强基础 重能力 抓素养

2015年4月，学院成立了大学生科协。按照“搭建平台、典型引路、积极引导、重在普及”的思路，充分体现“强基础、重能力、抓素养”的原则，学生的课外科技创新活动蓬勃开展，科技创新成果逐步涌现：2015年，获得第十届“挑战杯”江苏省大学生课外学术科技作品竞赛三等奖、全国大学生电子设计竞赛江苏赛区二等奖；2016年，获得第十五届全国大学生机器人大赛(RobotAc 赛项)三等奖、第十五届全国大学生机器人大赛机器人创业赛三等奖、江苏省机器人大赛三等奖；2016年10月，在首届无锡市科协创业创新大赛中获得一等奖2项、二等奖2项。2016年7月14日，无锡市委常委、江阴市委书记陈金虎一行来学院走访，在参观了学生的科技作品展厅后，对学生设计的“表白神器”、“NAO机器人”等称赞不已。

一是强基础。学院为大学生科技创新活动提供了良好的环境，如计算机系的智慧云实训室、电信系的智能机器人制造实训中心实验室等，实验室和工作室日渐成为大学生的科技创新基地。学院安排近40名专兼职老师任指导老师，这些具有工程背景、业务精湛的指导教师，为学生科技创新能力的提升提供了技术支撑。学院逐年加大资金投入来支持大学生科技创新活动，每年直接用于学生科技创新的经费20万余元，2016年还专门设立了大学生科研基金项目，6个学生项目立项。此外，学院制定了一系列政策来调动学生参与科技创新活动的积极性。如在科技创新方面取得优异成绩的学生，根据大赛级别和所获奖项可获得相应学分和奖金奖励，国家级奖项最高可获得12学分和1万元奖金。

二是重能力。学院十分重视低年级学生基础知识的积累和高年级学生创新能力的培养：对大一学生采取集中自习和个别辅导相结合的原则，着力培养学生刻苦钻研的精神和自学能力；对大二、大三学生采取分类指导和重点培养相结合的原则，着力培养学生的创新精神和实践能力；学院尤其注重对拔尖学生的“个性化”教育，鼓励教师在授课过程中，挑选学习成绩优秀或有特长的学生，对其理论学习及实践能力等方面进行全程跟踪指导。2016年5月，学院举办了历时一个多月的“万舜杯”大学生“青春五月 职业风采节”活动，举办了机器人创意大赛、科技作品评比大赛、创新创意创业大赛等近140项科技活动，练就了学生过硬的专业技能。

三是抓素养。学院的现代班组长型人才培养，一直讲究职业知识、技能和职业素养的两手抓、两手硬，而课外科技创新活动的推行与学生职业素养的培养可谓相互促进、相得益彰。协会定期举办科技讲坛、技术培训、科技竞赛等活动，提升学生的科技创新能力和各方面的综合素养。学生在聆听讲座、接受科技培训、技能辅导和参与各种技能大赛的过程中，不仅大大提升了自身的专业技能，更深刻体验到了精益求精、一丝不苟的“工匠精神”以及精诚合作、刻苦攻关等意志品质的重要性。而学生综合素养的提升，则为学生步入社会、迎接未来奠定了坚实的基础。

日积跬步，以至千里

谈到青年教师如何能够快速成长，更好地服务地方经济建设，我的第一次的设备设计经历可以和大家共享。我的大舅哥是在改革开放初期自主创业的个体户，搞人工炒货加工。临近春节了，生意一天天好起来，雇佣的十几个人开始忙不过来了。听说我是学机械的，他就找到我问能不能帮他设计个炒瓜子的设备，要求比外面卖炒货的小贩用的滚筒设备大10倍，一台机器一次能炒300斤瓜子。当时，我工作不久，没有实际经验，又不好意思说不会，仗着自己理论基础扎实，就接下了任务。接下来，就是计算、选型、画装配图、拆零件图，忙了三天。之后又陪着他跑了几家机械加工企业谈加工讲价格。最后在一家企业谈妥，他一次订下来5台，总价3万多。我紧张得出汗了，要知道当时我的工资只有100多元啊！提心吊胆地度过了煎熬的一个多月，每天抽空就下企业关注设备制造的情况，也在企业学到了不少东西，最终设备造好，一次试验成功，他当年获利几十万元。

第一次的成功大大增添了我的信心，也让我知道了理论联系实践的重要。来到江阴后，我继续深入企业，不断学习，一步步成长起来。如与无锡医用仪表厂的合作持续了7年，先后设计了体温表分拣装置、体温表自动传送夹具，研发了体温表半自动标定机、体温表自动分号机等设备，设计了体温表自动生产线的总体方案。多年来，在与多家企业合作的过程中，先后主持参加了19项国家、省级教科研项目和多项企业研发项目，获得发明专利10项、实用新型专利5项。作为高职院校理工科的教师，职业能力的培养一定应该是在实践过程中进行的，以“根植企业”的务实做法与企业深度合作，才能提高自己，进而更好地服务社会。

我在机电工程系带领几位教师分别成立了几个教师工作室，为校企合作搭建了桥梁。工作室突破了现行体制的制约，吸纳了相近专业的教师、企业工程师或社会的能工巧匠，形成优势互补，教师的主观能动性得到充分发挥，技能水平迅速提升，师资队伍建设成果丰硕：培养了省高校学术带头人1人、省“333工程”培养对象1人、省“青蓝工程”优秀青年骨干教师2人、教授3人。工作室不仅在服务企业、科技研发方面发挥了作用，在开放式和个性化的人才培养新模式探索上也起到了促进作用。我们吸纳了部分学生积极参与到项目开发中，推行“四双并行”的人才培养探索与实践，即“双纲导教、双轨施教、双师执教、双证毕业”，取得了成效。目前，机电系已建成“机械制造与自动化技术”江苏省十二五省重点专业群、“数控技术”无锡市重点专业和院品牌专业，建成省级精品课程2门、无锡市精品课程3门；近3年完成了省级以上教改课题16项，获得多媒体课件国家级二等奖1项、省级二等奖1项、三等奖1项；学生获得省优秀毕业设计一等奖2项、二等奖3项、优秀团队奖1项、省大学生实践创新训练项目28项；建成了央财支持的数控技术基地，近日又成功获批为无锡市产教深度融合现代化实训基地。

高职学校的老师，不仅需要在课堂上把课上好，还需要培养学生面对工程问题时的分析和解决能力。从上第一门《电路分析》专业课开始，到现在上《自动化生产线安装调试维护》课，我发现教好一门专业课，不是把教材上的题目给学生讲透就够。学生喜欢听案例，有工程开发经验的老师，往往更能吸引学生的兴趣。

为了上好课，我开始虚心向系里一些有工程开发经验的老师学习，并主动接受一些企业的开发任务。几年时间下来，我跑了华西钢厂、兴澄特钢、长电科技、华宏集团和张家港的船厂等企业，熟悉了教材之外的PLC控制器、驱动器、传感器、工业网络控制等技术，具备了一定的应用开发能力。期间，主持申报了多项企业开发项目，一些自主设计的装置成了教学仪器，如开发的PLC网孔型实验台，不仅申请了实用新型专利，还设计制作了15套用于《PLC系统设计》课程的实践教学。再后来，我和同事把企业自动化工厂的概念搬到课堂，结合西门子全集成自动化网络控制技术，申报了学院科研项目《全集成自动化网络系统设计》，建设了“自动化工厂实训室”，并申报了发明专利。课堂教学也开始变得得心应手，很多专业方向课则上时，我会用一节课介绍课程的知识会在哪些类型的企业、哪些机电一体化设备中用到，让同学知道这些书上不会动的电路图，是能让各种先进自动化设备为我们工作的，学生的学习兴趣明显提高了。

从2008年开始，我参与电子系江苏省品牌专业的申报，2011年该专业成为央财支持建设专业；2014年，我又参与省中高职衔接课程体系建设工作；2013-2015年，我参与了江阴市高技能人才公共实训基地建设，完成了“西门子先进自动化联合示范中心”和“现代电气自动化实训中心”建设……这一切为我积累了很多宝贵的实训平台建设的经验。2016年，我参与申报江苏省产教融合实训平台，并成功获批。

在参与这些重大项目建设的过程中，我领悟到申报科研项目，就是要紧跟国家制造业转型的需求，立足江阴本地，引领专业发展。如2013年我依托江阴市高训基地建设的内容，成功申报了江苏省十二五规划课题“校企合作共建高技能人才培养的数字化资源平台”。当时，我在新闻里看到国家正式提出“中国制造2025”，马上感觉到自动化专业会有很多机遇和挑战，控制技术开始向工业机器人、工业网络技术、3D打印等智能制造方向发展，我们如何才能赶上？基于这些思索，我先后申报了无锡市科协资助项目和江苏省高校社哲项目“工业机器人等先进自动化技术促进苏南制造业转型升级缓解招工难”，以及无锡校企合作示范组/无锡教育创新发展课题。到申报2016年全国教育科学十三五规划课题时，我仍然立足大方向，用心研究课题申报指南，再结合我们学校特点和专业特色，挖掘可以开展研究的选题。最终，《中外合作国际职业资格认证背景下高职自动化专业技术技能人才培养的实践与研究》成功立项，并获资助经费2万元。

从教学到科研：一次次自然的蜕变

不忘初心，做好当下

我是一个反应迟钝的人，学什么都比较慢。有人说：选择比努力更重要。我总是搞不清未来会是什么样，所以老是不会选择，那就只好做好当下的事情了。不知道什么时候开始，聪明的人越来越多，社会总是在炫耀快速成功的诸多案例，更多的选择和机遇让人迷茫。好在我纠结了几天就释然了，聪明于我是没有了，慢慢地做点自己的事情还是可以的。

总是和孩子们说母校就是你可以骂她千万遍，却不容他人骂一遍的地方。其实于我，江阴学院的意义比母校更为重要。因为，离开了这个学校，我什么都不是。这个学校也有万种风情啊；这里有很多认真做事的人，值得我们敬佩。还有很重要的一点是，因为学校年轻，如果你真正想去做什么事情，是比较容易做成的。因为你能得到很多人的帮助而不是阻碍。这在很多论资排辈的老牌高校，是不可以想象的。

到现在为止，对自己做学问的本事都还惴惴地怀疑着。也不知道这个算不算是做学问，至少每次我的出发点好像并不是为了治学。在教学或者实践工作中，发现了一些值得探讨的问题，思考了一段时间后觉得有所得，再去研究，不管有没有结论都把过程写下来，居然就成了一篇论文；有时候在实践制作中，发现有些可以改进的地方，反反复复地设计、调整后画成图纸，做出成品，居然就是一个专利；有的问题比较大，需要集体的智慧来完成，我会先构想怎么解决，做好方案，听说有课题申报就填进去，居然就立项了。

人虽然愚钝，但是有个坏脾气，又倔又急。每有所想，大都付诸实践，实践之后一定要有个结果。上面讲的一些问题，有的几个月就想明白、解决了，有的要想两三年，有的到现在还没想明白或者没空完成。因为没什么别的本事，所以学校外面的世界接触得并不多，反而有更多的时间花在教学和实践上。平日里会有行政管理工作要做，尤其是负责学生工作的那几年，正常学期内不得安心。所以，寒暑假里只要没什么事情，总是到学校来，写论文、做课题、搞实验。

最近几年受恩师点拨，开始研究苏工榉木家具修复、制作和设计。想到老师的叮嘱：现在国内的职业教育不缺理论缺实践，不缺教授缺工匠。又兼目前的学情，我觉得操作性技能的教学可能更加重要一些。这也要求我们从事职业教育的老师，拥有更丰富的一线实践经验。当年，现代职业教育的鼻祖包豪斯学院也是这样做的。但是，如何在确保安全的基础上去实践，去提高，还要不断去尝试。在自身不断实践的同时，也可以发现很多以前的学者不能发现的细节进行研究，可以说是一举两得。

就这样不急不躁地慢慢做，几年下来，居然也有了近十篇核心论文，有了专著、专利，也有了省课题和省竞赛奖。可能是因为自己给自己的定位比较单一，没什么其他的本事和想法，就是想做好一个老师。当初来到学院的时候，还是有点自豪的。读书人么，能做个大学老师，也算是得其所哉！那就不忘初心，老老实实地做下去吧。

加快发展现代职业教育，逐步实现学院美好蓝图！

11月12日，香港育华教育基金创办者、香港爱国华侨顾铁华先生和其夫人费肇芬女士来到学院，将今年的捐助基金27.5万元，悉数发放到50名学院学子和25名江阴残疾儿童手中。

自2010年“育华教育基金”落户江阴以来，顾铁华、费肇芬夫妇每年都不顾80岁左右高龄的身体，带着拳拳赤子情怀和对育华孩子们的深深爱意，回到故土江阴，参加育华奖学金的发放仪式，把浓浓爱心亲自送到孩子们的手里。7年来，顾铁华、费肇芬夫妇累计捐款182.5万元，共资助了776名学生，其中学院学生560人、社会残疾学子216人。

心里永远绵延着春天

“几年前母亲因一场车祸不幸左腿截肢，父亲只是一个普通的农民，全家一直靠父亲的劳作和低保生活。千里迢迢来到江阴读书后，居然得到了香港育华基金每年4000元的资助，让我安心学习，这真是雪中送炭啊！我内心的感激是难以言表的。”11月12日，当来自云南曲靖山区16建工班的计润凡同学，从爷爷、奶奶手中接过一份沉甸甸的爱心时，他说出了这一番动情的话。

包鑫是13室内设计专业的一名学生，今年毕业后已经成为江阴卓弘装饰有限公司的一名员工。听说爷爷奶奶回家，他特地回到学校，只为近距离地看看爷爷和奶奶。他说，三年前他进校读书时，是通过绿色通道贷款进来的，生活费没有着落。幸运的是，他得到了育华基金连续3年每年4000元的资助，大大缓解了生活压力，使他得以顺利完成了学业。这个高高大大的男孩说，爷爷奶奶不仅在物质上帮助他们，更在思想上、未来人生的发展上给予他们指导。三年来，爷爷奶奶不顾眼花给他回信，关心他的内心世界与精神成长。所以，在校三年，他是在温暖中度过的。当他上前给爷爷奶奶问好后，爷爷亲切地拉起他的手，嘘长问短。

在信件中，被老人亲切地称为“大毛子”的朱延然，受助以后不仅以优异的成绩顺利完成了学业，还圆满地通过专转本考试，如愿进入扬州大学继续读本。进入本科后，则由费肇芬女士的妹妹费肇敏女士，继续资助他每年4000元的学费。满怀感激的朱延然，特地从扬州赶回母校，带来了母亲亲手刺绣的十字绣——大大的“寿”字，祝福爷爷奶奶好人平安、健康长寿。

和顾爷爷、费奶奶在一起，孩子们都说没有任何拘束感，包裹着他们的是一份与家人久别重逢的亲切与温暖。于是，孩子们纷纷给爷爷奶奶送上了自己的小心意：一幅自己写的字、一条亲手织的围巾、几盒自制的护手霜、一束手叠的康乃馨花、自做的绒毛玩具熊……而计算机系的孩子们则向捐助爱晚庭敬老院的张晖夫人赠送了3D打印的中国象棋和花瓶。所有育华的孩子都说：这样做，是因为他们从爷爷奶奶那里感受到了亲人的爱，他们的心里住着春天！

他们继续播种着春天

爷爷奶奶在接受采访时说，他们之所以愿意这么多年连续到学校里来，是因为这个学校风气好，孩子们敬爱老人，懂事。奶奶特别说，以前我们在西安也资助过不少学生，但是我们感觉还是这里的孩子懂事。她说，有的孩子给我写信说，他工作了，给他的奶奶买了一只轮椅；有的孩子说上次回家，特地去乡下看了爷爷奶奶。我们看见这些孩子身上，有现在不少年轻人不具备的孝心，虽然我们和孩子们一年也就见面一次，没有血缘关系，但我们之间有感情，很亲，我们很感动，很欣慰。

在2010年育华基金落户学院的同时，学院正式成立了育华爱心社，受助学生都成为了爱心社的当然成员。在沈春英副院长的悉心引导、院团委的认真指导下，爱心社在校内外广泛开展扶贫帮困、爱心救助、社会援助等各项公益活动。如到南间街道爱晚庭敬老院，从生活健康到精神愉悦、文化享受，全方位地帮助、关爱老人：不仅为老人送去节日的慰问，给老人包饺子、送月饼，给老人家打扫卫生、做手指操，还给老人读书读报、进行文化环境布置、表演锡剧等。尤其2015年，在爷爷奶奶的朋友、香港友人张晖夫妇的赞助下，他们还精心组织老人进行了“青阳一日游”活动，令老人们欢喜不已。爷爷强调说，他们愿意把资助活动一直坚持下去，还因为爱心社的孩子们懂得感恩。孩子们毕业后，不少人不仅认真工作、认真生活，还反哺育华爱心基金，这让爷爷奶奶备感欣慰。如今年刚走上工作岗位的包鑫，把第一个月的实习工资1000多块钱全部捐给了育华基金。团委蒋振杰书记介绍说，走上工作岗位后反哺育华基金的毕业生已有45个，金额超过了27000元。包鑫这样说：“我第一个月的实习工资不高，以后我会努力工作，争取更多地回报社会，因为回报社会是幸福的。是爷爷奶奶教会我们感恩，教会我们获得了幸福的能力。”

信任、感恩，创造了一种美好的境界。过去，有无数的孩子从爷爷奶奶那里感受到了春天的温暖；今天，他们已经带着这份温暖上路，并且让这份温暖在内心滋长；明天，他们会把这份蓬勃的明媚与温暖，更多地播撒在社会的各个角落。与高尚同行，让爱心永恒！

播种春天的人

、 7 180

2016 迎难而上 喜获佳绩

12月3日，第二届全国高分子材料专业技能竞赛在常州举行，宋功品老师带着我们三位同学组成的团队参赛，获得了两个单项特等奖、一个一等奖、三个二等奖，并取得了团队一等奖的优异成绩。虽然比赛已结束，但比赛情景仍历历在目，我们在激烈的比赛中获得了成长。

比赛前，我们经历了两个多月的刻苦训练。我们首先从注塑样条开始，就是以PE、PP、ABS等为原材料注塑成拉伸冲击样条。那时候最大的困难就是参数不会设定，操作动作不娴熟不标准，而解决这个问题的唯一办法就是苦练。最难的是理论题，由于题目数量巨大，涉及的区域也相对很广，给我们带来了不小的困难，但是我们每天都会将这些题目看上两遍，避免忘记。虽然很枯燥，我们还是咬牙坚持了下来。从注塑到性能检测，再到材料鉴别以及掌握超过2000道的理论考试题，我们三个人在一起不断地练习、背诵、总结、提高。每天上完仿真实训课，我们就去实验室里练习，一做就是六个小时。在每一次的操作中，我们都严格按照比赛标准进行操作，有错误操作就及时纠正，对于在操作中出现不明确的问题，我们三个人进行商量并向老师请教。时间对我们来说是非常宝贵的，我们愿意牺牲周末休息的时间去练习，在宿舍我们不单单是回想每天的不足之处，还要看、记理论知识，因为我们相信勤能补拙。宋老师也每天陪着我们一块练习，替我们讲解不懂的地方，甚至连假期也陪着我们，他是我们团队成功路上的明灯。

12月2日早上，宋老师带着我们来到了常州参赛。我们把行李放到酒店之后，就马不停蹄地往比赛场地赶，去熟悉那里的机器操作规程。当时，很多学校的选手都已到达，我们确实感觉到了对手的强大实力。赛场的设备和学校的不同，我们在学校从没有开过模具，第一次开模具竟花了近20分钟左右。我们一次次地练习，不断寻找开模具的技巧，最终开一副模具只需不到2分钟。我们在考场一遍遍看着操作界面和参数设置，老师也在一旁一遍遍地讲解着。直到错过饭点，我们也没有觉得饿，一直练习到下午两点多。吃完饭，我们去的是性能检测室，设备与学校也有一定差异，我们把每台设备都熟悉了一下，大到实验检测的机器，小到实验室的游标卡尺和温度计都不放过。2号这天，我们熟悉了全部场地。

3日比赛就正式开始了。理论考试结束以后，我们都感觉不错。接着，是实际操作。12点时我们开始做注塑，第一个模具注塑的样条做得很顺利，但当我们换模具时问题来了，因为比赛用的模具跟我们学校的模具不一样，比较大而笨重，模具就卡在那台注塑机上，任我怎么使劲拔它，它就是不出来，当时急得我汗如雨下。另外两个同学中有一位跟我遇到了同样的问题，还有一位也没有做完。我们三人比赛结束出来时都蔫了，因为注塑这项所占分值是非常高的。当宋老师过来问我们情况时，我们把原由告诉了他。但是宋老师还是很自信，笑着为我们加油鼓劲，告诉我们下一场比赛的注意事项。我们也及时调整了情绪，在接下来的材料性能检测比赛项目中获得了单项两个特等奖、一个一等奖的优异成绩。

比赛结束，我们总体成绩是非常不错的。最重要的是，通过比赛，我们懂得了：遇到困难时我们要迎难而上，不要放弃，苦练基本功，就会有你意想不到的收获。在闭幕式上，当我看到“一等奖：江阴职业技术学院”这几个大字高高地挂在大屏幕上时，我深深地为我是江阴学院的学子而感到自豪！

12 12 ， 、 、 ， 、 2016 “ ” 。 、 e 、 。

舞台上的成就，舞台下的艰辛

“ ”

16 2

转眼间，距离金话筒比赛结束已经有半个多月了，但在观众面前举起“金话筒”奖杯的那一幕仍让我记忆犹新。从管理系里的海选到院里的决赛，历经了两个多月，这段时间里，我有差不多一个月的时间要熬到凌晨才睡觉，不断地思考着：舞台上展现的我，到底应该是个什么样子？

记得中学时的我还很内向，那时候有幸参加了一个市里的演讲比赛，彩排的时候紧张得连词都记不起来，只想着快点结束。后来广电的主持人点评时，说了一段让我一辈子都不会忘记的话：“你们知道吗？在春节联欢晚会上表演小品的人，每一次挥手都要体现节目的内涵。任何表演都是一样的，在舞台上唯一要记住的，就是你要带给观众什么？你要告诉他们什么？说话不过是表演形式的一种，台词不过是一堆文字，只有加上你的表情和动作，时时刻刻记住你在和观众交流，这样才能表演出好的效果，这是属于你的舞台！”这些话的确给了我无穷的动力，从那时候起，我就喜欢上了表演和主持。在别人的婚礼上，我的第一反应并不是羡慕新郎新娘，而是很羡慕那个婚礼主持人，他见证了别人的幸福，并且为这个幸福的仪式增添了完美和喜庆的色彩，很帅气和神圣，不是吗？

可是，如何才能让别人看懂我的表演，听懂我说的话呢？这对我来说是一个难题。那时候的我口拙，因为是四川人，普通话也不好。我记得有个故事讲到，有人为了练习平翘舌音，嘴里卷着石头练习。我没有那么拼命，我读着身边的书本，将自己的声音一遍遍录下来，一遍遍自己听，不求语速快慢，但求每个音辨识精准。那时候，录得最多的就是一篇小学四年级的课文——《安塞腰鼓》。我现在仍然能想起当时拿着手机、傻傻地在没人的地方读上个几个小时书本的自己。我很庆幸，我拥有梦想并一步步去实现它，终于有一天，那时候种下的小小种子，发出了第一个令人欣喜的绿芽。在梦想和勇气这方面，我的母亲给了我莫大影响。她曾是个语文老师，同时也是个敢一个人上法庭辩论，敢在几千人面前底气十足地讲话的人，她敢拼敢闯，她的青春延续到了现在，从未老去。

而我也想做这样的人，所以我尽力去做我能做的。如果说敢拼敢闯是幼稚，如果说拥有梦想不撞南墙不死心是幼稚，那么我宁愿一直幼稚下去。现实的确很残酷，可是人的一生本来就不可能一帆风顺，不如用一颗赤子之心去换来不遭憾的一生。

比如金话筒比赛，在舞台上表演的时间非常有限，谁能保证观众们一定记得我做的每一件事、说的每一句话呢？所以我在舞台下尽量把每个细节都设计得完美一些——从拍摄VCR到后期裁剪制作，从台词PPT到背景音乐，从服装道具到化妆发型，一次次排练，一次次修改，只要在台上时观众能记住我一分钟的表演，那么我的努力就是值得的。我们所有选手，甚至工作人员，在寒风刺骨的后台都很狼狈：晚饭基本没吃，换衣间乱七八糟，不断重复着自己的台词和动作，甚至巴掌和搽跤都来来回回表演了好几遍，让腿都有了淤青。虽然如此，每个人脸上更多的是笑容，话语中最多的是互相的打气和加油。因为我们所有人都清楚两件事：舞台下，有600多位观众；舞台上，一定要基本零失误。我们不只是在为自己负责，更是要为这场准备了两个月之久的比赛画上一个完美的句号。作为主持人，我们还需要修行，但是在当晚，我们绝对是最优秀的自己。

最后，我想借用《超级演说家》中第二季冠军刘媛媛演讲的一句话：“一个人他一辈子不做任何尝试，他不做任何冒险的事，他也不为任何事情努力，他永远都不会失败，他都没有资格遭遇失败。但是你不同，你做过梦，你发过疯，你哭过、笑过、奋斗过，你爱过、恨过，你也后悔过。”同样，我也愿意为一个理想拼命前行。我可以做到的，你们同样也可以！