# 即兴演讲大全【12篇】

来源：网络 作者：尘埃落定 更新时间：2025-05-02

*演讲又叫讲演或演说，是指在公众场所，以有声语言为主要手段，以体态语言为辅助手段，针对某个具体问题，鲜明，完整地发表自己的见解和主张。本篇文章是为您整理的即兴演讲大全【12篇】，供大家阅读与鉴赏！>1.即兴演讲大全 　　大家好！　　童年是多姿...*

演讲又叫讲演或演说，是指在公众场所，以有声语言为主要手段，以体态语言为辅助手段，针对某个具体问题，鲜明，完整地发表自己的见解和主张。本篇文章是为您整理的即兴演讲大全【12篇】，供大家阅读与鉴赏！

>1.即兴演讲大全

　　大家好！

　　童年是多姿多彩的，童年是五颜六色的，在我的童年里有许多趣事，但有一件事令我最 难忘。

　　暑假的一天，火辣辣的太阳高高的挂在天空上烤着大地，知了在浓密的叶丛中扯着嗓子大声地叫个不停，仿佛在说：“太热了，太热了。”爸爸带着我和妹妹到彭州的白水河去玩，来到河边，一阵阵凉风扑面而来，吹拂着我的面颊，啊！这里真凉快。瞧那边有许多小朋友都在河边嬉戏、玩耍，有的小朋友在河面上自己划竹筏，有的小朋友拿着水枪在河边追逐，有的打着光脚在小河里嬉水，溅起朵朵水花，就像天上洒下来的闪闪星光。

　　爸爸看到河边有一条空着的竹筏，笑着问我们：“想不想到河里去划竹筏？”我和妹妹异口同声地说：“想！”于是爸爸找来一根木棒当船浆，我和妹妹也迫不及待的站到竹筏上，爸爸划动船浆，竹筏顺利的在河上飘了起来。河水清澈见底，高空的白云和岸边的绿树倒映在水中，构成了一幅美丽的山水画。我们向河中心划去，突然爸爸说：“不好，这里水太急，竹筏在这里不平稳，我们要赶快返回。”但是已经来不及了，竹筏在河面上打转，爸爸努力的控制着竹筏的平稳，我的心一下子提到了嗓子眼儿，急忙拉住妹妹的手，希望竹筏不要翻。这时旁边有位大哥哥看到我们有险情，急忙过来帮助我们，他用力的把我们的竹筏向河边推去，结果竹筏失去了平衡，眼看竹筏就要翻了，爸爸奋不顾身的跳下了水，用手撑住了竹筏，竹筏终于平稳了，危险终于化解了，我们也顺利的回到了岸边。看着爸爸湿漉漉的衣服，我和妹妹都说：“爸爸，这下你可是凉快了。”

　　虽然这次划竹筏失败了，但我永远都不会忘记，因为我体会到了爸爸宽厚的爱。

　　谢谢大家！

>2.即兴演讲大全

　　各位老师，各位同学：

　　早上好。今天班会的内容是养成良好习惯，争做优秀学生。

　　我们先一起来听一个真实的故事：北京有一家外资企业高薪招聘应届大学毕业生，对学历、外语的要求都很高。应聘的大学生过五关斩六将，到了最 后一关：总经理面试。一见面，总经理说：“很抱歉，年轻人，我有点急事，要出去10分钟，你们能不能等我？”这仅剩的几位大学生们都说：“没问题，您去吧，我们等您。”经理走了，大学生们闲着没事，围着经理的大写字台看，只见上面文件一叠，信一叠，资料一叠。都是些什么呢？他们你看这一叠，我看这一叠，看完了还交换：哎哟，这个好看，哎哟，那个好看。

　　10分钟后，总经理回来了，他说：“面试已经结束，你们全都没有被录用。”大学生们个个瞪大了眼睛，“这是怎么回事，面试还没开始呢？”总经理说：“我不在的这一段时间，你们的表现就是面试。很遗憾，本公司从来不录用那些乱翻别人东西的人。”

　　故事听完了，大家想一想，能够最 后参加总经理面试的这几位学生，是从千军万马中挑选出来的，难道他们还不够优秀吗？这家公司为什么不录用他们呢？是的，真正优秀的学生是养成了良好习惯的学生，而这几位大学生没有养成尊重他人，未经允许不乱翻他人东西的好习惯。

　　今天同学们听了这个故事，知道了不经过他人的允许不能翻看他人的东西，相信今天不会有同学去随意乱翻他人的东西，是吗？可是，明天，后天，一星期以后，一个月以后呢？是不是大家都还能做到这一点呢？可能已经忘了这个故事，又会不经意翻别人的东西了吧？但是，一旦我们养成了不乱翻别人东西的良好习惯，不要说一个月，就是一年一辈子也不会再乱翻别人的东西了。

　　可见，良好的习惯有助于身心的健康发展和有效地掌握文化知识，因为它使我们自觉地去做有价值的事情。一般地说，优秀学生都具有良好的学习习惯和生活习惯，不论何时何地都能自觉地做该做的事，远离不该做的事。

　　那么哪些是良好习惯呢？学校每周都有一项重点常规养成训练，比如，穿戴整洁，物归原处，学会倾听，认真作业，按时就寝等等，都是我们应该养成的好习惯。只有养成了这些良好的学习和生活习惯，才是真正优秀的学生。本周常规养成训练的重点是：文明安全进行课间活动。那么，就让我们从现在开始，坚持良好行为，养成良好习惯，争做优秀学生吧。

　　谢谢大家！

>3.即兴演讲大全

　　大家好！

　　有位哲人说：你的心智就是你的主人。有这样一个故事：有个人遇到了难事，便去寺庙求拜观音。当他走进庙里猛然发现观音像前也有一个人在拜，那人长得和观音一模一样。于是便问：“你是观音吗？”那人答道：“是。”“那你为何还拜自己？”“观音”笑道：“因为我遇到了难事，可我知道，求人不如求己。”

　　是啊，如果人人都拥有遇事求己的那份坚强和自信，也许人人都会成为自己的观音。在现实生活中，不是因为有些事情难以做到，我们才失去自信；而是因为我们失去了自信，有些事情才难以做到。自信是生命的力量，自信可以让生命更有分量。

　　谢谢大家！

>4.即兴演讲大全

　　尊敬的老师，亲爱的同学们，大家早上好！

　　曾看过这样一段话：小鸟说：我从天空中飞过，但天空中没有留下我的痕迹。泰戈尔说，天空中没有留下我的痕迹，但我已飞过。同样的状况，却有两种不同的态度，相信后者的态度更能赢得大家的认可。其实生活是一面镜子，你对他笑，他就会向你露出笑脸，你对它哭，那么你最 终只会收获沮丧的心情。这就是我要演讲的——乐观的生活态度。

　　或许有人会抱怨说，上天是如此的不公平，努力奋斗多年的我到现在为止还是一个经理助手。寒窗苦读十二年书的我，最 终还是没能考上理想的大学。然而，这些抱怨无法改变现实，只能加重自己的烦恼，何不以积极乐观的心态看待呢？

　　相反的，正如我们熟知的林肯先生，在遭受24岁经商失败，26岁爱人死去，27岁精神崩溃，中年时代多次竞选参议员和副总统，却均以失败告终，可面对如此多的打击与磨难，他始终没有放弃自己的梦想，而是以积极的生活态度应对这些不如意，最 终他成为美国第十六任总统，正是这积极乐观的生活态度，让林肯最 终实现自己的理想。

　　相信，假若没有积极乐观的生活态度，摔残肢体的桑兰，高位截肢的张海迪，生命中没有光明与黑暗的海伦—凯勒，他们同样不会有灿烂的人生，也就不会赢得世人的尊重与赞美。

　　亲爱的朋友们，虽然我们无法预知下一秒会发生怎样的事情，但相信只要我们持一种积极乐观的生活态度，我们生活一直是快乐的。所以，即使有一千个理由哭泣，也要为自己找出一万个理由微笑，这样，我们的生活就会充满更多的阳光和快乐。

　　谢谢大家！

>5.即兴演讲大全

　　尊敬的各位领导、各位评委、老师们：

　　大家下午好！

　　作为一名新人，来到外高也已经三个多月了，今天我能够站到这个讲台上，首先要感谢学校能够给我提供这样一次展示自我的机会。我今天要演讲的主题是：我爱青春。

　　青春是什么，米兰·昆德拉说：“青春是一个可怕的东西，它是由穿着高筒靴和化装服的孩子在上面踩踏的一个舞台。”其实，青春并不可怕，可怕的是当我们的青春逝去，留给我们的却是一无所成，作为一名青年语文教师，青春恰恰给了像我这样的年轻人们一个舞台，我们要做的，就是在上面奋力描绘出绚烂的风景。

　　俗话说，“千里之行，始于足下”，美好的事业刚起步，要想成就一番作为，就不得不下一番功夫，而青春正给了我不断奋斗的力量。

　　革命领袖陈独秀告诫青年说：“青春如初春，如朝日，如百卉之萌动，如利刃之新发于硎，人生最 宝贵之时期也。青年之于社会，犹新鲜活泼细胞之于身。”青春给了我前进的无限动力，我也将以此来装扮自己的舞台。视己为朝日、为初春，为社会之发展而不懈努力。

　　叔本华说：“一个人老年时最 大的安慰莫过于意识到已把全部青春的力量献给了永不衰老的事业。”在这起始的道路上，我将以人生最 宝贵之时期来筑起人生最 美好之事业。我想，在我老的时侯，也将不会有任何遗憾。

　　我的演讲到此结束，谢谢大家！

>6.即兴演讲大全

　　尊敬的各位领导：

　　大家好，今天我演讲的题目是《我的青春——我的中国梦》

　　也许那时正值青春，让我不明白什么是青春，致使梦想未能因青春而更加美丽。在青春的渐行渐远中，意识到过去的自己曾经挥霍过多么弥足珍贵的东西。原本以为自己要在惋惜和懊悔中度过已现黄花的青春，中国梦的阐释，让我明白来日犹可追。这是华夏儿女共同的梦想，犹如一阵春风，吹开了千里冰河；恰似一场春雨，滋润了干枯幼苗。霎时间传遍了大江南北，长城内外；是她凝聚起了华夏儿女的共同意志，承载起中华民族的美好期盼。

　　北京奥运的壮乐绕梁未绝，抗震救灾的战歌记忆犹新，那些为国争光的勇士，那些为国捐躯的英烈都是我最 好的榜样。精神已绘就梦的方向，追寻“中国梦”的脚步已经迈起；在这万事俱备，也不欠东风的时代，我们肯定能创造出无愧青春，无愧时代的崭新乐章。那一刻，我的青春开始沸腾，我的生命开始燃烧，我找到了要为之而奋斗的那个梦！

　　作为一名普通的教师，也许我的爱和智慧还难以让孩子们的眼睛里充满阳光，但我会努力让他们享受爱的雨露和阳光；我没有富足的财力，让孩子们在无忧中成长，但我会以我最 诚挚的心，让他们饱含期盼的眼中不再有过多的泪光；我不是太阳，但我和我的同伴们会用信心点亮火把，照亮孩子们前行的路，希冀最 后化身为晶莹剔透的水滴，将太阳的光辉映射到每一个孩子们的身上，守住他们最 后的希望。

　　谢谢大家！

>7.即兴演讲大全

　　亲爱的老师们，亲爱的学生们：

　　上午好！

　　梦想是我们给自己铸造的一座城池，是我们奋斗的最 远的目标。

　　我的梦想是能够在我50岁的时候修建一所希望学府，这是一所集小学到高中的信息化教学的学校，在这里全部实行信息化教学，老师都是硕士学位以上的优秀的老师，教学内容与世界接轨，教学方法以体现学生的个人素质为主。我希望通过修建这样一所学校，能够上更多的穷苦孩子能够走进明亮的教室，能够让更多的孩子接受到好的教学，能够上他们发挥自己的优点，挖掘自己的潜能，能够让他们与社会的差距缩短，能够为他们提供一个实现梦想的平台，能够为社会增添一片爱的云朵，让社会充斥着爱心。

　　也许有人会质疑，你的梦想是真的吗？我可以很诚恳的告诉你这是真的。因为我曾是一个不幸的孩子，但是正是在很多好心人的帮助下使我成为了一个幸运的孩子。所以我应该用自己的实际行动回报社会，让爱心的圣火继续传递下出。只要每一个人能献出一点爱，这个世界将更加的温暖。我会为自己的梦想而努力奋斗，努力学习，从各方面提升自己的能力，在专业领域中能够占有一席之地，为自己的梦想打下坚实的基础。

　　天行健，君子以自强不息。青春无畏，行者无疆。让我们扬起生命的航帆，向梦想进军！

　　谢谢大家，我的演讲完毕。

>8.即兴演讲大全

　　尊敬的老师们，亲爱的同学们：

　　大家好！今天我为大家演讲的题目是：朋友。

　　每一次，上下楼梯与你相遇，我都会犹豫，要不要和你打招呼，要不要对你微笑。可是你总是比我先扭头。

　　你知道吗，在你扭过头的那一瞬，我觉得所有的陌生感都涌上来了。呵呵，你真的一点都不在乎，但是真的不在乎吗，可能真的不在乎吧。

　　也许你早就厌烦了我，因为我就像个烦人精一样，只会给别人添麻烦，这么多年来一直都是。有时候，睡不着了，我会想到你，真的。你的教室搬到我教室的隔壁了，我多希望一下课就能去找你玩。但好像已经没有多大可能。

　　曾经，我以为在那个地方，有你一个朋友就够了，因为那时的我们是多么快乐。现在想来，我是多么的一厢情愿啊。也罢，越长大越孤单的嘛，我不想那么多了。

　　记得月影有两个女孩的身影，一个总比另一个高出好多。所以我总是很自卑，因为你比我高……

　　谢谢大家！

>9.即兴演讲大全

　　大家好！

　　真正让我疲惫的疲惫，不是遥远的路途，而是鞋子里的一颗沙：

　　有一位长跑运动员经过一片沙滩时，鞋子里进了不少的沙，为了赶时间，这位运动员匆匆倒掉沙子继续赶路，但鞋子里还有一粒沙。虽然走路有点不舒服，但为了不耽误时间，这位运动员没有再倒出这粒沙。经过一段路程后，运动员的脚被这粒沙磨破了，以至于不能前行，胜利也因此失之交臂。

　　在工作中，当你遇到一粒沙时，一定要及时地采取措施，把沙倒出来，把问题根源解决掉，千万别让一粒小小的沙阻碍了我们的工作。

　　一粒沙就仿佛我们生活中的一个小错误，一个小缺点。所以“勿以沙小而不倒，勿以石大而倒之”。一粒沙往往是我们通向成功之路的障碍，绊脚石，拦路虎。

　　不要总觉得成功往往躲藏在高山背后，大江尽头，而不赶去攀越它。胜利就在你眼前向你招手，只是你与胜利之间隔着一粒沙而已。不要忽视这这粒沙的存在，它毕竟是占着一份空间的，虽然是很小很小。努力地跨过这个空间吧！这样你才能得到仅距你一步之遥的胜利。

　　记住，你生活中往往游荡着一些重要而又微笑的灵魂，它们就是沙子。

　　谢谢大家！

>10.即兴演讲大全

　　同学们好：

　　今天我向大家演讲的题目是“祖国在我心中”。

　　我国是一个历史悠久、历经沧桑的文明古国。我国虽然历史悠久，但是在大家的心中有一段忘不掉的经历。抗日战争、虎门销烟、九一八、七七事变历历在目。但我国的历史也有光辉璀璨的一面。

　　是古人发明了汉字。很久以前，古人并不会写字、记事，有人想出了绳结记事法，但是太麻烦了。就有一位叫仓颉的人发明了甲骨文。

　　在我国的文化那些诗人、文学家是不可缺少的。文天祥的《过零丁洋》是千古绝句；孟郊的《游子吟》歌颂了伟大的母亲；李白的《静夜思》表达了他的思乡之情。还有那些著 名的文学家。司马迁的《史记》被鲁迅称为‘史家绝唱，无韵之离骚’；孙武的《孙子兵法》是古典文化遗产中的瑰宝；孔子写的《礼记》是中国古代一部分重要的典章制度书籍。

　　让我们把这悲惨的历史铭记在心中，去创造更美好的未来，让祖国更加富强！让我们行动起来吧！

　　谢谢大家！

>11.即兴演讲大全

　　大家好！

　　一场成功的奥林匹克运动会，不仅是运动场上体育健儿激情的表演，更是一场动人心魄的大合唱！我把北京奥运比作一张画，我们每个人手中都有一支笔，不仅仅需要色彩的亮丽，更应该追求整体的和谐。只有整体和谐，才是最 美丽的画卷。

　　作为中华民族的一员，我们不是每个人都能走上奥运的赛场，在五环旗下迸发光彩！但我们也有自己的奥运舞台，用我们一颗诚挚的心，为北京增添光彩！不在闪光灯下，不在领奖台上，我们照样能成为奉献奥运的英雄！

　　作为伟大祖国的公民，我们应当找准自己的位置，用自己的行动装点全民的奥运梦。你和我也许不会有像刘翔那样历史性的跨越，但我们每个人跨出文明的一小步，中国社会将向前迈出和谐的一大步。就像一个公益广告说的：其实文明就在我们心中，我们会在生活中不经意地流露着。

　　激情成就梦想，和谐点亮未来。我们应该发扬奥运的精神，共同建设美好家园；我们更应该凝聚各方力量，共同推进经济社会的发展；我们还有必要调动社会各界的积极性，共同维护社会的和谐稳定。和谐的中国，将会让所有的人的眼睛为之一亮！发展的中国，必将赢得世人的赞叹！我们坚信，无论是战友还是对手，在奥林匹克会歌响起的时候，都会为我们热烈地鼓掌！

　　谢谢大家！

>12.即兴演讲大全

　　尊敬的老师、亲爱的同学们：

　　今天我演讲的目是——我的青春！

　　首先，我想问大家一那个问题，请问各位同学，青春是什么？

　　一定有很多种不同的回答。我的回答是，花一样的绚烂，火一样的激情，鹰一样的抱负，这就是我们的青春。青春，多么耀眼的文字。一年又四季，同样，人生也有四季。青春就犹如一年四季里的春天，是播种的季节，只是春天去了来年还会再来，而青春一去不复返。青春是奋斗的季节而不是可以挥霍闹着玩的年华。因为青春是那样的短暂，有时还没来得及回忆，已经随风而逝。我们的青春经不起挥霍，我们的青春因奋斗而美丽。

　　既然谈青春，就一定少不了梦想。我们带这梦想来的大学，但是好像很多人都忘了我们最 初的梦想。每天不是上网就是到处瞎逛，就在这一天有一天的瞎逛与游戏中，渐渐的遗忘了我们的梦想，甘愿堕落，甘愿平凡。各位是否忘记了自己最 初的梦想，如果没有忘记梦想，又是否在为实现梦想而奋斗呢？这个世界从来就不缺少梦想家，缺少的是实践家，有梦想就要去奋斗，去实现。

　　我的青春，我做主着！

　　我的青春，我奋斗着！

　　我的青春，我无悔！

　　我的演讲完毕。谢谢大家！

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！