

# 自我演讲稿子(优质8篇)

演讲，首先要了解听众，注意听众的组成，了解他们的性格、年龄、受教育程度、出生地，分析他们的观点、态度、希望和要求。掌握这些以后，就可以决定采取什么方式来吸引听众，说服听众，取得好的效果。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。

## 自我演讲稿子篇一

我是广昌实验小学三年级六班的刘天宇，我有一双大而明亮的丹凤眼，一个高高的鼻子，一张能说会道的小嘴巴。换牙后我长出两颗超大的门牙，而且很像兔牙，所以照相时我只能抿着嘴笑。

我兴趣广泛，喜欢看《三国演义》和《西游记》等名著，喜欢下象棋，喜欢，特别喜欢画画，我画的画还上了展板报呢，同学们都夸我是画画小天才。

我的理想是当一名画家，我要把世界上美好的东西都画下来！

我是一名男生，五官端正，而且长得又英俊。我在学校遵守学校的，爱护公共财产。我的思想品德很好，有一颗善良的心。特别是我不会乱扔垃圾，会扔到垃圾桶里。很少人有这个习惯，这个习惯是了解我的人都知道的。我也会帮助我的家人、老师、同学和陌生人等等吧！

我的学习同样也很好，得过很多奖，其中学科的有：电脑、和数学。我的各门科目都是学得很好的。我也非常聪明。

我体育比较好，每节课的热身，我都是第一个跑完。我的体育成绩当然也不错。我喜欢踢球、打、打乒乓球、爬山和旅游。

我能积极参加劳动，劳动时从不逃跑，而且认真、负责地完成劳动任务。

## 自我演讲稿子篇二

尊敬的各位老师、亲爱的各位同学：

大家早上好！我是来自高一（1）班的xxx，很荣幸在国旗下发言。

首先，请允许我代表我们这个参赛团体介绍一下暑假参加的比赛——IJSO国际青少年科学奥林匹克，是针对初中学生的国际性科学竞赛，它的考查内容主要为物理、化学、生物三大自然学科。IJSO是自然科学领域之中唯一面向16周岁以下中学生的学科奥林匹克竞赛。别的国家引进这项赛事较早，而中国大陆代表队自20xx年开始参加IJSO竞赛。这次比赛，我们小组三个人都获得了中国区终选一等奖，同时还获得了团队理论金奖和团队实验金奖。

接下来简单谈谈我们参与这次比赛的体验。本次决赛位于北京王府外国语学校，一开始连续三天的每天8小时实验培训着实让人崩溃。不过最让人头疼的还是考试，理论考试题目很难，仅仅是一道二元弱酸的pH值计算就让人头疼不已，更别说试题卷有整整27页了。实验考试虽然没有那么困难但也是“危机”重重，很难保证三个小时不犯任何错误。考完之后其实心里是没底的，毕竟对手都来自清华附中等名校，但我们也有我们的自信。实验考试的第二天，则是颁奖的时候。本来因为没有全部完成理论考试试卷，对自己没抱太大希望的我们，在看到二等奖和三等奖都没有我们名字的时候，感觉有点伤心。可是当看到一等奖的榜上出现了我们三个人的名字时，大家激动得差点就跳了起来。当时确实是喜出望外，一开始抱着来试一试，丰富一下阅历心态的我，却意外与我们整个团队一起取得了如此优异的成绩。

能有这样的成绩，首先要感谢的当然是我们初中的科学老师：林老师、许老师、朱老师和刘老师。特别是林老师激发了我们学习科学的兴趣，尤其是在化学方面给予了我们很大的鼓励与帮助，而没有许老师我们也不会去参加这次比赛，他在赛前给我们提供了很多技术上的支持，如果没有这几位老师的付出，那我们是肯定无法取得这么好的成绩的。

在我看来，科学是所有人都能共同学习的科目，每个人都有探索与发现的机会，而这个机会是需要自己去创造的。许多人看重的科学不过是几个数字，几个分数而已，但这些并不能代表科学，也不能代表一个人的科学素养。科学素养是一个复杂的东西，它需要你各个学科的综合能力，还需要动手与创新能力。我觉得作为青少年，最重要的是提高自身的科学素养，虽然不能直接让你的科学成绩提高，但或多或少一定会对你科学价值观的构建有所帮助。科学与动手能力密不可分，没有动手能力，科学体系就不能在现实世界中得以体现，科学也就不会对人类产生如此巨大的影响。所以，有条件的同学，可以在网上购买一些实验的小器具，自己动手做实验。同时，我们队伍也希望初中部还有机会参加这个比赛的学弟学妹们能好好学习科学，如果真的有朝一日参加了这个比赛，不管是否得奖，其实都会对自己能力的提升与品格的塑造有所帮助。

简单总结一下，这个比赛的结束不会是学习科学的终点，学习还要继续，各类竞赛还等着我们去参加，而在竞赛中最重要的不是和他人对比，挑战自己才是竞赛的真正意义。

我的发言就到这里，希望能对大家有所启发。谢谢大家！

## 自我演讲稿子篇三

老师和同学们：

大家好

生命是一棵树，青春期就是树生长期，开花的雨季，我们有无限的活力和才华横溢的青年，所以，我们应该怎样对待青年？我们应该把握青春。

把握青春不是浪费我的时间在吃喝玩乐，不浪费时间在永远敬佩，把握青年领先，在繁荣时期为自己的未来奠定基础。

把握青年首先设定雄心勃勃的野心。法国的蒙田说：“一个人没有确定的助航设施，任何风都不给他。”是的，一个没有雄心壮志的人，所以他不是斗争的勇气和奋斗的精神支柱。“历史上一个成功的男人，都在他们的青少年，然后设置的崇高愿望。周恩来总理在高中将设置“阅读的崛起”的理想，在早期居里夫人为科学奋斗一生的人生目标……作为一个新时代的青年，我们肩负着时代赋予我们的历史使命，我们是祖国的未来，民族的希望。在这段时期的生活，我们必须建立崇高的理想，决心为祖国的现代化建设的斗争！

把握青春是不断斗争。奋斗是实现理想，理想的台阶就没有行动的梦想。如果你想要吃苹果，那么你必须先用手去接。如果你想实现自己的目标，就必须把握青春，用他们辛勤的汗水来浇灌生命之花。我们在学校学习，行动是在采取措施实现的理想，短暂的青春，光阴一去不复返，我们应该珍惜时间，努力学习，掌握丰富的科学文化知识，让知识丰富我们生活的青年的果实，让知识的阳光点燃我们心中的火焰！

字符是生命的本质，人性的来源。没有真正的是贫穷的思想，高尚的品德是悲伤的核心。一个没有道德的人性格为国家的繁荣和社会的进步做出贡献。把握青少年在青春的时间培养自己的高尚的品格。我们想挑战磨难的坚强的意志，形成一个自信的性格，在竞争中成功的发展中开放的态度，培养乐观精神的失败。我们要塑造他的伟大的心，让高尚品德的荣耀给我们的青春。

我们有青春，我们热爱青春，同学们，让我们以极大的野心，不懈的斗争和高贵品质丰富你的青春，让我们的青春更精彩！

## 自我演讲稿子篇四

亲爱的朋友们：

大家好！我演讲的题目是《战胜自己超越自我》

人生是战场，而自己正是这场硬仗中的主角！

人生的旅途本来就是起伏不定的，而生命也是由欢笑和泪水编织而成的，就像电影中的角色，不管是主角、配角或是临时演员，只要尽本分，把戏演好，向困难挑战，超越自己，就是懂得生命真谛的人。

你看过《汪洋中的一条船》吗？书中的主角——郑丰喜先生就是一位能突破现状，能超越自己，追求更完善的人生的人。他不因双腿弯曲，不良于行，而成天自怨自艾，反而凭着毅力、信心向自己挑战。他虽然也曾遭到失败，但以信心做反看，以毅力当前锋，终于战胜了自己，战胜了双腿，成为一位超越自己的成功者。

失败并不可耻，可耻的是不再勇敢地站起来，接受挑战，而一味的逃避，不敢面对现实！

“天上下雨地上滑，自己跌倒自己爬。”

有些人生活在这世界上，连生存的目的是什么，都感到迷惑。其实，上天给我们的生命，绝不是平白无故的。

常常问一些人，最近过得怎样。回答几乎都是千篇一律：“没有，混口饭吃。”“还是小职员一个。”为什么他们总是如此说呢？那是因为他们缺少了自我挑战，自我突破

的想法，总是以为安于现状即是福。这样的人，再过十年也是停留在原地，无法前进。

向自我挑战，即是超越现在的我，迈向一个新的我，不是停留不进，也不是安于现状。

就拿我们学生来说吧，月考时，能突破自我，向原来的成绩挑战，只要有进步，哪怕是进步个两三分，也算是挑战成功啊！否则最后一名是你，成绩老是停在原地，那多难堪啊！

人生的，崎岖不平，只有向自我挑战才能往前行。且把自我挑战当成一把锐利的刀，用它去斩除旅程中的荆棘，超越巅峰，超越自己！

你看过不倒翁吗？它那屡仆屡起的精神，才是我们应该学习的。虽然我们的生命有限，但能学习打败原来的我，展现新的好的我，也就是一种突破。

不是吗？

人生的旅程，有无数的挫折。可是挫折只是生命旅程中小小的插曲。被挫折击倒的人，如果不再重新振作，便无法实现自我。遇着挫折无须惧怕，那正是向自我挑战的好机会。

朋友，拾取信心，向自我挑战吧！打破从前的不良记录，就从现在开始。把挑战当指南针，失败当试金石，勇敢地向自己挑战，并战胜自己，超越自我！

## 自我演讲稿子篇五

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

记录是用来打破的刷新的，而不是用来铭记历史的。每一次的全力奋斗都是洗尽铅华的行为。打破一沉不变，让循规蹈矩都随新的一次成绩灰飞烟灭吧，刷新自我，挑战自我，不要有任何的顾虑，因为每一次的奋力拼搏都是在为你最终登上顶峰铺垫阶梯。

刷新，终而复始的刷新，没有什么事可以不经努力就可以练成的。刷新自己，抬高自己的目标，抬着自己的头，记住，那不是轻狂骄傲，而是想要抬头看看自己的蓝天，每次的刷新纪录，刷新自己，要的不仅是多于常人的努力与奋斗，重中之重的事，要有目标，要有野心，心中要有超过上一次的欲望。毕竟啊，没有理想的人是无用的人，没有目标的人是空虚的废人。

极限，这个名词，不是用来挂在嘴边每天用来念叨的，而是用来突破的。

改变自己，使他人望而生畏，不断充实自我，让自己的生活每一天都具有挑战。刷新自我的机会数不胜数，逃避的机会也不计其数。两者机会均等，而选择权正握在你的手里。放弃他轻而易举。如果你选择去重新挑战一遍，那么你必定要承受重于泰山心理压力，但你要坚信自己，只要你成功的刷新了自己，压在你头上的泰山便会成为你的垫脚石。

改变自己，挑战极限，两者相辅相成，缺一不可，我要把刷新自我作为前进的不竭动力。

现在，我抬头望着考场的天花板，透射人心的灯光正在拷问我：“今天你能刷新停留了吗？”

## 自我演讲稿子篇六

大家好，我是赖恒清。今年9岁。我聪明过人，经常帮助爸爸妈妈和老师做一些力所能及的事情，老师常常叫我小老师。

我是一个时而安静时而活泼的小男生，我有一个像大头儿子一样的头，又像大苹果一样的脸，因为我的脸白里透着红。我的眼睛，你们不要看着小，其实里面是智慧，因为老师教过的内容，都逃不过我的”火眼金睛“。我在我们班算是高的了，身体肉肉的。冬天到了，我一定是爸爸妈妈的热水袋。我的手大大的，像一只大蜘蛛。

对了，大家想不想知道我在学校的优点呢？你们一定要好好听听哦，到时候，你们也要像我一样喔。

在学校，我是一个懂礼貌，讲文明的好孩子。不管看到老师还是长辈，我都会向小芬老师教我的一样，向他们行一个90度的孔子礼。完全把学校的国学教育表现得淋漓尽致。

在学校我还是老师的小帮手，小老师。小朋友经常看到我的时候都会说：”快安静，小老师来了。“你们说是不是很有老师的感觉啊！！哈哈！！

你们喜欢这样的我吗？

## 自我演讲稿子篇七

敬爱的老师、同学们：

新的一学期已经开始，我们进入了三年级的学习阶段，随之新学期的班干部竞选也开始了。

我在上学期的班干部工作中取得了一定的成绩，得到了老师和同学们的信任与支持。但是，人并不是十全十美的，在平时的上课当中，我有点不敢大胆举手发言，总是胆小如鼠，很害怕会出错，怕同学笑话。现在，我决定在新的学期里改掉这些毛病。争做一名合格的、优秀的班干部。

做一个合格的、优秀的班干部，我想首先要思想好、学习好、



身体好。在新的学期我如果能当上班干部，我一定会用《小学生守则》严格要求自己行为规范，以身作则，认真学习，上好每一堂课，争做好事，认真负责做好本职工作，积极做好老师的小帮手、班委的小助手，如创造一个整洁优美的学习环境做出自己的贡献，让我们的班级在新的一学期中更上一层楼。

请大家投我一票吧！

## 自我演讲稿子篇八

每当朋友们夸赞李逸涵的时候，我都会觉得既自豪又羞愧，因为儿子在一些方面是比较出色，但是也有他刻意隐藏的缺点，宋老师要求我和大家一起讨论如何教育孩子这个问题时，我就把儿子的优点、缺点列了一个表格：

优点：开朗、热情，爱读书、理解能力强（阅读理解题目一般不出错，能很快的给一篇文章或者一段话总结出比较准确的含义），想象力丰富（每当读到一篇好文章时，很容易身临其境，把文字所表达的内容浮现在脑海里. 这是李逸涵自己的话），喜欢交往（到陌生的环境会主动与别人交谈，询问行走路线，家里来了客人主动问好，招呼用水果等），能正确的评价自己（去年越野赛、3年级时的礼仪队，儿子很轻松的跟我谈到他没有入选，原因呢，因为自己体型较胖，会不美观. 当我问及他会不会觉得很失望时，他说“哎呀，妈妈，你儿子学习挺好，爱读书、爱写作，爱唱歌，不就这一点不擅长吗，有什么关系呢？我觉得老师这样选是正确的，当我适时提出咱俩一起减个肥时，他竟然毫不在乎的说不就是胖一点吗，身体健康就行.）既然不会给孩子造成心理的阴影我就尊重儿子的选择.

分析的不够全面，这是我作为家长对孩子的了解，其他方面还请老师作评价，那么针对我自己和大家对李逸涵平时表现的综合评价，他的优缺点的形成都是习惯养成的产物，我反

思了自己的教育过程，尽管我自己不是一个很有计划性的人，但是自己在家庭中一些无意的却是正确的表现给孩子树立了正面的榜样，让孩子可以正确的成长，而孩子那些不良的习惯也跟我息息相关，令我汗颜。好习惯培养我们家长做到以下几点：

喜欢读书是潜移默化的作用，从婴儿期开始我比较关注《为了孩子》之类的杂志，根据书上的指导给孩子买了许多相关的书籍，家里的家具上贴满汉字，我想大多是家长都是这样做的，固定时间个孩子讲故事，到大班后识字量很大，我就开始给他买文字多的书看，母子各看各的，由于认识的字多，上小学后从来不需要家长为他读题、分析题意，因为他总拿不认识的字问我，打扰我看书，学拼音后赶紧教会了他查字典，这样虽然没上学前班，因为经常查字典的缘故，拼音除了书写不太规范掌握的倒很扎实，而读书多的好处随着李逸涵年龄的增长和年级的增长越发显现出来，比如薄老师说他知识面广，大概是2年级的时候老师说最小的数字是零，他说是负数，他会在北京旅游的时候跟一个80多的老先生谈论什么墨西哥的名胜古迹，西班牙的美味佳肴，那是我也插不上嘴的话题，理解、现象、写作能力的逐渐提高，发在我博客上的作文得到大家的好评“西湖的水很清，清的能看到水底，一些小鱼游来游去、嬉戏玩耍。湖底的泥土看上去软软的，仿佛一脚踩下就要落下去似的放眼望去，湖中心有许多小岛，小岛上长满了青青的芦苇，看起来生机勃勃，为西湖增添了不少绿色，微风吹来，芦苇跳起了舞，像是在欢迎在湖边游览的人们。湖岸边有一座小桥，桥边的石级错落有致，桥上总是有人在钓鱼，不一会工夫，有的钓上了一只狗杠鱼，有的钓上一只小虾，大家都忙的不亦乐乎。从石级上望向桥底，你会发现有一个一个小黑点，这是什么东西呢？用网捞上来一看，是十几只透明的小虾，在阳光下闪着金色的光，像钻石似的”榜样的作用不仅仅体现在看书上，李逸涵的爸爸是一个开朗外向的人，所以李逸涵待人接物也做的不错，喜欢跟不同的人交谈，积极地做每件事情。

我们大人也有经常犯错的时候，更何况是孩子，所以对孩子的所作所为我们应该先接纳、后纠正，多欣赏，少批评，我们会时不时的不自觉的以大人的标准来衡量孩子，这样是不公平的，李逸涵非常自信，认为自己做事情是很轻松。

一直不赞成权威性家长，所以很少实行自己作为家长的权威，家长一定是对的，我们做父母的要经常反思自己的教育行为是否是对的，李逸涵的缺点也是我们教育缺失的反应，我个人比较喜欢静，用现在时髦的话说“宅”，一个人在家里收拾完家务后就喜欢打个电脑，看看书，所以孩子也是这样，我做事也是过于追求完美，单位有讲课活动，如果自己准备不充分干脆就放弃.而不是把讲课作为锻炼自己的一种机会，只想一举成功，认识到这个问题后我也在尝试改变自己，李逸涵的自理能力差是因为我忽视了他这方面的培养，李逸涵小时候不会系鞋带我就给他买没有携带的鞋子穿，我犯了一个重知识技能轻生活技能培养的错误，独立学习的习惯培养很好，整理的习惯没有重视，所以到刚入四年级时李逸涵的课外书都是我给整理，当我有意识的带他去楼上小姐姐家看人家的书橱时他有所感触，然后再晓之以利，如果把自己的书分类整理好还会买更多的书，他才开始整理自己的书橱，提醒他晚上把衣服放好早晨会更加省事，整理自己的书包，（这一点还需要加强），所以建议大家时常反思自己的教育方法，而不是一味的责怪孩子做的不够好。

在注重孩子良好习惯养成的同时，我们也要关注孩子的心理健康，你是否和孩子经常交流、沟通，你的关注点在哪里？孩子放学回家你都会问他什么养的问题呢？就我所了解，从幼儿园接孩子回家的路上，大多数家长会边走边问孩子在幼儿园的情况：在幼儿园吃饱了吗？老师表扬你了吗？小朋友有没有欺负你？学了什么知识？我们去报个特长班吧等等.而我的孩子上幼儿园时我们的话题往往是今天在幼儿园开心吗？发生了那些有趣的事情呢？你有需要教给妈妈的本领吗？可以看出，多数家长关注的是孩子的身体和学习，我则更关注孩子的情感体验和他的交往.随着孩子年龄的增长，我们更要

边学习边教育孩子，现在，我已经不把李逸涵当成一个孩子来对待了，而是一个“人”，当然不是说要以成人标准来要求他做事，而是更加尊重理解孩子，关注他的情绪。最近提倡让孩子快乐的主动生活，我看了几本相关的书，挺有所触动的，书中提到的快乐是什么呢？我不想用什么专业的理论来诠释快乐的意义，我的理解快乐就是一种积极的人生态度，让孩子可以自信、坦然的面对生活中的困难，努力寻找解决问题的办法，从而成功的做好每一件事情。书中还对几百个孩子快乐指标做了调查，45，54的孩子选择自由就是快乐，34，74的孩子选择经过努力终于作对一件事情，30.52选择考试取得好成绩。于是我专门从调查儿子的快乐入手，分析了他快乐不快乐的原因，庆幸他没选自由，是因为我们给了他相对来说非常自由的空间，没选成绩是因为他没有那么大的学习压力，他的快乐来自以自己努力获得成功后的那种实现自我价值的成就感，这可以激励他不断地去尝试挑战然后再努力走向成功。但是他也有百分之一的不快乐：1. 跟老爸吵架。2. 老爸老妈吵架3. 没有过多的书看。这是我们比较关注的，于是开家庭会议分析原因，采取措施：

1. 儿子分析：爸爸总喜欢逗我玩，我是一个10岁的大人了，不喜欢爸爸把我当小孩子逗着玩。

爸爸检讨：儿子说的对，跟儿子吵架的原因百分之九十是自己爱逗孩子，百分之十是儿子会任性、有点无理要求得不到满足发生争吵。

2. 家庭过日子，总是会有些鸡毛蒜皮的事情，当我们为一些事情各执己见，互相辩论的时候，儿子其实是紧张的，他总以为我们在吵架，总是会劝我们别吵了，但是问题没有解决，还是会争论下去，所以考虑的孩子的情绪，我们在此事上达成共识：不在孩子面前讨论有争议的话题。

3. 没有过多的书看：当儿子说这是不快乐的原因之一时，我既高兴又觉得委屈，高兴的理由不用多少，委屈呢，是因为自

从李逸涵上大班，识字量突飞猛进开始到现在，买书一直可以说是一件有求必应的事情，家里的有一整套的郑渊洁童话、杨红樱系列，沈石溪系列，探险系列，学校推荐的数目也都在购买行列，每次出差都会去书店给他选购，儿子这个不快乐原因可真有些令人头痛，于是我们就讨论了一番，爸妈的观点是把每一本书读细、读透彻再买新书，儿子承认自己有种看到新书就想据为己有的贪婪心理，以后再买书的时候相互中和一下，我们尽量满足他的要求，他也要把每本书中学到的知识展示给我们，确定确实消化吸收后再提买书的要求。

教育孩子是一件艰巨的任务，我们都不可能所到十全十美，但是我们每个家长都在尽自己最大的努力去和孩子共同成长，我的观点不尽然全部正确，但是可以把这些作为话题我们共同探讨，共同学习，让我们的孩子可以健康、快乐的成长，成为一个大写的人。