

最新天天向上的日记 天天向上教案(实用11篇)

环保标语可以唤起人们内心的环保意识，激发他们参与到环境保护中的行动。写环保标语要简练明了，避免使用复杂的词汇和长句子，让人一目了然。以下是小编为大家收集的环保行动总结范文，仅供参考，希望能给大家提供一些启示。

天天向上的日记篇一

时间	10月18号	课题	《天天向上》	授课教师	徐晶	教学对象	五年级
教学目标	认知目标	熟知跑、跳、屈、伸等活动名词。					
技能目标	活动身体的各个部位关节，舒展部位肌肉。						
情感目标	通过动作与音乐的结合，感受天天向上的正能量，并通过肢体动作表达出自己对学习的态度。						
重点	前踢步规范性						
难点	动作力度与音乐的协调配合。						

教具准备
教学过程

舞蹈教室、音响

教学方法

讲授法、示范法

教学环节

教学内容

教师活动

学生活动

组织形式

时间

准备部分

1, 师生问好
2, 课前热身
3, 体前屈练习
4, 复习《天天向上》第一段

1, 规整上课队形以及站姿
2, 提醒热身活动的要求
3, 教师数拍子
4, 教师检查

1, 集合站队、站姿练习
2, 跟随音乐, 进入热身舞蹈
3, 学生做体前屈
4, 学生跳组合第一段

集体教学

15分钟

基本部分	<p>1, 宣布上课内容, 提出问题。 2, 带着问题听音乐。 3, 学习组合新动作, 讲解动作节奏以及主干动作, 强化动作标准 4, 学习组合前部分内容 5, 分组练习展示, 进行评价</p>	<p>1, 教师讲解主干动作, (横移步, 踵步) 2, 分步骤教学, 进行舞蹈组合第二段学习。 3, 讲解动作的要领, 在教学过程中及时纠正学生的错误。 4, 节奏分解, 教师带领学生合音乐 5, 组织学生分小组展示学习成果</p>	<p>1, 学生认真听讲上课内容 2, 学生在教师的指导下学习组合动作 3, 在教师拍打的节奏中练习新动作 4, 跟随教师一起合音乐练习 5, 分小组展示新学内容</p>	集体教学 小组教学	22分钟
结束部分	<p>1, 全体复习巩固新课内容 2, 课堂小结 3, 师生再见, 整队带回</p>	带领学生回顾本节课的主要内容	<p>1, 学生自主学习内容 2, 课后总结 3, 师生再见</p>	集体教学	3分钟
教学反思					

天天向上的日记篇二

在平日里学生们学习的姿势非常重要，而手指操是其中非常重要的一环。由于学习的过程中需要大量地动手，如果没有好的手指操习惯，那么学习的成效会大大降低。今天我来分享一下我的体会，希望对大家坚持好的手指操习惯有所帮助。

首先，手指操的位置非常关键，一般需要将手掌抬起25度左右。这样能够让手指操托住手掌，更方便地控制手指的弯曲和伸展。同时，正确的手指操姿势也能够让我们的手指更加灵活，更加敏捷，有助于提高学习速度。

其次，手指操的操练时间也极为重要。我一般会在完成一段学习后，进行5分钟左右的手指操练习。这个时间不宜过长，以免造成手指疲劳，反而适得其反。适当的手指操时间能够有效地防止手指僵硬，增强手指的协调性。

另外，还必须注意手指的弯曲和伸展。手指操一般是指将手指弯曲、伸展，在一定的时间内反复操练。这样能够既避免手指挤压，又能够增加手指的灵敏度。经过一段时间的手指操练习，我发现我的手指更加柔韧了，刻意地进行伸展和弯曲也感觉更加自如。

最后，还有一个关键点就是正确的手指操方法。手指操虽然简单，但也有很多细节需要注意。一般来说，手指操主要分为握力、放松、沟通、灵敏四个部分。要注意每个部分的细节，如握力过大、握力过小、手指肌肉处于紧张状态等等。只有正确的手指操方法，才能够让手指健康发展。

总之，手指操对于学习非常重要，需要我们不断地坚持和操练。这样能够提高学习效率，有效防止手指僵硬，增强手指协调性。希望我的手指操体会能够对大家在学习和生活中有所启示，从而让我们能够更加健康、快乐地度过每一天。

天天向上的日记篇三

关键词：幼儿教师 提升 个人魅力

高个人魅力，现以下几个方面来谈谈自己的认识：

一、学识魅力是个人魅力的奠基石。

陶行知先生曾说过：“要想学生好学，必须先生好学，惟有学而不厌的先生，才能教出学而不厌的学生。”教师要教给幼儿丰富的、有用的科学知识，开阔他们的视野，发展他们的智力，培养他们的能力，自己必须具有真知灼见、真才实学，有高超的教学艺术和本领。因而，为了当好教师，首先要当勤奋的学生，树立终身学习的思想，“活到老，学到老”，虚心接受众家之长，不仅要掌握精深的本专业知识，还需要学习广博丰富的多种学科知识，汲取现代社会各方面的信息与成果，经常性地更新头脑中已有的知识，不断地激发和挖掘索取新知识的意识和能力，逐步实现自身知识结构的体系化、优质化、合理化，只有这样孜孜不倦地学习，才是保持知识长新、保证知识不竭的唯一办法，也只有这样自身从教的能力才会展现出永久的魅力和价值。

二、语言魅力是个人魅力的保障。

语言是教师传道、授业、解惑以及与学生交流、联络感情的重要工具。在幼儿园这个相对特殊的环境里，幼儿教师的语言又具有一定的特殊性，对幼儿的成长和发展起着非常重要的作用。幼儿教师的语言魅力就在于它是架起与幼儿相互沟通的桥梁，也是幼儿进入知识海洋的一把钥匙。它能够在活动过程中化深奥为浅显、化抽象为具体、化平淡为神奇，从而激发幼儿的学习兴趣，引起幼儿的注意力和求知欲，提高幼儿的审美能力，陶冶幼儿的情操。

2、幼儿教师的语言应体现人性化. 随着社会的发展和进步，

科学家、设计师都给房子、车、家具等等与人类生活密切相关的东西赋予了人性化的设计。作为人与人沟通的工具，语言的使用就更应该体现人性化的特点了。

3、幼儿教师的语言应做到艺术化. 幼儿教师面对的是一个特殊群体，幼儿的年龄、思想等特点决定了幼儿教师的语言四化。

a□“趣”化

就是要求教师的语言应具有激励性。鼓励和支持幼儿是幼儿学习和发展的重要前提，当幼儿遇到问题不能正确解决，感到灰心与无望时，教师就要帮助幼儿，用积极的语言引导幼儿去探索。如在进行科技活动时，经常会有幼儿不敢自己动手操作，总想依赖教师，这时教师就可以说：“你去尝试一下，失败了也没关系呀！”、“你试试看”、“再想想，就能想出来了。”、“这件事应该难不倒你的。”等等这样的语言来激励幼儿，这些语言对即将失去信心的幼儿来说，无疑是一种支持性的力量，可以成为幼儿解决问题的动力，坚定完成任务的信心。

c□“诗”化

幼儿年龄小，理解能力较弱，这就决定了教师在使用语言时应当避繁求简。教师在与幼儿交谈时应使用句法结构较为简短，词汇涉及的范围较小的语句。比如，当幼儿不愿意吃胡萝卜时，我们如果说：“胡萝卜里含有大量的胡萝卜素，可以转化成维生素a□给身体提供所需要的营养，预防各种疾病，提高免疫力，所以小朋友们都要吃胡萝卜。”这样的话孩子们很不容易理解，自然效果就会不尽如人意。但如果简单地说：“胡萝卜很有营养，吃了对小朋友的身体有好处。”我想孩子们应该会对胡萝卜有新的认识。因此，教师的语言应力求简单、平白，不使用让幼儿理解感到困难的长句、复合句、并列句或功能词等。

语言是一门具有无穷魅力的艺术，作为幼儿教师要在掌握规范化语言的基础上，做到人性化、艺术化。同时还要尽量扩大知识面，吸取世界各种语言的精华，掌握幼儿教育的规律和发展，不断搜集专业的信息，博采众长，提高自己的知识水平和专业素质，充分发挥语言的魅力，使天真无邪、纯真可爱的孩子们伴着我们的语言健康快乐地成长。

三、人格魅力是个人魅力的升华

在《当教师应具备的素养》一文中，作者指出，要成为优秀的教师首先必须具备独特的人格魅力。教师的人格是对学生无形而最有力的教育。人格魅力指一个人在性格、气质、能力、道德品质等方面具有的能吸引幼儿的力量。

a□优美高雅的风度。素质教育的实施对幼儿教师提出了更高的要求，就是教师要有良好的风度仪表。幼儿教师优美高雅风度的养成，首先要有高尚的思想情操修养。思想情操修养是教师完美形象的内在原因，也是根本原因，心灵美是风度的“灵魂”，外在风度是一个人德行的自然流露。一个光明磊落、心地善良、正直诚实的人，其风度自然是庄重、大方、优雅、从容。

子，一次次待以真情实意时，感情的河流就不仅朝着一个方向流动了，而当孩子受到感动、感染，就自然而然缩小了师幼间感情的距离，产生了对教师的亲近感和仰慕心理。在这种情况下孩子就会把教师当可信赖的人，愿意向她们吐露真情，自觉地接受教育和劝告，孩子对教师愈加信赖，教师的要求就愈加容易被孩子接受。教师只有诚心诚意的爱孩子，才能诲人不倦，教好孩子。著名教育家陶行知先生奉行“爱满天下”的宗旨与孩子打成一片，与他们同甘共苦，共患难。他认为：“我们深信师幼共同生活，共甘苦为最好的教育。”他再强调学生的可爱和关心学生的重要性，他曾提醒教师说：“你的鞭下有瓦特。”教育者要像爱迪生的母亲那样宽容爱迪生，在爱迪生被开除回家的时候把地下室让给他

做试验。

d□顽强的毅力和坚强的意志。教师的坚强意志是完成教育工作的必要条件，同时，教师的意志对幼儿素质的提高具有一定的教育意义。在困难面前能够百折不挠，知难而进，把培养幼儿作为一种神圣的事业。教师应认识到幼儿教育是一个长期的复杂的教育过程。在教育过程中不因幼儿暂时的退步而失去信心，也不因幼儿的反复而感到苦恼，而是千方百计想办法，倾注心血去关心、爱护每一孩子，发现孩子的身上的闪光点。教师还应懂得善于控制自己的情绪。以积极的情绪体验激发和感染幼儿。如果教师缺乏自制力，遇到不听话、调皮的幼儿就暴跳如雷，以粗暴的方式随意辱骂和斥责幼儿，这不仅会伤害幼儿的自尊而且会使矛盾激化，造成师幼之间的对立，在幼儿心中失去威信。教师的劳动是十分艰苦、复杂的，教师只有保持愉快平静的心境，才能给自己带来乐趣和幸福感，才能使幼儿产生一种愉快的感情体验，提高积极性。

四、个性魅力是个人魅力的体现

在日常的人际交往、学习生活中，我们会发现，个性的行为举止会令人难以忘怀；而有些人则很难给别人留下什么印象。有的人虽曾见过一面，却给别人留下长久的回忆；而有的人尽管长期与别人相处，却从未在人们的心目中掀起波澜。出现这种现象的原因就是个性魅力在起作用。个性对于一个人的活动、生活具有直接的影响，也会对幼儿的成长带来直接的影响。教育呼唤具有个性魅力的老师。“独立的人格，独立的个性，独创的精神”是未来一代生存的基本素质，个性孕育了创新，创新展示了个性，正如乌申斯基所说“在教育中，一切都应当说以个性为基础，只有个性才能影响个性的发展与定型，只有性格才能培养性格”

“教师是太阳底下最崇高的事业”，意在表达教育这一职业的无私和伟大。作为一名幼儿教师我必须好好学习天天向上

不断提升个人魅力，必须加强自己在学识、语言，人格，个性方面提升，这样才能适应教育事业的发展和教育改革的要求，才能成为一名既有献身精神、又有科学态度和勇于进取的高素质的现代型的幼儿教师。

参考资料：

- 1，胡锦涛总书记在全国优秀教师代表座谈会上的讲话；
- 2，广东省幼儿园教育指指南（试行）；

天天向上的日记篇四

天天向上手指操是一种适合各个年龄段、不受地点限制的健身操，它以简单自由的姿势和科学的锻炼方式，增强了人的手指灵活性和协调性。我自己也坚持了一段时间的练习，几番摸索总结出了自己的心得体会，希望能与大家分享。

第二段：体悟“以缓为快”

在手指操的练习过程中，有些人会出现“手指疼痛”和“手指抽筋”的问题，这可能是由于过度锻炼、姿势不正确导致的。这时候，应该不要以“快速进度”为重，而是要以“以缓为快”的态度来进行练习。一开始，可以选择相对简单的姿势和动作，逐渐增加难度，同时也要注意自己的手指状态，关注自己身体的信号，及时调整姿态。

第三段：悟出“有内在美”

手指操虽然看起来简单，只是五个指头的协调运动，但却堪比其他任何一种健身运动。练习手指操的过程中，切忌不要为了自己表面的“美”而勉强使出各种花样，要注意手指的内在美。也就是说，不要只看表面上的动作，而是要意识到每一个动作对手指的锻炼和协调的作用，从而更好的感受自

己的手指，增强自身的协同能力。

第四段：领悟“内外同修”

外在美和内在美是相辅相成的。在手指操的过程中，外在的美指的是姿态和动作的美感，但同时也要注意呼吸的协调和改善，提高全身的健康度。手指操的练习还能够帮助我们调节内心的情绪，消除身体紧张，增强身心健康。从而通过手指操的锻炼，实现内外合一的效果。

第五段：结语

在这个快节奏的生活中，对于健身和健康的需求越来越高，而手指操不同于其他任何一种运动，它的简单和自由给我们提供了一个有效的健身途径。同时，它也是一项十分适合多年龄段的练习，无论是长者还是少年，几乎每个人都能享受到手指操所带来的健康效益。希望大家在这个健康、科学的锻炼方式中坚持下去，养成健康习惯，提升身体素质，全面更好地保护自己。

天天向上的日记篇五

天天向上手指操是一种简单易学的健身操，它通过手指关节的运动，促进身体的血液循环，增强手指的灵活度和协调性，改善手部疲劳和酸痛感，对于长期使用电脑或手工劳动的人群，具有非常好的保健效果。本文将通过对于天天向上手指操的实践，探讨其对于身体和心理的益处。

第二段：介绍天天向上手指操的含义和基本方法

天天向上手指操是一种以手指关节为轴心运动的健身操，其基本方法为：将双手平放在桌面上或者腿上，先将大拇指、食指、中指、无名指、小指分别弯曲，再逆序放松，共做五次。接着将五个手指同时弯曲，再放松，同样重复五次。最

后做手指交叉动作，即使得食指和中指、无名指和小指分别靠拢并交叉，保持5秒钟后放松，重复五次。

第三段：阐述天天向上手指操对身体的益处

进行天天向上手指操有益于增加手指的灵活性和力量，提高手部协调性。此外，手指操还可以刺激手指血管的收缩和舒张，加速血液循环，有效缓解手部疲劳和酸痛感，促进手的正常功能。对于经常使用电脑或手工劳动的人群，进行手指操可以有效预防和改善腱鞘炎、关节炎等疾病。

第四段：探讨天天向上手指操对心理的影响

天天向上手指操在使用过程中，需要集中注意力，调整呼吸，腹式呼吸，有一定的冥想效果，能够缓解紧张情绪，帮助心灵放松，促进身心健康平衡。同样，手指操的反复活动也有一定的疗愈效果，可以让人放松心情，提高情绪稳定性，缓解轻度抑郁。

第五段：总结

以上是我对于天天向上手指操的实践和感悟，它简单易学，可掌握时间长短，适合不同的人群，能够促进身体和心理的健康发展。当然，天天向上手指操只是身心健康体系中的一个小小构成部分，对于健康生活，仍需要合理调节饮食，养成适量运动的习惯，保持心境开朗与积极。

天天向上的日记篇六

青春的梯。一步一阶，天天向上，我愿去探那千瓣之光的蕊心，擦亮阳光，擦亮生活。

青春的梯，第一阶：进取。

夜深之时，到万家灯火已灭之时，我便独自体会静夜的美。

墙头，总贴着偶像的海报，那是一张明媚的脸，阳光，乐观，积极向上，不会刻意地去欣赏帅哥美女，只为在困倦之时能提神。

喜欢他的外表背后的精神，看着那双清亮的眼眸，却一直看出了背后那不息的火把，熊熊燃烧，据了解，那是一个经历了百次千次写歌的歌手，在不断进取中有了隐忍的力量，每当注视她，似乎内心也燃起进去的光。他让我敬畏，令我进取，时间掠过的海报，已是微微泛黄，可惟独那双清亮的眼眸，那不含丝毫杂质的笑，不知疲倦，总能鼓舞我向上。

青春的梯，第二阶：希望。

希望是老师眼中的光芒，是父母头上希冀凝成的青丝，是一种热血的力量。

母亲每天都为我准备水果拼盘，火红的苹果，灿亮的橙，清香的柠檬，都独具芳香。每次端来，都令芬芳满室。而我总是会用细长的手臂揽住母亲温热的脖子，道一声谢谢，拿起一片片浓郁果香的水果，我总会说：它们都有各异的芬芳。母亲笑了。脸上绽放一轮皎洁的明月，说：“它们都是水果，却有各自的果香，同样，曾经的果树，也是浸透了奋斗的泪泉，结出果实的，细细品味，果实，都是树的心。”

原来如此，母亲用各异的水果告诉我信仰奋斗的力量，希冀美好明天，这正如天上的群星，在不同的各处，却拥有相同的蔚蓝，并终将一起闪耀，闪耀希望的光。

青春的梯，还有许多阶，只是青春，一直天天向上。

青春是什么？在我看来并不只是一杯醇厚极苦的黑咖啡，也并不只是香甜四溢的热牛奶，而是二者的混合，是水果各异

的清香承载着的希望，是他永远盈满阳光的笑容。

看血舞龙蛇，吐气成章；看山巅之上，绝美风光。那么，就让我的青春，熠熠闪光；就让我的青春天天向上！

天天向上的日记篇七

看着这本书的名字——《女孩天天向上》，应该是本可以给人带来非常轻松、非常乐观的心情的同时，打开人们心扉的书。当我读完它之后，的确受到了莫大的心灵震撼，但与此同时，还掠过了一丝淡淡的、不可名状的忧伤。

边边是个任性但又让人觉得喜欢的女孩。她做什么事几乎都是因为一个理由：“因为我喜欢”。

本来，女生边边的生活像个新鲜绚烂的游乐场，而边边就像一条无忧无虑、轻松快活的小鱼，爸爸边金寨尽全力满足女儿的要求，父女俩的生活充实而快乐。直到有一天，一顶像奇妙温润的云朵一样的帽子从天而降，让边边认识了帽子的主人——一个没有了山就不能活的攀登男孩春奇。边边爱上了那顶绣着daydayup的帽子，边边也爱上了登山。春奇让任性的边边的内心起了巨大的变化，从此脱胎换骨为爱天天向上。边边亦步亦趋沿着春奇的足迹孤单冒险。最终在玉珠峰失踪，春奇在茫茫雪原拼命寻找，他终于找到了边边，边边戴着春奇送她的daydayup帽子，安详的睡着了，像一朵美丽的云。

边边的任性与执着使她为爱天天向上，使她勇敢地去追求自己心中的渴望。与其说是边边爱上春奇，不如说是春奇打开了边边的生命，让边边从此daydayup□边边的勇敢是所有人想象不到的。或许我们生命中的一些擦肩而过，就是少了边边那样的勇气与执着。

边边勇于追求自己喜欢的一切，为了自己所爱的，她可以不

计成本付出一切代价，目的只有一个：自己不后悔。

我觉得，与边边相似的，还有《简爱》中的简爱。简爱与罗切斯特之间一波三折的爱情故事，塑造了一个出生低微、生活道路曲折，却始终坚持维护独立人格、追求个性自由、主张人生平等、不向人生低头的坚强女性。边边的任性，在简爱身上就体现成了坚贞不屈和追求自由的坚强性格。边边是另一个简爱；而简爱，也是另一个边边。

这不禁又让我想起了《红楼梦》里的贾宝玉和林黛玉，宝黛二人本在同一府中，比边边和春奇有更多可以倾尽心思的机会。但黛玉生性猜疑、孤高自许，再加上宝钗的金锁与宝玉的美玉相匹配，便又多思多想弄出了许多不必要的麻烦与误会。当遇到一些不顺心的事，黛玉并没有想到去克服，去追求自己所喜欢的，而是自己偷偷在屋子里抹眼泪。当黛玉听说宝玉要娶宝钗的时候，她并没有采取任何行动来挽救自己的感情，只是自己在潇湘馆内抹眼泪、生闷气，却不去追求自己想要的，直到自己焚稿断情离尘世。

而边边，这个任性而又勇敢的女孩，努力地、坚持不懈地去追求自己所爱的一切，她和黛玉，是两个极端。黛玉为宝玉流尽了自己一生的泪水，最终含恨死去；边边努力地去追求春奇，像春奇一样daydayup用尽最后一丝气力，倒在了自己努力向上的道路上。黛玉的生性多疑、孤高自许注定了她的悲惨，而边边的任性执着、敢于追求，使她的一生没有“后悔”二字。

我不知道春奇看到边边永远躺在雪地里时的'心情是什么样的，也不知道边金寨只怎么接受这个现实的。边边最大的心愿就是和春奇一起攀登，然后站在山顶唱歌。边边睡过去了，她真的变成了挥动翅膀的女孩。

辫子姐姐说：“十几岁的爱，是没理由的喜欢，没理由的开心，没理由的哭泣。它很浅，一眼能见到底。它很深，深到

你想象不到，只有你真的扎下去了才知道。”而扎下去是需要很多勇气和执着的，如果不勇敢，什么风景和美丽都看不到，就像登山一样。

站在广场的绿地上抬头看天，大大小小的风筝在风中飞舞。是风，把单薄无力的它们吹的生疼；亦是风，把单薄无力的它们送上美丽浩瀚的天空。他们痛并快乐着。就像边边为了春奇，也为了自己忽然找到的梦想，付出了所有勇气，选择了一件一点也不安全、一点也不简单、一点也不好玩、还可能是世界上最最自讨苦吃的事情去做。

天天向上的日记篇八

如果有人问我：“天天向上，做个好学生”是什么？我会回答：“是上课认真，积极举手发言，上下楼梯靠右走，坐车时给老人让座等等”。

有一天，我正在玩耍，前面有一个同学半蹲在那里，结果我压了上去，只见那位同学嚎啕大哭，结果我被陈老师批评了一顿，我趁机和那位同学说了对不起。

好学生做错了什么都要改正，把别人弄哭了要说对不起，多关照他人，让他人开心。

我记得还有一次，今年寒假最后一天，我哥哥没撞到那位车主，结果那位车主一直说撞到了，我很想下去叫他们不要吵了，但是呢，我不敢下去，下去的话会被他们骂。

天天向上，做个好学生是文明的一部分，但是也很宽敞，文明是生命中最重要。

天天向上，做个好学生，有些人爱打架，还有一些人爱跳楼梯，这些都是不文明的行为，我们要从行动中做起，去劝说他们，文明礼貌。

天天向上的日记篇九

在最近的一次天天向上课堂学习中，我深受启发和感动，收获颇丰。这次学习让我更加深入地理解到：从自己做起，每一个人都有责任为社会贡献自己的力量，实现自己的价值。以下是我对这次课堂学习的心得体会。

首先，天天向上节目所取得的成绩不仅在于为观众带来各种各样的乐趣和知识，更重要的是它弘扬了一种积极向上、勇攀高峰的精神，向我们展示了人生的无限可能性和追求梦想的勇气。

其次，在这次学习中我还收获了创新的重要性。“没有创新，就没有未来”，这句话深深地印刻在我的脑海中。只有具备创新精神的人才能不断发现问题、解决问题、推动事业不断发展，才能在激烈的竞争中脱颖而出，取得成功。

另外，我还体会到了平凡的力量。节目中的许多嘉宾都是平凡的人，但他们却具备了不平凡的品质：踏实肯干、乐观向上、勤奋努力，这些品质让他们在就业、创业、生活等方面都取得了应有的成就。

同时，我还收获了社会责任的重要性。每个人都应该肩负起对社会的责任，在个体发展与全社会利益之间做出正确的选择。在这个时代，一个人的成功只有与社会的发展和进步相联系，才能成为有价值的成功。因此，我们应该不断努力，搭建社会和谐桥梁。

何等的意义呀！大家为这个社会付出自己的一份力量，不断地实现自己的人生目标，让我们的社会越来越美好、幸福、和谐。”天天向上，向着蓝天！

天天向上的日记篇十

我是一名高中生，最近参加了一场“天天向上听课”活动，通过这次听课，我深刻地体会到了学习的乐趣、学习的重要性，同时也发现了自己的学习不足之处。

在这次听课中，我收获颇丰。首先，我认识到了学习是一种快乐，学习过程与成果都是值得珍惜和享受的。在过去的学习中，我往往因为考试成绩不理想而感到沮丧和焦虑，逐渐失去了学习的乐趣。但是，通过这次听课，我明白了学习应该是一种长期而有意义的追求，只有真正享受学习过程中的收获，才能更好地促进自己的成长。

其次，我感受到了知识的力量。听完专家讲解的知识点，我发现我对一些以前不理解或不熟练的知识点有了更深的了解，我也更明确我需要在哪些方面加强学习。通过这次听课，我认识到了知识的广度和深度，同时也明白了学习知识的重要性。

最后，我思考到了高考备考的重要性。高中三年的学习不仅是为了学习知识，更重要的是要为即将到来的高考做准备。从这次听课中，我了解到高考并不是一场简单的考试，而是考察学生的整体素质和能力，需要我们在平时的学习中发现问题及时发现、及时解决，同时，高考成绩不是唯一的考核标准，我们应该注重自身的发展和提升。

总之，通过这次听课，我体验到了学习的乐趣、知识的力量和高考备考的重要性。我相信，只要保持学习的积极性和态度，多动脑、多思考，就能够取得理想的成绩。

天天向上的日记篇十一

——彭阳初级中学副科干部张枫桐述职报告

县委考核组：

一．更新观念，提高认识，全面贯彻教育方针：

我认为要做好本职工作，必须有良好的职业道德和爱岗敬业的奉献精神，身体力行，奉献余热。

1．坚持学习党的各项方针政策，践行“三个代表”，通过学习不断提高自己的政治思想素质，与时俱进，不断创新，树立服务育人，管理育人的意识。

2．利用空余时间学习新课程标准，从而提高自己的业务水平，真正做一个懂教育、会管理的行家，正确指导教育教学工作，增强工作能力，提高工作效率。

3．关心同志，发挥了一个党员应有的模范带头作用，在“5.12”地震发生后，积极主动的向灾区人民奉献爱心，慷慨解囊捐款，交纳“特殊党费”，同时还主动的做宣传动员工作，我们起码还有安定的生活，舒适的家。灾区人民遭受地震无家可归，生活没有保障全校师生纷纷捐款奉献爱心，给灾区人民送去了温暖。

身在其位，尽自己所能，以良好的道德修养感化人，以勤奋敬业的精神鼓舞人，以灵活科学的方法指导管理工作，积极主动的协调好方方面面的关系。

二．身体力行，尽职尽责，搞好本职工作。

2004年3月任彭阳学区副主任，2004年底因乡镇撤并任太平学区副主任。这期间，我能认真履行自己的职责，积极推动创新教育和素质教育。

1．深入教学一线了解情况，研究教情和学情并和教师一起研究教学工作，适应当前教育教学工作的需要，立足现实，

树立质量强校意识，提出改革创新教育的新理念、新方法，全面提高教育教学质量。

2. 改善办学条件，任彭阳学区副主任时，面临柳咀小学校舍破烂不堪，夏川小学师生无厕所，学区办公房严重漏水的现状，四处奔波，多方争取资金，短短的六七个月时间，使柳咀小学盖起了6间砖木结构的教室，夏川小学修建了砖木结构的厕所9间，翻瓦了学区5间办公用房，为改善办学用房尽了自己的微薄之力。

3. 2004年底撤乡并镇，我又并入太平学区，能积极主动协助贾主任开展工作，服从工作安排，抓好德育工作、教学管理、教师队伍建设的的工作。深入个小学检查教学常规管理工作，危房排查改建工作和校园绿化等工作。每到一所学校我都能认真的调研，并为学校的教学管理和长远规划提出指导性的意见和建议，受到了学校领导的赞同。

4. 积极协助学区其他领导，抓好其他活动的落实以促进学校其他工作的正常开展。

5. 服从组织安排，曾多次被县教育局抽调到乡镇检查督导工作，自己毫无怨言，并能保质保量的完成上级分配的工作任务。

今年来自己尽管取得了一些成绩，但与上级的要求任有一定距离，还需不断的努力，身体力行，站好最后一班岗，为振兴基础教育事业再奉献自己的余热。