

2023年做你自己就好演讲稿(优质10篇)

演讲稿是进行演讲的依据，是对演讲内容和形式的规范和提示，它体现着演讲的目的和手段。大家想知道怎么样才能写得一篇好的演讲稿吗？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看看。

做你自己就好演讲稿篇一

大家上午好。我是1号选手，我叫张梁孜。我演讲的题目叫做《我自己》。我先问大家一个问题：说起“我自己”这个词，大家的感受会是怎样的.....ok下面让我说说我自己。

我是一个开朗的女孩，喜欢笑，但是我的牙齿不太漂亮。我出生在一个平凡的家庭。现在，我和你们一样，只是一个普普通通的小学生。来学习知识，报答我们的父母和老师。用我们的智慧来丰富祖国，来改变这个社会。

每个女孩都被父母护着。无论你有多大，无论你走的有多远。父母每天都会定时给你打一通电话问候。我也是一样。不过我还没有长大，还没有离开自己的父母，自己去打拼。

在我看来，每个人都拥有自己的梦想。因为他是我们前进的方向。人的一生不就是在为梦想中的自己而奋斗的吗？如果有一天，我们超越自我，就能展翅高飞，前途无量。我也是一样。曾经我也为我的梦想疯狂过、努力过。道路漫长、坎坷万分。让我们一起努力。

在学校，我学习中上游，并不出众。由于我的个子不高，有时同学们会嘲笑我，但是和同学们相处了五年，渐渐的已经习惯了这个称号，甚至有时候觉得这个称号对于我来说非常的重要。学校的生活是快乐的，我们的前途是无量的。学校里的同学、死党、闺蜜、哥们都给予了我很多的帮助。那么

让我们一起冲向我们的第一个梦想。

谢谢大家、我的演讲结束。

做你自己就好演讲稿篇二

大家下午好！今天我们演讲的主题是做的自己。

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，做一朵的小花，于是，我也就很快快乐啊！

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，做的自己。当然不是和别人比，因为天外有天，人外有人，和别人比较，你永远都成不了的一个，你也永远享受不到那种喜悦。，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，你完全可以成为的自己。

作为一名现代社会中的初中生，学会做的自己尤为重要，因为只有这样才能在不断超越自我的同时超越别人，跨上更高的一级人生台阶。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，使每一天都更加多姿多彩。

让我们从此刻开始，做的自己！

谢谢大家，我们的演讲完毕！

做你自己就好演讲稿篇三

大家早上好!

伴着三月的春风，我们又背上书包，踏上新的学习征程，此时此刻，你们有没有感到背后有一双双充满殷切希望的眼睛?有没有感到行囊的沉重?因为那里面装满了全家人的期望!

安全是天!因为，人的生命只有且仅仅只有一次，所以我们要珍惜自己宝贵的生命。珍惜生命首先要注意安全。

在学校里，安全的环境是我们平安学习、生活的前提和保障。因此，我们必须牢记“安全无小事”、“隐患就是事故”。千万不要等到事故发生了，安全失去了，才发现它的珍贵!

1、注意校内安全：课间文明休息，不大声喧哗，不追逐打闹，上下楼梯不奔跑，不嬉戏;不乱动教室内的电源插座，不要用湿布擦电器开关，学习安全用电、并养成“人走断电”好习惯;掌握必要的防火知识，认真参加防火逃生演练。

2、注意交通安全：同学们在上放学途中注意交通安全，过马路不得翻越隔离栏，注意来往车辆;要做到红灯停、绿灯行。

就餐，绝不要随便出入校门到流动摊点购买零食。珍爱生命
演讲稿4、学生应讲文明，讲礼貌，遵纪守法。在同学间遇到矛盾时，一定要冷静，要理智，切忌用拳头代替说理，给自己和同学带来不良的后果。

5、提高自我保护意识和能力：同学们受到意外伤害，很多是没有想到潜在的危险、没有自我保护意识造成的。放学后按时回家，不再街上逗留，不与陌生人交往，不接受陌生人馈赠礼物，不随意在网上和陌生人聊天，更不要随便告知陌生人自己的真实情况，以免被欺骗。

同学们，青春是美丽的，但它不会重来；生命是宝贵的，但它又很脆弱。所以我们必须强化安全意识，掌握安全措施，保障安全，让自己的生命和青春放射出灿烂的光彩。

珍爱生命，安全第一！一人安全，全家幸福；一人上学，全家期盼。

做你自己就好演讲稿篇四

我还是个知错就改的好孩子。有时候，我作业写得非常马虎，爸爸检查一看，我的字写得很乱，就让我重写一遍，直到我和爸爸都满意为止。

我还是个乐于助人的好孩子。在路上，我看见的人有很多，就像天上的星星，数也数不清。但是那一位清洁工阿姨在路上被人意外地撞倒了，也没有人看见，没有人去帮助。我连忙下车，把那位阿姨从地上扶了起来，发现她的手受伤了，我快速拿来纸巾，给她包扎伤口。

俗话说：“丝瓜花，南瓜花，人家不夸自家夸。”我的爱好也很广泛，读书、阅读、写作都是我的最爱，它们像一颗颗璀璨夺目的珍珠，照的人眼花缭乱。

学习，我是班级里的学习分子。我的成绩比较理想，那是因为我认真仔细。上课时，我积极发扬回答问题，下课，我会将上课的内容做个整理。然后认真复习，学习，这是一件多么重要的事情，这是一个多么好的时间，这是一个多么好的名字。为什么会有那么多的人不爱学习呢？这令我疑惑不解。

我在阅读方面认真品读，体会文中深刻的含义，了解它那深奥的道理。细心品读，总能读出一些好滋味。阅读时，我不出声，在心里默默地读，默默地想。阅读是要看我们平时对字的积累，对字的认识，只要有感情的去阅读每一篇文章，那么，我一定会知道其中所蕴含的奥秘。

我在写作方面也很认真。写作是一门功夫，许多诗人都是从简简单单的写作开始。写作需要花许多时间和精力去思考，去想象。给你一个自由想象的空间，让你去蔚蓝的天空展翅高飞，寻找答案。写作，马虎不得，用上优美的语句，用上许多的说明方法，用上想象的词句。才能将作文写得通顺，完美。

每个人都有属于自己的优点，也有属于自己的缺点，准确来说，没有一个人是十全十美的，只有用优点去掩饰缺点。我的优点还有许许多多，缺点固然也会有许多。总之，还有许多优点，我就不重点讲述了。免得你们认为我是一个“自恋狂”想王婆卖瓜一样，自卖自夸。

谢谢大家！我的演讲结束了。

做你自己就好演讲稿篇五

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！

谢谢，我的演讲完了。

做你自己就好演讲稿篇六

大家好！

同时我也羡慕那些家里有钱而且父母有文化的孩子，他们看中的名牌衣服和高档玩具父母都可以满足他们，而学习上遇到困难时也可以向父母请教，而我想要买的东西只能在商店的橱窗外看看而已。遇到难题时只有在第二天才能到学校问老师，因为我的父母都是学识不多的农民，我多么希望突然有一天一觉醒来我变成他们呀！

随着年龄的增长，我渐渐明白了，我的脑子虽然没有别的孩子聪明，但我却因此养成了勤奋的好习惯；我的家里虽然贫穷，但我却养成了勤俭节约的美德；我的父母虽然不能为我辅导功课，但我也因此养成了独立完成功课的好品质。我也明白了虽然我没有很多人优秀，但在父母的眼中，我是骄傲。此刻我已不再羡慕别人，因为别人再优秀也不可能成为自己，而我唯一能做的就是逐渐把自己变得和他们一样优秀，甚至

更优秀。

做好自己就应该正视自己，不要刻意放大缺点而缩小自己的缺点，我们应用正常的眼光来对待自己。到时候你就会发现，原来自己的缺点并不可怕，只要稍加改正便会消失。我们还应注意到自己的优点是否发挥到极致了呢？这样的话，无论缺点再多的人也会一点点变的优秀。

做好自己，请不要一味的羡慕别人；做好自己，请不要盲目的模仿别人；做好自己，就应大胆地走自己的路。

做你自己就好演讲稿篇七

各位评委，你们好，我这次演讲的题目是爱·自己。下面我将开始我的演讲。

我不瘦，我有点胖。我穿不上那些只能塞进骨头的衣服裤子。我不是一个矜持的女孩子。尽管人很多，还是依然喜欢疯狂的大笑。我不怎么可爱，我不如那些美女好看。因为我只是一名很普通很普通的女孩子。我脾气不怎么好，很容易就冲动。我不喜欢说话做事慢慢吞吞，我就是这个样子的人。我很笨，反应慢，因为我不是什么天才少女。我玩什么游戏都很烂，我就是不精通。我不聪明，我不怎么乖，我不会好好地照顾自己。我很奇怪。有时候会突然和亲爱的朋友们大笑，有时候又会莫名其妙的哭起来。我喜欢在我伤感的时候，听伤感的歌，虽然我会哭出来。我就是这个样子，普通的女孩子，普通的女大学生。

现今，女大学生已经成为高校大学生群体中的重要组成部分，特别是在以文科专业为主的普通高校更是如此。根据统计，有部分高校的女生比例已达到了占全体学生总数的58%以上。女大学生相对于男大学生在学习方法、兴趣爱好、性格特征、交流方式等方面都有着显著的差异。她们主要表现出求知欲强，但知识面窄、创造力弱；善于沟通，但主动性差、心理承受

能力弱;敢于展现自我,但缺乏竞争的勇气和决心;亲和力强但心理相对脆弱等特点。女大学生同样肩负着中华民族的伟大复兴的重担,她们也将是全面建设小康社会的“半边天”。

我作为一名当代的女大学生,关爱女大学生,也就是关爱我们自己,我认为爱自己首先要充实自己,让自己无论是内在还是外在都更加美丽。

书本,是一个女子优雅的根基,而读书会令女子深刻儒雅。追求优雅的女性如果胸无点墨,那优雅只能是东施效颦。“问渠那得清如许,为有源头活水来”,我们要让自己的优雅有源源不断的泉源来滋养它。读书和学习,就是答案。在读书学习中,会发现自己渐渐沉静、思想升华,看到的是更深邃的人生。有人说历史让人智慧,哲学让人深刻,文学让人浪漫,宗教让人向善,音乐让人深沉,戏剧让人丰富,而拥有这一切知识学养,就能改变一个普通女大学生的命运,令其知性、高贵、善良、成功。

而外在的点缀也是女大学生关爱自己的体现:无需太多斑斓的服饰、浓妆艳抹。只要每天清晨起床,对着镜子,向自己微笑一下问声好,穿着清爽舒适的衣服,画上淡淡的妆,积极的迎接每一天的阳光。

其次,我认为如果想要爱自己,就要了解自己,明白自己想要什么、在做什么。可能这会是一个敏感的话题,但我觉得,想要了解自己,首先应该了解自己的身体,能够清楚的感受一些细微的变化,从而更好的保护好自己。可以拿经期这件事为例。一些女大学生不怎么记录经期的时间,有时候推迟或者提前很久也不在意,或者不注意经期的护理,认为这些是小题大做。可是,近年来的相关调查研究表明,经期的一些不注意,会大大提高癌症的发生率。其次应该了解自己的感情生活。清楚自己在干什么,自尊自爱,快乐健康的去爱与被爱,为自己的大学生生活留下美丽的回忆。有些女大学生,对自己的情绪控制不够,在出现失恋分手后,轻微会出现哭

泣、吵闹、谩骂等行为，极端了可能会上演出各种惨剧。

我认为，爱自己，是对自己负责，对家人负责的一种表现。保护好自己，爱自己，是每位女大学生义不容辞的责任。

最后，关爱女大学生，关爱她们的未来。大学生面临的最大问题，可想而知，女大学生也面临着。由于一些用人单位还存在着偏见，“宁要武大郎，不要穆桂英”，这就给女大学生就业带来了很大困难。实际上，从小学、中学到大学，女同学无论在学业成绩还是专业发展上，都是与男同学并驾齐驱的，甚至某些方面比男生还更胜一筹。然而，由于历史的、现实的、主观的、客观的原因，女大学生在社会职业的选择上却往往处于劣势。因此，女大学生们必须充分认识自身的特点，清楚自己的长处和弱点，在求职择业过程中扬长避短，发挥自身的优势。充分认识自身的特点，并加以利用。女大学生在生理、心理、性格上与男生有着一定的区别，但是，女大学生也具有自身的优势。如：女生普遍具有温柔、贤惠、细腻的性格；感知能力较强，形象记忆较好，想像力较为丰富；尤其在语言能力上比男生更具优势，女性一般学习掌握语言较快，语言表达清晰、流畅；另外，在外语、阅读、精巧手工制作等方面也比男生略高一筹。这些都是女大学生的优势所在，关键在于如何发现、发挥自己的优势，展示自己的才华，把握机会，选择适合自己的行业、地区和单位，从而获得择业成功。

作为一名新时代的女大学生，也作为坚强、自尊、快乐、青春、活力的代名词，关爱女大学生，关爱自己，相信自己会在未来绽放出耀眼的光芒。

会有那么一天，有一个人出现在我的生命中，他愿意包容我的缺点，一直陪着我、会在某个路口，拉着我的手说：我一直都在！

会有那么一天，我的内心会变得强大、变得更完美…

会有那么一天，我会变得更好…我相信，会有那么一天的。我一直在变，直到我变得更好，更强大，更坚强，一切都会好的。加油我可以。

做你自己就好演讲稿篇八

大家下午好！今天我们演讲的主题是做自己。

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，做自己，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，做一朵小花，于是，我也就很快快乐啊！

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，做的自己。

作为一名现代社会中的初中生，学会做自己尤为重要，因为只有这样才能在不断超越自我的同时超越别人，跨上更高的一级人生台阶。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，使每一天都更加多姿多彩。

谢谢大家，我们的演讲完毕！

做你自己就好演讲稿篇九

当一个人相信自己，生命总是会有回报的，因为相信，所以得到。

成功，通常都藏在转角的后头，除非转个弯，否则，你永远不知道成功离你多远。人生最好的`投资就是投资自己，这一

生最值得栽培的人是自己。

一个人只要坚持到底，就会成功。就好比雨滴总能把大地洗净，小小蚂蚁却能够吞吃大象一般。

没有伯乐，要一样证明自己是千里马。不要埋没自己的才华。

千里马一样要不断练习，才能日行千里。而奔驰的能量是来自心中不断的热情。

只要欠激活内在奔驰的能量，最后的奖赏终究属于自己。

做你自己就好演讲稿篇十

各位老师，各位同学，大家好，我是 20 班的。今天我要演讲的主题是《爱自己》。

爱自己，不是只把自己放在生活的中心，让周围的人围绕着自己；爱自己，不是在心里只有自己的利益，不考虑周围人的感受。而今天我要给大家讲的是，要在爱他人的基础上，爱自己。

相信大家在自己成长的过程中，总会出现这么一些人，我们会因为他们的快乐而欢笑，会因为他们的悲伤而难过，他们可能是我们的家人 爱人 朋友，但最终归类，他们都属于是我们深爱的人。

一个生命的孕育凝聚着许多人的期待和关爱，不知道大家有没有想过，我们的一举一动也会牵动一些人的心，他们也会因为我们的快乐而欢笑，也会因为我们的悲伤而难过，那是因为，这些人也同样深爱着我们。

我们的一生背负着爱与责任，我们的爱给了那些我们深爱的人，我们的责任就是回报那些深爱我们的人，而这一切责任

的基础，就是爱自己。为了他们，我们保重自己的身体，为了他们，我们锻炼自己的内心，为了他们，我们更应该关爱自己。身体是革命的本钱，也享受爱与被爱的资本，一个连自己都不爱的人，还拿什么来爱别人，你可知道，在这些人眼里，你的健康 快乐和幸福比什么都重要，只有我们自己健康 快乐和幸福才有能力让我们深爱的人更加健康，更加快乐，更加幸福。

所以，在这里我想提醒大家，为了那些深爱我们的人和我们深爱的人，请记住，一定要学会，爱自己！