我最緊張的一件事 四年三班楊涵亞

生命中總有些令人緊張的時刻，這些常常發生在讓人感覺到壓力產生或者有重大事故時，而在我的生命中也曾有過一次讓我緊張到直冒冷汗的經驗！

我學習英文已經很多年了，尤其是這幾年來，我覺得我的英文能力突飛猛進，除了認識更多的字彙，發音也越來越標準了，對自己開口說英文也更加有自信，所以我的英文老師就推薦我去參加英文說故事比賽。

這次的英文說故事比賽，讓我非常的緊張，因為這是我第一次參加英文比賽，所以我除了背誦演講稿之外，每天堅持站在補習班門口拿著麥克風大聲的練習演講給人來人往的路人聽，只為了訓練自己上臺的膽量。雖然我對自己參加英文演講比賽很有自信，但是，到了比賽的前一天晚上，我還是緊張到幾乎睡不著覺。,

到了比賽當天，我帶著一顆忐忑不安的心到達比賽現場。到了現場一看，我簡直嚇呆了，一眼望去滿屋子人山人海，沒想到這次參賽的小朋友這麼多，當下那種緊張害怕的感覺又來了，幸好媽媽一直在我身旁陪伴鼓勵我，才讓我稍稍緩和緊張的情緒，終於輪到我上臺演講了，結果我因為實在太緊張了，所以一上臺腦袋一片空白，有點小忘詞，不過我還是努力克服緊張感，把故事給講完。

幾天後成績公佈了，一如我的預測，因為我的緊張而造成馬前失蹄，雖然沒有得名，不過我覺得這是一次很好的體驗，能讓我學習到平常感受不到的上臺經驗，俗話說得好：「失敗為成功之母」，有了這次參加比賽的經驗，以後我會學習先調整好自己緊張的情緒，不再被自己的「心魔」打敗，相信我一定能爭取到更好的成績。