

把握今天的演讲稿 把握自己的演讲稿(优秀5篇)

演讲稿也叫演讲词，是指在群众集会上或会议上发表讲话的文稿。演讲稿是进行宣传经常使用的一种文体。演讲的作用是表达个人的主张与见解，介绍一些学习、工作中的情况、经验，以便互相交流思想和感情。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？下面是小编帮大家整理的优秀演讲稿模板范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

把握今天的演讲稿篇一

关于把握自己的演讲稿，演讲稿又叫演说词，它是在大会上或其他公开场合发表个人的观点、见解和主张的文稿，关于把握自己的演讲稿怎么写，下面带来关于把握自己的演讲稿范文，欢迎阅读。

各位领导、老师、同学们：

晚上好！

我演讲的主题是《坚守诚信，把握自己》。

诚信，是我们中华民族的传统美德。

两千多年前，中国伟大的思想家、教育家孔子十分重视培养学生诚信的品质，留下了不少关于诚信的精辟论述，他说：“言必诚信，行必忠正。”“人而无信，不知其可也？”他的学生曾子也说：“吾日三省吾身：为人谋而不忠乎？与朋友交而不信乎？传不习乎？”在儒家看来，诚信是一个人的立身之本，是一个国家的立业之基，是我们民族的发展之源。

在漫漫历史长河中，凡有所作为的人无不是践行诚信的光辉模范。

晋文公退避三舍，不忘曾经的约定，终成一代霸主；刘邦约法三章，获得百姓信任，建立起千秋功业；韩信千金报饭恩，践守年轻时的诺言，演绎了一段千古佳话！

海尔集团曾有过一次这样的经历：在与客户签定合同后，由于种种原因，延误了发货时间，为了信守合同，公司决定采用空运，虽然多花了一大笔钱，却也因此赢得了信誉。

海尔总裁自豪地说：“我们之所以成功，是因为宁可失去所有的财产，也不愿失去信用。”“真诚到永远”已成为海尔获得成功的最好诠释！

然而，在21世纪的今天，诚信这一美德却渐渐被一些人淡忘甚至抛弃。

在现实生活中，到处充斥着不讲诚信的现象。

为了一己私利，有人充分发挥“想象力”，“发明”了各种欺骗人的手段：给奶粉添加三聚氰胺，利用他人的身份信息牟利，克隆盗用他人的银行卡……我们不能否认，他们中的某些人的确因此暂时获得一些好处，但我们没必要因此而不平，更没必要因此而羡慕。

我们正生活在这样一个时代，媒体发达，网络普及，人们道德意识普遍觉醒，我们的社会已经越来越透明，那些心存侥幸的不讲诚信的人更将无处藏身！闹得沸沸扬扬的“华南虎照事件”“躲猫猫事件”“罗彩霞事件”便是一个又一个明证。

美国堪萨斯城郊有一所名叫piper的高中，部分学生从互联网上抄袭了一些现成材料作为生物课作业，被任课女教师pelton判定为剽窃而面临留级危险。

女教师虽迫于学校家长的`压力愤而辞职，但她每天都接到十几个支持她或打算聘用她的电话。

一些公司传真给学校索要当事学生的名单，以确保公司今后永远不会录用这些不诚实的学生。

听了这样的故事，我们又怎能笑话美国人的小题大做，杞人忧天，我们感受到的只是“诚信”二字那沉甸甸的分量！

同学们，抄袭作弊，不正是我们身边最严重的不讲诚信的现象吗？千万不要以为这只是小事。

常言道“千里之堤，溃于蚁穴”，我们莆仙也有句俗语“小时偷摘瓜，长大会偷牛”，这些都在警诫我们不能因为事小而纵容自己。

让我们一起记住这么一句话：细节决定品质，诚信绝无小事。

我们的人生之路还很长远，不要因为眼前的小利牺牲诚信而丧失美好的前途！

也许你会说，我是的确遇到问题才出此下策的。

一遇到问题就抄袭作弊，近则无法牢固掌握知识，远则可能贻害终身，让自己始终背负不诚信的十字架艰难前行。

这里我还想提醒大家记住一句话：问题就是境界！遇到问题是学习的重要契机，独立思考，不轻易绕过，你就可能上升到一个新的高度。

勇敢地面对问题，应该是诚信的一个重要内容。

老师们，同学们，著名教育家陶行知说过：千教万教教人求真，千学万学学做真人。

作为文明的传承者，大家应视诚信如生命，从我做起，从现在做起，生活中时时处处讲诚信，让诚信的种子在自己纯净的心田生根，发芽，开花，结果。

坚守诚信，把握自己，这样我们就能仰无愧于天，俯不愧于地，心底坦然天地宽广！

最后让我们共同祝愿诚信的星辉在**一中的天空绽放永恒的光彩，让我们一起努力，把我们的学校构筑成为一片诚信的天堂！

谢谢大家！

当我们体验到生活的多彩多姿，听到那人发自内心的欢快笑声的时候；当我们喜上眉梢，投入那疯狂舞蹈的时候；当我们历经艰辛，终于欢庆胜利的时候，我们都可以到各种各样的积极人生的身影。

生命本身是短暂的，但是有的人过得丰富多彩，充满朝气和进取精神，有的人却生活得枯燥无味，没有一点风光和活力。

生活也许是一支笛、一张锣，吹之有声，敲之有声，全看你是不是积极去吹去敲，去创造自己生活的节奏和旋律。

有人说，我不会吹、不会敲怎么办，积极的人生会告诉你，不吹白不吹，不敲白不敲，消极等待只能浪费生命。

是的，活在世上，何必等待，何必懒惰。

等待等于自杀，懒汉也并不能延长生命的一分一秒。

躲避和退缩也不行。

要来的总归会来的，无论是困难、挫折、不如意，还是失恋、破产、疾病、死亡。

要挡也挡不住，想躲也躲不开，而且，你越是想躲开，它们就好像离你越近，老是缠着你，不让你脱身，不让你到欢乐的人群中去，不让你享受生命的欢乐。

何必如此呢？与其躲不开，退不了，不如走上前去，积极地投入生活，大胆地面对人生。

只有积极投入，积极思考，积极行动，才能把一切痛苦和事情推到一边，或者干脆创造一个新的、幸福的世界。

一切的一切，关键就在于投入，投入才能获得愉快。

看一场球就想自己去打一场，做一顿饭一定做得有色有香，进行一项实验就废寝忘食，写一篇文章会忘乎所以，一切都是那么吸引人，那么有趣味。

积极人生是一种自觉进取的人生，自觉是一个很重要的前提。

一个人珍惜自己的生命，发挥和享受自己的生命，全凭自觉的力量。

有了自觉，就可能少受环境和条件的限制，在各种情况下找到生活的突破口，在没有路的地方走出一条自己的路来。

积极投入人生，会使人们很快发现自己，包括自己的长处和短处，从而很快确定自己的生活目标。

从此，他就将把自己全部身心投入到人生的目标之中，开始排除万难，坚持不懈，直到获得成功为止。

尊敬的xxx□

有句话这样说：人的命，天注定。

大家同意这句话吗?(不同意)是的,我也不同意,命运就像是人生的方向盘,尽管决定着人生的走向,但别忘了,这个方向盘永远掌握在自己手中。

人生之路注定不会一帆风顺,命运也没有绝对的公平,很多人在面对失败和困难时受挫,轻言放弃为自己的人生奋斗,只是一味的控诉命运的不公,感叹生活的残忍。

他却忘了命运的方向盘永远握在自己手里。

很多人都听过刘伟吧,一个面对命运的不公永远坚强微笑,奋力拼搏的达人。

对他来说,10岁时的记忆,永远是那么残缺不全。

1997年,10岁的他因玩耍时不慎触电而永远失去了双臂,可他并没有放弃自己,他在病友的鼓励和帮助下学会了用脚吃饭,写字。

甚至于出于对运动的热爱,他用比别人多几倍的汗水学会了游泳并取得了骄人成绩。

可是,正当他认为自己找到了人生方向为2008年残奥会做准备时,命运又和他开了一个大大的玩笑。

由于高强度的体能消耗导致免疫力的下降,他不幸患上了过敏性紫癜,无法再进行运动。

刘伟的人生再一次陷入无边的黑暗。

在痛苦中挣扎的刘伟不甘心屈服于命运的安排,他毅然地决定学习钢琴,追求自己的音乐梦想,他生生凭借着毅力和汗水用双脚弹奏出了钢琴七级的水平,登上了维也纳金色大厅。

当命运的绳索无情地缚住双臂,当别人的目光叹息生命的悲

哀，他却用坚强的微笑，为梦想插上了翅膀，执着的谱写人生的华章。

现在有太多人太多的抱怨，失恋了，抱怨，喊疼；高考失利了，抱怨，喊疼；还有人因为自己走过弯路做过错事就认为自己一生都毁了，开始自我放弃，说自己的命不好。

其实，每个人的命运都掌握在自己手中。

擦干眼泪，去寻找真爱；擦干眼泪，重赴考场，考入理想的大学；擦干眼泪，改过自新，向大家展示出自己阳光积极的一面。

就这么简单，你的命运就被自己改写。

一位哲人说过，要么你驾驭生命，要么生命驾驭你，你的心态决定你是坐骑还是骑手。

我们不能改变际遇，却可以改变自己。

不在困难中放弃自己，不在失败中迷失自己，用双手扼住命运的咽喉，自己绘制人生的蓝图！

谢谢大家！

把握今天的演讲稿篇二

把握自己演讲稿300字，把握好自己，给自己的未来一片蔚蓝晴空，把握自己演讲稿300字怎么写，下面带来把握自己演讲稿300字范文，欢迎阅读。

把握自己，顾名思义就是把握好青春，自己的时间。充实并开心的过好每一天。

有人说过这么一句话：人的一生有三天，是昨天、今天和明天。是呀！人的一生既有无数个昨天，也有无数个今天和明天。昨天虽已成为历史，但我们要从中汲取教训，让今天的我们不在重犯昨天的错误，让明天的我走向成功。

我的生活是过得十分充实、愉快的，清晨，我早早的起了床，睁开朦胧的睡眼，拿出课本来，站在阳台上高声朗诵起来。直到太阳露出它可爱的圆脸时，我才放下手中的书。上午在老师的教诲声和同学们朗朗的读书声中飞快的溜走了，直到下午放学时，头顶掠过的归鸟提醒我该回家了。

临睡之前，我会细心的回忆今天发生的每一件事，并把值得纪念的事写进我的日记中，让它为我的日记增添独特的一道风景，还要回忆我不足的地方，好让明天的我更完美。

这就是我把握自己人生的方法，无论你的方法如何，你只要告诉自己，条条道路通罗马，你一定能找到属于你自己的方法。

时间如流水一去不复返，一天很快就过去了。在这段时间里你们学到了什么，做到了什么。我们不要将时间浪费在玩游戏上，所以我们要珍惜时间，把握自己。

没有一个人的人生是顺顺利利的，总有挫折来磨练你的意志。当我们在为梦想而努力时，希望就在前方。不管成绩怎么样，只要努力了，往后就不会后悔。妈妈说过“努力了不一定成功，不努力一定不会成功”。

不仅要为梦想而努力，而且要为其而坚持、奋斗。我病了差不多三年，我需要每天吃药，吃了药后胃口很好，很难干吃，不久我就胖了起来，为了减肥，妈妈要我每天坚持散步，坚持转呼啦圈，可是我“三天捕鱼，两天晒网”，减肥没成功，妈妈不能让我吃很多东西。我好郁闷啊！

在这段时间里我把握自己为梦想而奋斗，每天被五笔字型的字根表，偶尔写一写文章，虽然没获过奖，只要我努力，没有什么不能实现的。

每当我看见别人能够读书，我就很羡慕。当我听到有自考的项目时，我高兴地蹦起来，终于可以读书了，我的愿望终于可以实现了。但自学需要把握自己去努力。

把握自己，把握时间，再加上努力奋斗，你们的梦想一定会实现。

今天，我学习了“警惕电子杀手，告别网吧”的演讲稿。这篇演讲稿让我很受感触。

听说，有一名高三学生在一家网吧玩游戏时不幸猝死。我在没有学习这篇演讲稿前，以为这只是别人瞎说的，而并没有在意。可是，现在我才知道网络能造就人才，也能诱使许多对事物辨别能力差的人走向无底深渊。这可怕的网络，我不能被他所控制住、所奴役，不要被网吧那些看不见的陷阱埋葬自己的花样年华！

以前，我一放学回家，就放下书包，水也不喝，也不休息一会儿，连忙坐在电脑前，什么都不管，玩网络游戏，这时的我，已经被它所控制住了，玩了一次有一次，明明说好了只玩半个小时，可是怎么也不想下来。

这是，妈妈叫道：“吃饭啦。”我生气地说道：“吵什么吵，我正玩得开心呢，别打扰我！”我竟然会对妈妈说出这样的话。这件事过后，我觉得网络对我们小学生来说是一种毒，只要吸上了毒，就越想吸个过瘾。

还有一次，我找妈妈要钱说：“妈妈，您给我钱，我想去外面买东西吃。”妈妈答应了，并给了我钱。其实我并不是去买零食，而是去充值，充一些网络游戏上面的东西，回来的

时候，我就说我买的東西在路上吃完了。说完，然后有在电脑前上网。

我决定，为了我的美好未来，把握好自己，给自己的未来一片蔚藍晴空。

有人说“哪里跌倒，就从哪里爬起”。是的，站在人生彷徨的十字人口，怎么不可能遇到一些挫折呢？要想克服这些困难，就必须从把握自己开始。

如果人生只有三天，活在昨天的人只能迷惑；活在明天的人只能等待；如果这样，为什么不活在今天呢，只有活在今天的人才最踏实。我热爱生活，也热爱自己，我也希望我的人生能过的美好。

要想把握自己，就必须从生活的一滴一滴做起。我怀念以前，怀念以前你无知的傻样子，虽然有点傻，但给了我不少教训。我还回忆着二年级的那天，因为我的书法不好，同学们都和我很少来往，我也开始冷淡了他们。但有时我也会去惹他们。这不，我又和他们“打打杀杀”了。

把握今天的演讲稿篇三

大家好！

在生活中我们面对诱惑与考验，每一个人都需要“定力”，平和的心态恰恰能为我们持有“定力”带来的一股力量。朋友，在人生的旅途上，别忘了带上一张精致的，而且能帮助你走得更好的名片——相信自己但也听取别人的意见，来把握自己的人生吧！我的演讲结束了！谢谢大家！

把握今天的演讲稿篇四

总有一天，时间会带走我的青春，但至少我现在拥有着，并且一直在努力。把握自己，才会有更好的明天。下面是小编为大家收集关于把握自己的演讲稿，欢迎借鉴参考。

各位老师，同学：大家好！

在生活中我们面对诱惑与考验，每一个人都需要“定力”，平和的心态恰恰能为我们持有“定力”带来的一股力量。朋友，在人生的旅途上，别忘了带上一张精致的，而且能帮助你走得更好的名片——相信自己但也听取别人的意见，来把握自己的人生吧！我的演讲结束了！谢谢大家！

大家好，今天想和大家说说有关“把握自己”的一些想法。

我们一起度过的青春岁月，充满了惊喜和幸福，也有无数的烦恼。但我只想掌握自己的节奏，调整好心态，再多的麻烦也不怕。

因为年轻，我可以在困境中呼喊，然后沉思；我可以失败，也可以硬着头前进；我可以随时随地喊出我的梦想；我可以和每个朋友分担困难。

青春是一条曲折而耐人寻味的山路，每一步都有那么多的新奇，却总是遇到挫折。虽然道路艰难，但青春是最好的盾牌。青春，让我在跌倒的时候，勇敢站起来，拍拍身上的尘土，继续大步向前。

我从不满足，总是爱幻想风的感觉。有了梦想，我会飞得更高，很远，当然，摔得更疼。老鹰警告我：你离我很远！仔细看，原来天空下，我是那么的渺小和脆弱，我既没有鹰的美丽，也没有鸟的轻盈。

原来，我只有青春。但我尽我最大的努力不让自己感到自卑，保持快乐和积极的态度，我会让自己飞得更高。

青春往往是孤独的，独自走过一站又一站，独自面对青春的蜕变，我要一边努力一边等待，等待毛毛虫蜕变成蝴蝶的那一刻。

在等待中，我似乎要学会什么，至少，我要坚强，不要放肆流泪；至少，我用微笑面对生活，对于失去，我要学会宽容。

虽然，总有一天，时间会带走我的青春，但至少我现在拥有着，并且一直在努力。把握自己，才会有更好的明天。

伴着青春走过的日子，我进取，我勇敢，我快乐，我自豪，我也懂得把握自己。

我的话到此结束，谢谢大家。

对于受挫于起点，失意于前段的黯然情结，命运会赐予它一件最妙的补偿，那就是从哪里跌倒，就从哪里爬起来，使他带着现实的态度，以现实的稳健步伐走下去，去履行自己的人生，去实现自身的价值。生命的好处，也正是在这个时候才像春天吐芽一般，一点一点地显露出来。人生的魅力，在于时时可以从痛苦的阴冷角落里启程，走向花明晴光的远途，走向没有遗憾的未来。即使千帆过尽，还有满载希冀的第1001艘船，只要心中的梦歌不灭，就不会被孤独地抛在岸边。不论在哪里，蒙受失败，都有机会从容整理行装，然后再欣然启程，这就是幸福的根蒂，也是你我永生的财富。

滴水足以穿石。您每一天的努力，即使只是一个小动作，持之以恒，都将是明日成功的基础。所有的努力，所有一滴的耕耘，在时光的沙漏里滴逝后，萃取而出的成果将是掷地有声，众人艳羡的“成功之果”。

我是自然界最伟大的奇迹。

我不是随意来到这个世界上的。我生来应为高山，而非草芥。从今往后，我要竭尽全力成为群峰之巅，将我的潜能发挥到最大限度。我要吸取前人的经验，了解自己以及手中的货物，这样才能成倍地增加销量。我要字斟句酌，反复推敲推销时用的语言，因为这是成就事业的关键。我绝不忘记，许多成功的沟通，其实只有一套说词，却能使他们无往不利。人生之光荣，不在永不失败，而在能屡仆屡起。对每次跌倒而立刻站起来、每次坠地反像皮球一样跳得更高的人，是无所谓失败的。

命运的转轮始终都在转动，我们的幸运就在做出勇敢选择的那一秒钟，某一天当你回味你做选择的那一刻，你会扬起嘴角微笑，人生是一条没有尽头的路，不要留恋逝去的梦，把命运掌握在自己手中，艰难前行的人生途中，就会充满希望和成功！——看好你的选择。

把握今天的演讲稿篇五

大家好！

青春像一首歌，谱写着高低起伏的曲调；青春像一首诗，吟诵着抑扬顿挫的节奏；青春又一幅画，描摹着色彩艳丽的色调。青春年代充满了激情与好奇、无规则的叛逆与无拘束的个性，所以，我们的青春年代是放肆的。

青春的我不喜欢拘束，喜欢搞恶作剧，不喜欢学习却喜欢玩乐，这就是青春的我。青春的我特别喜欢玩，玩起来几乎可以达到科学家忘我的境界。体育课上我们不喜欢到户外玩，却喜欢躲在班级里斗地主，可是我们幼稚的做法却逃不过老师的“鹰眼”，当我们被老师批评的时候，虽然很没面子，可是心中却无怨无悔。因为我们的青春只有一次，青春是允

许犯错的，每当这样安慰自己之后，我们就一点都不自责了。

清楚地记得那次运动会，由于学校领导的误判，本应当是第一的我们却排在了第二名，为此我们集体去找领导讨要说法，虽然被领导说成是“造反”，可是为了公平，我们义无反顾。苦心人天不负，经过积极努力，我们终于得到了“平反”。这就是我们的青春，我们天不怕地不怕，敢于同不合理的事情作斗争，我们简单而真实。

青春的日子里，很多事情是不好把握的。可能仅仅因为一点小事，我们竟大打出手，可是事情过后，却又极度后悔，于是我们相逢一笑泯恩仇。也许那只是彼此轻轻的一个拥抱，可是换回来的是彼此更加深厚的友谊。因为我们青春，所以我们难免冲动，重要的是我们能够认识到自己的错误。这时我们想到了那句“人非圣贤孰能无过”的话语，青春就这样放肆而没有收揽。

青春的路上不是永远洒满阳光，有时也会有雨天。相处了两年的好友突然要离开了，我们便会无所顾忌地左眼淌出黄河、右眼流出长江，自己简直就成了一个泪人。因为，在那一刻，没有比哭更能表达我们心情的方式了。任凭泪水打湿了衣襟，我们的眼睛也红得几乎可以当马路上的红灯。哭过之后，我们能够迅速地从难过中走出来，可能一转身，您就看到的就是我们的笑脸，我们就是这样难以捉摸。

青春是短暂的，它对我们来说只有一次，我们不希望美丽的季节过早地打上束缚的影子，我们需要的就是活出真实的自己。在茫茫的人生征途中，有几个人能够活出自己真实的色彩？更多的时候，他们都是带了一双隐形的眼镜和虚伪的面纱，那样真的很累很累。而我们却不同了，我们的青春是放肆的，放肆就是对真实的诠释，虽然我们不被人看好，可是我们无怨无悔！