

最新儿童演讲与口才培训口才与演讲培训班 锻炼口才的演讲稿(大全7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？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

儿童演讲与口才培训口才与演讲培训班篇一

大家好！

在我身边有这样一群默默的工作着的人，你看，他们正蹲在班车旁边，仔细地检查线路；他们正站在雪地里，树上挂满一串串的彩灯；他们乘着晨色已经出发，踏着暮色回家；她们每天拿着抹布和拖布，一次又一次地清洗卫生间，他们是谁？他们就是常年服务在学校第一线的人，他们就是我们最可爱的同事们。

我理解的拥有“正能量”的人，是那种带有健康、积极、阳光的人，和这样的人交往时，令你感染到那种快乐向上的感觉，让你觉得“活着是一件很值得、很舒服、很有趣的事情”。

我的身边就有这样一群人，他们与人为善，互相帮助，使得在工作中的压力减小许多，所以我时常提醒自己正在释放的是正能量还是负能量。古人有言：“择其善者而从之”。跟积极和善的人相处，并且把自己的积极乐观传递给他们，你会发现自己也是快乐的。

带着阳光、带着幽默、带着愉悦的心情对待身边的每一个人。

我的演讲到处结束，谢谢大家！

儿童演讲与口才培训口才与演讲培训班篇二

大家下午好！

李小龙曾经写过这样一段话：我是谁，这是很多人反复自诩的老问题。虽然每个人都可通过镜中的影象看到自己的容貌，尽管他清楚自己的姓名、年龄与过去，对于真正的“自己”，很多人未必都能真正的明白，故而仍旧要问“我是谁”？我究竟是殿堂中的巨人，抑或是封闭自惑的庸碌之辈？我究竟是傲立于天地的大丈夫，还是像在荒野迷途的小孩般内心充满了恐慌？我们当然不愿见到自己如此窝囊，但惟恐现实就是这样。然而，我们仍可寻回自己所期冀的目标，那些怀着信心去追求卓越的人，灵性将会在奋进坚持中获得洗涤，那些敢于在逆境中求生的人，顾盼于镜子的影象时，定能见到自己的真貌。

我想每个人心中多都有一个理想中的自己，当你怀着青春的梦想，不断努力，经受挫折而不放弃，终有一天你会守得云开见明月，成为理想中的自己，那时，你就见到了自己的真貌！

毫无疑问，每个人都渴望成功，但问题在于，并不是每个人都能成功。

成功需要我们怀有梦想：没有了理想，连流浪都找不到方向！没有远大的目标，一生都是别人的陪衬和附庸，没有成大事的雄心，就没有动力，就会茫无目标的飘荡，终归迷失航向而永远达不到成功的彼岸。

成功需要我们不断努力：努力并不是一件容易的事，但是有一个方法可以让它容易起来，那就是养成努力的习惯。对于一个人来说，艰难困苦并不危险，懒惰散漫才是最危险的敌人，因为懒惰，人在自己毁灭自己。我们要不断超越自我，超越自我就是每天超越别人一点点，没有什么惊天动地的，

生活需要一点激情，要做一个演员，去演绎一个理想中的自己，而非看客！

成功需要我们耐得住寂寞：每一个伟大而不甘于孤独寂寞的人，必然会在孤独寂寞剖析自己的灵魂。用孤独的机会来审视自己的人生，用孤独的方式来检讨自己的行为，用孤独的力量来畅想自己的未来。不论是承受怎样的煎熬，他总是甘于那样的孤独与寂寞。

成功需要挫折的历练：生活不是笔直通畅的走廊，我们时常会遇到挫折、陷入迷茫，但是如果我们有深信不疑，有一扇门会向我们打开，那就是成功之门！

为了理想我们抱有终身的热情，一次坚持可能换回一种习惯，一种习惯可能换回一种品格，一种品格可能换回一种追求，一种追求可能铸就一种人生。

自信就是“我能比别人做得更好”也是迄今为止能找到的最好的潜能放大镜。成功的人因为体验到成功的快乐而更加自信，失败者反之更痛苦而自卑。

儿童演讲与口才培训口才与演讲培训班篇三

一、积极心态训练(20分)

1、自我暗示：每天清晨默念10遍“我一定要最大胆地发言，我一定要最大声地说话，我一定要最流畅地演讲。我一定行！今天一定是幸福快乐的一天！”（平常也自我暗示，默念或写出来，至少10遍。）(10分)

2、想象训练：至少5分钟想象自己在公众场合成功的演讲，想象自己成功。(5分)

3、至少5分钟在镜前学习微笑，展示自己的手势及形态。(5分)

分)

二、口才锻炼(60分)

(一)每天至少10分钟深呼吸训练。(10分)本文载于-技巧网评

(二)抓住一切机会讲话，锻炼口才。(50分)

1、每天至少与5个人有意识地交流思想。(10分)

2、每天大声朗诵或大声讲至少5分钟。(10分)

3、每天训练自己“三分钟演讲”一次或“三分钟默讲”一次。(10分)

4、每天给亲人、同事至少讲一个故事或完整叙述一件事情。(10分)

5、注意讲话时的一些技巧。(10分)

a□讲话前，深吸一口气，平静心情，面带微笑，眼神交流一遍后，开始讲话。

b□勇敢地讲出第一句话，声音大一点，速度慢一点，说短句，语句中间不打岔。

c□当发现紧张卡壳时，停下来有意识地深吸口气，然后随着吐气讲出来。

d□如果表现不好，自我安慰：“刚才怎么又紧张了?没关系，继续平稳地讲”；同时，用感觉和行动上的自信战胜恐惧。

e□紧张时，可以做放松练习，深呼吸，或尽力握紧拳头，又迅速放松，连续10次。

三、辅助锻炼(20分)

- 1、每天至少20分钟阅读励志书籍或口才书籍，培养自己积极心态，学习一些技巧。(4分)
- 2、每天放声大笑10次，乐观面对生活，放松情绪。(4分)
- 3、训练接受他人的视线、目光，培养自信和观察能力。(4分)
- 4、培养微笑的习惯，要笑得灿烂、笑得真诚，锻炼亲和力。(4分)

儿童演讲与口才培训口才与演讲培训班篇四

大家好！

在学习和做事中有两个必不可少的因素，那就是端正的态度和良好的方法。我记得以前有一位足球教练说过这样一句话“态度决定一切”，如果你做事态度端正并且十分发奋但是最后没有成功，别人也不会责怪你。

方法也十分重要，往往细节决定成败，然而这些细节和你的学习方法紧密相连。

从这天起，从此刻起，开始发奋吧！

我的演讲结束了，谢谢大家！

儿童演讲与口才培训口才与演讲培训班篇五

大家好！

人生，是一次漫长的旅程。在这次旅程中，我们会不断的做

选择题。选择有大有小。大的，关系到整个人生；而小的，只会关系到一个分数的好与坏。在我十二年的光阴里，最让我印象深刻的是两年前的一次大选择。

我是一个非常好学的孩子，从幼儿园起没有接触过的兴趣班我都想尝试，所以直到小学三年级我的兴趣班还排的满满的，可马上就要升到四年级了，学习负担也会加重，我也不得不关掉一些兴趣班了。扳扳手指头我一个都不想停，就跑去问妈妈。妈妈给的建议是：适合自己的才是的。于是我就和妈妈讨论起来。

从小我就喜欢画画，画笔里留下了我生活的点点滴滴，开心不开心都可以拿起画笔画下我当时的心情；钢琴能让我陶冶情操，上课时我被那五线谱陶醉，可回家练习我总是推三阻四，每天至少得花上一个小时；围棋也是如此三天打鱼四天晒网。所以和妈妈讨论后就留下画画，可是我还是不想要离开我的“朋友”钢琴。于是妈妈说：“钢琴留着，以后有时间你可以打开来弹弹。”我愉快的答应了。

现在我五年级了，发现当时的选择是正确的，适合自己的才是的。后来我也越来越喜欢看书，书带给了我童年的乐趣和美好的享受，同时在我成长的道路上它教我去思索人生，使我从幼稚走向成熟。

人生是一直做选择题的旅程，所以当我们在做选择题的时候，一定要小心和谨慎。

谢谢。

儿童演讲与口才培训口才与演讲培训班篇六

大家好！

既然是花，就要开放；既然是树，就要长成栋梁；既然是石

头，就要去铺出大路；既然是班干部，就要成为一名出色的领航员！

孔子说：“其身正，不令则行；其身不正，虽令不从。”意思就是说“榜样的力量是无穷的。”假如我是中队长，我一定会高标准要求自己，好好学习，好好工作，天天向上，争做同学们的好榜样！

假如我是中队长，我一定努力做好老师的小助手，认真处理好班级的各种事务，主动帮忙同学，为大家排忧解难，送上一份温暖。假如我是中队长，一定会在老师的带领下组织全体队员开展丰富多彩的班队活动，让班队活动成为我们每个同学锻炼自己展示自我的舞台、快乐的大家庭。

俗话说：“不想当元帅的兵不是好士兵！”是的，说到不如做到，要做就做得，时时争取做得更好！今天，我是成功的参与者，明天我将成为参与的成功者！亲爱的老师和伙伴们，请给我一次锻炼的机会吧！相信在我们的共同努力下，我们的中队将更加意气奋发，蒸蒸日上！相信我，没错的！

谢谢。

儿童演讲与口才培训口才与演讲培训班篇七

大家好，我是来自××班的××同学，转眼间，半学期在我们忙碌的身影中匆匆闪过。期中考试结束了，虽然成绩并不能代表一切，但它却是比较客观地反映出我们这段时期的学习状况。它犹如一个标点符号为这半个学期的学习做了一个收尾，或残缺，或圆满。都已是个事实不可改变。

在学习的道路上，我们同样渴望欢乐，追求成功。但现实总是夹带着挫折、不幸困扰着我们。一次又一次的考试，一次又一次的失败，像暴风雨似的袭击而来，常常会给每个人的心里投下浓重的阴影，于是我们想到了放弃，想到了听天由

命。

高处并不可怕，可怕的是斜坡。有人在逆境中奋起，获得了成功。也有人没有勇气去正视人生，沉沦下去。然而，生活是位严肃的长者，他决不会可怜懦夫，相反，只会欢迎那些面对挫折，永不言弃的人。

世界上没有绝对平坦的路，也没有一帆风顺的人生。同学们，现在除了努力奋斗，我们别无选择。奋斗中允许有失败，但不能丧失战胜失败的勇气，奋斗中允许有泪水，但不能像决堤的河水绵延无休。

学会坚强，具备一份永不放弃的信念，就已经成功了一半。让我们带着这份信念，驾驶着人生之船战胜惊涛骇浪，驶过激流险滩，共同到达成功的彼岸吧。

我的演讲到此结束，谢谢大家！