# 关于坚持的一分钟演讲稿范文三篇

来源：网络 作者：梦里花开 更新时间：2025-05-31

*言语，又称言语或言语，是指在公共场合，以有声语言为主要手段，以肢体语言为辅助手段，清晰、完整地表达自己的观点和意见，澄清事物或表达情感的一种语言交际活动，针对具体问题进行宣传和鼓励。 以下是为大家整理的关于关于坚持的一分钟演讲稿的文章3篇 ...*

言语，又称言语或言语，是指在公共场合，以有声语言为主要手段，以肢体语言为辅助手段，清晰、完整地表达自己的观点和意见，澄清事物或表达情感的一种语言交际活动，针对具体问题进行宣传和鼓励。 以下是为大家整理的关于关于坚持的一分钟演讲稿的文章3篇 ,欢迎品鉴！

**第一篇: 关于坚持的一分钟演讲稿**

　　老师们，同学们：

　　早上好!

　　今天我讲话的题目是《成功之路 贵在坚持》。这周周六，是我们六年级同学毕业考试的日子，所以我今天的讲话专门讲级他们听的。跨栏英雄刘翔同学们应该非常熟悉。他八岁开始体育运动生涯，在十几年的刻苦训练中，每天面对的就是奔跑、起跳、跨越，日复一日，年复一年，这对于热爱音乐、电脑的十几岁的少年刘翔来说，是何等的枯燥、乏味!但是，刘翔坚持下来了，十几年如一日的刻苦训练，成就了刘翔，雅典奥运会上，一个令西方世界惊诧不已的东方神话横空出世，事实证明黄种人也可以在短跑项目中夺冠!刘翔带给全中国人民的是无上的荣耀和自豪。

　　同学们，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。为准备期末考试，同学们每天都很辛苦，尤其是六年级同学。但大家都能够坚持住，这是多么难能可贵，我们都不曾吝啬汗水，我们一天天在进步，单调枯燥的作业、考试就是对我们耐力的最好考验。

　　其实与生活在城镇里的学生相比，我们的作业负担可以说是非常少了，每天当我们已经放学在家的时候，他们可能还在教室里学习;当我们吃过晚饭在看电视的时候，他们可能还在老师家补习;当我们正享受双休日快乐的时候，他们却正在兴趣班里接受培训……同学们!不怕辛苦，坚持努力!有一天，你会发现你所收获的远远大于你的付出，那就是——一颗坚持的心!

　　同学们，当困难拌住你成功脚步的时候;当失败挫伤你进取雄心的时候;当负担压得你喘不过气的时候，不要退缩，不要放弃，一定要坚持下去，因为成功之路，贵在坚持。

　　我的国旗下讲话到此结束，谢谢大家!

**第二篇: 关于坚持的一分钟演讲稿**

　　尊敬的老师，亲爱的同学们：

　　大家好!

　　马克思曾经说过：“生活就像海洋，只有坚持不懈的人，才能驶向成功的彼岸。”人生亦是如此，坚持者，事竟成。生命因坚持而精彩。

　　小草穿透了岩石厚土，得到春回大地的精彩，而那些半途而废的，只能沦为一芥空壳;雄鹰翱翔于天际，得到了“会当凌绝顶”的精彩，而那些因惧怕劳累而久栖于林的鸟儿，便成了猎人的囊中之物;小溪突破了巉岩险阻，得到了波澜壮阔的精彩，而那些静止不动的，便成了死湖。唯有坚持，生命才会精彩。

　　坚持是刘伟在钢琴上弹奏的优美旋律。被高压电击毁了双臂，当众人扼腕叹息这生命的悲哀时，刘伟没有放弃自己，而是在钢琴上刻下“坚持就是胜利”变奏的旋律是他努力飞翔的痕迹，脚上的血泡变成了厚茧，经过十年如一日的坚持练习，最终在《中国达人秀》中绽放出属于你的精彩。倘若他因脚上出现的血泡而放弃了弹琴，那么你现在只会是一个被人看不起的残疾人。可幸的是他坚持了下来。生命因坚持而精彩。人只有坚持不懈，在坚持中不断突破自己的极限，才能绽放出属于自己的精彩成就自己辉煌的人生。

　　坚持是马布里的“Iamgood!”常规赛的低迷，让网友对已经三十八岁的马布里质疑不断，确实马布里不再年轻，浑身的伤病使他应付不及，在这一刻，他没有选择放弃，没有选择自甘沉沦，而是坚持，比别人更多，更加刻苦地训练。他取消了球队发放的假期，坚持训练。即使面对肋骨已断的情况，仍然咬牙坚持，面对教练对伤情的询问，马布里总是回答道：“Iamgood!”。就是这样的一种坚持，让马布里在总决赛中大放光彩，一举拿下这个冠军。马布里在逆境中选择了坚持，在坚持中不断的完善自己的球技，才赢得了领奖台上属于他的精彩。

　　是啊!我们每个人成功的背后，都少不了坚持，唯有坚持才能突破自己的极限，不断成长，等待你的将会是属于你自己的精彩与辉煌!我们的成长因有坚持才显得精彩，我们的生命生命因坚持而更加辉煌!

　　人生好似万米长跑，有些人半途而废，面对困难低下了头。而有些人面对困难，咬牙坚持，等待他们的将会是属于他们的精彩与辉煌。

**第三篇: 关于坚持的一分钟演讲稿**

　　仰观宇宙之大，纵论古今名人，凡是功成卓绝之人，他们都有一个成功的秘诀，那就是坚持!坚持是取得成功的必备素质。

　　它犹如一条红线，贯穿了始终，是长久不变的意志表现。

　　“骐骥一跃，不能十步;驽马十驾，功在不舍。

　　锲而舍之，朽木不折;锲而不舍，金石可镂!”这句话充分说明了一个人如果有恒心，一些困难的事情便可以做到;没有恒心，再简单的事也做不成。

　　胜利贵在坚持，要取得胜利就要坚持不懈地努力，饱尝了许多次的失败之后才能成功，即所谓的失败乃成功之母，成功也就是胜利的标志，也可以这样说，坚持就是胜利。

　　古往今来，许许多多的名人不都是依靠坚持而取得胜利的吗?

　　《史记》的作者司马迁，在遭受了腐刑之后，发愤继续撰写《史记》，并且终于完成了这部光辉著作。

　　他靠的是什么?还不是靠坚持而已，要是他在遭受了腐刑以后就对自己失去信心，不坚持写《史记》，那么我们现在就再也看不到这本巨著，吸收不了他的思想精华，所以他的成功，他的胜利，最主要的还是靠坚持。

　　外国名人杰克·伦敦，他的成功也是建立在坚持之上的。

　　他坚持把好的字句抄在纸片上，有的插在镜子缝里，有的别在晒衣绳上，有的放在衣袋里，以便随时记诵。

　　终于他成功了，他胜利地成为了一代名人，然而他所付出的代价也比其他人多好几倍，甚至几十倍，同样，坚持也是他成功的保障。

　　荀子说：“骐骥一跃，不能十步，驽马十驾，功在不舍。

　　”这也正充分地说明了坚持的重要性，骏马虽然比较强壮，腿力比较强健，然而它只跳一下，最多也不能超过十步，这就是不坚持所造成的后果;相反，一匹劣马虽然不如骏马强壮，然而若它能坚持不懈地拉车走十天，照样也能走得很远，它的成功在于走个不停，也就是坚持不懈，这也就像似龟兔赛跑：兔子腿长跑起来比乌龟快得多，照理说，也应该是兔子赢得这场比赛，然而结果恰恰相反，乌龟却赢了这场比赛，这是什么缘故呢?这正是因为兔子不坚持到底，它恃自己腿长，跑得快，跑了一会儿就在路边睡大觉，似乎是稳操胜券，然而乌龟则不同了，他没有因为自己的腿短，爬得慢而气馁，反而，它却更加锲而不舍地坚持爬到底。

　　坚持就是胜利，它胜利了，最终赢得了比赛。

　　“水滴石穿，绳锯木断”，这个道理我们每个人都懂得，然而为什么对石头来说微不足道的水能把石头滴穿?柔软的绳子能把硬梆梆的木头锯断?说透了，这还是坚持。

　　一滴水的力量是微不足道的，然而许多滴的水坚持不断地冲击石头，就能形成巨大的力量，最终把石头冲穿。

　　同样道理，绳子才能把木锯断。

　　功到自然成，成功之前难免有失败，然而只要能克服困难，坚持不懈地努力，那么，成功就在眼前。

　　在我们现在的学习中，一定要学会坚持，只有坚持才能取得成功，所以说，坚持就是胜利。

　　总览古今中外，大凡有成就的人，无不具有坚持的精神。

　　《史记》这部鸿篇巨著被世人称之为“史家之绝唱，无韵之离骚”，可你知道，它是司马迁耗费了17年的时间，不顾宫刑的折磨，呕心沥血的杰作。

　　更有李白铁杵成针，屈原洞中苦读，匡衡凿壁偷光，他们的精神印证了“贵有恒，何必三更五更睡，最无益，只怕一日曝十日寒”的真理。

　　他们用行动告诉我们，只要有滴水穿石的精神，持之以恒，成功不会遥远。

　　大家都熟悉愚公移山的故事，愚公之所以能够感动天帝，移走太行、王屋二山。

　　正是因为他具有锲而不舍的精神。可见，成功离不开坚持。

　　让我们站在此刻的起点上，坚持到底，永不言弃。

　　用今天的刻苦，铸就明日的辉煌!

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！