

# 做自己最美演讲稿 爱自己演讲稿(优质10篇)

演讲稿也叫演讲词，是指在群众集会上或会议上发表讲话的文稿。演讲稿是进行宣传经常使用的一种文体。演讲的作用是表达个人的主张与见解，介绍一些学习、工作中的情况、经验，以便互相交流思想和感情。那么你知道演讲稿如何写吗？以下我给大家整理了一些优质的演讲稿模板范文，希望对大家能够有所帮助。

## 做自己最美演讲稿篇一

最近，我读了苏霍姆林斯基《怎样培养真正的人》，其中有一篇文章《爱学生就等于爱自己》，读后，颇有感触，一名教师不光要培养学生的学习能力，更重要的是要培养学生的爱心，尤其是能具有感受到别人的爱心(或是痛苦)的能力，进而才有可能把他培养成为一个真正的有爱心的善良的人。如果我们的教育仅仅停留在讲课，听课，辅导，考试，选拔，从而忽视了学生情感的培养，那么，我想我们的教育是可怕的，危险的。爱是教育的永恒的主题。有爱的教育才是丰满的真正的教育，韩军的人文主义精神，教育在线中的朱永新教授高举的爱的旗帜的新教育实验；李镇西的“走进心灵”的教育，似乎无不凝聚着爱的核心，在留意身边的每一位优秀的教师的课堂，无不透漏着一个“爱”字，在爱的教育中，孩子们快乐的成长着。我想，一个真正的人也就是在这个爱的环境中培养出来的。缺少爱的教育，结果是无法想象的。从教两年多来，我能时刻感受的爱在教育这个领域里的重要性，尤其教育对象面对的是未成年的儿童，更需要我们付出爱心。记得刚刚教二年级的时候，一位听课不认真的女生在课堂上用铅笔伤害了我，面对同学们的责怪，和我腿上流出的鲜血，她吓哭了。可是，在那一刻我没有责怪她，而是告诉她，老师不疼，我把她的行为划为了不是故意，并告戒大家平时要小心不要将笔尖冲着别人，我不知道我的用意她是

否可以真正领会，但是我想至少她幼小的心灵会感到一丝安慰，并且在她的心中老师的形象不是斤斤计较，不可接近，而是和蔼，宽容的。在我受伤的下午，班上的学生陈一同同学主动敲开办公室的门问我：“你的腿好点了吗？”只是一句孩子短短的问候，却让我感受到了一个孩子的细腻和善良，我欣喜着这爱的回报。作为教师，她的每一言一行都在深深的影响着下面的每一个学生。只要我们在教育中真心的付出了我们的爱，我想收获的定是爱的果实，和未来社会上真正的人。

的！为了你的学生总有一天如你爱他一样能去爱别人，为了这世上的人彼此之间都能互相关爱，请你爱你的学生吧！因为爱他们也就是爱自己啊！

苏霍姆林斯基认为：当你培养出具有爱心的孩子，他就会对教师的爱很敏感，并以好心还好心；而教师的爱，最重要的是为了学生获得知识，若是学生懂得了这些，自发向上，成绩自然就好，成绩好了，那么，作为老师的我们也会感到更加快乐。期待着爱的气息包围着每一个学生，期待着爱的教育布满整个校园，期待着我们的世界成长起来的都是真真正正的人。

教师爱学生，不忘爱自己！

看过很多老师体罚学生被开除的报道，我深切的感受到：教师爱学生，不能忘了爱自己！别看《教师法》不能有效保护教师的合法权益，却能严厉惩治教师的错误行为。有关部门，虽不能、不敢依照《教师法》保护教师的合法权益，但是其偏偏有决心、有能力严格依照《教师法》来惩治犯错误的教师！他们不敢与违反了法律法规的上级作斗争，却擅于通过严惩弱势群体来彰显自己依法行政、秉公执法、铁面无私、大义凛然、雷厉风行的革命气概！

其实，我们老师有时候连自己的孩子都管不了呢，对待别人

的孩子干嘛要那么严格、严厉?我想，教师对待学生，不仅要有爱的情感，也要有防护的心理!因为孩子不都是可爱的，的确有难管的、可气的!老师对学生要爱的有理智、有智慧、有分寸!我爱人都说，那老师太过分，学生毕竟不是自己的孩子!愿天下的老师，在这个全社会都只关注教育而不关爱教师，只要求老师而不理解和宽容老师的时代，把握好心态，调整好心情，宽容学生，心中留神，手下留情!既要爱学生，更要保护好自己!

愿中国的老师，都平平安安，健健康康，一路走好!

教师爱学生， 不忘爱自己!

## 做自己最美演讲稿篇二

大家好

愉快的暑假生活已经结束，在这个假期中，相信大家最关注的，莫过于巴西里约奥运会了。说起奥运，第一届奥运会举办至今，已经有xxx年的历史了。在奥运历史上，发生过许许多多动人的故事。尤其是运动员们奋勇拼搏的精神深深激励着我们。一个人，究竟如何做最好的自己?今天，就让我们从走进他们的故事说起。

1968年，墨西哥奥运会，男子马拉松比赛，坦桑尼亚运动员阿赫瓦里因为眩晕摔伤了右腿。简单包扎后，他拖着受伤的右腿一瘸一拐地坚持跑完全程。那时比赛已经结束了一个小时。正要散场的观众却重新回到看台，现场响起经久不息的掌声。这一幕永远地定格为奥运史上的经典一幕。当被问及为什么不索性退出比赛时，阿赫瓦里笑了笑，说：“我的祖国把我从7000英里外送到这里，不是让我开始比赛，而是要我完成比赛。”他身上这一份坚韧不拔的精神值得我们每一个人学习。

让我们再看看这张图片，北京时间2016年8月20日上午，中国女子排球队迎来了最后一场对决，对手是实力强大的塞尔维亚队，经过激烈的角逐，中国女排以3：1赢得了比赛，时隔12年后，重新登上了最高领奖台。那一刻，全国上下，亿万观众都坐在电视机前见证了这场激动人心的伟大胜利。那天，我也带着三岁多的儿子观看比赛，小家伙问我，“妈妈，姐姐们哭了，为什么你也哭了？”我摸摸他的小脑袋说，“妈妈是被女排姐姐们感动了，她们赢了。”孩子又问，“她们为什么会赢？”“因为，他们的身上有一种坚持、不放弃的精神。”这种精神，叫做女排精神。正如女排教练郎平阿姨说，女排精神不是赢得冠军，而是有时候知道不会赢，也竭尽全力；是你一路虽走得摇摇晃晃，但站起来抖抖身上的尘土，依旧眼中坚定。

亲爱的孩子们，请记住，赢也爱你，输也爱你，不拼搏、不努力才不爱你。今天的我们，迎来了崭新的学期，我们何尝不像运动健儿们一样奔驰在学习和生活的赛场？老师们，同学们，新的学期，只要我们坚定信心、努力向上，做最好的自己，就能超越自我，赢得我们心中那枚金灿灿的奖牌！

## 做自己最美演讲稿篇三

人生就像一场舞会，教会你最初舞步的人未必能陪你走到散场。不用一直沉溺在过去来治愈往昔的伤口，而是应该更好地活在当下，等待遇见最美的自己。遇见最美的自己演讲稿怎么写呢？以下是小编整理关于遇见最美的自己演讲稿范文，欢迎阅读。

尊敬的各位评委、亲爱的朋友们：

大家早上好，我是10号选手——林珠华，来自附城镇，今天我给大家带来的演讲是《遇见更好的自己》。

一个人以清贫、困顿、低微，但是不可以没有梦想。

只要梦想一天，只要梦想存在一天，就可以改变自己的处境。

我，一个普通的人民教师，但我有一个梦想，那就是过上幸福而完整的教育生活，我遇见那个更好的自己，孩子们也遇见那个更好的自己。

有梦就有远方，有梦就得努力。

我怀着对教育的一片炽爱，开始了一段修炼旅程。

首先是修炼我的课堂。

因为热爱，那年，教学没满一年的我，毛遂自荐、主动请缨参与一年一度的课堂改革比赛。

其实我当时也矛盾了许久，因为部分老师已在学校的组织下到象贤中学学习过，而我不在其中，我担心自己会成为别人的笑柄。

可是，渴望成长的心儿在告诉自己，不能放弃。

远方的梦在呼唤着我要抓住机会。

而结果，我这堂课，竟获得了一等奖。

我还赢得了与大家交流的机会。

我开始懂得，因为热爱，所以参与；因为努力，所以幸运！

为了更好地把握课堂，更好地读懂教育，我平常会听同仁的课，反思自我，并抓住每一次可以外出的机会，甚至自费学习。

我还开通了博客，坚持写教育随笔，读教育专著，甚至每周六晚上都守在电脑旁，参与李镇西教育思想研究所的研讨活动，在一次次的聆听中，一次次的研讨中，我慢慢地成长着，开始享受教育的幸福，我在遇见那个更好的自己！

因为心中怀着这样诗意的教育梦，我始终相信我和我的孩子们都遇见那个更好的自己，我们的教育生活会更幸福！我的第二修炼是一颗耐心。

耐心地对待孩子们的事情。

今年，我做了班主任，我开始给他们写信，和他们一起玩，一起搞活动，也克服内心的那份恐慌走访学生家里。

这一切的一切都是我想靠近学生一点点，能贴近他们的心灵一点点，能让我更好地持有那份耐心，能让我们的生活更美好。

我班有个孩子，是那种差生，迟到、缺课、吸烟，就是不爱学习。

很多时候，我也很失望，甚至绝望，但我总要怀有希望，在他每次犯错的时候，我总相信他会慢慢变好。

于是，我与他谈心，给他讲励志的故事，在他有一点好的表现时给他奖励。

他依然会犯错，可他犯错相隔的时间越来越久远了，这就是他的变化，他在遇见那个更好的自己！

静待花开，面对孩子，我们真的应该多一点耐心，转变一个孩子真的没那么容易，你永远都不要期待一次谈话，一次活动，某个契机，就能将他改变，教育是慢的艺术，需要我们长久的陪伴，需要我们更多一点的等待！

中国梦，梦就中国，而我小小的梦就是我和我的孩子们都将遇见那个更好的自己！我一生都为这个梦想而奋斗！

谢谢大家！

尊敬的xx□

在今年柯桥区“两会”上，徐国龙书记提出了打造“时尚柯桥、印象柯桥、幸福柯桥”的概念。

“时尚柯桥”就是致力经济结构调整，着力构建以时尚为特色的竞争新优势；“印象柯桥”就是致力生态环境改善，还原“山阴道上行，如在镜中游”的富有诗情画意的江南水乡美景；“幸福柯桥”就是致力民生福祉提升，实现“两富两美”。

在打造“三个柯桥”的新征程上，每一个柯桥人都应该在岗位上奉献自己的一份力量！

作为一名幼儿教师，我面对的是最纯真稚嫩的群体——幼儿。

在成人眼里，童年是色彩斑斓、幸福美好的。

《羊城晚报》曾向各个年龄段的幼儿做过一个调查——什么是童年幸福？幸福是什么？这个问题上至伟大的哲学家，下至目不识丁的贩夫走卒，都可以有自己的答案。

而小朋友们的答案最简单，最直接——就是当下，做自己想做的事情：买一个棉花糖、玩一下滑滑梯、腻在妈妈的怀抱里……可是当你看到孩子刚入园时因为舍不得妈妈的怀抱而哇哇大哭时，因为不会交往找不到朋友而孤单落泪时，因为遇到挫折沮丧退却时，你还会认为童年的标签只有“幸福”两个字吗？！

徐国龙书记说得好，我们一定要谦虚学习、用心学习、持久学习。

作为教师，更要不断地充实自己、提升自己，深化作风建设，踏实进取，在职业生涯中遇见更好的自己：用各种专业方法减轻孩子的分离焦虑、引导孩子学习交往的技巧、教会孩子如何面对挫折再次鼓起勇气等等。

生活中，幼儿教师总给人美丽、温柔、多才多艺的印象。

然而有谁知道背后的辛酸呢？多少次用沙哑的声音进行教育教学活动，多少次书写论文、修改教案到深夜，多少次冒着严寒、顶着烈日做家访工作……这一切的一切，都已经记不清了。

但我知道，在我们的努力下，工作得到了认可，幸福的孩子越来越多！小班年段的美食节活动，中班年段的“书香进校园”活动，大班的夜宿幼儿园活动，孩子们在接受记者采访时都不约而同地提到了一个词——“幸福”！

家庭是社会的细胞，孩子幸福与否就像“蝴蝶效应”一样关系着家庭的和谐、社会的稳定。

多学习，遇见更专业的自己；勤实践，遇见更务实的自己；善思考，遇见更有爱的自己……让我们在职业生涯中遇见更好的自己，帮助每一个孩子也在成长的道路上遇见更好的自己，做一个幸福的柯桥人！

谢谢大家！

尊敬的xx□

上班之前，给自己美美地打扮了一番，没有浓妆艳抹，没有华彩绚丽，看着镜子里的自己，很清新，很温暖，然后给自

己一个甜甜的微笑，背着包包就跑，上班快迟到啦，外面有些清冷，风儿肆意的'钻进裤筒里，手，冰凉凉的，脸上的皮肤，被风儿调皮的强吻着，丝毫没有打扰我上班的心情。

来到学校的时候，身子暖暖的，微热，麻利的脱下外套，开会，今天轮到我讲课□ppt很出彩，我津津乐道的讲解，举手投足间散发着自信，今天的状态很不错，一个同事问我，衣服哪儿买的，我很开心，呵呵，心想，果然打扮没有白花心思嘛，我是学校里有名的“经动”，冬天我会穿很少的衣服，因为怕显胖，不敢穿棉裤，真是“美丽动人啊”！

想想那个时候的自己，真的很傻，傻傻的让梦想成为一种包袱，现在长大了，知道了什么是自己想要的，什么不是自己想要的，选择接受现实，但是不放弃追求有品质的生活。

越长大，越来越明白什么是自己想要的，什么是自己力所能及的，什么是幻想，选择真的比努力要重要很多，选择是一种方向，对于盲目的船只来说，一切的风都是逆风。

“隋炀不幸为才子，安石可怜作相公；若使二夫穷到者，一为名仕一文雄”我们没有必要将就自己的人生，像别人那样活着，选择适合自己的人生，做最好的自己，选择自己的人生！

这就是生活，你不怕困难，总有一天，它会害怕的！哭过，笑过，哭过之后的笑，笑过之后的哭，才渐渐的懂得自己想要的生活，找到了方向，才可以不断为之努力，可能，我并不优秀，当时我知道自己需要什么，我该为之付出怎么样的努力，也便心安理得的做好自己的事。

人生的不平衡是因为我们急着去扮演某一角色，却忽略了，另一个可能更重要的角色。

总有一天，你会突然领悟到，原来自己才是人生这场电影里最大的主角。

只要开开心心地活在当下，没有人会去计较你已经疯成了什么样。

从此，我愿意做个俗女，化妆打扮，和商店老板讨价还价；规规矩矩上班，做好自己份内的事；下班后，我可以去和朋友们k歌，或者换上可爱的毛线衣，戴上暖融融的帽子，无视周围男孩子的惊讶眼光，却得意的暗自心喜；去划船，去爬山，去旅游，用相机记录生活的点点滴滴；写一本属于自己的书，不是为了赚稿费，而只是简单的给心灵找个归宿，给自由披上暖暖的外衣。

换一份心情，换一种装备，多几分释然，多几分淡定，把快乐当成一种习惯，把微笑变成自然，上帝不会亏待一个爱笑的人……因为这个时候的你，是最美的！

谢谢大家！

## 做自己最美演讲稿篇四

三月的钟声诉说着早已立下的誓言，缤纷的季节又一次送来春的气息。你我从那个冬天的深处走来。满怀五彩的憧憬，带着远行的信念，再次相遇在这美好的校园。时光荏苒，回首夏末的初见，距今已经三载。希望在远方闪闪烁烁，春天也以她独有的甜润气息吸引着我们。从今起，每一天，都是一个神圣的日子，让我们忘掉昨夜的孤独、寂寞与彷徨。一路为自己加油，为自己喝彩，让理想伴着歌声一起踏上新的征程。

为自己喝彩！为蓬蓬勃勃的青春喝彩！为梦想和x喝彩！十四五岁的年龄，有着那么多葱郁的日子，向花海向歌潮顶礼膜拜，敬上我们对岁月的感激之情；努力拼搏，哪怕去实现自己的一个梦，也要不惧风雨，寻找一片属于自己的生命绿洲，给予自己这个时代最美的风景。

为自己喝彩！为自己的坚韧勇敢喝彩！为自己趋向成熟的变化喝彩！那注视着我们的目光中铺满了希望，无论我们的收获如何，将来的梦又会如何，那目光依然在企盼中默默陪伴着我们，久久凝望着我们的耕耘。正因为有了期望，我们脚下的路才会一直延伸到远处的山边，仰望苍穹的高远蔚蓝，心胸便如天空一般广博，青春的誓言便也热情的燃烧在流星的光迹里。

为自己喝彩！为写下自己的理想并努力付诸行动的人喝彩！实现理想的道路是艰辛的，但不论你的成败，只要你付出过，努力过，便也一样绽放过你的生命之花。也许有人奋斗了一生，都未能如愿以偿：就像考察罗布泊的彭加木，未能找到水源，不幸被沙漠吞噬。但他的人生并不是悲剧，不仅如此，还创造了自己生命的价值。生命之火虽然熄灭，但思想之光仍在闪亮。就是这点点的光亮，却照耀着无数后人去追求，去探索新的征程。因此，为你喝彩，为所有正视成败，永不言弃的人喝彩！这便是生命的价值所在。

为自己喝彩！为过去的岁月喝彩，为开启的新的征程喝彩！不怕人生路上蛰伏的苦难，不怕前方的沙尘和迷雾，不怕通向成功道路的狭窄和崎岖，在大起大落的浪潮里，为所有关注我们成长的人，塑造一个从此坚强的心灵。面对生活中的一切，永远高扬起年轻倔强的头颅，把握住前进的罗盘和信念，以翱翔般的姿态在搏击中谛悟那飞跃的启示，当太阳升起的时候，每一天都将金碧辉煌。

无论我是什么，我都会为自己喝彩，因为我能顶住压力，并把它化为成长的动力。

无论别人对我投来怎样的目光，我都会为自己喝彩，因为我一直在前进的道路上寻找真理。

无论我的一生多么短暂，我都会为自己喝彩，因为我从最初就坚定了信念——都要在哪怕一刹那的绽放后再凋零。

无论我最后会收获什么，我都会为自己喝彩，因为我耕耘过，也努力过。洒下汗水的人最辛苦，但也最美丽。

为自己喝彩！让生命里印上一路成长的足音，与岁月的风铃和唱

为自己喝彩！让青春的睿智点燃那一片醉人的辉煌。

为自己喝彩！

## 做自己最美演讲稿篇五

大家好！

黄毛先生是一只整天无忧无虑，靠街头卖艺度日的虎皮猫。它还有一个贤惠的妻子，两个可爱的儿子，生活其乐融融。

这一天，它怀揣着刚刚赚来的金猫币，悠闲自得地来到了金猫商场，想给妻子买一件生日礼物，可溜达了半天也没找到令自己满意的东西。忽然，两面镜子映入了黄猫的眼帘，它非常好奇地走了过去。他首先来到的是那个稍宽点的镜子前，“啊！”镜中的自己高大威武，强壮有力，它俨然变成了一名健美明星，站在豪华的舞台中央受到万人的敬仰。他顿时眉开眼笑，沉浸在无限的喜悦和虚幻之中。偶然一转身，他刚好又瞥见了旁边窄镜中的自己——一只骨瘦如柴，老态龙钟的猫，黄猫顿时变得垂头丧气起来。黄猫困惑了，迷茫了，到底哪个才是正真的自己呢？终于，它因大脑信息混乱而倒地不起。

黄猫因受哈哈镜的影响，忘记了从前那个幸福而真实的自己，造成了非常不幸的结局。通过黄猫身上的教训，告诉我们要学会明辨是非，分清真实与虚幻，要正确认识自己，摆正自己的位置。如果黄猫能明白这一点也许就不会“丢”掉自己。

这我不禁想到了这样一篇文章：有一个小女孩，由于家境贫寒，极度自卑，经常低着头走路。有一天她去店里买了一个很好看的发卡，店主人夸她带上发卡很漂亮，这时小女孩信心满满，高高兴兴地跑回家。在路上她把头抬起来，发现每一个都在对自己笑。小女孩以为是发卡的作用，其实她殊不知她的发卡在她出店门时已经掉了，能让女孩得到人们赞扬的其实是小女孩的自信心的回归。

所以我们每个人都要做到正视自己，不要太在意他人的看法，既不自卑也不自负。让我们守好真正的自己，认识最棒的自己，保护独一无二的自己，手握自信，让“黄猫事件”不再重演！

## 做自己最美演讲稿篇六

有位哲人曾说过：如果你不能成为大道，那就当一条小路；如果你不能成为太阳，那就当一颗星星，决定成败的不是尺寸的大小，而在于每天都要做一个的自己。做的自己，就是要让自己的今天比昨天做得好，明天要比今天做得好，天天都在做的自己。

我认为，我们每一们盐业人都要做的自己，首先要学会自我反省和自我解放，看清了专营体制变化的形势，认清改革的必要性和紧迫性，转变过去等、靠、要的观念，促使自己尽快转变思想作风，尽心尽职地做好本职工作。

多年来，我时时告诫自己要发扬一颗螺丝钉的精神，兢兢业业，任劳任怨，以百倍的信心和激情投入工作，力争工作好每一件事，生活好每一天，每一天都做自己的。为了更好的掌控和稳定马鞍山盐业市场，我认真做好市场调研，建立片区全面详细的客户资料库及购销台账，对各类盐品和非盐品的销售实行事先、事中、事后控制及管理，实行24小时的客户服务，配送的每日运行和网络业务流程提供了信息平台。切实将现在的单纯送货转变为真正的市场营销，这样既提高

了服务质量，又节约了配送的成本费用。我真诚与客户沟通，全面为客户服务。以情感人，以利系人，建立起稳定的业务关系，赢得客户的一致好评。

盐业体制的改革已成为必然的趋势，改革的结果必然使盐业迈入更加激烈的市场竞争，赢得了客户，就赢得了市场，这是现代企业经营管理的秘籍。所以我们每一位盐业人必须从现在开始做起，从自我做起，只有我们每一位盐业人都行动起来，才能建立起完善的销售网络。

做自己，我们盐业人要加快盐业网络建设，更新营销方式，全面改造传统的经营方式、业务流程、管理体制和组织结构，建设符合市场经济要求的食盐网络建设体系，物流配送体系，信息网络体系等，才能在改革中抵御市场风险，提升盐业的市场竞争力，也才能立于不败之地。

做自己，我们不仅要敬业还要乐业。我们要摒弃那些为钱而工作、为老板而工作的错误想法。工作着是美丽的，奉献者是快乐的。工作的美丽并不在于获得了多少报酬，而在于体现了自己的人生价值；奉献者的快乐并不在于吃了多少亏，而在于用自己的智慧和汗水为企业、为社会做了多少有益的事情。

《读者》中有一个故事：一位本领高超的木匠，因为年事已高，他告诉他的老板：他要离开建筑业，退休后好好享受生活。老板实在是舍不得他的离去，所以希望他能在离开前再盖一栋高品质的房子。木匠欣然答应了，不过令人遗憾的是，这一次他并没有用心，他草草地用劣质的材料就把这间屋盖好了。房子落成后，老板把大门的钥匙交给这个木匠说：这就是你的房子了，是我送给你的礼物！木匠实在是太懊恼了。因为如果他知道这间房子是他自己的，他一定会用的木材，用最精致的工艺来把它盖好。其实我们每一天的工作正是在做的自己活儿，归根结底都是在准备为自己的事业和生活建造一间房子。如果我们不愿意付出百倍的辛劳，不愿意以饱

满的热怀来工作，那么最后，我们也只能住进自己为自己建造的最后的也是最粗糙的房子里[]20xx年全省盐业先进个人灵璧县徐桂兰同志的先进事迹也是个有力的证明，她用她的行动向我们诠释用心服务，做的自己，敬业乐业的人生真谛。同仁们，任何一个成功者的背后都有一个咬着牙根的灵魂，只有踏踏实实的今天，才有红红火火的明天。我们今天在事关企业生死存亡的改革的关键时刻，我们不能再游移不前，摇摆不定，我们必须反躬自省，坚定信念，干净彻底的铲除工作中避重就轻、敷衍塞责、得过且过甚至是心死神亡的态度，在省总公司的带领下，我们要讲团结，能战斗，敢吃苦，提前行动，永不懈怠，每天做一个的自己；我们要自我改革，自我扬弃，充满信心，下定决心，在涅盘中得到升华。我们要相信自己，相信我们的企业，在经历一番风雨跋涉之后，必能创造一片灿烂的晴空。

做自己，我们还要不断地充实自己，决不让自己虚度光阴。我们要有踏实的工作作风，渊博的专业知识，厚德的品格储备等等。滴水足以穿石，我们每一天的努力，哪怕只是一个小小的动作，持之以恒，都将是明日事业成功的基础。所有一些一毫的努力，所有一点一滴的耕耘，所有一分一秒的奉献，在时光的沙漏里过滤后，集取的成果将是掷地有声，众人艳羡的希望之花、成功之果。

生活在和谐中的社会主义中国，工作在奋进中的安徽盐业群体，作为一名盐业配送员工，我深感自己很幸福、很满足！让我们都来做的自己，让今天的我们比昨天的更出色，让我们的明天比的今天更值得期待！阳光总在风雨后我期待我们盐业体制改革的成功和盐业发展的辉煌。做的自己，做的盐业人。

## 做自己最美演讲稿篇七

大家上午好。我是1号选手，我叫张梁孜。我演讲的题目叫做《我自己》。我先问大家一个问题：说起“我自己”这个词，大家的感受会是怎样的……ok[]下面让我说说我自己。

我是一个开朗的女孩，喜欢笑，但是我的牙齿不太漂亮。我出生在一个平凡的家庭。现在，我和你们一样，只是一个普普通通的小学生。来学习知识，报答我们的父母和老师。用我们的智慧来丰富祖国，来改变这个社会。

每个女孩都被父母护着。无论你有多大，无论你走的有多远。父母每天都会定时给你打一通电话问候。我也是一样。不过我还没有长大，还没有离开自己的父母，自己去打拼。

在我看来，每个人都拥有自己的梦想。因为他是我们前进的方向。人的一生不就是在为梦想中的自己而奋斗的吗？如果有一天，我们超越自我，就能展翅高飞，前途无量。我也是一样。曾经我也为我的梦想疯狂过、努力过。道路漫长、坎坷万分。让我们一起努力。

在学校，我学习中上游，并不出众。由于我的个子不高，有时同学们会嘲笑我，但是和同学们相处了五年，渐渐的已经习惯了这个称号，甚至有时候觉得这个称号对于我来说非常的重要。学校的生活是快乐的，我们的前途是无量的。学校里的同学、死党、闺蜜、哥们都给予了我很多的帮助。那么让我们一起冲向我们的第一个梦想。

谢谢大家、我的演讲结束。

## 做自己最美演讲稿篇八

每个人都知道：自己事情自己做！

可家长们现在最重视的是什么？当然是成绩！

以前，我们帮爸爸妈妈干活，他们乐开了花。现在，如果说要干活，爸爸妈妈马上把你赶回房间，叫你快点写作业，干活都是爸爸妈妈的事，长大了以后自己就会干。这其实是错误的，因为我们应该自己动手。这不是自己天生就会的，我

们应该自己操练，所有的东西都是天生不具备的，只有多多练习，才能学会一项本领。所以我们应该和爸爸妈妈说，自己的事情自己做。

但是一些父母注重的是特长生和加分，他们的孩子可能成绩不好，在学习的基础上还加了特长，这样孩子每天坐在桌子前，不干活，只能使孩子更加郁闷。

但是大多数家长不知道孩子们的郁闷，据统计，一个媒体调查了1000名家长，有800名家长说学习重要。难道家长们就不知道，孩子们的内心吗？剩下的200名家长当中有160多名家长的孩子成绩非常好，只有劳逸结合，才能将成绩提高，孩子也会更有干劲。

由此可见，让孩子“自己事情自己做”是必须的生活原则！愿我们每位家长要懂得它的意义，不再过分看重分数成绩，更要重视孩子的能力培养。

## 做自己最美演讲稿篇九

我是这个世界上面独一无二的邓紫棋，我昨天晚上写这个我要讲的东西，我写到早上六点半，我不要我每次出来讲话都一样，我觉得独一无二是我们每一个人都拥有的一个自身的价值。

我小时候是非常的正面、积极、健康、可是呢这个只是小时候的我。初中的时候吧，有了一个错误的价值观，我觉得叛逆代表有性格，不受父母的控制代表成长了，代表有主见。那时候我们非常流行写博客，有一些人关注了，然后你就觉得在上面写东西很多人看，可是他们又不太知道我，所以我在网络上讲什么话都不用负责任。所以呢经常在上面聊八卦啊，骂明星啊，你们知道我骂过谁吗？（胡杏儿）。对！胡杏儿，真是不好意思，可是你们看到只是冰山一角，因为我在我自己的博客上面，我骂过的人多不胜数，我骂过我不认

识的明星，我骂过我认识的老师，我还骂过我最亲的家人。可是我觉得你没有迷失过，你就不会有觉醒，我反而很庆幸就是我自己有叛逆过，所以我现在更珍惜当我找到我自己一条健康正确的路的时候的这份感动。

其实，小时候我为什么会叛逆呢？就是因为我否定了我自己的价值，我忘记了自己的独一无二，我忘记了自己是一个珍贵的被爱的人。我是开始在工作之后，我忙到一个连想要回家让家人唠叨我的机会都没有的时候，我才开始想念以前常常跟家人吵架的那些时光，我跟我爸爸唯一一个拥抱是在我13岁的时候。我为什么会有那个拥抱呢？不是我给爸爸的一个拥抱，是爸爸给我一个拥抱。发生什么事情呢？是13岁第一次来月经，不敢告诉人家来月经。然后第一次来月经，早上起来看到那个床单全都是红的，吓死我了，然后刚好那时候有个婶婶在我家，她就帮我换床单，然后我爸爸就问婶婶说，她怎么要换床单，搞什么？我就说，噢，我打翻了那个番茄汁，他说，神经病啊你，谁叫你拿番茄汁到床上喝。结果我就哭，因为那时候我觉得来月经很羞愧，然后我觉得受委屈了，爸爸又不知道什么事，又在那边骂我什么的。然后就这样子，我就哭，结果婶婶告诉爸爸怎么一回事，然后爸爸跑来，抱了我一下，然后就说，对不起，错怪了你。那是我跟我爸爸我二十三年人生以来唯一一次跟我爸爸的拥抱。

今年的父亲节我写了一封信给爸爸，我跟他说我很抱歉，我觉得我进步了一点是，虽然我还是不敢面对面跟爸爸说我爱你，可是我们现在至少手机里面我可以讲这句话。我在微博上面我可以讲这句话，我可以写信跟他说这句话，我期待着我什么一天我能够站在爸爸妈妈面前告诉他们，我爱你们，我觉得。我现在还在成长过程当中，所以我期待着我有一天可以成长到我真的敢去跟父母表达我的爱。

谈恋爱到现在呢，我觉得我一直都误会了爱是一件什么样的东西，我是到我20岁生日的时候，我分过一次手，那次是我二十年以来那时候最沉痛的经历，因为那时候我居然在我生

日前两天分手，我觉得那个男生是不是神经病，你可以不可以过完这个生日再分手。我觉得作为一个朋友，你也不应该让一个，就算已经不是男女朋友，你让你朋友好好过一个生日，生完，你才分手。不是生孩子，是生完日，不好意思，就是过完生日你才分手嘛，对不对。可是，是因为那一次那么大的一个破碎，我才重新思考了很久。第一件事情是我没有爱自己，如果我够爱自己，我就不会在每一次我表现爱的时候，我需要听到回应，因为我做这件事情，不是要取悦你，所以我原来我当时觉得人家不懂爱我，我现在看回去，我也没有懂得很得爱人家。当时是我写泡沫这首歌的时候，我一个人跑去纽约，然后在纽约街头上面我看到很多泡沫，我觉得人生很灰暗，因为那么浪漫的一个情景，看在我眼里，我却觉得是很脆弱，很灰暗的一个感觉。可是我当时写了一些歌词，我说，美丽的泡沫只是一刹花火，你所有承诺，全部都很脆弱，爱像泡沫。现在看回去，我觉得爱不是泡沫，是我误会了什么是爱。

小时候看那种言情小说看得太多了，我觉得日后我当母亲，我觉得少让子女看这种小说，因为言情小说里面，只讲了爱情浪漫的一部分，或者是受伤的一部分，大部分的平常的，平淡如水的时间它没有给你讲，所以你以为爱情就是很轰烈或者是一定有什么事情发生，你才能够感觉是被爱，所以我以前看这种小说之后，我谈恋爱的模式就是我必须要让对方让我感觉到我被爱。如果我送他一个礼物，他没有回应，我就会觉得，你不珍惜我。所以如果是这个样子的话，就代表我的爱是期待着得到回报的。而为什么我的爱期待得到回报，因为我需要别人来告诉我我自己的价值是什么。我需要一个男生来告诉我我是珍贵的，我需要我身边的朋友来告诉我我是珍贵的，因为我忘记了我小时候我感觉过的我独一无二的那种感觉。

我觉得人一定要抓住自己的价值，你的价值不能由别人来告诉你，虽然我觉得讲来讲去，你是独一无二的，你是很有价值的一个人，你是很珍贵的，这种东西好像很土，可是真正

把它活出来是一件很难的事情，因为有很多人在这个世界上面他们想要寻找成功，不同方面上面的成功来告诉自己，自己是有价值的人，厉害的人，他们可能想要去赚很多的钱，可能会想在社会上有很多的地位，或者她们想要交很多的男朋友。有太多的女生，一天到晚跟不同的人去交往，就是因为她缺乏爱，缺乏自身价值的意识，所以她需要一些东西，一些人去告诉她，她是珍贵的。这样子，你看，工作变成了赚钱的工具，不是你的热情，在社会上面尽你公民的责任，变成不是你自己对社会的爱，而是一个你追求权力的工具。然后你好好去谈个恋爱，爱这件事情，一个美丽的事情，并不是出于爱，是出于你想要被爱。你想要人家来告诉你，你有多珍贵，全部的美丽的事情都变得不美丽，变得不纯粹。

人生最搞笑的是什么呢？你永远不可能，就是你永远不可能，就像打游戏一样，你打到一个级别，然后打爆机了，你永远到达不了那一步，除非你死了。因为无论你怎么去解决你面前的难关，你跨过之后，会有更大的难关来找你，再跨过会有更大的难关来找你。

我也许让你们看到我不是一个很好的演讲者，可是我觉得这都无所谓，因为我觉得我就是独一无二的邓紫棋，这个世界没有另外一个我了。上天把我变成一个只有五尺二寸的人，可是我五尺二寸的时候我就很灵活啊。我觉得这个世界上没有谁比谁更强更厉害，这个世界只有谁比谁更了解自己，更爱自己，更珍惜自己。接受自己，拥抱自己每一个优点、缺点，因为你是独一无二的，所以有些影响，只有你自己能带给这个世界，我讲完了。

## 做自己最美演讲稿篇十

一份关于爱与责任的师德演讲稿，请看推荐

我不是一开始就喜欢教师这一个工作的。我怀念校园生活，至今心中还个大学情结，但我以前没想过要当老师，也没什

么理想。

刚毕业出来的几年，与当时国家经济增长很不相称的教育投入，与其它行业相比较，显得非常微薄的工资待遇，导致了那个时期很大一部分教师内心的对整个教育事业的失望，对教师工作的厌倦。我也很迷茫，很失落，学校内的师德教师 and 那外强中干的”口号”，在校园里外诸多强大的诱惑面前，根本就不堪一击。

情感上，我背离了教育事业。

但在校园内我却也依旧可以看到我忙碌的工作着，在侨群小学任教的二年时间里更是忙得不可开交，那时我是教导，要负责教务工作，要承担学校”两基”迎检的繁重工作，要承担成人夜校教学任务，更要担任毕业班的教学工作，上课上得喉咙沙哑，工作加到三更半夜是经常的事。

现在反思自己，当时为什么能这样做呢？

我想，这并不是出于爱，只是种天性的责任心及具有自私色彩的争强好胜之心而已。那时自己的工作目的，归根到底是为了自己。说自己辛苦，其实学生也很辛苦，整天也要忍受你的坏脾气，要提心掉胆不犯错误，要做大量的作业，要上大量课。学生跟我相处的那段童年岁月里留下的不会是快乐的笑声，只会是紧张的生活，做不完的作业，上不完的课，那时，他们是小童工，我只是个”监工”而已。想想他们违心的用”和蔼可亲、慈祥温柔”来形容老师时，觉得自己是多么的悲哀啊！

接下来的几年里，在校园里像无头苍蝇似的混着。在校园外，则经历了花天酒地、放荡不羁的生活，也曾玩世不恭，也曾低三下四，也曾经历了生意场上的失败，名利场上的失意及情感生活的起伏。也经历了一些身边人的苦难、病痛。辉煌挫折，上台下台，起起落落。

但我从来就没有放弃过思考。向善之心，上进之心从来就不曾泯灭过。所以在很多人认为我将会继续沉沦下去的时候，我却醒了过来。

上帝关了门，肯定会在另一个地方为你留扇窗的。尝过了人生百味，我想，教育事业就是上帝为我留的一扇窗。

在尾透工作的几年里，我逐渐的醒悟了。一是工资待遇的逐步提高，减少了我的生存压力。再一个是得益一个良师益良的点拨及示范，更重要的是跟一些老教师们的长期共处中，我获得了更多的人生经验，知道了人生的更多无奈。于是我开始逐渐的静下心来，反省自己、反省生活，反省工作，开始学会用感恩的心灵来体察世界，品味生活。就像有邪恶的一面，有善良的一面一样，世界也有其美好的一面，跟丑陋的一面。用什么样的心灵来体察世界，往往就能决定你幸福与否。

一个人是正确的，那么他的世界也是正确的。

突然发现自己很幸福的。我身体健康，我能吃能睡能思考能运动，我有一个温柔贤惠的妻子，有一个聪明可爱的女儿，还有一份稳定的收入。电视很精彩、街上很热闹。我得感激生活啊。

看着小女儿的生气时努起的小嘴，高兴时笑得”傻”，校子还有那一板正经的自编舞蹈，我也悄然思考起我的工作，我的学生们了。

这些孩子，他们也有我女儿这般幼小，这般天真无邪，活泼可爱的时候啊，他们的父母也曾似我这般怜爱的看着他们，盼着他们健康快乐的成长啊。也似我这般希冀他们能遇到好老师，能长大成才啊。

幼吾幼以及人之幼。

有要公正。无原则的爱是溺爱，是放纵孩子们总会有缺失的，有偏颇的，爱他就要拉住他。

爱要公平。即要锦上添花，更要雪中送炭。这么多的孩子，总有跑在最后的，要多给他们成功的机会，阳光的温暖。

爱要细心。娇嫩的小草小花需要我们的精心照料。荷叶上的露珠，是容不是你用力摇晃的。

有要互动。”单相思”是不快乐的。学生爱你，他们就会喜欢跟你相处，”亲其师、信其道”。

学生爱你，那是因为你魅力。教师的魅力来源是多方面的，有自身的人格修养、知识水平、处事艺术、更多的是源于课堂教学艺术。

一节成功的课堂教学活动，就是一次愉悦的师生对话，深刻的情感体验。

当然，为了这一节成功的课堂教学，我们就得付出不少的努力。我们得学习，学习新理念新知识，我们得创造，创造新方法新策略。

我想，现在，我就是在这努力着的。

师德演讲稿：爱教育 爱学生 爱自己

德清县实验学校 徐国嫒

大家下午好：

今天我在这里和大家交流的师德体会是《爱教育 爱自己》——创优争先，做更好的自己。

爱学生

其实我很平凡，因为发言给出了主题，所以非要在题目上冠上“创优争先”，倒不是为了在台上夸大自己的言行，所以在继续话题之前，我想说的是，“创优争先”并不是创优秀，争先进那么简单。“创先争优”靠的绝对不是哪一个人的力量，而是要靠大家一起团结协作，体现团体力量和价值才能够创造出“先进”和“优秀”的。

在这6天的师德培训中，我印象最深刻也是实践最多的就是“三爱教育”，即爱教育，爱学生，爱自己。

三、五年级英语兼班主任。虽然每年都有变动，但是我觉得：不管变化多大，只要心中装有爱，最后幸福的是我们自己！

### 一、爱教育。

如果不爱教书育人这个职业，那么在坐的各位就不会选择当老师。既然选择了当老师，就要爱这个岗位。我认为，爱教育就是实实在在的付出，而不是在工作中投机取巧，更不是事事以报酬的多少来衡量自己的工作，虽然有时候我们的工作很多，让人很心烦，但基本是能者多劳，既然会那就做，对我来说，我要的是人生的经验，而不是金钱的多少。我记得沈校长说过：当老师是发不了财的。那如果想发财还是赶紧跳槽吧！教师职业那么累，那么忙，又不能发财，那留在这听我说话的的必定是爱教育的人！所以我以学生的身份向各位老师表示感谢！因为你们也是我的老师。谢谢！

### 二、爱学生。

爱学生是我们老师特有的一种职业情感。这种爱不同于其他，它高于母爱，大于友爱，胜于情爱。是用爱心、诚心、热心、细心、耐心、操心去换来家长们的放心。当我们面对着一张张天真的笑脸，一颗颗纯洁的心，我想：教师是拥有世界上最高利润回报的职业，我们播下的是一粒粒爱的种子，收获的却是整个美丽人生。教育是一片充满理性的天地，也是一

片饱含情感的空间。在我的qq里不但装载着学生们对我的爱，也留着无数我对他们爱的痕迹！我最爱的学生沈若晨走了，就在我们师德培训第一天，也就是25日的傍晚离开了我。整个暑假我都陪着她，即使不在她身边，我们会天天短信，电话。只要条件允许我都会帮助她完成一些小心愿，爱她在每个动作里，爱她在我的心里。让人出乎意料的事26日凌晨我还收到她给我的生日祝福，孩子真有心，早早设置了定时发送。当收到这条短信的时候我很想哭，但是我知道她希望我好好的，希望我开心！所以我要爱自己。

三、爱自己。