

# 2023年自律与成长演讲稿(优秀5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。优质的演讲稿该怎么样去写呢？下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

## 自律与成长演讲稿篇一

大家好！

自律是一种克制，是一种反省；它更是一种风度，一份超越。会自律的人，一定会进步，会自律的人就会驶向成功的彼岸。

人生是舟，自律是水，以水推舟，方能扬帆万里，驶向自己人生价值的彼岸。

富兰克林用他的小黑点牢记住了各种做人处事的道理，他每日不忘反省，随时也不忘自律，他将缺点视为敌人并去积极克服它，他随时随地都在思考，自己的言行是否得体，这种做法是否礼貌，于是，他便很能克制和约束自己了，并且在自律的同时他还养成了很好的习惯，那就是无论在做什么之前总会顾及后果不会盲目。自律使他成熟，自律也使他更加完善。自律如一个茧，让他在里面慢慢修炼，最后羽化成蝶。自律也是他备受人敬佩，自律使他稳重，大方，行为得体，自律是一列强劲的列车，让他进步，直达成功。

人生是树，自律是土，树滋长于土，方能枝繁叶茂，结出人生的果实。

周总理自制纸镜子，让自己每日记住行必端，言必正，颜色宜和宜静宜庄。周总理对自己的高要求使人望尘莫及而周总理这种自律的精神则是更加令人敬佩，自律就如一面镜子，时刻让自己清醒，时刻让自己注意自己的行为，它反映出自

己的不足并配合改正，它有如土壤一般，滋养自己，使人生这棵大树枝繁叶茂，也是自己迅速进步，直奔成功的终点。

人生是茶，自律是沸水，茶用沸水冲泡，方能芳香四溢，凸显人格的高洁。

《简爱》作者夏洛蒂的弟弟布朗威尔因为无法克制自己，经不起花花世界的诱惑，一度荒废学业，他的失败是因为不会自律，自律是一种对欲望的控制，是对诱惑的拒绝，自律是一种理智而冷静的思考，多一些这种思考便会使自己更明确目标，让自己展现出全部的价值，让自己少走许多弯路，使自己能更快进步。

自律是金光灿烂的马缰，它让人受到理智的束缚，不偏离轨道。

自律是一把心灵的扫帚，它让人深知不足并扫除精神污\_。

自律是一个大头钉，它让你的生命之纸时刻坚守自己的本真。

谢谢大家！

## 自律与成长演讲稿篇二

大家好！我演讲的题目是：“青春无悔，阳光成长”。

来到三中，父母希望我们健康地成长，老师希望我们快乐的成长。要健康，要快乐，唯有自律的养成。一个好的习惯将会让人受益一辈子。

来到三中，我们求知若渴。半年过去了，我们流下了汗水，收获的知识，养成了自律，我们健健康康的成长，我们快快乐乐的生活。

同学们，我们按时作息，积极学习，对问题不是不懂装懂，对学习不耻下问，这是对自己的负责。是的，起初，我们都感觉这很难，严于律己，说起来容易，当做起来的时候，却感觉不容易。有的人打了退堂鼓，可是有的同学却坚强的挺过来，他们就是那些品学兼有的人，是我们学习的榜样。

风可以穿越荆棘，靠的是藐视一切挫折的勇气，与顽强进取的毅力。同学们，给自己一个目标，让青春为他燃烧。

天其实并不高，海其实也不远，青春只会在奋斗中发光，在自律中重生。

我们都知道：“青春是美丽的。”好比朝阳。她的美丽不仅仅是绚烂的外表，更美在恪尽职守，更美在严于律己。没有自律，青春是野草，漫无边际的草长，有了自律，青春是盛开的牡丹，娇艳芬芳。

我们虽然普通，但是这里的严格管理让我们并不普通，我，你，还有他们，所有的寒窗苦读的学子都在追逐着同样的梦，那就是让青春无悔；我们骄傲，那是因为我们所做的是一份人生最美的答卷。

青春给未来插上飞翔的翅膀，青春的我们要对自己负责，对生活负责，在本学期所剩不多的时间里，严于律己，紧紧抓住每一分每一秒，尽我们最大努力，做一次最有力的冲刺。

让青春烈火燃烧永恒，让生命闪电划过天空，让年轻的梦没有终点。我们要亲临黄埔迎风高歌，黄鹤楼顶，目穷千里，橘子洲头，中流击水，书生意气，挥斥方遒。

我很欣赏《烈火青春》里的一句话：青春就是要让火来烧。这把火就从自律烧起，把懒惰燃成灰烬，把虚伪烧成黑烟，让自律成就青春梦想，我愿意。在座的各位同学，你们愿意吗？向蓝天，向大海，大声呼喊：燃烧青春，自律自尊。

青春是美丽的花儿，自律是精心的呵护。要开出人生最美的花朵，就要自律，自尊，自强。

无规矩不成方圆。上课做不好听讲，自习做不好练习，问题做不到独立思考，一切做不到自律，又怎么能谈到自强，自立。如果那样，青春梦想翅膀会折断，青春的花儿会枯萎，成功的路途更坎坷，人生的前方更暗淡。

同学们，难道我们不想吗？我们要做一个有用的人，我们做不到吗？我们一定能，一定行。

那就让我们从今天做起，从小事做起。清晨，早点起床，按时自习，把作业做好，把功课温习；课前做好准备，把笔记重新巩固；听课认真，孔子说：学而不思则殆，思而不学则罔；孟子说过：终日而思不如片刻的学习。

同学们，今天我以三中为荣，明天三中以我为荣。

一日之计在于晨，一年之计在于春。用激情迎接日出，让朝阳为青春、为自律、为自强喝彩。

我衷心祝愿在座的各位同学拥有快乐的今天，美好的明天。在三中，阳光的成长，成为三中校园美丽的风景。

## 自律与成长演讲稿篇三

记得小学的时候语文老师给我们布置过有关“成长”的作文，现在也常常会和学生谈到成长的话题，其实每个人都在不断的成长，作为年轻教师的我们面临着一个新的环境新的领域不也在天天成长吗？而且是在普育这片沃土上，跟着她稳健而迅速地步伐中逐渐成长。

20xx的夏天，我怀着远大的理想对未来新的征程的憧憬，告别了大学那片生机勃勃的乐土，走向了社会。普育，用她那

广阔而温暖的胸怀接纳了我，我有幸成为了她的一员，不经意之间，我已经与这个温暖的大家庭一起成长了半年，作为这个大家庭的一员，我由衷的感到骄傲和自豪，在这短短的半年中，原本稚嫩的我们在学校的引导下逐渐走向成熟，走向理智，逐渐能够在属于自己的人生舞台上从容的面对一切工作和生活。

在普育的一学期是学习的一学期。

走进普育，首先感到的是一种学习的氛围。学校领导对年轻教师的荣校教育深入人心，使我深深地感受到只有学校的发展才能为我们自身的发展提供可靠的保障，校兴我兴，校耻我耻。因此我放弃了大学时期的自由放任的习气，取而代之的是严谨、务实的工作作风，努力服务学校的工作态度。

学校给我们年轻教师健康成长营造了优越的环境，提供了很多便利的条件。学校充分考虑到了我们刚走上工作单位，无论在教学还是班主任工作方面都缺乏经验，怎样与学生交流，怎样与家长交流，面对形形色色的问题怎样妥善的处理，我们都毫无头绪，这时许多老教师向我们伸出援手主动帮我们，在这些有经验的老教师的带领下，我们更快的成长着，少走了很多弯路。学校为了加快我们年轻教师的成长速度还开组建了青年教师联盟，它以明确的目标，制定了我们努力的方向，以有效的措施督促我们要努力上进，勤奋学习。我初到学校时，还认为这些要求对我们有些苛刻，那时因为我们在大学里自由惯了，一时还不适应，可是现如今，我早已习惯于这些要求，在当今这个竞争激烈的社会，不求上进是没有出路的，而学校的这些要求旨在培养人才，为我们创造一个施展自己才能的平台。我刚走上工作岗位时，对各项工作都摸不到头绪，学校里的老教师平时给了我们很大的助下，同时自己也努力向他们学习努，多听他们的课，学习他们的教学方法，以促进自己的提高。总之在学校领导的领导下，在其他同事的帮助下，我这半年不断学习，不断完善自己，虽然离成熟还有一定的距离，但我也逐渐成长起来。正是有了

这种种的磨练，这种学习，为我今后的发展奠定了坚实的基础。

半年来了，我见证了普育学校以她惊人的速度向前迈进，我们这些与学校共成长的年轻人，在学校快速的行进的汽笛声中，目睹者她的前进，同时也不断的完善自己，走向成熟。

今天，新的学期，学校又向前迈进了一步，在新的起点上，学校又有了新的方向和目标，同时我们普育的每个人又将面临一个新的机遇与挑战，我们年轻人将继续与学校共成长，共发展，我们期待明天，期待辉煌！

## 自律与成长演讲稿篇四

追求真善美的人生，是有信念、有梦想、有奋斗、有奉献的人生，也是天天向上的人生。生活与真善美相伴才有意义，真善美伴我成长。

求真就是“求真知，做真人。”怎么求真知呢？我觉得对于我们学生来说就是要多读书，读好书，向老师学，向同伴学，向生活学。我的这个暑假就过得比以往每个假期都充实、更有意义。因为我非常荣幸的参加了大世界作文学校“书香伴我成长”阅读竞赛这个活动。在老师和家长的帮助下，我克服了爱看电视、爱玩手机、爱玩电脑的习惯，从一个小游戏迷变成一个爱读书、爱求真、爱阅读的小书迷，并且养成了朗读的好习惯。我遇到不懂的生字就会认真的查字典，好词佳句会认真地积累下来。我相信，总有一天这些会应用到我的文章里。

善良是永远的美德。小小的善举让社会更美好、更温暖、更和谐。20xx年，江苏省张家港市17岁中学生郭秦当选为“第三届江苏省道德模范。”让人们感动的是，家境并不富裕的郭秦已经向贫困地区儿童捐款捐物长达十年之久。这都让我深深感动，我决定把零花钱、压岁钱都积攒起来捐给那些需要

帮助的人。

在我眼里，常怀感恩之心就是美！每个人都应该心怀感恩，我们应该向自己的亲人感恩。亲人们无时无刻不在关心我们，关注着我们的成长，关注我们的学习与生活。当我们要远行时，身边总会围着一团亲人送你送行，千叮咛万嘱咐，甚至掉下离别的伤感泪水。我们应该向老师感恩，老师把我们从小懵懂带入成熟，让我们从无知变得学识渊博；也是老师领着我们看到了天有多高，地有多厚……我们的每一个脚印、每一次成功无不凝聚着老师的汗水和心血。在老师的目光里，我们长大了，我们成熟了，我们跨越了迷茫，我们坚定了信念，我们收获了能力和自信。

少年强则中国强。让我们都做一个求真务实、乐于助人、心怀感恩的孩子。相信，有了我们的奋斗与奉献，祖国将会更加富强美丽！少年，向上！

## 自律与成长演讲稿篇五

大家好！

伴随着优美的上课铃声，朗朗的读书声再次在教室里响了起来。

“人之初，性本善。性相近，习相远。苟不教，性乃迁……”这就是我们三堤小学全体学生每天中午必修的国学内容。通过诵读和老师的讲解，我学到了很多知识，更大的收获是我懂得了许多做人和做事的道理，其中，让我印象最深的是“香九龄，能温席。孝于亲，所当执。”这句话的意思是：有个叫黄香的孩子，九岁就清楚给父亲温暖床铺。而作为同龄人的我却感到很惭愧，什么事情总是先想到自己，从来没有主动关心过父母和长辈。记得有一次我生病了，妈妈跑前跑后地为我治病，都累瘦了，可我却因为一点小事不如意就冲着妈妈发小脾气，想想黄香，想想自己，唉！真是

不应该呀。

自从学了国学后，我还了解到我们伟大祖国有非常灿烂的文化，身为一名中国人，我们应该为此而感到无比骄傲和自豪。作为一名小学生，我更要努力学习中华优秀传统文化，作一个合格的接班人。

国学使我懂得要有礼貌、要孝敬父母长辈、要乐于助人、要珍惜时间勤奋学习等等，我一定要把这些道理用到我的行动上。让我们走近国学，品读经典，在阅读中增加知识，在阅读中开启智慧，在阅读中净化灵魂，在阅读中充实生命！让我们一起享受与经典同行、与圣贤为友的快乐与自豪，共同祝福祖国繁荣昌盛，祝福我们的祖国明天更加美好！

然而笑过之后，更多的是震动。“语气温和些。”“我是个可爱的孩子。”这是什么？这不正是一个孩子心底的呐喊吗？课堂是舞台，但他们不愿做永远的配角！课堂是花园，可他们不愿做被人遗忘的小草野花！他们也渴求学习的快乐，他们也渴望成为课堂的主人！

是的，也许他们是暂差生，可只要想到他们也是不幸被虫害咬伤的花草，你怎么忍心再来伤害？也许你是恨铁不成钢。可这也不对，一旦“恨”字当头，就很容易做出违反教育规律的事，从而导致悲剧的酿成！也许他是一犯再犯。可我想，这也很正常，好比人伤风感冒。人都会感冒，感冒了怎么办？很简单，治。治好了还会得，得了可以再治。反复感冒，说明身体抵抗力弱。一个小孩反复出错，只是说明他们自制力差。需要什么？需要的是更多的关怀更大的耐心，而决不是粗暴的打骂！

我们小学生正处于生理的发育阶段，心理非常单纯，最容易受到各种各样的伤害。但是，生命总是眷顾有安全意识的人，而安全意识是从日常行为中体现出来的。比如：遵纪守法，遵守交通规则，自觉抵制暴力、黄色信息和毒品，遇事要冷



静，做事多想想后果，做到三思而行，同学间有了矛盾要冷静解决，不要以非对非。学会求助他人，学会躲避风险，如：遇到火灾要及时报告大人，或拨打119报警电话，不能贸然只身去救火，因为我们小学生人小无能力；遭遇暴力（以大欺小）一定要想办法及时脱身，报告老师或拨打110电话报案，要学会拒绝别人的无理要求或不良诱惑，养成良好的生活习惯，这些知识很简单，但如果做不到，我们的健康甚至生命就可能收到威胁，同时我还希望同学们做到“四防”，即：防火——严禁玩火，禁止把火源带入学校，杜绝火灾事故发生，一旦遭遇火灾，要学会正确的逃生方法（班主任按要求指导学生）；防水——严禁私自下河堰洗澡，杜绝溺水事故的发生，如果发生同伴溺水的危急事情，要马上就近找到大人求救，千万不能因为害怕而逃离现场；防盗——关好门窗，注意自身财物的保管；防自身安全——自觉遵守公共秩序、社会公德和学校安全常规，严禁课间或户外活动时不听从老师教导、追逐吵闹伤害事故的发生。