

落实阶段工作总结 阶段性工作总结(优秀7篇)

总结是对某一特定时间段内的学习和工作生活等表现情况加以回顾和分析的一种书面材料，它能够使头脑更加清醒，目标更加明确，让我们一起来学习写总结吧。写总结的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下我给大家整理了一些优质的总结范文，希望对大家能够有所帮助。

落实阶段工作总结 阶段性工作总结篇一

通过课题研究，不断地深入学习《数学课程标准》，深切领会其新教学理念，通览各种教育书刊，使自己的教育理念占领当今教育的制高点，教育科研站在时代的最前沿，深入学习并在教学中不断尝试、不断反思、不断升华，对教学内容、教学设计、教学过程、教学方法进行研究与不断改善。以探索出“小学数学课堂教学师生互动有效性”的实施策略，以此增强小学数学课堂教学的活力，提升教师自身的教育教学水平，带动我校数学教育教学水平的整体提高。在这个基础上，构建出小学数学课堂教学“师生互动有效性”教学策略。

课题组本着“一个勤于学习、善于反思的教师，一个善于把握教材的教师，一个在课堂上具备慧眼、慧心的教师才是一个真正教师”的这种想法，在学校搭建的平台中充分展示自己的研究所得，在所在的年组、学区中起到样板作用，多次做观摩课、引路课，并组织课题组教师参加各级教研活动，让优秀教师的教学风格、教学智慧深深地感染了我们，给每一位课题组成员深深启迪和震撼。有高度才有境界，学习给予的是思考的深度。通过不懈的学习，让教师对教学中产生的一些问题有更深一步的思考，改进了教师的教学行为，提高了数学活动的效度。同时号召课题组的老师积极参加和平教育园区网的博客建设，及时将自己的的教学反思和心得与全区的老师进行交流。

课题研究的落脚点是课堂教学实践。课题组的老师经常互相听课、评课，进行课堂教学研讨、教学设计、反思、教学案例、教学经验的交流，发现问题，调整实验计划和研究策略，提高课题研究工作的实效。每次活动做到有主题，有互动，有提升。

(1)08年3月初，和平区小学教研室来我校进行集体调研，课题组的老师做了观摩课。课堂上执教教师能对课改中师生角色进行了全新诠释，课堂上师生关系融洽，学生参与意识非常强烈，师生互动的有效性大大提高。通过开放日活动，展示了教师教学个性，验证了课题实验成果，提升了教师素质。

(2)发挥课题组成员在区域内的示范辐射作用，与园区内的小学建立帮扶关系。本学期与了四经一小学的骨干教师进行了一次教研活动，就新课程背景下“铅笔有多长”这节课教学如何把握展开热烈的讨论，这种面对面互动提高了研究、指导能力。

(3)积极参与各级学校校际研讨交流活动。

在全体教师的共同努力下，课题研究取得了一定的成果：

(1)创设问题情境，增加师生互动点的策略。因为有效的提问是师生互动的基础，创设特定的问题情境，可激发学生的学习兴趣，并使其主动参与教学过程中来。为达到这样的效果，问题设计有以下几个原则：问题要“精”，具有典型性；问题要“巧”，能深化主题；问题要“新”，能启发学生以新视角去观察、分析；问题要“活”，答案适度的开放性可引导学生的思维发散。

(2)发挥教师的人格魅力，增强情感互动的策略。课堂上教师以和蔼可亲的态度引发学生的情感来营造积极的思维状态，建立和谐、民主师生关系，课堂氛围更加融洽，激发了学生参与数学活动的积极性，学生敢想，敢说，敢做，数学学习

的有效性大大提高了。

(3)关注学生发展的层面，构建反思性互动的策略。有效的课堂不仅仅限于师生的互动，还在于生生的互动，它既可能是师生思维的冲突，也可能是师生思维过程的相互补充，在相互碰撞中，反思自己的思考方法，使学生在课堂中真正“活起来”。

课堂上教师注重数学活动的设计，注重和谐、民主师生关系的建立，激发了学生参与数学活动的积极性；教师注重数学活动内涵的挖掘，让学生充分地体验和探索，学生自主活动的时间和空间得到较大的拓展；教师讲究数学活动的组织策略，学生数学学习的有效性提高了。我们欣喜地看到，学生的数学活动质量、课堂生活状态发生较大的转变。学生的知识技能、学习方法和学习能力、学习态度和情感都得到和谐的发展。

课题研究在“成事成人”的核心价值观的指引下，努力为课题组成员营造发展的空间，促进成员的专业化发展，通过课题实验的的的实践和带动，涌现了一批诸如王菁、史红红、陈威、靳威等和平区的小数骨干教师。这些老师在学校、大园区，区内的各级观摩课上崭露头脚，成为和平区新生的教育力量！

年轻教师还需克服不敢放手，担心学生搅乱了自己的教学方案和教学流程，担心自己无法解答学生的“怪”问题而下不了台的这种想法。

有待研究问题：

- 1、如何更好诊断数学活动的有效度？
- 2、如何进一步丰富数学课堂师生互动有效化策略？

落实阶段工作总结 阶段性工作总结篇二

群文阅读这几年一直是一个很热的话题，各地学校、老师争先恐后地做群文阅读。我在实施学校推行的群文阅读教学中，一边做一边摸索，努力调整着，力争让群文阅读更好地服务于我的教学，服务于我的学生。

在刚接触群文阅读时，不知其为何物，如一般人所想，不过就是几篇课文放在一起学罢了，当时很是苦恼，烦心这群文阅读怎么来实施。传统教学模式下的语文教学，通常是字词句段篇章式的学习，往往一篇精读课文至少也需要两课时，一个单元要花上两周的时间。把几篇文章放在一起来讲，这看起来好像困难重重啊！

然而在进行了群文阅读通识培训，聆听了几位名师的群文阅读课之后，自己才逐渐明白过来，敢情这群文阅读不是简单地相加，不是一味地追求数量。一节语文课，传统的教学法中有听、说、读、写，面面俱到，围绕着一篇文章，学生与老师可以充分地进行交流学习，很可能得进行几轮的问与答，把某些问题弄得透彻，让学生一整节课看起来非常充实。但是就目前群文阅读推广者来看，这真的是浪费了许多时间，很可能文章中有价值的信息就那么一条，而我们需要花费大把的时间在细枝末节的问题设计与回答、课堂环节的来回转换之上了。

在一节群文阅读课中，我们要学习两三篇甚至更多的篇目时，四十分钟的课堂真的经不起我们在非重点问题上浪费时间了。新课程改革下的教学早已经把教师的“满堂灌”“一言堂”给摒弃了，取而代之的是把课堂还给学生，把主体地位还给学生，教师在课堂中起到引导、串连作用。这就意味着你不能按部就班地从字词开始学习，再由字词到句段、由结构到内容进行教学，你不可能面面俱到，你不可能步步扎实。群文阅读，教学目标一定要抓住重点，突出要点，把握难点，一定要有所舍弃。就像猴子下山一样，看见芝麻丢了西瓜，

到最后什么有用的都学不到。例如三年级下册第六组文章：太阳、月球之谜、我家跨上“信息高速公路”、果园机器人，我们可以选择“太阳”和“月球之谜”来进行一次群文阅读教学，就太阳和月亮的相关知识进行对比性学习。可以让学生用表格的形式来帮助学生更快理解太阳和月亮的知识，而不必在进行过多的讲解。

在我所观摩过的几节群文阅读教学示范课中，大多是一篇课内带多篇课外拓展的“一篇带多篇”模式，如蒋军晶的“创世神话”，由课内的“盘古开天地”引出世界起源之问，再比较阅读中国与其他国家的创世神话。

这样的模式对教师来说是一个极大的考验。因为我们要尽量选用多种文类的文本，包括丰富学生文学体验的文学类文本，例如神话、故事、寓言、散文、童话、诗歌、小说、传记，也包括为获取和使用信息的实用性文本，例新闻报道、说明书、广告、通告。我们还要尽量选用多种行文特色和叙事风格的作品。教材中的课文，主题是往往是明确的、正向的，意义是“显而易见”的，篇幅是有限制的，语言也是经过规范的，词语的选用是经过衡量的，这就是大家所说的“教材体”文章，而“群文阅读”，选文的自由度大大增加，选文应该努力保持原貌，不随意删、换、改，包括保留原文的文字风格，保留叙述的复杂性。

而现实中的教师要想做到这一点很难，于是乎，折中的一种方法产生了，我们在教学中结合语文教材的单元选材来进行二度整合，这样能保证教师对教材内容的整体把握，又能在推行群文阅读时兼顾学业考试的要求。教材一次次的更新，也是在不断地改进，其实教材中的单元模块已经有了“群文阅读”的各种“衣料”，我们只要依据课程标准，根据自己的需要来把这些“衣料”进行一番修饰，就能穿出时尚的色彩，就能做出“群文阅读”的样子。如三年级下册第一组的三篇课文两首古诗就可以以“感受大自然的美好”为主题，进行群文阅读，解决了“燕子、荷花、珍珠泉美在哪里？”

的问题，这组文章的学习已然达到目的。

做群文阅读需要一定的文本阅读理解基础，这对于小学低段学生来说是有一定难度的，所以在低段一定要慢打基础，不急于求成，哪怕一整册书只做成一个单元的群文阅读教学，也要让学生打好基础。在我看来，这基础就是表达与倾听。

低段教学中对于学生的训练以表达和倾听为主，锻炼学生独立思考的能力。孩子们往往是表达自己的感受，少注意或忽视其他人的感受。这一类孩子属于不懂得倾听的孩子。课堂并不是一个人或几个人来说就可以完成的课堂，它是需要表达和倾听同时存在的。如果课堂上只有表达，没有倾听，那么这种课堂只会是处于表面热闹的课堂，孩子们听不见其他人的感受，也无法让自己的感受更充实。这样慢慢地去训练表达与倾听，会在将来中段的学习中事半功倍。

总之，随着群文阅读的逐步推进，我们会遇到新的问题，同样我们也会有新的策略去应对，只要实实在在地去做，就一定能在自己的一片天地中有所收获。

落实阶段工作总结 阶段性工作总结篇三

县效能风暴行动协调推进领导小组办公室：

一、整改落实情况

（一）外部查找到的问题整改落实情况

人更好地掌握税收政策法规，帮助纳税人解决生产经营过程中的税收问题，提高他们的税法遵从度，取得了较好的效果。同时，朝那税务分局实行了边远山区即时上门服务制度和预约服务制度，将每月8号确定为税法宣传日，积极开展送税法进山区、进农户活动，并不定期举行税企联谊会、座谈会。

二、什字、朝那四个分局之间将现有人员重新进行了合理调整，将国税部门今年新录用的公务员分配至朝那分局锻炼工作，并提拔任命了一名副局长，增加了分局工作力量，提高了工作效能。

3. 充实配备办公设施，提高了工作效率。针对基层分局办公设施简陋、工作效率不高的问题，县局及时组织办公室、信息中心等部门对基层分局现有办公设施进行检查并造册登记，统计办公设备需求，集中统一采购一批电脑、打印机等办公设备并配发至基层分局，对计算机网络及办公软件进行升级改造，维修基层分局业务及办公用房，这些做法极大地提高了工作效率。

收征收管理法》和《纳税服务体系工作规范》，提高-干部职工依法严格按照程序办税的思想意识，另一方面通过优化办税工作流程，学习银行、电信等部门的先进做法和经验，并修订完善了办税服务绩效考核管理办法，通过按月检查、按季考核、明察暗访等形式，对干部的税务执法行为进行监督和约束，提高了办税服务科学化程度，受到了纳税人的一致好评。

（二）内部查找到的问题整改落实情况

针对个别干部学习态度不端正、学习意识不强，致使驾驭工作能力不强，不能更好地服务于日新月异的税收工作的问题，按照干部教育培训规划，县局制定了整改措施。一是确立了“适度超前发展”的全员终身学习教育目标，结合实际不断创新学习方法和激励机制，制定完善干部培训教育计划并建立学习档案。二是按照在岗人员知识结构层次，确定了各自的学习计划和奋斗目标，逐人签订了学习教育责任书。三是采取因材施教、岗位实地教授、结对帮扶等多种方式，及时联系订购学习资料，辅之以网络课件，以“每日一题、每周一课、每月一考”等多种学习形式，努力营造人人练“绝活”，个个学业务的良好氛围，全面提升干部的政治素

质和业务水平。

二、 建章立制情况

为了更好地解决国税部门工作效能方面存在的问题，促

使效能提升、作风转变，在这次效能风暴行动中，县局特别重视深挖根源、建章立制，从根本上消除体制障碍，堵塞制度漏洞，推动效能建设常态化。

（一）进一步健全监督机制，用制度保障各项整改措施的落实。在查找问题阶段，通过各种方式，县局征求社会各界的意见，查找自身在机关作风和效能建设方面存在的问题，对能够立即解决的问题即时整改，对条件不成熟无法立即整改的问题分析原因、研究提出整改措施、设定整改时限，明确整改责任单位和具体责任人。为保证整改措施落实到位，县局制定印发了《灵台县国家税务局效能风暴行动政风行风建设整改落实情况报告制度》和《灵台县国家税务局效能风暴行动政风行风建设整改落实情况督查制度》。进一步健全了监督机制，加强了督促检查，狠抓了各项规章制度和规定的落实。

《关于整改落实阶段工作总结的报告》全文内容当前网页未完全显示，剩余内容请访问下一页查看。

落实阶段工作总结 阶段性工作总结篇四

基础教育课程改革正在我校如火如荼地展开，“人人重视课改，个个参与课改”已成为学校上下对本次课改工作的共识。尤其是在七年级任教的教师更是投入钻研。近一年来，我校在新课程实施工作方面做了一下一些工作以及实施过程中的一点反思。

1、积极配合上级教育部门，安排新课程骨干教师培训，例如地理科的吕松洁老师，音乐科的潘文静老师以及历史科潘惠连参加省级的新课程骨干培训，安排了潘恩花、罗颂挹、易考龙等10位骨干教师参加市级的新课程培训，另外还安排了下学期参加新课程实施的教师共37人参加培训。

2、在校长室的重视下，本学期学校又购买了一批新课程有关课堂教学的案例，分别由教研组长带领观看、学习、讨论。学校还利用每周五的例会进行有关新课程的专题讲座，不断地向教师灌输新理念，让教师更新观念，改进教法，适应新课程。

3、由学校课件制作熟练的教师作为本校教师的老师，组织全体教师参加多媒体操作技术的培训，课件制作的培训。现在我校大部分教师都能用多媒体上课，有一半以上的教师能自己制作课件。

校本课程开发是基础教育课程改革的一块重要内容，为适应新课改的形势要求，在全校开展的校本课程有：语文方面的“诗词积累”、英语方面的“听说训练”、综合科方面的探究性学习、调整学生心理的心理健康教育……我校还在开设了足球、乒乓球、合唱、舞蹈，并以书法、绘画为特色的校本课程。上述课程的实施，对于满足发展学生的个性特长、提升教师的专业水平，促使学校办学特色的形成均起到了重大意义。

三、开展新课程课堂教学竞赛“教学能手、教坛新秀”评比活动

为了深化课堂教学改革，探索新的教学方法，研究新的课堂教学模式，提高教师教学水平，加大培养教师的力度，推动科研工作的发展。今学期在七年级举行“深入实践新课程，三尺讲台展风采”的教师课堂教学比赛。本次课堂教学比赛，要求教师要面向全体学生，更好地发挥教师引导、组织作用，

有效的实现师生互动；倡导并体现自主、合作、实践、探究等多元化的学习方式；突出“实”、“新”。“实”——扎扎实实，实事求是，重在实效；“新”——新观念、新策略，新教法，新手段。课堂教学竞赛分为初赛和决赛两个阶段，初赛阶段，人人登台，共评出11位教师参加决赛，经过四周的角逐，评出一等奖2人，二等奖3人，三等奖5人。

为了进一步加强我校师资队伍建设，培养、造就一批具有师德高尚、业务精通、科研能力强的优秀教师，全面提高教师队伍素质，推进我校素质教育持续发展，今年继续开展教坛新秀、教学能手的评选活动，诚心修订了评选方案，现正在实施中。

为了使新课程的实施能脚踏实地，一步一个脚印，学校要求，实验第一线的教师要做到每学期要有两个以上的书面总结或教学论文，或写出自己最得意的教学案例，并在全级教师会上交流，共同讨论，以达到共同进步。

备好课是上好课的前提，新课程的教案，绝非是以往只考虑怎样精心讲解和板书，考虑怎样用各种媒体作为教学手段和方法向学生传授知识，而要在熟悉教材，了解学生的基础上，从不同学生的“最近发展区”出发设计教学方案，将培养学生的创新精神和自主学习能力落实在多样化的学习活动之中。以上是我们对教师集体备课的总要求，各教研组每周一次，具体要求是教师先自备，教研组集中讨论，最后形成教案。

（一）课堂上您真的关注学生了吗

新课程提倡教育要面向全体学生，实现不同的人在教学上得到不同的发展。每次上完课，我们老师在说自己的教学设计时，都明显地表达了全面关注学生的愿望，从各个可能的环节来渗透过程和方法，情感、态度和价值观方面的发展。但是，在课堂现场实施的时候，我们教师仍然不自觉地把关注的焦点放在自己身上，这导致了教师在课堂上的紧张和压力。

例如，在学生分小组活动时，老师注意到，各个小组的学习进程出现差异，小组的讨论也非常激烈，他们甚至提出很多问题。这时，老师的第一个想法可能是：呀，我驾驭不了啦，会不会说我的课堂太乱了，而不是想，学生在做什么，他们的学习进行地怎么样了，他们需要什么，我得想办法帮助他们。如果老师能把关注的焦点放在学生身上，就会深入各个小组的讨论，了解他们的认知情况，从而灵活地组织下一个活动，紧张也将不复存在。

教师还应该特别注意关注全体学生。这就意味着以往被忽视的学生群体应该得到更多的关注。每堂课上，都会有一些非常积极的参与者，还会有一些被动的参与者，或者根本不参与的。我想我们教师要特别关注：那些没有参与的学生在干什么。他们是在认真的倾听、思考，还是神游在外，或者在很被动地接受。我们老师的任务就是帮助调动这些学生的积极性，并反思自己的教学设计；如何让更多的学生卷入到活跃的学习活动中来。

尽管在新课程理念上，教师都能够接受，但真正落实到课堂上，还是应该多想想，学生都在干什么，他们到底需要什么，我该怎么去做，更多地把关注点放在学生身上。

（二）知识是你直接“给”的，还是经过了真正的“引导”的

新课程把教学过程看成是师生交往、积极互动、共同发展的过程。学生的学习方式由被动的接受转为通过自主、合作、探索、实践等亲身体验的学习。

新课程渴望更多精彩的回答是从学生的嘴里说出来的。很可能，经过引导，学生仍然不能知道，但是，经过了引导和没有经过引导，在学生的脑子里留下的痕迹是不一样的。因为，学生经过了**自己的思考，哪怕一分钟，都是有效的。这就是“引导”的价值。“给”永远只能给死的知识，而“导”

却能激活活的源泉，关键在于怎么教，怎么去引导。

（三）您组织的小组合作学习是有效的吗

作为新课程倡导的三大学习方式之一，小组合作学习在形式上成为有别于传统教学的一个最明显的特征。它有力地挑战了教师“一言堂”的专制，同时首次在课堂上给了学生自主、合作的机会，目的是培养学生团体的合作和竞争意识。

在几乎所有的课堂上，我们都可以看到小组讨论式的合作学习。但在小组合作学习中，学习好的学生不会等其他学生发言，而是首先把自己的意见说出来，这样一来，那些学困生相当于走了个形式。是小组合作的实效性一直困扰着我们。

“新课程表面上难度是降低了，但是对老师来说，实际上变难了，对教师的要求非常高，老师必须是德才兼备，文武双全才行。”由此看来，新课程、新理念要我们做的事很还很多，要研讨的问题也很多，我们面临的是机遇和挑战，我们要引导、带领全体教师把课改扎扎实实的发展下去，真正做到关注每一位学生的发展。

落实阶段工作总结 阶段性工作总结篇五

xx营销部销售人员比较年青，工作上虽然充满干劲、有激情和一定的亲和力，但在经验上存在不足，尤其在处理突发事件和一些新问题上存在着较大的欠缺。通过前期的项目运作，销售人员从能力和对项目的理解上都有了很大的提高，今后会通过对销售人员的培训和内部的人员的调整来解决这一问题。

由于对甲方在企业品牌和楼盘品牌的运作思路上存在磨合，导致营销部的资源配置未能充分到位，通过前段工作紧锣密鼓的开展和双方不断的沟通和交流，这一问题已得到了解决。

由于协调不畅，营销部的很多工作都存在着拖沓、扯皮的现象，这一方面作为xx公司的领导，我有很大的责任。协调不畅或沟通不畅都会存在工作方向上大小不一致，久而久之双方会在思路和工作目标上产生很大的分歧，颇有些积重难返的感觉，好在知道了问题的严重性，我们正在积极着手这方面的工作，力求目标一致、简洁高效。

但在营销部工作的责、权方面仍存在着不明确的问题，我认为营销部的工作要有一定的权限，只履行销售程序，问题无论大小都要请示甲方，势必会造成效率低，对一些问题的把控上也会对销售带来负面影响，这样营销部工作就会很被动，建立一种责权明确、工作程序清晰的制度，是我们下一步工作的重中之重。

会议是一项很重要的工作环节和内容，但是无论我们公司内部的会议还是与开发公司的会议效果都不是很理想，这与我们公司在会议内容和会议的形式以及参加人员的安排上不明确是有关系的。现在我们想通过专题会议、领导层会议和大会议等不同的组织形式，有针对性的解决这一问题，另外可以不在会上提议的问题，我们会积极与开发公司在下面沟通好，这样会更有利于问题的解决。

前一阶段由于工作集中、紧迫，营销部在管理上也是就事论事，太多靠大家的自觉性来完成的，没有过多的靠规定制度来进行管理，这潜伏了很大的危机，有些人在思想上和行动上都存在了问题。以后我们会通过加强内部管理、完善管理制度和思想上多交流，了解真实想法来避免不利于双方合作和项目运作的事情发生。

以上只是粗略的工作总结，由于时间仓促会有很多不是之处，希望贵公司能给予指正，我们会予以极大的重视，并会及时解决，最后祝双方合作愉快、项目圆满成功。

落实阶段工作总结 阶段性工作总结篇六

一、加强理论学习，固牢政治思想基础

作为党的干部必须始终坚持思想的敏锐和先进。今年来，坚持学习马列主义、_思想、_理论和重要思想，认真领会精神实质，不断提高党性觉悟和政策理论水平，努力增强“立党为公、执政为民”的意识，进一步坚定了政治信念。及时了解和学习党和国家出台的一系列路线、方针和政策，紧跟形势更新思想，不断加强党性锻炼，不断加强世界观的改造，确保了在思想上、政治上与行动上始终同党中央坚持高度一致。进取参加委内组织的树立科学发展观、求真务实等各项学习，并结合工作和思想实际做好读书笔记，努力提高政治理论素养，增强工作的政策水平和思想上的政治敏锐性。

二、虚心好学，努力提高业务素质和技能

熟悉业务、掌握技能是综合部门的基本要求，也是完成好本职工作履行好职责的需要。对此，在思想上确立了刻苦钻研本职业务技能的决心。吃透上级精神，及时学习领会中央、省、市有关经济和社会发展的指示精神。注意收集各行信息，多方积累素材。研究国内外经济动态，较好地把握住了我市经济发展的大环境；进取参加国家发改委组织的国民经济分析与预测培训班和学习有关经济书籍，努力提高对经济的认知，增长经济头脑；经过工作或利用完全空余时间经常与各有关处室联系，更多地了解和熟悉方方面面的情景；进取主动地承担大小工作，在工作中注意做有心人，虚心请教领导和同志们，力求提高自身综合素质。半年来，经过勤奋好学、埋头苦干，工作本事有了明显提高，这为做好本职工作，履行好职责打下了基础。

三、勤恳、尽责，圆满完成各项工作任务

1、较好地完成了很多的文字材料工作。文字工作是十分清苦

的工作，但自我能够把整理材料作为熟悉工作业务、了解情景的重要环节，不畏辛苦，勤奋刻苦，经常加班加点，有时碰到涉及的情景不了解，组织材料困难，也能硬着头想方设法写好。经过不断地努力，能为单位出点微薄之力感到欣慰。今年来主要完成了一至四季度全市经济形势分析与提议，以及向市委、市政府领导的经济形势汇报稿；《上半年经济运行及调控提议的报告》；七月份向人大起草了《关于__市20__年国民经济和社会发展计划1-6月执行情景的报告》；结合贯彻落实国家、省宏观调控精神，完成了《关于贯彻落实中央宏观调控措施确保全市经济平稳协调快速发展的实施意见》，并以市委和市政府名义下发。

2、进取配合完成其它工作。对于《关于对今年经济形势的预计对明年国民经济和社会发展暨经济体制改革安排的意见》等多篇重要文稿同，也都主动参与并承担部分资料的写作，共同完成。在国民经济动员潜力调查工作中，与同志们协作共同完成上级要求的任务，得到省里的好评。

3、完成临时性和领导交办的各项工作任务。半年来，无论是各级领导交办的，还是一些临时性的工作任务，都能认真对待及时做好，按时按质完成。

四、严格要求，以己努力处处维护团体利益

今年来，能够始终以团体利益和荣誉为重，正确处理二者利益关系。进取参加委内组织的团体活动，异常是在行风整顿活动中，对己从严要求，自觉参加学习教育，提高行风自律意识。严格遵守各项规章制度，规范言行，努力树立良好的自身形象，点滴之处尽力呵护团体声誉。能够尊重领导，团结同志，在工作中支持、配合、团结协作，在相处中以诚相待，友善相处，融入团体，营造融洽氛围。

总之，在过去的半年里，经过勤奋，做了一些力所能及的工作，取得了一些成绩，但也存在一些问题，还需领导和同志

们予以指正，以便在今后的工作中加以克服和改正，更好地开展工作。

落实阶段工作总结 阶段性工作总结篇七

20xx年已过去大半，对我影响比较大的三项习惯：其一是运动，其二是阅读，其三是冥想。

先说说运动，最初想坚持运动的目的是为了训练出优美的线条，而是随着年龄的增长，觉得精力不足以支撑自己的工作和生活，经常在工作中会有疲劳的感觉，所以想通过一定量的运动来改善自己的状态，当精力不够时，发现自己也更容易起情绪，从2月12日开始运动，已连续完成xx7天的运动，不出意外以后会保持每天做一定量的运动，让这项习惯像刷牙和洗脸一样，融入自己的日常生活。

目前感觉精神状态非常好，整体看起来比之前也要瘦一些，工作和学习的注意力能明显感觉到比之前好很多，每天7个小时左右的睡眠基本可以满足全天的精力消耗(目前每天除了应付工作，还需要阅读，输出笔记，写公众号文章，而之前做完当天的工作就感觉很累)，相比之前白天浑浑噩噩的状态，得到了明显改善。

接着，来聊聊阅读的收获[]20xx年年初制定了全年精度12本书的阅读计划，过去9个月已完成9本书的精度，累计输出读书笔记447187个字，593页内容。

阅读的整体收获分为几个方面：

其次，是总结能力的提高，上面写的593页读书笔记，可能有人会好奇，怎么输出这么多笔记?这里面大部分是原书的精华部分，自己在阅读每本书的时候会制定每天的阅读的计划，也就是将大目标拆成小目标，每天仔细阅读书的一部分内容，摘取书中的精华内容及自己的感悟作为当天的读书笔记，读

完整本书以后，只需要回顾自己的读书笔记，就能对全书做总结，目前大概会花2-3个小时就能完成全书的总结。形式是把全书总结成一张图，以及相应的文字描述。

最后，是输出能力的提高，去年刚开始写读书笔记时，感觉输出500个字都非常吃力，经常需要花1个多小时才能完成读书笔记的输出，今年能做到1个小时就能完成1000-20xx字的阅读笔记输出。

思维能力，总结能力和输出能力，这三项能力正好在工作中每天都要使用，以前感觉上班的8个小时不够用，动不动就得“被迫”加班，现在工作基本不会加班，除非有临时紧急的事情需要处理。这样也让自己有了更多的时间来陪伴家人，与家人的关系也变得更和谐了。

第三个比较大的习惯——冥想，在没接触冥想之前，认为冥想非常神秘，听到他人聊冥想，就会投以崇拜、羡慕的眼神，今年自己开始陆续尝试了几种冥想，对冥想有了相对客观的认识，用白话说它就是精神的间歇性断食，现在每天各种公众号，短视频以及其他信息扑面而来，导致大脑每天输入的信息非常杂乱，而且非常碎片化，使得我们在这些信息的影响下很难安静下来思考问题，大脑中总是充斥着各类信息，冥想能很好的帮助我们识别大脑中的各类信息，让大脑能安静下来，从而让我们能更好的做决策。

目前我使用的冥想第一种是徒步冥想，每天大约做10-20分钟。第二种是超觉冥想，就是反复唱诵，在大脑中制造一种白噪声来掩盖自己的想法，我一般会反复唱诵心经。第三种是觉察冥想，通过观察自己的想法，意识到很多想法都来源于恐惧，通过对恐惧的观察，慢慢让自己的思路平静下来，比如自己正在刷牙，突然大脑中想到朋友让帮忙的一件事好像有风险，沿着这个念头下去就会让自己陷入恐惧中，而当自己觉察到这个念头后，就开始反问自己，现在正在刷牙，想这个问题能解决吗？要解决这个问题，找到朋友把事情的相关信

息梳理清楚，然后再做决策，而不用在现在刷牙的时候来空想这个问题，经过这样的方式，会把自己拉回到当下所做的事情中。目前还在刻意练习，现在基本是3-5分钟左右，能把自己拉回到当下。

冥想带给我最大的帮助就是自我情绪管理更好了，以前做事情经常着急，着急又容易出错，出错以后又回头来改正，浪费时间又浪费精力，还给他人的印象不好，现在遇到事情，能先把事情的各方面信息梳理清楚，然后再做决策，不会因为被别人催促，就会匆匆下决策。

获得收获的同时也意识到自己还有很多需要提升的方面，特别是在基础学科方面的阅读，查理芒格的100多个思维模型，绝大部分都是在基础学科里面提取的，现在我们人为的分了很多学科，导致我们在解决问题时，总感觉思维能力不够，因此20xx年决定开始挑战基础学科的阅读，目前计划是完成数学、物理、生物、逻辑、国学几个方面的阅读20xx年敢于做这方面的挑战也是因为今年花时间啃过大部头的书籍，发现目前自己的能力，可以来啃这些书。

《几何原本》欧几里得。

《牛津通识读本：数学》蒂莫西·高尔斯。

《数学之美》吴军。

《从一到无穷大》乔治·伽莫夫。

《微积分的力量》史蒂夫·斯托加茨。

《物种起源》达尔文。

1、阅读习惯的建立，很多时候自己之所以很难养成每天阅读的习惯，是因为没有人作为榜样和陪伴者，陪伴自己前行，

就像黑夜中行走，缺少陪伴者一样，面对前方的阅读之路会胆怯。

2、数学基础学科思维的建立，在我们一起共同阅读过程中，能构建属于我们自己的学科思维。

3、最新的互联网信息，包括文字和图片信息，在互联网上获取信息犹如大浪淘沙，因此需要做高质量的筛选，我会把每天筛选过的学习资料发在群里，供大家学习。

4、如果你愿意跟随一起运动和冥想，那么这两项也将是你一生宝贵的财富。

5、如果你够积极主动，相信你会收获比上面列的多得多的内容，因为积极主动来自我们的内在驱动，如果还像学生时代靠老师和考试逼着自己学习，我们也不会有太多的成长。

成年人的个人成长，需要我们积极主动的去突破自己，当我们不断突破自己时，也就给了孩子很好的榜样，在潜移默化的影响下，孩子也会逐步建立起一些良好的习惯，不仅解决了自身成长问题，顺带把陪伴、教育小孩的问题也解决了。