

爱自己的演讲稿(汇总8篇)

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。演讲稿对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写演讲稿呢？下面我给大家整理了一些演讲稿模板范文，希望能够帮助到大家。

爱自己的演讲稿篇一

大家好！

小树林的教室里，一场充满刺激的活动开始了……

首先是在指压板上单脚站立，这可难不倒我。只听老师一声令下，所有的体重都压在了右脚上。突然，一阵酸痛袭来，让毫无防备的我痛得龇牙咧嘴，只听“啪”的一声，我的脚落地了，我和指压板的第一场“恶战”以失败告终。还好这次是团战！我的两个队友以轻如飞燕、重如泰山之势完胜了指压板。

第二场是合作。鉴于我上一场的表现，决定让我在台下当观众，这也是我自愿的，怕连累了队友。“恶战”开始了，先前还若无其事的二人，之后腿开始颤抖起来，又因一人笑出了声，一步之差，全盘皆输，老师正要喊平局，在这千钧一发之时，两人轰然倒地，与指压板的第二场“恶战”以一秒之差输了。

第三场“恶战”可是我最拿手的跳格子，绝对不吹牛，看别人犹如蜻蜓点水般“飞”过，我的要点在于——快，只要快了，疼痛就会传得慢。可现实不同于想象，这种指压板是会移动的，当我跳到第三格时，用力一大，指压板往后滑，那时我身在半空，发现起跳的位置变远了，这一蹦之力完全不

够，最后我们一组以2：4的战绩惨败于指压板。

三局两胜，我们只赢了一局，在大比分1：3的情况下被指压板完虐。但是我相信，经过这一次的指压板三场“恶战”，下次我们绝对不会输！

爱自己的演讲稿篇二

大家好！今天，我站在这里，满怀信心地竞选班长！

我从小学开始，都只当过一些小官，例如：小组长、小队长，而班长这种大官，却让生来都胆小、缺乏信心的我面临着小学阶段的一大考验！可最终，我还是勇敢地站在了这里；我希望同学们相信我，给我这次机会，如果我竞选成功的话，我一定会做好这份工作！

如果我当选了班长，我一定会联合其他班委，搞好班级纪律、维护班级荣誉，帮助学习落后的同学，搞好学习，因为我们现在是以学习为主要的。

如果我是班长，我要自己先诚实、守信、乐于助人，从而把我们整个班变成在学校里数一数二的文明班级。

拿破仑说过：“不想当将军的士兵不是好士兵。”同样，班长也是这样的，如果我落选了，说明我还有很多不足，但我决不气馁，争取下届再选。

如果我当了班长，我将真诚地为大家服务，希望大家投我一票，谢谢！

爱自己的演讲稿篇三

大家好！

坚持的收获不仅限于名次的高低。如果只有金牌才能代表胜利，那既是对体育本质的曲解，也看低了体育为个人、为社会带来的精神能量。在跌宕起伏的赛场上，坚持是在不断地迎接对手，更是在不断地超越自我。

高娥，全运会八朝元老，1983年初踏五运会赛场，51岁这年又夺得十二运会女子飞碟多向金牌，为全运会的老将传奇写下最新注脚。

21岁的`刘馨阳，拖着一条残腿征战在全运会赛场，他的故事更让人动容。名列第五也许和赛前的期盼有落差，但这并不会磨损他对山地车运动那份执着坚持的热情。旁人会感叹他能如此自然地说起自己的伤残以及为了康复所付出的代价，但在他看来，坚持的理由没那么“残酷”，只因为从少年时代就喜爱骑车，只因为心中还有梦想去追求。

从某种程度上看，竞技场是残酷的，不管是明星还是新手，衡量成败的标准一目了然。北京奥运会冠军仲满的最后一届全运会，止步于男子佩剑个人八强，“还是太想要（金牌）了”，多年的坚持并不是都会有圆满结局，赛后他难免哽咽。

但坚持的收获不仅限于名次的高低。赛场上的竞争永无止境，如果只有金牌才能代表胜利，那既是对体育本质的曲解，也看低了体育为个人、为社会带来的精神能量。在跌宕起伏的赛场上，坚持是在不断地迎接对手，更是在不断地超越自我。以此来评判那些成绩上的失利者，既会多一点包容，更该多一份感悟。

“天下事有难易乎？为之，则难者亦易矣；不为，则易者亦难矣。”全运会赛场上，这样的故事每天都在上演。这样的启示，也正传递出体育之于生活的内涵。

我的发言到此结束，谢谢大家！

爱自己的演讲稿篇四

大家好！

在现代中国体育界上，有两位举世闻名的明星。一位是集所有冠军头衔的世界纪录12,888的保持者——刘翔。另一位是在爱情和事业上到了顶峰的“小巨人”——姚明。他们两位都有获得至高的荣耀，却依然还在自己所忠爱的地方奋斗。而给他们力量的是一种信念，是种超越自己的信念。

当然，不只是他们有更高的追求。我，一名普通的学生也有超越自己的目标。

我从小学二年级开始学习书法。每一笔每一个字我都用心去记，用心去写。所以，靠着这份努力，六年级时，我便拿到了我在全国获得的第一块奖牌。虽然只是一枚不起眼优秀奖牌。但它去给我无比的信心，第二年，还是那个时间，我收到的却是北京邮寄来的冠军证书，还被邀请去北京留影。同年，我又学习了双管齐下，成为全国第一批领略这种技法的学生，而那年的我还是初一，只有12岁。但不成熟的我却已经令人刮目相看了。因为我可以出现在收视率较高的湖南卫视中的晚间新闻了，可以出现在发行量不错的《洞庭之声》的报纸上，也可以出现在本地岳阳新闻中。我一点一点的长大，也一点一点拉近了我与在顶峰的自己的差距。

其实，突破自己并不需要有多大的成就，只要你努力，你觉得你比前一天、前一分、前一秒钟有进步就好了。

爸爸从我4岁时便到北京一个人去外面创业，每年大概只能与我相见4次左右，而且每次回来都很短。然而，就算时间再短，也少不了在楚河汉界上的一场厮杀，那便是下象棋。但结果每次都可以预料，那就是我被杀得片甲不留。但日复一日，年复一年。情形已大不如前。今年国庆时，爸又回来了，做例行的象棋大战。第一局虽然我败了，但我也拖得爸那方只

剩下了一只车和老将。第二局战鼓重擂，在先对掉一只车后，我又双炮轮番轰炸令对方防守已是残垣断壁。紧接着，我利用卒过河彻底打击掉了对方防守。便把全部兵力大举进攻，在撑过几回合之后便举起了白旗，宣告失败。这就意味着我终于战胜了不可逾越的神话。我突破了爸爸，也突破了自己。

其实，在一生之中，最好的朋友是自己，最大的敌人也是自己，只有战胜了称为敌人的自己，才能让最强自己和我做朋友。

爱自己的演讲稿篇五

天，阴沉沉的，没有一点生气，心情也随着天气慢慢低落。坐在车上，心中难免泛起层层波澜。

和以往一样，窗外的景物依然是老样子，并不特别显眼。这时，我眼里看见了一团团小小的，黑不溜秋的小东西，定神一瞧，原来是一只小蚊子很困难地扒在上面。它要爬上去吗？我继续观察着。

出乎我的意料，它并没有放弃，只是继续努力着。前触足蹬蹬，后触足随跟而上……好不容易爬上了一段路，一阵风刮来，轻而易举地就把它“打下去了”，就这样，它一次又一次重复着动作，不知经过了多少次，终于，它精疲力尽了。就在我觉得它要放弃时，它再一次让我震撼。它又一次伸出前足，后足一拉，但这次它好像汲取了经验：尽量撇开那些小水珠，左弯右拐地爬着。但我觉得这只是一种途劳，这样做，不止更让它更累吗？我真弄不懂。

不过小蚊虫好像能适应这种方法，不过一会儿，它已爬了不少路程，果然不出我所料，只见那团小小的黑东西慢慢向上，再向上便不见了踪影。

下车后，我心情明快起来，同时也为那只小蚊虫而祝贺，因

为从它身上，我感受到了人世间宝贵又平凡的勇气，更领悟到了——勇气的真谛：它是一把神奇的钥匙，能打开心灵的幽谷，便不幸者绝处逢生。更相信“勇气，能创造奇迹”。

爱自己的演讲稿篇六

每个人的身边都有一面哈哈镜，加上周围环境的渲染下，眼中的自己便会表现出各种夸张、不实的动作。人容易迷失于其中，对其迷恋或厌恶，但又必须走出来。直面最真实的人生，并创造精彩。

能善于认识自己，要有无畏和追求真实的勇气。

“真的勇士，敢于直面惨淡的人生，敢于正视淋漓的鲜血。”有勇气正视现实，是清醒认识自我的第一步。鲁迅先生在他国学习医学时，勇于面对人生，看清了中国的现实，也发现了自己心之所往，毅然决然地踏上了文学之路，誓从精神上救治他人。有的人沉迷于想象中完美的自己，便恣意妄为，丝毫不听从他人建议；有的人自卑于那个毫无是处的自己，从此一蹶不振。他们都缺乏勇气，缺少直面人生、正视自己的魄力。人无完人，美玉仍有瑕，但能够清醒认识自己，分明优劣势，便弥足珍贵了。

以目标为峰，不懈攀登，让你不断刷新自己的认知。

不去做，不去攀登，你永远不知道自己有多强，你永远不知道极限在哪。乔布斯当年从大学辍学，在一间车库里便开始了技术研发，没有人曾预想到有今天，但他也曾遇到失败，别人的不信任。一步一步走来，是他不停奋斗的足迹，用近乎极致对于完美的严苛铸就了苹果的奇迹和一个时代的巅峰。他也不断重新认知自己，不断寻求创新和改变，这是他的品质，也是苹果的品质，更是留给时代的记忆。

认识自己，最透彻的是探寻并遵从心灵抉择。

他是菊之隐者，淡泊处世，不为五斗米折腰。他写下《归去来兮辞》，不屑名利，赢得千古美名。他是陶渊明，他明白对于官场的厌恶，向往着闲适自然的田园生活，遵从了心灵的选择。他对于自己的认知是透彻的，是深入骨髓的，是直至灵魂的。不在意外界的评价、纷扰，只遵从内心。这是无比的纯粹、直白，却也鲜有人做到。人在世上，怕的是心早已随波逐流，迷失在碌碌无为的生活中，心上只有一层阴翳。正确认知自我，遵从心灵选择。

真实看待自己，勇于直面人生，不断奋斗，不偏离心之轨道。以最真实的态度勇敢生活，获得成功，驶向梦的彼岸。

爱自己的演讲稿篇七

雄鹰搏击长空，海燕唱退惊雷，只要将自己放飞，我们就是雄鹰，我们就是海燕，一千个零比不上一个一，一千次承诺，比不上一次付出，一千句空话，比不上一次实践，一千次徘徊，比不上一次放飞……人生的路最终得自己走，未来的蓝图只能在自己手中绘成。

有位哲人曾经这样说过：“人最难战胜的是自己，要挑战自己，战胜自我，要付出勇气的，也是最可贵的。”是呀，人的一生中谁没有战胜过，唯有自己是最难战胜的。

亚残运会的圣火已经熄灭，残运会赛场上那无数个闪耀着不屈精神，拼搏勇气的情景，已成为人们记忆中难以磨灭的片段，来自全世界的残疾人运动员，将精神富于运动，用残缺的肢体写下了对梦想的渴望和对自我超越的挑战。

古希腊哲学家德漠克里特有句名言：“所有胜利之中，战胜自己是最首要的，也是最伟大的胜利。”在走上赛场之前，残疾人运动员都需要战胜生活中最难以逾越的一个对手，那就是自己，生活为他们设置了不同寻常的障碍，他们的现实世界或是黑暗或是病苦，但内心世界却始终明亮与执着，在

赛场上他们超越了身体的羁绊，超越了心灵的障碍，用行动彰显信念，以信念迸发力量，他们向自己的残缺挑战，超越极限，让世界震撼。

也许有一天会晴天霹雳，也许会有风起云涌，我都会坦然面对，去承受。但同时，我会去挑战他们不可能做到的申请。

人类在不断地向天空冲击，为了摆脱了引力的束缚而不断努力，挑战自我，为了战胜自我，曾经那些爬珠木朗玛峰的人，曾经那些与斗牛搏斗。曾经与时间赛跑的人……这一切都是为了战胜自己。

为了挑战，有些人在挑战时，受伤，甚至死亡，这一切与挑战者逼近，这种勇气是永生的，这种精神是会长留下去的，因为人类正在向地球发起大挑战！

诚然，人类向大自然挑战的同时，也是向自己发起挑战，当刘易斯纵身一跃时，跨过“世界纪录”时，比原记录提前0.1秒冲过终点时，人们欢声雷动如痴如醉。永远怀着“更高、更快、更强”的信念去向极限挑战。

鹰在云海里独自飞翔，回首极目，是鹰的方向，它骄傲地长唳，向九里长空的极顶——冲刺！不知飞了多远，也不知飞了多长时间，它深深地吸了一口气，最后飞进了太阳里，慑了半个天穹！它说，我要挑战自己，战胜自己，晕了过去，当它醒了过后，发生自己不再是鹰了，而是成了涅槃不死的神——凤凰。

人的五个手指各有长短，我们每个人不可能都一样的聪明，总会有人是第一，也总有一个是倒数，这是必然的，而落后的人就应该甘于现状，任其发展吗？落后的人已经和其他人存在一大截差距，已经失去了很多赶超的机会，应该做的只有更努力奋斗的向他们靠近，而不是越离越远，但是也不能急于求成，努力一段时间却不见效便放弃了，这是不可取的。

我们不要和差距大的同学相比，这样会更累，甚至失去最后的信心，我们跟自己比，摆正位置，找准目标，每天进步一点点，便是很大的成功，当一次失败降临，不必心急不要气馁，更不要放弃努力，我们应该反省自己的行为与学习方法，及时调整，向困难挑战，顽强不屈服，努力坚持到底，这才是青春年少，风华正茂的我们所应该具有的。

鹰，它战胜了自己，使自己成为了一只凤凰，而我们呢，也会有那么一天的，正在努力挑战中，挑战着。

爱自己的演讲稿篇八

我们学校举行了一年一度的春季运动会。天气晴朗活泼，空气中充满了喜悦。

开幕式后，轰轰烈烈的音乐响起。这次运动会会有很多运动，我也参加了很多，让我班很自豪。

我们的——正面接力马上就要开始了。这时，田野里挤满了人，天气很热。一些学生举着标语为班级加油，另一些学生举着衣服和水为参与的学生加油。虽然天气很热，但他们为班级做出贡献的心永远不会冷。

我们同学马上就要上战场了。我是最棒的，我很紧张，害怕自己跑不好。数完人数，我们就跑。准备好，跑！老师说完后，对面的女生以不可阻挡的气势冲向我们。这时，我正要接过棍子，我很紧张，心想：我一定要好好跑！这次一定要拿第一！结果棍子过来了，我没接，就抱在怀里。我冲了出去。只听到风声和同学的喊叫声。我什么都不在乎，使劲往前冲。到了拿棍子的同学那里，我伸出手，同学顺利的拿着棍子冲了出去。但是因为刚才没有接好棍子，班级落后了，心里很愧疚，怕同学责备我，给班级丢脸。

眼看比赛就要结束了，在这个紧要关头，我们班传来不幸的

消息，有人掉了棍子。听到这个消息，我们的信心被摧毁了，这次没有希望了。

比赛结束后，没有一个学生的脸上充满了微笑。回来后，宋老师对我们说：“虽然我们没有拿第一，但是我们参加了。我们看重的.是过程，而不是结果。”是的，我们在学习的过程中战胜了自己，我们学习了，成功了！