

# 2023年前激情演讲(优秀8篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

## 前激情演讲篇一

首段：引入与背景。

演讲是人们在现代社会中一种不可避免的现象，无论是个人还是组织，都需要通过演讲来表达自己的思想和价值观。但是，对于很多人来说，进行演讲是一件比较困难的事情。因此，在此文章中，笔者将会分享自己演讲前的心得体会，希望能够对大家有所帮助。

二段：确定演讲主题的重要性。

在进行演讲之前，我们首先要确定自己的演讲主题。演讲主题的确定对于演讲的成功非常重要，除此之外，也是我们演讲准备的第一步。需要明确的是，演讲主题应该和自己的兴趣和专业水平相匹配，这样才能让自己在演讲中发挥出自己的特长和优势。

三段：充分进行准备的重要性。

演讲的成功与否很大程度上取决于我们的准备工作。好的准备工作会让我们更加自信和专注，从而更好地传达我们想要表达的思想。在准备过程中，我们需要进行充分的研究和准备，积极寻找资源，以便让我们的演讲更加精彩生动。如演讲需要PPT辅助或幻灯片，可提前准备，更好地展开演讲。

四段：演讲时的信心与表达能力。

演讲时的信心和表达能力也非常重要。信心能够让我们更加出色地完成演讲而使演讲更加流畅和高效。同时，在演讲过程中，我们需要注意语速和语气的变化，能在恰当的时间点使用不同的语言来表达在吸引听众注意的同时不致于显得单调和乏味。

五段：总结与建议，指明未来方向。

综上所述，演讲前的准备和演讲时的表现，都是决定演讲成功与否的关键。在演讲中，我们要从自己的角度出发，积极寻找资源并充分准备，充满信心地表现和精彩的演讲将体现出我们的特长和优势。对于以后要进行演讲的人们，应该更加注重自己身上的漏洞，坚持不懈地努力提高，不断完善自己，以让自己更加自信。

## 前激情演讲篇二

地球是迄今为止人类知道可以携带宇宙中只有地球的人类生活。人类生活在球已经有几百万年的历史。多年，人类依靠地球上的资源(空气、水、阳光)生存、繁衍和发展，所以，地球是人类的母亲。

人类在漫长的发展，性能自然和经济发展，创造了一个出色的性能。但与此同时，由于不合理的开发利用自然资源，不注意环境保护工作，导致了全球生态破坏和环境污染。现在全世界每年有600万公顷的土地变成沙漠，2000万公顷的森林消失，有一种物种灭绝的平均一个小时。越来越多由于臭氧层的破坏，温室效应，使用地球温度上升，南极冰层开始融化，海上飞机将继续上升，世界上许多沿海城市、岛屿和大量的土地，将被大海吞噬。这一系列的环境问题，不仅影响着经济的发展和社会的进步，甚至威胁到人类的生存，所以照顾好环境，已成为全人类共同关心。

6月初，联合国世界环境与发展大会在巴西的首都。175个国

家的代表和15000，其中包括175名国家元首或政府首脑出席了会议，可见，环境保护已经成为人类共同的声音！

同学们，保护环境是非常重要的。如果在经济发展的过程中不注意环境保护，是大自然的报复。不仅损害我们这一代，而且孩子们逗留一万代！

我国以经济建设为中心，建设中国特色社会主义。在现代化的进程中，党和政府高度重视环境保护，环境保护作为一项基本国策。“环境法”在1989年颁布，只有环境保护有100多个法律法规，保护环境已经成为我们人民的自觉行动。

同学们，我们是地球的主人，我们每个人都有保护环境的意思。环境保护是我们的主要责任。我们必须从现在开始，从一侧开始，从小事做起，爱护花草树木，鸟类和其他动物的爱，等等。通过我们的努力，使祖国的天更蓝，水更绿，更干净。

### 前激情演讲篇三

控制脸部的的方法，首先“不可垂头”。人一旦“垂头”就会予人“丧气”之感，而且若视线不能与听众接触，就难以吸引听众的注意。另一个方法是“缓慢说话”。说话速度一旦缓慢，情绪即可稳定，脸部表情也得以放松，再者，全身上下也能够为之泰然自若起来。

#### 演讲时如何调整自己的视线

在大众面前说话，亦即表示必须忍受众目睽睽的注视。当然，并非每位听众都会对你报以善意的眼光。尽管如此，你还是不可以漠视听众的眼光，避开听众的视线来说话。尤其当你走到麦克风旁边站立在大众面前的那一瞬间，来自听众的视线有时甚至会让你觉得刺痛。

克服这股视线压力的秘诀，就是一面进行演讲；一面从听众当中找寻对于自己投以善意而温柔眼光的人。并且无视于那些冷淡的眼光。此外，把自己的视线投向强烈“点头”以示首肯的人，对巩固信心来进行演说也具有效果。

在我们演讲时如何掌握好姿势

演说时的姿势(posture)也会带给听众某种印象，例如堂堂正正的印象或者畏畏缩缩的印象。虽然个人的性格与平日的习惯对此影响颇巨，不过一般而言仍有方便演讲的姿势，即所谓“轻松的姿势”。要让身体放松，反过来说就是不要过度紧张。过度的紧张不但会表现出笨拙僵硬的姿势，而且对于舌头的动作也会造成不良的影响。

诀窍之一是张开双脚与肩同宽，挺稳整个身躯。另一个诀窍是想办法扩散并减轻施加在身体上的紧张情绪。例如将一只手稍微插入口袋中，或者手触桌边、或者手握麦克风等等。

## 前激情演讲篇四

手。竞选英语组长，我有比较多的优势。首先，我足足当了三年半的英语组长，有丰富的经

验，最重要的是我特别喜欢英语，而且英语成绩很不错。我还喜欢看英语书：三只小猪、皇

职责：一、自己要按时交作业，不拖小组的后腿。二、督促组员保质保量做好作业，并在规

定时间内交给英语课代表。三、如果本组的同学有不会的题，那我就教他。四、如果本组

同学在课堂上不认真，做小动作，那我这个英语组长就会提醒他，帮助他改正。总之，我会

贵意见，我保证我会努力改正。

## 前激情演讲篇五

### 第一段：引言（100 字）

作为一份使我感到荣幸的社团活动，参加演讲社给我带来了许多收获和体验。在这里，我学到了许多演讲技巧和沟通技巧，不仅提升了自己的表达能力，还培养了自信心和领导能力。在演讲社的过程中，我与伙伴们一起成长、一起努力，感受到了一种团队精神的力量。在这篇文章中，我将分享我在演讲社的心得体会。

### 第二段：培养演讲技巧的重要性（200 字）

在演讲社的活动中，我开始认识到培养演讲技巧的重要性。通过学习和模仿优秀的演讲者，我逐渐理解到演讲应该是有逻辑性、有条理性、有感染力的。慢慢地，我学会了如何组织思路，如何运用修辞手法来增强演讲的效果，如何利用身体语言和声音来引起听众的注意。这些技巧的运用不仅提升了我的演讲水平，也让我在以后的表达中更加自如和自信。

### 第三段：提升沟通技巧的意义（200 字）

在演讲社的交流中，我认识到有效的沟通技巧对于人际关系的建立和发展是至关重要的。通过演讲社的训练和实践，我学会了如何倾听他人、与他人建立联系、以及如何运用非语言沟通来传达信息。这些技巧的掌握不仅帮助我更好地理解他人的观点和需求，也让我更有能力与他人进行合作和解决问题。同时，这些沟通技巧也促使我思考自己的言行对他人的影响，更加细心地选择词语和表达方式，以避免不必要的误解和冲突。

### 第四段：自信心与领导能力的培养（300 字）

参加演讲社的过程中，我逐渐对自己的能力和潜力有了更深的认识。通过在舞台上演讲，我获得了展示自己的机会，得到了他人的认可和肯定，这增强了我自信的信心和勇气。在团队合作的活动中，我学会了管理团队、协调合作，不断克服困难和挑战，这培养了我的领导能力和团队精神。这种自信心和领导能力的培养不仅在演讲社中发挥了作用，在日常生活中也对我产生了积极的影响。

## 第五段：总结与展望（200 字）

通过参加演讲社，我获得了与伙伴们共同成长的机会，学到了许多关于演讲技巧、沟通技巧、自信心和领导能力的知识。这些所学不仅成为了我个人发展的资本，也让我在与他人交流和合作中更加得心应手。未来，我希望能够继续发挥所学，不断提升自己的演讲和沟通能力，成为更好的自己，也希望能够将所学与他人分享，帮助更多人提升他们的演讲和沟通技巧。演讲社的经历让我深信，沟通是人际关系的基础，演讲技巧是成功的关键，而自信心和领导能力则是超越自我的动力。

## 前激情演讲篇六

尊敬的领导、亲爱的同事们：

我叫xxxx来自xx公司小餐厅。今天，我演讲题目是：苦练技术造就“硬本领”、优质服务赢得“香满园”。

首先，我想问大家，餐饮业的技术是什么？也许大家认为是烹饪。我认为大家只说对一个方面，餐饮业的技术还有服务、管理、礼仪等。我结合自己多年工作实践来讲，在餐饮的有限空间里，技术大有可为，技术工人大有展现才华的舞台。在普通的锅台前、餐桌旁、洗涤间，我们有技术才能更有力量，我们有技术才能更有服务，我们有技术才能更有食香！

结合国内国外餐饮业，我举两个有技术、有知识的例子。第一个是以月命名的菜的故事。“月到中秋分外明”。我国不仅有许多以月命名的景点，引人入胜，而且也有不少以月命名的地方名菜，脍炙人口。

——乌云托月，山东名菜，以紫菜与荷包鸡蛋做成汤，故称“乌云托月”。

——洱海映月，云南“风花雪月”的四道名菜之一。菜式构思奇巧，菜盘中有一泓碧水，水中飘荡着彩云。在彩云中，则有一轮金黄圆月在飘浮、转动。原来，“碧水”是精心调制的菜汁；“彩云”系肉饌和蛋白；“圆月”是鸡蛋黄。

——群虾望月，沈阳名菜，将鸡蛋皮用碗扣成圆月放在盘中，然后将烤成红艳艳的10只大虾，把虾头朝向“月亮”，摆在“月亮”四周即成，此菜红黄相配，甜咸适口，滑嫩鲜香。此外，还有四星望月、半月沉江、月映蛟龙、皎月香鸡、龙游月宫、月宫仙女、花好月圆、明月鸭松、会崎松月、月映玛瑙等等，都是一方的名菜。

一个以月为主题，做出如此庞大的菜系，从菜的命名、菜的形状、菜的烹制、菜的造型、菜的典故、菜的文化等巧构出一道道名菜，足以见中国餐饮业文化的历史悠长、内容丰富、时期鼎盛。这也恰好说明了中国餐饮业的文化底蕴非常深、技术特别精湛。在“民以食为天”的国度，在残酷竞争的餐饮业，一个餐饮企业，拥有技术，拥有技术高超的员工，才能占稳脚跟、安身立命。

再说说国外餐饮业。我们许多人把快餐当时髦，而国外美食家则视快餐为“食品垃圾”，这有点令人不可思议。麦当劳、肯德基等国外著名快餐店几乎一夜之间便风靡神州大地，年轻人更是趋之若鹜，许多人把吃快餐当作一种超值享受。据报道，麦当劳创下的日销售纪录不是在美国本土，而是在中国北京，麦当劳最大的销售店是在中国。

洋快餐的取胜之道是：有完善的标准化管理。在肯德基公司仅标准化手册就有上百套，从选店、原材料的选购，到产品加工、质量、商标、营运等等，都有标准手册，白纸黑字，每个员工进行任何一项工作都有章可循。同样，在麦当劳公司进行任何行动也都是遵循唯一的一个标准行事。从原料供应到产品售出，统一的标准、规程、时间和方法，使顾客无论在今天，还是在明天，无论是在美国还是在中国，都能品尝到品质相同、真正原味的美式汉堡。

先进的管理依靠精湛的技术和技术人才来实现的。这正应了有技术才能更有力量这句话。在国外，餐饮服务业要想常胜不衰，就需要有精湛的技术作支撑、优质的服务作保证。

随着新技术、新科技的不断升级和创新，力量不仅仅是力气的代名词，它已成为知识、技术、力量的复名词。工人只有力气不行，要想在竞争中体现自己的人生价值，必须善于学习、善于钻研、善于创新，用知识和技术来武装自己。才能达到理想的彼岸。

1994年4月，我走上了餐厅保管这个岗位，在做好本职工作的同时，也干起了服务员这岗位，当时我想，餐厅服务员干的是简单的体力劳动，端端盘子洗洗碗，擦擦桌子扫扫地，又没技术可言。有了这种心态，有时就应付工作、应付顾客，时不时的出差错。记得有一次，我在为客人上菜时，由于业务不熟悉，没有选择上菜的最佳时机和路线，不小心把菜汁滴在客人的胳膊和衣服上，客人非常生气，我也非常尴尬。教训非常深刻。

通过这一事故，彻底改变了我对餐厅服务业的看法：“我们怎样对待别人，别人就怎样对待我们”。如果我们不能提供热诚周到的服务，就得不到顾客的认可；我们不把顾客当亲人待，顾客就不会把我们当朋友看。自己不快乐，顾客也不高兴。这次小事故虽然过去了，但在我心里却受到了很大的影响，不服输的个性告诉我，你必须做一名优秀的服务员。

公司为了提高服务质量，买来一套金正昆教授讲授服务礼仪方面的影碟，我如获至宝，用眼看、用心听，写心得、写体会。我首先从服务规范基本要求入手，做到规范服务，科学服务，优质服务，在服务中做到尽心尽意，尽力而为，力求完美，争取完美，在提供热情服务中做到：眼到、口到、身到、意到，也就是说目中有人，眼中有事。

在一次接待任务中，我遇到这样一件事，一位客人从一进门我就发现他气色不好，在就餐中悄悄的，不停的去搥头，我静静的走上前，弯下腰悄悄的，关心的问他原因，他说早上就头痛，可能感冒了，因为开了一上午的会，没有及时去买药，听完以后，我说了一声“您稍等”就走开了，我及时同厨房取得联系，专门为客人熬了姜汤，又去药店买了感冒药，当我把热气腾腾的姜汤和感冒药悄悄送到他手中时，他感动的握着我的手说“谢谢”。

对我来说，一件微不足道的小事，却让客人倍感温暖，这就是所说的“宾至如归”吗？为了懂得客人，读懂客人，看懂客人，我看了有关宾客就餐的心理学，对不同性格的宾客采用哪些不同服务方式，及食品营养方面的书籍，并运用到实践中，学会处理并做到得心应手的处理，工作中积极努力，孜孜不倦的学习，让我在思想上和工作中都有了很大的进步，得到了领导和同事的认可。因为我坚信，在我们这个社会，只有分工不同，没有贵贱之分，社会行行出俊杰。

多年来的餐厅服务工作使我感受到，只要有满腔的`工作热忱和勤奋，有如饥似渴的求知欲望，有锲而不舍的钻研精神，任何人都能在“低层次”干出高水平，在“小岗位”做出大贡献，从丑小鸭变成白天鹅。经过几年不懈努力，我由一名服务员成长为餐厅班长，协助餐厅经理管理餐厅，我始终立足本职岗位，积极投身管理创新。

餐厅是我们xx公司的一个窗口，它的好坏直接影响着我们录井公司的形象、效益，这个形象就靠我们这些服务人员来树

立。记得有一天，我们接到接待法国某公司的一名副总裁的接待任务，客人非常重要，公司非常重视，这是对我们服务质量的一次挑战。

首先我根据西方人的喜好进行餐厅的布局设计、餐台的布置、餐具的摆放、餐花的折叠。根据法国人口味，我及时与厨房取得联系，强调他们不喜吃辣，但却对葱、蒜、丁香、香草等异味调料则很感兴趣。

强调讲究烹调火候，做出嫩的；强调法国人餐前喝开胃酒，正餐喝葡萄酒，餐后用甜酒或白兰地，注意菜肴与酒水的搭配，对矿泉水情有独。当外国客人看到整洁的餐厅，优美的环境，规范的仪容仪表，标准的服务，非常满。当喝到口味纯正的葡萄酒，用中国的筷子吃着特色佳肴，翘起了大拇指，连声说“verygood verygood”听到了外国友人的称赞，我心理美滋滋的。

搞好小餐厅服务培训，是我们一项重要工作。每次来新的服务人员时，在培训过程中，我们要求她们，首先树立正确的事业观、人生观，要以平常心去对待工作，端正工作态度，严格遵守餐厅的各项管理制度。在服务工作中要讲究技巧，“微笑”可向客人传递我们的欢迎，良好的着装和精神面貌，能使顾客对服务员产生信任感，对不同性格的顾客采取不同的方式进行沟通。

为了保证提高服务质量，我们制定了如《服务员岗位责任制》、《餐厅服务管理制度》、《餐具洗涤消毒保管制度》、《餐厅安全卫生承包制度》等，加强检查评比，在餐厅内部形成了比、学、赶、帮的氛围，使每一名员工的言谈举止，着装打扮，待人接物，看坐入席，迎来送往都有一种亲近感、和蔼感、宾至如归感。

随着当前经济的快速发展，现在的人们有钱了，生活水平日益提高，原来的膳食结构已经不适应现在的人们需求。现

在的人不仅要吃好而且还要吃出营养来，吃出花样来。面对当前形势的变化，光会制作以中低档原料为主的菜肴是不行的，而且还要学会制作以高档原料为主的菜肴。现在，在餐饮界因海参营养价值极高而且还有保健作用，十分流行海参菜肴。

现在市场上海参大多数都是干制品，品种较多，质地不一，品质坚硬，烹制前需要涨发，海参的涨发方法很多，涨发时需要根据品质特点灵活掌握，为了能够发制好海参，我就先从理论开始，翻阅各种书籍，查阅各种有关资料和光盘，了解发制过程，选择涨发的方法，前几次发制海参，由于经验不足，忽略了其中的一些细节和禁忌，发制的海参不到位，有硬心，或发制过火太软等等，面对出现的这些问题，我又一次次向有经验的老师傅请教，记住重点，掌握要点，一遍一遍地发制。终于，功夫不负有心人，现在我不仅能会发制海参而且还能以海参为原料制作各种菜肴，海参捞饭、扒酿海参、鲍汁海参等，得到了广大宾客的一致认可。

我经常引导大家，当工人就当最优秀的，干工作就干一流的，让人心服口服。

各位领导、同志们，喜马拉雅山再高也有顶，大西洋再深也有底，而一个人的技术却永远没有最高，只有更高。在追求技术的道路上，没有尽头，没有终点，没有休止符。

付出越多技术越强，技术越强，力量越大，力量越大，创造的价值就越大。我既然选择了宾服这一职业，就要在这一职业创造辉煌，让技术之树常青，让技术生命不断延续，让技术成就我的一生。

我的演讲完毕，谢谢大家。

## 前激情演讲篇七

演讲是一种重要的表达方式，可以帮助人们更好地表达自己的观点和意见。为了提升自己的演讲能力，我加入了演讲社。演讲社是一个由一群热爱演讲的学生组成的团体，每周会定期组织演讲比赛和交流活动。通过参与演讲社，我不仅学到了许多演讲的技巧和方法，也提高了自信和沟通能力。

### 第二段：分享在演讲社中的经历和收获

在演讲社的活动中，我有幸能与一些非常优秀的演讲者一同学习和交流。他们的演讲风格各异，但都给我留下了深刻的印象。通过观摩他们的演讲，我学到了许多技巧，比如如何用语言引起听众的共鸣，如何用肢体语言和表情传递信息等。我也学会了如何准备一篇演讲稿，如何在舞台上展示自己的个人魅力。这些经历和收获对我今后的演讲实践起到了巨大的帮助。我不再害怕站在台上讲话，反而能够充分发挥自己的优势和特点，将观点清晰地传达给听众。

### 第三段：谈谈演讲能力对我的影响

参加演讲社对我来说意义深远。首先，我明确了自己的观点和立场。在演讲中，我们要清楚地知道自己想要表达的内容，并且有条理地将观点进行阐述。这对我在生活和学习中都具有重要意义，帮助我更好地思考问题并且正确、坚定地表达自己的意见。其次，演讲社让我学会了倾听和尊重他人的观点。在演讲社的讨论和辩论中，我们经常会碰到不同意见的冲突。通过争论和交流，我学会了听取他人的观点，并且尊重不同意见。这不仅增加了我的知识和见识，也提升了我的思辨能力。

### 第四段：谈谈演讲社对我的人际关系的影响

演讲社是一个集体，每个人都能在这里找到属于自己的舞台。

在这里，我结识了许多志同道合的朋友，我们共同学习、进步，并且相互支持和鼓励。通过和他们的交流，我不仅扩大了自己的人际圈子，也提高了自己的合作和交流能力。在演讲社的活动中，我们要互相帮助、互相鼓励，这培养了我与他人合作的意识和能力。这种团队合作的精神让我更好地适应团队工作，并且能够更好地与不同类型的人进行协作，这对我未来的职业发展也非常重要。

## 第五段：总结演讲社的意义和未来规划

演讲社不仅仅是一个学习演讲技巧的地方，更是一个能够让我认识到自己潜力和改变的地方。通过参加演讲社，我不仅锻炼了自己的演讲能力，也提升了自己的思考和表达能力，对我今后的学习和发展具有重要意义。未来，我将继续参加演讲社的活动，不断学习和进步。同时，我也希望能将自己的演讲技巧分享给更多的人，帮助他们提升自己的表达能力。通过演讲，我们能够让自己的声音被更多的人听到，也能够为社会的发展和进步贡献自己的力量。

## 前激情演讲篇八

尊敬的各位领导：

下午好！

我叫×××，1967年出生，申报岗位是×××处长。

竞聘优势我的竞聘优势主要分四个方面。

（1）学科优势年我毕业于sd大学×××学系，获得理学学士学位，学习过20多门专业课程，能够全面掌握本专业基础系统理论知识，把握本专业发展动态和发展方向□20xx年获得××大学政治经济学硕士学位，具有多学科专业背景。

(2) 资历优势年以来，我一直在学校工作，熟悉每一个工作环节，有丰富工作经验。1997年任部门副主任□20xx年任主任□20xx年任×××业务副处长，负责科研工作。我从事本职工作18年，在业务管理岗位上12年，具有较强的组织和协调能力。

(3) 学术优势工作以来，先后在本专业期刊上发表本专业学术论文43篇，其中核心期刊论文占15篇，在国内本专业最高级别的刊物上发表学术论文6篇，参编著作4种，参与国家社科基金项目两项。具有较强的科研能力和学术水平。

(4) 外语优势可以熟练地使用英语。1988年就通过了大学英语六级考试。工作以来，先后翻译并发表了多篇学术论文□20xx年、20xx年翻译出版了两部著作。另外还学习过两年日语。

工作设想如果我有幸胜出，我的工作设想是：

(1) 注重自己的品质修养有位大学校长说过：大学领导要具备政治家的敏锐、管理家的魄力、教育家的胸怀和学问家的眼光。这同样适合我的职位。我要以这四个标准来严格要求自己，提高自己的品质修养，为全校教职工生提供一流的服务；(2) 建立研究型大学×××我校已经进入省部共建的行列，在这个令人鼓舞的时刻，我们必须有自己的定位。在做好服务工作的同时，更要加强对外交流，积极学习国内外的先进经验，努力与国际接轨，把我处建设成为开放型、研究型的大学学术研究机构。

(3) 加快数字化建设步伐为全面建设数字化校园、推动学校的科研创新及省部共建提供强有力的信息支持。

(4) 进一步规范管理修订完善规章制度，使所有职工都能够在制度的约束下规范地为师生提供服务。制定五年远景发展规划，促进长远发展。

(5) 坚持以人为本，加强民众权益保护。

(6) 努力打造和谐的工作环境加强领导班子建设，把领导班子建设成为充满活力、务实求真、高效廉洁的团队；关心职工生活，加强职工的凝聚力，打造温馨和谐、积极向上的工作环境。

这一次如果我胜出了，我一定会守土守责，尽心尽力，不敢有丝毫的懈怠。保持我们这个学术研究机构在省内的优势地位，并不断开辟新的空间，使我们的管理和服务再上一个新的台阶。如果我失败了，我会像以往一样努力工作，决不气馁。我这次来竞聘的目的就是参与和锻炼。

最后祝各位领导身体健康、家庭幸福！谢谢！

文档为doc格式