

# 极限演讲稿(精选5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。好的演讲稿对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇演讲稿以下我给大家整理了一些优质的演讲稿模板范文，希望对大家能够有所帮助。

## 极限演讲稿篇一

尊敬的老师、同学们：

大家好！

青春，一本仓促的书，青春，一条走了就不能回头的路，青春，在雨水和阳光走过的岁月。青春太好，好到你无论怎样过都觉得浪掷。

墨色的天幕挂在头上，让繁星点缀得格外神秘。最闪耀的那颗星，定是我们的青春。旅途中的我们，偶尔也会迷失方向。青春，一段纠结的岁月。我们想快快长大，逃离父母的束缚，在外面的世界自由翱翔。可是呢？我们又是多么的害怕长大，害怕这社会的压力，害怕这社会的职责。我们是害怕的，害怕青春流逝，害怕突然发现青春不再，害怕自我该做的还没做，而一切已是过往云烟。我怕，我怕以后高考后那告别青春的成人礼，害怕毕业后那场分离。每当听到别人说岁月无情，匆匆走过时，我会为他们感到惋惜并为自我感到十分庆幸，我与青春是好朋友，还能够享受与她相伴的日子。其实青春不只是那段完美的时光，它也是种心态，“神马才是青春？欢乐的女生一百分。神马才是青春？岁月偷不走单纯。”即使青春已说再见，至少大家还有那颗不老的心。

青春，就似一颗水晶球，透明，清澈又容易破碎，它是敏感

而又脆弱的，泪水过后：其实也没什么了不起。如果说人生是一条条马路，那么青春就是致命的转折点；如果说人生是一曲美丽的乐章，那么青春就是乐章的画龙点睛之笔；如果说人生是各样的天气，那么青春就是最阴晴不定的天空。

青春，那个能够放纵的年代。我们年少轻狂，我们还是孩子，我们渐渐长大。我们笑过，哭过，疯过，闹过，玩过，当青春的字眼渐渐模糊，才会想起那段最完美的时光。

“越长大越孤单，越长大越不安。”“长大以后，此刻的我，忘记了欢乐。”这两句歌词给我很深的触动，它拨动了我心里最深处的琴弦。我不大，才十三岁，还没有“长大”，正是能够挥霍青春的年纪，但心却如此孤独。听说，每颗星都寂寞，都渴望被触摸。或许不该想得那么远，这样患得患失的心起伏很大。学着不去担心得太远，实际一点地度过我彩色的青春。

青春，一本打开了就合不上的书。趁我们还年轻，来谱写我们最完美的青春吧！

## 极限演讲稿篇二

二、磨刀不误砍柴工

三、核心和灵魂缺一不可

个人与团体的关系

参训团队的收益：进一步明确和认同组织目标，增强组织地凝聚力；树立相互配合，互相支持地团队精神和整体意识；改善人际关系，形成积极向上地组织氛围；促进组织内部地沟通与信息交流；挖掘员工的内在能量，使之聚合并在工作中全部释放出来，形成从容有序地团队运作风格。

## 极限演讲稿篇三

亲爱的各位领导们大家好，今天我带来的演讲题目是《绝境才能激发潜能》。

二十年前，一位由《上甘岭》、《英雄儿女》等优秀革命电影伴随着成长的少年，那时的最大心愿就是成为一名真正的解放军，但是，至尽仍未能实现。二十年后，那位少年已经成为齐市商业银行的一名员工。20\_\_年6月22日，齐市商业银行与哈尔滨润禾拓展公司共同组织了商行建行以来的第一次拓展训练，并把地点设在了齐市某军营，当年的那位少年有幸成为第一批受训队员，怀着无比激动的心情踏进了向往已久的军营，圆了二十前的梦想，他就是——张鹏宇。

我们在“流血流汗 不流泪；掉皮掉肉不掉队”的信念指引下开始了为期三天的拓展训练，三天的拓展训练非常短暂，但是它带给了我的是从来没有过的震撼。我不仅在这三天的纯军事化管理中找到了自己日常生活中的不足，并且，在一系列拓展项目中，我不仅暴露了自身的许多弱点，也认识到自己对于团队精神理解的不足和处理方式的不恰当。可以说此行收获颇丰，尤其让我深深领悟到了这几个字：“没有完美的个人，只有完美的团体”。

通过三天来的训练，获得了前所未有的感悟，在这里我整理了一下思想，并跟朋友们分享一下自己的感悟。

一、信任同伴、相信集体信任同伴、相信集体是我们融入集体，开展工作的基础。“信任背摔”让我学会信任同伴、相信集体。我们每个人在工作中都离不开同事的帮助和支持，只有充分信任你的同伴，相信你的集体，他们在你需要帮助或孤立无援时才会给你最无私、最真诚的支持；只有信任你的同伴、相信你的集体，我们在这个集体中才会有归属感和责任感，才会抛弃一切杂念，全身心投入到工作中去。

## 二、磨刀不误砍柴工

磨刀不误砍柴工。这是我在“电网”这个项目中所体会到的。在做这个项目的时候，我们将现有洞口大小，人员怎样分配做了详细的计划，将工作分配到人，各司其职。这些工作直接保证了项目的成功完成。所谓好的计划是成功的一半，就是这个道理。

## 三、核心和灵魂缺一不可

通过此次润禾拓展训练，使我明白了到，工作中不要因为不可知而畏惧；不要因从未尝试过而轻言放弃，只要坚持到底，成功终会属于坚强的人。每一次齐心协力的团结合作，每一次成功之后的热情相拥，每一次完成项目的坦诚分享，让我们的距离越来越近，彼此之间多了一份了解，多了一份亲切，多了一份友情。个人的力量那么渺小，而团队的力量多么强大，无论前进力还是阻力，个人仿佛只是颗铁矿砂，可以随时被大风吹走，只有铁砂熔炼在一起时，才会变成钢铁。所以一个人的成功不能代表整个团队的成功，只有团队中每个个体相互团结，相互帮助才能共同完成团体的目标。

### 个人与团体的关系

我很高兴参加了公司的拓展训练. 虽然只是短短的一天, 拓展训练给予我的启发和经验却似一笔永久的财富. 无论我们深处何种岗位, 只要用心体会就能得到十分有益的人生感悟.

在一系列拓展项目中, 我发现了自身的潜能, 提高了自信心, 当然也发现了自身的许多弱点. 但是最重要的是我认识到了自己对于团队精神理解的不足和处理方式的不恰当. 可以说, 这次我的收获颇丰, 尤其是让我体会到了“没有完美的个人, 但是可以有完美的团队”。

“磨刀不误砍柴功”这是我在“过电网”中体会到的. 这个项

目要求我们10个人从近30个大小不一的3层网孔中钻过去, 身体不能碰网, 且不能重复使用网孔, , 在过程中教练还在其中制造障碍. 刚开始我们觉得很难, 但是经过大家集思广益, 现计划再展开行动. . 我们将网孔的大小, 人员做了详细的分配, 好计划就是成功的一半就是这个道理. 其实面临”电网”问题, 能否在短时间内, 集思广益, 群策群力, 又在领导的作用下, 快速的形成决策并加以实施, 是一个团队成败的关键. 同样, 在日常工作中, 我们每个人都应该找准自己的位置, 做适合自己的工作, 要有目睹, 有计划的安排好所作的事情, 稳扎稳打, 踏踏实实, 才能从容自如的做好每一件事.

真人CS是团队的配合和战术的安排尤为重要. 同事要及时的相互传递其他战友能够及时的交流, 我们发现精准的枪法的人实施个人英雄是不可行的. 只有相互配合团结才能取得最后的胜利.

拓展训练给我们上的是生动的一课, 不同于一般的死板讲授, 是让大家亲身深入其中, 让我们从中体会出个人与团体的关系.

参训个人的收益: 认识自身潜能, 增强自信心, 改进自身形象; 克服心理惰性, 磨练战胜困难的毅力; 调适身心状态, 不浮躁, 不颓废, 更好的面对工作与生活的挑战; 认识群体的作用, 增进对集体的参与意识和责任心, 启发想象力与创造性, 提高解决问题的能力; 改善人际关系, 学习欣赏别人, 学会关心他人。

参训团队的收益: 进一步明确和认同组织目标, 增强组织地凝聚力; 树立相互配合, 互相支持地团队精神和整体意识; 改善人际关系, 形成积极向上地组织氛围; 促进组织内部地沟通与信息交流; 挖掘员工的内在能量, 使之聚合并在工作中全部释放出来, 形成从容有序地团队运作风格。

## 极限演讲稿篇四

理想，是动力。拥有理想，就拥有向前冲的动力。

我的理想，好多好多：科学家，教师，演员……………基本上可以说是所有的职业都曾是我的理想。

我觉得，理想比什么都重要些，当你拥有生命而无理想时，你只是一个空壳，一个没有灵魂的躯体。

光说不练假把式，理想只是成功的第一步，然而拥有成功还要付出更多的“步数”。这个步数，说多也少，说少也多。第二步其实也就是去做，虽说这只有一步，但费的力气比三四步还要多，因为“做”是困难的，很辛苦。

每个人的理想不同，所要做的事情当然也不一样。不要有让别人帮你实现理想的这种“白日梦”的想发，因为如果这样，那你和没有理想差不多。所以，理想是靠你自己实现的。

说了这么多，还没有谈及我的理想。

我的理想其实很简单，就是有一份满意的工作然后孝敬父母。

这就是我的理想，人生平淡但有趣，一生坦坦荡荡的。

每一个人都有每一个人的梦想，也有每一个人的人生设计，当然我也有我的人生理想和我的人生设计，我现在的人生理想就是考一个好的高中，，到高中的时候，也许我的理想是考上一各好的大学，然后我的理想是有一个好的工作岗位，就是这些了，当上帝创造每一个人时，他决不会偏向谁一些，每一个人都是公平的，那就要看你是否抓住了这个机会，要想把握好机会，就要现在多努力些，才有更好的未来。理想是一盏照亮以后路的明灯，所以请好好学习，多一些辛苦，以后就会少一些辛苦。

我的人生理想千变万化，一开始我的理想是当一名教师，后来又想当一名记者，再后来想当一名白衣天使，然后又想当一名警察，变来变去又想当一名演员。

现在我的人生理想就是当一名演员。当然要实现这个伟大的人生理想是需要前提的。首先要做好本职工作，就是把学习搞上去，然后在学习多方面的知识。因为演员是要具备各个方面的本领，所以我要德智体美劳全面发展。

我要当一名演员的理由很简单，就是为艺术方面做点贡献。虽然艺术不知体现在演员这个方面，因为当演员的各个方面都要接近完美，成为一个出色的演员，其他的方面也就自然而然的在别的表现艺术方面也就比别人突出些。我的理解可能有些偏差，但这是我的理解，我也会为此向着这个理解去看齐。

当一名演员是我的人生理想，从现在开始我要好好学习，走好最基本的一步，然后逐渐向这个理想并进，争取早日实现这个理想。

从小，看见商店的橱窗里展示的那些琳琅满目的珠宝和耀眼美丽的服装，我就很佩服那些设计师巧夺天工的设计手法，于是，我便憧憬着未来一定要做一名出色设计师！

要想当一个合格的设计师，首先，美术功底要好。其次，要有丰富的想象力，最重要的还在于平时的积累和自身的审美观。要设计出好的作品这些都是必不可少的。于是，我要在自身具备的条件上加以改良，积极进取，为有一天能实现这个理想。

我认为，要当一名出色的设计师还要有信心。敢于尝试，比如说设计手稿，要画了再改，改了再画，如果迟迟不去尝试，还会有成功的可能吗？从以上这几点，我们还可以看出，设计师所需要的还有耐心。

设计师在我们的生活中有着极为重要的分量, 如果没有设计师, 就没有我们所穿戴的漂亮的服装和珠宝, 我们的生活就没有色彩, 人类的思想还会处在旧时代, 跟不时尚的步伐, 也完全不符合我们这一代代人的审美眼光, 所以我认为, 设计师在我们的生活中是举足轻重的.

设计师的设计作品能为我们的生活增添色彩, 为我们生活带来方便. 我要设计的作品会朴素而不失美感, 华丽而不失庄重. 总而言之, 我要设计出符合全人类眼光的作品.

前面提到了审美观, 这里我还要说, 我们不是以自身的审美观而定格的, 而是以大众的审美观而定格的. 因为自身的眼光不代表大众的眼光, 只有大家看了喜欢的作品, 才称的上是好作品. 再一个, 我要设计的作品还要是独一无二的. 是大家想不到的, 能给大家带来惊喜的. 但是不管我要怎么设计, 都要求是美的.

在未实现理想之前, 我要做好充足的准备, 为我的人生进行设计, 为我的理想奋发图强, 争取做一名出色的设计师, 为世界增添色彩, 受到大众的青睐.

这就是我的理想, 或许我真的可以为我的道路增添这一美丽的风景线. 也许只会昙花一现, 但昙花一现是美的, 可它为了那一现经历了漫长的生长过程, 也许看到的很美, 但在美的背后是无尽的付出, 或许我看不清楚自己的彼岸, 但只要我朝着理想努力了, 我的彼岸必定金碧辉煌!

每个人都有理想, 每个人生阶段的理想也许会不同的. 但是有一个理想, 一个信念对人生的重要性是不言而喻的.

这个想法一直持续到小学时, 那段时间无疑是比之前轻松的时间苦闷的多, 而且又有为数众多的测验及相应的考试, 所以当时所最为期待的无非是周末那闲憩的一段时间.

知道上了中学, 适应了规律的学习生活, 这时才不致太过无聊



了. 在经常看望过医院里的奶奶之后, 看到医院里医生的尽职尽责. 救死扶伤, 那在病人痊愈后的惊喜与自豪, 深深的吸引着我.

所以, 现在我的理想, 就是一名为人民服务的医生.

我想起了医院里新来的实习医护人员, 他们的眼中总是有着近乎虔诚的期待而又愉悦的光芒.

我想, 也许在某一天后, 我也会像他们一样, 以着那样一个身份进入到哪个神圣的领地, 我的眼中也会有着和她们一样的神采, 期待能让世间多一个鲜活的生命.

我一定会向着我的人生理想努力进发的!

我的人生设计是十分简单的, 只要能考所好大学, 找个能有饭吃的工作就行.

首先, 我要努力学习. 在学习中完善自我. 发展自我. 我们还要扩大自己的交往圈, 有内圈向外圈发展. 只有有一个好人缘, 才能使自己更加出色. 一名企业家曾说过:“一个好人缘比什么都重要!”这是为什么?可以让大家思考一下.

我们要交往, 取得心灵的沟通保持心情愉快. 多交朋友, 在交往中完善自我. 在交往中, 朋友会给予我们物质上的帮助, 精神上的鼓励. 让我们去战胜挫折, 克服困难. 交往对我们的成长有着重要的影响. 好朋友是我们一生的. 我们要谨慎择友, 多交益友, 不交损友. 在交往中完善自我. 帮助别人时, 我们同样会感到幸福.

人生离不开交往, 交往与人生之间有着必然的联系. 人生设计是多么丰富多采. 我的人生设计是十分简单的.

上课认真听讲, 下课认真复习. 专心致志, 一丝不苟.

专心,一心不可二用.所以我要一心一用,不能滥竽充数,所以我要实事求是,不能马马虎虎,所以我要仔仔细细.

我的人生只有一次,人生一去不复返,光阴似箭,明如梭.我们要珍惜时间.好好把握这一生.人生多么美丽,又是那么短暂.

一寸光阴一寸金,寸金难买寸光阴.所以我们要珍爱生命.

关爱生命,人人有责.

另外,我们也要为人生目标奋斗,大家一起奋斗.

我们每个人都从幼年一步步走向成熟,就像沿着一条河流逆流而上。

理想,包含着我们对未来的向往,对未来的希望,对未来美好的憧憬。

金色的童年,沉淀着儿时的快乐、沉淀着淡淡的稻香。就像陈年的女儿红,愈久愈香,愈久愈让人不满足于回味。小时候的我,最大的理想就是爸爸妈妈能多给我买些玩具和好吃的。现在看来,才觉得儿时的我多么的天真。

长大后,才渐渐地明白:“理想,不在于一朵娇嫩的鲜花,需要我们渴望的目光去滋润,更需要我们用真挚的心灵去呵护。”

理想是石,敲出星星之火;理想是灯,照亮夜行的路。

理想是火,点燃熄灭的灯;理想是路,引你走向黎明。

当然,理想也是一股动力,推动着我们前进用不气馁。

让我们为理想插上翅膀,让我们一起放飞自己的理想!~

理想是一个深渊，从跳下那一刻起，就逼迫你奋力搏击。要么，大鹏展翅，扶摇而上；要么，石沉渊底，再无声响.....而我，则选择前者，我会努力奋斗，向自己的理想一步步迈进！

从小树立远大的理想始终是个亘古不变的话题。父辈们用双手在荆棘中开创的路，需要在千千万万代子孙的努力中坚持，在坚持中开辟新纪元。因而我们每个人都应从小树立起自己的远大目标，并在今后漫长的人生之路中，用行动与汗水去兑现自己的承诺。

社会的发展如湍急流水，任何平庸与狭隘的理想都无法溅起成功的波澜。如响誉十九世纪的美国雷诺公司，只局限兴盛时期的丰衣足食，因没有深远的理想和目标而停滞不前，最终无法逃脱被吞噬的厄运。

每个人都有理想，我也不例外，我的理想是开一所游乐场，让每一个小孩子都玩得开心高兴，感觉到幸福。

其实，我最想当一名教师。

教师，这个名字对作为学生的我们再熟悉不过。一听到“教师”这个词，就会感觉到如沐春风。

在我很小的时候，就非常崇拜教师这个职业。我觉着老师们非常的聪明，什么题都会，于是，我想当教师这个念头油然而生。

但是，当我长大了以后，才发现，原来，做一个老师，是那么的辛苦。

老师要做的事情是很多的，要批改大量的作业，而且还需要备课，45分钟的一节课也许需要准备两三天。老师虽然辛苦，但是看见同学们都考出了优异的成绩，再辛苦也值了。

这就是我为什么想当教师的原因.

我也觉着,当老师是一种骄傲.

每当同学们问问题时,是老师最喜欢的时刻,因为,不但同学们会懂得做题,而且,老师给同学讲完题后,会有一种骄傲感,这,也是我想当老师的原因.

但是,当老师又是那么的难.

现在连大学生都不好找工作.以前附小招一名老师,结果又很多人去报名,可见竞争是多么残酷.

我如果要实现自己的人生理想的话,就要努力学习,因为,如果要当教师,没有知识是绝对不行的.

所以,我一定要努力学习,争取拿到优异的成绩,然后考一所好大学,再为自己的理想而奋斗.

这就是我的人生理想和我的计划,最后,我要说一声:

老师,您辛苦了!!

## **极限演讲稿篇五**

敬爱的各位老师,亲爱的同学们:

大家好!今天我演讲的题目是《感动感恩感谢》!

同学们,在我们的人生的道路上会洒满阳光,到底哪一缕阳光最耀眼?有人说是优异的成绩,有人说是辉煌灿烂的前途。而我认为在我们人生路上最灿烂的阳光应该属于知恩图报。感恩感动感谢,就像一缕阳光照亮了我,也温暖着你。

还记得汶川地震中那位普通的母亲吗?她用生命中最后的姿势:双膝跪地,双手扶地支撑着穹隆般的躯体向我们展示那爱的伟大。还记得她的身体下面3、4个月大的小宝贝吗?红色带黄花的小被子里,因为母亲身体的庇护,他毫发未伤,安静的熟睡的脸,让所有在场的人感到温暖。还记得那条永恒的短信吗?“亲爱的宝贝,如果你能活着,一定要记住我爱你。”

这句用生命诠释的伟大母爱,是世界上最无私的施与,是她用生命支撑孩子的希望,唤醒了多少面对关爱已经麻木的心。

鸟有反哺情,羊有跪乳恩,人,身为宇宙之主宰,亦有感恩之心感激之情。俗话说“受人滴水之恩,当以涌泉相报。”更何况父母为你付出的不仅仅是“一滴水”,而是一片汪洋大海。我们的回报又是什么?是父母拖地,抢过了他们手中的拖把,拖走他们一天的疲劳;父母病卧榻上,你递上一杯暖茶,温暖他们的心;父母生日,你精心制作一张生日贺卡,送上一份真挚的祝愿;父母失落,你奉上一番问候与安慰,驱走心中的伤痛;为你的学习,父母苦口婆心,你压住心中的烦躁,甚至是正确理解,微笑以对,好言抚慰。看到父母那缕缕银发,丝丝皱纹,你能勇于承担起自己的责任,努力学习,为父母分忧解愁。

落叶在空中盘旋,谱写着一曲感恩的乐章,那是树木对大地的回报;白云在蔚蓝的天空飘荡,绘画着一幅幅姿态各异的图画,那是白云对蓝天的回报。因为感恩才让我们懂得了生命的真谛。让我们怀着这一刻感恩的心,共同唱起:“感恩的心,感谢有你,伴我一生,让我有勇气做我自己;感恩的心,感谢命运,花开花落我一样会珍惜。”