

# 2023年挑战的演讲稿两分钟 挑战自我演讲稿(大全5篇)

演讲是练习普通话的好机会，特别要注意字正腔圆，断句、断词要准确，还要注意整篇讲来有抑有扬，要有快有慢，有张有弛。演讲的直观性使其与听众直接交流，极易感染和打动听众。下面是小编帮大家整理的优秀演讲稿模板范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 挑战的演讲稿两分钟篇一

大家晚上好！

每个人身上都蕴含着极大的潜能，都能够获得成功，只要敢于激发自己的潜能，不断的挑战自己的极限，就会有成功的那天。

不断挑战自己的极限，超越自己，你认为能，你就能做得到。世界上最伟大的事都是由人做出来的。如果我们认为一件事不可能，行不通，通常是我们对事实认识不够，经验不足或是软弱退却。只要你肯改变，只要有决心，你就能做成不可能的事，并发现一个伟大的自我。

如果你真的去尝试，你就能够实现自己的愿望。那些你现在认为曾经把你打败击倒的事情，都可以处理，克服。仅仅只要去尝试就行了，只要你去尝试，你就学到了所有成功的秘诀中最重要的一项。

不断的挑战自己的极限也是不断的认识自己，发掘内在的潜力，砺炼完美的品质，不断的超越自己，这也是成功的关键。我们每个人身上都蕴藏着一份特殊的才能，那份才能需要发掘才可以发挥出来，因此，我们要正确认识自己，不要低估自己的价值。

做好一件事，就要敢于挑战极限，敢于向的目标发起冲击，才能使自己的潜力都发挥出来，才能够不断的前进，登上峰。

人生的挑战就是挑战自己，一个人有了信心，有了意志的力量，就具备了敢于挑战自己的素质，就能做成这个世界上能做的任何事情。

想要达到成功的彼岸，需要有一份坚定的信念与勇气，有一份坚定的信念坚不可摧，相信自己所做的，相信自己的付出一定会有回报。有一份勇气，像个斗士去面对随时随地会碰到的任何困难，失败，勇敢的去尝试看似一切不可能的事，敢于尝试敢于突破。

## 挑战的演讲稿两分钟篇二

大家好！今天我演讲的题目是：挑战自己。

同学们，不要以为不幸的阴云吞噬了晴空，就意味着生命大难的来临。你胆怯了吗？在人生的十字路口上，你徘徊着，叹息着，不敢直面惨淡的人生，而我要说：请将你的头颅昂起，勇敢地挑战自己，接受严寒酷暑的洗礼。

有人说：“一个人最大的敌人是自己。”而这个最大的敌人为什么不是别人呢？这是因为我们每个人都是一个独立的个体，只有自己才能救自己，只有自己才能发展自己，也只有自己才能给自己创造出美好的未来。

同学们，莫因潮涨而退缩，莫因暴风雨而彷徨，更不能因往日的疼痛而心事重重，朝着一个目标，永无休止地奋斗，挑战自己，相信你的天空一定会晴朗无比。

我的演讲完毕，谢谢大家！

## 挑战的演讲稿两分钟篇三

浩瀚的宇宙中，蕴藏了无限的希望与挑战；宽阔的胸襟，让我们容纳更多美好的事物；眼前的一片绿野，让我们找到自己的梦想，随着前人的踪迹一步步向前迈进；背后的一片海洋，让我们懂得警惕自己，以海量面对生命中的种种挑战，以碧海蓝天彩绘生命的乐章。旅行家选择以环游世界找出生命的真谛，寻遍各国就为了站在巨人的肩膀上看见世界。而我，选择以舌粲莲花的演说家姿态站上讲台，挑战自己。

殊不知“不经一番寒彻骨，焉得梅花扑鼻香？”，接踵而来的是全县比赛的集训，原以为自己的演说能力已达臻高峰，相信能够战胜全校同学即是所向披靡，这种眼光使我的意忘形，却不知道迎面而来的是一连串的魔鬼训练。看到指导老师那严苛与毫不留情的一面时，我竟紧张到站在演讲台上发愣，吐出的更是结结巴巴的单字，脑海中尽是闪出了一道白光，一片空白的脑袋只留老师那严厉的苛责在耳边萦绕不去。

那时的我，曾萌生放弃的念头：我要回到那曾经使我自信满满，使我的以沉浸其中的作文世界，继续用生花妙笔耕我的田。直到有一天，老师发现了我的郁郁寡欢，她语重心长的告诉我：“演说不是为了炫耀自己，而是让自己内心的声音找到出路，找到一个述说的窗口，将生命的喜乐转换文字成语言。”，从那一刻起，我开始期待着每天的练习，那一个个演说题目使我深思自己内心最深层的感触，这已不再是肤浅的表现，而是挖掘心底的宝藏来填补生命的缺口。

那一刻，当我自信满满的站在全县决赛的舞台上，我已不惧成败，在这段过程中，我挑战了自己，超越了自己，我看见自己心中的蓝天，甚至找出最真实的自我。演讲的挫折让我不再骄矜于自己的口才，老师的严厉让我看见了磨练宝剑的刻痕、让我体会了这深层的锋利。

我以坚韧不拔的毅力挑战自己，使我的以走到今天，而不后

悔当初的抉择，因为懂得坚持下去，使我更加珍惜一次次学习的机会；我以狮子的勇猛挑战自己，以勇气为自己的演说生涯注入活水；我以豹子的信心挑战自己，不再为自己找出千千万万个借口，而是以“我做不到！”来勉励自己，让自己把握好每一次生命的转折点。

## 挑战的演讲稿两分钟篇四

尊敬的老师，亲爱的同学们：大家好！

我是六班的一员——杨雪琴，一个活泼开朗、阳光自信的小姑娘。我的兴趣爱好广泛，我喜欢阅读，喜欢打羽毛球，喜欢英语，更喜欢朗诵与主持。我经常在电视上看到著名主持人用一口流利的普通话与观众朋友们互相交流，当看到他们脸上露出了开心的笑容，我羡慕极了，多想长大以后能像他们一样，在舞台上与观众们其乐融融。

今天我有幸参加学校【翠竹苑电视台】节目播出300期的“节目主持人大奖赛”，我很兴奋。同时也带着一个主持的梦想，以一个崭新的姿态等待着今天各位评委对我的考验。经过班级的竞选，到现在的竞争，不仅使我的上进心越来越强，也使我对主持人这个梦想更加坚定了。我相信今天的奋起直追，明天定能收获成功。

我觉得是花，我就要在阳光下绚丽开放；是树，我就要茁壮地长成参天的栋梁；是石头，我就要铺设出一条属于自己的阳光大道；是主持人，我就要成为一名出色的领航员！

我对学校节目有以下几点建议：

1. 我认为节目在录制过程中，主持人不一定要呆在房间里，可以到校园中每个地方，如：竹韵苑等，我觉得换了一个环境，主持人便会换一种心情，便会更好地主持学校的节目，不会再让同学们觉得这个节目是那么的枯燥乏味。

2. 我认为学校可以定期采访我们校园中的一些老师和同学，有时也可以采访来学校检查的一些领导们。比如说：刚去溧阳比赛完的运动员们，我们可以问问他们的感受如何，在训练中辛不辛苦？由此我们可以从他们的话语当中告诉同学们：成功是来之不易的，是必须用汗水和心血去浇灌的。我们可以采访一些领导们，问问他们我们学校 and 同学们有哪些优点和缺点，因此我们可以从领导们的话语中知道，我们该将哪些优点发扬光大，该去克服哪些缺点，从此让我们的平桥小学和同学更加优秀。

3. 我认为可以请主持人介绍一下我们学校的特有的一些东西，比如说：竹韵苑、奥运广场等，它们都是镶嵌在我们平桥小学的一颗颗明珠。通过主持人的介绍，可以让一年级的小朋友们或者是对我们学校的一颗颗“明珠”还不了解的人有更深刻的认识。

如果我的演讲没有得到各位老师和同学们的认可，我决不气馁，一如既往地朝自己的梦想一步一个脚印地前进；如果我能竞选成功，一定不辜负各位老师和同学们的期望，认真履行主持职责，尽心尽力的为你们服务。请大家想相信我，记住我——六班的杨雪琴，请为我打上你们宝贵的分数吧。

## 挑战的演讲稿两分钟篇五

大家好！

今天，我看了一期“挑战不可能”的节目，也就是平常人做不到的事情，比如，一只狗催眠人、直升机开啤酒瓶、推土机从尾部上面点燃了七米高空的烟花、一人能在水里呆二十多分钟，这也是平常人做不到的事情。

不愧是极限啊，当那选手上场，我的心跳好像加速了一样，我的表情也十分恐惧，她一上场，就抱住一个人，我不是看走眼了吧，不是比赛吗？还抱什么呀？评委和选手到室外举行，

我一看，哇！好十几辆小吉普车停在外面：“难道——难道——要走这么多车，”我差点都要变成结巴了，我还以为只要经过两三辆能。

主持人也进去试了一下，只给他三厘米的位置呀，况且主持人是爬着进去的，他还不能着地，真是惊险呀。主持人一喊开始，她就冲了出去，他把脚分差开来，头部往前，身子放低，从一辆辆汽车下穿过去，他成功了，真是厉害，不过，他还要再把底部降低两厘米，能过去吗？配合人把轮胎放了一点气，主持人也试了一下，都要到鼻子了，他又一次冲了出去，身子更放低了一点，真的都要碰到了，但还是冲了出来，我以为她会被撞得头破血流呢。

所以，做事情也要持之以恒，勤学苦练，也要尽自己最大的能力吧，挑战不可能变成可能。