# 即兴演讲自我介绍(大全9篇)

来源：网络 作者：七色彩虹 更新时间：2024-09-08

*每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。即兴演讲自我...*

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

**即兴演讲自我介绍篇一**

我叫\_\_\_，广东广州人，硕士研究生，将于20\_\_年6月毕业于南开大学，专业方向是电路与系统，08年加入中国共产党，我的专业特长是计算机应用程序开发和网络通信。我想从以下三个方面介绍自我。

学习方面，我的学习成绩优秀，本科gpa：86.7，研究生gpa：93.3，两次获得校一等奖学金，并被免试保送到南开大学信息学院，我有较强的科研本事，目前正在参与一个国家自然科学基金项目：行波式微流泵的仿真与电路设计，担任项目组组长，负责项目规划，任务分配和进度检查，目前正处于软件仿真阶段，经过仿真选择制作微流泵的最佳方案参数，设计新式的无阀压电行波式微流泵，为生化反应供给可控的微量样液。

另外还我还作为项目组成员，在08年参与国家大学生创新性实验计划：便携式无线体域网，主要负责手持终端pda客户端程序开发，在07年参加国家自然科学基金项目：spr多通道生物传感器，主要负责测控电路的c语言程序设计。

实践方面，在研究生阶段，我曾有两次实习经历。一次是09年暑假，在中南空管局通信网络有限公司网络工程部，我协助工程师维护空管局的华为6503和思科3550主干网，做好主干网的网络监控和数据备份，定期提交网络安全报告，确保网络通畅和信息安全，并给空管局用户供给网络技术支持服务。另一次是07年暑假，在广州共享网讯科技有限公司运营部，我协助部门经理进行网站的推广，运营和客服工作，并从事网站美化设计的辅助工作。

学生工作方面，在以学习为主的同时，我也进取参加学校课余实践活动。曾担任过信息学院研究生会主席，信息学院团委副书记，学生职业发展协会实践部部长，多隆电子协会财务部长等职务，曾多次获得优秀学生干部和三好学生荣誉称号，组织了包括：信息学院信息会客厅讲座、新生杯足球赛，篮球争霸赛，乒乓球友谊赛，迎新晚会，联谊舞会，南开大学第一届模拟招聘大赛等大中型活动;还曾作为信息学院羽毛球队的选手，协助院羽毛球队获得南开大学校长杯羽毛球团体赛亚军。这些活动培养了我的领导组织协调本事，和团队协作的意识。我相信，这对我以后的工作也会有很大的帮忙。

最终，我想总结一下我的工作特点。第一是团队协作意识强，善于与人交流和沟通;第二是动手本事和学习本事突出;第三是做事稳健，态度认真，有必须的组织协调本事;第四是研究问题全面、仔细，做事有自我明确的想法和计划。我想在走上工作岗位之后，我能够以最快的速度适应工作环境，不断挖掘自我的本事，完善自我，为企业创造效益。我想加入\_\_公司是因为我喜欢我的专业，也很看好\_\_公司的未来发展，在那里我能够学以致用，这让我有很大的成就感和幸福感。同时我也很欣赏\_\_公司的企业文化，很喜欢\_\_公司的工作环境。我愿意成为企业一员，为企业的发展贡献自我的一份力量。我的职业生涯目标是，做一个既懂技术，又懂业务的复合型人才。

**即兴演讲自我介绍篇二**

大家好!我是xxx，今年我九岁了，我长着一张瓜子脸，头发黑黝黝的，个子高高的，瘦瘦的，眼睛闪闪发光，老师经常说我的眼睛真漂亮，乐得我心里美滋滋的。

我的爱好是看书。记得有一次爸爸叫我去睡觉，我不想睡觉，还是想看书。但是爸爸不给我看，我就把书偷偷地塞进我的衣服里。我到了房间，关好门后，就拿起书来看，那是一本我最喜欢的.《格林童话》，我很快就看入迷了。我看到了一半时，我突然听见爸爸开门的声音，我明白是爸爸来看我睡着了没有。于是我就立刻把书藏好，并假装睡熟了一样。

爸爸看见我睡得死死的，就放心地走出去了。爸爸走后，我又拿出书看起来。不知看了多久，我才困得睡着了。第二天早上爸爸叫了我好几次，我都起不来，最后上学迟到了，并受到老师严厉的批评。但是我爱看书的习惯还是改不了。

你看，这就是我——一个爱看书的我，你们喜欢跟我做朋友吗?

谢谢大家!

**即兴演讲自我介绍篇三**

敬的老师，可爱的同学们：

我就这样进了宣传部。我知道，当时的宣传部部长之所以把我领进宣传部，是因为我的简历写的比较认真，字也还算不错。我很感谢她的知遇之恩。

在宣传部里，有辛劳，有汗水，更有快乐和掌声。我们为宣传部奉献了时间，奉献了劳动，但我们收获了心灵的快乐和能力的提升。我现在深刻理解了“付出多少就会收获多少”的含义。当我在宣传部工作时，如果我是抱着一颗应付差事的心，即使劳动再少，也会感到不舒心，感觉很累;如果我是抱着一颗学习的心，即使劳动再多，也会感到很轻松，很快乐。在宣传部这个温暖的大家庭里，我和我的同事们互相学习，共同进步。当我们一起工作时，我学会了合作;当我自己工作时，我学会了责任;当别人的工作很出色时，我学会了欣赏;当别人的工作做得不太好时，我学会了鼓励……宣传部，不仅让我的书法绘画技能有所进步，更重要的是使我的能力有所提高。

看着台下的学弟学妹们，我不禁感叹，时间过得真快。从我进宣传部到现在，一年过去了。如今，当初领我进宣传部的部长已经毕业工作了，现在的部长也即将退休，马上面临就业了。我相信，当宣传部部长的经历会让他们在将来的工作中更加出色;我相信，当宣传部部长的经历会让他们终生受益。

我来竞选宣传部部长，是因为我拥有一颗学习的心，一颗自我学习的心，一颗帮助他人学习的心。昨天，宣传部让我变得更加优秀;明天，我会把宣传部变得更加优秀!

谢谢大家!我的演讲完毕!

**即兴演讲自我介绍篇四**

一、插话衔接法。当你一旦忘却的时候，立即插入一两句与演讲内容有关的问话。利用短暂的时间，加速回忆下面要讲的内容。比如讲着讲着忘却了，这时切不可停顿，你应当面向广大听众问一句：“同志们，前面这一部分我不知道大家是否听清楚了?”话音落后，你就可以扫视全场，而就在扫视的瞬间，就完全可以想起下面应当讲的内容了。一旦想起，你就可以说：“好，既然大家听清楚了，我就继续讲下去。”

二、重复衔接法。所重复衔接法，就是一旦忘却的时候，要把最后这句话再加重语气重复一遍。这样，往往能使断了的思维链条再衔接起来，使演讲顺畅地继续下去，比如前段演讲最后一句话是：“我理解了他们的爱吗?我懂得爱他们吗?”而后段前句话是：“从那以后我变了”。一旦前段讲完了，而后一段的前句话又忘了，这时，你可以有意地加重语气，重复讲一遍前段最后的那句话“我懂得爱他们吗?”往往就在重复的这一瞬间，便想起了后段的第一句话“从那以后我变了”。这样，演讲就可以继续下去了。

三、跳跃衔接法。演讲者常常出现的忘却，并不是把后面的全部忘却了，而仅是把下段的第一句或整段忘记了。这时只好随方就圆，忘却就忘却吧，哪里没忘，就从那里接着讲下去。这就是跳跃衔接法。用这种方法虽然丢掉了几句话，甚至一个段落，但它总不至于因中断而破坏了演讲的气氛，涣散了听众的注意力，影响整个演讲的效果。如果这几句话或这段比较重要，演讲期间又想起来了，可采取在收尾前补充的办法。比如可以这样说：“这里值得一提的是……”就可以把忘掉的重要段落补充进去了。

本网现在针对这一个演讲中的常见问题，根据自己的经验有针对性总结了一下几点技巧，希望对你们有一定的帮助，可以让你们的演讲更加顺利，让你的事业走的更远。

一是要保持头脑清醒。站在演讲台上，你只是比别人高出了一个台阶而已，没有什么好紧张的。要时刻保持自己的清醒头脑，应对演讲中的每一个小细节。实验证明，清醒的头脑可以让你再做事情的时候想的更明智，做得更好。所以当你演讲的时候，时刻告诉自己的你现在在做什么，为什么做，应该怎样做，时刻保持自己清醒的头脑，让自己的发挥达到极致。

二是拥有责任感。站在这个舞台上，你不是代表的你自己，你代表那些关注支持你的每一个人。一个人有责任感，就有积极主动的态度，深入扎实的作风、认真负责的精神;就有不甘落后的志气、百折不挠的勇气和奋力开拓的锐气;就会有信心、有决心、有恒心;就可以出思路、出办法、出成绩。哪怕演讲途中你忘词了，你也会现场发挥自己的大脑，用自己的方式展现自己最优秀的一面。

三是让激情为你的带来勇气。总是听人说，富有激情的工作，效率会更高。调动你全身的感官细胞，让你的工作更富魅力吧。激情是工作的动力，没有动力，工作就难以有起色。就像艺术需要灵感，激情可以提高你的工作热度。为你工作创造不凡的业绩。如果缺乏激情，懒懒散散，很可能一事无成。演讲亦如此，当你演讲中充满激情，浑然忘我的演说，你就会融入其中，而忘记你是站在一个舞台上。这样会让你更加放松自己。

四是带着感恩去演讲。一位哲人说过，心态决定一切。它能够左右一个人的思想、影响一个人的行为，甚至决定一个人的命运。心态正确就会宁静而安详，感到生活温暖;就会迸发出干劲和活力，感到工作愉悦。如果心态不好，就会在顺利时自以为是、傲气十足、得意忘形，在逆境时怨天尤人、牢骚满腹、烦躁不安;就会既笑别人不如已，又怕别人比已好，斤斤计较，患得患失;演讲是展示自己的一个好机会，但是不是一个争权夺利的场所，要让自己保持良好的心态，知道自己要的是什么。才能更好的发挥自己的状态。学会以感激的心态对待工作、对待他人。生活就像一面镜子，你对它笑，它也会对你笑。只要你用感恩的态度对待别人、别人就能给你关心和帮助、给你支持和鼓励、给你提醒和教导，让你感受到真诚、感受到友谊、感受到温暖、使你感动、使你感激、使你增添精神支撑。

**即兴演讲自我介绍篇五**

各位领导、同事：

你们好!

我是四统二开的新人xx，很高兴、也很荣幸能跟大家在“xx公司”一起工作、学习。

我是xx大学学院xx级毕业生，修的是信息安全专业。学校里面教的东西很多很杂，学到的东西也“博而不专”。

语言方面，掌握比较熟练的是c/c++，当然，在编程方面和各位前辈们比起来，那简直就是菜鸟。所以在以后的工作中还要向各位前辈同事学习、请教，望给予指点。在犯错误的时候，也请前辈们批评指出，“新人”不是逃避责任的借口，我会牢记这句话的。

在方面，作为学计算机的学生，说在学校不打实在是骗人的，平时喜欢打些竞技类游戏，真三、cs等，也玩一些剧情、恐怖类的，像求生之路、生化危机。

运动方面，喜欢，为了尽可能享受学生的优惠，在临毕业的时候还赶紧办了张游泳卡;也喜欢打，之前每天都看到同事下班后在公司的乒乓球室打球，想去呢，但有点不好意思。

对于其他，桌游杀算一个。三国杀可以说是学校里面第一批开始玩的人，那时候还没那多人玩。常跟同学杀的昏天暗地，周六周末的时候，由于杀的太晚，还常常扰民。公司里面好像很多同事都在玩，以后可以一起交流交流、切磋切磋。

以上是我的自我介绍。

谢谢大家。

**即兴演讲自我介绍篇六**

一、注重礼仪,表情生动。

自我介绍场合上,最先给人印象的,不是言辞,而是礼仪和脸孔、态度、服饰等。学会用握手礼、点头礼、注目礼首先给对以尊重,其次,面带微笑,平静温和,落落大方地表现自己的真诚和热情。

二、使用辅助材料,增强介绍的全面性,形象性。

名片、自我推荐表、照片、图片、成果资料等等都可以帮助他人了解自己。介绍他人时,除了讲明被介绍人的姓名、身份、职业、单位等基本信息外,还要对他的优势和特点适当加以夸大赞美。赞美是一门学问,它注重人性的光明面,体现出对他人价值的肯定和足够的尊重。

三、巧用“自嘲”

自嘲就是“自我开炮”，用在开场白里，目的是用诙谐的语言巧妙地自我介绍，这样会使听众倍感亲切，无形中缩短了与听众间的距离。

胡适在一次演讲时这样开头：“我今天不是来向诸君来作报告的，我是来‘胡说’的，因为我姓胡。”

话章刚落，听众大笑。这个开场白既匚妙地介绍了自己，又体现演讲者廉逊的态度，而且活跃了场上的气氛，起到了沟通演讲者与听众的作用，一石三鸟，堪称一绝。

四、巧解别人对自己的称呼

1938年陈毅率领新四军在浙江开化县华埠镇休整。当地的抗日组织召开欢迎大会，邀请陈毅上台演讲。开始主持人作介绍称陈毅为将军，陈毅登上讲坛，接过话头大声说：“我叫陈毅，耳武汉陈，毅力的毅，刚才司仪先生称我为将军，实在不敢当，我现在还不是将军。当然叫我将军也可以。我是受全国老百姓的委托，去‘将’日本鬼子的‘军’。这一‘将’直到把他们‘将死’为止……”

这段开场白，正好是接过别人的话头，从虽人对自己的称呼说起，却又顺借“将军”的另一含义巧妙发挥，自然、幽默、睿智，且非常有气势，真可谓妙极。

五、生动幽默,蕴涵深意。

自我介绍要求简洁而有新意,常常从名字籍贯和个人特点出发,采用释意和自嘲的方法,增强幽默感和趣味性。经典的是台湾着名节目主持人凌峰在1990年参加中央电视台春节联欢晚会上所做的自我介绍：

六、巧作对比

1991年11月，李雪健因主演《焦裕禄》同时获得“金鸡奖”和“百花奖”两个大奖，他在致答谢词时没有用别人常说的毫无新意的套话，只是诚挚地说：“苦和累都让一个大好人焦裕禄受了，名和利都让一个傻小子李雪健得了。”

他的话刚停，全场掌声雷动，他的演讲不仅让人“开胃”开心，而且让人了解了他的人格，对他生出了几分敬佩。

七、巧用自己的名字

在“蜀秀礼仪\*大赛”决赛中，有一位叫江南的少女作了这样一段即兴演讲：“唐代大诗人白居易有一首词：‘江南好，风景旧曾谙。日出江花红胜火，春来江水绿如蓝。能不忆江南?’我就是‘能不忆江南’的江南……‘春风又绿江南岸’的‘江南’，愿美的春风飘落神州大地的每个角落，飘在你的心中。”

作为即兴演讲，能以古诗词开头就已很吸引人;而演讲者能切合“礼仪\*大赛——选美”这一主题，在观众心中创设出一种美的意境，则更难能可贵;更重要的是，她还借此达到了更好地推销自己的目的。这真是人美、名美、演讲更美。

八、肯定的言辞,明朗的语调。

这是精神饱满、充满自信、对自我充分认识的表现。肯定自我的成绩和优势并不是夸耀,否定自己的优点也不是谦虚。我们看到中央电视台《挑战主持人》和《绝对挑战》以及其他节目中的自我介绍都是对自我的充分肯定、对个性的适当张扬。在人才招聘和面试中,自我介绍更需要把自己的能力、干劲、志向、愿望展现出来。例如:

您好,我是某大学经济系四年级的学生王浩,请多多指教。我所研究的课题是国际经济。此外,也在一个税务研究会里学习税金问题,并且取得了税务师的资格。我的专长是书法,获得过各种书法奖励。人生需要磨练,才干才有用武之地,希望能在贵公司做点事情得到更好的锻炼。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

**即兴演讲自我介绍篇七**

尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

大家好!

我叫杜xx。这天，我给大家做个自我介绍。

我长得很可爱，圆圆的脸上镶嵌着一双乌黑发亮的眼睛，不高不低的鼻子底下长着一张红润的嘴巴，一笑就露出了两颗能够停飞机的大门牙。

我的`爱好有很多，比如看电视、玩电脑、画漫画但我最喜欢的是玩电脑了。有一次，学校上电脑课，我第一个把电脑打开，由于电脑开机还需要时光，所以我就不停的喊着：快点，快点!最后电脑打开了，但是，我还在埋怨电脑开机时光太长了。正当我进入网站的时候，老师开始讲课了。这时，我心里暗暗地说：老师好烦哪，就不能不讲吗?老师讲的我一个字也没听下。老师让完成的作业也没做。正当我津津有味的玩的时候，屏幕上突然出现了二十秒之后关机的字样。我明白又要下课了，但我趁老师没注意又偷偷的玩了一会儿。就在这时，老师来了，我赶紧跑出了教室，唉!我这才躲过了一劫。

我还有很多优点，比如我很有爱心。今年春节，我和妈妈在楼道里发现了一只流浪狗，它懂得瑟瑟发抖，身上的毛很脏，腿上还有伤。我觉得它很可怜，就把小狗带回了家，给它洗了个热水澡，还给它包扎了伤口在我的悉心照料下，小狗逐渐恢复了健康，和我成了形影不离的朋友。

俗话说金无足赤，人无完人，我也有缺点，那就是太粗心了，常常把加号看成减号。我以后必须改正。

这就是我，一个活泼、聪明、富有爱心的小男孩。

多谢!

**即兴演讲自我介绍篇八**

老师们，同学们：

大家好!

我是上海市闵行区黎明小学五(2)班的学生，今年12岁。我品学兼优，乐观向上，团结友善，勤于实践，乐于奉献，是一个全面发展、学有所长的好少年。20xx年10月，获上海市第四届小学生现场写作一等奖。20xx年2月获得“我真想这样长大”华人学生大幻想征文比赛优秀奖。20xx年6月获得第十二届全国中小学生绘画、书法作品比赛三等奖。20xx年获得了上海市通用外语水平等级考试的二星级证书。20xx年10月获上海市第四届小学生现场写作三等奖。20xx年，获上海市闵行区少儿影视征文比赛一等奖。

一、品学兼优，屡获佳绩。

我热爱祖国，勤奋学习，立志成才，把理想付之于实际行动。入学以来，总是在各方面严格要求自己，虚心接受老师的教育、帮助。从小就懂得遵守纪律，讲文明，热爱集体，助人为乐;热爱劳动，积极带领少先队员参加少先队开展的各项有益活动，加强体育锻炼，身体素质好。学习上，求知欲强，课堂上，敢于提问，善于质疑，对所学的知识能理解地掌握;课外，不满足于课堂上所学到的知识，大量阅读一些有益的书报，以开阔自己的视野、增长知识，碰到难题就向老师请教或自己查阅资料解决，从而赢得了“钻研女孩”的美名。

功夫不负有心人，我付出了辛勤的劳动，终于获得了丰硕的成果——从一年级至今学习成绩均能保持在年级组的前三名。我多次获得表彰，自一年级以来，每学期都荣获学校“三好生”的称号，还几次获学校“优秀班干部”的称号。俗话说：山外有山，楼外有楼。我还必须不断努力，追求更高的标准。

二、老师的助手，同学的榜样。

我无论在家在校，都受到正确思想的教育和熏陶，像一棵充满生命力的小苗儿，在阳光雨露的哺育下茁壮地成长。在家里，虽然是独生女，但是为了锻炼自己的能力，我常常抢着煮饭、整理房间、拖地板等家务做;在同学中，是一名挺懂事的“小大人”，大扫除活动，总带头抢脏活、累活干，老师和同学都很信任我;在路上，看到行动不便的老爷爷老奶奶，我就主动过去搀扶他们，或帮着拿东西。几年来，我勤勤恳恳地为班级为同学服务，成了老师的小助手，如每天检查同学佩戴红领巾、纪律、卫生等情况，对老师交给的任务，总是做得有条不紊。处处以身作则，为同学们树立了良好的榜样。在“帮助贫困生入学”活动中，敲碎了自己心爱的储蓄罐，把自己积攒了一年多的零用钱全部捐了出来。在班级里，我是个优秀的组织者，还扮演了“小演员”、“小编辑”的角色。还主动召集班上的文娱爱好者，自编自演了舞蹈、小品、相声等节目，使所在班的班队活动充满了生机。在我和全班同学的共同努力下我班多次荣获“先进班集体”的称号。

三、善待差生，乐于助人。

祖国的未来需要大批的建设者，仅靠个别人的\'本领是不行的，只有让全体同学都进步，那才是一件大乐事。于是，我经常与其他班干部一起主动关心班上学习较差的陈卫杨、马诚等同学。为了帮助后进生解答疑难，我总是十分耐心地讲解，有些问题，已经讲了三五遍了，可个别差生还是傻乎乎的。对这，我并不灰心，反复推敲，改变讲法，直到他们听懂为止。这些年来，班上的几名差生在我的热忱帮助下，各方面都有较大的进步。乐于助人是我的一大特点。平时，若遇上哪个同学的学习用品缺了，我总是第一个帮助解决;下雨天，同学没带伞，就主动上前招呼，送他们回家。上五年级后，班上有些同学路途遥远，总是主动代他们做好值日生工作……这么热情，这么富有爱心，我是少先队员的贴心朋友。

人的一生，学无止境。我深知，在以后的学习生涯中，还需要不断寻找自身与优秀学生的差距，向他们学习，向名人名师学习，不断克服缺点，完善自我，努力成为一名祖国建设中的栋梁之材。

**即兴演讲自我介绍篇九**

敬爱的老师，可爱的同学们：

我就这样进了宣传部。我知道，当时的宣传部部长之所以把我领进宣传部，是因为我的简历写的比较认真，字也还算不错。我非常感谢她的知遇之恩。

在宣传部里，有辛劳，有汗水，更有快乐和掌声。我们为宣传部奉献了时间，奉献了劳动，但我们收获了心灵的快乐和能力的提升。我现在深刻理解了“付出多少就会收获多少”的含义。当我在宣传部工作时，如果我是抱着一颗应付差事的心，即使劳动再少，也会感到不舒心，感觉非常累；如果我是抱着一颗学习的心，即使劳动再多，也会感到非常轻松，非常快乐。在宣传部这个温暖的大家庭里，我和我的同事们互相学习，共同进步。当我们一起工作时，我学会了合作；当我自己工作时，我学会了责任；当别人的工作非常出色时，我学会了欣赏；当别人的工作做得不太好时，我学会了鼓励……宣传部，不仅让我的书法绘画技能有所进步，更重要的是使我的能力有所提高。

看着台下的学弟学妹们，我不禁感叹，时间过得真快。从我进宣传部到现在，一年过去了。如今，当初领我进宣传部的部长已经毕业工作了，现在的部长也即将退休，马上面临就业了。我相信，当宣传部部长的经历会让他们在将来的工作中更加出色；我相信，当宣传部部长的经历会让他们终生受益。

我来竞选宣传部部长，是因为我拥有一颗学习的心，一颗自我学习的心，一颗帮助他人学习的心。昨天，宣传部让我变得更加优秀；明天，我会把宣传部变得更加优秀！

谢谢大家！我的演讲完毕！

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn