

2023年自立自强演讲稿(优秀5篇)

演讲稿首先必须开头要开门见山，既要一下子抓住听众又要提出你的观点，中间要用各种方法和所准备的材料说明、支持你的论点，感染听众，然后在结尾加强说明论点或得出结论，结束演讲。演讲稿对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写演讲稿呢？下面我给大家整理了一些演讲稿模板范文，希望能够帮助到大家。

自立自强演讲稿篇一

自立自强国旗下讲话一：

goodmorning[]everyone!各位老师，各位同学们，大家好!我今天要讲的主题是：自立自强。

先来介绍一下我们的升旗手：张俊哲，我们的主旗手，他是我们班的副班长，他做事非常认真。鲁润瑶，她是我们班的语文课代表，成绩优异，令同学们佩服不已。李佳辰，她是我们班的双语之星，一口流利的英语使班上的同学非常羡慕。

同学们，天行健，君子以自强不息。自立就是靠自己的劳动生活，不依赖别人；自强就是不安于现状，勤奋，进取依靠自己的努力不断向上。自立自强是一种良好的品质，一种可贵的精神。

先来讲一个故事吧：他，是一个永不言弃的人；他，是一个自立自强的人；他，是一个敢于直面命运的人；他，更是一个平凡但却可以震撼你的心灵的人。他的名字叫洪战辉。他平凡得像一缕星光、一片树叶、一滴水珠，他没有巨额的财富，没有荧屏上耀眼的光彩，没有比赛中众人喝彩的成功，没有显赫的权位，没有就读于哪怕足以称为“重点”的大学。可就是这样一个普通贫寒学子，却掀起了人们心灵的波涛，他

感动了你，感动了我，感动了中国，同时他也用他的信念感动了自己的命运。

前洪战辉遭遇厄运！父亲疯了，妹妹死了，妈妈和弟弟因承受不了打击相继离家出走，但是，他没有倒下，更没有逃避，他靠自己坚强的毅力，用单薄瘦弱的却坚毅的背撑起了一片天。12年困境的风吹雨打，12年如一日的责任担当，12年从未懈怠的自立自强，他克服着常人难以想象的困难，照顾患病的父亲，抚养没有血缘关系的妹妹，还要完成自己的学业，一个又一个看似不可逾越的鸿沟，他一路挣扎，一路蹒跚前行，却永不言弃。

洪战辉的信念是：“我不能倒下”！这是一个男子汉的声音。为了家人，为了自己，他一次次坚定地站了起来！他没有什么丰功伟绩可以宣扬，他甚至没有为社会做过什么贡献，他只是用他的良知和执著在大家心中写下了一个端端正正的“人”字。

我有一个弟弟，他年纪比我小，可在自理能力上，我却不如他，他前几年就已经学会了骑车，每天早上准时起床，从不要我小姨叫他，每天晚上回家，自己做饭，自己做作业。我们大家的年龄都比他大，可这自理能力上，我们大多数却都不如他。

为了让我们不遗失求生的本能，为了让我们能自己生活，让我们从小养成自强自立的好习惯吧！

自立自强演讲稿篇二

爷爷今年86了，党龄47年，先后4次被评为优秀党员，其中有两次是在退休后在社区党支部中当选。党员的信仰支撑了他这一生，而他对信仰的坚定也影响了我们整个家庭。

爷爷很喜欢在温暖的午后跟我们讲他幼年时在岳阳老家放牛

的日子。9岁的时候，有次放牛走得远，走过了平时就返回的山坡，下到了坡下面，就看到了草丛里躺着个野冬瓜。爷爷就跟见着宝似的，连忙摘了，抱起冬瓜赶着牛就往回走。爷爷抱着冬瓜刚进家门，就被我的曾祖母(爷爷的母亲)打了出来，曾祖母说：“哪里偷的就给我放回哪里去，跟人道个歉，不然你就别进家门了！”爷爷赶紧解释说，这个冬瓜是捡来的不是偷来的。

后来，爷爷17岁那年，参军离开家乡的时候，曾祖母对爷爷说：“清清白白的，才能轻轻松松的！”

爷爷吃了很多苦。现在日子好过了，但爷爷依然过得很朴素。爷爷说：“把家里五个孩子养大不容易。虽然那时候我在粮油公司工作，可是我没往家里偷偷运过一粒米、一两肉。我一心扑在工作上，一个家，五个嗷嗷待哺的孩子，全靠你奶奶挑起来的。你奶奶能干啊，拿着我的20来块工资，把一个7口之家吃喝穿衣都解决了，自己的10多块钱的工资就全部给孩子们交学费，还要给老家的父母汇钱。”

到今天，客厅里贴的家训还是爷爷手写的：“兄友弟恭孝为先，勤俭克己戒骄奢，清白中正立天地，无私奉献报党恩”。

爷爷如一面旗帜，成为我们家里的精神支柱。他的思想在潜移默化着塑造着我的价值观。我越来越懂得他的信仰，他的纯粹，他的坚持。清清白白工作，轻轻松松做人。

自立自强演讲稿篇三

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好!我是五(三)班的xx[]今天我演讲的题目是《学习榜样，自律自强》。

三月份，学校开展以“修己慎独”为主题的传统美德教育活

动。慎独是一种情操，是一种修养，是一种自律，是一种坦荡。相传，我国东汉时有一位清官杨震，他向朝廷举荐一个叫王密的人，朝廷接受了杨震的举荐。王密对杨震十分感激，就私下拜会杨震，执意送上10两黄金以表谢意，并低声说：“黑夜里，无人知道，你就放心地收下吧。”杨震脸色阴沉，斥责道：“你送黄金给我，天知、地知、你知、我知，怎么能说无人知道呢？自古以来，君子慎独，哪能以为无人知道，就做出违背道德的事情呢？”

我们小学生正处于人生成长的关键阶段，更应在一点一滴的小事中做到自律，老师不在时自主学习，家长不在身边时，能够自我管理……这些都是自律的表现。在我们班有很多这样的学生：杨诗卉同学、李慧欣同学能够在老师不在时认真学习，主动帮助同学；曲亚梅同学、陈道岩同学能在父母不在家时合理安排时间，完成各项任务……他们都是我们学习的榜样。

人的生命是有限的，精力也是有限的，如果三心二意，虚度时光，不严于律己，终将一事无成。上课不认真听讲，自习课不自觉学习，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。

也许你的力量很小，但如果你拥有坚毅的自制力，没有不可能征服的高峰；也许你的智力愚钝，但只要你拥有顽强的自控力，便没有不可逾越的障碍。“千里之行始于足下”，让我们从一点一滴做起，从今天做起，从小事做起，磨练自己的意志，锤炼自己的毅力，严格自律。

同学们，一日之计在于晨，一年之计在于春。让我们用激情迎接日出，让朝阳为青春喝彩，让我们努力争当自律自强的好少年吧！

自立自强演讲稿篇四

自立自强国旗下讲话稿二：

亲爱的老师，亲爱的兄弟姐妹们：

大家上午好！今天我和大家交流的主题是：自理自立自强，做最好的自己。

平庸的人只有一条命，那叫性命，优秀的人有两条命，即性命和生命，伟大的人则有三条命，性命、生命和使命。它们分别代表着自理、自立和自强。张海迪五岁时因患脊髓血管瘤，高位截瘫，她因此没进过学校，童年起就开始以顽强的毅力自学知识，最终创造奇迹。作为新时代的优秀学子，是不是也应该通过自理自立自强做最好的自己呢？我将与大家分享以下三点：

一、自理乃立身之道

自理能力指在生活上能自己处理日常生活琐事；在人际关系上能处理好人事关系，独立处理一些事务；在心态上的能独自承受各种压力。莎士比亚出身于英国一个富商家庭，但是他并不留恋“饭来张口，衣来伸手”的寄生虫似的生活，他要走自己的路打理自己生活。当今社会有很多富翁为了让子女们自己闯荡天下而决定不留遗产给他们。我亲爱的兄弟姐妹们，我们是否做到自理了呢？你是否每到周末就电话通知家长来校看望你？你是否还在算计着下次父母来看望时会带些什么好吃的？还是打算把你们的脏衣服一包收走抛给千里迢迢来看望自己的父母？家庭不是永远的港湾，学会自理才是立身之道。日常生活中，你们是否还对身边的垃圾视而不见，甚至将垃圾随手丢弃在美丽的校园中？如果你做过，就证明你没有管理好自己的生活。国旗下讲话\\自理自立自强，做最好的自己。古人云，滴自己的汗，吃自己的饭，自己的事情自己干。靠人、靠天、靠祖上，不算是好汉。亲爱的兄弟姐妹们，作为祖国

明天之栋梁，就应该依靠自己，要知道人生路漫漫只有自理才能自主生活。

我们要学会对惦念着我们的父母说：“请放心”，告诉他们不必隔三差五的看望，多通电话会更方便；我们要学会自己洗衣服，回家时让父母见到干净利索的自己，一个自理的自己，而不是脏乎乎的自己；我们要学会多弯弯腰低低头，将垃圾随手捡起，从点点滴滴的小事做起，校园就会因你而美丽，生活就会因你而精彩。

二、自立的人可以掌握自己的命运

自立就是依靠自己的力量力有所成就。nba选手科比就是一个非常自立的人，坚持自己的梦想并为之不懈奋斗。他对自己平时训练严格，比赛时更是要求自己不可出差错，哪怕是日常生活他也安排的井井有条，从不依赖别人。在一次记者招待会上，记者问科比“你为什么如此成功？”科比笑着反问道“你见过凌晨四点的洛杉矶吗？”记者摇头，科比又说“我见过每天凌晨四点的洛杉矶文章国旗下讲话\\自理自立自强，做最好的自己。“可见，科比凭借着这股坚毅的自立精神，最终成为成功的人。

自立就是要自我约束自我管理。当我们早上睡不醒晚上睡不着时，就暗自告诉自己：赖床是没有勇气迎接新的一天，熬夜则是没有勇气结束旧的一天；我是一个自立的人，要对自己的生活负责。当我们抱怨着要干一周一次的值日，排队挤食堂，冒着寒风跑操，顶着烈日做韵律操时，请想想我们的目标、我们的梦想和我们的对手吧，他们不比我们少付出什么。有些事再苦再累再不情愿也是需要我们自己完成的，每个人总有一片需要他自己耕耘的土地。智者一切求自己，愚者一切求他人。我们要独立勇敢面对挫折和挑战，要有主见，要坚持自己的理想，成功要靠自己。

三、自强不息，厚德载物

天行健，君子以自强不息；地势坤，君子以厚德载物。君子应该像天宇一样运行不息，即使颠沛流离，也不屈不挠，接物度量要像大地一样，没有任何东西不能承载。如果你有天才，勤奋则使你如虎添翼；如果你没有天才，勤奋将使你赢得一切。沉舟侧畔千帆过，病树前头万木春。即使你没有过人的天资，即使别人看不起你。但是，只要你自强不息，就能改变别人对你的看法，就能开拓出一片属于自己的天地！还记得力克·胡哲吗？那个没有四肢只长了一只小鸡腿的演讲家，“没有四肢的生命”组织创办人、著名残疾人励志演讲家。他天生没有四肢，但勇于面对身体残障，创造了生命的奇迹。在生命中，我们不能选择什么，却可以改变什么。只要你一天没有放弃，那么你就还没有失败。

我亲爱的同学们，让我们在自理自立自强中做最好的自己吧！最后祝大家身体健康，学业有成，工作顺利，顺便提前祝大家元旦快乐，马到成功！

谢谢大家！

自立自强演讲稿篇五

同学们，大家早上好。

今天我国旗下讲话的主题是“做一个自立自信自强的青少年”。

在这里我给大家先讲个生活中的故事：

一位中国留学生以优异的成绩考入了美国一所著名的大学。怀揣着梦想，他告别了父母，远离了家乡。但是，入学不久，他就提出了退学。理由很简单：生活饮食不习惯，父母所给的生活费已经花完。

回到家乡的机场，迎接他的是年近花甲的父亲，当看到久违

的父亲他就高兴的扑过去，父亲退了一步，儿子扑了个空，一个趔趄摔倒在地。父亲看着尴尬的儿子深情的说：“孩子，这个世界上没有任何人可以做你的靠山，你若想在激烈的竞争中立于不败之地，任何时候都不能丧失那个叫自立、自信、自强的生命支点，一切全靠你自己。”说完，父亲塞给儿子一张返程机票。

这位学生没跨进家门就直接登上了返回美国的航班，返校不久，他获得了学院里的最高奖学金，且有数篇论文陆续发表在有国际影响的刊物上，人生的道路豁然开朗。

上面的故事告诉我们一个道理：每个人出生在什么样的家庭，有多少财产，有什么样的父亲并不重要，重要的是我们不能将希望寄托于他人，你的生活你的未来只属于你自己，再好的家庭再多的财产再能干的父母只能陪伴在你身边却不能取代你走完人生的路，必要时给自己一个趔趄，只要不轻言放弃，做一个自信、自强、自立的青少年就就没有实现不了的愿望，。

自立自信自强，努力拼搏，是我们在成长过程中的主旋律。只有学会自立、增强自信、自强不息，才能做生活的强者。

自立，就是依靠自己的力量，在生活和事业上努力奋斗。一个人在社会中生活，不但在生活上要自立，在事业上也要自立。我们常说“自力更生”，就是说要依靠自己的力量，改变原来的状况。一个人的成长过程中，当然需要各方面的帮助，但是，归根到底，只有依靠自己的力量，才能提高和发展。特别是在身处逆境、身处困境的情况下，更要坚持“自立”的精神，别人的帮助只有在你自己努力的基础上才能有作用。

自信，是实现自身价值的体现；是坚定不移的相信自己的能力；是相信自己在学习中能够依靠自己的努力取得好的成绩，坚信我能行。美国前总统罗斯福曾说过：“除非你默许，否

则没有人能将你当做是下等人。”相信自己因为天生我材必有用。珍惜自己，因为这世界上只有一个自己。如果连我们都不能看重自己，肯定自己的存在，又怎么去要求别人来肯定我们呢？所以希望别人能肯定你之前，你先要肯定自己。自信能产生一种强大的力量，它能够在困难和失败的情况下给人以勇气，给人以希望。

同时，我们还要有自强精神。自强精神是努力向上，是奋发进取，是对美好未来的无限憧憬和不懈追求。它强调一个人在社会生活中，应当自力更生，要有一种在困难情况下知难而进的勇气和不屈不挠顽强拼搏的精神。我们说“少年强则中国强”自强是中华民族的传统美德，自强是支持着中国人自立于世界民族之林的一种精神、一种信念、一种境界。

亲爱的同学们，你或许受到过挫折和失败，在学业上暂时还无所成就，因而哀叹生活的不公平，因而意志消沉、一蹶不振、丧失了信心。但是知道吗，挫折失败恰是人生给我们的一笔宝贵的财富，没有挫折的生活就像没有波涛的池塘。而充满矛盾的生活，就像波涛汹涌的大海，显示青春的活力。几乎每个人都在自己的生命旅途上迎春送秋，风雨兼程。

同学们，我们应当抬起头来，正视生活，做学习的主人，做生活的强者，做一个自立自信自强的青少年。今天你们以是__中学的学生而自豪，明天的__中学将为你们而骄傲。