# 勤学为进取

来源：网络 作者：空谷幽兰 更新时间：2024-11-26

*第一篇：勤学为进取勤学为进取、俯首为人梯——铜仁市“十佳乡村教师”先进事迹材料我叫黄艳珍，女，生于1977年，2024年从事教育教学工作,大专学历，小学一级教师。曾多次获县、乡“优秀教师，优秀班主任”荣誉称号，论文多次获县、市、省级奖项。...*

**第一篇：勤学为进取**

勤学为进取、俯首为人梯

——铜仁市“十佳乡村教师”先进事迹材料

我叫黄艳珍，女，生于1977年，2024年从事教育教学工作,大专学历，小学一级教师。曾多次获县、乡“优秀教师，优秀班主任”荣誉称号，论文多次获县、市、省级奖项。目前是二年级(1)班语文教师兼班主任，还负责本镇查验接种工作。从事教育工作的15年中，我一直站在教育工作的前沿。“让每一位学生在我的课堂上都有所收获”是我事业追求的目标。

一、锐意进取，不断超越。

我从事教育教学工作以来，忠诚于党的教育事业，教书育人，诲人不倦。时时以一个优秀教师的标准要求自己，工作勤勤恳恳、兢兢业业、坚持出满勤，从不迟到早退。以校为家，热爱学生、团结同志，在平凡的岗位上做出了不平凡的业绩。在多年的教育教学中，为了不断提高自己的政治业务素养，提高自己的教育教学水平，适应新形势下的教育工作要求，在教学中我不错过任何一个可以提升自身业务素质的机会，积极参加学校组织的各项活动，向优秀教师学习。工作期间，我既教书又育人，经常对学生进行思想品德教育，教育学生热爱祖国，热爱人民，热爱集体，做一个社会主义合格的接班人。

二、认真教学，潜心教研。

作为一名教师，我不断地刻苦钻研业务，认真研究教材教法，研究新课程标准，注重多方面培养学生的能力和学习习惯，对工作讲求实效，对学生因材施教。为了提高自己的教学水平，我经常翻阅一些有关教学方面的书籍和观看一些教学实录视频。备课时，我精心设计环节，努力钻研教材，上网查阅资料，了解学生特点，做了大量的课前准备工作，做到备教材，备学生。结合课堂实际运用班班通配合教学，向40分钟课堂要质量。课堂上给学生畅所欲言的时间和空间，让学生做课堂的主人。教育学生上，我很注重培优扶差的工作，对于后进生，我总是给予特殊的照顾，在课堂上多提问，多巡视，多辅导，对他们的点滴进步给予大力的表扬；课后多找他们谈心、交朋友，树立起他们的信心和激发他们学习的兴趣。我抓好学生的小组学习活动，选拔优秀的小组长，带领小组成员一起进步。本学期我坚持让学生写日记，写身边事，写心里话，写出自己的真情实感，从中得到了许多……在日记中，我得到学生的信任，了解学生的精神世界，及时对学生给予指导和帮助，使他们健康成长。本人所教学科的成绩在镇统考中名列前茅。5月份撰写的教学论文还获得省三等奖。

三、关爱学生，无私忘我。

作为一名班主任，工作琐细而繁重，尤其是二年级学生年龄小，他们的养成习惯和学习习惯都得操心。要让学生成才，身心健康成长，就必须关心爱护他们，做他们的知心人，我把“动之以情、导之以行、晓之以理、持之以恒”作为关心学生的座右铭。关注班上特殊家庭的孩子和留守孩子，经常与他们谈心、交流，让他们都能自强、愉快、健康地在这个和谐的班级大家庭中生活、学习。我相信每个学生都有一定的长处和闪光点，我善于发现学生的长项，抓住每一个教育良机，适时表扬、鼓励他们。体贴后进生，培养他们的自信心、自尊心、自强心，不让后进生成为掉队的孤雁。在这短暂的一学期里，我不但取得了家长的放心，学生也有了学习的动力，我所带的班级也很快成为班风正、学风浓的班集体。本学期，作为班主任的我更相信学生，尊重学生，在班级管理方面，我挑选了几个有责任心、管理能力较强的学生做班上的班干部，让他们来管理班上的各种事物。在本学期的文明评比中我班月月拿第一。另外，我鼓励学生积极参加学校的少年宫活动，让他们能学到一技之长。利用每周星期二和星期四的课外活动在本班开展一些丰富多彩的班级活动，从而优化了班级文化环境，也丰富了学生精神生活，促进了学生综合素质的全面发展。

一份耕耘，一份收获。一年来，无论是教学还是班级管理、还是教学成绩，本人在校、在镇都位居榜首（本学年检测我所任二年级语文获全县第一），每次优秀评选都是我未来工作的新的起点，我会不断完善自身的综合素质，勤奋工作，开拓进取，为教育教学工作做出更大的贡献。

田坪镇中心完小：黄艳珍 2024年8月13日

**第二篇：勤学进取 自强不息**

勤学进取 自强不息

——XXX同学自强事迹材料

XXX：今年12岁，是一名XX小学六年级学生。十一二岁的小学生在父母的呵护中能自觉学习已是让父母骄傲不已；离开父母能不变质、跟上大家就已经是个好孩子。一个孩子，不但常年父母不在家，而且自己还要替父母帮助年迈的爷爷奶奶做家务，干农活，还要成绩优异，纪律领先，参与班级管理，那简直就是超人。XXX同学就是这样一个“超人”。她品学兼优，全面发展，在同学眼中，她确实了不起！当了六年的学习委员，自己年年都是三好学生，功课在班级中名列前茅，是学校首届“四好少年”。她参加学区组织的《辉煌六十年》读书活动知识竞赛 获 二等奖，征文 比赛获二等奖，学校手抄报比赛获一等奖，规范字书写获奖„„让我们去探寻她成功背后的秘密——

爸爸妈妈常年 在外做生意，把她留在家里，是让她给爷爷奶奶做伴，爷爷奶奶一大把年纪，整天在家种韭菜卖钱。她理解爸妈常年在外赚钱有多辛苦，她非常珍惜这已经拥有的这一切，能够 好好地生活，自觉地学习。

她用实践证明“留守儿童”一样可以过得精彩，一样可以实现自己的梦想，只要你努力。

平时，谁有哪方面比她好，她准会虚心讨教“秘诀”。在她的一言一行中，无不让人感受到新世纪的少年的自信、自强、自立、自爱与团结进取积极向上的蓬勃朝气。

开家长会时当老师拿她作为自强、自立的例子时，很多家长的慨叹！特殊的留守生活锻炼了她，造就了她，使她学会了严格要求

自己，养成了良好的学习习惯。或许她就是“花盆里长不出参天松” 最好的阐释。

在学习中，她思路敏捷，博览课外书籍，以增加自己的知识含量。平时上课认真听讲，积极回答老师提出的问题，不懂就及时向老师和同学请教，各科学习成绩一直在班级里名列前茅，是学习上的佼佼者。简单的生活方式及内容，她安排得充实而紧张，她非常巧妙地安排好每天做家务、陪奶奶和学习的时间，完成好作业之余一有空闲她就看课外书，因此，她在认真学好课本知识的同时，还阅读了大量课外读物，这些课外书丰富她的了视野，扩展了知识面，也提高她的写作能力。的确，在众多家长眼里，一个留守儿童的成绩居然屡屡赛过父母常年在家甚至还花重金请了家教的孩子，这真是个令人费解的谜！真让人嫉妒！可是当您细心去观察分析，就会发现：没有什么能比得上经历生活的磨砺。

她热爱班级，爱惜班级荣誉，协助老师做好班级同学的工作，积极组织参加学校组织的各项活动并取得比较好的名次，是老师管理班级的得力助手。在六年的学习生活中，她事事都在前，积极参加学校组织的各项活动。她还是一名旗手，她严格要求自己，按时执勤上岗，处处维护学校荣誉，树好自身形象，是一名出色的少先队干部。

XXX就是这样勤奋好学，自强不息。她是家人眼中的乖孩子，是老师心目中品学兼优的好学生，是同学们学习的好榜样，叫人“嫉妒”的好伙伴。愿她能带动更多的小伙伴如雏鹰群起振翅高飞。当一名优秀的自强少年。

**第三篇：扬爱国主义 立志为国进取**

扬爱国主义 立志为国进取 爱国就是对祖国的忠诚和热爱。历朝历代，许多仁人志士都具有强烈的忧国忧民思想，以国事为己任，前仆后继，临难不屈，保卫祖国，关怀民生，这种可贵的精神，使中华民族历经劫难而不衰。爱国的内容十分广泛，热爱祖国的山河，热爱民族的历史，关心祖国的命运，在危难之时英勇战斗，为祖国捐躯，都是爱国主义的表现。

在中华民族五千年的发展历程中，中华民族形成了以爱国主义为核心的伟大的民族精神。捐躯赴国难，视死忽如归，正是由于对祖国的深切热爱，勤劳智慧的中华儿女共同开拓了辽阔的疆域，创造了辉煌灿烂的文化。肩负着实现中华民族伟大复兴的我们，要热爱祖国的大好河山，积极维护祖国的主权独立和领土完整，祖国的领土寸土不能丢，不能被分裂侵占；要热爱祖国的历史和文化，提高民族自尊心和自信心，为创造更加辉煌的民族文化而尽心尽力。

今天，我国已步入新的历史时期，加入世贸组织使我国与世界各国的联系更加密切，机遇与挑战并存，我们将面临越来越多的新情况、新问题。推进我国改革开放的伟大事业，加快社会主义现代化建设的进程，更需要我们不断弘扬爱国主义的优良传统。只有这样，中华民族才能重振雄风，为人类文明与进步做出更大的贡献。少年兴则国兴，小年强则国强。

我们要适应时代发展的要求，正确认识祖国的历史和现实，增强爱国的情感和振兴祖国的责任感，树立民族自尊心与自信心；弘扬伟大的中华民族精神，高举爱国主义旗帜，锐意进取，自强不息，艰苦奋斗，顽强拼搏，真正把爱国之志变成报国之行。

今天为振兴中华而勤奋学习，明天为创造祖国辉煌未来贡献自己的力量！

1、世界最长的城墙——中国万里长城。

2、世界最古老的东西贸易通道——丝绸之路。

3、世界围地最大的城墙——明代南京石头城。

4、世界最高的北回归线标志塔——广东从化北回归标志塔。

5、世界水稻种植最北的地区——黑龙江呼玛县。

6、世界最著名的涌潮——钱唐江潮。

7、世界最大陨石雨和陨石——降落在吉林省。

8、世界最旱的水闸式运河——广西灵渠。

9、世界最长的运河——京杭大运河。

10、世界含沙量最大的河流——黄河。

11、世界海拔最高的河流——雅鲁藏布江。

12、世界最高的大咸水湖——西藏的纳木错湖。

13、世界高峰最多的山脉——喜马拉雅山脉。

14、世界最高的农业种植区——西藏。

15、世界流动沙丘面积百分比最大的沙漠——塔克拉玛干沙漠。

16、世界最低的盆地——新疆吐鲁番盆地。

17、世界陆面最大的高差——珠穆朗玛峰（8848．13）与艾丁湖（一155米）。

18、世界熔岩地貌最发达之地——广西、贵州和云南东部。

19、世界最大的黄土地貌——中国黄土高原。

20、世界最高最年轻的高原——青藏高原。

21、世界空气最稀薄之地一珠穆朗玛峰。

22、世界最高、最大的高原湖群分布区——藏北高原。文章引用自：

1、我们爱我们的民族，这是我们自信心的泉源。

——周恩来

2、人民不仅有权爱国，而且爱国是个义务，是一种光荣。

——徐特立

3、惟有民魂是值得宝贵的，惟有他发扬起来，中国才有真进步。

——鲁迅

4、我爱我的祖国，爱我的人民，离开了它，离开了他们，我就无法生存，更无法写作。

——巴金

5、我荣幸地从中华民族一员的资格，而成为世界公民。我是中国人民的儿子。我深情地爱着我的祖国和人民。

——邓小平

6、热爱祖国，这是一种最纯洁、最敏锐、最高尚、最强烈、最温柔、最有情、最温存、最严酷的感情。一个真正热爱祖国的人，在各个方面都是一个真正的人。

——苏霍姆林斯基

7、锦城虽乐，不如回故乡；乐园虽好，非久留之地。归去来兮。

——华罗庚

我们爱我们的民族，这是我们自信心的泉源。—— 周恩来

• 人民不仅有权爱国，而且爱国是个义务，是一种光荣。—— 徐特立

• 常思奋不顾身，而殉国家之急。—— 司马迁

• 一身报国有万死，双鬓向人无再青。—— 陆游

• 死去原知万事空，但悲不见九州同。王师北定中原日，家祭无忘告乃翁。—— 陆游

• 瞒人之事弗为，害人之心弗存，有益国家之事虽死弗避。—— 吕坤

• 惟有民魂是值得宝贵的，惟有他发扬起来，中国才有真进步。—— 鲁迅

• 恨不抗日死，留作今日羞。国破尚如此，我何惜此头。—— 吉鸿昌

• 我死国生，我死犹荣，身虽死精神长生，成功成仁，实现大同。—— 赵博生

• 大江歌罢掉头东，邃密群科济世穷。面壁十年图破壁，难酬蹈海亦英雄。—— 周恩来

• 祖国如有难，汝应作前锋。—— 陈毅

• 我爱我的祖国，爱我的人民，离开了它，离开了他们，我就无法生存，更无法写作。—— 巴金

• 我荣幸地从中华民族一员的资格，而成为世界公民。我是中国人民的儿子。我深情地爱着我的祖国和人民。—— 邓小平

• 我所谓共和国里的美德，是指爱祖国、也就是爱平等而言。这并不是一种道德上的美德，也不是一种基督教的美德，而是政治上的美德。—— 孟德斯鸠

• 热爱祖国，这是一种最纯洁、最敏锐、最高尚、最强烈、最温柔、最有情、最温存、最严酷的感情。一个真正热爱祖国的人，在各个方面都是一个真正的人。—— 苏霍姆林斯基

• 我是你的，我的祖国！都是你的，我的这心、这灵魂；假如我不爱你，我的祖国，我能爱哪一个人？ —— 裴多菲

• 为祖国而死，那是最美的命运啊！—— 大仲马

• 只有热爱祖国，痛心祖国所受的严重苦难，憎恨敌人，这才给了我们参加斗争和取得胜利的力量。—— 阿•托尔斯泰

• 祖国更重于生命，是我们的母亲，我们的土地。—— 聂鲁达

• 我们波兰人，当国家遭到奴役的时候，是无权离开自己祖国的。—— 居里夫人

• 我赞美目前的祖国，更要三倍地赞美它的将来。—— 马雅可夫斯基

• 锦绣河山收拾好，万民尽作主人翁。—— 朱德

• 热爱自己的祖国是理所当然的事。—— 海涅

• 锦城虽乐，不如回故乡；乐园虽好，非久留之地。归去来兮。—— 华罗庚

• 爱国主义的力量多麽伟大呀！在它面前，人的爱生之念，畏苦之情，算得是什麽呢！在它面前，人本身也算得是甚麽呢！—— 车尔尼雪夫斯基

• 科学没有国界，科学家却有国界。—— 巴甫洛夫

• 假如我是有一些能力的话，我就有义务把它献给祖国。—— 林耐

• 夜视太白收光芒，报国欲死无战场！—— 陆游

• 南北驱驰报主情,江花边草笑平生.一年三百六十日,都是横戈马上行.—— 戚继光

• 我有我的人格、良心，不是钱能买的。我的音乐，要献给祖国，献给劳动人民大众，为挽救民族危机服务。—— 冼星海

• 我死以后，把我的骨灰送家乡……把它埋了，上头种一棵苹果树，让我最后报答家乡的土地，报答父老乡亲。—— 彭德怀

• 一个人对人民的服务不一定要站在大会上讲演或是作什麽惊天动地的大事业，随时随地，点点滴滴地把自己知道的、想到的告诉人家，无形中就是替国家播种、垦植。—— 傅雷

• 中国人搞出的理论，首先要为中国人服务。—— 吴仲华

• 我们为祖国服务，也不能都采用同一方式，每个人应该按照资禀，各尽所能。—— 歌德

• 祖国，我永远忠于你，为你献身，用我的琴声永远为你歌唱和战斗。—— 肖邦

• 我无论作什麽，始终在想着，只要我的精力允许我的话，我就要首先为我的祖国服务。—— 巴甫洛夫

• 为了国家的利益，使自己的一生边为有用的一生，纵然只能效绵薄之力，我也会热血沸腾。—— 果戈理

爱国主义就是千百年来巩固起来的对自己祖国的一种深厚的感情。——列宁

为中华崛起而读书。——周恩来

我是中国人民的儿子。我深情地爱着我的祖国和人民。——邓小平

伟大的科学家钱学森,不畏艰辛远涉重洋回到祖国,为祖国奉献了一生,因为他一直以来不变的崇高信仰是他归国时感人肺腑的“祖国啊,我回来了!”

**第四篇：勤学为民生 修德报社会**

暑期社会实践之二：勤学为民生 修德报社会 7月中旬，山大学子2024年暑期“三下乡”社会实践活动全面展开。七月骄阳无阻实践热情，似火夏日更砺青年意志。学子们立足专业、着眼实际，牢记当代青年的责任使命，以实践为径，在学以致用中体悟新知；以奉献作舟，在服务社会中崇德修身。

山大青年学子积极利用社会实践契机，将专业知识学以致用，并在实践中加深理解，收获新知，完善知识体系。公卫学院“健康快递”社会实践调研团走访校园快递员以及济南市EMS各个投递部，全面了解快递员健康状况，向快递员们提供健康建议。土建学院“历建”实践团通过调研测绘、图纸绘制、模型制作和实体搭建等，对“景蓝斋”和“美德楼”两座古建筑的外观及内部空间进行还原，使人们能够更加直观地了解古建筑。化学院“灼华”社会实践调研团走进济南裕兴化工有限责任公司，调研企业的实验技术部门和各种大型化工设备的操作流程，学习现代化工企业的工程工艺以及管理体系。文学院“七月诗”实践队以“七月送诗”、传播中国传统文化为主题，走进枣庄市山亭区善堌小学，进行唐诗和传统文化知识的教授，传递着“百年山大，文史见长”的悠悠传统意蕴。

在实践中，山大学子牢记青年使命，不负青春韶华，以强烈的社会责任感和担当意识，聚焦时事动向和社会热点，在躬身实践中探索真知。哲社学院“古街心声”调研团对济南市老街居民进行问卷调查和无结构访谈，走访聆听济南古街的“心声”，也希望努力让古街焕发“新生”。医学院“Bon Voyage”团队响应省疾病预防控制中心“减盐防控高血压”项目的号召，在明湖街道县西巷社区开展义诊活动，并为高血压患者从饮食、运动、作息与情绪等方面提供了生活方式指导。电气学院“EE生辉”社会实践团队走进济南市玉函小区、山东大学兴隆山校区、英雄山公园等地调查市民的用电情况及对阶梯电价政策的了解程度，并向广大市民宣传阶梯电价政策。历史学院“文创济南”团队先后走访济南古玩城、D17文化创意产业园区、羲古会馆、泉乐坊等济南市的文化产业园区进行实地调研，对园区入驻企业进行访谈及问卷调查，进一步了解济南市文化产业园区的现状和发展前景。

实践的魅力在于躬行，青春的光彩在于奉献。山大青年学子在实践中积极关注社会弱势群体，在弘扬青春正能量中修德立身，把爱和希望传播到更需要的地方。医学院“仁医起航”实践团联手北京大学医学部实践团在济南市乐山广场举行爱心义卖活动，尽己所能为“重症肌无力”患者献一份力。艺术学院“关注基层文化建设、服务山东和谐发展”暑期社会实践团先后在禹城市唐城广场、辛店镇大秦村、武城县升平广场举办三场文化惠民演出，让文化走出校园，让社会感受文化，更让文化丰富社会。数学院“爱的翅膀”支教团深入临沂市金太阳、未来星、大唐学府和爱特育迪四家幼儿园展开支教活动，不仅传播知识和文化，更关爱留守儿童的身心健康，为他们的成长送去快乐和温暖。口腔医学院“洁白笑容”社会实践团队走近济南市妇女儿童活动中心，为儿童以及广大家长普及口腔保健知识，使小朋友们养成良好的口腔保健习惯，提升家长朋友们的口腔保健意识。

勤学致用实践为径，修德立身奉献作舟。山大青年学子在2024年暑期社会实践中，深入学习践行社会主义核心价值观，坚定为实现中国梦而努力奋斗的理想信念，下苦功夫，求真学问，崇德修身，才用其所。

**第五篇：弘扬爱国主义 立志为国进取**

滴水之恩，涌泉相报

古语有云:受滴水之恩,当涌泉相报。

当我们遭遇天灾人祸之时，是谁，拯救我们于水火之中？当我们身受物价之害生活难以为继之时，是谁，稳定市场，让我们可以安心的生存下去？当我们因为家境困顿，在求学路上苦苦挣扎时，是谁，为我们伸出那无比精壮的手，拉着我们前进？她是我们伟大的祖国。我身受祖国之大恩，愿以此身爱国，报国。

爱国精神是我们民族的优秀传统.中华民族五千年历史,坎坷多艰,在不断融会众多民族的过程中发展壮大,爱国精神是民族凝聚力和向心力的无尽源泉,是维护和保卫国家民族利益的永恒动力.民族利益高于一切,祖国荣誉重于一切,爱国就是要卫国和兴国.千百年来,无数爱国志士的嘉行懿德广为人民所传颂.范仲淹“先天下之忧而忧,后天下之乐而乐”;顾炎武“天下兴亡,匹夫有责”;岳飞“以身许国,何事不可为?”陆游“位卑未敢忘国忧”;林则徐“苟利国家生死以,岂因祸福避趋之”;古人尚且爱国如此,我们更应该为我们伟大的祖国奉献终生.正如邓爷爷他所说的“我是中国人民的儿子,我深情地爱着我的祖国和人民”.历朝历代,许多仁人志士都具有强烈的忧国忧民思想,以国事为己任,前仆后继,临难不屈,保卫祖国,关怀民生,这种可贵的精神,使中华民族历经劫难而不衰.爱国的内容十分广泛,热爱祖国的山河,热爱民族的历史,关心祖国的命运,在危难之时英勇战斗,为祖国捐躯,都是爱国主义的表现..古往今来的仁人志士都以气节操守为立身之本.王夫之提出：“生以载义,生可贵”;“义以立生,生可舍”,就是这种精神的凝聚.孟子万世传颂的名言“富贵不能淫,贫贱不能移,威武不能屈,”成为中华气节操守精神的经典标尺.文天祥以生命实践了自己“人生自古谁无死,留取丹心照汗青”的千古绝唱,树立了气节精神的丰碑.五千年来,历朝历代都涌现了许多具有这样高风亮节的仁人志士.他们或一身正气,两袖清风,为人民鞠躬尽瘁,或刚正不阿冒死请命,或临危不惧舍身取义.他们的浩然正气,彪炳史册,光照千秋.正是这样的国魂精神,推动着中华民族不屈不挠征服千难万险,越过漫漫历史长河走到今天.我将努力奋斗,自强不息,肩负着实现中华民族伟大复兴的我要热爱祖国的大好河山,积极维护祖国的主权独立和领土完整,热爱祖国的历史和文化,提高民族自尊心和自信心,为创造更加辉煌的民族文化而尽心尽力.今天，我国已步入新的历史时期，加入世贸组织使我国与世界各国的联系更加密切，机遇与挑战并存，我们将面临越来越多的新情况、新问题。推进我国改革开放的伟大事业，加快社会主义现代化建设的进程，更需要我们不断弘扬爱国主义的优良传统。只有这样，中华民族才能重振雄风，为人类文明与进步做出更大的贡献。

先烈回眸应笑慰，擎旗自有后来人，我们就是跨世纪的一代举旗人。五星红旗是祖国的象征，不管风云怎能样变幻，我们对祖国的眷恋矢志不移，如果对着千百种选择，我们会毫不犹豫的拥进你的怀抱。用你的风雨之声做语言;用你的自然之形做文字;以你的土地做肤色;以你的五岳做骨骼;选择你的辛劳当痛苦;选择你的幸福当快乐。国旗，我们永远的信念!

少年兴则国兴,少年强则国强.我们要锐意进取,自强不息,艰苦奋斗,顽强拼搏.我将树立远大理想,培养良好道德.作为当代大学生,我们要把爱国热情化作刻苦学习的强大动力,把个人的成长进步融入民族复兴的伟大事业之中.珍惜大学的学习机遇,把学习与塑造美的心灵结合起来,与提高自己的专业素质结合起来,与提高自己的创新能力,实践能力和心理承受能力结合起来,把学习内化为自己的一种精神追求,生活享受,升华为一种崇高的人生境界.

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！