

幼儿园数学活动观摩心得体会 幼儿园活动观摩心得体会(汇总5篇)

演讲作为人类一种社会实践活动，它必须具备以下几个条件：演讲者、听众、沟通二者的媒介以及时间、环境。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？下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

挑战演讲稿篇一

大家好！

踏着虎年的节奏，我和妈妈、小伙伴们乘坐飞机抵达韩国首尔。行程中最有趣的要数滑雪了。清早，我们乘坐着大巴来到离首尔最近的昆池岩滑雪场。这里是不单是一个滑雪场，也是一个集休闲娱乐为一体的度假村。昆池岩度假村有京畿道最大规模的滑雪场，每逢节假日，前来游玩的人也是络绎不绝。正因如此，我们在韩国众多滑雪场中选择了它。

到达之后，我们在室内领了滑雪鞋，换好滑雪服，又到室外领了滑板和滑雪杖，正在发愁怎么穿的时候，碰巧遇到在乐天为我们服务的导游阿姨，她边讲解边给我们演示，废了九牛二虎之力，我们终于换好了滑雪的行头。此时，我已经迫不及待了，便在走进滑雪场，自己试着滑了起来。滑雪鞋很重，滑雪板又长，不是左脚滑雪板踩在右脚脚板上，就是右脚滑雪板压住左脚脚板上，无法顺利前行。走着走着，一不小心，右脚打滑，来了个180度大转弯，脚尖朝后，脚后跟朝前，怎么也转不过来，躺在地上急得像热锅上的蚂蚁。后面的小伙伴和妈妈们的呢，却笑得前仰后合。幸好，旁边的一位金发碧眼的外国阿姨把我拉了起来，我连忙说“thankyou”妈妈走上前来说：“心急吃不了热豆腐，先看看别人是怎么滑的，然后慢慢练习，不然还要继续摔跟头的。”听了妈妈的话，我仔细观察前面滑雪高手的动作，模仿他们的小心认真

的练习起来。过了一会儿，居然能够滑行自如啦！

成功了，我的眼睛里闪烁着喜悦的光芒，现在可以上滑雪道了！我们排队乘坐着缆车到达山顶。虽然这是一个初级滑雪道，但是足足有三四百米，坡还是很陡的。“嗖”的一声，我从山坡滑了下来，滑到一半时，突然我两腿发软，一下子来了个大马趴，一支滑雪杖已经不知去向。妈妈又带着我回到滑雪场外领了一支滑雪杖。重新上场，我就不相信自己滑不好。我暗暗地下定决心。我一次又一次的乘坐缆车到达山顶，双脚打开，腿部用力夹紧，像一只鸭子一样，从山顶冲了下来。后来，我用上滑雪杖加速，和潘盈欣、任嘉宜比起赛来，不知不觉已经上瘾了。而妈妈们，只滑了一半就甘拜下风了。

时间过得真快，一天的滑雪就这样结束了。我们恋恋不舍地离开了昆池岩度假村。再来这里，我一定要痛痛快快地滑个够！

挑战演讲稿篇二

勇气是什么，有人说放弃是一种勇气，有人说尝试是一种勇气，有人说忍耐是一种勇气，而我认为挑战更是一种勇气。

上个学期，我和三个来自不同学校的同学以及四位来自不同学校的老师代表龙湾区参加温州市争章技能展示活动，其中有一个项目是向路人做调查报告。我们站在永昌堡那古老的石板路上，望着来来往往的男女老少，心中不免有一丝紧张和不安。就在这时，我的目光落在了一位年轻的小姐姐身上，她正在路边看手机。要不要去问她？我在心中反反复复的问自己。我的脚有些轻轻向上抬，迈了一小步，又如触电一般缩了回来。我想毕竟我在我们四个小孩当中算小的，要不让他们几个先去问吧。

我抬头望了望他们三个，可他们似乎也没有出发的勇气，正不住四处望着。他们都不还没找到目标，要不我先去吧，不

然过一会儿小姐姐就要走了。可是要是她不愿意写怎么办呢？不怕一万就怕万一，我的心提到了嗓子眼。

我感到我的脸如烧开水一般。越来越烫，脚底有些发软，牙齿也开始打架。不！我不能退缩，呼——我深深地吸了一口气，迈开右脚大步向那个小姐姐走去。在我流利的讲述后，她温柔的点了点头，接过笔，刷刷地写了起来。这一刻，时间仿佛停止了，太棒了，我做到了！我战胜了我自己，万岁！我在心中欢呼着，脸上露出了胜利的喜悦。

一个人，只有接受挑战，战胜困难，才是最好的自己。

挑战演讲稿篇三

大家好！

你可曾蹲在墙角观看蚂蚁成群结队的搬运食物。这些渺小的蚂蚁经常背着比自己的身体大好几倍的米粒，面包屑从脚边匆匆爬过。

蚂蚁例来在我们的心中都是微不足道的，但是这渺小的生命却拥有着伟大的人格。它们拥有挑战自我的自信和魄力。

1995年，法国记者多米尼克博比突然心脏病发作，导致四肢瘫痪，几乎丧失了所有的运动机能。被病魔袭击后的博比躺在医院的病床上，他头脑清醒，但是全是的器官中，只有左眼还可以活动，可他并没有被病魔*，虽然口不能言，手不能写，但他还是决心要把自己在病倒前就开始构思的作品完成并出版。

出版社便派了一个叫门迪宝的笔录员来做他的助手。博比只会眨眼，所以就只有通过眨眼来与门迪宝沟通，这样的工作是艰难且困苦的。刚开始合作时，他们两个每天用6小时默录词语，每天只能录一页，后来慢慢增加到了3页。历经几个月

的艰辛。据粗略估计，为了写这本书，博比共眨眼了左眼20多万次。

博比为挑战自我付出了多少呢？我们数也数不清。他通过对已被病魔缠身的自己的挑战。终于成功完成了自己的著作。

博比已经身陷绝境，被病魔折磨得疲惫不堪，可是他终究完成了这部书。是什么支持他自己坚持下去？什么是他精神之源泉？就是因为他敢于挑战自己，超越自身的高度。

让我们回顾一下2012年的伦敦奥运会。我们看一看我国的奥运健儿孙洋。他不仅在男子1000米自由游泳中获得了冠军，还将世界记录远远地甩在了身后。

孙洋为何会赢得如此骄人的成绩？这与他刻苦训练是拖不了关系的。训练是怎样的呢？要挑战懒惰的心性，要挑战过度的骄傲，要挑战退缩的想法，总而言之，他挑战的就是自己。

挑战自己是勇敢，是自信，是成功者的魄力。敢于挑战自我，就等于是获得了成功。

挑战演讲稿篇四

大家好！很荣幸今天能站在这里演讲，感谢大家能来收听，这次演讲主题是挑战自我。

首先我很佩服自己能够有勇气站在这里。古希腊哲学家德漠克里特有句名言：所有胜利之中，战胜自己是最首要的，也是最伟大的胜利。我站上来了，我认为自己站在这里是胜利的。

以前的我们都曾满怀憧憬的规划我们的大学生活，对于只有三年的我们，无论是升本，出来工作还是其它更多的目标。我们也都是为了自己的人生，认认真真的想年轻更多精彩，

更多值得我们去挑战，去尝试。

北京20xx年残奥会圣火已经熄灭，残奥赛场上那无数个闪耀着不屈精神，拼搏勇气的情景，已成为人们记忆中难以磨灭的片段，来自全世界的残疾人运动员，将精神富于运动，用残缺的肢体写下了对梦想的渴望和对自我超越的挑战。

古希腊哲学家德漠克里特有句名言：“所有胜利之中，战胜自己是最首要的，也是最伟大的胜利。”在走上赛场之前，残疾人运动员都需要战胜生活中最难以逾越的一个对手，那就是自己，生活为他们设置了不同寻常的障碍，他们的现实世界或是黑暗或是病苦，但内心世界却始终明亮与执着，在赛场上他们超越了身体的羁绊，超越了心灵的障碍，用行动彰显信念，以信念迸发力量，他们向自己的残缺挑战，超越极限，让世界震撼。

一年中我也尝试在月初花掉了我几乎一个月的生活费，其后可谓艰难度日，导致了自己严重金融危机。也曾为一件喜爱的东西而攒钱，而后又改变目标。尝试长时间的不睡觉或长时间的睡觉，尝试去参加我从没有参加过的运动会百米赛跑，倒一我也欣慰，尝试去追求一个开始完全不认识的女孩。当然我还曾经尝试了在一个星期内都把自己关在宿舍看书，为期末考试，其中很多滋味也许当时百感交集，但却是值得回味，至少我在不断去挑战自己，勇敢的生活也让我的青春更具活力。勇敢挑战让我明白，真正的挑战需要打点，需要思考，需要准备。

我不想生活在忙碌的世界，而不知道自己到底在干的是什么事，我不会为我自己所做出一些在年纪大的人眼中所谓出格了事，而放弃一些体验，我在我自己每一个阶段都有自己一个小小的目标让自己去实行，让自己忙的时候不会感到一股空虚。挑战自我需要实干，而不是纸上谈兵。准备的太多，也许我们就会只能等到变成老头了再感慨自己有力量。可是那时的挑战自我将又是不一样人生。我有一个梦想，勤奋刻苦，努

力学习。可是春暖了，花开了，明天在哪里？身处大学，我们已经度过了那么久，改变了那么多，曾经的早睡早起变成了看着课表起床，还是感觉睡眼朦胧。难道还要这样继续吗？尝试足予。机会还有很多在等着我们，等待我们去把握，只要有挑战的精神，也许只要跨出那一小步就是自己的成功，也许那时就是质的飞跃。

尝试做着每一件让自己感到痛快而不损人的事，尝试中体会其中的快感，其中的成就感。不要去羡慕谁和谁，因为我们是属于自己的个体，挑战，不是挑战别人，而正是挑战的我们自己。勇敢的行动吧！给自己一个青春无悔的回忆吧！

我的演讲完毕，谢谢大家！

挑战演讲稿篇五

大家好！

我是一个胆小的女生，平时一看见昆虫便躲得远远的，一只青蛙也能把我吓个半死，游乐园里的什么过山车，冲浪更是看也不敢看。可是今年暑假，我彻底地改变了。

七月份的时候，大姨带着我和哥哥去常州游玩。我早就听说常州恐龙园里有许多惊险刺激的项目，我真的是既向往又害怕呀！向往的是又可以疯狂而开心地玩一次了，害怕的是那些刺激的项目实在让我望而却步。最终对向往战胜了恐惧，我把心一横，“既来之，则安之”。大姨便早早地给我和哥哥买了票，第二天一早，哥哥便“押”着惴惴不安的我去了恐龙园。

我们首先来到了“翼飞冲天”。这个项目就是一个人趴在一个位子上，扣上安全设备后，便开始旋转，一边旋转还一边升高，升到处时再缓缓地一边旋转一边降落。我一见那机器便感到恐惧，想赶快逃走。可是马上就到我们了，想跑肯定

会被哥哥抓回来的。没办法，我只好咬牙跟着哥哥坐上了机器。

开始转了，我感到像被甩出去了一样。一圈接着一圈，我的头越来越晕，底下的人们越来越小，被甩出去的感觉也越来越强。就在我快坚持不住时，机器便开始慢慢降落了。下了机器后，我深深地吸了一口气，回味着刚刚的经历，“好像没有我想的可怕。”我自言自语道。

有了第一次的经历，我的胆子渐渐地变大了，跟哥哥又一起玩了“雷龙过山车”、“冲天塔”等许多有趣而刺激的项目。通过这次的经历，我懂得了：人要敢于挑战自己，不能一味躲避自己害怕的东西，只有亲身经历才能明白事情的真相，才能感受其中的乐趣；只有亲身经历才敢于去面对更大的挑战，才会取得更大的进步。

挑战演讲稿篇六

有一句这样的名言：一匹马如果没有另一匹马紧紧追赶并要超过它，就永远不会疾驰飞奔。马需要挑战，人更需要挑战！

就如大家都熟悉的一位体育明星xx刘翔吧。他在跨栏比赛中破了世界记录，成了体育界的焦点。与刘翔一齐比赛的人，都是来自世界各地的跨栏高手，正因为应对这样强劲的对手，所以平时刘翔才会不断地提高自我，才会使他在比赛中有更出色的表现。试想一下，如果刘翔的对手只是一些普通的运动员，他在平时还会这样的锻炼自我吗？那他还会成为世界瞩目的体育明星吗？所以说，一个人的成功来自挑战，不仅仅需要挑战，还需要更强劲的挑战！

这则故事说明，挑战是生存的动力。有人说过：人的生命似洪水在奔流，不遇着岛屿暗礁，难以激起美丽的浪花。没有一个人的生活是一帆风顺的，可不一样的人对前进途中的困难有不一样的理解。对与弱者来说，困难是无底之渊；对于强者来

说，它却是无价之宝。我们能够把困难，挫折看成一个锻炼的机会，能够把它当做是生活的挑战！

生活需要挑战。如果我们勇敢地应对困难，勇敢地理解了生活的挑战。那么，成功的一天就不远了！

挑战演讲稿篇七

今天我们在这里，隆重为我校在甘肃省第六届“挑战杯”取得优异成绩的同学们颁奖，看到同学们用辛勤汗水换来的硕果，我由衷感到高兴。在此，请允许我代表全校指导教师，向你们表示热烈的祝贺！

“挑战杯”全国大学生课外学术科技作品竞赛，自1989年以来，已先后在清华大学、浙江大学、上海交通大学等国内著名大学举办过十届。它坚持“崇尚科学、追求真知、勤奋学习、锐意创新、迎接挑战”的宗旨，鼓励大学生关注新领域，研究新问题，运用新方法，创造新成果。回想首届“挑战杯”，只有区区300人参加比赛，一度被认为是“高门槛”的精英比赛。而到今天，其知名度不断提到，远播港澳地区甚至欧美发达国家，被誉为中国大学生科技“奥林匹克”。参与人数也呈现爆炸式增长，在山东大学，最近每年参与挑战杯的学生数量在5000人以上；北京航空航天大学本科生在4年期间，平均每人都要参加一次以挑战杯为核心的科技竞赛。不仅如此，“挑战杯”已由象牙塔走向社会，成为群众性赛事，成为联系大学生和企业的纽带，在更广阔的天地里展示科技创新的价值和魅力。

在科学技术日新月异的今天，成绩早已不再是衡量学生的唯一标准。很多实践动手能力强的学生通过“挑战杯”发现了自己。中星微电子有限公司生产的“中国芯”结束了“中国无芯”的历史，并占据全球计算机图像输入芯片市场60%以上的份额，其创始人就是当年代表中国科技大学参加“挑战

杯”的邓中翰；正在中国科学院声学研究所攻读博士学位的戴戈，从中学开始就被老师认为是“不务正业”，这个在正常考核体系内不被认可的学生，却在东南大学就读期间三度问鼎“挑战杯”，留下“挑战杯”史上的一段佳话。（金山毒霸）杀毒软件的编写者陈飞舟，大学三年级在“挑战杯”竞赛中的项目(dos小型软件开发工具箱)获得了鼓励奖。他说，虽然我获得的奖项不高，但当时的参赛经历为我日后的研发道路奠定了基础，甚至影响我的一生！

今天的“挑战杯”，早已不只是一门竞赛，而逐渐成为中国大学教育的一部分，成为大学教学改革的催化剂。20年来，先后有200多万名大学生登上挑战杯这个舞台，从实践中挖掘自己的潜能，寻找自己的位置，从而受益终生。

在我们甘肃省，“挑战杯”自20xx年在兰大举办至今，共经历了六届。其中，我们兰大曾五度问鼎挑战杯。在为成绩而自豪的同时，我们也应当清醒地看到，由于起步较晚等原因，我校学生参加挑战杯竞赛的广泛性和积极性、以及提交作品的质量和水平，与国内顶尖高校还存在差距，在历届挑战杯全国竞赛中的成绩并不令我们满意。

针对这些问题，我校团委等部门每年都在尽可能为同学们营造良好的创新环境，努力引导和鼓励同学们积极参赛，例如构建校内创新创业平台，并将挑战杯获奖情况纳入成绩评价体系以及推荐免试研究生过程中。在信息学院，自xx年就在榆中校区建立了本科生创新实验室，让有兴趣的同学很早就开始动手实践。

同学们，作为多届挑战杯的指导教师和评委，我在这里为大家提几点建议：

1. 努力开拓视野，把握科技发展的脉搏。当今世界，科学技术的发展突飞猛进，同学们在勤奋学习专业知识的同时，一定要注意利用网络、学术讲座、专业期刊杂志等途径获取信

息，多与同学老师交流，特别是多与国内先进高校同学的交流，了解国内先进高校的学生在做什么，了解国外著名高校的学生在做什么。在当今这个时代，闭门造车、一味埋头苦干已经行不通了。

2. 选题决定成败！选题一定要做到难易适中，有实际意义，有创新点。自然科学论文作品应巧妙结合老师科研项目；科技制作类作品应紧密联系国家建设、节能环保等实际问题；社会科学论文应尽量贴近国计民生、结合老百姓关注的焦点进行深入的调查研究。上述选题往往在挑战杯中令人眼前一亮，起到事半功倍的效果！例如，第十一届挑战杯一等奖作品，南京邮电大学的(弦外之音”——新型音频信息隐形系统的研究及实现)，就是巧妙的将数字图像处理中广泛应用的水印技术应用到语音信号当中，其理论价值高，且对国防和国民经济具有巨大的应用价值，理所当然获得评委的一致好评。

3. 积极踊跃参加各种学科竞赛。近年来，大学生参加世界和全国性学科竞赛的机会日益增多。通过与全国乃至全世界同行的同场竞技，可以锻炼自己能力，提升专业素养，发掘潜能，开阔眼界。另外，对于参加过电子设计竞赛大赛acm大赛等学科竞赛的成熟作品，经过深入研究和改进，可发展成为很好的挑战杯参赛作品。

同学们，创新是国家兴旺发达的不竭动力，而未来的你们必将成为科技创新的中坚力量。然而创新并非易事！发现创新点的过程最重要的是丰富的想象力和灵活的头脑，而攻克创新难题最重要的是强有力的深入思考和坚忍不拔的意志品格。

最后，我衷心希望同学们珍惜大好的青春年华，发扬兰大人“自强不息”的宝贵精神，以饱满的热情和高昂的斗志投身到创新实践的热潮中来。在百年校庆来临之际，在挑战杯的舞台上，充分展现兰大人的聪明才智和精神风貌，为你们的青春年华谱写光辉而难忘的乐章！

谢谢大家！

挑战演讲稿篇八

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“班主任说了制”。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同学上讲台来说说看。”

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！

挑战演讲稿篇九

大家好！

有人说，挑战是心与心之间的碰撞，其结果总是两败俱伤。其实，挑战难免有胜败得失，而我们不应当用这种心态看待它，失败的我们更不应用消极的态度去躲避它。

有人说，挑战是一种精神享受。当我们面临挑战，走向成功的同时，你是否觉得有种畅快感？因为你战胜了他人，更战胜了自己，这种享受是别人无法理解的。

有人说，挑战是激发替能的无限动力。你勇敢的挑战自己的时候，你会发现“你能行”。这会给你乃至你今后的发展带来无穷的好处。

总之，挑战是21世纪的必需品，是这种竞争社会的必杀技。如果你想超越过去，赢得胜利，那就扬起挑战的风帆吧！

最终，请记住：挑战无处不在！