

# 全国英语演讲比赛视频(通用7篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。相信许多人会觉得范文很难写？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 全国英语演讲比赛视频篇一

大家早上好!同学们，今天国旗下讲话的主题就是

下面，我向大家提几个建议：

1. 认真做好眼保健操，注意眼睛卫生。
2. 养成良好的读书习惯，做到
3. 做到
4. 保证充足的睡眠。
5. 多做户外运动，经常远眺，使眼睛得到休息，调节视力，解除疲劳。

常言道：冰冻三尺非一日之寒，水滴石穿非一日之功，保护眼睛也不是一朝一夕就能做到的，注意用眼卫生、科学用眼贵在坚持，需要持之以恒，才能预防近视的发生及近视程度的加深。

婀娜多姿的山河，绚丽多彩的万物，一切的一切都需要眼睛来观察，同学们，让我们一起努力爱眼护眼，拥有一双明亮的眼睛。

我的讲话完毕，谢谢大家!

## 全国英语演讲比赛视频篇二

大家早上好!当我们抬起头注视着鲜艳的五星红旗冉冉升起时,你们有没有想过:是什么让我们看到了这激动人心的情景?对,是我们的眼睛!眼睛是心灵的窗户,拥有一双明亮的眼睛是一件多么幸福的事情。今天,我演讲的题目是《爱护我们的眼睛》。

同学们,你们平时繁忙的课业会让我们的眼睛很疲劳,再加上有些同学没有关注姿势,看书做作业时眼睛离书本太近,忽略了偶尔有意识地观看远景,我们的眼睛越来越疲劳,越来越走向近视或者加深近视度。老师小时候就是因为没有注意这些,所以戴上了近视眼镜,现在可以说深受其害。另外还有一些同学喜欢看电视或者用电脑,往往连续几个小时,造成用眼无节制,时间长了,自然就要付出患上近视、眼前模糊的代价。

有资料显示,我国有五百万盲人,七百万双眼低视力者,单眼低视力者高达四千万人,也就是平均每100个中国人就有三到四个近视眼。形形色色的眼病不仅严重危害了人们的身心健康,也阻碍了人们生活质量的提高。要知道我们人类将近80%的感觉来源于我们双眼,失去清晰的视力,我们就等于失去了近80%的感觉,多么可怕!

三个要:一、读书、写字姿势要端正,眼睛和书本的距离保持一尺;二、连续看书一小时左右,要休息片刻,比如说看看我们校园、教室内的花草,或者向远处眺望一会儿;三要注意合理饮食,注意营养、不挑食。因为我们的眼球发育也需要充分、全面的营养,我们只要不挑食,都能吸收到眼球发育所需的养分。

还要记住三个不要:不要在光线暗弱和直射阳光下看书、写字;不要躺在床上和走路时或者在动荡的车厢内看书;不要长时间看电视、玩电脑。

同学们，让我们行动起来，一起保护视力、防治近视，还自己一个清晰世界，共同去感悟美好生活！谢谢大家！

## 全国英语演讲比赛视频篇三

大家好！

我想大家都看过\_这部美国科幻片吧！影片中我们美丽的家园——地球，在种种自然和人为的灾难中瞬间灭亡了。当然，那只是科幻片罢了，我们不必当真。但是我们能忽视地震、雪灾、大干旱的频频袭击吗？能忽视物种加速灭绝、土地荒漠化、垃圾成灾、全球变暖等的现实问题吗！不，不能！

怎么办？怎么办！难道就这样任其发展了吗？不！！！同学们！家长们！只要我们行动起来，全民“节能低碳”，地球温度是可以控制的，只要我们人人都把“节能低碳”当作自己的日常生活习惯，海平面的高度也是可以控制的！

其实“节能低碳”很简单，不就是节约能源，减低二氧化碳的排放量吗？不就是节电、节油、节气、节水吗？只要您在买菜时能够自备购物袋，并拒绝使用一次性用品、只要您多开窗户代替空调，并及时拔掉暂时不用的电器插头、只要您上班或上学时，多走路骑自行车，以代替摩托车和小车、只要您在每次用完水之后，及时拧紧水龙头、只要您的食物尽量每次根据需要量而不抛弃浪费……那么，低碳便不难。

## 全国英语演讲比赛视频篇四

（男）1 睡觉时间较少的人：在儿童生长发育的加速期，特别是7—9岁和12—14岁时，如果孩子的睡眠过少，或功课负担过重，部分儿童就会发生近视眼。

（女）2 饮食习惯不良的人：眼睛发育同样需要营养，如果偏食、挑食尤其是喜欢吃甜食的青少年，营养就会比例失调，

诱发近视的机率大幅度增加。因此要养成合理的饮食习惯，同时应少吃甜食。

（女）一、认真准确做好眼保健操，注意用眼卫生。

（男）二、养成良好的读书写字习惯，读写姿势要端正，背部颈部保持直立，做到“三个一”，眼离书本一尺远，手距笔尖一寸高，胸离桌子一拳头。

（女）三、“三不”：不躺着看书，不在走路时看书，不在光线暗弱或过强的地方看书、写字。

（男）四、不要长时间观看电视和操作电脑和玩电子游戏，要保持用眼距离和端正的坐姿。

（女）五、读写看报时间不宜过长，每隔50分钟左右要放松休息一下。要科学作息，保证充足的睡眠，保持旺盛的精力。

（男）六、要坚持体育锻炼，多做户外运动，经常远眺，使眼睛得到休息，调节视力，消除疲劳。

（男）（女）亲爱的同学们，健康是我们的心愿和快乐，爱护眼睛、科学用眼是爱学习的真正表现，拥有一双明亮的眼睛是我们一生的幸福，拥有健康的眼睛才能学到更多的知识和拥有更多的快乐。

## 全国英语演讲比赛视频篇五

暂且不说你对这句话的理解会有多深，但至少你应懂得一种防患于未然的周全是你必须想到并且必须做到的。

作为一名运行女工，我深深地懂得我柔弱的肩膀上背负着重大的责任，我的手虽然力量不多，但是经手操作过的设备却能产生巨大的力量；将这份力量传递给千家万户，甚至影响到

各企业的生产乃至效益的好坏；一旦误操作，将产生无法想象的后果，无论是人身伤亡还是重大的经济损失，这样的结果是任何人都不愿看到的。为此我们进行着一系列的防范措施：我们在认真执行“两票三制”的同时，要对设备定期进行安全性评价工作；通过此项工作使我们对设备有了更深的了解和认识；同时还要做好个人安全控制无差错，将设备缺陷、事故隐患消除在萌芽状态。上班时，时刻将“在岗一分钟，负责60秒！”这句话记在心里；这句话表面看似夸张，其实一点都不夸张。它是安全所表达的另一种形式，每当我们在执行一项大的操作时，操作人与监护人都会严格执行操作票制度，不敢有半点差错，他们会将设备的名称编号一次又一次的核对，为的是防止走错间隔，在唱票、复诵票时声音也很宏亮，看似简单的一举手一投足，却不知实战演习了多少次；看着他们严肃认真的表情，井然有序的操作，使所有在场的人肃然起敬。正是这种有保障的安全制度才使我们的操作变得安全可靠，在保持良好工作的同时，我们要不断提高自身的业务素质能力，我们运行分场采用了导师带徒的培训方式，希望通过这种以老带新，以新促老的学习方式，提高全值人的业务知识水平，它是针对不同的知识结构；实施不同的培训方案。这种培训方法，可以有效地弥补往年培训工作中所存在的缺憾。师傅给徒弟传授知识的同时，带动徒弟的学习热情和积极性，从而提出一些新的观点和看法，促进另一种知识点地产生。这种温故而知新的学习方法，达到了我们的培训目的，然而这一系列的部署与策略，仅仅是我们工作的一小部分，要保证安全生产我们要做的还有很多。

例如，我们还要加强安规培训，在认真遵守电业安全规程和熟练掌握业务知识的同时，加强职业道德的教育培训工作，真正把安全放在心里，记在脑里。它不是别人的事，是我们自己的事。让我们回顾一下那些曾经失去亲人，造成企业重大经济损失的事故案例。哪一个让人不痛心，不悔恨万分。人们都说杀人不眨眼的电老虎，那么这个电老虎到底可否驯服，只要有办法。那么一切都还来得及，让我们耐心的了解它的生活起居、饮食习惯以及特殊的生活习性；让我们为它量

身打造一个舒适的家，按时送饭，用心的照顾它。相信时间久了，它一定会乖乖的听我们的使唤，为我们成就事业，创造无限的辉煌。

安全不光是一种保证，更是一种信仰，一种让每个人时刻都无法抛开的信念，因为它是生命的守护神，它在我们心目中的地位不亚于心中的主；它具有超能量，能将我们从危险的悬崖边上给拉了回来，使我们的生命绽放出光芒，它又是一位挚友时刻与我们为伴，提醒着我们避开危险。它更像一位慈祥的母亲，不论我们走多远，它都会以它特殊的方式与我们彼此牵挂。

让我们的心与它同在，有我们的地方就有它的存在；它给我们爱的光芒，生的启示；让我们将它永远留住。

## 全国英语演讲比赛视频篇六

大家好！

今天，我们在这里非常隆重的举行“世界助残日”仪式。首先我代表残疾人兄弟姐妹向政府、向一直关心、支持残疾人事业的各级领导及社会各界人士，表示衷心的感谢！向全市残疾人及家属致以节日的问候！

落叶在空中盘旋，谱写着一曲感恩的乐章，那是大树对滋养它大地的感恩；羔羊跪乳的挚爱、乌鸦反哺的深情，作为我是个残疾人，我仍要崇尚感恩，因为感恩才会有这个多彩的社会，因为感恩才会有真挚的友情。因为感恩才让我们懂得了生命的真谛，感恩是发自内心的。俗话说“滴水之恩，当涌泉相报。”这不仅仅是“一滴水”，而是一片汪洋大海。感恩需要你用心去体会，去报答。多年来，政府高度重视残疾人事业的发展，注重解决残疾人的实际问题。为贫困残疾人减免了农业税、乡统筹、村提留、义务工、子女学杂费等，

救助白内障患者，为聋儿配了助听器，对肢残人员装上了假肢，为残疾人捐赠了轮椅，为残疾人可以有一技之长举办了技术培训班。资助残疾儿童重返校园，残疾朋友们！我们参与社会生活，在社会的关心、帮助下，自己也要自强不息，希望我们一定要有勇气面对生活，面对现实，发扬自尊、自信、自强、自立、自爱。永远奋发向上，有所作为，为社会主义现代化建设贡献自己的力量。这次世界助残日活动，是为了实现全面建设小康社会的宏伟目标，残疾人是社会各届关注的社会弱势群体，可是我们残疾人，是指在心理、生理、人体结构上丧失一定肌体工能，无法正常从事某种能力的人，可是，我们有人人的尊严和权利，有参与社会生活的愿望和能力，同样，能为社会创造财富，要做到‘身残志不残’，努力成为一些行业的`杰出代表，社会主义社会的建设者。参与社会活动，共享社会物质文化成果，真正实现我们的人生价值，在党和政府的关心和爱护下，我们一定要融入社会主义的大家庭。残疾朋友们，为了祖国的繁荣昌盛，为了实现残疾人“平等、参与、共享”的崇高目标，为了全市人民的生活变得更加五彩斑斓，而作为我们，放开你的胸怀，让霏霏细雨洗刷你心灵的污染。学会感恩，因为这会使世界更美好，使生活更加充实，因此，爱，使我们心灵相通；爱，使世界不再孤单，让你我共同伸出温暖之手，让世界充满爱，让生活中处处开满真、善、美的绚丽多彩的鲜花！

最后预祝这次“世界助残日”取得圆满成功！

谢谢大家！

## 全国英语演讲比赛视频篇七

### 1) 开门见山，揭示主题

运用这种方法，必须先明确把握演讲的中心，把要向听众揭示的论点摆出来，使听众一听就知道讲的中心是什么，注意力马上集中起来。但这种方法容易显得过于平淡、冷静，很

难吸引人。

## 2) 说明情况，介绍背景。

这个开头对事情发生的时间地点人物作出了必要的说明，为进一步向听众揭示论题做准备。运用这种方法开头，一定要从演讲的中心论点出发，不能信口开河，离题万里，更要防止套话、空话，败坏听者的胃口。

## 3) 提出问题，引起关注。

写演讲稿的开头，可根据听众的特点和演讲的内容，提出一些激发听众思考的问题，以引起听众的兴趣。这种问题应该新颖、独特，确实能促使听众去思考。

演讲稿的开头有多种方法，通常用的主要有：

1. 开门见山，提示主题。这种开头是一开讲，就进入正题，直接提示演讲的中心。例如宋庆龄《在接受加拿大维多利亚大学荣誉法学博士学位仪式上的讲话》的开头：“我为接受加拿大维多利亚大学荣誉法学博士学位感到荣幸。”运用这种方法，必须先明晰地把握演讲的中心，把要向听众提示的论点摆出来，使听众一听就知道讲的中心是什么，注意力马上集中起来。

2. 介绍情况，说明根由。这种开头可以迅速缩短与听众的距离，使听众急于了解下文。在1814年生于萨尔茨维德尔。她的父亲冯·威斯特华伦男爵在特利尔城时和马克思一家很亲近；两家人的孩子在一块长大。当马克思进大学的时候，他和自己未来的妻子已经知道他们的生命将永远地连接在一起了。”这个开头对发生的事情、人物对象作出必要的介绍和说明，为进一步向听众提示论题作了铺垫。

3. 提出问题，引起关注。这种方法是根据听众的特点和演讲



的内容，提出一些激发听众思考的问题，以引起听众的注意。例如弗雷德里克·道格拉斯1854年7月4日在美国纽约州罗彻斯特市举行的国庆大会上发表的《谴责奴隶制的演说》，一开讲就能引发听众的积极思考，把人们带到一个愤怒而深沉的情境中去：“公民们，请恕我问一问，今天为什么邀我在这儿发言？我，或者我所代表的奴隶们，同你们的国庆节有什么相干？《独立宣言》中阐明的政治自由和生来平等的原则难道也普降到我们的头上？因而要我来向国家的祭坛奉献上我们卑微的贡品，承认我们得到并为你们的独立带给我们的恩典而表达虔诚的谢意么？”除了以上三种方法，还有释题式、悬念式、警策式、幽默式、双关式、抒情式等。

## 开场白技巧

### 1. 开门见山，不讲多余的话

有的人演讲，开头常讲一些没有必要的客套话。叶圣陶对此曾评述说：“谁也明白，这些都是谦虚的话。可是，在说出来之前，演讲者未免少了一点思考。你说不曾预备，没有什么可以说的，那么为什么要上演说台呢？随后说出来的，无论是三言二语或长篇大论，又算不算‘可以说的’呢？你说随便说说，没有什么意思，那么刚才的一本正经，是不是连场作欢呢？自己都相信不过的话，却要说给人家听，又算是一种什么态度呢？”其实，演讲者说这种“多余的话”，并不一定是出自本心，不过是受了陈规旧套的影响，听人家这么说，自己也这么说，结果，往往是使听众松弛了注意力。

#### 实例一：

这次扩大会议，主要是讨论党和国家领导制度的改革以及一些有关问题。

#### 实例二：

再如张承先的《“三个面向”是教育改革的指针》的开头：

1983年9月，邓小平同志又提出“教育要面向现代比，面向世界，面向未来”。“三个面向”指明了新历史时期教育工作的战略方向，是今后教育改革的总指针。

这样的开头，使听众一听就知道明白讲的是是什么，注意力马上就能集中起来。

## 2. 交代背景，说明演讲的目的和原因

实例：

例如《在欢迎民主柬埔寨代表团宴会上李先念主席的讲话》的开头：

在我国举国上下，万众欢腾，热烈庆祝中华人民共和国诞生三十五周年的日子里，以西哈努克亲王为团长，宋双和乔森潘阁下为副团长的民主柬埔寨代表团特地来参加我国的庆祝活动，并进行正式友好访问，我们感到格外高兴。我代表中国政府和人民，对你们的光临表示热烈的欢迎和衷心的感谢。

这个开头，说明了这次演讲的背景、起因，使听众了解这篇讲话是在怎样的一种情况下讲的。