

# 2023年做自己英文演讲稿(实用7篇)

演讲稿要求内容充实，条理清楚，重点突出。在社会发展不断提速的今天，演讲稿在我们的视野里出现的频率越来越高。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？以下我给大家整理了一些优质的演讲稿模板范文，希望对大家能够有所帮助。

## 做自己英文演讲稿篇一

亲爱的同学们：

早上好！

我今天演讲的题目是《坚守本心 做真实的自己》。

十六、七岁的你们，正值花季。同时也处在成长的青春期，青春期的你们需要反抗、需要证明自己、更需要超越。

青春期是一个人价值观形成的关键阶段。“价值观”这个词听起来空洞，实则不然。一个人的价值观是他衡量是非、对错、善恶、成败的标准，而这个标准因人而异。一个人的价值观受很多当面的影响，例如社会、家庭、学校和朋友。而十六、七岁的你们正是在多方面观点的影响下，逐步形成自己的“价值观”。而来自家庭、学校的教育你们已经听腻了，很多时候你们心里知道对，但也要反抗，这就是青春期的“逆反”。很多时候，你们不但对父母、对老师逆反，甚至对自己也逆反。那是因为你们还没有形成自己的“价值观”，还没有找到要“坚守的本心”。

在这个信息化的时代，世界因为网络变小了，人们的生活节奏变快了，智能手机把网络上的各种信息带到了每个人的“手边”。近年来，“网红”成了网络上被追捧的主题之一，其中有很多积极上进、传播正能量的人。同时，也不乏一夜成名者、不择手段炒作的人。很多人羡慕、模仿“网红”的形象、言谈，

对“网红”的观点深信不疑。“网红”的出现冲击着人们的“价值观”，而对于青春期的同学们更是有着深远的影响。面对网络上的海量信息，我们必须要有选择地接受，在网络世界漫游的同时，让自己成长为那个“真实的自己”！

同学们，希望我的演讲能引发你们的思考：你的“本心”是什么？什么样的你才是那个美好的“真实的自己”！

## 做自己英文演讲稿篇二

敬爱的老师、亲爱的同学们：

大家早上好！我是初一（4）班的汤紫琪。今天，我演讲的题目是“孝，从爱自己开始”。

我们歌颂生命，因为生命是宝贵的，它属于我们只有一次；我们热爱生命，因为生命是美好的，它让我们的人生焕发出炫目的光彩。我们行孝尽孝，就应从珍爱我们自己的生命开始。面对学习、生活中可能存在的隐患和潜在的种种危险，你是否做好了一切准备严加防范。

据统计，我国每年大约有1.6万名中小學生非正常死亡，中小學生因安全事故、食物中毒、溺水等死亡的平均每天有40多人。校园安全涉及到青少年生活和学习方面的安全隐患有20种之多，这些安全隐患时刻在威胁着我们的健康成长，而导致悲剧发生的一个重要原因，就是我们欠缺安全防卫知识，自我保护能力差。为了让校园安全的警钟长鸣，为了让同学们了解更多的安全知识，下面，我从游泳方面的安全知识谈谈自己的理解。

同学们，初夏已到，又到了游泳的季节。游泳是青少年喜爱的运动，如果没有足够的安全防患意识，常常会发生溺水事件。为了防止溺水事件发生，我们一定要注意以下几点：

1、学游泳一定要在游泳池里的浅水区内，并且要有识水性的人陪同。

2、学会游泳之后，没有人带领也不能在江河湖海或池塘里游泳。即使在这些地方游泳，下水之前要先观察地形情况，遇到水中有暗流或漩涡、乱石、水草或淤泥等，要赶紧离开，以免陷在淤泥里、卡在暗礁中或被水草缠住不能脱身。在不明水下情况的地方绝对不能跳水。

3、游泳前应考虑身体状况，如果太饱、太饿或过度疲劳时不要游泳；下水前试试水温，若水太冷，就不要下水；泳前先在四肢擦些水以适应水温，不要立刻跳入水中，以免抽筋出现溺水事故。

4、游泳时如出现胸痛，可边用力压胸口，边向岸边靠拢。如腹部疼痛，

最好喝一些热的饮料或热汤，以保持身体温度。

同学们，我国古老的《孝经》开篇说：“身体发肤，受之父母，不可毁伤，孝之始也。”世上每个人都是父母生、父母养，所以行孝尽孝要从珍惜自己的生命开始。天底下最真的是母爱，在5·12地震来临的时候，一位母亲用自己的身体护住了自己的宝宝，倒塌的房屋夺走了这位母亲的生命，她用自己的死换来了她孩子的生。就在她生命的最后一息，她用最后一点精力在手机上写了这样一则短信，她对孩子说：“宝贝，如果你能活着，记住，妈妈是最爱你的。”这就是人的本性。天地之间人为贵，保全好父母给自己的身体是孝敬父母的前提。让我们一起注意安全，珍爱自己的生命，勤奋学习，尽自己的努力去感恩、孝敬生养我们的父母吧！

## 做自己英文演讲稿篇三

尊敬的各位老师，各位评委，以及在坐的各位同学们：

大家好：！我演讲的题目是《我为自己的选择骄傲》。

时光匆匆，来这个学校已经一年多了，在这一年多里，我时常喜欢好友漫步于校园，在夕阳的余辉下，欣赏着我们校园的美丽。不知不觉中，我深深地喜欢上了乡村角落中的这道亮丽的风景，我为自己当初选择这所学校而骄傲。我们高中生活中大部分的时间都是在校园中度过。因此，校园处处洋溢着师生浓情，那响着我们串串笑声的教室，那记录着我们一行行脚步的操场以及那映照着我们一次次活动的路灯，都无不勾起我们的回忆，无不勾起我们的深情，无不引起我们的深思。

不，我不相信，我要靠自己的努力来收获成功的喜悦。我开始专心听老师讲课，认真做好笔记，课余时间我多找老师交流做到不懂就问。通过我的努力，我的成绩慢慢地有了起色，我也开始对自己有了信心。伟大诗人泰戈尔说过“当你错过太阳时你流了泪，那么你也要错过群星了。”我不再因为中考的失利而自怨自艾了，我要抓住现在这个机会，好好的学习文化知识和专业知识，哪怕开始还只有丁点的进步，但那毕竟已经开始了呀，我相信，在所有老师和同学的帮助下，我一定会取得更大进步的。

今年暑假，又有几百名一年级的同学来到了我们的学校，为我们的学校注入了新的活力。他们带着好奇的心情，抱着对知识的渴望和对未来的憧憬，和我当年一样，走进了这里。我想对他们说，你们的选择是正确的。看，这里有整齐美观的两座教学大楼，有舒适干净的寝室，有宽敞可以让你驰骋的篮球场，还有那几十位在默默奉献如父母般疼爱我们的老师。亲爱的学弟学妹们，你们大可以在这里安心地学习和生活，我相信，三年后的你们，一定不会遗憾今天的选择。

学校啊！我喜欢你！纵有李白杜甫的文思，也难以写出我对你的喜爱之情；纵有齐白石的丹青妙笔，也描绘不出你风姿的神韵；纵有贝多芬的音乐旋律，也奏不出你在我心中激起

的涟漪。正因为有你，我们的生活才变得丰富多彩，正因为有你，才能让知识的果实丰富我们的视野，才能让我们从懵懂的今天走向拥有美好未来的明天。

又是一个丹桂飘香的季节，又是一个收获的季节，面对如花似锦的校园，我们没有理由不去好好学习，我们要用自己的智慧和才能把校园建设得更美好。同学们，让我们一起努力吧，别再把美好的青春年华浪费在玩网络游戏上，别让最好的学习时光在你的手中悄悄流逝。生命对于我们每个人都只有一次，让我们好好珍惜时光，在综合中专这个大家庭里，走好我们人生中重要的一段路程。

同学们，为了自己，为了报答我们的老师和父母，为了长大后能在社会上找到自己的一席之地，让我们用智慧和勇气去扬起理想的风帆，用我们的青春和生命奏响时代的凯歌吧，明天的我们，一定是最棒的！

谢谢大家！

## 做自己英文演讲稿篇四

世界是丰富多彩的，人生也是这样。每个人都拥有不同的人生，唯有做最好的自己，才会让生命闪光。

正因为有了花儿，这世界才变得芬芳；正因为有了鸟儿，天空才学会歌唱；正因为有了风儿，柳枝才学会舞蹈；正因为有了树儿，炎夏里才有了荫凉。每件事物，在世界上都有着不同的位置，人，也是这样。也许，你不曾拥有出众的外表，也许，你不曾拥有敏捷的头脑，也许，你不曾拥有惊人的智慧，但是，要记住，你就是你，你在这世界上独一无二的存在着。要相信，“天生我材必有用”，只要做最好的自己，你就将是下一个奇迹！

我曾听说过这样一个故事：一天清早，一个园丁走进花园，

竟然发现一大片的花草树木都奄奄一息，了无生气。惊讶之余，他问榕树究竟发生了什么事，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，能结出可口的果子。但是一旁的苹果树也在抱怨，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，只见它生机盎然，一身绿意。“你为什么在如此消沉的环境中仍能昂首挺立着”园丁好奇地问。不起眼的小花快乐地回答：“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，我也就很快乐啊！”

是棵茂盛的榕树，就不要去羡慕松树的挺拔，是棵高大的松树，就不要羡慕能结出美味的果实的苹果树，是棵丰收的苹果树，就不要羡慕芬芳的槐树。每个事物的存在都有它存在的原因，不要过分的羡慕别人，从而漠视自己的存在。我们在座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。

说到这里又有人会问，那么该怎样做最好的自己呢？

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，有什么兴趣和爱好，有什么理想和志向。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。无论你的家庭富有与否，你的父母是否都是知识分子，你都要承认他，坦然接受他；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，因为天外有天，人外有人，和别人比较，你永远都成不了最好的一个，你也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。

让我们从此刻开始，做最好的自己！

## 做自己英文演讲稿篇五

大家好！

那么，我的角色又是什么呢？神经大条？细心安静？待人接物彬彬有礼？性格泼辣？……我迷失在这些词语中，茫然无措的看着它们，嘴角扯起一丝苦涩的笑意，望向窗外，在这深夜的夜晚，街上没有一个人，只有路灯在坚守着，而人们对它的定义却只有一个——为人们照亮路。我想，这就是它的人设吧，平平淡淡，没有争抢，只为别人着想，这就是它在这个世界上的意义，这就是它的含义。

其实，我还不如这路灯。至少它还知道它在这世界上的意义，而我却连自己存在的意义都找不到。它至少知道自己是什么样的人，而我连自己是谁都不知道了。是不是很可笑。

我在这个世上一一直在装，装自己很有责任感，很能忍，很能为他人着想，我一直在一个集体中装作自己很有领导能力，能够自己带领大家做好集体中的每一件事，装作自己大大咧咧，神经大条，不在乎别人的看法。

但可笑的是，最后我竟把自己给绕进了这个大圈子中。我一直想要找到一个可以懂我的人，但是，现在很多我的那些所谓的“好朋友”，一个个都只懂我的外表，而一点都不懂我，并且我一点都不希望她们能懂我。因为我从小因为是女孩，就受过很多人讨厌，一旦做错了事（有时甚至是别人诬陷的），就会遭受千夫所指。而一旦我做了好事，就一个个都会黏上来，一个个都要抢功劳。

慢慢的，我长大了。我逐渐明白，只有我变得强大，别人才

不敢欺负我，只有我更努力，获得出色的成绩，才能让别人不能轻视。

仅仅就因为我是女孩，所以我就不能与他人平等对待，不能获得与他人平等的权利。

我现在日渐强大，没人敢欺负我。但我还是希望能够有一个人能够走进我的生活，走进我的心，唤起昔日的我，让我能够找到真正的自己。

那个人，你在哪里？

真正的自己，你又在哪里？

## 做自己英文演讲稿篇六

各位：

大家好！

路漫漫其修远兮，吾将上下而求索，在这漫漫人生路中，有挫折、有批评、有喜悦、有张狂……但心灵告诉我们：无须言，做自己。

多少次我们面对事情很迷茫，多少次我们在众说纷纭中乱了方向。这时，心灵总会提醒我们：无须言，做自己。做自己需要勇气，你是否敢于面对外人的冷眼旁观？你是否勇于展现自己？做自己需要耐力，你能否忍住外界的冷嘲热讽？你能否耐住寂寞，坚守自我？人生如一条船，勇气做帆，耐力做桨，方可乘风破浪；人生如一坛酒，勇气去酝酿，耐力去贮藏，方可醇厚芳香。

曾经我们在黑暗中处处碰壁，曾经我们无数次跌倒又爬起，这时心灵总会温柔地说：无须言，做自己。坚强些，勇敢地



面对探索路上的困难；乐观些，用微笑去征服人生路上的挫折。你看，那荆棘满路中藏着的怒放的玫瑰，是上帝给成功者最美的礼物。善于发现并改正自己的错误，你就会在一点一滴中进步。善于总结经验和吸取教训，你就会在磨炼中日益成熟。加油，要坚强！笑看风霜雨雪，去争取绚丽的雨后彩虹。当你自信满满、顶天立地做自己时，你就会发现，所有的泪水、汗水通通化为美丽的珍珠。

有时成功的先例难以模仿，不要恼火，不用慌张，心灵的开导会带给你无穷的力量：无须言，做自己。借鉴只是方法，而独创才是目的。博采众家之长，补己之短，才能走向完美。拘泥于模仿，毫无创新，只能是身陷其中，举步维艰。学习与模仿都只是引子，开阔你的视野，如果没有自我创新，哪有发展与未来？仰慕成功最可行的途径是学习前人成功的方法。有了好方法，创新就会如鱼得水般畅快。

有时创新的萌芽容易被扼杀，那是因为外界对新事物的认识需要时间。无须言，做自己。时间将是最公正的裁判，先进的事物会渡过时间的长河，日益显露；落后的事物却只能葬身于时间的惊涛骇浪，永远沉寂。人们往往乐于发表对新事物的看法，但这些意见与建议是对是错只有你自己最清楚。择优而从，取其精华，创新才能逐渐进步。

做自己，让迷途的心灵之船找回正确的航向；做自己，让风雨中的心灵之花永远顽强地绽放；做自己，让我们一步步走向成功，迈向辉煌。

## 做自己英文演讲稿篇七

老师们，同学们：

大家上午好，今天我演讲的题目是：做最出色的自己。

首先我想说一段材料：在xx年教育进展国际评估组织对全

球21个国家进行的调查显示中国孩子的计算能力排名世界第一，想像力却排名倒数第一，创造力排名倒数第五。真是让人难以想象，竟然有4个国家的创造力比我们还差！看来我们的想像力的确匮乏，然而这就是我们接受20xx年教育的结果。

我再想请问各位同学，你们是否有自己的理想，而不是我们父母的，或者说我们大家坐在教室里承受着变味的教育带给我们的痛苦为的是什么呢？仅仅为了考一个好大学？为了一纸文凭？再然后呢？为了一个好工作？为了有好多好多钱？难道这些就是我们用整个青春作为交易所换来的？这不是生活，这仅仅只是生存。然而可悲的是，我们之中有多少人即使付出了整个青春，也换不来这些庸俗的东西。这就是我们的悲哀，因为没有理想，别人这样，我们也就这样，因为没有理想，我们沉默，我们屈服，我们麻木。

同学们，我想我们可以醒来了，问问你自己，你喜欢什么，你想从事什么，而不是父母让我们喜欢什么，父母让我们从事什么。

同学们，我并非排斥学习，而是希望我们大家可以为了自己的理想而学习，学习自己想学的知识，我们是人，不是机器，就算是机器，也不是学校为了提高升学率的机器。这是一个多么简单的道理，然而有多少人不明白这个。

同学们，不要再去倾听枯燥乏味的说教，也别试图去补救无望的过失，别再愚昧庸俗的事上浪费生命，那些是我们这个时代病态的目标和虚假的理想，去过你美妙的生活吧，去做最出色的自己！

我鼓起了勇气，私自改变了原来要说的内容，希望大家能有所思考。江成博的演讲稿

谢谢，我的演讲完了。