

播音主持演讲稿一分钟(汇总7篇)

使用正确的写作思路书写演讲稿会更加事半功倍。在日常生活和工作中，能够利用到演讲稿的场合越来越多。我们想要好好写一篇演讲稿，可是却无从下手吗？以下是我帮大家整理的演讲稿模板范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

播音主持演讲稿一分钟篇一

我们用“ei”这个音，来体会，小腹运动与字音结合，刚开始的时候，我们是有意识的在发“ei”音的时候，将小腹向内微收，这是第一阶段。我们用这个音有所体会了之后，就会找到小腹微收与字音相结合的感受，我们需要注意的是在开始练习阶段，一定会有小腹与字音不同步的问题，这时候，就要有意识的去控制小腹，过了这一阶段后，我们就要逐渐的将意识从小腹上移开，达到“全自动”，这个过程只有经过反复练习才能达到，因为这是改变原来多年形成生活状态，也正是如此，我们的更要重视这一过程。

在改变“ei”向单音节词练习时，我们要注意，一口气，一个字，收一下(小腹)。再下一步就是，把单字变为词，也是一样，一口气，一个词，收一下(小腹)。最后逐渐过渡到短句。

另外一种“字音-气息”结合的训练就是“hei”音连发，刚开始的时候一口气发3个“hei”就行，关键是找到“同步”的感觉，随着练习熟练程度提高，能力的提高，一口气我们就能发出7、8个连续的扎实的、有力的、同步的“hei”音，但是在发音的时候我们要注意：呼出的气流尽量控制，使其打在上门齿的齿背，弹发要轻巧，要跳跃，不要用喉。

这里还要说的是：胸腹联合式呼吸需要强调的有这样几点：

(1) 对抗感

这种对抗说的是小腹与后腰的对抗，小腹有微微向内收的力量，后腰由撑住打开的力量这两种力量是相互对抗的，也正是这两种对抗的力量实现了对气息的控制。注意：小腹部是向里瘪的，也不是向外鼓的，而是找到一种向丹田(脐下三寸)集中的感觉，这是呼吸控制的“总指挥”，我们在发高音的时候丹田控制较强，在气息快用尽的时候控制较强，因此我们可以通过这两个阶段来体会丹田的控制感，找到这种感觉是相当必要的，我们在以后提到“声音发出线路”时还会强调其重要最用的。

(2) 支撑感

这也是在掌握胸腹式联合呼吸法的时候需要找到的一种感觉，所谓支撑有这样几个着力点值得注意，在呼吸过程中我们会有两肋、后腰被撑开的感觉，这种撑开的感觉使我们感到后背舒展，腰带渐渐绷紧。

(3) 气柱感

这种感觉是在我们的身体内有一股垂直气柱，上下贯通，注意：体会这一感觉的时候，身体一定保持“正”、“直”，精神兴奋、从容，找到通畅的感觉。整体上，气柱充盈、饱满，源源不断。

(4) 流动感

这也是一种抽象的感觉，但是我们可以通过如下方法来感觉一下：深吸气，吸满、吸足，然后用意念将气息压到腹腔保持住数秒，然后将气息提到胸腔保持数秒。这样反复练习数次就会找到气息运动的感觉，同时在气息的一压一提的过程中，感受流动，尽量使其顺畅。

我们在上面提到过“声音发出线路”这个词，这里我们把它和“气息运动线路”这两条线路相结合，来进行一下解释。

1. 字音一定要沿着上口盖的穹窿往前行进。
2. 字音一定要推倒硬腭前部。
3. 有一种字音从人中出“穿”出的感觉。

播音主持演讲稿一分钟篇二

大家早上好！今天我演讲的主题是“一分耕耘，一分收获”。相信大家听到这个题目，都懒的打开你的听觉细胞继续听下去，老生常谈，这是个人人都懂得的道理，说一千，道一万，不过是用一些看上去很光鲜的例证来证明这句话不容置疑的重要地位。然而今天我还是要说，希望我美妙的声音能够打开你一天的好心情。

俗话说得好，“一分耕耘，一分收获。”没有付出，就没有收获。于是我们马不停蹄，每天很忙很认真很充实的学习着，期待着某天收获会到来。然而我们在播下了种子之后，每天勤奋的培养，却始终无法得到我们所期望的结果。为什么呢。

停下来，请你慢一点，再慢一点，先想想你希望收获什么，再想想怎么耕耘，或许会豁然开朗。

你说，老师，老师，我很自卑，我这也不行，那也不行。那只是因为你缺少一双发现美的眼睛，不会自我欣赏，那么请你去拜托你的好朋友你的老师说你的优点和你擅长什么，我相信自信的他们会比你的视力好些。

在明确了自己前进的方向后，送你四个字“天道酬勤”，这个成语的意思是：上天会按照你的付出给以勤奋的人们相应的酬劳。你想当画家，歌星，老师，商人，医生，有钱人等

等等等，不付出就不会有回报，你再想也没有用。要想收获，就必须付出。

播音主持演讲稿一分钟篇三

在这个季节里，我终于归来，一夜风雨，淡淡的清香弥漫而来，噢：院子里的栀子花开了，一朵朵的白色花朵，包裹在翠滴的绿叶之间，又有一滴滴露珠的点缀着花朵显得格外明丽靚眼，在早上明媚的阳光下，栀子花、开呵开，像一层层晶莹的浪花盛开在我的心海，一阵阵清香萦绕我的心怀。忆起，曾今四合院里的那个害羞的女孩。

岁月匆匆，昔年往事已成了诗行，犹记得那年雨后的清晨，一个身穿白色衣裙婉约的女子，手挎竹篮穿梭在溢满芳香的几棵栀子树间，婀娜的身段，晓风吹拂着白色地裙裾在摇摆，我捧着那本《长相思》的诗集，悄悄走近。谁叫她回首时对我那一个嫣然一笑，是那樣的明媚，也深深的记住了她两腮的笑靥，是那么的甜蜜，低着头，羞羞答答的递给我一朵盛开的栀子花，香么？清脆委婉的声音，两个人的眼睛一下子注视着对方。我点点头，吮吸着花的香气，傻气，噗嗤的一声笑，让我记住了她眉宇之间丝丝的暖意，含情脉脉的眼神，小手不停地梳捋着她的两根乌黑的长辫。唉！我那个时候，为什么没敢说，只是留下了那本《长相思》。

岁月匆匆人生的惆怅，光阴好像流水般的飞快，相遇到离别，栀子树下拽过她的手，吻过——她的唇红，我和她的故事如梦，只怪那时童儿无知，凝望着了她的泪花，滴答，滴答、依然选择了离开。谁叫她是大家闺秀，谁叫我是一个南方人、又是个穷书生……恨，无奈！

三十年了，如今回来，又闻到院子里的栀子花香，迷茫中仿佛看到了一个手挎竹篮飘然的影，听到了咯咯，咯咯的笑声。依稀，晓风拂来裙裾在摇摆，秋千在晃，一手捧着一束栀子花，一只手拿着一本泛黄的那本《长相思》，飘洒着乌黑的

头发。

揉开眸清里的泪花，日日夜夜的思念，如今且独倚在四合院的门槛，凝注着西山的夕阳，啾啾，啾啾、扑扑的小鸟飞来，也许它们想诉说点什么。我呆滞的目光里，一个挎着竹篮害羞的女孩，在我的脑海里，走来，走来。

我这些年在外面，喜欢在月色里独自小酌，有时守到东方泛红，剩一颗最后的星星，一个人痴笑、含着泪花。谁让我一直惦记着那栀子花树旁的那嫣然一笑。在春天时看到穿梭花草里的成双成对的彩蝶翩翩，何为那么悠哉。每当看见秋天时一排排鸿雁从窗棂掠过，能说不羡慕吗。唉！栀子树下的情结，过往如烟，能怨栀子花吗？如今我吻着那片花瓣，栀子花那么的清香，如此的可爱，深深住进了我的心房——一辈子！这次我已经备好了一叶帆舟，我的青鸟、红鸟已经出发，熟悉的声音，你也来了？风中！

播音主持演讲稿一分钟篇四

意大利男高音之父卡鲁索说：“在所有学习歌唱的人中，谁掌握了正确的呼吸，谁就成功了一半。”气息是发出声音的动力，更是各种声音技巧的“能源”。

歌唱时正确的呼吸，既不是用两肩上抬、胸廓紧张的浅胸式呼吸法，也不是用腹部一起一伏、胸部僵硬紧逼的纯腹式呼吸法，而是打开口腔用胸腔和腹腔联合运动而完成呼吸动作。

其吸气要领是：吸到肺底——两肋打开——腹壁站定；

呼气要领是：稳劲——持久——及时补换。不过，要掌握好这一方法是有一定难度的，通常要经过专业训练。

全身平躺在床上，尽力伸展身体，收缩腹部，把一只手平放在横隔膜上，将另一只手放在胸骨上，然后尽力吸气，吸气

的同时说“哦，哦，哦”，呼气的同时说“哈，哈，哈”，这样练习几次，能够使气息充盈全身。然后再说出“早--上--好”，说的时候，手要能感觉到胸腔是在振动。

然后坐起，双脚紧贴地面，保持身体挺直，再说几次“早--上--好”。最后，站起来在房间里来回走动，连续说“早上好，早上好”。注意在说的时候，要对自己充满自信。

接下来是共鸣训练。人的口腔、胸腔等发音器官就像一个音箱，搭配使用得当就能发出具有磁性的嗓音。为什么有的人说话的声音穿透力特别强，即使房间里噪音很大，也能听清他在讲什么，这就是共鸣的原因。你的声音必须是通过胸腔共鸣产生的，而不是堵在嗓子眼里被憋出来的。

胸腔共鸣练习：暗淡反叛散慢计划到达

口腔共鸣练习：澎湃碰壁拍打喷泉品牌

鼻腔共鸣练习：妈妈买卖茂密农民纳米

在练习时要注意仔细体会发音时胸腔、口腔、鼻腔共鸣的感觉。

最后是吐字归音训练。强调的是对发音动作过程的控制，是一种经过加工的艺术化的发音方法，目的是要做到吐字发音准确清晰。在培养歌手的录音室里，歌手要在一个规定的非常低的音量范围内，让人听清楚他唱的每一句歌词。吐字不清晰的人，即使声音很大，别人也听不清你在说什么，更谈不上谈吐有魅力了。

播音主持演讲稿一分钟篇五

1965年炎夏的一天，母亲被一场突如其来的疾病夺去了生命。那会儿，我的内心一直笼罩着巨大的悲哀与苦痛。一想到从

此以后我再也得不到妈妈的呵护了，泪水便不由自主的流淌下来，我无法面对没有妈妈的孤零零的生活。

当天下午，一位警官来到我们家，为医院要取母亲的眼睛角膜而征求父亲的意见。我惊呆了，不明白那些医生为什么要将母亲的角膜给予他人，而父亲居然回答“可以”。我痛苦难忍，冲进了自己的房间。

“你怎么能让他们这样对待妈妈！”我冲着父亲哭喊，“妈妈完整地来到世上，也应该完整地离去。”“琳达，”父亲平静地搂着我，“你所能给予他人的最珍贵的东西莫过于你自身的一部分。很久以前，xxx妈和我就认为，如果我们的死亡之躯能有助于他人健康的恢复，我们的死就是有意义的。”他说，他们早已决定死后捐赠器官了。父亲的话语给我上了一生中最重要的一课。

我告诉温迪她外公的心愿。孩子热泪盈眶，过去紧紧地拥抱外公。她14岁，恰恰是当年我首次听说捐赠器官时的年龄。

1986年的一天，父亲与世长辞了，我们遵从他的遗愿捐赠了他的眼睛。温迪告诉我：“妈妈，我真为作为外公所做的一切感到骄傲。”“这令你骄傲吗？”我问。“当然，你想过什么也看不见会有多么痛苦吗！我死后，也学外公将眼睛送给失明的人。”在这一刻，我领悟到父亲所留下的远非一副角膜，他所遗留的是辉映在我女儿的眼睛里的一种骄傲！

那天我紧紧地搂着温迪，没有想到，仅仅是两周之后，我再一次为器官捐献组织签署了同意书。

我的金发的温迪手中的画笔依旧不辍地挥动着，她的碧眼仍然闪烁着骄傲的光芒。

播音主持演讲稿一分钟篇六

一个失去了双亲的小女孩与奶奶相依为命，住在楼上的一间卧室里。一天夜里，房子突然起火了，奶奶在抢救孙女时不幸被火烧死了。大火迅速蔓延，一楼已是一片火海。

部居已呼叫过火警，无可奈何地站在外面驻足观望，火焰已经封住了所有的进出口。小女孩出现在楼上的一扇窗口，哭喊着救命，人群中传布着消息说：消防队员正在扑救另一场火灾，要晚几分钟才能赶来。

突然，一个男人扛着梯子出现了。梯子架到墙上，人钻进火海之中。他再次出现时，手里抱着小女孩。将孩子交给了下面迎接的人群，男人消失在茫茫夜色之中。调查发现，这孩子在上世上已经无亲无故了。几周后，镇政府召开群众集会，商议谁来收养这孩子。

一位教师希望收养这孩子，说她能保证孩子受到良好的教育。一个农夫也想收养这孩子，他说孩子在农场会生活得更加健康、惬意。其他人也纷纷发言，述说把孩子交给他们抚养的种种好处。

最后，本镇最富有的居民站起来说话了：“你们提到的所有好处，我都能给她，并且能给她金钱和金钱能够买到的一切东西。”从始至终，小女孩一直沉默不语，眼睛望着地板。

播音主持演讲稿一分钟篇七

离开端城十年，每当午夜梦回，总会出现儿时那条烟雾氤氲的石板巷子。

巷子并不起眼，很窄，且不平整，一到雨天还会“水漫金山”。

但对于小时候的我们来说，那就是从大院通往外面世界的唯一通道。

记忆中挥之不去的，除了弥漫的烟雾，沸腾的人声，欢快的笑脸，还有一股夹杂在柴火味道中的清香。

清香出自裹蒸，广东肇庆地区特有的新春应节食品，巷子人家熬煮的也正是此物。

裹蒸似粽而非粽，内料以糯米、脱衣绿豆、猪肉为主，

外用本地特有的柊叶、水草包裹，热食清香四溢，入口松化爽滑，让人回味无穷，被誉为“舌尖上的珠江恩物”。

打开热气腾腾的肇庆裹蒸，柊叶的香气扑鼻而来，糯米化为无骨的绵滑，那五花肥肉的沉默，为了迎接一顿欢愉的舌尖快感。

十年一瞬，自己早已从懵懂少年长成奋斗青年，走出了童年大院，走入了宽广世界，走在了拼搏路上。

那条巷子和那些人家早在城市变迁中不复存在，那片氤氲和那种热闹也只能在脑海中来回萦绕。

而发自裹蒸的那股清香，也唯有在每年短暂的春节假期时才能够仔细回味。

庆幸的是，生于斯长于斯的自己，始终能够感念善良友爱、守望互助的淳朴民风，也始终挂怀张弛有道、隐忍不争的豁达态度，始终珍惜着“于无华处见真情，于细微处见功夫”的内敛品格。