# 2024年自立自强的演讲稿(优质9篇)

来源：网络 作者：雪海孤独 更新时间：2024-06-01

*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。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。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。自立自强的演讲稿篇一尊敬...*

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。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。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。

**自立自强的演讲稿篇一**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

我叫姜澄澄，我来自经济管理学院，12级市场营销2班。作为一个普普通通的大学生，能够站在这里演讲，我感到万分荣幸。

时光荏苒，大学生活不知不觉就走完了大半。回首走过的路，不管是一帆风顺，还是荆棘丛生，心中总是有很大的触动。说句心里话，能够有机会来到大学，接受高等教育，是我曾经不敢去奢望的。以前，最大的愿望就是，能吃饱，让妹妹穿的暖，不跟着我受苦。状似渺小的愿望，却是那时最大的追求。

大家都知道小草的精神吧，“野火烧不尽，春风吹又生”，我觉得我们每个人都应该像小草一样，即使被踩到泥土里，也要努力向上。即使失去强大的依靠，也要挺直腰板。即使你觉得全世界都抛弃你，也不能就那么，放弃自己。高中毕业时，我开始了我人生中的第一份工作历程，那时的自己不很明白生活的不易，凭着一腔的热血，进入了社会。作为一个小小的服务员，工作并不是很累，却要应付很多性格各异的顾客。见识到各种各样的意识里不可思议的事情。一个多月的工作让我明白了很多，也越发的了解到知识的重要性。

从小爸爸的心愿就是希望我可以上大学，我的家族里更是缺少善于学业的人。心理千转百回，最终还是敌不过对大学的强烈渴望。我毅然的说出了我的决定：“我要上学”。我依然记得那时亲戚的脸上露出的为难的表情。我知道要供读一个大学生是多大的负担，但是如果放弃了，或许我的人生就会滑向另一个轨迹。我一次次的拜托他们，找寻所有可以帮助我的力量，终于，我可以来上学了。妹妹也可以去沈阳的全日制学校接受更好的教育。似乎，我碰触到了那一扇充满光明的窗。

校园是我心中的校园，充满温馨与爱。我有关心我的同学，关心我的领导。导员在了解了我的情况以后，为我建立了贫困生档案，减轻了我的负担。我用了课余时间跟同学一起去兼职，赚取生活费，同时也为了存下一年的学费。虽然每天忙忙碌碌的，却也让生活充实了起来。每周也会去学校的图书馆等地做清洁，我们接受了学校的帮助，同学的帮助，所以做一些力所能及的事情，是应该的。或许，我的成绩不是最优秀的，但我也进了最大的努力。因为我明白，上学的机会得之不易，要懂得珍惜。以学业为重。

假期，我会住在舅舅家，方便我的工作。妹妹很喜欢黄依山上的小游乐场，寒暑假也是我们姐妹相聚的日子。每次都会带妹妹去那里玩一下。下山后我便会哀哀戚戚想到一句名言“我下半月咋过？”虽然有点小夸张，但也是很肉痛的呢！不过一看到她那天真的笑脸，我就觉得什么都值得了。我很高兴，她没有因为家中的变故，而失去快乐的童年以及10岁孩童该有的笑颜。我并没有什么动人的事迹，我所讲诉的仅仅是我走过的点滴。微不足道，却被深刻的铭记！

在这个世界上，也许我如同沙漠中的一粒沙，渺小而微不足道。但是我尽全力去活出我的风采。我也曾沮丧，也曾想过放弃。但是一想到那些帮助我的人，那些期望我的人，就会感觉到身体里充满了力量。就好像是一条小船，即使面对巨浪，我也会奋力一搏。因为我知道，前面迎接我的会是一片更加广阔的海域。

**自立自强的演讲稿篇二**

亲爱的老师们、同学们：

大家好！

今天，我想和大家谈谈“自理、自立、自信、自强”这个话题。

现代世界很复杂。如果你想站在这个世界上，你必须学会照顾自己。自理就是照顾好自己，照顾好自己。我们应该在生活和学习中照顾好自己。只有照顾好自己，才能自立。自力更生就是不依靠别人，靠自己的劳动生活。长大后，我们不能总是依靠父母，而是要靠自己谋生。如果我们不能自立，我们就会被这个快速发展的社会淘汰。自信是每个人相信自己的.必要信念。人生有很多坎坷和困难。想要突破，就要有自信。自信一旦战胜了胆怯，就先战胜了心理压力，再战胜物质困难。显然，自信是如此重要！有了自信，才能自立。什么是自我提升？顾名思义，自强就是努力自强。时代在发展，社会在进步。如果你想跑在前面，你必须努力工作，变得强大。

至此，我想出了一个故事。从前，山里有一座山和一座庙。庙里住着两个和尚，一个有钱，一个没钱。有钱的和尚不愁吃不愁穿。他们每天都在山里玩。他们很难受！但是，贫僧和富僧是很不一样的。他每天只有一个破铁罐来讨饭，但是他对佛教很投入，很虔诚。一天，贫僧对富僧说：“我要去印度取经！”富有的和尚开怀大笑说：“从中国去印度需要很多钱。我都去不了，想都别想！与其拿着没用的经书，不如在这里玩一辈子！”但是，贫僧很坚决。他说：“只要我有手有脚有铁罐，去印度取经就够了！”下午，贫僧出发了。他一步一步靠自己的双腿去印度，乞讨食物，捡衣服。这两年，他克服了种种困难，不仅到达了印度，还得到了经书，成为了举世闻名的学者。之后。原来贫僧拿着一卷卷经卷来拜访富僧，富僧惊呆了。才知道坚持可以改变命运！

坚持是有条件的，需要一个过程，就是我前面说的“自我照顾，自我依靠，自我自信，自我提升”。

学会照顾自己才能自立；自信是精神支柱，自强是社会发展之源！希望大家能记住这四个字，成为现代社会的主人！

**自立自强的演讲稿篇三**

各位老师、同学们：

大家好！

今天我演讲的题目是《青少年要自立》。

今日，我看到这样一则电视广告：一个活蹦乱跳的小木偶在操纵者的帮助下，表演得十分精彩。突然，一把大剪刀将操纵者手中的木偶连线全部剪断，原本活泼可爱的小木偶一下子瘫倒在地，再也站不起来了。看完这则广告，我突然意识到，这不正是现实社会的反映吗？那巨大的剪刀代表社会现实，操纵者和连线代表学校、家庭等给予我们的“优越”条件，而那个活蹦乱跳的小木偶则代表我们这一代中学生。

原因很简单，这些年它都是过着饭来张口的寄生生活，久而久之，它已丧失了捕食的本领，即生存的能力。我们由此可以看出，长期生活在优越的条件下，就会丧失斗志和自立的能力。

惨痛的教训还有很多很多。而目前，我们中的大多数“小皇帝”、“小公主”仍被父母呵护着，嘴里噙着怕化了，手里捧着怕碎了。使我们丧失了自立能力，一个个变成或正在变成“木偶”、“鹦鹉”。在这里，我要大声疾呼，亲爱的爸爸、妈妈、老师，请松开你们的手中线，打开金色的鸟笼，还我们健壮的翅膀，让我们去翱翔蓝天、搏击风浪吧，那才是我们健康成长的土壤！同时，我也要劝告亲爱的同龄人，尽早挣脱那系在腰间的绳索，冲出舒适的笼子，用自己勤劳的双手、聪明的大脑，创造祖国美好的明天。

“青年强则国强”，让我们以自立的雄姿去迎接21世纪的挑战！

**自立自强的演讲稿篇四**

亲爱的老师们、同学们：

大家好！

一个六岁的孩子因为作业不敢去上学。母亲帮助孩子做作业，因为她害怕孩子失去学习的兴趣。这件事真的令人担忧。然而，我们不能同意这位母亲的做法。

这种素材的呈现又一次让人觉得“穷得继承不了风”。父母不只是抚养孩子。父母必须注意培养孩子自力更生和自我提高的精神。

生活有时候很残酷。据说在非洲大草原，这里，狮子要求自己的孩子跑得比羊快；在那边，羊让他们的孩子跑过小狮子。有时候，人类世界和动物世界非常相似。要想在竞争中不败，不被吃掉，就要面对现实，自强不息。

必须告诉孩子，别人能完成作业，你也应该能完成。你不能害怕困难，你将来会成长，你将来会面临很多困难。你应该是个勇敢的孩子，你妈妈会为你骄傲的。妈妈们要清楚，即使孩子不能和别人竞争，也要每天进步一些。

妈妈的眼泪只能永远储存在心里。鞭策，鼓励，千万不要代替孩子去克服困难。“三岁，十岁”。不要让孩子从小养成依赖的心态。孩子会上初中，高中等。在未来。你可以暂时代替孩子，但不能代替孩子一辈子。

自立自强是一个人在这个世界上生存的\'基础。如果你做不到这一点，那么这个人就很难有尊严，这个人就可能成为别人的负担和负担。在生活和工作中，有可能没有人愿意和他合作。

要让孩子自立自强，就要让孩子有野心，有梦想；有了抱负和梦想，可以鼓励孩子遇到困难，永远不要逃避或屈服。

要让孩子自立自强，就要用更多的“苦”来磨练；这样他们才能更勇敢，更顽强，知识和能力才会不断增长。

总之，自立自强是一个人生存的基础；要想人生不败，就要自强自立。

**自立自强的演讲稿篇五**

黄昏的拖着它那疲惫的身躯向我靠近,被夕阳照红的大地在我眼前闪耀,可我却无奈地徘徊在路边.天色,又淡暗了一些,只留下了暗灰色在空中飘扬.风儿拂过的脸庞,柔柔的,暖暖的,软软的.....

在生活中,自强似乎显得微不足道,但是它是成功的关键,是生命中擦出火星的鹅卵石.自强可以令自身变得\"无比刚强\",自强可以在一个人体内注入前所未有的力量.

每个人都是环游在\"自强海\"里的一条鱼,如果遇见了恶鲨----挫折,你应该利用\"字强海\"里的水逃生,而不是等着羊入虎口.当然,在学会逃生时,也需要有自强不息的`勇气.

自强如火,热气滚滚;自强如刚,坚硬不屈;自强如雨,潇潇洒洒.自强在生命中建立了一条五彩的虹,让生命多彩多姿,让生活回味无穷.

自强能磨砺人生,能把我们从一块块锈铁变成一颗颗金刚钻,坚强不摧.勇敢地面对挫折与困难,这样,你会认为风如马,任我跨;云如雪,任我踏;哪儿有困难,哪儿就是我的家.

在实际生活中,我们应用那自强不息的力量,去面对,去克服困难.没有任何困难与挫折会吓倒我们,而往往有些人会选择逃避,而有些人会选择勇敢面对困难,这是自强的问题.那些面对困难的人会感谢自强不息的力量,因为是它使那些人变得自信,勇敢.

\"什么是路?路是从没有路的地方踏出来的\"鲁迅先生的这句话说的对极了,我忽地清醒过来,不由地向夕阳的余辉迈开了脚步!

**自立自强的演讲稿篇六**

各位同学们：

大家好！

同学们，不要再为过去的伤悲喊痛，不要再为过去的辉煌叫好，拿出行动来，把我们的整个身心融入祖国翻天覆地的改革之中。只有这样，才对得起每一位炎黄子孙万分期待的神情；只有这样，才对得起今天的我们和我们的今天。

同学们，把握今天，憧憬明天，发奋图强，抱效祖国，用我们的青春热血谱写出前不负于古人，后无愧于千秋万代的历史新篇章！

自立自强永远是生命之本。只有自立，只有自强，方能显示生命的本色，体现生命的价值，找到人生的目标。只有自立，只有自强才是生存之道。

曾经有人做过这样的调查：煤矿在暴雨时极易塌陷，而面临的一大问题是被埋在井下的矿工怎么办。众多的矿工被埋在十几米深的矿井深处他们有的.采取各种积极措施，尽最大努力保护自己，凭借自己的努力最终成为幸存者。而那些等待着被营救的人却死于矿井深处，成为其中的不幸遇难者。那些幸存者因为自身的自立自强而成为幸存者，那些不幸者因为自身的依赖性而成为不幸者。足见自立自强是生命之本，是生存之道。

古今中外成功之人往往都具有自强自立的品格。青少年是祖国的未来，自立自强的品格是必备的。随着经济的飞速发展，人们的生活水平日渐提高。孩子成为家庭的中心，特自立自强永远是生命之本。只有自立，只有自强，方能显示生命的本色，体现生命的价值，找到人生的目标。只有自立，只有自强才是生存之道。

曾经有人做过这样的调查：煤矿在暴雨时极易塌陷，而面临的一大问题是被埋在井下的矿工怎么办。众多的矿工被埋在十几米深的矿井深处他们有的采取各种积极措施，尽最大努力保护自己，凭借自己的努力最终成为幸存者。而那些等待着被营救的人却死于矿井深处，成为其中的不幸遇难者。那些幸存者因为自身的自立自强而成为幸存者，那些不幸者因为自身的依赖性而成为不幸者。足见自立自强是生命之本，是生存之道。

古今中外成功之人往往都具有自强自立的品格。青少年是祖国的未来，自立自强的品格是必备的。随着经济的飞速发展，人们的生活水平日渐提高。孩子成为家庭的中心，特别是中国孩子。有这样一项调查：随机找50名中国孩子和50名日本孩子组织一次野营活动。在整个活动期间中国孩子表现出来的是困惑和无奈及无助失望，没坚持多久，大部分中国孩子纷纷放弃而回家。因为中国孩子的依赖性太强，在日常生活中衣来伸手，饭来张口，没有培养起自立自强的品格，这与父母的过分疼爱是分不开的。而日本孩子表现出来的是积极参与、乐观和主动，努力克服种种困难，凭借自身极强的自立能力，圆满完成了这次野营训练。只见自立自强能显示生命的本色和价值。

世界是生物组成的。不仅人需要掌握极强的自立自强的能力，动、植物也需要掌握此种能力。“狠心”的雄鹰妈妈将小鹰推下山崖，让它掌握一种能够找到属于自己天空的一种能力，实现自己的生存目标。牵牛花、爬山虎等植物具有过分的依赖性，它们的生存和发展是依据外界的事物而完成的。可想而知，若外界事物不存在了，它们也将与外界事物同归于尽。它们就不具备自立自强的能力。

古今中外类似事例数不胜数。诸葛亮生前，刘禅过分依赖他，他死后蜀国灭亡；洪战辉带着捡来的小妹妹勤工俭学；张海迪凭借自立自强克服身残疾苦自学多门外语；海伦·凯勒克服种种障碍成为一代名人、伟人。

人的一生曲折而漫长，面临的事很多很多，因此，必须培养极强的自立自强的能力，以克服种种困难。树立极强的自立自强的品格，实现生命的本色和价值，找到自己的人生目标，也是为人的生存之道。

孙康，晋代京兆（今河南洛阳）人，官至御史大夫。孙康幼时酷爱学习，常常感到时间不够用。他想夜以继日攻读，可家中贫穷，没钱购买灯油。一到天黑，便没有办法读书。特别到了冬天，长夜漫漫，他有时辗转很久，难以入睡。实在没有办法，只好白天多看书，晚上睡在床上默诵。

一天夜里，他一觉醒来，忽然发现从窗外透进几丝白光。开门一看，原来下了一场大雪。屋顶白了，地上白了，树上也白了。整个大地披上一层银装，闪闪发光，使他眼花缭乱。他站在院子里欣赏银装素裹的雪后美景，忽然心中一动：映着雪光，可否读书呢？他急急忙忙跑回到屋里，拿出书来对着雪地的反光一看，果然字迹清楚，比一盏昏黄的小油灯要亮堂得多呢！

**自立自强的演讲稿篇七**

亲爱的各位同学们：

大家好！

今天我演讲的题目是《自理，自立，自强》。

据某报报道：某名牌大学的一位学生，每天晚上都要让母亲为他洗脚；一留学生问办签证处人员说：“我可不可以带父母一起出国，我需要他们帮我洗衣做饭、整理房间。”说实话，生活中类似的事例还不算少。产生这些现象的原因。

二是许多大学生缺乏自理、自立的能力与自强的精神。

其实，被誉为“天之骄子”的大学生们只是拥有优于普通人的学习条件，绝没有高于普通人的生活特权。而我们中学生就更应培养自身的自理、自立能力与自强不息的精神。

在当今社会里处处充满了竞争。上好学校要竞争，找好工作要竞争，想在工作中出成绩还是要竞争。试想，如果一名青年学生缺乏自理能力，铺床叠被都要靠家长；缺乏自理能力，买日用品要靠家长；缺乏自强意识，不能发挥自己的能力，又不尊重他人的劳动，那一旦进入社会，如何面对他人的竞争？适者生存，这是一个浅显的道理，没有任何人可以一生不受挫折。假如一个学生虽然才华横溢，却没有独立生活能力，那么当他遭遇挫折、经历苦难时后果就可想而知了。在生活中不也曾听说过某位学生因不能适应复杂的社会环境而自杀的事吗？一个人如果缺乏自理、自立能力，他迟早要被充满竞争的社会所淘汰。

我们是跨世纪的接班人，应该通过锻炼自理、自立能力与自强精神，来培养自己的独创精神和面对困境不畏惧、奋力拼搏的乐观态度。美国学生的独立生活能力是很强的，他们想出各种办法在假期中找工作干，赚钱供自己读书。在这个过程中，他们不仅要不断地完善自我来适应工作的需要，还要在工作中创新和突破、发挥自己的才干，以此求得工作的机会和较高的薪水。在独立生活、寻求工作的时候，美国的大学生们同样会碰到种种困难，但他们努力向上，毫无懈怠，运用自身的力量来摆脱困境。一个人如果具有独创精神和在逆境中奋斗的勇气，那么从某种意义上说，在竞争中他的事业也就成功了一半。

世界上不会有永远的固定的社会环境，一切都在随时随地地变更，因此，青年朋友们，切勿忘记培养自己的自理、自立能力与自强不息的精神，使自己更适应社会生活，在竞争中自立自强！

**自立自强的演讲稿篇八**

亲爱的老师们，同学们：

大家好！

今天，我想和大家谈谈“自理、自立、自信、自强”这个话题。

现代世界很复杂。如果你想站在这个世界上，你必须学会照顾自己。自理就是照顾好自己，照顾好自己。我们应该在生活和学习中照顾好自己。只有照顾好自己，才能自立。自力更生就是不依靠别人，靠自己的劳动生活。长大后，我们不能总是依靠父母，而是要靠自己谋生。如果我们不能自立，我们就会被这个快速发展的社会淘汰。自信是每个人相信自己的必要信念。人生有很多坎坷和困难。想要突破，就要有自信。自信一旦战胜了胆怯，就先战胜了心理压力，再战胜物质困难。显然，自信是如此重要！有了自信，才能自立。什么是自我提升？顾名思义，自强就是努力自强。时代在发展，社会在进步。如果你想跑在前面，你必须努力工作，变得强大。

至此，我想出了一个故事。从前，山里有一座山和一座庙。庙里住着两个和尚，一个有钱，一个没钱。有钱的和尚不愁吃不愁穿。他们每天都在山里玩。他们很难受！但是，贫僧和富僧是很不一样的。他每天只有一个破铁罐来讨饭，但是他对佛教很投入，很虔诚。一天，贫僧对富僧说：“我要去印度取经！”富有的和尚开怀大笑说：“从中国去印度需要很多钱。我都去不了，想都别想！与其拿着没用的经书，不如在这里玩一辈子！”但是，贫僧很坚决。他说：“只要我有手有脚有铁罐，去印度取经就够了！”下午，贫僧出发了。他一步一步靠自己的双腿去印度，乞讨食物，捡衣服。这两年，他克服了种种困难，不仅到达了印度，还得到了经书，成为了举世闻名的学者。之后。原来贫僧拿着一卷卷经卷来拜访富僧，富僧惊呆了。才知道坚持可以改变命运！

坚持是有条件的，需要一个过程，就是我前面说的.“自我照顾，自我依靠，自我自信，自我提升”。

学会照顾自己才能自立；自信是精神支柱，自强是社会发展之源！希望大家能记住这四个字，成为现代社会的主人！

**自立自强的演讲稿篇九**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

今天我演讲的题目是《国强，吾辈当自强》。

当历史的风吹翻起七十五年前的那一页，十二月九日一个普通但不平凡的日子。因为在北平发生了惊天动地的事件――为反对投降和压迫掀起了学生总运动，到处是挂满的标语，到处是飘舞的纸单，到处是怒吼的口号，到处是浴血沸腾的青年。这一天，一个蹂躏不屈的民族在苏醒，一个多灾多难的国家在抗争，这便是历史上记载光辉一页的“129”运动。

“129”运动是“五四”运动以来又一次爱国学生首先行动起来，并得到全国人民响应的运动，至今整整七十五年了。今天，我们在此聚会纪念“129”运动，而对他们“我自横刀向天笑，去留肝胆两昆仑”的爱国情操，面对他们“国家兴亡，匹夫有责”的爱国精神，我们的心还能平静吗？我们还能无动于衷吗？当然不能。“前事不忘，后事之师”回顾历史，不仅是缅怀过去，追忆先人，更是为了铭记爱国学生的崇高理想，不断激励自己，警示后人，思索当代青年的责任，身为和平年代的我们，切莫以为只有生在乱世才能为国分忧，欲报国何于生于乱世，又何止在沙场上拼杀！同学们，我们是初开的鲜花，我们是初升的太阳，我们的战场便是我们足下的土地，用我们百倍的努力，学得知识，学得能力，然后用自己强健的双手开创一片辉煌的天地。要知道振兴中华是我们每位同学义不容辞的职责，是历史赋予我们的神圣使命！更是“129”先驱们寄托在我们身上的希望。

都说90后是缺乏责任感的一代，颓废的一代，甚至更有外国报道评论说中国将衰败在我们这一代，面对这些蔑视，我们扪心自问：“饭来张口，衣来伸手”是不是也发生在你我身上，“我爸是李刚”官二代、富二代的称号又从何而来？当你失去了所有的拐杖，还能昂首挺胸地迈开大步吗？当你失去了父母坚实的臂膀，会得软骨病吗？当你需要承担一切的社会责任，却力不从心时，你还会有退一步的自由吗？我希望听到一个共同的声音：不会，不会，不会！在这里，我要大声地告诉世界，我们有的是热情，有的是精力，有的是动力，即使已付出了90%的努力，那么就再努力一把吧，发挥自己所有的潜能，点燃你所有的.智慧之光，相信我们会有足够的奋斗资本，相信我们会有无比辉煌的未来，今天的我们绝不能心安理得地坐享其成，我们需努力，我们需拼搏，我们需坚持，我们需奋斗。我坚信，在未来祖国建设的征途上，必有你我坚定的身影，新的历史篇章将由我们这一代来描绘撰写。

同学们，行动起来吧！我们肩负着太多的责任，我们承载着太多的希望，今天我要借用梁启超在《少年中国说》中的话做为我演讲的结束语：少年强则国强，少年独立则国独立，少年进步则国进步！同学们，为了中华民族的伟大复兴，吾辈当自强！

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn