# 自律的演讲稿(精选12篇)

来源：网络 作者：雨后彩虹 更新时间：2025-06-01

*要写好演讲稿，首先必须要了解听众对象，了解他们的心理、愿望和要求是什么，使演讲有针对性，能解决实际问题。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。自律的演讲稿篇一为保障xxx市汽车服务市场的稳定发展...*

要写好演讲稿，首先必须要了解听众对象，了解他们的心理、愿望和要求是什么，使演讲有针对性，能解决实际问题。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

**自律的演讲稿篇一**

为保障xxx市汽车服务市场的稳定发展，建立良好的汽车服务行业诚信自律机制，规范行业从业人员行为，在平等自愿的基础上，xx省xxx市汽车服务行业协会全体会员单位达成行业自律公约，具体条款如下：

一、坚持党的领导，认真贯彻执行国家的法律法规，严格遵守行业规范和职业道德，诚实守信、合法经营，共同维护本地区汽车服务市场的健康有序发展。

二、自觉接受协会及相关主管部门的监督领导，严格遵守协会章程，依法维护协会和自身的合法权益，积极参加协会活动，履行会员的权利和义务，认真完成协会的各项任务。

三、牢固树立“质量第一、用户至上”观念，树立良好的行业及企业形象，严格执行国家标准及技术规范，切实保证优质服务和技术质量保障。 四、服务项目及收费标准应按规定予以公示，坚决杜绝欺诈行为，自觉维护消费者合法权益。会员单位应按规定悬挂由协会统一监制的会员单位标牌，并提供监督电话。

五、加强会员单位之间团结与协作，增强信息沟通与人员、技术、设备物资等交流，努力达到互惠互利、互通有无、资源共享，使之真正形成强强联合、共同发展的良好局面。

六、维修企业和配件经销企业要紧密配合，坚持做到采购、经销渠道正规化，共同抵制和打击假冒伪劣商品，净化汽车服务行业市场。

七、会员单位之间要相互尊重，相互监督，坚决反对非法经营和不正当竞争，不得擅自扩大经营范围，不得以恶意压价、低价竞销以及通过回扣、行贿等手段获取市场份额。

八、诚实守信、文明经商，不断加强职业道德建设，严禁以虚假广告宣传自身品牌，捏造、散布虚假信息来损坏、抵毁他人名誉和利益。

九、会员单位应积极组织相关人员参加岗位培训，不断提高行业从业人员的技术水平，认真做到定岗定编、持证上岗，同时对所属人员要依法签订相应的劳动合同，并严格履行实施。

十、未经会员单位之间协商同意，不得接收、聘用他方尚未解除劳动合同的人员。

十一、会员单位应及时将专业技术人员上岗证、劳动合同及人员变动等相关资料如实报送协会，以备协会内部查询监督。

十二、为保障自律公约实施，各会员单位向协会交纳自律保证金伍仟元。

十三、本协会及上级主管部门对自律公约实施监管，各会员单位应加强自律，自觉接受社会监督。

十四、会员单位之间发生各种争议时，应本着互谅互让、友好协商的态度解决，必要时可向本协会或上级主管部门反映处理。

十五、对违反自律公约的行为，一经发现或举报核实，协会将予以内部通报、扣除保证金、新闻媒体曝光或取消会员资格，情节严重者交有关部门查处。

十六、本公约自全体会员单位签字之日起生效，协会在生效之日起三十天内向社会公布。如需修改，按协会组织章程程序办理。

**自律的演讲稿篇二**

先说一个真实的故事吧！

俄国著名戏剧家斯坦尼斯拉夫斯基，有一天在排演一出话剧时，女主角突然因故不能演出了。斯坦尼斯拉夫斯基实在找不到人，只好叫她大姐担任这个角色。他大姐以前只负责管理服装道具，现在突然演主角，便产生了自卑胆怯的心理，演得极差，引起了斯坦尼斯拉夫斯基的烦燥和不满。一次，他突然停下排练，说：“这场戏是全剧的关键，如果女主角仍然演得这样差劲儿，整个戏就不能再往下排了！”这时，全场寂然，大姐久久没有说话。突然，她抬起头来说：“排练！”一扫以前的自卑、羞怯和拘谨，演得非常自信，非常真实。斯坦尼斯拉夫斯基高兴地说：“我们又拥有了一位新的表演艺术家。”

这是一个发人深思的故事，为什么同一个人前后的表演有天壤之别呢？这就是自卑与自信的差异。

世界科学领域本来应该拥有更多的牛顿、爱迪生、达尔文和爱因斯坦，世界文坛本来也应该拥有更多的托尔斯泰、巴尔扎克、罗曼？罗兰和狄更斯。然而，许许多多本来可以成为杰出人才的人都被埋没了。被什么埋没的？自卑！

许多人因为自卑，就没有勇气选择奋斗的目标；因为自卑，在事业上就不敢出人头地；因为自卑，就失去了战胜困难的勇气；因为自卑，就得过且过，随波逐流因此，可以毫不夸张地说自卑就是自我埋没，自我葬送，自我扼杀！一个人若想拥有无悔的青春，写出人生瑰丽的诗篇，就要摆脱自卑的困扰，点亮自信的明灯！

居里夫人曾说过：“我们应该有恒心，尤其要有自信！我们必须相信，我们的天赋是要用来做某种事情的，无论发生什么事情，活着的人总要照常工作。”正是自信，支持她在经受了失恋、丧失、社会上的流言蜚语等打击之后，两次荣获诺贝尔奖，为人类的科学事业做出了巨大贡献。

走出自卑的峡谷，点亮自信的明灯吧！你，我，他，我们大家都应该成为学习的强才，生活的强者，我们的生活将因此而绽放瑰丽光彩。

**自律的演讲稿篇三**

一段时间以来，我们的课前演讲似乎陷入了困境：演讲者虽说愿意上台，但因为胆子小，演讲水平有限，讲出来的变成了读出来的。评价也是那老一套，不少同学失去了原来的新鲜感，变成应付起来。课前演讲的呼声也渐渐小了。大家虽然极力保持热情，但仍然天真的面部表情告诉我，他们亦觉得很没意思。

久而厌倦是所有人都有的共性，十五六岁的学生尤其如此。大家热情减了，做起来不如以前用心了，似乎成了这种演讲的特点。我必须想办法与大家一起走出这个困境，让学生对课前演讲保持新鲜感。

办法就是让演讲重新焕发生机。一是换个新鲜的题目；二是注入源头活水；三是榜样引领。如果能够让那些讲得优秀的学生来次比赛，也许演讲会重新热烈起来。

新题目好换，但学生们得有准备吧。我必须让大家选个愿意讲的题目，这样他们才会有兴趣。下周一就做这事儿。我需要再给大家示范一次，讲出一些大家存在的现实问题，及解决这个问题的良方。那……我感觉这我帮学生最大的问题就是不自律。那本次演讲就说自律吧！

自律就是自己约束自己。能够在无人监督的情况下，约束自己的言行，被认为是成功的必备条件，更是普通人不断走向成功的秘诀。日本的松下幸之助说：“登峰造极的成就源于自律。”如果没有了自律，那一切美好的理想和愿望，都只会原地踏步，而无法向现实迈近一步。

自律，说起来只有两个字，做起来却非常困难。比如早起锻炼一事，大家都知道利于身体健康，可若让你天天如此，有几个能够坚持得了一年？再如晨起喝一杯水，对身体益处多多，但又有谁坚持过三年如一日，晨起喝一杯水？向往轻松，向往快乐，向往舒适，似乎成了每个人一生的追求，可轻松快乐舒适的生活谁又真正享受过仨月？而自律，就是让你学会自我约束，学会让你三年甚至更多年晨起喝一杯水，早起锻炼坚持一生的，就是想让你过上向往的轻松快乐舒适的生活的。相信，只要你做到自律，你的理想和愿望，就一定会实现。只要你自己坚持做，没有谁会阻止你走向健康！

生活中的小事，想长期坚持都那么困难，更何况学习上的自律呢？

按时完成作业，是一个学生的应尽的职责，绝大多数同学，能够在老师与家长的监督下做到。可如若没有督促，又没有检查的话，又有谁会保质保量、坚持不懈地做好？相信绝大多数同学都会偷懒吧？如若你能够在无人监督的情况下，扎实认真、保质保量地做好作业，你就有自律精神；如果能长期坚持下去，你的学业一定会出类拔萃，你的发展一定会令同龄人刮目相看，你的进步一定会令家长老师骄傲！如果你学会了自主学习，又懂得学习的规律，能够按照自身特点，制定好计划，且能够严格自律完成计划，那么你一定会成长为一个了不起的人！

萧伯纳说：“自我控制是最强者的本能。”陀思妥耶夫斯基说：“如若你想征服世界，你就得征服自己。”是的，没能对自己的征服，就不会有对困难的征服，更不会有强者的成就。同学们，为了自己的未来更美好，为了自己的理想和目标，为了学校的荣誉，家长的辛苦付出，让我们一起严格要求自己，自强，自律，成长为一个令家人、老师和学校都骄傲的人吧！

本次演讲，准备不够充分，演讲的内容虽说都是生活小事，但因了自己讲得不够投入，讲得没能入心，致使学生们听得有些分神。如果我能准备得更多 充分一些的话，相信他们听得更入神，演讲效果更好。

做，永远强于说。扎实的榜样示范永远比只想不做强。我必须再进一步端正态度，争取能够讲到学生心里去，让榜样的作用发挥得更好。

自律，我们的学生最最缺乏的东西，我必须与大家认真说，时时说，处处说，直到这些内容溶入他们内心，养成了自律的习惯为止。当然，真正的自律，必须要强制加说教，更重要地是实践。我必须与学生一起实践，才能与大家一起走向自律。

**自律的演讲稿篇四**

老师们、同学们：

上午好!今天我国旗下讲话的题目是《从自律走向成功》。

安德列耶夫曾说：一个人最大的胜利就是战胜自己!没错，在纷繁复杂又充满蛊惑的世界中艰难前行，势必会受到金钱、权力和各种利益的诱惑。这时，阻碍自己的前进，破坏自己艰苦努力的敌人，往往是自己。

一次放松，似乎是茫茫人生坎坷中的一朵浪花，而一时懈怠，也似忽只是慢慢机遇上的一颗沙砾，但一次次放松与懈怠的积累，就会演变为顽固不化的恶习，最终，在自己的松懈中散漫下来，将会惨烈的败给自己。也只有严于律己，能时刻约束自己的人，才会攻克这个最强大的敌人而走向成功。如果一个人不能自我控制，那么他就不能很好的约束自己，自然，就没有资格去领导别人，更谈不上驾驭未来的局面。

明朝的徐傅在求学期间，为了不断检点自己的言行，在书桌上放了两个瓶子，当自己做了一件坏事，说了一句坏话，就在瓶子里放一粒黑豆，作了好事就在另一个瓶子里放一粒黄豆。开始时，黑豆颇多，黄豆寥寥。他深刻地反省，过了一段时间，黑豆黄豆各占一半，他再接再厉，律己更严，久而久之，瓶中黄豆半满，黑豆屈指可数。可是凭着这种持久的约束，不断修炼自我，徐傅终成一代名臣。

就如大哲人丁尼金说的：唯有自律，能把自己引导向最光明的王国!只有严于律己，坚忍不拔，才会成就伟业，戚家军正是由于纪律严明，作战勇敢，方能横扫倭寇，当平九洲，越王勾践正是严于律己，卧薪尝胆，才有“三千越甲可吞吴”的壮举!

目前，校风正了，学风浓了，校园静了。这些都是与大家的共同努力分不开的。

但如果我们仅仅为了这个好的开始就感到骄傲，那是很肤浅的，原因有二：一是因为我们的目标是创建一个真正和谐完美的校园环境，营造一种奋进有序的校园学习氛围，使我们的同学乐在学中，学有所得，但我们现在离这个目标还有一段长路要走。二是因为这个良好开端的取得主要还是“管”出来的，不是自然生成的。

如何巩固和提高我们取得的管理成果，确实值得我们深深地思索。或许让自律成为一种习惯是我们最好的选择。这样的习惯将造就我们幸福的人生，引领我们实现自身的价值。

**自律的演讲稿篇五**

关于自律的演讲稿：文明守纪，严格自律尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家上午好！今天国旗下讲话的题目是《文明守纪，严格自律》。作为一名xx中学的学生，我们代表着xx中学的形象，我们时刻都要做到文明守纪，上课时保持安静，认真听讲；上下楼梯靠右行，做到谦让；要向老师问好，不讲脏话等等。没有规矩不成方圆，纪律是一个准则，一个标尺，也是我们能够将事情做好的保障。大家都知道在鲁迅先生的课桌上刻这一个“早”字，时时刻刻监督着自己严格自律，在紧张而充实的学习生活中，我们只有对自己严格要求，做到自律才可以更上一层楼。那么如何做到文明守纪，严格自律呢，我在这给大家提几点建议：

（1）无论在何时何地都不松懈对自己的要求。

（2）制定适合自己的学习计划。

（3）找一个同学互相监督，共同进步同学们，文明守纪是一种尊重，一种美德，更是一种责任。只要我们以《中学生守则》《中学生日常行为规范》，学校的校纪校规来规范自己的行为，严于律己，我们就一定能成为文明守纪的好学生，我们的学校也一定能蓬勃发展，蒸蒸日上！让我们从今天做起，从现在做起，养成各种良好的习惯，遵守纪律，严格自律，向我们的未来狂奔吧！我的演讲到此结束，谢谢大家！

**自律的演讲稿篇六**

尊敬的老师，亲爱的同学们:。

大家早上好!我是x班学生。今天我国旗下演讲的题目是《自律——优秀的“法则”》。

谁不希望自己是一个成功者？而成功者无不自律。自律，使人能够自知；自律，使人养成良好的行为习惯；自律，使人学会战胜自己；自律，使人身心健康，助人建立良好的人际关系；自律，使人高尚。所谓自律就是自己约束自己，换句话说就是自己要求自己。有人上学迟到，作业字迹潦草，有不交作业或抄作业的情况，上课积极回答问题但会不遵守规矩，乱插嘴；有值日生会敷衍了事，甚至偷懒逃避等。所以我们要时刻提醒自己，要自律，千万不要纵容自己，给自己找借口。当你对自己严格时间久了，自律便成了一种习惯，一种生活方式，正如诙谐作家杰克森·布朗的比喻：“缺少了自律的才华，就好像穿上溜冰鞋的八爪鱼，眼看动作不断可是却搞不清楚到底是往前、往后，或是原地打转。”那个激发你去努力实现理想的关键因素，不是你的才能，不是你的教育，不是你的智商——而是你能否自律。自律和意志紧密相连，意志薄弱者，自律能力较差；意志顽强者，自律能力较强。加强自律也就是磨练意志的过程。

提高自身素质，树立自尊、自爱、自强的自律意识，做好自己该做的事。以中学生日常行为守则来规范自己的言行举止，以简单大方干净整洁的衣着表现学生朴素的本质。

亚运会百米赛跑记录—9秒92，这是老姜苏炳添飞奔出来的奇迹，同时也是他首次拿到亚运会冠军，这个29岁的老将无限荣光的背后却是他人难以想像的高强度训练和严苛的自我要求.日复一日的严格、自律成就了这位赛场老将的冠军梦。他知道，为了夺冠的那一刻，他必须毫不松懈，自律自强，严格要求自己！

自律能够带给我们的不仅会有荣光，更有对我们如今学习生活上有益的帮助，让我们对自身有更高的要求，我也相信自律会让若干年后，陆续结束自己学生生涯的我们，在走向社会、工作与生活的同时感受到它带给我们的满足与快乐。

自律，让人成长并体会更充实的生活，拥有别样光彩的人生经历，让我们相互监督，互相提醒，做到自觉自律，为当前的学习创造更好的机遇条件，更为今后的生活工作奠定良好的基础。

自律，让我们成为更好更优秀的自己，我的演讲到此结束，谢谢大家。

**自律的演讲稿篇七**

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家好！

每个人在学习中、生活中都会遇到对懒惰的挑战、对诱惑的挑战。有一些人在挑战未开始就选择了屈服，选择放下手头的事，去休息、去娱乐；有一些人却选择了挑战，最终战胜了自己，通过自律，收获了成功，也收获了喜悦。

学会自律，学会约束自己。

又是两节周四自习课，老师全走了，这也代表着这两节课的收获全部由我们自己决定。如果你十分懒散，打算看小说或讲话混时间，那你的收获肯定一无所有，还可能因为讲话干扰到其他同学。如果你能够自律，就能管住自己，默默地认真地进行两小时的学习，可能你就完成了大半家庭作业，减轻了回家写作业的压力，也就为学习新知识腾出了宝贵的时间。二者相权衡，进行后者的收获必然多过前者的禄禄无为。于是，我毅然踏上了自习之路。翻开作业本，看着一道道奇形怪状的几何题，我感到了不小的压力。

转过头来，我看到了小a的满面春风，或许他正与同桌聊着新鲜事；看向前方，我看到了小b的眉头紧锁，或许他正为老师的误解烦心不已呢，看着看着，我的思维早已不知游离到哪儿了。突然，一个声音在我心底响起：“要是一直这么下去，你的自习也会被荒废。”这下子，我强迫自己埋下头来，做起了几何题。只两三分钟，我发现自己已经遨游在了几何王国，同学们杂乱的声音已成了我耳边的微风，只会让我更加专注。经历了两节课的专注自习，我学会了约束自己，让自己不被外界的嘈杂所干扰，专注自己的事。

学会自律，学会管理自己。

又到了一周周末，一大早，父母告诉我，他们要去商场采购，这一天由我自己在家过。看着空荡荡的家，我的眼睛又不由自主地盯到了电脑了，正当我准备按下开关，又一个声音在心底响起：“你已经不再是一个小孩子了，为什么依然不能自我节制呢？”我愣了愣，回到了书房。看了看窗外，我强迫自己平静下来，开始预习物理。转眼间一上午已经过去。我看了看自己预习的成果，一股成就感涌上了心头。吃过饭，我与相约的好朋友外出打球，锻炼了一下午身体，也放松了心情。回到家中，回想着自己第一次真正地管理好了自己，一阵感动袭来，或许这就是成长吧。

学会自律，学会反省自己。

快期末了，老师布置的作业开始变得更少。一天晚上，我完成了作业，正准备去看课外书，耳边突然响起了老师的话“想一想文言文注释都记牢了没？”我重新坐了下来，翻开了书，一条一条地过，果真发现了许多已经遗忘了的。我把它们又巩固记忆了一遍。这时我发现自我反省十分重要，能够对所学进行查漏补缺，巩固所学。

学会自律，让我们在人生的道路上走得更远。

谢谢大家！

**自律的演讲稿篇八**

尊敬的各位领导、各位评委、朋友们：

大家好！今天，能在这里与大家一起演讲廉政的话题，我感到无比的荣幸和自豪。我给大家演讲的题目是《廉洁自律，从我做起》。

听到这个题目，可能有同志心里会想：“我手上一没权、二没钱，无所谓廉洁自律，从我做起更是无从谈起。”有这种想法很正常，过去我也一直抱有这种态度。

然而小时候，母亲就告诉我，别人的东西不能拿。这句朴素的话语，一直作为座右铭，伴随我走过二十多个春秋。现在想来，这句话不正是对廉洁最原始的注解吗？母亲在我人生的起点就播下了廉洁的种子啊！

朋友们，我们这个社会群体是由许多个体聚集而成的，如果把社会比喻成大海，那么我们每一个人就好比沧海一粟，而每一个人都在或多或少影响着我们的家庭、我们的小区、我们的单位乃至我们的社会。如果我们面对诱惑和冲击时，放弃了理想和信念，放松了廉洁自律这根弦。那么，无法想象，我们的社会将变得多么的腐败和混乱！

说到廉洁自律，我来讲一个真实的故事。去年有一次，市里组织党员干部在文化城看一部反腐倡廉的影片。说实话，我也不想去，但还是不太情愿的去了。我看了看，偌大的大剧院，上座率还不到60%，而能够看完电影的人，不到50%。这也许只是个别现象，但是我们要知道，个别现象折射的往往是普遍现象，小群体透露的就是大社会，思想意识的退化直接导致的是道德尺度和行为准则的缺失。

而与刚才故事形成鲜明对比的是，我记得小时候，电影《焦裕禄》放映的时候，电影院被挤得水泄不通，我听到的是人们感动的哭声，因为焦裕禄“他心里装着全体人民，唯独没有他自己”，人们为他的廉洁勤政而感动；戏曲电影《七品芝麻官》放映的时候，我听到的`是人们不断的叫好声，因为唐成他为官清廉、执法公正可以说，无论何朝何代，清正廉洁、勤政廉政永远都是人民的期盼。

其实，构建和谐社会的大厦，离不开我们每个行业、每个部门、每个公民的共同努力。我们作为普通工作者，社会的稳定、发展与和谐，离不开我们在座各位的勤奋工作，廉洁从业，恪尽职守。因此，做到廉洁自律，不仅是我们每一位领导干部需要真切面对的问题，而且也是我们每一名普通工作人员需要认真思考的问题。

我以为，要做到廉洁自律，就要有一颗敬业之心。在我为期不长的护士职业生涯中，在与患者打交道的过程中，我曾有过许多真切的感受：我感受过各种各样的患病人员对医疗服务的那份期盼；也感受过亲情、友情和金钱对一个医务工作者的诱惑；更感受过在面对这种期盼和诱惑时那种两难和茫然。诗人艾青曾说：“为什么我的眼睛常含泪水，因为我对这片土地爱得深沉。”正是缘于对医疗事业的尊崇和热爱，才使得我在两难和茫然时始终坚持着信念。作为一名医务工作者，我接触的最多的\'是身患各种疾病的普通患病群众，面对他们祈望的目光，耳听他们的种种困难，我的确没有化冰雪为春风的能耐，也不能解决他们所有的难题，我唯一能做的就是用微笑、用热情、用服务温暖他们的心，让他们感受到我们护士的一片爱心，从而实现自己对人生的承诺！

我以为，要做到廉洁自律，更要常怀一颗感恩之心。感恩，会让我们的心更柔软，情更真切；感恩，会让我们的追求更执着，选择更谨慎。因为感恩父母，我们就要求自己努力工作，认真生活，稳稳地走好每一步路，让老人脸上的皱纹得以舒展；因为感恩领导的信任和支持，我们就给自己加更多的压力，不断进步，适应工作要求，做一个让领导放心的人；因为感恩社会，我们就要求自己不断学习，提高自我，用自己所学和努力，回报社会，服务更多的人群，努力做一个播撒阳光、赠人玫瑰的人；因为感恩生命，我们就要求自己不辜负这蓝天白云，清风明月，自觉守住心底的那道道德底线，让自己的人生充实而更有意义。

廉洁自律，从我做起，让“廉洁”的种子悄悄地在我们心中扎根。我们要不断提高自己，做好本职工作，守住自己的那口井，不越法律之线，努力成为一名优秀的医务工作者，让你我携手共筑我们更加美好的明天！让敬崇廉洁，这一中华传统美德在我们这一代人身上得到发扬光大。

谢谢。

**自律的演讲稿篇九**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家上午好！

今天国旗下讲话的题目是《遵规守纪，严格自律》。

青少年时代是最美丽的，同学们我们正处于人生最美的“花季”，青春的花朵就要在我们的生命之树上绽开，阳光是我们的，希望也是我们的！

首先，作为新时代的中学生就要遵守纪律，做现代文明的学生。俗话说，“没有规矩，不成方圆”，我们知道，良好的纪律是学好科学文化知识的保障。作为一名学生，就要严格遵守《中学生学生守则》、切实做到：尊师爱友，自律自强；诚实守法，文明礼貌；遵守公德，爱护公物。其次，作为新时代的学生，还要学会守法。每个公民都必须具有法制观念，不仅要学法，而且还要守法。第三、要遵守社会公德。讲究公共卫生、爱护公共财物、维持公共秩序等，这些都是社会公德。遵守社会公德是衡量文明程度的重要标志。讲究公共卫生，就是要保持优美整洁的公共环境。比如：不往教室窗外扔果皮、纸屑。在教室里不能大喊大叫，妨碍其他同学学习、休息；不能在课桌椅上乱刻乱画。我们身边的公共财物有很多。如门窗、桌椅、教学设备等，校园里的花草、树木等，我们不仅要做到自己爱护，而且还应当劝阻、制止有些人破坏公共财物的不文明行为。争做一个讲文明、懂礼仪的好学生。

同学们，人的一生只有三天：昨天，今天和明天。昨天，明天将交给梦想，你能把握的，就只有今天！让我们珍惜今天这大好时光，遵规守纪，勤奋学习，争取更大的进步。

**自律的演讲稿篇十**

尊敬的老师们、亲爱的同学们：

大家好!

自律是一门学问，这们学问，自先秦时期就开始做了。

《礼记》中，记述了儒家先贤的一句话：“君子必慎其独也”。

“慎独”二字，也许我们听过数遍，但我们中的大多数仍无法道出这简简单单两个字所包含的意境。“慎”即“心真”，“独”指“独处”，独处之时仍旧心真，谨慎处事，行，有律于己，做，无愧于心，这便是这千年古训的要旨所在。

我们都曾对“四知先生”杨震的故事有所耳闻，他严肃而略带谴责地说出：“天知，地知，你知，我知”，然后拒绝了手捧黄金的来客。

我们也曾在今年的八月领略了我国奥运健儿的风采，他们严于律己，奉献给我们一场绝对真实的竞技表演，让我们领略了体育这无与伦比的艺术。

慎独，让他们更坦荡；自律，让他们的灵魂变得高大坚挺。

在大多数时候，自律是我们内心的一股力量。“律”即是约束，我们向来认为约束是对心灵的桎梏，却不曾看到约束背后的美丽。它的美，正如一首诗，平平仄仄按一定的规律排列起来，就会呈现出令人赞叹的音韵节律。

自律也是一种坚持，容不得人半点懈怠。千里之堤，尚且会毁于蚁穴。再高的修养德望，也会因为一时的不自律，而给人生留下抹不去的污点。

所以，自律是一种坚持的力量，也是一种力量的坚持。

也许，我们曾经在路上如无其事地丢弃过垃圾；也许，我们曾经在无人监督的自习课上讲过小话；也许，我们曾经为了图便利而横穿马路。

曾经的我们都或多或少有过不自律不慎独的举止。

但而今的我们，即将成人，即将迈入高校学府中深造的我们，也应当听一听孔夫子千年前的教会，做一个“慎独”的坦荡君子。

**自律的演讲稿篇十一**

尊敬的各位领导、各位同仁：

大家好！

开学七周来，在全体教师和同学位的共同努力下，学校教育教学工作井然有序，同学们展示出了图盛学子“热爱学校、热爱学习、积极向上”的精神风貌。

在这里，我首先公布“庆国庆”校园歌手赛和“与幸福同行”演讲比赛获奖同学名单：

本学期来，学校进一步加强对课堂和校园常规执行情况的检查力度。我们很欣慰的看到，绝大多数的.同学都能以一个国家级示范性高中的学生标准严格要求自己，课堂上认真听讲，做到不迟到，不早退，积极参加学校各项同文娱活动和体育锻炼。内宿生很早就起床晨读和晨锻，公车上还有一些同学抓紧时间在看书背公式，公车司机也多次反映到学校，我们的同学上车下车能做到彬彬有礼，主动给有需要的人让座，在学校里，同学们遇到老师主动问好，与同学团结互助，爱护学校自然环境和公共财物，校园处处呈现出和谐、有序、向上的氛围。

可我们不得不看到，还有极少数同学的表现与这种和谐格格不入，给同学们脸上抹黑，严重影响学校形象。我在这里举出几种，请同学们有则改之，无则加勉。

1、不认真遵守课堂常规，上课打瞌睡，迟到、早退。这些行为影响既影响老师上课的情绪，也影响班级同学的学习状态，是一种对自己，对他人不负责、不尊重的行为。

2、不认真遵守校园常规，没有自觉按要求穿着校服，佩带校章。

3、不爱护自己的身体，不自觉参加体育锻炼。早操前后应该多跑跑步，第八节和体育课多一些参加室外活动，养成一种良好的锻炼习惯，使自己终生受益。

4、不讲文明，一点小矛盾就恶语相向甚至打架，这种行为虽然是极个别，但对同学们和学校影响非常恶劣。通报两宗事件：

同学们对待同学友谊和同学间的矛盾应该有正确的认识和处理方法，必须明理，知是非。

5、不遵守学校安全规定，不爱护公物。一小撮同学躲在厕所里偷偷抽烟，严重危害自己的身体健康，也对其他同学的人身权利造成侵害。也有个别同学把烟头、包装纸、茶渣等扔进厕所里，造成厕所堵塞，这是不讲公德、不爱护公物的表现。

对以上行为，学校一定加强监管，也请同学们端正心态，加强自律，把精力放到学习上。期中考试即将到来，我们要在班上、在学校里掀起学习高潮，认真复习功课，争取在期中考试有一个理想的成绩。十一周校运会的准备工作也即将开始，各班运动员要抓紧时间训练，同学们也要为他们营造一个氛围，大家一起参与到运动中来。为了做到动静有序，给同学们更多的学习时间，学校调整对第八节的规定：要求同学们第八节留在教室自学或在学校参加活动，17：15放学后方准离校，请同学们理解学校的一片苦心，遵照执行。

同学们，让我们珍惜走到一起来学习的缘份，团结互助，严格自律，刻苦学习，共同营造一个适合我们学习、适合我们发展的校园。

谢谢大家。

**自律的演讲稿篇十二**

尊敬的老师们、亲爱的同学们：

大家好!

在如今这个物欲繁盛的时代，我们每个人更需要有一面镜子，既让人看清自己、也让人明白社会。把个人放在它面前，能照出行为的正斜、品格的高下；把社会放在它的面前，能照出公德的存废、世俗的清浊。

记得有这么一个故事：在春秋时期，宋国有一人得到一块玉石，他将它献给齐国的大夫子罕。子罕却不肯接受。献玉人对子罕说：“我曾把这块玉石拿给做玉器的工匠看过。工匠认为这是一块非常难得的宝石，所以才敢拿来献给你，可您为什么不接受呢？”子罕说：“我为人处事以不贪为宝，你以玉为宝。如果我把玉石收下，那么我们两个都失掉了宝。我不收，这样我们各人就有各人的宝石啊！”

这是发生在2600多年前的事，尽管它跨越了漫漫的历史长河，但它却如同一面清亮的铜镜，折射出古人淡泊名利、廉洁奉公的优秀品德。

几千年的文明传承，廉洁奉公已铸成我们民族的一种精神，这种精神，始终在不同的时代中熠熠生辉。即便是在封建社会那混浊的官场中，依然有许多出淤泥而不染、严于律己、奉公守法的清官廉吏：包拯、海瑞、于成龙……他们恪守“不贪为宝”的人生信条，抵挡住各种诱惑，清清白白做人，明明白白做官，他们的浩然正气，影响着一代又一代的后人。

古人说得好：“吏不畏吾严，而畏吾廉。”如果利用手中的权利行一己之便，贪一己之利，那么终将会落得身败名裂，倾家荡产，甚至家破人亡的下场。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找