

2023年乡村振兴大学生计划 大学生宣讲 大学心得体会(模板10篇)

时间流逝得如此之快，我们的工作又迈入新的阶段，请一起努力，写一份计划吧。什么样的计划才是有效的呢？下面是小编带来的优秀计划范文，希望大家能够喜欢！

乡村振兴大学生计划篇一

大学生宣讲大学心得体会是一项非常重要的任务，因为它不仅可以帮助中学生更好地选择自己的大学专业和树立正确的人生价值观，而且也可以帮助大学生回顾自己的大学生涯，重新审视自己的梦想和目标。因此，大学生宣讲大学心得体会不仅是一种传递经验和知识的方式，更是一种表达自我和成长的机会。

2. 分享大学生宣讲的有效方法和技巧

在进行大学生宣讲的时候，我们需要掌握一些有效的方法和技巧。首先，我们应该结合自己的亲身经历，用具体的例子、事实和数据来说明，让听众能够更加直观地感受到大学生活的真实面貌。其次，我们需要有条理地组织讲述的内容，避免出现跳跃和重复的情况。最后，我们需要通过自信、亲切的语言和互动的方式，增强自己与听众之间的沟通和联系，让他们能够更好地理解并接受我们的分享。

3. 阐述大学生宣讲的主要内容和关键点

在进行大学生宣讲的时候，我们需要重点关注一些主要内容和关键点。首先，我们要介绍大学的学科体系、教学方式和学术氛围，让听众了解大学的学习环境和学习质量。其次，我们要讲述大学的社会交往和自我发展的机会，介绍社团、实习、留学等方面的经验和机会。最后，我们要从自身角度

出发，分享个人的成长和思考，说出自己在大学生生活中所获得的心得和收获，让听众更加深入地了解大学生生活的本质和意义。

4. 强调大学生宣讲的价值和意义

大学生宣讲不仅是一种传递经验、分享知识的方式，更是一种展示成长和自我表达的机会。通过宣讲，我们可以帮助中学生更好地选择自己的大学专业，确立自己的人生目标和价值观；同时，我们也可以帮助大学生回顾自己的大学生涯，反思自己的成长和不足，从而更好地发现和实现自己的梦想。因此，大学生宣讲是一项非常有价值和意义的工作，它能够得到社会的肯定和认可，也能够成为自我实现和自我发掘的途径。

5. 结论

在大学生宣讲的过程中，我们需要关注主要内容和关键点，掌握有效的方法和技巧，表达自己的想法和体会，让听众能够更好地了解大学生生活的本质和意义。同时，我们也需要看到大学生宣讲的价值和意义，从而更好地投身进这项工作中，为社会做出自己的贡献。在以后的工作和生活中，我们也需要更加注重自身的成长和表达，为自己的奋斗赢得更加广阔的舞台。

乡村振兴大学生计划篇二

父亲到了上学的年龄，情愿盘腿坐在炕头帮祖母纺线，也不肯进学堂。父亲不上学，也就不识字，他连自己的名字也认不得。而读过书的大伯三叔四叔，无一例外地成了“公家人”，虽然几年才回来一趟，但都是春风满面，神采飞扬。相比之下父亲却显得委琐俗气。每当他们弟兄几个坐在一起，我甚至都不敢看父亲一眼。

父亲当年为什么不肯上学，父亲从未说过，我也没问过。倒是母亲每每与父亲闹翻，最后总是毫不留情地质问父亲：那时你咋不上学呀，看看人家再看看你。母亲这话一出口，父亲便像霜打的茄子一样低下头，只顾一口接一口地吸烟，一声不吭。

父亲不识字，闹了不少笑话。听说有一回父亲进城，直通通地就走进了女厕所，被一个女工骂了出来。父亲吓得魂不附体，苦苦哀求，后来甚至下了跪。没有不透风的墙，这事很快就在村里传扬开了，有大半年的时间，父亲在村里走路，头总是垂得很低。

这事虽然与我无关，但既然发生在自己父亲身上，我也就很难为情。每当看到或听到村里那些长舌的男人女人饶有兴致、添油加醋地谈论这件事时，我无不转身落荒而逃。回到家，真想戳着父亲的鼻子问他当初为什么不上学不读书，而偏偏去做那些纺棉花的女人活。但看到父亲寂寞苍老的样子，又禁不住顿生怜悯，真想抱住父亲的腿大哭一场。

我上了高中，有一次，父亲怯生生地说想到学校来看我。听了这句话，我顿时感到一阵寒颤。我一而再，再而三地告诉父亲，学校共有几处厕所，男厕在哪一边，不厌其烦地给父亲讲解“男”字与“女”字的不同。父亲不说话，只低头默默地吸烟。返校后我忐忑不安地等父亲来，夜里偷偷地拿红粉笔去加重厕所上的那个“男”字。我的担心是多余的，父亲最终没来看我。现在想想，我那时真是太聪明了。

高考前夕，我回了趟家，到家时已近黄昏，但家门却还紧锁着。我坐在大门旁的石头上等父亲，看着黄昏一寸一寸地爬上泥墙。邻家婶子从家里走出来，抬头看见我，说：梅子，你咋才回来？你爹犯胃病吐血了！我“腾”地站起来，电击了一般。婶子又说：现在好了，昨儿出的院，这会儿在地里忙呢！我拔腿往田里跑，远远地看见父亲腰里扎着一根草绳子，那么瘦小枯干！我跑上去，默默地站在父亲身后，眼泪簌簌而

下。父亲说，很晚了，咱回家吧。我与父亲拉着排子车往家走，一路无语。一抹晚霞在西边的天空灿烂地燃烧，映照着我羞红的脸。

终于等到大学录取通知书的那天，父亲的话突然多了。我很难理解一向沉默寡言的父亲怎么就一时那么能说起来。凡是能想起来的，他都往外说。当年为啥不进学堂念书呀，那是因为家里穷呀，要是都上学，还不把你爷爷奶奶活活累死呀！你大伯三叔四叔都上过大学，就我没上过，现在好了，我闺女考上大学了，那就是我的大学！父亲每天都像复读机似的一遍遍地重复这些话。有时说得母亲烦了，就顶他：你歇会吧，自己的肠子还用别人给你量么！但父亲似乎已经不再怕母亲，仍是趾高气扬地说个不停。

乡村振兴大学生计划篇三

在大学中、社会上也正需要有这样的心、这样的勇气、这样的精神，也才能顶天立地。否则，你就像一只蚂蚁，轻而易举地被踩死，被整个世界所淘汰。没有规矩，不成方圆。这也正是军训中，我们所明白的。如果一个人在生活中放荡的地，那么这个人将被称为疯子；如果一个家庭在生活中争吵不息，那么他很快四分五裂；如果一个国家总产生内战，那么最后只能走进灭亡这一恶门。因此，我也深深地懂得了只有团结、友爱、奋斗、坚强才能在这个世界上生存。

在军训中虽然有无数艰苦的考验，但是跟教官们相比，我们这种训练就像一根毫毛轻而易举。因此，再苦再累也应该坚强，要永远相信阳光总在风雨后这句话，这也是为今后的生活奠定了一个坚实的基础。

路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。今后的路还长着，需要寻求的东西也还很多。因此，我们要永远记住军训所教给我们的每一个道理，放飞心中这只青春的小鸟，去寻找自己真

正的’一片蓝天，去挑战更多扑面而来的考验，去迎接一刻刻美好的未来。

乡村振兴大学生计划篇四

大学教育是一个人成长中不可或缺的阶段，相信每一个大学生都对自己的大学生涯有着自己的感悟和收获。现今社会中有很多人正在准备或即将步入大学的大门，如果这些人可以听到来自不同大学生的宣讲，将会对他们的未来有着重大的启示作用。因此，本文将通过不同大学生的宣讲来分享大学生的个人体验和感受，以期能够为大学生和就读大学的学生们提供一些有价值的信息和建议。

第二段：学生A的宣讲

学生A是一位来自北京大学的大学生，他将自己的宣讲分为了三个部分：求知、创新和实践。在课程设置上，北京大学着眼于培养学生的学术素质和研究能力，让每个学生在知识上得到更多的丰富和广度。在校园文化上，北京大学营造了厚重的学术氛围，让学生在大量的创新和合作中得到挑战和成长。在社会实践方面，北京大学让学生走出象牙塔，参与到社会实践中去，锻炼自己的实践能力和磨砺自己的思维。学生A的宣讲让人感觉北京大学传承着一股厚重的学术基因，注重学生的实践能力和创新思维，值得广大学生借鉴和学习。

第三段：学生B的宣讲

学生B是一位来自上海交通大学的大学生，他将自己的宣讲着重强调了上海交通大学的创新氛围和国际化视野。在课程设置上，上海交通大学尽可能地让学生自主选择自己想要学习的课程，让学生们能够在自己的兴趣爱好中发掘出自己更深入的天赋与潜能。在校园文化上，上海交通大学注重打造国际化校园文化，为学生们创造出更广阔的国际视野和交流平

台，让学生们不仅能够学到专业知识，并且能够拓展自己的人际关系和开拓国际视野。学生B的宣讲让人感觉到上海交通大学强调学生的自主性和创新思维，更注重学生们的国际视野和人际交流，这些都为未来的学生提供了更多的机会和大开思路的空间。

第四段：学生C的宣讲

学生C是一位来自清华大学的学生，他将自己的宣讲分为两个部分：学术精神和人文关怀。在学术精神方面，清华大学注重培养学生的理智精神和创新思维，让每个学生都在学术上得到精进和提升。在人文关怀方面，清华大学关注每个学生的个性和需求，致力于营造出温馨和谐的校园氛围，使每个学生都得到很好的支持和关爱。学生C的宣讲让人感觉到清华大学注重让学生全面发展，既注重学术成就，同时又关注每个学生的获得感和个性生长，这样的教育氛围可以为学生们提供最好的成长环境和成才路径。

第五段：总结

在三位宣讲者的宣讲中，我们能够感受到不同大学在教育方面各有不同的特点和侧重点。北京大学注重学术领域的提高和社会实践的锻炼；上海交通大学注重创新思维和国际化文化的打造；清华大学注重学术精神和人文关怀的培养。这些都是多元化教育模式的充分体现，让每个学生能够在自己的兴趣和特长中得到更好的发展，为未来的发展奠定良好的基础。因此，我们希望更多大学生能够以自己的方式宣讲自己的学校体验，让其他学生们从中得到更多的启示和借鉴。

乡村振兴大学生计划篇五

大学生作为奋斗在大学校园中的一群人，除了要科学学习以提升自己的素质外，促进新生入学后积极适应大学环境、组织开展各种校园文化活动也是他们职责所在。其中，大学生

宣讲是一项重要的任务，它不仅可以向新生提供一些实用、有价值的信息，而且可以激发大学生对自身成长与未来规划的明晰认识，同时给予学生以心灵上的鼓励和启迪。

第二段：宣讲的意义和价值

大学生宣讲是一种以大学生为主体，向大学生宣传校园文化、知识技能、学习方法、德育观念等内容的活动形式，具有重要意义和深刻价值。首先，宣讲可以促进新生在大学环境中更快适应，帮助他们在人际交往中建立更好的社交能力；其次，宣讲可以帮助新生了解学校规定，让他们明白学习和生活的规范，避免违反校规；最后，宣讲可以拓展学生的视野，增加他们对专业知识、科学技能和社会实践的认识，促使学生更加努力地学习和成长。

第三段：宣讲的重点内容

大学生宣讲的内容不仅包含学校与专业知识的介绍，还包括一些学习方法、注意事项、实用技能、校园文化传统以及生活常识等方面。其中，宣讲的核心内容包括学习方法和就业规划两大方面。通过让大学生了解学习要做到科学、合理、高效，掌握一些优秀的学习方法和规律，使大学生能够自我调整，高效学习，适应新的学术环境，避免浪费时间和错过机会。在就业规划方面，指导普通学生如何选择就业方向，掌握面试技巧和流程，提高自身综合素质，进一步增加就业稳定性和发展潜力。

第四段：宣讲的形式和方法

对于大学生宣讲的形式和方法，通常是由学生会、新生辅导员和其他干部组织进行的。与传统讲座形式不同，大学生宣讲注重形式的生动、幽默、富有互动性，采用比喻、构建案例等方式引导新生们理解一些比较抽象和难以理解的内容。同时，还可以通过答案抢答、问答、游戏等小组活动，让学

生们积极参与，避免讲座过程单调乏味，增加交互效果。

第五段：总结

总之，大学生宣讲是当代大学的一项重要活动。它不仅为新生提供实用、有价值的信息，同时也激发了大学生对自身成长与未来规划的明晰认识，给予学生以心灵上的鼓励和启迪。而在宣讲过程中，要注重内容的系统性、实用性和科学性，灵活运用形式和方法，确保宣讲活动能够最好的塑造新生的良好形象和树立校园文化传统。

乡村振兴大学生计划篇六

作为一个即将步入大学的学生，我想分享一下我对大学的一些心得体会。大学是一个全新的阶段，它不仅涉及到我们的学习，还涉及到我们的生活和价值观。在大学这四年里，我得到了很多宝贵的经验和智慧。以下是我对大学的一些感想。

第一段：关于学习和课程

在大学里，我们可以选择自己感兴趣的课程进行学习和研究。这让我深刻地认识到，学习不应该只是为了获得高分，还应该为了拓宽自己的眼界和提高自己的技能。在大学里，教授也更加注重我们对知识的理解和思考，他们不仅是为了传授知识，而且是为了引导我们进行探究和研究。当我们理解这些知识时，它们的价值就会变得更加深刻和有意义。

第二段：关于社交和人际关系

大学不仅是一个学术的场所，还是一个社交的场所。在大学里，我们可以结交到来自不同文化和背景的人。这让我学会了如何与不同的人交朋友、相互沟通和尊重差异。我认为在大学里建立良好的人际关系很重要，除了交朋友之外，我们还可以在大学里参加各种社交活动来帮助我们自我发展和扩

展我们的视野。

第三段：关于自我发展和个人成长

第四段：关于挑战和失败

在大学里，我们肯定会经历挑战和失败。这让我认识到，挑战和失败是进步的一部分，它们帮助我们了解自己的弱点并开拓我们的思维方式。当我们遇到挑战时，我们应该保持冷静、淡定并思考可能的解决方案。当我们经历失败时，我们应该从中吸取教训，继续尝试并保持坚持不懈的努力。挑战和失败是我们成长和前进的重要契机，这让我们在未来更加成功和成熟。

第五段：结论

总之，大学是一个让我们学习，发展和成长的场所。我们可以在这里获得知识，结交新朋友，并发展自己的兴趣爱好和技能。在大学里，我们会经历挑战和失败，但我们也会从中学习，在这个过程中获得成功和成熟。无论在大学的四年里我们遇到什么样的事情，我们都应该保持开放、积极、充满热情和行动力，这样才能成为一个优秀的大学生并在未来走向成功。

乡村振兴大学生计划篇七

大学是人生中非常重要的一个阶段，它不仅让我们拥有了更高的学历和知识技能，更重要的是让我们经历了许多成长和改变。在大学这个舞台上，我收获了许多宝贵的心得和体会，以下将分享其中的五个方面。

第一，跨出舒适区，敢于尝试。初入大学时，我面对陌生的环境和繁重的学业感到焦虑和害怕，甚至不敢去参加学校里的各种活动。但是，当我开始鼓起勇气跨出自己的舒适区，

尝试去做一些自己没做过的事情时，我发现其实自己的能力比想象中更大。我成为了一个社团成员，参加了各种比赛和活动，不仅增加了自己的人际交往能力，还拓宽了自己的视野和学术水平。

第二，认清自我定位，明确学习目标。在大学这个时期里，我们应该认识到自己的身份和角色，慢慢地树立自己的目标。在选择专业、选修课、考研等方面，我们都要有自己清晰的定位和明确的目标。并且，在学习过程中要注重自我调节和自我提高，做到知识面广、深度好、细节到位。通过自我发掘，我们能够更好地明确自己的未来方向。

第三，珍惜时间，做好时间管理。大学生生活充满着各种各样的活动和课业，如果没有好的时间管理方法，我们将会随着时间的长河里迷失。因此，我们应该劳逸结合，合理安排时间，调整自己的节奏和状态，让自己快乐地度过每一天。节约时间也是一种管理方式，我们可以将时间花在更有意义的事情上，如阅读、运动、社交等，使自己在繁忙的学业中不至于压力过大，同时也更好地维护了身体和心理的健康。

第四，注重实践，积极参与社会实践活动。大学既是学习的地方，也是社会化的地方。无论是校内的科技创新实践、社会调查、志愿服务等，或者是校外的实习、兼职工作、创业项目，都是很好的实践机会。通过实践，我们不仅可以将学过的知识落地实践，更能够提高自己的实践能力和社会适应能力。同时，实践还能够拓宽我们的人际关系和社交圈，让我们学习到更多人与人之间的沟通和合作。

第五，保持积极向上，树立正确的价值观。大学是人生中重要的时期，我们要树立积极向上、阳光向善的梦想和追求，追求真、善、美。在遇到挫折和困难时，我们要始终保持乐观的态度，相信自己，耐心面对每一项任务和学习任务。同时，也应该保持积极进取的精神，不放弃对新问题的思考和探索，不断提升自己的综合素质和人格修养。

总而言之，在大学这个阶段，我们应该享受学习与成长的过程，不断努力，拓展自己的园地，培养自己的多元化能力和领导力，成为未来社会的有用之才。通过综合素质的不断提升，我们能够做好准备，和美好的未来相约。

乡村振兴大学生计划篇八

曾无数次被高晓松的《青春无悔》所感动。透过他华丽之极的字句，我看到了：青春散场后，所有的所有都只剩下一一种“繁华落尽”的姿态。“开始的开始是我们唱歌，最后的最后是我们在走”“不忧愁的脸是我的少年，不仓皇的眼等岁月改变”我想这便是对青春始末最好的阐释了。

很多次，当有音乐想起时，我和舍友便会默契地抛开手中所有的作业，一起跟着唱，无所忌惮地演绎着青春的张扬，一直这样唱啊唱，直至我们的声音在某一个高音部分跌落下来，鲜血横流。然后大家便莫名其妙的哈哈大笑起来，唾液横飞地对着彼此指手画脚一番——没有人会去想，明天我们会怎样？没有人会去想，四年后离开时的我们又将带有怎样的表情？我们只是无所事事的任由时光飞逝。但事实上，我们已经站在青春的尾子上了，而大学也将为我们的青春举行一次盛大的葬礼。听起来，这有点残忍。但事实的确如此，我们无路可退。“最熟悉你我的`街早已人去夕阳斜，人和人在街边道再见”“你说青春无悔包括对你的爱恋，你说岁月会改变相许终生的誓言”某日，学校举行双选会。走在纵横贴满各大公司标语横幅的校园里，我看到一群又一群穿着一身正装的学长学姐们，他们一脸庄重的站着或是坐着，耐心的等待着双选会的开始。在他们身上，我已觅不得半点青春的气息，我所能感受到的只是老成。至此，我才意识到：我们很快便青春不再了。

为了逃离这不愉快的心情，我加快了步伐，直直地从人群中穿过。但最终我仍是被感染了。那是一次对话，我不知道，

把那称作“对话”是否合适，因为只有一问，便再无应答了。“如果合适，你就走吧，干嘛不走了？”男生看着女生，装作若无其事，并暖暖的冲她微笑。女生却只是沉默了。他们相互依偎着，沉默着，沉没着——或许作为旁观者，我不该作出任何猜想，但我想，他们此刻绝没有什么笑容可言。那暖暖的笑容不过是对内心苍白的一种掩饰，或许也会成为他们如水般潺潺涌动的青春年华里最后的奠基。

“是谁的声音唱我们的歌，是谁的琴弦撩我心弦”“你走后依旧的街总有青春依旧的歌，总有人不断重演我们的事”认识思龙学姐是因为新浪博客。每次读到她的文字，总忍不住感伤。她说，她挚爱母校，她怀恋石大，怀恋工作了3年的校会，怀恋在暮色已降的晚上坐着345快回昌平的感觉。我只是读着她的文字，在她的文字里我读到了她对于石油大学的无以言表的怀念。我不知道，四年后的自己会怎样，是否也会重演她的感伤？一切无从知晓。我只愿我会是青春无悔！高晓松说，写字是一种瘾，就好像回忆是一种病，而感伤则是终身不愈的一种残疾。最后用我高一时不甚高明的压韵诗作结吧。再也不见，你我纯真的笑脸，那微笑着忧伤的容颜，黑黑夜间有落尽的繁华上演，见证彼此刻骨的流年。

乡村振兴大学生计划篇九

在经开一中实习对我来说是一次很宝贵的经历。刚来到学校时，我总能看到很多学生飞奔去吃饭，在场打球，课间能听到他们的嬉笑声，我感受到了他们身上洋溢着青春气息与活力，特别希望能够融入他们。

在刚开始的这两天里，我先参加了初一初二年级的英语教研活动，听各位老师分析了初一初学习现状和存在的问题以及他们探讨的解决方案，这让我意识到“教师”这个职业不仅仅是教学那么简单。接下来我每天的主要任务就是听课并帮助老师批改作业，同时也初步了解了老师们的日常工作。在

听课过程中，我领略了各位老师的教学风格和特色，也学习了分层教学方法，会认真记录下老师们的课程环节设置以及值得我学习借鉴之处，为之后上课积累经验。在这两天里，我的负责老师也给我分享了很多她的教学经验与，我深刻感受到了教书育人的不易。

在接下来的一个多星期里，我会更加认真对待这份实习，也会珍惜在这里与学生和老师相处的时间，争取从各位老师的教学活动中学习到更多经验，为最后的教学实践做好充分准备。

乡村振兴大学生计划篇十

肯定有人也会反驳：“挂科多大点事儿，不是有补考吗，补考过了就行。”

大学的考试并不会很难，只要稍微花点心思和时间，几乎都能通过。鸡姐和舍友们都属于考前一星期临时抱佛脚型的「冲刺型选手」，虽然平时上课都很马虎，但考前绝对较真。

补考是给你弥补过错的机会，不是让你不认真学习的借口。大学里的认真学习，并不是要求你考几个a拿多少奖学金，而是你要意识到，你要对自己的结果负责。

相对中学时代，大学的时间非常自由，这就意味着可支配的时间骤然增多。虽然每个学期你都会收到一张课程排期表，课程安排也是错落有致，并不会填得很满。

一开始大家都会想着：“哇，好棒哦，那可以做很多自己想做的事情耶！”，然后兴致勃勃地去参加各种社团和联谊。但随着你的兴致下降、课程越来越少，你会发现，自己大部分的空档时间都用来「煲剧、睡觉、打游戏」了。

失去自控力的自由，就是双手双脚都扣上枷锁的囚徒，即触

碰不到天，也走不了多远，而你就在不知不觉中，跟自己「最初的梦想」背道而驰。

所以从你入学的第一天开始，你就要有规划意识。无论是学业，还是空闲生活，你的心里都得有个底——我这个星期做什么，这个月做什么，这个学期要完成什么，这一年我要达到什么目标。

这所有的规划，都应该基于「这四年下来，我要成为什么样的一个人」这个思考。

出来工作你便会发现，大学期间就已经养成规划意识的人，在初入职场时明显比没有的人成长速度要快得多。

一个人的自学能力，就是慢慢从你的规划能力中培养出来的。只有知道自己需要什么，才会有动力去学什么。但在大学，是没有人告诉你需要学什么，因为只有你自己知道你需要什么。

学习要有重点，玩也要有分寸。

学会去兼职，给自己添加一份经济收入。先尝试「半独立」，等到真正步入社会的时候，才不会过于慌张。

当学生的好处是什么？就是有寒暑假啊！

工作后想去哪儿玩，不仅要考虑钱，还得考虑是否能请假（请假还扣钱）。所以就算那会儿没啥钱，「穷游」也得游啊！为了省钱，鸡姐坐了40个小时的硬卧去了内蒙古；住宿，青旅的床位房从来都是首选。

这么一说，你们是不是觉得这样旅行一点意思也没有。可对于一个学生，我觉得旅行的意义更多在于开拓眼界。

你不出去走走，你会以为，这就是世界。

在大学社交，最主要的目的不是为了自己的人脉铺路，而是为了培养自己接受「非同类」的能力。

我们自然与跟自己兴趣相投、气场相似的人聊得来些，也会觉得跟他们相处起来更简单舒适。但如果只是一味「同类化」，不去试着与自己的「非同类」打交道，你的思维会越来越有局限性。

只有愿意相信我们不曾相信的，我们才有可能变成那个「不可能」。

试着多认识一些自己的「非同类」，多去倾听别人的想法，多交流，你会发现思想只有在碰撞时才能产生出最耀眼的火花。

趁你还有「学校」这个学习环境，多少还能沉下心学习点什么，尽量多看点书。因为等你工作之后你会发现，有的是机会让你冲浪，而「能专注学习」的时间真是少之又少。