

2023年推优入党思想汇报(精选5篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

推优入党思想汇报篇一

谈判是艺术，这门艺术没有规则，每个人有自己的门道，每个人有自己的长处和缺陷，所以是法无定法。中欧苏锡嘉教授认为，谈判不仅表现策略和技巧，更多展示风格和做人。下面是本站小编为大家整理的谈判过程中的艺术技巧，希望对大家有用。

想一想，我们在经营过程中，节约每一分钱都要花费非常大的努力，但是在谈判中，这一分钱得来的没那么难，是净利润。所以在谈判桌上，没有理由放弃任何利润。

只讲目标，不讲对错。换句话说，谈判过程中的所有细节纠缠，甚至辱骂你都可以不在意，只要在意目标能不能够达成。因为在谈判当中，每个人都会使各种招，包括用恶劣的手段让你情绪完全失控，然后在这种情况下再跟你谈。

利益比立场重要。赫鲁晓夫曾经在1960年联合国大会上用皮鞋敲桌子，抗议菲律宾代表的批评。法新社在当年的报道中写道，“他(赫鲁晓夫)脱下右脚的鞋，一只精心打蜡的黄色鞋子，在头上挥舞，用全力敲在桌子上”。

很多时候，谈判者拿到桌面上激怒你的东西，只不过是他的手段。利益才是最终目标，其他东西都可以放弃，态度也可以改变。

1960年10月，赫鲁晓夫在联合国会议上，表现出愤怒的样子

有限授权就是在谈判中留后路。谈判谈到最后说，今天达成这个协议，但真正生效之前，我们还要经过审核人批准。其中什么人批准你千万想清楚了，最好别是打个电话就能找到的具体的人，而可以是一个委员会。

朝鲜战争期间，交战双方进行停战谈判，提议由中立国参与停战监督。但谈判在中立国的提名上陷入僵局，美国方面提名瑞典和瑞士，而朝中方面提名苏联，遭到美国坚决反对。

后来，美国谈判代表提出一揽子建议，通过在战俘问题以及在朝鲜后方修建机场的问题上做出让步，换取朝中方面在提名苏联问题上的妥协。

你看，谈判的时候面子不重要，重要的是得到东西。

1953年7月，朝鲜板门店谈判

现在谈判都说双赢，但是，双赢的前提是我要赢。我要赢的前提下，在尽可能的范围内照顾到你的利益，是我把你当成一个长期的合作伙伴。

推优入党思想汇报篇二

寒假期间，我和爸爸妈妈开开心心的去上海，来了一次欢乐的上海一日游。

到了上海的第二天，咱们咱们吃饱喝足了，我们就准备出发向我们的目的地——南京路步行街和外滩。

咱们先步行到地铁站，买了2号线到南京东路的卡，在坐上心旷神怡的地铁。到了南京东路站咱们下了车。

当咱们走出冷冷清清的地铁站，展现在咱们面前的却是一个繁华、热闹的街——南京路步行街。在街上，人挨着人，就像河流一般，真的可以说是人流如河呀！有人就有车，那儿有一种车子叫旅行车，那种车子外表是老式的火车，里面是过山车的椅子。坐在上面挺好玩的哦！南京路步行街的顶前面有一块暗红色的大理石屏，上面写着“南京路步行街”我还从书中得知是国庆五十周年时落成的一条街，怎么说也有一段历史啊！

玩过南京路步行街，就要去外滩玩了！南京路步行街和外滩相差不远，步行10分钟就可以到达。当我走上黄浦江桥的时候，我就看见波澜壮阔的黄浦江。每当傍晚，由于太阳的照射，黄浦江就像是“满天繁星”一样。是多么美丽啊！江上有许多小船在游来游去，对面就是东方明珠，许多人都在拍照。其实外滩就是上海的风景线，是到上海观光的游客必到之地。外滩一但到了晚上，外滩就有人山人海、人海如流的人群去外滩看风景。在那儿不开路灯都行，无数的相机闪光灯闪啊闪啊，好像没有停过。

寒假上海一日游真是玩的开心，这是我寒假里玩的最开心的一天也是最难忘的一天。

推优入党思想汇报篇三

【一种干净利落的帅】

几年前，杨乐佳和耿新住在北太平庄的四合院里。房东王大爷在房顶养了一群鸽子。有灰杠、耗子皮、喜鹊花、红雨点……只要王大爷在房顶把小红旗一抖，鸽子们就呼啦啦地飞出去。

耿新在一旁，说：“看来我也得弄个小旗，天天把你赶出去。”

杨乐佳飞他一记白眼。

那是20xx年，杨乐佳在北师大的最后一年。作为哲学系的普通一员，即便通晓亚里士多德和苏格拉底的各种精辟思想，也挽救不了她回家做中学老师的命运。

耿新说：“你得自己出去找，工作找找就有了。”

那时，耿新在北体读大四，他们是在北京马拉松赛上认识的。耿新是北体的队员，杨乐佳是北师大的啦啦队员。比起自家院里的男生，耿新有一种干净利落的帅。

那时候，耿新在一家健身会所兼职做散打陪练，下午没课，杨乐佳就会骑着自行车去看他“挨揍”。人帅真是一件没办法的事，挨揍都挨得那么动人心魄。

耿新下班之后，会再送她回去。杨乐佳骑着车，耿新在一旁跟着跑。他是真爱跑步，每一年的北京马拉松，他都不落下。

有时，他们会绕到北太平庄桥下的夜市去，热闹、廉价、美味。杨乐佳最爱桥西的卤煮火烧，热腾腾的一碗吃下去，有种酣畅淋漓的痛快感。

耿新说：“留北京多好啊。”

“有什么好？工作都找不着，喝西北风啊。”杨乐佳不屑。

【上帝的三室两厅】

20xx年，耿新做了健身房的全职拳击陪练，私下还会接一对一的私教。杨乐佳也找到了工作，在一家乐高教育中心里做老师，恶补了点机械工程的基础知识，教小朋友们插乐高。

有时候，杨乐佳觉得能和耿新一辈子这样也蛮好，一个天天

陪男人打拳，一个日日陪小孩玩乐高，可以在王大爷的家里一直住下去，不必为京城几百万的房子拼得头破血流。

有一天，耿新接杨乐佳下班来得早了。杨乐佳刚好要上洗手间，就让耿新帮忙看着。等她回来，耿新已经和小朋友玩成一片了。

杨乐佳远远看着，觉得耿新的发尖上，依然闪动着毛茸茸的孩子气。

下课之后，杨乐佳好奇问他：“乐高到底好玩在哪儿啊？”

杨乐佳说：“那你建个喜欢的世界我瞧瞧。”

那已是20xx年，杨乐佳发现，男孩一样的耿新到底生出了男人的心。后来，她把那套“三室两厅”偷带回来，摆在家里，算是给他们的生活添一点激励与希望。

【出去遛遛男朋友】

这一年，耿新没有参加北京马拉松赛，他四处借了些钱，和私教的一位马先生一起去做生意，换下终年不褪的运动装去跑市场。

开始的时候，耿新有些放不下脸面，但也艰难适应了。第二年公司开始赚钱。耿新不但还了债，手里还有一些富余，他带着杨乐佳从王大爷家搬出来，在成府路租了新的房子。

搬进去的那天，耿新抱着杨乐佳，站在22楼的阳台，看夕阳下的北京，淡金色的光晕，浸透在薄雾里。

耿新说：“嗨！嗨！嗨！杨乐佳，你家男人还是有点儿本事的。”

杨乐佳嘻嘻笑着，心里却徘徊着莫名的虚浮。她用双臂紧紧环住耿新的腰，巧克力肌还在，只是变得有些脆薄。

杨乐佳头靠在他身上说：“你有多久没有跑步了？”

耿新说：“跑客户都跑不过来，哪还有精力跑步啊。”

杨乐佳说：“咱们的自行车带过来了吧？”

“带过来了，怎么了？”

“新地方，我想出去遛遛男朋友了呢。”

【透出一丝悲凉】

20xx年，耿新和杨乐佳商量起买房子的事，到燕郊，或是更远一点固安去。杨乐佳默默听着，第一次有种要嫁人的预感。可是，马先生代理的品牌出了质量问题，几家媒体跟踪报道之后，市场一落千丈，公司勉力支撑了半年就完了，耿新就又捡起陪练的活儿。

耿新上班的第一天，杨乐佳请了假去看他。耿新戴着护具，陪练过肩摔。

杨乐佳看了三分钟就看不下去了，一个人默默去了大厅外的走廊。曾经，看耿新“挨揍”还是一件赏心悦目的事，可如今却忍不住透出一丝悲凉。

杨乐佳没说话，她不想承认，曾经一度以为“陪人打拳玩乐高”就是一辈子的想法多少有些幼稚了。

那一年春节，杨乐佳回了家。母亲不想破坏难得的欢聚时刻，但还是婉转地讲了某某人家的女儿嫁了有钱人的话。杨乐佳听着，心里有点烦。她烦的不是母亲的世俗，而是自己竟然

也生出了羡慕。时间终究改写了她对爱情的定义。

3月的时候，杨乐佳才回北京，回来后，她跳了槽，从一家乐高跳到了另一家乐高，但拿到手的工资多了800块。耿新依然做陪练。

7月□20xx年的北京马拉松拉开宣传的序幕，杨乐佳也报了名，然后每天清晨，她都会6点起床，和耿新一一起去晨跑。他们沿着成府路，绕去清华，在校园里兜个大圈再回来。这段漫长的路程，对杨乐佳来说，真是无止无尽的折磨。气短、心悸、小腿痛到抽搐。

耿新一把抱住她，双臂紧紧地，仿佛要把她嵌进越来越薄的巧克力肌。

【睡一觉就没事了】

20xx年10月，北京马拉松凭一组照片上了头条，可最终，杨乐佳和耿新都缺了席。

是开赛前的一周，耿新下班回来，路过五道口的时候，发现有人在偷女生的钱包。耿新不假思索地冲过去一把抓住了小偷，没想人群里冒出几个小偷的同伙，对耿新拳打脚踢。

警察赶来后，抓住了其中两个，跑了三个，问他：“小伙子，你没事吧？”

耿新这才发现，自己挨了一板砖。

那晚杨乐佳怎么也睡不安稳，大概是传说中的第六感吧，半夜起来的时候，发现耿新流了一枕头的鼻血，怎么摇也醒不过来。她还算镇定，打电话叫了救护车。

【串起时间的碎片】

杨乐佳听着，静静地掉了眼泪。

10月，北京第34届马拉松开赛。5点，杨乐佳准时起床，吃了三明治和一根香蕉，然后带上3只能量棒，两颗盐丸，又在“三室两厅”上拨了一粒放进口袋。她带着它，就像带着耿新。

8点钟枪响，8点10分，杨乐佳才挤在浩荡的人群里跑过起跑线。

5公里处杨乐佳吃了第一个能量棒，15公里处吃了第二个。跑到20公里的时候，她吃了盐丸。可身体却像渐渐失去动力的机器，蒸腾着最后的热量。跑过30公里，杨乐佳感到有一点眩晕， $\text{pm}_{2.5}$ 的颗粒浸透进肺里，微小而疼痛，却忽然感觉有人在背后推了她一把，有力的掌心，藏着熟悉的温度。

可她不敢回望，只是奋力地向前跑去，她唯恐自己一回头，万千陌生的面孔从雾霾中涌出来，她所坚信的一切就要散了。

那天，杨乐佳以4小时59分跑完全程，别人都在欢欣雀跃的时候，她一个人拿了纪念品，默默回了家。

她安静地躺在床上，日光渐渐收隐进黑暗，困倦带走了身上的疲劳与疼痛，只剩一抹余晖，弥留在意识里。有些人驻留在心里，像一场循环往复的马拉松，串起时间的碎片。

共2页，当前第2页12

推优入党思想汇报篇四

引导语：下面小编为大家带来声乐学习过程中的注意事项，希望大家能够引以为鉴。

练习正常、自然、平和、冷静的咬字状态，用较机械的状态练习咬字的目的是为了解决由于情绪变化使声带、腔体紧张的问题，注意的是咬字时情绪既不能急躁又不能懒散，要心平气和，这种练习只要进行数周的时间，就可以形成共鸣状态。

我们平时说话时是有一定语气和方向的，我们总是要针对某一人进行语言交流，即使是自言自语，也是有方向的，那就是自己。所以语气就是指说话的“方向感”，用很戏剧化的方式有感情的说话。这种练习既是为了音乐的真实表现，也是为了声音的“高位置”。要注意的是不要找唱歌的状态，我们所认为的那种歌唱状态往往是很不自然的，当你认为是状态正确时，恰恰是不对的，所以平时也一定要多进行语言和语气练习，要把唱歌当说话一样自然，这样才能保证呼吸、共鸣的‘正确’。

你可以了解所有优秀的歌唱家演唱的状态，一定是整体的协调，决不是某一部分肌肉的调整，虽然他们也曾经进行很长时间的训练，但最终的演唱方法就是朦胧的一个状态，即好像是有一定的肌肉运动，也好像是一个情绪状态。只要找到那种感觉，声音就没问题。实际上声乐的总体状态就是一个整体的情绪调整，所有的方法背后都有一个情绪的对应。你找到情绪了就等于学会了方法。实际的训练效果也是这样，对于情绪，也是需要一定时间的稳定练习的，但有一点，当你找到情绪时，演唱的方法就等于找到了，对于情感丰富、性格活跃的人来说，可以在极短的时间里取得良好的效果，是练习方法无法达到的。

许多女孩子都有这样的经历，当她被惊吓时，可以不自觉的发出很高、很有穿透性的声音，在声乐演唱中，依靠方法练到那种程度是非常不容易的。我们平时产生行为的方式是要经历：由思维判断产生情绪再支配肢体行为这个过程，思

维贯穿整个过程。而被惊吓时的行为过程是：由于惊吓产生情绪支配肢体行为后产生思维，思维是在过程之后。这种方式的优点就是避免由于思维而产生的心理问题，所以我们遇到突发事件时，才可以发挥出超出平时的能力。演唱也是一样，学习方法的过程就是思维判断的过程，而通过情绪去找声音的过程就是情绪支配的过程。这两者是截然不同的方式。

1. 缓吸缓呼

这是在训练和歌唱时常常采用的方法。就是胸腔自然挺起，用口、鼻将气息慢慢吸到肺叶下部，横隔膜下降，两肋肌肉向外扩张(也就是腰围扩张)，小腹向内微收。这种吸气要求自然放松，平稳柔和地进行，就像去闻花的芳香时的感觉一样，闻花的感觉使我们吸气吸得深，就像做深呼吸运动一样，但吸气时不要用太大的力，只要轻轻地挺住胸廓和上腹部，然后慢慢呼气。呼气时，注意保持吸气状态，控制住两肋和横隔膜，也就是控制住了气息，使之平稳、均匀、持续、连贯地慢慢吐出。有一种感觉可以帮助我们体会呼气时下肋和横隔膜的保持状态：就是在缓吸后做慢慢地吹掉桌上的灰尘的动作，这里需要长长地吹气，也就是在做长音的呼气练习，我们常说：“长音像吹灰，短音像吹蜡”，是一种吐气的感觉。

2. 急吸急呼

急吸就是在很短的时间内，通过口、鼻迅速把气息促而深入地吸到肺叶下部，并将气息保持住，然后，按照缓呼的要求而呼出。我们在演唱实践中经常要用到的，因为在歌曲的句与句之间、字与字之间的吸气不听话你有很长的停顿时间，往往采用“偷气”的办法来吸入且要吸得不让人发现，这就是急吸缓呼的作用。为了培养呼吸的控制力，我们可以采取一些练习曲及歌曲中的某些乐句做带词的练习，效果较好。卡鲁索说过，歌者能否踏上成功之路，首先要看他对于呼吸器官的操纵和运用，是否建立了坚固的基础。

学习正确的歌唱呼吸乃是歌唱艺术最重要和最必要的基础。由呼吸控制的歌声才是声乐，呼吸是歌唱的原动力。声乐界有“谁懂得呼吸，谁就会唱歌”之说，说明了呼吸在歌唱中的重要性，它确实是歌唱者首先应该学会的一项基本功。

歌唱时的呼吸与日常生活中说话的呼吸是不大一样的。在日常生活中，人们通过说话交流思想感情，因为一般距离较近时所需音量就较小，气息较浅，不用很大的力度，也不用传得很远，而且我们说话连续用嗓时间长了，嗓音就容易疲劳、嘶哑，这种说话的呼吸若用于唱歌就显得不能胜任了。唱歌是为了抒发情感，是要唱给别人听的。歌唱时面对的往往是大庭广众，须将歌声传至每个角落，因而要求声音既要有一定的音量，又要有一定的力度变化，要有长时间歌唱的能力，并要求根据歌曲的需要，或长、或短、或强、或弱、或高、或低地有控制地输送气息，要做到这些，就不是简单的事了。所以歌唱时的呼吸作为一种艺术手段，有它自身特有的一套规律和方法，它是一项技术性问题，是后天训练出来的。

3. 学习正确的歌唱呼吸乃是歌唱艺术最重要和最必要的基础

由呼吸控制的歌声才是声乐，呼吸是歌唱的原动力。声乐界有“谁懂得呼吸，谁就会唱歌”之说，说明了呼吸在歌唱中的重要性，它确实是歌唱者首先应该学会的一项基本功。

推优入党思想汇报篇五

- 1、上车前的礼仪。检查车辆号牌是否清晰，查看车辆周围有无儿童、老人和障碍物，确认安全后上车发动。
- 2、启动车辆的礼仪。系好安全带，开启转向灯，避开其他行人和车辆，缓缓起步。
- 3、停车的礼仪。开启转向灯并逐步减速向停车地点停靠。停

车遵守停车八字诀：入位 顺向 头齐 守时，避免妨碍他人正常通行。紧急停车要开启双闪灯提示他人注意。

4、转弯的礼仪。提前开启转向灯，确认安全后减缓车速，驶入导向车道平稳转弯。

5、变道的礼仪。提前开启转向灯提示后车，待后车减速避让后，平稳驶入目标车道。如后车连闪灯光拒绝，不要强行并线。

6、通过路口的礼仪。进路口前适当减慢车速，绿灯亮时，观察确认安全后稳速通过。黄灯及红灯亮时，依次在停止线后等待。

7、避让行人的礼仪。遇斑马线主动减速，有行人通过时缓缓停车让行人先行。遇路侧有行人通行，闪烁大灯提示安全。

8、超车的礼仪。开启转向灯，进入超车道，闪烁大灯告知前车，确认安全后加速超过。在高速公路，超车后及时返回原车道，不长期占用超车道行驶。

9、会车的礼仪。两车对向行驶，及时提示前方车辆注意避让。遇到障碍需借对向车道行驶时，如来车频闪大灯拒绝，应让前方车辆先过，不要强行插入。

10、保持车距的礼仪。行车时与前车保持足够安全距离；遇后车紧跟时，间断亮起刹车灯，同时开启双闪灯提示后车注意，或开启转向灯，驶入其他车道行驶。