# 锻炼口才的演讲稿【精选5篇】

来源：网络 作者：独坐青楼 更新时间：2025-01-28

*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。离开其中任何一个条件都构成不了演讲。以下是为大家整理的锻炼口才的演讲稿【精选5篇】，希望对您有所启发！锻炼口才的演讲稿精选1　　敬爱的老师，亲...*

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。离开其中任何一个条件都构成不了演讲。以下是为大家整理的锻炼口才的演讲稿【精选5篇】，希望对您有所启发！

**锻炼口才的演讲稿精选1**

　　敬爱的老师，亲爱的同学们：

　　大家好！

　　我的家乡在荆州。平时，我对家乡的环境也不大了解。这几天，我们班组织同学们进行了一次综合实践活动，对家乡的环境进行了一次调查，调查的主要对象是荆州的护城河。这次调查让我受益匪浅。

　　通过实地调查和上网查资料，我了解到以前的荆州护城河污染十分严重。护城河两侧共有二十多个排污口，每天城区的生活及工业污水排入护城河，直接排入的总污水量约5万立方米。因此，河水变成了浑浊的墨绿色。居住在附近的居民和过往的行人也很不爱护环境，把垃圾随随便便仍进河里，使河水的污染进一步加重。由于护城河是死水，无法流动，河底淤泥非常多，水面上漂浮着大量的蓝藻，河底的沉积物散发着臭味。人们从这里经过，都要捂着鼻子，加快脚步。

　　护城河的污染成为了荆州人的心中之痛。在广大市民的期盼下，市政府对护城河进行了彻底的治理。经过清淤、补水、截污、绿化……护城河面貌焕然一新。

　　如今的护城河碧波荡漾，波光粼粼。护城河宛如一面绿色的大镜子，映出了蓝天白云和古老城墙的美丽倒影。几只鸭子在水面上嬉戏，几条小船在小河上悠闲地驶来驶去，真可谓“舟行碧波上，人在画中游”。河岸上杨枊依依，与古老的城墙交相辉映，美不胜收。通过这次的环境调查，我增强了环保意识。我们一定要好好保护环境，让我们共同的家园天更蓝、水更清、景色更美！

　　谢谢。

**锻炼口才的演讲稿精选2**

　　敬爱的老师，亲爱的同学们：

　　大家好！

　　时光飞逝，不知不觉中我已在岁月流逝中匆匆长大了。

　　回首往事有些怀念，展望明月，我充满了无限的畅想与希望——我即将开始那梦想中的高中生活了！

　　成为一名高中生，就意味着我将肩负起更多的责任。那究竟是什么责任呢？

　　首先，我应该对自己的学习负责了。我知道：“学如逆水行舟，不进则退”，也明白：“不积硅步，无以致千里；不积小流，无以成江海”。高中的学业，或许有些繁重，但今日点滴的积累，都是在为日后的成功打下基础。我决心，一定认真听课，勤奋学习，在结束了一天繁忙、紧张的学习之余，坚持挤出时间来阅读。学习，是一个不断汲取知识的过程，我立志做一棵树苗，不放过任何学习的机会，努力从老师和书籍中吸收成长进步的养分，这样未来的一天，我才能长成一棵参天大树，哗啦啦地舒展着浓密的枝叶。

　　学习固然重要，但我认为一个人的品德修养也同样重要。高中生活的学习，不仅仅是学业上的，也是个人品德的学习。高中生这个词，不仅标志着我学业的进步及身体的逐渐成长，也要求我的心智要日渐成熟。成熟，表示我要褪去小学、初中时的青涩与稚嫩，礼貌用语，诚信待人，同时还要关注国家、国际大事。

　　告别初中生的稚气，我们将逐渐走向成熟；向昨日的无知挥手，我们将遨游于知识的海洋。高中生活，一切都充满了无限美好的希望。

　　谢谢。

**锻炼口才的演讲稿精选3**

　　尊敬的老师，亲爱的同学们：

　　大家好！

　　我的家乡在临泽，是个小城，它虽然没有赛江南的美景，也没有杭州西湖的妖娆，更没有北京文化的深奥，但它却另散发着一种平凡的自然之美。随着社会的发展，家乡也在飞速的变化着，巨大的变化使原本拥有自然之美的小城更加艳丽。

　　顺着平坦的马路走在街道上，我不禁感叹：

　　家乡变净了！看，这宽敞的马路上多么干净呀。记得以前，灰尘满天的土路上垃圾成片，人类随手乱扔垃圾，在路边自己设计垃圾池，夏季，经过太阳的暴晒，满条街臭气熏天；刮风时，垃圾满天乱飞，这一切，使小城变得凌乱不堪。现在，路旁一个个绿色的垃圾箱排着整齐的队伍，人类也愿意抬起自己那双漂亮的手与垃圾箱接触，这一切和谐美好的景象让人多么留恋。

　　家乡变绿了，夜晚的小城在灯光的装点下是多么妩媚。以前，我最害怕走夜了，漆黑的夜晚显的那样寂寞孤独。可现在，夜晚的小城几乎比白天更热闹，两旁的路灯像军人一样笔直的站在那儿，似乎在为我们站岗放哨。公园里各式各样的霓虹灯随着音乐的旋律有节奏的变幻着，如进入了七彩美妙的世界一般。各个商场门前也挂着五彩的小彩灯，在小彩灯的点缀下，商场变得更加华丽耀眼。啊！家乡的夜晚真美呀！

　　家乡变绿了！现在人类提倡保护环境，我的家乡在绿化方面搞的可好了。看！那漂亮的颐和绿苑，以前曾是一排破烂不堪的危房，可经过修建后，现在已变成人类的天堂。

　　家乡变了！家乡变净了，一种干净纯洁的美充满小城；家乡变亮了，五彩缤纷的色彩使小城变的绚丽多姿；家乡变绿了，勃勃生机使小城充满青舂的活力。

　　我相信，在不久后的将来家乡会变得更美好。

　　谢谢

**锻炼口才的演讲稿精选4**

　　尊敬的老师，亲爱的同学们：

　　大家好！

　　农历正月初一是春节，又叫阴历年，俗称“过年”。

　　在古时候有一只叫“年”的怪物。“年”有三怕，一是怕灯光，二是怕红色的东西，三是怕声响。所以每家每户在正月初一都会亮着灯，贴红色的春联和放炮竹。这就形成了春节的传统习俗。春节的习俗还有喝屠苏酒、贴“福”字、贴春联、包饺子等等。不过我印象最深的事情是包饺子。

　　那年春节，我和妈妈就开始包饺子的准备工作。妈妈先拿出一袋面粉，倒出部分放盆子里，加水揉成面团，再用擀面棒擀成饺子皮。再拿出一块肉，把肉剁成肉泥，就可以开始包饺子了。

　　正在我得意之际，突然感到对手湿漉漉的，原来是油从饺子左面冒了出来。于是，我捏左边，可是沾了油的饺子皮始终合不拢。我非常气恼，一使劲，左边是捏住了，可是右边又冒油了，真是气死我了。于是，我同时捏住两边，再使劲一捏，饺子的肚子就给撑破了，这可气的我火冒三丈，不得不再拿一张饺子皮补住。我手里拿着的已经不是饺子了，而是一个肉汤圆。诶，没办法，谁让我没看清学懂呢。

　　我难为情地拿着“杰作”给妈妈看。此时，妈妈已笑得合不拢嘴了，她停止了笑对我说：“包饺子不能用蛮劲，要用巧劲”。并如此一般地又教了我一遍。听了妈妈的话，我非常惭愧，我决定再包一次。我按着妈妈说的，右手捏中间，然后两边对挤，在左右轻轻一捏。嘿，你别说，这只“小胖墩”还挺带劲呢！

　　通过这次包饺子，我懂得了一个道理，无论做什么是，我们都要讲究方法。

　　到了吃晚饭的时候，妈妈就去厨房把我们做好的饺子拿出来煮了，等妈妈把煮熟的饺子端出来的时候，我特别高兴。

　　谢谢。

**锻炼口才的演讲稿精选5**

　　尊敬的老师，亲爱的同学们：

　　大家好！

　　母爱，对于每个人来说，都是非常宝贵的。既然是母爱，我们每个人都拥有，就应该不让它消失，不让它破灭，应该好好珍惜它。如果一个人没有母亲的爱，那么他生活在一个黑暗的世界，没有光明，没有快乐，没有温暖，也没有关怀。

　　而我，则是一个充满快乐的阳光女孩，我的身边充满了快乐，因为我有一个关心我的母亲。

　　当我们匆匆忙忙起床时，是谁给我们准备好了可口的早餐？当我们背上书包急急走出家门，是谁在窗前张望？是母亲。她为我们付出的就如一片大海，而我们回报给她不如一滴水珠，她为我们耗费的是千年、万年，我们陪伴他的只有一分一秒。

　　那一夜，我和妈妈吵了一架，生气地跑回屋“砰”的一声关上了房门，我坐在桌旁默默地哭泣，但我早已决心变得坚强，拿出作业来写。夜深了，天冷了，母亲轻轻地走了进来，我不理她，好为我披上大衣，我仍不理她，她又轻轻地走了出去，我只是回头默默地看了她一眼。我知道她是爱我的，是关心我的。

　　夜深了，我睡了。母亲悄悄地走了进来，她为我盖了盖被子，然后用她那纤细地手抚摸着我的脸庞，我顿时感到浑身都涌进了一阵阵暖流，我强忍住眼泪，使它不流下来。母亲悄悄地走了，我不敢动，因为我不想破坏母亲为我盖的被子，我只能凭眼泪从我的眼角流出……

　　母爱情深似海，为了子女，会不顾自己。在你一生中，谁还会这么对你？从日常生活中发现你、哺育你、滋润你的真爱。用心去体会，你的生活会因为充满阳光而更美！让我们把手放在胸前，用心去体会，学会感恩吧！

　　谢谢。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！