# 大学生自强不息励志演讲5篇范文

来源：网络 作者：青苔石径 更新时间：2025-07-02

*一个人，如果他的心态不够积极向上，那么他的人生也不会有什么改变。相反，还会把自己束缚在内。下面是小编为大家带来的大学生自强不息励志演讲，希望大家喜欢!大学生自强不息励志演讲1亲爱的老师，同学们：沁人心脾的清香，是青春的气息;金光闪闪耀眼的金...*

一个人，如果他的心态不够积极向上，那么他的人生也不会有什么改变。相反，还会把自己束缚在内。下面是小编为大家带来的大学生自强不息励志演讲，希望大家喜欢!

**大学生自强不息励志演讲1**

亲爱的老师，同学们：

沁人心脾的清香，是青春的气息;金光闪闪耀眼的金黄色，那是青春的光芒;打击灵魂的震撼是青春的力量。青春是一本书，有悲有喜;青春是一条河，温柔而险恶;青春是早摘的苹果，甜而涩。青春是一条充满风景的路，平坦而坎坷!

因为青春，你可以飞翔!随着青春的步伐，我们充满活力和热情;吐槽青春气息，我们自信开朗大方;凭着青春的力量，我们昂首阔步，铿锵前行;带着青春的笑容，我们美丽端庄，自信坚强;带着青春的希望，我们积极进取，争取进步;抱着青春的梦想，我们扬起人生的风帆，向着初升的太阳扬帆起航!

因为青春，所以快乐!青春，用她清脆而清晰的声音，呼唤着我们内心那沉寂已久的激情;青春，以其优美柔美的声音，牵引着深深藏在我们心中的希望;青春，用她激昂而有力的话语，描述了我们生活中经常出现的美好和缤纷!青春，让我们敢想敢做，我们努力，我们奔跑，我们坚持，我们不知疲倦，所以我们无怨无悔!

青春，生命中最耀眼的那颗星。可是，忽然发现，那竟是颗转眼即逝的流星。

当我们自甘堕落的时候，她正迈着矫捷的步伐悄悄从我们背后走过;当我们迷茫懦弱的时候，她正敲着警钟急急地催促我们;当我们不知进取的时候，她正驾着时间的马车快速地从我们身后驶过……

可是，没人留心她的脚步，没人在乎她的即将离开。于是，我们大把大把的挥霍着青春，直到有一天，我们发现自己不再那么强壮了，不再那么有活力了，我们才害怕她的远去，我们才开始去寻找她的足迹，却迟迟看不到她的身影。

**大学生自强不息励志演讲2**

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好!

我想问一个问题，同学们，你们喜欢挫折吗?我想答案是否定的。但不管你喜欢不喜欢，不管你愿意不愿意，挫折随时都可能翩然而至。

那么怎样去面对挫折呢?“自古英雄多磨难。”历史上许多志士仁人在与挫折斗争中做出了不平凡的业绩。

越王勾践面对亡国大耻，痛定思痛，卧薪尝胆，终成复国大业，音乐巨匠贝多芬面对双耳失聪的人生厄运，告诫自己，要扼住命运的咽喉，于是演奏出了辉煌的《命运》绝响;海星面对手足瘫痪。视力微弱的人生挫折，信念不到，笔耕不辍，吟唱出了誉满人间的不朽诗篇。

是的，挫折虽给人带来痛苦，但它往往可以磨练人的意志，激发人的斗志;成就辉煌的事业。科学家贝利佛里说过：“人们最出色的工作往往是在处于逆境的情况下做出的。”因此可以说，挫折是造就人才的一种特殊坏境。

当然，挫折并不能自拔地造就人才，也不是所有经历挫折的人都能有所作为。法国作家巴尔扎克说：“挫折就像一块石头，对于弱者来说是绊脚石，让你怯步不前;而对于强者来说却是垫脚石，使你站的更高。”只有抱着崇高的生活目标，树立崇高人生的理想，并自觉地在挫折中磨练，在挫折中奋起，在挫折中追求的人，才有希望成为生活的强者。

挫折是一种有力度的人生体验，大波大澜能壮阔人的心灵!大劫大难你能磨砺人的心灵，大悲大恸能清洗人的心灵，大羞大辱能澄明人的心灵。每个人在与命运抗争的过程中，虽有苦有难，但却能促人成熟。“猝然临之而不惊，骤然加之而不怒。”敢于面对挫折的考验，以斗士的姿态正视困难，方呈现出无穷的魅力和价值，才会逐渐变得坚强，变得勇敢，笑对挫折，笑对人生。

善待挫折，就是善待人生，善待生活!

同学们，让我们善待挫折，成就辉煌人生吧!

**大学生自强不息励志演讲3**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好!

清晨，一缕阳光随着春风飘进教室，懒洋洋地洒在每位同学的笑脸上;如梦般的歌声慢慢响起：充满鲜花的世界到底在哪里，如果它真的存在，那么我一定会去，关于理想我从来没选择放弃……

梦是蓝天的一片流云，轻盈的飘着;梦是山野里的一朵小花，努力地绽放着;汹涌澎湃的刚健，也需要清风徐来，水波不兴的轻柔。

追梦，少年强则国强。青少年是祖国的栋梁，是国家的根基，年少的我们更应该拼搏。正如毛泽东所说：恰同学少年，风华正茂，书生意气，挥斥方遒。年轻的我们充满朝气，正如花儿般的满怀希望。我们更应该努力拼搏，用自己的智慧与汗水浇灌祖国的梦想。

追梦，为祖国而奉献。从古至今，有多少有志学子，在国难当头的时候毅然投笔从戎，奔赴疆场，为祖国甘洒热血。只解沙场为国死，何须马革裹尸还，抗日英雄杨靖宇是人民心中的英雄，中华民族的脊梁。他用短短15年的时间书写了不朽的诗篇，用自己的热血浇铸了一座巍峨的丰碑，永远树立在祖国和人民的心中。

追梦，享受幸福的过程。幸福不是别人给予的，而是源于自己。时光清浅，岁月嫣然，携一抹感悟流年里，那些镌刻在生命平仄韵律中的温暖便是幸福的痕迹。幸福可以很简单，会是一个笑容，会是一个拥抱，会是一句关心的话语。友善、和谐也是中国梦的一员，我们也要朝着这个方向去奋斗。助人为乐的道德楷模孙茂芳曾说：我干不了大事，但是愿意从小事做起，做空巢老人的“小棉袄”，残疾人的“小拐杖”，有困难人的“小油灯”，雷锋精神的“小广播”，青少年成长的“小雨滴”。所谓幸福，不是天天吃最好的食物，穿最好的衣服，用最昂贵的化妆品，住像皇宫一样的房子，而是用自己的微薄之力给他人帮助，带给他人温暖。在追梦的过程中，我们会不知不觉体会幸福。帮助他人，快乐自己。

“向前跑，带着赤子的骄傲，生命的闪耀不经历磨难怎能看到，与其苟延残喘，不如纵情燃烧吧，为了心中的美好，不妥协直到变老……”随着班歌的尾声也渐渐消失，我回过神来，有多久没有静下心来体会季节的明媚了?有多久没有停下脚步聆听心灵的美好了?抬起头，看了看教室里朝气蓬勃，奋笔疾书的同学们，望向了窗外的春天，我看到了中国美好的明天，繁荣而昌盛。

**大学生自强不息励志演讲4**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好!我演讲的题目是《流泪不如流汗》。

流泪和流汗虽然都是生理现象，但是只要你仔细去分析，它们又是不同的。

当我们遇到困难，或是遭遇挫折时，有的人总是一把鼻涕一把眼泪地哭，有时甚至哭上半天，丝毫不知自己为何要流泪。记得有一次我有几道数学题不会，得不到解答，于是就哭了。这时爸爸走过来说：“柔吟，你不能因为几道数学题而哭。知道吗?流泪不如流汗，如果你肯花点时间去思考，下工夫去研究，就对你很有帮助了，多流一些汗，总比流泪要值得。”

我听了，马上擦干眼泪，再坐回去，仔细地分析题目中的每一个字，尽管汗珠一滴滴地流下来，我也不去擦拭，因为我知道了“流泪不如流汗”的道理。

在稻田里，经常可以看到那拿着锄头，‘旧出而作，日落而息的勤劳的农夫们，正一次又一次用锄头翻松泥土。看，汗水正从他们的额头流下，从他们的脸颊滑过，但他们不在乎，还是继续劳作。他们花力气流血汗，最后总会有收获。所谓“一分耕耘，一分收获”就是这个道理，可以说收获是流汗换来的。

一滴泪水和一滴汗水是不同的，流泪的人到最后还是一无所获，但是流汗的人羚力地工作，最后毕竟可以尝到成功的果实。

“流泪不如流汗”，我们别再浪费这宝贵的时间，想想：当你滴下择珠时，成功的果实已在萌芽，收获已在眼前了。同学们，多下点儿功夫，多流点儿汗，开创自己的一番大事业吧!

谢谢大家!

**大学生自强不息励志演讲5**

亲爱的老师，同学们：

大家好!

不同的两人看到同一朵花，一个人看到的是花开正浓，喜爱不已，看到了生命的希望与力量。而另一个人虽然看到盛开的花朵，却心想它开盛开越鲜艳就会越快凋零，为什么同样一件事物会在不同的人眼中会产生截然不同的想法呢?原因就在于有的人能用积极的心态看待每一件事务，而有的人却用消极的的心态对待人生，其实最值得珍惜的并不是已经失去的和还未得到的，而是你现在拥有的。

遇到任何困难，都要想到事物有两面性，而你就要用好的一面去对待事务。你不能事事顺利，但你可以事事尽心;你不能延续生命的长度，但你可以决定生命的宽度;你不能左右天气，但你可以改变心情;你不能选择容颜，但你可以展现笑容;只要你能做到这些，用积极的眼光看待事物，用微笑面对生活，那么一定会成为一位成功的人。

想做一个成功的人，必须要用微笑面对生活，用乐观的心态看待每一件事。

也许你做到了这些，可在有些方面上还是没有取得成功，但只要你做到了这些你就已经是一个成功的人了。应为你至少战胜了自己，只要用微笑面对困难，就可以打败困难。只有你想不到的事，但一定没有你做不到的事，只要自己不怕苦、不怕累，成功就一定志在必得。

举世闻名的科学巨匠——霍金，是一位在轮椅生活了20多年高位截肢的残疾人，他只能用简单的几根手指头活动，可他却或得了如此巨大的成就。这就是因为他能用微笑面对生活、用积极的眼光看待事务。如此巨大的伤害都能被他看得云淡风清，难道我们就不行吗?伟大的霍金是和我们一样平凡的普通人，他的条件比我我们任何人都要差，但是他并没有放弃希望，放弃生活。别人努力，我就比别人更努力十倍。只要积极的面对生活我们也能获得像霍金一样的成就。

拥有积极地态度会发现头上那片天很蓝，脚下的水很清，身边的一切都会变得美好!

我的演讲完毕。

谢谢大家!

**大学生自强不息励志演讲**

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找