

最新拍摄日志意思 军训日志第天心得体会 (通用9篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

拍摄日志意思篇一

一眨眼为时五天的军训就结束了，留给我们的是苦、拉甜永恒的记忆。军训的结束并不代表磨练就结束了，路漫漫其修远兮，吾将上写而求索。

烈日当空，灼热的大地，阳光像火炉一样烤着我们。汗，不断地从脸颊流到衣领上，背上的汗水也如泉水一样“源源不断”，脚板也麻了，手臂也酸了，但我们并不在乎，因为这是锻炼的过程。这几天的“苦”让我们收获了一生中最重要的东西：强壮的体魄、顽强的意志、战胜困难的勇气。

这几天的军训，让我们明白团队的重要性。我们就好像一滴滴水，只有汇聚在一起，才能成江河，即使少了一滴也无法成功，千里之堤，溃于蚁穴。

在烈日的暴晒下，皮肤变黑了，但证明了一点：我成功了！在面对困难的时候，我并没有倒下，而是去挑战，直到成功的那一瞬间，6天的训练，只为这一刻！

“古之立大事者，不为超世之才，亦有坚忍不拔之志！”

拍摄日志意思篇二

三亚婚纱摄影拍摄技巧新的第一季

小编将会介绍一下拍摄中需要注意的那些事项，还有在一些景点的场景下面拍摄的时候怎么样设的出细节的婚纱照。拍摄技巧对于摄影师是一种运用手段，怎么的符合实际拍摄出好的婚纱照还需要多年经验的积累然后和整体形成一个共鸣，我们在拍摄的时候也要相互的配合，和团队一起来构建美好的婚纱照。

首先我们要明确一下拍摄婚纱照的流程，是由摄影师团队在外景中拍摄为主的，在三亚的外景中注意一下防晒的问题，三亚的外景其实没有大家想象的那么热，蓝天白云的天气反而是更容易记录画面感，在拍照的时候保持一个良好的自然状态，以便于摄影师团队来记录。准备一些必须携带的小物品在细节上面做好，防晒霜，防晒伞，还有一些小道具这类的都需要准备妥当，新人自己可以携带一些化妆品和补妆品，对于自己应该怎么化妆是最清楚不过了的，在拍照时候整理一下心情，面对镜头不紧张，保持一个良好的体力状态。渐入佳境，拍摄是一个外景比较累人的活儿，对于摄影师来说反而是不用担心的，多年的经验在三亚习惯了这种拍摄，能够稳定额的发挥自己的水准。对于新人来说，更多的是保持良好的状态面对镜头，自然微笑，自然的动作合适，强作欢颜就不好了。

拍摄技巧在外景中明显要比拍摄内景多了很多，因为外景的角度的不同，外景的拍摄是随着时间还有随着场景变化而变化的，如何掌握住这种变化并不是一成不变的摄影技巧可以做好，需要一个摄影师能够在每一个不同的场景中都能够发挥出自己的水平，在每一个细节上做到更好的效果。在外景拍摄的过程中，更多的是保持一个对于审美的追求，每个新人的穿着的婚纱，气质风格都不一样，胖的新娘需要用一些技巧拍摄来拍的瘦一点，气质温柔的新娘适合拍摄多一些

的唯美的画面，气质性高贵的新娘可以多用一些大气的镜头来记录。所以相机至少需要有配备三种不同类型的镜头，来保持对于各种不同的景点都能拍拍出三亚婚纱摄影的好效果。

三亚婚纱摄影拍摄技巧心得攻略第二季

三亚婚纱摄影拍摄技巧新的一种主要从大方面来介绍一下拍摄需要注意的那些事情还有一些拍摄的大技巧方面。这篇心得攻略主要以摄影师的角度来讲讲婚纱照应该怎么拍出不同风格的照片来符合不同气质的新娘，在拍摄的时候，外景不是一成不变的，正因为是在变化中，所产生的美感也是随着各种场景和天气的转化而变化着的，拍摄的气质风格也能够为大家带来各种不同的效果。

拍摄远景的婚纱照通常是从大气构图上面的角度来讲的，如果要拍出这种的大气效果，那么第一时间需要调换上远焦的镜头，镜头上面就属于硬件配备的问题了，婚纱店的配置相机一般都有配备这种超远型号的镜头，就算再很远的地方拍摄大气尝尽仍然能够不失去焦距，在整体拍照海景的时候，这是很有必要的。在拍照同时要保持身体重心的稳定性，特别是在拍元焦距的时候，细节上面可能会模糊，在没有模糊的情况下，进行角度和黄金比例的分割来拍到想要的效果。

拍摄近景的婚纱照，特写是一方面，特写在整体的情况中需要保持一个良好的审美视角，可以从个人的幸福元素的表情上面进行特写，也可以在衣服的一角，牵手的瞬间，送戒指等情节上面做一个特写，来拍摄出具有画面感的感觉，整体的环境配合细节，特写就把幸福浪漫的元素体现出来。想要拍好特写情节的近景，那么在观察方面是摄影师的必修课程，在特写的时候可以用黑白的镜头和富有动作性的镜头来展现一种动态的感觉，兼具复古的感觉，同时也可以艳丽色彩元素来突出画面的一种震撼感。

三亚婚纱摄影拍摄除了近景和远景两个基本点的拍摄之外，

还有一些特别的拍摄手法，拍摄海景大场面的时候不妨用鱼眼镜头来拍摄出弧形的整体效果，也可以用透视的方式来拍摄呈现在蓝天白云中的美妙感觉。

拍摄日志意思篇三

时光在，飞逝，转眼间六年过去了。我告别了快乐的小学生活，迎来了多彩的中学生活。中学第一课是军训。

“军训”是个毛骨悚然的词。为什么要军训？因为现在的学生都是娇生惯养的小皇帝小公主。军训可以增强我们的体质，培养我们吃苦耐劳的品质。接下来，我来说说我的军训生活。

军训的生活充满了起伏。军训的第一天，我穿着不合身的军装，拿着水杯和同学一起来到操场。操场上，烈日炎炎，大地烧烤，感觉像在蒸笼里。这时，我们迎来了人生中的第一位教官姚。

他把我们领到场地后，第一件事就是教我们站姿军姿。站姿是指人立正，抬头挺胸，双脚分开60度，身体微微前倾。刚开始还好，不是特别累，但是过了几分钟，脚开始发麻，汗水像珍珠一样往下滴。我正要用手擦掉，耳边传来姚教官凶狠而严厉的声音：“我坚持不了一会儿？不许动！”我一听，吓得缩回手，马上调整自己的军事姿势。

除了站在军姿上，教官还教我们敬礼，稍息。蹲姿，尤其是蹲姿，是一种惩罚姿势。下蹲姿势会让你下蹲后很快感到双脚无力无力。

军训生活既苦又甜。每天都吃甜甜的冰棍和美味的绿豆汤。课间休息的时候，教官也会给我们讲讲他们的生活。从和他们的对话中，我觉得教官在军营的生活也很辛苦。军人姿势不好的时候，他就用皮带抽，每天的训练也很辛苦，但是他们不抱怨，用牙齿坚持。我们，祖国的花朵，应该学习他们

不怕出汗，坚持不懈的作风和精神。有时候，教官会教我们唱军歌！

这是我的军训生活，证明了一句话：生活是有苦有乐的生活，生活只有打磨后才能大放异彩。不经历风雨怎么能看到彩虹？让我们成为一名勤奋的学生！

拍摄日志意思篇四

我参加了学校举办的科技实践活动，并且是由我来拍摄整个活动的过程。一直以来我对拍摄dv就很有兴趣，这回有机会可以表现一下了，老师把dv和说明书交到我手上让我先熟悉一下，然后会在整个过程指导我，看着这小小的dv心里还是有点紧张，害怕自己拍不好。老师就和我说不必担心，慢慢拍就可以了，不行可以多拍几次，后期再做剪辑。于是我也就放下心来专心研究dv了。

经过两周的练习，自己对拍摄有了些初步的想法，就约好了两个同学把定了拍摄时间也定下来了，结果到了拍摄当天，天气灰蒙蒙的，光线也不好，不是很适合拍摄，也就只有改时间再拍了。

老师和我说过，雨后的晴天拍摄最好，空气通透很多，所以我们都在等着这个雨后晴天的到来。又经过了一周，头一天晚上刚下过雨，第二天一早就出了太阳，空气也觉得特别清新，我和同学商量就定在今天拍摄了。

首先按照老师和我说过的思路，拍摄东西一定要有完整性，所以我就定了几个场景来拍摄，让拍摄出来的东西能连贯一些，不至于无头无尾的。

我安排两位同学坐在树荫下以聊天的形式开始故事，然后再一起走向实验室，再做实验。开始拍摄的时候，发现阳光总

是射在其中一位同学的脸上，一晃一晃的很是影响效果，加上我们也没有专业补光的灯光和反光板，就改成她们从走道慢慢走来，边走边聊天的形式来拍，刚开始拍第一段，有位同学有点紧张，忘词了，只能重新拍，光是第一段我拍了好几次，现在觉得摄影师也不是容易的事情啊，得有好大的耐心才行呢，在第二段重拍了第四次，才勉强算成功，然后就开始拍第二段，走进实验室的画面，这一段比较简单，不需要对白，只需要我拍的时候稳定就可以了，所以这段只拍了两次就拍完了。到了最关键的这一段，因为我也要参与实验，所以这一段只能用脚架把dv固定好，我把画面调好后就开始拍了，在这段里不好控制的就是画面里的人物位置，所以拍了几次都会有人物走出画面的镜头，还有一个难点就是没有拍到温度计和两种灯亮度的对比细节，所以细节画面是补拍的，温度计的参数也是按拍摄时的温度来拍，不然不准确了就不行了，经过几次被拍，镜头总算补完了，补拍完了镜头，最关键的就是把视频导入电脑去编辑了，这个我还真是没怎么接触过，只能请教老师和我一起制作。

老师在电脑上安装好adobe premiere软件，然后拉出一条线插在dv的一个小接口上，老师说这个叫做1394接口，要电脑安装有这种采集卡才可以连接dv把视频采集出来，然后再插入到视频编辑软件里编辑，剪掉一些不好的画面，加入字幕，音乐以及对画面色彩的调整等等。这个片我和老师一起做了几天才做出来，很是辛苦呢。

经过这次活动，对拍摄dv我学会以下几点：

当然，我也还只能算初学，在拍摄的路上还有很长的路要走，要多学习，多拍摄才能拍得更好，感谢老师给我这个学习的机会！

拍摄日志意思篇五

大学生通过实习才能认知社会中的优胜劣汰，培养竞争意识，才能在实习中了解用人单位的需求和要求。通过在工厂实习的这段时间，想必收获也很颇多的。那么，对于这段实习经历，你有哪些实习心得呢？你是否在找正准备撰写“化工厂实习日志心得体会”，下面小编收集了相关的素材，供大家写文参考！

一、坚持

我们不管到哪一家工厂，一开始工厂都不会给我们太多的工作，一般都是先对我们进行培训，让我们看，时间短的是几天，时间长的药几周，在这段时间里很多人会觉得无聊，没事可做，也学不到什么东西，便产生了离开的想法，但是这时你其实还没有真正接触到工厂的真正内涵，所以在这个时候我们必须要坚持，轻易放下只会让自己后悔。

二、勤动手

我们去工厂实习，工厂多数把我们当学生看，这段时期，工厂不会给我们重要的工作，能够又不想让我们闲着，因此，我们就应主动找一些事来做，从小事做起，刚开始也只有打杂，你没事就多动动手，这样工厂的同事才会更快的理解你，大家才能看到你的用心和潜力，接下来才会让你做一些重要的工作。

三、多听、多看、多想、多做、少说

我们到工厂实习以后，要明白自己能否胜任这份工作，关键是看你自己对待工作的态度，态度对了，即使自己以前没有学过的知识也能够在工作中逐渐掌握，态度不好，就算自己有知识基础也不会把工作做好，四少一多就是我的态度。我们刚开始实习或工作时，可能会搞不清楚自己该做些什么，

觉得压力很大，在工作过程中多看别人别人怎样做，多听别人怎样说，多想自己就应怎样做，然后自己动手去多做，光动嘴不动腿是不行的，所以我们今后不管干什么都要端正自己的态度，这样才能把事情做好。

四、少埋怨

有点人会觉得工厂那里不好那里不好，同事也不好相处，工作也不如意，经常埋怨，这样只会影响自己的工作情绪，不但做不好工作，还会增加自己的压力，所以，我们就应少埋怨，要看到工厂好的方面，对遇到的问题就应向办法去解决而不是去埋怨，这样才能持续工作的热情。

五、虚心学习

在工作过程中，我们会碰到很多问题，有的是我们懂得的，也有很多是我们不懂的，不懂的问题我们要虚心向同事或领导请教，当比二年教我们只是的时候，我们也就应虚心的理解，不能认为自己懂得一些知识就飘然然。

六、错不可怕，就怕一错再错

人无完人，每个人都有犯错的时候，工作中第一次做错不要紧，但也主动认识到自己为什么做错了，要怎样改，不能一而再，再而三的犯错。

七、自主学习

工作后不再像在学校学习那样，有老师，有作业，有考试，而是一切要字迹主动去学校去做，只要你想学习，学习的机会是有很多的。实习的时候，有比较多的休息时间，要利用好这些时间，少看一部小说，多了解一些感兴趣的知识。

八、团队精神

工作往往不是一个人的事情，是一个团队在完成一个项目，在工作的过程中如何持续和团队中其他同事的交流和沟通也是相当重要的。要有与别人沟通、交流的潜力以及与合作的潜力，合理的分工能够使大家在工作中各尽所长，团结合作，配合默契，共赴成功。个人想要获得好的业绩，务必牢记一个规则，我们永远不能将个人利益凌驾于团队利益之上，在团队工作中，会出此刻自己的协助下同时也从中受益的状况。反过来看，自己本身受益其中，这是保证自己成功的最重要的因素之一。

九、为人处事

作为学生应对的无非是同学、老师、家长，而工作后就要思考更为复杂的关系，无论是和同事还是领导，都要做到妥善处理，多沟通，并要设身处地地从对方的角度换位思考，而不是只思考自己的事。

经过这次实习，我从中学到了很多课本中没有的知识，在就业心态上也有很大改变，以前我总想找一份自己喜欢、专业对口的工作，可此刻我明白找工作很难，要准也对口更难，很多东西我们初到社会才接触，所以我此刻不能再像以前那样等待更好机会的到来，要建立起先就业再择业的就业观，要尽快丢掉对学校的依靠心理，学会在社会中独立，敢于参加社会竞争，敢于承受社会压力，使自己能够在社会上快速成长起来。在以后的学习生活中，我会谦虚谨慎，勤奋努力，加强修养，以更开阔的胸襟，更智慧的头脑，更高尚的品德服务社会。这次实习只是我人生中一个奋斗的起点，我也相信自己必须会以更加饱满的热情和决心投入到未来的工作当中去，相信自己必须能交出更加满意的答卷。

经过这次6周的工厂的实习，让我深深的认识到自己的不足，认识到自己的动手潜力相对较差，对机械过于陌生，过于恐惧，好像怕出啥事，不敢过多的接触它们。从这次实习中，让我越发感到要有所成功，就要自己亲自去做，亲自去总结

做的过程中所发生的种种困难，既要去分析，又要有坚强的毅力。使得无时无刻都要认为自己必须能够克服那些所谓的困难，要对机械的各种功能自己亲身去体验，亲身去操作，对机械的各种结构要有一个可知的了解，不要让自己经过一次实习之后却跟实习前没有什么两样。虽不要说是对它们运用自如，但至少对它们的功能以及结构要有一个大概的了解，大概的掌握。

从我们这一组做的机械作品来讲，说实话，做得相对来讲比较不如人意，没有到达要求，跟我们所看到的图纸能够说是大相径庭。然而值得我们那一组庆幸的是：我们“浪费”的材料能够说是让人“受不了”，没有哪一组能够与我们那一组相匹配，然而老师却并不明白。这其中所用的材料却是这其中的小部分，大概这样的结局就应是在加工之前没有对图纸做充分的分析，没有标明尺寸就“开工”了。从我们那一组2次制作的过程中我发现，我们那一组的人都有一种害怕把事情做坏的心里，有时候甚至有点依靠性。所以这个是比较不好的。在那里我们也克服了自己的心里。

在这期间我学到了好多东西，原本还以为搞机械这种东西很简单，只是摆弄机器罢了，没想到要做好还不容易。有时光是加工一个小零件就要好长一段时间，而且还不必须能做得十分精确，看来老师们说得很对，机械这种东西还就是越老学得越精。

从这次实习中，我感到做什么都务必做好充分的准备。对于3次的工件机械加工，要先做好合理的运算，不管是材料还是安排。无规矩不成方圆，没有一个合理的安排，成功能够算是天方夜谭，绝对无从谈起，准备就已经成功了一半，另一半就是动手去做。只有团结，只有具有团队精神，才能把图纸的产品合格的完成好。

在那里感谢这次我们的3位实习老师。你们辛苦了。谢谢你们为我们的付出的一切。真的很感谢你们。

我以后会更加努力去学习机械加工的知识，学习一些自己不明白，不了解的专业知识。

经过一天的工厂参观和实践，我真的是学到了很多很多课本以外的东西，真的是受益匪浅啊！

在这个过程中呢，我从无知到认知，再到深入了解，学会了很多很多东西，同时开始渐渐喜欢上了这个全新的专业，我感受到学习的过程才是最完美的。在实习生活中，每一天都会有新的体会、新的感触，感觉自己的各个方面每一天都在不同程度的提高，但最主要的就是工作潜力的提高。

下面就是我自己的一些小结和收获。

我一共总结出以下几点：

1、要学会坚持

无论到哪家工厂或者工厂实习，开始的时候都不会让我们做任何工作，而是观看学习，时间短的是几天，时间长的就是几周。所以这段时间，一般会感觉到无聊，无所事事，可能会萌生出离开的想法。但是这个时间是最重要的阶段，这个阶段我们会学到课本以外很多有用的东西，所以我们必须要学会坚持，坚持就是胜利！

2、要勤做事

我们到工厂或者工厂实习，一般不会给我们安排重要的事情去做。所以，此时我们会很闲，但是我们要主动找一些小事去做，无非是一些无关紧要的打杂，但就是透过勤快做事可能会引起领导的注意，不断获得领导的欣赏和信任，渐渐被安排做一些重要的事情，渐渐获得领导的重用！

3、多听、多看、多想、多做、多说

由于我们课本学到的只是一些理论知识，缺乏具体的时间操作，所以我们得虚心学习。多听别人的指导，多看别人的操作工序，多想自己如何下手，然后亲自动手多做，有不懂的地方向别人请教多说。只有这样，才会渐渐熟悉自己的工作，学会一身真正的本领！

4、要调整好心态

由于刚到一个新的环境，可能既不熟悉，又不适应，同时又可能因为环境的艰苦抱怨。这不但会影响自己的工作情绪，可能会做不好工作，同时也会增加自己的压力，甚至会影响到与同事的相处。所以，我们要调整好心态，处处看好的方面，摒弃坏的一面，这样才会对工作充满激情！

5、要虚心学习

由于对全新的工作，我们既不熟悉又不了解，所以刚刚开始从事起来有点困难。因此我们要虚心学习，不会的多多向领导和同事请教学习，当别人向我们请教的时候，我们也要虚心理解，共同探讨！

6、要尽量少犯错误

第一次工作的时候，难免会犯一些错误，但是我们要透过这次错误积累经验，吸取教训。第一次犯错误能够，如果再一次犯同样的错误就是不可取的了。所以，我们要谨慎、留意，尽量少犯错误！

接下来，就是我的一些收获了：

- 1、实习生活，学到了很多实践知识，同时进一步加深了对理论知识的理解，使理论知识和实践知识同时得到提高。

- 2、提高了自己的工作潜力，为就业和将来的工作带给了宝贵

的实际经验!

在实习的过程中，自己学到了许多原先在课本上学不到的东西，而且能够使自己更进一步接近社会，体会到市场跳动的脉搏，如果说在象牙塔是看市场，还是比较感性的话，那么当你身临企业，直接接触到企业的生产与销售的话，就理性得多。因为，在市场的竞争受市场竞争规则的约束，从采购、生产到销售都与市场有着千丝万缕的联系，如何规避风险，如何开拓市场，如何保证企业的生存发展，这一切的一切都是那么的现实。于是理性的决定就显得重要了。在企业的实习过程中，我发现了自己看问题的角度，思考问题的方式也逐渐开拓，这与实践密不可分，在实践过程中，我又一次感受充实，感受成长。

下面是本人对工作过程的一些总结及心得体会：

一、目的

透过安排到__车间进行实习，了解产品生产工艺流程、职能部门的设置及其职能，了解企业的内部控制。

二、流程

在这一个多月的时间里，下到生产车间后，先了解整个__生产的流程，从采购入库，到领料生产，到最后的成品入罐，对整个车间的生产活动有了基本认识，这对我们熟悉企业，进行实务操作打下良好基础。

其中，先前我们对__的生产几乎一无所知，但下到车间之后，我们不仅仅了解了生产流程，还进一步了解了__的生产工艺流程和用途，由于脂肪酸生产完后是直接用于工厂后面的扬子石化生产，所以每个月的生产有必须的额度，而且由于季节和温度等条件的限制，机器开工的时间长度及强度也有相关的规定，另外，对一些流水线的参观，也激发了我对如何

透过新流水线的建设，对降低生产成本的思考，于是，感受颇深的一点，要做一名合格的会计人员，对基本、基础的作业环节是要了解的，否则，很容易让理论脱离实践。

在熟悉了车间的生产流程后，工作人员拿了以前的交接班记录和中间产品申请单和报表等资料给我们看，在翻看这些资料的过程中，有不懂或弄不清楚的资料，用心向同事请教，在他们的耐心指导下，我们对车间的整个产品检验的程序方法有了必须上的认识。

由于化工生产是不间断的，所以车间生产务必时刻有人，车间的工作人员采取四班两倒(一天白班12小时一天晚班休两天)和常白班制度，我们车间有四个人(主任，工艺员，等)上长白班，其他人分成甲乙丙丁四个班四班两倒。

虽然我们没有正式分配，但我们都严格遵守车间的生产纪律，遇到不懂不明的地方都用心发问，以免造成安全事故，在车间里务必首先了解生产工艺流程，我们先查看了每个仪器和设备，并了解他们的名称和用途，遇到不懂的地方工艺员就跟我们耐心讲解，为了更好的工作，我们把工艺流程图画下来以便更好的熟悉工作环境，当然在化工生产中最重要的是安全，因此我们刚进车间时主任就给我们上了一堂安全教育课。

我们被安排在丙班和他们一齐倒班，这样我们能够亲自参与实际的生产中，下和但是，在日复一日的工作中，是否还能够透过一些技术手段，进一步提高工作效率。

三、生产工艺流程

脂肪酸的生产制造方法，由原料经水解反应生成粗脂肪酸和甘油水，生成的粗脂肪酸经蒸馏工艺构成成品，其特征是：所述的水解反应是原料经过两个以上的水解塔(25)，所述的水解塔(25)内采用导热油加热；所述的蒸馏工艺是先采用真空

蒸馏装置对脱气塔(27)内的粗脂肪酸先脱水脱气，再经过蒸馏，冷凝后即得成品。

从牲畜的脂肪中提取的脂肪酸，分为两种类型：一是可食用性牛羊油，另一种是非食用性牛羊油即工业牛羊油，一般有5个指标：ffa游离脂肪酸titre凝固点miu水分及杂质fac色度bleach漂白度(漂炼度)。

四、心得体会

总之，这次实习是有收获的，自己也有许多心得体会。首先，感受颇深的一点是，理论学习是业务实战的基础，但实际工作与理论的阐述又是多么的不同，在工作的闲暇之间，在同一些工作多年的会计人员的交谈中，深知，在工作岗位上，有着良好的业务潜力是基础潜力，但怎样处理好与同事的关系，为自己和他人的工作建立一个和谐的氛围，又是那么的重要，于是也就更能体会在企业中“人和万事兴”的要义。

其次，作为企业的一员，无论是其他工作人员，还是会计人员，在进行自身相对循环重复的工作中，不仅仅应持续工作的质量及效率，还应具备创新精神。西大农药厂，即将面临“改制”的调整，这就意味着该企业将面临由“校办”企业向“社会”企业的主角转换，先前所享有的一些优惠政策，将随着改制的完成而倾刻丧夫，这样，农药厂将更直接的面临市场激烈竞争，理解残酷的规则约束，为了企业的生存、发展，就得创新，以变求生存，用新促发展，西大农药厂在面临新一轮发展的时期，应鼓励员工大胆创新，为企业的发展用心献计献策。

拍摄日志意思篇六

儿科护理的特点是评估难度大、观察任务重、护理项目多、操作要求高。这就需要儿科护士具有扎实的专业护理知识并

付出更多的时间和精力护理患儿。课堂教学是护生获得专业知识的重要途径之一。如何充分发挥课堂教学的优势，提高儿科护理教学质量，培养实用型儿科护理人才，是儿科护理教学的主要任务。

1 儿科护理教学在临床护理中的地位儿科护理是护理专业重要的临床学科之一，其教学在护理教育中占有重要位置，不仅是帮助护生将课堂所学基础理论知识与临床护理实践紧密结合的关键环节，也是使护生具备专业技能、态度和行为的重要途径。

2 影响儿科护理教学质量的因素

2.1 学生素质低，学习目的不明确近年来，中职护理专业招收的主要是初中毕业生，绝大多数学生由于成绩不理想未能考上高中，加之年龄较小，进入卫校后，没有明确的学习目标。还有一部分学生迫于父母的压力而学习护理知识。有关资料显示，54.08%的中职护生听从父母意见而选择护理专业[1]，对学习毫无兴趣。

2.2 读书无用论影响缺乏学习动力随着我国劳动人事制度的改革和社会竞争的日益激烈，毕业生供大于求，就业形势严峻。大多数护生受传统观念影响，认为护士社会地位低，不受尊重，没有发展前途，护理工作只是简单的打针、输液，无形中对其造成负面影响[1]。有些学生意志薄弱，自觉性差，久而久之便产生厌学情绪，失去学习动力。

2.3 儿科护理教材内容枯燥，教学方法陈旧，学生缺乏学习热情儿科护理内容琐碎，数字多、公式多，理论性不强，缺乏系统性和逻辑性，加上课时少，以理论讲授为主，实践少，学生难以记忆和掌握相关知识。另外，有些教师教学方法陈旧，教学功底不扎实，业务水平不高，没有丰富的临床经验，难以激发学生的学习热情，影响教学质量。

3 提高儿科护理教学质量的措施

3.1 激发学生学习动机，帮助学生树立明确的学习目标学习动机是推动学习进步的强大力量。

因此，为了激发学生学习兴趣，使学生树立正确的学习目标，从临床实践出发，提出临床实际问题，在教学内容上下功夫，紧紧围绕教学大纲，根据临床需要、专业特点、生源等调整授课内容，删繁就简，打破教材常规，将抽象的知识形象化、枯燥的内容生动化，同时引入新知识、新技术，加大信息量，保持教学内容的先进性，降低学习难度，提高学生学习积极性，彻底改变“教得累，学得难”的局面，把学生由“要我学”的消极态度转变为“我要学”的积极态度。

3.2 不断探索新的、灵活的、有吸引力的教学方法由于儿科护理教师仍采用满堂灌的教学模式，师生互动性差，学生没有机会表达自己的观点，也无法及时将自己的疑惑传递给教师；教师无法及时了解学生学习中存在的问题，也无法及时为学生解惑。这就需要教师探索新的、灵活的、有吸引力的教学方法。根据不同教学内容，将多种教学方法(如问题式教学法、启发诱导法、案例法、互动式教学法、讨论法、自编歌诀法、图示法等)适时运用，从而活跃课堂气氛，增强师生互动，调动学生学习积极性，激发学生潜能，提高教学效果[2]。

3.3 充分运用现代化教学手段，优化课堂教学多媒体教学作为一种现代化教学手段，以其鲜明的教学特点、丰富的教学内容、形象生动的教学形式，突破了沿袭多年的“粉笔加黑板，教师一言堂”的传统教学模式，日益显示出优势[3]。在儿科护理教学中，应根据教学内容，适时运用多媒体课件，增强教学的直观性、生动性、简洁性，弥补单纯说教的不足，丰富教学内容，优化教学手段，开阔教学空间，拓宽学生视野，提高学生学习兴趣，缩短理论与临床的距离，增加单位时间内知识的输出量，提高教学效率，使学生在快乐、兴奋中接受知识。

3.4 改变单一的考试模式目前，许多学校的考试模式仍以闭卷考试为主，学期结束时进行一次期末考试。儿科护理是一门实践性很强的课程，考试涉及内容多、范围广，试题若只局限于教材中的基本理论知识和技能，则无法实现对学生学习过程及应用能力的全面考核。这就要求采用多元化考试模式，注重学生学习过程，把平时考核(如口试、随堂测验、单元测试、阶段性考试、实践操作、病例分析等)成绩按一定比例计入总成绩，以督促学生注重平时学习，培养学生分析、解决问题的能力。

拍摄日志意思篇七

短短的9天军训生活，增强了我们的组织纪律观念，让我们真正的放下了任性和自私，学会了谦让和宽容，最主要的是让我们明白了团结合作的力量是多么的强大。

站军姿、稍息、立正、向左转、向右、齐步、正步……平日看来最简单的动作竟然都有了那么多的规则。漫长的军姿、踢不完的正步、挨不完的训斥……使我们慢慢变的坚强起来。军训虽然短暂，但足以让我们体会到人生的路途中并非总是一帆风顺，时常会有荆棘存在，与坎坷同行。

教官对我们很严格，但也很关心我们。立正稍息我们练了很长时间，但也在无形中改掉了我喜欢驼背的毛病。所以当我觉得很苦很累时，当教官对我严格要求时，我振作起来，因为我知道教官也是这么苦出来的，他们付出同样甚至更多的汗水，我们这些小小的苦又算得了什么呢?我觉得自己应该做得更好，虽然我常会因为没有做好被批评，但只要是我努力做了，无论被批评还是被表扬都是值得的。

由于军训汇报表演要出一个军体拳方队，所以要挑选打拳打得比较好的出来组成军体拳方队。我有幸被选中到军体拳方队主练军体拳了。太阳很猛烈，练军体拳也很累，但是我没有退缩，每个动作我都很认真的去学习，有些打得不够好的

动作自己就多加训练，因为我们是经过教官挑选出来的，我们就必须做得更好。选人的时候，教官表明不想训练的可以马上提出离开，但是我没有提出，我认为我可以坚持，一定要做出一些成绩。

经过四天的刻苦训练，我们军体拳方队每个人都做得很好，打拳的时候基本能表齐排面。最终在28号上午的军训汇报表演上我们军体拳方队表演得很成功，最终获得了第三名。能获得这个荣誉与大家的努力是分不开的，更重要的是我们军体拳的教官林sir对我们严格要求，要不是他的严厉，我们也就拿不到这个荣誉了，在这里想说一声：教官，辛苦了！

军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。苏轼有句话：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。”这句话意思是成功的大门从来都是向意志坚强的人敞开的，甚至可以说是只向意志坚强的人敞开。

我们是生长在新世纪的一代，我们是幸福的，父母把我们从天真浪漫的童年时代小心翼翼地扶我们走过来，在温暖和无微不至的怀抱中，得到了严父的教诲和慈母的垂爱。对于我们已踏入青年的行列，有了独特的思维，完整的性格和较稳定的人生观，正缺乏一种对意志的考验。英国作家狄更斯说过：“顽强的毅力可以征服世界上的任何一座高峰。”军训好困难，困难是磨炼坚强意志的一块磨刀石，坚强的意志总是在困难的磨砺中培养起来的。

有人说：人生下来第一件事就是哭，没有笑的。上帝也许是不公平的，但他给了我们公平的时间和大脑；他注定人必须从苦到乐，不付出哪来的收获？正如农民种田一样，春天播种，然后要施肥、治虫等等，经过一系列苦活、累活之后，秋天才会有收获。所以，我们一定要不怕苦不怕累，只要能过去就能让自己受益一辈子。你努力了，你收获了，别人不能沾什么光，但你没有收获，别人就不会看得起你，你就会苦一辈子，所以我们一定要努力付出，付出越多就会有越多的收

获。所以军训虽苦，但收获是不可估量的，也能为我们在人生道路上打下良好的基础。

拍摄日志意思篇八

国培第三阶段的培训已经告一段落，虽然这次的培训持续了很长的时间，但专家们对各种知识的深入讲解让我获益匪浅，将会开启我教师生涯的新篇章。这次的培训让我对教师这份职业有了更深刻的理解，也让我学习到了更多的教育教学方面的理论知识。

首先，这次的培训让我对中国20世纪下半叶以来教育改革的历史有了更清楚的认识，从中理解到了教育的改革也是要求教师在教育教学上有所突破，有所创新。要求教师专业化。要具备教师职业道德的修养，并不断提高教师道德修养，要平等，友善的对待学生。对学生要有耐心和爱心。尽管我才踏入教师这个行业短短三年时间，我相信经过我自我的努力定能做一个好教师。

其次，自我的学习和工作态度更严谨了，真正体会到了学无止境。在这次的培训中我认真听讲，进取和同伴们探讨我在教学中存在的问题。在培训和探讨中我不断反思，认识到做为教师要不断学习，不断的提升自我的教学业务水平。把新知识，新的教育理念融入到教学过程中。

最终，更进一步明白了自我作为新时代教师的使命。伴随国家计划课程的改革，新的教育思想和理念以及现代教育技术走进课堂，应对一双双充满对知识渴求的眼睛，应对一个个充满朝气而富有思想的精灵，普通的说教已完全不能满足。主角的特殊性不容我们有半点的马虎或懈怠。经过本次培训，我明白了作为新时代的教师，要去学的，要去钻研的还很多，并且刻不容缓！培训给我们供给了一个很大的平台，也给我们指明了新的方向和奋斗的目标。我将重新对自我的主角定位，明白自我肩负的历史使命和职责，努力向前！

拍摄日志意思篇九

这是我们军训的第一天，我们抱着一颗好奇的心出发了。

等到了训练营的时候，我才发现这不是真正的军训，而是一次给我们当军人的体验。教官带着我们来到我们的宿舍时。我一看，心里很吃惊。屋内很大很空，没有什么布置，那脱落的墙皮让人感到很陈旧。上下床就在我们的眼前。床上只有三样东西：一个脏脏的枕头，一条好像从没洗过的垫子，一床厚厚的被子。让人晚上睡觉时，时不时有些阴森恐怖。

开始训练了，教官把我们的队形整理了一下。然后，军姿开始了。我现在才知道来这里不是来玩的，而是来训练的。

晚上九点五十了。我慌慌忙忙地去洗漱，赶在教官关灯前先睡了……