

# 最新做更好的自己演讲稿高中 做更好的自己 自己演讲稿(优秀8篇)

发言稿的撰写应考虑听众的背景和利益，在内容和语言上与听众建立共鸣，以便更好地传达信息。以下是一些成功辩论的范例，希望能够激发大家的思考和创新。

## 做更好的自己演讲稿高中篇一

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

我是xxx□我们会不会有时候希望自己更加的优秀，看到别人那么优秀努力的时候，经常会感叹自己为什么没有这么优秀呢，这是我们没有这么一个意识，我们完全可以让自己的强大优秀起来，我有时候也会觉得自己在做一件事情的时候，自己觉得做的好了，总是说：“可以了差不多了”，这其实就是一种懒惰，自己没有做好，其实在用一点心能够更好的，但是我们没有继续用心去做了，往往比被人差的就是一点点，也是自己不肯再前进一步，不肯让事情更加的完美。

生活中很多时候我总是会告诉自己，差不多就行了，我没有想到的是我就是差那一点，想要成为更好的自己外部的因素是其次的，自觉地去做好才是第一，就像我反复说的这个一样，一件事情在自己觉得满意的时候，再去完善一下，让别人也满意，我们才能够做的更好，一个优秀的人往往不会优秀自己优秀停止脚步，怎么说呢，就像我看到的一样，优秀的同学我总是看到他们在更加努力，很多成绩好的同学对自己严格比一般人要多，就像一件事情明明做的很好了，还是想要更好，这需要一个很强大的心态，我们班的xx同学，我们有一次模拟考试成绩出来了，他考了满分，在老师讲解这张卷子的时候他非常用心在听，休息的时候，他还在检查，

我很奇怪就问了一下，我说：“你都满分了，为什么还要检查题目”，他简单的回了一下：“万一还有题目错了呢”，我觉得很不起，这样的心态是我们一般人没有的。

我们经常会觉得自己很努力了，为什么没有变的优秀，为什么我的成绩没有比别人好，看到了xx同学的例子，我知道这是有原因的，因为在我们努力的时候优秀的同学也在努力，我们需要更好，就要更努力，不是说要去更他人比什么，我觉得是一种态度，让自己不断进步的一种态度，想要让自己更好，需要付出努力这是想对的，坚持下来了就会看到自己的努力成果，这是有效果的。

做更好的自己，我们从学习的一件件小事情做起，做好一件事情是不简单的，这就是很多人觉得自己没有改变的原因，我们成为更好的自己的路途中或许会很艰辛，这么一个过程是很难的，但是这样的一个过程是我们成为的更好的自己，忍常人难以忍，容常人难以容，让我们做更好的自己。

## 做更好的自己演讲稿高中篇二

大家好！

我曾听说过这样一个故事：一天清晨，一个园丁走进花园，竟然发现大片的花草树木都奄奄一息了，了无生机。惊讶之余，他问榕树究竟发生了什么事？榕树说：“他不想活下去了。”因为他无法像松树那样高大雄伟。松树也沮丧的告诉园丁，他想自我了断，因为他不像苹果树那样能结出可口的果子。但是一旁的苹果树也抱怨，说他自己不能像槐树一样，浑身散发着芳香。最后园丁来到花园的一角，看到一株不起眼的小花，只见他生机盎然，一身绿意。“你为什么在如此消沉的环境中仍能昂首挺立着？”园丁好奇的问。不起眼的小花快乐的回答：“我知道自己不过是株小花，但我决定扮演好自己的角色，做一朵最好的小花，于是，我也就是很快乐啊！”

我们在场的每一位同学也是一样，不要以为世界不需要你。把自己孤立在一个单独的世界里，而应该把自己也变成世间的一份子，并努力做最好的自己，这样你便会使世界上因为多了一个你，而变得更加精彩。

说到这里有人会问，那么该怎样做最好的你呢？首先，要了解自己，明白自己是个怎样的人，有哪些独特的地方，有哪些优点和缺点。其次你要接纳自己，就长相，矮也罢，黑也罢，胖也罢，你就是你自己，你要满心喜悦的面对自己，能够像欣赏艺术品一样欣赏自己。然后要不断完善自己，做最好的自己。当然最好不是和别人比，天外有天，人外有人，和别人比较你永远都成不了最好的一个，你永远享受不到那种喜悦。最好，是和过去的自己比较，努力让自己的每一个今天都有新收获，有新进步。做最好的自己不必在乎你昨天是怎样的人，因为只要努力，你就可以做得更好，只要你坚持努力，你完全可以成为最好的自己。

随着时间的推移你将会踏上更多不一样的台阶，去感受那独具特色的风景，充实生活，使每一天都更加的多姿多彩。

让我们从此刻开始，做最好的自己！

谢谢大家，我的演讲完毕。

## 做更好的自己演讲稿高中篇三

大家好！

我是xx，我很荣幸能够站在这个演讲台上，我演讲的题目是：劳动铸就中华复兴。

今天，大千世界上树立起了这样一个伟大的民族，她走过了千年的风风雨雨，她孕育了无数的英雄儿女，她书写了浩瀚的人类文明。她，就是我们可爱的祖国，一个响彻世界的名

字一中国。而这一切的一切都源于她世世代代儿女们的辛勤劳动。

是劳动给她创造了辉煌灿烂的历史，让每一个中华儿女无比骄傲与自豪。透过历史的明眸，站在岁月的肩膀上回望，我们看到古老的都江堰让成都平原变成了天府之国，两千多年来一直造福于人民；我们看到蜿蜒盘旋的万里长城，怀抱着祖国的大好河山；我们看到金碧辉煌的故宫，屹立于世界建筑之林；我们看到四大发明，使古老的中国异彩纷呈。我们看到丝绸、瓷器远涉重洋。谁都知道——这都来自于我们祖先的辛勤劳动，劳动让我们祖国的历史这样辉煌！

是劳动给她创造了奇迹，让异想天开都成为现实。西游记中的孙悟空，一个筋斗就能飞十万八千里，而今天，当代的孙悟空——杨利伟，乘坐中国制造的神舟飞船遨游太空，“坐地日行八万里”。圆了中国人的飞天梦！传说中的嫦娥能飞奔上月，今天，中国的嫦娥一号、嫦娥二号姐妹俩先后畅游了月宫，圆了中国人的探月梦！传唱至今的妈祖治河妖让河水乖乖听话。今天，三峡水电、南水北调，一个个宏伟的治水治山工程，圆了中国人的兴利除患、驾驭江河梦！那么中华民族这许许多多美好的梦，神奇的梦，甚至是“异想天开”的梦，为什么个个都能美梦成真呢？那是因为，中华民族经历了千百年血与火的劳动和磨练，这一切的一切都是劳动创造的奇迹，使我们整个人类睁大了眼睛，人们辛勤的劳动让我们找到了一条条通往幸福的道路。我相信在中国人的辛勤劳动下，中国将奔向更加美好的未来，到达胜利的彼岸，一定能让更多的美梦成真，一定会圆中华民族复兴这个大梦！是劳动给她铸造了优秀的品质，让生活坚韧而有尊严。经过五千多年的奋斗与磨练，我们的民族铸成了许多优秀品质，其中最深刻也是最重要的莫过于勤奋劳动，热爱劳动。以勤劳俭朴为荣、以不劳而获为耻。又如“黎明即起，洒扫庭除”，“日出而作，日落而息”等等。这些精神绵绵不断、经久不衰、延续至今，成为中国人的鲜明的内在素质，更成为引领全国各族人民走向更加美好幸福生活的“导师”。

我们老师是园丁，我们要用心培育民族的花朵；是蜡烛，要在自己的工作岗位上默默奉献自己的青春，照亮下一代前进的道路；是辛勤耕耘的劳动者，我们要志存高远，敢为人先，立鸿鹄志，做中华梦，展大鹏翅，圆中华梦；用我们的劳动铸就中华民族的伟大复兴！放飞吧，用我的劳动创造我的梦——我的中华梦！用我的勤劳实现我的梦——我的中国梦！

## 做更好的自己演讲稿高中篇四

您们好！

当炎炎夏日落下帷幕时，迎来了硕果丰收的秋季，同时我们新的学期也开始了。金秋九月，九月金秋，那浓浓的桔子香象征着我们的学习氛围。那青郁的松树，摇曳着我们的学习激情，我们学习的环境如此优雅清静，我们的老师如此孜孜不倦，我们也应该具有鸿鹄之志。读书是先苦后甜的，不要因为尝到了苦，就不去吸吮甘甜的露！只要坚持努力，我们就能踏上求学的成功之路！西方谚语有这么一句话：“含泪播种，欢笑收割。”用在读书上，真是再恰当不过了，只要坚持不懈，就能抹掉嘴角的一丝苦味，采撷诱人的甘果。在努力学习的同时，也应该树立远大的理想，人在世上生活，就如同船在大海上航行，如果失去了航标，航船就会迷失方向，如果没有崇高的理想，人就丧失了前进的动力，我坚信只要有理想相伴，只要心中亮着理想这盏不灭的灯，你就会步入灿烂的里程。当然，在树立理想的同时，我们更应该注重自己的行为，做一个让大家放心、老师称心、同学欢心的中学生，请相信我们是二十一世纪合格的出色的，有作为的青年。

同学们，初一是基础，初二是跳板，初三是关键，我们将面临失学和升学的抉择，这是我们人生征途上的第一次重大选择，那就让我们扬起理想的风帆，在知识的海洋中尽情遨游。让我们朝着坚定的目标，展翅高飞，让我们轻撒滴滴汗水，手绘蓝图，请相信“一份耕耘，一份收获”这个不变的真理！尊敬的老师，亲爱的同学们：大家好！经过了一个平安、愉快

的寒假，我们满怀新的希望迎来了生机勃勃的20xx年春季。同学们，我们知道，春季是播种的季节，只有用辛勤的劳动播下希望的种子，才会有满意的收获。俗话说：“栽什么树苗结什么果，撒什么种子开什么花。”那么请问亲爱的同学，在这个春季里，你打算播下什么样的种子呢？回顾上个学期，我们播种过希望、我们曾有过收获，但是也有些遗憾、或有些失落。怎样发扬成绩，弥补过去的不足？这是摆在我们每位同学面前并且需要用实际行动来回答的又一个问题。

同学们，新的一年开启新的希望，新的空白承载新的梦想。为了让我们的梦想能成为现实，在这里，我代表学校给同学们提几点希望和要求：

1、在行为礼仪方面，要严格按照《小学生日常行为规范》来要求自己，争做文明向上的好学生。把尊师爱校、团结同学真正落实到行动中。

2、在安全与纪律方面，一定要按学校的要求办，听从老师及管理人员指挥，上楼下楼、出操、课间活动都要把安全放在第一位，绝不开展危险性游戏。

3、在学习方面，人人都要弄清一个小学生的主要任务是什么，认真改掉学习中的一些不良习惯，不浪费课堂上的一分一秒，发扬刻苦钻研精神，在同学中开展比学赶帮活动，人人订出学习目标并为自己理想的目标奋斗。在这里要特别提醒我们那些在学习中有一定困难，在以前留下了遗憾的同学，你们更要吸取教训，加倍努力，力争缩小与其他同学在学习上的差距。

4、六年级的同学要高度注意，本期是我们小学阶段的最后一个学期，在各个方面都要为其他年级的弟妹们做出表率，给学校留下好的印象。你们本期的任务特别重，要用最短的时间完成新课的学习，同时还要进行必要的综合复习，因为你们不但要面临毕业考试，有些同学还要提前接受一些高一级

学校的选拔考试。因此，你们更要珍惜一分一秒的时间，把更多的精力投入到学习之中。成功一定属于勤奋的人们！同学们，让我们在新的学期里发扬互帮互助、积极主动、探索创新的精神，取得各自满意的成绩。共同畅想老竹小学美好的明天！谢谢大家！

## 做更好的自己演讲稿高中篇五

尊敬的老师，同学们：

大家上午好。

今天我演讲的题目是“做最好的自己。”

一天清早，一位园丁走进花园，发现一大片的花草树木竟然都奄奄一息，了无生气。

惊讶之余，他问榕树究竟发生了什么，榕树说它不想活下去了，因为他无法像松树那样高大雄伟。松树也沮丧地告诉园丁它想自我了断，因为他不像苹果树那样，能结出丰硕的果实。一旁的苹果树也在抱怨，说他自己不能像槐树一样，散发着沁人心脾的芳香。

做事情不能患得患失，要有勇气做应该做的事，要有勇气改变可以改变的事情，要有勇气接受这些事情可能带来的风险。

做一个真实的人是需要勇气的，做最好的自己，还要有出色的判断力，持久的内驱力，踏实的精神，顽强的意志，足够真诚和坦白，这样才能众人的信任，并在人际关系。团队合作和交流沟通方面取得成功。

我们要做辛勤的淘金者，从闪动在白杨叶子的光点里，把握住阳光的语言节奏；我们应像朴实的农夫，把手指插进松软的泥土里，感知温暖的语言力度。在和阳光的对话中，我们

感到光明。温暖。向上的力量。真诚坦白的人，才是值得信任的人。真正的成功人士并不是仅仅靠知识。创意等外在素质赢得成功，他们成功的经验在于，他们具备了某些最根本的最有价值的素质或品格，他们始终相信，做最好的自己，才能有更灿烂的明天。

信念，是一缕阳光，一种语言，一种引领人向前。向上的语言。尼采说：“人惟有找到生存的理由，才能承受任何境遇”。成功就是做最好的自己。

同学们，大半学期已经过去了，我们收获很多，也留下不少遗憾和教训。回望与反思，我们不禁感慨时间过得太快，我们被时间催促着往前赶，脚步只是匆匆又匆匆。

让我们调整好自己的心态，快乐的学习，快乐的生活，用最优异的成绩，做最好的自己！

谢谢！

## 做更好的自己演讲稿高中篇六

尊敬的老师，亲爱的同学们，早上好！

今天我演讲的题目是：做更好的自己。

我们现在所做的一切努力，都是为了成为更好的自己。我想，这几点很重要。

一要定下目标。如果要给目标一个好听的名字，那么它就叫梦想。有的人或许一辈子不会明白梦想是什么，有的人或许到不惑之年才渐渐懂得，可是为时已晚。在电影《中国合伙人》中，我记得有这样一句台词：“不是现实支撑了梦想，而是梦想支撑了现实。”有现实支撑的梦想，它徒有华丽的外表，骨子里却一成不变，连风浪都不能撕毁它。正如周期



函数图像一样,无论横坐标数值怎样变化,所对应的纵坐标却总是那几个数值。而由梦想支撑的现实,它或许看起来平凡、普通,但细细品味,便会觉得处处是精彩。如同无限不循环小数,它只是由普通的数字组成,但你永远不知道下一个数字会是什么。梦想,让生活更有意义。

二要做到自律。我认为自律就是做生活的主导者,而不是被生活所支配,成为生活的傀儡。真正自律的人,他能去享受生活的每一分,每一秒,探究生命的真谛,而不是麻木地让时间从手中溜走。在《中国诗词大会》中有一位播主,名叫雷海为。身为快递员的他,终日奔波,“忙碌”占据了他的生活。但他又做了一件不同于常人的事——每日读书,从不间断。自律,使他的生活中处处是诗和远方。倘若能与自律为友,生活的主动权便会在早已倾斜的天平上,逐渐回归我们这一方。

三,要敢于尝试。尝试与勇敢总是密不可分的。什么是勇敢?从未在正式场合演讲过的人登上演讲台,这是勇敢的尝试;一个恐高、怕水的人尝试登山、游泳,这是勇敢地突破自我;位于年级后七百名的同学,将目标定为年级前二百名,这是勇敢地做出决定。敢于尝试,敢于向生活说不,能正视自己的缺点,这是勇士的代言。而幸运总是垂青勇毅之士,等机会来临时,若不能紧紧抓住,便极有可能成为一辈子的缺憾。敢于尝试,只为在垂暮之年能够说一句,我无愧于心。

不要因为害怕而不敢开始。最害怕还没有开始,就先否定了自己,丢了勇敢与破釜沉舟的勇气。如果你从现在开始努力,最坏的结果也不过是大器晚成而已。

拼搏到无能为力,努力到感动自己。这是青春不留遗憾的最好写照。为了成为更好的自己,请务必拼尽全力。

我的演讲完毕,谢谢大家。

## 做更好的自己演讲稿高中篇七

尊敬的领导，亲爱的老师、同学们：

大家早上好！

五月的花海沁润着书香，三尺讲台激荡着情怀，这是人生最美的风采。昨天是全国“5.25我爱我”心理健康日，本周我们迎来了我校第二届心理健康教育周，主题是“做更好的自己”。

每个人的生命都只有一次，过去无法改变，未来尚未发生。只有现在才是最真实的，也是我们唯一能把握的。它承载着过去，连接着未来。纠正过去的偏差，汲取现在的力量，人生会变得丰盈而美好！

20xx年4月，我们成功举办了第一届心理健康教育周，促进自我认识的主题班会、心理普查和心理照片展、助人自助的班主任心育技能培训等活动营造了关注心理健康、重视心理健康教育的`良好氛围。每周一、周四晚7点—9点，学校心理咨询室——阳光澄池守候全校师生的健康心灵。本届心理健康教育周，我们将继续深入开展各项主题活动，同时还将在各年级成立心理健康教育小组，为同学们的全面发展和健康成长保驾护航。

海明威说，真正的高贵不是你比他人强多少，而是你比昨天的自己进步了多少。做更好的自己，是将更好的自己做到无穷大，是自己和自己比——昨天的自己和今天的自己比，一天比一天进步。我们还会要继续自己和自己比，做一个真实的自己，一个成功的自己，一个更好的自己。以下三点我们共勉：

一是要试着发现生活里的美。

生活不是小说情节，不要总提醒着自己遇到的不幸，要有平和的心态，我们要主动选择快乐，而不是被快乐或者痛苦选择。想成功的人都是乐观的人，悲观永远都是成功的阻碍，只有积极向上才会让生活变得美好，相信明天一定比今天更好，跌倒了爬起来，人生又是新的美好的开始。

二是不要掉进症状的陷阱。

我们身上都或多或少存在着某些症状，比如暴躁、拖延、懒惰、焦虑等等，这些症状时刻影响着我们，企图将我们绊倒；而我们也经常处于阻碍与自我阻碍的窘况。无论如何，请认清这些不良症状的危害，并及时远离。善于改变自己的弱点，才能成就一个更好的自己。

三是保持良好的人际关系。

多和朋友们在一起，不要总是一个人呆着，尤其是遇到问题的时候。理解父母、尊重老师、乐于助人、心存感激、大度宽容，保持良好而亲密的人际关系，是你努力向上的有力保障，也是你心理健康的重要标志。

其实，人生有孤独相随是好的，如此你才有机会认识自己；常常被人误解也是好的，如此你才能看清谁是狐朋谁是益友；没有光明也是好的，如此你便学会了走出黑暗……所以，人生并非不过如此，生命原本可以更好。愿我们都能努力把更好的自己留在最美的时光里。

## 做更好的自己演讲稿高中篇八

人生是短暂而又孤独的，人必须独立坚强的战斗下去，走自己认为正确的道路，不能有丝毫的犹豫与放松。否则就会被时代所淘汰。

正如前几天所报道的一样，美国苹果公司执行官兼总裁史蒂

夫乔布斯去世了，媒体网络都相继报道了起来，成为了论坛话题，很多人都为此感到了惊讶与惋惜，但从背后的角度来看，乔布斯的去世不得不说是苹果传奇的结束，自乔布斯\_77年创立苹果公司以来，苹果公司一直保持着电子商业界的不朽传奇，第一年就得到了盈利，之后经过公司的不断创新，苹果成为人们不断选择的电子品牌之一，正因为有乔布斯在，才有了苹果的今天，从而带动了电子商业界，使世界不断走向电子科技化，他为电子界写下了光辉的一笔，实现了自己的人生价值，他死的是重于泰山。

现在的很多年轻人对自己很没信心，不相信自己的能力，从而认为自己没有发展的空间，得不到重用，有些人因此误入歧途，再有现在的很多学生有时因为老师的一句批评，考试没有考好就想不开，而有了自杀的念头，这是因为在他们的心理太过好强，不想输给任何人而导致的，这在一节又一节课的交替声中滑过。回顾耕耘之路，我曾经困惑，我曾经彷徨有欢笑也有泪水，虽然脚印参差不齐，深浅不一，但每个脚印里都倾住了我满腔的爱心和辛勤的汗水！我无怨无悔！因为我心中有一个信念，那就是：做的自己，做的教师！我所说的“的教师”不是与我敬仰的窦桂梅。李镇西等名师相比——他们的人格。学识。能力乃至天赋，我是永远无法企及的；我所说的“的老师”也不敢与向倩。刘宁等“英雄教师”相比——他们用鲜血甚至生命践行了师爱的无私与永恒。而我只是沧海一粟，只是怀有一颗炽热的心坚守在自己的岗位上，兢兢业业，勤勤恳恳，我是默默的耕耘者，我是悄悄的播种人。每天做的只是一些非常细腻。琐碎的工作，而已。

现在我可以骄傲地说，今天的我与之前的“我”相比，可以说是“的教师”了。但对于明天而言，和未来相比，我还不算“的教师”。所以我还会继续和自己比，因为“做的教师”是我永远的追求，直到我教育生涯的终点。杨柳枯了又青，桃花开了又谢，燕子去了又来，学生来了又走，我却还坚守在这儿，坚守着我们的乐土，坚守着我们的精神家园。山还是那座山，河还是那条河，日子就这样过着，平凡却不

平淡。一切都好像没有变，变化的是我日益衰老的容颜，与之沉淀的，是我依旧年轻不变的情怀！

我爱学生，学生也爱我。因为有了爱，地更阔，天更蓝；因为有了爱，花更艳，草更芳。而心中的那份爱，将激励着我在人生的道路上艰苦跋涉，用热血和汗水去浇灌一茬茬幼苗。一簇簇花蕾，用爱心去托起明天的太阳！做的教师，是一种平和的心态，是内心的宁静，是“竹杖芒鞋轻胜马，一蓑烟雨任平生”的闲适与从容，更是“惊涛拍岸，卷起千堆雪”的荡气回肠。登上三尺讲台，教书育人；走下三尺讲台，为人师表。做的老师，是对时代赋予我们的神圣使命最庄严的宣誓。做的教师是激情。是豪情。更是扎实的行动！我是一名教师，我的生活在课堂，我的生命在学生。虽然那间教室里守巢的是自己，可它却放飞了希望，虽然那支粉笔洒下了泪滴，可它却画出了彩虹。我觉得作为教师，生活在学生中，就是幸福，就是“快乐”！

“吃也清淡，穿也素雅，心怀淡泊，起始于辛劳，收结于平淡。”这便是我人生旅途的写照。

虽然平凡，我的脊梁却支撑着祖国的未来；虽然清贫，我的双手却托举着明天的太阳。

最后我要说：春有百花秋望月，夏有凉风冬听雪，待到桃李满目时，便是收获好时节。

我的演讲到此结束，谢谢大家！