

# 演讲稿格式整理(汇总5篇)

演讲稿首先必须开头要开门见山，既要一下子抓住听众又要提出你的观点，中间要用各种方法和所准备的材料说明、支持你的论点，感染听众，然后在结尾加强说明论点或得出结论，结束演讲。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的演讲稿模板范文，我们一起来了解一下吧。

## 演讲稿格式整理篇一

尊敬的领导和老师们，站在这挑战的舞台上，我有信心、有决心搞好学校办公室的工作，作为xx年轻的一代，我愿意承载这所学校的光荣与梦想！

大家好！

我叫xxx□来自xx小学。非常荣幸参加今天的竞聘演讲，并期望能在教改的大潮中实现自己的人生价值。

我在教育中长大我能当教师，除了家庭的影响外，我的启蒙老师对我的影响特别深刻。由于当时小镇上没有学前教育，我在写拼音字母x的时候写成了像在飞的小鸟。是老师手把手地教我学会的，就像我妈妈那样，我不由自主地叫了一声：“妈妈”。从此，在我心中播下了当教师的种子。

xx年前，我从xx师范学校踏上了这片热土，走上了神圣的讲坛。从此，教育成了我生命的一部分。在这宝贵的xx年中，我教过语文、数学、美术、体育、劳动、思品、信息技术等科目，当过多年的班主任、年级组长、教导处副主任等职，多次被评为“镇级先进教师”、“优秀班主任”。

我要在教书中实现自己的人生价值。有以上的人生经历，为

我今后的教育教学管理工作打下了坚实的基础。我有百倍的信心当好校长的助手，协助他办好学校，让学校上档次，上水平，为创建教育强校增光添彩。

当前，教育战线正迎来了改革的春天，各项改革措施逐步推出，素质教育实施正方兴未艾。面向全体，全面发展，培养学生的创新精神和实践能力。“面向全体”就是坚持促进每一个学生的发展，教师帮助每一个学生得到发展，因材施教，注意培养学生的个性特长。“全面发展”就是德、智、体、美、劳全面发展，提高他们的综合素质。

如果有幸当上副校长，我将协助校长做好分管的工作，并实行“一个转变，三个改革”。一个转变就是转变我们的人才观：我们小学的任务是把儿童培养成具备初级生存能力的少年，为初中输送德、智、体、美、劳综合素质合格并有特长的生源。

### (一)改教学法

我崇拜的教育家有很多：卡耐基、孔子、陶行知等，然而我最崇拜的是现代教育家魏书生。他成了我学习的偶像，从他那里我学到了不少为人处世的道理，学到了不少教育教学的经验。我特别佩服他的教法，他身为中学校长，不但当班主任，还教语文课，还要经常在外作报告。按道理，他所任教的班级一定是差班，不是差班也一定是后进班。但事实胜于雄辩，他所带的班级不但不是后进班，而是先进班，学生语文科成绩名列前茅。我左思右想，他与我们传统的教育方法不同，他充分发挥了学生的主动性，大大地挖掘了学生的潜在能力，使学生在发现中学习，在创造中进步。他把学生分成语音组、词语组、语句组、段落组、写作组等。学生在自学过程中，有哪一方面的问题，就去找那个小组的成员解决。学生如此学习，他当然可以自由了。我也在小学生中发挥他们的主动性，取得了很好的教学效果。我针对小学三年级的学生怕写作文、日记的问题，要求学生亲自种豆子，把劳动

的经过和豆子发芽的情况如实地记录下来。一个学期下来，学生不但喜欢写作，而且写得好，提高好学生的写作能力。

## (二) 改教材

新一轮的课程教改革早就定好了调子：国家实行国家、地方和学校课程体系；实行一纲多本；打破出版、发行的统一大局面。这是我国教育改革的深入。我们作为基层的教育工作者，对这一改革从内心感到高兴。一是我们有选用教材的权利；二是我们可以编写校本教材；三是实行综合课程后，我们的课本种类可以大大地减少，学生的书包将会真正地减轻，才能把素质教育深入地开展下去，教师才能抽出一点时间去进修，以适应时代的要求。

## (三) 改评价标准

评价标准是方向标，具有强大的导向作用。一是上级政府部门对一所学校的评价；二是学校本身对教师工作的评价；三是对学生的评价。我将协助校长按督导评估的标准建设和管理好xx小学，力争早日实现五年规划的目标把学校办成省一级学校。学校对教师工作的评价，一直是校长们头痛的问题，因为教师的工作是良心工作，难以衡量。我认为可以制定相应的量化评比标准，实行量化考核，过程和结果相结合，定性和定量相结合。有利于学校整体工作；有利于教师积极性的调动；有利于学生综合素质的提高。做到公平、公正、公开。作为学校领导绝对不能以班级平均分或合格率作为教师工作评价的唯一标准。要是这样，接到后进班的教师再认真、再负责，第一学年可能什么也评不上。教师工作的评价考核，在xx小学做得很好。从来没有教师因年度考核、评先、评优闹意见，真正考出业绩、评出先进、鼓足了干劲。学生综合素质评价相当重要。评价学综合生素质的标准就是你认为需要培养的目的。我们小学的培养目的是要把我们的学生培养成德、智、体、美、劳全面发展，有理想、有道德、有文化、有纪律，有个性，有特长的初级人才。考核学生要以综

合考核为主，兼顾特殊，要不然就会扼杀学生的创造能力，特长生受打击。不是说明我们培养的学生不要全面发展，而是想说明我们要让某一部分学生的某一方面优先发展，使我们的小学教育在普及的基础上实行优者更优，充分挖掘学生的潜在能力，真正培养他们的创造精神和实践能力。其次，树立终生教育的观念，活到老学到老，更新知识，优化知识结构。我们应该勇敢地迎上去，使自己与时俱进，不断努力进取，将来成为全市及至全国的名师，同时愿自己的桃李芬芳。我能在教育改革的大潮中奉献青春热血，实现人生最大的价值，是我最大的幸福！

最后，我想说，不管能否当上副校长，但就我的人生旅程来说：我的过去属于xx教育，现在属于xx教育，将来仍然属于xx教育。

谢谢！

## 演讲稿格式整理篇二

### 1、目标的明确性

一般说来，在竞聘演讲时，竞聘者向竞聘的评审人员及听众一要讲清自己的应聘优势，突出自己的优势，并且这种优点来足以完成应承担的任务和工作；二是要回答“若在其位，如何谋其政”的问题。要在有限的竞聘答辩时间里面完成这些工作，演讲的一般内容应始终围绕某个目标——岗位职责工作进行，做到目标明确，语不离宗，不可开口千言，离题万里。

### 2、内容的竞争性

竞聘演讲的整个过程，其实是候选人中就未来实行的工作目标、施政构想、执行方案进行对比的过程。竞聘除了一些较为基本的素质条件之外，实际上更重要的是施政目标与施政

措施的竞争。写作时应在此处压倒对方，只有具备了明确、先进的施政目标，且有切实可行的施政措施来保证，才会取得竞争的成功。

### 3、演讲的技巧性

竞聘演讲是演讲的一种，也存在演讲技巧问题。它除了要求演讲者具备良好的心理素质和较强的语言表达能力外，还应当充分考虑竞争对手、听众的心态、临场状况等多种因素，用据理力争的方式，巧妙地说明“他不行，我行”，或“他行，我更行”。当然自我推销要有艺术性，切忌为了竞争而贬低对手，所遵循的原则是“唯真唯实，具体可信”。

#### 1. 标题

竞聘演讲辞的标题有三种写法。一种是文种标题法，即只标“竞聘演讲辞”；一种是公文标题法，由竞聘人和文种构成或竞聘职务和文种构成，如《关于竞聘××公司经理的演讲》；还有一种是文章标题法，可用单行标题拟制，也可采用正副标题形式，如：《让收音机制造厂腾飞起来——关于竞聘收音机制造厂厂长的演讲》。

#### 2. 称谓

即对评委或听众的称呼。一般用“各位评委”“各位听众”即可。

#### 3. 正文

(1) 开头。为制造友善、和谐的气氛，开篇应以“感谢给我这样的机会让我参加答辩”“恳请评委及与会同志指教”等礼节性致谢词导入正题。紧接着阐明自己发表竞聘演讲的理由。开头应写得自然真切，干净利落。

(2) 主体。这是全文的重点和核心。应围绕以下几个方面展开：

a. 介绍个人简历。可分两个层次：一层简明介绍竞聘者的自然情况，使评委明了竞聘者的基本条件；第二层紧接第一层对自己与竞聘岗位有联系的工作经历、资历做出系统、翔实的说明，便于评审者比较与选择。

b. 摆出竞聘条件。竞聘条件包括政治素质、政策水平、管理能力、业务能力以及才、学、胆、识等各方面的条件。竞聘条件是决定竞聘者是否被聘任的重要因素之一，应该重点强调。但切忌夸夸其谈，应多用事实说话，“事实胜于雄辩”。可以结合自己前一时期的工作来写，如自己曾做过什么相关的工作，效果如何。从中展露出自己的水平、能力、知识和才华。采取引而不发的办法，通过这些事实，让评委及听众自然而然地得出肯定的结论。

c. 提出施政目标、施政构想、施政方案。这部分是竞聘者假设已被聘任后，对应聘岗位所提出的目标及实现的具体措施。选招、选聘单位除了看竞聘人基本素质条件之外，还要考虑竞招、竞聘的施政目标和施政措施。演讲者应鲜明突出地提出自己的施政目标和施政措施。这些目标和措施既要适应总体形势，又要体现部门特点。基本目标要具有客观性、明确性和先进性。要定性定量相结合，能量化的尽量量化，以便评委进行比较、评估。目标还应围绕人们对竞聘岗位较为关注的焦点、难点重点提出。基本目标必须有切实可行的措施作保证。因此，保证措施十分重要。措施必须针对目标来制定，要明确具体，有可操作性，且密切联系岗位实际，从岗位工作出发。

第三，能适应组织部紧张的工作节奏。大家都知道，组织工作事无巨细，十分繁忙，经常加班加点，有时甚至通宵达旦，但我从没有叫过一声苦，喊过一声累，不管领导和组织交给什么样的任务，从不讲价钱，兢兢业业，一丝不苟认真完成。

香港首富李嘉诚说过，他在用人方面不喜欢“大材小用”，也不喜欢“量才适用”，而是喜欢“小材大用”。因为“大材小用”纯属浪费，“量才适用”容易让人自满、使人懒惰，只有“小材大用”才有利于激发员工的潜能，促进工作的创新，从而达到事业和个人的共同发展的目的。如果各位领导、各位同事给我一个“小材大用”的机会，我将尽我所能，不负众望，紧紧围绕我部的中心工作，按照“政治坚强，作风正派，业务精通，工作出色”的要求，理清思路，勤奋工作，全力以赴抓好科室和个人自身建设。

一是加强学习，熟悉情况，尽快实现角色转变。

二是扎实工作，锐意进取，努力开创工作新局面。

三是严格管理，加强团结，营造和谐的工作氛围。

四是严以律己，谦虚待人，树立良好外部形象。

各位领导，同志们，勤恳奉献的你们，让我学会了如何做事业；公正而有责任感的你们，让我懂得了要堂堂正正做人。我不敢用谎言去赚起一份信任，因为时间会把我还原，我不敢用短暂的热情和冲动来表现一时的自我，因为生生不息的组织事业需要浇注永恒的心血。我将用青春与活力弹奏起“创先争优”的交响，用智慧与能力描绘出锦绣的前景。我认为我们每个参与竞争上岗的人都拥有了一次宝贵的人生经历，我们的生命将因此而更加绚烂。奥林匹克运动有一句口号，“参与即是胜利”。因此，胜利属于我们每一个人。

“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。”最后，我以一幅对联来结束演讲，上联是“胜固可喜，宠辱不惊看花开”，下联是“败亦无悔，去留无意随云卷”，横批是“与时俱进”。不管结果怎样，今后，我将一如既往的勤奋学习，努力工作。

谢谢大家！

## 演讲稿格式整理篇三

大家好！

今天，我演讲的题目是《年轻的翅膀想飞翔》！在这个比心智、比创造力的时代里，力量的大小不在于脖子以下占身体\*\*%的体力，而在于脖子以上占身体10%的智力。智力是最基础的竞争力。我们想要骄傲的飞翔是需要强大力量的支撑的，这个支撑就是学习力！

我——一个普通的教师，一个普通的党员，也许只是一滴水、一粒尘埃，我的生命没有耀眼的光华，但在党的指引下，我愿意是一颗星、一个火种，与我的同胞们汇聚成灿烂的星空，燃烧出美丽的图景。

我想飞翔，飞向课改的前沿。捷克教育家夸美纽斯比喻不学无术的教师是无雨之云、无源之水、无光之灯。然而，课改教人深思，实验催人奋进。深夜孤灯下，我端坐书桌前认真研读教学理论书籍，口中念念有词，手中笔耕不辍，哪里知道夜已深沉，东方已亮出晓白；白天工作缝隙里，我网上浏览最新教育资讯，向名师学习，和同行交流，一段段、一篇篇教育心得梳理下我深深浅浅的思绪；“欢迎领导和老师来我班听课”是我的口头禅，为的就是让自己的实践在批评指正中得到一点点的进步，一本本、一摞摞教学案例凝结下我行走的足迹。

感谢学习——给了我自信，激发了我无穷的工作热情和灵感；感谢学习——给了我责任感，让我学会用广博、宽厚的师爱包容所有的孩子；习——给了我快乐和幸福，让我由衷的生发出对生活更深层的热爱；感谢学习——给了我更深重的使命感，让我不知疲倦的引知识之泉浇其心骨，点智慧之火亮其旅程，竖灵魂之峰壮其行色，让我知道我的事业只有起点，没有终点——我想飞翔，飞向先进的行列。

作为一个党员，我一次又一次警醒我自己：不要做时代的淘汰者。俗话说：“不想做将军的士兵不是好士兵。”为了树立起党员的先进性，在朋友圈里，我没办法做他们“三缺一”时的那个“一”，但我是学生眼中一日不见如隔三秋的那个“一”；为了树立起党员的先进性，那在讲台上每一句精雕细琢的谈吐；那在学生作业上每一次恰切的批注；那方格纸上每一次耕耘；那走出去、请进来中每一次不懈追求的脚步；那在思索中紧蹙的眉头；那手中苍劲的笔触……这些都是我在践行“学中思、思中行、行中悟”的串串镜头。

让我怎样感谢你，当我走向你的时候，我原想收获一缕春风，你却给了我整个春天；让我怎样感谢你，当我走向你的时候，我原想捧起一簇浪花，你却给了我整个海洋；让我怎样感谢你，当我走向你的时候，我原想撷取一枚红叶，你却给了我整个枫林；让我怎样感谢你，当我走向你的时候，我原想亲吻一朵雪花，你却给了我银色的世界……飞向先进的行列、飞向课改的前沿、飞进创新的领地，年轻的翅膀承负着一份份厚重与博大，因为年轻的翅膀只有飞翔才能寻求平衡的支撑，不飞，翅膀就会退化，不飞，生命就会枯萎。

翅膀不能停止飞翔，生命更不能停止飞翔。教育的领空为我们这些年轻的教师提供了广阔的天空。让我们飞出蓝天白云的空间，飞出海阔天空的舞台，我们的生命将永远年轻而美丽！

谢谢大家，我的演讲完了！

## 演讲稿格式整理篇四

### 1、内容上的现实性

演讲稿是为了说明一定的观点和态度的。

### 2、情感上的说服力

演讲的目的和作用就在于打动听众，使听者对讲话者的观点或态度产生认可或同情。

### 3、特定情景性

演讲稿是为演讲服务的，不同的演讲有不同的目的、情绪，有不同的场合和不同的听众，这些构成演讲的情景，演讲稿的写作要与这些特定情景相适应。

### 4、语言、结构

演讲稿还要在情绪上具有较强的感染力，语言上做到生动感人。演讲稿的结构。演讲稿的结构通常包括开场白、正文、结尾三部分。

开场白是演讲稿中很重要的部分。好的开场白能够紧紧地抓住听

众的注意力，为整场演讲的成功打下基础。常用的开场白有点明主题、交代背景、提出问题等。不论哪种开场白，目的都是使听众立即了解演讲主题、引入正文、引起思考等。

演讲稿的正文也是整篇演讲的主体。主体必须有重点、有层次、有中心语句。由于演讲材料是通过口头表达的，为了便于听众理解，各段落应上下连贯，段与段之间有适当的过渡和照应。

结尾是演讲内容的收束。它起着深化主题的作用。结尾的方法有归纳法、引文法、反问法等。归纳法是概括一篇演讲的中心思想，总结强调主要观点；引文法则是引用名言警句，升华主题、留下思考；反问法是以问句引发听众思考和对演讲者观点的认同。

尊敬的老师、同学们：

大家好！

在世界的东方，有一个古老的国度，她美丽而宽广；在世界的东方，有一个伟大的民族，她勤劳而坚强；在世界的东方，有一片广阔的土地，她神奇而辽阔。她的血脉是奔腾不息的黄河；她的脊梁是巍峨屹立的泰山，她就是我的祖国——中国。

从小的时候，“中国”这个字眼在我心中已留下了深深的印象，望着绘满群山大河的地球仪，祖国那气势磅礴的高山峻岭，那蜿蜒曲折的万里长城，那奔腾不息的长江黄河，都已深深的烙在我的心中。

记得小时候，妈妈指着几面国旗问我：你最爱哪一面？我总是自

尊敬的各位老师、同学们：

大家好！今天，我演讲的题目是《我爱我的祖国》。

在世界的东方，有一个古老的国度，她美丽而宽广；在世界的东方，有一个伟大的民族，她勤劳而坚强；在世界的东方，有一片广阔的沃土，她神奇而辽阔。奔腾不息的黄河是她的血脉；巍峨屹立的泰山是她的脊梁，她就是我的祖国——中国。

从小以来，“中国”这个字眼在我心中已留下了深深的印象，望着绘满群山大河的地球仪，祖国那气势磅礴的高山峻岭，那蜿蜒曲折的长江黄河，已深深地烙在我的心中。

千百年来我的祖国饱经风霜，历尽风雨。今天，在世界的地平线上终于迈上了国际化的道路。如今的中国，已不是任人宰割的弱国，如今的中国，拥有光辉灿烂的文化，创造着让全世界都刮目相看的伟绩。你看，神州飞船一飞冲天；嫦娥一号遨游月空；伟大的祖国申奥成功，都在向世界昭示：中国正在与世界接轨，正在与时俱进，正在飞速发展。做为—

个中国人，我们怎能不骄傲自豪？所以，我爱我的祖国，更希望祖国的明天会更辉煌！

## 演讲稿格式整理篇五

演讲稿是口头传播的文稿，是讲给听众听的，要求运用口语化的表达，明白如话，说者顺畅上口，听着清楚明白易懂，短时间内能弄明白演讲者的意图。

演讲稿是宣传发动群众的一种有效形式，所以具有鼓动性。理、事、情的交融统一，冷静严肃的层层剖析，高度概括的哲理，生动形象的的述事，辅之以热情的鼓动、感人的情怀，造成一种感染力极强的氛围。

演讲稿是供演讲用的，内容要根据听者的反应而随之微调，以适应听众的需要。所以既要有简单的提纲、又要有详细的提纲。在说明主要问题或疑难问题时，要准备几个能说明问题的例子，以便必要时使用。

演讲稿的结构分开头、主体、结尾三个部分，其结构原则与一般文章的结构原则大致一样。

一般政治性的或者学术性的演讲稿都是开门见山，直接揭示演讲的中心。比如宋庆龄《在接受加拿大维多利亚大学荣誉法学博士学位仪式上的讲话》的开头：我为接受加拿大维多利亚大学荣誉法学博士学位感到荣幸。

运用这种方法，必须先明确把握演讲的中心，把要向听众揭示的论点摆出来，使听众一听就知道讲的中心是什么，注意力马上集中起来。但这种方法容易显得过于平淡、冷静，很难吸引人。

比如恩格斯《在马克思墓前的讲话》的开头：三月十四日两

点三刻，当代最伟大的思想家停止了思想，……——但已经永远的睡着了。

这个开头对事情发生的时间地点人物作出了必要的说明，为进一步向听众揭示论题做准备。运用这种方法开头，一定要从演讲的中心论点出发，不能信口开河，离题万里，更要防止套话、空话，败坏听者的胃口。

3) 提出问题，引起关注。

写演讲稿的开头，可根据听众的特点和演讲的内容，提出一些激发听众思考的问题，以引起听众的兴趣。这种问题应该新颖、独特，确实能促使听众去思考。

演讲稿在开头后要迅速转入主体，这是演讲的正文和核心部分，也是演讲稿的高潮所在，能否写好，直接关系到演讲的质量和效果，内容的安排，应注意以下几个问题。

确定结构形式。演讲稿的形式比较活泼，或旁证博引、剖析事理，或引经据典、挥洒自如，或层层深入、或就事论事。结构形式不管怎么样变化，都要求内容突出、问题说透、推理严密、层次清晰、情理交融。

今天是第二十一个全国“消防日”，大家都知道，形式上的消防日每年只有一天，然而在我们的心中，每个月都应该是消防月，每一天应该都是消防日，每时每刻都要把消防二字放在心中。人生路漫漫，让消防陪伴我们一路同行，有我们在的地方，就有它的存在，让它给我们爱的光芒、生的希望！

火，是一种新生的力量，是和平、友谊和进步；火，也为人类带来了光明和温暖。古希腊神话中有普罗米修斯盗取天火造福人类的美好传说，中国有燧人氏“钻木取火”为炎黄子孙带来光明的动人故事，火的发现，使人类脱离了茹毛饮血的落后生活，推动了社会经济发展和文明进步。火擅用之为福，

不擅用之则为灾，多少生命在火灾中凋零、多少财产在火灾中化为灰烬。所以我们要关注消防，把每一天都当作是消防日。

2009年2月9日8：20左右，大火烧毁了央视新址大楼，一场火灾就让国家损失了6—7亿人民币。据统计，08年全年共发生火灾13.3万起。死亡1385人，受伤684人，直接财产损失15亿元，07年上半年全国共发生火灾95336起，死亡898人，受伤488人，直接财产损失46891.1万元。

每个人都在祈求平安，但天有不测风云，人有旦夕祸福。一旦火灾降临，在浓烟毒气和烈焰的包围之下，不少人将葬身火海。

08年11月14日早晨，上海商学院徐汇校区宿舍楼602寝室内起火，因寝室内烟火过大，4名女生被逼到阳台上，后分别从阳台跳下逃生，4人均当场死亡。人们为4个年轻的生命就此陨落而痛惜，但比痛惜更重要的是反思。高校的火灾，60%至70%发生在学生宿舍等人员活动较为集中的场所。宿舍是我们的家，反之，我们是宿舍的主人，预防宿舍火灾是我们大学生义不容辞的责任；如果大学生消防意识淡薄，消防常识缺乏，一旦发生火情，势必酿成火灾，造成严重后果；因此，提高在校学子的消防安全意识，势在必行！那一个个清晰的事例早已给我们拉响警笛。。

血泪之地，生民之哀，家国之痛！在数以万计的生命失去了迂回与生还的同时，我们所有人也深深地沉浸在无尽的悲伤与哀痛之中。那些永远消失于火海中的生命，足以让我们低首致哀。然而在灾难来临之前，他们可曾树立防火意识，这是一个值得我们深思的问题。

因此加强当代大学生的消防安全意识，显得尤为重要，我们要做到“不仅知其然，更要知其所以然”，逐步使其成为一种习惯；对待消防工作，要从意识消防提升到意念消防。正如

温总理在全国安全会议上提出：我们要“居安思危、有思则备、有备无患”。

消防安全关系到每一位同学的生命安全和切身利益。每一位同学都应该做到能积极主动地学习消防知识，掌握基本的消防技能。火灾带来的危害，人人都懂，但在日常生活中却往往被忽视。那一串串惊人的数字足以唤起我们每一个人的警醒，我们要珍爱生命，做好防范工作，决不能让历史的悲剧再次重演。“隐患险于明火，防范胜于救灾”。为了大家的财产安全，生命安全，让我们行动起来，将消防安全知识普及进行到底！

火灾是我们最常遇到的一种灾害。据统计，百分之九十多的火灾都是人为因素造成，学习一点消防知识已经非常必要。养成好的习惯，消除火灾隐患既是对自己负责，也是对公安安全负责。不躺在床上抽烟、不乱扔烟头、不在通道上堆放杂物、不在禁放区燃放烟花鞭炮、不违章乱拉乱用电气设备……，举手之劳，造福社会，也体现了文明与和谐。要知道：一个小小烟头的表面温度达200—300℃，中心温度高达700—800℃，已经严重超过棉麻、纸张、家具等可燃物的燃点。若你一个不小心，很容易就引起燃烧，甚至酿成火灾。这可真不是闹着玩儿的！

当然，假若真的遇上火情，也不要慌乱。因为世界上“没有绝望的处境，只有绝望的人”。面对滚滚浓烟和熊熊烈焰，只要保持冷静，机智的运用火场自救逃生知识，就有极大可能拯救自己，甚至他人的生命和财产。例如：要用湿毛巾捂住自己的口鼻，蹲下身子，通过安全的通道走到安全的地方；在拨打119火警电话时，必须保持冷静清醒的头脑，准确说出起火地点、燃烧对象、火势情况；若火已及身，切勿惊跑！因为奔跑或拍打时会形成风势，加速氧气补充，促旺火势。当外衣着火时，应赶紧设法脱掉衣服或就地打滚，压灭火苗。若被困楼层，必要时可采取跳楼求生措施。此时要尽量抱些棉被、枕头等松软物品或打开大伞跳下，以减缓冲击力——

跳楼不等于自杀，关键是要有方法！

是的，生命对于每个人只有一次，生命该

何时何地何因终结，谁也无法预料。因此生命对于每一个人而言都是宝贵的，只有珍爱生命，我们的生活才能幸福美满，我们是芸芸众生里的一员，既然来到了这个世界上，就应该让自己生命里的一切思想、情怀、品格盛开成五月如诗如画的鲜花，在寂寥的人生路途上，用生命去唱一支热烈而充实的歌。

所以，请大家把每一天都当作是“消防日”，让消防意识常驻在我们心中。

全校教职工同志们、同学们：

金秋时节，天高气爽，景色怡人，在这美好的日子里，我们隆重集会，热烈庆祝第19个教师节，举行2003-2004学年开学典礼，举办大庆中学第23届田径运动会。首先，请允许我代表学校领导班子，向忠诚教育、辛勤耕耘的园丁们，致以崇高的敬意！向满载成果、心怀喜悦的老师们，致以节日的祝贺！

在过去的一学年里，大庆中学在市委、市政府和市教育局的正确领导下，勤奋进取，求实工作。经过全体师生努力，圆满地完成了各项工作任务。教学质量提高、学生教育管理、师资队伍建设、办学条件改善等方方面面，都得到了长足进展，取得了丰硕成果，学校社会声望明显提高。尤其引以自豪的2003年高考，我校重点本科录取205人，二表普本录取467人，2名同学考入全市前10名，3名学生超过清华、北大录取分数线，60多人被清华、北大、上海交大、浙大、南开、哈工大等名牌高校录取，文、理科培养率在全市省重点中名列第一，再次获得大庆高中教学工作先进单位称号，充分展示了我校“低进高出、高进优出”的办学本色，创造了我校

近几年高考的最佳业绩。

一年来，全体教职员工兢兢业业，忘我工作，无私奉献。学校所取得的每一分成绩，都是你们辛勤汗水的结晶，你们用自己的实际行动，树立了庆中人的新形象，创造了大庆中学的新辉煌。在学校各项工作中，涌现出了市骨干教师34人、市教学工作先进个人9人，校名教师、教学能手、优秀班主任、优秀党员等校内先进81人。今天的表彰大会，我们要肯定他们的成绩、学习他们的事迹，希望受表彰的先进个人，扬长避短、戒骄戒躁，为学校发展与辉煌贡献更多力量，发出更多光芒。希望全校教职工学习榜样、增强信心，在未来的征途中团结一致、携手前行，力争再创佳绩、再立新功！

，继续开拓进取、勇往直前，不断提高教育质量和改善办学条件，实现创办优质高中、进入国家级示范高中行列的目标。全校教职员工要秉承艰苦奋斗、顽强拼搏的精神，坚持“没有教不会的学生，只有不会教的老师”教学思想，坚持“没有教育不好的学生，只怕找不到恰当的教育方法”教育思想，锻造全市一流的学校。