# 最新做个自律的人演讲稿模板

来源：网络 作者：诗酒琴音 更新时间：2024-08-07

*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。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？下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。做个自律的人演讲稿篇1尊敬的老师，...*

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。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？下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

**做个自律的人演讲稿篇1**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家早上好！

今天国旗下讲话的题目是《让纪律变成自律》。 一说到纪律，有的同学可能就会联想到孙悟空头上的紧箍咒，孙悟空七十二变，神通广大，却被唐僧管得服服帖帖的，原因就是因为唐僧会念紧箍咒。也许还有同学会替孙悟空抱不平，如果没有紧箍咒，唐僧一定拿他没办法，那他该是多么自由啊，但大家想过没有，失去了孙悟空，取经的千古大业也就不可能完成，所以别小看了这紧箍咒，它实在是取经大业的重要保证啊！

同学们怀揣着父母的嘱托，亲人的希望，从四面八方聚集到我们第一小学，我们有一个共同而又神圣目标，那就是更好更快的成长、成才，为了实现这个目标，我们必须有一个重要的保证，那就是纪律！ 什么是纪律？纪律是为了维护集体利益并保证工作的正常进行而定的，它与健康生活是一致的。 俗话说：“没有规矩，不成方圆”，同样，“没有纪律，不成校园，没有纪律，也教不出好的学生”，这是一个放之四海而皆准的道理。同学们，这个学期已经过半，我们校园风气的变化是令人可喜的：早晨，同学们准时进入班级，认真早读。

走在校园里，你会感到学校比过去更干净了；两操时间，放眼看到的是游戏活动的身影，是整齐有序的组织，这个良好开端的取得得益于我们有一个真正和谐完美的校园环境，使我们的同学乐在学中，学有所得，更重要的是我们的班主任老师为此付出了辛勤的劳动。同学们，和谐的环境、良好的秩序是我们学习的保障，这需要我们合力去创造。

只有越来越多的同学认识到迟到是一件令人很羞愧的事情；越来越多的同学自觉地不边走边吃，不随吃随丢；越来越多的同学将认真出操，不拖班级后腿视为一种自觉行为，那么整体环境的真正改善才会成为现实，而最大的受益者也正是在场的全体同学。

因此，我校将新学期的第一个月定为“自律与规范月”，为的就是让同学们将遵守纪律内化为自觉的行动，变他律为自律——自己规范自身的行为，处处严格要求自己。当你日益将纪律变成一种自律的时候，学校就是你求知成人的真正乐园了。

同学们，让我们在以后的日子里，每天都有改变，每周都有提升，每月都有收获，为了自己，为了他人，为了校园，为了社会，自律克己，遵纪守法，养成良好的文明习惯，让个人的素质前进一步，让民族的素质前进一大步！

**做个自律的人演讲稿篇2**

尊敬的各位领导、各位同仁：

大家好！

在这个秋意盎然，硕果累累，金风送爽的下午，能在这里与大家畅谈思想，交流心得，倍感荣幸。我是来自市中的孙健，今天，我演讲的题目是：加强自律，严格规范，用行动践行“两个至上”。

自今年7月份以来，市局（公司）为加强规范建设，深入开展了规范专项整治活动，随着活动的深入推进，加强行业自律、规范卷烟经营行为，已经成为每一个济南烟草人的共识。自律规范是落实国家局“严格规范、富有效率、充满活力”目标任务的重要内容，是保持行业健康、平稳发展的重要举措。实现这个目标，要求我们必须讲操守、重品行，努力成为严格自律的表率，营造“自重、自省、自警、自律”的氛围，形成“企业要发展，人人要自律”的思想认识。

自律是什么？自律就是自我的约束规范，是一种修养，一种境界。自律必须从行业发展的高度认真审视。“维护国家利益，维护消费者利益”，既是烟草行业向全社会做出的庄严承诺，也是《烟草专卖法》赋予烟草干部职工的神圣职责和光荣使命，是行业立足于社会，企业立足于行业，个人立足于企业的根本。

黑格尔说：挣断线的风筝不仅不会获得自由，反而会一头栽向大地。烟草行业肩负着烟草专卖品的生产经营，肩负着保证国家财政税收的重担，还肩负着维护消费者利益的崇高使命。只有规范，才是烟草行业发展的唯一出路。近年来行业发生了翻天覆地的变化，取得了令人瞩目的成绩，正是狠抓了规范建设的结果。从“五条纪律”、“六个不准”，到“不联系、不帮助、不支持、不参与、不提供、不默许”，都是行业自律的具体体现。

我是一名专卖稽查员，如何在本职工作中加强自律，严格规范，自觉践行“两个维护”是我不断思考的问题。我认为，首先要牢固树立正确的价值观。做到每处理一件事情，都要看是否符合国家利益和消费者利益，自觉体现和落实在“两个维护”上。其次，要摆正位置，牢记使命。认真履行好\"两个维护\"的责任，必须清醒地认识到，烟草行业没有自己特殊的利益，作为烟草人，维护国家利益和消费者利益是我的职责，我必须遵纪且率先。

记得刚分到专卖战线时，我们的队长对我说：“从今天起，你就是一名光荣的专卖稽查队员了，稽查战线是一个无声的战场，每天都在和不法分子、不规范行为斗智斗勇，我们不但要有坚持原则的勇气、有做好工作的底气，更要有无私无畏的正气和奋发向上的朝气，任何时候都不能忘了我们的职责所在。”在以后的工作中，队长的话时刻激励着我。无论白天还是黑夜，无论是天晴还是下雨，只要一接到任务，我都会迅速投入，蹲点守候，排查摸底，从未畏难退缩。因为我深深知道，我们松一寸，不法分子就会前进一尺，绝不能给他们任何可乘之机！

规范是基础，规范是前提，规范是行业健康发展的生命线。姜成康局长说：要真正把发展建立在可靠的市场基础、扎实的工作基础和严格的自律基础之上。我们是年轻的烟草人，是新时代的开拓者，只有做到在学习上勤奋，作风上务实，素质上过硬，服务上高效，管理上创新，才能担当起企业改革发展大局的重任。只有切实承担起“维护国家利益、维护消费者利益”的神圣职责，才能促进行业“严格规范、富有效率、充满活力”发展目标的早日实现，才能将烟草事业融入建设和谐社会的发展进程中。

也许我们不能改变世界，但是我们可以把握自己；也许我们不能预知未来，但是我们可以利用现在；也许我们并不完美，但是我们可以带着信念，带着执着，带着热忱，在本职工作中做到精益求精！行业会因我们每一个人的严格自律而更加辉煌，世界会因我们的成功而更加精彩！让我们借着“注重自律、严格规范”这股东风，用行动去奏响“两个至上”之歌，为市局（公司）的辉煌而更加努力奋斗吧！谢谢大家！

**做个自律的人演讲稿篇3**

尊敬的老师，亲爱的同学们:

大家早上好!我是 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。

**做个自律的人演讲稿篇4**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好!

廉洁是一种美德，更是一个人高尚品质和纯洁心灵的体现，从小老师就教导我们，要勤勉，要做一个廉洁、正直和诚实的人。所以廉洁修身要从小做起。

在我们的生活中，有许多廉洁正直的人，他们品质像金子一样闪闪发光，也成为人们敬重爱戴的榜样，最让我感动的是新时期共产党员的楷模——孔繁森，孔繁森的故事就让我懂得了廉洁是什么。

孔繁森是一位一尘不染、两袖清风的好干部，对我来说，一个共产党的中高级干部生活如此清贫真难以想像。有一次，他的妻子到西藏探亲，由于看病，妻子将返回的路费花光，只好向孔繁森东挪西借才勉强凑足了500元，而回程机票是800元，妻子不想让孔繁森为难，自己向熟人借了一些。

回到济南后，他妻子去看上大学的女儿，女儿一见面就对妈妈说：“学校让交学杂费，而全家人的钱全用完了……孔繁森把工资中相当大一部分用于帮助有困难的群众，平时根本就没攒下几个钱。他扶贫济困时出手大方，少则百十元，多则上千元。他因车祸牺牲后，人们在他的遗体上找到的现金只有8元6角，在场的每个人都流了泪。

我被孔繁森的事迹深深感动了，直到今天人们提起孔繁森还是充满无限的怀念和崇敬。如果每个人，都能像孔繁森一样一尘不染、两袖清风、廉洁正直，那么，我们的社会将会变得更加和谐，更加美丽可爱。

同学们行动起来吧!让我们向孔繁森学习，廉洁修身，从小做起，做一个勤勉、廉洁、正直、诚实的人。让校园廉洁之风吹遍大地，让校园和谐之气永驻心中。

**做个自律的人演讲稿篇5**

尊敬的老师、亲爱的同学们：

自律，就是自己管理自己。在当今竞争日益激烈的世界，自主学习成为了一种必不可少的学习方式，而自律则是自主学习的前提。所以，我们要学会自律，养成自律的好习惯。

在早自习，没有老师的要求下，唯有自主学习才能充分利用这宝贵的时间，而自律便在此发挥了它的作用。面对周围激烈的竞争，我暗暗下定决心：一定不能松懈。在这上进心的驱使下，我在早自习放声朗读，将自己全心投入到学习中去，认真复习笔记，背诵优美文章，来提高自己语言方面的能力。

在大课间，当同学们都在闲谈时，几个学霸却坐在座位上埋头苦干。他们丝毫不受外界影响，双眼盯着书本，右手拿着笔飞快地写着作业，完全沉浸在知识的海洋里。我想：这就是我所欠缺的一点吧！这也是他们成绩优异的原因吧！

在中午，当其他人都在休息或做作业时，我毅然选择了读书。因为我必须得趁着高一这较为轻松的时间来多读一点书，扩大自己的知识面。纵然周围并非特别安静，但我心中的信念使我忘却了周围的环境，专心致志地读着书。

当上课时，课程进度很快，稍不留神就会漏掉关键知识点。所以，我们一定要学会自律，克制自己的惰性，决不能分心。每当我要睡觉时，我总会敲打自己的大腿，提醒自己千万不能睡觉。之后，我便会继续跟着老师的思路走，详细地做好笔记。渐渐地，睡意就没了。

在家里，电视和电脑成了巨大的诱惑，极大地吸引着我。当我身体中的懒虫又开始活动时，我便咬咬牙，在心中默念道：“不！同学们都在认真学习。这样，我会落后的。”经过一番思想斗争，我再次坚定了自己的信念，又开始认真学习。

有人说过：“习惯决定命运！”一个好的习惯，能带给人一生的幸福。我一定要继续坚持，从一件件小事养成良好的自律习惯。当要玩的时候，多忍一忍；当要打瞌睡时，多撑一撑；当要放弃时，多想一想自己的梦想······在日常生活中，多尝试克制自己的行为，多想自己的信念。这样，日复一日，自律就成了一种习惯。随之，成功也在向你招手。

我相信，只要人人都多一点自律，那么美好的明天在等着你！

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找