

2023年讲真话做实事演讲稿(通用5篇)

演讲稿是演讲者根据几条原则性的提纲进行演讲，比较灵活，便于临场发挥，真实感强，又具有照读式演讲和背诵式演讲的长处。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的演讲稿模板范文，我们一起来了解一下吧。

讲真话做实事演讲稿篇一

亲爱的老师同学们：

大家好！

从小，我就听大人们说对我说：过去，我们的祖国是怎样落后，是怎样被外国人瞧不起的、被侮辱；但是，自从我上小学以后，慢慢的，我心中的祖国是一个千年文明，国泰民安、和平又美丽的祖国。因为我听大人赞颂过，世上最美丽的画卷描绘的是祖国的大好河山；世上最神圣的情感是对祖国的真挚爱恋我曾经学过《梅花魂》这篇课文，这篇课文反映了海外游子对祖国的热爱，他时卧我懂得了什么叫祖国，叫思念。作为一名中国公民，我们最爱的应该是自己的祖国。我们的祖国母亲，是世界上最美丽、最伟大的母亲。我赞美她，亿万人民高唱《我爱你中国》来歌唱她，宋祖英曾经唱过《爱我中华》这首歌，正像歌中所唱，她有着山一般的意志，海一样的胸怀，长城是她坚强的肩膀，长江是她飘逸的裙带，白云浮动着她绵绵的情思，山花摇曳着她温馨的气息；她经历了五千年世事沧桑后，经历了南湖红船上的不眠之夜；她目睹了南昌城头的硝烟炮火；在开创了神舟新纪元之后，她依然灿烂祖国是世界上伟大的母亲（自我评价）。因为她有广阔的土地；勤劳的人民，悠久的历史；富饶的物产，我们这一代有信心和能力将我们的祖国变成真正的东方巨人！祖国在我心中，愿我们祖国繁荣昌盛！

老师们，同学们：

大家好！

我今天演讲的题目是《知荣耻，学做人》。

我们都是祖国的花朵，我们应该成为祖国的骄傲，成为父母的骄傲！

我们应当学习中华民族五千年来的悠久历史文化，我们应当时刻铭记：以崇尚科学为荣，以愚昧无知为耻！让我们一起动手，铲除这些黑色的花朵，摘掉那些暗淡的罪恶之星。愚昧无知的他们必将被社会所淘汰，他们最终将被钉在历史的耻辱柱上！

同学们，让我们行动起来，知荣辱，学做人，让我们健康快乐地成长，让我们红色的花朵在二十一世纪骄傲的绽放！

谢谢大家！

讲真话做实事演讲稿篇二

大家好！

人活在这世上，不光光为别人而活，更重要的是为自己而活。做最真实的自己。

但丁曾说过：“走自己的路，让别人说去吧！”是的，人生在世有时候不要太过于在乎别人的流言蜚语。只要自己是对的，就坚守，不要动摇。勇敢做自己。

挪威大剧作家易卜生有句名言说：“人的第一天职是什么？答案很简单：做自己。”的确，做人首先要做自己。生活中做自己，不在意别人的恩恩怨怨，是是非非。不追求别人的金

钱权利。好好做自己，把自己做好，争取成为一个成功且对社会有用之人，实现自身的社会价值。做最纯真的自己，安心做自己。

我的世界，我做主。在这多彩的世界里，我们可以做自己喜欢的事，阅读自己感兴趣的书籍，弹自己拿手的乐器，烹饪美味可口的饭菜以及享受舌尖上的美味。我们可以多运动，坚持锻炼身体，去和大自然拥抱，去公园走走，欣赏美丽的风景，呼吸新鲜的空气，亦是一种美妙的享受。陶醉在自己的世界里，我们会很自由，很放松，完全不受他人限制，爱干什么就做什么，开心做自己。

做自己的主人，应该做命运的主人。命运掌握在自己手中，不要由命运摆布自己。我们要勇敢面对生活。遇到困难不退缩，历经挫折不气馁。不开心心情不好时学会调节自己，我们要主宰自己的命运，好好做自己。

做简单的自己，不要考虑太多，不要累自己。不要过于在乎别人的眼光。我就是我，我没有谁能代替，我是世界上独一无二的。别人说三道四又怎样？人非圣贤，孰能无过？心态要放正，只要自己是正确的就坚持。简单做自己。

哲学家告诉我们：“做我们所喜欢的，然后成功就会随之而来。”由此可见，个人的爱好是多么重要。自己喜欢什么，爱好什么，感兴趣什么就去尝试，去做，去实施。当你在做这些事情的时候，你会体验到一种快乐，并且热衷于这些爱好。它们会给你带来一种前所未有的喜悦。你坚持不懈地努力下去，或许成功就会随之而来。随性做自己。

有勇气做真正的自己，单独屹立，不想要做别人。是的，人在这世界上是为自己而活。有勇气，有决心，有力量，有追求，才能有成功，有收获。大胆做自己。

社会是个大染缸，在世上如何做到“出淤泥而不染，濯清涟

而不妖”？做到这点，谈何容易？此时，我们就要洁身自好，清白做自己。

人生漫漫，岁月如歌。在这精彩的人生中，我们要学会做自己，好好做自己，做最好的自己做最幸福快乐的自己！

讲真话做实事演讲稿篇三

大家好！“做更好的自己”这句话分量很重。今天站在这里，我心中有些不安，因为我的成绩不够辉煌，我无法慷慨激昂，因为我的事迹不够感人，我无法追求感动的语言，所以我只能用朴实的话语来描述我自己。

我08年来到一中工作，到现在已经6年了。在这个温馨的大家庭中，有领导的信任、老师的帮助，学生的支持，让我一步步从刚毕业的大学生蜕变成了一名真正的老师。6年中有盲目、有懈怠，但更多的是快乐和成长。

每天早上来到办公室里，老师们已经坐在办公桌前开始了一天的忙碌，晚上下班时，班主任老师仍然坐在电脑旁关注着班里学生的表现。日复一日，踏实紧张的氛围中，让我无心去懈怠，也不敢去懈怠，办公室里每位老师的言行都无形中鞭策着我，我一直有一个理念：去默默的做好自己。

按照自己的思维导图，我一直在这样做。不过时间也没有辜负我的努力，我收获了很多战果。我四年参加课堂大赛，获得三个一等奖和一个二等奖，发表教研论文三篇，甚至突发奇想在20__年申报了省级课题，在20__年申报了县级课题，两个课题今年都顺利结题，并且在去年7月份，去青岛参加全国“和谐杯”说课大赛获得特等奖，今年还有幸被评为我们学校第一届“育人之星”……这些都要感谢领导对年轻教师成长的重视，和办公室老师们毫无保留的帮助！但我知道要做出更好的自己这些远远不够，几张证书不能为自己来说明什么，努力的路途还很遥远，不过我始终深信一句话：成功的路上并

不拥挤，因为坚持的人并不多！

我每天在享受自己的课堂，独自享受着来自学生的那份爱，学生每次在励志册中的信息的传递就是最好的反馈，他们说“newspring,超喜欢你，超喜欢你的课堂”，他们的话无时无刻不在激励着我向前。

当然要做好自己也是一段持久的历程！或许我们都有这样的体会：我们都曾经有过很远大的梦想，都被现实磨得体无完肤。现实就是这样残酷，挫折也会依旧存在，而此刻唯一能做的就是做好自己，活出个性。一个人最大的成功是能让周围的人因“我”的存在而感到快乐。我觉得我现在首要做的是让学生因为我的存在而充实！与其我在这里夸夸奇谈，做更好的自己，倒不如说为学生做一个“更好的老师”来的更加有意义。

当然我所说的做“更好的老师”不是和像李镇西老师等名师相比，但我要和一个人比，那就是我自己，和昨天的自己相比！做更好的自己，是一种平和的心态，是内心的宁静，是“竹杖芒鞋轻胜马，一蓑烟雨任平生”的闲适与从容，更是“惊涛拍岸，卷起千堆雪”的荡气回肠。过完一天，回头望去，我们只要做到让自己心安，更要做到让学生心安就好。相信时间不会辜负我们每一个人的，这平淡的心安会铸就我们每一个人。

弹指一挥间，6年的岁月就在绘声绘色的讲课声中，就在孩子们的欢笑声中，就在一节又一节课的交替声中滑过。回顾耕耘之路，有欢笑也有泪水，虽然脚印参差不齐，深浅不一，但每个脚印里都倾住了我满腔的爱心和辛勤的汗水！我无怨无悔！因为我心中有一个信念，那就是：做更好的自己。

曾经看过这样一句话：“做更好自己，不是遥不可及的梦想，而是脚踏实地的行动。看起来很远在天边，实际上近在咫尺；看起来很残酷，实际上很幸福”。让我们每个人携起幸福之

手，一起去放飞自己的梦想，奔着“做更好自己”的目标，踏上幸福的征程吧！

讲真话做实事演讲稿篇四

大家好！

最近电视上总会播出这样的一则广告，那是由陈道明和靳东两位演员演的，其中让我记忆最为深刻的一句台词就是“你演过的最难演的角色是什么？恐怕是自己吧”在生活中，我们在很多情况下总是在隐藏自己，对这个社会总是会存在一种防御感。有时常常我们模仿别人很简单，但是真正要我们做自己却很难。

其实有时候我们并不是不想做自己，而是因为很多无形的压力让我们不得不压制自己原本的天性，做一些自己不喜欢做但是又必须要做的事情。就比如我们的父母，他们又何尝不想在休息的时间干一些自己想做的事情，但是上有父母、下有儿女，这就是中年人的困境，他们无法做回真正的自己，因为责任困住了他们自己本来的天性。

不光是父母，社会上的很多人，包括我们自己，几乎都没有可能完全做回自己，但是不能完全做到自己并不代表虚假，我们存在于这个世界，就必须要承担责任。我并不是说做自己就是不承担责任，而是我们做的是一种理性的自己，也就是说我们做的自己是一种无愧于任何人的自己，而并非想做什么就做什么的自己。

因此，要做那个随心所欲的自己很难，但我们可以做一个无愧于天地的自己。

讲真话做实事演讲稿篇五

大家好！

遇见，是美丽的邂逅；遇见，是华美的诗篇；遇见最好的自己，如此，幸运。

遇见最好的自己，在沉淀中，在最美好的方块字里。

记不清有多久，我被所有人希冀的目光，压得喘不过气来；被繁重的学业，搞的头昏脑涨。昨日，刚期中考后的我，心烦意乱，坐在飘窗前，望着远方，突然发现，家后的那一片树林已然金黄。不知为何，那里，就是那片树林，仿佛不停地呼唤着我。我急切的地，给妈妈留下一张字条，骑上单车，飞驶而去，当然，不会忘记带上我心爱的书。

到了，终于到了。我轻轻悄悄地，踏上那条铺满落叶的大道。我慢慢地走着，生怕惊动了这静谧的安详的树林。这里，静悄悄的，静的，只剩下我沙沙的脚步声，天空中偶尔传来的一声鸟鸣，才会划破了这里的安静。这片树林，是一片冷清而有点寂寞的树林，偌大的树林里，空寂的，只有我一个人，孤独的迷茫的四处张望，与我作伴的，只有也同我一样轻轻悄悄地刮着的风儿。细细的风在树间留下一点点美妙悦耳的声音，使得这片树林更加神秘。

我回头寻找我的单车，才恍然发现，我已经走了很远，很远，那段距离，好有“远在天边”的感觉。慢慢走回来，单车上已然落满了“化作春泥更护花”的黄叶，当然，也落在我的书上。我倚着一棵粗壮的树坐下，拂去，慢慢地拂去书上的叶儿，打开那本久违的书，一股浓浓的墨香扑鼻而来。我贪婪的享受着，嗅着，整个人放松在这本散文集里。这么久以来，我第一次感受到一种无法用语言形容的感觉，那些散文，一篇又一篇，像黑白琴键上跳跃的手指，带着我飞向一个又一个遥远而又迥同的世界。我在那些方块字中不停地游走着，一次又一次地融入那些美妙的意境，那种美妙，在我心中，慢慢地融化，慢慢地沉淀。

那一刻，世界静了，我知道，我在最美好的方块字里沉淀，

我在沉淀中遇见最好的自己。

“遇见你，真好！”我悄悄地对自己说。