

中学

中小学实用演讲一本通系列

实用演讲

一本通

崔守诗 主编



双语演讲

双语演讲

双语演讲

双语演讲



理论上的金钥匙

实践中的先行者



内蒙古少年儿童出版社

前 言

演讲作为人与人之间交流信息、传递感情、表达思想的基本表现形式，对每个人来说都至关重要。古今中外，很多卓越的演讲家往往能胸纳百川、舌吐风雷、振臂高呼、应者云集，挽狂澜于即倒，推巨浪而前行。他们的演讲往往具有神奇的感召力、说服力和鼓动力。

《中小学实用演讲一本通》一套书分中学、小学两个分册。该书不仅注重演讲基础知识的培养，演讲技巧的运用，精彩演讲的赏析，而且更强调演讲的实战能力的培养，强调演讲在升旗、主题班会、节日、竞聘、文体活动等领域中的作用，着重突出校园演讲所产生的巨大力量。另外套书更有精彩的双语演讲和名家演讲赏析。相信《中小学实用演讲一本通》套书的出版，定能为有志于提高演讲能力的广大中小学生指点迷津，起到抛砖引玉的作用。相信该书独到的阐释定能开启你的心智，带你走进演讲的圣殿，并感受到成功的喜悦。

另外，本书演讲例文皆出自全国各省市重点中小学优秀学生之手，指导教师与编辑皆未做过多的修饰与改正，既保持学生的原创性又避免了成人化。因此与成人演讲相比，语言的稚嫩与逻辑性的欠缺亦是在所难免的。我们认为这样更具有真实感，更能引起学生的共鸣。

由于时间急促，水平所限，本书疏漏、错误之处在所难免，衷心欢迎广大读者批评指正。

编 者

目 录

一、演讲概说

(一)什么是演讲·····	2
(二)演讲前的准备·····	2
(三)演讲的技巧·····	4

二、演讲实践

(一)国旗下的演讲

名师导航·····	8
优秀范文·····	8
模拟训练·····	8
知识网站·····	8

(二)主题班会演讲

名师导航·····	22
优秀范文·····	22



实用演讲

模拟训练	89
知识网站	90
(三) 节日演讲	
名师导航	92
优秀范文	92
模拟训练	108
知识网站	109
(四) 竞聘演讲	
名师导航	116
优秀范文	116
模拟训练	128
知识网站	128
(五) 文体活动演讲	
名师导航	130
优秀范文	130
模拟训练	142
知识网站	142
三、名家演讲	149
四、附录	
(一) 双语演讲精选	188
(二) 中外著名演讲家简介	207
(三) 中外重大节日	216



演讲概说

- 什么是演讲
 - 演讲前的准备
 - 演讲的技巧
-



实用演讲

(一)什么是演讲

演讲就是演讲者在一定的时间、地点和环境中，在听众面前，通过有声语言和态势语言的艺术手段，发表个人见解，或阐述某一事理，从而达到宣传听众、感召听众的一种服务于社会的语言实践活动。

演讲具有以下特性：(1)公开性；(2)真实性；(3)综合性；(4)适应性；(5)时间性。

演讲的要素有三个：演讲者、演讲内容、听众。

演讲的类型划分依据很多，可以按不同形式分为命题演讲、即兴演讲、论辩演讲；按不同内容分为政治演讲、学术演讲、法庭演讲、军事演讲和礼仪演讲。演讲有许多功用。演讲获得成功则对社会产生一定的促进作用。内容充实，思想进步的演讲对人们有重大的教育作用。另外演讲是一种语言艺术，所以它也具有美感作用。

(二)演讲前的准备

1. 演讲题目的选择和确定

什么场合的演讲应该有相应的题目，演讲的题目必须能够吸引人，所以选择题目时应遵循新颖、凝练两个原则，避免冗长和陈词滥调。例如：马克·吐温的一篇著名的演讲，题目叫《我也是义和团》，多么不同凡响，语出惊人！这个题目奇而不怪，很能引人入胜。

2. 收集材料

如果说演讲的主题是灵魂，那么演讲的材料就是血肉。成功的演讲不但有好的选题，还必须要有充



实恰当的选材。那么材料如何收集呢？

首先，要做有心人。做什么事都必须用心，收集演讲材料也应如此。

其次，尽量收集第一手材料，只有第一手材料才最具说服力。

再次，应注意材料的典型与真实。

3. 撰写演讲稿

俗话说“巧妇难为无米之炊”，没有讲稿的演讲者再优秀恐怕他的演讲也难于成功，所以说演讲稿是演讲中的重要一环。

首先，列提纲。通过列提纲可以把腹稿以文字的形式形成演讲稿的框架。

其次，写好演讲稿的开头。万事开头难，演讲稿的开头开好了是可以直接促使演讲成功的。演讲稿的开头可以用提问式、警语式、故事式、悬念式等引人入胜的形式。

第三，演讲稿层次应该分明。

第四，演讲稿的内容应该注意以事感人，以理服人和以情动人，应有气势，语言应有美感。

最后，结尾的艺术。“编筐编篓，难在收口”，结尾结得好亦可以促使演讲成功，否则可能会前功尽弃。如果你想使演讲达到表现最佳，那么必须想好如何画一个精彩的句号。

另外，演讲稿写成初稿后必须加以修改润色。俗话说，好的文章是改出来的嘛！

4. 演讲前的情感准备





实用演讲

(1) 演讲者应具有良好的外在形象，身体健康，朝气蓬勃，落落大方。

(2) 演讲者应具备较好的心理素质。要克服紧张的心理状态，学会转移注意力，不要怕出丑，应该自信、真诚、宽容、豁达。

(三) 演讲的技巧

1. 亮相技巧

所谓亮相，就是演讲者走上讲台后给听众第一次的综合印象。

正确的方式是：上场后不必急于开讲，先用目光环视一下全场，这既是一种观察了解听众的情绪，又是一种礼貌，用来向听众致意。打招呼是必要的，一方面出于礼貌，另一方面又是一个信号，告诉听众，我的演讲开始了。例如“同学们”、“朋友们”、“来宾们”等等。忘记打招呼就太没礼貌，讲话太突兀了。演讲者还要注意克服一些不良习惯，如：搔头、呵欠、吐痰、绞手、清嗓子、只顾盯住讲稿等。

2. 转折与过渡的技巧

演讲作为语言艺术，之所以吸引人，不仅依赖于演讲者思想正确，观点鲜明，材料生动，也在于演说词的结构生动活泼，跌宕起伏，吸引人的注意力，使人愿意听、喜欢听。我们提到的转折，是指用“虽然……但是……”或“可是”、“然而”、“却”等连词连接而成的转折句式。过渡在演讲中很不起眼，但其作用却不可低估。用得好，则演讲天衣无缝，增色许多。在演讲中经常使用一些拉家常式的朴实话语来引出下文，演讲者常用“当然”、“不仅如此”、“的确如此”等词顺接上

文，引出下文。用设问句过渡，自问自答，在演讲中也经常使用。

3. 结束的技巧

成功的演讲应该是开头美丽，中间浩荡，结束响亮。

(1)使用号召性结束语，这类结束语充满激情，令人振奋。

(2)使用名人名言或诗词结尾，这样的结尾凝练、生动，富有节奏感，有气势。

(3)运用抒情式结束语，这种结束语是以一片炽情或依依柔情来倾吐肺腑之言以感染听众，把演讲推向一个新的高潮。

4. 征服听众的技巧

(1)想方设法拉近你与听众的感情距离。

(2)增强思想沟通，引起心灵共鸣。





二

演讲实践

- 国旗下的演讲
 - 主题班会演讲
 - 节日演讲
 - 竞聘演讲
 - 文体活动演讲
-



用演讲

演讲概说

优秀范文

1. 含义：国旗下的演讲是在升旗活动中，由校长或其他教师、学生代表等作的简短而有教育意义的讲话。
2. 作用：国旗下的演讲是一种教育性较强的演讲，它有利于提高广大师生的思想觉悟，形成良好的校风、学风，对于校园展开爱国主义教育有重要意义。
3. 特点：国旗下的演讲具有严肃性、公开性、教育性、思想性。
4. 写作：演讲稿遵循演讲稿写作中的原则，按照构思，收集材料，编制提纲，写草稿，修改润色，成稿一系列过程，内容以国旗为核心。
5. 技巧：口语表达上应该重点注意发声技巧与节奏技巧，发声应清晰，根据讲稿内容，适当调整声调、语调；节奏方面应注意节奏感，使平实的语言散发出有力的声音。
6. 注意：演讲者着装必须视具体场合，演讲时可以适当加入背景音乐。

名师导航

(一) 国旗下的演讲

例 1

国旗下我们谈理想

没有理想的生活，宛如没有舵的船。航船没有舵就会失去方向

每一次，当国旗冉冉升起，心中有万分感慨；

每一次，当国歌庄严地奏响，心中有万缕情怀。国旗将重任交予我们；国歌将未来寄予我们。国旗下我们谈理想，思绪万千。为何寄“崇高”二字于理想？因为它是一种精神与情操的汇合。为何将“有理想”排在“四有”新人的首位？因为它是人生引路的灯塔。

理想，是人们所向往、所追求并为之奋斗的目标。我们是新时代的青年，对于理想，我们每个人都有自己的理解：有人向往军人那一身橄榄绿，有人渴望白衣天使的职业；也有人幻想着多彩的文学梦……可是对于任何一种理想，都有惟一的意义，那就是只有努力追求，才会实现它。

对于青年人的理想，周总理有过这样的评价：“青年人要跟上时代的步伐，就要有崇高的理想。”如果说，人的肉体生命需要物质来支持，那么，人的精神生命则需要理想来维持。理想是精神的支柱，一旦失去它，精神就会崩溃。没有理想的生活，宛如没有舵的船。航船没有舵就会失去方向。

我们的校园里常常能见到这样的同学：有的同学整日昏昏欲睡，让金色的年华在嬉戏中悄悄流逝，有的同学在学习上没有克服困难的决心，也有的同学经常出入一些不适宜的社会活动场所，还有些同学以违反学校纪律，标榜自己为所谓的“新人类”为荣。这一切都因为他们的生活中缺少了一种最重要的东西——理想。

文学泰斗高尔基有句名言：“一个人追求的目标越高，他的才力就发展得越快，对社会就越有益。”我们是新世纪的青年人，是祖国的未来与希望，我们肩负着建设 21 世纪的重任。因此，我们既



实用演讲

演讲概说

七、立志与理想

要有一步登天的雄心大志，又要有步步登天的踏实态度。生活中常见有些同学为自己定下了宏伟目标，但在平时的学习生活中却不能坚持不懈地努力。他们认为宏伟目标要靠轰轰烈烈的业绩来实现，却不重视平时的点滴积累。须知不积跬步无以致千里，不积小流无以成江河。宏伟的目标是靠努力和一点一滴的积累实现的。

所以，同学们，让我们去攀登吧，去畅想吧，让现实驾着理想，叩响宇宙的大门，让年轻聪明的大脑储满科学的信息。扬起你智慧的风帆吧，在历史的长河中，拉响生命的汽笛。

放眼草原，我们愿做驰骋的骏马；仰望蓝天，我们愿做翱翔的雄鹰。因为我们拥有蓝天——便是拥有辉煌；因为我们拥有理想——便是拥有明天。理想神圣而绚丽，给你以坦荡的襟怀。理想真切而质朴，给你以高尚的情愫。同学们，让我们插上理想的翅膀，飞向新世纪的蓝天！

点评：

一个人无理想则容易迷失方向，无远大的理想则不会有大成就。如果能把个人的奋斗目标确定在为祖国做贡献上，那么这个目标是伟大的，这位同学在国旗下的宣誓是明证。

例2

中国共产党历史的辉煌

历史铸造出共产党员的自豪与骄傲。共产党员铸造出历史的辉煌

中国共产党已成立八十二周年了。面对庄严的国旗，我的心在颤动，我的热血在沸腾。

党啊！亲爱的妈妈，从您诞生的那一天起，史册上就留下了您光辉的业绩。是您领导全国各族人民披荆斩棘，前仆后继，用智慧和汗水描绘着神州这块金鸡形的版图。

哪里去了，昔日泥泞狭窄的小道？但见条条宽敞的大路如歌声似的舒展；哪里去了，那低矮破旧风侵雨淋的茅草屋？但见一幢幢厂房、大厦和漂亮的新居春笋般涌现；哪里去了，那游子离乡时的哀怨、饥儿寻母时的哭喊？但见绿树下，花丛中，欢声笑语洒庭院。

党啊！您曾把鲜血流在了雪山草地；您曾把汗水洒在了田野。我们深知：今天的生活来之不易。



实用演讲

演讲概说

七

我们曾听过许许多多的故事——“七根火柴”、“一罐咸菜”、“一担粮食”……这不是普通的事迹，而是对党的忠贞，是革命的足迹。镰刀斧头的旗帜下，有过他们的誓词！镰刀斧头的旗帜，代表着一个英明的政党，代表着一个伟大的阶级！有您，才会有新中国！有您，才会有今天升起的五星红旗！

有人说：中国是东方睡狮，一旦醒来，将震撼寰宇。不错！在中国共产党的领导下，在不到半个世纪的历程中，中国真可谓一日千里，瞬息万变！傲然雄居于世界民族之林。

历史铸造出共产党的自豪与骄傲，铸造出共产党的风骨，共产党的气魄，共产党的潇洒。共产党铸造出历史的辉煌。

海阔天空，云蒸霞蔚。

中国共产党开创未来的目标又一次投向远方。远方，有更迷人、更壮美的风景。

作为我们青年学生，不应辜负党的希望、教育和培养。我们一定要用优异的成绩向党汇报。



例 3

为中华之腾飞而读书

我们是中国的主人，我们要让中国永远跻身于民族强林，永远屹立在世界的东方

听，这激昂嘹亮的《义勇军进行曲》，每一个音符都酝酿着力量；每一段旋律都谱写着悲壮；看，这冉冉升起的五星红旗，它飘起的是一部历史，扬起的是一片希望。每一次升旗仪式都是一次精神的洗礼，心灵的震撼。虽然我们不曾奋战在硝烟弥漫的战场；尽管我们不曾亲身感受冲锋号的嘹亮，但我们不会，永远不会忘记那些血洒战场、可歌可泣、流芳百世的英雄儿女，永远不会忘记那些奋斗在各条战线、鞠躬尽瘁的前辈。我们是幸福的一代，“我们都有一个家，名字叫中国”。中国，我们的母亲，长江黄河是您的乳汁；万里长城是您坚定的臂膀。俯瞰神州大地，这里曾经尘土飞



中学