

# 最新脱口演讲稿子要背诵(优秀5篇)

演讲中的抑扬顿挫，相当于音乐中的节奏，音乐需要节拍，演讲也需要节拍，你应该让你的演讲充满节奏感，节奏就是你口头表达进度的度量。优质的演讲稿该怎么样去写呢？下面我给大家整理了一些演讲稿模板范文，希望能够帮助到大家。

## 脱口演讲稿子要背诵篇一

床前明月光，疑是地上霜，我爸是我爸，李刚是李刚。欢迎来到坑爹脱口秀，我是。我既不是富二代，也不是官二代，我只是一个人见人爱，花见花开，车见车爆胎的普通大学生。所以我认真的上着专业课，积极的参加各种活动。既然我们都是面临社会的大学生，那我们就先来聊聊“就业”这个经久不衰的热门话题。据统计，今年全国高校毕业生总人数将超过630万人，比上年增加近20万，创下历史新高，让我们这些将来面临就业的孩子们的压力那是相当的lady gaga □我一哥们，老家是农村的。他说啊：自打我考上清华以后，每次回去奶奶总对我说：“孩子啊，家里那几块地，还有这些鸡啊猪啊的，都给你留着。”看到今年的就业形势，我才终于体会到了奶奶的高瞻远瞩和良苦用心,,,,!

海外留学归国人员简称为海龟，但现在就业竞争激烈，工作不是那么好找，许多海外留学人员一归国就待业，于是现在又出了个新词——海带。还有的海归派无处发挥，做了盗版贩子，就叫海盗。据说还有一位因为怀才不遇，把头发都愁白了，大家居然叫他海公公。

去年年末啊，我想大家都在被一件事情烦恼着□qq跟360打架了。公元20xx年，北京时间11月3日，这一历史时刻，伟大的山寨之王腾讯公司发布一封公开信，信上说：当您看到这封信的时候，我们刚刚作出了一个非常艰难的决定。在360公司

停止对qq进行外挂侵犯和恶意诋毁之前，我们决定将在装有360软件的电脑上停止运行qq软件。一时间，“作出了艰难决定”成为了网络热词。第二天，世界500强企业中有501家发布《告用户的一份公开信》。

阿迪达斯做出了艰难的决定，如果检测到用户身上穿有耐克，衣服将自动变透视装。蒙牛做了个艰难的决定，如果监测到用户胃里有伊利牛奶，将自动释放三聚氰胺。凤姐做出一个艰难的决定，如果大家继续关注小月月，那么将拍劲爆写真集。一人一张强行安装在你的电脑桌面上。

就在刚才，又有一家重量级的企业发布公开信，让全世界人民震惊！为什么说他是重量级呢？因为这家企业来头实在不小，他在20xx年全球品牌价值排行榜上名列第一，超过可口可乐和微软。他就是——兰州拉面。兰州拉面说：我们刚刚作出了一个非常艰难的决定。在沙县小吃停止对兰州拉面进行外挂侵犯和恶意诋毁之前，我们决定将在贩卖沙县小吃的地区停止贩卖兰州拉面。兰州拉面有幸能陪伴着您成长；未来日子，我们期待与您继续同行！

本次脱口秀到此结束，谢谢大家的收听。

## 脱口演讲稿子要背诵篇二

“奥普拉秀”在同一时间段的电视节目中连续21年排名第一，我必须说对于这个成功非常的满足。但是几年前，我觉得，在人生的某一时刻，你必须重新来过，找到新的领域，实现新的突破。所以我离开了奥普拉秀，以我的名字命名推出了我自己的电视网络“奥普拉温福瑞电视网”，缩写正好是“own(自己的)”。

在奥普拉温福瑞电视网推出一年后，几乎所有的媒体都认为我的新项目是失败的。他们称之为一个“大写的失败”。我还记得有一天我打开《今日美国报》时看到头条说“奥普拉搞不定

‘自己的’电视网”……这正是去年我职业生涯最低谷的时刻。说实话，我压力大到近乎崩溃，感到羞愧。

就在那个时候，faust校长打电话邀请我到哈佛做毕业演讲。我心想：“让我给哈佛的毕业生演讲？我能跟这些世界上最成功的毕业生说什么？我已经不再成功了啊。”挂了校长的电话后我去洗了个澡。那个澡，我洗了很长时间，洗澡时我突然想到一首古老赞美诗中的话：“终于，清晨来临”，之后我就想，我的黎明也许要来了。我又想到那首赞美诗中的另一句话：“困难只是暂时的，都会过去...”

当我走出浴室时，我想：我遇到的麻烦，同样会有结束的一天，我会把这一页翻过去，会好起来的。等我做到了，我就去哈佛，把这个真实的故事告诉大家！今天我来了，并且想告诉你们，我已经把own带上正轨了。

我不得不坦言，在我25年的访谈历程中，我所学到的最重要的，我们的人生有一个共同的公分母。我可以告诉你的是，我们中的大多数人并不愿意被分割。我在每次访谈中发现我们的“公分母”、我们想要的，就是——我们想要被证实、被认可。我们渴望被理解。

朋友或家人、支持者或敌人、每次争论或邂逅的陌生人，有关每一次交流，我都可以笃定地告诉你们，他们都想知道一件事——“像这样可以吗？你听得见我吗？你看的见我吗？我之所言是否对你有些许意义？”尽管这里是facebook诞生的大学，我还是希望你们能够脱离虚拟，尽可能多和与你意见相左的人进行面对面的交流。

我非常理解在你们即将离开象牙塔一样舒服单纯的生活，把你们在哈佛里积累的经验拿出去实践的时候，或多或少会有些焦虑与犹豫不决，但是无论你一路上经历怎样的挑战、挫折、险衅、绝望，如果你自始至终都有一个目标，只一个目标，你就会找到真正的成功和幸福。这个目标就是：作为

一个人，你要满足你最真挚、坦诚的自我表达，奋力拓展自己的人生领域，去追逐生命的最大化，去改变你周围的亲友，让他们的人生也因你而不同。

神学家howardthurman将这件事儿阐释的淋漓尽致，他说：“不要追问这世界需要什么样的人，扪心自问是什么支持着你活到现在，然后就奔赴你的信仰，因为这世界需要的就是人们充满活力地活在世上”。这是世界需要的——正如来自劳德代尔堡的迈克尔斯托尔岑贝格。迈克尔年仅8岁时险些丧命于细菌感染，虽然他活了下来，但却永远失去了双手双脚。须臾之间，原本充满活力的男孩儿失去四肢，成为残疾人，他的命运轨迹在这一劫难之后被硬生生地扭转。

但在失去一切之后，他听懂了他的心，明白了自己真正想成为谁，他拒绝整天坐在轮椅上沮丧、难过，而是选择了在假肢的扶持下继续奔跑、玩耍，甚至加入了高中的曲棍球队。上个月当他得知波士顿马拉松爆炸案后，有一些不幸的人同样被截肢时，他决心用帮他们驱逐黑暗，于是和他的兄弟哈里斯创办了，为其他被截肢的人募捐。他希望集资100万美元，等到xx年这对年轻的兄弟将把人们聚集在一起来支持波士顿，如同他们的社区支持迈克尔那样。这个十三岁的孩子说：“他们一定会很伤心，因为他们失去了生命中重要且永不复返的东西，那是很可怕的一件事。但是他们一定会振作起来的，他们只是现在还没察觉罢了。”

不时地，你可能会失足跌倒，我们之中谁也难以幸免。对未来你会彷徨、忧虑、无所适从，但是我知道：只要你肯倾听内心深处的声音，你体内隐藏的gps定位系统会让你回归人生本真，你会因此活的更夺目。

wasthatokay?像这样可以吗?

## 脱口演讲稿子要背诵篇三

大家好！

文学家托尔斯泰曾经说过：“世界上只有两种人：一种是观望者，一种是行动者。大多数人想改变这个世界，但是没人想改变自己。”想要改变现状，就要改变自己；要改变自己。就得改变自己的观念。一切成就，都是从正确的观念开始的。一连串的失败，也都是从错误的观念开始的。要适应社会，适应环境，适应变化，就要学会改变自己。

柏拉图告诉弟子自己能够移山，弟子们纷纷请教方法，柏拉图笑道，说：“很简单，山若不过来，我就过去。”弟子们一片哗然。

这世界上根本就没有移山之术，的一个移动山的方法就是：山不过来，我便过去。同样的道理，人不能改变环境，那么我们就改变自己。

一个黑人小孩在他父亲的葡萄酒厂看守橡木桶。每天早上，他用抹布将一个个木桶擦干净，然后一排排地整齐地放好。令他生气的是，往往一夜之间，风就把他排列整齐的木桶吹得东倒西歪。

小男孩很委屈地哭了。父亲摸着小男孩的头说：“孩子，不要哭，我们可以想办法去征服风。”

于是小男孩擦干了眼泪坐在木桶边想啊想，想了半天终于想出了一个办法，他从井边挑来一桶又一桶的清水，然后把它们倒进那些空空的橡木桶里，然后他就忐忑不安地回家睡觉了。第二天，天刚蒙蒙亮，小男孩就匆匆地爬了起来，他跑到放桶的地方一看，那些橡木桶一个一个排列得整整齐齐，没有一个被风吹倒的，也没有一个被风吹歪的。小男孩开心地笑了，他对父亲说：“要想木桶不被风吹倒，就要加重木

桶的重量。”男孩的父亲赞许地微笑了。

是的，我们不能改变风，改变不了这个这个世界上的许多东西，但我们可以改变自己，给自己加重，这样我们就可以适应变化，不被打败！

在威斯敏斯特教堂地下室里，英国圣公会主教的墓碑上写着这样一段话：当我年轻自由的时候，我的想象力没有任何局限，我梦想改变这个世界。当我渐渐成熟明智的时候，我发现这个世界是不可改变的，于是我将眼光放得短浅了一些，那就只改变我的国家吧！但我的国家似乎也是我无法改变的。当我到了迟暮之年，抱着最后一丝努力的希望，我决定只改变我的家庭、我最亲近的人——但，唉！他们根本不接受改变。现在我在临终之际，我才突然意识到：如果起初我只改变自己，接着我就可以依次改变我的家人。然后，在他们的激发与鼓励下，我也许能改变我的国家。再接下来，谁又知道呢，也许我连整个世界都可以改变。

人生如水，人只能去适应环境。如果不能改变环境，就改变自己，只有这样，才能克服更多的困难，战胜更多的挫折，实现自我。如果不能看到自己的缺点与不足，只是一味地埋怨环境不利，从而把改变境遇的希望寄托在改变环境上，这实在是徒劳无益。

虽然我们不能改变世界，但是我们可以改变自己，让我们用爱心与智慧来面对一切环境。

## 脱口演讲稿子要背诵篇四

小时候我特别害怕过马路，因为有一年家里一个保姆带着我过马路去公园玩，当时她看到一辆面包车疾驰而来，她一紧张，就甩开我那正紧握着她的手，自己跑了。我张着嘴傻愣在原地，然后听到轮胎剧烈摩擦马路的声音，虽然车最终在我面前刹住了，但我还是被吓晕了。

昏迷中我只知道我被人抱起，然后就什么都不记得了。从此以后我患上了马路恐惧症。那些年，很多人行道上没有红绿灯，所以只要旁边没人一起过马路，我就会一直站到有人为止。

后来朋友们发现了我这个特点，经常在过马路到中间的时候，集体跑掉。我站在路中间，挣扎一会，然后掉头回去，虽然走到对面和回头的距离基本上是一样的，但是我就是接受不了我居然可以一个人从马路这头走到那头。

朋友们笑完以后，又会从对面无奈地走回来，再带我过一次马路。

我总极力做一些事情掩饰心里的懦弱。

二年级的时候，体育课上有一条小蛇从草丛里爬了出来，一大群小伙伴作鸟兽散，我站在原地，思考了一下，然后冲上去对着那条蛇踩了十几二十脚，整条蛇被踩成了蛇干。大家都为我鼓掌，但我一点得意的感觉都没有，因为我不敢一个人过马路。

三年级的时候，小伙伴们都在讨论青蛙好恶心，打赌谁敢抓一只青蛙放在自己手掌上，此时我默默地从草丛里出来，看着大家，然后从裤袋里掏出一只癞蛤蟆。小伙伴们又作鸟兽散。但我仍然没有觉得自己有多牛，因为我不敢一个人过马路。

后来我养成了一个坏习惯，跟朋友们一起走在路上，为了防止要过马路，我会拉着前面一个人的衣服。他一路扯着我走，会不爽地转过头来问我干吗，我告诉他，别问。

我曾无数次在吃完饭后，走到楼下，看着面前车来车往的马路，深吸一口气，下定决心今天要走过去，然后勇敢地踏出第一步，接着会下意识地一个转身，回到原地。这时心里就

会非常失落，那种失落，我直到今天都记忆犹新。

直到后来我生了场大病。住院一个月，有几天要在手上扎十多个备用针孔，然后把针头留在手上，用胶布粘着。那是我无法理解的一种医疗方式，因为直到最后那些针孔也没用上。至于是什么病，最后医生也没搞清楚。只是每天发烧、呕吐，我以为我活不长了，心里顿时比过不了马路还失落。

在一个午后，一个护士姐姐又来给我打针，我有点紧张，护士姐姐问我：“妈妈呢？”我说出去还没回来。护士看着我满手的针孔，有点痛心，问我疼吗。我说扎的时候疼。然后护士莫名其妙地对我说了一句：“很坚强啊，小朋友，你真是你自己坚强的后盾。”

我烧得头昏脑涨，听不太懂这句话，我对着护士不解地“啊”了一声。

她又耐心地重复：“我说，你是你自己坚强的后盾！”然后我看着她默默地给我打完一针，目送她离开。

那天傍晚，我走出病房，看着医院门口的一条大马路。我走到斑马线前，看了看对面，又看了看满手的针孔，心里反复默念着一句“你是你坚强的后盾……”

然后深吸一口气，径直往前走；中途有车，我就在马路中间停了下来，车过了，我又继续走，几秒钟后走到了对面。我抬头看着正前方的医院大门，接着又走了回去。最后盯着眼前的大马路，我不禁大哭起来，感觉许多年的压抑和挣扎都释怀了。我再也不是一个不敢独自过马路的男孩子了。

第二天，我的烧退了，也不吐了，下午就出院了。没有人知道为什么突然就好了，更没有人知道我竟然会因为害怕一个人过马路，纠结了半个童年。

从那天以后，我也不会再抓一些恶心的小动物在手里，就为显示自己胆子很大；现在想起来，无法直面心中的恐惧，反而会越逞强就越显得懦弱。

以后的日子偶尔害怕紧张的时候，我会想，现在有比小时候一个人站在马路中央的感觉更可怕吗？然后我就放松了许多。

真正的坚强也许并非刀枪不入，永远不会受任何伤害，而是被伤害以后，仍能直面内心最大的恐惧并走出阴影，做一个坚强的人。

所以这个荒诞到难以想象的故事，总是在我变得懦弱的时候连同那句“你是你坚强的后盾”一起，跳进我的脑海。

许多年以后，一个夜里，我坐在窗边给杂志写稿子，快写完的时候，脚抖了几下，把电源踢掉了，写的东西全没了；然后我整理了一下情绪，又继续写，写到一半，停电了。我整个人就崩溃了，眼泪都要气出来了。过了一会，我拿起手机，想给编辑发短信说这稿子我可能交不了了。正犹豫要不要发送的时候，看了一眼窗外，楼下就是一条大马路。

我忍不住想起了那段荒诞的往事，想起曾经那个仅仅是因为终于自己过了一次马路而感慨得大哭的孩子，心里顿时豁然开朗。我想，这个时候没有人能帮你，也许以后你还会遇到更多只能自己过的马路，所以你必须写完它。

后来我写完的时候，天都亮了。那篇文章，就是《生活的样子》，它是《一生中落的雪，我们不能全部看见》的初稿。后来通过这篇文章，我非常幸运地被一些人知道，后来有出版社说要我出书，我也因此有机会去自己最感兴趣的地方实习。

回到许多年前，如果我没有多问护士姐姐一句，然后把那句话深刻地记在心里，没有念念不忘地无数次去直面一条对我

来说仿佛没有尽头的马路，我想在那个夜晚，我一定还会习惯性地懦弱，放弃完成那篇稿子，那么我现在可能拥有完全不一样的生活轨迹。

人不会太孤单，但许多路，你可能需要自己走。但是没关系，因为你是你坚强的后盾。

## 脱口演讲稿子要背诵篇五

大家晚上好：

吊丝上场，不用鼓掌；

凑个热闹，大家见笑。

话说，前不久，单位领导给我一个光荣而艰巨的任务：到八步参加文艺表演。像我这样的吊丝能有表演什么？我赶紧跟领导说：我不行！我不行！！

领导先是睁大眼睛，接着语重心长的跟我说：你不行？这么年轻的小伙子，别老说自己不行。让别人听了多不好。

领导不愧是领导，英明啊！

于是，我回家跟爱人汇报单位的工作：最近一段时间不能按时下班了，晚上要在单位跟一个美女同事小丽两个人一起排练节目，是双人舞。“能不能让别人代替你啊？”

“没有办法，领导已经下了死命令了”

“那你，不要跟她太亲近了。”

“放心吧，老婆，我就把她想象成是你”

那也不成，你不要太入戏了

老婆，你绝对放心，放一百个心，我不是已经决定把她当成你一样来看待了吗？

你，你什么意思？

那些天，我着实冷落了自己的老婆。为了好好给老婆一个补偿，我专门买了99朵玫瑰花，还要亲自送到她的单位，给她一个惊喜。

谁知，老婆看到我手中一大把玫瑰花居然没有任何兴奋的表情。“你下岗了？到我单位来贩卖玫瑰？”

你不是很喜欢玫瑰花的吗？

以前是，现在我开始喜欢另外的两种花了。

什么花？你尽管说，我马上去买

好，你听着：一，有钱花；二，随便花

老婆，你好美哦！

哪里美？

想得美！

你气死我了。

有那么一段时间，老婆一直对我非常冷漠，玩手机的动作偷偷摸摸，鬼鬼祟祟的。这不得不让我浮想联翩。

你是不是在外面有人了？

没有

真没有?发个短信也躲躲闪闪的。不敢让我看啊?

不是不敢给你看，是怕你看完了揍我。

你真的在外面有人啦

是有人了，但不是在外面，是里面诶

一次逛街，路过一专卖店，老婆跟木桩一样立着不动了，眼睛发亮“老公，这条裙子好漂亮哦、”

老婆，你好有眼光哦——漂亮，着实漂亮!你站在这里多看几眼咯，我陪你一起看。

你，你这个没良心的，就不肯帮我买?

是这样的老婆：最爱你的，并不是掏很多钱给你花的人，而是愿意花很多时间一直陪伴你的那个人。

表演结束，谢谢大家!!