

# 最新脱稿演讲说(精选5篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

## 脱稿演讲说篇一

脱稿讲话准备的“九步骤”

第一步：明确目的

每一次讲话都会有它的目的，通常有四种：

(1) 通报情况；

(2) 说明情况；

(3) 说服他人；

(4) 愉悦他人。

最初准备讲话时，这是首先要思考的问题。弄清是哪一类讲话后，再做下一步的准备。好口才，就悬大钊口才培训中心。

第二步：分析听众

不仅要了解听众的态度、兴趣、期望，还要了解他们受教育的状况以及职业、职位等，同时也要知道他们是主动来听还是被动来听。常言道：“知己知彼，百战不殆”。好口才，就悬大钊口才培训中心。

第三步：收集材料

一旦确定了讲话的主题，也了解了听众的相关情况后，接下来就是要收集足够多的资料作为你的讲话素材。当你被无语可讲，烦恼时可以去图书馆看看或拜访朋友，做做调查研究工作。大家要想新闻记者们学习，虽然大部分的调查材料他们用的很少，但那种前期的付出足以保证他们从充分的准备中汲取营养。眼下的网络资源更为我们提供了便利的条件。记住，收集资料越丰富越好。好口才，就悬大钊口才培训中心。

#### 第四步：概括观点

听讲话不想看文章，说出的话，句式简短容易让人听明白。因此在表达观点时必须用尽可能短的句式概括出来。包括讲话的题目以及讲话中的一些分论点，能用一句话表达清楚的，不用两句话说；能用四个字的词不用一句话；能用两个字的词不用四个字的词，用一个字概括自己的观点最微妙。好口才，就悬大钊口才培训中心。

#### 第五步：列出提纲

我们都知道写文章要列提纲，在准备一次脱稿讲话时同样需要。与写文章列提纲不同的是，脱稿讲话的提纲越精炼越好。把你要表达的意思，分层次精炼成几句话或几个词，按照内在的逻辑关系或最令人信服的先后顺序组织排列。精练的讲话提纲，能帮助讲话者记忆讲话内容，防止丢三落四。好口才，就悬大钊口才培训中心。

#### 第六步：添加论据

把收集到的资料，根据讲话目的进行精选，用典故、实例、数据、股市以及专有名词等支撑你的观点，是你的讲话有血有肉，有专业内涵和深度。你可以用5%的时间来思考讲话的目的和主题，10%的时间用来列提纲，准备视觉教具用10%的时间，再用25%的时间进行练习。这种时间上的分配，意味着

你要用50%的时间花在用论据填充观点上，足见第六步的重要。好口才，就悬大钊口才培训中心。

### 第七步：设计好开场白

在商业演讲中，如果有人站起来说：“大家好，我是市场部的李洪，今天我要谈的是。。。。。”这种开场白实在是太枯燥了。开场白要有冲击力和吸引力，一开口便能引起听众的注意。方法有多种多样，即可以先讲个幽默故事，也可以就地取材说几句笑话。总之，开场白可以是任意有创意的话。好口才，就悬大钊口才培训中心。

### 第八步：准备好必须的展示物

展示物的功能之一是可以帮助听众更好的理解讲话内容，加深听众的印象。但须记住，一定要根据讲话内容的需要，不可勉强。在一次讲话中，展示物也要有侧重点的选择，并不是越多越好。好口才，就悬大钊口才培训中心。

### 第九步：控制好时间

当众讲话如同坐电梯，到了要去的楼层必须下，这里关键强调要有时间概念。计划或规定将多长时间，到时间就应该讲完。如何计算自己的讲话时间呢？在此提供一个参考数据，正常语速讲话，每分钟200字左右。按此算法，2分钟可讲400字的内容，3分钟能讲完600字的内容。结合自身的情况，可根据你说话的速度的酌情增减。

## 脱稿演讲说篇二

为什么人们通常会认为脱稿的演讲更棒？我们先来看看“脱稿”对于演讲会起到哪些积极的作用。

首先，脱稿的演讲者看起来令人觉得充满自信。演讲者脱稿

对于观众而言，具有这样一种意思的传达，即演讲者对于内容是撵熟于心的，是具有充分自信的。同时意味着演讲者对于整个演讲，包括演讲、演讲者自身以及观众，具有很好的掌控能力。

脱稿的另一个积极作用，是能让演讲更加具有感染力。演讲的感染力很大一部分来自于演讲者的呈现状态，以及与观众的互动。

当我们脱稿的时候，我们的眼睛不必长时间聚焦于讲稿，可以与观众做更多眼神交流。而眼神交流是促成演讲感染力的重要因素，通过眼神可以让观众感受到演讲者的诚意，同时演讲者可以通过眼神接收观众的信息，了解的观众的反应。

当我们脱稿的时候，我们双手完全释放，可以根据演讲内容以及演讲者的情绪做出适当的手势，能有效加强演讲的感染力。必要的话我们也可以在讲台上走动而不必担心讲稿。

当我们脱稿的时候，我们更加倾向于使用日常口语，这可以让我们的演讲更加流畅，并有利于观众快速理解。如果是读稿，在撰写时使用的多为书面语，在讲台上一字一句读出来时，很容易造成语言僵硬，缺乏节奏感，容易让观众产生听觉疲劳，失去注意力。

那么如何在演讲中有效做到脱稿，并发挥脱稿的优势呢？

我们需要在三个方面做好充分的准备。

一是必须对内容撵熟于心。

对内容的熟悉和掌握，那是必须地。演讲某种程度上就像冰山（冰山理论被用烂了有木有。。。。。。）。你讲给大家听的，只是露在水面上的那部分，水下的部分虽然没有讲述，但却是你理解、掌握、表述水面上内容的基础。只有真正掌握理

解了一项事物，才会总结出精练的呈现内容。所以，如果一个主题研究不那么深，最好不讲；一个故事对你的触动没那么深，最好不讲。

对内容的熟悉还有一层重要意义，当我们对一件事物非常熟悉且深入理解的时候，我们可以用各种形态的语言来表述，书面语或者口语都没问题。这意味着我们可以用最浅显易懂的语言(很多时候是口语)来表达，可以帮助观众快速理解我们所讲的内容。而当不那么熟悉或者不甚理解的时候，很多时候我们只能依靠他人的文字，这些书面语言不符合演讲者自己的语言习惯，讲起来就变得非常拗口，不容易记住，也不容易听懂。

二是要有一个清晰合理的结构。

一个对内容非常熟悉的演讲者，通常只需要一个清晰的结构，就可以轻松掌握全篇演讲，引用我认识的一位商务演讲培训老师的话“结构就是串起珍珠项链的那跟线”，我很喜欢这个比喻，瞬间理解有木有。好的结构在帮助观众更好理解与记忆的同时，也能有效帮助演讲者更好记住内容。

比较常见的结构有按时间线和空间(模块)结构，都很容易掌握，其他还有“问题—解决”、“形式(特点)—功能”、“比较—对比”等，这些结构所包含的逻辑关系能够同时帮助演讲者与观众理解和记忆(jerryweissman的presentingtowin一书中举例了很多结构，可供参考)

三是多次预演。

很多要演讲的人都会轻视预演，他们觉得写完了一篇稿子，做好了ppt对着ppt读了一遍稿子，基本框架和内容都在脑子里，基本就行了。这些人上台之后会有怎样的表现呢？通常会语无伦次，缀词连连，跟着ppt念稿，面无表情，毫无互动，缺乏灵活性和幽默感，总之让人感到很无趣。

既然准备脱稿，就说明你希望传达给观众一个充满信心的自我，希望获得圆满成功，而不满足于只是完成一个过得去的演讲。几乎所有的国外演讲类书籍都会提到预演的重要性，但缺乏细节指导，这里我结合自己的经验将有效的预演分解成如下5个环节，如果能全部完成，现场效果就可以达到你的预期。

1. 从头至尾念一遍讲稿，按自己的口语习惯修改，力争每一句话都符合自己的口语习惯，讲起来顺口。
2. 面对其他人完整念一遍讲稿，征求有什么地方听不懂，修改。
3. 在讲台上完整念一遍，找感觉。
4. 找个安静的地方，闭眼，想象自己站在讲台上，面对观众，完整地讲完整个演讲。
5. 在讲台上，想象下面无数观众注视着你，脱稿完成一遍演讲。（如果无法在现场预演，尽量找个空旷的地方预演）

## 脱稿演讲说篇三

第一步：熟悉你演讲的内容。正所谓“台上一分钟，台下十年功”，只有你熟悉自己要演讲的内容，哪怕忘记了演讲稿的原文，也能在台上短短时间内用自己的语言陈述出来，而不是像背诵一样机械的复述。

第二步：调整结构，理清逻辑。在熟悉自己要讲的内容后，就要将这些内容串联起来，形成一个结构严谨的顺序。比如先说原因，原因有几点，再说结果，结果又有那几点。

其优点是不仅可以帮助你记忆要讲的内容，还能使听众更容易理解。

第三步：反复练习。有些不足之处不是光看就能看出来的，还得在实际环境中发现，因此反复练习很有必要。

在练习中，可以找出语句不顺、表达不清晰的地方，还可以通过在朋友、熟人面前预演来消除紧张感。

第四步：临场救急。哪怕是做好一切准备工作但也会因为这样或那样的问题而出现不可预知的情况，这就需要一些临场救急的技巧。

最常见的就是忘词，如果忘词了，可以用一些口语承接词或强调前文来争取时间，万一实在想不起来，那么就果断舍弃，不要在这个地方纠缠，因为实际上听众也不了解你想要说几点。

## 如何脱稿演讲

技巧一：演讲可看成是讲故事，很多人怕演讲的时候没话可讲，还会紧张，讲自己的故事，讲自己的故事相对来说不会没话讲，也不会断续，紧张感也会减少。这一点中，我准备了自己的故事。

技巧二：演讲的开头和结尾有讲究，开头要能把听众渐渐的拉进你的故事中。从你的听众群体着手，哪类的听众用哪样的开头。我的听众是一群应届毕业生，一群90后。演讲的时候带稿子会让听众觉得你事先做了准备，会给听众有一种形式主义的想法，特别是90后，这些人群的性格众所周之，对那些固定形式的安排会很敏感，没兴致；可是对于演讲者来说，不带稿子难免会忘记讲的内容。课上学到的方法，准备一张纸，一张“思维导图”，这样听众不太会觉得有形式主义感，当不记得接下来讲什么的时候瞄一下就行，就不会忘记接下来要讲什么。整理了自己要讲的内容，做了一些思维导图。

演讲的时候带着一张思维导图，根据自己事先的准备，整个

演讲过程45分钟，演讲成功，自己感觉满意，比之前演讲的时候有很大的提高，没有紧张感，演讲过程中也没有卡断。

## 脱稿演讲的九大步骤

### 第一步：明确目的

每一次讲话都会有它的目的，通常有四种：(1)通报情况；(2)说明情况；(3)说服他人；(4)愉悦他人。初准备讲话时，这是先要思考的问题。弄清是哪一类讲话后，再做下一步的准备。

### 第二步：分析听众

不仅要了解听众的态度、兴趣、期望，还要了解他们受教育的状况以及职业、职位等，同时也要知道他们是主动来听还是被动来听。常言道：“知己知彼，百战不殆”。

### 第三步：收集材料

一旦确定了讲话的主题，也了解了听众的相关情况后，接下来就是要收集足够多的资料作为你的讲话素材。当你被无语可讲，烦恼时可以去图书馆看看或拜访朋友，做做调查研究工作。大家要像新闻记者们学习，虽然大部分的调查材料他们用的很少，但那种前期的付出足以保证他们从充分的准备中汲取营养。眼下的网络资源更为我们提供了便利的条件。记住，收集资料越丰富越好。

### 第四步：概括观点

听讲话不想看文章，说出的话，句式简短容易让人听明白。因此在表达观点时必须用尽可能短的句式概括出来。包括讲话的题目以及讲话中的一些分论点，能用一句话表达清楚的，不用两句话说；能用四个字的词不用一句话；能用两个字的词不用四个字的词，用一个字概括自己的观点微妙。



## 第五步：列出提纲

我们都知道写文章要列提纲，在准备一次脱稿讲话时同样需要。与写文章列提纲不同的是，脱稿讲话的提纲越精炼越好。把你要表达的意思，分层次精炼成几句话或几个词，按照内在的逻辑关系或令人信服的先后顺序组织排列。精练的讲话提纲，能帮助讲话者记忆讲话内容，防止丢三落四。

## 第六步：添加论据

把收集到的资料，根据讲话目的进行精选，用典故、实例、数据、股市以及专有名词等支撑你的观点，使你的讲话有血有肉，有专业内涵和深度。你可以用5%的时间来思考讲话的目的和主题，10%的时间用来列提纲，准备视觉教具用10%的时间，再用25%的时间进行练习。这种时间上的分配，意味着你要用50%的时间花在用论据填充观点上，足见第六步的重要。

## 第七步：设计好开场白

在商业演讲中，如果有人站起来说：“大家好，我是市场部的李洪，今天我要谈的是……”这种开场白实在是太枯燥了。开场白要有冲击力和吸引力，一开口便能引起听众的注意。方法有多种多样，即可以先讲个幽默故事，也可以就地取材说几句笑话。总之，开场白可以是任意有创意的话。

## 第八步：准备好必须的展示物

展示物的功能之一是可以帮助听众更好的理解讲话内容，加深听众的印象。但须记住，一定要根据讲话内容的需要，不可勉强。在一次讲话中，展示物也要有侧重点的选择，并不是越多越好。

## 第九步：控制好时间

当众讲话如同坐电梯，到了要去的楼层必须下，这里关键强调要有时间概念。计划或规定将多长时间，到时间就应该讲完。如何计算自己的讲话时间呢？在此提供一个参考数据，正常语速讲话，每分钟200字左右。按此算法，2分钟可讲400字的内容，3分钟能讲完600字的内容。结合自身的情况，可根据你说话的速度的酌情增减。

## 脱稿演讲说篇四

- 1、演讲的前一晚必须睡眠充足，使喉咙获得良好的休息。
- 2、穿着合宜得体的服装。
- 3、在演讲前，对着老师和学生微笑，或打个招呼。
- 4、心理上、情绪上、精神上保持放松，预先假设可能发生的'事，但不要被它困扰。
- 5、在讲台上，要轻松自在地站好。
- 6、最应该注意的当然是演讲的内容。在做引言时，应先将重点主题陈述出来，然后在主文中，将主题一一剖析，并且赋予新的观点。试着多讲一些词藻丰富的话。可能的话，最好掺入一点幽默的字眼(千万不能使听众觉得无聊)。注意强调重点，戏剧性地把它们说出来，随后降低声音，再安静下来。
- 7、准备周全的题材，并且做充分的预备和练习。
- 8、演讲前不要进食。乳制品尤应禁止，因为它可能使你的喉咙充满粘液。
- 9、演讲前对自己说：“你很棒！”“加油”等
- 10、上台前做几次张大嘴巴的动作，当然，大笑也可以，如

果有理由，这样你会变得柔韧舒服。

11、要开始说话时，保持微笑环视所有老师和学生，然后做一次深呼吸。

12、头几句要轻松一点。

13、在老师和学生中找一两张快乐友善的脸，经常望望他们，这会令你觉得自己被重视。

14、仔细听一听麦克风传来的自己的声音，以确定自己的嘴巴是应靠麦克风近一点，还是远一些。

15、多用一些肢体语言，借此帮助你吸引听众的注意。

16、手边放一杯冰水，喉咙干燥时就啜一口。

## 脱稿演讲说篇五

要运用脸面表情传达情感并把握一定的度，做到不温不火，适可而止。过火，显得矫揉造作二不及，显得平淡无奇。以“笑”为例，说话时可以根据情感变化的缓急，有时可表现为“开怀大笑”，有时只是“莞尔一笑”，有时可表现为“抿嘴一笑”，有时则只需让人们体察到“脸上挂看笑意”。运用之微妙，全在于讲话者自己潜心琢磨，细心体味。

### 二、反复演练

先将各个段落串起来，自言自语地说一遍，然后独立进行试讲。这时大镜子和录音机就是最好的“批评者”，演讲者依据反应对自己的表现不断作出校正。然后将试讲范围不断扩大，在家人、朋友和同学中试讲，听取意见继续修改。最后可穿上为演讲准备的衣服，进入角色，模拟实地进行演讲，想象面前有许多观众，大声地试讲几遍。

### 三、写提示语

有稿讲话可以让你敢于站上舞台，但是也有可能让你依赖稿子。所以，当你有了一定的基础，你就要学会脱离稿子。有的人脱离稿子的方法是将整个稿子背下来！我想说的是，这样的方法危险而不可靠。因为你一旦背下来，你在讲话的过程中就会回忆，这会让你的注意力全部在回忆上而不是现场的观众上；还有一种危险是，一旦你的记忆不顺畅，忘掉了某一部分，你接下来的内容就可能全部忘记，那你接下来就会站在舞台上尴尬了。