

## 普通话学习

很荣幸在这里和大家一起分享经验，一起学习。谈不上经验分享，我来说一下有关学习普通话的过程，希望能对大家有所启发和帮助。

首先，我们需要从思想上重视普通话的学习。普通话不仅是我们的通用语言，也是教育工作者的必备技能。作为教师，我们更应该以身作则，使用标准的普通话进行教学和交流。

现在我从单音节开始说一说我的学习方式和建议。

单音节，以前我很不重视学习单音节，以为单音节只有 10 分，把精力放在分数多的朗读和命题说话部分，后面我的分数提不起来的时候我才体会到这个 10 分是很重要的，所以我把 30 套单音节，多音节打印三份，一个有拼音的，两个没有拼音的，我先看拼音学完，再复习没有拼音的，每天最少过两套题，再后来认识的字越来越多了，不需要有拼音的版本了，我的分数也是从 5 分提升到 9 分以上了。我的建议要读单音节的时候注意语速，不要一口气就读完，要保证每一个字的发音要饱满。

2.多音节部分，我在学习单音节的同时也一起学了多音节，以前我的语速比较快，读之前没考虑那个字是几声，读的时候才想声调，通过参加培训也掌握了多音节的读法，在参加培训的时候每天早读和午读起读常考的轻声和儿化音，这也帮助了我提分。我的建议：要读每个词前一秒快速判断声调，然后再读，千万不要按单音节的读法来把这一个词分两个字来读。

3.朗读短文。在参加培训的时候我认真听老师的读法，标注该停顿的、“一”、“不”、三声变调情况、还有轻声的地方，下课以后跟着音频读，在上下班的路上戴着耳机多听，回家以后按单句来一个句子一个断落来过，每天学的朗读最低 85 分才过下一个作品。我的建议：要注意停顿的地方、变调的字和词，还有把二声提上去。

4.命题说话：我把 50 篇命题说话按老师的要求分类，每一类写了一篇里面加了小故事尤其是自己的故事。每天在软件上说两篇命题说话，前面分数比较低，然后按培训老师的指导下注意语速，就这样命题说话的分数也提高。我的建议：命题说话不要背网上的内容，自己用简单的语句自己身上、旁边发生故事写出来然后让结对师傅纠正语句不合理的部分。不要说的快，慢一点语速说满三分钟。

除此之外我在 3 月初参加了教学发展中心的普通话培训，那里的老师们特别耐心，也对我们严格要求，让我们每天按时发作业，每天下发一个考试任务。在老师们的耐心指导下，我每天抓住每分每秒，努力学习普通话，每天自身存在的问题，跟老师们主动联系并找出来去纠正，我每天早上六点起床，先学习朗读再测试，测试成绩如果不到八十份，我再重新测几次。每一次测试的时候我把每一项的分数记在我的本子上，还有把标红的错误的字也同时记在我的本子上，然后错的字我学习完以后再次测试，这样有的时候把一

套真题测了三四遍。

通过 15 天的刻苦学习，我发现我有很大的进步，成绩也明显提升。培训结束了以后，我在不断去学习，功夫不负有心人，终于通过了考试，拿到普通话合格证书。

最后，我想说，学好普通话不仅是为了考试，更是为了我们与他人交流，为了更好地传承和推广我们的语言和文化。希望我的分享能对大家有所帮助，也希望大家都能说一口流利的普通话。

谢谢大家。

## 1、我的一天

今天早上，我六点就起床了。洗漱完，我简单吃了早餐，然后赶往学校。路上，我一边走一边想着今天要给孩子们讲的数学题，心里充满了期待。

到了学校，我先去办公室准备了今天的教案和教具。第一节课是数学课，我给孩子们讲了一道有趣的应用题，大家听得很认真，课堂气氛也很活跃。下课后，我批改了一些作业，发现有几个孩子的解题思路特别清晰，心里特别高兴。

中午，我和其他老师一起在食堂吃饭，大家聊了聊教学上的事情，互相交流了一些经验。吃完饭，我去教室看了看孩子们，他们有的在看书，有的在聊天，看到他们开心的样子，我也觉得很欣慰。

下午的课还是数学，我给孩子们复习了上午的内容，还布置了几道练习题。虽然有些题目有点难，但孩子们都很努力地思考，最后有几个孩子还举手说出了自己的解题方法，我特别为他们感到骄傲。

放学后，我留在学校批改了剩下的作业，还准备了一下明天的课程。回到家，我和家人一起吃了晚饭，聊了聊今天的工作。晚上，我看了会儿书，然后早早休息了，因为明天还要继续和孩子们一起学习呢！

这就是我的一天，虽然忙碌，但看到孩子们的进步，我觉得一切都值得。

## 2、老师、17、我尊敬的人

我们在成长的过程当中会有很多老师，说起老师我就不得不想起我的初中老师。他是一个个子高高的男老师，看起来非常的严肃。大家都很害怕他，当然像我这样胆小的人就更害怕了。他是一个数学老师，也是我们学校数学组的组长，偏偏我的数学成绩就非常的差，反而语文成绩特别的好。数学次次不及格，语文每次都是年级第一，于是我在每节数学课特别害怕老师让我回答问题。有一节数学课，我照样低着头，没想到老师点名让我上黑板做题，我不会做，就在黑板前一直算就是算不出正确答案。这时老师就过来看着我做的题说：错。当时我就害怕的开始哭了，老师很惊讶就开始细心安慰我说不用哭，说我教你，然后他就给我写了一道简单的题，问我会不会。我说会，他就让我做，自己在旁边看着。我就在黑板前，边哭边做，终于把题做出来了。但我还是在哭，老师就摸着我的头，面对着全班同学说，这个学生我是一直知道的，她语文成绩年级第一，但数学有些薄弱，但是没关系，我在这里保证要让她期中考试之前，数学成绩也会像语文成绩一样好。然后他就对我说，以后只要我在班里你就一定要上黑板做题，我就点点头回去了。没想到是，真的在以后的每一节数学课中我都会上黑板做题，会做我就做完回座位上，不会做，我就在黑板前等老师过来讲，就这样一个月过去了，期中考试我终于及格了，我开心的都要哭出来了。老师也特别开心，慢慢的我也喜欢上了数学。就这样老师也做到了自己的承诺，

一个学期以后我的数学成绩和语文成绩一样高了。以后的考试中我的数学成绩就是全班第一甚至还考了几次满分。

结尾：这就是我最尊敬的老师，有了他我也爱上了老师这个职业，也有了想当老师的理想。

### 3、珍贵的礼物

在我心中，有一份礼物特别珍贵，它不仅仅是一幅画，更承载着一段让我感动的回忆。这份礼物是我班上的一个小学生送给我的画。

那天是教师节，艾山放学后悄悄走到我面前，递给我一张画。画上用彩笔画了一个大大的太阳，下面站着老师和一个学生，旁边还写着“老师，您辛苦了！”这个字。我问他：“这是你画的吗？”他点点头，有点害羞地说：“老师，您每天教我们学习，还帮我们解决问题，我想送您一幅画，谢谢您。”听到这句话，我的心里一下子涌起了一股温暖。

这幅画虽然简单，但充满了孩子纯真的心意。艾山平时在班上比较内向，学习成绩也不是特别突出，但他总是很认真地听讲，努力完成作业。没想到他会用这样的方式表达对我的感谢。那一刻，我感受到了作为老师的幸福和满足。

这幅画成了我最珍贵的礼物，我把它贴在办公室的墙上，每次看到它，都会想起艾山那天真诚的笑容。而这件事也让我感动了很久，它让我明白，老师的付出孩子们都看在眼里，记在心里的。这份礼物和这份感动，我会永远珍藏。

#### 4、假日生活

我说话的题目是我的假日生活。我是一个老师，我的假日主要是星期六、星期天，还有暑假和寒假。这样一说有点儿多，不过老师上班的时候真的特别辛苦，根本没有时间出去玩儿，所以周末休息的时候我一般都会带着孩子出去看看电影，或者逛逛街，陪着孩子去吃火锅或者其他好吃的。如果是小长假我会陪着家人，带着孩子一起出去旅游，看看周围的风景，呼吸一下新鲜的空气，放松一下心情。

因为现在要参加普通话考试，所以我的节假日基本上都在家里复习，没有时间出去玩儿。学习普通话，练习发音，练习作品朗读，为了提高自己的普通话水平，我休息的时候也一直在刷题，常常用普通话测试软件测试，参加网络培训学习等等。不过，自从参加普通话培训以后，才真正意识到自己盲目地学习一点儿用都没有。经过正规的培训，收获了很多知识，才真正学会了什么叫声调。什么叫三声的变调，一和丌的变调。我想通过这次培训拿到二级乙证书，利用节假日和各种碎片化时间来巩固我的普通话水平。

这就是我的假日生活。也许我的假日生活没有你想象的那么丰富多彩，除了学习还是学习，但是我想这样的假日生活也挺有意义的，利用休息的时间更好的提高自己的水平也是一件快乐的事情，我相信通过自己的努力一定能通过考试，等考试结束后我再好好玩儿。

## **5、我喜爱的植物**



2021-05-19 16:25:37

我最喜欢的植物就是石榴树，因为我的家乡是喀什，喀什被人们称为石榴之乡，很多人喜欢在院子里种石榴树，我们家住在平房的时候也种了一棵石榴树，每年春天，树上开满了红红的石榴花，特别漂亮。秋天石榴成熟的时候，我喜欢和妈妈一起摘石榴，我们家的石榴树结的石榴不大也不小，每次掰开石榴就露出了像珍珠一样的石榴籽，我和妈妈喜欢一边剥石榴一边聊天儿，我们把石榴籽放在一个碗里，拿着一个小勺儿，一勺儿一勺儿的吃，甜甜的石榴汁滋润着我的舌头，流到我的心里，别提有多开心了。

妈妈告诉我，石榴全身都是宝。石榴皮虽然很难看，但是它可以止血，石榴籽营养非常丰富，对心脏有好处，还可以软化血管，石榴汁的味道，有酸也有甜，它的颜色像红酒一样，所以在新疆有一种很好喝的饮料，就是红石榴，我喜欢石榴，最主要的原因是它象征着团结，习总书记说过一句话，我们全国各族人民要团结起来，像石榴籽一样紧紧地抱在一起，我也要学习它的精神，这就是我最喜欢的植物。

## 6、我的理想

从小到大，我的理想一直在变化，但始终与我的兴趣爱好紧密相连。小时候，我的理想是成为一名画家。那时，我特别喜欢画画，每天都会拿着彩笔在纸上涂涂画画，画天空、画小鸟、画家人。我觉得用画笔把心里的世界画出来是一件特别神奇的事情。

到了初中，我的理想变成了成为一名科学家。那时候，我对数学和物理特别感兴趣，喜欢研究各种公式和实验。每次解出一道难题或者完成一次实验，我都会觉得特别有成就感。我觉得科学家可以探索未知的世界，发明有用的东西，帮助更多的人。

到了高中，我的理想是成为一名老师。我喜欢和孩子们在一起，喜欢看到他们因为学到新知识而露出的笑容。我觉得老师不仅是一份职业，更是一份责任。我希望通过自己的努力，帮助孩子们成长，让他们成为有知识、有爱心的人。

后来，我的这个理想实现了，但现在我还有一个新的理想了，也就是普通话考试达标，为了早点实现我的这个理想我参加了培训，在老师的认真指导下我的水平有了很大的进步，我相信通过我的不懈努力这个理想也总会有一天会实现的。

这就是我的理想，它让我的人生更加丰富多彩。

## 7、过去的一年

过去的一年对我来说是充满挑战和收获的一年。这一年里，我迎来了人生中最重要的一刻——生下了我的第二个孩子。从怀孕到生产，整个过程让我深刻体会到母爱的伟大和生命的奇迹。虽然照顾新生儿很辛苦，但每次看到孩子的笑容，所有的疲惫都烟消云散。因为他给我们家增加了一份温暖和快乐。

在工作方面，我是一名教师，过去一年里，我专注于帮助学生提升成绩。我调整了教学方法，增加了互动环节，并针对每个学生的特点制定了个性化学习计划。看到学生们的成绩稳步提高，我很开心也很满足。

在学习方面，我也在努力学习普通话。为了学好普通话我参加了培训，在老师的认真指导下逐渐提高了自己的语言能力，但没有实现我的理想，所以这是过去的一年里最大的失败。我相信通过我的不懈努力拿到普通话二级乙等证书这个理想也总有一天会实现的。

这一年虽然忙碌，但我在家庭、学习和工作中都取得了进步。我学会了如何平衡生活与工作，也更加珍惜每一个平凡的瞬间。未来，我会继续努力，迎接更多的挑战和机遇。

## 8、朋友      18、我喜欢的动物

每个人都有自己最喜欢的动物。我最喜欢的动物是小羊。

羊是一个非常乖巧的一个动物，它全身上下都是宝，比如它的肉可以吃，羊皮可以卖，羊粪可以作为肥料，没钱的时候也可以把羊卖掉。我小时候本来是不喜欢羊，家里人让我放羊，我就是不愿意，有一次我们去了奶奶家。奶奶给了我一只小羊，这只小羊特别可爱，小小的，全身的毛都是卷卷的，眼睛圆圆的，一身白毛特别的可爱。我也特别喜欢上了它，带回家后我还是就给自己的小羊喂草，不给其他羊喂草。爸爸发现后跟我说：你就只给你的小羊喂草，不给其它羊的话你不怕别的羊欺负你的小羊嘛？听到这话我就害怕了，于是给自己的小羊喂草的时候我也给其他羊一起喂草，但也会偷偷的把自己的小羊带出去喂玉米粒。就这样我每天都和自己的小羊一起玩儿，这只小羊也特别喜欢我一看到我跑过来用头轻轻的推推我，我也很开心我们俩就这样我跑它追，它跑我追的天天一起玩耍。它也在慢慢长大，我特别希望它快点长大了。因为我想它长的足够大了我就可以骑着它玩儿了。有一天早上醒来我发现我的爸爸在宰羊。我看到后特别开心就跑过去给妈妈说，妈妈，爸爸宰羊了我们可以吃烤肉和羊肉汤了。爸爸笑着说这只羊的肉肯定很好吃，我问他为什么？他说：因为这个羊是你亲手养大的。听到这一句话我就赶紧跑到羊圈找我的羊，它真的不在了。我从羊圈出来就开始哭，一直怪爸爸为什么把我最好的朋友宰了，我为了这只羊哭了三天，也没有吃这只羊的肉。一直到现在每次家庭聚餐爸妈看到饭菜有羊肉就说

我，你怎么开始吃羊肉了，这只羊也跟你的小羊一样可爱的呀！我也跟着他们一起笑笑不说话。

这就是我最喜欢的动物也是我儿时最好的朋友。

## 11、家乡

我说话的题目是家乡，每个人都有自己的家乡。我的家乡是距离喀什市比较近的阿瓦提乡，是一个非常美丽的地方。我的家乡有 27 个村，每一个村都有很好听的名字和好吃的特产。三村有油桃，四村有石榴，十三村有杏子，十四村有红枣等等许多特产。每年的四月初，我们乡都要过桃花节。这个时候三村的油桃树全部开花，一朵朵粉色的花朵像星星般闪烁，给春天带来无尽的生机和活力。很多人慕名而来，在这里享受美景、美食，拍照留念。每周的星期三是我们乡的巴扎日，这一天巴扎上很热闹，人群熙熙攘攘，还有很多美食，如果你去了，一定要喝羊肉汤、吃烤肉，因为这里的羊肉汤和烤肉串特别有名。

说起羊肉汤，不得不提一提我的乡亲们，有一次我跟朋友们一起去喝羊肉汤，我们刚吃完饭就发现忘带手机和现金，正一筹莫展时，老板发现了我们的窘态，于是说今天他请客，让我们放心吃，还给了我们最香最好的羊肉。这就是我家乡的人们，热情豪爽，朴素、善良。

我们乡规模不大，有一所卫生院、三所学校，学校的老师们都特别有责任感，他们为了培养好每一位学生，每天上课之前都要集体备课，学生们也爱学习，所以他们的成绩每一年都在不断的提升，这就是我的家乡，我爱我的家乡。

## 29、我了解的十二生肖

每一个中国人一出生就会一个专属于自己的生肖，中国有十二个生肖每十二年为一轮，十二个生肖有鼠、牛、虎、兔、龙、蛇、马、羊、猴、鸡、狗、猪。

说到十二生肖我就想到了小时候妈妈给我讲的一个有关十二生肖的故事，很久很久以前动物界传开要选十二个动物作为十二生肖的消息，那时候老鼠和猫是一对很好的朋友。听到这个消息猫对老鼠说我早上经常睡过头醒不过来明天出发前记得叫醒我，我们俩一起去，老鼠非常愉快的答应了。第二天早上老鼠却没有喊猫而是自己早早的出发路上老鼠看到牛走在它的前面，老鼠想超过牛第一个过去，但是怎么跑也跟不上牛。于是老鼠想好了一个主意，老鼠赶紧跑过去给牛说我们俩一起走吧！牛说：可以，于是老鼠上牛背上开始唱几句，老鼠唱的特别小声牛什么都听不见就对老鼠说我什么都听不见，老鼠就赶紧说那我坐在你耳边给你唱吧！牛答应了，老鼠就这样骑在了牛的头上开始唱歌，到了排序的地方老鼠直接从牛的头上跳下来站在了第一的位置上，牛非常生气但还是没有办法就站在了第二的位置。而猫因为老鼠没有喊它来不及，后来听到十二

个动物已经选好了并且老鼠排在了第一位这个信息猫特别的生气，于是，从那以后猫看到老鼠就开始追它并且要把老鼠吃掉。在民间有关十二生肖的故事还有很多。

通过妈妈给我讲的这个故事，我第一次对十二生肖有了更深刻的认识。

### **13、印象深刻的书籍 28.我喜欢的艺术形式**

小时候我最喜欢的一本书是《格林童话》。这本书的封面是蓝色的，上面画着许多小动物和城堡，看起来特别神奇。

记得第一次读《白雪公主》时，我的心砰砰直跳。当皇后给白雪公主毒苹果时，我急得直跺脚，生怕公主真的会死掉。后来七个小矮人救了她，我高兴得跳了起来。妈妈说我看书时表情特别丰富，一会儿皱眉，一会儿傻笑。

我最喜欢的故事是《灰姑娘》。每次读到仙女教母用魔法把南瓜变成马车，把老鼠变成马匹时，我都觉得特别神奇。虽然继母和姐姐们对灰姑娘很坏，但她从不抱怨，总是很善良。最后，她穿着漂亮的水晶鞋去参加舞会，和王子幸福地生活在一起，让我觉得特别开心。

这本书里还有很多有趣的故事，比如《小红帽》、《青蛙王子》等等。每天晚上，我都要让妈妈给我读一个故事才能睡着。这些故事教会我要善良、勇敢，也让我明白了好人终会有好报。

现在，这本书已经被我翻得有点旧了，但我还是经常拿出来看。它就像我的好朋友一样，陪伴我度过了许多快乐的时光。

## 16、我所在的学校

我所在的学校，是一所充满温暖和快乐的小学。学校的环境非常美丽，校园里种满了绿树和花草，每天走进校园，都能闻到花香。学校有 80 多个老师和 2000 多个学生。有两栋教学楼。

在这里，我每天和学生们一起学习、一起成长。记得有一次，班上有一个叫艾力的学生，他平时学习很认真，但有一次数学考试，他考得不太理想。看到艾力低着头，满脸失落的样子，我心里也很难过。下课后，我把他叫到办公室，轻声问他：“这次考试是不是遇到什么困难了？”他说：“我觉得这些题很难，我怎么也学不会。”我鼓励他说：“没关系，学习是一个慢慢积累的过程，只要你努力，一定会进步的。”

从那天起，我每天课后都会抽出一点时间，帮他复习当天的内容，教他一些解题的小技巧。慢慢地，他的成绩开始提高了，他的脸上也重新露出了笑容。后来的一次考试，他得了全班第一名！他兴奋地跑到我面前，开心地说：“老师，我做到了！”看到他的进步，我也很开心。

这就是我的学校，一个充满爱和希望的地方。我爱我的学生们，也爱我的工作。在这里，我和学生们一起努力，一起成长，度过了许多美好的时光。我希望我的学生们都能健康快乐地长大，成为最棒的自己！

### **34.自律与我 30.学习普通话的体会 35.对终身学习的看法**

#### **自律与我第一段：**

在我们生活当中会遇到很多自律的人，比如每天都自律的学习的，每天坚持运动的，每天坚持读书的。而我以前是一个十分不自律的一个人自从出现了学习普通话的热潮为了学好普通话我也变成了一个自律的人。

#### **学习普通话的体会第一段：**

在假期时间我为了提高自己的普通话水平就去参加了一个培训班来学习，通过这次系统性的学习我对普通话的学习有了别样的体会。

#### **对终身学习的看法第一段：**

我认为终身学习是非常重要的，不管我们在哪一个阶段都需要学习，刚出生是要学会翻身爬行然后走路，上了幼儿园开始学习数字和人

际交往，上了小学就开始学语文数学等课程上了初中高中大学都会学习相关的课程。工作了，也会不断的学习工作中的知识也不断的提升自己。

第二段：

今年的暑假我发现我想通过这个假期来提升自己的普通话水平就参加了一个培训班，去了之后我发现老师确实认真负责但是我坚持了几天后就觉得好不容易放假还要早起去学习太痛苦了于是就开始迟到早退甚至不去听课，过了两周我再过去发现当时基础和我差不多的一位同学已经进步了很多而我还是在原来的位置。然后老师就突然问我有没有感受到这位同学的进步我说感受到了，老师就说刚来的时候他的普通话还没有你好而他每天都坚持按时过来上课回去好好练就了有这么大进步。我听了特别的害羞于是从第二天开始我也非常自律的每天坚持去听课，也不会迟到早退了。就这样过了一周我就已经跟上了这个班的学生我也十分的开心在外面出去有人跟我用普通话交流我也十分自信的能和他们交流，也能主动和别人交流。于是我就更加努力的学每天起的更早去培训班之前自己在家也练一个小时回来后也在练，就这样我的暑假也结束了。我感受到自己的普通话明显变好了很多上班工作也越来越自信，但是我也没有放下学习，还是照样早起学习下班后学习。慢慢的我发现自己的生活也变得规律了也发现自己变自律了也开始每天早上再早起锻炼身体然后学习普通话再去上班，于是我每天都很精神干什么事儿都充满活力看起来也比同龄人年轻自信很多。于是我就暗暗决定我一定会坚

持下去要做到终身学习。

**结尾**：这就是我在学习普通话的过程中慢慢变自律和对学习的看法产生变化的过程。

## **38、谈谈社会公德（或职业道德）**

### **42、谈谈个人修养**

**谈谈社会公德（或职业）第一段：**

社会公德是我们必须要学会的，比如：乐于助人文明礼貌、爱护社会公共财务、不乱扔垃圾，保护环境。这些都是社会中要遵守的公德。

**谈谈个人修养第一段：**

个人修养体现在我们的每一句话干的每一件事情上，就比如：乐于助人、爱护公共财产、不乱扔垃圾保护环境、文明礼貌等等。

**第二段：**

我的妈妈是一位人民教师她平时注重对我们的教育和家庭教育。她从小跟我们说要做有修养有社会公德的人，小时候我不太懂这句话的意思，直到有一次我的妹妹一回家就躲在自己的房间锁住门，不一会儿就有人来敲门说是我的妹妹踩坏了他们家门口的草坪和一些花朵，我妈妈对着人家道歉并且保证一定会好好教育孩子并且带孩

子去跟那个人道歉，那个人就走了。我和妈妈一起去找妹妹她还是不敢开门妈妈十分耐心的说：宝贝我知道你不会故意去踩的因为我知道你是一个有爱心的好孩子。妹妹就把门打开了问妈妈你不会骂我嘛？我妈妈说我相信你，你先说说到底是怎么回事儿。于是妹妹就开始慢慢的说：我有个朋友她受伤了坐着轮椅来上学，今天她的家人没时间来接她，于是我就送她回家，我推着她的轮椅回家感觉自己走的太慢了，走正常的路的话会花很长时间，我怕我回来的晚了你会担心，于是我就直接从那位叔叔家的草坪穿过去送朋友回家。然后他们家草坪里的草都趴在地上了我就害怕的跑了。妈妈听了就耐心的给妹妹说，孩子你助人为乐是好事儿，但是这也不是你踩踏草坪的理由，我们应该要去那个叔叔家跟他道歉我妹妹同意了，并且和妈妈一起去他们家道歉，那位叔叔知道了事情的经过后就夸我我妹妹是个助人为乐的好孩子原谅了她。回家后妈妈对我们说，你们做好事儿我是非常支持的但是也不能破坏公物，只有做到不破坏公物，不乱扔垃圾，助人为乐，文明礼貌才能成为一个好孩子。

**结尾**：如果我们从小就做一个有修养的人，长大后也会在这影响下做一个有社会公德的人那么我们的生活就会变得更加和谐美好。

## 50、小家、大家与国家

说到小家，大家和国家，每一个人都知道这三个家都互相离不开的。小家是我们成长的地方，大家是我们生活的社区，而国家是我们共同的家园。下面，我分别谈谈小家，大家与国家的关系。

首先，小家是我们一出生就生活的地方，也就是我们的家庭，小家里有我们的爸爸妈妈哥哥姐姐弟弟妹妹，小家是我们每一个人健康成长的场所，有一个温馨的小家。每天下班回家，看到家人的笑脸，一天的疲惫就消失了。周末，我们会一起做饭、散步，享受家庭的温暖。

大家是我们共同生活的地方。我的大家庭是一所学校，在学校里，我有很多可爱的学生。他们就像我的孩子一样，我教他们知识，也教他们做人。看到他们一天天进步，我心里特别高兴。学校就是我们的大家庭，老师和同学们互相帮助，共同成长。

最后是国家，国家指的是我们的大美祖国。是我们每一个人生活的地方，国家是我们每一个公民的家庭，它包含了无数个小家和大家。国家对我们来说最为重要的，做为一名国家的公民，我们一定要维护国家，保护国家，为国家的繁荣富强贡献自己的力量。

总之，小家，大家与国家是密不可分的。国家的发展离不开小家和大家的发展，因此我们每一个人要树立爱家，爱社会，爱国

家的意识。为家庭的更加和谐，为社会的更加发展，为国家的繁荣富强做出一份贡献。

## 12、我喜欢的季节（或天气）

每个人都有自己喜欢的季节。而我没有固定喜欢的季节一年中的每一个季节我都特别喜欢。

新疆是一个四季分明的地区，在这里我们能看到每一个季节独特的魅力。春天是一个充满活力的季节，也是万物复苏的季节，在春天我们能感受到每一个植物开始慢慢发芽，我最喜欢闻春天的味道，那种植物发芽的味道，新开的杏花桃花的味道，我喜欢春天一切的味道。下一个就是夏天，夏天是孩子们最喜欢的季节了，因为夏天孩子们可以一起去游泳一起玩水枪，而且最令他们开心的是夏天他们也会迎来自己的节日“国际儿童节”，在这一天孩子们开心的玩耍，每个学校都会举行儿童节仪式，孩子们在舞台上开心的唱歌跳舞也，会收到儿童节礼物。我虽然已经不是儿童了但我也还是很喜欢儿童节，很喜欢夏天。秋天是一个收获的季节，我喜欢的很多水果在这个季节成熟。秋季到处都穿上了黄色礼袍，街道到上的树黄黄的，落在地上的叶子也是黄黄的，格外的美丽，这也是我最喜欢的季节。冬天到处都是白白的十分美丽，冬天也是孩子们最开心的季节，因为冬天他们会迎来期待已久的寒假和春节，孩子们在院子里开心的打雪仗堆雪人，大人们也加入到他们的队伍当中和他们一起玩耍，仿佛这一刻都回到了自己的童年似的。在冬天我最喜欢

的还是踩在厚厚的雪地上脚下发出的嘎吱嘎吱的响声，我就觉得这是最让我开心的。

这就是我喜欢的四个季节。

## 47、对美的看法

每个人对美的看法都不同，一说到美有的人想到的就是美景，有的人想到的是美丽的长相，有的人想到的是美好善良的心灵，而我也觉得真正的美就是心灵美。

说到美我第一个想到的是我初中的两位同学，我觉得她们俩就是对外在美和内在美的最好的代表了。当时我们班有个同学叫小美她长的十分好看，我们都特别喜欢她也很喜欢帮助她，有一次是小美值日她不想去倒垃圾于是我们班的一个男生主动要帮她倒垃圾，结果倒完垃圾迟到了。老师就批评那个男生，那个男生十分委屈的说：自己去倒垃圾的，老师却说你又不是值日生你去倒垃圾干什么？那个男生就说自己是帮小美倒的，老师看着小美说你是值日生为什么不是自己倒垃圾呢？这时小美却说垃圾是她倒的，没有让男生帮忙。这个男生去哪儿了自己也不知道。这个时候老师先让这位男生回座位。看到这件事情我们对小美的看法也有了改变，慢慢的大家都不愿意再帮助她了。和她相比我们班有个同学虽然长相普通但她是一个特别善良的一个女孩子，她叫小善，大家也都很喜欢她，因为她是一个阳光女孩子，有一场意外让我们俩成为了一对最好的朋友。有一次我不小心出了一场意外住院了好久，并且去学校的时候

也是坐着轮椅去的，每天我爸爸把我送到三楼的班里晚上回来接走。有一天学校放学的早所有人都走了我推着轮椅到楼梯口不知道该怎么办的时候，我看到小善跑了上来，她跑过来给我说：我背你下去，我刚准备说自己很重她却已经抱着我往楼下走了，虽然她很瘦，但是我觉得安全感满满，她把我抱着下楼，让我坐在椅子上自己去接我的轮椅我看着她瘦瘦的背影，此刻变得十分伟大且闪闪发光。从那件事以后我和她便成为了最好的朋友。

我初中的这两位同学就是在人生当中让我最明显的体会到内在美和外在美的区别，我也因此对美有了自己的看法。

## 假日生活、14、难忘的旅行

假日是我最期待的时间，因为可以和老公还有孩子们一起出去旅游，享受一家人在一起的快乐时光。上个假期，我们一家决定去那拉提旅行，那是一次让我难忘的旅行。

早上，我们早早起床，收拾好行李，开车出发。路上，老公放着轻松的音乐，我准备的零食，孩子们一边吃一边聊天，感觉特别开心。儿子还时不时指着窗外的风景问东问西，逗得大家哈哈大笑。开了十几个小时的车，我们终于到了那拉提草原。

到了那拉提草原后，我们先去了一家当地的餐馆，吃了特色的烤肉串和抓饭，味道特别好。吃完饭后，我们开始旅游。那里的景色美得像一幅画，蓝天白云下是绿油油的草原和五颜六色的野花。我们沿着草原散步，看到了很多漂亮的风景，还遇到了一群可爱的小马。孩子们特别兴奋，跑来跑去，我和老公则慢慢走，一边聊天一边拍照，记录下这些美好的瞬间。

晚上，我们住在一家温馨的民宿里。晚饭后，我们一起坐在院子里，看着满天的星星，聊着生活中的趣事。老公还讲了他小时候的故事，逗得孩子们哈哈大笑。那一刻，我觉得特别幸福，因为和家人在一起的时光总是那么温暖。

这次旅行让我感受到了大自然的美丽，也让我更加珍惜和家人在一起的每一刻。假日生活虽然短暂，但它带给我的快乐和回忆却是永恒的。

## 15、我喜欢的美食

每个人都有自己喜欢的美食，新疆作为美食故乡，有很多特色美食，我们新疆人也离不开美食。

还记得上大学之前我最讨厌吃拉面了，因为在家妈妈经常做拉面原因是爸爸爱吃拉面，但是我特别讨厌，但也没办法只能吃。上了大学以后我离开了自己的家去了很远的地方上学，当时我非常开心心里想着我再也不用吃拉面了，就这样我在学校品尝各种美食就是没吃拉面，也没有在学校食堂见过拉面，一个学期下来我特别想念妈妈做的拉面，于是我就开始打电话给妈妈说这里找不到拉面，妈妈就安慰我说等我放假就给我做。我期待的假期也到了，我好几天吃了拉面还是不满足，有一天我就给妈妈说：妈妈你还是叫我怎么做拉面吧，要是你不在家我也可以自己做饭吃，于是妈妈就教我怎么做拉面。

这就是我最喜欢的美食。

## 22、我喜欢的节日

说起节日，没有我不喜欢的，我国有很多节日。比如：春节、端午节、国庆节、儿童节等等，每个节日给我带来不同的快乐。

小时候我喜欢儿童节，因为这一天穿上新衣服开心、快乐的玩儿，这一天不上课，也不写作业。

上来大学以后我开始喜欢国庆节，因为国庆节放的时间长可以跟朋友们一起去旅游，还有去过很多地方。

今天说的喜欢的节日是教师节。因为我是老师，教师节对我来说很有意义。教师节那天从早到晚我能收到很多亲朋好友祝福的短信，还有红包。每年九月十日是我的节日又是我女儿的生日。这一天我们家充满快乐。我和女儿都能收到家人的礼物，早晨去学校的时候我能看到学校领导和学生代表排成两队站在校门口说:节日快乐并送我们一支玫瑰花。进班学生站起来一起说:老师，节日快乐！并送我自己做的各种手工艺品。每年教师节，学生给我很多惊喜。

教师节下午我们早点放学，学校给我们安排各种活动，文艺活动，一些体育活动。这些活动都是我们自己表演，减轻压力，给我们带来很多快乐。接着开一次表彰大会。每年我差不多评为优秀教师或优秀班主任。工作上的认可给我带来很多快乐，教师节当天老

公亲手做饭，我和女儿好像变成了小公主一样，有一种自傲和被珍惜的感觉。所以教师节是我喜欢的节日。

### 33、谈谈服饰

很多人觉得服饰不就是衣服嘛？没什么重要的，我也是这么想的。于是不管去哪儿都不会专门去穿什么衣服，就会穿自己觉得最舒服的衣服过去。

快毕业的时候我的同学朋友都开始找工作我也是，我看到她们整天穿着正装皮鞋，跑来跑去我就嘲笑她们像卖保险的之类的，她们也劝我穿上正装去。我觉得自己舒服最重要，就这样她们都开始找到了工作，而我还在各个公司之间跑来跑去，找不到工作。终于我忍不住了就给一个公司打电话问没有录取我的原因，她们一听就说：你就是面试穿着短裤拖鞋的那个女生吧？我们从上次的面试中没有看出你对我们公司的尊重和对这份工作的重视，所以就没有录取你，说完她就挂了电话。我就开始生气我明明很重视了呀，然后我的舍友就给我说，虽然舒服重要，但是尊重别人也很重要，你去面试就算人家不录取你，你也应该让人家觉得你尊重，他们尊重那个工作才行。听了她的话我就开始改变自己，去买了一身正装，还买了小皮鞋，又开始到处面试，过几天我也终于找到了工作，我特别开心还请我的舍友们吃饭。之后的工作当中我们都一直穿着正装，我也习惯了这么穿，有一天快到午休的时候我才发现今天是我一个同学的婚礼，我懒得回家换衣服就穿着正装去了。结果一进门我就

后悔了，因为婚礼上的女生都穿着好看的礼服，画着好看的妆，只有我一个人特别显眼我就躲在角落的位置吃东西也不好意思上台跳舞，我感觉所有人都在看我。看到熟悉的人或朋友我都不好意思过去打招呼，我害羞的快快的吃完饭给她随了礼就跑回了公司。这件事情让我十分难忘我就想着以后我再也不穿着正装去婚礼了，一定要学会什么场合穿什么衣服。

这就是我对服饰的两次印象最深刻的经历，也是改变我对服饰的看法的过程。

## 36、谈谈卫生与健康

我说话的题目是谈谈卫生与健康，卫生和健康的关系非常密切。可以说没有卫生就没有健康。如果想要有一个健康的身体，就必须养成良好的卫生习惯。我小的时候我妈就经常教育，我要注意卫生，可是我小的时候比较淘气，每次在外面玩，回家以后也不洗手，不太爱干净，也不怎么讲卫生。记得有一次在夏天的时候，我从外面回到家，不洗手就吃东西，结果得了病，我妈把我送到了医院，我在医院打了三天针，病才治好。从那以后我就知道了卫生的重要性。每次饭前便后都会洗手，避免病从口入，除了洗手以外，需要注意的卫生的地方还有很多，比如我们每天都要刷牙，这样可以保证我们的牙齿健康，定期的洗澡，勤换衣服，这样都有利于我们的健康。在家里面，为了保证我们全家人的健康，我们也会养成一个良好的卫生习惯，比如定期的大扫除，每天清扫家里的垃圾，定期通风等等，这都有利于我们全家人的健康。除了要注意个人卫生和家庭卫生以外，我觉得我们也有很多必要注意的公共卫生，因为这是为了我们所有人的健康，我们在公共场合的时候要注意不能随地吐痰，也不能随地扔垃圾，因为这些都可能给别人的健康带来危险。

总之，不管是个人卫生、家庭卫生还是公共场合的卫生，我们都需要注意，不管在哪儿，都要养成一个良好的卫生习惯。

## 我最喜欢的艺术形式

我最喜欢的艺术形式是绘画。每当拿起画笔，我就感觉自己像一位魔法师，可以创造出五彩缤纷的世界。

记得去年冬天，我参加了学校举办的“迎新年”绘画比赛。那天早上，我特意穿上了最喜欢的红色毛衣，带着画具早早来到教室。我决定画一幅《雪中的家》：洁白的雪地上，一座小房子冒着炊烟，窗户里透出温暖的灯光，门前还有几个可爱的雪人。

我专心致志地画着，先用铅笔画轮廓，再用水彩上色。画到一半时，我不小心把蓝色颜料洒在了画纸上，急得差点哭出来。这时，美术老师走过来，轻声说：“别着急，我们可以把这里变成一条小河。”在老师的指导下，我把意外变成了惊喜，画面上多了一条蜿蜒的蓝色小溪。

最后，我的画获得了二等奖。站在领奖台上，我开心极了。从那以后，我更加喜欢绘画了。每当我感到开心或难过时，都会用画笔把心情画出来。绘画就像我的好朋友，永远陪伴着我。

现在，我的房间里挂满了自己的画作。每幅画都记录着一个美好的故事，都是我珍贵的宝贝。

## 对幸福的理解

我说话的题目是对幸福的理解。

上次班会课上我们聊了幸福，我首先给同学们讲一个小故事。有一天，小红在放学回家的路上，看到一只小狗在路边发抖，好像迷路了。小红蹲下来，轻轻摸了摸小狗的头，发现它的脖子上挂着一个小牌子，上面写着主人的电话。小红赶紧用自己的电话手表联系了小狗的主人。没过多久，小狗的主人来了，他特别感谢小红，还夸她是个善良的好孩子。小红看着小狗开心地跟着主人回家，心里觉得特别幸福。

然后让同学们说一说自己的想法，他们说：当我们认真完成作业，老师表扬我们的时候；当我们帮助同学，听到一句“谢谢”的时候；当我们和家人一起吃饭，听爸爸妈妈讲笑话的时候，这些都是幸福。

最后我总结了，其实，幸福就在我们身边。比如，幸福不一定是很大的事情，它可能是一个微笑、一句表扬，或者一次小小的帮

助。只要我们学会关心别人，懂得感恩，就会发现幸福无处不在。所以，幸福就是用心去感受生活中的美好，珍惜身边的人和事。只要我们学会发现幸福，生活就会充满快乐和温暖。希望大家都能成为懂得幸福、传递幸福的好孩子！

## 生活中的诚信

诚信是我们生活中不可缺少的品质，它就像一把钥匙，能打开人与人之间的心灵的大门。小时候妈妈给我讲过《狼来了》故事。我不知道她给我讲了几遍，每次讲完后让我说我的感受，并反复的强调了千万不要撒谎。还有说：人必须要诚信，干了什么就要说什么。我还记得小时候我跟着妈妈去菜市场，有一位爷爷称完菜以后还给我们加一些，所以他的顾客也特别多，大家都说他真的是一个诚信

的人。有一次我跟妈妈一起来买菜的时候，爷爷说你上次给我多付了 10 块钱，以后要注意。今天要少算 10 块钱。妈妈特别高兴的感谢他，并对我说，我们要向这位爷爷学习。人必须要诚信，不要贪心。从此开始我慢慢的理解诚信的意义。上高中的时候，有一次英语考试特别难，我偷偷的从同桌抄了几道题。趁着监考老师没注意，有偷偷的从小纸条上抄了几道题，放假前老师发了卷子。看卷子的我惊呆了。我的成绩特别高全班第一。我本来是中等的学生。老师夸我，古丽进步很大。接着说：每个学生的学习怎么样我都清楚。每位学生假期的时候真正的自我反思。并写一份反思报开学的时候给我交，那个假期我吃了毒一样过得

特别烦闷，我写了一份自我反思等不了开学就直接送到老师家。老师说，我知道你是一个诚信的孩子。希望你身上的诚信这个特点不断闪闪发光。

### 让我快乐的事情

让我快乐的事情有很多很多，就像天上的星星一样数也数不清。

我最喜欢和爸爸妈妈一起去公园玩。上个星期天，阳光暖暖的，我们一家三口去公园放风筝。爸爸教我怎样放线，妈妈在旁边给我加油。看着我的蝴蝶风筝越飞越高，我的心也跟着飞了起来，快乐得像要蹦出胸膛。在学校里，我也经常感到快乐。记得有一次上美术课，我画了一幅

《我的家》。老师夸我画得好，还把我的画贴在教室后面的墙上。看着自己的画被展示出来，我的心里像吃了蜜一样甜。

和好朋友一起玩也是让我快乐的事。昨天课间，我和小明一起玩跳房子。我们一边跳一边数数，笑声像银铃一样清脆。虽然我跳得没有小明好，但是我们玩得特别开心。

其实，快乐很简单。它藏在爸爸妈妈的笑容里，躲在老师的表扬里，也躲在和好朋友一起玩耍的时光里。只要我们用心去发现，快乐无处不在。

现在，我要把这份快乐记在心里，让它像小太阳一样，永远温暖着我。