# 演讲稿范文励志400字(汇总14篇)

来源：网络 作者：琴心剑胆 更新时间：2025-07-03

*演讲稿范文励志400字1理想之所以称为理想，是因为它是人们对未来生活的一种设想，而并非现实，理想与现实之间是有着一定差距的，但是它又与现实有着一定的联系，它基于现实之上，需要人们去实现。我们每一个人都有自己的理想，也许它距离我们很遥远，但是...*

**演讲稿范文励志400字1**

理想之所以称为理想，是因为它是人们对未来生活的一种设想，而并非现实，理想与现实之间是有着一定差距的，但是它又与现实有着一定的联系，它基于现实之上，需要人们去实现。

我们每一个人都有自己的理想，也许它距离我们很遥远，但是我们却可以通过努力来实现它，“世上无难事，只怕有心人”，我们的最终目的就是实现我们的理想，从而改变我们的人生。

然而，实现理想是一个拼搏的过程，它绝非易事，但我相信，只要努力、付出，理想也会为人所征服。

理想就好比是一座山峰，而实现理想的过程就是我们爬山的过程，最终爬上了山顶，我们也就实现了理想，同样也是到达了人生的顶峰，此时，我们就是胜利者。

但是实现理想的过程是艰苦的，要知道“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。

”只有经得住命运的考验，我们才能够实现理想，古语有云：“……故天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤……”说的也正是这个道理。

让我们给自己点上一盏理想之灯吧，当我们找不到方向的时候，当我们为失败而痛苦的时候，当我们因害怕前方的黑暗而不敢前进的时候，就想一想这盏理想之灯吧，它会驱走眼前的黑暗，点亮我们的人生！

**演讲稿范文励志400字2**

敬爱的老师，亲爱的同学：

大家好!

我很自豪，也很高兴，今天能站在这里发言。天高云淡，秋风送爽，作为代表发言，我心潮澎湃，红领巾是国旗的一角，是先烈们用鲜血换来的，他们时刻勉励着我们要积极向上，努力学习。

我曾经向你们那样盼望着带上鲜红的红领巾，做一名光荣的少先队员，随着年龄的慢慢增长，我也慢慢懂得怎样做一名合格的少先队员：正处于少年时代的我们，应该树立远大志向，好好学习，为将来建设我们的祖国而刻苦努力，不辜负先烈对我们的期望，不辜负我们胸前随风飘扬的红领巾，做一名品学兼优的好学生。在校尊敬老师，团结同学;校外我们更要处处严格要求自己，讲文明，讲礼貌，主动帮助他人，在家孝敬父母，认真做好老师布置的作业，更要主动帮父母做一些力所能及的事情。

同学们，从你们戴上红领巾的那一刻起，你就是一名关荣的少先队员了。你就会明白，自己是龙的传人，祖国的未来，所作所为都要对得起我们胸前飘扬的红领巾，我们要怀念历代先烈，严格要求自己，完成红领巾交给我们的使命!

**演讲稿范文励志400字3**

大家好!

巴金在自己的随想录中说过。“人不是点缀太平的。而是工作的，正因为有了荆棘，才需要我们在荆棘中开辟道路。”一个人来到世界上，平平坦坦过完一生是毫无意义的。要建立自己的天地，让成为主宰自己的主人。这一切都不可以空想，要靠实际行动、勇气、智慧、毅力才能实现。可是这条路不好走。放眼望去它若隐若现，只有一条荆棘丛生、弯弯曲曲、坑坑洼洼的小路。为了自己的目标，为了磨练自己的意志，我们必须果断的选择这条路。

从我们降生到世上那一刻起，注定要经历一翻彻骨寒。有人要逃避磨难，导致被小小的寒气所\_\_\_。我走在这条路上，永不后悔。我赤着双脚。用双手扒着荆棘，荆棘的锋芒和我的肌肤一次次零距离接触，伤痛让我一次次动摇决心，但我固守阵地，决不动摇!强忍伤痛依然义无反顾的朝目的地前进。虽说伤痛时常让我疼痛难忍。我却从中总结了不少经验，伤痕弥合留下了不少疤痕，每一个伤疤都是一次挫折，都是一次经验的积累，都是一次成长的标志，所以我不悲伤，坚定的走下去。只有在这样的道路上我才能充分挖掘自己的潜能。

曾几何时，刘邦、项羽目睹秦始皇浩浩荡荡的出游队伍、富丽华美的车帐、八面凛凛的威风，随生雄心万丈的自信：“大丈夫当如此也”，“彼可取而代也”。于是，汉高祖立千秋帝王大业，楚霸王成万古悲壮英雄。诗人李白自信，他发出了“天生我才必有用，千金散尽还复来”、“仰天大笑出门去，我辈岂是蓬蒿人”的浩叹，便有壮丽辉煌的诗章千古流传。巴尔扎克自信，放弃家人为他选定的职业，毅然走上创作道路，终有惊天动地的《人间喜剧》彪炳千秋。一代伟人^v^更自信，他高唱“自信人生二百年，会当击水三千里”、“数风流人物，还看今朝”，万水千山，披荆斩棘，铸造了共和国的辉煌，带来了亿万人民的幸福……

有了自信，中华民族便有了无数追求成功的动人的故事：“头悬梁，锥刺骨”、“凿壁偷光”、“囊萤映雪”……有了自信，一双脚便能穷尽大漠沙海，脚下就飘起“丝绸之路”，身后就有“丝路花雨”;有了自信，一双手便能雕绘出莫高窟的金碧辉煌，筑起葛洲坝“截断巫山云雨”，托起“神州号”飞船遨游神秘的天宇。

自信不是狂妄自大，也不是心血来潮，更不是“宁信度，勿自信也”形而上学的固执。它是理想进取中折射出的生命的灵光，是孜孜追求路途中永恒的生命潮汐，是成功碑塔下第一块灵活辩证的基石。

自信吧，朋友!有了自信，才会拥有自我，才会拥有成功，才会拥有辉煌灿烂的人生!

谢谢大家!

**演讲稿范文励志400字4**

同学们，青春无限好，只因没拼搏。只有释放青春的激情，才有辉煌的明天。让青春烈火燃烧永恒，让生命闪电划过天边，用所有热情换回时间，让年轻的梦没有终点！青春，是我们一生中最美丽的季节，她孕育着早春的生机，展现着盛夏的热烈，暗藏着金秋的硕实，昭示着寒冬的希望，充满诗意而不缺乏拼搏的激情，时尚浪漫而又饱含着奋斗的艰辛。当一个人的青春融汇到一个时代、一份事业中，这样的青春就不会远去，而这份事业也必将在岁月的历练中折射出耀眼的光芒。说到这里，我想起了这样一句话：“有的人活着，他已经死了；有的人死了，他还活着。”

同学们，“只要你是金子，就能放光，只要你斗志昂扬的面对生活，你就会有所获得。”路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。青春是学习的季节，青春是奋斗的岁月，不要停止我们前进的步伐，因为青春的路正长。有空的时候静下心来好好看看书，回头想想自己走过的路，为自己的人生做好一个规划，把自己的理想铭刻在心中，做一个甘于寂寞，敢于创新、干劲十足的青少年。

谢谢大家！我的演讲到此结束。

**演讲稿范文励志400字5**

1 . “多少钱？”我问。

2 . 在玉石市场，有人出价到五十万元，因为那石头看起来非常稀有。

3 . 一个一心向着自己目标前进的人，整个世界都会给他让路。现代社会，常说人生目标在于寻找和实现自我价值，那么什么是自我价值，它又如何体现呢？有人说，自我价值体现在一种成就感，是一种自我需要得到满足后的幸福感。简单的说，就是自我感觉良好，很幸福。那么我们就要问自己，什么时候我们会产生成就感呢？

4 . 鲨鱼的弱点

5 . 朱元璋听了，寡白的脸色和缓下来，心里一阵轻松，人一轻松，态度就好了，呵呵大笑，望望左右道：“如此高龄，如此辛劳，理应奖赏。”让人拿来二十两银子，赏给老人，摆出一副亲民的样子。内心里，却长长吁了口气：这样个聋子，能听清什么?

6 . 有时，困住我们的只是我们自己。

7 . 师父说：“没错！这是最完美的钻石，可是只有用钻石的眼睛才能看见它的价值。你每天追着我问：什么才是人生的真相，用菜市场的眼睛玉石市场的眼睛，和钻石市场的眼睛看到的人生真相都是不同的，你到底想用什么的眼睛来了解人生呢？你要先锻炼的是钻石眼睛，而不是不断的追问呀！”

8 . 大家好！我今天演讲的题目是《人生处处是^v^考场^v^》。

9 . 雨点落在地上，这是不是一种消逝呢？一阵微风拂面而过，一片枯黄的叶子轻轻地在风中迈着步子降落，这也是一种流逝吗？我总感觉，我心灵里也有一种东西正在轻轻地，悄悄地落下了……我看着那片落叶，仿佛看见了这片叶在树上的时候勤勤恳恳地为别的叶服务，落下以后还化成养分为大树提供营养，我呆了良久，被雨点撞击地面的巨大响声拉回了现实世界。我望着天，上面巨大的雨珠不断地落了下来，我把手伸出伞，触摸着雨。干燥了一天的我感受着这场雨为我，为人们带来的清凉，清爽。突然，我惊了一下，雨点也是在消逝，牺牲了自己，为我们带来凉爽……狗在用舌头触摸雨点，小鸟在枝头欢唱，可它们谁也没有注意到这是雨点的生命！这是雨点用生命换来的！看到这个情景，我又觉得我心灵里的某一种东西正在不停地坠落……它们都用自己仅有的生命来回报大地，我又能如何？

10 . 但仅有努力是远远不够的，大概它的智商是永远比不上我们的，这只盒子并不高，只要它换个方向，就能爬出去的。

**演讲稿范文励志400字6**

敬爱的老师，亲爱的同学们：

你们好!

别再把沮丧挂在脸上，别再把忧伤写在心里，别再把自责天天重复，别再把一些小小的缺点盲目的放大，换一个角度，换一种心态，你有没有发现，其实你已经很优秀!

三年高中，身边的同学有的选择了放弃，有的随波逐流，而你坚持到今日，这说明你首先是一个很有毅力的同学。人生中难得的不是一时的冲动，而是长久的坚持，和因为坚持所体现的毅力!

相信这种因为自我切身经历的拼搏所塑就的毅力，会成为一生的宝贵财富!

三年的高中生活，成就了你坚强的性格。坚强不是与生俱来的，它是一次次的成功失败对心智的磨砺，它是我们痛定思痛的大彻大悟。

三年，你已经变的很有气质，很有涵养。气质就是内在涵养的体现，内在的涵养来自于知识和素质的提高。这三年，你积累了包括文化、做人处事等丰富的知识已经从内在和外形进行了的塑造，一个肚子里装满墨水的人，体现的不仅仅是一种书生气，更是一种自内向外自然透露出来的气宇轩昂的品质。

备战高考的路上，相信自我的优秀，创造自我充满阳光的未来!

谢谢大家!

**演讲稿范文励志400字7**

大家好，这天，我演讲的题目是：只有勤奋才能成就人生。

中国有句俗话，叫做“一勤天下无难事”。唐朝文学大家韩愈就曾说过：“业精于勤，荒于嬉。”也就是说，学业方面的精深造诣来源于勤奋好学。唯有勤奋者，才能在无边的知识海洋里猎取到真智实才，才能不断的开拓知识领域，获得知识的报酬，武装自己的头脑。

勤奋，是扣开成功人生的敲门砖。

曾国藩是中国历最有影响的人物之一。传说，有这样一个搞笑的故事：一天，曾先生在家看书，重复诵读了很多遍却还没有背下来，这时来了个贼，却怎样也等不到他睡觉。贼人大怒，跳出来说：“这种水平读什么书！”然后将那篇文章背诵一遍，扬长而去！贼人比曾先生聪明的多，但他只能成为贼，而曾先生却成为连^v^都钦佩的人。

我们无法验证这个故事的真实性，就算是假的，我想这个编故事的人也无非想告诉我们这样一个道理：没有人能只依靠天分成功，上帝给予了人天分，人依靠勤奋而将天分变为天才！记得一位哲人以前说过：“世界上能登上金字塔的生物只有两种，一种是鹰，一种是蜗牛。”不管是天资奇佳的鹰，还是资质平庸的蜗牛，能登上塔尖，极目四望，精鹜八极，都离不开两个字——勤奋！

默默耕耘，用心付出，这样的人生，才是“勤劳的一生”。

谢谢大家！

**演讲稿范文励志400字8**

亲爱的同学们

上午好!

我想各位或许都知道，在当今的社会上，有这样一种现象：有着同样文凭、同样能力的两名男女大学生，同时到一家公司去应聘，男大学生顺利被聘用，而女大学生却被拒之门外，无人理睬。

这种现象真的让我很难理解，难道女大学生真的就不行吗?这个观念至今仍统治着相当一部分人的头脑，我的身边就有这样一位父亲，自己也是知书达理的人，他的女儿和儿子在同一所大学读书，可女儿上了大二，成绩比上大一时降了几分，于是，他便哀叹起来，：“唉，这女大学生到底是不行!”

亲爱的女大学生们，这话你们听了能不难过吗?作为一名女大学生，我难过，但难过以后是思索。

谁说女大学生不行!这无疑是一种无知。也许他们以为名闻天下的玛丽亚·居里竟是位男性科学家?而写了“生当作人杰，死亦为鬼雄”这一名句的李清照则是个有胡子的人了吧!至于那位曾是美国物理学会会长的荣誉博士吴健雄——这位出生于我们家乡的美籍华人，直到她回到家乡钻出小轿车，不少人才大吃一惊，竟是位女先生!

女大学生们，请暂且把烦恼搁起，你我她面对这些女中豪杰的成就，难道就不羡慕、不钦佩、不着急吗?

你们可否看过中国女排的训练?有人说：“中国体育不行!”好啊，不行?来呀，苦练!狠打!拼搏!怎么样!还不行吗?桂冠一次又一次的捧回来，国际声威大振，国内欢欣鼓舞，这些还不这是那些女孩子们拼搏来的?

事实胜于雄辩，行!真行!女大学生们，首要的是我们应摆脱世俗偏见的束缚，比如，有的女大学生因考试不顺利，就怨自己：“我真笨，唉，谁叫我是个女孩子呢!”那言外之意是说男孩子就该比女孩子聪明。

可笑吗?亲爱的女大学生们，你们是否也承认自己笨呢?黑格尔说过：“自卑往往伴随着怠惰……这样一种谦逊是一文不值的。”为什么自卑，仅仅因为自己是个女孩子吗?自卑的结果便是消极、迷惘，而消极、迷惘才是不行的真正病根，病魔缠身的轮椅姑娘张海迪，她自卑吗?在改革洪流中涌现的一大批女县长、女厂长、三八红旗手……她们迷惘吗?她们的成就告诉我们：女大学生们，快快擦干眼泪，把自卑、自贱统统丢到太平洋去，自强奋进，用我们自己的行动向世俗偏见宣战吧!

当然，女孩子发育阶段，由于生理上的原因，体力和智力可能受到某些影响，但假如我们都像女排姑娘那样有主心骨，再加上一大批袁伟民那样的好教练的扶持，还有什么拦路虎不能打掉呢?还有谁不相信“天才是百分之九十九的汗水加百分之一的灵感”是至理名言呢?记得，在渤海大学读书的一个同学，上学期她其它学科成绩都不错，就是数学不太好，有人说：“女大学生，有点成绩就差不多了。”可她就不信邪，抓住薄弱环节，刻苦钻研，辛勒的汗水终于换来了丰硕的成果，在今年三月份的数学竞赛中，她终于拿了奖，私下里她高兴地对我说：“哼!我就不信男大学生一定比我行!”

好了，我们真该搞个女大学生誓师大会，向那些至今仍有偏见的人们高声宣布：瞧瞧吧，女大学生真的不行吗?将来呀，你我她谁是工程师?谁是科学家?谁是文学家?巾帼敢与须眉争高下!让咱们比比看吧!

女大学生们，奋进吧!

谢谢各位!

女大学生们，你还在担心自己的前途吗?还在彷徨吗?请拿出你的自信，让我们坚信巾帼不让须眉 !

**演讲稿范文励志400字9**

大家好！

有进步的喜悦，也有后退的痛苦；有成功的泪水，也有失败的回忆，在这两年间，我们曾经哭过、笑过，也曾努力过，拼搏过。而这一切的一切，都已经成为一盏明灯，照亮着我们的人生之路。而我们，也在这些难忘的经历中不断地进步，不断地成长。

“要成大事，就得既有志向，又讲实际。”志向鼓舞着我们的斗志，梦想催促着我们勇往直前，我们要用徐霞客为自己的地理研究而三十年跋山涉水，从不放弃的坚持，用“铁人”王进喜与天斗，与地斗，与恶劣环境斗的坚定信念与坚强不屈，用拳王阿里不畏失败，沉着面对摧折的冷静，用牛顿般的勤奋，去拼搏我们的青春，闪耀无比的辉煌。

青春是生活赋予我们的礼物，青春之年的我们就如同早晨xxxx点钟的太阳，绽放着无限的光芒，可太阳每天都会升起，我们的青春只有一次，我们要把握这仅有的一次，在自己的天空中留下一道绚丽的彩虹！

谢谢。

**演讲稿范文励志400字10**

亲爱的老师、同学们：

大家好!

高考，是每个高中生智慧比武的大擂;高考，是人生旅途中初见曙光的十字路口;高考，是有志者放飞梦想的发射场。

别忘了，你是一个有理想、有自信的人，你要展示自我的实力;别忘了，你是一个有良知、懂报恩的人，你要回报父母的养育;别忘了，你是一个有骨气、有潜力的人，你要荣光老师的教诲。

请记住，中学人有“男拳”的威风，挥拳如风，风将摧毁教科书堆成的堡垒;请记住，中学人有“女剑”的灵气，剑锋贯气，气将吞并各学科所有的难题。请放心，一千多慈爱、企盼的父母是你有力的保障;请放心，名智慧、奉献自己的老师是你坚强的后盾;请放心，三千多名奋发图强的中学人为你们摇旗呐喊。

10天，每一天呼吸的都是新鲜空气;天，每一天迎接的都是新的挑战;10天，每一天享受的都是新的进步。奋斗10天，用勤奋埋葬苟且偷懒的恶习，让绚丽的梦想在展开隐形的翅膀;奋斗天，用智慧构筑提升自我的阶梯，让美好的人生在6月留下暖暖的记忆;奋斗10天，用意志拨开前进道路上的乌云，让父母的期待在6月展开舒心的笑脸。

虽然是，三分天注定，但是主动学习，持之以恒，每天都在超越自我;要坚信，七分靠打拼，只要顽强拼搏，亮剑考场，决胜高考靠勇气;我预祝，爱拼就会赢，奋斗百日，百折不挠，蟾宫折桂必是中学人!

谢谢大家!

**演讲稿范文励志400字11**

尊敬的老师们、亲爱的同学们：

大家好！

同学们，当你骑着车在马路上追逐，当你与伙伴在马路上玩耍时，你是否想过危险就在身边；当你的`亲朋好友不顾一切乱穿马路、闯红灯的时候，你可想到这时的死神正在向他们招手……你知不知道这些会带来什么？

在我们的校园内、楼梯上总能见到与我们美丽的校园极不和谐的纸屑，甚至有的同学认为：反正有值日的同学和清洁工打扫，扔了又何妨；再例如有的同学在教学楼走廊上追逐打闹，走路推推搡搡习以为常；甚至还有个别同学故意损坏学校的公共财物。我们很多同学把文化知识的学习放在首位，而常常忽略了社会公德的培养，文明习惯的养成，而这并不应该是我们21世纪小学生的作为。

其实，文明离我们很近很近，近得触手可及，一份文明好像一滴水，许多文明就是一片海。一份文明好像星星之火，许多文明可成燎原之势。作为一个小学生，应该从现在做起，告别不文明的行为，养成文明的习惯，使文明的观念从意识层次进入无意识层次，使文明贯穿我们的一举一动。

谢谢。

**演讲稿范文励志400字12**

亲爱的老师，同学们：

大家好！

读青春，如观一帘飞瀑，在那无悔的奔流间体味生命成熟之初最纯美的色质。读青春，像赴一个花仙子的约会，走进去，是一个活生生的世界，走回来染一身不掺假的灵气青春就是那么洒洒脱脱，清清纯纯，活活泼泼。

青春是最美好的金色年华，人说童年是金色的，似乎每天都充满了金色的阳光，我看不然。童年不谙时世，心无杂念，应是纯洁透明的，而青春则是初入人生的百花园，五彩缤纷，新鲜烂漫，阳光灿烂，这才是最美好是金色年华。

人说夕阳最红，但已近黄昏。只有青春最勇敢，最年轻，你能宁折不弯的气概对抗“能屈能伸的教诲，免于沉溺世故。

多么壮丽的人生，多么美好的青春！

青春是最富有创造力的人生时段。

诚然，青春也不可能十全十美，丽日有黑斑，皓月有阴影，人生多挫折。然而，受点挫折有何惧，我们有火一样的激情和钢一般的意志。

跨世纪的青年，热爱青春，努力奋斗吧！

我的演讲完毕。

谢谢大家！

**演讲稿范文励志400字13**

1 . 其实，从前的错误就是将来的智慧。只要你坚持不懈的耕耘，总有一天，这颗种子会长成参天大树。

2 . 我不要做碌碌终生的人，人的一生要有价值，必须要有“奋斗的精神”“珍惜的习惯”“拼搏的勇气”还有“坚定的信心”，有了这四点，人生就很完美了。

3 . 对于这样的古董摊贩，我们只有无言以对了。

4 . 如今，我们这个社会上没有战争，生活在和平安定的世界中，但是我们不能忘记以前落后就要挨打的局面，忘记了国耻。古人云：“生于忧患，死于安乐。”我们青少年只有将国耻铭记在心中，以此为动力，奋发图强，学习更加精益求精，不怕吃苦，肯下苦功夫，报着“为中华崛起而读书”的信念，德智体美劳全面发展，才能担负起建设祖国的重任。

5 . 今天我要演讲的题目是：祖国在我心中。

6 . 一天，丈夫从野外钓回了一条河里的鲫鱼，看着这鲜活的生命，我们不忍将他吃掉，便将其放到了鱼缸中。加入新成员以后，本以为鱼儿们一定会相处得其乐融融，谁曾料想，鱼缸里的世界随着新成员的到来变得不再平静。

7 . 是呀！大了，也懒了，更多了一份思考。

8 . 所以说人生是每一个人的旅行。

9 . 痛苦和快乐是人之常情。既然痛苦无法避免，那么，我们就要尽量让痛苦的事情早点过去，快乐的事情多多来临。愿所有的人快乐多与痛苦，痛并快乐着。

10 . 你必须首先确定自己想干什么，然后才能达到自己确定的目标。同样，你应该首先明确自己想成为怎样的人，然后才能把自己造就成那样的有用之才。目标会使你胸怀远大的抱负；目标会在你失败时赋予你再去尝试的勇气；目标会使你不断向前奋进；目标会使你避免倒退，不再为过去担忧；目标会使理想中的“我”与现实中的“我”统一。

**演讲稿范文励志400字14**

亲爱的老师，同学们：

大家好！

书籍是人类进步的阶梯——高尔基说。想想看，书是不是我们生活中不可缺少的东西，我们还可以在书的王国了尽情的遨游，和书中的人物一起享受他们的喜，欢，悲等感情。

四，五岁的时候，我经常在床上听着爸爸给我讲《三只小猪》，《丑小鸭》，《皇帝的新装》，等故事，其中三只小猪的故事让我感受到那些小猪是多么的聪明，而大灰狼是多么的愚蠢。丑小鸭这本书让我感受到丑小鸭想成为天鹅是多么的难，而在这期间是这么多的人欺负她，她是多么的可怜，而皇帝的新装让我感受到这个皇帝是多么的愚蠢……

现在我长大了，开始读起了《母亲》，《上蔚的女儿》一些世界著名的小说其中最让我感动的是母亲，这位母亲为了自己的孩子而栖身了自己，这本书让我想起了母亲的母爱是多么的伟大，这种伟大是用金钱买不回来的，这种心是买不回来的。希腊神话故事让我知道了古代希腊想象力是多么的丰富，同时也让我知道了那时候的神与人之间的善与恶……这些好看的书让我爱不失手。

我相信，到时候全世界的小孩子都爱读书，爱看书，让我们这种爱看书的精神传遍世界的每一个角落。

我的演讲完毕。

谢谢大家！

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