

# 最新幼儿园舞蹈方案 幼儿园教师舞蹈培训实施方案(精选5篇)

演讲稿具有观点鲜明，内容具有鼓动性的特点。在社会发展不断提速的今天，需要使用演讲稿的事情愈发增多。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？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。

## 超越自我演讲稿篇一

各位评委大家好，我今天演讲的题目是《阅读，让我超越自己》。每个星期，我都会来到这里——盐城市图书馆。这里风景如画，藏书似海，徜徉在书海中的小书虫们，尽情地吮吸着知识的甘霖，我也和他们一样，贪婪地汲取着这里的点点滴滴。

瞧，这是我来这里借阅的一本书——《我不是完美女生》。它是乐多多姐姐专为女孩子写的一本书。这是一个关于成长，关于如何找回自我、超越自我的美妙故事。

我可喜欢这本书了。书里的主人公叫小樱桃，是一位班长，每逢考试她都毫不客气地把第一名收入囊中。自从，班上转来一位漂亮女生——郝彩儿，小樱桃就好好地品尝了一下嫉妒的滋味。郝彩儿的容貌像“女神一样完美”，在语文小测试中，又获得了全年级第一。小樱桃被嫉妒——这个心灵的“肿瘤”折磨得痛苦不堪。最终，她在妈妈的话语中找回了自信，找回了自我。

我查词典知道“完美”就是不可挑剔，不过词典后面还有一句话：世上没有完美的东西。生活中的我多么像小樱桃呀，妈妈经常会叹着气数落我：“你这丫头呀，看看，又扣了不该扣的一分，”粗心大意、做事缓慢、丢三落四??这些坏毛病我身上都有呢，我也是不完美的女孩，我要像小樱桃

一样改正它们。前进的步伐，也会遇到阻碍，这时的我就会学着小樱桃那样，对着镜子，嘟起小嘴，对自己说：“看，我多可爱！商传玲，你一定要加油！”这时，我立刻浑身充满了斗志，投入到新一轮的学习中去。现在，站在你们面前的我，是同学们积极拥戴的好班长，年年被评为“三好学生”呢。

阅读让我知道：“金无足赤，人无完人”。每个人都有长处和短处。我们不要为自己的短处而郁郁寡欢；多看看自己的优点，它们会使人身心愉悦，充满自信。了解自己，超越自我，才能走向更加完美的我。

当我自卑的时候，阅读给了我自信；当我遇到困难的时候，阅读给了我勇气??阅读，让我超越了自己，阅读点亮我的人生，让我们一起阅读吧！

## 超越自我演讲稿篇二

是体育场上游走的火焰，是来去不息的脚步，是风中飞舞的树叶折射的金色光芒，藉此，可以诠释运动员兴奋的脸庞。那轻盈的步伐似飞鸟的翅膀，那清脆的枪声响彻天际，它粲然升起那跃动的渴望，起跑、加速、超越、冲刺，一步一步延向胜利的曙光。那是力的比拼，素质的较量，是石榴树上，跃动的心脏。

超越对手，超越自我，是我们的目标，是我们的信念，在清凉的初冬，在喧嚣的田径场上，。你们点燃了似火的热情，无论成败，我们都为你们感到自豪，你们永远是我们的骄傲！

天空中有道彩虹，它在雨后的天空中美丽夺目，生命中也有一道彩虹，那就是运动，他让生命丰富多彩。充满了生机青春的我们，青春的生命，青春的运动，使我们的心放飞、年轻，没有失败，无论成败，运动的我们就是生活的彩虹。

每一份辛劳都有一份收获，每一次的痛苦都是快乐的开始，没一声呐喊都是力量的呼唤。我们有着大浪拍岸的豪迈，所以你不必在乎初露的恬静，我们有着春日的阳光明媚，所以不用去羡慕冬日乱玉碎琼，我们是雨天的一把伞，是寒冷冬日里的一盆炭火，温暖的不只是你我，而是大家的心。运动场上的健儿，掌声属于你们，鲜花属于你们，成功也是属于你们！

运动场上有你们的飒爽英姿，运动场上有你们拼搏的身影，面对漫漫的征程，你没有畏惧和退缩，任汗水打湿脊背，任疲惫爬满全身，依然分离追赶，只有一个目标，只有一个信念，为班级赢得荣誉，拼搏吧，我为你们呐喊，加油！

面对艰苦的征程，你们毫不畏惧，接力棒在你们手中传递着集体的力量，听，我们在为你呐喊，你们诠释着奥运的精神，你们是我们心中的骄傲，深深的呼吸，等待你的是艰难的800米。相信胜利会属于你们，但在这征途上，需要你勇敢的心去面对。我们在为你加油，你是否听到了我们发自内心的呐喊，困难和胜利都在向你招手，去呀，不要犹豫，快去击败困难，快去夺取胜利，相信你会送给我们一个汗水浸湿的微笑。

当代，人们生活在一个急躁的社会环境之下，而这样的环境造就了一批急功近利的人。他们缺乏耐心，在各行各业中不停的追寻最容易成功的路，但却不知他们在不停的改变目标时早已离成功愈来愈远。

自古以来成就非凡者，都脱不开一个“专”字，他们一心一意对待他们所喜爱的事业，最终，他们都取得了成功。

就如材料中的齐白石老先生一样。他一生追求画虾，到63岁，即使他已画的很好，但他却不满足于此，于是继续不停钻研，终于再次取得突破，使画虾之术达登峰造极之境。

而我们因为心态之急，故不能取得很大的成就。或因不耐追寻之路的艰辛而放弃；或因取得一点小小成就而沾沾自喜，最后再难得寸进。我们与行业大家的差距由此显现。

因此不要去羡慕那些成功者，你只要不停的追逐，总会超越前辈。有的人对自己所从事的事业心存疑惑，总觉自己所做的没有前途，看不到希望。殊不知路是自己走出来的。或许你的职业看起来是卑贱的。但只要肯不停的追逐，你总会成功。就如那“养猪大王”，或许在别人看来，养猪是一个令人难以启齿的职业，但他却在养猪的行业上越走越远，最终成为了人们口中的“养猪大王”。再如有着鬼斧神功之力的鲁班，在我们看来当时的他不就是一个木匠吗？就是一位木匠却凭借着不停的钻研，在历史上留下了重重的一笔。

我们总是对别人说我做不到，自己做不到的别人却做到了。真的是别人比你强吗？并不是别人比你强，而是自己没有下到别人那样的苦功。

我们总是在前进的同时不断的否定自己，从不对别人说：“我行”。总是不停的逃避，不停的停下脚步。于是我们不停的改变目标，就这样在平平淡淡的走过自己的一生。问问自己我们真是想要这样的自己吗？不，我不想要。所以，坚定自己的目标，不停的去追逐，去超额越，相信自己，你会成功。

### **超越自我演讲稿篇三**

我还记得童年的一次经历。有一次，我和几个青梅竹马去玩。偶然来到一个不知名的山头，不知名的好奇心把我们逼到了山上。进了山，我以为那只是人造的山，但随着我们离山的入口越来越远，我意识到我们迷路了。当我们试图以同样的方式回来时，我们发现方向错了。经过多次尝试，我们仍然找不到未来的路。这时，我心里开始担心：“如果天黑前我们不想出去，我们肯定会被困在那里。”这时，我旁边的两

一个小女孩因为害怕而悄悄抽泣起来，她们的哭声让我失去了立足之地。我急中生智，领着他们在我们去过的路上放了一块小石头。经过许多波折，我们终于走出了“魔鬼山”。这时我才明白，这些所谓的困难，根本就是一只纸老虎，被我们的机智击中，就倒了。

我觉得挑战自己不是一个“难题”，而是一个一维二次方程，很容易被我们“拿下”。

迷路的启示之后，我发现挑战自己就是通过自己的努力去战胜自己害怕做的事情，从而克服“可怕”的挫折，成功到达成功的彼岸。

还有一次，我记得是哥哥的生日。我阿姨带我和哥哥去公园玩。哥哥看着旁边蹦极的人，姑姑看到哥哥就知道他脑袋在想什么。“走吧，我带你去蹦极！”哥哥高兴的跳了起来，我听着，心里一紧。“哦，我的上帝，不，我可以吗。不去？”我用颤抖的声音说。我根本就不想去，但是我被哥哥可怜巴巴的眼神震撼到了。“没关系，今天是我哥哥的生日。为了他的幸福，我会把它送人。”当我站在蹦极旁边的时候，我没有感觉到我的手一直在颤抖。但我没办法，就站了起来。我站起来的时候，没想到我这么害怕。在阿姨的鼓励和哥哥的加油声中，我在空中完成了一系列高难度的动作，从蹦极下来的时候，终于松了一口气。我不觉得我很弱，我还是很勇敢的！

我觉得如果把每一次失败都归结为一次尝试，不要自卑，把每一次成功想象成一种幸运，不要骄傲；这样，微笑着弹一根平静的弦，去应对挫折，去理解快乐；品味孤独；沉浸在悲伤中。

## 超越自我演讲稿篇四

这个道理其实很简朴，也浅筒易懂。

最初看到这句话是在一篇公众号文章里，内容当然也是激励上进的类型，后来才发现大多数积极，鼓励上进的文章中都会出现这个句子，甚至昨天看的一部电影中，年长者在教育小辈的时候，也提到了这一句话。

现在这个社会发展越来越快，不管我们愿不愿意，我们其实都处在竞争或者被竞争的处境中。

所以，这些不经意地攀比，无形中就增加了我们的压力，如果某一方面或者绝大方面不如别人的话，就算你假装不在意，可心里还是莫名地有种情愫被干扰着。

然后，我们看到了这一句名言。如果真正懂得他的意思，其实也是一种幸运。

我们不是不努力，只是在努力地道路上，不要一味地与他人攀比，而只比昨天，往日的自己相比。

也许进步的进程不是很明显，但是也要给自己一定的信心，当然，也要给自己有所小成就时一点小小的激励。

我们不需要与他人攀比，但一定要比昨天的自己更加优秀。

## 超越自我演讲稿篇五

大家好！

我曾听过这么一句话：“敌人并不可怕，可怕只是你自己，只要学会超越自己，那你就会成功。”其实，自己才是自己的敌人，挑战自己是一种至高的境界。

让我们读李白，读他“长风破浪会有时，直挂云帆济沧海”的豪情，读他的即使前方路途曲折，也依然勇敢挑战自己，

这是一种怎样的境界，超越自己，只为那满腔的抱负，只为那报效祖国的壮志。

让我们读范仲淹，读他“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”的决心，读他的即使被贬他乡，我心不改的信念，心无杂念的坚定，这是一种怎样的境界，超越自我，只为那单单的才华显示之地，只为那宏愿的实现。

让我们读宋濂，读他“以中有足乐者，不知口体之奉不若人也。”的洒脱，读他的即使足肤皴裂，温袍蔽衣，读书求师之路不改的毅志。这是一咱怎样的境界，超越自身，只为那小小的读书之乐，只为那书中快乐的追求。

让我们读李清照，读她“生当做人杰，死亦为鬼雄”的潇洒，读她的即使女流之辈，但巾帼不让须眉，女儿当自强的毅力，这是一种怎样的境界，超越自己，只为那展现自己，证明自己的机会，只为那世俗尊重的眼光。

成功，路漫漫，想去打败别人，赢得胜利，那开始就要先超越自己，打败自己，若自己都走不出这第一步，那成功就是妄想。

让我们学会超越自己，以的姿态迎接成功到来的鲜花和掌声，去挑战这至高的境界。