# 战胜自己的演讲范文

来源：网友投稿 作者：小六 更新时间：2025-02-28

*战胜自己的演讲范文（通用10篇）战胜自己的演讲范文 篇1　　敬爱的老师，亲爱的同学：　　高尔基说过，“最伟大的胜利就是战胜自己”。是啊！一个人总是在不断战胜自己的过程中成长起来的，有时需要战胜懒惰；有时需要战胜平庸；有时需要战胜马虎。它们如*

战胜自己的演讲范文（通用10篇）

**战胜自己的演讲范文 篇1**

　　敬爱的老师，亲爱的同学：

　　高尔基说过，“最伟大的胜利就是战胜自己”。是啊！一个人总是在不断战胜自己的过程中成长起来的，有时需要战胜懒惰；有时需要战胜平庸；有时需要战胜马虎。它们如一条条恶狠狠的拦路虎，仅有把它们打倒，我们才能走向成功！

　　记得有一次上作文课。上课的音乐铃声响起，演讲比赛开始，我的心一下子提到了嗓子眼，“怦怦“地跳个不停。当教师宣布演讲比赛开始时，教室里顿时变得鸦雀无声，同学们你看我，我看你，都期望有个胆大的开个头。看来同学们和我一样紧张。突然，“我先来！”一个响亮的声音从我身后传来，打破了教室的寂静。我转身一看，原先是刘志涵同学，只见他大大方方地走上讲台，开始演讲，显然，他是又被而来的，演讲得有声有色，博得了同学们热烈的掌声。我的心跳更快了，可是仍然鼓不起勇气，在犹豫之时，同学们接二连三地走上讲台，掌声不断地响起……

　　我的手心都捏出了一把汗了，去不去呢?不去就错过了机会了，我怕什么?我看了看教师，又看了看同学，他们正用期待的眼神看着我，我不由得心头一热，“唰”地站了起来，走向讲台。刚开始，我只顾埋头读着自己的演讲稿，读着读着我反倒简便许多。我听见了自己响亮的声音，看见了同学们倾听的申请，见到了教师满意的笑容，我更加自信了。我突然觉得，走上讲台表现自己的感觉真棒！

　　演讲比赛结束了，我虽然没能得奖，但我都格外高兴，因为，我战胜了自己。

**战胜自己的演讲范文 篇2**

　　尊敬的老师、同学们：

　　大家好！

　　如果有人问你：“你是否想做更完美的自己，做令自己满意的自己?”你必须会迫不及待的回答：“当然想！”但一会儿你就会沮丧，因为你认为你做不到，其实很简单，只要能够战胜自己。贝多芬不向命运屈服，发誓要扼住命运的咽喉，战胜了种种生活上的困难，战胜了自己，创造了辉煌的乐章；钱学森不顾外界阻挠，战胜自己，最终回到了自己的祖国；东晋着名书法家王羲之，战胜了自己的懒惰，坚持不懈地练字，完成了流芳百世的《兰亭序》。

　　这时，你也许会说，他们都是名人的原因。其实他们也是从小人物走上来的，他们一次次的战胜自己，创造辉煌，所以说战胜自己不论大小。你第一次独自走夜路是战胜自己，第一次站在讲台上讲话是战胜自己，第一次玩蹦极是战胜自己……

　　然而，人无完人，金无足赤，每个人都有自己的缺点，或骄傲，或自卑，或怯懦，或自负，这些都是我们在战胜自己时需要战胜的。

　　战胜自己需要下定决心，选定想要改变的资料，制定一个恰当的目标，这是目标就会成为你战胜自己的\'翅膀，向着目标前进，每一天提高一点点，当自己有一点点提高时，给自己一点奖励，这是给勇敢者的奖励。当你这一切都做好时，离目标也就越来越近了，这是你也许会因为前面越来越大的困难而放弃，这就需要毅力，富勒说过“要摘取果子的人必须爬上树”。用决心做引子，用目标做方向，用奖励做动力，用毅力使自己坚持下去。

　　毅力更需要勇气，要有勇气去应对现实，并敢于迈出第一步，让一切瞬间去加温，成为战胜自己的推力。

　　战胜自己，你准备好了吗?

**战胜自己的演讲范文 篇3**

　　尊敬的老师，亲爱的同学们：

　　大家好!

　　夜似黑烟般席卷而来，坐在窗前的我不经意被夜风刺过脸颊，感到异常的生疼。伸头探望窗外的夜景，一棵朴实的小树苗在夜风中摇曳。他是多么固执，多么坚韧，多么坚强，好像生命中消灭不掉的力量，只是被残酷的、寒冷的、势不可挡的夜风吹落了几片枯黄的叶片，但他在生命即将结束时都以乐观的精神对待。只见他在风中翩翩起舞，在风中留下了他甜美的微笑，直到掉地为止。

　　一片落叶飞进了我的书房掉落在我的手上，我顿时感到自己的微弱和它强大的生命力。注视着它，不经意勾起了我的一些回忆。

　　“太阳当空照，花儿对我笑，小鸟……啊……”我摔倒在地。

　　自从那次在放学路上不小心跌倒后，走路便成了我生命中一件不可能做到的事，从此，我不得不停课。

　　在那些天里，每一次都是看着枯燥的天花板入睡，每一次醒来，第一个看到的也是枯燥的天花板。渐渐的，我脾气变得很暴躁，一不高兴就大哭大闹，甚至摔东西。我多么渴望看到外面精彩的世界和优美的景色，蝴蝶优美的舞姿，听到欢快的鸟儿歌唱声。想着想着，眼泪从脸上流下来。

　　毕竟是母亲，这几天她看出了我的心思，便想办法让我振作起来。于是每天早晨，在绚丽的阳光升起、灿烂的朝霞消失之前都会带我到外面去散步。这样日复一日，我的腿也渐渐好起来，胸中涌出一份欣喜和甜甜地味道，“我又可以上学了。”

　　可是当我回到校园时，一切都变了。由于已停课两个多月，课已经上到前面去了，老师也不会因为我个人再重新上。我眼前一片茫然，灰心丧气地不知所措，每天如行尸走肉般。

　　一个平常的早上，我没有去上学，只是呆呆地站在太阳升起的地方。太阳把第一束阳光给予了我，我恍然大悟，于是背起书包大汗淋漓地来到学校，翻开书本攻破道道难题，冲破重重关卡。每天与太阳一起上学，与夕阳一起回家。每天太阳都会给我最好的鼓励和支持，我在与自己作斗争，忘记腿伤给我带来的阴影。从此之后我赶上了老师的课程，在一次考试中我居然名列前茅，那一天我感到异常的兴奋，我把这个消息告诉了我的好朋友一一太阳，太阳听后，脸上露出了那熟悉的微笑。

　　呼!被风惊醒，风依旧那么寒冷、残酷、势不可挡，而那棵树却依然直直地挺立在那里，我不禁对他肃然起敬。

**战胜自己的演讲范文 篇4**

　　时常挣扎于梦与现实的边缘，凭思绪的天平向左向右;时常徘徊于阳光与雨露的地域，任头顶烈日，手托暴雨;时常流连于康庄大道和独木桥的交界，随双眸如影般到处飘飞。

　　爱那“采菊东篱下，悠然见南山”的悠闲，却无奈置于“三更灯火五更鸡”的残酷世界;爱那“好风凭借力，送我上青云”的豪迈，却无奈常于“花谢花飞花满天”的伤感岁月独自徜徉;爱那“居高声自远，非是藉秋风”的高洁，却无奈现实无法躲避的“摧眉折腰事权贵”。

　　我想，现实就是这样，不能改变了吧!

　　一阵清风拂面，伴着缕缕阳光从窗口泻入，我仿佛听到了阵阵鸟儿的欢唱。此刻的我多想长出一双翅膀随它们一起翱翔，却被这白纸束缚住了我的双脚，还有，我的心……

　　又一阵清脆的鸟鸣，我的思绪戛然而止，似乎又随着那飘然而归的南风，清晰了起来……

　　你怎么那么自私，那么萎靡啊!难道那次登顶后的壮志凌云你不记得了吗?难道你忘了三年以来老师的付出，父母的期望吗?难道您甘心做那游离的水草，随波逐流吗?

　　不!不!不!

　　我狠狠的摇头，尽力把烦人的思绪拨开。

　　望望天，蓝得清澈单纯。我想，是的，我只是那只脱缰的野马，迷途的羔羊，在习惯的束缚下迷失了自我，在短暂的外出中迷了路。我仍然记得我的追求，我的理想，并且坚信：没有了他们的束缚，我依然可以不埋葬向往……

　　岁月如烟，往事如歌。此刻的我仿佛看见那位翩若飞鸿的女子从八百年前来与我相会。她的柔弱的肩膀依稀可见那“帘卷西风，人比黄花瘦”的清容，但她眼神里的那股坚定却流露出“九万里风鹏正举，蓬舟吹取三山去”的豪情与坚强!

　　向左向右的思绪，头顶烈日，手托暴雨的傻气，游离飘飞的眼神，这都是漫漫成长路上的一个站点。而如今的我，正乘坐在执着的飞驰列车，驶向那战胜自我的心灵家园!

**战胜自己的演讲范文 篇5**

　　“世上无难事，只怕肯登攀”。这是小学班主任在同学录上写的一句话。老师要告诉我的是世界上没有办不到的事情，只要我肯用心做，一定可以办到。明日复明日，明日何其多。我生待明日，万事成蹉跎。这首诗可以表达我做事的态度。

　　自从上了初中以后，作业很多，每天要写到很晚才可以睡觉，背的作业就想明天早上早点起来在背吧！可每一次都起不来，背的作业每次都背不熟，背不过。日积月累，我的功课落了很多。“世上无难事，只怕肯登攀。”和“明日复明日，明日何其多。我生待明日，万事成蹉跎”。这些道理我都懂，可就是做不到。每次都想的特别好，可就是完成不了。我知道自己是一个信念不坚定的人，我要改变自己就要有一个人来帮我，而那个人不是别人，就是我自己。我要超越自己，战胜自己。

　　叮铃铃……凌晨6点。闹钟响个不停，我想才6点，在睡一会儿晚不了。突然，脑子里闪过一句话：“战胜自己！”手不由得狠狠拧了自己一下，清醒了一点，趁热打铁，我赶紧穿上衣服，洗了个冷水脸，然自己更清醒。那天早晨我不尽背过了，还背熟了。我还得到了老师的表扬。那天早晨我战胜了自己！感受到了成功的喜悦。信念只在一瞬间，只要你一咬牙，一使劲，做出正确的\'选择，你会成功的，相信自己，你一定可以做到！还可以做得更好。

　　战胜自己，做一些自己没有做到的事，或者想做不敢做的事，一次小小的挑战和成功，会为一次大的成功做铺垫。我感觉战胜自己并不难，难再没有勇气挑战自己。我终于战胜了自己！

**战胜自己的演讲范文 篇6**

　　尊敬的老师、亲爱的同学：

　　大家好!

　　今天我演讲的题目是《战胜自我，快乐成长》。

　　同学们，在我们成长的道路上，谁都会遇到许许多多的困难。当我们面对困难，应该怎么办?当我读完《健康成长》这本书，终于找到了答案，那就是战胜自我，快乐成长。

　　在我成长的经历中，也曾遇到过许许多多的困难，就比如那次随爸爸他们一起去爬鹰子洞。我一到瀑布下就傻了眼：这么高的洞，怎么爬得上去?随我们一同去的两个小朋友，在我犹豫不决的时候，轻快地爬进了第一个洞口。爸爸在一旁鼓励我说：“小雨，你也快爬啊!”我呆呆地望着那几个盘旋在山腰的山洞，不禁出了一身冷汗：这么高的洞，旁边还没有扶栏，真恐怖啊!

　　爸爸在一旁继续鼓励我说：“爬呀，别怕。我也和你一起爬上去!”我只好硬着头皮钻进了最低的那个洞口。洞里黑乎乎的，怪吓人的。我连忙退到爸爸身后，紧紧地抓住了爸爸的衣袖，好像里面埋伏着许多老鹰，一等我进去就会飞过来啄我。爸爸转过身来对我说：“既然来了就不能害怕。”说着就把我推到了前面。我没办法，只好往黑压压的洞里走。这时候听见上面的小朋友在喊：“后面的大姐姐快上来呀，这里的风景美着呢!”

　　我一听，忘记了害怕，随着洞逐渐变大，从前面射进了一缕阳光，我高兴得手脚并用朝洞口爬去。刚爬到洞口的平台上，才发现山边高耸的古树被我踩在脚下，我一怔，竟吓得坐在平台的石头上，起不来了。这时，越是不想看见的东西偏偏往我眼前钻：高大的亭子一下子变得那么矮小，我的胆量仿佛一下子也变小了。越是不想听见的声音偏偏往我耳里送：“大姐姐，你怎么爬得那么慢啊，还没有我们爬得快呢!”我心里又气愤又害怕，眼泪竟不听话地流了出来。这时，爸爸拿出照相机，“咔”的一声把我的哭相拍了下来。我一下抢过相机大吼一声：“拍什么拍，不就是爬几个小小的鹰子洞吗?”爸爸说：“好啊，你爬上去我就不拍了。”

　　我一抹手，擦干眼泪，从洞口的平台上站了起来，抓着头顶的石块朝上面的洞口爬去。一边爬还一边想：要是没有这么多老鹰在这里安家，我也就不用爬啊!哪料我手一下没抓紧，整个身子从上个洞口的边缘又滑了下来，幸好爸爸在我身后，一把扶住我，我一下子又坐在了原来摔跤的石头上，心里久久不能平静。说什么也不能再爬这鹰子洞了，就让那小弟弟们去笑吧!

　　爸爸赶忙蹲到我身旁，拿出照相机在我眼前又晃了晃，还说：“小雨，你如果真的害怕就哭出来吧!”我瞪了爸爸一眼说：“嗯，女儿有泪不轻弹，但是我就不上爬!”

　　爸爸什么也没说，和我一起坐在了那块平台上，不知坐了多久，直到那两个小朋友从我们头顶的洞里滑了下来，直到他们出了鹰子洞。爸爸看见我平静了下来，才对我说：“小雨，我们一定要战胜自我，今天，我们爬的不是鹰子洞，而是自己啊!”虽然我还不能一下子全明白话里的意思，但我下定了决心，一定要爬上最高的鹰子洞，看看那些老鹰在天空在翱翔的姿态。

　　我再次从平台上站了起来，把双手伸向头顶的石块，一步一步地脚踏实地的向上爬。爸爸也跟着后面，拿着照相机不停地“咔咔咔”，为我拍下了一张张攀登的照片。

　　不出一会儿，我们终于爬到山顶了，我望着蓝蓝的天空，听着“哗哗”的瀑布声，心里不禁泛起一阵阵自豪：我爬上顶峰啦!

**战胜自己的演讲范文 篇7**

　　尊敬的老师、同学们：

　　大家好！

　　著名电力科学家法拉第小时很穷，连饭都吃不饱。他12岁的时候上街卖报，在卖报的同时，还在报上识字。后来他进了一家印刷厂当图书装订学徒工，他一边装订图书，一边学习，还把各种游泳的信心记录下来。把学习当做生活最大的乐趣。

　　一次，英国皇家学会会员丹斯无意中发现了他的“手抄本”，大为吃惊，于是送给法拉第皇家学院的听讲券，主讲人是英国赫赫有名的化学家戴维。听讲的过程中，他极其认真，把认为有用的信息记录在了他的小本上，并作为自学用的《化学课本》。后来戴维把他招为了助手。法拉第非常勤奋，非常认真，努力钻研，发现了“法拉第电解定律”。

　　法拉第正是由于看重自己，相信自己一定能够成为，并由这对学习的热情，才由一个连饭都吃不饱的报童变成了一个举世闻名的电力科学家。他对生活不放弃，认为自己一定能够出人头地。终于，他做到了，他战胜自己的困难，勇敢的向电力学发展，取得了成功。

　　贝多芬因为战胜了自己，成为了举世闻名的音乐家；张海迪因为战胜了自己，成为了著名的作家；霍金因为战胜了自己，成为了众所周知的宇宙之父……

　　战胜自己，远比战胜别人更加重要。所以，不要把战胜别人看得太重，最大的对手是你自己，同样，最大的胜利也就是战胜你自己。只有你战胜了自己，成功才会离你更近。

**战胜自己的演讲范文 篇8**

　　关爱的同学们：

　　大家好！

　　我想现在很多的年轻人，少男和少女，会盲目地羡慕电视偶像剧里，男女主角多姿多彩的感情生活。其实，每个人都是独一无二的个体。任何一个人，都有属于自己的一条轨道，谁也无法，被他人复制与取代。不论会遭遇怎样的喜、怒、哀、乐、怎样的人和事，你都有经过量身定做、只适合你自己去扮演的角色与戏份。

　　通常，大部分人都想模仿偶像的生活。所谓“家家有本难念的经”，你所钦慕的对象，在你看到的另一面，他们和她们，有什么样的烦恼和缺憾，你不会知道，或者也不会感兴趣。

　　每天你上学，坐同一班公共汽车，或许当天出门前，还跟妈妈怄气，中午吃几元钱的快餐，上课时，与同学发生些小争执，周末跟朋友，人挤人地看场电影，在假日的夜晚上网聊天。这些生活中的琐碎细节，全部集合起来，就算是一种人生戏剧，你已经在演以自己为主角的偶像剧了。

　　生活，不一定要有惊天动地的情节，才叫精彩；感情，也并非要有山盟海誓，才算真爱。电视中的偶像剧，因为收视率和时间的原因，必须把真实的时空压缩，然后以紧凑的剧情与夸张的情节，铺设故事内容。这就像你，可以透过一场一两个小时的电影，观赏一个人长长的一生，或者了解一个民族的兴衰、一段历史的更迭。但是，真实的人生琐碎、冗长和沉闷，甚至会有很多机械式的重复。这些所谓平凡单调的生活，在讲究戏剧冲突和张力的偶像剧里，是无法体现出来的。

　　不要一直抱怨和不满足于，自己所能控制、拥有的一切，其实，每个人都在演自己的，独一无二的偶像剧。在这场戏里，你的角色与戏份儿，没有人能够取代。你只能真正发自内心地，接受现在所能拥有的一切，不管是外貌、身材、学历、朋友圈、工作环境，还是家世背景、所交往的对象，否则你就会永远没有快乐的\'一天。因为，一个人最大的悲哀，就是不愿意做自己，更不能战胜自己。

　　真正的成功，不在于战胜别人，而在于战胜自己。有些人从小，就崇拜一个又一个战胜别人的强者，他崇拜征战杀场，踏着血泊，穿过硝烟的将军，崇拜技巧娴熟，运用力量、柔美战胜世界劲敌的运动员，他所崇拜的太多太多。

　　可日益长大后，才发现战胜自己，才应该充当社会的主流，成为他自己的奋斗目标。

　　保尔柯察金战胜了自己，让世人看到了他那钢铁般的意志；张海迪全身高位截瘫，自学了四门语言，成了著名的作家：霍金虽然瘫痪，却成了众所周知的宇宙之父……这样的例子在过去、现在都比比皆是，他们之所以取的了成功，都与他们战胜自己分不开。

　　战胜自己，需要勇气。司马迁虽受宫刑，仍然坚强不屈，完成了巨着《史记》。战胜自己，要比战胜别人难的多，因而战胜自己，就要有坚忍不拔的意志，要有根深蒂固的信念，要有，在逆境中成长的信心，要有，在风雨中磨练的决心。战胜自己并非易事，所以我们要培养战胜自己的目标、决心、能力及克服困难的勇气。

　　战胜自己，要不断总结，想出解决的方式。著名的作曲家贝多芬一生有许多不朽之作，但很多有激情的曲目都是在他失聪后创作的。失聪，就预示着一个音乐家音乐生命的结束，然而，贝多芬想出了战胜自己的方式：通过自己对音乐的认识，自己在脑中创作，手上弹，再用手触摸五线谱的木板，往上写，他完成了《命运》交响曲。他战胜了自己，是顽强的意志、自己想出的方法帮助了他。

**战胜自己的演讲范文 篇9**

　　尊敬的老师，亲爱的同学们：

　　大家好!

　　原来，战胜自己真的很快乐。

　　“叮铃铃……”上课了，这一节课是历史课，平生最讨厌的科目也来了，因为这科对我来说太难了，都要死记硬背，记不住啊!“这节历史课对历史题优答案，快点拿出来历史题优!”历史课代表喊道。“，你讲这一页的题，”愣了一下，说：“让我讲这一页的题?我不会，换一个人吧!”“就你，快点儿!”课代表说。我平时胆子就小，回答一道题就慢吞吞的，哪就更不要说一页题了，犹豫的我终于迈过了这道坎，一道一道仔细的为同学讲。战胜自己，其实并不难。

　　下课后，物理又有好多不懂的地方，好像去问问老师，但是克服不了自己内心的恐惧，去办公室，又是一个坎，一进入就浑身打哆嗦，尤其是里面有那么多的老师，真的不敢去，好吧!“为了自己的学习能够更进一步，为了自己能够考个好成绩，去找老师问问吧!”我坚定地说。刚起身，朋友过来了，说：“咱们一起去吧!我也有问题要问，行吗?”“恩!走!”我回答说。“报告!”“进来!”踏进了办公室的大门，手心中像攥了一块寒冰一样，冰凉冰凉的，仿佛喊也喊不出声音了。走进老师，磨磨唧唧地问：“老师，恩……这一道题我还是不懂，可以教我吗?”“恩!”之后，老师开始为我详细地讲这道题。“终于出来了!”我深叹一口气。我又壮胆了，其实去办公室也不算太可怕。战胜自己，其实受益很多。

　　战胜自己，需要的是勇气和自信。战胜自己，会让自己受益很多。战胜自己，原来如此快乐。

**战胜自己的演讲范文 篇10**

　　老师们，同学们：

　　大家好!今天我发言的题目是《战胜自己，走向成功》。

　　在大多数人眼里，成功就是战胜别人，超越别人，凡事都要比别人强。在平时，我们崇拜羡慕的是一个又一个战胜别人的强者。我们崇拜百战百胜的将军，崇拜姚明、乔丹、罗纳尔多，崇拜蔡依林、张韶涵;羡慕班级那位考试总是位居第一的同学;羡慕班上那位读书最多、知识最广，写起作文来妙语连篇的同学;羡慕那位能把字写得工整刚劲、像字贴一样整洁美观的同学……

　　是的，在某一方面，这些人以自己的优势战胜了别人，他们是成功的。然而，探究一下他们成功背后的付出，我们就会发现，他们都是首先战胜了自己，才取得成功的。真正的成功，不在于战胜别人，而在于战胜自己;真正的强者，不在于敢向别人挑战，更在于能向自己挑战!为什么要向自己挑战?因为人的身上存在着许多弱点，比如贪图享受、回避困难、容易满足、盲目乐观、自轻自贱等，这些弱点就像一个个充满诱惑的陷阱，阻碍我们前行的脚步。

　　在我们身边不是常有这样的例子吗?有的学生想努力学习，却战胜不了散漫和懒惰;想痛改前非，却战胜不了自身的缺点和恶习;想谦虚待人，却战胜不了自负与骄傲;想和别人团结友爱，却战胜不了自私与偏见——关键的是我们要懂得：战胜懒惰，才会有勤奋;战胜缺点，才会有进步;战胜骄傲，才会有谦逊;战胜偏见，才会有信任;战胜狭隘，才会有宽容;战胜自私，才会有大度……

　　那些读书很多、知识丰富的同学，是因为他们在面对“要么读书，要么玩”的两难选择中，战胜了那个贪玩的自己，将的时间埋首书中;那些能说一口流利英语的同学，一定是战胜了那个不想开口的懒惰的自己;那些把字写得工整刚劲、整洁美观的同学，一定是在练字的过程中战胜了敷衍应付的浮躁之气;那些一直名列前茅的同学，一定是战胜了自己的骄傲自满，不懂就问，才能百尺竿头，更进一步;那些在日常生活中能做到勤俭节约的同学，一定是在眩目多彩的诱惑中战胜了自己的贪欲和虚荣心;那些懂礼貌守纪律的同学，也一定是在战胜自己的懒散后，而逐渐形成一种良好的行为习惯……

　　人生最大的敌人是自己，最大的挑战就是挑战自我。自己说服自己，是一种理智的胜利;自己超越自己，是一种境界的升华;自己征服自己，是一种人生的成熟。凡是能够说服自己，超越自己，征服自己的人，就具备了足够的力量来征服学习和生活中的一切困难，挫折和不幸。“艰苦困苦，玉汝以成!”让我们凭着坚忍不拔的意志，坚定不移的信念，战胜自己，勇往直前，无畏无惧，做一个成功的人!最后，祝大家在不久的期中考试中取得优异的成绩!

　　我的讲话完完毕，谢谢大家!

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找