

2023年以脚踏实地为 脚踏实地超越自我 心得体会(通用9篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看看吧。

以脚踏实地为篇一

作为一个身处现代社会的人，我们总是不断地追求自我提高和突破，追逐着更高的成就和更远的梦想，但在这个过程中，我们往往会失去脚踏实地的本质，迷失在自我的追赶中。然而，脚踏实地这个原则却往往才是我们实现自我超越的关键。在本文中，我将通过自己的经历和思考，分享关于如何脚踏实地超越自我的心得体会。

第一段，控制自己的情绪

情绪是我们自我超越过程中最容易被忽视的因素之一，尤其是当我们面对挑战和困难时。如果我们不能控制好自己的情绪，就很容易让自己陷入消沉和绝望。所以，为了脚踏实地地超越自我，我们需要保持内心的平静和理智。做到这点，我通常会选择进行冥想和瑜伽，这些活动有助于我放松身体和内心，减轻压力，让我变得更加冷静和自信。

第二段，积极投入工作

工作是我们生活中最重要的一部分，也是实现自我超越的一个关键。要想取得优异的成绩，我们需要保持一种积极的态度，尤其是在工作场所中。无论是做好本职工作或是攻克一项新的技能，我们都需要全力以赴，始终不忘脚踏实地。在

我的工作中，我总是尽可能地把事情做好，力求精益求精，从而不断提高自己的工作能力和专业技能水平。

第三段，掌控自己的时间

时间是自我超越的决定因素之一。如果不能在自己的时间表中做出合理的安排，就很难在自我提高的过程中发挥最大的效益。为了实现脚踏实地地超越自我，我们需要对时间有更好的掌控力。我们可以通过制定清晰的计划和目标来达成这个目标。这不仅可以让我们合理分配时间，还可以让我们始终保持清晰的头脑和明确的目标，从而更好地实现自我提高和成长。

第四段，在成长中保持谦虚

成功和成长经常会让我们的膨胀起来，有时甚至忘记了自己的初心和起点。然而，保持谦虚是实现自我超越的重要组成部分。在取得成功和达成目标时，我们需要时刻保持一颗谦虚的心。我们应该看到自己的不足之处，并不断学习和从中成长。通过保持谦虚，我们可以保持对自我和其他人的尊重和期待，从而在实现自我超越的过程中得到更多的机会和帮助。

第五段，勇于尝试新事物

在追求自我提高和超越自我的道路上，我们需要时刻保持敢于尝试的精神。这不仅可以开拓我们的视野和思维，还可以帮助我们发现自己不同的潜能和能力。要实现这个目标，我们需要不断地尝试新事物，走出自己的舒适区，接受挑战 and 冒险，尝试攻克新的领域和技能。相信在这个过程中，我们会得到更多的发现和惊喜。

总之，脚踏实地不仅是实现自我超越的关键，更是我们生活中的贵重品质。通过掌控好自己的情绪、积极参与工作、合理安排时间、保持谦虚、勇于尝试，我们可以在实现自我提

高的同时，还可以让自己变得更加成熟和坚定。让我们不断努力，以脚踏实地的精神，超越自我，开拓更广阔的天地。

以脚踏实地为题二

人要做一个塌实的人，不能浮躁，不能浮在上面，要沉在下面，人只要不浮躁，就会进步，如果浮躁了就会退步。

所谓的浮躁，就是骄傲自满、非常的自傲，以为自己非常的了不起，老是看不起别人，不听别人的意见，觉得心里很烦，这样就了解不到问题的本质，就拿我上次考数学的事情来说吧，那道应用题上本来写的是往返一次，一往一返应该是两次的，我却只按一次来计算，所以算错了，没看清题意，就白白的扣了这分。然而，只要静下心来，什么事都能做好的。

所谓的谦虚、静心、沉得住气，就是很听取别人的意见，很认真的听别人说话，非常的谦虚的人。

同学们，如果问你们，是要做浮躁的人呢？还是要做谦虚的人呢？你们肯定会异口同声地回答，要做谦虚的人。因为，浮躁只会使人退步，浮躁只会使人落后，我们肯定是要做谦虚的人了。

人只有脚踏实地了，才能站稳，如果不脚踏实地，就会被这个社会淘汰，这个社会，是需要谦虚的人，有用的人；浮躁的人，社会是不需要的，所以我既然要做一个对社会有用的人，首先就要做到谦虚。

有一些人，非常的聪明，但又非常的浮躁，谁都瞧不起，那就是假聪明。所以，我们更不能做一个假聪明的人。

大家一定要记住一句话：“谦虚使人进步，骄傲使人退后。”

以脚踏实地为篇三

生命中总会遇到挫折与困难，这些经历会让人更加成熟和坚定。脚踏实地成为了很多人在攀登人生高峰的关键。只有坚定的信念，踏实的步履，才能超越自我的局限。以下是我在脚踏实地超越自我方面的一些心得体会。

【第一段】

脚踏实地重在实现目标。有时我们在追求目标的半路中，会遇到各种困难，这时候很多人可能会放弃或者选择另一条路。但是，只有脚踏实地坚定地走下去，才能真正的超越自我。我曾有一次在学校的比赛中落败，我起初很失落，但我并没有放弃，我继续加强练习，坚持不懈。最终，我的表现得到了大家的认可，也达到了我的目标。

【第二段】

脚踏实地要有自我约束。在实现目标的道路上，我们也需要有自我约束，遵守规则和法律。只有这样，我们才能真正地超越自我。我曾经有一个同学，在学校实习时带走了公司财物，他认为自己在公司对他的待遇不好，偷一点东西也无所谓。但是，事实证明他的错误是会受到惩罚的。只有遵守规则和法律，我们才能在实现目标的道路上走得更远。

【第三段】

脚踏实地注重细节。有时候我们在实现目标的过程中，因为一些小的细节而失去掉目标。因此，我们在脚踏实地超越自我的过程中，需要注重细节，尤其是在工作中。我曾经有一次在工作中因为对自己的任务不够重视而犯了大错，我没有关注到细节上的问题，导致整个项目延误。这件事情让我深刻明白到，注重细节是成功的重要因素之一。

【第四段】

脚踏实地需要不断提升自我。脚踏实地并不只是完成了一件事情就算完成了，我们需要不断地改进自己，提升自我。只有这样，我们才能拥有更多的可能性在未来超越自己。我曾经有一次在工作中犯了错误，我强化了自己的学习，并且同其他同事交流了解决方案。最终，我不仅解决了这个问题，还更加具备了这方面的经验，实现了提升自我。

【结尾段】

脚踏实地超越自我，只是人生高峰的开始。脚踏实地可以减少我们走偏的可能，让我们的发展更加持续。实现目标，注重细节，自我约束和不断提升自我，这就是我们在脚踏实地超越自我中需要掌握的要点。只有拥有这些要点，我们才有可能成为一个拥有良好职业发展和人生价值的人。

以脚踏实地为篇四

“一屋不扫，何以扫天下”，说到这句话，就应不少人都明白，但就是，谁能真正的做到。

不错，就是他——查理·贝尔，他就是曾任麦当劳的执行总经理。但就是，在这辉煌成就的背后隐含了多少的辛酸苦辣。在1976年，15岁迫于生计的他，来到麦当劳求职，他找到店长，请求给他一份工作，由于贝尔营养不良，店长委婉的拒绝了他。

店长没有预料到，贝尔几天后又来到了店里，说不要工资，只要有吃喝就行。贝尔小声说道：“老板，我看到你们那里的厕所的状态好象不就是很好，要不我来打扫厕所吧！”老板很无奈，所以就勉勉强强的答应了。

扫厕所，在一般人眼中都就是被鄙视的，认为就是没有出息

的工作。然而，贝尔确认为就是他人生事业的一块最坚实的基石。

他每一天清晨都就是店员中起得最早的，每隔一段时光维持一次，他还在厕所中摆放一些花草，让顾客欣赏，并贴上一些警示语。不久，顾客向店长反应，说到厕所的状态大有改观。有些人甚至说这儿的厕所比那些不太讲究的餐馆还干净。

经过三，个月的观察后，店长正式的录用了贝尔，并且安排他去理解正规的职业培训。就在贝尔19岁那年，他被提升为澳大利亚最年轻的店面经理。

功名成就的贝尔在理解各媒体的采访的时候，贝尔把自我的事例一一讲述给记者听。这不在显摆自我有多么的了不起，而就是为了让后人更好的去学习他。贝尔说：“一个人做一件事，既然开始做了，就因该一心一意的做，而不能三心二意，做出一番事业来。”就这样，从麦当劳一个扫厕所的，到成为之后澳大利亚最年轻的店面经理。正因为他的事例，也激励了成千上万的后人，创造出许多辉煌成就。

就是啊！正因为他对工作一丝不苟的态度，才成就了他毕生的辉煌成就。在这个世界，每一分收获都需要付出艰辛和努力，不努力即使侥幸得到了成功，那也不会长久。所以，请牢记：人只有脚踏实地，才能获得真正的成功。

以脚踏实地为篇五

人生，本就是一场苦行。每个人都背负着沉重的十字架艰难的行走在通往成功的人生之路。这是一条没有捷径的道路，若是着眼于一时的轻快，必会止步于悬崖峭壁之前。而哲学家维特根斯坦亦曾说：“我贴在地面步行，不在云端跳舞。”于每个人而言，唯有脚踏实地，方能助力前行。

脚踏实地就是潜心做事，安然自乐。

脚踏实地就是不断积累坚持，厚积薄发。

荀子教导人们“不积跬步，无以至千里，不积小流，无以成江河”。然而芸芸众生，却总与陈蕃一般想法，“愿扫除天下，安事一屋乎？”每个人都有仰望星空的梦想，却少有人拥有脚踏实地的干劲。赵括纸上谈兵，未曾积累实战经验，终究全军覆没。祖逖每日闻鸡起舞，重在坚持，最终北伐中原而名垂千古。千里之途是走出来的，浩瀚江河是由小溪流汇聚而成。只有脚踏实地，不断积累和坚持，为成功打下基石，才能到达理想的彼岸，才能厚积薄发。

脚踏实地更是一种从容的人生境界。

在这个充满竞争和浮夸的社会，在云端跳舞仿佛变成了每个人趋之若鹜的目标，脚踏实地被人们遗忘抛弃。转念一想，脚踏实地不正是一种从容平和的人生境界吗？若能脚踏实地做每一件事，便不会被蝇营狗苟中冲昏头脑，便能沉静下浮躁的心。任尘世繁华喧嚣，我自从容淡静。掀开历史的幕帘，撷取颗颗由哲人智者思维之花结晶而成的珍珠，感悟人生哲思——史家绝唱《史记》的腾空出世，在于太史公脚踏实地的潜心论著；飘若浮云矫若惊龙的右军书风的千古流芳，在于王羲之脚踏实地的勤学苦练，脚踏实地便是迈向成功的第一步。这一场人生的苦行，切不可卸去十字架，沉重方能使我们脚踏实地。成功绝不会垂青于聒噪浮华的人，梦想的大门也只向勤勉奋斗者敞开。只有摒除虚浮杂念，脚踏实地奋斗在当下的人，待到山花烂漫时，才能振翅飞翔，歆享花香与蜜甜。于是，贴在地面行走的人，必能在云端跳舞。

以脚踏实地为篇六

人常说：教师，像园丁，向生活奉献美景；像人梯，向人类奉献进步；像铺路石，向孩子奉献坦途。

众所周知，教师是立校之本，师德是教育之魂。作为定水镇

联校的一名教师，我深知担负着培养人才的重任。国运之兴衰，系于教育；教育之兴衰，系于教师。教师必须具备高尚的道德和人格力量，脚踏实地，甘于奉献，还要有宽广的胸怀、崇高的品德、渊博的学识和精湛的教学艺术来教育培养学生。教师不仅要向学生传播科学文化知识和传授职业操作技能，而且还要通过自身崇高的理想信念、良好的师德、严谨的教风影响、感染和激励学生。正如茨巴尔所说“应该让别人的生活因为有了你的生存而更加美好”。为此，我常把德育工作放在首位，教育学生要讲文明，有礼貌，团结同学，尊敬师长，热爱劳动，崇尚科学，反对邪教，积极同社会上不良现象作斗争。

自从来到石海学校，我每年都担任班主任工作，除了对学生进行思想教育外，我还知道，教师不能固步自封，满足现状，更不能得过且过，敷衍塞责。我常潜心钻研教材，探讨运用各种开启学生智慧之门的途径，向有经验的老师请教因材施教的更佳方案。

由于小学学生的年龄小、性格等各不相同，我首先掌握他们的心理特征，教学中因人而异，不搞“一刀切”，对于学生，分析好、中、差三个档次，对于学习较好的学生，既让他们“吃饱”又要防止“消化不良”；对于中等生，既要考虑“吃得适量”，又要分析“厌食”原因；对于后进生，既要进行思想教育，又要教其学习方法。我从不歧视、挖苦后进生，而是常常让他们感到集体大家庭的温暖，为的是激发他们的学习兴趣。

班主任工作，琐碎繁杂，但是只要具备了三大法宝：“情、严、实”，就可以做得很好。“情”，即投入感情。爱是教育的灵魂，苏霍姆林斯基说过：“没有爱就没有教育”。关爱学生就是对学生用心。教学的艺术其实就是善待学生的艺术。但在现实生活中，爱优秀学生每一位老师都能做到，而爱所有的学生，尤其是后进生，却不是每位老师都能做到的。教师应让每位学生都体会到被尊重、被关爱、被善待的快乐。

学生一定会推己及人，做到尊重、关爱、善待别人。在我眼中，学生就像一张张白纸，需要在老师的精心指点和帮助下，才能画出一幅幅色彩鲜明、个性迥异的图画。

“严”，即为严格。有些学生养成了良好的学习生活习惯，而有些则相反，这就给管理、教育学生增加了不少难度。

“实”，即为实实在在。

“有一首歌最为动人，那就是师德，有一种人生最为美丽，那就是教师，有一种风景最为隽永，那就是师魂，不要说我们一无所有，我们拥有同一颗火热的太阳，我们拥有同一片广博的天空，在同一片天空下，我们用爱撒播着希望……”当老师最大的快乐就是可以以自己的人格魅力影响和鼓励学生，让学生学到除书本之外、一生都可享用的精神财富。当老师是充实而愉悦的，辛勤的工作、付出，也可以为自己换得巨大的精神财富。

就象歌德《格言诗》之十三中所说的“你若要喜爱你自己的价值，你就得给世界创造价值。”为此，我将脚踏实地，奋斗不止，让无私的奉献为技校的发展增添光彩。

以脚踏实地为题七

第一段：引言

作为一名大学生，我们目光短浅，追求 instant gratification 的现象已经充斥了校园。但是，大学不仅仅是拿到一个文凭，更是一个人的成长和塑造自我的重要阶段。在这个时期，我学习到最重要的就是脚踏实地，踏实地走好自己的路。下面，我将分享我对大学生脚踏实地的体会与思考。

第二段：迈出脚踏实地的第一步

要想在人生的舞台上赢得成功，首先要选择正确的方向，并下定决心脚踏实地走好这条路。大学生向往高薪、名利和光鲜亮丽的生活，但这仅仅是外表。我们应该意识到获得这些东西需要不断的积累和付出，需要靠努力工作和磨练才能取得。所以，我们要注意调整心态，耐心地脚踏实地走好每一步，着力打好基础。

第三段：下定决心向前

脚踏实地，意味着我们需要时刻保持对未来的清晰认识，并付诸行动。在这个时代，不进则退，我们唯有不断努力，跟上时代的步伐。因此，要树立正确的人生观和价值观，并坚定不移地信仰自己的选择。积极拥抱变化和挑战，不断探索和实践，不停地吸取新的知识和技能。这样，我们才能在未来的生活中立于不败之地。

第四段：汲取经验，不断提高

除了定好方向、下定决心，我们还需不断提升自己，这是成就绝对的保障。大学期间，无论是参加课外活动还是实习，我们都有机会接触到真实的商业和职场环境。面对各种工作和人生的挑战，我们应该保持开放心态，虚心学习，不断提高自身能力水平，以适应职场竞争。另外，夯实自己的专业知识，提升专业技能也至关重要。

第五段：结语

在大学里，我们应该时刻谨记脚踏实地的重要性，将其内化为个人修养，不断提高自己，为人生的每一个阶段铺好基础，积累足够的经验和知识储备。在此，我希望我自己以及所有的大学生，都能够以脚踏实地的心态，充实而有意义地渡过这段留学时光，去迎接未来的每一个新挑战。

以脚踏实地为篇八

脚踏实地是一种精神，一种态度，是对生活的一种态度。没有脚踏实地的人，往往无法真正拥有成功和成就。比如一些成功的企业家或艺术家们，他们的成功都离不开脚踏实地。

第二段：形成脚踏实地精神的原因

脚踏实地的精神来自于多方面的原因，其中重要的一个原因是对自己和生活的认真负责。只有对自己和生活有所负责才能体现出一种踏实的精神。这种精神是在日常的工作和生活中不断培养和积淀的。

第三段：脚踏实地的实践

在日常的工作和生活中，脚踏实地是一种必要的品质。只有在实践中，才能真正地体现出这个品质。要脚踏实地地超越自我，需要先认清自己的能力、目标和取舍，以及周边环境，然后根据自己的实际情况去争取和努力。

第四段：脚踏实地带来的好处

脚踏实地不仅能够让我们更好地发挥自己的能力和潜力，而且还能帮助我们更好地与周围的人和环境相处，充分利用资源，有效地应对各种挑战和困难。这种品质可以让我们保持高尚的道德和风范，成为一个可信赖、值得尊重的人。

第五段：结语

脚踏实地超越自我是一个不断学习成长的过程，需要我们懂得自己的长处和不足，认真负责地去处理各种关系和问题，勇敢面对挑战和困难，在实践中逐渐成长和进步。希望广大读者在日常生活中也能够保持踏实的心态，不断地超越自我，成为更加优秀的人。

以脚踏实地为篇九

大学生是一个追求梦想的群体，但有时候我们会在追梦的路途中迷失方向，徘徊不前。我深知，追梦路上的每一步都需要脚踏实地，这是最关键的一步。在大学四年的时光里，我从追求梦想、奋斗成长中不断汲取经验和教训，感悟到了脚踏实地的重要性。下面就谈谈我的一些心得和体会。

二、专注于眼前

读书须用功，但更要专注。有时，我会不自觉的沉迷于手机游戏，浏览网页，分心慢慢地，我的学习成绩也难以提高。后来，我认识到，学习需要尽可能地不被外界干扰，完全专注于学习中。学习需要用充沛的精力和最佳的状态来实现。当你学习的时候，保证你的心和耳都在适当的位置，拒绝有害噪声的干扰，例如，建议你走进安静的图书馆，将学习和放松，正视和消化混合起来。在快节奏的生活中，坚持专注是一种功力，也是坚守脚踏实地的根本。

三、压缩个人时间

人生苦短，时间宝贵。大学四年不可能单纯地用来学习，自己的专业课还要配套兼修其他课程，时间可以说是非常宝贵。做为一名大学生，我很注重时间管理，同样也需要把自己的时间规划得当，把握好时光，待在高效的状态下完成更多有意义和质量的事情，创造更多的价值。我经常建立一个任务清单，将重要的和紧急的事情排在前面并逐步完成。同时，注意强制自己不要分心，否则时间就会白白浪费掉。所以，要想做得快乐，必须掌握时间和身体的各个方面，压缩自己的时间，真正实现高效和高质量的创造。

四、与他人友好相处

人是社交动物，只有和他人友好相处，才能实现更快的成长。

作为一名大学生应该积极参加学校的各种活动，友好处理同学之间的矛盾和关系。在社交中，我会努力学习他人的行为、看法和语言，并且体察他们的交往风格和方法。与此同时，我会在交往过程中采取乐观心态，表达自己的诚意和善意。尊重他人的感觉和看法，是友好相处的第一步。和友邻朋友相处的时候，往往要耐心谈心，共同表达并解决他们的内心冲突。表达同时还要素质高雅，言语暖心，不断地鼓励对方勇敢面对困难，相信一起解决问题。

五、用心发现，用心学习

在大学四年的时光里，我意识到，一个人的成功和成长，关键在于思想的深度和宽度。如果你的深度、广度不够精益求精，你的算法也怎么会成准确？发现和学习的过程中，我们应该用心去感受、去体验。尝试听听老师的事业和人生经验、看看专业园区和科学研究实验室，感触不同文化的动力和创新理念，探索未知的过程中不断修正自己的思想，从而获得更广泛更深刻的视野和思维方式。对于有追求，有创造欲望和宽广视野的人，进入未知的天地，展开了丰富、广泛和复杂的探索过程是非常重要的。

六、结语

脚踏实地是大学生人生走向成功的关键，需要我们以一种踏实、深入、全面的精神面貌，拥抱别人和困难，深层次挖掘自己的潜能和特质，自我激励，不断实现个人和全人类的创新造福社会的价值。