
普通话 水平测试



话题示例

华图教育 出品

PSC



话题 1: 我的愿望(或理想)

我从很小的时候就有了一个愿望，那就是长大后要成为一名优秀的教师。

我想当教师有几个原因。首先，我觉得教师这个职业很神圣。做一名教师，其很大价值在于把自己的知识传授给学生，用自己的人格魅力影响学生，实现自己的社会价值。其次，当教师有许多业余时间，可以做自己想做的事情。比如，每年有两个假期——寒假与暑假，每周有两天休息日，我可以利用这些时间来学习、回顾或总结。第三，我的父母也希望我将来能有一份安稳的工作，那样就不必再为生活奔波。

此外，我想当教师，也很大程度上是受了我的一位初中老师的影响。他不仅在学习上帮助我们，而且在其他方面也是处处为学生考虑，处处维护自己的学生。从那时起我就暗暗地对自己说，我长大后也要当一名这样的教师，一名全心全意为了学生的教师。

为了实现我成为教师的愿望，我一直在学习上努力地鞭策自己，认真学习各种相关的知识。现在我报名参加了普通话水平考试，接下来，我还将参加教师资格考试……一步一个脚印地朝着实现愿望的方向迈进。

我希望以后能够从事教师这个职业，达成我从小以来的理想，成为一名人类灵魂的工程师！我一定会实现自己的愿望的！

话题 2：我的学习生活

人常说：活到老，学到老。这足以说明学习应该贯穿人一生。

可以说我是一个热爱学习的人，从来不以学习为苦，因为学习使我增长知识、开阔眼界。学生时代就是以学习为主要任务，而我也总是把学习放在第一位。还记得我中考前夕，爸爸下班回家，买了许多我爱吃的水果，可当时我正在做一套数学模拟试卷，我给自己规定了答题时的间，所以当爸爸叫我快去吃水果的时候，我没有去。我告诉爸爸，我要把这套数学题做完才吃水果。说实话，那时的学习的确很辛苦，因为当时的压力是很大的：上重点高中是有分数限制的，如果在中考中达不到规定的分数，就要按照差的分数用钱来补齐。叫做：“择校费。”而我是一个很要强的孩子，不想让父母为我上学多拿钱，所以当时的我，压力是很大的。爸爸很理解我，也很心疼我，想让我放松一下精神，缓解一下压力，但很后，他还是没有勉强我，只是把洗好的水果放在了我的桌子上，就悄悄的走出了房间。终于，功夫不负有心人，在那年的中考中，我取得了理想的成绩。

我觉得我的学生时代是成功的，学习任务虽然繁重，尤其是在六年的中学期间，但是，对于我来说，学习生活也是非常充实的，在学习中，我不惧怕困难，因为爸爸总是告诉我：办法总比困难多，而真正的困难是没有胆量去面对困难。每一个人都想成为生命的强者，所以每当我在学习中遇到困难，想要退缩的时候，我总会想起爸爸的这句话，在我每一个阶段的学习生活中，这句话一直都在激励着我。

话题 3：我尊敬的人

在我的世界里，令我尊敬的人有很多。但是令我最尊敬的人是我的奶奶，我的奶奶已经去世了，但她中等身材齐肩的头发，衣服干净整洁，笑起来很慈祥。

自我呱呱坠地以来，就是奶奶一直在用心地照顾着我，奶奶尝尽辛酸苦辣挑起养育我的担子，从没有半句怨言。

奶奶是伟大的。当我生病的时候，着急的不是我本人，而是亲爱的奶奶，她会终日守在病床旁无微不至地照顾我，做我爱吃的饭菜；讲我喜爱听的故事，鼓励我与病魔作战。当我痊愈时，奶奶也消瘦了，奶奶是我生病时最亲，最关怀我的。

当我做错事的时候，奶奶便会用她那明亮的双眼盯着我，使我不敢正视她，因为我明白，奶奶这样看着我，是在告诉我下次别再犯同样的错误。奶奶的眼睛是对我忠实的警告。

当我失败的时候，是奶奶以一双温暖的手将，我从失败的魔掌中扶起来，鼓励我继续努力，不可灰心。所以，我做事不曾半途而废，也从不因失败而气馁过，因为奶奶曾教我失败是成功之母。

当我成功的时候，奶奶便会教导我不可骄傲，要我再接再厉，以后要更加努力学习，认真对待每一件事情，这样才能成为建设祖国的有用人才，所以我不曾为一点小成就而骄傲，因为奶奶曾教我自满是成功的敌人。

当我走入上学的校门时，奶奶总叮嘱我过马路要小心，上课不可心不在焉，学习要认真，奶奶的教导成为我一生的座右铭。

我的奶奶虽然平凡可是令我尊敬。

话题 4：我喜欢的动物（或植物）

我喜欢的动物有很多种，比如说温顺可爱的小白兔，憨态可掬的大熊猫，乖巧听话的大花狗……在这么多种动物中，我最喜欢的还是猫。因为它很勤奋、很能干，能够帮助人们捉老鼠。猫都是白天睡觉，晚上活动的，它的两只眼睛在夜间炯炯有神，任何风吹草动都逃不出它的视线；猫的四只爪子上都有厚厚的一层肉垫，不管是走还是跑，一点声音都没有，等到老鼠发现的时候，想逃也来不及；猫的爪子非常地锋利，老鼠一旦被它逮住，是不可能从它的爪子中逃脱的；猫还有长长的胡须，据说是用来判断鼠洞的深浅用的。

记得我上三年级的时候，家里曾经养了一只猫，由于它全身都是黑毛，一根杂毛都没有，所以我给它取了个好听的名字，叫小黑。我家的这只小猫就被我养得胖胖的，妈妈为此还不止一次地提醒我，说不要让他长得太肥，否则看到老鼠会跑不动的，但其实不然，因为有小黑的那段日子里，我家里一只老鼠都没发现。也由于我经常给它好吃的，小黑一看到我放学回家，就摇着尾巴来接我；而且在冬天的时候，它经常蹲在我的脚边，用它那柔软的皮毛为我取暖。总之，那只调皮可爱的小黑猫给我的童年带来了许多的欢声笑语。后来，小黑去世了，当时我非常伤心，哭着将它埋葬了。再后来，我再也没有养过猫。随着时间的推移，我也渐渐长大，但我对猫的喜爱之情却丝毫未减。

话题 5：童年的记忆

每当看着活泼可爱、天真无邪的小孩从我身边蹦蹦跳跳经过时，总会勾起我对童年往事的回忆。

我的童年是快乐而又幸福的。那时候的我和同龄的孩子一样，贪玩、调皮。捉迷藏、过家家、上山采蘑菇、爬树捣鸟窝、下河摸鱼虾……这些可都是我们很喜欢玩的事。特别是下河捉鱼，是我拿手的本领之一。一有空，我就呼朋引伴向村边的那条小河奔去。大伙儿跑到河边，连裤管也顾不上挽起来，就争先恐后地跳进河里。其实，这条小河严格来讲只能算是一条小溪，水不深，只没到膝盖，水清澈见底，但可以看到一小群一小群的小鱼游来游去。我们下水后，就在水里跑来跑去，“扑通扑通”的，水花乱溅，我们则乐得哈哈大笑。结果，清澈的河水就被我们搞得浑浊不清了。这样一来，那些原本还在逍遥自在地游来游去的小鱼就只得被迫把头浮出水面呼吸。而我们呢？一看到那些小鱼浮上来，就飞快地伸出手把它们从水中抓起来，放到事先就准备好的小塑料桶里。每一次，我们都是采用这种方法，先把鱼儿搞得晕头转向，再来个浑水摸鱼，于是几乎每次都能满载而归。但回到家总免不了挨大人的骂，因为每次捉鱼回来，总搞得浑身上下湿漉漉的，衣服上、脸上、甚至头发上都沾着泥，活象一个小泥人。但即使是这样，却丝毫没有挫伤我们贪玩的积极性。因为小孩顽皮的天性已占据了我们幼小的心灵。那条小河，也成了我记忆中童年的乐园。

回忆总是美好的。虽然属于我的童年已离我远去，但童年那段无忧无的时光，依旧散发着迷人的芬芳。

话题 6：我喜爱的职业

我最喜爱的职业是教师。

至于原因，主要有两个：一是因为我初中的班主任老师——李老师。她是一位非常热爱工作的称职的老师，对学生也很关心。记得有一次，她生病了，可是为了不影响我们的学习，她坚持带病上课。在课堂上，她不停地咳嗽，脸色苍白，我们都叫她停下来休息，可是她摇摇头说，不能因为自己的病情而耽误了我们学习的进度。这样的事情还有很多，她就是这样的无私奉献。我敬佩她这样的精神，也就是在那时我立志成为一名教师，成为一名像李老师这样的教师。二是因为我喜欢老师这个职业一年能有两个长假——寒假和暑假，这样我就可以有更多的时间去做我自己想做的事情，有更多的时间学习，有更多的时间陪我的家人。

如果我真的站在讲台上的话，我一定会做好这份自己喜爱的职业。第一，我会备好课，并且上好每一节课。教师的主要工作就是教学，所以我会耐心地向我的学生讲解，直到他们明白为止。第二，我会关心他们的学习，关心他们的生活。课后，我会帮助那些成绩不好的学生复习功课，帮助把成绩提上去。除了学习，我还会关心他们的生活，我会主动找他们谈心聊天，帮助他们解决生活中的难题。第三，我会对每一个学生一视同仁。我不会以成绩的好坏来评价学生。第四，我会说话算话。答应学生的事情我会尽一切努力去做好。

我知道要当一名教师是很难的，当一名优秀的教师更是难上加难。不过我相信凭着我的热情和努力，一定可以做好这份工作。

话题 7：难忘的旅行

我们一家人都是喜欢旅行的人，所以每年的国庆节、劳动节，甚至暑假和寒假，我们都会出去旅行。那么多的旅行中，最让我难忘的是一次和朋友们的探险之旅。现在记不清当时去的那座山的名字了，只记得那天天气很冷，又下着雨，不知是哪位朋友心血来潮，提议大家去登山。于是，我们在一个朋友的带领下，直奔向目的地。到达山脚下时，我们才发现这是一座没有路的山，又或者路不在我们所走的地方。而我天生是个胆小鬼，如果一开始就知道是这样冒险的活动，我肯定是不参加的，但当时我已经没办法后退了，只能硬着头皮继续走。起初，还有一点路痕迹，但是当我们爬了一会儿后，就没有什么路了。冷雨落在身上，都没有感觉，因为所有的注意力都集中在如何下脚、如何往上爬。我偶然一回头，发现自己已经身处山腰，往下一看，立即头晕目眩，再也不敢往下看了。越往上走，山的坡度越大，像我这样没有经验的登山者，几乎到了寸步难行的地步了。正当这时，我们听到了几声鸡的叫声，才知道这山上是有人家的。于是赶紧让一个登山经验丰富的朋友先上去找人帮忙，后来，还是好心的村民用绳子连拖带拽地把我们拉了上去。

到了山顶，已近黄昏。雨早已经停了，天又重新放晴。我站在山崖边，俯瞰前方在夕阳照耀的山林，层林尽染，蓊郁苍翠，荫盖四野，美不胜收。再回身，则是不远处宁静的村庄，袅袅炊烟中偶尔传来几声狗叫声，宁静祥和。这一瞬间，一路上来的种种恐惧、样样辛苦，都被遗忘了，整个心灵仿佛都被洗礼了，变得开阔而又沉静。那种美妙的滋味，让我沉溺于其中。

这样的旅行，虽然辛苦，但那辛苦后的收获，却让我一直难以忘怀！

话题 8：我的朋友

我是个幸运儿，性格随和，所以有很多朋友。但能够无所顾忌地谈论任何事情的也只有两三个。古语说：“人生得一知己，足矣”。何况我还不止一个。所以，我很知足。

现在，我就讲讲其中的一个吧……她叫燕，是我很知心好友。我们是小学同学，自从六年级开始，我们就已经成为了很要好的朋友了。在学校的日子，我们形影不离，当然除了体育课。因为她不喜欢运动，而我喜欢的是乒乓球。但在一般情况下，朋友之间的爱好是可以传染的，一方有这个爱好，那么经过一段时间的相处之后，另一方也极有可能会生成这个爱好。我和她也不例外。由于她经常看我打乒乓球，时间长了也很手痒，想尝试一下，于是我就耐心的教她握拍子的手法、发球的和接球的基本功，过了一段时间以后，她的技术进步很快，有时都能跟我较量好几回合呢。我和她无话不谈。从天上谈到地下，从古代谈到现代，从过去谈到未来，从生谈到死，从学习到感情……总之，我们在一起，总有说不完的话。我们之间没有隐私可言。而且有许多连自己父母都不知道的事情，我们却彼此了解的很透彻。直到现在，她在家乡，而我在天津，我们也依然如此。我们在对方的面前，都可以毫不掩饰：伤心的时候可以尽情地哭，不用担心被对方取笑；开心的时候，可以尽情地笑，不用担心影响形象……总之，在对方的面前，我们都可以做一个真真正正的、原汁原味的自己！有这样子的朋友，我还有什么不知足的呢？

话题 9：我喜爱的文学(或其他)艺术形式

工作之余，我很喜欢读书了。在书籍的海洋里遨游，真是一件非常惬意的事情，因为这样不仅可以使我忘却身边的烦恼，而且还可以增长知识，开阔眼界。从认字以来，我看了很多的书，各种体裁的都有，诗歌、散文、小说……。其中，我最喜欢小说。每当自己买回一本新的小说后，总会迫不及待地翻开它，一读就放不开手，几乎到了废寝忘食的地步。而读到感人的情节时，也会情不自禁地掉下眼泪。

对于我，各类小说我都很喜欢，像《呼啸山庄》《复活》这样的国外名著，《骆驼祥子》《四世同堂》这种中国近现代小说，以及我最喜欢的《西游记》《红楼梦》这些中国古典小说。

《西游记》，它既有神话小说的离奇，又有武侠小说的精彩，既有鲜明的人物，又有巧妙的冲突，还有形象的描写，都让我爱不释手。《西游记》塑造了一个个个性鲜明的人物形象：唐僧的善良，孙悟空的机智勇敢，猪八戒的好吃懒做，沙僧的忠厚老实……都给人留下了深刻的印象。我现在脑海中依然可以根据书中的描写想象出它描写的各种场面。只要一有时间，我就会把《西游记》重读一遍，每次都有新的收获，都能发现更深层的东西。

中华文化博大精深，在历史的长河中也留下了许多经典的小说，等待着我们去挖掘、去探索。所以在以后的生活中，我将更加努力地读书，读一切好书。

话题 10：谈谈卫生与健康

在现今的社会，人们的生活水平不断提高。在大家不再为温饱而发愁后，健康这个话题就开始被越来越多的人所关注。而卫生与健康是紧密相关的，讲卫生是拥有健康身体的前提。为了保证我们的身体健康，我们应该如何讲卫生呢？

首先，要保证进入我们口中的食物是卫生清洁的：蔬菜、水果要清洗干净，餐具要做好清洗消毒。如果我们忽视了生活中的这些细节，往往会因不卫生而导致身体不适，甚至染病。现在多数蔬菜水果为了防止生虫而喷洒了化学药品，所以我们在食用前一定要用清水先浸泡后再清洗；使用菜板时要先切蔬菜类，再切肉类；等等。

其次，做好个人的卫生。大家应该养成良好的卫生习惯，做到饭前便后洗手，早晚刷牙，饭后漱口，勤洗头、洗澡，勤换衣服，勤剪指甲。

第三，保证环境卫生。在家中，定期做家庭大扫除，保持房间的空气流通清新。在社会环境中，要做好环境保护，讲究社会公德，不乱扔垃圾，不随地吐痰。其实保护环境卫生也是在保护着我们个人的身体健康。

话题 11：我的业余生活

我的兴趣爱好很多，尤其喜欢阅读与写作。在书中可以找到现实生活中的答案，可以看到人间的欢乐与悲苦，可以窥测人性的崇高与卑劣。所以，我爱读书。而写作，是一种很好的锻炼思维的方式，也是一种提升思想的过程。于是闲暇时我就会写上一点东西，随感、读后感什么的，既锻炼了思维，也是记录了当时的自己。

我还喜欢上网，因为网络世界，资源丰富，无奇不有。我利用网络查找学习资料，并且学到很多电脑知识。生活在 21 世纪，运用现代化的信息技术来驾驭这个世界应该是我们的目标，在业余生活中，网络已占去了我三分之一的时间。它丰富了我的生活，开阔了我的视野。

除此之外，我还喜欢种花。家里种活的几盆花全归功于我。别人说一朵美丽的花，要凭心的浇灌，我认为这句话并不全对，因为我很喜欢的太阳花就不必精心浇灌，却照样能开出美丽的花来。初种太阳花，只需把苗种植在盆内，浇上一点水，其它的可以不用操心，因为无论天气怎样干旱，它都不会向死神屈服。而太阳花结籽，也不必收藏，它自己会落在盆内的土壤中。等到第二年春天，自会破土而出，由此，周而复始，它的生命之火，就会永不熄灭。

这就是我丰富多彩的业余生活。

话题 12：我喜欢的季节（或天气）

我生活在华北地区，这里的四季是很明显的。而在四季之中，我喜欢的不是含苞欲放的春天，不是激烈热情的夏天，更不是银装素裹的冬季，我最爱的是舒坦安静的秋季。喜欢秋季是因为秋季宁静、柔美，却又不代表枯萎。这时，小草开始熟睡，绿树开始脱衣，只有松柏依然挺拔。

北方秋天的雨不算大，每当细雨飘洒在大地上，就像给植物们唱起了平和的摇篮曲。一阵风吹来，树叶枯黄落下，仿佛是一种衰老的象征，给人们内心也带来了一丝凉意，其实在我看来，并不如此。在我心里，那纷飞的黄叶代替了平时五彩的蝴蝶，这时的蝴蝶，颜色有黄的，有绿的，有半黄半绿的，还有红的。叶子落在地上，给地面铺上了一层厚厚的地毯，玩耍的孩子们踩在上面，“沙沙”直响。

秋天也是大丰收的季节。到了秋天，果园里弥漫着果实的清香，农民们或架着梯子，或骑在树上，忙碌着采摘一年的劳动成果。市场上，水果的品种极其丰富，苹果、梨、桔子、葡萄等。记得中国一位作家很喜欢北方的秋天，就是因为这时的水果最为丰富。

我喜欢秋季，爱它的宁静和柔美，也爱它的丰收与满足。

话题 13：学习普通话的体会

为了参加普通话水平测试，我在半个月前开始了普通话的专门训练，这段时间的训练让我获得了许多。作为一个北方人，读了十几年的书，语文成绩一直很好，所以我认为我的普通话讲的还是不错的，但通过几天针对训练，我发现我自己的普通话存在很大的问题，这都是在上学的时候都没有注意到的。

这一段时间，每天雷打不动地就是听两个小时要考的文章，不仅要听，还要仔细分辨，并且还要跟着读，这样才有效。比如有的字既是翘舌音又是后鼻音，这时我就很难读清楚。没办法只能读慢一点，把每个音都发准、发满，这样重复多次的读，就能读好然后再加快语速。

不仅如此，我还常常利用在寝室的时间，拿着材料读给那些发音比我标准的舍友听，让她一个字，一个词语的给我纠正过来，直至把一篇文章读的准确无误为止。开始时我一篇文章读起来要错很多，经过一星期的训练，我的普通话终于有点儿起色了，我感到很开心。练习了这么长时间的普通话，不仅使我的普通话标准了许多，而且也使我的打字速度也加快了。我暗暗自喜：通过这段时间的学习发现它的用处还真不少！

自从知道了学习普通话的好处之后，我就越来越喜欢练习它了，有时读别的文章的时候，还时常通过翻字典来纠正发音。在以后的训练中我还会经常这么做，不仅仅是为了纠正字音，还可以在学习普通话的过程中寻找乐趣，让我真正领悟到学普通话的好处。

话题 14：谈谈服饰

人常说，“人靠衣装马靠鞍”，说明服饰对人们是很重要的。看着大街上的人流，穿着各不相同、各具特色的服饰，我的心中总是很感叹。在改革开放之前，人们的服饰款式基本上是统一的，颜色也只有绿色、蓝色、黑色、灰色等几种。而现在，每个人都会根据自己的个性特点以及气质风格来选择适合自己的服饰。

其实随着社会的发展，服饰穿着也渐渐成为一门学问，只有在不同的场合穿着很适合的服饰，穿很适合自己气质的服饰，才会给人以和谐的美感。我认为，对于服饰，每个人都有每个人的看法，而且随着年龄的增长，对服饰的看法也会随之改变。“爱美之心，人皆有之”，这点不会变。

小时候，我不怎么会打扮自己，妈妈给我买什么衣服，我就穿什么样的，只要是新衣服，我就都挺喜欢的，随着慢慢的长大，我对于服饰有了自己的看法。学生时代一般都是我和妈妈一起去逛街，我自己选择衣服的款式。而妈妈主要负责查看衣服的价格与质量。现在出来上学了，对于服饰的看法，又发生了相当大的改变。起初大概是追求时尚，自己买回来的衣服，时间久了，往往都不喜欢了，现在倒觉得，衣服不用多么的花枝招展，只要搭配恰当，简洁大方，适合自己就可以了。如果要赶潮流永远都是一件辛苦的事情。现在一些青年人盲目追求，其实在我看来，服饰是否恰当，与品牌没有必然联系。不穿而穿着适合自己身份和气质 的衣服，同样能吸引别人的眼球，令自己自信。

话题 15：我的假日生活

还记得上小学的时候，很盼着放假。每次放寒暑假，我都会用几天的时间把整个假期的作业都写完，然后就是天天玩，小时候玩的东西很多，比如跳皮筋儿、踢毽子、过家家等，与小朋友们在一起，每天都过得特别有意思。而上了初中，学习生活就开始变得紧张了，假日生活几乎也是在学习，这种紧张的生活一直延续到高考结束的那一刻。中学六年的生活，也让我体味到了什么叫作充实。

转眼间，已经是研一的学生了，大学的假日生活是丰富多彩的，相对于中学的学习生活我们有了许多自由的时间，我从小就喜欢读课外书，看一些文学名著，而一直没有充裕的时间，而到了大学，我常常去图书馆看书，这正是我从小就向往的。周末，总会和室友一起去逛街，买一些自己喜欢的东西，还记得大一时，我们都不会花钱，每到月末，就会集体吃几天泡面，想起那段日子，我们总是会心一笑。在大学里，除了学习我们必修的专业课，我们还可以把自己喜欢的课程作为我们的选修课，这不仅满足了我们的求知欲，也丰富了我们的假日生活。为了放松一下一周的心情，我常会在周六的晚上和同学一起去参加舞会，在那里，我也认识了许多其他系的学生。在假日里，我还学到了许多有关网络的知识，没事的时候，我喜欢在自己的博客里放一些近期的照片，或是发表一些个人看法、写一些心得，偶尔看看心里总是会开心好久。除了计算机，我还很喜欢英语，现在学校里有人专门为研究生组织的英语角，我经常去参加它的活动。这不仅让我锻炼了口语还增长了知识。我非常喜欢现在的假日生活。

话题 16：我的成长之路

每一个人都有自己的成长之路，每个人的成长都有她们自己的故事。我的成长其实和大多数的孩子一样，是在学习中度过的。有人说，成长是痛苦的。因为它把一个人从天真无邪、无忧无虑的世界，带入了一个充满世俗烦恼、虚伪的世界。对这种说法，我不敢苟同。其实，成长是快乐的。成长，是一个人在人生旅途中自身的演变。它使我的思想更成熟，使我遇事懂得要三思而后行。成长使我更明白事理，辨别是非，懂得如何在别人有困难的时候，施以援手。

我认为，成长就是在不同的时候交很多不同的朋友。我的成长之路平凡而简单，从小到大，我有过很多朋友，有的是小学时的玩伴，一起玩捉迷藏，过家家，跳房子，很多很多游戏，是他们陪我度过了我生命中很快乐、很纯真的时光；还有的朋友是初中、高中时的同学，我们一起讨论题目，一起面对考试的压力，一起吃饭学习，是他们陪我度过了我生命中很困难却又很附回忆的时光；现在，我又拥有了许多大学的朋友，除了学习、生活，我们还一起参加活动、组织活动，是他们让我体验到团结的力量和组织的活力。当然还有许多不同辈的朋友，是他们告诫我生活中应该怎样克服困难，应该怎样为人处事，让我少走了很多弯路。就是这些朋友陪伴着我成长，让我懂得了很多人生的道理，让我体验到成长的快乐，当然成长的烦恼是免不了的。成长的过程就像一本书，书中有泪有笑，有愁也有乐，也会有我的理想与憧憬，我会更加努力继续我的成长旅程。

话题 17：谈谈科技发展与社会生活

随着社会的发展，科技越来越发达，所以我们的生活也越来越好，越来越方便。比如，虽然我们现在人口越来越多，但科技发达，楼房也可以越建越高，这样就减轻了土地的压力；楼房虽然越来越高，但上下楼却大多是使用电梯，省力省时，方便快捷。再如，我们使用天然气，微波炉、电冰箱等高科技发展产品，大大缩减了我们做饭的时间；还有，我们每天使用的电脑、电话，电脑使我们的实现很多人脑暂时不能完成的事情，通过网络，我们可以解决很多心中的疑问；电话呢，则方便我们的交流，特别是移动电话的广泛使用，使得我们无论何时何地都可以进行交流。所以说科技的发展与社会生活的是密切相关的。

但是，相对一些比较发达的国家来说，我们国家的科技发展水平还是十分有待提高的。“科技是第一生产力”，所以我们必须要更努力地发展科技。而我们大学生除了要认识到科技的重要性外，还要努力在学好基础知识的前提下努力学习科学技术，用科学技术武装我们的头脑，很后还要将我们学到的科学技术运用到现实生活，为国家的发展和社会生活的提高做出自己的一份力。

话题 18：我知道的风俗

我们的祖国是一个历史悠久的文明古国，历史上产生了很多的传统节日，并从中孕育出了许多有趣的风俗。

先来说说春节吧。春节是我国最重要的节日，也是所有节日中规模最大、礼仪最隆重的。过春节又叫“过年”。即使是千里之外的人，都会尽量赶回来跟家人团聚，过一个和和美美、团团圆圆的快乐年。过年时，小孩子那就更开心了，不仅可以吃到美味的食物，穿上漂亮的衣服，而且还可以拿到压岁钱呢。有一首儿歌我至今还记得：新年到，新年到，穿新衣，戴心帽。姑娘要花，小子要炮，噼噼啪啪真热闹。春节的前几天，家家户户都要打扫卫生，把屋里屋外打扫得干干净净，整理得整整齐齐。大年三十是很忙碌的一天，人们一大早就起来，杀鸡宰鹅、包饺子、打年糕。还有，就是挂年画、贴春联。除夕的晚饭也会非常丰盛，全家老小围在一起吃年夜饭，好不热闹！吃完年夜饭，一家人一起放烟火，一片快乐祥和。

端午节的由来和我国古代爱国诗人屈原有关。插艾叶、挂香囊、吃粽子，是端午节的风俗。只是现在雄黄酒已经很少见了。中秋节吃月饼、赏明月，真是一件美事。每到中秋，家人团聚，仰望一轮圆月，我不禁想起苏东坡的诗句：但愿人长久，千里共婵娟。

话题 19：我和体育

说实在的，我从小就不怎么喜欢体育。上学时，我各科成绩都不错。唯有体育成绩一直在及格线上下挣扎。那时，我最不喜欢上的就是体育课，偏偏学校提出“德智体全面发展”的口号。体育不及格的，都不能参选三好学生。所以，我为此付出了很多辛苦。

我不胖，体质也不算弱。但不知道为什么，体育就不能达到优秀。我最怕的是跳远与长跑，仰卧起坐相对好些，但也只是刚好达标而已。我真的是打心底里羡慕那些轻而易举在体育方面拿高分的人。我知道他们努力过，但我付出的也不比他们少，甚至还比他们还多，可是成效却微乎其微！

虽然如此，体育也还是给我带来了许多乐趣。初一时我被老师选上参加排球比赛，记得那次比赛我们班还赢了呢！如果不是因为怕耽误学习，就继续练下去了。后来我迷上了羽毛球，还参加了课外羽毛球兴趣小组。一番折腾下来，还算小有成就，能打两下子了，现在我已经进了校排球队了。虽然体育也给我带来了不少苦恼，但我热衷于过程。其实我深深的知道，没有一个健康的身体，什么都做不成。所以体育锻炼是很重要的。

这就是我和体育，苦恼与快乐着。

话题 20：我的家乡（或熟悉的地方）

我的家乡是在××市的一个小山村里，那里没有城市的喧哗与繁华，不过那里有山有水，山清水秀，那里是我生长的地方，那里有着我童年美好的回忆。

记得春天的时候，小草钻出地面，树上的叶子也抽出来了，大地一片绿色，就像穿上了一件绿衣裳。我与小伙伴一起到田里捉蜻蜓，玩游戏，像老鹰捉小鸡、捉迷藏、跳格子等。到了夏天，天气热了，我就会与小伙伴们到村口的小河里玩儿。说是河，其实水很浅，只将将没过小腿，我们一群孩子最喜欢光着脚踩在水里，捉小鱼、打水仗。到了秋天，田野一片金黄，山上的野果也成熟了，我就会与小伙伴们拿着篮子满山遍野地乱窜，采各种果子，回来后跟自己的朋友们一起分享。

我喜欢我的家乡，还因为那里有一群朴实可爱的人。只要一方有难，就会八方支援。记得有一次，我感冒了，父母刚好不在家，邻居知道了都过来看我，忙前忙后，带我去看医生，给我做饭，让我真的很感动。

现在家乡的变化很大。一栋栋的2层小楼拔地而起，代替了以往的平房。家里各种电器配备齐全，也通了宽带，装修也很现代，舒适和便捷程度，完全可与城市中的住宅媲美。

我爱我的家乡，因为我爱那里的山山水水，爱那里的乡里乡亲。我衷心地祝愿家乡会越来越好！

话题 21：谈谈美食

不同地方有不同的美食，也都有各自的特色。

我最喜欢的是新疆的美食。新疆的少数民族不吃猪肉，也不轻易说“猪”这个词，说到猪肉，就说“大肉”，他们一般都吃牛羊肉。到新疆人的家里坐客要尊重他们的习俗。他们热情好客，对待客人都很友善。到那里去一定要去尝尝烤羊肉、抓饭和拉面，都是有特色的美味佳肴，还有那里的水果。新疆是有名的瓜果之乡，瓜果品种繁多，最有名的是哈密瓜和葡萄。

品尝新疆的特色美食，是每个到新疆的游人所向往的。馕，是维吾尔人日常生活的主食，它是用面粉发酵后烘烤而成的，可以存放很长时间，而且种类也很多。还有抓饭，抓饭是过节、待客必备的美食，吃时是用手抓的，因此而得名。抓饭营养丰富，具有食补的功效，受到新疆各民族的普遍喜爱。还有烤全羊，它是很具特色的美食，在招待贵宾的宴会上，是必上的大菜。烤羊肉串是维吾尔族一种传统小吃，味道微辣，香而不腻，鲜嫩可口。更有趣的要数肚子烤肉了，肚子烤肉，就是把羊肚子洗干净后，把羊肉剔下来塞进肚子里，再倒些盐水把肉拌匀，然后把口系牢，埋进用篝火烧热的沙子里烤熟。烧烤的只是那肚子，肚子在这里成了饭锅子。人们尝了这种烤肉后都赞不绝口，说只有吃到这种肉时，才能享受到羊肉特有的、天然的鲜嫩香味，那独特的滋味是任何其它方法烹制而成的肉食无法替代的，或许，这是很原始、传之很久远的食俗之一吧！还有烤包子、羊头肉、拌面、凉皮等。

新疆是一个美食汇聚的地方，是一个令吃货向往的好地方。

话题 22：我喜欢的节日

我最喜欢的节日是春节。春节是我国最富有特色的传统佳节，它标志着农历旧的一年的结束和新的一年的开始，人们即将告别寒冷单调的冬季，迎来生机盎然的春天。

除夕之夜，家家户户都会张灯结彩，贴对联、包饺子，除此之外，我的家乡的人们还要杀鸡杀猪用来拜神或祭祀祖先。拜神或祭祀祖先时，会祈祷上天的眷顾。还要放鞭炮，人们是想借鞭炮的响声来驱除妖魔鬼怪，带来福音。接下来就是准备过年的年夜饭，除夕之夜是中国人难解的一个团圆心结，即使人在天涯，也要在除夕之夜赶回家吃年夜饭。吃完年夜饭后，我们一般都是围在电视机旁一边聊天儿玩耍，一边看春节联欢晚会，可是人们的心里面却在默默地等待着新年钟声的敲响。

每当新年的钟声敲响的时候，我总会闭起眼睛静静地许愿，有时也会给自己定下新年的奋斗目标，还有时听到新年的钟声时，我的心里会有一种遗憾的感觉，感慨时光过去得如此匆匆，而自己往年的愿望还没达成，尽管如此，经过岁月的洗礼，我已长大成熟，学会了勇敢地面对现实的一切，乐观地接受新的一年的挑战。但我还是喜欢过年，因为它不仅能带给我新年的快乐，还能让我不断长大，让我不断成熟。

话题 23：我所在的集体（学校、机关、公司等）

我所在的班级是一个充满活力、团结互助、温暖快乐的大家庭。我们班同学大多数来自农村，类似的装束，一样的朴素，一样的乡村风俗，使得我们在一起生活、学习相处得很融洽。大家没有高贵贫贱之分，有的只是平等，互助友爱。

我们的班级是团结的，学校每学期都分年级开展体育比赛活动，有篮球赛，排球赛，足球赛，羽毛球赛等。无论是哪项比赛，只要有我们班参加的，都会看到我们班的同学在赛场旁观看，做拉拉队，队员们出来休息马上会有同学递水、递毛巾。正因为场外同学的团结一致，鼓舞了赛场里的队员们，每次比赛，我们班的队伍总能获奖。当然，取得比赛的胜利，很大程度上决定于队员们的球技，但如果不能团结一致，赛场内的队员们彼此矛盾，不互相配合，胜利的结果能得到吗？所以，班级团结的力量是巨大的，而我们班的团结友好是取得每次胜利的一个保障。

团结、和谐、友爱是我们班级的班风，它让每们同学的心里都感到踏实、温暖，无论哪位同学有自己不能解决的问题，他（她）首先想到的是求助于班级，找同学们帮助共同解决。而哪位同学有了困难，首先向他（她）伸出援助之手的，也是我们自己班的同学，哪位同学的成绩落后了，班里的同学就会帮他（她）把学习赶上。总之，我们班是一个充满活力团结、互爱互助、温暖快乐的大家庭。我爱我们的这个大集体。

话题 24：谈谈社会公德

我们都知道，要想使社会正常运转，生活正常进行，那么遵守社会公德就是大家都应该也必须遵守的。例如，人人爱护公用设施，大家才能享受政府为大家的生活提供的方便；人人保持环境卫生、爱护花草树木，大家才能生活在一个舒适的环境中；人人遵守公共秩序，大家的学习、工作和娱乐才会秩序井然。如果大家都不遵守社会公德，社会生活就会发生混乱，难以维持。

一个国家的人民对社会公德的态度，反映出这个国家的文明程度，是这个国家文明的窗口。它不仅直接影响社会秩序和人民生活，而且对经济建设也有很大影响。我听过这样一个故事，某药厂厂长为更新本厂设备，决定吸引外资。一位欧洲商人参观药厂、听了厂长的介绍后很满意，准备与该厂签订合同。这时，厂长见大功即将告成，十分得意，随口把一口痰吐在地毯上。顿时，外商的脸色显得很难看。他认为，连厂长都这样不讲卫生，怎么想象这个工厂能生产符合卫生标准的药品？于是，立即拒绝签订合同。

对个人来说，是否遵守社会公德，反映出一个人的思想觉悟和道德水平。值得高兴的是，在我们国家，多数人的社会公德意识越来越强。前几年还有人猎杀来公园展示栖息的白天鹅，但现在，当白天鹅再次落户公园时，很快就有人前来资源守护和照管。遗憾的是还有一些人社会公德意识淡薄，他们常常只顾自己，很少考虑公众的利益，他们的行为不仅给别人带来不便和损失，而且也给我们的社会抹黑。

为了要使我们的国家和社会更美好，要在全体人民中大力提倡遵守社会公德，这是对每个公民的基本要求。

话题 25：谈谈个人修养

中国自古以来对人们就有“修身、齐家、治国、平天下”的严肃要求，若是一个人要社会上有所大作为，首先就要修养自己的身心，包括为人正直、善良，言谈举止温文尔雅，具有君子的风范。

那么在科技日益进步、人们生活水平不断提高的 21 世纪，个人的修养是否依然那么重要呢？回答是肯定的。因为一个人，一个社会人，若没有个人修养，特别是道德修养，那势必无法和其他人相处、无法和其他人合作，这样的一个人是无法在现今的社会中生存下去的。

个人修养体现在日常生活中的点点滴滴：从言行举止到衣着打扮，从专业工作到世俗生活，每一处都是个人修养体现的舞台。而个人修养的提高是日积月累的结果，是需要不断补充新的知识营养的。有一句话说得很好，“腹有诗书气自华”，意思就是要多读书，多增加知识的积累，内涵丰富了，自然会气质高雅、光辉照人。不过，光有知识还远远不够，个人修养还包括良好的个人道德的养成。生活中不乏受过良好教育而个人道德品质却欠缺的畸形人才，这样的人对社会所造成的危害往往更大。所以，我们欢迎的是德才兼备的人才。

个人修养高的人不仅会关爱自己，更会关爱他人。首先从知识方面，他们懂得多；从眼光方面，他们看得远；从涵养方面，他们心胸开阔；从社会参与方面，他们博爱惠众。他们自己活得快乐而充实，他们给别人带来的也是愉快和幸福。

我们希望整个社会个人修养高的人越来越多，但更应努力学习，成为他们中的一员！

话题 26：我喜欢的明星(或其他知名人士)

我最喜欢的明星是著名节目主持人杨澜。我喜欢她，因为她是一位敢于挑战自我的人，是现代职业女性的典范。

杨澜毕业于北京外国语大学英文系，曾担任中央电视台《正大综艺》节目的主持人，她那出色的口才和充满魅力的人格形象受到了全国观众的一致喜爱，并因此获得了中国首届主持人“金话筒奖”。

我是从她后来主持的《天下女人》的节目中开始认识她的，这个《天下女人》节目就是一个专门诉说经历过坎坷曲折的成功女性的故事的节目，这个节目道出了女人的心声，鼓励着新时代的女性要勇敢地追求自己的事业。除了主持，听说她还是一位叱咤风云的女商人。

一个方方面面都如此成功出色的人，怎能不受人崇拜和喜爱呢？

记得著名作家冰心曾说过，“成功的鲜花，人们只惊羡它现实的明艳，然而它当初的芽儿，却浸透了奋斗的泪泉，洒遍了牺牲的血雨。”是的，成功的鲜花固然令人羡慕，不过这成功的背后所付出的一切却鲜为人知。从中我悟出了一个道理：不要只羡慕别人的成功，只要自己肯努力付出，成功的鲜花也一样会属于你。

话题 27：我喜爱的书刊

我喜爱的书刊很多，但是《女友》杂志，确是我很钟情的。和它结缘，还要从高中说起。那个时候，我的学习非常紧张，各种看不完的教科书、辅导书，做不完的习题……哪有心思看别的杂志。有一日，经过报刊亭，顺手拿起《女友》翻了翻，马上就被里面丰富的内容给吸引，就这样和它结下了深厚的友情。

为什么会喜欢《女友》？最初吸引我的是标题，一看就知道和女孩的生活息息相关。自然，杂志里面大多写的都是女生的故事，女生喜欢的一切东西。每次翻开杂志，我先看的就是卷首，因为在这样一页空间里，主编所写的每一篇，都为整个杂志的内容拉开了序幕，也为每期的主打内容进行了铺垫，文字温暖，思绪流畅，总能给我带来很多思考和遐想，也令我回味无穷。

《女友》所设计的每个栏目，都有好听的名字，象什么“青春志”“女孩走四方”“也许有灵犀”等。不仅名字好听，内容更是好看，没有浮夸，没有虚伪，有的是真实，有的是朴质。面对当今复杂的社会，教会女生们如何爱护和保护自己，如何在职场脱颖而出，如何把握人际关系，如何对待爱情和友情，等等。并且内容的表达并不是空洞的陈述，而是通过一些生活中经常能碰到的事情为例，通过现身说法，让大家切身体会。这是我喜欢《女友》的另一大原因。《女友》杂志，在多年的发展中也是蜕变成一个成熟的少女，不仅用华丽的封面来装饰，也保留其固有的内涵精华。带来了视觉享受，也带来了心灵享受，让我无法不独爱它，喜欢它。

话题 28：谈谈对环境保护的认识

“保护环境，人人有责；珍爱生命，保护环境。”这是大家耳熟能详的一句话。但社会发展成工业发达，经济快速发展的今天，环境也付出了惨痛的代价。

我们都知道，工业的发展在促进了经济的高速发展、给人们提供了更为舒适便捷的生活的同时，也对环境带来了严重的破坏。就拿我的家乡的××河来说吧！我小时候这条河清澈见底，水中鱼虾游动，周围居住的人们只要有空，就会相约去那儿游玩嬉戏。可现如今的××河早已不复当年了，水位降低了不少，水也变得又脏又臭，别说游来游去的小鱼了，整条河都呈现出一片死气沉沉。这是因为上游的山上过度砍伐，使水土流失严重，河水水位下降、水流也携带了很多沿途两岸的泥沙；二是因为河两岸的不少工厂的废水排入河中。

虽然近几年，大家的环保意识在不断的加强，政府的监管力度也在增加，但还是有一些利益至上的人，为了短期利益，不顾对环境的危害，偷排有害的废水废气。所以除了政府继续加强监管力度，还要做好宣传和教育工作，让社会大众更深刻地认识到保护环境的重要性，让所有人都产生出强烈的环保意识，也都认识到善待地球才是善待我们人类自己。人们还要从自身做起，同时去影响教育身边的每一个人，参与到环境保护的实际工作中去，还蓝天白云、青山绿水以本色，这才能让我们的生活更加美丽。

还是那句话：“保护环境，人人有责；珍爱生命，保护环境。”

话题 29：我向往的地方

云南的丽江是我一直向往的地方，我梦想着有朝一日能在那里定居，过着那种闲适悠然的生活。

我没有去过丽江，但是我向往那个地方。因为很多网友告诉我，以后有能力一定要去一次。丽江，时间在这里变得缓慢，自己不必再匆匆赶路，不必再面对费心的工作；甚至可以关掉手机，悠然地漫步在青石板路上，丢掉所有的烦恼，沉浸在缓慢的生活基调里面，让心情自由的飞翔。

其实我对于丽江了解的并不多，所知道的都是来自于大学同宿舍的一个来自丽江的同学的描述。

水是丽江的血液。丽江的水很清很秀，一如玉龙雪山那般圣洁，造就了丽江这个人杰地灵、钟灵毓秀的好地方。大家常说水灵儿、水灵儿，有水就有了灵气。如此清秀的水才养育了如此灵秀的丽江人。

桥是丽江的骨骼。在丽江，桥就跟柴米油盐一样离不开人们的生活。丽江的桥是那么古朴、纯粹，不加任何修饰，但却比那些经过豪华装饰的桥来得更加自然，更加具有亲和力和生命力。丽江到处都是桥，可以毫不夸张地说，在丽江，人们走过的桥甚至比走过的路还长。

丽江的人们勤劳、善良，日出而作日落而息，怡然自乐，过着与世无争的生活。那里的生活是慢节奏的，没有城市的声色犬马、灯红酒绿，少了一份喧嚣，多了一份恬静、祥和。那里的人们走路不疾不缓，不像都市男女那样行色匆匆、形神疲惫。

如此美丽的丽江，如此恬静的丽江，让我如此的想往！

话题 30：购物的感受

购物，是人人都习以为常的一种活动，可以说，自从人类社会有了市场、有了私有财产可以进行交换开始，就有了购物的存在。通过日常生活中的种种购物活动，我觉得，购物也是一种本领，也需要学习。只有学会购物，才会在购物的过程中避免上当受骗，才会买到价廉物美的东西，这就是我很深刻的购物感受。

购物是什么？购物就是买东西。菜米油盐、衣食住行，在经济发达的现今社会中，哪一个生活环节不需要购物，作为购物大军中的一员，我们要注意的有很多。如果买食品类的话，要注意商品的质量，注意看它的生产日期和保质期，注意其中的各种成分，注意外包装是否有损坏，等等。还有，随着经济的发展，现在东西的价格也越来越贵，但“一分价钱一分货”并不是在每什么物品上都有所体现，很多物品价格的提高并没有伴随质量的相应提高，特别是网上购物。它作为一种便捷购物手段，已经占据了大多数的销售渠道，但是不少不良商家凭借顾客无法直接看到货物，仅能凭借图片进行判断的情况，以次充好，欺骗消费者。还有就是现在很多物品都借着各种名头搞打折活动，而商家却并非想让利于大众，而只是想借一下打折的名头而已，往往都是在提高了原价格的基础上再打折。对于购物中的这些情况，我们作为消费者都应该了解清楚，不然最后吃亏的肯定是自己。

此外，大家可以说都是经常购物的人，但真正会购物的人并不多。很多人都是买得盲目，跟从主流、贪图便宜，也不管质量如何、是否适用。我们应该要学会科学购物。把钱用在点子上，有计划地购物，不跟从，不盲目。根据自己的实际需要适度消费。总之，我们应该擦亮眼睛，学做一名理智的消费者。