

# 2023年挑战自己演讲稿(优质8篇)

演讲属于现实活动范畴。它是演讲家通过对社会现实的判断和评价，直接向广大听众公开陈述自己主张和看法的现实活动。我们想要好好写一篇演讲稿，可是却无从下手吗？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。

## 挑战自己演讲稿篇一

人生是战场，而自己正是这场仗中的主角！

人生的旅途本是多姿多彩的，生命是由欢笑和泪水编织而成。就像电影中的人，不管是主角、配角或是临时演员，只要尽本分把戏演好，最主要还是自我突破，向困难挑战，超越自己。

看过汪洋中的一条船吗？书中的主角郑丰喜先生，他就是一位能超越自己突破现状的人。他不因双脚弯曲而成天自怨自艾，反而凭着毅力信心向自己挑战，虽然也曾遭到失收，但有信心做后盾，有毅力当前锋，他终于战胜了自己，战胜了双脚，成为一位超越自己的成功者。失败并不可耻，可耻的是不再勇敢地爬起来，可悲的是不再接受挑战，而一味的逃避，不面对现实！

“天上下雨地上滑，自己跌倒自己爬”，当你遇到困难时，无须自怨自艾，也无须别人的“拉一把”才能从泥淖中爬起。我们要拾起挑战的心，自己救自己，跌倒了，自己爬起，拍拍灰尘，迈开步伐，再往前去。

有些人生活在这世上，连生存的目的都感迷惑。其实，上天给予我们生命，绝不是平白无故的。常常问一些人，最近过得如何？回答得却是千篇一律，“没什么，混口饭吃”，为

什么他们总是如此说呢！那是因为他们缺少了自我挑战，自我突破的观念，总是以为安于现状即是福。这样的人，再过十年也还是停留在原地，无法向前。

自我挑战，即是超越现在的我，迈向一个新的我，不是停留不进，也不是安于现状。就拿我们学生的月考来说吧！突破自我向原来的分数挑战，只要有进步，那怕是进步个二三名也就算是自我挑战啊！

人生的路上崎岖不平，自我挑战才能前行，且把自我挑战当成一把锐利的刀，斩去旅程中的荆棘，超越颠峰超越自己！

人生的旅程中有无数的挫折，但那只是小小的插曲，被挫折击倒的人，如果不再重新振作，便是无法自我实现，无法自我挑战的人。遇着挫折无须惧怕，那正是自我挑战的好机会。我们要拾取不屈不挠的信心，自我挑战，打破从前的不良习惯！就从现在起，且把挑战当指南针，失败当垫脚石，向自己挑战。

## 挑战自己演讲稿篇二

大家好！我是来自xx系的参数选手。今天我演讲的题目是《放飞梦想，迎接挑战》。

同学们，还记得在高三那段艰苦的岁月里，我们饱尝山穷水尽疑无路的困顿的时刻吗？还记得我们为着心中的梦想而燃烧的不懈努力的激情吗？我想大家都不曾忘记吧！但是也因为心中的梦想，如今的我们告别了孩童的羞涩，乘风破浪，迎来了柳暗花明又一村的崭新境地——大学。

是啊，在当今这个知识经济时代，我们大学生承担着民族和国家崛起的重托，我们被看作是民族的脊梁和国家未来的希望，由于国家之间的竞争已经成为人才之间的竞争，因此，大学生只有具备自己的核心竞争力才能更好的参与到竞争，

担负起重托。同时，在高等教育大众化到来之后，大学生彼此之间的竞争力进一步加剧，就业形势一年比一年严峻，大学生的就业矛盾已经日益突出。

首先，我们要不断学习专业知识，充实自我学习的本领，因为作为学生的我们学习永远是我们的天职。同时加强社会实践，二者结合，努力培养自己的综合素质。

其次，我们要扬长避短，一日三省。改正缺点的同时，找准自己的优点，发展核心优势。试想，如果你是老板，你会招聘一个什么的员工？是选择一个哪一方面都有发展可哪一方面都普普通通的大学生，还是选择一个只发展几个方面，并在某一方面顶尖人才的大学生？毫无疑问，你会选择后者。所以，培养核心优势是十分重要的。

再次，我们要换位思考，比如，你是销售员，你就应该站在消费者的角度思考，从而提高市场占有率。然后就是求实创新，紧跟时代步伐，与时俱进，同时发散思维，学会创新，凡事多问几个为什么、怎么办。多观察，多思考，以别人意想不到的方式来达到目的。

最后，就是良好的处事能力。人们常说：计划赶不上变化，这就需要灵活的应变能力，我们处在人际圈中，这就要具备较高的处事能力和交际能力。待人接物要有礼貌、有耐心、要真诚、也要有主见，实事求是，不能随波逐流，阿谀奉承，德才兼备，才能提高核心竞争力，放飞心中的梦想。

同学们，远大的理想、吃苦的精神、坚定的信念、必胜的信心、充沛的精力、准确的判断、坚韧不拔的意志、果敢的胆识和魄力、诚信明礼的道德规范以及良好的人际关系，这些都是具备核心竞争力不可缺少的眼。核心竞争力并非一般竞争力，核心竞争力的培养也不是一朝一夕的事情，而是在人的成长过程中不断完善的，只有深刻的理解了核心竞争力的本质和内涵，我们在生活和学习中，敢下功夫，敢于付出，

不断去培养和提升自己的核心竞争力;让自己的羽翼不断丰满,才能翱翔于广阔的蓝天,在未来的职场中立于不败之地。

我的演讲完毕,谢谢!

## 挑战自己演讲稿篇三

人若从不曾挑战自我,永远都不会知道自己的潜能。最大的敌人不是别人,而是自己,唯有坚持对自我的要求,挑战自己,才能冲破终点的白布条。当今的社会上,不只是学生,连家长也开始不断的互相比较,忘记了学习的目的,也丧失了对自己的一些要求与自信。

从小,我就是个平板脚,看同学在操场上快乐的打好久的球,我却只能在旁边看着,平板脚跑不久,也跑不快,我也很想去高兴的在操场上活动,但都被这脚给阻挡着一切。后来,我在书局无意间看到一本热门畅销书——天生就会跑,当时我的心中十分地纳闷:“人怎么可能跑远,人怎么可能光着脚在沙漠上跑上百公里?”从前,医生都在说跑步会受伤,而这本书却不以为然,我抱着一肚子的纳闷去翻阅这本书,发现这本书完全颠覆了一般人对于跑步的刻板印象,这样颠覆传统的观点深深吸引了原本就是平板脚的我的兴趣,热切地想在一个晚上就把这本书看完!经过一阵细细地研读之后,了解到人只要以原本就应该是人的正确的跑步方式去跑步,人天生就是会跑的动物!就是因为这个观点,开始激起根本就不太能跑的我开始对跑步的热切期待!这样热切的期待,使我毫无畏惧地从短短的一公里的距离开始跑步!我也用最慢进步的步骤,每周每月缓缓地提升个人跑步耐力的时间、速度以及距离的极限。

经过了一年多的坚持,我参加了人生第一场十公里的小马拉松竞赛,而当时,我满脑子只想到可能会有跑不完的结果。当开始出发的讯号声响起后,所有大人小孩一哄哄地前进,

而我也只能开始往前，以我自己的节奏向前跟进，虽然众人都跑得超快，也尽管在途中就遇见很多人已经开始折返，而我就依照着自己平常跑步的节奏不疾不徐地前进，尽可能地让自己不受别人的节奏影响。我一步一步地向前，折返也一步一步地让我踏上，也使我的脚步声融合到众人的脚步声中，在这样的脚步声中，我已经忘记我是什么平板脚了！回途旅程也随着稳定的呼吸与脚步慢慢地被我征服，直到我的脚步，稳稳地踏上在终点线，一个平板脚的人从来未曾有过的喜悦，顿时涌上心头。挑战自我的这份小小的坚持，不仅让我平日能不断地突破自己原有的极限，也终于达到我原本不敢预期的目标！

## 挑战自己演讲稿篇四

大家好！

困难与挫折对于人生是一种财富。因为，敢于挑战困难与挫折的人。最终必然会取得成功。

记得第一次挑战自己而成功的时候，我是多么开心呀！小时候，大约一、二年级的时候。我的英语成绩是十分的好。常常每次都考一百分。

可是，升上了三年级后，我的英语成绩就直线往下掉。到了四年级后，我都差不多对英语没了兴趣，到了五年级，我都不想学习英语。

有了这个想法，我就每一天早上一起床就读英语，晚上呢，就睡觉前读几遍英语，这样，就能够记住许多单词。并且，我在过几天后，又去背这些单词。这样。我的英语成绩就升上去。从七十多分升到了八十多分。到了期末考试，我竟然考了九十四分。从这儿，我明白了：敢于挑战自己的人，只要坚持到最终，必然会成功的。

六年级，我们班新来了语文教师。她布置每一天的作业时，总有一个背诵作业。并且，第二天还要全班检查，背给她听。

一回到家想起背诵，我的头都大了。因为，从一年级到五年级。都没有背诵的习惯。此刻，哪里会背？可是，一想到教师要检查，我就对自己说：“郑晓敏，你必须会成功的。”而在背诵时，我先一句话一句话的背。

然后再连在一起背，最终全部连在一起。这样貌，就会背了。而在刚刚起床的时候，再背一两遍，就完全背熟了。久而久之，我对背诵就一点困难都没有了。好开心啊，因为战胜自己成功了。

真的，敢于挑战自己的人。最终必然会成功的。

## 挑战自己演讲稿篇五

啊！今天是个好日子，天气晴朗，心情舒畅，爽歪歪。我得抓住这美好天气，把房间整理整理。呵呵，老师也刚好布置了作业进行一次有挑战性的劳动，真是一举两得呀！好了，长话短说，时间紧，任务重，马上行动起来！

由于书桌、书架、钢琴都干净得很，摆设也不乱，所以就跳过它们啦！

好，现在来拆床。夏天快到了，我得把这冬天的防尘蚊帐给换上夏天的坐床式蒙古包u门高密度防蚊蚊帐，要不然就会被这特种兵式的蚊子搬到印度尼西亚去了！

经过蔡总的一翻说明强调，我半懂不懂地开始拆床。首先把床上的东西搬到别的位置先放着；再把挂在蚊帐支架上的电风扇拆下来，由于个子不够高，呛了几口灰（灰尘），没关系，找来小凳子，踩上凳子，用力摁压夹子[ok]电风扇拆下来了。接下来就要把绑在架子上的蚊帐系带解开，解开了也

肯定要把它拔下来，随后放地上。现在，只剩下拆蚊帐架子，这活儿看似简单，可我不够力气，所以，像拔萝卜似的拔呀拔，花费了九牛二虎之力才把这庞然大物拆撤了下来，真是累死我了。

拆下来之后，把床上的被子、床单、枕套扒出来，拿去请洗衣机帮忙清洗。

最重要的时刻到了换蚊帐。坐床式蒙古包蚊帐是蚊帐中比较难以安装的一种蚊帐，它的安装流程与其他蚊帐有所不同。这种坐床式蒙古包蚊帐在安装时，首先把蚊帐打开，找到顶、门、穿筒，然后平铺在床上备用。可是，我无论怎么弄，怎么找，都找不着他们，一大堆蓬松松的大棉花糖堆在床上。无奈之下，我发起了sos救助信号，把蔡总爸爸给拖了过来，当然也少不了凑热闹的妹妹。果然，团结就是力量，经过一翻努力，我终于找到了方向。下一步就是要把分类好的支架管子一根根穿串进蚊帐筒里。可是旧的难题解决了，新的难题又来了，那蚊帐支架管子真是不听话呀。不是卡了东边就是卡了西边，不是歪了就干脆倒了，真是麻烦极了。要是没俩救兵的帮助，我真不知道要弄到猴年马月呢！就这样，我们仨人一起折腾了一个多小时，终于完工了。现在得把擦干净的凉席请出场，平铺在床上，盖了床垫子，铺上床单，终于完事了！

最后，在蚊帐支架顶上夹上我可爱的小风扇，铺上被子，摆上枕头，完美！

这样忙活了一上午，不管三七二十一，我侧身一倒，躺床上与周公下棋去了。

啊！爽。

## 挑战自己演讲稿篇六

微风拂面，鸟语花香。又是晴朗的一天埃我拖着沉重惠书包，向学校一步一步迈近。不时地叹气起来，六年级的学习紧张了，我又参加了短跑。虽然是短跑，靠的是爆发力。但是，每天早上总要围着操嘲兜圈子”，大课间也被占了一半用来跑步。真的是好累阿！

跑阿，跑阿……每天都是不停地用嘴巴吸气，大口喘气，这种感觉虽然已经习惯了。可是，腿每次都好麻好麻。如果用个字来形容。那就是：疼！可是即使腿疼也不能偷懒。老师紧紧盯着，中途不许停下，哪哪疼不过是理由罢了。

无奈，为了学校。也得冲阿。就这样。每天坚持跑阿跑。耐心的等待着比赛的来临。另外听说韩仓小学的刘艳清跑的特别快，而且这次她参加了短跑。我的信心下降了好多。但我相信，即使不能得第一。那也要争取第二！

很快，春季运动会拉开了序幕，啦啦队在操场中央正欢着呢。唉，她们不知道运动员们的心情阿。紧张激动又带了一点期待的心情吧。所有的运动员都在做高抬腿等暖身子的办法。一直放松腿。我深呼了一口气。坐在老师的旁边看运动员的项目名单，我一眼就看到了那个强大的对手。：刘艳清眼光向上移。阿！是100米200米，我的心迅速跳了起来，有一种莫名其妙的喜悦感。我参加的是400米，这样说明，我不会跟她比的，但是我为自己的莫名其妙的喜悦感感到了一种弱者幸运的没有遇上强者的感觉。整个人有点懵了。

我偷偷来到了胡同，就当 I 忘了吧！“唉。我真的没有胆量去跑了，在那么多人面前，可想而知，跑输了是多么丢人的事情阿。不去了！把比赛忘掉忘掉”“你是这样认为的嘛？”我的好朋友不知什么时候蹦了出来。我胆怯的点了点头。喇叭声传来：“第六项女子第一名：××……第六项男子



请……” “你真的选择放弃嘛?就这样放弃?平时一天跑20来圈的努力在今天就要体现出来了。你竟然想放弃?你有没有考虑到学校老师同学们对你的期望?你不是为了你自己,你是代表我们学校阿!” “我……我……我不知如何回答才好。” 去吧,即使跑输了那有怎么样?比赛时为了什么?不是为了输赢。而是为了增进我们的友谊。一起努力,一起增强我们的运动精神!输了又怎样?所谓重在参与。我们不能放弃。老师讲的道理你都忘记了吗?“我的内心似乎有一种力量涌了上来。我非常自信的点了点头。第七项400米女子运动员请到起跑线集合。

我拍了拍胸。满怀信心的走上赛抄…

比赛中……

还有50米、45米35米……我保持着第一。虽然马上要迈向终点,但也不能掉以轻心。3米、2米、1米!啊!我得了第一名。老师和朋友们都过来为我高兴。好样的!

## 挑战自己演讲稿篇七

- 2、 私底下的每一分的努力都会在公众面前表现出来。
- 3、 不是不可能,只是还没有找到方法。
- 4、 没有失败只有暂时没有成功。
- 5、 我是最棒的,我一定会成功。
- 6、 过去不等于未来。
- 7、 成功是因为态度。
- 8、 人人都能成功。

- 9、我要我就能。
- 10、有志者事竟成。
- 11、人不疯不成功。
- 12、我是一切的根源。
- 13、成功=知识+人脉。
- 14、每天进步一点点。
- 15、一室不扫何以扫天地。
- 16、成功一定有方法，失败一定有原因。
- 17、成功的人找方法，失败的人找借口。
- 18、成功跟借口是不会有在同一个屋檐下的。
- 19、没有得到我想要的，我即将得到更好的。
- 20、并非神仙才能烧瓷器，有志的人可学精手艺。
- 21、要成功就没有借口，要借口就不可能会成功。

## **挑战自己演讲稿篇八**

今天国旗下讲话的内容是《迎接新的.挑战》。

同学们，在这春回大地，万物复苏的美好时节，我们又迎来了新的学期。

新学期新开始，新的目标，新的挑战，新的机遇在等待着我們，只有全力以赴，做一个无愧于时代、无愧于生命、无愧

于成长责任的人，才是我们唯一的选择！

今天在国旗下，我要给你讲一个小故事，故事的名字叫《抉择》：

同学们，你们瞧，每个人的前途与命运，就像那只小鸟一样，完全掌握在你自己的手中。学习是这样，工作是这样，只要你奋发努力，均会成功。一位哲人说：人生就是一连串的抉择，每个人的前途与命运，完全掌握在自己手中，只要努力，终会有成。

我们面对新的机遇，新的开始，我们要学会选择，勇于迎接新的挑战。我相信新的未来是属于我们的，让我们携起手来一起创造新的辉煌。

谢谢大家！