

ted演讲经典演讲稿 ted珍惜时间演讲稿 小学(通用10篇)

演讲作为人类一种社会实践活动，它必须具备以下几个条件：演讲者、听众、沟通二者的媒介以及时间、环境。大家想知道怎么样才能写得一篇好的演讲稿吗？以下是我帮大家整理的演讲稿模板范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

ted演讲经典演讲稿篇一

同学们好！今天我演讲的题目是“时间的重量”。

时间的重量又有多少呢？也许，时间是轻的、小的，以至于得以藏匿到每一个微小的缝隙。

也许，时间是重的、庞大的，甚至能压断一根粗壮的树枝。

时间，或轻如鸿毛，它密不透风地笼罩了我们的一生，渗入到每一空间，却让人感受不到一丝压力，它需要你认真地去发现和感受。

时间，或重如泰山，你在每个瞬间付出的努力，它都会小心地为你积攒，直到最后那一刻赠与你最为珍贵的回报，你若是无情地将它挥霍，它也会在最后给予你最为沉痛的打击。

时间是构建人生的材料。时间就是生命，请认真地对待你的时间，认真对待你的每一分、每一秒，让它拥有属于你自己的重量。

ted演讲经典演讲稿篇二

语言是我们交流的方式，它有神奇的作用：可以给人温暖，

可以让人心寒，可以给人快乐，可以让人伤感，可以让人重拾对生活的信心，可以给人们鼓舞战斗的士气！一切都是语言的力量！

古时候，庄子与惠子在濠梁上的辩论，就生动形象地体现了我们语言的强大。其辩论的过程，又突出了语言的趣味性和哲理性！

你看，那热火朝天的战斗中，向前冲的战士们都会叫起来“杀——”，然后士气大振，势如破竹，锐不可当。这是语言的力量。

你再看看，那海伦凯勒，她不因自己是残疾人而放弃，始终在不断地学习，在写作。最后写出了《假如给我三天光明》这本书，鼓舞了千千万万的人，这是语言的力量。

语言不仅仅是我们交流的工具，它更可以向人们表达自己的情感，与人分享快乐。你看，李白、杜甫、陆游……他们不也是用写诗向朋友、向后人表达自己的情感吗？这是语言的力量。

同学们，你们不要小看了语言。语言不仅仅只有我们现在所说的中文，它还有英语、法语、日语……当你学会更多语言时，你的世界、你的将来就会更加广大。

语言的力量是无穷无尽的！让我们好好学习，为自己的将来打下一片江山！让语言的力量与我们自己合二为一！加油吧！学习吧！让我们一起奋斗吧！

ted演讲经典演讲稿篇三

今天我演讲的题目是健康饮食、文明就餐。

1、请爱惜粮食，杜绝浪费。节约粮食是尊重他人劳动的表现，

也是您高尚人格的体现。

2、请保持良好的就餐秩序，排队就餐，讲文明、讲礼貌、守公德，言语文明、举止得体。让整齐有序的队伍成为学校餐厅里一道亮丽的风景线。

3、请自觉回收餐具。吃完饭后就把餐具和杂物带到餐具回收处，既减轻了餐厅人员的工作任务，又方便了其他的同学。

4、请不要随地吐痰、乱扔餐巾纸和食物残渣，注意自己的仪表、穿着和行为，给自己留下美好的回忆，也为他人创造干净整洁的环境。

5、请注意食堂的相应规定，不得恶意损坏或丢弃餐具。

6、请爱护餐厅的设施，不蹬踏桌凳，自觉维护公共设施安全。

7、就餐时请不要大声喧哗，细嚼慢咽，低声细语，不挑食，合理饮食。

8、不吃膨化、油炸、辛辣等不健康食品。

9、请尊重餐厅工作人员，对工作人员的服务不满意，可及时向餐厅管理人员反应，不侮辱甚至谩骂工作人员。发现问题，不吵不闹，逐级反应，妥善解决。

食堂是大家生活的重要组成部分，营造清洁舒适的就餐环境，需要大家共同努力。文明用餐是个人素质的体现，自觉收拾餐具，则是个人素质的提高。文明就餐体现一个人的美德与个人魅力，当代中学生的健康成长事无巨细，让我们从自身做起，从点滴做起，从身边做起，共同营造一个良好的就餐环境；用行动展现自己的风采，让身心得到升华！

ted演讲经典演讲稿篇四

时常听别人哼唱，自己也时常哼唱着姜育恒的那首《再回首》，惟独对“曾经在幽幽暗暗反反复复中追寻，才知道平平淡淡从从容容是最真”这一句不愿认同。“孤独王子”唱得未免太超然了——一生反复追寻，就只得出了平淡是真的结论。

平平淡淡是最真，说到底不就是自甘平庸、自甘无为吗？曾几何时，我们这些带着中学彩色梦走进大学校门的莘莘学子们也在高喊着：平平淡淡是最真。且有人认为只要“与世无争，恬淡一生”便可无忧无虑地生存，颇有要把老庄的“无为”思想发扬广大之势。是什么使我们丰富的校园生活渐退了缤纷的色彩呢？又是什么使我们真实的熔浆凝固，不在有来自内心深处的热血沸腾？是因为我们没有走进梦想中的象牙塔？是因为我们未走出自我困惑的地带？还是因为我们的心的不在年轻，确实把一切都看得平淡了呢？不！都不是！主宰世界的是你，放弃世界的仍然是你。

生活得最好的人，不是寿命最长的人，而是最能感受生活的人。除了你没有走进理想的大学，除了你没有把握住一次几乎成功的爱情，除了你心中那份虚荣于倨傲，你对生活究竟有多少正确的感受？生活究竟给过你多少真正的重荷于不平呢？没有！只因为在当代的中国，在我们这个文盲、半文盲数以亿计的国度里，大学生既被社会过高的期待，也过高地期待着社会，只因为我们不能正确地估计自己，也不能正确认识社会。那种求平淡的心态，仍是不思进取的借口。于是，你曾经也想要有所作为，却不知道从何做起，跟着感觉走，在各种诱惑面前远离本真状态，被泥沙俱下的时代大潮裹挟着四处漂流。当你疲倦地走过无数个三百六十五里，你才发现留在身后的除了那份平淡，什么也没有。

最欣赏把撒哈拉沙漠变成人们心中的绿洲的三毛，也最欣赏她一句话：即使不成功，也不至于成为空白。成功女神并不

垂青所有的人，但所有参与、尝试过的人，即使没有成功，他们的世界却不是一份平淡，不是一片空白。记得有一天和班上几个新近参加美术班学习的女生谈起了她们学习美术以后的感觉和收获。她们告诉我：并没有什么大飞跃，但确实已学会了怎样用心去观察一个事物。也许她们永远成为不了画家，但是我赞叹她们的这份参与意识和尝试勇气。我想告诉她们：即使你们不成功，你们也没有成为空白。

说到这里有人会说：我的确平凡得很，无一技之长，不会唱不会跳，更不会吟诗作画，注定这四年就这么平淡了。世上不过只有一个天才贝多芬，也不过是只有一个神童莫扎特，更多的人是通过尝试，通过毅力化平淡为辉煌的。毅力在效果上有时能同天才相比。有一句俗语说，能登上金字塔的生物只有两种：鹰和蜗牛。虽然我们不能人人都像雄鹰一样一飞冲天，但我们至少可以像蜗牛那样凭着自己的耐力默默前行。

不要再为落叶伤感，为春雨掉泪；也不要满不在乎地挥退夏日的艳阳，让残冬的雪来装饰自己的面纱；岁月可使皮肤起皱，而失去热情，则使灵魂起皱。

拿出我们尝试的勇气，拿出我们青春的热情，大学四年毕业时，再回首，我们没有平淡、遗憾的青春。让我们的青春飞扬吧。

ted演讲经典演讲稿篇五

拖延症是指在能够预料后果有害的情况下，仍然把计划要做的事情往后推迟的一种行为。

这种行为深深毒害着我。

晚上8点钟的时候，我感觉床正在低声呼唤我，可我之前一直在看小说，还没完成我的作业。算了吧，反正我写得快，明

早起来一样能写完。于是，我倒在床上就睡着了。

第2天早上，我突然睁开眼睛，想起作业还没写。我刚要伸手去拿作业，床就把我吸了回来，我不自觉地眯上了眼睛，却见作业卷摊在床上，我马上拿起笔刷刷地写了起来。2分钟过去了，我写完了所有的作业，我心里暗暗高兴，简直不敢相信我居然能写的那么快。既然写完了，那就再睡一会儿吧，我把作业放在了床头，便又睡着了。

当我睡得正香的时候，只听妈妈大吼一声：“小兔崽子快起床！”这一声，吓得我一机灵，我撇了撇嘴，不满意地说道：“我作业都写完了，就不能再睡一会儿吗？”说着，我还用手往床头划了划，可令我惊讶的是，床头空荡荡的，什么东西都没有！我睁开了眼睛，瞧了瞧床头，真的什么都没有，我看向书包，发现作业卷还在书包里静静地躺着，翻开一看，作业一页都没写！这是什么情况？我傻眼了，我刚才明明把作业都写完了呀。原来，我在想象中写完了作业。看来，没完成作业睡觉也不安心呀。

拖延时间是最省力的事情，但后果不堪设想。我希望我能尽快地克服拖延症，变成一个守时的人、一个有生活规律的人、一个身边的朋友都信赖的人。

ted演讲经典演讲稿篇六

著名的演讲家ted总是让很多人崇拜与敬重，那他的演讲是怎样炼成的呢？下面本站小编整理了ted演讲技巧，供你参考。

差不多一年前，我和同事们在去肯尼亚内罗毕的路途中遇到了一个叫理查德·图艾瑞(richard turere)的12岁马赛族男孩，他给我们讲述了一个非常有趣的故事。他家住开阔的国家公园边上，以蓄养家畜为生，然而，生活中的种种麻烦之一就是得保护牲畜免受狮子的侵害，特别是在夜间。理查德发现

在牧场放置灯泡并不能阻挡狮子，不过，当他拿着电筒巡查时，狮子就不靠近了。理查德从小就对电子器件无比痴迷，并靠着比如拆卸父母的收音机来自学。运用这些经验，他设计了一个可以依次开灯关灯的灯光系统(仅仅由太阳能板、汽车电池以及摩托车转向灯构成)，从而使灯光有了动感，他希望可以借此吓跑狮子。在他安装了灯光系统后，狮子再也没有攻击家畜了。不久之后，肯尼亚的其他村庄也开始安置理查德的“驱狮灯”。

这么鼓舞人心的故事十分值得通过ted大会让更多的观众来了解，然而，表面看起来，理查德并不太可能成为ted讲者。他极其腼腆，英语也说得十分蹩脚。尝试介绍自己的发明时说的话变得语无伦次。其实，说实话，一个12岁少年站在1400个观众面前演讲就已经是件难以想象的事了，更何况这些观众已经习惯了听那些像比尔·盖茨、罗宾逊爵士(ser ken robinson)还有泰勒博士(jill bolte taylor)等大师级的演讲。

可是，理查德的故事真的很引人注目，搞得我们特别想邀请他做演讲。在20xx年大会举办的前几个月，我们和他一起准备提纲，寻找合适的切入点以及简洁且有逻辑性的叙事方式。得益于理查德这个发明，他获得了肯尼亚顶尖学校的奖学金。借助申请奖学金的机会，他得以在真正的现场观众面前练习了几次演讲。关键的一点是他得能够建立足够的自信，从而闪耀出自己的个性。最终，当他在长滩发表ted演讲时，你能看得出来他有点紧张，但这仅仅使他更加充满魅力——观众们全神贯注地聆听着他说的每个单词。整个演讲充斥着理查德的自信，他的笑容感染了所有观众。演讲结束时，回应他的是爆发般的欢呼与持续不断的掌声。

自三十年前第一届ted大会以来，我们邀请了各领域的讲者，有在观众面前表现得十分淡定从容的政治家、音乐家和电视演员，也有不知名的学术家、科学家和作者，而在这群人中，有些人在演讲时会感到极不自在。这些年来，我们探索出一

套程序，能帮助缺乏经验的讲者表达、演练并最终做出为人喜爱的演讲。这个程序一般在大会举办前九到六个月开始，包括不断设计(以及修订)讲稿、排练以及大量的微调。我们也一直在改进具体的方法——因为公众演讲艺术也随着时代变化而变化——但从公众的反馈来看，基本的一些方法是有效果的。ted视频自20xx年上线以来至今已被观看十亿多次。

基于这方面的经验，我相信一个好的演讲其实可以通过大量训练得来。在区区几小时内，演讲的内容和叙述方式就可以由混沌不清变得精彩动人。我们团队所专注的18分钟甚至更短的演讲形式，对其他演讲者也很有用，无论是做ipo路演的ceo、发布新产品的品牌经理，亦或寻求风投的创业者。

做好提纲

除非你有值得一说的东西，不然你就做不了一个好的演讲。而对你想说的内容进行提炼和建立结构是准备过程中最重要的部分。

找准事例和叙事的平衡

我们都知道人们很喜欢听故事，而那些最引人入胜的叙述结构中都有着大量的隐喻。当我想到要做一个扣人心弦的演讲，在我脑海中浮现的是去带着观众踏上一段旅途。一个成功的演讲是一个小小的奇迹，人们由此看到不同的世界。

如果你把故事当作一段旅途，最重要的便是找出从哪里开始、到哪里结束。想想观众们对你的故事可能已经有了哪些了解、他们有多关心它，以此找到合适的起点。若你高估了观众的知识储备或者对话题的兴趣，亦或你开始使用术语搞得太专业，你就失去观众了。最棒的演讲者会非常快速地介绍主题，解释他们自己为什么会对这个话题感兴趣，并说服观众相信他们也应该关注这个主题。

我在演讲者的初稿中发现的最大问题是会涵盖太多内容。你无法在一个演讲中去概括整个行业。如果你试图将你知道的所有东西都塞进演讲，那就没时间去举出关键的细节了，而且你的演讲会因各种抽象的语言而晦涩难懂，从而会导致本身就懂的人能听得懂，而之前不懂的人就不知所云了。你需要举出具体的例子来使你的想法有血有肉充实起来。所以，把你的演讲局限在可以被解释清楚的范围内，并且在有限的时间里尽量举出例子使演讲生动起来。我们在筹备前期给讲者的反馈大多是建议他们不要太冲动，不要一心想把所有东西都纳入到一个短短的演讲。相反地，要深入。不要告诉我们你研究的整个领域，告诉我们你的独特贡献。

当然，过度阐述或者纠结于内容的意义也不可行。对这种情况有另一套补救的方法。记住，观众们很聪明。让他们自己去找寻出一些意义，去各自归纳收获的结论。

很多顶级的演讲具有着侦探小说般的叙事结构。演讲者引出问题开始演讲，然后介绍寻求解决方法的过程，直到恍然大悟的一刻，这时观众自会看到这一切叙述的意义。

如果一个演讲失败了，几乎都是因为讲者没有设计好整个故事，错误估计了观众的兴趣点，或者忽略了故事本身。即使话题再重要，没有足够的叙述作为铺垫，反而偶然冒出一些武断的意见总会让人感到不爽。没有一个递进的过程，就不会感到自己有所收获。

我最近参与过一个能源会议，当时市长和前州长两人接连做出演讲。市长的演讲大量罗列了他的城市开展的各种大型项目。这样的演讲如同吹嘘自诩，就像他再次选举所用的成绩单或者宣传广告。演讲很快变得无聊起来。而当州长开始演讲的时候，她并没有列出各种成就，相反的，她分享了一个理念。她虽然也叙述了执政期间的诸多趣事，不过那个理念则是核心，所有故事都是围绕这个理念而来，故事本身也说得到位而有趣。这个演讲相较而言则更令人有兴趣。市长的

潜在台词看起来是在说他有多伟大，而州长的演讲却表达了“这儿有一个很了不起的想法，我们都能从中获益”。

一般来说，人们对关于组织或者机构的演讲并没有什么兴趣(除非他们是其中成员)。理念和故事吸引着我们，但机构组织使我们厌烦——因为他们和我们没太大关系。(商务人士特别需要注意：不要吹嘘你的公司，与其那样还不如告诉我们你的公司正在解决什么问题。)

一旦你想好怎么说故事了，就可以开始重点考虑具体的演讲方式。发表一个演讲有三个主要的途径：你可以照着手稿或提词器直接读；你可以记下演讲提纲来提示你要讲的具体内容而不是把整个演讲都记下来；或者你可以记住全部内容，当然这需要大量的排练预演，直到你能把每个字一一记在脑海。

我的建议是：别照着读，也别使用提词器。提词器通常会有一段距离，人们会知道你在照着读。并且一旦他们发现了，他们的注意力就会转移。突然你就与观众变得疏远，你说的一切都变得官方。在ted我们一般不允许照着读的行为，虽然几年前有个例外，因为有个讲者坚持使用显示器。我们在观众席的后面设置了一个屏幕，希望观众不会注意到它。起先他讲的很自然。可没过多久他僵住了，当人们发现“我勒个去他在照读”的时候，你可以看到一种很糟糕的消极情绪在观众间传递。虽然他的演讲内容很精彩，得到的评分却很低。

我们很多最受欢迎的ted演讲都是逐字逐句完全记下来的。如果你有充裕的时间做这样的准备，这其实会是最好的演讲方式。不过不要低估这项准备工作所需要的时间。ted上最令人难忘的一个讲者是泰勒博士，一位得过中风的脑部研究专家。她分享了自己在这八年的大脑恢复期间学到了什么。在仔细雕琢并一个人练习了数十小时后，她又在一个观众面前演练了十几次以保证她的演讲可以成功。

显然，不是每一个演讲都值得如此耗费时间准备。不过如果

你决定脱稿，那你就得懂得学习曲线的大概形状是什么样子。大多数人都会经历一个“抓狂的低谷期”，此时他们并不能很好地脱稿演讲。如果他们在这个低谷期间做演讲，观众就会有所发觉。他们演讲听起来会如同在背东西，或者在他们竭力回想该说什么的时候，他们眼神会放空或者上翻显得很尴尬。这样会造成演讲者和观众之间的关系变得疏远。

想要走出这个低谷期很简单，只要充分进行排练，一句话接一句话习惯成自然。之后你就可以把准备的重点放在演讲内容的意义和真实性上了。不要慌，你能行。

不过如果你没有足够时间准备并渡过低谷期，那就别试了。用小卡片记下演讲要点吧。只要你知道每一个点该如何展开就够了。特别要记住如何从一个要点过渡到另一个要点。

与此同时，你还要注意自己的语气。有些讲者倾向于较为权威、装逼、强硬或热切的语气，可是谈话式的语气会听上去更令人舒服。别强求，莫装逼，做自己。

如果成功的演讲是一次旅途，那就不要在过程中惹恼你的旅伴。有些讲者表现的太过于自我。他们表现的特牛逼、人生特圆满，观众就会特无语。千万别这样。

就那些毫无经验的演讲者而言，肢体表现是演讲中最难的一部分，不过人们却会太容易高估它的作用。用对措辞，说好故事，以及演讲的内容要比你站姿如何、看起来是否紧张更大程度地决定演讲能否成功。对台风而言，一定程度上的训练就有很大帮助。

我们在早期排练时候发现的最常见的错误是人们会过于频繁地移动身体。他们会晃来晃去，或者把重心在两腿间不停移动。人们在紧张的时候常常不自觉的这样，但是如此容易分散观众的注意力，而且使演讲者看上去没有说服力。只要减少下半身的移动就可大大提高台风。不过也有人能够在演讲

时在舞台上自如地走动，当然，只要足够自然倒也无妨。但对于大部分人最好还是站定了不要晃，仅通过手部姿势来强调重点。

在台上最关键的肢体语言或许应该是眼神交流。在观众席里找五六位看起来顺眼的，在演讲时用眼神和她们交流。把他们当成你很久没见的老朋友，想象你正把他们带进你的工作中来。这样的眼神交流相当有效，它比其他任何方法都要对你的演讲有帮助。即使你没有充足的时间做好准备，必须得照着稿子读，那么抬起头做一些眼神上的交流会让一切变得不同。

对无经验的演讲者而言，另一个大挑战就是紧张，不管是在台前还是台上。不同人应对紧张有不同的处理方法。很多讲者在演讲前会呆在观众席中，这方法很有效，因为听前面的演讲者演讲可以转移注意力并减少紧张。哈佛商学院的一位教授艾米·卡迪(amycuddy)研究了怎样的姿势可以产生气场，她运用了我见过的最不同寻常的准备技巧。她建议讲者们在演讲前到周围大步走一走，站在高处，或伸展四肢，这些姿势都可以使你倍感自信。她自己上台前就是如此做的，而且她做的演讲精彩非凡。不过我认为最简单且实用的方法就是上台前做一下深呼吸。真心有效。

总的来说，人们过于担心自己会紧张。紧张不是病，观众们其实也预料得到你会紧张。紧张是一种自然地身体反应，并且事实上能使你表现得更好：它给予你表现的力量，并保持你思维敏捷。稳住呼吸，一切都没问题的！

承认紧张也可以带来魅力。大胆展示出你的脆弱，无论是紧张亦或是你的语音语调，只要是实在的，都是赢得观众倾心的有力武器。出版过有关内向性格的书并在20xx年ted大会上演讲的苏珊·凯恩(susan cain)就特怕做演讲。你可以感觉到她在台上时的脆弱，这种感受让观众都为她加油——所有人在结束后都想拥抱她。努力使她美丽，也使她的演讲成为当

年最受欢迎的一个。

现在为我们所用的多媒体技术数不胜数，所以觉得怎么也得用幻灯片吧，什么都不用都觉得对有点不起观众。现在大多数人都知道ppt的诀窍：保持简洁；不要把幻灯片做成演讲稿(就好比列出你所要讲的每一点——这些最好写在你手中的小卡片里)；不要把幻灯片上的内容原封不动地大声念出来。除了可能出现类似于使用提词器时会出现的问题之外——“我勒个去她也在照读！”——往往只有最新鲜的信息才能调动人们的兴趣，人们不喜欢重复地看到和听到相同的信息。现在大家应该都很明白这点，但如果去各种公司看看，每天依然有人在演讲时犯这种错误。

许多顶尖的ted演讲者不用幻灯片，而且很多演讲内容也不需要它。如果你要展示一些照片或插图使话题更生动的话，那就用吧，否则，至少对于演讲的某些部分来说，尽量别用。如果你要使用幻灯片□ppt的替代品也是值得一试的。比如□ted的投资对象prezi□这家公司的演示软件提供了一种聚焦追踪式的二维画面。与传统的平面图像切换方式相比，这个演示软件允许用户根据需要移动或者放大演示的画面。恰当地采用多媒体技术可以极大提高演讲的视觉冲击力并加深其内涵。

艺术家、建筑师、摄影师和设计家会使用影像资料的机会更多一些。幻灯片可以帮助讲者更好地表达、把握节奏并且能在讲者不得不使用专业用语时帮助观众更好地理解。(艺术很难用言语去表达，用视觉来体验更好)。我看过一些艺术家或设计师的精彩演讲，他们将幻灯片的图片设置为每15秒自动切换。我还看过演讲者跟随一段视频进行演讲。这可以保持演讲的节奏和新鲜感。比如工业设计师罗斯·洛夫格罗夫(ross lovegrove)的ted视觉演讲，他使用了这些方法，带观众踏入了一段难忘的创意之旅。

另一种方式，创新类人或许会选择用它，就是在演讲中适当地停顿，让作品本身说明一切。动力学雕塑家鲁本·马格林(reuben margolin)使用此方法来感染他人。关键就在于不要想着“我正在演讲”，而是想着“我想要让观众对我的作品有个难忘的体验”。艺术家和建筑师最杯具的就是把他们的演讲用抽象概念化的语言来表现。

视频对很多讲者都很有用处。例如在一个关于乌鸦的智慧 ted 演讲中，科学家播放了一个视频片段，展示了一只乌鸦弄弯钩子勾出管子里的食物的过程——也就是说一只乌鸦创造工具的过程。这段视频比任何语言都更有说服力。

我们在演讲至少还有六个月时就开始帮助演讲者准备他们的演讲内容，这样他们可以有充足的预演时间。我们希望讲者可以在活动一个月前定下最终的演讲。在最后的几周内他们预演的越多，最后的效果就越好。理想的情况下，他们会自己单独演练，也会在一组观众前预演。

在其他人的面前预演有一个问题，就是听者会觉得自己有义务来提供反馈或者提出建设性的批评。不同人的反馈常常差异巨大甚至互相矛盾。这可能会让讲者不知所措甚至崩溃，所以挑选谁来观看预演并给出反馈尤为重要。总的来说，有丰富演讲经验的人能给出好的建议。

我个人在20xx年就以上这点有亲身经历。我的同事 tedglobal 活动的策划者布鲁诺·吉萨尼(bruno giussani)指出即使我在ted里工作了九年，主持过各种大会，介绍过那么多演讲者，我却从未做过一个属于自己的ted演讲。所以他邀请我来做一次演讲，我接受了。

我感到了比预想还要大的压力。就算我花了那么多时间指导过别人如何构建故事框架，当换成自己的故事时，还是挺困难的。我决定脱稿演讲，讲关于网络视频如何促进全球创新

的话题，但这个过程很艰难：即便我花了那么多个小时，从同事那里得到各种可靠的建议，我还是感到有些措手无措甚至开始怀疑自己的能力。我真的感觉自己要歇菜了。在登台的前一刻我依旧很紧张。不过最后发现一切都很顺利。虽然这次演讲肯定算不上是有史以来最棒的ted演讲之一，不过它还是得到了好评——我也从这段巨大压力中挺过来了。

总之，我亲身体会了我们的讲者在这30年里所挖掘出来的东西：演讲的成功取决于这个想法的质量、叙述表达的方式以及演讲者的情感。这和内容有关，而不是演讲的风格或是各种绚烂的多媒体。通过训练，演讲中的小毛病很容易就被剔除，但单靠训练却没办法树立起整个故事和想法本身——演讲者心中必须要有货。如果你有要说的东西，你就可以做出很赞的演讲。不过如果没有一个中心思想，那你最好是别说了。拒绝演讲邀请，回去工作，等到你真正有值得分享的想法再来。

虽然造就出色的演讲很困难，但搞砸一个演讲却很容易。以下是ted建议讲者避免出现的常见小毛病。

1. 花大把时间解释你的演讲主题。
2. 慢悠悠且夸张地讲。能装逼的时候为啥不装？
3. 保证能巧妙地让大家知道你有多牛。
4. 一而再、再而三地提到自己的书。要是能引用自己的话效果更佳哟。
5. 各种要点长句使劲往幻灯片里塞，最好各种字体都有。
6. 让一堆不清不白的专业名词让自己听起来更机智。
7. 有关你家组织的光荣史和它的光辉成就一定要重点描述，

多多益善。

8. 不用特意为了核对是否超时而预演一遍。

9. 最好让人听出来你在死记硬背。

10. 绝对，不要跟台下任何一名观众进行眼神交流！

记住最重要的一点，做出好的演讲没有捷径可走。最令人难忘的演讲总是有大家前所未闻的新鲜东西。最糟糕的演讲则充满陈词滥调。所以任何情况下都不要试图照搬我这里提供的各种建议。当然了，要了解这些建议的大体意思。但演讲内容终归还是要由你自己拟定，因为只有你才知道你自己和你的想法与众不同的地方。发挥自己长处，做出真正属于你自己的演讲。

ted演讲经典演讲稿篇七

时间都去哪了，时间都在拖延下浪费流失了。

周五下午，各科课代表各司其职，在第二节课下课时攒到办公室，在黑板上布置作业。我是只有在笔记本上记的份，望着黑板，没有讨价的权利。

终于放学了，我收拾书包回到家，安排周末计划：今天，我要把作业写一半，明天上午就把作业一扫而光！其余的时间用于复习。不过，现在肚子有点儿饿，先补充点能量吧！晚餐自然是丰盛无比，我狼吞虎咽，饱餐一顿。

饭后，我吃得太饱，得站着消化一下食物。光站着太无聊，时间不能浪费啊，看会儿电视吧。于是我打开了以前的回放，看起了《挑战不可能》· · · · · ·时间怎么这么快，半个小时过去了，我慌了，赶快拿出作业开始做，一张数学卷还

没写完，爸爸就回来了，“十点半了，快睡觉！”无可奈何的我只好遵命。

“起床了，七点了！”我不知是听力不好，还是意志力薄弱，就是不愿离开那暖和的被窝。最终，在妈妈的千呼万唤中我起床了。上午有点没睡醒的感觉，做题效率不高，只完成了昨天的数学卷，下午午睡一会，睡醒看会电视，那作业呢？没事，有的是时间，明天还有一天呢！

周日上午，总感觉我有一点思维混乱，简简单单的题被我“酝酿”成了十分复杂的题目，完成了历史作业和地理作业。下午又完成了政治作业。还不防抓住兴趣爱好，画了一会儿画· · · · ·天黑了，我立即想起：生物卷子还没写完！我慌了神，埋到桌子旁，求助“作业帮”，连搜带写搞了四十多分钟，总算是写完了。现在想想看，周五我还想着用一天半时间去复习呢！

拖延症不只浪费时间，还拖延人的成长啊。我要和拖延症说再见。

ted演讲经典演讲稿篇八

大家好！

幸福到底是个什么玩意儿呢？每个人的幸福观念和幸福方式都是不一样的，

小偷认为幸福就是在偷别人东西的时候怎么偷也不会被警察抓住，就算偷了价值连城的金银珠宝也没有人来阻止。最后家里富有得不能再富有了，一屋子都是钱和珠宝的海洋，就连房子也是用一叠叠钞票和金子筑成的，金灿灿地闪着钱光。不过，那是不可能的，因为凡是利用歪门邪道来获得的幸福，最后都会受到它们应有的惩罚。

有钱的人认为家里的钱越来越多才代表越来越幸福，而且还希望钱多得可以把房子挤爆、填平太平洋才够多。

不过他们指的幸福只是物质上的，如果一个人家里有一大堆钱，但是只有他一个人独自地和一堆冷冰冰的钱呆在一起，而且也没有任何人跟他说话，钱再多，又有什么意义呢？那些钱又不能带给他感情上的温暖，也不能带给他朋友和家人，更不可能带给他心里真正的幸福。

我认为幸福就是在炎热的夏天里偶尔下一会儿小雨，欢快的小雨点儿带着凉爽的微风落在地上浇灭炎热的大地发出“啪！啪！”的响声，好像在演奏着一首凉爽的乐曲，躲在树叶下的蟋蟀也愿意一起合奏，在池塘里游泳的青蛙呱呱地叫着，为乐曲打着节拍，鸟儿在鸟巢里休息时也不忘了给乐队演奏的音乐添加适合而优美的歌词。

我认为幸福也是在美丽而凉爽的秋天看着美丽的金灿灿的落叶和花瓣飘落下来，又被一阵凉爽的风卷起，在空中舞蹈，美丽的橙黄色蝴蝶在它们之间欢快地飞舞着，好像把落叶误认成了自己的同伴，和它们一起飞舞，在旋转中，不知哪是蝴蝶，哪是落叶。

我觉得幸福还是在阳光明媚的初夏，和家人人们一起来到海边游玩，

在金色的沙滩上和表弟一起建沙堡，和表妹一起光着脚踩着浅浅的海浪边走边捡起一个个五光十色贝壳，在海里的防鲨网内和妈妈一起像鱼儿一样快乐地游泳。

我觉得幸福就是和我爱的人和爱我的人在一起，就是最幸福的。

幸福其实不难，只要学会感恩，学会让别人幸福，学会知足，幸福就伸手可得。

ted演讲经典演讲稿篇九

瞧，她笑的多开心呀，两只眼睛成了弯弯的月亮，微微的翘起的小鼻子向上耸起，红红的小嘴随着咯咯的笑声一张一合的，就连那两只小羊角辫也在抖动着。你知道她是谁吗？告诉你，那就是我。

我个儿不高，大约1米1左右。我有很多特点，最大的特点就是喜欢动物。

初冬，我在街上花钱买了两只小鸡，一只乳白色，一只橘黄色。买了它们满以为妈妈也会像我一样高兴，可一进门，妈妈就不高兴的说：“你怎么把这小东西买回来啦？他会冻死的。”我不以为然，我决心要把它们养活。我先把它们放在地上，又拿来小米喂它们，可它们只是叽叽叽地叫，不肯吃。妈妈走过来说：“天气冷，它们冻得顾不上吃了。”我仔细一看，果然，它们冻得直发抖。于是，我把它们放在手心上，它们才叽叽叽地吃起来。晚上，我在桌前写作业，小鸡在旁边并不吃我给它们的小米，总是叽叽叽地叫。没办法，只好把它们放在我的棉衣里，它们才不叫了。我安心地写完作业，把它们拿出来，它们又开始叫了，我只好跟它们“同床共枕”。

总算熬到开暖气的那一天了，房间变暖了，小鸡的羽毛也长了。晚上，我把它们放在盒子里，怕它们跑了，就在上面又蒙上了一层布。结果第二天，小鸡闷死了。我伤心的哭了，并且一连好几天都很伤心。

我曾经被赵忠祥伯伯主持的《动物世界》所感动，希望自己长大以后，为保护动物做宣传。我也曾被那些捕杀动物的不法分子所激怒，为那些无辜被害的动物流泪。有一次，我在电视上看到公安局抓获一批走私动物皮的犯罪分子，既高兴，又伤心，伤心的是有那么多的动物被他们残忍的杀害了，高兴的是公安局的叔叔终于把那一伙惨无人道的走私分之抓获了，侥幸生存的一批动物可以得到保护了。

这就是我，一个喜欢动物，爱护动物的小女孩。

ted演讲经典演讲稿篇十

当然，我对爱情这个东西还是由始至终的抱有幻想。这个东西，就像他一直给我让我对婚姻都有一种期望一样。我对情感的需求我觉得相对于别人来说是比较大的，在小的时候。也会去赢得家长的关注。甚至为了过分关注而去拼命学习。但是不管怎么样，都无法熄灭我对爱情的向往和迷恋呀。这才是十八岁天空应有的芬芳。这才是十八岁应有的力量。我用我的十八来谈谈我的想法。来谈谈我对于爱情的感官。

最近这一个月其实英语围绕的主题就是爱情。最开始有什么问题是说你相信一见钟情么，你相信笔友或者从未见面但是情根深种么，你对于未来的配偶有什么要求。你希望他的特质是什么。现在我来统一的给出我自己的答案。尽可能还原当时我的想法。第一我对未来配偶基本上没有任何特质的要求。我唯一希望他的仅仅是一句欣赏生活。在平淡里也能陪着我安然的度过。第二，我相信一见钟情。那种怦然心动的世纪毁灭感。却又给你归属感和安全。你会相信。沉溺于这一股爱情之火，在爱情烈焰里焚为灰烬都是值得歌颂的一件事。但是我后面想了想。尽管我对爱情这么向往。这么的不顾一切。但是我连爱情的火山口呀，我都不会想爬上去。我相信不靠面容的爱情。我相信柏拉图似的精神恋爱。我相信着纯粹的一切。应为这是爱情呀。人类最不能控制的一种情感。我们在里边。只能随波逐流。

韩寒写过我想和这个世界谈谈。现在。我想用我的十八跟爱情好好谈一段。

青春里涤荡的花，岁月里波浪的美好。

你还记得青葱记忆里的美好么。

那年，十八。风在吹。

你的羊角辫和笑语呀。

在空中荡。