



主编◎张 静

大学生劳动教育

 科学出版社

大学生劳动教育

主 编 张 静

副主编 韩玲玲 王月娥 吴 上

宋佳琦 马旭艺

主 审 刘丽萍

科学出版社

北 京

“十四五”职业教育国家规划教材申报使用 仅限

内 容 简 介

本书以劳动精神、劳模精神、工匠精神为主题，以学生为中心，以能力为本位，注重实践，通过完成学校劳动、社会劳动、家庭劳动，理解劳动文化，完成劳动任务，亲历劳动过程，反馈劳动感悟，强化劳动体验，提升劳动热情；充分挖掘劳动教育课程的树德、增智、强体、育美的育人价值，注重教育实效，实现知行合一，帮助学生形成正确的劳动价值观和良好的劳动品质，促进学生全面发展。

本书可作为大学生开展劳动教育的教材，也可作为学生第二课堂开展劳动教育的工具指导书。

图书在版编目（CIP）数据

大学生劳动教育 / 张静主编. — 北京：科学出版社，2025. 1.
ISBN 978-7-03-081452-4

I. G40-015

中国国家版本馆 CIP 数据核字第 2025RG3241 号

责任编辑：周春梅 宋 丽 / 责任校对：马英菊
责任印制：吕春珉 / 封面设计：东方人华平面设计部

科 学 出 版 社 出 版

北京东黄城根北街 16 号
邮政编码：100717
<http://www.sciencep.com>

天津市新科印刷有限公司印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2025 年 1 月第 一 版 开本：787×1092 1/16

2025 年 1 月第一次印刷 印张：8 1/2

字数：201 000

定价：34.00 元

（如有印装质量问题，我社负责调换）

版权所有，侵权必究

习近平总书记 2020 年 11 月 24 日在全国劳动模范和先进工作者表彰大会上的讲话中说：“在长期实践中，我们培育形成了爱岗敬业、争创一流、艰苦奋斗、勇于创新、淡泊名利、甘于奉献的劳模精神，崇尚劳动、热爱劳动、辛勤劳动、诚实劳动的劳动精神，执着专注、精益求精、一丝不苟、追求卓越的工匠精神。劳模精神、劳动精神、工匠精神是以爱国主义为核心的民族精神和以改革创新为核心的时代精神的生动体现，是鼓舞全党全国各族人民风雨无阻、勇敢前进的强大精神动力。”

本书包括劳动精神、劳模精神和工匠精神三章，分为崇尚劳动、热爱劳动、辛勤劳动等十四节，每节均由“知识与能力”“故事与案例”“感悟与行动”“劳动与实践”“传承与拓展”“复盘与反思”六部分组成。

“知识与能力”帮助学生深刻理解劳动内涵，形成马克思主义劳动观，牢固树立劳动最光荣、劳动最崇高、劳动最伟大、劳动最美丽的观念。

“故事与案例”大力宣传辛勤劳动、诚实劳动、创造性劳动的典型人物和事迹，弘扬劳动光荣、创造伟大的主旋律，为大学生树立榜样模范。

“感悟与行动”记录学生在学习“知识与能力”和“故事与案例”后的感受与收获，以及未来一段时间内的计划与行动，帮学生厘清思路，把握生活和学习重点。

“劳动与实践”是每节的重点，该部分包含学校劳动实践、社会劳动体验和家庭劳动技能提升三个劳动项目，围绕日常生活、实习实训、社会实践等方方面面，让学生动手实践，掌握劳动能力，学会总结反思，完成劳动日记。

“传承与拓展”总结了古圣先贤的经典劳动诗词，让学生从经典中吸取养分，使劳动精神在传承中得到创新与弘扬，在漫长的中华历史文化长河中生生不息、不断发展。

“复盘与反思”记录学生经过理论和实践后在道德品行、知识技能、身体机能、审美能力、劳动素养等方面的提升，使劳动教育评价客观有效。

本书定位清晰，目标明确，逻辑有序，结构严谨，内容编排注重应用和创新实践，能够尊重学生在教育中的主体地位，充分挖掘劳动教育课程的树德、增智、强体、育美的综合育人价值；紧密结合学生身心发展实际和经济社会发展变化，使学生以参与行动为主，亲历劳动过程，注意手脑并用，强化实践体验，让学生通过身体力行掌握劳动技能，养成崇尚劳动、吃苦耐劳、奉献社会等宝贵品质。由于编者水平有限，书中难免存在不足之处，恳请各位读者批评指正。

“十四五”职业教育国家规划教材申报使用
仅限

第一章 劳动精神	1
第一节 崇尚劳动	2
第二节 热爱劳动	11
第三节 辛勤劳动	20
第四节 诚实劳动	29
第二章 劳模精神	38
第一节 爱岗敬业	39
第二节 争创一流	48
第三节 艰苦奋斗	57
第四节 勇于创新	66
第五节 淡泊名利	75
第六节 甘于奉献	84
第三章 工匠精神	93
第一节 执着专注	94
第二节 精益求精	103
第三节 一丝不苟	112
第四节 追求卓越	121
参考文献	130

“十四五”职业教育国家规划教材申报使用
仅限

第一章



劳动精神

劳动通常是指能够对外输出劳动量或劳动价值的人类活动，是人类有目的、有意识的实践活动。劳动是人类维持自我生存和自我发展的唯一手段，是社会存在和发展的基础。卓越的实践铸就伟大的精神，伟大的精神引领卓越的实践。在长期实践中，我们培育形成了崇尚劳动、热爱劳动、辛勤劳动、诚实劳动的劳动精神。劳动精神是中国共产党人精神谱系的重要内容，是以爱国主义为核心的民族精神和以改革创新为核心的时代精神的生动体现，意蕴丰富，历久弥新。

劳动是光荣的，是幸福的，是值得被崇尚的。它可以促进语言、思想、工具的发展，可以为当代书写奇迹，创造美好未来。在劳动过程中，劳动者不仅可以为社会带来价值，还可以得到心灵上的满足和应有的尊重。只有从心底产生对劳动的热爱，才会主动去劳动，将被动化为主动，才能全身心地投入劳动中，真正体会到劳动带来的幸福与快乐，从而激发内心的动力，促进更加忘我的拼搏劳动，提升劳动水平和劳动技能。辛勤的劳动是实现人生幸福的重要抓手，是诚实劳动和创造性劳动的基础和保障。只要劳动者肯付出辛勤劳动，无论在何种困苦环境下都能为自己赢得幸福。诚实劳动是劳动者在生产生活过程中应遵循的劳动要求和规则，在劳动过程中守法规，重标准不仅是每一个劳动者都应遵循的准则，更应是不断传承、发扬的传统美德。实干才能兴邦，脚踏实地才能得到真正的回报。

青年兴则国家兴，青年强则国家强。劳动精神可以帮助大学生树立科学的劳动价值观，懂得劳动创造价值、劳动创造社会；激励大学生立足实践，认识世界，探索真理，不断完善自我；培养大学生正确的劳动态度和劳动心理，遵循劳动的客观规律，形成正确的幸福观和择业观；引导大学生懂得实事求是、求真务实，提升服务社会、服务他人的奉献精神和服务意识。



第一节 崇尚劳动

□□

党中央和红军安家延安后，由于敌人的军事包围和经济封锁，条件十分艰苦。延安军民积极响应毛泽东同志发出的“自己动手、丰衣足食”号召，开展了热火朝天的大生产运动，有力支持了抗日前线。全党同志要大力弘扬自力更生、艰苦奋斗精神，无论我们将来物质生活多么丰富，自力更生、艰苦奋斗的精神一定不能丢，脚踏实地、苦干实干，集中精力办好自己的事情，把国家和民族发展放在自己力量的基点上。

——2022年10月27日习近平在瞻仰延安革命纪念地时的讲话



知识与能力

建成富强民主文明和谐美丽的社会主义现代化国家，根本上靠劳动、靠劳动者创造。我们一定要在全社会大力弘扬劳模精神、劳动精神，引导广大人民群众树立辛勤劳动、诚实劳动、创造性劳动的理念，让劳动光荣、创造伟大成为铿锵的时代强音，让劳动最光荣、劳动最崇高、劳动最伟大、劳动最美丽蔚然成风。崇尚劳动一直都是中华民族的优良传统，也是人类文明进步的重要动力。大学生要努力成为懂劳动、会劳动、爱劳动的时代新人。

因为崇尚劳动，我们拥有了历史的辉煌和今天的成就。从日出而作、日落而息的古代劳动人民早出晚归的场景，到我们的环卫工人，或许我们很少看到他们的身影，但是每当喧闹的城市变得安静，拥挤的街道变得宽敞，我们进入梦乡之时，环卫工人们正在用他们勤劳的双手为我们装扮着一个崭新的黎明……

只有崇尚劳动，理解劳动可以创造价值、劳动创造社会，劳动是值得的，人们才会渴望劳动。因此，无论时代如何变化，我们都要崇尚劳动之风、认可劳动之力、推崇劳动之美。劳动不分贵贱，所有劳动者都值得被尊重。无论从事的是体力劳动还是脑力劳动，简单劳动还是复杂劳动，集体劳动还是个人劳动，只要能为社会发展作出贡献，都会得到广大人民群众的认可。



故事与案例

“中国氢弹之父”于敏

于敏，中国科学院院士，中国工程物理研究院高级科学顾问，曾荣获“国家科学技术进步奖特等奖”、“两弹一星”功勋奖章、“全国五一劳动奖章”，荣获“全国劳动模范”、“改革先锋”等荣誉称号，被评为“感动中国 2014 年度人物”。

于敏是我国杰出的核物理学家、我国核武器研究和国防高技术发展的杰出领军人物之一，在核物理、中子物理等方面取得多项重要研究成果，为建设强大国防、奠定我国大国地位作出了不可磨灭的贡献，被称为“中国氢弹之父”。

1961 年，时年 35 岁的于敏面对祖国召唤，投身我国核武器研制事业。他说：“面对这样庞大的题目，我不能有另一种选择。一个人的名字，早晚要消失，能把微薄力量融进祖国强盛之中，便足感欣慰。”

对于敏来说，工作几乎就是他生命的全部。每次遇到难题，他都会带领大家反复讨论研究，谨慎选择技术途径，认真试算物理模型。有时为得到一个准确数据，他甚至趴在地上，绘出一条条特征线，然后马上跟大家讲解。于敏工作起来不分昼夜，有时因为产生灵感，半夜起床伏案工作；领导为限制他出差在外无休止地工作，总是派一位同事与他同住。于敏的同事都知道，在他面前，一个数据都不能含糊。在一次核试验之前，他突然发现原设计中一个数据可能有问题，但这时试验装置已下了竖井。他立即报告上级，要求暂停试验。经过一天一夜地查找，最后弄清这个不利因素可以为另一个抵偿因素所抵消，他才露出放心的笑容，向上级报告可以继续试验。

于敏未曾出国留学，自言是“道地的国产”。但他对自己的学生说，“土专家”不足为法，科学需要开放交流和开阔视野。因此，他鼓励学生出国留学，但有一个条件：开过眼界后就回国做贡献。

于敏曾告诫身边人，不要计较有名无名，要踏踏实实地做一个无名英雄。正如他 73 岁那年在一首题为《抒怀》的七言律诗中所表达的那样，即使“身为一叶无轻重”，也“愿将一生献宏谋”。

（资料来源：根据网络资料整理。）

“十四五”职业教育国家规划教材申报使用





感悟与行动

※ 学习感受

※ 阅读收获

※ 未来计划

※ 立刻行动

“十四五”职业教育国家规划教材申报使用



劳动与实践

※ 学校劳动实践

劳动主题	争创文明卫生寝室					
劳动目的	通过争创文明卫生寝室，增强大学生的劳动体验感和获得感，领悟劳动创造美好生活的深刻含义，养成良好的卫生习惯和劳动习惯					
劳动时间						
是否达成 劳动目标	项目	是	否	项目	是	否
	寝室整洁明亮，空气清新，物品摆放井然有序			被子呈豆腐块形状，无褶皱		
	墙角无灰网，墙面无乱贴、乱挂、乱画情况			床单干净，无褶皱		
	地面整洁，无纸屑、果皮、杂物、污水积存等情况			衣柜内衣物叠放整齐，无异味。非当季衣物收纳存放，无未及时清洗的脏衣物存放于衣柜内		
	阳台整洁，物品摆放整齐，无杂物堆积等情况			桌面书籍及物品存放有序		
	门窗玻璃明亮，门框、窗框、窗台、等无灰尘			床下鞋子摆放有序，方向一致，无未及时刷洗的脏鞋		
	床上被褥、枕头叠放整齐，方向一致，床上无杂物			暖瓶、洗漱用品等同一位置、固定摆放，整齐有序		
本次劳动收获						



※ 社会劳动体验

劳动主题	向劳动者致敬
劳动目的	树立劳动最光荣、劳动最崇高、劳动最伟大、劳动最美丽的观念，体会劳动创造美好生活，体认劳动不分贵贱，热爱劳动，尊重普通劳动者，培养勤俭、奋斗、创新、奉献的劳动精神
劳动内容与方式	寻找 3 位不同岗位的劳动者，征求劳动者同意后与他们合影或者拍下他们的劳动瞬间，同时对劳动者进行简要的访谈并写下访谈记录
劳动时间	
劳动者 1 的 照片展示与访谈记录	
劳动者 2 的 照片展示与访谈记录	
劳动者 3 的 照片展示与访谈记录	
本次劳动收获	

※ 家庭劳动技能提升

劳动主题	我为家人做顿饭
劳动目的	提升日常基本生活劳动能力，通过劳动回馈父母、感谢父母的养育之恩
劳动内容与要求	1. 提前了解父母的身体状况、饮食习惯 2. 注意荤素搭配、营养均衡 3. 注意劳动工具的安全使用
前期准备	
劳动时间	
整体构思（包括餐品构成、 父母喜好说明等）	
餐品描述及展示 1	
餐品描述及展示 2	
餐品描述及展示 3	
本次劳动收获	
家人评价	



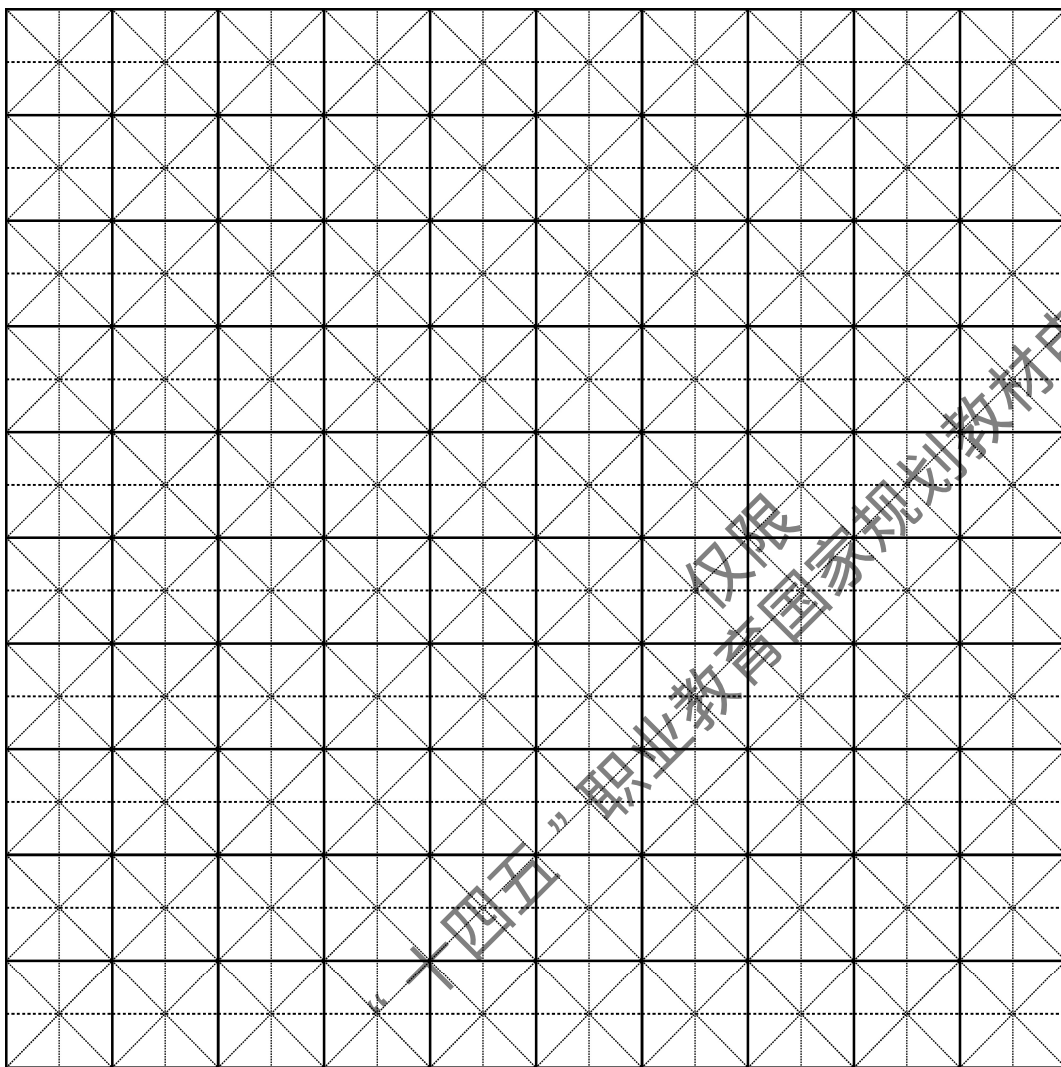
传承与拓展

※ 诗词临摹

诗经·十亩之间

十亩之间兮，桑者闲闲兮，行与子还兮。

十亩之外兮，桑者泄泄兮，行与子逝兮。



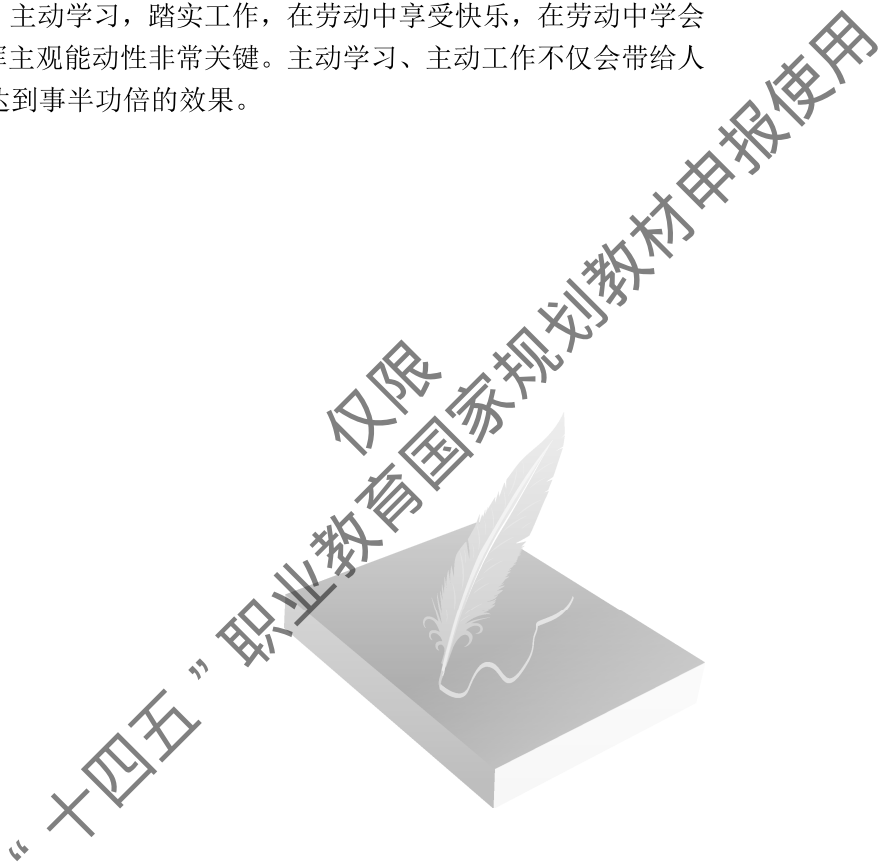
※ 拓展探析

这首诗描写了采桑女在忙碌的采桑过后，带着满满的收获回家的情景。“桑者闲闲兮”呈现了自由自在、悠闲喜悦地返回家中的情景，勾画出一派清新恬淡的田园风光，抒写了采桑女轻松愉快的劳动心情。采桑女在劳动中感受到喜悦和自在，从侧面体现出劳动人民纯真乐观、勤劳淳朴、崇尚劳动的劳动精神。

夕阳西下，暮色欲上，牛羊归栏，炊烟渐起。夕阳斜晖照进一片宽大的桑园，忙碌了一天的采桑女准备回家了。顿时，桑园里响起一片呼朋唤友的声音。人渐渐走远了，她们的说笑声和歌声却仍袅袅不绝地在桑园里回旋。劳动结束后，姑娘们呼朋唤友、相偕回家时的情景，既包含了紧张的劳动结束后的放松，也包含了面对一天的劳动成果满意而愉快的感叹。

※ 成长启示

大学生要紧跟时代步伐，主动学习，踏实工作，在劳动中享受快乐，在劳动中学会成长。与被动接受相比，发挥主观能动性非常关键。主动学习、主动工作不仅会带给人愉悦的心情和满足感，还能达到事半功倍的效果。





复盘与反思

复盘与反思项目	成长收获	劳动教育成效自评		
		优秀	良好	合格
道德品行				
知识技能				
身体机能				
审美能力				
劳动素养				
其他方面（如思维能力、自理能力、意志力等）				
复盘与反思结论				
小组评价				
	组长签字： 日期：			
教师评价				
	教师签字： 日期：			

第二节 热爱劳动

劳动是财富的源泉，也是幸福的源泉。人世间的美好梦想，只有通过诚实劳动才能实现；发展中的各种难题，只有通过诚实劳动才能破解；生命里的一切辉煌，只有通过诚实劳动才能铸就。劳动创造了中华民族，造就了中华民族的辉煌历史，也必将创造出中华民族的光明未来。

——2013年4月28日习近平在同全国劳动模范代表座谈时的讲话



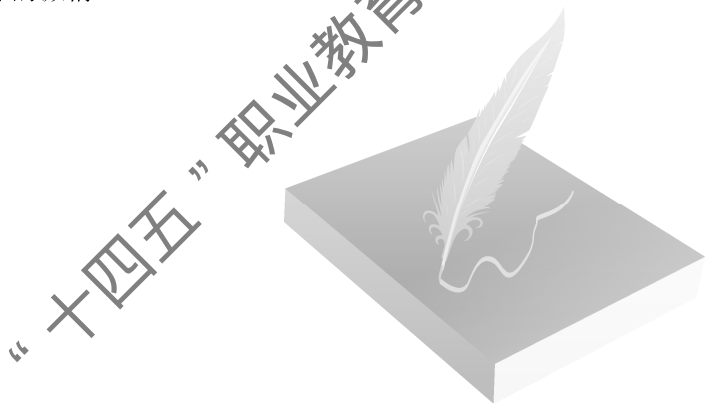
知识与能力

农耕文明是中华优秀传统文化的根，农业生产劳动是推动我国社会发展的重要力量，劳动教育思想是中华优秀传统文化的重要内涵。劳动是人们满足衣食所必需的活动，热爱劳动、勤劳勇敢是中华民族最具代表性的传统美德。

热爱劳动就是要培养正确的劳动态度和积极的劳动心理，也就是要自觉自愿、积极主动地劳动。要推动全社会热爱劳动、投身劳动、爱岗敬业，为改革开放和社会主义现代化建设贡献智慧和力量。

全社会要通过弘扬热爱劳动的社会风尚，加强对劳动者的帮扶和支持，提高劳动者的收入，让热爱劳动的辛勤劳动者获得更多的回报，让每一位劳动者都能用劳动开创美好未来，从而提升劳动者的幸福感。通过劳动播种希望、收获果实，人们会更加热爱劳动，懂得劳动创造美好、劳动创造幸福。

在中国共产党的领导下，一代代热爱劳动的劳动者，以信念为峰，不惧登攀；以实践为刃，开拓前行。如今，热爱劳动的种子已在全体人民心中播撒，无论身处什么岗位，都不能失去劳动的热情和奋斗的激情。





故事与案例

航空“手艺人”胡双钱

胡双钱，中国商飞上海飞机制造有限公司数控机加车间钳工组组长，被称为航空“手艺人”。2015年10月13日，第五届全国道德模范评选，胡双钱被授予“全国敬业奉献模范”称号。2016年4月，胡双钱获2016年“全国五一劳动奖章”。

1980年，从小就喜欢飞机的胡双钱进入当时的上海飞机制造厂，亲身参与并见证了中国人在民用航空领域的第一次尝试——运10飞机研制和首飞。那一刻他强烈感受到造飞机是一件很神圣的事。然而，20世纪80年代初，运10项目下马了，原本聚集了各路中国航空制造精英的工厂转眼间冷清下来，争抢这些飞机技师的各公司专车甚至开到了工厂门口。面对私营企业老板开出的优厚工资，胡双钱谢绝了，他相信这里总有一天还会生产中国人自己的大飞机。

选择留下后，胡双钱与同事一起陆续参与了中美合作组装麦道飞机和波音、空客飞机零部件的转包生产，并抓住这些机遇练就了技术上的过硬本领。在我国启动ARJ21新支线飞机和大型客机研制项目后，胡双钱几十年的积累和沉淀终于有了用武之地。他先后高精度、高效率地完成了ARJ21新支线飞机首批交付飞机起落架钛合金作动筒接头特制件、C919大型客机首架机壁板长桁对接接头特制件等加工任务。他还发明了“反向验证”等一系列独特的工作方法，确保每一个零件、每一个步骤都不出差错。

坚守岗位、精益求精是匠人的职业道德，而心系祖国航空事业、不断探索技艺提升更是大国工匠的风范。划线是钳工作业最基础的步骤，为了提升精细度，胡双钱发明了对比检查法和反向验证法，虽然增加了工作量，却给零件加工增加了复查的机会，为加工的准确性和质量打下基础。

尽管荣誉加身，胡双钱仍选择默默奉献在飞机制造一线，用匠人本心成为无可替代的航空“手艺人”。谈及未来，胡双钱最大的愿望是：“最好再干10年、20年，为中国大飞机多做一点。”

（资料来源：根据网络资料整理。）

“十四五”职业教育国家规划教材申报使用





感悟与行动

※ 学习感受

※ 阅读收获

※ 未来计划

※ 立刻行动

“十四五”职业教育国家规划教材申报使用



劳动与实践

※ 学校劳动实践

劳动主题	班级文化建设
劳动目的	通过小组劳动，打造整洁的教室环境，建设优美、健康向上的班级文化
劳动内容与要求	1. 卫生清洁细致到位 2. 墙报设计体现创意 3. 班级文化内涵丰富 4. 小组劳动
劳动时间	
劳动分工	
整体构思	
劳动过程描述	
劳动成果展示	
本次劳动收获	

“十四五”职业教育国家规划教材申报使用



※ 社会劳动体验

劳动主题	农耕体验
劳动目的	体力劳动是劳动的基础，通过在劳动实践中出力出汗，体会身心愉悦之感。通过农耕体验了解农耕文化，了解作物的种植和生长过程，体验农民生活，培养热爱农业、热爱劳动、吃苦耐劳的精神品质
劳动内容与方式	自选一项农耕项目进行体验，如帮助农民播种、插秧、除草、种菜、秋收等
劳动注意事项	1. 提前做好计划 2. 选择合适的劳动工具，熟练掌握农具的使用方法，注意安全使用 3. 做好劳动过程记录
劳动时间	
劳动过程描述	
劳动成果展示	
本次劳动收获	



※ 家庭劳动技能提升

劳动主题	中华传统民俗之包饺子		
劳动目的	饺子是历史悠久的中华民族传统美食。在北方，每当逢年过节，饺子是家家户户必不可少的佳肴。通过和面、调馅、揉面、分剂子、擀皮、包饺子、煮饺子等劳动过程，体味自制美食的乐趣		
前期准备			
劳动时间			
劳动过程描述			
劳动技能获得	步骤	是	否
	和面		
	调馅		
	揉面		
	分剂子		
	擀皮		
	包饺子		
	煮饺子		
成果展示			
本次劳动收获			

“十四五”职业教育国家规划教材申报使用



传承与拓展

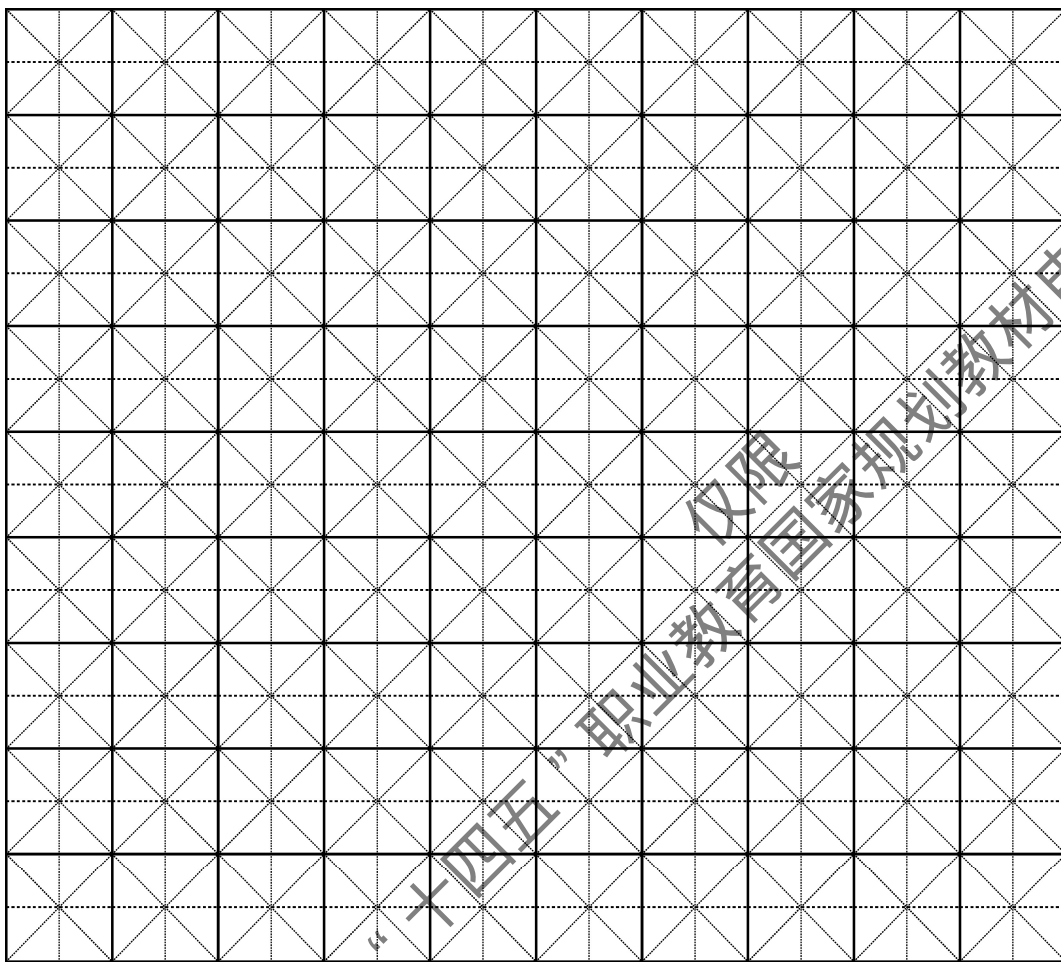
※ 诗词临摹

诗经·采芣苢

采采芣苢，薄言采之。采采芣苢，薄言有之。

采采芣苢，薄言掇之。采采芣苢，薄言将之。

采采芣苢，薄言袺之。采采芣苢，薄言襋之。



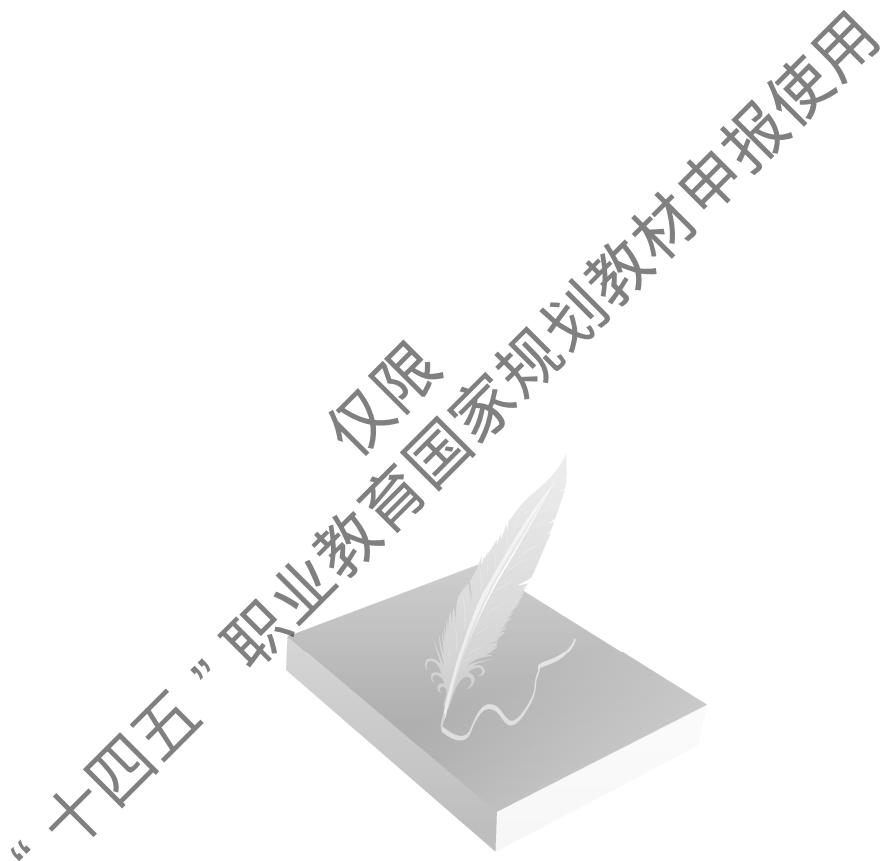


※ 拓展探析

这首诗变换了六个动词，生动地将人们采摘车前草（菜）的场景呈现在读者眼前。通过反复咏唱，让读者仿佛看到三五成群的女子在山坡旷野劳动的身影，仿佛能听到她们的歌声，她们劳动时的欢快心情仿佛要溢出纸面。这首诗营造了一种紧张、忙碌、欢快的劳动氛围，深深地刻画出劳动者因收获而产生的满足之感和喜悦之情，表达了一种“生活虽不易，但艰难中伴随着快乐”的思想，抒发了中华民族热爱劳动、珍惜劳动成果的强烈情感。

※ 成长启示

当代大学生要热爱自己所做的事，热爱自己所学的专业，只有持续热爱，才能在逆境或艰难中有所突破，才能在不断的攀登中体会到满足之感和喜悦之情。热爱工作，它能让人更有价值，唯有热爱，才能不断地奔赴山海。





复盘与反思

复盘与反思项目	成长收获	劳动教育成效自评		
		优秀	良好	合格
道德品行				
知识技能				
身体机能				
审美能力				
劳动素养				
其他方面（如思维能力、自理能力、意志力等）				
复盘与反思结论				
小组评价				
	组长签字： 日期：			
教师评价				
	教师签字： 日期：			



第三节 辛勤劳动

各级党委和政府以及各级领导干部要认真贯彻党中央关于科技创新的决策部署，落实好创新驱动发展战略，尊重劳动、尊重知识、尊重人才、尊重创造，遵循科学发展规律，推动科技创新成果不断涌现，并转化为现实生产力。

——2020年9月11日习近平在科学家座谈会上的讲话



知识与能力

辛勤劳动是对劳动过程的充分肯定，描述的是劳动者勤劳而肯于吃苦的劳动状态，表明要充分遵循劳动的客观规律。

习近平指出，“社会主义是干出来的，新时代是奋斗出来的”，“人生在勤，勤则不匮。幸福不会从天降，美好生活靠劳动创造”。辛勤劳动，是每一个中华儿女应有的劳动态度和生命状态。

“艰难困苦，玉汝于成”，习近平用这句古语形容改革开放以来中国的风雨历程和辉煌成就。我们取得的成就不是天上掉下来的，更不是别人恩赐施舍的，而是全党全国各族人民用勤劳、智慧、勇气干出来的。

回顾历史，我们的每一点进步、每一次成功都是通过劳动人民的艰苦奋斗、辛勤劳动创造出来的。越是美好的未来，越需要我们不畏艰辛、不辞辛苦地追求。

无论是体力劳动还是脑力劳动，所经历的都是一个艰苦奋斗的过程。只有辛勤劳动，才能懂得万事的艰辛。体力劳动要付出辛勤的汗水，而脑力劳动看似容易，却也要付出很多的心血。

只有勤于奋斗、乐于奉献，不断锤炼自身本领，淬炼自己的能力，追求卓越、争创一流，才能开创辉煌事业，铸就精彩人生。

“十四五”职业教育国家规划教材申报使用



故事与案例

“铁人”王进喜

王进喜，中共党员，1923年10月生，黑龙江省大庆市大庆油田石油工人，因用自己的身体制服井喷而家喻户晓，人称“铁人”。2019年9月25日，王进喜被评选为“最美奋斗者”。

1958年9月，王进喜带领1205钻井队创造了月进尺5009米的纪录；1959年，创年钻井进尺7.1万米的全国纪录。同年，王进喜作为1205钻井队代表出席了全国群英会，参加了新中国成立10周年国庆观礼。

1960年3月，王进喜带领1205钻井队从玉门来到大庆。他带领全队把60多吨重的钻机设备化整为零，采用人拉肩扛的办法把钻机和设备从火车上卸下来，运到马家窑附近的萨55井安装起来。由于水管线还没接通，罐车又少，王进喜就带领工人到附近水泡子破冰取水，用脸盆端了50多吨水，保证萨55井正式开钻。饿了，啃几口冻窝窝头；困了，裹着老羊皮袄打个盹……通过全队工人的共同努力，只用了5天零4小时就打完了油田上第一口生产井。

第一口井完钻后，王进喜被钻杆堆滚下的钻杆砸伤了脚，当时昏了过去，但他醒来后继续工作。领导把他送进医院，他又从医院跑到第二口井（2589井）的井场，拄着双拐指挥打井；钻到约700米时，突然发生井喷。井场没有压井用的重晶石粉，经过研究，决定采用加水泥的办法提高泥浆密度压井喷。水泥加进泥浆池就沉底，又没有搅拌器，王进喜扔掉拐杖，跳进泥浆池，用身体搅拌泥浆。其他同志也纷纷跳入泥浆池，终于压住了井喷，保住了钻机和油井。

1960年7月，王进喜被树为全战区“五面红旗”之一。1964年，王进喜当选为第三届全国人大代表。1969年春，王进喜当选为党的九大代表，被选为中央委员。1970年4月，他被确诊为胃癌；同年11月病逝，终年47岁。“宁肯少活20年，拼命也要拿下大油田。”王进喜把一生献给了祖国的石油工业，时刻都在践行自己的誓言。

铁人精神是对王进喜崇高思想、优秀品德的高度概括，铁人精神是“爱国、创业、求实、奉献”大庆精神的典型化体现和人格化浓缩，是中华民族精神的重要组成部分，得到历届中央领导的充分肯定，深受社会各界的广泛承认和高度评价。

（资料来源：根据网络资料整理。）





感悟与行动

※ 学习感受

※ 阅读收获

※ 未来计划

※ 立刻行动

“十四五”职业教育国家规划教材申报使用