

2023年土木工程的社会实践报告 土木工程 程社会实践报告(通用5篇)

演讲，首先要了解听众，注意听众的组成，了解他们的性格、年龄、受教育程度、出生地，分析他们的观点、态度、希望和要求。掌握这些以后，就可以决定采取什么方式来吸引听众，说服听众，取得好的效果。优质的演讲稿该怎么样去写呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的演讲稿模板范文，我们一起来看看吧。

不怕挫折演讲稿篇一

亲爱的老师、同学们：

因为挫折，我们描绘出五彩斑斓的生活；因为挫折，我们铸造了坚强的性格；也因为挫折，我们享受着真正的快乐。

笑对挫折

居里夫人，从1896年发现放射性元素，知道1902年发现了使世界化学界震惊，对世界化学界发展起促进作用的元素——镭。她连续6年独自在一个废弃的破棚子里，面对这一切冰冷的器皿，在烟熏火燎的情况下搅拌锅里的矿渣。尽管她的衣裙上，双手上，留下了酸碱的点点烧痕。但是，她不气馁，终于，在1902年，发现了她盼望已久的镭。

同样，张海迪是中国残疾人协会的代表，面对5岁时突如其来的骨髓病，她也曾想过放弃，痛定思痛之后，她毅然选择了坚强，拿起手中的笔，写出了自己心中完美世界。

坦然对挫折

20__年5月12日，是一个不幸的日子。四川发生了9.8级大地

震，震伤了无数人。

有一个小男孩儿，虽然他的名字让我淡忘，但是他的事迹让我终生难忘。他机智勇敢，运用数学定律：三角形具有稳定性选成避难空间，然后又把班里同学拉进这个地方，但自己又冲锋陷阵，不顾个人安危去救剩余的同学，结果自己的腰和头被石头砸住，但他忍着痛又去救援。等他回到三角形里的避难场所时，又出现余震，出口被封，有些人哇哇大哭。他第一时刻意识到，要安慰同学和鼓励自己。在他的安慰下，同学们不再哭闹，而是冷静地思考下一步该怎么办。于是，他们不断大声唱歌，希望有人听见这声音。就这样，三天过去了，直至救援人员听见并解救。

对挫折要重视

有的人在学习上遇到了难题，不闻不问，总觉得：呀，这道题真么复杂，肯定不会，不写了！一旦遇见难题，就不想办法解决，反而会因考试差产生自卑心理，这等于雪上加霜。他们只会遇到挫折就示弱、退缩、不当回事儿。结果就放弃目标，一事无成。

胡萝卜，入锅之前是结实的，毫不示弱，但放入锅煮后，它便变得又软有弱；鸡蛋原来是易碎的，薄薄的外壳保护着它呈液体的”内脏“。但经开水一煮，”内脏“变硬了；粉状咖啡豆，则很特别，进入沸水后，他们反倒变成水，并成了香浓的咖啡。

这不就象征着三种人吗？第一种人遇到困难就示弱，经不起磨练；第二种人意志坚定，勇敢面对困难，越来越勇敢，坚定；第三种人不仅改变了自己，也改变了他人，他们勇敢地击退逆境，把自己的特点融入到整个空间，这样的人才能创造美好生活。

挫折与人生相伴，生活中难免有挫折。当遇到挫折时，要乐

观、冷静、坚强、勇敢地与它斗争，这样你将会战胜挫折。让挫折丰富我们的人生吧！

不怕挫折演讲稿篇二

已是暮秋时分，灰蒙蒙的天空不再晴朗，云朵也像是用面纱遮住了它那白皙稚嫩的脸庞，再也不见它飘过的身影。瑟瑟的秋风中夹杂着一股刺面的寒冷，毫不吝啬的吹落了枝桠上仅存的几片稀疏的枯叶。这时，一群大雁的身影出现在我的视线之中，想必这是最后一批南迁的大雁吧。

看着他们远去的身影，我的目光顷刻间停留了……那是一只羽翼未满的雏雁，跟随着伙伴共同飞往南方过冬的小雁。

在南迁的途中，在它的心里一直都有一股力量在支撑着它，支撑着它努力扇动稚嫩的翅膀，向前飞去。

北风呼啸着，顿时，尘土铺天盖地的扑过来，整个天空被漫漫尘土充斥着，利剑般的北风带着宰人皮肉的寒冷咆哮着吹来，张开它那血盆大口像是要瞬间吞噬整个世界。看来，这个冬天要提早到来了。只待雪花飘落，冬的叩门声便会紧跟秋远去的脚步声姗姗而来。就在这漫天的尘土与凛冽的寒风之中，大雁的队伍在艰难的前行。

终于，小雁稚嫩的翅膀被北风吹起的树刺狠狠地划上了一道口子，小雁顿时又重重的跌落在地上。鲜红的血瞬间溢出了伤口，染红了洁白的双翅，也染红了坚硬的大地。他挣扎着要起飞，但剧烈的疼痛一次次的侵蚀着它的翅膀，让它一次又一次的跌倒在地上。眼角划过的一丝晶莹的泪滴，包含着它的伤痛与辛酸。望着逐渐远去的队伍，它提醒自己，不要流泪，要坚强。

于是，它用尽全身的力量站起来，拖着受伤的翅膀一步一步的走到河边，用另一只翅膀轻轻掠几滴水珠，再让水珠缓缓滑

到伤口上，又用嘴衔起地上的落叶和枝条，包扎好伤口。它缓缓地扇动翅膀，试着起飞。一次次的尝试，一次次的努力，换来的却是一次次的跌倒，一次次的失败。

它疲惫的面容上带着一丝悲伤与无奈。又是一次尝试，它鼓足勇气，鼓起信心，朝着广阔的天空，扇动着翅膀，就在快要飞起的时候，上帝又给它开了一个大大的玩笑，它彻底地倒在了瑟瑟寒风之中。这样一倒，不知过了多长时间，当他再次睁开双眼的时候，它感觉伤口不那么疼了于是就努力的扇动翅膀，直觉身体轻如薄翼，一跃就轻松的翱翔于蓝天之上。

伴着迎面而来的秋风，我的目光又恢复了灵动。经过那一次挫折的磨练，想必小雁一定可以战胜南迁路途中的风风雨雨。相信挫折吧，在你用顽强的意志与信念战胜它之后，一定会收获一份意外的惊喜，就像小雁一样！

不怕挫折演讲稿篇三

平静的湖面，锻炼不出精悍的对手；安逸的生活，培养不出时代的伟人。在人生的道路上唯有经历过挫折，才会使我们不断成长！

……被妹妹讥笑一番后，眼中的泪水像没关紧的水龙头哗啦啦的流个不停。妈妈见状便过来安慰我，“太幸福的生活便是平凡的生活，太容易得到的东西便不是珍贵的东西。现在的你需要超越自我，面临挫折。超越自我是对自我的征服，自我的洗礼。

人必须走完这最艰苦、最痛苦的历程，只有这样，才能让人走向坚强。面对忧伤可哭泣没有用的，你必须挺起胸膛，在人生的道路上，一步步走下去。

妈妈的一番话，让我豁然开朗，使我重新拿起了工具，拾起

自信心完成了任务!在成长的道路上，不要为昨日的失落而懊恼;不要为今日的徘徊而苦恼;不要惧怕明日岁月中的挫折。因为，挫折是常事，摔跤会常有。每次跌倒后，应该立刻爬起，如皮球一样弹跳得更高，这也就无所谓的挫折了!不管遇到多的挫折，这要我们保持不断进取的精神，在满是荆棘的荒野中，踏出一条属于自己的路!

所以，成长需要挫折，让我们带着七彩的梦走向成熟!

不怕挫折演讲稿篇四

挫折，是人生中不可缺少的部分。胆怯的人，他们会放弃目标;意志不坚定的人，拼搏一阵也会倒下;但是坚定信念意志坚强的人一定会成功。当我遇到挫折时:.....

那次我在数学课上没有听懂老师讲的例题，下课后又没敢问老师，只好独自琢磨，我左思右想，把书本和笔记翻了五六遍，可还是没有弄懂其中的奥秘，于是我就放弃了，没有再去纠结这个懊恼的问题，与同学玩去了，便把问题抛之脑后了。

晚上回家发现作业大部分都是这个题型，我不知道该怎么做，完全不知所措，不知应如何下笔。我首先想了想，但想起了早上的经历，便立马放弃了，于是将爸爸喊来，他看我一脸的急躁和不耐烦，也没有告诉我该怎么做，只是稍微的提示了一下，让我换不同的方式去想这题，说到：人生的道路难免会有些挫折，不会一帆风顺，所以当你遇到挫折时，不要放弃，要勇敢的去面对它，挑战它，并且战胜它。按照爸爸的提示，想了许多种不同的方法，终于攻克了这遇到难题。

但我不甘心，因为这道题并不是我一个人拼搏而做出的。

第二天，老师讲了更复杂的题型，尽管很难，但我还是听懂了。回到家，感觉做作业轻松了许多。第二天作业发下来，

那刺眼的红叉叉映入我的眼帘，这么会错这么多呢？爸爸说我不是做不到，而是不细心，并告诉我：成大事者要拘小节。这句话深深的印在我的脑海里。

之后，我认认真真的做完每一道题目，并且最后将答案带进去验收一遍，每日这样，我发现我作业的正确率高了不少，做许多题也是很轻松。在以后的日子里，我做事就要做到坚持到底。

挫折可以丰富我们的人生。挫折与人生相伴。人生的道路不会一帆风顺，不同的态度对待挫折，就会有不同的结果！

不怕挫折演讲稿篇五

亲爱的老师、同学们：

生命是山，我们无法估计它的长度，只好追求它的高度；生命是路，它是由一块块不起眼的沙石组成的，而不是铺满金银，在平平淡淡中尽现人生之完美；生命是一叶扁舟，航行于茫茫沧海之中，只有经历过暴风雨的洗礼，才能看到海上初升的太阳。

越王勾践在越国欲亡、吴国强控的存亡时刻，无奈地选择了作为战俘，侍奉吴王。在吴国，他受尽了轻视和侮辱，为奴为仆，为了自己的复国大业，他忍辱负重，终日陪着笑脸，甚至尝粪以示忠心，有谁知道他的不屈，又有谁知道他心中藏着一个复国梦！终于，厌烦他、以为他不可能再做出大事的吴王将他谴送回国。越王励精图治，卧薪尝胆，终于东山再起，灭了吴国。越王化挫折为动力，终于覆灭吴国，实现了复国强兵的愿望，造就了自己无悔的一生。

爱迪生为做耐用碳丝灯泡，进行了上百次的实验。一次，爱迪生的老师在书房里看书时，忽然觉得下巴一疼，爱迪生捏着刚拽掉的两根胡须，拔腿就跑，留下他的老师在那里吹胡

子瞪眼的。原来他是用胡须来做灯丝实验的。也幸好实验没成功，不然他老师的胡子就该被拔光了。终于，在历经数百次的失败后，他终于取得了成功！他发明的耐用碳丝灯泡连续亮了62个小时（待查，我记得是这样），更照亮了人类前进的道路，没有前面的失败，就不会有这一次的成功，爱迪生化挫折为经验，终于点亮了灯泡，造就了他辉煌的一生。

邓小平先生是我国改革开放的总设计师，他提出的以经济建设为中心，大力发展我国生产力、坚持四项基本原则、坚持改革开放等主张使中国经济持续腾飞，使中国的发展迎来了新的春天。然而，他的一生也是坎坷的。历只有经历过地狱般的磨练，才能迸发出创造天堂的力量；只有流过血的手指，才能弹奏出世间的绝唱！

小鹰经受断骨的疼痛，是为了拥抱更广阔的天空；帆船经历风雨的打击，是为了迎接更辽阔的海洋；一个人，只有经历了挫折，才能在挫折中看到战胜挫折的力量！挫折不是灾难，挫折是造就新生必不可少的行囊！

挫折造就人生！