

# 最新自定义演讲(精选9篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

## 自定义演讲篇一

大家好!今天，我演讲的题目是《我学会了自律》。

自律就是自己约束自己，通俗点讲，自律就是自己管好自己。

江水因为有了河床，才避免了到处泛滥，最终流向梦想的大海；轮船因为有了导航仪，才不会迷失方向，最终驶向胜利的彼岸。平时，有爸爸妈妈在身边管着我们，可爸爸妈妈不可能时刻陪在我们身边，我们总有离开爸爸妈妈的时候，总要开始自己的独立生活。自律就像河床、就像导航仪，我们只有学会了自律，才能避免走上歧途，最终走向成功。所以，我们必须学会自律。

比方说玩电脑吧。我和很多同学一样，也喜欢玩电脑，常常一玩就是一个小时。妈妈总对我说，长时间玩电脑对眼睛不好，影响视力，而且电脑有辐射，会影响身体健康。有一次，爸爸妈妈都不在家，我又趁机玩起了电脑。不知不觉，一个小时过去了。这时，我耳边响起妈妈跟我说过话，心想：如果把眼睛玩成了近视，要戴眼镜，那可就麻烦了！于是，我克制住了电脑对我的诱惑，毫不犹豫地把电脑关了！

再比方说，管住自己，不乱花钱。我们学校周围有许多小商店，很诱人，卖各种各样的小零食、小玩具，有五颜六色的棒棒糖。有一次，看到同学买零食，吃得津津有味的，我

也跃跃欲试，很想买些零食解解馋。就在犹豫间，我想起了妈妈说过的不要乱买零食贪吃的话，结果我管住了自己，没买！

我很高兴，我学会了自律，能够自己管住自己了。我相信：自律能助我健康成长！

## 自定义演讲篇二

大家好！

安全这个词，自古以来就是人类追求文明以及生存环境的话题。起初，我对它的全部理解，仅限于简单的词义，那就是无事故，甚至在较长时间内，对它的内涵及重要性，都没有深层次的领会。

安全生产，责任重于泰山。如何才能把安全放在心中？首先要提高每个员工的安全意识和自我保护能力。要从认真学习《安全工作规程》和业务技术开始，我们手中的《安规》都是用血和泪的教训写成的，十分详尽全面地反映了现场各种工作的工序、责任权限及安全注意事项，并提出了保证安全的组织措施，它是理论和实践的高度结合，是我们安全作业的主要依据。我们处在科学技术突飞猛进的发展时代，所以我们要长期不懈地“坚持”业务技术的学习。

其次，要不断增强每个职工的责任感。我们已经进入了法制、文明的社会，我们每个职工的权益、责任和义务都是相对的，我们每天参与各种生产及社会活动，其最基本的目的是保障个人的生存权益，同时也承担着对家庭、企业、社会的责任和义务。假如我们只追求个人的生存权益，而放弃了责任和义务，那就使大多数人的生存权益无法保障，社会秩序也就不能和谐平安。

再次，要不断创造促进安全生产的环境。以人为本，关爱生

命。无论一个企业、车间和生产班组，都要从政策、制度和  
个人环境各个方面，充分发挥每个职工的主观能动性，突出  
人和群体的全面发展，创造使职工产生成就感的环境，使职  
工不断地树立信心，不断地加强安全生产的责任感。

安全生产是一个广泛的科学和社会命题，我们只要不断地提  
高自己的'安全意识，增加责任感，不断地学习和发展自己，  
勇于实践和探索，才能真正把生产装在心中。

## 自定义演讲篇三

大家好！我演讲的题目是“珍惜自己”。

一个在孤儿院长大的小男孩悲观地问院长，像我这样的孩子，  
没人想要，活着有什么意义？院长笑了，没有回答，但给了  
孩子一块石头，让他拿去市场卖掉。不过，不管别人出多少  
钱，这块石头都不能卖出去。

第二天，孩子惊奇地发现许多人对他的石头感兴趣，而且出  
的价格越来越高。第三天，在黄金市场上，石头的价格上涨  
了10倍。最后，当这块石头被带到宝石市场时，它的价格又  
上涨了10倍，甚至因为这个小男孩没有卖掉它，它被宣布  
为“稀世珍宝”。

一块不起眼的石头，经过特殊的珍惜而得到了升值，被视  
为“稀世珍宝”。有时候，我们就是那块石头。在我们当中，  
也许你来自单亲家庭；也许你的父母常年不在家，没有时间  
照顾自己；也许你没有依靠，孤苦伶仃；也许因为你来自农  
村，因此觉得自卑和不安。但这并不重要，重要的是你是否  
能珍惜自己，你是否能建立起百倍的信心，并付出成千上万  
的努力去改变这一切。

亲爱的同学们，无论你的个人情况如何，你都应该感谢你是  
独一无二的，世界上没有一个人会和你完全一样！你有你自

己的同学，你自己的老师，你自己的朋友。很多人关心你，注视你，爱护你。珍惜自己吧，这些人是你前进的力量。

是的，在生活中，也许我们每个人都是一块石头，但只要我们珍惜自己，学会珍惜自己，生活就有意义和价值。

珍惜自己，这个世界上只有一个自己；珍惜自己，你就会有在珍惜中体会到幸福。学会珍惜，你会发现生活中有许多美好的东西让人留恋。

也许你没有什么特别的才能，也许你的努力没有被人们发现或认可，但请珍惜自己，勇敢地伸出自己的手，为自己鼓掌，为自己加油！

也许人生的道路是艰难和危险的，充满荆棘，但请挺直腰杆，继续前进。

谢谢大家！

## 自定义演讲篇四

大家好！

曾有一位家长来信这样评价我：三尺小小讲台上，园丁处处爱心放；今遇恩师多劳苦，浓情感化回头浪(子)。家长的话让我感慨万千·····回顾这么多年的工作实践，我真切的体味到：这正是教师辛勤汗水的反射、忙碌身影的浮现、无私爱心的闪耀。怀着对这种神圣职业的向往，1996年，我跨出大学校门，信心十足的踏上这三尺讲台，面对一双双渴望求知的眼睛，一种责任感、神圣感油然而生。

作为一名平凡的班主任，我爱校如家、爱生如子，早来晚走、悉心辅导。我几乎没有在工作日请过假，有的是把幼小的孩子丢在家里，我留在课堂上；有的是强忍手术后的虚弱与疼痛，

我坚持在讲台上;更令我难忘的是20xx秋开学初接手新班的第一个月,由于家长不配合,学生没有规矩,不堪入目的班级状况让我几乎夜夜失眠,周周留鼻血,那时头发白了,脸上也平添了许多皱纹,我着急啊!三周后,急火攻心,我失音儿了。校长找来燕文老师帮我上课。这下我心里可偷着乐了。因为我可以此为借口在家休息几天,好好陪陪我那刚上一年级的儿子、好好给年迈的老母亲做一顿丰盛的饭菜啊!然而,我不能!因为凌乱的班级需要我,没有规矩的孩子们更需要我啊。我仍然坚守在课堂上!目前在科任课老师的积极配合、共同帮助下,逐渐形成了一个学风浓、班风正积极向上的班集体!

作为一名普通的英语老师,我时时刻刻高标准严格要求自己,始终以“捧着一颗心来,不带半根草去”作为我最大的精神支柱,忠诚于党的教育事业,为人师表、思想进步、爱岗敬业、无私奉献。丝毫不敢放松,因为校园内大家忙碌的身影在催促着我;同时兼任八年级英语组备课组长的我,更没有理由放松,因为我们组的英语老师那上进的精神、拼命地干劲一直在感动着我,于是在全面健康教育理论的引导下,我们齐心协力,大胆推进教育教学改革,创新工作思路,引“影视教学”进课堂,创办“英语写作”“短剧表演”等兴趣小组。还为优秀生开辟学习新概念的第二课堂。使原本快乐的课堂再次成为孩子们和悦学习的阵地。

曾先后荣获河南省青年五四奖章、河南省初中英语学科优质课教师、河南省初中英语综合技能优秀辅导教师、商丘市首届名班主任、商丘市先进女职工标兵、商丘市五一劳动奖章、商丘市教育系统优秀思想工作者、商丘市第二届优秀青年、商丘市初中英语学科优质课一等奖、第六届英语教师基本功大赛二等奖、积极参加商丘市教研室组织的送课下乡活动、连续两届被选为商丘名师评委;所带班级先后多次被评为商丘市文明班级、河南省文明班级;善于总结教育教学中的心得体会,先后撰写并在英语周报、商丘师院报、商丘日报、英语学习园地等省市级报刊杂志上发表多篇教育教学论文。

这次申报成功了，我依然会坚定不移地用心做好本职工作；失败了也没关系，因为我还年轻！无论成功有否，我都感谢一直支持我的领导们、同事们，谢谢大家！我的汇报完毕。

## 自定义演讲篇五

闻名遐尔的秦皇岛，一直是我心向往的旅游胜地，在20xx年这骄阳似火的八月，我终于如愿以偿地揭开了它的面纱，看清了它的庐山真面目。秦皇岛有五光十色的沙漠。在翡翠岛上，就有几座手牵着手沙山，它们有京东大沙漠的美称。沙山高而广阔，是天然形成的。上面的沙很软，踩在上面特别舒服，而且沙是彩色的，有红、粉、黄、紫、黑、白等色，就像嵌在蓝天碧海之间的彩色宝地。爬上了这高高的沙山，却没有丝毫的累意，躺在沙山顶上仰望天空，天上飞着几只燕子，它们自由自在，好像在对游人们说：快来翡翠岛游玩吧，这儿有连绵起伏的沙山。沙山的西北边是一片丛林，可见是沙漠绿洲了。我沿反方向下了沙山，来到了那片丛林，丛林旁边还有一个小小的湖，湖水清澈见底，可以看见湖底的沙石和落叶。翡翠岛真像仙境一般啊！

秦皇岛有一望无际的大海，戏水乐园是最好的观海地点。那儿有金色的沙滩，沙滩上有一些贝和螺，不过这儿的人们见多了，都不去理睬那些贝和螺，这些贝和螺只好寂寞的躺在沙滩上。站在沙滩上远眺，海天一色，分不清何为海，何为天。在远远的海天一色中飘着几朵白云，还飞着和云一样颜色的海鸥。海水不停地拍打着沙滩和礁石，像是温情的母亲用她那细腻柔软的手拍着将睡未睡的孩子。她一点儿也不觉得累，永不停息，永远那么纯洁，永远那么深情，永远那么鲜明，只有自然才有这样的力量！赤脚走在海滩，任海水抚摸，任海风吹拂，脚下软软的，脸上柔柔的，心里爽爽的，没有一丝夏日的炎热。

秦皇岛有蜿蜒陡峭的山峰。联峰山是由三座松林覆盖的山峰组成的，除了山顶的一些亭台楼阁外，这里没有多少人工的

点缀，只有峭拔的山岩，缤纷的花木，一望无际的林海。而它并不单调，四周峰峦叠起，百鸟啼啭，让你为大自然的鬼斧神工惊奇不已。站在山顶，海滨的秀丽风光，尽收眼底。

秦皇岛有刺激的娱乐项目。娱乐中心有滑沙和滑草，这两项是秦皇岛的特产游戏。滑沙地点高四十四米，滑沙的速度较慢，在滑的过程中，会溅起很多细沙，真是好玩极了。滑草就不一样了，速度很快，仅仅几秒钟，滑板风驰电掣地滑下来，心里头除了害怕还是害怕，只觉得滑板快要翻了。滑板已经平安地滑了下来，有惊无险，心还在突突地跳，真是又刺激又好玩。

秦皇岛也有历史。秦皇岛因秦始皇来老龙头拜海求仙而得名，老龙头是举世闻名的长城入海处，万里长城的东部起点。老龙头气势恢弘，清朝康熙、乾隆、嘉庆、道光等皇帝均多次来老龙头观海、赋诗。秦皇岛的景物美不胜收，在秦皇岛的两个星期里，我每天都仿佛在梦幻之中，秦皇岛的点点滴滴都感染着我的心田，我醉了，被秦皇岛的沙漠、碧海、山峰、公园、娱乐、历史而陶醉了。

## 自定义演讲篇六

大家早上好！

我是xxx[]今天，我演讲的题目是《学会感恩》。

在这个世界上，有许多事情曾使我们激动，使我们感到人间的温暖；父母赐予我们生命；老师孜孜不倦的教导，同学的友谊；生活的五彩缤纷，社会中人性的美好，自然界山水的灵动，都值得我们感恩。感恩并不一定要是轰轰烈烈的。

人非草木，孰能无情。感恩，充实着我们的生活；感恩，塑造我们的心灵；感恩，使世界变得美好；感恩，使我们拥有爱心。让我们怀着一颗感恩的心，去感谢生活中的点点滴滴吧！

在一九七九年，华罗庚教授应邀访英国，在一个欢送会上，一位风度翩翩的女学者到华罗庚教授面前举杯攀谈，她问道：“华教授，你不为回到祖国而感到后悔吗？”华教授斩钉截铁地说：“不”，我回到自己的祖国一点儿也不后悔；是祖国哺育了我，我才有今天的成就，我回国是为了报答祖国，为祖国做事，决不是图舒服。

人活着，不是为了个人，而是为了祖国。祖国是我们生命的源泉，也是我们智慧和力量的源泉。我们只有把祖国给予我们的聪明才智毫无保留地奉献给祖国，才有意义，有价值。

就让我们怀着一颗感恩的心，去感谢生活中的点点滴滴吧！

我的演讲完毕，谢谢大家！

## 自定义演讲篇七

孝心，是人人都具备的一样东西，孝，便是人之本。

孝心无处不在，这只需要你有着一双善于发现的慧眼，去以心发现心。也许它就藏在了一件小事里，等待着我们去发现，去让它温暖别人。

孝心自古便洋溢于人间，流传与今。

古代时，有一位叫董永的孩子，从小就失去了母亲，由父亲拉扯大，生活十分拮据，但董永也没让父亲操过多少心，对长辈十分尊敬。在父亲死后，董永没有钱安葬父亲，董永便以身价去地主家借钱，安葬了父亲。事后，传说董永“卖身葬父”的故事感动了七仙女，七仙女便下凡帮助了董永还了钱。

这篇感人的故事流传了下来，成为了人们口中的“卖身葬父”。因这个故事，孝感便修建了董永公园来纪念董永的孝



心。

孝感有着数不清的关于孝心的故事，因此，这儿便命名于孝感。孝心之力，可泣天地。

孝感天，育天下；古三孝，传江画；孝文化，我传承！

## 自定义演讲篇八

成长，是人生乐章中最动听的歌曲，蓦然回首，我们发现，在岁月长河中许多曾深深影响我们、感动我们的故事，仍然历历在目，记忆犹新。这些故事让我们让我们学会报答，学会感恩。

我们要感恩父母，就像小草要感恩那沉默不语的大地，是他们用纯洁的父爱和母爱为我们遮风挡雨，各我们一篇洋溢着爱和温暖的成长的原野。

我们要感恩老师，就像幼树感恩和煦的阳光和纯美的雨露。是他们使他们用无私的奉献和付出，启迪着我们从少年的懵懂中一步一步走出，开始编织着我们瑰丽的人生梦想。

我们要感谢同学和朋友，就像一朵花感动另一朵花，使他们用真挚的友情，一次次给与我们慰藉和鼓励，并肩沐浴阳光、经历风雨。我们要感恩社会，就像云霞感恩博大而深邃的天空。是一次次陌生而热情的帮助给与我们一缕缕温暖；是一个个陌生而真诚的微笑给与我们挑战生活的信心和勇气。

感恩，应该是我们每一个人人生中必修的课程。

感恩能使一颗心灵成为一泓清泉，荡漾着甜美而芬芳的幸福。感恩能使一颗心灵宽广成原野，拥有春花秋实的富饶。伽嫩能十一颗心变得坚毅而执著，富于我们人生不懈的进取和勇气。

所以我希望同学们以本次主题队会为契机，认真修好“感恩”这门课。一位感恩的过程就是净化心灵的过程。懂得感恩，你就能拥有幸福；懂得感恩你就能成为一个受欢迎的人，“机会”就愿意与你牵手懂得感恩，你就“有勇气做你自己”，你的人生之树就永远常青！最后，祝愿同学们在今后的岁月中“与感恩为伴，快乐成长”！

## 自定义演讲篇九

我们是五月的花海，用青春拥抱时代；我们是初升的太阳，用生命点燃未来。

五四的火炬唤起了民族的觉醒，激励着我们继往开来。愿五四的精神似强劲的东风，吹开我们心中懦弱的冰河，使我们走进勇士的行列；愿五四的人格长成参天大树，结出丰硕的果实，成为我们精神的食粮；愿五四的形象成为一坐坐丰碑，树立在我们心中，激励我们永远向前、向前。

我多想，时光老人停下他匆匆的脚步，我多想，历史长河滞住他汹涌前进的巨流，好让我把青春驻足。可时光老人依旧脚步匆匆，历史长河仍旧滔滔汹涌。那就让我们趁着年轻去吃苦、去练特长、去长学问吧！让激动的心弦和着自然的风韵随着我们歌唱。歌唱青春，歌唱每一个奋斗的日子。

青春像朝露，蒸腾着热气、散发着热量、放射着光艳；青春像溪水，洋溢着欢乐、奔腾着希望、创造者自我。愿青春的我们继续奋力拼搏，理想的实现并非轻而易举。现实是此岸，理想是彼岸，行动则是那坐钢铁长桥。在人生的大海中，有许多个驿站，只要炼就奋飞的素质，成功的机遇等待我们；高昂你青春的额头，成功的时刻等你去实现。

珍惜青春吧！因为青春是一首歌，让你用如火的经历唱出他的生命；青春是一个梦，让你抚去任何虚妄的痕迹，让你用坚实的足音将他羽化为现实的辉煌；青春是一只飞鸿，让你

抖落世俗的纤尘，让你陶然于生命的恢弘与超然。

亲爱的朋友们，让我们缅怀五四先驱们的业绩、秉承民族的精神、高举五四的火炬。珍惜青春，奔向明天吧！我们的足音踏着节拍，时代的花蕾会应声怒放；珍惜青春，战胜未来吧！我们的双臂荡起了雄风，历史的长廊将永远向前、向前。