**单人演讲:**

　　首先，作为中学生，继承和发扬五四精神，就是要爱国。但爱国不应该成为空洞的口号，爱国应该体现在我们的实际行动中，爱国要从小事做起。爱国不仅仅是参加升国旗仪式，高唱国歌;爱国也不仅仅是为参加[国际](http://www.xuexila.com/news/guoji/)比赛的中国队助威喝彩;更不仅仅是在五四青年节征文活动中写一篇优美的散文。我的理解是，作为学生，首先要热爱自己所在的班集体，热爱我们的学校，以自己班级为荣。从爱护我们身边的一桌一椅，一草一木做起。

　第二，作为中学生，继承和发扬五四精神，就是要不断学习科学[文化](http://www.xuexila.com/news/wenhua/)知识。学习是中学生的首要任务，我们要把精力放到学习上。同学们所取得的成绩在很大程度上要归功于各位老师的敬业精神，同时也是我们积极配合的结果。但是在另一方面，我们也发现极少数同学还存在违纪行为，如在课堂上使用手机，抄袭作业，考试作弊等现象。对这些同学我们希望你们今后一定要自觉遵守校纪校规，做一个合格的中学生。当然，其他同学也要引以为戒。

第三，作为中学生，继承和发扬五四精神，还需要树立远大理想。所谓远，就是不能着眼于眼前。1961年美国总统约翰肯尼迪在他的就职演说中呼吁美国人民：不要问国家能为你做什么，问一问你能为国家做什么。胡\_总书记说过，青年人富于理想，这是很正常的，但个人的理想追求只有同国家、民族、人民的追求和奋斗目标统一起来，才是最有价值的。一切有志青年都应有更高的追求，都应为祖国、为人民多作奉献。奉献的过程既是造福社会的过程，也是实现自身价值的过程。