# 演讲稿奋斗做生活的强者（五篇范例）

来源：网络 作者：烟雨蒙蒙 更新时间：2024-08-10

*第一篇：演讲稿奋斗做生活的强者奋斗,做生活的强者各位老师同学们,大家下午好:我是来自\*\*\*\*\*\*\*\*\*.今天我为大家演讲的题目是:奋斗.做生活的强者。人生在世，“奋斗”二字。作为一个务实的人，你要无怨无悔地走完自己的人生历程。怎样才能充实...*

**第一篇：演讲稿奋斗做生活的强者**

奋斗,做生活的强者

各位老师同学们,大家下午好:我是来自\*\*\*\*\*\*\*\*\*.今天我为大家演讲的题目是:奋斗.做生活的强者。

人生在世，“奋斗”二字。

作为一个务实的人，你要无怨无悔地走完自己的人生历程。怎样才能充实地走完这段历程，这是一个值得思考的问题。

是碌碌无为，虚度韶(2)华？还是踏踏实实，拼搏奋斗？这取决于自己。是成为笑傲天穹的精灵，还是成为陆地上平庸的小丑，一切的一切还是由自己决定。光阴似箭催人老，日月如梭趱zan(3)少年。光阴何其短暂！光阴何其宝贵！当人们还没省悟过来之时，时间老人早已蹒跚地走过了一个又一个人生巷口。倘若你不抓紧时间，奋斗进取，拼搏出属于自己的一片天地，那么你将会是一个既可悲又可怜的人。因为你的人生画卷是如此得空白，如此得缺乏光彩。本来应该由你涂抹的画卷，却因为你的虚度而被白白地弃用。那该是有多可悲啊

成功背后是奋斗，谁把握了机遇，谁就会成功！人不能没有奋斗的志气，失去奋斗的人生注定毫无光彩.“奋斗”二字，意蕴无穷。为了理想，你务实进取实干，这是奋斗;为了父母家人，你拼搏职场，身兼数职，这也是奋斗。与其任而白白流逝，倒不如抓住它，好好利用一番。相信成功总是喜欢垂青这类人的。若干年后，当步入暮年，你可以对自己说，“我的青春没有虚度，我的人生终于有所成就”这是一个理想的结果，事实上许多人到老的时候，往往感到很失落，很无奈。青春无悔对他们来说只能是个谎言。中年无所建树，让他们后悔莫及。凡世没有后悔药，一错过成千古恨，再回首已百年身。人生之悔莫过于此。人生若白驹过隙，忽然而已。岁月匆匆，无情地流逝着。我们应该静下心来，抓住时间的尾巴，乘风破浪，直挂云帆，享受搏击沧海的乐趣。

人生百态，风起云涌。谁也无法适时预料掌控，我们在感谢上天赐予我们生命，赋予我们多彩生活的同时，要随时像揣摩别人样读懂自己，唯有如此，我们才能不断丰富自己，超越自己，才能得到别人的认可敬重与爱戴。我们在饱尝过人生的酸甜苦辣后，才能逐渐磨砺出坚强的意志。因此，我们每个人一定要不断地勤奋学习，认识自己，用一生的心血去读懂和悟透自己，去唤醒自己生命内在的潜力，追求精彩的人生，成为生活强者！

强者是外表谦虚，内心却非常强大！强者是战胜自己！忍让但不畏惧，自知但不自大，自省自律不妄自菲薄，能宽容他人的无知，睿智但不骄傲，聪敏但不轻浮，坚持但不顽固。小聪明人眼里的愚顿者懦弱者也许正是最强者。

生活中的浪花很多很多，但有些浪花会永远激荡在记忆的深处，让人久久难以忘怀。“生活是一条路，怎能没有坑坑洼洼；生活是一杯酒，怎能没有酸甜苦辣。”生活本来苦乐参半，何必强求尽善尽美。沟算什么，坎算什么，走过去了，头上依然是蓝天，脚下依然是大地。贫穷并不可怕，痛苦并不可畏，磨难是人生的一笔财富，一笔谁也抢不走的财富。年轻需要经历，需要磨难，更需要这笔能让你当生活的强者的财富。

三毛曾说过：“既然躲不掉这个担在身上的角色，那么只有微笑着大步走出去，不能在这一刻还有挣扎。走上去，给自己看，给别人看。告诉曾经痛哭过的自己：站出来的，不是一个被困难和忧伤压倒的灵魂。将一切苦难当作成长的跳板，微笑着去面对。生活并不总是那么圆圆满满，在人生的道路上并不总是春天，每个人的一生都注定要跋涉，要品尝苦涩与无奈，要经历挫折与失意。艰难险阻是人生对你的另一种形式的馈赠，坑坑洼洼也是对你意志的磨砺和考验。如果能正确地看待失败与挫折，你就会增添坚强、自信和继续奋斗的动力，能使你一步一步慢慢成为生活中的强者。

人生因拼搏而波澜迭起，因拼搏而绚丽多彩，因拼搏而风光无限。一个人只要心中装有理想，就会拥有一种乐观的心态，健康的心态，苦干加巧干，并且胜不骄败不馁，不轻言放弃，一定会抓住每一次机遇，认真迎接每一个挑战。只要心中有理想，他一定会以“人生能有几回搏，今日不搏何时搏！”的精神奋力拼搏，创造人生的亮点，造就人生的辉煌。不管胜与败，只要你们能问心无愧地说：“我尽力了！”这样，在你们结束最后一段在校学习的生活以后，留下的就只有骄傲和微笑，而不是遗憾与羞愧。

人的一生中，多少成功和欢乐能够欣慰的留给自己；人的一生中，又有多少失败的苦痛能够洒脱地留给记忆。我们要学会奋斗，因为未来的路还很长，一切需要我们去开辟。生活是一条充满着惊涛骇浪的长河，只有勇者才能驾起命运的船，搏击巨浪，傲然前进。挫折，困厄，失败，那是像风和雨一样，不可回避，但是强者们学会了奋斗，最终必定会获得成功。

我们在生活中不断学习不断进取不断奋斗，终有一日会成为生活的强者！

谢谢大家，我的演讲完毕。

**第二篇：做生活的强者**

做生活的强者

——《因为痛，所以叫青春》读后感

高一.28班周宇

青春，破茧成蝶的疼痛,感动与辛酸交织，回忆与怀念并存。世界是不公平的，命运是不公平的。

你总会发现同样的条件，同样的努力付出，但是最终所得的结果确实如此大的差异。我们得承认我们所在的现实社会的缺憾，正确地认识所面对的世界使我们开始真正人生旅程的开端。只有正确地认识它，我们才能适应它，才能通过自己的努力去改变它。

我们经常会做错许多事情，有时候明明知道不可为，但是你还是做了，于是你会说自己的运气不好，倒霉。其实这就是世界的不公平所造成的，同样做坏事为什么就有人免于受罚，而你却不能逃脱？很多人说过，青春对于我们来说是最珍贵的，没错，青春万岁！但青春并不完美，也有疼痛，那种被撕扯着不得不成长的疼痛。

其实我们一直都不寂寞，只是我们太沉默；不是我们愿意沉默，而是我们以为自己很寂寞。

你要懂得生活就是一条坎坷的路，需要我们用自己的脚去走过人生的跌宕起伏，欣赏沿途的风风雨雨。

青春就是这样，有时候不得不去接受残酷的事实，而有些人更愿意沉睡在回忆和幻想中。梦醒来，我们又要到哪里去寻找曾经熟悉的感觉。有些事，有些人，停留在发生的那天不肯走，看时光的残酷，舍不得被遗忘。有些事，有些人，明明发生在不久的昨天，还来不及明白时光的残酷，就已经被埋没在了光阴的尘埃中了。这些人的这些事，是不是曾与自己有着莫大的关联，只是后来遗忘了？是不是90后都特别的多愁善感？总在感叹往事，总想找回那份曾经属于自己的温暖。遗留在昨天的往事，却只能在梦中寻找了。

这个世界上很多东西是恒定的。有时候你会发现自己在获得大量金钱的时候，也失去了很多，生活并没有像你所想象的那样，在你获得金钱的同时，给你带来更多美好而幸福的东西，因为你的承受量是一定的，你要努力去获得大量的金钱，那么生活只能用你的健康﹑幸福甚至是生命去换取你所追求的幸福。

做生活的强者。在面对不公平的时候，我们能做的只能是满怀希望，更加的努力，风雨兼程，一样到达胜利的彼岸，然后通过自己的成功去逐步改变世界的不公平，世界才能渐渐更加美好。而不是一味地抱怨世界的不公平，抱怨自己的命运，向不公平低头，这样你只能继续走在灰暗的世界中。让风继续嗥叫，让雨继续杀戮。强者在风雨兼程，风会吹去强者昨日的悲伤，雨会洗去强者身上的血迹，风雨只能让强者更加坚定前行的步伐。做生活的强者，勇敢地面对现实，一切艰难险阻都会向你低头，为你让路，让你在走向希望的太阳的时候，满载荣光！

**第三篇：做生活的强者**

做生活的强者

陈庄镇中心小学 杨梅

随着年龄的增长，能力的严重滞后，我越来越感受到生活的压力无处不在，有时深夜被一个噩梦惊醒就无法入眠。所以不断的调整自己的心态成了我净化心灵的良药。我深切地感受到，在我的内心深处有一个声音呐喊：人生路上困难无处不在，我们每个人都要争做强者，笑对困境，勇往直前！

高士其是我国科普作家。在外国留学时，有一次做实验，一个装有培养脑炎过滤性病毒的玻璃瓶子破裂了，病毒侵入了他的小脑。从此留下了身体致残的祸根。他忍受着病毒的折磨，学完了芝加哥大学细菌学的全部博士课程。回国以后，他拖着半瘫的身子，到达延安工作。解放后病情恶化，说话和行动都十分困难，连睁、合眼都需要别人帮助。但他仍以惊人的吃苦精神进行创作，先后写成100多万字的作品。有人问他苦不苦，他笑着说：“不苦！因为我天天都在斗争，斗争是有无穷乐趣的。”

19世纪法国闻名的科幻小说家儒勒。凡尔纳第一部作品《气球上的五星期》一连投了15家出版社，均不被赏识，第16次投稿才被接受。美国作家杰克。伦敦最初投稿，也没有一家出版社愿意发表，以致他不得不去干苦力。后来他的《北方故事》才由一家有眼力的《西洋月刊》看中，一举成名。丹麦闻名童话家安徒生处女作问世，有人知道他是一个鞋匠的儿子，即攻击他的作品“别字连篇”、“不懂文法”、“不懂修辞”。但他毫不气馁，笔耕不辍，终于成名。英国诗人拜伦19岁时写作的《闲散的时光》出版后，即有人把他骂得“狗血淋头”，说他“把感情抒发在一片死气沉沉的沼泽上”。然而拜伦并未退却，而是以更为优秀的诗作往返敬那个诽谤者。

马克思说，“生活就像海洋，只有意志坚强的人，才能到达彼岸”。古今中外，所有取得成功的人，都是笑对困境，自强不息。无论是东汉的张衡，还是明朝的李时珍；无论是德国的爱因斯坦，还是美国的爱迪生，他们的成功不都是由坚定的信念、不懈的努力和自强不息的精神获得的吗？如果没有坚定的信念，那么李时珍能翻山越岭，冒死登上峭壁，采集各种草药吗？如果没有不懈的努力，爱迪生会成为“科学发明之父”吗？如果没有自强不息的精神，爱因斯坦能成为杰出的物理学奠基人吗？无数的事实让我们明白，成功的背后，是废寝忘食的学习，是孜孜不倦的工作，是无数次的失败，是来自四面八方的各种压力„„

美国盲聋女作家、教育家。幼时患病，两耳失聪，双目失明。七岁时，安妮·沙利文担任她的家庭教师，从此成了她的良师益友，相处达50年。在沙利文帮助之下，进入大学学习，以优异成绩毕业。在大学期间，写了《我生命的故事》，讲述她如何战胜病残，给成千上万的残疾人和正常人带来鼓舞。这本书被译成50种文字，在世界各国流传。以后又写了许多文字和几部自传性小说，表明黑暗与寂静并不存在。后来凯勒成了卓越的社会改革家，到美国各地，到欧洲、亚洲发表演说，为盲人、聋哑人筹集资金。二战期间，又访问多所医院，慰问失明士兵，她的精神受人们崇敬。1964年被授于美国公民最高荣誉–总统自由勋章，次年又被推选为世界十名杰出妇女之一。

生活的海洋越广阔，风浪就越大；成功的机遇越多，受挫折的次数也越多。对待挫折，著名的数学家华罗庚曾经说过：“在科学的道路上没有平坦的大道可走，只有一条条弯曲的小径。只有不谓攀登的人，才有可能登上科学的顶峰。”强者在挫折面前会愈挫愈勇，而弱者面对挫折会贸然不前。我们要正视挫折，正确对待挫折，只有这样才能让挫折成为我们走向成功的阶梯。

**第四篇：自信 做生活的强者演讲稿**

自信 做生活的强者演讲稿

独立!勇敢的去面对呀 做生活的强者

勇敢去面对困难 自信 独立 不要脆弱 加油我知道你能行的!做生活中的强者

一定要坚强。没有过不去的火岩山 做生活的强者 作文

感觉生活一定动力都没有，我现在选择的工作时业务 可是我却整天都懒，怎么才能让我变得积极起来呀 我朋友不少 我朋友不少 好的坏的都有 生活一点也充实不起来做生活的强者说课稿

如果说烟花的寂寞是为了瞬间的美丽，那麽，你的寂寞又是为了什么？？ 淡出，在世间的喧嚣和繁杂中淡出； 在人们的悲凉和冷漠中淡出；

在自己的疯狂和执着中淡出、、、、、、、、、如果这个世界还有所谓的属于自己的生活方式`。。。。。。。

真的好想静下心来，一切不再随心所欲，很多时候都感觉自己已经丧失了思考的能力，面对世界的一切总是充满着矛盾，充满着无奈，伴随着无助与绝望并肩\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\* 我不知有什么信心、希望、能力面对明天面对一切。大学—曾经的梦想天堂，当跨进时我已没有任何勇气去面对曾经的誓言，曾经的执着，曾经一切的一切、、、、、、、、不是我已忘记曾经，也不是我逃避现实，似乎更多的是力不从心。生活，我是一个悲观者，悲观的无地自容，也只是在装傻的同时才能情醒，而在清醒的同时却又迷茫着，或许更多的是苍白无力，我不知到“苍白无力”意味着什么，却又喜欢着这四个字，就象没有目的没有任何奢望的喜欢着“默然”这两个字一样。默然\_\_曾经，而现实//却又充满着热情，只是感觉自己已经离那种境界越来越远，已经寻找不到任何踪迹，而留下自己仍在原地默默的守侯，眺望着、、、守侯些什么？我不止一次问自己，等待些什么？或许就象等待戈多一样漫无目的的等待着、等待着、、、、、、、、、、、、、、、现实等待 没有过多的怨言 我想你现在的感受可能跟我是一样

静坐时细细的我们慢慢的思考我们都干了些什么 以后会怎么样 迷茫 彷徨 是我们这个年龄段的专利 可是怎么摆脱这些呢

必须给自己施加压力 鞭策自己 为了父母我们也不能继续如此堕落下去 加油 相信自己能做好

好巧 你也叫漠然 呵呵奋斗 做生活的强者

报名当义工。做生活的强者ppt

找点事情做，忘记迷茫 做生活的强者 班会

开开心心的 未来强者

给自己制定生活目标 朝着目标去努力 学习使人充实

多交有益的朋友 未来强者幼儿园

找一个爱好吧，生活没有目标就会觉得迷茫啊，也不要想这个爱好能有什么用，只要是你自己擅长的总有一天会因为这个爱好而成功的，加油~！最近我也在学习画画，也想不出有什么前途，但是画画的时候觉得自己就是自己就够了

我们的情况很像 只能是根据自己的喜好来做事了 深入了解一行 另谋发展 祝我们好运！

生活有时候会是这样的

总有这样那样的困难挫折压得你踹不过气来。但生活总是要继续下去的，无论你怎么看待生活。

所以，消极的时候就可以去干干让人开心的事情，唱唱歌，出去吃点东西 和朋友一起玩玩都是不错的选择，但要注意生活不能长期消极，你可试着将眼光发大放远一些

想想身边的爸爸妈妈，亲戚朋友，他们不都跟你一样需要生活下去么?

至于你说未来很迷茫，其实我们大家都一样 谁也说不清楚自己的未来究竟会怎样

你要做的就是好好的把握每一天，不时地停下来想想未来 但脚步不能停下。

生活永远属于强者，努力，加油！！

那你就不要去想这些事情。不要去想自己到底有多懒 把自己该做的事情一件一件的坚持到底，一件一件的做好。或许有点难度，但为了自己的发展，要克制自己，拿出勇气！！加油！！！

是不是感觉自己很无能很没有用 觉得自己没有什么一技之长又找不到好工作啊？我也是这样。以前感觉自己在混日子每月挣的前就够自己花销的！过来一段时间交了一个女朋友，这下好了，为了体现男人气魄每次出去玩吃饭都是自己花钱。可就那么点工资够干嘛的啊！有时候还跟家里要钱。爸爸妈妈都是农民每月也挣不了多少钱，感觉自己很没有用，我自己还是比较孝顺的，有时候真很恨自己。为什么当初没有好好读书！过来一年想和女朋友结婚，可她要求我在北京买房要不没戏！一年里为她我付出了很多可到最后就换来这句话！伤心的我哭了几天！后来交俩个女朋友也是势利眼就知道钱！没有办法心里很沉痛。想想自己也都27了家里也着急我的婚事，过来几天家里给我电话说给我介绍了一位。相亲的那天我看了 个子不高人长的也不好看 心里本来是不同意的，只是她的一句话让我感动了！我家条件不好她家条件在我们老家那是好的很。她说只要我喜欢他哪怕在穷我也愿意！就是因为这样我和她结婚了。婚后我一样无所事事，决定从家里拿点钱去学点手艺，就学了笔记本工程师搞硬件维修，可没有想到回到家里我们这边搞技术的都快要饭了。没有好工作。一月也就一千一！真是要命，我老婆呢现在一月一千八有时俩千五呢！我真是郁闷现在还要老婆养我呢！不过现在心里总归有点盼头也许以后会好的心里也不那么空虚家里有一个人在等你。小俩口的生活让我很开心！

路都是走了以后才知道近远！慢慢来吧，以后会好的你自己不行也许你老婆行。以后的事谁知道呢！加油哥们不要灰心嘛。

懒惰是会恶性循环的，怎样克服它：定一个目标，有信心有计划的一步步去实现，你的生活就踏实了。

洞察亲朋在乎的事呀，努力帮他们实现愿望，你会很充实，快乐。一快乐了，就会有很多能量用不完，积极性大盛。

感觉你没有目标

想一个自己想做但又没做的事情来充实自己，那个时候你不会有这样消极的感受了

别让自己太闲了，很多人都有过你这样的感受

人生就是酸甜苦辣，你这只是暂时的一个过渡阶段，会好起来的

建议上网聊聊天交友，听歌、旅游、。

可帮抚孤寡老人,不想动手干活也可陪他们说说话聊天呀!

如果你选择相信我,我觉得你可以去学学跆拳道在学跆拳道的同时,你可以学到它的精神而且跆拳道也不太难学对身体素质要求也不是太高它能令你变积极的~!

**第五篇：顽强拼搏 做生活的强者**

残奥会赛场上比奥运会赛场上多了一份动人心魄的精神震撼，这种精神就是残疾人运动员顽强拼搏的精神。看残奥会时，时而会唏嘘感叹，时而常会沉默落泪，但那不是对运动员的同情，而是对他们百折不挠、自强不息精神的叹服。这些身残志坚的运动员付出了常人难以想象的艰辛，才得以骄傲地站在残奥会的赛场上，用出色的表现为国家的荣誉和人的尊严而战，向人们展示他们积极进取、乐观向上的朝气和活力。他们更值得尊敬。苦于耳疾的贝多芬在失聪的情况下勇敢地扼住命运的咽喉，创作出《命运》、《田园》等传世的交响乐；今年春节晚会上，21位聋哑演员一支美轮美奂的舞蹈《千手观音》让多少观众激动、震撼。残疾人用自强、自立、自尊、自信顽强地与生命进行抗争，铸就了非凡的辉煌。生命是值得敬畏的，敢于超越自我，顽强拼搏的精神，更加值得敬畏和发扬。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！