# 公众演讲稿(10篇)

来源：网络 作者：紫陌红尘 更新时间：2024-08-07

*演讲稿具有观点鲜明，内容具有鼓动性的特点。在社会发展不断提速的今天，需要使用演讲稿的事情愈发增多。优质的演讲稿该怎么样去写呢？以下我给大家整理了一些优质的演讲稿模板范文，希望对大家能够有所帮助。公众演讲稿篇一态势指仪表、姿态、神情、动作诸方...*

演讲稿具有观点鲜明，内容具有鼓动性的特点。在社会发展不断提速的今天，需要使用演讲稿的事情愈发增多。优质的演讲稿该怎么样去写呢？以下我给大家整理了一些优质的演讲稿模板范文，希望对大家能够有所帮助。

**公众演讲稿篇一**

态势指仪表、姿态、神情、动作诸方面，它包括立与坐、眼神、手势身体动作、步伐移动等。讲，是有声语言，给人以听觉形象;演，是无声语言，给人以视觉形象。俗话说：“花好还要绿叶扶”。如果说有声语言是红花，无声语言则是绿叶。光“讲”不“演”，或光“演”不“讲”，都不成其为演讲，只有动静相兼，将两者有机地融合起来，才能构成完整的演讲形式。唯声、色、姿、情，相得益彰，方能称作上乘的演说。了。演讲者的风度、仪表、神态，应给观众留下的“第一印象”。心理学理论“晕轮效应”认为：一个人给别人的第一个印象往往是人们对其作出判断的依据。如你见到一个人衣着整齐、合体入时，表情自然，则会认为此人做事细心，有条有理，进而会想，这个人一定有责任心 ，你就必然会在心里产生最初的中意的感觉，并且还会联想到其人会有这样、那样的能力。

倘若一个人给你的最初形象是衣冠不整，嘴巴里骂骂咧咧，你定然会作出其缺乏道德观念的结论，甚至还会联想到此人的其他缺点。一次，心理学家雪莱在莫萨立斯特大学挑选了六十八个自愿参加实验者， 这些应试者的外貌、口才及对事物的理解判断能力都挑不出毛病的，但仪表、 风度却大不相同。六十八人分别征求四位素不相识的过路人的意见，以期得到他们的支持。

结果表明，风度翩翩者较之仪态平平的对手，自然是稳操胜券了。登台讲演时，仪容更不能不修边幅，肮脏邋塌，而要整洁、大方，有风度，但也不能过分雕饰。服装应该同身份相称，不宜过于奇特，那种自恃高雅，油油头粉面，衣冠楚楚，似奶油小生的装束;或一味追赶时髦，仔裤港衫，长发垂肩，仿洋人港客模样，纵然口吐莲花，舌绽春蕾，也绝不会使人产生钦敬之感。“峨冠博带话务农”必显得滑稽可笑，如果“蓬首垢面谈诗书”，那就有失风雅体统了。要针对特定的演讲环境来决定演讲时自身的仪表、衣着和态势。演讲者的外部表象即仪表、衣着、态势是被听众直接感受的，它对演讲的效果乃至成败会有直接影响。据一般的社会心理分析，听众往往会将演讲者的仪表、衣着等与自己的仪表、衣着相比较，以自己的仪表、衣着、态势作为评判演说者的标准。所以演讲者就要尽可能将自己的仪表、衣着与听众接近或一致起来。如果是在高雅的宴会上，听众衣冠华贵，讲者衣衫不整，举止粗俗，就难登大雅之堂了。而在沸腾的工地，繁忙的田野，西装革履的粉面小生登台，就必定在心理上产生与听众的距离。

你做演讲时看演讲稿吗?!!!

心理学关于注意的规律认为：人的注意具有指向性的特点。当大脑皮质的某一个兴奋中心的刺激得到加強时，注意的指向性就愈来愈强。就是说，对某事物，人的注意越集中，对别的事物的注意必然就会减少。所以，演说者在临场前要做到“装点”自己的仪表和风度。

上场时，要保持安然自若的神态，坚定有神的目光，等等。这样使听众在“第一印象”中，就加深了视觉形象的刺激，从而让人们注意的指向性得到強化。演讲者的神态要自然大度，不要一副畏琐卑下之状。神态即指面容表情和举止姿态。面容表情中又应注意以眼传神和以笑达意。眼神可以表示种种复杂的感情，笑意能传达各种心理信息。用得巧，无疑会使讲话增色添彩。要使讲话得心应手，遣使自如，就应该甩开讲稿。精心准备讲稿是必要的，但是上台照本宣科就太令人乏味了。所以应该将演讲稿烂熟于心，演说时既以它为依据，又不受其束缚。

美国口才训练专家桑迪 。林弗说：“凡演讲百分之九十九都无需拿讲稿。一个人拿起讲稿来读‘话’时，人们对他相信的程度也随之降低了。听众越是感到你在与他们交谈，你演讲的效果也就越好。”演讲背讲稿不行，朗诵讲稿也不行。因为演讲大厅正象运动场一样，是一个剧烈变化的动态系统，听众情绪，会场气氛都有变化的可能，有时还会发生意外的事件，这就要演讲者有即席调整的应变能力，如果一切都照预定的程式，按部就班地“背诵”，就难免会手足失措，碰壁失败。

**公众演讲稿篇二**

在公众演讲时，以稿子的运用来分，可以分为有稿演讲、半脱稿演讲、脱稿演讲，其中脱稿演讲又分为有准备脱稿和无准备脱稿(也就是即兴演讲)。除了念一些技术性的术语或流程性的通知条款，或者在特定的庄严的场合需要稿子外，其他情况不要用稿子讲，即使要用稿子，也做到半脱稿演讲。区别在于有稿演讲时，有没有做到目光与听众的交流，还是在埋着脑袋念，结果下面的听众都睡着了„„

当然，为了防止听众打瞌睡，还是脱稿演讲，在台上挥洒自如，能够与听众互动、交流，讲完之后自然能得到听众的认同、佩服。

其实，要实现脱稿演讲，是一件很容易的事情，只要掌握了正确的方法，脱稿演讲会像呼吸一样自如。

首先,得改变一个观念——没必要写演讲稿时，绝对不写稿子! 因为喜欢写稿子再演讲的人，都有一个共同的心态：追求完美。

等把稿子写好了，背下来讲的时候，只要忘记其中一句，就会卡在台上，接不上下一句，因为稿子已经把思维限定在固定的框框中„„其实这方法是错误的!所以不到万不得已或特殊情况，不要写演讲稿!

除非要参加公开竞聘、演讲比赛、朗诵比赛，可以写。像公司晨会、月总结会、开幕致词、庆典贺词、年会发言、招商会发言、聚会发言、迎宾宴欢迎词„„都没有必要写稿子!把每句话都写下来。

下面分两种情况讨论，如何脱稿演讲? 第一种情况：有准备脱稿演讲

如果非要写稿子的情况下，把稿子写好了，比如竞聘稿、演讲比赛稿、朗诵比赛稿，需要脱稿演讲，那么就需要记忆稿子，精练讲稿。

记忆稿子是把稿子熟悉之后背下来;精练讲稿是在记忆稿子之后，如何把稿子讲好，哪里需要停顿，哪里需要重音、拖音、高音，哪里需要做手势、表情„„精练讲稿需要针对具体的稿子经过老师指导，如何设计一篇稿子的抑扬顿挫、声情并茂，如何讲好一篇演讲稿，飞扬口才有专门的竞聘稿、演讲稿指导服务。

在这里，介绍一下记忆稿子的方法：很多人老是抱怨自己记性差，记忆力不好，容易忘词，其实是不懂得正确的记忆方法。错误的记忆方法当然是死记硬背，耗时费力效果还不好，容易忘。

正确的方法有很多，这里介绍一种“连环紧扣法”：

第一步，把已经定稿的演讲稿按照层次结构划分成清晰的段落;

第二步，熟读演讲稿21遍，在阅读时不要去刻意记稿子，只要达到熟练的地步就可以，不过别偷懒，一定要达到21遍。为什么是21遍呢?

因为“72190法则”告诉我们，一件事情重复7次就会对它产生认识记住它，重复21次就会养成习惯，重复90次就会固化它;

第三步，背第一段，记得后把稿子放到一边面对镜子讲出来，千万不要手拿稿子，这样会产生依赖感;

第四步，单背第二段，不要去管第一段。记得后面对镜子先讲第二段，再把第一段和第二段连起来讲。

第五步，单背第三段，不要去管第一段和第二段。记得后面对镜子先讲第三段，再把第二段和第三段连起来讲，最后把第一、二、三段连起来讲;

第六步，如果还有第四段、第五段等等，依此类推，轮到背第几段，就先背第几段，

然后对着镜子讲一遍，再以倒推的形式连环起来背。比如讲第四段，那么面对镜子讲时应该是4—34—234—1234;讲第五段，那么面对镜子时应该是5—45—345—2345—12345;以此类推„„

第七步，上面的步骤千万不要打乱，这样会把大脑里建立起来的记忆环打乱，一步一步的按照标准来背，会很好的记住整篇稿子。到最后一段背完、按照倒推连环讲完后，再将整篇稿子连讲7遍。

第八步，在正式参加演讲前，每天早上、中午、晚上各面对镜子讲一遍。没事的时候可以抽背中间的某一段，以增加娱乐性，也可以固化记忆。

在这里要强调一点，不管通过什么方法记住了稿子，都不要追求完美，追求完美等于追求完蛋!正式演讲时不管中间讲到哪一段中途忘记了，都将错就错把本段收一下尾，马上跳到下一段(通过连环记忆，下一段你肯定记得)，而忘掉的部分即使后来想起来，也不要再提!

听众看不出来的!听众也不知道你哪个地方掉了哪一句!放松的讲就是了!

第二种情况：无准备脱稿演讲

无准备脱稿演讲，通常就是俗称的即兴演讲，这是大部分人都不具备的一种即兴演讲能力。不过一旦掌握即兴演讲的方法技巧以后，要即兴脱口而出、张口就来，也非常简单，就像呼吸一般自如，走路一般简单。

如果在没有准备的情况下，不能脱稿演讲，表现出忘词卡壳、不能开口、手足无措、语无伦次等状态，其实都是紧张的表现。

如果您想解决这个问题，学习无准备脱稿演讲的即兴能力，可以了解飞扬口才职场口才突破班，该课程专门解决的就是无准备脱稿演讲，即即兴演讲时忘词卡壳紧张的问题。

**公众演讲稿篇三**

ence 自信

要对你自己和你的主题有信心。如果你要做一个更好的公众演讲者你必须保持清醒的头脑。许多演讲者因没准备好而失去信心。还有些人因为高中有受到过欺负的经历而信心不足。他们害怕被评价——甚至被取笑——就像他们在高中时演讲的不好经历，满头大汗甚至尿裤子了。是的，我们已经成熟了。利用所有方法工具，确信你自己就是公众演讲的牛人，从而建立自信。然后继续看下一条……

小提示：在你登台演讲之前，听听”eye of the tiger”这首歌，将会使你激情澎湃，信心大增。

what’s up 弄清主题

你需要彻底弄清你的主题。绝不能因每句都出现 “嗯”、“啊”之类的语气词而毁掉你的整个演讲。研究你在行的课题论点——至少不要像个结结巴巴的白痴。你被选出来做这个演讲可能是因为你对这个主题深有了解，那这就有了成功的一半。马上去学习了解这个主题的方方面面。如果你自己都讲不通，那你的演讲将会是垃圾，而且你的听众将会向你扔烂西红柿。嗯，如果他们想要，他们会那样做的。我们会的。

小提示:准备一些小卡片。

ce 提前排练

研究了解你的题目是一方面，但是实际上，把信息传达出来是另外一个完全不同的事情。当所有灯光关掉，聚光灯对准你时，突然要演讲了，无论你对你的主题有多了解，此时总会令你有些怯步。这里，提前排练是必须的。，通过在镜子前对你个人的葛底斯堡演说词几个小时的排练，你将会找到你的节奏，目视的方向以及你的语调。当你登上了讲台时，那就像是骑上自行车，轻松自如。除非你不会骑自行车。

小提示：将你的排练录下来，反复地查看并调整改进，直到你自己完全满意。

properly 衣着得体

这有两种。当然，你想要在这个特殊的场合着装得体——可穿一套西服或只是一套你从k市场(美国一家大众化廉价超级市场)淘来的便装。不管着装要求，你先要确保它是否有你需要的舒适性。如果服装太束缚，太紧，太僵硬，诸如此类，那这将会分散你的注意力，使你从演讲中分心。如果要求穿西服，那就穿一套你能运动自如的西服，千万不能感觉发痒不舒服。我们憎恨瘙痒。

小提示：free ballin’ 已经推进了历史长河中许多伟大的演说。你是在这里听说到的。

up 放松

突然上讲台的焦虑和拘谨将会转化为紧张的声音，使人显得精神极度紧张或不安。在开始之前一定要做演讲练习。你知道“舌尖，牙齿，嘴唇”等在不停的重复运动。那可以放松你的喉咙和舌头。然后再做些伸展运动来放松你的肌肉。尤其是你的后背，肩膀和腿需要放松。等到你登上讲台，你将会很放松，就像那些住在当地百事达停车场的大众厢式货车里的帅哥们一样自在。

小提示：上台之前喝两杯伏特加将会很管用。

connections 与观众交流

严谨地传送你的思想是在完成你的工作，这毫无疑问，但是这样的人和公众演讲的人的区别在于人与人的接触。你需要与一些听众进行交流沟通，保持一定的人际关系。这些人将会是你的支持者，你可以号召他们，或将会是坐在前排的那些你可以直接对话的人。你在演讲过程中，也许会向他们提问，这也将是一个很好的沟通方法，可以使你走下讲台，来到听众中，设身处地为他们思考。同时也可以使你释放压力。如果你没有考虑到给观众提问，那尽可能地进行眼神交流。因为即使你是一个人在讲台上，但你仍然是大家中的一员，对吗?

robin williams 学习罗宾·威廉斯(知名喜剧演员)

你可能天生不是很有趣。事实上，你可能是反面的搞笑，你向其它滑稽有趣的人吸取幽默。你能想象。我们不是说你一夜之间可以成为乔治·卡林， (可以是他的幽默，但不是他的身份地位)，我们完全坚持你准备一两个笑话来使你的演讲变得适当有趣——如果你的演讲不是讲如何应对世界饥饿等话题的话。找一位有幽默感的朋友看看你的演讲稿，希望他能建议你一些你可以用得到的精彩笑话。或者至少google一些你可以用于你的演讲的有趣的元素。

小提示：你讲笑话时，自己不要发笑。是聪明人就这样做。

**公众演讲稿篇四**

公众演讲八大经典技巧

1这事儿跟我有什么关系?

这是与人交流前要解决的第一个问题。就好比你要给人敬茶，也先要给人一个杯子不是吗?如果直接开门见山未免会有些“烫手”。所以进入主题前，你必须要与听者建立连接，解决这样一个问题，“你讲的东西跟我有什么关系?”

那“杯子”的选择就要从你的主题入手。不要一上来就扔砖头，像专家范一样抛出一大堆术语。对不起，砖头太硬，观众接不住。想建立连接一定要接地气，选那些观众经历过的，或者手头上有的东西。

聊动物保护，额先说说媳妇要求买貂的事。说纺织业水污染，来咱聊聊大家身上的衣服需要几吨水。讨论空气污染，咦，陈光标上新闻是怎么回事。一段话题的切入点，可以是生活的里的一个笑话，或是身边的大数据，亦或是电视里的某条新闻。你不需要一上来就很高大上，而是先让大家觉得你讲的东西，与他们柴米油盐的生活是息息相关的。当然此时ppt里有一张贴合有趣的图片就是再好不过了。

2找个对比来夸自己

其实夸自己这事儿换一个说法，就是如何让听者相信你说的话。比如你见到你的女神说：“你今天好漂亮啊!”如果到这里就结束的话，那多半是寒暄，女神也觉得又来一屌丝搭讪。而你要是加上“嗯，今天衣服的颜色很阳光，显得气色就不错。(有具体论据)”，再来一句“比小张会打理/比昨天就好很多。(有对比)”那么“你今天很漂亮”这句话的可信度就很高了。但演讲中夸自己思路其实是可以从后往前来。

首先你的演讲需要找一个“大反派”，来解决对比的问题。就好比乔布斯每一次演讲都会把ibm描述成一个大独裁者的形象，而衬托出苹果是个有朝气英勇的斗士。

很多时候夸自己都不知道从哪入口，毕竟找公众心理触动点这事儿挺难。倒不如先说一说你的对立面是什么样的，听者自然会把反面角色之外的优点都算在你的头上。也会增加你的所谓历史使命感。好莱坞大片基本都是这个套路，演讲时需要这种情绪上代入感很强的东西的。

然后再具体讲讲你们与反派不同的原因，列举一下论据。最后再来一句“这就是我们。”那么你们所讲东西的可信度就大大提高了。

3别着急给答案。

听者是很容易“自动待机”的，所以好的演讲一定是有互动的。当然不是像流行音乐会那样“后面的观众，让我听到你们的掌声!”虽然这也是一种互动。

适合演讲中的互动就是把控好节奏，给听众留下思考问题的时间，好演讲打动人的时刻往往就是那些恰到好处的空白。所以可以先想想自己要讲的内容里哪些是可以转化成问题，把他留给听众吧。再用坚信的眼神看着大家，重复一下问题(或者在ppt里单独写上)，给演讲一个短暂的暂停。不要着急一上来就给出答案。

4整理出短标题

最有效的标题往往是干练鲜明，也能说清这段是讲给谁听的。它不是每一页ppt的关键词，而是一个段落所要解决的问题。整理出来的短标题作为目录，不光是帮助你查看整个演讲的逻辑是否通顺。同时检查是否遗忘了回答哪个群体的问题。

这些标题就像是台阶，你需要给听众定一个合适高度，步子大了蛋也是会疼的。所以好好检查你的演讲思路是否有突然“换台”的地方，能否引导大家一步一步地走到你想要表达的目标。

5浓缩的才是精华

一般人的想法都是趋于发散的，毕竟吃着碗里惦记锅里的毛病，大家都一样。所以形成讲稿后，一定要看看哪些地方可以精简凝练一下。不要试图给大家喂下整头“烤全羊”，听着也怪噎挺的啊，一定要有所取舍。就算你讲的再好再有趣，听众的注意力最多也就十分钟。

所以前期设计就不要弄得太长。免得受时间所迫，变成一个开放式结局。虽然这样给听众留下了想象空间，但对演讲时间的充足把控，也是演讲自信的来源之一。那么如果你讲的内容真的很长的话，到十分钟时可以给个休息。放首歌或是一个视频，讲一个笑话都是很好的休息。

6演讲是需要练的

好了讲了上面这么多，也许你可以在前期设计出一张好看的“图纸”了。但离大楼建成，还是有一段距离的。设计的再好到了台上紧张忘词，气场也会断掉。照稿念也肯定行不通啊，你不能光给观众看一个“脑瓜顶”，来炫耀自己优越的“发质”。而且有时想抬头看一下观众的反应，一低头看稿“咦!我刚才念到哪段了。”

有些做长篇的演讲的人，手里会做些卡片，或用手机做一个列表，把每一章节的关键词列出来。虽然脱稿是的，但不意味着你要去背稿，毕竟你想着下一句的表情让观众看到，也会蛮纠结的。

而这里的技巧就是讲的东西一定是你自己的话，你的感悟。自己的嘴说别人的话肯定会忘词的。一个连自己都不信的内容，又怎么能引导别人去相信呢?先让内容是你自己想说的话。之后你需要练的技能其实是如何让“想的”和“说的”对接上。毕竟想什么说什么不是一个生来就有的技能，还是有人见到听众就忘词。

那么需要自己找些机会来锻炼自己，脸皮也是要练出来的。这里推荐706青年空间的“给我三分钟”活动，你可以不用在乎自己讲的是什么，来的人也都是新手，大家会给彼此提建议。你只要做到把脑子里想的东西准确传达出来就好。而且这里也有即兴演讲的环节，你可以锻炼自己的反应力。当然还有星辰海的真人图书馆，和信剧团的一人一故事。这些是体验性很强的活动，虽然不都是演讲，但可以锻炼如何抓住信息传达过程中的情绪点。

7注意肢体语言

当你可以驾驭你的内容，那么也要开始练习驾驭你的肢体。涨知识的节奏....其实就像网络聊天中使用表情一样，肢体语言中也是包含信息的。当然不是像选秀节目“比惨王”上来就一顿痛哭。

不需要太复杂的表情。眼神不要飘忽不定，或是死鱼眼，可以有些内容，表现开心或是信任。这个可以找个男女朋友对练。额，你没有，照镜子面壁思过去。

使用手势来表达增长或降低或者其他可以具体成动作的关键词。不要像上图一样抱臂演讲，虽然照相时这个pose挺帅。虽然这是一个看脸的社会，但一个帅哥抱着膀子演讲还是会很怪。因为学过心理的都知道这手势是一种防守姿态。之前的所有技巧都是为了能够拉近讲者与听者的距离。所以不要不知道手往哪放，结合场合，摊开双臂以开放的姿态拥抱你的听众吧。

8终极技巧形成自己的风格

说了这么多技巧，可能有的朋友说你这不是搞传销教人如何骗人吗?

按理来说希特勒也是演讲技能出色的演讲家。在技巧与内容的矛盾中，不由地让我想起一位来鸿芷的老师讲的话。“一个骗子拥有了高超的技巧的确会骗更多的人，但更多的情况是有很多人是善良的，只是他们的打开方式不对，所以人们才不了解他们，甚至觉得他们是骗子。”好的内容与好的形式两者彼此独立又相互依存，但从不矛盾。

洗脑很多人反感，可任何教育一种影响都可以算作一种洗脑。我们太过在乎一个个标签，却忘记了事情本身，它的过程，它的结果与目的，而忘了自己的初心。别太去在乎这些技巧是叫“洗脑”，叫“教育”，还是叫“影响”。应该去关注你给听者到底是怎样的一个东西。

就像伟亚讲的一句话，只要你讲的真诚，听得人是可以感受的到的。所以终极的技巧就是你的真诚，形成自己的风格，把自己的真诚用对的方式打开。再给听众留下信或者不信的选项，相信听众自己会做出选择的。

**公众演讲稿篇五**

如果你失去了今天，你不算失败，因为明天会再来。

如果你失去了金钱，你不算失败，因为人生的价值不在钱袋。

如果你失去了文明，你是彻彻底底的失败，因为你已经失去了做人的真谛。

文明涵盖了人与人、人与社会、人与自然之间的关系。它的主要作用，一是追求个人道德完善，一是维护公众利益、公共秩序。

说到文明礼仪，我想到了一个故事。有一次，列宁同志下楼，在楼梯狭窄的过道上，正碰见一个女工端着一盆水上楼。那女工一看是列宁，就要退回去给让路。列宁阻止她说：“不必这样，你端着东西已走了半截，而我现在空手，请你先过去吧!”他把“请”字说得很响亮，很亲切。然后自己紧靠着墙，让女工上楼了，他才下楼。这不也是良好文明礼仪的体现么?

这里我不想过多地举伟人的例子，因为这很容易令大家产生一种错觉：认为文明礼仪只是伟人、名人才具备，那么我们将无需为自己或多或少的不文明言行而愧疚;或者认为即使践行了文明的要求，也并不因之成为伟人、名人。我们不但要有讲道德的大人物，我们更需要一群有道德的民众。

一个社会的公共文明水平，可以折射出一个社会一个国家的文明程度，一个人如果不遵守社会文明，小的会影响自身形象，大的会影响国家声誉。在清朝的时候，大臣李鸿章出使俄国，在一公开场合，恶习发作，随地吐了一口痰，被外国记者大加渲染、嘲弄，丢尽了中国人的脸。这是一个不遵守社会文明的历史教训。

公共文明是社会意识的一种体现，而公共文明又建立在个人的道德修养水平之上。试想一下，如果有人不注重自身的文明修养，他会有良好的公共文明吗?不会!个人文明礼仪是根、是本。人要有良好的公共文明必须先从自身做起，从身边做起。所以鲁迅先生说：“中国欲存争于天下，其首在立人，人立而后凡事举。”“立人”的意思便是要完善人的思想和文明修养，人的文明修养并不是与生俱来的，而是靠后天不断完善的。要完善个人修养，首先要致力于读书求学，完善自身的认知水平;认知到达一定水平，就有了明辨是非的能力;有了分辨是非善恶的能力，就要端正自身的心态，不违背自己的良知，努力使自己的一言一行都符合道德的标准，自己的修养便得到完善。这就是古人所说的：格物、致知、诚意、正心、修身。完善个人道德修养，便有了推进社会公共文明的基础。

而一个社会的文明氛围对他的民众亦有莫大的影响。为什么这么讲呢?相信有的同学去过欧洲或日本，就很有亲身体会。

大的不说，只看看过马路这样的小事。只要亮起红灯，纵使马路上一辆车都没有，外国人绝不会过马路。他们认为这是必须遵守的公共文明。试问，在如此的氛围中，有谁会肆无忌惮的闯红灯呢?这就是社会氛围的力量所在。但再想一想，如果我们不是从自身做起，这社会氛围又从何而来呢?

有记者访问一个获得诺贝尔奖的科学家，“教授，您人生最重要的东西是在哪儿学到的呢?”，“在幼儿园。在那里，我学到了令我终身受益的东西，比如说，有好东西要与朋友分享，谦让，吃饭前要洗手……”我们完善自己的文明修养也一样，并非一定要有什么了不起的举措，而是要从身边吃饭洗手这些小事做起。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。

我们从小接受文明礼仪的教育，很多同学都可以滔滔不绝地大谈文明礼仪。可是看见校园中随处丢弃的饭盒，饮料瓶，听着某些同学口中吐出的脏话，怎能不教人痛心疾首呢!难道我们都是“语言的巨人，行动的矮人”么?明代大学者王守仁说“知是行的主意，行是知的功夫;知是行之始，行是知之成;知和行是一个本体、一个功夫。知而不行，只是未知。”我们接受文明礼仪的教育，自己却吝于履行、甚至反其道而行之，这跟从来没有接受社会教育有什么区别!所以我们要实践社会文明，就要从这“知行合一”上下功夫、从自己的坐言起行上下功夫，就要告别不文明的行为。

在一个国家中个人是主体。对于个人来说什么最重要呢?我想首先应该是具备文明素质，只有当每一个人都具备了文明素质，那么这个国家的整体素质才能提高。

不久前，曾看到这样一则报道，说的是新加坡，新加坡是一个通用英语的国家，这个国家的公共场所的各种标语大多是用英语书写。但其中的一些文明礼貌的标语，如“不准随地吐痰”、“禁止吸烟”、“不准进入草坪”等却用中文书写。为什么呢?人家回答：“因为有这些不文明行为的大多数是中国大陆的游客。”为此，到新加坡考察的一位中学校长语重心长地说：“不文明行为也是国耻。” 不知大家是否记得，中央电视台曾经报道，国庆节后的\*广场，随处可见口香糖残迹，40万平方米的\*广场上竟有60万块口香糖残渣，有的地方不到一平方米的地面上，竟有9块口香糖污迹，密密麻麻的斑痕与\*广场的神圣和庄严形成了强烈反差。

以上的两个事例表明，文明其实是由细节构成的，反思我们的所作所为可见文明离我们还有一段距离。在我们身边，在一部分同学身上，还存在着一些不文明

的行为。例如，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，教室里、校园内食品袋、方便面盒随处可见，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;还有部分同学相互之间讲脏话、粗话，随意攀爬树枝，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，而这恰恰从本质上展现出一个人的思想品质。事实上，良好的行为习惯，是保证我们顺利学习的前提，也是树立健康人格的基础。在学校没有良好的行为习惯的同学就可能目无纪律，不讲卫生，扰乱班级的学习环境。相反，如果我们养成了文明的行为习惯，学习环境就一定是良好的、有序的。我们知道：一个学校的学生具有良好的文明行为习惯，才能构建出优良的学习环境，创设出优良的学习气氛。现在，我们正处于人生中最关键的成长时期，我们在这个时期的所作所为，将潜移默化的影响到我们自身的心理素质，而文明的行为就在帮助我们提高自身的心理素质，同时也完善了自身的道德品质，如果我们不在此时抓好自身道德素质的培养，那我们即使拥有了丰富的科学文化知识，于人于己于社会又有何用呢?所以，我们首先应该做一个堂堂正正的人，一个懂文明、有礼貌的谦谦君子，然后才是成才，不能做一部单纯掌握知识技能的机器，而要成为一个身心和谐发展的人。文明就是我们素质的前沿，拥有文明，那我们就拥有了世界上最为宝贵的精神财富。

记得一位名人曾说：德行的实现是由行为构成的，而不是由文字。无数事例表明，走向事业辉煌、开创成功人生的关键是高尚的情操。代表民族未来的我们，需要学习和继承的东西有很多很多，然而最基本的问题是：我们究竟要以什么样的精神风貌，什么样的思想品质和什么样的道德水准去接过人类文明的接力棒。

南开大学校长在镜子上写了一句箴言：“面必争，发必理，衣必整，钮必结，头容正，肩容平，胸容宽，背容直，气象勿傲勿怠，颜色宜和宜静宜装。” 作为一个现代的大学生，我们必须明白自己的责任与义务。

并且要养成良好的文明习惯，做文明大学生。那么请我们每一个人管住我们的口，不说粗话、不随地吐痰;管住我们的手，不乱扔垃圾、不打架斗殴;管住我们的脚，不践踏草坪。我相信，经过我们全体师生共同努力，一定会营造出一个文明美好的校园。试想假如全国每一个校园都共同创建文明校园，那

么我们民族的整体素质将大大提高，国家的综合实力将会大大加强，祖国的未来一定是繁荣昌盛、灿烂辉煌!

文明礼仪是我们学习、生活的根基，是我们健康成长的臂膀。没有了文明，就没有了基本的道德底线。千学万学学做真人，说的就是学习应先学做人， 学做文明人，学做社会人， 清洁环境，文明校园，从我做起，从每一件小事做起，让文明礼仪之花在校园处处盛开。

**公众演讲稿篇六**

尊敬的老师、同学们：

大家早上好!今天我讲话的题目是《五四，让青春梦想成真》。

xx年前，由先进青年知识分子推动的五四运动，如惊雷闪电劈开了旧中国如磐铁幕，它标记着中国青年运动与国家前途、民族命运血脉相连、共同奋进的历史起点。它孕育了爱国、进步、民主、科学的伟大精神。历经97年积淀、凝聚、锤炼，五四运动成为中华民族实现现代化、屹立于世界民族之林的精神支柱。作为五四精神核心价值的爱国主义，更始终是推动中国发展进步的历史动因，是激励人民团结奋斗的精神旗帜，是动员广大青年投身现代化建设的时代号角。

作为新时代的青年学生，在青春的季节里，人生的关键时刻，我们该如何实现自己的人生蜕变?我想讲这样一个故事：

在小区楼道里摆了一些一品红，在上个月我家的丁香花含苞待放的时候，我把尚未开放的一串丁香花蕾放在了一品红的红叶子上，像是它要开白花似的。

第二天早晨，却意外发现，昨天放在一品红上的那串花蕾虽然伤筋动骨不知愁滋味，也悄然喷香吐蕊，潇洒自如地盛开了。看那架势，比丁香树枝头怒放的花朵毫不逊色，大气得甚至还带点霸气。

惊诧于这个小东西的顽强生命力，我开始思考其中的道理，这个道理其实很简单，花蕾虽然离开母体，中断了能量供给，但它依靠自身所积蓄的养料和水分，也足够开放一次了，这就是生命的奇迹。

原来生命的奇迹就在于积蓄能量。只要平时注意汲取生活的营养，不断提高自身素质，你的生命就会增强韧性和强度。因此，当你陷入某种困境时，不管如何困难，在你生命的某一个角落，一定还有未被唤醒和开发的潜在力量，只要不自暴自弃，尽情释放自己的潜能，即使身陷逆境乃至绝境，你的生命之花照样可以绚烂开放。同学们，请珍惜在校学习的机会，这是你积蓄能量的最佳方式。

青春是蓬勃的生机，是不会泯灭的希望，是一往无前的勇敢，是生命中最辉煌的色彩。青春是于黑暗中，燃烧放光的一抹亮丽景象。

同学们，让我们共同努力吧，用汗水浇灌成长，用热血铸就青春，高举“五四”火炬，争当青年先锋，让青春梦想成真!

谢谢大家!

**公众演讲稿篇七**

老师们、同学们，我们都是祖国母亲的儿女，我们都是在祖国母亲的哺育下健康成长的时代青年，正因为有了祖国母亲的繁荣、昌盛和富强，我们这些做儿女的才会有今天这样幸福的生活，才会在这个美丽的校园里读书、学习，也才会和自己的亲人、朋友、兄弟、姐妹一起享受和平的阳光与亲情、友情的甘露!可是，如果没有了祖国母亲这棵为我们遮风挡雨的参天大树，我们的生命又将会是怎样的灰暗而苍凉!正因如此，著名诗人艾青先生才会在《我爱这土地》这首诗里深情地说：“假如我是一只鸟，我也应该用嘶哑的喉咙歌唱：这被暴风雨所打击着的土地，这永远汹涌着我们的悲愤的河流，这无止息地刮着激怒的风，和那来自林间的无比温柔的黎明……——然后，我死了，连羽毛也腐烂在土地里面。//为什么我的眼里常含着泪水?因为我对这土地爱得深沉……”也正因如此，著名学者、诗人闻一多先生悲呼：“我追问青天，逼迫八面的风，我问，拳头擂着大地的赤胸，我问不出消息，我哭着叫你，呕出一颗心来，你在我心里!”

老师们，同学们，我们是否也应像诗人们一样，对祖国有这样亲、这样爱、这样赤诚的深情，生为祖国，死亦为祖国?是否也应该像诗人们所说的那样：即使我死了，也要让自己腐烂在祖国的土地里面?如果你说，是的，我们也愿像诗人们一样，深深地爱祖国。那么，就让我们呕心沥血地教好每一页书，废寝忘食地学好每一门功课，为祖国多作贡献，尽我们的一份报答吧!最后，我希望所有的老师和同学们和我一起振臂高呼：祖国万岁!和平万岁!祖国不可辱!和平不可凌!

老师们、同学们：

大家好!

今天我演讲的题目是：少年强则国强。

亲爱的同学们，众所周知，十年树木、百年树人，少年是国家的希望，少年强则国强。1900年，梁启超写下《少年中国说》，热切希望出现“少年中国”;搜狐20\_\_年教育盛典主题论坛也是“中国百年：少年强则国强”;20xx年，我和同学们在长城上高歌《少年强》，做为“开学第一课”晚会的主要曲目。所以，在今天，“少年强，则国强”这已经成为不需要证明的道理，所有人都知道的道理。

未来的几十年我们这些少年该如何强?在座的同学们需要做怎么样的努力?最强的少年又应该具备怎样的品质?

第一，要学会做人。很多教育专家提出要做学问首先要学会做人，这是最重要的，做人要做到在家孝顺父母、在校尊敬师长、在外关爱他人，这就是我们中华传统文化。中华传统文化影响我们，老师父母教育我们，让我们从小就明白学会做人很重要。不会做人，学问做的再好，最后出的问题就会越大。古时候讲忠孝、忠孝，我们现在做人对父母要孝，对国家要忠，爱祖国、爱家乡、爱学校、爱父母、爱老师，爱同学，这个就是做人的问题。

第二，要做好学问。光做人做的很好，学问一塌糊涂，这也是不行的，所以学问要做的很好。首先要博览群书，打好基础，再思考怎么做学问比人家更有特色。清华、北大自主招生，很多学校推荐的学生不仅学问做的好，还是班里的干部，平时为大家服务，同时还是学生运动会上的尖子，全面发展，做好学问。

第三，要学会健体。一个民族的健康，青少年的身心健康最重要。近20年，中国大陆青少年身体状况持续下降，如体力、承受力、耐力等方面。国家对这个很重视，提出阳光体育，每天青少年需要睡眠8小时等，保证了青少年的身体健康，我们不能在影响身体健康的情况下进行死读书。第四，要学会创新。这是少年强则国强的核心问题，中国现在要成为一个创新型的国家，关键还是看我们这些少年，如果我们少年没有敢于思考、敢于创新、敢于提出不同观点，中国就出不了大批的创新型人才。

我觉得我们中国少年，应该是一个快乐的少年、一个开心的少年、一个充满活力和充满各项活动创新的少年。不久的将来，我相信中国的本土上也会出现诺贝尔奖获得者。同学们，少年强则国强，我们只有成为有孝心的少年、有爱心的少年、有诚信的少年、不怕失败的少年，就算我们不一定成为精英人才，但只要是人才，各行各业无数的少年强，这样的少年强了、我们国家也就强了。

谢谢大家!

**公众演讲稿篇八**

各位领导、各位老师：

踏上教师工作岗位已有十八年，常常会听到这样的说法:你是老师啊!不错呀!一天就那么几节课，动动嘴就行了，风吹不着，雨淋不到，一年还有寒暑假……每次听到这些，我只是一笑了之，我明白，只有从事了教师工作的人才能真正体会到这份工作的辛苦。我们要面对的，不仅是学生，还有他们的家庭和这个社会;关注的不仅是成绩，还有灵魂和未来;虽有大的规划，而更多的只是日常的琐碎。十八年如一日的教育教学工作中，能让我始终充满热情、充满动力的源泉，就是爱和责任。

爱在冷冰冰的词典里有四个词条的解释，但是爱又何尝能够简单的仅仅用词语来诠释?爱，没有范畴，没有边际，但作为教师的我们却可以将它升华为热爱学生的本能行为，心中有爱，言行有爱。

课堂上关注学生获得知识的心理历程，由问题的情境到概念的阐述，由知识的构建到知识的应用。45分钟的课堂中会把关爱留给每一个人，无论他是学习品质后进生，还是学习成绩后进生能得到一次提问、一句赞扬、一个鼓励的眼神、一句“请坐下”。当听到他们骄傲地谈起“我们班的数学老师……”时;当他们回忆学生时代记忆最深的一句话“你课下有空的时候，到我这里来一下”的时候;当经过自己和同学们的努力班级取得成绩的时候，一种感动和满足就会油然而生。原来，付出就有收获，爱的付出就有爱的回报。

世上有很多东西，给予他人时，往往是越分越少，而有一样东西却是越分越多，那就是爱!爱不是索取，亦非等价交换，爱是付出，是给予，温暖他人，也充盈自身。我想虽然我的工作做得并不优秀，离“名师”的目标还有相当大的距离;虽然我的事业可能永远也不能够轰轰烈烈，惊天动地，但我的工作充满着希望，决定着未来，所以我会始终坚持用心去做，用爱心耕耘终生。

教师的爱是春风化雨、润物无声的，付出时，我们没有想到工资，没有想到回报，这就是一种责任的驱使。责任是对自己要去做的事情的一种爱，是爱的一种升华。如果说爱让人变得博大，那么，责任则让我们变得深刻和厚重。也有人说，教书育人是世间一部很大很沉的词典，而“责任”是这部词典里最重的一页。

也正是由于这样一种责任，使得即使毕业后，学生们仍与我保持着密切的联系。每年的节假日，学生来看我的同时，他们会提一个小小的要求:老师，我们合个影吧，再留个纪念。虽然我的形象离帅气相差甚远，但是自我感觉形象也很高大。更有刚刚毕业的学生真情流露道:“给父亲的信一直写不出来，而给你写的却收不住笔，早就想叫你一声爸爸，可总觉得不如老师来得顺口，然而心里已不知叫了几遍了，就让我们心中保持那份默契吧!”

我不禁想到了一句话:“一日为师，终身为父”。这是学生对老师的尊敬之言。既然做“父亲”，就要像原谅自己小孩的恶作剧一样，去接纳学生的优点和缺点，就要关心爱护学生，对学生负责。同时，这句话也是在告诫我:即使只当了一天的教师，对学生也要负责任。当学生有了成绩或成了气候，不要借“父”名抬高自己或借学生的“光”光亮自己，因为我只是做了自己应该做的。当学生犯了错，应主动承担起“子不教，父之过，教不严，师之惰”的责任。

一位学生在qq留言中写道:“虽然从你班走出已有8个年头了，但始终难忘你真心无悔的付出，也许你不是我碰到的最后一个，但确是有生以来我所遇见的第一个如此全心投入，不记任何回报的老师，你对教育事业的那份执着使我深深为之钦佩与尊敬，你的热忱已融入我们的血液中，我们从您的身上知道了什么叫教师。”

转眼之间，参加工作已经有18个年头了，站在讲台上，刚毕业时那种难以掩饰的青涩仿佛就在昨天。18年的时间，足以改变许多事情，但对教师这一工作的爱与责任，却由年轻时的火热衍变成了今日的绵长不息，俞久弥新。犹如地下的树影，早晨的时候团成一片，快中午时，便枝枝杈杈分得越来越清楚。十几年中，固然有着别人无法理解的艰辛，但也同样有着别人无法体会到的幸福。这份幸福，源于爱，源于责任，源于教育教学中的点点滴滴、日日月月、追寻探索。人生的幸福也许并不是获得什么，而是一直不断地追寻什么，寻找教育幸福的行为本身就赋予教育以幸福。我们的幸福决不是靠分数、指标、金钱、待遇来叠加，尽管必要的物质条件的基础是不可或缺的，但幸福却属于灵魂的体验，精神的圆满，是一种融通、豁达、敞亮、满足和感激，是一种物质之上的物质，知识之上的知识，智慧之上的智慧。

大爱无疆，真心地爱自己的每一个学生;责任无价，用自己的肩膀证明教师使命的神圣。一支粉笔，两袖清风，三尺讲台，四季耕耘。我们手中托着生命的天平，用心作犁铧，播种智慧的种子，收获一季又一季的桃李芬芳。我们可以没有千金掷出时的豪爽，但不可丢克勤致检、细微育人的执著;我们可以不追求服装的时尚、不吃山珍海味、不坐高级轿车，但不能没有润泽万物而不求回报的清水般的厚德，就算普通得如同一根芦苇，也应该用能够思考的自由灵魂追寻属于自己的教育幸福。一灯如豆，四壁青辉。在物欲横流的年代，我甘愿守住一方净土，安于三尺讲台，用爱与责任写好“教师”二字。

**公众演讲稿篇九**

亲爱的同学们：

大家好，我是。今日我演讲的题目是《劳动最美丽》。

大家肯定听说过这样一句话：以辛勤劳动为荣，以好逸恶劳为耻。

劳动，一个多么简单的词语。可是，它又包含了太多。农民们辛苦种下蔬菜，到超市，销售员辛苦地卖出去，再到家里，妈妈在狭窄的厨房辛苦地做出一盘盘丰盛精美的菜肴。

劳动是无处不在的。你看，桌子歪了，需要你伸手把它摆正。地板脏了，需要你用拖把把它拖干净。甚至是每天清晨来到学校教室，需要你把门窗都打开等等，这些都是劳动。不知不觉中，我们都在劳动着。

劳动是光荣的。因为劳动是一种付出。人们常说，有付出就会有回报。也许你在教室打扫时曾经抬头看看夕阳灿烂的天空，想着自己回家一定会晚了，但你付出自己宝贵的时间，回报的是那整洁干净的教室。不光是你明天会坐在着干净的教室里学习，还有整个班级的同学都会因为你的付出而感到舒适，心情愉快。

可是，当你看见你辛苦打扫的教室被弄得满地纸屑，是不是会感觉很恼怒?

是啊，因为别人不尊重你的劳动成果，忽略了你的辛苦。这时候你应该想一想，我有没有不尊重过别人的劳动成果呢?抛开随地乱扔垃圾垃圾不说，倒掉一盘菜，甚至随手丢弃一张空白的纸，都是对劳动的不尊重。这些事情，就像你在美丽的画上浓浓地点上一笔，使人恼怒。

美丽是用什么来衡量的?人们常说，美丽不在于外表，而在于内在。美丽不一定是人长得漂不漂亮。你看园林工人，双手粗糙却拥有一双妙手得以展现园林艺术，培育出娇艳无比的花朵，你看清洁工，工作并不舒坦却用一支扫帚打扫出一尘不染的街道。他们外表并不美，可真正的美却是在他们辛苦的劳动之下得以完美的展现。

劳动是包含着汗水的，但经过汗水的洗涤，劳动的成果却越加的美丽了。不光是劳动自己，同时也在将美丽感染这他人。认真写好每一份作业，工整的字迹是美丽的展现;还有劳动他人，收好同学用心写完的作业，整齐的作业本是美丽的展现。

没有劳动是不辛苦的。没有付出怎会有收获?再苦再累，其实也不过多几滴汗水。让我们学会劳动，尊重劳动，一切从身边做起，捡起地上的垃圾，摆好歪了的桌子，认真写好每天的作业。让汗水包裹劳动，更加美丽更加耀眼!

谢谢大家，我的讲话到此结束。

**公众演讲稿篇十**

1、学习

通过演讲培训机构或者视频书籍提升自己的演讲能力，但真正能够掌握公众演讲这项技能的话还需要不断的实战训练和学习，张海翔口才训练机构可以帮助大家更快的提升公众演讲能力。

2、模仿或复制

找到一个可以成为自己榜样的人，从他的演讲中汲取灵感模仿或复制他的演说，这样可以让进步的速度更快一些。当然，创新是一个不变的过程，最后要根据自己的特点来发展适合自己风格的演说方式。

3、乐于分享

经常阅读一些好的书籍、故事或是聆听一些人的演讲，把心得和快乐经常分享给身边的人，这样既可以分享又可以锻炼自己的表达能力。当然，这更是一种无形的演练，从数量到质量的演变中，公众演讲能力自然会有很大的进步。

4、学会总结

对于一个公众演说的人来说，总结能力是至关重要的。我们学会了精练总结一些生活中的人、事、物以后，可以写成日子，也可以发表给一些杂志社，更可以口头表达给一些对这个话题感兴趣的朋友。

5、主动和参与

为了更好的在公众演讲方面得到锻炼，也可以主动接触一些社会活动上参与讨论和发言。这样的机会在一般的城市里还是很多的。例如培训会、演讲会、各类沙龙活动等等，经常和朋友或陌生人交流沟通，自然会培养自己良好的社交能力，公众演讲能力也会随之进步。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找