

文明其精神、野蛮其体魄

工学院 焦天放

文明其精神

在思想状况方面，自 2022 年 9 月递交入党申请书后，我积极参与学院组织的党课培训、系统学习党的理论知识，不断提升政治素养与思想觉悟。2024 年 11 月顺利转为中共预备党员，我主动将党的理论融入日常学习与生活，在校园志愿服务中担任先锋，参与医院服务、校园服务等活动 30 余次，累计服务时长超 70 小时。我将继续以党员标准严格要求自己，努力成长为可堪大用、能担重任的新时代青年。

在学习情况方面，我成功入选油气储运工程创新班，前五学期绩点排专业第一（1/111），连续两年综合测评第一，在校所修课程优良率 100%，专业课成绩均在 90 分以上，获得两次国家奖学金和多项科技创新奖学金。我共参与论文 4 篇，大二时，在大学物理实验的课程中，我发现导热系数测量实验的误差很大，便向孙志刚老师请教，经过文献调研和老师指导，我撰写了我的第一篇中文核心论文，将导热系数测量误差降低到 3.25%，为我校导热系数实验提供了新方法。后在热工课程中与董宝军老师相识，在董老师的指导下，撰写腐蚀方向 SCI 两篇、发明专利一篇，让我对科研充满信心和向往，大量的文献阅读培养了我的逻辑思维，写论文要从是什么、为什么、怎么做、实验结果是什么、分析结果可以

得到什么结论，前后的逻辑要一一对应，论文的撰写是日夜积累，我认真学习腐蚀基础知识，在腐蚀与防护课程中考到95分，为专业最高分。同时我积极参加创新创业竞赛，大多比赛均为第一负责人，带领队友累计获奖25项，其中国家级4项。这些亮眼的成绩背后，是我持之以恒的刻苦钻研。无课时，我都会前往图书馆学习，为了深入理解油气储运工程和腐蚀方向的专业知识，我不仅反复研读教材，还大量查阅国内外前沿文献，将晦涩难懂的专业理论与实际案例结合，制作了数百页的学习笔记。遇到复杂的课程，我会主动向老师请教，课后再与同学组成学习小组，互相探讨解题思路，常常为了一个技术难点争论到深夜。正是凭借这种“钉钉子”精神，我才在专业课程上不断突破，取得了全优的成绩。当自己取得优异成绩后，我深知“独行快，众行远”的道理，便积极投身于帮助同学提高成绩的行动中。我主动组建了“互助小组”，每周定期开展学习交流会，将自己总结的高效学习方法、课程重点难点毫无保留地分享给大家。针对基础薄弱的同学，我制定一对一帮扶计划，利用课余时间耐心讲解专业知识，帮助他们梳理知识框架。在准备专业考试时，我会提前整理出详细的复习资料，过这些努力，不少同学的成绩都有了显著提升，班级整体学习氛围也愈发浓厚。

野蛮其体魄

在学生工作经历方面，以个人热情点燃群体活力，让体

育热情如火炬汇聚。我连续三年担任班级文体委员，我精心策划并组织了十余次班级文体活动。为了让同学们在繁忙的学业中释放压力、感受运动魅力，找到自己真正喜欢的运动，我在策划时会考虑不同运动水平的同学，具体问题具体分析，尽最大努力解决同学们的难处，极大调动了同学们的参与积极性，班级连续三年运动会参与率达 80% 以上，在团体赛事中更是斩获冠军十余项，储运专业也在运动会上摘得冠军、亚军各一次，让我们班级成为校园里充满活力，我也因此荣获两次优秀学生干部称号。

作为学代会代表，我积极关注校园体育发展，深入调研同学们在体育课程、评分标准、激励制度等方面的诉求，撰写并提交了 8 项体育相关提案。针对热门体育课程供不应求的问题，我提出“多设置热门课程、适当减少冷门课程数量”的解决方案；对于体育评分标准单一化，建议引入多元化考核，不只将跑步里程作为标准，兼顾同学的运动兴趣，将其他运动也纳入评分标准；关于体育激励制度不完善，我倡导体测优秀同学免修体育课，设置体测进步奖学金等。这些提案得到了学校相关部门的重视，部分建议已逐步落地实施。

在个人体育领域，我同样成绩斐然。连续三年体测分数 90 分以上，综测体育成绩高达 111.6 分，在校运会中勇夺 6 次冠军，在篮球、羽毛球赛事中多次入围四强。同时，我还身兼数职，担任运动员代表、运动会专业负责人等，以自身对体育活动的热爱为火种，感染和带动身边的同学。无论

是运动会筹备时，带领团队反复推演流程、布置赛场；还是比赛期间，为运动员加油助威、协调后勤保障，我都全身心投入。让同学们感受运动的乐趣，真正让体育热情如火炬般在群体中汇聚。

总结

文明其精神，野蛮其体魄。在学业方面，我以第二作者身份参与论文四篇（导师为第一作者），中文核心一篇、SCI论文两篇、发明专利一篇；创新创业竞赛累计获奖 25 项，其中国家级奖励 4 项（均为教育部白皮书竞赛/油气储运专业竞赛，3 项为第一负责人，1 项为第二负责人）。立志于深耕油气储运领域，以更丰硕的学术成果和竞赛奖项回报母校，成为可堪大用、能担重任的新时代青年！

在体育方面，我为校区体育发展建言献策，以个人热情化作火种，带动班级同学斩获团体赛冠军十余次，让运动为精神赋能、将健身运动中的所得转化为攀登学业的动力。