

最新个人读书计划书(精选5篇)

时间就如同白驹过隙般的流逝，我们又将迎来新的喜悦、新的收获，让我们一起来学习写计划吧。优秀的计划都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？以下是小编为大家收集的计划范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

个人读书计划书篇一

教师责任重大，肩负着祖国的担子。作为祖国的园丁，就要知道自己的职责所在，清楚教师的岗位职责，努力做好。那么，做一个优秀的老师要从哪里开始呢？从一份好的工作计划开始吧！下面是本站小编整理的20xx教师个人读书计划书，希望对大家有所帮助！

书使人明智，坚持不懈地读书学习，就会使我们的精神世界得到充实，思想境界得到提高，道德情操得到陶冶，为了促进教学实践与理论的结合，提高自己的政治、业务水平和师德修养，使自己的教育教学行为更能符合时代的要求，以满足学校教育教学工作的需要，在教育局领导和校领导的指导下，特制订个人读书计划如下：

一、指导思想：

通过读书锻炼思维能力和对教育问题的批评性思考能力，努力转变思想观念、思维模式，进行教育创新；通过阅读经典，丰富人生，让生命在阅读中更加精彩！

二、读书目标：

- 1、通过学习教育经典理论活动，丰富自身个人文涵养，强化自身修养，使自己的精神世界变得更为丰富多彩。

2、通过学习教育经典理论，使自己业务精良，胜任新课程教学，成为符合素质教育要求的充满生机活力的小学教师。

三、读书内容：

本学期已名著《高效经典阅读训练》为重点，在上学期读过的基础出，细细研究。根据读书的重难点，针对教学理念写好学习心得，做好笔记。然后继续学习《教育新理念》，寻求好的教学观念及方法，以提高教学水平，学习过程中记下自己的观点和看法，写好读书心得及随笔反思。下个学期学习《新课程理念》中教师行为的变化，充分发挥网上自选共享的优势，经常上网学习，在了解别人学习方法的同时，改进自己的教学方法，写好自己的体会及学习笔记。学习《教学理论课堂教学原理等略与研究》，针对自己的教学实际，写好学习体会，做好学习笔记。学习《多元化智能》，指导教育教学工作，理论与实践相结合，形成自己的成果，更好地促进学生素质的发展。学习《高效经典阅读训练》，结合自己的专科教学的需要，利用课余时间到图书室多读书，努力做到给学生一杯水，自己必须要有一桶水才行，同时记好读书笔记，写好心得体会□

四、主要措施：

1、每天确保一小时的读书时间。每周撰写一篇读书笔记；每月研读一本教育刊物；每学期研读一本教育名著；每学期撰写一篇有价值的读书心得体会或论文；保证读书的效果，并学以致用。

2、读书活动做到“六个结合”：读书与反思相结合，提倡带着问题读书，研究问题，解决问题；读书与实践相结合，学以致用，注重实效；读书与“校本教研-校本培训一体化”工作相结合，切实化解实践中的难题；个人阅读与集中学习相结合，广泛交流，相互启发，共同提高；读书与课改相结合，理解新课程，融入新课程，实施新课程；读书与不断解放思想相结合，

提高认识，创新工作思路。

巴丹的《阅读改变人生》说：“阅读不能改变人生的长度，但可以改变人生的宽度。阅读不能改变人生的起点，但可以改变人的终点。”苏霍姆林斯基说过：“无限相信书籍的力量，是我的教育信仰的真谛之一。”营造书香校园，教师这种特殊的职业就决定了每一位教师都要成为“读书人”，成为学生读书的楷模。为了提高广大教师的综合素质，促进教师专业成长，努力造就一支高素质的教师队伍，打造书香校园，特制定我校教师读书活动方案□

一、指导思想

以提升教师的专业素养为重点，以营造浓郁校园书香文化氛围为目的，引导广大教师“多读书，读好书，好读书”，不断更新教育理念，真正以实际行动改进自身教学行为，进一步促进教师的专业化发展，全面推进学校素质教育。

二、读书活动目标

1. 营造读书氛围，让广大教师从优秀作品中汲取营养，开阔视野，丰富知识，全面提升教师素养，使教师成为“有思想的教育者”。
 2. 突出学习教育名著、原著，提高教育理论水平，更新教育观念，丰富教育智慧，促进教育创新，从而提高学校教育质量。
 3. 搭建教师交流平台，切实解决教育教学中的问题，实现教师专业水平的提升。
 4. 通过读书活动，使教师提高理论和实践水平，推进课程改革进程，全面提高教育教学质量，构建一支师德高尚、素质优良、结构合理的学习型教师队伍。
- 三、读书活动口号：

让阅读成为一种习惯。

四、保障措施

1. 加强教师读书活动的组织与领导，并确定专人负责读书活动的组织与实施。成立读书活动领导小组，为读书活动提供组织保障。

组长：徐冬秋

副组长：杨秋燕、厉月钗

成员：各教研组组长

2. 制定符合本校实际的“读书活动计划”，建立有关读书活动的管理、评价和激励等制度，每学期把读书情况纳入常规管理，及时检查总结、量化考核、反馈指导，确保读书活动取得实效。

3. 学校将把教师读书计划纳入校本研训计划，将教师读书情况与教师的继续教育和业务考核挂钩，做到“三个结合”，即把教师读书活动与教育教学研究相结合、与校本研修活动相结合、与创建“书香校园”相结合。教师及读书心得将由学校统一检查并备案，教师读书活动表现与教师教科研活动成果考核相联系。

4. 加强图书室建设，及时采购和订阅相关的活动用书，确保读书活动正常开展。

五、活动原则

1. 坚持整体性原则。“教师阅读促进计划”不是单一的读书活动，而是涉及教师个体素养的提高和学校文化建设的系统工程。

2. 坚持专业性原则。从教师的专业发展需求出发，鼓励和提倡教师广泛参与阅读活动。着力提高教师的人文素养和科学素养，着眼于教师的专业发展与教育创新。将阅读学习与教育教学实践结合起来，用理论指导实践，在阅读中发展。

3. 坚持实效性原则。开展阅读活动要注重实效性，避免搞形式、走过场。引导教师结合学习体会采取有效措施，改进教学工作。建立相应的评价机制，促使教师自觉、主动的参与阅读和学习活动。

六、读书内容1. 必读书目：《教学勇气——漫步教师心灵》
《给教师的建议》

3. 其他书目：

教师根据自身需要选读有关理论书籍、教学杂志。

七、读书活动的方法

1. 多种形式读书活动

在全面推进全校读书活动中，积极引导以教研组为单位的组内读书活动，以读书为抓手促进教研、科研活动的开展，推进课堂教学方式的改进，有效提高教育质量。采用安排一定时间集中学习和课余教师自学相结合，采用寒暑假学校统一规定和教师自主选择相结合，学校定期安排教师进行交流学习心得。

2. 交流研讨反思

以教研组为单位组织学习小组，开展研讨，定地点、定时间、定主题，互相启发，共同提高，要从研讨教育名著过程中获得的理论、思想、观点与自己的认识和做法相对照，反思提高。

3. 理论指导实践

每位教师和教研组撰写读书心得或经验总结，把读书学到的理论思想、观点用来指导教育教学，改进学科教学、德育工作和管理工作，推进基础教育课程改革实验工作，全面实施素质教育。

4. 读书心得评比

每位教师必须写两篇有质量的，并选择一篇参加校优秀读书心得评比。

让阅读成为全体教师的一种生活习惯，是本次读书活动的最终理想。每一位教师有责任也有义务成为“读书人”。让我们潜心阅读，寻找因忙忙碌碌而迷失了的方向，相信读书能够使我们的内心更加宁静，让我们的教育更加有智慧，让我们的生活更加有品位。

教师——传道授业解惑者，这种特殊的职业就决定了教师必须把读书作为一生中的头等大事。教师应以自己的工作为基础，提出各自的要求和建议，采用何种读书方式，拟定读书成果的表现形式以及今后的努力方向。

读书让我们懂得古今中外，读书让我们看到天上人间。我们无需回走千年，便可穿水泊上梁山，结识英雄好汉。我们无需逾越千里，便可问巴尔扎克，从人间喜剧里听出悲意。我们无需跋山涉水，便可领略到名师大家的教学风范。

具体读书安排

(一)充分发挥自身的资源优势，实现资源共享。。

1、继续教育以自学为主，充分利用课余时间阅读：《新课标》、《新教材》、

(1)参加继续教育培训，学习《王崧舟谈语文》了解社会的发展，了解时代的需求，更好地为学生服务。

(2)积极参加进修学校组织的继续教育。学习班级管理，课堂教学等，边学习，边教学，使理论联系实际落到实处。

2、充分利用图书馆现有藏书，阅读中、外名著，丰富自身的文学基奠，在当今社会，时代在飞速发展，知识在不断更新，如果停留在原有知识的基础上，是不适合教育教学工作需要的。所以我们要做到要给学生一杯水，自己先有一桶水，甚至是大海。

(二)为自身的发展寻求外部支持

为不断提高自身的业务能力，除强化个人学习外，自己应该努力创造条件寻求外部支持。1、课余时间学习先进的教育教学理论、经验，讨论教学中的收获与困惑。

2、积极参与读书交流活动。让读书活动与课堂教学效果和相
关教学活动相结合。

“要天天看书，终生以书为友，这是一天也不能断流的潺潺小溪，它充实着思想。”这是苏霍姆林斯基对教育必须先读书，教育者必须持续不断地学习的时刻鞭策。

一.个人学习目标:

1、提高自身的理论水平、科研水平，提高教育实践能力，不断适应现代教育发展的需要。

2、转变教育理念，登高望远，高屋建瓴，积极投身新课程改革，进行教育创新。

3、丰富自己的课余生活，丰富自己的内心世界，提高自己的

知识素养和人文素养。

二. 读书具体措施安排:

1、利用一切时间积极自学，学习《新课标》，《新教材》，在学习过程中随时修改自己的教学方式方法，并根据所学认真备课，体现出新颖、大胆、有效的教学风格，课后再以所学理论知识为指导写出反思和随笔。

2、主动与同事交流，讨论读书体会心得。利用集体备课、业务学习、教研活动的机会，积极和其他老师交流好书，感悟读书心得。由浅入深、由易到难、螺旋上升，与教育教学工作有关的先读、精读，政治理论、古今中外文学名著选读、略读、速读。

3、每天确保半小时到一小时的读书时间每周整理读书笔记，保证读书的效果。每月及时上交读书笔记，争取在教师会上交流总结。

4、充分利用网络，进行网上阅读，了解、把握教育教学的信息和动态。

5、以自学为主，在课外和休息日主动学习、摘录。以教育教学、教育理论、课改理论为主要着力点。以世界名著为辅助，努力提高自己的自身涵养。在日常可以选一本自己感兴趣的书籍。

三、读书内容:

1、《王崧舟谈语文》 《高效课堂》 《新课标》

个人读书计划书篇二

一、理想描述总目标：

作为一名中年教师，必须以现代的教育思想，教育理念为指导，以先进的教育思想、科学的教学原则，正确的教学方法为前提，尽快由技能教育型向科研型转变，更新知识，提高教育的科研能力。为实现这一教学目标，我计划通过五年的时间，力争达到思想素质高、敬业精神强、具有较高科研工作能力、专项结构齐全、专项特长突出、教学训练能力水平高、能够适应小学教育教学水平发展需要的中年骨干教师的水平。

二、自身分析

1、专业知识方面。

我毕业于永顺民族师范学校，学习普师专业。在学校期间，系统的学习了专业知识、教育理论知识和心理学等相关课程。接着又参加继续教育的学习，不断充实自己的专业知识，于20xx年通过函授取得了湖南电大大专文凭。一系列的学习，为我的教学工作奠定了坚实的理论基础。

2、教育教学能力方面。

工作几年来，通过自己的理论实践和老教师们的悉心指导，我在教育教学能力方面有了很大的提高，并形成了自己的特色。

3、职业道德及个性特点。

爱岗敬业是最基本的职业道德。通过教学实践，我形成了以下几方面的特点：作为一名青年教师，首先，我确立素质教育的思想，充分发挥教师的主导作用。其次，正确把握分寸，

不断改进教法和学习方法。在教学中，光靠强制性的练习，学生必然会产生逆反心理，俗话说：学习有法，教无定法。无论采取哪种教学方法，有两点必须明确，一是“引趣”，因为“引趣”可以激发学生求知欲。二是“学习”和“练习”中进行练习指导。

4、结论。

以上是对我自身的分析。专业的知识和教学能力为我的教学提供了充分的理论基础和强劲的动力；爱岗敬业的职业道德决定了我对工作的忘我的投入；现在是信息时代，教育教学观念在不断更新，因此，我还有很多需要学习、努力的空间和目标。

三、20xx——20xx年度目标：

1、教学方面的目标——在教学方面尽快实现思想上的转变，认真学习新课标，并以新的理念指导学生使其主动参与并养成终生学习的意识。

2、教育科研方面的目标——以现代的教育思想，教育理念为指导，以先进的教育思想、科学的教学原则，正确的教学方法为前提，尽快由技能教育型向科研型转变，力争每年完成一到两篇高质量、高水平的论文或和课题研究。

3、学习和其他方面的目标——在搞好教学工作的同时，努力完成本科学历进修。并继续《新课程》的学习和研究，为今后的教学工作打下坚实的基础。

四、实施措施：

1、制定切实有用的发展计划，明确目标。

2、学习新课标，更新教学观念，上好每堂课并认真撰写教学

反思。

3、积极参加学校组织的电脑培训，学习现代信息技术，学习课件制作方法，为课堂教学服务。

4、每学期认真阅读1—2本教育专著，并做好读书笔记。

5、积极地撰写各种论文，争取能获奖或发表。

个人读书计划书篇三

一、指导思想：

通过读书锻炼思维能力和对教育问题的批评性思考能力，努力转变思想观念、思维模式，进行教育创新；通过阅读经典，丰富人生，让生命在阅读中更加精彩！

二、读书目标：

通过学习教育经典理论，转变教育观念，提高教育教学能力、教育创新能力，同时通过阅读接触更广的课外知识，深化更多的学科内容，逐步养成多读书，读好书的习惯。

三、主要措施：

1、个人自学为主，充分利用课余时间阅读有关书目，养成不动笔墨不读书的习惯，勤于做读书笔记，写好心得体会。每天确保一小时的读书时间，让读书成为自己的自觉行动，学习成为自己的一种需要。

2、读书活动做到“六个结合”：读书与反思相结合，带着问题读书，研究问题，解决问题；读书与实践相结合，学以致用，注重实效；读书与“校本教研-校本培训一体化”工作相结合，切实化解实践中的难题；个人阅读与集中学习相结合，广泛交

流，相互启发，共同提高；读书与课改相结合，理解新课程，融入新课程，实施新课程；读书与不断解放思想相结合，提高认识，创新工作思路。

3、读书活动与课堂教学相结合。要用现代教育思想指导教育教学工作实践，紧紧围绕学生发展和学生需求这个中心，为学生的发展提供开放的空间。边学习教育理论，转变教育观念，及时认真地进行教学反思，真正做到“读”有所悟，“悟”有所用，“用”有所得。

4、充分利用网络，进行网上阅读，了解、把握教育教学的信息和动态。抓住培训、听课、博客等机会，努力向专家、名师、优秀教师学习，使自己的教学方式、方法有更大的发展和成功。多学习他人经验，经常反思自己的不足，一步一个脚印，踏踏实实地去实现目标。

5、坚持读书与反思相结合，带着问题读书，寻求解决问题的方法，潜心写好读书心得。坚持读书与课程改革相结合，充分理解新课程，在课堂教学中融入新课程理念，实施新课程。

四、阅读时间：

1、利用课余时间。

2、利用周六周日及节假日。

五、读书安排：

每周阅读两篇教育教学文章，每月通读一本教学杂志，精读一本教育教学著作。。

1、经典阅读：《经典古诗词》

2、选读书目：窦桂梅的《玫瑰与教育》，《吉林教育》等杂

志读书，能够改变教师的精神、气质和品性，读书，能够使教师不断增长专业智慧，能使自己的教学闪耀出敏捷睿智的光彩，充盈着创造的活力和快乐。读书，能够改变教师的人生，而且能促使教师去不断地思考教学工作、生活、生命，从而实现自我人生层次的提升和生命的升华。

个人读书计划书篇四

我从事教育工作已有十几年，我认真踏实工作，了解学生学习的心理特征，根据学生的发展和特点进行教学。本人的个性比较随和，和同事相处和睦，与他人能较好地进行沟通交流与合作。作为一名教育工作者，我深深知道，自己的一言一行都可能影响学生的一生。用真心、真诚、真语去解读人生是我无悔的追求。从教以来我热衷教师职业、热心教学，有较强的责任感和进取心。在工作中谦虚好学，自觉接受新事物、新观点、新理念，不断改进课堂教学。平时从不与人计较，能认认真真积极参与各项工作，一丝不苟地做好自己的事情。

二、个人专业发展目标

（一）师德方面：热爱教育事业，认真学习、贯彻党的教育方针，爱岗敬业。热爱学生，关心学生的学习和生活，尊重学生的人格，用爱心去包容、感染、教育学生，以自己的言行为学生树立榜样，严于律己，为人师表。具备强烈的事业心和责任心。

（二）教育教学方面：

（1）教学工作是教师的中心工作。本人要认真担负本职工作，认真书写教案、备课，并针对学生实际学习情况有的放矢的开展工作。课堂上，耐心细致地讲解，为使学生能够更好地接受书本知识，并能够在操作上学会正确操作，我会认真研究学生、钻研教材，尽量为学生提供实践的机会，使学生在

易学易懂的情境下进行学习，以提高学生学习的积极性。并且以自己在实践中摸索到的教学模式去进行教学。

(2) 业务方面要树立现代学生观，学会以发展的眼光看待每一个学生。相信学生的巨大潜能，并努力去探索发掘；在教育教学活动中发扬学生的主体精神，促进学生的主体发展，努力做到因材施教。

(3) 充分发挥自己的特长来吸引学生，使学生喜欢自己的课，并能在自己的课堂上得到发展，能满足学生成长和走上社会的实际需要，有足够的实践性教学环节。

(4) 深化课改，进一步贯彻落实新课改教学理念，充分培养和激发学生学习兴趣，重视学生认知过程中的情感培养。注重对自身教育行为的反思、实践，解决教改新问题，提高教学质量，做一个有思想的新形势下的教师。

(5) 认真研究相关教育理论书籍，与实践相结合，以促进自身的发展。每学期读教育理论专业方面的专著。结合教学实际，提高自己的教学技能、扩大知识面、提高素养使自己首先具有一种先进的教育意识及理念，为新学期的教学工作不断积累理论知识。同时将理论知识与自己的实践结合，为自己的教学工作打下更扎实的基础。

专业基本功方面：

(1) 结合自己的教学工作，进行信息技术与各学科尝试性的改革，以适应新的教学理念的发展。

(2) “教学是一门艺术”。这就需要教师本身具有多方面才能，以适应和满足自己工作的必须。为此，在这一年里，我准备坚持每天利用一定时间，练习基本功。书法、简笔画、人文地理等都要有所涉及，为教育教学工作提供相应的技能。同时参加计算机的培训以适应最新的信息化教学观念。

(3) 积极参加在职学习与培训。

(4) 勤于思考，及时反思，提升教育教学研究能力，努力使自己业务水平再上新台阶。。

(5) 与其他教师进行专业合作，有效发展合作交流的能力。

教师教育对象是人，需要教师与学生之间进行精神的沟通，情感的交流，引导学生健康活泼地成长。同时，教师也是工作群体的一员，要有与同事融洽相处，合作共事的能力。

(6) 掌握现代信息技术。认真参加学校开展的课件制作学习活动，掌握先进的信息技术，

使信息技术与课堂教学相结合，提高课堂教学质量和效率。

三、具体措施：

1、提高理论学习水平

(1) 充分利用课余时间多看有关业务方面的书籍和刊物，掌握各方面的理论知识，以提高自己的业务理论水平。深入领悟“生活化、情境化”课堂教学的真谛，落实新课改理念，注意积累教学经验，养成反思习惯，追求扎实、高效、人文特色浓厚的课堂教学。

(2)、积极参加教研活动，通过在听课、评课、集体备课、课题研究等多种活动形式中，通过交流和反思，汲取适合自己的教学方式，改善自身的不足之处。

(3) 本学年我担任三一班的担任班主任，因此我要更加重视班级管理方法的学习，为以后工作的顺利开展，以及孩子的健康成长奠定良好的基础。一方面在课堂教学中积累管理学生的方法，二是在班主任工作的同时，学习班主任的治班

之道。三是阅读有关班级管理的书籍、文章，做好读书笔记。

(4) 重视多媒体的学习。以往的学习是被动的接受，学完后即抛之脑后，从不应用实践，导致工夫没少费，却什么都不会。本年度，我准备在学校培训的基础上，增强自身的主动性，业余时间自学，向他人请教，在实践中提高，争取能够独立制作电子教案及简易课件。

2、狠抓教科研工作

(1) 积极参加教科研活动和竞赛活动，做好学生的培优抚差的工作。

(2) 争取在每个学年能上一堂高质量的公开课。平时上课时要有意识把新课标的理念转化为课堂教学的实际行为，要体现个人的教学风格。

(3) 关注学习两极分化的问题，测验和期末考试以后认真分析试卷难度和学生的掌握程度，及时对自己的教学策略和教学方式进行调整。

(4) 不断及时发现问题，关注三年级学生的心理变化，透过多种渠道了解学生心态，及时与家长沟通，以帮助学生消除学习心理压力，从而更好地学习。

(5) 继续积极认真地履行教师职责，认真完成上级领导交予的各项工作任务。

教育工作的作用是渐进的、潜移默化的，需要我们坚持不懈的努力，才能真正培养出德才兼备的人才。今后我更会努力再努力，有决心更有信心，把自己的工作做好，总之，本年度我将尽最大努力，抓住一切机会，使自己各方面的综合素质得到进一步的提高，争取以良好的人格魅力感染学生，以生动、精彩的授课吸引学生，以扎实、创新的工作态度打动

学生，做让自己满意、受学生欢迎的老师。让自己无愧于教师这个称号！

个人读书计划书篇五

活到老，学到老。书籍是人类进步的阶梯。苏霍姆林斯基说过：“要天天看书，终生以书为友，这是一天也不能断流的潺潺小溪，它充实着思想。”读书，能够改变教师的人生，而且能促使教师去不断地思考教学工作、生活、生命，从而实现自我人生层次的提升和生命的升华。我为自己定下了以下的读书计划：

一、指导思想：

通过读书锻炼思维能力和对教育问题的思考能力，努力转变思想观念、思维模式，努力提高自身素质，不断进行教育创新；通过阅读经典、名著来丰富自己的人生，让生命在阅读中更加精彩！

二、我的读书目标：

- 1、通过学习教育经典理论，转变教育观念，提高教育教学能力、教育创新能力，同时通过阅读接触更广的课外知识，深化更多的学科内容，逐步养成多读书，读好书的习惯。
- 2、通过学习名篇名著，丰富自身个人文化涵养，强化自身修养，使自己的精神世界变得更为丰富多彩。
- 3、通过读书活动，树立正确的世界观、人生观、价值观和教师职业观，建立新型的师生关系，塑造良好的教师形象。

三、主要措施：

- 1、个人自学为主，充分利用课余时间阅读有关书目，养成不

动笔墨不读书的习惯，勤于做读书笔记，写好心得体会。每天确保一小时的读书时间，让读书成为自己的自觉行动，学习成为自己的一种需要。

2、读书活动与课堂教学相结合。要用现代教育思想指导教育教学工作实践，紧紧围绕学生发展和学生需求这个中心，为学生的发展提供开放的空间。边学习教育理论，转变教育观念，及时认真地进行教学反思，真正做到“读”有所悟，“悟”有所用，“用”有所得。

3、充分发挥网络资源的优势，学习别人好的教学方法，不断交流体会，改进教学方法。

4、坚持读书与反思相结合，带着问题读书，寻求解决问题的方法，潜心写好读书心得。坚持读书与课程改革相结合，充分理解新课程，在课堂教学中融入新课程理念，实施新课程。

四、读书安排：

每周阅读两篇教育教学文章，每月通读一本教学杂志，每学期精读一本教育教学著作。

1、经典阅读：《给教师的100条新建议》、《陶行知教育名篇》

3、每月必读：《小学数学教师》、《读者》(原创版)、《小学数学教学设计》。

一个数学教师的阅读，如果仅仅局限在数学教育范畴，那么他的发展必然有限。只有广泛涉猎，博采众学，方能海阔天空。“腹有诗书气自华”。读书，能够使教师不断增长专业智慧，能使自己的教学闪耀出敏捷睿智的光彩，充盈着创造的活力和快乐。读书，能够改变教师的人生，而且能促使教师去不断地思考教学工作、生活、生命，从而实现自我人生

层次的提升和生命的升华。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)