# 携手丽岗,奋勇超前----湛师09电本暑期三下乡支教心得

来源：网络 作者：空山新雨 更新时间：2024-07-31

*第一篇：携手丽岗,奋勇超前----湛师09电本暑期三下乡支教心得携手丽岗，奋勇朝前记2024年暑期三下乡支教实践活动日子真的像流水一样，明亮而透明，凉丝丝地滑过我的静脉，带着暗蓝色的时光一去不复还，2024年的暑假就这样悄声无息的来到了。...*

**第一篇：携手丽岗,奋勇超前----湛师09电本暑期三下乡支教心得**

携手丽岗，奋勇朝前

记2024年暑期三下乡支教实践活动

日子真的像流水一样，明亮而透明，凉丝丝地滑过我的静脉，带着暗蓝色的时光一去不复还，2024年的暑假就这样悄声无息的来到了。

在这火红的季节，我们暂别了象牙塔中舒适的生活，带着青年人特有的蓬勃朝气，来到茂名化州丽岗镇中心小学，进行为期十天的暑期“三下乡支教”社会实践。通过此次社会实践让我们褪去了一丝娇气、幼稚、浮躁与张狂，收获累累。

这是我们的第一次支教活动，因没有经验，在准备工作期间和联系学校时，遇到了很多问题。虽临近考试了，但大家仍能抽出时间来开会，分工合作，做好支教的前期工作。一开始联系好的小学，在签约的前几天突然反悔了。可是我们没有放弃联系其他学校，虽然只有几个星期的时间，不到最后期限，我们不会前功尽弃的。最终，我们联系到了茂名丽岗镇中心小学，虽然校长的教学要求很高，但我相信我们一定能胜任的。

7月11号早上6:20分，汽车从湛师出发，驶向茂名，载着42颗在考试后的痛苦中挣扎的同时又对未来十天的支教生活充满兴奋与期待的心，缓缓而行。一个半小时后，到达目的地，支教生活正式开始。

林汉书记给我们开了一个短暂的会议后，便开始与校方班主任的交接工作。一个小时之后便开始走马上任了。我担任五（5）班的班主任，第一次站在讲台上分配清洁任务，看着38双闪烁着好奇的眼睛，有点紧张，说话也有点颤抖了。后来便也习惯了。

身为班主任，每天早上要去督促学生搞好教师和公区卫生，午休和晚上睡觉都要查房要查房，上课时要去巡查课堂纪律，晚修要和学生在教室自习，还要去督促学生们排练成果汇演的节目。同时身为后勤组的组长，我要负责管理队员们的药物的使用及购买和支教过程中各种物品的费用支出。作为一名数学教师，每天要备课、布置课后作业和一些简要的奥数题、批改作业、针对不同问题讲解作业与习题。作为一名健美操老师，每天下午和晚上都要各抽一节课去教健美操。每天都像一个陀螺一样转个不停，脚像灌了铅似地，眼皮也有千斤重，但看到一

张张可爱的笑脸，心里还是很开心。

因为当时已经放暑假了，很多回来补课的同学之前就是住宿的，也有一些为了补课而第一次住宿的，学校是完全封闭管理的，学校领导和家长对我们的要求很高，压力挺大的。

刚开始，孩子们都不敢和我们聊天。为了尽快熟悉和了解学生，我们几个任课老师就和孩子们一起吃饭，一起去打篮球，玩游戏。那些总是闯祸的调皮的捣蛋鬼，也经过我们的思想教育，在支教的十天里安安分分。课上，我们是师生关系；课下，我们是朋友关系。课余我们玩成一片，这也许是他们与我关系那么好的原因。也许有人会觉得这样自己好像不是一个老师了，但通过这次的支教，让我明白有时放下身份也是一种美。你把他们当朋友，他同样也会把你当朋友。因为你怎样对待别人是别人怎样对待你的砝码。而且也会因为这样，他们更用心去上你的课，因为他们懂得不让你这个朋友失望，他会懂得尊重你这个课堂时为老师，下课时为朋友的人。可能我说的不是很正确，因为也不排除他们是因为我讲课快而怕漏掉什么才会那么用心的情况。

站在讲台上，我察觉到了肩上的责任，同时也为自己的负责而感到欣慰。我不知道几天的教学能否真正给他们带去什么，但我从教的过程当中可以看出他们那看到曙光的眼睛所散发出的光芒。短短的十天，我也意识到，课不是一天两天准备出来的，靠的是平时。想做一个成功的教师，就得平时认真备课，课上生动授课。

当时天气的炎热，很多学生相继中暑，反复发烧，我们很快就召开紧急会议，减少了室外的剧烈性运动的课程，组织大清洁杀虫，酸醋消毒，以防传染，校方也买了很多防暑的药品。根据学生缺少饮用水的情况向校方提议安装饮水过滤器，也得到了校方的许可和落实，解决了学生的饮水问题。期间我们也去了一些学生家中家访，因语言不通，沟通有点困难，但还是顺利完成了任务。

十天，转瞬而逝。离别前夕，教室里，一双双小手紧紧的抓紧我们的衣襟，哽咽的声音响成一片，为我们流下了不舍的泪滴。这帮调皮的懂事的，总是带给我不一样的“意外惊喜”的孩子，怎能让人遗忘？

7月21日早上，当看着他们离别的信笺，忆起收到他们自制的礼物时的甜蜜，心中又开始了一阵阵波澜起伏。他们那纯真的笑脸让我再次回到了骑在单车 2

上单纯的花样年华。是他们将我带进了时光隧道，重温了当日单纯式的幸福。一切的一切，已经不能用言语表得明，只能用行动去缅怀这一切，珍惜这一切。

通过参加社会实践活动，思想碰撞出了新的火花，也让我充分体会到了队员们的热情与投入，亲身感受到了团队配合的巨大作用，一个人的能力毕竟有限。唯有团队配合才能事半功倍。就拿这次社会实践来说，我们至始至终是以团队的形式进行的，使我亲身感受到了团队的魅力所在。“ 在大学里学的不是知识，而是一种叫做自学的能力 ”。这次实践后才能深刻体会这句话的含义。“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。社会实践使我们找到了理论与实践的最佳结合点。通过实践，原来理论上模糊和印象不深的得到了巩固，原先理论上欠缺的在实践环节中得到补偿，加深了对基本原理的理解和消化。“艰辛知人生，实践长才干”。本次社会实践仅仅是为我们以后的社会实践开了一个好头，我们将以本次实践为点，多多总结经验，我们不能再做“养在深闺”里的“骄子”，每日“两耳不闻窗外事，一心只读圣贤书”，做着日后事业有成、飞黄腾达的白日梦了。也清楚地明白了要付诸于行动才会有深的体会，有更多的所得。实践出真知，学以致用，服务社会！社会才是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值将真正得到体现，我们要珍惜每一次锻炼的机会。但愿以后还能有机会走出校门，走向社会，投身社会，使自己真正从中受益。

“成功的花，人们只惊羡它现时的明艳，而当初的芽，却浸透了奋斗的泪泉，洒满了牺牲的血雨。”我们要懂得在苦中作乐，因为热爱，所以选择，因为选择，所以负责。

**第二篇：暑期三下乡支教心得**

暑期三下乡支教心得

三下乡已经过去好久了，回顾那段难忘的日子，我感慨良多，这次三下乡留给我的不仅是感动，还有成长。

在抵达南侨小学时，我便知晓我长达一周的令人万分期待的三下乡活动就要开始了。怀着那份激动，我开始了我的第一次三下乡活动。

刚开始知道我是五年级的班主任是，心情是复杂的，因为我一直对自己的领袖能力怀着怀疑的态度，但同时我又是激动的，我认为这是锻炼自己的一次机会。怀着如此复杂的心情，我见到了那群小家伙，我的学生们。就在懵懵又紧张的状态下我和另一名班主任进行我们的第一项任务，自我介绍以及介绍我们的学校和此次三下乡活动。就那样，我的三下乡之旅开始了。

刚开始当班主任时觉得有些吃力，因为不懂得如何管理好班里的纪律，也不忍老是对他们大呼小叫，还好最后，虽然还是当了“严厉的母老虎”但总算觉得有所收益，这是我最开心的了。

义教过程中总有那么几个可爱的小家伙让我印象深刻，譬如乖巧懂事的欣媛，可爱的刘雪，还有那个有些自以为是但却很讲信义很重感情的兴月，那个只会三脚猫功夫却老是嚷嚷着要和我打架，有人欺负我会帮忙的宇航，还有人小鬼大的石嵩，有正义感的正朋和艰苦奋斗努力学武术的XX和XX。当然还有其他班级的，如三年级的和基源，我超级爱他们的，基源上课很认真，总是自己拿着毽子在一旁努力练习（我教的是毽球课）。而是一个听话的孩子，托他的福，我想在三下乡打篮球的愿望得以实现。

再说起我们这群可爱的老师们，我想念的是柯老师的手艺；想念的是总喜欢和我玩的荣平师兄还有喜欢叫我少叉的“可恶”的荣生师兄；想念的是流着汗扛着相机拍照的贝贝；想念的是我亲爱的搭档刘艺和钦锋；想念的是和华叔他们一起吃碎冰冰，那味儿，好吃！还有其他的伙伴们！

是他们带给我欢乐，带给我感动，而在这些难忘的欢乐和感动中我也在一点点地成长。我试着学会了以一个老师的身份和学生相处，我也懂得了作为一名老师的责任重大，我也明白了团队合作的重要性三下乡活动的重要意义„„

在这次三下乡活动中，我们去一个老人院打扫卫生，那是一个老兵之家。我对老兵是敬重的，他们的贡献是巨大的，他们的晚年是辛酸的，虽然有老兵之可以居住，但是整天待在那里看电视是最磨人心志，是最无聊的悠闲。而这，让我觉得难过，不只为这群曾经为国贡献的兵人也为自己那不可预知的未来。我害怕自己的晚年会是无聊至极地度过，也害怕自己的一生碌碌无为。

在这次三下乡活动中，真的是收获良多！不仅收获了友谊还有知识，希望我们的三下乡活动能越办越好。

**第三篇：暑期三下乡支教心得**

暑期三下乡支教心得

“我怕我没有机会∕跟你说一声再见∕因为也许就再也见不到你……”脑海中一直回荡着这首《再见》。为期八天的三下乡结束了，看着小朋友们和广财小伙伴们的身影，带着不舍离开了沙溪小学，心里感慨万千。

回想这八天的生活，从第一天的抱怨和不习惯，到最后一天的依依不舍，我学会了很多。虽然中间还有许多有趣的小插曲，被蚊子咬得满身包；在地板睡得全身酸痛；早上很多起床买早餐；总觉得很累，吃不够饭；被小朋友们整得要死等，但是我丝毫不后悔来这里三下乡，在这里收获了韩师和广财小伙伴们的友谊，还有小朋友们纯真的笑脸，痛并快乐着，这就是三下乡最好的表达，但更多的是快乐。

第一天来到沙溪中心小学，印象就是学校好小啊，水好小，洗澡排了好久好久的队，累得我一倒就睡。那一天晚上，开了一个好长好严肃的会议，硝烟四起，两个队伍的合作似乎不容乐观。不过经过事实证明，这是想多了。也许刚开始是没有那么顺利，但是我们慢慢地都融入到了一起，为了共同的目标，团结互助，顺利地完成了小学的教学任务还有文艺汇演。这是大家一起努力的成果。

每天早上，五点半就有人起床去买早餐了，剩下的人又要在小学生来之前吃完早餐，为了给他们留下好印象。每天还没上课前，坐在门口，看着来来往往的小朋友们，发现自己真的不年轻了，完全没有他们那种纯真和充沛的精力，他们好像是可爱的小兔子，对事物充满好奇，又蹦蹦跳跳，充满生机和活力。每天上课前，总要精心准备上课内容，想着怎么让他们把那些东西吸收进去，又要想着法儿阻止他们的捣乱，这还真不是一个好活儿，不过我们却乐在其中，看着他们欢乐的笑脸，觉得一切都够了，最美好的莫过于小朋友们发自内心的微笑了，我想我永远也不会忘记那纯真无邪的笑了。

印象最深的还是去家访的时候吧，家长们是那么的热情，拿出他们有的东西来款待我们，生怕怠慢了我们，难以忘怀的还是他们谈到孩子时的神采奕奕，那是骄傲，那是无奈，那是流露出的爱啊。我深深地相信，世界上再没有其他爱比得上父母对孩子的爱，平凡而伟大。

在这短短的八天里，学会了与伙伴们分享快乐，分担责任，团结合作。与小朋友们相处的时间了，快乐而又满足，明白了老师的不易，也学得了一些上课的经验，这是在课本上远远学不到的东西。在这里也深深体验了生活，知道现在安逸的生活来之不易，更懂得了珍惜。就像《再见》说的“这些日子在我心中，永远都不会抹去”，我永远也不会忘记这段艰辛快乐的日子。

**第四篇：暑期三下乡支教心得**

这次三下乡活动在xxx进行，刚到第一天，我们参观了学校给我们安排的宿舍，宿舍和我们高中的学生宿舍差不多，但因为我没有住过高中的学生宿舍，对比我们的大学宿舍，这里没有水，没有电插座，没有风扇，床上有蚂蚁，地上有蟑螂，我们开始的时候都觉得很难接受，但是想到西部那些边远的山村，那里的条件更加恶劣，却有大学生愿意过去支教，他们的支教不是以天计算的，而是以年计算的，我们区区七天，如果我们连一个星期都挨不来的话就太丢脸了。

第一天我们一早就开始学生的签到工作，然后开了一个简短的见面会，第一次做老师让我心情很紧张，也很激动，开始的时候以为小孩子都是很难对付的，但他们在我面前的表现打消了我的顾虑，很多学生都很有礼貌，也很听指挥。见面会结束后我们就马上回到学校安排给我们的3个教室进行我们的支教任务。我加入这个三下乡团队时候被安排在文娱组，主要是负责兴趣班，由于兴趣班的安排工作比较紧张，所以在开班前一天晚上我们就开会讨论并安排好工作，但是在实行的过程中才发现，我们的沟通还不够，准备还不够，把表格弄得一塌糊涂，以致后期的分类工作艰难进行，最后通过大家帮忙才顺利完成了。

活动刚开始的时候我觉得时间很难过，1天的时间真是很漫长，可能是因为早起晚睡然后工作也不多的原因吧，到了第七天才觉醒，我们将要离开了，我的记忆中有那首欢快的手语歌和小朋友们不熟练的手语动作，有十六步、三十二步的数拍子的声音和小朋友们低头看脚的舞步，有炎热的天气闷得我们睡不着觉的叹息，有蟑螂拍过我们脚下的尖叫声，有半夜看夜空星辰壮观的感慨……特别是感情方面，在最后的文艺汇演结束，我们各自发表简短的实践感受时，我忍不住哭了，因为这次活动带给我们很多回忆，很快就要分开了，才发现有太多的不舍，刚刚在台上大家都卖力演出，而很多同学都是第一次上台，他们从容自如没有太多的紧张胆怯，我相信这场汇演将带给他们更多的自信，而他们所参加的这次三下乡活动，为他们开阔了视野，接触了很多之前从来没有接触过的新鲜事物，特别是在我们支教的老师身上学到了很多东西，而我学到的是从老师的角度领悟到那些同学，什么行为能让老师认同，学会了如何跟学生打交道，明白老师的个人魅力来自于老师的性格和思想，从而指导我应该从哪个方面发展，回到学校就有个明确的学习方向。

我们第一次当老师的和那些在学校长期任教的老师有很多的不同点，我们更善于融入学生里面，就如某些学生跟我们反映，他们从来没有想过能够和老师成为朋友，其实老师不必一开始接触新同学就树立起老师的权威，我们要融入学生群体当中只能用平等的身份融入，同时让学生知道自己能在老师身上学到很多东西，同时教会同学要尊重师长，而不是一味顾着教学任务是否达标，学生是否会出状况从而影响到自己收入和上级的评价，所以，学校能安排时间给给满腔热情的大学生作为老师和学生接触的话，也可以减缓学生的厌学情绪，能让学生得到更好的发展。

**第五篇：暑期三下乡支教心得**

这次三下乡活动在xxx进行，刚到第一天，我们参观了学校给我们安排的宿舍，宿舍和我们高中的学生宿舍差不多，但因为我没有住过高中的学生宿舍，对比我们的大学宿舍，这里没有水，没有电插座，没有风扇，床上有蚂蚁，地上有蟑螂，我们开始的时候都觉得很难接受，但是想到西部那些边远的山村，那里的条件更加恶劣，却有大学生愿意过去支教，他们的支教不是以天计算的，而是以年计算的，我们区区七天，如果我们连一个星期都挨不来的话就太丢脸了。

第一天我们一早就开始学生的签到工作，然后开了一个简短的见面会，第一次做老师让我心情很紧张，也很激动，开始的时候以为小孩子都是很难对付的，但他们在我面前的表现打消了我的顾虑，很多学生都很有礼貌，也很听指挥。见面会结束后我们就马上回到学校安排给我们的3个教室进行我们的支教任务。我加入这个三下乡团队时候被安排在文娱组，主要是负责兴趣班，由于兴趣班的安排工作比较紧张，所以在开班前一天晚上我们就开会讨论并安排好工作，但是在实行的过程中才发现，我们的沟通还不够，准备还不够，把表格弄得一塌糊涂，以致后期的分类工作艰难进行，最后通过大家帮忙才顺利完成了。

活动刚开始的时候我觉得时间很难过，1天的时间真是很漫长，可能是因为早起晚睡然后工作也不多的原因吧，到了第七天才觉醒，我们将要离开了，我的记忆中有那首欢快的手语歌和小朋友们不熟练的手语动作，有十六步、三十二步的数拍子的声音和小朋友们低头看脚的舞步，有炎热的天气闷得我们睡不着觉的叹息，有蟑螂拍过我们脚下的尖叫声，有半夜看夜空星辰壮观的感慨……特别是感情方面，在最后的文艺汇演结束，我们各自发表简短的实践感受时，我忍不住哭了，因为这次活动带给我们很多回忆，很快就要分开了，才发现有太多的不舍，刚刚在台上大家都卖力演出，而很多同学都是第一次上台，他们从容自如没有太多的紧张胆怯，我相信这场汇演将带给他们更多的自信，而他们所参加的这次三下乡活动，为他们开阔了视野，接触了很多之前从来没有接触过的新鲜事物，特别是在我们支教的老师身上学到了很多东西，而我学到的是从老师的角度领悟到那些同学，什么行为能让老师认同，学会了如何跟学生打交道，明白老师的个人魅力来自于老师的性格和思想，从而指导我应该从哪个方面发展，回到学校就有个明确的学习方向。

我们第一次当老师的和那些在学校长期任教的老师有很多的不同点，我们更善于融入学生里面，就如某些学生跟我们反映，他们从来没有想过能够和老师成为朋友，其实老师不必一开始接触新同学就树立起老师的权威，我们要融入学生群体当中只能用平等的身份融入，同时让学生知道自己能在老师身上学到很多东西，同时教会同学要尊重师长，而不是一味顾着教学任务是否达标，学生是否会出状况从而影响到自己收入和上级的评价，所以，学校能安排时间给给满腔热情的大学生作为老师和学生接触的话，也可以减缓学生的厌学情绪，能让学生得到更好的发展。

----------------

今年暑假，我跟随xx师范学院赴xx县xx镇《国家中长期教育发展规划纲要》实践小分队参加了为期十天的三下乡活动。主要任务是到xx县xx镇中心小学义务支教。虽然只是短暂的十天，但让我学到了很多，又发现自己还缺少很多。这十天的支教，我最大的感触就是要全面提升自身综合素质，做一名优秀的人民教师。

在这十天的教学工作、调查、交流和生活中，我学会了很多东西，对一些事情也有了新的看法，对自己的认识更进了一步。我真的非常感谢这次三下乡，给我提供了一个广阔的锻炼自己的平台。这十天的时光将会给我留下永恒的回忆，这次实践也会成为我人生的一笔财富。支教结束之后，思考了很多，想了很多，也让我体悟到了许多。下面我就将我的一些体悟与大家一同分享。

一、把握机会 加强锻炼

实践是检验真理的一个标准，切实加强和锻炼理论联系实际的能力，现代教育也越来越重视社会实践。因此我们要充分利用三下乡的机会来锻炼自己，提升自己各方面的能力，为以后进入社会打下良好的基础。我们要在在没有条件的情况下创造条件，在艰苦的环境中适应和改善环境，这才是对个人能力的最好锻炼，在三下乡给我们提供的平台上，我们要充分施展才干，积淀工作、生活素质和经验，我们只有走出学校，走进社会，才能把学校所学的理论用于实践，在实践中了解自己，在实践中战胜各种困难和挫折，经受锻炼，增长才干，增强工作实践能力。

二、努力学习提高从教能力

在这十天的教学中，我发现自己还有很多东西需要去弥补。普通话不太标准，专业知识不够扎实，现代教学方法没有掌握且不能灵活应用等等。为此我今后要加强这些知识的学习和锻炼，刻苦学习，全面提高自身素质，将来做一名称职的人民教师，以最佳的姿态投入到教育事业当中去。

三、奉献爱心 帮助他人

大学生支教就是用我们微薄的力量，去帮助那些孩子，为了那些山里的孩子能够更好的学习以改变自己的命运。支援贫困地区教育文化事业发展。我们不是去游山玩水，我们是在教育别人的同时也磨练了自己，我在这十天的教学中，始终给同学们讲这样一个道理。一个人无法改变自己的生活条件，但可以改变自己对生活的态度，态度决定一切，细节决定成败。运用到学习中那就是我没有办法改变我的学习条件，但我可以改变对学习的态度，我相信勤能补拙，只要我们刻苦学习、顽强拼搏，就算没有好的学习条件，我也可以有一个美好的前程。

三、讲求合作 提高效率

当今社会是一个竞争十分激烈的时代，单凭个人的单打独斗是不能办成很多事的。因此我们必须讲求合作，合作精神、合作意识显得非常重要，因为在当下每一个人都是相互联系在一起进而构成了变幻莫测、纷繁复杂的社会关系网络。我们要以宽广的胸襟和诚信的人格去和别人合作，和有的人合作一次，可能就一去不复返了，但和有的人合作一次就成为朋友，朋友之间就更需要相互的包容与理解。因此我们要珍惜每一次的合作机会，诚信合作达到双赢的效果。可以这样说，一个人的诚信度有多高，她/他的成就就有多大。

在评价别人的缺点时，首先要保证这些缺点在你身上就是优点。

在这十天里，我对此就认识非常深刻。就拿给三年级二班排节目来说，如果没有合作互助，仅凭我一个人就不会有那么好的效果。一起三下乡的同胞们，我愿和你们做永远的朋友，真诚的希望你们都能够答应。现在就把我们的合影放在这里。

四、学会感恩回报社会

金集镇的村民给我的感受是，他们那么的淳朴和慈爱。我们在教室住宿，是他们借给我们被子，让我们度过了十个晚上，对待我们想自己的孩子一样。让我非常的感动。我在这里珍重的说一声：谢谢叔叔阿姨，向你们致敬。

我们的生命不是上帝给予的，而是我们的父母给予了我们的生命。父母艰辛的把我们抚养长大，无时无刻不关怀着我们，当我们独立了，当我们有成就了，我们最不要忘记的是自己的父母，其次是帮助过、鼓励过我们的所有人。因此我们要懂得感恩，要把感恩形成一种不需要理由就去作为的行为，让我们的灵魂深处，心底里、骨子里都懂得感恩。当一个人的人生目标实现了，价值得到升华了，就应该到回报的时候了。我认为回报有三个层次：回报父母和朋友；回报社会和你周围的环境；回报人类。

我们还要在追求成功的路上重视下面的八个人

第一、亲人：血缘，给我生命——不忘亲人

第二、贵人：在艰难的时候帮助过——感恩

第三、爱人： 伴随左右、默默支持——关怀

第四、友人：朋友、同学、战友——常交

第五、好人：善良、不做坏事的人——善行

第六、敌人：争锋相对、刁难我——战胜

第七、小人：君子坦荡荡、小人长戚戚—谨防

第八、路人：同路之人——三人行必有我师

我们在在成功道路上需掌握的词：

用心：

1、专

一、专注、一心一意；

2、策划、谋略、设计、规划经营；

3、学会 ‘赚’选择：人生犹如十字路口，要学会选择

4、成本：一定要有成本概念。

五、做好人生职业规划脚踏实地走下去 实现人生价值

在成就别人的基础上成就自己，实现自己的人生价值，完成自己的人生愿望。

每一个人要想成就一番事业，就首先必须有一个明确的目标，并不断的努力学习，坚持不懈的拼搏去实现它。制定目标需要注意三点：目标需现实化、目标需具体化、目标需可操作化。不要做一只无头的苍蝇，乱飞乱碰，最终什么都没有留下就丧失了自己的生命。每一个人的人生目标都是由许多小的目标的实现组合在一起完成的。我把小的目标称为部分，人生目标称为整体，部分的力量都发挥出来并有机的组合在一起的话，那么整体的力量是无穷的。正所谓“不积跬步，无以至千里。不积小流，无以成江海”就意味着你的人生是成功的，就真正的实现了你的人生价值。我们要始终相信三个公式：理念+实践+经验=成功、战略+执行+积累=成功、简单+勤奋=成功。

当今社会，就业形势这么严峻，在这样的形势下如何获得一份工作呢？我认为：首先要了解清楚社会需要什么样的人才，社会需要全才基础上专才的人才。很多方面基础很好再加上一门技术知识都过硬、潜力很深的专才，最后带上你高尚的人品气质、宽广的胸襟、永不放弃的自信，工作将会来临，抓住机遇，你要知道机会是留给又要准备的人，想要抓住机会，就按照“全才基础上专才的人才”的标准去打造自己吧，去充实自己吧，去准备吧。

每一个人都有懒惰性，那么如何克服这种懒惰性呢？第一，有一个明确的人生目标作为前提，有精确的计划，计划细到每一年、每一月、每一天；第二、每次工作学习之前，想想你的人生目标，想想如果你实现了的话将会咋样，让你的一切行为为你的人生目标服务；第三、培养超级自信力和顽强的进行不懈努力的毅力；第四、把“有志者事竟成”作为一个消除懒惰、进入学习工作状态的动力。

人的一生有三个点：起点、转折点、终点。起点既出生，可以说人人都是平等的；转折点就是人生道路上每一次重要的选择，选择你的方向、你的目标，这对一个人的一生是否有成就起着决定性的作用。只要每一个人让自己的人生转折点都具有挑战性、困难性丰富性的话，那么对于你的终点来说，也即你的晚年生活，只有每一个转折都是成功的。那么你的晚年生活是多么的美好、多么的幸福，在黄昏的傍晚回忆起你艰苦拼搏、刻苦奋斗的一生，讲给你带来极大的精神鼓舞，去享受你的晚年生活。

六、培养超级学习力适应千变万化的社会

培养超级学习力在当今社会非常重要，有句谚语说的好：“活到老，学到老”因为超级学习力是生存力，超级学习力是竞争力，超级学习力是沟通力，超级学习力是创新力，超级学习力是发展力，超级学习力是成功力。

培养超级的学习力，吃苦耐劳的精神，对你的以后十分重要。因为你从事的职业可能与你的专业不符，这就需要超强的学习力和吃苦耐劳的精神来弥补这种不足，使之你的机会稳而不离。

只要我们把前一次的不足在下一次内化了，不再出现，对于我们来说就是发展，而不是变化。这也是一种学习。

七、学会舍得成就人生

保持既要拿得起也要放得下的心态，学会舍得。因为你为了实现你自己的人生目标，肯定会牺牲一些东西，这就需要你权衡得失。能舍能得，会舍会得，先舍后得，要舍要得，只有舍才会有得

八、诚信做人立足社会

如何做人这是一个永恒的话题。做人是一生的必修课，有一句话说的好：一个人做一件好事容易，但一个人一辈子做好事非常困难。做人又何尝不是如此呢。

我们没有钱不可怕，钱可以通过各种合法正当的渠道再赚，我们没有关系不要怕，我们可以通过自己去构建社会关系网，最怕的就是没有一个好的人品，没有诚信。一个好的人品气质在这样激烈竞争的社会里面非常重要，他决定着你是否能演绎精彩的人生画卷，实现你儿时的远大的理想。下面的这几句话更是让我独有感受。

方向比努力更重要

能力比知识更重要

生活比文凭更重要

健康比成绩更重要

情商比智商更重要

总之，这次三下乡使我成长了许多，学到了从课本上无法学到的东西。切身经历了社会交往的过程，感受了其中的快乐和忧伤，虽是短短的十天，但这是我人生当中难忘的一段经历，将会给我在今后的人生道路上有许多启迪。真的非常感谢此次三下乡，给了一个发展锻炼自我的平台。让我在各方面的能力都有了很大的提高。在今后的学习中，要严格要求自己，努力学习专业知识的同时，加强对其他方面的能力的培养，真正提升自己全面素质，做一名优秀的人民教师，我会为这个信念进行坚持不懈的努力，最终去诠释它，实现自己的人生价值。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！