

面对挑战我们应该做演讲(优质10篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

面对挑战我们应该做演讲篇一

大家好!我是来自__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,敢下工夫,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。

how far the dreams are , how large the stage is !

同学们,让我们放飞梦想,迎接挑战吧!告别盛夏的流火,应承金秋的丰硕,用青春诠释昨日的誓言,用汗水锻造明日的辉煌!

我的演讲完毕,谢谢!

面对挑战我们应该做演讲篇二

你们好！

我们是庚辰虎年出生的跨世纪一代，你们是沐浴在新时代春风中成长的一代。我们与新世纪的祖国一路成长，你们与中国的新时代一起圆梦。我对我的时代怀有热烈的自信与骄傲，也对你们的时代、我们的未来充满期待。

我们的时代，是把握机遇的筑梦时代。

20__年，奥运的火炬在北京鸟巢熊熊燃起，照亮了运动员们朝气蓬勃的脸庞，点燃了泱泱中华的体育精神；20__年“天宫一号”首次授课，知识在星际间传递，五星红旗在无垠宇宙中闪亮；20__年水乡乌镇举办世界互联网会议，科技与传统的融合，彰显互联网时代的中华风采。驼铃悠悠，万里丝绸之路横亘亚欧；铁路长长，千里高铁支援异邦弟兄。量子信息、青蒿素……中国科技将经验与实验相结合，继承传统，推陈出新，走向世界。命运共同体、和平共处互利共赢，中国在发展自身的同时普惠全球，为世界贡献中国智慧、中国力量。我们这一代沐浴改革春风，看祖国把握机遇，筑起一个又一个瑰丽雄奇的中国梦。

我们的时代，是直面挑战的克难时代。

20__年，汶川大地震无情地夺去几万中华儿女的生命，然而“一方有难，八方支援”，祖国的力量战胜了灾难；20__年，落后偏远的乡村通了公路，扶贫向精准深入推动，全面小康不再是遥不可及的梦想。诚然，当今时代我们忧心“瘦肉精”损害了胃，我们耻于“中国山寨”，我们不甘处在全球化制造业的低端，但可贵的是，我们拥有直面挑战的勇气，拥有攻坚克难的毅力，我们必当勇往直前。

你们的时代，是勇于创造的新时代。

2035年，全面小康已经实现，社会主义现代化不是幻想。你们这一代，拥有无数的际遇和机缘，也面临艰巨的使命与挑战。不知你们在追求物质文明时有没有“看得见山，望得见水，守得住乡愁”？不知你们在日月匆忙时还记不记得“棋琴书画诗酒茶”的诗和远方？“雄关漫道真如铁，而今漫步从头越”，抓住机遇，直面挑战，书写你们这一代的芳华，这，是你们的新时代。

万水千山，祖国与我们同在。我们与你们，时代不同，挑战各异，但不变的是拳拳赤子之心，是对中国梦的向往与追求。作为新时代的青年，当如朝阳，如春风，尽力奔跑。“不要人夸好颜色，只留清气满乾坤”。筑梦圆梦，我们与你们，永远在路上。

面对挑战我们应该做演讲篇三

在这里我很荣幸赶上了公司改革的机遇，面对了一个崭新挑战自我的时机。感谢公司领导为我们创造了这次公平竞争的机会。我非常自豪地看到我们公司改革前进的步伐，以这种公平、公正、公开的方式选拔优秀的企业人才，我相信我的同事们和我一样怀着满腔的热爱之情，希望这次竞聘能够为公司找到优异的人材。

个人简历

我叫夏，一九七四年出生，一九九七年毕业于长沙交通学院公路与桥梁专业，在学校加入了中国共产党，在校期间也多次进行社会实践活动，毕业后先是到廊坊项目，然后是徐州e5项目、邳州d1项目、南昌梨温a2-1项目，我先后担任过普通的试验员、工程部资料管理人员、试验室负责人、工程部长。无论是普通的职工还是部门负责人，我都凭着强烈的集体主义感情奉献了自己的责任心和事业心。几年的工作使我深深感到机遇和挑战并存，成功与辛酸同在。参加这次竞聘我愿在求真务实中认识自己，在积极进取中不断追求，

在拼搏奉献中实现自我价值。

主要业绩

一、融洽自己与手下人的关系，将自己和本部门的人员都融入到这个小集体中。我认为，每个人都有很强的集体主义感，只有给他们创造了让他们为集体奉献的环境，并让他们在适当的时候感受到创造价值实现自我的幸福感和成就感，在d1项目试验室，我和我的同事们达到了一种非常舒服的管理和适应管理的境界，那就是默契和谐。在工作之余，我们共同享受我们的爱好，甚至互相影响彼此的好恶感觉，我们共同对付监理和业主，但是给监理与业主很良好的感受：尊重他们，适时表现自己的个性。我们共同干体力活，在干活时，我招呼一下，马上他们都会响应，从没有让我在该谁干这件事上为难过，而且非常主动，我想这是在我们共同的劳动过程中培养出来的热爱本职工作和热爱我们这个集体的感情。

工作设想

一、安全方面

原有的安全管理涉及的内容比较多，比较杂，是日常工作，应该将原有的工作做细，做深入。比如：施工安全，很多经营成果功亏一篑，完全凭借运气的好坏，不能将主动权掌握在手中。很多施工安全中的隐患一直存在，实际上每天我们的经营者都在提心吊胆，在这一方面，应该不只停留在检查扣分上面，我想应该将项目上的安全员切实地利用起来，现在的情况是，项目安全员大多在跑外交，跑征地拆迁或办公室的工作，安全作为附属了，这实际上是本末倒置了，项目安全员不能满足于月末填几张报表，而起不到真正预防的作用，这是很可怕的。我们要将项目的安全人员很好地组织起来，培训并真正发挥作用。按照我们局里规范项目管理办法中“项目经理部施工生产安全设施标准”中规定，在项目成立之初，就将这些处于危险边缘地带的锅炉房、变电室、易燃

易爆物品仓库、龙门吊架、预制厂张拉台座等仔细考虑到，并给他们以合适的位置；在施工中，对分包队伍的用电、爆破、钻孔或挖孔、吊装、高空作业等都要给予充分的关注，不仅制订操作规范，执行安全技术交底工作，而且要多跑腿，勤检查，抓落实。真正做到“安全第一，预防为主”。除了原有的工作外，我认为在“职工的职业健康”和“环境保护”两方面应该增加涉及的范围，职工是企业存在的原因和发展的动力，我们的企业要依靠职工，所以，企业职工的身体健健康是我们的经营者经常挂在心中的大事，现在情况是由于我们的施工条件比较艰苦，大多数一线施工职工的健康受到影响，尤其是机械操作人员，现在我们进行的qhse管理体系认证工作就在这一方面加强了管理，使我们的职工尽可能地回避这些对身体健康有害的环境，或者创造一个良好的环境，职工为企业生存不计较环境的恶劣，但作为有情管理，我们不能不管职工的健康，所以安全质量科有义务在此方面充分考虑，使职工们更有资本为企业奉献。环境问题是一个“与时俱进”的问题，随着时代的发展，它越来越受到人们的普遍关注，随着环境意识地增强，我们这一行业也无疑受到环境的考验，所以我们应该及早着手在此方面有一定的探索，我们不可能做到完全控制，但我们相信持续发展，只要我们采取了有效的办法，我们的施工环境会越来越好，我们应该提一个口号“安全是质量，环境是质量”，这是企业实现可持续发展的保证。

二、质量方面

2是强调检查总结的制度，必须定期检查评比总结，并公开检查评比结果，使每个施工队伍都有紧迫感、荣誉感。3是做好质量基础工作，比如器具计量和认证工作。质量已经被企业的管理者重视，我们做好把关工作，并给项目服好务，督促检查、严抓不懈，我想要按照我们qhse管理体系中质量体系的要求去做，质量一定是有保证的。

三、标准的认证方面

没有标准就没有控制，没有控制的事、物、人就难以管理，管理的依据是标准，管理的过程就是标准化，我们现在将要认证的qhse就是通过完善的管理体系达到不断提高产品质量的目的。我们搞认证工作不止是为了取悦顾客，更重要的是改善企业管理更有效率并减少浪费，实施贯标体系的过程就是要每个环节都由人实施，规范人的行为，这样我们的体系才会有旺盛的生命力。在现在的qhse管理体系水平上，我觉得我们的形式多于内容，也存在几个方面的问题：只考虑认证后的方便而不是切实以改善管理为目的；不能要认证时抓得紧不认证时抓得松；支持性的第三层次文件要充足；质量手册要有自己的行业 and 单位特点。我要努力改变贯标工作在人们心目中的不良印象，使之为我们的企业服务，经过一段时间的运行后，发现我们存在的问题，及时更正，真正为企业的质量、安全、环境服务。从头捋一遍第三层次的文件，这才是我们规范人的行为的准则，必须随时增加完善，我希望以后每提起贯标来大家都有一种自豪感和亲切感，因为她切实可行，行之有效，我们受益了。

最后，我想说的是我是以平常心来参加这次竞聘的，无论竞聘结果如何，我还是我，如果失败，我将一如既往地踏实工作，为集体奉献微薄力量，同时不断完善自己，充实自己；如果竞聘成功，我将使“安全质量科”的工作有特色，务真务实，使经营者能免除后顾之忧，真正起到预防为主的目的；给同事创造一个团结协作、和谐的工作环境，并用真情和爱心去善待我的同事，以自身的行动带动别人，让我科室的每一个人都有自己的位置，都忠于自己的职责。

面对挑战我们应该做演讲篇四

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！

面对挑战我们应该做演讲篇五

大家好！

我来自放生小学，跨入教师行列仅10余年的岁月，10余年的教学历程，风雨兼程，有得有失。回首往事，我领悟到：是教师神圣的责任感和对学生的一片真诚的爱，伴随我一次次迎接挑战，一次次超越自我！今天我的演讲题目就是：迎接挑战超越自我。

记得初为人师，我很胆小，没有自信，不懂方法，更没有经验。曾经有孩子问我：“老师，1+1为什么要等于2呢？”当时我都不知道该用什么办法才能让他理解；还记得那时课前总是写出非常详细的教案，甚至在课前还要记一记，先做什么，再做什么。我努力去做了，可总达不到我预想的效果，我时时反思着：为什么我不能像当年教我的老师那样在课堂上挥洒自如呢？我很困惑，我每上完一节课，我都在琢磨，今天有什么收获？又有什么教训？下节课我该怎样改进？于是，我有意识地加强自己教学基本功的训练，虚心地向身边的老师们学习教书育人的技能技巧，学习他们的成功经验，

再把我教学中遇到的问题向他们请教。我渐渐的意识到了要了解自己的学生，关注学生，选择适合学生的方法进行教学才是最佳的。我发现孩子们学得轻松多了，愉快多了，我自己也好开心；我还发现以往总觉得顽皮的学生，原来是那样天真、那么可爱。看着一张张纯真的笑脸，看着一双双渴望求知的眼睛，我在心里下定决心，我要尽我的所能把他们教好，这是我的责任，是我作为一名教师的责任。

在我从教的第3个年头里，青年教师赛课活动在全县展开，我参加了比赛。记得当时我很犹豫，那可是比赛，下面有那么多领导，还有那么多有经验的老师都在看着我，我敢站到那个讲台上上课吗？学校领导给我鼓劲：“不要怕，年轻人要勇于挑战自我，自我磨炼！不要自己把自己吓倒。”在领导和老师们的鼓励和帮助下，我获得了第一名。这次荣誉的获得，让我备受鼓舞，我要继续努力，做好准备，迎接各种挑战，我要让我的教书生涯有声有色。

在接下来的几年里，我结了婚，有了家，也有了自己的孩子，但家庭的拖累并没有让我对自己肩负的责任有所放松，反而有一种更强的责任感让我去努力工作。因为我强烈地意识到我的孩子需要受到更好的教育，还有千千万万和我的孩子一样的孩子也渴望享受到更好的教育，记得一位家长说：“现在我们比什么呀，比自己的钱多少吗？不是，我们比谁家的孩子素质好！”是啊，孩子才是未来，孩子才是希望，我作为一名教师，深感责任的重大。于是，在工作的间歇，在干完家务活的空档，我都不忘把教学中的点点滴滴在头脑中反思、总结，整理，一篇篇教学论文就是这样慢慢的磨出来的。

然而，就在我教学工作基本上得心应手的时候，我却经历了一次病痛，一次差点让我失去我热爱的“教师职业”的病痛。

面对挑战我们应该做演讲篇六

大家好！我是来自__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，敢下工夫，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。

how far the dreams are , how large the stage is !

同学们，让我们放飞梦想，迎接挑战吧！告别盛夏的流火，应承金秋的丰硕，用青春诠释昨日的誓言，用汗水锻造明日的辉煌！

我的演讲完毕，谢谢！

面对挑战我们应该做演讲篇七

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。

面对挑战我们应该做演讲篇八

大家好！

人生需不断挑战，挑战之后才真快乐

挑战自己，在以前我没有这样做过，也没有听别人这样做过，但今天，我做到了！

过去，晶莹的汗珠从我和她的脸上滑了下来，我成功了！我成功的战胜了自己。

晚上身心疲惫的我躺在床上，翻来覆去睡不着，脑子里突然浮现出我同学说的那句话，真的很对，在所有事情前面即使做不到也要尝试一下，因为尝试了才有可能成功。感谢她如果不是她的话我很有可能尝不到战胜自己的快乐。

挑战自己，原来如此快乐。

面对挑战我们应该做演讲篇九

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。