

# 2023年困难与挑战演讲稿 挑战自我演讲稿 (通用10篇)

使用正确的写作思路书写演讲稿会更加事半功倍。在日常生活和工作中，能够利用到演讲稿的场合越来越多。演讲稿对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写演讲稿呢？以下是我帮大家整理的最新演讲稿模板范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 困难与挑战演讲稿篇一

今天上午我与我的小学最好的朋友崔本正一起去华联购物，我本身自己会骑自行车也想趁这次机会在好朋友面前展示一下自己！

在去的路上崔本正一直不敢坐我的自行车，他毕竟也是第一次做我的自行车。路上的车辆很多这又让我紧张又刺激，崔本正坐在我的后面一直给我说话，我也聊得很投入也忘了自己的紧张，自己小心翼翼的骑着自行车，好像不一会到华联，我终于松了一口气！

一进超市，食品还真不少，叫我目不暇接。一位年轻漂亮的阿姨走到我的面前，笑了笑，热情的说：“小朋友，你要点什么？”阿姨的这一问，可把我变紧张了，小声的说：“我自己找。”然后，我走进食品区了。

我走进食品区的中间，看到了各种各样的食品，真让人看的眼花缭乱，我走到我要买的饼干面前，刚要去挑选饼干，一位阿姨走到我面前，对我说：“小朋友，你买什么饼干，我可以帮助你挑选？”我不好意思，小声的对阿姨说：“阿姨，我要买巧克力饼干。”我正说，阿姨就给我了一个包装精美的巧克力饼干。我高兴的对阿姨说：“谢谢阿姨。”阿姨对我笑了笑，她笑的是多么甜啊！

接着，我又来到了粮油类区，找到了方便面，可是，并没有我要的方便面，正在我着急的时候，一位阿姨走过来，对我说：“小朋友，你想要什么样的方便面？”我对阿姨说：“阿姨，我想买五包华龙面。”阿姨不好意思的说：“我们这里的华龙面卖完了。”我正在着急时，忽然想到了一个好办法，可以换一种方便面，于是，我拿起了我另一种最爱吃的康师傅方便面。

这次主要目的有两个：这次回老家过春节，我特意为爷爷买刮胡刀，以表示我的孝心；二是我要为我刚出生弟弟买玩具。

我接着来到刮胡刀柜子面前，阿姨好像没有看出来我给谁买，我一面咨询阿姨就一直给我推荐那款，终于我看好了一款，阿姨对我说了一句很吃惊的话：“你自己用吗”这一句让崔本正大笑起来，我说我给我爷爷买，我不需要，阿姨这是脸红了起来。

我跑到玩具面前，崔本正也给我挑，我想了想我弟弟刚出生也玩不了，我就自己做主给弟弟买了一个很大很大的“领带熊”它很可爱，它可以陪伴我弟弟成长。

买完东西我再次骑着自己的自行车高高兴兴地回家了，这可是我第一次自己去购物，我真高兴！

## 困难与挑战演讲稿篇二

人生的道路永远不会是一帆风顺，你拼命地想踢开困难，但它无动于衷，仍然像只“跟屁虫”似的，在你的后面绕圈，既然无法逃避，那我们就微笑地面对它吧！

记得去年冬天，我的衣服不知道什么时候破了个大洞。家里人正好都去参加叔叔的婚礼了，就我一人在家，怎么办呀？再过几个小时，我就得去参加数学补习班了，穿这件衣服去会被同学笑话的，哎呀，急死人了！

说干就干，我装模作样地搬来椅子，拿起衣服，打开针线盒缝开了！可是，该从哪儿下手呢？我苦苦地思索着，真比奥数题还难解呀！对了，先找根张着大嘴巴的针，再挑选一条跟衣服颜色相近的线，穿好。动手了，哎呀，真是出师不利，第一针就被扎到手指，宛如刀割一般疼，可我并不哭，只是翻箱倒柜地找创口贴。贴好伤口，继续作战，这回有点儿经验，小心一点，一针一针缝……成功了！虽说有点儿粗糙，但还看得过去。

我看了看时钟，不好，快迟到了！我赶紧一溜烟跑出家门。

同学们，人生的道路上有许多绊脚石，我这不刚遇到一颗吗？希望你们面对困难，也能保持住自己的微笑！

## 困难与挑战演讲稿篇三

大家好！

人生需要挑战才会获得胜利。就如一叶帆船那样，经历过风雨的磨炼，海浪的‘洗礼，终于到达理想的地方。就如一棵岩壁上的植物，勇于独傲一方。她凭的是什么呢？正是它那勇于挑战强大对手并将其战胜的决心。

妈妈曾经对我说过：“你将来想要有一个怎样的人生呢？当时我毫不犹豫地说了：”需要一个富有挑战性的人生，因为那样才能充实自己。“现在的社会正是如此，而我也保持自己观点，有挑战才会有成功。

在学习上需要挑战，在别人进步而自己停止无法前进的时候，更要想着如何挑战对方，如何超越对方。不过光有挑战还不行，必须付出自己的努力才行。学习成绩掌握在自己手中，只要肯努力，只要勇于挑战比自己强的人，总有一天能有所超越，有所突破。记着，当别人挑战自己时，我们要欣然接受，为此感到自豪。当别人付出努力非常多时，那我们自己

则更应该拼命！

生活中，我们需要挑战，有时需要耐力、自制力、坚持力。例如霍金，他一直和病魔在挑战，在全身瘫痪只剩手指能动的情况下，完成了让世人为之震惊的著作《时间简史》，而后他依然活着。他为何能拥有如此顽强的生命力呢？正是因为他挑战并战胜病魔，做了病魔的主人，奇迹般地坚持到现在。也许他曾经想过自己的人生即将完结，觉得自己的生命很短暂，未能让他挑战人生，享受人生。可他这种劲，这种精神让他坚持了下来。这就是挑战，对于我们也是这样，无论生活中遇到多大困难，勇于挑战，勇于坚持，也可证明自己没有错过人生，让自己获得快乐。

一个人如果丧失了挑战，那我觉得人生将没有价值。而作为新时代的青少年，更需要挑战，挑战自己的人生。

## 困难与挑战演讲稿篇四

大家好！

都说“皇帝轮流做，明年到我家”，可是，我们班是“封建专制”，实行班级管理“班主任说了算”。班长永远是老班口封的。于是，小学六年一晃而过，“小士兵”还是“小士兵”。可是，我的“野心”却日益膨胀：等着吧，我这颗金子早晚会发光的！（好像有点自恋了，嘻嘻……）

盼星星，盼月亮，终于盼来了初一的班干部选举。我心里暗暗祈祷：都养精蓄锐六年了，这回可得让我过把“班长瘾”了！可是，天不遂人愿，初一的班主任继续实施“封建专制”，我也被他“招安”口封为“语文课代表”。我的心顿时跌落谷底：不是说好民主选举的吗？不过班主任接下来的一句话让我又重新看到了希望的曙光：考察一个月后重新进行班干部民主选举！

六年的苦苦等待终于盼来了“咸鱼翻身”的机会，怎么能不好好把握？我于是收敛锋芒，在尽心尽职地做好我的语文课代表工作的同时，还有意无意地为班级做些出黑板报排课程表之类的奉献工作——起码也要弄得些好的印象分。

什么？！我的头一下子大了。要知道，面对刚刚相处一个月还不很熟悉的同学去为自己拉票，需要多么大的勇气？我笨嘴拙舌的，说不好班长当不到，反而会落得大家笑话。本小姐天性羞涩，尽管“官瘾”很大，可是在这么多同学面前“厚颜”，我还没有底气……我的心里反复挣扎着权衡着，不禁打起了退堂鼓。教室里静悄悄的，我抬头看看老班，仍是那副笑盈盈的模样。上去演讲？还是算了吧，我依旧忐忑，纠结。突然，老班打破了沉寂：“下面请a同学上讲台来说看看。”我抬眼望去，竟然是她！一个平时普通而又有些羞涩的女孩子。她大方地站在讲台上，脸因为兴奋而红扑扑的。我垂下头，我知道，她胜利了。不是因为她的妙语连珠，而是出于她从容自信的气质。

于是，一切顺理成章，她成了我们班首任正式班长，一学年，我将与班长彻底无缘。由于我的不自信，错失了这么好的机遇。

但是，我又释然了。机遇是靠自己争取的。机遇来临时，如果不能抓住它，我们只有独自品尝失败的苦酒。只有以自信的姿态去面对和把握它，才不会因为错过而后悔！

一年后，我会卷土重来的！

## **困难与挑战演讲稿篇五**

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。

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，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。

我负责过试验室，在此之前，我基本没接触过此方面的工作，接手后，我凭着极大的压力感和自己的要干一些事的责任感，连续加班加点，也仗着手下的兄弟们帮助，我很快摸到了门路，并进入角色。负责工程部之前，我也只是做过一些资料整理方面的事，对于生产经营是模模糊糊，刚开始，我真是无所适从不知从哪里下手，慢慢地经过自己的领悟和别人的帮助，我也将此项工作做得有声有色。对同事，我给他们明确的工作任务，并适当给他们压力让他们独立解决问题，其时这很重要，有些人喜欢依赖的感觉，有些人喜欢被依赖的感觉，这让他们有轻松感和责任感。每个人都尽量独立地完成任务，日久他们都会产生一种成就感，这有利于他们的积极进取，不断进步。在这几年的实践中，我积累了知识，也领悟了很多为人处事的道理，得到了别人的认可，我得到过三次处优秀共产党员的称号，二次局优秀共产党员的称号。一次优秀工程部长的荣誉。

## **困难与挑战演讲稿篇六**

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“职工的职业技能”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。

## 困难与挑战演讲稿篇七

俗话说：“不经一事，不长一智。”在我们成长的过程中一定要勇于挑战，只有挑战，才能真正的成长。

或许，有些人从小就在父母的宠爱下长大，生活只是一个简简单单的事，从来没有挑战，从小没有目标，只懂得吃，喝，玩，乐。等到了上学的年龄，学习不用功，考试只是盲目，做得好不好，对不对都没有去思考，遇到了失败，挫折都不敢去面对，去挑战每次都选择逃避，久而久之，就成了一个懦弱的人。

成长需要挑战，生活也需要挑战，只要从小学会自立，父母要个要求督促，教育他，从小好好学习，遇到失败，挫折要敢于去面对，去挑战，不能气馁，不怕失败，不要让困难成为你的绊脚石，从哪跌倒就从哪爬起来。

成长需要挑战，同学们！让我们坚强起来吧，去挑战生活，挑战自己，同时也告诉那些在灾区饱受痛苦的人们，一定要振作起来，不要让困难打败，一定要坚持，相信你们一定能渡过这次难关，加油，我们会支持你。

## 困难与挑战演讲稿篇八

什么样才是真正的英雄？《钢铁是怎样炼成的》的主人公——保尔柯察金用他的传奇般的奋斗经历向我们作了最好的解释。

当我满怀着好奇心翻开第一页，直到郑重合上最后一页，我已是热泪盈眶了。我为书中的主人公那坚强的毅力所感动，我为自己的懦弱而羞耻。正如保尔所说的：每当回忆往事的时候，因为虚度岁月而悔恨吗？为因碌碌无为而羞耻吗？是啊，我怎能空自叹息，而没有生活目标呢？在漫漫的人生路上，我一直是踌躇徘徊，虚度光阴，漫无目的的活着。想想自己，再想想文中的主人公，两者真的是不能相提并论呀。

文中的主人公在失去手臂，和双目失明的恶运下始终不放弃对生活的追求，也没有动摇对理想的追求，终于他战胜了病痛，战胜了自我，战胜了上天安排给他的命运，终于完成了他的心血之作——《钢铁是怎样炼成的》。

读到这些，我突然脸红了。平时为了一点小事就撒小姐脾气，在家里像一个刁蛮的小公主一样，真的太不应该了。有时有了一点小病就不来上学了，还要奶奶来服侍我，指挥她做这做那，真的太不应该了。学习上碰到一点困难就退缩，不求上进，真的太不应该了。

现在那位英雄——保尔已经成了我的一面镜子了，他时时照着我，让我发现身上的据点；时时照着我，让我有了向困难挑战的勇气；时时照着我，每天活得有目标，有活力。

## 困难与挑战演讲稿篇九

大家好！

我们所要应对的挑战，有各种各样的。有的是来自学习，如：各种各样的考试等；有的是来自生活，如：工作上的压力等；有的是来自大自然，如：水灾和旱灾等。

以前，我们的挑战是在升初中的那场考试。应对这个挑战没个人的心态不一样。有的人抓紧时间学习，想考个好的学校；有的人是抓紧时间玩，这些人说：“趁此刻多玩一些，上初中后就没有玩了。”等等。

而此刻，我们所要应对的挑战是升高中的那场考试。虽然还有几年，可是，也要从此刻开始努力学习，否则到了考试的那一天就来不极了。所以要从此刻开始努力学习，让以前的贪玩一去不复返，从容的应对升高中的那场考试。

以后，我们所要应对的挑战是升大学的那场考试。就要更加的努力学习了，到时候考上好的学校。

上头是我们这些学生所应对的挑战，此刻来看看大人们所要应对的挑战吧！

大人们应对的挑战，比我们要困难的多了。

大人们应对的挑战有的是社会上的挑战，如：工作上的压力等；有的是大自然上的挑战，如：水灾和旱灾。

大人们也有的人逃避挑战，他们不胆应对挑战，怕失去什么。

大家想一想，我们应对的挑战只是学习，可是大人们应对的挑战有的甚至是有生命危险的。所以大家要勇敢的去应对各种各样的挑战，不要逃避挑战，当逃兵，大家要战胜挑战，不要被挑战所战胜！

## 困难与挑战演讲稿篇十

小记者活动又开始了，大家怀着激动的心情来到临江小花朵基地，参加体验农民生活的活动。

我们来到现场，领队讲了几点知识，我们就去割稻子，黄澄澄的稻子，诉说着丰收的到来。割完稻子，我们又去编草绳，虽然做草绳手疼了点，但心情上得到了放松。中午，我们跟着大部队一起拓展。

来到拓展基地，在家长陪同下我通过了第一关，第二关，第三关，卡在了第四关——翻越墙的墙顶。

翻越墙，是由许多个空心正方形绳索组成的，到一定的位置，有一根横着的木柱，我们从这边上翻过木柱，从对面爬下来。

我沿着正方形的边爬到一半，两脚、两手微微颤抖，越往上脚越抖，我喊：“妈，昊晨爸，我快不行了！”昊晨爸说：“只剩最后一步就能上横木头了”。我咬紧牙关，“啊，啊，一，二，三。”我自言自语。终于爬上横木头了，我双手挂在上面，长叹一声。昊晨爸说：“邵楷，你要整个身体上横木头才行！”可是，我已大汗淋漓，我在休息，就像一只养精蓄锐的猴子。

“加油，加油。”妈妈一直鼓励着我，我心里默默念着：“邵楷真棒，邵楷真棒！”我使出吃奶的劲，嘿，我爬上来了！就在这时，我一看地面，这么高，万一掉下来，脊椎会不会骨折，心脏病都会吓出来的，我的身上冰冰凉凉的，冷汗像雨水一样流下来。

接下来，我不服输，又爬了两次翻越墙。挑战自我的味道真好！