己拥有一个好心境，能够活出一份轻松，一份沉着，一份洒脱，人生就能更精彩。

其次，要扬长避短。一个人的兴趣和才能是多方面的，要注意发挥自己的长处，挖掘自己的潜能，这样就能增加成功的时机，减少挫折。同时，有竞争就会有胜负，即使处于劣势时，也要保持积极进取的态度，而不要采取贬低或破坏对方来获得自己的优势，也不要心生嫉妒或采取不正当的手段，更不要就此一蹶不振。

第三，要有竞争意识。在与同学交往中应树立拼搏精神和竞争意识，在学习科学文化知识中要不甘落后，敢于脱颖而出；在人生道路上，要敢于冒尖，争当出头鸟。不难想象，一个缺乏竞争意识，学习成绩平平，工作不积极的人是很难赢得同学的尊重和好感的。

第四，要学会在竞争中合作，合作中竞争。竞争与合作是统一的，是相互渗透，相辅相成的。没有合作的竞争，是孤单的竞争，孤单的竞争是无力量的。合作是为了更好地竞争，合作愈好，力量愈强，自然成功的可能性就愈大。有人说过，优秀的竞争者往往是理想的合作者。

总之，同学之间要互相竞争，在竞争中要消除嫉妒心理，讲求协作友谊精神，认识竞争，挑战竞争，百舸争流。祝愿我们同学间在竞争中，超越自我，永葆青春活力。

## 篇2：国旗下讲话：超越自我

敬爱的各位老师、亲爱的同学们：

大家清晨好！我演讲的题目是《超越自我》。

先让我来讲讲两个爱画画的孩子的故事：

第一个孩子的画都贴在墙上；第二个孩子的画都扔进纸篓。三年后，第一个孩子举办了画展，满墙的画遇到人们的赞誉；第二个孩子没有展览，一纸篓的画，满了就倒掉，人们所看到的永久是他手中还没有画完的那一张。再是三十年后，第一个孩子画技平平；第二个孩子已经是一位誉满全世界的大画家。这是为何呢？这是由于第一个孩子的落伍，在于他将画画的目的定为博得荣誉，而第二个孩子的成功，倒是他为了不停超越自我而画的结果。

我们的学习和画画同样，永久不可以知足已有的成绩，成绩的获得除了天分之外，更重要的是勤劳——勤劳地超越自我。学海无涯，任何知识领域都没有止境，只有不停的超越自我，才能达到知识的顶峰，创建事业的绚烂。假如一个人从小就在赞叹声中知足，那么他就会阻滞不前，就不会获得绚烂的成就。

同学们，在学习生活中，你必定都获得过或多或少的成绩，面对这些，我们应当怎么办呢？我们应当把成绩深藏起来。要知道，在人生的道路上没有永久的成功，而只有永久的奋斗。成功永久属于昨天，而昨天已属于过去。只有面对明天不停地超越自我，才能让成功与绚烂永伴一世！

最后，我要送同学们一句话；路在脚下，将来永久在前面！

感谢大家！

## 篇3：国旗下讲话：超越自我

老师们，同学们，大家好：

今天我演讲的题目是《超越自我，放飞青春》。

迎着飒爽的秋风，踏着飘落的红叶，我们又将迎来XX中一年一度的运动会。

运动会是体育风采的集中展示，同时也是对我们身体、心理的锻炼与考验，更是对同学们精神风貌和综合素质的大检阅。在运动会中，比的不仅是XX中学子的运动水平和体育精神，比的还是XX中全体师生应有的素质和涵养！

高一的同学，来到XX州一中，虽然你们已经努力去做了，但是还有一些做得不够，有些同学打饭插队，不仅影响了他人，更是对XX中精神的亵渎；有人出口成“脏”，污染了XX中精神家园；就在近几天，个别男女同学公然在餐厅相互喂饭，这种不辨荣耻的行为污染了XX中这片净土。高一的同学，XX中教育我们要“先做人，再读书”，希望你们能改掉坏习惯，尽快适应XX中这个集体。

本周六学校将举办运动会，运动会不仅是体育比赛，更是文明的比赛。在运动会期间，请每一位同学都严格规范自己的言行，注重每一个细节，做一个文明的观赛者。在规范个人言行的同时，我们还要对赛场中那些不文明行为及时制止，共同维护我们来之不易的文明环境。我们还应积极发扬“小事精神”，主动捡起地上的废纸，做一名合格的XX中人，让XX中精神与你我同在，让文明之花在XX中绽放！

“强身健体，勇于竞争，赛出风格，快乐成长”这是XX中运动会的理念。我们的每一位运动员都将以最完美的姿态迎接这场盛会，在赛场上奋勇拼搏，永不退缩。这是一种精神，是用意志铸就的精神！同学们要发扬高尚的体育精神，给优胜者以热烈的祝贺，给落后者以真诚的鼓励，给失败者以温暖的安慰。希望没有比赛项目的同学，要做好准备！你们要积极奉献自己的爱心，为运动员们加油呐喊。在文明参与的过程中，尽情享受奉献的乐趣，尽情释放心中的激情！

每一个班集体，要做好准备！运动员文明参赛，同学们文明观赛，共同为班集体的荣誉而奋斗，尽情焕发青春的活力，为校运会创造一道亮丽的风景线。全体XX中人，我们都要做好准备！让我们释放自己的热情，在校运会这个舞台上，收获团结文明的硕果，收获拼搏奋进的硕果，收获成才成功的硕果！树高尚形象，开良好风气是我们的目标，角逐风云赛场，勿忘XX中精神！超越自我，激扬青春！

老师们，同学们，运动会的大幕即将拉开，在这一年一度的盛会上，每一个人都将尽显个人风采。盛会在即，我们要超越自我，激扬青春。让呐喊响彻云霄，让激情荡漾心间，让文明洋溢校园，我们将以最饱满的热情、最蓬勃的活力，最完美的姿态，迎接这场盛会！

最后，预祝本届校运会取得圆满成功！我的演讲到此结束，谢谢大家！

#### 篇4：国旗下讲话：超越自我

各位老师，各位同学：

早上好！我是711班的XX。今天我发言的主题是《超越自我，勇往直前》。

首先，我给大家讲一个故事：

有一个14岁的少年，十分爱跑步。曾经这样定下他的长跑计划：第一个月，跑完家属楼到学校的1000米；第二个月，跑完1050米；第三个月，跑完1100米……到第二年，跑完家属楼到火车站的2000多米。或许你会想：我也能跑下来，有什么了不起的。是的！但是我必须告诉你，这是一个患有先天性残疾，并伴有癫痫病的男孩。6年之后，当这个男孩儿，在全国“残疾人运动会”上一举夺得金牌，有记者问他成功的秘诀时，他只说了一句很平凡的话：“每次跑步时，我都对自己说‘让我跑完这段路’，我要跑赢从前的我，我要超越自我！”

在我们许多人看来，残疾人是一个有着特殊困难的群体，更是一个需要关心和帮助的弱势群体。但是，听了我刚刚讲的故事之后，大家的心是否已被男孩的话所震撼，残疾男孩儿战胜了残疾，超越了自我，实现了人生的最大价值！这样的精神怎能不令人为之动容呢？

同学们，一名残疾人尚且有如此的顽强拼搏精神，那我们呢？我们是否曾为自己设置另一个又一个的目标，并不断地勇往直前，超越自我呢？人生在世，如果一味满足眼前的成绩，那你只会在原地踏步，被勇往直前的人所抛弃。只有在这种努力下，我们才能挖掘自己的潜能，只有充分掌握属于自己的每一天，勤奋、坚实地迈好学习生活中的每一步，不断向前，挑战自我，超越平凡，最终才能拥有那令人瞩目的辉煌瞬间！

本周星期四，我们将迎来学校一年一度的运动会。如同中国的奥运精神一样，我们追求着更高、更远、更强的精神。同学们，我们都是风华正茂的年轻一代，让我们都动起来吧！运动员们，让我们跑起来、跳起来吧！坚持跑完1000米长跑，迈着胜利的步伐跨过终点，告诉我们什么叫毅力；在赛场上前后奔跑，舞动着球拍，挥洒着汗水，告诉我们什么叫拼搏；实心球划过的那一条优美的弧线，运动员脸上那一抹灿烂的微笑，告诉我们什么叫自信……拉拉队员们，让我们呐喊起来吧，为我们的运动员们助威，为我们的班级加油、鼓气。

最后，我代表初七（11）班全体师生预祝所有运动员在运动会中奋力拼搏，展现风姿，夺取佳绩，也衷心地祝愿本届运动会圆满成功。

我的发言完毕，谢谢大家！

## 篇5：国旗下讲话：超越自我

老师们，同学们：大家早上好！

今天我国旗下讲话的题目是《超越自我，诚信考试》。

时光如梭，岁月如歌，不知不觉紧张、忙碌而又充实的一个学期转瞬即逝。周三就要进行期末考试了。如何有效利用时间？如何提高复习效率？如何正确对待期末考试，在这里提出我个人的观点，供同学们参考。

一、正确认识，高度重视。

期末考试不仅是对同学们一个学期以来学业成果的一次盘点、检阅，更是对

每个人的综合素质的一次挑战，因此，我们每一个同学都应该以严肃、认真、负责的态度对待这次考试。

## 二、认真复习，珍惜时间。

孔子曰：“温故而知新”，就是告诉我们学习要重视复习，一个成绩优秀的学生肯定是肯吃苦，肯钻研，认真复习并掌握科学学习方法的人。考试期间同学们要做出详细、科学、合理的安排，把所学的知识认真整理、归类，并全面系统地进行复习，争取做到熟能生巧，融会贯通。

## 三、调整心态，诚信考试。

考试是紧张的，我们要重视考试，又要正确对待考试。考试时要沉着冷静，要对自己充满信心，认真分析试题，仔细推敲，先易后难。同学们，考试还是一次人的品行的检测。所以，我希望大家秉承“诚信至上”的原则，以饱满的精神，自信地踏入考场。

最后，祝同学们学业进步，考试成功！

谢谢大家！

## 篇6：国旗下讲话：超越自我

今天我发言的题目是《超越自我奋力拼搏》

庄严的国歌声中，抬头注视五星红旗，它正在微风中招展，一片火红是那么富有朝气和活力，那么的催人上进，让我们不仅想起许多……

阳光下的绿茵场，升起阵阵硝烟，面对一个个矫健的身影，我们的心也随之沸腾，但最令我们为之感动的，是那拼搏的劲头。拼搏，应是每一个真正的人所应具有的精神。面对迎面而来的每一个困难，我们要做的是什么？是退缩吗？不，我们需要的是拼搏。拼搏，就是在困难面前不低头，在压力之下不逃脱，在坎坷路上往前走。拼搏不是一时心血来潮，不是空喊号子，拼搏是长期的，需要用坚韧的毅力来维持，需要让坚定的信心来导航。我们今天的学习，便是人生一个漫长的考验，对于我们来说，长期的努力固然重要，但拼搏精神也必不可少，它使我们在成绩的肩头上迈向另一个目标，它使我们的追求无止无境。

同学们，在这“碧云天，黄叶地，秋色连波”的日子里，我校2011年秋季运动会就要召开了。这将是我校今年的又一次盛会。我们将又一次去感受脉搏与心跳的激烈。在这里，你可以触摸到跳跃的青春音符，感受到燃烧的激情，体会到四射的光芒。

运动会也是检阅我校运动水平高低的一个标志，是对一个学校体育工作开展的一个评价，也是各个班级、每一个学生和教职员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，在同一起跑线上，你付出了多少汗水，就会获得多少回报。每一

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，取得不了优异的成绩，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，从你的手中不会掷出最优美的弧线，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，鲜花只会献给最优秀的选手，掌声会给胜利者和坚强毅力者以鼓舞，给失利者以安慰，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。

同学们，我们曾经不计成本地付出都将在这和梦碰撞的季节里得到肯定和兑现，结局并不重要，让我们的智力、体力得以平等竞争，在竞争中透出我们执着的精神、自信的精神。我们渴望，我们支持，我们为登上领奖台的英雄喝彩，我们也为失败者鼓掌。因为，短短的一瞬间可以凝固成永恒的画面，述说不老的追求，演绎勇敢的品质。

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。发扬体育精神，赛出我校风格！最后，预祝本届运动会取得圆满成功！

谢谢大家！