

# 2023年挑战的英语演讲稿(实用8篇)

演讲，首先要了解听众，注意听众的组成，了解他们的性格、年龄、受教育程度、出生地，分析他们的观点、态度、希望和要求。掌握这些以后，就可以决定采取什么方式来吸引听众，说服听众，取得好的效果。那么演讲稿怎么写才恰当呢？下面我给大家整理了一些演讲稿模板范文，希望能够帮助到大家。

## 挑战的英语演讲稿篇一

上午好！今天我讲话的题目是“挑战自我，战胜自我”。

你们说，什么事最难。是进行漫长的800米跑步，做繁多的作业，还是学习上获得成功？我觉得这些都不是最难的，最难的是在这些过程中不断努力挑战自我。例如，长跑过程中克服身体上的疲惫，做作业过程中克服自己那根深蒂固的惰性，学习过程中克服重重困难、阻碍，才能战胜自我收获成功。

我们身边不乏那些勇于战胜自我，并且成功战胜自我的事例。疯狂英语创始人李阳克服自己说英语的恐惧、胆怯，勤奋、刻苦地说英语，最后成功地讲一口流利的英语，并创立了李阳疯狂英语；司马迁克服受宫刑后的身心上的煎熬，奋笔疾书，写就千古流芳的《史记》；霍金克服身体残疾带来的不便，发现了黑洞；还有屈原、孔子、左丘明等等。

这些生动的事例不仅让我们在生活中受益匪浅，我们在学习方面也受到不少启迪。学习上，我们要以这些名人名事作为自己的素材，时刻勉励自己不断挑战自我，战胜自我，获得自身新的突破。

相信自己的潜能是无限的，但也要有正确的学习方法。

课堂是主阵地，要充分提高课堂效率，不必延长学习时间，

耽误休息，只须提高效率，作业独立完成，这样才能更好地巩固所学的内容，并从中认识到自己的不足。作业是对我们学习成果的最好反馈，要认真对待。

每天掌握当天所学内容，让自己每天都过得充实。不必再在临考前忙着抱佛脚，临阵磨枪。

另外，适时的阶段性整理错题，反省自我也是必要的。

虽然，这些都是考生常谈，却往往被大家忽视。大家通常失败都是因为没有认真贯彻实行这些要点，现在为时不晚，挑战自己的耐性，惰性，坚持下去，你一定会获得成功！

一千次空话，比不上一次实际行动；一千次承诺，比不上一次兑现；一千次计划，比不上一次放飞。行动起来吧，尝试挑战自我，激发自己的无限潜能，并且战胜自我，以实现自身的突破。

我的讲话完了，谢谢大家。

## 挑战的英语演讲稿篇二

大家好。

今天我国旗下讲话的题目是“积健为雄，挑战自我。”

最美十月风光好，今年秋色胜春朝。金秋的校园里，蕴蓄着一种活力，生长着一种精彩。操场上出现了班级体育健儿们训练的矫健身影，“一班一国”的开幕式主题让同学们迸发出无穷的创意，秋日不时造访的冷空气丝毫不影响同学们出操时整齐的步伐和响亮的口号。是的，这一切都预示着第138届秋季运动会脚步的临近。

运动会不仅可以检验我们的运动水平、班级凝聚力，还可以

充分展示我校同学朝气蓬勃的精神风貌。“重在参与”显示出我们积极的心态，“为班争光”则蕴含着我们的集体情怀，“虽败犹荣”更是深含着我们乐观向上的情操。起跑线上的蓄势待发，跳高场上的飞身一跃，接力赛时的默契交接，每一个为梦想而拼搏的运动员都会成为我们心目中的英雄。结果并不重要，重要的是我们的奋斗与拼搏。

同学们，面对即将到来的运动会，你们准备好了吗？

也许，为自己的项目做好充分练习的运动员们会自信地说：我准备好了。也许，为了广播操比赛和开幕式表演正在加紧排练的班级会坚定的说：我们准备好了。那么还有更多不参加比赛的同学们，你们准备好了吗？尽管不能在运动场上挥洒汗水，为班级争得荣誉，但你们同样是运动会的参与者：为精彩比赛尽情加油，为后勤服务尽力保障，对赛场秩序认真管理，为通讯报道奋笔疾书……你们的努力与付出才能使运动会更加完美。

在运动场上，我们没有理由退缩和放弃，因为青春从不言弃。既然是早上\_\_点钟的太阳，就应当放射出温暖大地的光芒，风华正茂的我们，正期待着在运动场上挥洒活力与激情，放飞梦想与希望，收获荣誉与成长。其实，我们每一位同学，都在为自己的梦想而准备着，奋斗着。青春是一杯五味杂陈的饮料，我们选择一饮而尽，那么虽然会苦会涩，至少我们不是浅尝一口就胆怯却步，而是品尝到了它的真正的滋味。

同学们，校园中需要琅琅书声，也需要我们生龙活虎的身影。赢得成绩的多少不是目的，重在参与才是体育的真谛。看，新体育馆外墙“积健为雄”四个大字在秋日的阳光下熠熠生辉，它正召唤我们，积极运动，热爱健身，挑战自我，展示风采！就让我们共同奏响运动赛场的铿锵乐章，尽情挥洒通中学子的青春激情！

我的讲话结束了，谢谢大家。

## 挑战的英语演讲稿篇三

面对未知的天空，要么就展翅翱翔，要么就蜷缩在安稳的小窝，永远长不大，我选择了前者，尽管未知的天空充满挑战和困难，但我不是只活在安乐的鸟。

脱着疲惫的身躯走向人声鼎沸的市场，心想，衣食问题我可以解决的，我这么大个人了难道生活就不可以自理吗，可是青菜要成斤地买，猪肉又不会分别好坏，称又看不懂，诸多问题如同巨大的海浪冷冷地把我拍在海滩上，糟糕，这样的花费，没等到父母回来我就得活活饿死了，没办法，我只能硬着头皮接受这些挑战。

我同菜贩讨价还价，恳求他们散装散卖，最终经过我的软磨硬泡终于买到青菜和猪肉，可是我不懂认称，不知道菜是否足斤足两啊，无可奈何，吃这一堑，回家好好学习怎样看称，买菜这个难题已经成功被我挑战攻克了。

当我兴致勃勃准备下厨时，我傻眼了，猪肉是臭的，青菜一半是好的，一半是烂的，包含苦水的我只能煮那一半好的青菜，幸好我会用电饭煲，不然又要请教邻居了，青菜洗好，我忘了我妈是怎样煮的，所以拿去清蒸吧，反正能吃饱就好了，第一次自己独立生活就这般狼狈，唉！挑战失败！

第二天，我重振旗鼓，我不甘心！我不会再失败了。经过我一夜的反思和研究，我终于没有被骗了，买的菜也没有那么差了。再也不用吃白饭了。做事也得心应手！把家打扫的干干净净，我终于能独立生活了，能轻而易举地迎接挑战并解决难题了！

生活充满了挑战，若不紧紧地抓住“生活的列车”就会无情把你抛弃。所以面对挑战，我们要敢于拼搏，不惧险阻，勇往直前，“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”不畏挑战！

## 挑战的英语演讲稿篇四

大家好!

我非常喜欢沈石溪的动物小说，尤其是《红弟一生的七次冒险》这篇文章，它给予了我很深的启迪。

《红弟一生的七次冒险》讲述了生来弱小的大天鹅红弟在一生中先后冒险七次，得到了生存的机会、美满的家庭、崇高的地位，又为族群铲除两大劲敌的动人故事，文中的红弟是一只忠于亲情，忠于爱情，忠于族群的天鹅，更是一只勇敢、顽强、坚持不懈的伟大天鹅。

试想，在红弟一生的七次冒险中，它难道不曾犹豫过吗？当它饱受欺凌时，它可以选择不任宰割；当它族群有难时，它可以选择不理；当它生命受到威胁时，它可以逃之夭夭……但是，它没有，而是用自己过人的勇气打败了欺负它的恶霸，带领族群歼灭敌人，直面生命的挑战。

看着红弟的事迹，我不禁想到了海伦·凯勒，这个盲聋哑人也克服了重重困难，学会了与外界交流，并不懈地努力，冲破了灾难带给她的生命枷锁，成为了世界文学史上一座不朽的里程碑，她的勇气与坚强，成为了她走向成功的通行证。

再看看我自己，真是万分惭愧。妈妈曾让我学骑自行车，一跨上自行车，我就畏畏缩缩，双脚始终不肯离地，勉强踩上踏板，车子便左右摇晃，任我使出浑身解数也无法前进一步，只能在原地东倒西歪，这时候，我就开始不耐烦地抱怨起来，在妈妈的劝说和帮助下，我终于吃力地骑出了第一步，可是，我的畏惧始终无法消除，根本无法镇定下来思考，一路惊慌失措，最后来个了“人仰车翻”。我满怀怨气地把自行车丢到了一旁，此后，我一听到“自行车”便避之而唯恐不及。

现在，我看到了红弟的坚持，深有感触。

每个人的生命历程，注定都不是平坦的，它一定会充满了不同的崎岖与坎坷，这一座座困难的大山横在我们面前，阻挡了我们的成功之路。

许多人去尝试翻越，有的人受不了苦难半途而废；有的人坚持着，忍受磨难，奋勇向前，最终成功翻越；而更多的人，畏惧困难，只能在山脚下日复一日地徘徊，看着他人走向成功，暗叹命运对自己的不公。

每个人都渴望成功，但只有能忍住人生的光明之前那看似无边无际的黑暗，向着一个目标不断前行，才能到达成功的彼岸。

来吧，让我们鼓起勇气，直面生活中的困难——那些生命的挑战！

我的演讲完毕。

谢谢大家！

## 挑战的英语演讲稿篇五

大家好！

青春，花样的年华。每个人的青春在不同选择下变得各不相同。有人在读书中度过青春有人在艺术中度过青春。然而，我的青春在挑战中构成，也因挑战而不同。

童年，是一个无忧无虑的时代，每天都可以在放学后在操场上疯玩疯跑，还可以有各种各样的玩具，甚至可以记好时间看喜爱的节目，而我却在种种选择与琳琅满目的商品中选择了自行车，红白相间的自行车在阳光下闪闪发光，每日在放学后都会求着忙碌的爸爸陪我去练习车技，百般无奈的爸爸只好答应，悄然的放手使本就不怎么稳的车变得东倒西歪，

最终倒下，我自然摔得也不轻，把车重新扶好，又一次跨上了车，开始新一轮的练习。一次次的摔倒，又一次次的爬起，奠定了我最终的结局——成功！喜悦是自然的，因为在别人学习之余——看电视，玩玩具，追跑打闹的时候，我的青春因挑战而不同，在他人玩的时候，我已学会了第一项技能。

青少年，又有人说：“应该学学高雅的艺术，像什么乐器，舞蹈……”可我却被马术所吸引，望着电视上赛马运动员，在高大的马背上，人马合一的表演盛装舞步，比着障碍赛，心中满是羡慕，便央求妈妈带我去骑马。天星调良——一个偌大，优美的园子展现在我面前。第一次近距离与马接触，心中满是害怕，毕竟，它比我还高许多，在教练的帮助下，做到马背上的我丝毫不敢乱动，更不要提什么障碍了。慢慢的我渐渐学会了许多。在之后，我慢慢在教练放手的情况下去联系“轻快步起坐”“跑步”一次次去挑战新的内容，终于，我学会了障碍，尽管不熟，但也是一种进步，我的青春因此而不同，也在挑战下逐渐成功。

青春，那么短暂，时光，毫不留情的逝去，但挑战从未停止，反而让我在端着的青春中创造着一件件属于自己的事，用过去与现状的挑战去展现一个不同的青春。

## 挑战的英语演讲稿篇六

大家好！

我是一个胆小的女生，平时一看见昆虫便躲得远远的，一只青蛙也能把我吓个半死，游乐园里的什么过山车，冲浪更是看也不敢看。可是今年暑假，我彻底地改变了。

七月份的时候，大姨带着我和哥哥去常州游玩。我早就听说常州恐龙园里有许多惊险刺激的项目，我真的是既向往又害怕呀！向往的是又可以疯狂而开心地玩一次了，害怕的是那些刺激的项目实在让我望而却步。最终对向往战胜了恐惧，

我把心一横，“既来之，则安之”。大姨便早早地给我和哥哥买了票，第二天一早，哥哥便“押”着惴惴不安的我去了恐龙园。

我们首先来到了“翼飞冲天”。这个项目就是一个人趴在一个位子上，扣上安全设备后，便开始旋转，一边旋转还一边升高，升到处时再缓缓地一边旋转一边降落。我一见那机器便感到恐惧，想赶快逃走。可是马上就到我们了，想跑肯定会被哥哥抓回来的。没办法，我只好咬牙跟着哥哥坐上了机器。

开始转了，我感到像被甩出去了一样。一圈接着一圈，我的头越来越晕，底下的人们越来越小，被甩出去的感觉也越来越强。就在我快坚持不住时，机器便开始慢慢降落了。下了机器后，我深深地吸了一口气，回味着刚刚的经历，“好像没有我想的可怕。”我自言自语道。

有了第一次的经历，我的胆子渐渐地变大了，跟哥哥又一起玩了“雷龙过山车”、“冲天塔”等许多有趣而刺激的项目。通过这次的经历，我懂得了：人要敢于挑战自己，不能一味躲避自己害怕的东西，只有亲身经历才能明白事情的真相，才能感受其中的乐趣；只有亲身经历才敢于去面对更大的挑战，才会取得更大的进步。

## 挑战的英语演讲稿篇七

同学们，今天演讲的主题是“迎接21世纪科学的技术挑战”，然而，当我准备这篇演讲的时候，我始终无法回避这样一个问题：“真正的挑战到底来自哪里！”我苦思冥想，却找不到一个满意的答案。后来，当我翻开《精神的魅力》这本书时，我终于明白了：其实，真正的挑战不是来自于我们的智力，中华民族被誉为是世界上最聪明的民族之一，我们的祖先创造出来的辉煌灿烂的古代文明历经千年之后，仍然令西方人艳羡不已；真正的挑战也不是来自于我们的科技实力。



事实上，伟大的李约瑟博士在他不朽的著作《中国科学技术史》中早已指出中华民族的科技创造力是无穷的；真正的挑战更不是来自于亨廷顿所谓的“文明的冲突”。拥有五千年悠久历史的华夏文明从来不畏任何外来文明的冲击。我想，真正的挑战恰恰来自于我们的内心深处，来自于我们是否能够真正地继承和发扬那深埋在我们内心的生生不息的民族之魂！当光怪陆离的物质世界不断发展的时候，人们的精神家园却日见花果飘零；当日新月异的科学技术不断取得进步时候，人们的精神世界却日见贫瘠匮乏；当我们为华人所取得的每一个成就而欢呼雀跃的时候，却往往苦涩地发现，他们其实是美国人！今天，摆在人类面前的问题，不仅仅是如何去求得物质的最大化，而是如何去获得精神上的归属感，如何在精神与物质上取得双丰收；今天要使中国21世纪的科学技术真正具有原创力，真正获得长足的发展，也不仅仅只是如何去求得知识硬件构造的完美，而是如何在重视科技自身建设的同时，去重新建构人类精神的伊甸园，使人类从非理性回到理性的轨道。真正的挑战恰恰是来自于我们自身。我想这才是二十一世纪科技挑战的真正含义。

前几天，在北大物理文化节的开幕式上，应邀前来的李政道先生面对近千名北大学子，发表了热情洋溢满怀深情的演讲。

李先生说得多么好啊！忘掉了这一切，还有什么存在的价值！人，总是要有那么一点精神的，人之所以为人，就在于他的那股精神，那点魂魄。为什么要科学技术的竞争？为什么会有科学技术的挑战？其实就是一个国家的实力的竞争；其实就是一个民族的存亡的挑战。落后就要挨打，挨打就会灭亡，这是连小孩子都清楚的道理。在人类历史的第一个1000年中，中华民族曾傲视群雄，独领风骚；在人类历史的第二个1000年中，中华民族历经了由先进到落后，由强盛到衰弱的苦难历程；如今，在人类即将迈入第三个1000年的今天，是走向中华民族的全面复兴，还是听任其一味落后下去？是勇敢地抓住机遇，去再创中华民族的又一次辉煌？还是对这艰辛的希望熟视无睹，只是趋之若鹜地去大洋彼岸寻求一个远不成

熟的梦想？这是摆在每一个跨世纪青年面前的深刻问题。我们全民族都面临着深刻的思索。因此，回到我最初的提出的问题，亲爱的同学，当你即将踏上远去的航班，飞往异国他乡的时候，想一想伟大的肖邦吧。他是那样挚爱他的祖国，无论走到哪里也不离开那捧波兰的热土。因为他深深地知道：无论你走得有多远，也走不出我的心。

## 挑战的英语演讲稿篇八

我们这些勤劳进取的江苏人，正是在无休止的挑战中，创造了一个又一个的辉煌，一步步迈向崭新的世纪。

一千多个日日夜夜过去了，我终于迎来了第一道曙光：我的班级和那个名不见经传的学校一起跃居全县的榜首，我在挑战中挺了过来。老乡们奔走相告，纷纷要把孩子送到我的班上。

我希望自己的目光能够瞄准大文化、大教育的崭新高标！八年来，我几乎没看过一场电影，所有的节假日，几乎都是我读书、学习和写作的黄金时光。我也常常感到深深的愧疚，就是对不起自己含辛茹苦的妻子和嗷嗷待哺的孩子，还有那常常在村头盼儿回家的白发老娘！

说到这里，或许有人要问：你讲的这些不是自吹自擂吗？不！我只是想通过一名普通得不能再普通的年轻人的经历向外界证明：江苏的职工是开拓进取的职工，是敢于发出挑战并迎接挑战的职工，是永远的挑战者！