

最新六年级敬老院活动心得体会(精选9篇)

当我们经历一段特殊的时刻，或者完成一项重要的任务时，我们会通过反思和总结来获取心得体会。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看看吧。

六年级敬老院活动心得体会篇一

中国正处于经济转型期，养老制度时间不长，本身还不是很成熟，而快速的老齡化又给我国的养老体制带来了新的问题。作为一个普通的大学三，我总觉得缺少些什么，也许我们每天衣食无忧，根本体会不到贫苦受难人们的感受。如今我学了关于养老这方面的知识，我可以给老人们带来快乐和温暖。

在一月七日下午，我们班在潘老师和蒋老师的带领下到万众合敬老院参观学习。敬老院的规模不是很大，感觉最深的是他们资源管理零浪费，环境干净整洁，秩序井然有序，在其工作人员的带领下我们首先参观了老人们有关加强身体的一些器材，接着看了老人餐厅还有老人房间等。下面由我给大家介绍一下：第一，该敬老院卫生很好，无论是餐厅还是老人房间都窗明几净，整齐干净。

第二，服务很人性化，为了适合老人建立了许多健身方面的器材，还安装了呼叫系统，随时能观察到老人在哪里，在干什么有无安全隐患。还有这里的工作人员也令我触动。他们拥有的是一种热情积极无私奉献的工作态度，无论是对待老人还是自己的工作岗位，他们都显得十分坦然。

记得在上一次去养老院看望老人同时还和老人们一起购物。静溢，祥和，这是我对院里的第一印象，不大的院子里有五六个老人在晒太阳，仿佛我们的到来带来了热闹。原先安静

的老人像充了电一样。抬起头来，露出笑容。整个大院就像一朵要绽放的花儿一样充满生机。并且有许多的老人看到我们格外的亲切，一直和我们聊天述说一些他们以前的趣事，还有一些听着老年人最爱听的二人台和大戏，他们还要求我们为他们唱歌，从这里可以看出老人们的热情和渴望他人的到来。最后我们去六楼看望了一些病比较重的老人，其中有一个老爷爷看到我们是非常地高兴，还不停地和我们握手。

还有许多老人在忙着自己手中的活，例如：打麻将，打牌，做一些剪纸，这类活动都可以增强老年人的活力，尤其是智力方面让他们开发大脑，还有一些更为发达的机器，可以更全面地为老年人服务，让他们健康长寿。

第一次看望老人，就是陪老人购物，我们一人带一个老人，有的时候老人懂得事情远远比我们多，并且他们很熟悉这里的地方，与其说是我带老人购物还不如说是老人带我去购物了。

在给老人送来温暖的同时，我也感悟了许多。学校让我们参与社会实践活动你，实际上是要我们从社会活动中找寻能使我们收到教育，有所感悟的亮点。让我们去了解社会，感受社会，体会社会。在这里我深深地体会到老一辈的孤独，在这次活动中，我开始觉得有一点自豪感，这种感觉不是在学校里能体会得到的，是参与社会公益活动的一种回报。公益活动就是不求回报的，忘我的为社会做贡献。以此塑造我们的心灵，增强我们对社会的责任感，所以我在这次活动中很积极，但却是很开心。作为当代的大学生，每天面对的不只是课本知识，更多的是要参与社会实践。因为这样才让我们与社会连在一起，日后才能更好的回报社会。这次活动不仅是给老人们送去我们的关心与问候。更多的是锻炼我们自己。看着老人那落寞的眼神，那被岁月摧折的脊背，那被时光的年轮碾过留下岁月痕迹的脸庞，都激发我们的爱心。很希望为他们做一些事情，以尽我们的孝心，望着这孤苦伶仃，无依无靠的老人们，我们心里是无比的寒酸，恨不得把我们身

上的温度全部转移给他们，好让他们有一个幸福美好的晚年，这次活动让我们体会到不一样的人生，让我们知道世界上还有许多要我们献出爱心的人存在，因此我们不能停下脚步。“老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼”告诉我们我们尊老爱幼的重要性。其实我们都知道，老人们缺少的不仅仅是物质上的帮助，更多地是精神上的安慰。

他们要求并不多只是简单的希望我们这些子女经常去看望他们，让他们不再感觉孤单。但是仅仅以我们几个人的微薄之力是不能解决社会上所有需要爱心的人，因此我们希望社会的各界人士，能够伸出双手，奉献爱心，让老人们不再孤单。构建我们真正的和谐大家庭。

六年级敬老院活动心得体会篇二

叩响校园实践的大门，陪伴我们走过五年的小学，我们终于迎来了六年级的实践活动。在这段时光中，我们不仅在课室里学到了知识，更是在校园实践中获得了锤炼。接下来，我将分享我的实践活动心得与体会。

在六年级的开年节日——国庆前夕，班主任宣布了我们第一次校园实践活动即将展开的消息，我兴奋极了。我们的实践活动是到学校附近的垃圾分类中心去参观，并亲身体会垃圾分类的工作。这是我第一次接触生活垃圾分类工作，也是我在实践中探究环保知识的良好开端。

第二段：实践中的感悟与反思

在实践中，我发现我们生活中的许多物品并不是一次性的，比如，饮料瓶、易拉罐等等都可以回收利用，垃圾并不是什么不能利用的东西。这个启示让我反思自己在平时的消费行为中，是否存在浪费的情况。同时，我也发现了自己平时的种种不足，比如对于分类不细致、知识浅薄等问题，这些都是需要我们在实践中认真反思并加以改进的。

第三段：实践中的收获与成长

通过实践，我学到了生物分解时间的长短、垃圾分类方法、雨水利用等等知识。在实践中，我还有机会向那些随时守护我们生态环境的工作人员请教，和他们一起探讨如何保护我们的环境。而在实践中，我还发现了责任感的重要性，我需要时刻牢记自己是一个公民，要积极履行环保的责任，为绿色环保做出贡献。

第四段：实践成果的股份与推广

为了让更多人了解实践活动的内容和结果，我们展开了各种形式的宣传，比如，撰写实践日记和报告，制作宣传海报和PPT等。这样的行动让更多的人感知到垃圾分类的重要性，拉近了我们与环保之间的距离。

第五段：实践的价值体现

在校园实践的过程中，我们能大力锤炼自己的能力和素质，包括实际操作能力、观察分析能力、团队协作能力、能力认知与价值观念的形成。这样的一次实践活动，也让我们感受到了实践与理论相辅甚至不可分割的关系，让我们知道将理论知识融入实践中的重要性。通过实践，我们更加深入地理解课程中所学的知识，同时也增强了“二百年不合山东人”的自豪感和信心。

回顾这段时光，我不禁感叹：实践是一剂良药。它能够提高我们的能力，激发我们的灵感，甚至调整我们的心态。校园实践让我们不仅学到了知识，更深层的提升了自身素质。在未来的人生旅途中，我们将继续行动起来，将实践精神融入到内心的每一个细胞中，为中国梦、为环保事业贡献自己的力量。

六年级敬老院活动心得体会篇三

1、学生要在常家访时尽可能应让学生在常老师、家长、学生在一种平等，互信，轻松的氛围中“三方对话”，使学生接受教育。既可增强师生之间的信任，消除不必要的疑虑，同时，可以给学生讲话的机会，有利于消除消极因素，保证意见的准确性和教育措施的切实性。

2、注意交流方式。家访时主要对象是学生家长。因此，家长对老师的家访是否采取积极合作态度，直接决定着家访的效果。首先，家访时教师应注意仪表形象，力求语言朴实诚恳，举止大方。消除家长对老师的戒备心理。谈话开始，避免单刀直入，可先围绕一些家长感兴趣的话题聊上几句，引导家长积极主动地参与到谈话中，创设良好的谈话气氛，力求达到与家长产生共鸣，取得家长信任，然后，再逐步引入主题，向家长了解、介绍学生的情况。同时，由于家长的职业特点、个人阅历、经济状况、文化素质、思想修养、性格脾气各不相同。作为老师应该具体问题具体分析，“到什么山唱什么歌”，如果家访的方式不改变，有时会事倍功半，甚至适得其反。

3、多鼓励表扬、少斥责批评。每个孩子都希望得到老师的表扬和鼓励，因此，当孩子有了进步或在某一方面取得了一定成绩时，教师就要发自内心地进行赞扬，由衷地表示祝贺，并通过家访的形式告诉家长，使学生感受到自身的成就感，那么，他的学习就会更加努力，他的思想就会更家进步。同时，家长也会分享孩子的快乐，会更加关注孩子，关注学校。同时，批评对于有错误的同学也是应该的，更具有针对性，更应注意分寸，以免挫伤学生的自尊心，产生逆反心理而适得其反。这就要求教育者应善于发掘学生的每一个闪光点，有用发展的眼光看问题，充分调动学生的积极因素，正确认识自身存在的问题，促使学生健康发展。

4、要全面评价学生。最差的学生，都有好的方面，因此，老

师要全面了解学生，全面评价学生，不能只抓住某一二个问题就下死结论，特别是不要单纯指责学生的过错，甚至借机“告状”，推卸责任。应多听取他们的意见，与他们达成共识，切忌各执一词，互相指责。

5、多引导启发。谈话就是要通过亲切的交谈，使双方在和睦的气氛中充分认识问题解决问题。为此，教师应该加以正确引导，使学生正确认识宰牲节，启发他们说出心里话；在尊重事实的基础上，切实解决学生存在的问题。

最后，家访后，要及时对学生加以督导，这是家访中一个至关重要的环节。可能多数教师家访后，对学生不闻不问，认为家访回来就意味着完成了一项任务。这是错误的。可以说，这样的家访反映在学生身上的效果不会理想。因为家访必定引起学生心理不同程度的震动，学生心理正在进行着“积极思想”与“消极因素”的对抗，正急需外部动力的辅助，以达到思想上的净化和改良。为了巩固家访效果，教师可采用学生监督和教师疏导相结合的方式，辅以榜样示范、正面激励等措施手段，对学生的行为给予公正的评价。及时采取谈的形式了解学生的思想动向，防止学生错误行为的发生。

总之，家访可以拉近老师与学生与家长之间的心理距离，有利于互相交换意见，也有助于达成共识。因此我们要用心地做好每一次家访，为孩子的明天努力！

六年级家访心得体会4

六年级敬老院活动心得体会篇四

近日，我校六年级组织了一场名为“跑进六年级”的活动，让我们六年级的同学们有机会亲历亲为地参与到课程中来。在这次活动中，我学到了很多的东西，并且收获颇丰。下面我

将就我的心得体会与大家分享。

首先，这次活动让我更加深刻地认识了合作的重要性。在跑进六年级的活动中，我们分成了几个小组，每个小组都有自己的任务。而要完成任务，我们就必须要做好合作。正是因为有了大家的通力合作，我们才能够顺利地完成了活动中的各项任务。通过这次活动，我明白了这个道理，那就是只有团结一致，才能够更好地完成目标。

其次，我也意识到了自己的潜力。在跑进六年级的活动中，我发现有些任务我能够轻松地完成，而对于一些我觉得困难的任务，通过努力尝试，我也能够完成得不错。这让我明白了一个道理，那就是只要努力，任何事情都有可能成功。我相信只要我勇敢地去跨出第一步，就能够发现自己的潜力，实现更多的可能。

再次，通过这次活动，我也更加意识到了团队合作的重要性。在活动中，每个小组都有自己的队长，而队长要带领大家一同完成任务。这也让我明白了要想成为一名优秀的领导者，不仅要有出色的个人能力，还需要懂得如何与团队成员进行有效的沟通协调，才能够在团队中发挥出最大的作用。通过这次活动，我也更加明白了团队合作的力量，只有大家齐心协力，才能够取得更好的成果。

最后，我还要强调的是这次活动中给了我们更多的机会去发现自己，展示自己。在活动中，每个小组都有机会去展示自己的成果，同时也有机会去欣赏其他小组的成果。这让我明白了每个人都是独一无二的，每个人都有自己的特长和优势。只要我们发掘和发挥自己的优势，就能够在各个方面取得好成绩。同时，我也学会了欣赏他人的成果，从中吸取别人的经验，进一步提升自己。

总之，通过这次跑进六年级的活动，我获得了很多，收获颇丰。我明白了合作的重要性，发现了自己的潜力，体会到了

团队合作的力量，同时也学会了展示和欣赏他人的成果。这次活动不仅让我们学到了知识，更重要的是培养了我们的团队合作精神和创新思维。希望以后还能有更多这样的活动，让我们六年级的同学们继续锻炼自己，实现更多的突破与进步。

六年级敬老院活动心得体会篇五

学校为了增强我们的体质，锻炼我们的毅力，决定组织高小年级开展“阳光少年磨砺教育”，听到消息，同学们兴奋极了，都对这次活动充满期待。_月_日，我们首先在班上认识了我们这次的主官——_教官，简单介绍之后踏上了去军训营地的路程。正所谓人生要有酸、甜、苦、辣，这次，我们还真的经历到了。

不到半个小时，军训营地到了。令同学们大跌眼镜的是：这里没有他们想象的那么好玩……接着，我们就穿上了迷彩服，变成了一个一个小军人，我们心里都有种自豪感。

我们的训练开始了，感觉训练可真苦啊，一蹲就是半个小时还不准动，汗水都流到嘴里了咸咸的。这不仅是锻炼我们的军姿，同时，为了锻炼我们的毅力。练完军姿又训练了其他项目2、3个小时后我们才获得了休息的机会。

每天的吃饭时间是我们的快乐时光，我们每队的队员都在一起吃饭，这种集体吃饭，我们都觉得很新鲜，虽然没有什么大鱼大肉，我们都觉得比在家里吃饭有意思。毕竟我们还是会有相互照顾的时候，没有吃好的同学也会“酸”一下那些已经吃好了的同学，说他们动作快。

__的训练结束了，我们回到学校了。下午进行的汇报演练，__老师为我们做了领导力与责任感的训练。每班自荐选出了两个领袖，宣誓他们对我们负责任，我们也要为他们负责任。训练的内容就是我们的训练出现动作错误，他们就要为我们

的错误负起责任，为我们的错误在操场上奔跑。反复的几次，我们的领袖都很累了，但是因为他们的责任，因为他们的承诺，他们依然坚持，这种精神深深的感染着我们。

结营仪式结束了，回想我们短短时间的军训，很多内容都值得我们学习和改变。我们也是在这种不停的学习和改变中成长，这次的军训，我们得到了锻炼有了不少收获，这从同学们坚毅的表情上显出的甜蜜笑容上能够看到。

六年级敬老院活动心得体会篇六

作为一个六年级的学生，我有幸参加了一次精彩的亲子活动。在这次活动中，我与爸爸妈妈一同参与了许多有趣的游戏和互动，不仅深化了亲子关系，也收获了许多宝贵的体会和感悟。

首先，这次亲子活动使我更加了解爸爸妈妈的工作和生活。在活动中，我们参观了不同的展览和工作室，看到了爸爸妈妈日常工作的场景，了解了他们平时都做些什么。我发现，爸爸在工作中非常细心和专注，妈妈则是个善于沟通和协调的人。通过观察他们的工作，我深深地体会到，一个成功的职业人士要具备专业能力和团队合作精神。

其次，亲子活动让我对家庭有了更深层次的理解。在参与各种游戏和活动的过程中，我体验到了爸爸妈妈为家庭所做的努力和付出。家庭需要每个人的共同努力和配合，只有团结一致，才能共同克服困难，实现家庭的和谐与幸福。我明白了爸爸和妈妈的辛苦与付出，更加珍惜他们对我的关爱和教育。

再次，亲子活动让我体验到了共同努力和团队合作的重要性。在各种游戏和挑战中，我发现只有与爸爸妈妈紧密合作，相互配合，才能收获成功。比如，在解锁密室的游戏里，我们需要通过互相沟通和合作，才能找到线索并解开难题。只有

团结合作，我们才能完成任务，取得胜利。这个过程让我明白：在生活中，无论是学习还是工作，团队合作是非常重要的。只有与团队紧密配合，积极承担自己的责任，才能共同取得更好的成绩。

最后，亲子活动让我更加珍惜与爸爸妈妈在一起的时间。平时，爸爸妈妈工作忙碌，我也因为学习和课外活动而忙碌。很少有机会和他们一起玩耍和交流。而这次亲子活动让我和他们有了充裕的时间相处。在游戏和互动中，我与爸爸妈妈分享了许多快乐和笑声，亲子关系也变得更加深厚。我明白到，时间是宝贵的，我们要更好地利用它，与家人共同度过美好的时光。

通过这次亲子活动的体验，我对家庭和职业有了更深层次的理解，并认识到团队合作和时间的重要性。我将把这些体会和感悟牢记于心，并在将来的学习和生活中，有意识地将其融入到自己的行为中。相信通过这样的努力，我将取得更大的成就，并成为一个人更出色、更有责任心的人。

六年级敬老院活动心得体会篇七

学校为了增强我们的体质，锻炼我们的毅力，决定组织高小年级开展“阳光少年磨砺教育”，听到消息，同学们兴奋极了，都对这次活动充满期待。_月_日，我们首先在班上认识了我们这次的主官——_教官，简单介绍之后踏上了去军训营地的路程。正所谓人生要有酸、甜、苦、辣，这次，我们还真的经历到了。

不到半个小时，军训营地到了。令同学们大跌眼镜的是：这里没有他们想象的那么好玩……接着，我们就穿上了迷彩服，变成了一个一个小军人，我们心里都有种自豪感。

我们的训练开始了，感觉训练可真苦啊，一蹲就是半个小时还不准动，汗水都流到嘴里了咸咸的。这不仅是锻炼我们的

军姿，同时，为了锻炼我们的毅力。练完军姿又训练了其他项目2、3个小时后我们才获得了休息的机会。

每天的吃饭时间是我们的快乐时光，我们每队的队员都在一起吃饭，这种集体吃饭，我们都觉得很新鲜，虽然没有什么大鱼大肉，我们都觉得比在家里吃饭有意思。毕竟我们还是会有相互照顾的时候，没有吃好的同学也会“酸”一下那些已经吃好了的同学，说他们动作快。

__的训练结束了，我们回到学校了。下午进行的汇报演练，__老师为我们做了领导力与责任感的训练。每班自荐选出了两个领袖，宣誓他们对我们负责任，我们也要为他们负责任。训练的内容就是我们的训练出现动作错误，他们就要为我们的错误负起责任，为我们的错误在操场上奔跑。反复的几次，我们的领袖都很累了，但是因为他们的责任，因为他们的承诺，他们依然坚持，这种精神深深的感染着我们。

结营仪式结束了，回想我们短短时间的军训，很多内容都值得我们学习和改变。我们也是在这种不停的学习和改变中成长，这次的军训，我们得到了锻炼有了不少收获，这从同学们坚毅的表情上显出的甜蜜笑容上能够看到。

六年级敬老院活动心得体会篇八

实践活动是学生认识世界、认识自我、锻炼实践能力的重要途径。作为一名六年级学生，我参加了不少的实践活动，其中有些活动让我感到难忘，也让我受益匪浅。以下是我的一些心得体会。

第二段：实践是理论的生动实现

在学习中，我们通过课本和讲解知识点来学习，但知识的理论与实际操作的应用总是有所区别。实践活动则是将理论知识转化为具体行动，更形象、生动地展现知识的魅力。比如，

我们曾经在参观博物馆时，老师根据展品进行详细解释，让我们了解文物历史和文化，达到了学以致用效果。

第三段：实践活动是培养自主创新思维的途径

在实践活动中，因为现实需要和创造力的要求，我们常常需要自己想办法解决问题，这就培养了我们的自主创新能力。比如，在实现自制遥控小车时，我们发挥工程师的创造力，设计制作并改进车辆，最终达到成功运转的效果。这样的活动让我们有了更多的思考和实践的机会。

第四段：实践活动是培养团队合作意识的途径

实践活动通常需要各种技能和力量的协调，这就让我们学习到团队合作的必要性和重要性。在团体活动中，我们学会互相尊重、信任和倾听，合理分工、有效沟通并互相协调，形成了团结的集体力量，最终共同完成任务。这样的活动让我们认识到，团队具有无限的力量，若能合作起来，困难将变得微不足道。

第五段：结语

实践活动是一种高效的学习形式，它既能丰富我们的学习内容，也能提高我们的实践能力和团队协作能力。在参加实践活动中，我们不仅可以学习到知识，还能领悟到人生的真谛，感受到集体的温暖和自我肯定的滋润。我们会在实践获得难以替代的经验和启示，让这些体验成为我们成长的阶梯和未来人生的财富。

六年级敬老院活动心得体会篇九

真情常住我心头，温馨敬老院之旅真情常住我心头，只要人人都献出一点爱，世界将变成美好人间。

很高兴今天我们一行人在今年寒假能有这样一个机会，今天，我们几个同学结伴去了市里敬老院进行社会实践，在那里我们几个同学陪老人做了一些简单工作，使我们力所能及的事情。我们知道老人其实最缺少的就是关心关爱，他们最害怕的就是孤独和寂寞，而恰恰相反的是他们最希望的是可以在儿女的包围下幸福快乐的生活，从而创造属于自己的生活。

今天一大早，准确的说是20xx年二月20日，我和几个同学约好一同前往位于市郊的敬老院，我们带着一些瓜果并且满怀兴奋的心情一路直达目的地。令我们几个很意外的是有几位老人老早就在门外等我们呢。于是我们几个就走上前搭话，原来他们老早就知道大学生要来看望他们，所以他们老早就站在那里等接我们，这让我们感到受宠若惊。

于是我们一行人随老人们进入了院里，进入里面了，里面还有娱乐室，整个房间满满的都是人，和我们之前想的完全不同，相反的。老人们见了我们很是高兴，很热情呢。当我们做了自我介绍之后，便按照事先的安排为老人进行了表演，表演了几个小节目。说实话，我们表演的哪里是节目啊，简直难入法眼，惨不忍睹啊，但是老人们却没有嫌弃，仍把我们捧在手心，高度赞赏，满是开心的目光投向我们，把我们弄得也怪不好意思的，之后有几个老人们也心痒，想为我们表演，他们竟也毫不示弱，其中有位白发的老奶奶为我们表演了一段戏曲，那模样、那扮相简直是绝了，丝毫不逊于我们看过的正规京剧表演。之后我们跟前的几位老人说，这位老人其实是非常有才的，要不是当时条件有限，就那老人那水平，早就成名了，不过说句心里话，那老人的唱腔挺不错的，我们都只竖大拇指表示佩服。

后来，我们又和老人们坐下来彼此面对面地聊聊天，谈谈心，从中，我们感受到的是；在这个大院里，老人们其实是孤单的，寂寞的，他们经常玩些活动，通过聊天，我们了解了许多，老人们当中有些是在家呆不住，有些是子女工作忙没办法照顾老人。刚来这时，他们都很不习惯，但是时间久了，

他们逐渐喜欢上了这里，老人们在这里玩的都很开心，每天他们一有时间就会到楼下的树荫下或是楼上的写字房内看会电视或是打打麻将。夏天时就在树荫下乘凉，冬天时就四处散散步。

下午一点多了，我们吃完饭后就随着老人出去散步了，锻炼锻炼身体，敬老院里有个很大的和运动的地方，可以容纳很多机器，好多人都在那里活动，并且和我们玩着一些小游戏。

通过这次和老人们面对面心连心的交谈，是我们明白了许多，明白到了他们过去的经历，明白了他们的辛劳，明白了他们对儿女们的期盼，更明白了他们对我们这一代人的希望。

临走时，我们恋恋不舍得。所以我们拿出相机和老人们喝了个影。照完相后，老人对我说；你们照片洗出来后能给我们留一张吗？然后写上你们的名字。我们被这一举动感动了，我们连声说道：好好。

老人们平日里太孤独了，儿女们大多都不在身边，有的甚至没有儿女，他们要给他的是简单的一句关怀，并不是物质上的供给。金钱所能代替的，只是在生活的温饱要求之上的，有人在身边那是最开心的事情了。常回家看看里歌词写的好，老人们需要的是有儿女陪伴身边，陪他们聊聊天。我现在自己的爷爷奶奶姥姥姥爷都已经不在了，所以看到老人就觉得特别亲切，想想对自己的亲人一样照顾他们关心他们，而他们也把我们当成自己的孙女了，拉着你的手，巴阿他们的那份慈祥加在你身上，而我们也欣然接受。

那晚年呢？年轻的时候父母不嫌我们慢，叫我们怎样系鞋带、拿筷子、穿衣服，当他们年老时。老是重复说一句话时我们就受不了了。为人子女药学会体谅父母。父母为了我们能有更好的前途，每天早出晚归打工干活，辛辛苦苦的，任劳任怨，但从不喊累，永远让我们能吃饱穿暖。

通过今天的时间我懂了很多，明白了为人子女该做什么不该作什么。我希望以后能有很多这样的机会。总之我很开心。