

竞选自律之星演讲稿(模板9篇)

演讲作为人类一种社会实践活动，它必须具备以下几个条件：演讲者、听众、沟通二者的媒介以及时间、环境。那么你知道演讲稿如何写吗？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看一看吧。

竞选自律之星演讲稿篇一

先说一个真实的故事吧！

这是一个发人深思的故事，为什么同一个人前后的表演有天壤之别呢？这就是自卑与自信的差异。

世界科学领域本来应该拥有更多的牛顿、爱迪生、达尔文和爱因斯坦，世界文坛本来也应该拥有更多的托尔斯泰、巴尔扎克、罗曼·罗兰和狄更斯。然而，许许多多本来可以成为杰出人才的人都被埋没了。被什么埋没的？自卑！

许多人因为自卑，就没有勇气选择奋斗的目标；因为自卑，在事业上就不敢出人头地；因为自卑，就失去了战胜困难的勇气；因为自卑，就得过且过，随波逐流因此，可以毫不夸张地说自卑就是自我埋没，自我葬送，自我扼杀！一个人若想拥有无悔的青春，写出人生瑰丽的诗篇，就要摆脱自卑的困扰，点亮自信的明灯！

居里夫人曾说过：“我们应该有恒心，尤其要有自信！我们必须相信，我们的天赋是要用来做某种事情的，无论发生什么事情，活着的人总要照常工作。”正是自信，支持她在经受了失恋、丧失、社会上的流言蜚语等打击之后，两次荣获诺贝尔奖，为人类的科学事业做出了巨大贡献。

走出自卑的峡谷，点亮自信的明灯吧！你，我，他，我们大家都应该成为学习的强才，生活的强者，我们的生活将因此

而绽放瑰丽光彩。

竞选自律之星演讲稿篇二

大家好！

时间一晃，我们都已经四年级了。我们已经成为大孩子了，不能再事事依靠父母，我们要做到自律自强，让父母不为我们操心，好好学习，天天向上！

自律就是自己控制或支配自己的行为。但在我们中又几个能做到呢？教室里，老师在认真地上课，有的同学却在下面偷偷讲话，做小动作，甚至吃东西……公园里、马路上、校园里、……垃圾随处乱丢。可见，自律不是一件容易的事情，但是我相信，只要我们多自我反省、自我约束，就一定能战胜自己，改掉自我放任的毛病，那么我们的环境、我们的家园、我们的课堂将会是生机勃勃、欣欣向荣的景象。

亲爱的同学们，让我们举起勤快的双手，做一个自律自强的好少年，让我们不再依赖父母，自己的事情自己做，让我们从小事做起，从力所能及的事做起，从我做起！

竞选自律之星演讲稿篇三

大家下午好！

我是来自计算机学院的候选人——朱嘉敏。此时此刻的我很高兴，因为在我的大学人生里，有这么一个美好的机会与你们分享我的个人感受。今天，我的演讲题目是“我为自律代言”。

自律是什么？自律是指行为主体的自我约束、自我管理，是以事业心、使命感、社会责任感、人生理想和价值观作为基础。简单来说，自律就是自己约束自己，换句话说也就是要

自己要求自己。

相信大家都听过这么一句话：“态度决定一切，态度决定高度。”因此，在我个人看来，自律心态是决定一个人能否做到自律的关键。有这么一位老人：从20__年至今，10年里，她坚持做这么一件事：每天奔走于大学里的每一栋教学楼，每一个教室，关灯、关水龙头。这是为什么呢？那是因为一些同学没有自觉做到人走灯灭，用完水不把水龙头关掉。这样的现象使这位老人很痛心，于是她做出这么一个决定：她甘愿做一名志愿者，一名节能环保的志愿者。在志愿者的路上，她流过汗，流过泪，流过血。她是一名榜样，一名自律的好榜样。她不但自己能做到节约资源，而且为学校，为社会节能环保。她说到：一个人要做到环保，首先要有自律心态。正是因为这位老人一直拥有着自律的心态，才使自己坚持不懈地走在默默奉献的志愿者之路。这位老人离我们并不远，她，就在我们肇庆学院，我们应该向这位老人致敬，更应该向这位老人学习：做一名自律的大学生，不但自律自己，同时也让身边的人自律起来。

还有这么一个故事：我国古代杰出的“思想家、教育家和天文历法学家许衡，一年夏天，他与很多人一起逃难。在经过河阳时，由于长途跋涉，加上天气炎热，所有人都感到饥渴难耐。这时，有人突然发现路边刚好有一棵大大的梨树，梨树上结满了梨子。于是，大家都你争我抢地爬上树去摘梨来吃，唯独只有许衡，端正坐于树下不为所动。众人觉得奇怪，有人便问许衡：“你为何不去摘个梨来解解渴呢？”许衡回答说：“不是自己的梨，岂能乱摘！”问的人不禁笑了，说：“现在时局如此之乱，大家都各自逃难，眼前的这棵梨树的主人早就不在这里了，主人不在，你又何必介意？”许衡说：“梨树失去了主人，难道我的心也没有了主人吗？”许衡始终没有摘梨。

混乱的局势中，平日约束、规范众人行为的制度在饥渴面前失去了效用。许衡因心中有“主”则能无动于衷。在许衡心

目中的这个“主”就是自律。有了自律心态，才能在没有纪律约束的情况下亦能牢牢把握住，自己做到自律。因此，在日常生活里，我们要做到“勿以善小而不为，勿以恶小而为之”，形成良好的习惯，事事严于律己，时时鞭策自己，保持自律的心态。

总的来说，自律心态决定自律与否。自律的人具有责任意识，为他人着想，为社会着想，自律的人能够自我管理，严于律己。自律的人能够坚持不懈。在面临困境或危急的时刻，能够顽强坚持，不轻言放弃。自律的人可以抵御诱惑。能够在各种利益诱惑下，把握好自己。我是自律达人，我为自律代言；我自律，我精彩，自律就是不平凡。

我的演讲到此结束，谢谢大家的聆听！

竞选自律之星演讲稿篇四

大家下午好！我是来自计算机学院的候选人——朱嘉敏。此时此刻的我很高兴，因为在我的大学人生里，有这么一个美好的机会与你们分享我的个人感受。今天，我的演讲题目是“我为自律代言”。

自律是什么？自律是指行为主体的自我约束、自我管理，是以事业心、使命感、社会责任感、人生理想和价值观作为基础。简单来说，自律就是自己约束自己，换句话说也就是要自己要求自己。

相信大家都听过这么一句话：“态度决定一切，态度决定高度。”因此，在我个人看来，自律心态是决定一个人能否做到自律的关键。有这么一位老人：从20xx年至今，10年里，她坚持做这么一件事：每天奔走于大学里的每一栋教学楼，每一个教室，关灯、关水龙头。这是为什么呢？那是因为一些同学没有自觉做到人走灯灭，用完水不把水龙头关掉。这样的现象使这位老人很痛心，于是她做出这么一个决定：她

甘愿做一名志愿者，一名节能环保的志愿者。在志愿者的路上，她流过汗，流过泪，流过血。她是一名榜样，一名自律的好榜样。她不但自己能做到节约资源，而且为学校，为社会节能环保。她说到：一个人要做到环保，首先要有自律心态。正是因为这位老人一直拥有着自律的心态，才使自己坚持不懈地走在默默奉献的志愿者之路。这位老人离我们并不远，她，就在我们肇庆学院，我们应该向这位老人致敬，更应该向这位老人学习：做一名自律的大学生，不但自律自己，同时也让身边的人自律起来。

还有这么一个故事：我国古代杰出的“思想家、教育家和天文历法学家许衡，一年夏天，他与很多人一起逃难。在经过河阳时，由于长途跋涉，加上天气炎热，所有人都感到饥渴难耐。这时，有人突然发现路边刚好有一棵大大的梨树，梨树上结满了梨子。于是，大家都你争我抢地爬上树去摘梨来吃，唯独只有许衡，端正坐于树下不为所动。众人觉得奇怪，有人便问许衡：“你为何不去摘个梨来解解渴呢？”许衡回答说：“不是自己的梨，岂能乱摘！”问的人不禁笑了，说：“现在时局如此之乱，大家都各自逃难，眼前的这棵梨树的主人早就不在这里了，主人不在，你又何必介意？”许衡说：“梨树失去了主人，难道我的心也没有了主人吗？”许衡始终没有摘梨。

混乱的局势中，平日约束、规范众人行为的制度在饥渴面前失去了效用。许衡因心中有“主”则能无动于衷。在许衡心目中的这个“主”就是自律。有了自律心态，才能在没有纪律约束的情况下亦能牢牢把握住，自己做到自律。因此，在日常生活里，我们要做到“勿以善小而不为，勿以恶小而为之”，形成良好的习惯，事事严于律己，时时鞭策自己，保持自律的心态。

总的来说，自律心态决定自律与否。自律的人具有责任意识，为他人着想，为社会着想，自律的人能够自我管理，严于律己。自律的人能够坚持不懈。在面临困境或危急的时刻，能

够顽强坚持，不轻言放弃。自律的人可以抵御诱惑。能够在各种利益诱惑下，把握好自己。我是自律达人，我为自律代言；我自律，我精彩，自律就是不平凡。

我的演讲到此结束，谢谢大家的聆听！

竞选自律之星演讲稿篇五

大家好！

自律部是属于学生会的一个部门，整日最主要的工作就是负责早操，这也是它们最主要的一个任务！

可是今年以来这个部门一直不得人心，这个部门负责早操，这本身就是一件得罪人的事情，不过大家一般还是不会特别讨厌，因为这都是自己的同学负责的，而且都还是学生，所以我们还会有一些客气的！

可是今年这一个部长实在是不行，工作能力在这几里里已经得到充分的表现，每一次早操都是无比的混乱不堪，大部分的人就是在这里抱怨他，根本没有几个人在这里说好话，因为他的态度使得我这个与他没有什么关系的人也觉得这个人不适合当部长。

有一次早操，他规定各个班级某一时刻到达现场，并且在所有学生面前说道这一次肯定会立即跑步，不会再一次耽误时间，而且给各个班级的班长全部通知了，但是最终我们的班级准时到了，但是还是没有准时开始，而且还好像觉得我们班级的人有一些傲了。对大家的态度也不是很好，那一次真是使得我自己有一些生气了，因为我们班级是最早的，可是在这里也是等时间最长的一个！

如今的自律部就好象是人们的发怨气对象，每一天早上都会有人说这些人的不足之处，这也代表上一个学生会的一个部

长看法是正确的，他在我们面前就说过这一届的人不行！

竞选自律之星演讲稿篇六

大家好！

今天，我演讲的题目是《遵规守纪，自觉自律》。

脱离轨道的流星，纵然划破了浩瀚星空，绚烂了光华，但终究是昙花一现、粉身碎骨，在茫茫夜色中消失得无影无踪；偏离航线的船只，纵然一时会翻波涌浪、激流向前，但终究会触礁沉没，葬身海底，万劫不复。人如果没有了纪律的约束，就像是断了线的风筝，可能会在当时放纵自己，却永远失去了高飞的力量。

今天的我们，是青春的。充满个性的我们对自由的向往更是迫不及待。所以，有的同学认为，讲纪律就没有自由，讲自由就不能受纪律的约束。但是，无以规矩，不成方圆。自由是相对的，是有条件的。如果让飞鸟离天、游鱼离水，那么它们不仅得不到自由，而且很快就会离开这美丽的世界。

在校园里，我们追逐打闹，大声喧哗；自习课上，我们窃窃私语，但惊心吊胆的提防着窗户前的身影；在宿舍，一次次将小灯开开关关，和老师玩着斗智斗勇的游戏。这里所强调的纪律，其实是一种自我约束力。这些条文框理并不是为了限制同学们的自由，而是为了让同学们拥有一个更加有序的环境，能够更好的学习成长。这才是制定各种纪律，规范的真正目的！

一个随心所欲、胡作非为的学生怎能赢得明天的辉煌？一个大家都不去遵规守纪，恪守公约的班级怎么能有战斗力？社会的蓬勃向上靠秩序，人生的精彩绝伦靠规矩。也只有真正恪守本分，遵规守纪，才能真正地自觉自律，超越自我！

我的演讲到此结束，谢谢大家！

竞选自律之星演讲稿篇七

大家好！

今天我演讲的题目是，《自律是成功之基》

首先，我们应该理解自律。自律在《现代汉语词典第六版》中的解释为：自己约束自己。

正如字典上官方的解释一般，自律这件事情由你一个人单独完成，没有任何理由需要第三方的协助。

那么，我们为什么要自律呢？这句话说得世俗一点，就是在问：自律的好处在哪里呢？自律的好处光用三言两语是讲不清的，我们应分析典型范例。比如坐在我身边的和两位同学，他们的学习成绩优秀都是大家公认的。她们之所以这么优秀是因为什么呢？正是因为自律。

她们的家里也有手机，也有平板，也有无线网，她们也面临着和我们一样的诱惑。但是，她们在诱惑面前坚持原则，自我控制，拒绝诱惑。因而，也许在你登qq逛空间的时候，她们已经完成了作业，进行下一项新的任务。

可能有的同学会质疑，说：我们在课后玩的时候她们也在，这样接触了玩耍，怎么能叫自律呢？我只能遗憾的告诉这位同学：你错了！

自律的真正含义在于：自我约束，拒绝诱惑。

如果光这么说，当然是不够的。而是你不择手段去让这些诱惑变成现实。这样的你再也和自律扯不上什么关系。

最近那些神秘消失的高官，它们都被押入一个漆黑的无底深渊，他们遭到所有人的唾弃。为什么呢？因为他们不自律不廉洁，接受了不良诱惑。这，就是不自律的下场。

这样，我们确实该醒悟了。

我们是零零后，我们在座的每一位，都将要成为祖国的栋梁，我们要成功！我们要让青春插上翅膀飞翔，让人生无悔！

而自律，就是你成长这一路上的垫脚石。你只有打败自己，自我约束，成功，也许会在下个拐弯处等你。

做人不要忘本，成功坚持自律！

我的演讲完毕，谢谢大家！

竞选自律之星演讲稿篇八

大家好！

清濛的雨丝从阴暗的天空中撒下，沁人心脾的凉。老师冰冷的声音穿透过我的耳畔，脊背中仿佛有阵阵凉风呼啸而过，让我不由得打了个激灵。老师叫到了我的名字。

慌慌张张地站起，不知所措。茫然地看着老师那张阴沉着脸，我似乎明白了什么，手心渗出细密的汗珠。

“双休日作文是不是自己写的？”老师的眼睛盯得我心里沉甸甸的，带着些许心虚结结巴巴地开口道：“自……自己写的。”“是吗？”老师从鼻子里发出一声冷哼，轻蔑而嘲讽地笑了笑，拿起一本作文本大声朗读起来，跟我的作文几乎一模一样。同学们一阵骚动，开始窃窃私语，一阵唏嘘。我也木木地站在原地不动，惊讶得说不出话，脑子中回忆着星期天的场景：我微蹙着眉，咬着笔盖，冥思苦想了许久，但

手中的笔在纸上未留下一丝墨迹。在那一刹那，一个坏念头触电般闪过我的脑海，可恰恰被我逮个正着，我拿起身旁的手机，丢失了以往的自律，看到一篇好文章便抄了部分下来，尽管改了些许语言，但整体结构一丝未动。果不其然，被老师的“法眼”所发现。

竞选自律之星演讲稿篇九

今天国旗下讲话的题目是《自律、自强》！

一说到纪律，有的同学可能就会联想到孙悟空头上的紧箍咒，孙悟空七十二变，神通广大，却被唐僧管得服服帖帖的，原因就是因为他会念紧箍咒。也许还有同学会替孙悟空抱不平，如果没有紧箍咒，唐僧一定拿他没办法，那他该是多么自由啊，但大家想过没有，失去了孙悟空，取经的千古大业也就不可能完成，所以别小看了这紧箍咒，它实在是取经大业的重要保证啊！

同学们我们怀揣着父母的嘱托，亲人的希望，从四面八方聚集到宁冈中学，虽然没有取经的任务，但我们有一个共同而又神圣目标，那就是更好更快的成长、成才，在高考、中考中能一鸣惊人，升入理想的学校。为了实现这个目标，我们必须有一个重要的保证，那就是纪律！

什么是纪律？让我们看看《现代汉语词典》中的解释，纪律——是为了维护集体利益并保证工作的正常进行而定的，它与健康生活具有一致性。从学校的角度来说，纪律就是为了维护学校教育教学工作正常进行而制定的要求每个学生都遵守的规章、条文，它是校园生活中具有强制性的行为规则。俗话说：“没有规矩，不成方圆”，同样，“没有纪律，不成校园，没有纪律，也教不出好的学生”，这是一个放之四海而皆准的道理。

应该说，新的学期刚刚开始，我们校园风气的变化是令人可

喜的：早晨，无论是走读还是住宿的学生都能准时进入班级，认真早读；走在校园里，你会感到学校比过去更干净了；课间操时间，放眼看到的是迅速奔跑的身影，是快速集合的队伍；高二(1)班陈佩佩等同学看到学校素质楼的水管破裂后，主动去维护并报告学校；上周周日下午第三节自习课，我还特意检查了全校的情况，看到高一(1)班—(9)班、高二(1)班、(6)班、(7)班、高三1、4、6、7、8、9、10班、初二(1)班等班级绝大多数同学在教室安静地学习，让人感动……好的方面还不止这些，还有不少。

一是因为我们的目标是创建一个真正和谐完美的校园环境，营造一种奋进有序的校园学习氛围，使我们的同学乐在学中，学有所得，但我们现在离这个目标还有一段长路要走。

二是因为这个良好开端的取得主要还是“管”出来的，不是自然生成的，是老师连哄带吓甚至骂出来的。

同学们，和谐的环境、良好的秩序是我们学习的保障，而这既不是天上掉下来的，也不是班主任骂出来的，而是要靠我们自己合力去创造的，只有越来越多的同学认识到迟到是一件令人很羞愧的事情；越来越多的同学自觉地不边走边吃，不随吃随丢；越来越多的同学将认真出操，不拖班级后腿视为一种自觉行为，等等，那么整体环境的真正改善才会成为现实，而最大的受益者也正是在场的诸位。鉴于此，我校将新学期的第四周定为“自律与规范周”，为的就是让同学们将遵守纪律内化为自觉的行动，变他律为自律——自己规范自身的行为，处处严格要求自己。

美国心理学家曾做过这样一个实验，将一群孩子放在同一个房间，并放上糖果，告诉他们只能等工作人员回来了再吃。然后用隐藏的摄像头观察他们，发现只有少部分孩子克服了糖果的诱惑。而大多数都吃下了糖果。以后，工作人员跟踪调查发现，没吃糖果的孩子成人后在事业上大多很成功，而吃了糖果的那部分孩子都少有成就，并且失业率很高。可见，

自律是一个人成功的基础。

读过《西游记》的同学也应该都知道，刚戴上紧箍咒的孙悟空是倍感痛苦的，但当他日益将取经视作自己的自觉目标时，头上的金箍也日益的成为了一种装饰。同学们，当你也日益的将纪律变成一种自律的时候，学校就是你求知成人的真正乐园了。

同学们，让我们在以后的日子里，每天都有改变，每周都有提升，每月都有收获，为了自己，为了他人，为了校园，为了社会，自律克己，遵纪守法，养成良好的文明习惯，让个人的素质前进一步，让民族的素质前进一大步。

最后再一次重复那句话：宁冈中学是人才培养的风水宝地，真心期望宁中学子今后都能成为社会的有用之才，不要让关心我们的人失望！