

# 交流工作评价 评审工作总结(实用7篇)

总结，是对前一阶段工作的经验、教训的分析研究，借此上升到理论的高度，并从中提炼出有规律性的东西，从而提高认识，以正确的认识来把握客观事物，更好地指导今后的实际工作。那关于总结格式是怎样的呢？而个人总结又该怎么写呢？下面是小编整理的个人今后的总结范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

## 交流工作评价 评审工作总结篇一

一、坚持认真备课，备课中我不仅备学生而且备教材备教法，根据教材内容及学生的实际，设计课的类型，拟定采用的教学方法，并对教学过程的程序及时间安排都作了详细的记录，认真写好教案。每一课都做到“有备而来”，每堂课都在课前做好充分的准备，并制作各种利于吸引学生注意力的有趣教具，课后及时对该课作出总结，写好教学后记，并认真按搜集每课书的知识要点，归纳成集。在工作中，“德高为师”在我心中根深蒂固，“为人师表”是我的行动指南，并时刻以《师德规范》这面镜子来要求自己。

二、努力增强我的上课技能，提高教学质量，使讲解清晰化，条理化，准确化，条理化，准确化，情感化，生动化，做到线索清晰，层次分明，言简意赅，深入浅出。在课堂上特别注意调动学生的积极性，加强师生交流，充分体现学生的主作用，让学生学得容易，学得轻松，学得愉快；注意精讲精练，在课堂上老师讲得尽量少，学生动口动手动脑尽量多；同时在每一堂课上都充分考虑每一个层次的学生学习需求和学习能力，让各个层次的学生都得到提高。现在学生普遍反映喜欢上英语课，就连以前极讨厌英语的学生都乐于上课了。

四、完善批改作业：布置作业做到精读精练。有针对性，有层次性。为了做到这点，我常常到各大书店去搜集资料，对

各种辅助资料进行筛选，力求每一次练习都起到最大的效果。同时对学生的作业批改及时、认真，分析并记录学生的。

作业情况，将他们在作业过程出现的问题作出分类总结，进行透切的评讲，并针对有关情况及时改进教学方法，做到有的放矢。

五、做好课后辅导工作，注意分层教学。在课后，为不同层次的学生进行相应的辅导。对后进生的辅导，并不限于学习知识性的辅导，而是通过各种途径激发他们的求知欲和上进心，让他们意识到学英语并不是一项任务，也不是一件痛苦的事情。而是充满乐趣的，从而自觉的把身心投入到学习中去。在此基础上，再教给他们学习的方法，提高他们的技能。并认真细致地做好查漏补缺工作。后进生通常存在很多知识断层，这些都是后进生转化过程中的拌脚石，在做好后进生的转化工作时，要特别注意给他们补课，把他们以前学习的知识断层补充完整，这样，他们就会学得轻松，进步也快，兴趣和求知欲也会随之增加。

六、积极推进素质教育。新课改提了的，要以提高学生素质教育为主导思想，为此，我在教学工作中并非只是传授知识，而是注意了学生能力的培养，把传授知识、技能和发展智力、能力结合起来，在知识层面上注入了思想情感教育的因素，发挥学生的创新意识和创新能力。让学生的各种素质都得到有效的发展和培养。

在教学工作中，我的努力得到了回报□20xx年6月我撰写的论文《如何使学生始终保持高涨的学习情绪》一文，荣获基础教育改革和发展论文评选活动二等奖;20xx年10月28日我的论文《到学生中去，和他们共同演绎课堂的精彩》一文在河北省教育厅主管的《阅读》期刊20xx年第10期上发表;20xx年5月10日我的《校园教研起波涛看我逐浪高——英语校本教研促我成长》经专家评审，被评为“全国教研成果二等奖”，并发表在《教学交流》杂志20xx年第5期，并聘为中国教育学

会成长研究会研究员[]20xx年6月12日我的绘画作品，在深州市教育局举办的“长明杯”迎奥运师生书画展活动中，荣获优秀奖;20xx年6月18日在深州市教育局举办的中小学教师评优课活动中，荣获一等奖[]20xx年9月27日被王家井镇教育委员会评为教学先进。成绩微不足道，只认为是对自己工作的一种肯定。成绩属于过去，明天任重而道远。我深深地懂得：一名新世纪的人民教师、人类灵魂的工程师，肩负着重大的历史使命和对未来的历史责任感。那一份份获奖证书是各级领导对我的激励，为了不辱使命，为了无愧自己的良新。

## 交流工作评价 评审工作总结篇二

新学期，新气象，一零级的新生们踏进大学，面对陌生的大学生活、学习，或多或少会感到困惑、迷茫。为了响应年级学习部的号召，帮助一零级新生明确自己的学习目标，提高学习积极性，本支部特此策划了此次新老生学习经验交流会活动。在本次交流会中，本支部学习优秀的代表们结合自己的亲身经历，系统地介绍了自己的学习经验，都着重强调学习态度的重要性，针对专业课的学习，各有特点。同时，支出应正确处理好学习与课余生活的关系，号召师弟师妹们在学习之余不忘广泛涉猎，全面提高个人素质。10级的师弟师妹热情高涨，也向师兄师姐请教了很多不懂的问题。活动后期，大多数的师弟师妹都表示在这次交流会中受益匪浅，向师兄师姐学习到很多宝贵的学习经验。整个活动中，师弟师妹们学到了很多，活动收到预期的效果。

通过举行这次学习经验交流会，不仅能让一零级新生们了解学校的学习氛围、进一步明确自己的学习目标，而且能给新生们提供更高效率的经验和方法，使新生们尽快适应大学生活，创造美好大学人生。同时，也起到促进新生与学长之间交流的作用，有利于在学院形成优良的学风。

### （一）成功之处：

本支部学习优秀的代表们结合自己的亲身经历，系统地介绍了自己的学习经验，以自己的鲜活事例，激励师弟师妹们提高自己的学习积极性。大多数师弟师妹们都表示获益匪浅。也进一步加强了与师弟师妹们沟通及交流，有利于在学院形成优良的学风。

## （二）不足之处：

自由提问环节，师弟师妹热情高涨，积极提问，导致开始是场面有点混乱。

在以后的活动中，考虑的事情时要更加周密一些，才能避免意外的发生。比如自由交流时的分组问题。

理论方面：利用十四运保电驻站和省公司技师培训时间主要围绕电力系统运行及故障分析、电力系统各元件序阻抗及其相应等值电路、电力系统横向短路故障分析等内容开展理论学习；针对之前学习过程中遗忘的理论基础知识和学习过程中混淆的概念进一步加深了理解和认识。

现场工作方面：5月份参加了330kv桥陵变新增两组110kv间隔保护验收、330kv高明变2号主变保护定检等现场工作。

保护定检是保护专业一项重要日常工作，此次定检的装置是rCS-978变压器保护装置、变压器保护装置NSR-378。通过参与定检工作掌握定检的一般基本流程如下：根据现场二次安全措施票完成安全措施，变压器保护屏的检查，外观及接线检查、屏柜及装置反措检查、绝缘检查、通电初步检查、逆变电源检查、交流量零漂及精度检查、开入开出检验、保护功能校验、保护通道检验、电流互感器检验、断路器端子箱检查、整组试验、恢复二次安全措施、工作终结、做记录、移交等内容。

通过现场学习，一方面掌握了其主要流程，另一方面认识到

影响此项工作安全的主要在于二次工作安全措施票执行及恢复，执行及恢复过程中尤为重要是检查所有出口压板退出、检修压板投入、打开启动母差失灵保护、解母差复压闭锁中间连片及内部线等措施。这些工作事关在运设备和电网的安全运行，必须一丝不苟的进行。

科技创新方面：5月份参与了刘泽辉创新团队的一部分内容，由我负责收线器项目的开展实施；目前已初步确定收线器项目的实施方案，下一步将根据设计方案进行收线器的制作，争取在7月底之前进行收线器的专利申请。

1、目前已掌握的知识未形成系统，对保护的理论知识和要点掌握仍然停留在碎片化，表面化阶段。

2、在现场工作中，不够深入，仍然没有能力独立承担工作，在随同出差时，未在工作中承担主要角色，只能从旁辅助。

3、自我学习不够，未能充分有效的利用下班时间和工作间隙时间，在现场工作过程中实际上浪费了大量间隙时间。

1、提升学习效率，充分有效利用各类间隙时间和碎片化时间进行学习。

2、利用好学习资源，积极向贾工等前辈请教各种疑惑，有针对性的构建系统的概念。

3、把握重点，梳理出自身的知识欠缺的地方，抓住重点，实现重点知识和技能的掌握方面的突破。

## 交流工作评价 评审工作总结篇三

做一名教师是我儿时的梦想，做一名魅力教师更是我长久的追求。自20xx年毕业至今，我踏上三尺讲台也已经是第九个年头了。我热爱这份平凡而伟大的工作，我更爱那些天真可

爱的孩子们。为了能给学生“一杯水”，一直以来我不断地给自己充电加油□20xx年取得体育中学二级教师资格，现已满5年。下面我就近5年来的工作作一简单总结。

## 一、政治思想。

作为一名普通的体育教师，我能全面贯彻党的教育方针，忠诚人民的教育事业，遵纪守法，教书育人，为人师表，认真履行岗位职责，有较强的事业心和责任感，做到了教书育人，为人师表，顾全大局，积极服从学校各种临时性工作的安排。

## 二、教育教学工作。

五年来我一直担任体育教学工作，在教育教学中我注重于对学生学习兴趣、能力和习惯的培养，坚信“良好的师生关系胜过许多教育”这句话，努力构建平等民主的师生关系。虽然有时不是班主任，我也非常注重对学生的养成教育，培养学生良好的行为习惯和道德品质，努力培养诚信自律、自信活泼的学生。关心每一个学生的身体与身心健康，爱护全体学生，平等、公正的对待学生，耐心教导，促进学生全面、主动、健康发展。

在平时的工作中，我积极向本教研组的老师学习，通过听课、请教，让我不断进步。其中每个学期，我都要上一节公开课。任现职以来，我在积极完成常规教学工作的同时，还认真做好课外体育训练工作，训练工作不仅耗精力还很耗时间，但是我能积极克服困难。其中在20xx年秋平湖市运动会上，我训练的集体项目获得了市第五名的好成绩□20xx年6月，我和郑老师合作训练的女篮获得了市比赛的第三名。

在完成平时的教学工作之余，我对教科研工作也非常重视。

教学论文《浅谈在小学体育教学中对学生创新能力的培养》一文荣获20xx学年平湖市论文评比三等奖。《小学体育课堂

评价语，让课堂充满活力》一文荣获20xx学年平湖市论文评比二等奖，《浅谈在小学体育教学中运用多媒体技术的尝试与实践》一文荣获20xx学年平湖市论文评比二等奖。

另外还有平湖市立项课题两个，其中课题《小学低段体育生活化教学的探究与实践》已于20xx年结题，并荣获平湖市第九届优秀教育研究成果三等奖。另有课题《小学低年级学生课间文明游戏的开发之研究》去年立项，研究已满一年，明年结题。

另有教学随笔《公开课之遐想》在20xx年平湖市教育博客征文中荣获优秀奖，并入编市新教育丛书。《怀想54》在20xx年嘉兴港区教育博客征文活动中荣获一等奖。《我的体育课，跟着奥运走》发表于《南湖晚报》20xx年9月17日刊，《没有游戏的童年是不快乐的》发表于《南湖晚报》20xx年12月15日刊。还有两篇文章分别在嘉兴港区管委会组织的两次主题征文活动中荣获优秀奖与三等奖。

在继续教育方面，我能积极参加素质提升工程与每年的暑期师德培训。另外20xx年，我通过考试取得了心理学证书。20xx年2月我取得了湖州师范学院的本科文凭。20xx年4月取得《计算机新三级》证书。

作为体育教师，我不仅要求学生积极锻炼，自己也经常参与各种体育活动。并且在20xx年平湖市第二届教职工运动会上代表本校获得了800米第三名，在20xx年乍浦镇首届运动会上，我代表教育系统获得了3000米第二名。

几年来，我在领导、同事们的关心帮助下获得了几个荣誉。20xx年度，被评为平湖市首届读书节“优秀辅导教师”；20xx年度，被评为“乍浦镇优秀团员”；同时在20xx年度，得益于学校整体新教育工作的突出成绩，我有幸作为平湖市新教育代表团的一员参加了江苏海门九届年会，同时被评

为“全国新教育实验优秀个人”荣誉称号。

以上是我任现职以来的工作总结，以后我会更加踏实地做好工作，为小学体育教学、也为百年乍小奉献自己的微薄之力。我将以一颗平常心来面对这次职务晋升，无论晋升结果如何，我都将一如既往地作好自己的本职工作，希望能得到大家更多的关心、指导和帮助，谢谢大家！

## 交流工作评价 评审工作总结篇四

入职以来，本人努力工作，勤奋学习本专业理论知识，由学校刚毕业的纯书生，成长为理论扎实，实践经验丰富的专业人才。成为值班长后，开始加强自己管理水平的提高，使自己成为德才兼备，专业技术与管理能力都具备的复合人才。

xx年，我结束了四年的学校生活，带着在学校受到的专业训练，来到青岛，来到这个面朝大海，春暖花开的地方。记得毕业典礼上，校长对我们语重心长的说“山东电校58年建校，为山东省电力系统培养了一万多名骨干人才。就是因为我们的学生到哪里都顶的起，扛得住，才为学校赢得巨大的声誉。”从那时起我就暗下决心，一定要用多学习，勤实践，争取早日成为公司的技术骨干，用专业的知识，可靠地技术，去证明自己。

来到公司时，是公司成立的第二年吧，记得当时供热规模很小，公司也只有两台锅炉。但公司离得气氛特别好，领导，同事都很照顾我们，也对我们寄托很大的希望。为了让我们学习更多的专业知识□xx年6月，公司安排我们去济南明水热电厂进行业务培训，主要是循环流化床锅炉的运行技术。明水热电是济南锅炉厂的培训基地，是中国第一批运行循环流化床锅炉的地方之一。

因为常年对外培训，明水热电建立了一套完整的锅炉理论和实践的培训制度。还有专门的业务人员给我们讲解理论知识，



我们还进入到真实的工作，参与到他们的运行中。给当时的我打下了良好的专业知识。为今后的实践工作打下基础。

在结束了三个月的培训，回青后，我有以极大地热情，投入到02-03采暖季的准备工作中，当时参与了所有锅炉，系统的前期准备工作，具体包括外网的注水，锅炉注水试压，锅炉的点火准备和辅机的试运行。

那年的冬天特别冷，我们却以极大地热情参与到供热运行中，当时主要还是学习阶段，但已经在师傅们的. 监督下进行辅机的巡检保养和锅炉正常情况下的调节操作。

懵懂的阶段很快就结束了，因为我们前期有很好的知识储备，进入到工作中，很快就适应了工作的节奏和基本的技术操作。

到03-04采暖季我们就可以独立进行很多工作了，那个采暖季我公司的三号锅炉投入运行，四号炉也在紧张建设中，所以三号路的试运调试我都参与其中，并从中学习到很多知识。

xx年，公司为了进一步提高供热运行水平，学习别人的运行技术和管理方法，组织我们去威海博通热电学习。来到威海后，我们也由当初的学习者，转变成交流者。威海的培训给我的地方时，我开始关注锅炉的磨损问题，并在培训终结中以很长篇幅，对循环流化床锅炉的磨损问题进行论述。包括了防磨机理，和如何在设计中有效地进行结构的安排布局。除此我还开始关注空预器的实效问题，对空预器的磨损，腐蚀问题开始了思考。

最近几年的经历证明了我那时的判断，由于锅炉的老化，省煤器，水冷壁爆管已经成为平稳运行的主要问题。而空预器也开始大修更换的阶段。

省煤器的爆管飞灰磨损是主要原因，而空预器的问题很大程度上是低温腐蚀，在以后的运行中也是我想要去研究解决的

问题。磨损，腐蚀不可避免，但我们要从技术上减缓这个过程。

到xx年，我就由副操升为锅炉主操，开始独立担当单台锅炉的运行任务，主操就要开始独立点停炉，并完成锅炉的重要操作。

xx年我公司50mw循环流化床锅炉建成，我当时也参与到调试试运中，因为我们的前四台锅炉是太原锅炉厂产的24mw的低温返料循环流化床锅炉。而5号炉是济南锅炉厂产的高温返料锅炉，我们没有运行经验。但我们还是依靠扎实的理论知识克服困难，顺利的点火成功，并成功度过那个采暖季。

在xx年11月份，我开始迎来新的挑战，成为运行丙班的值班长。这时的我，虽然专业知识已经成熟，理论知识也更加深入，却没有丝毫的管理经验。我开始由单纯的技术工作，向专业和管理工作转变。人都是有压力才有动力，有困难才有挑战。我开始觉得自己的知识开始不够了，以前负责单台锅炉运行，现在要位整个系统考虑。怎样保证系统的安全，经济，平稳运行。

我一直以来把“精进”作为我的座右铭，精进者，精益求精，积极进取。我希望自己在技术工作精益求精，在为人处事上积极进取。

## 交流工作评价 评审工作总结篇五

### 一、思想道德方面

积极参加各项政治学习活动，认真学习党的各项重大政治方针及政策战略，在政治上与党中央保持高度一致。坚决贯彻执行上级及学校的教育方针及部署，不断加强个人政治思想学习，增强党性修养。在对外国际合作与交往中，严守外事工作纪律和规定，以学校、教师、学生的利益为工作根本出

发点，开展学校的国际交流和港澳台工作。

充分发挥党员模范带头作用，工作负责、团结同事，树立正气，不计较个人得失。注重与各学院、部、处以及各相关合作机构的协调与沟通，积极发挥团队合作精神，高效完成各项工作。

## 二、廉洁自律情况

公务出访等工作中，严格依照各项规定予以实施，带头遵守廉洁自律的规定，奉行节约，反对铺张浪费。

## 三、履行管理岗位职责情况

### 1. 积极拓展与国外大学的合作

在巩固与原有海外大学合作关系的同时，积极拓展新的合作领域和新的合作院校，与美国、加拿大、德国、奥地利、法国、波兰、土耳其、爱尔兰、韩国、瑞典、新西兰等十余个国家和地区24所高校建立了联系，新增合作协议20份。

### 2. 精心安排外事接待和因公出访工作

共办理了教师39批87人次的出国出境手续，顺利完成了出国(境)手续的办理工作。本人接待来自美国、加拿大、英国、爱尔兰、澳大利亚、新西兰、瑞典、德国、法国奥地利、韩国等十四个国家和地区约59批，201人次来访。在做好接待工作的同时，宣传我校，提高我校在国外大学中的知晓度和认可度。

### 3. 积极支持学生出国学习和实习

通过与海外院校联合培养、校际交流、学生互换、实习见习等多种形式，为学生提供多样化的海外学习、实习渠道。

20xx年，我校派往海外院校学习、实习和培训的学生人数为238名，创历史新高，与上一年度相比增加了61.90%。

开发了匈牙利佩奇大学3+2项目、波兰格但斯克工业大学学期项目、爱尔兰塔拉理工学院项目、中国台湾大叶大学学期生项目、中国台湾静宜大学学期生项目、加入了美国迪斯尼旅游与休闲管理人才培训项目等8个学生项目。已筹备并将于明年实施美国密苏里大学2+2项目、土耳其学生暑期项目、加拿大圣力加学生暑期项目和加拿大汤姆逊访问学生项目等4个项目。

#### 4. 留学生工作

留学生管理和服务水平不断提高，留学生教育口碑逐步确立□  
20xx年我校长期外国留学生总数达到129人，其中，学历生67人，同比增长37%，学历生占外国留学生总数的52%；学历生生源国从9个增长到11个，增长22%；研究生留学生由4个增长到7个，增加75%。目前共有13个本科专业和4个研究生专业有外国留学生就读。

#### 5、外籍教师管理

共聘请外籍教师33人，其中长期外籍教师20名，短期外籍教师14名，这些外籍专家对学校的国际交流与合作起到了良好的桥梁和纽带作用。积极申报上海市“海外名师”项目，获批2项计算机专业一项(24万元)和食品工程专业一项(24万元)。

#### 6、参加上海教育博览会教育国际化展并获嘉奖

20xx年4月，参加20xx第十一届上海教育博览会教育国际化展我校展台围绕本届教博会“面向现代化、面向世界、面向未来”的主题，集中展示学校本科中外合作办学项目和中外合作办学机构的办学理念与特色，宣传了我校学生海外学习实习项目所取得的成绩，取得了良好的参展效果。我校展台

通过现场观众投票，荣获“20xx上海教育博览会教育国际化展优秀风采奖”。

## 7、举办“应看世界”第二届校园国际文化周

举办“应看世界”第二届校园国际文化周。文化周系列活动从11月27日正式开始，活动内容丰富、形式多样，包括有外事礼品创意作品展、教育讲坛、学生海外学习实习成果汇报会和中外学生联谊会。校园国际文化周将世界带到校园，增强校园国际化氛围。

## 四、参加教育培训情况

利用文件资料及各种传媒认真学习中央文件和国家政策法规，积极参加两级中心组学习及各类培训，明确思想工作的主旨方向，努力提高自己的政治思想水平，掌握外事政策。特别是在干部讲坛的学习过程中，加强了党性修养；在党的群众路线教育实践活动中，明确了宗旨意识；在管理实践中、在领导的引导帮助下，自身的理论认知和运用水平得到了进一步丰富和提升，岗位意识和责任意识进一步增强。

今后我要进一步加强理论学习和业务学习，在领导的支持和老师们的帮助下，一如既往的努力工作，为完成我校的历史性任务做出自己应有的贡献。

## 交流工作评价 评审工作总结篇六

城乡教师交流是促进教育教学、教育科研改革的一项重要举措。这项活动的开展，有利于提高教师的综合能力，有利于相互取长补短，特别是对于教育教学、教研教改工作的推进，起到不可估量的重要作用。今年是城乡教师交流活动的第一年，我们还没有成功的经验，需要我们在实际的工作中，不断总结，不断改进，不断完善。

## 一、我校出外交流教师的基本情况

我校的交流学校是郑州103中学。在这一学年中，我校选派语文科教师冯智闯，政治科教师司红军两位老师，他们都是青年教师有很大的发展潜力，可塑性很强。学校交给他们的任务是：到103中学去参加教学实践活动，积极参加教研教改，虚心学习他们先进的教育思想和教学方法，把自己锻炼成为科研型教师。一年后回到学校，把学到的宝贵的教育教学经验，传授给我校教师。前不久，我校领导专程到103中学看望了这两位老师，听取他们的学习和生活情况的汇报，也听取的103中学的领导对他们在那里教学、学习、生活情况的说明，双方达成共识都比较满意。收到了良好的效果。

## 二、郑州103中学教师到我校支教情况

郑州103中学共派出4名教师到我校支教，给我们传经送宝。其中有政治科教师邱建华，语文科教师李丽颖，英语科教师徐永梅和李芳芳。他们来我校任教都是专业对口。来我校之后，每人首先作了一节公开课，我们要求同学科教师参加听课评课，大家评价很好，从中学到了不同的教学风格和教学方法，他们参加我校的教研活动，学习我校的成功经验，传授他们的教研教改经验，针对实际提出合理化建议。他们参加集体备课，把自己掌握的先进备课方法和经验传授给我校教师。

在平时的上课中，与我校教师随时交流教学心得，随堂听课评课。学校还不定期组织支教教师，举行公开课，教研课，双方切磋交流，相互取长补短，效果很好。我们还召集支教教师座谈会，听取他们对工作、学习、教研，生活等方面的感受。在工作方面，他们深有感触的说，农村中学教师的工资低，生活艰苦，但很敬业、奉献精神很强，农村学校教师的奉献精神和敬业态度很值得我们学习。我们也从这里学到很多不同的教学风格和教学方法，进一步充实了自己，在艰苦的环境中锻炼了自己。

通过城乡教师交流，对教育教学起到很好的促进作用。这是一种先进教育思想，先进教学方法的交流，是先进教研方式的有机结合，这种交流使双方教师相互学习、取长补短、共同提高，对于教育事业起着重要的推动作用。

城乡教师交流，是一件新生事物，没有成功的经验，因此，在今后的工作中，我们还要不断总结经验，不断改进，不断创新，使其在今后的教育教学，教研教改中发挥更大更好的作用，促进教育事业不断向前发展。

## 交流工作评价 评审工作总结篇七

我自20xx年参加工作以来，一直坚持党的四项基本原则，贯彻执行党在新时期下关于素质教育的方针政策，着力于培养学生的创新能力，既教书又育人。在工作中，不怕困难，勇挑重担，顽强拼搏，敢于创新，在教育教学方面取得了一定的成绩。

### 一、政治表现

本人坚决拥护中国共产党的领导，坚持走社会主义道路，热爱祖国和人民，关心国家大事。经常收看中央新闻联播，并鼓励学生多看新闻节目，及时了解国内外大事。每年订阅大量的报刊杂志，每期做政治学习笔记上万字，热心教育事业，安心教育工作。尽管从事教师这一职业，就意味一生清贫，两袖清风，但仍然无怨无悔。能为社会主义建设出力，输送一批又一批有用人才，能桃李满天下，便是本人此生对教育事业的不懈追求。

### 二、学识水平

我在平时休息时，仍坚持随时充电，补充因社会和科技发展出现的新的教学方式方法。订阅了与教学密切相关的教学类图书和期刊，对外文期刊略有涉猎。

作为中学教师，我从计算机网络化和信息高速公路获取了资源丰富的知识信息，有选择性地有效利用知识。把计算机检索作为当前检索信息最重要的途径和工具，大大增加了我在短时间内获取有用知识信息的可能性。

因此，我积极参加各种层次的知识性培训，学历培训、继续教育、网络学习等，特别是今年到北京师范大学参加了“国培计划”义务教育骨干教师远程培训项目学习。在再学习和培训中学习系统的教育教学理论，了解教育发展的时代脉搏，从而增加综合知识储备，提升学识水平。只有这样，才能有充分的准备去从事中学教学工作。

### 三、业务能力

本人于20xx年6月毕业于怀化师专体育系，随之任教初中体育，因此具有比较扎实的教育教学基础和专业知知识。在教育教学中，能掌握教学大纲，吃透教材，切实把握好各章节的重难点。同时，订阅大量的专业报刊杂志。如：《中国学校体育》、《田径》等，并坚持做业务学习笔记，为不断提高自己的专业水平，我参加了体育教育(本科段)的自学考试，已获得本科文凭，我还积极参加听课、评课等教研活动，以求取长补短，使自己的业务水平得以不断提高。

本人更注重如何提高课堂四十分钟的效率。为此，根据中学生好奇、好动、好玩和好胜等心理特点及思维发展的一般规律，结合本校的实际情况，不断地探索和尝试新的教学方法。采用多种形式来吸引学生们的注意力，促使学生的思维中心兴奋，激发学习兴趣。这样，既活跃了课堂，也使学生在轻松愉快的氛围中乐于学习和易于接受新的体育知识和运动技能，取得较好的教学效果。

本人在教育教学中着重培养学生的终身体育习惯，重点将在生活中运用到的动作技术、技能传授给学生，增加了课课练，让学生每堂课出汗。同时将生活中进行自我保护的内容作为



一个主要方面进行教学，使学生能在学习中和生活中学以致用。例如：在给学生们讲解了急性扭伤的处理方法后，在篮球场上打球的学生们在脚扭伤后不再用手去揉，而是立即被抬到水龙头边，用冷水冲淋。

#### 四、工作实绩

20xx年度，我独立完成了八年级的体育教学。根据国家学生体质健康标准对学生进行了测试，学生95%都能达标，优秀率也高达80%以上，同时抓好课外体育活动和课余运动训练。每天坚持出操，以身作则，抓好早操和大课间活动，把好质量关。协助学校举办校篮球赛、广播体操比赛及每年都举办一次田径运动会和各种趣味比赛。认真组织全校的裁判工作，使比赛有条不紊地开展，既丰富了学生的课外生活，又使其身心得到了锻炼。作为学校田径队教练的本人，以身作则，兢兢业业，尽职尽责，带动整个田径队按计划积极训练，不怕苦，不怕累，使队员的身心得到全面发展，提高了运动竞技水平，专项运动成绩逐年提高。