

2023年演讲比赛个人展示 健美比赛个人展示简介(大全5篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

演讲比赛个人展示篇一

银座健身俱乐部(泺源大街店)

全部分店

人均消费：100元

电话：

济南银座健身俱乐部，是济南地区最专业、规模最大的会员制健身俱乐部，精选泉城商业核心，面积6000平方米，是济南第一家高档健身俱乐部。运用源自欧洲的商务健身理念，倡导成功人士健康生活情趣，实行会员制管理。目前，仅年卡会员就突破4000人。俱乐部配备全套心肺功能训练和力量训练健身设备。从科学检测开始，让每一位会员随时可以得到个性化的训练计划和效果评估。“专属、专心、专业”的星级服务，宽敞豪华的更衣室、桑拿、淋浴房、健身吧，安静恬然的休闲阅读区.....在这里，各界成功人士可以放开平日的束缚，让健康爽朗的笑声与轻松真挚的友谊一起诞生。

银座健身简介

一、银座健身公司简介

银座健身俱乐部是由山东省商业集团总公司(鲁商集团)投资管理运营的大型专业健身俱乐部。现有济南索菲特店、花园路店、槐荫店、天桥店、东环店、和谐广场店和临沂解放店、沂龙湾店、凤凰城店九家健身机构，营业面积40000平方米，是目前山东档次最高、环境最好、服务最优的健身俱乐部。银座健身俱乐部采用会员制运作模式，秉承“与健康快乐同行”的经营理念，旨在倡导健康的生活方式，为会员提供全面、科学、专业的健身服务。

二、银座健身的优势

(1) 中心位置交通便利

银座健身俱乐部现有门店均位于最繁华的商圈核心地段，索菲特店的泉城广场商圈，槐荫店、和谐广场店的西市场商圈，花园路店和东环店的洪楼商圈，天桥店的缤纷五洲商圈及临沂三家门店都处于市中心繁华商圈，地理位置优越，交通便利。

(2) 舒适的环境完美的配套

演讲比赛个人展示篇二

首先我为大家讲一个感人的故事。20__年5.12汶川大地震发生的第二天，有这样一个母亲——救援队员发现她的时候，她已经没有了呼吸。透过一堆废墟的间隙，可以看到她双膝跪地，整个上身向前匍匐着，双手扶地支撑着身体……救援队员走向下一片废墟时，队长好像意识到什么，忽然返身跑回来，费力地把手伸进她的身下摸索，“有个孩子，还活着！”一番艰难的努力后，人们终于把孩子救了出来。他躺在一条被子里，大概有三四个月大，因为有母亲的身体庇护，毫发未伤。医生做检查时发现有一部手机塞在被子里，屏幕上是一条已经写好的短信：“亲爱的宝贝，如果你能活着，一定要记住我爱你。”看惯了生离死别的医生，在这一刻落

泪了；手机传递着，每个看到短信的人，都落泪了……母爱是伟大的，这位伟大母亲身体最后的形状，在我们心中是一道爱的彩虹，一道永恒的彩虹。生死不离，让人们学会珍惜，不离不弃，是母亲对孩子的承诺。

亲爱的同学们，我们生活在如花一般的世界里，也许没有体会过故事中那生死间迸发的母爱，可是，母亲的爱却同样如涓涓细流，汇入我们的心田。

同学们，想想我们的母亲的每一天，是谁起得最早，睡得最晚；每顿饭，是谁早早做好，却草草入口；每件事，是谁操心最多，却从不计较？早上，当我们匆忙从被窝中爬起，是谁已经为我们做好了可口的早餐？大雨滂沱的雨天，是谁撑着伞在校门口焦急地等待？当我们处于病痛之中，又是谁不分昼夜地照顾我们？究竟是谁为我们奉献如此之多却不求回报？是母亲无时无刻不牵挂着我们，无微不至地关心、照顾我们。

我们像习惯吃饭、穿衣这些平常的小事一样，早已习惯母亲的操劳、呵护。母亲给我们的是那么多、那么多！这份爱虽然平凡，却在平凡中孕育出一份惊人的伟大。

谢谢大家！

演讲比赛个人展示篇三

大家好，我是王雅宁。

今天能站在这里发言，纯属偶然。

为什么说偶然呢，因为，南雅是个人才济济的地方，164班是一个优秀的集体。个人认为，班级前二十几名的同学，时机适宜，谁考班上第一名都有可能。妈妈对我说：考了第一名，不要有压力，这一次已证明了你有考第一名的实力。以后，出现名次上下浮动都很正常，以平常心对待。

从小学开始，爸爸妈妈对我就是这样要求的，只要学习态度好，考试考多少分都不会怪我，所以，我考试对分数没什么压力，所以很少有发挥失常的时候，成绩也差不到哪去。我的经验就是：像考试一样做认真做作业，像做作业一样地轻松考试。

初中了，妈妈重新告诉我：考试，只要考出你的真实水平，就可以。比如，某次考试，你的真实水平是90分，你考了90分，就很好。如果，因为某种原因，你只考了70分，那爸爸妈妈就会为你遗憾，因为你的努力付出没有得到对等的回报。

在我们家，分数引起的反应基本上是波澜不惊的，考100分也好，80分也好，没什么太大的反响。人生处处是考场，从容面对，考出自己真实水平就好。

在我们家，物质也不与分数，成绩挂钩。

物质上的东西，能给生活带来便利，而爸爸妈妈的经济能承受的，就会给我买，与成绩没关系。爸爸妈妈认为，那种挂钩很容易培养孩子的功利思想，而偏离了学习和生活的本质。

我身上不缺零用钱，钱包里有一张银行卡备用，家里的小盒子里，爸爸妈妈也常放了几百元零钱备用。

爸爸妈妈的理念是，在当今充满诱惑的时代，孩子不缺钱、不缺爱，到外面走弯路的概率就要小很多。

教育的最终目的是让孩子有能力创造幸福生活，享受生活。

我们觉得，享受生活，不要说等你长大以后，而是从今天开始，从现在开始。

有一次，一位奶奶对我说，你父母对你这么好，你一定要好好学习，长大报答你的父母。妈妈更正了这种说法，对我说：

对父母的报答不是很高的分数，而是从现在开始，好好活着，每一天。

所以，学习只是我生活重要的一部分，但不是全部。交朋友、看电影、打扮漂亮、和小狗狗玩、适当上网玩游戏放松、去乡下陪伴疼爱我的奶奶、外婆外公、聊有好感的男生等等这些让我的生活很丰富，也让我的生活充满了爱，生命之火激情燃烧。

妈妈说，她从我的每一篇作文中，都感觉到了我对爱的理解。

阅读经典，是学好语文的关键。也是理解人生的重要途径。

经典之所以成为经典，必定有它的卓越之处。从去年开始，我开始阅读外国经典名著。我强烈地感觉到，我的作文、考试做阅读题目都上了一个台阶。在阅读的时候，并不一定感觉到明显效果，但写起作文来，笔下的文采仿佛不是自己的，涓涓流出。这就是文化的熏陶，在不知不觉中融入到了阅读者的生命。

有一次，妈妈问我：你阅读名著时，感受到愉悦了吗？我说，感受到了！那一刻，妈妈很欣慰。因为，愉悦，是最高层次的享受。

从阶段性的作用上讲，阅读经典可以使语文成绩提高十分左右，这十分左右对于中考来说，是多么重要。

阅读、音乐和其他艺术形式，其终极意义都是让人在某一阶段感到愉悦，让灵魂舒展，轻盈。

孩子们时间很紧张，妈妈平时在接送我，或开车一起外出的时候，会根据情况适时的挑选一些高雅的音乐在车里放。我在放松的情况下，不知不觉地接触到了一些世界名曲，和一些歌词写得很好的歌曲，这一次我的作文拿了高分，就是以

平时在车上听到的那些音乐为题材写的。

现在的孩子叛逆心极重，我也不例外。

比如阅读，听音乐这些事情，我妈妈做得很随意，不露痕迹，根据我的情绪来，在我想休息或者做其他事的时候，她会尊重我的意见，不强行摊派。

从小，爸爸妈妈就有意识地培养我的独立性。因为，孩子不可能一辈子生活在父母的羽翼下。

尊重孩子的选择，这是最重要的。因为，人生很多事情不是只有一个选择，可以有很多选择，每一种选择都有一定的道理。不要用家长心中的选择去评价孩子。

比如：我五岁的时候，天气很热，从幼儿园出来，很渴，想要喝饮料。妈妈给钱给我，让我自己去买。我害羞，因为从未尝试过，害怕，就不肯自己去。妈妈告诉我，现在你有两个选择，一是自己去买，然后喝。一是自己不去买，那就忍着，回家再喝水。我犹豫了一下，选择了不去买，忍着。妈妈觉得这也是一种选择，就尊重我，也不评价我。

小学时，放学下雨了，妈妈也不会主动送伞。她知道，我总会想办法的，比如，和同学共，比如在教室里先做作业，比如去超市里避雨，顺便逛一逛超市。因为，我曾对妈妈说过，你女儿没你想象的那么蠢，总会想到办法。

再比如：现在我买衣服，妈妈只负责出钱。上次，和同学一起去买地摊货，25元买了一件衬衣，穿到学校来了，妈妈说也还漂亮，但建议我把那些线头剪一下，别让人一眼就看出地摊货。第二次，我又去买了一件，拿回来就觉得小了。妈妈也没评价我，建议我送给一个比我矮一点的朋友了。

这都是我的选择，爸爸妈妈都尊重我。不作负面评价。就是

这样，我一路思考，爸爸妈妈一路尊重，我渐渐长大了，遇事不逃避，学会思考，有自己的主见。

经常听见有家长这样说自己的孩子，我家孩子这次错的题目好多都知道做，就是粗心啊。

在这里，我想谈一谈我们家的观点。从五年级起，妈妈就告诉我：

粗心，就是能力差，学得不扎实的表现！

任何时候，都不要说是因为粗心没考好。也请家长不要再为孩子找这个推脱责任的借口。

细心、沉稳、脚踏实地是必备的能力，如果具备了这些能力，偶尔丢一两分，可以理解，超过两分，就是能力还欠缺，学得不扎实。

这个观点，妈妈五年级开始和我交流，我也渐渐认同。所以，我正常情况下能考高分，成绩稳定，这个观点应该起了很大的作用。

演讲比赛个人展示篇四

大家好！

没有阳光，就没有温暖；没有水源，就没有生命；没有父母，当然就没有我们自己；没有亲情友情爱情，世界就会是一片孤独和黑暗。这些道理都很浅显，但是生活中，我们在理所应当的享有着这些的时候，却常常少了一颗感恩的心。

很多人，很多事，其咎都源于不会，不愿感恩。的确，中国的文化传统让我们很难从口中说出“妈妈我爱你；爸爸我爱

你”。然而，这不应该是借口。鸦有反哺之义，羊有跪乳之恩，不懂感恩，就失去了爱的感情基础。所以，学会感恩，感谢父母的养育之恩，感谢老师的教诲之恩，感激朋友的帮助之恩，感恩一切善待帮助自己的人甚至感恩给我们所经历的坎坷。我不会忘记不久前的一件事情。那天我和同学逛街，一个也就四五岁的小男孩，从前面跑了过来。因为已经是冬天，羽绒服把小男孩撑得圆嘟嘟的，像个小皮球滚了过来。他问我到动物园坐哪趟车，我告诉他就在那边坐4路车。他高兴地又跑了回去。我和同学就往前走。我们都走得挺远的了，听见小男孩在后面“哥哥哥哥”的叫我。我不知道他要干什么，便站在那里等他，看着他一脑门子热汗珠儿地跑到我的面前，我问他有事吗，他气喘吁吁地说：“我刚才忘了跟你说声谢谢了。妈妈问我说谢谢了吗。我说忘了，妈妈让我追你。”我不会忘记那个孩子和那位母亲，他们让我永远不要忘记学会感谢，对世界上不管什么人给予自己的哪怕是再微不足道的帮助和关怀，也不要忘记了感恩。

父母给予我们的爱，常常是细小琐碎却无微不至，不仅常常被我们觉得就应该是这样，而且还觉得他们人老话多，嫌烦呢。其实感恩是发自内心的。俗话说“滴水之恩，当涌泉相报。”更何况父母为你付出的不仅仅是“一滴水”，而是一片汪洋大海。因为，父母是上苍赐予我们不需要任何修饰的心灵的寄托。

当我们遇到困难，能倾注所有一切来帮助我们的人，是父母。

当我们受到委屈，能耐心听我们哭诉的人，是父母。

当我们犯错误时，能毫不犹豫地原谅我们的人，是父母。

当我们取得成功，会衷心为我们庆祝，与我们分享喜悦的，是父母。

而现在我们远在外地学习，依然牵挂着我们的，还是父母。

生活并非想象中那样完美，父母的辛勤是我们无法体会的，我们虽不能与父母分担生活的艰辛、创业的艰难，但在生活上可以少让父母为自己操心。当父母生病时，我们是否应担起责任，照顾父母？要知道，哪怕一句关心的话语，哪怕一碗自己做好的方便面，都会慰藉父母曾为我们百般焦虑的心。感恩父母，并不难做到。

我们也许会记得感谢在人生道路上帮助过我们的朋友，也许会记得感谢辛勤培育我们的老师……是的，他们当然是我们要感谢的，可同时，我们更不应该忘记，父母，永远是我们最值得感谢的人！

感恩父母，希望全天下的父母一切都好！

演讲比赛个人展示篇五

大家好！

我____支行的____，是去年年底刚进行的新员工。在这里首先要感谢领导给我这个机会，让我代表新员工发言。

扎根于农合行这片沃土，感受成长的喜悦和激情

在进农合行短短六个月不到的时间里，却是我三十年人生经历中成长最快的阶段。在这里，我深刻感受到农合行为每个员工提供发展的平台是多么宽广，感受到了大家庭的温暖与感动。还记得刚进行时的忐忑不安，因为自认为非科班出身的我学起业务来肯定比专业对口的新员工慢，不甘人后的个性使我对此担心不已，跟在师父后面仔细地记录临柜的操作规程，每个步骤都记得清清楚楚，害怕自己疏漏任何一个环节。而师父看我战战兢兢的样子，总会安慰我，并且会耐心地重复好几遍，直到我记全为止。就这样在师父不厌其烦地指导之下，我很快熟悉了储蓄业务。并且，领导和同事们的信任让我在进行半个月后独立临柜了。这使我很快进入了角

色，觉得自己就是这儿不可或缺的一份子，每天都斗志昂扬地投入到繁忙的工作中去。农合行就是有这样的亲和力让我有主人翁的心理认同。

在进行后的每时每刻，我都能从领导和同事们身上感受到“以客户为中心”的服务原则。原以为银行的工作轻松，但进银行不久我就发现，为了客户延迟下班、周末加班是常有的事。领导和同事们身上的奉献精神让我懂得了他们是为了兑现对客户的承诺，为了恪守银行的信誉和担当助推经济发展的责任。在这种精神的感染下，我也懂得了奉献，在这个过程中，我发现奉献也是一种快乐。因为这样的奉献让我干一行而爱一行，爱一行而专一行，也因此能更融洽地融入到了这个团队中去。融入这样的企业文化，扎根于这样的大家庭，本身就是一种成长。

在这个大家庭，员工们如同家庭成员般温馨和谐。在迎新晚会、跳绳爬山等活动中，我每次都能感受到同事间团结友爱的氛围。在辩论比赛、舞蹈比赛的备战过程中，我无时不在感受同事们积极进取的精神。在农合行这块沃土上，我正在欢快地发芽，茁壮地成长；在这个平台上，工作带给我莫大的快乐与激情，而这个快乐与激情将为我插上腾飞的翅膀。

耕耘于农合行这片沃土，收获不平凡的人生

我想我只有把自己当成一颗种子，投身扎根于农合行这片沃土中才能生机勃勃。如果我们把银行的成长当成自己的责任，那么在银行成长的同时，我们也会获得成长和提升；如果我们能积极认真和全心全意地对待银行的每项事务、每位客户，那么我们的努力将推动银行的成长，我们也将因此实现人生价值，作出每颗种子成长后的贡献，收获不平凡的人生。

而作为新员工，特别是刚开始临柜的我们，学好技术、熟练业务是我们必须夯实的基础；热情地迎接每一个早晨，热心地接待每一位客户是我们内心坚实的信念；做好自己的本职工

作，踏实地走好每一步就是一分辛勤的耕耘，一分成长的收获。

作为青年的我们，富有激情、充满信念，是农合行新鲜的血液，建设农合行美好的明天是我们义不容辞的责任；我们积极奋进、永不懈怠，像老一辈农合行人一样坚守着平凡的岗位和这不平凡的事业，延续农合行人的光辉传统是我们引以为傲、矢志不移的目标。

作为农合行的一员，我们始终与农合行同呼吸共命运，我相信我们每一个农合行人的进步都会推动银行的成长，每一个农合行人的努力都会为银行的进步增添一份力量，老一辈农合行人的行动已经证明，银行的成长让他们实现了自身价值，因为他们主动承担了银行发展中所需要承担的责任，在追求自身进步的同时也推动了银行的成长，也就有了农合行灿烂的今天，而我们的努力将决定农合行辉煌的明天。

____农村合作银行，这里是我们的家，这里是我们书写青春的画纸，这里是我们发光发热的舞台，这里是我们为之终身奋斗的战场！作为新员工的我们，我们更将以实际行动证明我们书写青春的激情和我们勇于承担责任的爱行之心。

谢谢大家！