

# 最新滑冰比赛解说 师德演讲比赛的演讲稿 (大全10篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？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。

## 滑冰比赛解说篇一

大家好！

今天我给大家演讲的题目是——《甘为人梯，乐于奉献》。

工作中，我不断探索新的教学方法，研究教学中的问题，工作之余，我去学习电脑。不断更新自己的知识结构，为适应新形势打下良好的基础！“学高为师，身正为范”，一个人知识渊博不代表就可以成为一名好老师。我认为一名真正的好老师，在拥有学术知识的同时，也要有一颗博爱的心。在学校我们是孩子们成长的标准，我们的好与坏直接影响着孩子人生观的形成。我们不只教书，更要育人，在当今的社会，只有先做一大写的“人”字才能成为一名真正为社会做贡献的人，我感到老师的责任很重很重。

不错，教师是人类灵魂的工程师，每次站在讲台上，面对几十双渴求知识，纯洁的眼睛，我就会感到“老师”这两个字的份量。在这由知识、情感、理想、信念汇成的三尺讲台，是多么神圣。教师的一举一动将会影响这些纯洁孩子的一生。因此，我深深懂得，什么是为人师表，在教学工作中如何努力进取，不断学习，不断地用新的知识充实自己，让自身的知识与时俱进，不断地创新。只有这样，才能做一名合格的教师。正如一位名人说：“教学对教师本人来说，也是一种

最高意义的自我教育。三尺讲台使教师照亮了别人，也升华人自己。”甘愿吃苦，乐于奉献。便就形成了教师的精神，教师的职业无尚荣光！我没有理由不骄傲！

环顾人类历史的广袤原野，我更是无比的自豪，我找到了那么多声名赫赫的前辈：苏格拉底、柏拉图、亚里斯多德的代代承传，成就了西方文化史上的丰碑；孔老夫子杏林树旗、广揽门徒、学生三千、贤者七十二，也谱就了东方教育史上的动人佳话。全国著名特级教师魏书生竟是经过150多次申请、六年的努力才实现当教师的夙愿；桂林市特级教师唐碧珠身患重病不离岗，一头栽倒在讲台上就再也没有醒来……许许多多动人的事迹在激励和鞭策着我！

热爱这项事业，我将诲人不倦，孜孜以求，做学生的好老师，做学校的好教师。奉献教育，服务学生。

## 滑冰比赛解说篇二

大家好！

利用课余时间，我阅读了《我爱祖国的蓝天》一书，受益匪浅！我深刻了解到森林对于人类生存和发展的关系。在此，我想和大家分享一下森林——这个浩瀚的绿色宝库对人类生存和发展的重要意义。

森林，是一个高密度树木的区域，这些植物群落覆盖着地球大面积，并对二氧化碳下降、动物群落、水文湍流调节和巩固土壤起着重要作用，是构成地球生物圈其中的一个最重要的方面，是人类赖以生存的资源 and 环境保障。

第三，森林也是“天然调节器”和“天然储水池”，森林中树木的光合作用调节着自然界中空气和水的循环，影响着气候的变化，保护着土壤不受风雨侵犯，以减轻环境污染给人们带来的危害；大雨降落到森林里，渗入土壤深层和岩石缝隙，

以地下水的形式缓缓流出，冲不走土壤，有效制止了沙漠化和水土流失。

最后，森林还是“生命的资源”，森林为我们提供着生产和生活所必需的食品、药材、香料等各种资料，森林是如此重要，所以在1991年联合国粮农组织把当年“世界粮食日”的主题定为“森林与生命”。

但是，森林的生存现状并不乐观。随着社会生产的发展，人们大量砍伐森林，毁林开荒，劈林放牧，兴建城镇，再加上战争破坏、火灾虫害，世界森林面积缩小的过程大大加快。现在全球只存有40多亿公顷的森林了，而每年大约就有20xx万公顷的森林从地球上消失！

我国是森林资源匮乏、风沙危害、水土流失严重的地区之一，1979年，国家决定在西北、华北北部、东北西部建设大型防护林工程，又称修造“绿色万里长城活动”。“三北防护林”体系工程是一项正在我国北方实施的宏伟生态建设工程，它是我国林业发展的一大壮举。是在保护现有森林植被的基础上，采用人工造林，封山封沙育林和飞机播种造林等措施，实行乔、灌、草结合；带、片、网结合，多树种，多林种结合。建设出一个功能完备，结构合理，系统稳定的大型防护林体系。使森林覆盖率大面积提高，土地沙漠化得到有效治理，水土流失得到基本控制，生态环境和人民群众的生产生活条件从根本上得到了改善。

如今，对于我们生活在城市的人来说，接近森林几乎是一种奢望！但我们可以从点滴做起，从小事做起，爱护城市一草一木，合理规划利用空间，建设绿色家园。

朋友们！让我们共同响应国家号召，爱护森林吧！乱砍滥伐森林是人类的愚蠢行为，不要再做这种伤害自己、祸及子孙后代的事情。地球是我们赖以生存的自然环境，我们有责任有义务去保护它，请从少浪费一张纸，多种一棵树做起，建设

与自然和谐发展的生态环境，促进人类社会科学、健康、持续发展！

### 滑冰比赛解说篇三

这是一个关于小萝卜头的故事。在小萝卜头七岁生日那一天，他刚从黄伯伯那里学习完以后，回到牢房，他发现桌子上放着七颗小豆子，心想：恩，这一定是爸爸妈妈送给我的生日礼物吧！他小心翼翼地把豆子捧在手里放在心口上，转过头来警惕地向牢房的门口看了一眼，他害怕被特务看见会抢走爸爸妈妈送给自己的生日礼物。过了一会儿，爸爸妈妈回到牢房里，小萝卜头一下子扑到了妈妈的怀里，张开他的小手露出了手掌里的七颗小豆子，抬头看看妈妈，又看看爸爸，一股激动和爱的暖流从他那大大的眼睛里流进了爸爸妈妈的心窝。

“爸爸妈妈，这是你们送给我的生日礼物吗？是从哪弄来的呀？”

“妈妈，妈妈，你不要去打石头，我不吃豆豆。”

“妈妈——爸爸——！”

一家三口把七颗豆子推来推去，谁也不愿意吃，最后在小萝卜头的坚持下，爸爸吃了两颗，“爸爸，您吃！”妈妈吃了两颗，“妈妈，您吃吧！”小萝卜头只多吃了一颗。就这样，一家人七颗豆子就过了一个生日。可怜的小萝卜头，他是在监狱里长大的，从来不知道外面的世界是什么样的，小萝卜头最希望的就是能和小伙伴们一起上学，一起读书。

今天，小萝卜头的七颗豆子变成了明媚的阳光让万物生长，他的豆子变成了和煦的春风让红旗飘扬，等我们长大了，还要继续把豆子故事，讲下去，让一代一代延续共和国的梦想。

## 滑冰比赛解说篇四

古往今来，华夏五千年光辉灿烂，星河浩瀚，繁星点点；无数仁人志士用智慧和汗水织就一幅文明国度的宏伟蓝图；沧海桑田，伟大的祖国正以豪迈的步伐跨进信息时代，站在世界的前沿阵地，散发出巨大的魅力。

中华民族是优秀的民族，中华儿女是祖国优秀的儿女，斗转星移，当雄狮醒来，发出怒吼的时候，万千炎黄子孙扬眉吐气，中国，你是我们引以为豪的母亲！

一代又一代，人类生生不息；一辈又一辈，人类书写历史，翻开那本凝重、写满沧桑的巨书，记载的不仅是曲折变迁的文明史，而且还是人类世界的主宰向大自然发出的挑战史！

物竞天择。在时代前进的匆匆步伐中，人们丝毫不敢放慢节奏，以免被现实无情地淘汰；在竞争的紧张气氛中，已经容不得人们有半点喘息，实力与实力的较量，在竞争中发出坚硬的碰撞，靠实力取胜，正是人类之歌的主旋律。

精神财富永远是世界上最宝贵的财富，在每一个角落，当精神之花开放，一个个感人至深的奋斗故事，也就成为动力之源，溶入人们的灵魂中，支持起每一个新的开始。

在x公司xx车间，就有这样一位敢于挑战人生的女性——。是xx人，来江前一直和父母住在一起，在x厂上了五年班，在修织工的岗位上，由于工作出色，她还当过厂里的“操作能手”[]19xx年x月xx日，这是一生难忘的日子，她作为x公司的职工子女报考并考入了x厂。此举让许多人怀疑，大城市的女孩跑到小城镇发展，面对一个完全陌生的环境，身边没有亲戚朋友的照顾，一切得从零开始，一个弱女子能应付吗？在众人的眼光里，这天，她发誓：一定好好工作，不让别人小看自己。

用事实说话，又一次出色的说服了家乡的父老乡亲：在汉干得好，在江一样干得好！她很快转变角色，成为一名有知识武装，充满活力的新时代女工。

中国是一个曾经经历过封建社会二千多年统治的国度，尽管现代文明之风刮遍神州大地，但抛却理想状态的假想，在那不平等的意识中，依然是永远的弱者和那美丽的花瓶——女性，生来就注定要承担更多的负荷，在与命运抗争的过程中，不得不花费更多的精力去赢取属于自己的人生。

有了自己的家，丈夫和她一样，都是从汉拓工来江的。孩子出生后，她更忙了。没有双方父母的鼎力支持，面临第一次做母亲的喜悦，依然那么坚强。房子小，工资低，丈夫经常加班，孩子无人看管，干脆换了夜班与丈夫错开时间，给孩子应有的爱。她保持着一贯的好学，xx大学自修汉语言文学的课程不能拉下，她要求丈夫和她一样也不能拖延功课，\*俩互帮互学，经常一边哄着孩子，一边抓紧时间学习。孩子身体不好，为此操碎了心；同时，她因为工作出色，被调往厂空压站，新的学习任务落在她的肩头，和她初入江一样，她再次站在生活的浪尖，她要做和大风大浪搏斗的勇敢的水手！

回想那段日子，欣慰地说，她感谢生活给了她阅历和体验，虽然生活处处充满挑战，但她坚信，自尊，自强永远是一个奋斗的基石！“把工作当作自己的小孩”这是信念。

奋斗如歌。祖\*亲伟大的儿女，人人心中都有这样一支奋斗之歌，面对新机遇，勇者从不言败，人人平等，人人都拥有自己驾驭人生的权利，不论是男女，都有人生的大舞台，在历史前进的轨迹中，人人都是那颗最亮的星辰！

谢谢大家！

## 滑冰比赛解说篇五

首先，感谢公司给予我这次展示自我的机会和舞台。我演讲的题目是“做一名务实、创新的好员工”，今天，我之所以参加这次评选优秀员工比赛，是因为一方面，表明我对上级领导推行的评选机制拥护和信任；另一方面；通过这次演讲，锻炼自己的能力、展现自己的才华，并借此机会和大家交流思想，同时，准备接受领导和大家对我的不足点评。我相信，通过这次评优活动序幕的拉开，必将使我电信鸡西分公司下一步的民主机制呈现一个良好的开端。

首先，我简单介绍一下自己的简历：本人王新晴，今年30周岁，黑龙江科技学院工商管理专业毕业，本科学历□20xx年大学毕业后通过应聘加入联通公司任客户经理，任客户经理期间工作业绩突出、综合素质较强，得到公司领导及同事认可□20xx年1月破格提升到市场部任增值业务主管，给自己经营管理经验奠定良好的基础，同时具有一线的营销理念。随着20xx年电信行业重组，我很幸运地走入中国电信。

勤奋好学、善于助人我认为这是我的优点，加入中国电信这个充满青春、激情的企业，会让你时刻警示自己，只有加快学习的步伐，掌握企业最新的发展方向，才能跟上企业的节奏。每次公司推出新套餐、新业务，我都会将其中要点研究透彻，并制定最简洁的推广模式，使业务得到及时有效的发展。善于助人是中华民族的传统美德，在日常工作中我谦虚谨慎做人，得到同事们一致好评，我认为帮助别人解决一点点困难，这也是给自己的人生道路划上一个美好的一笔。

20xx年10月根据市公司的安排及鸡冠区工作需要，我被分配到鸡冠区负责渠道管理和宣传策划工作，这对于我是一次机遇，更是一次挑战，一年来，在市公司正确指导下，在张兴慧经理带领下，鸡冠区全体员工充分发挥着聪明才智，按照“效是目标”，“收是保障”，“量是基础”的基本原则，把握移动

业务的发展规律，较好地完成各项工作任务。为鸡西电信公司健康良性发展，献出自己一份力量。

本着一颗为企业创效益、为自己创价值的心，在20xx年1-5月份我先后走访全市各大it卖场、手机卖场数十家，为鸡冠区新增无线宽带代理渠道11家、省内合作伙伴3家，手机合作卖场10家，其中主营业厅三家代理商月平均销售礼包300余台，无线宽带代理渠道月均销售网卡百十余张，最为成功的是八月份组织的以26名大学生为团队"3g翼起来"社会实践活动，通过培训、参观、实地体验让大学生真正了解电信，了解天翼。鸡西大学开学之际，学生共发展手机礼包20余部，其中3名销售能手现已签订协议，成为中国电信校园直销队伍，为我们在校园市场持续发展奠定良好的基础。

下面，我谈一下我对下一步工作思路及设想

得渠道者得天下，鸡冠区现有10家合作手机卖场，约占园林路通讯市场的百分之三十左右，大型手机卖场是中联通、中国移动公司与我公司争夺的焦点，现园林路中联、中信、昊天等几家大卖场在进店中存在困难，主要原因在于我们没有自己的进店促销人员，手机店不会轻易尝试陌生事物，更何况要出人力，物力，要想在园林路通讯市场开辟忠诚的合作伙伴，我们只能培养自己的促销团队，用租赁或补贴方式，把销售人员派驻到各个卖场，可提高市场占有率，品牌认知率。

直销团队是企业必不可少的主力军，鸡冠区现有7名直销员月均发展量在100户左右，我们可利用"人海战术"，"留才去庸"战略，可迅速提高业务量。更要充分发挥邮政渠道作用，市内邮政局有23个营业网点，总人数近300人，公司在政策上应给予一定的支撑，开展阶段促销，充分调动其积极性，确保邮政收入不下降的基础上，有所上升。

随着3g时代到来，多样性的手机增值服务不断推出，如何引导用户使用新业务是目前关键所在，首先，要从我们员工自

身找出问题，公司应对员工卡套餐附加增值业务包，使员工得以全面的体验，加大力度对内部员工进行深化培训，时时开展全员营销活动。主营业厅设立新业务体验区，安排专人讲解及演示，可大大提高用户对产品的认知度。多元化的组合营销，会促进增值业务收入稳步增长，充分利用套餐内含有的增值费用，积极向用户推荐，达到窗口时间内，效益最大化，通过优惠的低端礼包政策与彩铃组合销售，培养用户的使用习惯。

加强优质服务是企业的核心，服务如何加强是企业最苦恼的事，简单的话费预警、套餐到期通知、节日送祝福短信等都是无法让用户真正记在心上，只有让用户得到真正的实惠才可能稳定用户，只有得到用户的口碑，才是企业之根本，如：利用差异化模式对在网两年以上的老用户制定“特别”套餐，我们就是要他们的口碑，在网两年以上的用户随着手机需要更新，是最有离网倾向时期，此时的“特别”套餐会使老用户有一颗温暖的心，同时，可树立中国电信人性化的企业形象。

## 滑冰比赛解说篇六

你们好！

我叫黄毅一，来自物资分公司。很荣幸能有机会站在这里，与大家共同探讨安全问题，今天我演讲的题目是《安全第一》。

在腾飞的21世纪，在高速发展的今天，科学技术不断进步，人们的物质生活与精神生活逐步改善，社会呈现出了前所未有的繁荣昌盛与勃勃生机。然而，在繁荣的背后仍然存在着一个不容忽视的问题——安全。

从我们咿呀学语，蹒跚学步的时候起，耳边回荡的最多的便是母亲千叮咛、万嘱咐的：“一定要小心，注意安全！”当我们行于车道时，当我们操作机器时，当我们坚守岗位时——

——每一步的人生路程依然谨记着“安全第一”的响亮口号。风风雨雨的人生历程，坎坎坷坷的人生道路，以安全为伴，我们活得将会更加精彩。

安全不仅仅对于我们的人生是重要的，对于一个家庭的幸福，一个企业的兴衰、一个国家的安危同样有着至关重要的作用与意义。不讲安全，哪怕是轻轻地一碰就能使“高温高压、易燃易爆”的炼油装置怒火爆发；不懂安全，哪怕是一只小小的工具包，就能中断供电系统的正常运行；不要安全，哪怕只是小小的一个意念，就能让操作中的生命处于危险，所以我们应该时刻提高警惕，时刻保持着我们的安全意识。

工厂停工，机场关闭，地面交通堵塞，地铁把乘客扔在隧道中，惊恐的市民涌上街头，这是10月15日美国和加拿大发生大面积停电事故后的场景，说它是电网事故也好，外力破坏也罢，这一连串的事件，向我们传达了一个明确的信号——当今社会，电已渗透到社会的各个角落，电力安全至关重要，随着社会的发展，人类对电的依赖越来越强，使它几乎成为继阳光、空气、水之后的人类生存的第四要素。

安全知识的贫乏、安全意识的淡薄总是造成重大的损失并给予我们惨痛的教训：20\_\_\_\_年5月1日，贵州省毕节供电局配电抢修人员，在抢修公变过程中，在未采取任何安全措施的情况下违章作业，调整灭弧罩时遭10kv高压电击，从6米多高的变台上坠落，不幸身亡。一条鲜活的生命，就这样在我们眼前消失了。面对这惨痛的代价，难道我们可以理直气壮的说：这一切都是意外吗？放眼全国，短短几周内，东航客机包头坠毁、铜川煤矿瓦斯爆炸、河北沙河铁矿火灾、云南火车汽车相撞，这一桩桩，一幕幕的惨剧，是多么的令人触目惊心，又是多么的发人深省啊！“前事不忘，后事之师”，安全工作是只有起点，没有终点的，作为一名电力职工，“安全第一”永远都是我们工作的第一原则。

由于我的父亲是从事电力安全质量工作的，所以每当他遇到

事故时步履匆匆的背影以及凝重的面色，都给我留下了不可磨灭的印象。工作后，我被分配到物资公司，这个看似和安全没有多大关系的单位其实肩负着重要的安全使命。俗话说的好：“兵马未到，粮草先行。”我们的宗旨就是：保障电力物资供应。而做好“防火、防盗”又是工作的重中之重。许勇是我们物资公司仓储部主任，同时又兼任公司安全员，担负着全公司的安全工作。为了一个小小的消防栓而骑着自行车跑遍大半个城市的是他；顶着凛冽的寒风，披着鹅毛大雪细细检查仓库门锁的是他；牺牲业余时间为我们耐心讲解安全知识的也是他。正是因为有了这些默默无闻、甘于奉献的人，才有了我们今天安全事业的辉煌。

党的大会报告中提出，要在本世纪20年内，集中力量建设惠及十几亿人口的更高水平的小康社会，事关人民群众生命安全的安全生产和作为先进文化组成部分的安全文化是小康社会的重要内容。所以，让我们共同重视安全、学习安全知识、提高安全意识，共同打造和谐、幸福、健康、美丽的新世纪。

重视安全，从我做起，从我身边的事做起，从我们每一个珍爱生命的灵魂做起，让我们燃起安全的圣火，照亮你我，照亮民族，照亮全世界，让我们共同高呼-----“安全第一”！我的演讲完了，谢谢大家！

## 滑冰比赛解说篇七

你们好！

我叫xxx□现年xx岁，很荣幸公司能够给予我这次难得的机会来向大家展示我自己。本人于x年参加工作□x年x月，有幸加盟中国人寿，历任中国人寿支公司业务员、兼职组训、组训、个险一科科长。

回首在中国人寿的这4年工作、生活，我只有一个词：感恩！一是感恩公司给了我学习成长的机会□x年x月，参加了省公司举办的“兼职组训培训班”□20xx年5月又有幸被公司选送到省公司参加“第五期组训培训班”，成为了公司的一名专职组训。今年4月份参加了省公司的第四期领导力训练营培训，使自己的管理能力和综合素质得到了进一步的提升；二是感恩公司给了我发展的平台，我个性外向、好动好思考、永不服输。在入司不到9个月的时间里，个人业绩获得当年公司网点年度销售第一、荣获“市公司优秀展业精英”荣誉称号。后来成为公司的兼职组训、专职组训、个险一科科长。三是感恩公司领导、同事、主管和伙伴们对我的理解、支持和帮助□20xx年公司安排我督导桥江服务部，通过与服务部经理杨健和伙伴们的共同努力，团队从原来的有效人力7人、新单十年期交20万元，发展到有效人力过40人，业绩过百万，服务部也成功创建成为“省标准化农村服务部”□20xx年底原个险一科科长离司，通过民主选举，我被公司聘为个险一科科长。在个险一科摸爬滚打的这一年里我得到更进一步的锻炼，对寿险营销管理也摸索出了一套经验。在今年一季度“开门红”工作中，在公司经理室的正确领导下，在分管经理张峰焱的具体指导下，我带领个险一科所有管理人员和主管伙伴们团结一致、日夜奋战，以新单期交保费280万的业绩超额完成了公司下达的任务，同时获得市公司一季度“城区联赛”的冠军。

就只因为对寿险事业的高度认同、就只因为对寿险工作的无限热爱、就只因为对公司始终怀着一颗感恩的心、就只因为心里始终藏着一股初生牛犊不畏虎的信心、就只因为踏实的做、成倍的付出、就只因为始终坚信付出终有回报，所有今天我有信心也有能力参加支公司个险部经理的竞聘。

我竞聘支公司个险部经理这个岗位有以下几方面的优势：

一是本人做过业务，带过团队，从事过组训、讲师工作，担任过支公司的管理工作，对个险工作既有实践也有理论的经

验。二是自20xx年进入公司以来，参加了“兼职组训”“组训”“领导力训练营”等大量的培训、学习，不断的提升自我。三是本人自入司以来，一直在个险渠道工作，长期的工作经历使我的团队经营、职场管理、组训、培训等方面摸索了一定的规律，总结了一定的经验。四是本人热爱寿险事业，忠诚公司，工作中勤勤恳恳、踏踏实实，立志于为溆浦寿险事业的发展贡献自己的绵薄之力。综上所述，所以本人决定，竞聘公司个险部经理的岗位，用自己全身心的投入、辛勤的工作，以更优异的业绩回报公司领导多年的培养和帮助，同时，也是为自己的寿险事业寻找一个更高的平台，从而激励自我，挑战自我，超越自我。

如果这次我能成功竞聘，我将从以下几个方面做好本职工作：

1、敬业爱司，严格要求自己，勤勤恳恳做事，实实在在做人；履行岗位职责，作好本职工作，当好分管经理助手。

2、工作中以队伍建设为核心，以日常基础管理为重点，以活动量的追踪、落实为工作的落脚点。围绕《基本法》做好文章，以《基本法》职责考核，将出勤管理抓落实；以《基本法》的职级考核，将活动管理追踪到位；以《基本法》中的标准团队创建为经营中心，培养出一批标准团队主管，帮助他们成长为个险新生的骨干力量。农服部在做好以上工作的基础上以职场经理考核为核心，同时加大对主管的管理能力训练和专业知识的培训。

3、严格按省公司流程做好新人从甄选到衔接教育到育成的增员工作。

5、加强团队文化建设，打造一支懂感恩、知荣辱、肯学习、能奋战的高效团队。

6、做好人才培养，充分发挥组训的专业优势，将组训与团队相挂钩考核，做到培养人才、成就团队。

7、做好各部门的协调配合工作，借助银邮客户，开发新的客户市场。

如果这次竞聘我未能成功，我仍然会一如既往的做好本职工作，在今后的工作中，更加积极主动，要求上进。因为我热爱这份事业，因为热爱中国人寿，我坚信“世间自有公道，付出终有回报”。

我的演讲完毕，谢谢大家！

## 滑冰比赛解说篇八

少儿在参加比赛时，自我介绍是出场亮相，是社交中人们相互认识、建立联系必不可少的重要途径。以下是本站小编为大家整理的少儿参加比赛的自我介绍，希望大家喜欢。

我和别人一样是一个活泼可爱的小女孩，但我又很特别。我很胖，肚子几乎都要变成大皮球，可是，我跳绳可是很厉害的哟！

这一次，学校要举行跳绳比赛，我们班要选10个同学参加比赛，5个女生，5个男生。正在测跳绳的时候，我的心七上八下的，轮到我时，我紧张得一步都迈不出，同学们推了我一下，我才不紧不慢地走上去测跳绳。刚走上去，老师喊：“预备，开始！”我开始跳起来，之前我在跳的时候很紧张，后来我看了一下老师的表情，就跳得越来越轻松，可是在那个时候，老师喊声“停”，于是就停了下来。结果，我被选上去参加跳绳比赛了，我听到了这个消息，高兴得一蹦三尺高，那时候我差一点就踩到别人的脚。

就因为这几天的跳绳训练，我瘦了一丁点儿。以后我要多跳跳绳，因为这样既能锻炼身体又能减肥，真是一举两得啊！

## 可爱的我

我是一个聪明可爱的小男孩，又是老师和同学们的好帮手。我有一对灵敏的耳朵，连一点点声音都躲不过我的耳朵。我的个子蛮高的，但身材并不胖，可别小看我哦，我的四肢很敏捷，力气也很大，要不要比试一下呢？呵，开玩笑的。

我经常用“努力”这两个字来勉励自己。当我考试考不好，或者事情没做好时，我的眼前就闪现了“努力”这个词，对，凡事多努力一定会成功的。

我是一个活泼开朗的女孩儿。

我有一双明亮的眼睛，我还有一个尖尖的鼻子，一个很会说话的嘴巴，我的脸上长着许许多多的小点点。

我的爱好是唱歌。有一次，音乐老师让我们回家要练唱歌，下个星期二考唱歌。我回到家以后，我就拿起音乐书起来练习唱歌，练了一会儿，我唱给爸爸妈妈听，他们觉得不满意，我一遍又一遍唱给他们听，终于我唱的歌爸爸妈妈满意了，我非常高兴。

我的性格非常直爽。有一次，姐姐找我借一支笔，我直爽地答应了。姐姐问：“可以明天再还给你吗？”我也同意了，可姐姐拖到了上星期五才还给我，我也没有生气。

看，我是个活泼的小女孩吗？

## 滑冰比赛解说篇九

大家好！我叫xx今年九岁了，我是1997年4月30日出生的。

我长的.不算太高，也不算太矮。我有点胖，但是我的耳朵很

大，不过耳朵大也不好，比如，一到冬天，我的耳朵就会裂开一个个小口子，真不好受！我的眼睛小，但视力却不错，两只眼睛都是5.2呢。

我还有一个亲姐姐，比我大7岁，今年上高二了，学习不错，所以我们一家共有四口人。

我的学习也不错，是学校少先队的组织部长。但在这个新的学期里我要更加努力才行，学习要百尺竿头，更进一步！

## 滑冰比赛解说篇十

演讲比赛稿一般由开头、主体框架和结尾三部分组成。

1. 开头。开头部分的写法很多，常用的有以下几种：

(2)幽默式。即用幽默诙谐的语言或事例作为演讲的开始，使听众在轻松愉快中迅速进入演讲者的影响之内。

(3)名言式。名人名言对听众来说有着强烈的刺激，运用得当，往往能收到良好的演讲效果。

(4)抒情式。用华丽的辞藻和澎湃的激情，以类似诗歌或散文的形式开场，引导听众进入美的意境。

(5)悬念式。悬念能激发听众的好奇心，从而促使听众迅速被演讲所吸引。

(6)开门见山式。即在演讲开始就用简明扼要的语言交代清楚演讲的意图和主题。这种开场白适用于较为正规、严肃和庄重的场合，要求演讲者具有较好的概括能力。

(1)递进式。即利用因果、逻辑、时间等内在联系，循序渐进展开材料，从而在演讲的最后达到情感和主题的高潮。

(2)排比式。就是将演讲主体分为几个并列的分题，逐个展开论述。整个演讲从外观上看，好像一个巨大的展开的排比句群，排比运用得好，会形成气势如虹的演讲场面。

(3)对比式。对比式就是围绕演讲主题，从正反两方面组织材料进行论证。其特点是反差强烈，发人深思。

(1)格言式。语言简洁而内涵丰富，富有寓意。

(2)号召式。以极富鼓动性的言辞号召人们为某种目的、某种理想而行动起来。

(3)祝颂式。用祝成功、健康、幸福等形式作为演讲的结尾。

(4)总结式。即在演讲结束时，对整个演讲的内容作出提纲挈领的'归纳。这也是一种行之有效的常用结尾方式。

(5)余韵式。即用含蓄的语言来结尾，使听众在演讲结束后能继续回味和琢磨演讲的主题。

3. 把握它的互动性。一般的文章是单个的读者与文本间的交流，而演讲是演讲者向听众的论说，具有某种集体的“场”性，所以，要从听众集体的心理、感觉和感受去选择演讲的主题和风格，增强演讲效果。此外，还应特别在新颖上做文章，在想方设法吸引听众的注意力上做文章。