

2023年演讲自己的优点和特长 自我介绍 演讲稿自我介绍演讲稿(大全5篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

演讲自己的优点和特长篇一

下面是本站为你整理的自我介绍演讲稿200字，欢迎阅读。

自我介绍演讲稿200字(一)

我叫鲁旭斌，今年8岁，在长南路小学读二年级。

我是一个高高瘦瘦的帅气男孩，皮肤白白的，眼睛虽然不大，但很明亮。乌黑的短发，一张小嘴最爱享受美食。开心时我会哈哈大笑，小眼睛眯成一条缝，伤心时，我会躲起来流眼泪。我也知道男孩子要坚强，可是就是忍不住。我还是个体贴妈妈的好孩子呢。我会帮她做家务，还会给她留好吃的食物。我最喜欢的小动物是小狗，因为它最忠心。我有一个最好的朋友，我们经常在一起学习和玩耍。我们在一起最开心的事情是玩电脑游戏，不过，我们知道掌握时间。

我有很多缺点，比如：不爱看书，喜欢玩玩具，作业速度慢，不爱动脑筋，不过我会尽量改正。

我很爱交朋友，你愿意和我做朋友吗？

自我介绍演讲稿200字(二)

高高的个子，圆圆的脸，浓浓的眉毛下长着一双圆溜溜的眼睛，一笑就露出了不整齐的牙齿，充满了对生活的热爱，这就是我——襄樊市第一实验小学的一名小男生路文辽。

你知道我的名字的来历吗？还是我来告诉你吧。路是我的姓，我爸爸说：三国时有一员大将叫张辽字文远。爸爸取了两个字是文、辽，所以叫路文辽。

我很喜欢运动，最喜欢跑步踢球，没个星期天都个小朋友踢球。我们学校举办的秋季运动会，我每次都参加，男子100米赛跑我都已经三连冠了呢，为班级争得了不少的荣誉。

我特别喜欢看书，我让妈妈给我买了很多书有：《十万个为什么》、《少年儿童百科全书》等等。我最喜欢看优秀作文书，因为可以提高我的写作能力。

瞧，这就是我。欢迎大家和我交朋友。

演讲自己的优点和特长篇二

大家好！

自省，既是自我品德修养的一种方法，也是通过自我意识来省察自己言行的一种途径或过程，孔子说过：“见贤思齐，见不贤而自省也。”朱熹说：“日省其身，有则改之，无则加勉。”苏格拉底说：“未经自省的生命不值勤得存在。”可见，自省对于人生来说是多么重要。

古人能以“一日三省吾身”来规范自己，而今天的许多人却很难做得到。我们每个人似乎都愿意自加，却很少人愿意自减，总是以为自己说的对，都是有道理的。“长于责人，拙于责己”，或以自我为中心，犯了错误，只想遮掩、推诿、抱怨、狡辩或怨天尤人，总之就是没有勇气去面对，没有下

决心去改过，事实上是每个人都会犯错误的，“人非圣贤，孰能无过？”即使是圣贤，也是会有过错的，但错误有时是可以避免的，避免的方式就是静下心来反省下自己，找出内在的根源，并努力在以后的工作和生活中克服它。如果有了过失而不能自省，就会使我们越来越滑向更大的错误的深渊，就会给事业造成更大的损失。

对于自己做错的事，知道悔悟和自责，这也是敦品励行的原动力。勇于面对自己，正视自己的一言一行，反省不智之思，不谐之音，不达之事，而且还要及时自省，反复自省，这样才能得到真切、深刻而又细致的收获。

反省是对心灵镜鉴的拂拭，是对精神污垢的洗涤，是一个人心智的不断提高，思想境界的不断升华，自省是一种最简单的减法，经常减，时时减，减去一切对于我们不利的东西。

当然，反省不必拘泥于形式。可随时随地地进行，一个人静坐时，饭后散步时，深夜独处时，晚上临睡时都可以思考下自己。花钱时，要反省到我们是生养我们的父母；贪玩时，要反省是否对得起鞠意提携我们的老师；和同学闹别扭时，要反省是否对得起平日里对我们关怀备至的同窗好友。

自我反省能够让我们不断发现并改正自己的缺点，认识和发展自己的长处，并不断完善自己，超越自己。这样，我们的人生之路才能走得更远、更稳更好。

演讲自己的优点和特长篇三

大家好

生命是一棵树，青春期就是树生长期，开花的雨季，我们有无限的活力和才华横溢的青年，所以，我们应该怎样对待青年？我们应该把握青春。

把握青春不是浪费我的时间在吃喝玩乐，不浪费时间在永远敬佩，把握青年领先，在繁荣时期为自己的未来奠定基础。

把握青年首先设定雄心勃勃的野心。法国的蒙田说：“一个人没有确定的助航设施，任何风都不给他。”是的，一个没有雄心壮志的人，所以他不是斗争的勇气和奋斗的精神支柱。“历史上一个成功的男人，都在他们的青少年，然后设置的崇高愿望。周恩来总理在高中将设置“阅读的崛起”的理想，在早期居里夫人为科学奋斗一生的人生目标……作为一个新时代的青年，我们肩负着时代赋予我们的历史使命，我们是祖国的未来，民族的希望。在这段时期的生活，我们必须建立崇高的理想，决心为祖国的现代化建设的斗争！

把握青春是不断斗争。奋斗是实现理想，理想的台阶就没有行动的梦想。如果你想要吃苹果，那么你必须先用手去接。如果你想实现自己的目标，就必须把握青春，用他们辛勤的汗水来浇灌生命之花的理想。我们在学校学习，行动是在采取措施实现的理想，短暂的青春，光阴一去不复返，我们应该珍惜时间，努力学习，掌握丰富的科学文化知识，让知识丰富我们生活的青年的果实，让知识的阳光点燃我们心中的火焰！

字符是生命的本质，人性的来源。没有真正的是贫穷的思想，高尚的品德是悲伤的核心。一个没有道德的人性格为国家的繁荣和社会的进步做出贡献。把握青少年在青春的时间培养自己的高尚的品格。我们想挑战磨难的坚强的意志，形成一个自信的性格，在竞争中成功的发展中开放的态度，培养乐观精神的失败。我们要塑造他的伟大的心，让高尚品德的荣耀给我们的青春。

我们有青春，我们热爱青春，同学们，让我们以极大的野心，不懈的斗争和高贵品质丰富你的青春，让我们的青春更精彩！

演讲自己的优点和特长篇四

大家好！

如果把生活比作一座高山，那么挑战就是阻挠山路的荆棘，但当我们正面它们时，即便伤痕累累，道路坎坷，大胆向前迈进，我们就已成功。

在刚刚结束的cba半决赛北京与山西的对决中，来自nba的“独狼”马布里用出色的发挥将赛季前无人看好的北京金隅不仅首次带入了总决赛，并最终捧起第一座属于北京的冠军奖杯。赛后，马布里在更衣室彻底爆发，放声痛哭。两年前，马布里正是被山西队从nba高薪引入cba却在赛季末被山西队背叛，最终扫地出门，两年后的今天，在第四场的争夺战中，山西球迷谎称马布里打人，虽然最终澄清，却将马布里推向了风口浪尖，在天王山之战前，山西队经理更是直言挑衅道，马布里突破就绊脚，直至弄伤。面对一个个挑战，甚至是恐吓，马布里没有逃避，更没有畏惧，在赛场上用上佳的表现将此前的恩怨踩在脚下，回应了挑战，不仅让对手敬服，也让自己心中的怒气得到发泄，直面挑战，体现的是勇气、气概，更是一种霸气，而躲避挑战，怯于勇敢面对现实，则只会让人生暗淡，就此沉沦。

同为篮球运动员，同为96黄金一代，丹特琼斯大学时代就被无数荣誉、头衔所包围，眼看众人艳羡的状元已经到手，他却在这次训练赛中被一名名不见经传的高中生彻底打爆，输掉了比赛，本来一件小事，却被好事媒体大肆宣扬渲染，而琼斯没有了勇气去直面媒体的质疑，没有用行动去证明自己，整日酗酒度日，沉沦于酒精之中，迷失自我，断送了大好前程，而成就的高中生就是率湖人队五夺总冠军的科比。一味逃避，只能躲一时风声，掩耳盗铃，更只能是自欺欺人，给人留下笑柄。

纵观社会各界，其实还有许多直面困难的典范，围棋九段古

力在经历丧父之痛后，以四强独苗的身份勇夺三星棋杯两个世界冠军，虽然无法与父亲共享，但他面对挑战忍悲走向赛场的高大形象以及精彩的棋局却会给每个围棋爱好者一个美好的回忆。李小龙在被外国人一致视为东亚病夫后，在失地奥兰多勇夺全美搏击大赛冠军，并进军好莱坞，创造了辉煌，直面挫折，勇敢面对，打出的是中国人的骨气，击碎的是东亚病夫的形象！

直面挑战，无论何时何地，用勇气面对，以实力回应，扎痛过后我们会享受到海的柔和，荆棘拨开，我们会领略山的美景，纵览风景之时，直面挑战的磨练的痛苦已不再那么刻骨，只有勇气扎根于心，指引我们到达成功的彼岸，去有所发现，有所收获。

演讲自己的优点和特长篇五

大家早上好！我是来自高20xx级10班的王巧儿，也是广元中学第9届励志奖的获得者之一。今天，我演讲的题目是《奋力拼搏成就自我》。

在今天早上之前，我和你们一样，总是站在台下，仰头注视着台上侃侃而谈的他们，也总是羡慕他们的荣誉，渴望像他们一样优秀，可是我却忽视了他们背后的努力。

高一高二的我很贪玩，是一副活脱脱坏学生的模样，经常被班主任责怪，记得当时我听过最多的一句话就是你是来干什么的。现在想来很愧疚，作为一个学生在学校里被老师问出这样的话来。可那时的我完全是不以为然的，可能与大多数学弟学妹们现在的心境一样，总觉得时间还多，高考还早。

现在回想高一高二的自己，怎么会不后悔呢？可是说出后悔这两个字又有什么用呢？时间不会给我再重来一次的机会，那我怎么办，自暴自弃吗，不，我做不到，我相信你们也同样做不到。同在寒窗下苦读了十几年，所以高考时我不愿甘

拜下风。

于是在高二下期，我便下定决心努力学习。一个人在学习上有差科，就如同一个战士于战场上有了软肋一样，软肋可能会使战士于战场上丧命，那么差科同样会使你在高考场上失利！我的数学很差，理综同样也没有突出优势。刚开始补差的我很迷茫，不知道从哪里下手抓起，于是我就只好眉毛胡子一把抓，那段时间心态很崩溃，不知道自己的方法对不对，不知道每天的努力有没有意义。而第一次段考的成绩告诉了我答案，我在那一个月做了无用功。到现在我都还记得当时自己看到成绩时那种希望后所带来的万念俱灰的绝望，很想放弃。可是当我看到别人看到成绩时那欢呼雀跃的样子，我又放弃不了。放弃不了，那就只能从头开始。虽然那次成绩给了我不少的打击，但也同时给了我很大的启发，让我明白了盲目努力是没有作用的，到头来只是竹篮打水一场空。那么怎么才能找到适合自己的学习方法呢。我想这也是很多同学想问的问题。如果你一直努力学习，并且善于总结，那么你一定会有属于自己的一套学习方法。如果你正在探索属于自己的方法。那么你需要认清自己现在的学习状态，找出自己的问题所在，有针对性、有目的性的去学习。比如，理综三科中的每一科都是可以分版块，逐个突破的，你可以找出自己是在哪一个版块上有不足，然后找题来练争取把题中的知识点练透。

如果有一科是你一直的弱差科，那么我认为最好的方法就听老师的话，首先你需要先做到跟上老师的步伐，在老师的指导下一步一个脚印的走稳、学扎实，基础知识扎实之后，就可以尝试攻克难题，难度最好一层一层递进，这也可以培养出你对这一科的自信。所以经过一学期努力，我的数学从60多分提升到了100多分。总排名也上升了392名。人们说要学走得先学爬放在我身上再恰当不过了。

接下来最重要的'就是坚持了，下决心容易，坚持却很难。在高三这栋大楼里，每天都有很多的同学下决心努力学习，可

能做到的一直努力学习的却又少之又少。就拿我本身来说，我自制力极差，学习也是阶段性的，某个阶段想学就会拼命的去学习，有时候放松了也就放松了，所以这导致我的成绩大起大落，没有稳定下来。对我而言，我认为这是我最大的弱点。放弃有15个笔划，坚持有16个，只多了一划，却成了我们成功路上最大的拦路虎。如何打败它，那么请同学们，每当想放弃时，想想父母，为什么他们能够数十年如一日的努力工作；想想师长，为什么他们能在自己的岗位上坚守一生；想想别人，为什么他们能登上你所不能达到的顶峰。

亲爱的同学们，你们觉得大字不识几个、英文只会说hi表面上看得过去、生活实际一无所有，真的很好吗？你以为你会被厚重的英语单词本所压垮吗？你以为你会倒在数学的枪林弹雨之下吗？你以为六十四篇文言文会折断你的脊梁吗？你以为这些会停止你的呼吸与脉搏吗？既然都不会，那有什么好怕的！

亲爱的同学们，读书吧！做题吧！做烦了，做疯了，就把书扔了，冷静一秒再捡回来继续看，周而复始，这就是简单枯燥的学习。为了自己高考后不颓废，为了自己十年后不后悔，为了父母鬓上出现的白发，加油努力吧！

在本周和下周，我们三个年级将迎来段考。祝愿同学们能乘风破浪万里浪，突出重围，取得理想的成绩。

我的演讲完毕，谢谢大家！