

2023年坚持的力量演讲稿(实用5篇)

演讲稿具有观点鲜明，内容具有鼓动性的特点。在社会发展不断提速的今天，需要使用演讲稿的事情愈发增多。我们想要好好写一篇演讲稿，可是却无从下手吗？那么下面我就给大家讲一讲演讲稿怎么写才比较好，我们一起来看看吧。

坚持的力量演讲稿篇一

尊敬的老师们、同学们：

大家好！我今天演讲的题目是坚持，趁我们还年轻。在座的同学看起来都好像是那种运动型的人，大家应该对那些体育品牌很解吧，也应该知道那些体育品牌的广告语，就好像耐克的just do it□又或者是李宁的一切皆有可能，不知这两个品牌的广告语，大家偏好的是哪一个呢？just do it□这句广告语正符合青少年一代的心态，要做就做，只要与众不同，只要行动起来，它比较侧重于行动方面，而李宁的这句广告词！则只停留在想的方面，没错一切皆有可能，我们因为年轻而意气风发，我们因为年轻而豪情万丈。青春是我们的财富，年轻是我们的资本，年轻无极限，在我们年轻人的眼中应该没有什么不可以，因为一切皆有可能，就好像守株待兔那个故事一样，兔子自己撞死这种事都让那个人遇到，谁说奇迹不会发生，可是奇迹发生的次数多，也就不会被称为奇迹。

所以最好的就是把两个结合起来，既要坚信一切皆有可能，又要just do it □虽然我们尚且年轻，但这并不代表我们可以任意挥霍自己的青春。我们应该有自己的梦想，不要等到我们的口头禅成为“我曾经年轻过”才后悔。我们都是在父母不舍而又充满期盼的目光中走向大学，离开家里，父母总是问我们学习辛不辛苦啊，有没有准时吃饭啊！我很害怕这样的问题，因为没有底气而害怕回答。我们学习辛苦吗？不。大学给我们太多的自由，可能你们当中的很多人大一的时候和我

一样，每天躺在床上构想着自己的梦想，想着将来我要怎么样怎么样，每天在电脑面前看着一部部童话式的韩剧，幻想着自己是里面那个天真善良到有点傻的女主角，即使没学历，没身材，没相貌，仍可以吸引到一个很优秀的男生，但是各位请记住电视剧就是电视剧，生活就是生活，我们不是灰姑娘，没有白马王子来搭救我们，现实也没有王子和公主幸福快乐地生活这个结局。我们要做的是用自己的双手去创造属于自己的幸福，而不是空想，不是任意地挥霍青春，想要结识优秀的人，唯一的方法就是让自己也变得优秀，这样你生活圈子里的人才是优秀的人，俗话不是说：“物以类聚，人以群分”吗？每天躺在床上构想，梦想就会成真的吗？我用一年的时间来验证这个命题，结果我很悲剧地发现这个命题是假的！我还记得我当时有一句很彪悍的话，那就是我的梦想是睡觉睡到自然醒，数钱数到手抽筋，现在想起来都觉得傻，想要数钱数到手抽筋，就不能睡觉睡到自然醒。有梦固然好，起码你有目标，但是追梦的身影往往是最动人的。刘德华的一首歌里唱道“曾经年少爱追梦，一心只想往前飞”。年轻的我们就应该不停的去追梦，为我们的梦一心向前飞。

我们正值美好年华，青春飞扬，热血张狂，好像五月的花海，风吹过便有瑟瑟的笑声。年轻是我们最大的资本，我们不应该把这样的美好时光、这样资本白白浪费掉，我们应该用有限的青春实现人生的梦想和抱负。

外界的诱惑很多，我们为追求梦想，也许会错过许多东西，但是如果我们抵御不诱惑的话，我们失去的就是青春和实现梦想的机会，即使实现梦想这条路注定要走得很辛苦，即使我们手中握有的筹码很少，但是不要忘年轻是我们最大的资本，而且只要坚持，就没有实现不了梦想。坚持，为我们心中的梦想不断的告诉自己不可轻言放弃。为自己的梦想我们没有理由放弃的。坚持，坚持，再坚持。我们的执著定能收到回报。

同学们，趁着我们年轻，放飞我们的梦想吧！这样我们就可以

在父母问我们学习累不累的时候，坚定地说：“学习虽然很辛苦，不过我甘之如饴！人的一生中总要奋不顾身那么一次，就算头破血流也好，也要咬着牙坚持地走下去，这样子才不会辜负这美好年华，我愿意在我一生中最美好的青春年华做这样一件事——就是趁着年轻，朝着梦想之路坚定地走下去。

坚持的力量演讲稿篇二

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

小时候听故事，每每听到别人赞美一个人博学多才时，常说他琴棋书画，样样精通。我也想做这样的人。我学了围棋，也学了画画，我又选择了小提琴。

在学习之前，听了老师拉的几首优美动听的歌曲，我就暗下决心一定也要像老师拉得这么好。谁知学习刚开始，我就遇到了难题：这架琴也太吓人了！我刚一架起来，腮边立刻疼得直想烂掉，一股血涌上脑门，觉得刹那间眼前好像天旋地转，宇宙也凝为一体。我拼命想要忍住，但身体仿佛脱离了我的控制。手一个劲想把架住的琴给拿掉，嘴里也不听使唤的“嗷嗷”乱叫。我虽然没有看见，但可以感觉到，我的腮帮子几乎流血了。

我想放弃，但想起一句名言：坚持就是力量！我也要坚持住！我咬住牙以盘古开天辟地般的力气忍住，要当一回“忍者神龟”！可谁知刚把牙咬住，牙就似乎要断裂似得抖动着，我想咬住舌头替代那股痛苦，但怎么也咬不住。牙齿已经哆嗦，根本无力去咬颤抖的舌头。此时，肩膀也感觉到了疼痛，火辣辣的，如同在地狱岩浆中泡澡一般。或许大家以为我已忍了好长时间，但事实上，这么多种感觉几乎是在几秒钟内出现的！我感觉到了眩晕！于是，我把琴从肩膀上拿下来。

那一刹那，我觉得自己完完全全就是一个怕疼的懦弱的人。我为自己感到羞耻。坚持，一定要坚持，这种想法使我浑身又充满了力量。马上，我又把琴往肩上一放。同样的感觉又出现了——还是那般火辣辣的痛，那种地狱般的感觉太痛苦了。每一次当我想把琴拿下来的时候，就会在心里说：“你真的想当懦夫吗？你一定要坚持住！”于是，我的意志压倒了那种火辣辣的疼痛。我眼里含着泪坚持着，坚持着。经过一段时间的努力，架琴对我来说已经是小菜一碟了！

从学琴这件事中，我懂得了坚持这种力量的威力和作用。这种力量让我获得了小小的成绩！相信在以后的生活中，只要坚持，我还会获得更多的成绩！让我们都拥有坚持这种力量，战胜困难，获得成功！

坚持的力量演讲稿篇三

大家好！今天我讲话的题目是《想成功，就要坚持》

首先我想与大家分享一个故事。有一次，大哲学家苏格拉底对学生说：“今天我们只学一件最简单也是最容易做的事，每人把胳膊尽量往前甩。”说着，苏格拉底示范了一遍，“从今天开始，每天做300下，大家能做到吗？”学生们都笑了，这么简单的事，有什么做不到的！

过了一个月，苏格拉底问学生们：“每天甩300下，哪些同学坚持了？”有90%的同学骄傲地举起了手。又过了一个月，苏格拉底又问，这回，坚持下来的学生只剩下八成。

一年后，苏格拉底再一次问大家：“请告诉我，最简单的甩手运动，还有哪几位同学坚持了？”这时，整个教室里，只有一人举起了手。这个学生就是后来成为古希腊另一位大哲学家的柏拉图。这个小故事所蕴含的深刻含意是显而易见的。

我想，他给我们每个人注入了一股强大的精神力量，那就是

明确目标，坚持不懈，终能成功！世间最容易的事是坚持，最难的事也是坚持。说它容易，是因为只要愿意做，人人能做到，说它难，是因为真正能做到的，终究只是少数人。

坚持是一种信念，坚持是一种修养，坚持是一种高尚的品质。

坚持的力量演讲稿篇四

亲爱的同学们、老师们：

早上好！

明天就要进行期末考试了，它预示着相对“漫长”的这个学期就快要结束了。看到大家依然精神振奋、自信满满地汇聚在校园，开始新的一天的学习和工作，我不由得想起一句话：坚持，是一种力量。

回首一学期的学习和生活，每一天都有我们的汗水，每一天都有我们的坚持和努力。

本学期，学校坚持走素质教育和改革创新之路，提出了“服务成长，助力梦想”的办学理念，进一步突出了学校“为学生成长服务”的思想。德育工作方面，学校坚持教育以人为本，继续开展“荷馨文化”系列活动，本学期的“荷动力”体育节、“银荷梦想”科技节、“荷塘金桥”开放日、“荷气生才”跳蚤市场、“荷塘悦食”美食节、“小荷包”爱心助学等活动，还有七年级军训、九年级“荷明天有约”走进高中活动和全校“秋日诗语·经典诵读”社会实践活动等等，让同学们开拓了视野，愉悦了身心，体验了生活，锻炼了能力……我校本学期的创新工作——“校长早表扬”、“亲子午餐会”、“行政晚接访”，“荷馨少年”和星级学生的评选、社团能力水平等级评定等，处处为学生着想，激励同学们进步成长。

教学工作方面，学校坚持以学为本，即以学生的“学”为根本。本学期积极推进了“小组合作学习”课堂教学模式，老师每天对同学们义务辅导，周日下午实行“走班制”志愿导学。全校教师参加了校内教学展示和“江镇好课堂”的赛课活动，其中多位老师获得市属一、二等奖。在市教研室对我校进行的教学专项调研中，专家、领导对我校的教学改革和质量提升工作给予了充分的肯定.....不久前举行的首届“感动校园人物”颁奖典礼让人记忆犹新。获得“双国优”称号的陈静老师、甘于奉献的戴立华老师、勇于突破的体育组的老师们、可爱的九（3）班同学们和优雅的舞蹈队姑娘们，还有保安师傅和已经退休了的教职工代表的事迹深深地感动了全校师生。他们是全体六中人的缩影，正是他们的坚持，才能在平凡岗位上做出不凡的业绩。

本学期，同学们也都蛮拼的，从核心价值观与八礼四仪的认真读背和努力践行，从课堂学习与文体活动的主动参与和合作展示，从学生荣获众多国家级和省市级奖项，再从图书进班级没丢失过一本书，厕所装上隔板却没有一个涂鸦的种种优良表现中，让我们欣喜地看到六中学子追求理想、乐学向善的那一种“坚持”。当然，我们偶尔在走廊上还会听到同学的不文明语言，楼道上也发现几片橘子皮，厕所里还出现过丢弃的饮料瓶，这些问题的并不能说明个别同学不文明，而是对文明行为“坚持”得不够。在此，我要郑重地对同学们说，在明天开始的期末考试中，我们一定要坚持自己诚信的品质；寒假中，一定要坚持学习和锻炼；春节里，我们一定要坚持文明礼仪的好习惯。

同学们，你们明天才考试，市教育局对我校的各项考核结果却已陆续揭晓：我校学生社团工作喜获考核优秀，我校综合服务中心被评为“江镇市教育行风建设十大亮点”，我们的学校——江镇六中和学校的领头人——校长张鹏老师也荣获了市教育局年度考核优秀等级。让我们用掌声表示祝贺！

同学们，老师们，人，贵在坚持。坚持，是一种力量，所谓

滴水石穿、聚沙成塔；坚持，是一种品质，所谓锲而不舍、坚韧不拔；正是这坚持的力量，推动了六中的发展，让这一方荷塘孕育着勃勃生机和新的希望。

让我们共同祝愿，同学们的明天会更好，老师们的明天更幸福，学校的明天更加灿烂辉煌！

我的讲话完了，谢谢大家！

坚持的力量演讲稿篇五

大家好，我是705班的罗xx今天我的演讲题目是——《坚持的力量》。

暑假的时候，爸爸给我买了两部书《人生不设限》与《永不止步》。这两本书是一位名叫力克·胡哲的人写的。

《人生不设限》与《永不止步》这两本书的封面上都有一个没有四肢的男人，他，就是书的作者——力克·胡哲。看了这两本书，我才知道，他患了可怕的“海豹肢症”，所以没有四肢。虽然他没有四肢，却挑战了很多正常人都不会的运动，如：冲浪、游泳、潜水等等。他是澳洲第一批进入主流学校的残障儿童，也是高中第一位竞选学生会主席成功的残障者；还是第一位登上《冲浪客》杂志的菜鸟冲浪客。在超过25个国家进行1500多次演讲，给予和接受数百万个拥抱，获得各国各界领袖的接见……每一样对我们大多数人来说都难如登天的事情，谁都不会想到，他，力克·胡哲——一个没有四肢的残疾人竟然做到了！是什么样的力量让他如此超越常人，获得了无数的成功呢？作者力克告诉我们，要想实现人生的目标，就要有坚定的信念，并且赋予行动。只要我们坚持到底，就会产生巨大的前进力量，就会使我们克服困难，勇往直前，永不止步！

其实，我自己就是一个很好的例子。7岁的时候，在想学会各

种泳姿的目标下，我成为了宜昌市少儿游泳运动员。开始我认为就是简简单单的游一下罢了，没想到游泳馆的训练强度大大超出了我的预估。每天放学我都要去游泳馆训练一个半小时，周末还要训练近3个小时。枯燥、乏味、高强度的训练让我时时有想放弃的念头。但是随着我的坚持，自己居然渐渐适应了这种强度的训练，游的也越来越好。在每年的寒暑假，教练更会给我们进行“魔鬼训练”。每天进行2小时的陆地训练，2小时的水上训练；或者一天7000多米的游泳训练。陆地训练项目一般是：绕跑道热身，六圈，不能走不能停；一分钟跳绳，八组；立卧撑，八组，一组六十个；一百米冲刺跑，六组；接着是400米的赛跑，3组。最后还要做一个最痛苦的事情——压肩。压肩的整个过程是：将头放在坐在凳子上的教练的腿上，然后将十指合拢，由教练抓着你的手慢慢的‘拧’到与你头平齐的位置，我最初感受这种感觉的时候，两眼发黑，眼中噙满了泪水，想叫又叫不出来，仿佛过了一个世纪，痛感渐渐消除，我才终于舒了口气，第一次压肩以后，有不少小孩再也没有来过，而我，却坚持了下来，这一坚持是3年多。如果我在第一次压肩后和其他小孩一样回家大吵大闹，求着爸妈让我不学；如果我在高强度的训练中没有坚持这么久的话，我想，我是不会得到省运会第六和市运会第二的游泳成绩。我的坚持，让我产生了力量，让我不断进步，让我收获了一个又一个成功的喜悦。

人生难免经受痛苦，也许只有在痛的磨炼并坚持下来以后，才会品尝超然的快乐。

我们的人生道路还很漫长，我们的人生目标还比较遥远，在探索人生的道路上，我们会遇到很多坎坷，或遇到很多挫折。但是只要我们去努力，我们去坚持，就一定会产生巨大的力量，会让我们收获人生一个又一个的喜悦，攀登一个又一个成功的台阶。

我的演讲完了，谢谢大家！