

厨房个人工作总结与计划(通用5篇)

在现实生活中，我们常常会面临各种变化和不确定性。计划可以帮助我们应对这些变化和不确定性，使我们能够更好地适应环境和情况的变化。我们该怎么拟定计划呢？下面是我给大家整理的计划范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

厨房个人工作总结与计划篇一

地酒店。故创造性和特色性在20____年的餐饮经营中仍然极其重要，酒店餐饮部要形成自己的经营主题和特色，树立自己良好的企业形象和行业品牌。20____是面向市场、不断进取、建立和打造品牌的时候。在这新的年度开始之际，我们的经营务必要立足于开拓进取、勇于创新，不断总结经验，向着创造优质产品、满足顾客需求、创造餐饮名品精品企业方向去努力。

目标计划分解：

1、出品创新：针对中央的八项规定，对餐饮业的直接影响，尤其是像我们这样的中高端酒店损失惨重，同时，这次规定也预示着餐饮业可能要重新定位自己，谋求变革以求发展。

首先要有一个虚心好学的良好心态，多走出去学习，多问多学，及时了解本地市场动态，融会贯通，吸收各家之长。这样有利于吸引更多顾客或特定顾客，有利于进行新的市场扩张，有利于降低产品成本、提高利润率，有利于超越竞争对手，有利于增加产品的文化内涵，提升产品竞争力。

3、：每天上午10:30前厅后厨负责人及骨干定时进行沽清单、预订及重要接待进行细节完善，对每天的急推、特别介绍环节沟通到位，对每天餐标安排、套餐的沟通加强。及时地加

强对客人反馈信息的正确对待、重视，并以高效的工作效率，良好的心态，虚心的态度不断提升菜品质量，针对上菜快慢、顺序严格把关。

4、能源节约：对每天的水、电、气使用严格合理使用，温缸满水后及时关闭水龙头，菜品走完后立即关闭天然气阀门，人走后及时断电，定时定人准时检查并开关各种开关设备。

5、成本控制：对原材料合理使用，做到物尽其用，量化出品，标准走单，把好验货关，严格杜绝变质变味的食品流入餐厅，协调各菜系对原材料相互配合使用。做好原材料的粗加工，提高出货率，降低成本。专人负责，做好原材料的储存保管工作，这是控制成本的重中之重。

6、设施、设备的安全使用：加强和工程部沟通，定期对设施设备的保养、保修，正确安全使用操作使用设施、设备，下班前全面检查一遍，做到万无一失。

7、厨房五常化管理：运用“五常法”管理对厨房的安全、卫生、品质、效率、形象等进行科学有效地提升，生产高品质产品、提供高品质服务、杜绝或减少浪费、提高企业效率、树立企业形象。

8、厨房消防安全：电器、天然气、水等设备，做到责任到人，要坚决克服麻痹思想和侥幸心理，始终保持着如履薄冰的危机感和紧迫感，警钟常鸣，切实做好安全生产工作。

9、婚宴旺季：在五一，十一两个婚宴旺季期间，我们要有针对性的菜品营销计划，切实做好婚宴包桌质量，做到经济实惠，传统与创新相结合，让宾客感受到我们酒店高档大气的同时，享受到别具特色的美味佳肴。同时，充分利用包桌来宾人数众多的特征，在菜品上赢得宾客的好评，也是对我们酒店品牌最有力的一次宣传机会。

10、忠诚企业：学会发现美好，学会珍惜现在，学会感恩。人生道路上，风和日丽的日子会有，风风雨雨的日子同样也会有，只要能学会发现，学会珍惜，学会感恩，美好的生活就在身边。生活中并不缺少美，缺少的是发现美的眼睛和心灵。

工作中也是如此，也许我们会抱怨工作的繁重，也许我们会抱怨薪水的多少，也许我们会抱怨工作环境，也许我们会抱怨同事关系的冷漠，停止抱怨吧！至少我们还有一份工作！

比起那些失业下岗的人们，工作着的我们就是最幸运的！让我们学会感恩吧，感恩给我们大家创造就业机会的老板，感恩对我们要求苛刻但期望我们成长更快的上司，感恩与我们朝夕相处的每一位同事，感恩在身后默默支持我们工作的亲人们，珍惜我们现在所拥有的一切，学会感恩，你就是最幸福的！

11、工作态度：对自己负责，对团队负责我们选择了左岸，就意味着选择了她的全部，包括她的企业文化，她的人际关系，她的优点和缺点，我们不可以只去埋怨她的不足，而不去考虑她的优点。否则，工作对于你来说只能是种折磨，相反如果你对酒店充满了爱时，你会发现有那么多别的酒店不具备的优点，你就会尽自己最大的努力去克服酒店的缺点。那时，酒店的管理越来越完善，效益越来越好，我们自身也会得到成长和收获！有一句话叫“凡事归因于己”，我们对人对事只要能保持一颗平常心，遇到问题先检讨自身不足，再诚恳向他人建议，我想这个团队就不会有冲突、争端、抱怨和指责。团队呈现的将是真诚、和谐、愉快、高效的工作氛围，我们每个人心中的愿望不都是“开心工作，快乐生活”吗？让我们每个人对自己负责，对团队负责，对企业忠诚！让我们全体左岸人在20____点燃梦想，释放激情，努力拼搏，共创辉煌！

厨房个人工作总结与计划篇二

一、自从8月份以来，后厨人员是临时组建的队伍，对大型宴会接待还不适应，在此期间也出现诸多问题，比如分餐时出菜慢，出品质量不稳定等等，所以我们及时加强后厨内部培训，结合在玺尊龙厨房所积累的经验，强化岗位技能，严抓新员工的工作服务意识，提升员工的综合能力及学习积极性，合理安排分餐人员，使得整个上菜流程得以改善。

二、加强前台厅面沟通和协调，对肖经理收集客人对菜品反馈的意见和建议及时分析，向钱总汇报，做到每个菜品调整在成本可控范围之内，加量、改辅料、造型，从而提升客人对菜品的满意度。

1烧汤，炸过菜的油等沉淀过漏，炼成老油再利用，大大降低成本。水电气方面做到每天排班人员检查、复查、记录、拍照，发工作裙，生产加工完后第一时间关闭电阀、水阀等。

四、由于厨房设备老化，从新装修置换大部分新设备，但还是有部分用品用具不够用（其中报损一部分不能使用的餐具用具）在赵总的建议下添加了80个瓦罐、菜刀、漏丝、手杨、绞丝机等用具，把七楼原的制冰机调整摆放到冷菜间，节省解冰时间，在原来基础上增置冻库、风房及二楼蒸箱，使原料得以更好的保存，上菜时更快捷，建议在20xx年能够及时补进新的餐具、用具。

五、工作餐

认真执行钱总的要求和玺尊龙厨房统一标准，对于我们来说，不仅顾客是上帝，员工也是上帝，服务好内部员工也是我们义不容辞的职责。每天一荤两素一汤，做到少油、开味、下饭、可口的菜肴，计划统计按每天用餐人数供餐，避免浪费，相比之前有很大的改善，也一直得到好评。

六、库存及供货

1、从8月份进入厨房，第一时间盘点仓库，对原来川厨所留下的调料、酱料、调味品、干货，清查要过期和已过期所有货品，调拨到玺尊龙厨房合理运用或退回供货商处理。

2而且说辞狡辩非常多，态度也不好。使得损耗非常大（比如：下单过称的鸡是32kg□砍好后称只有24kg□其中损失近8kg□□□建议再找一家供货商，以此可以平衡制约、对比，降低成本和减少损耗量。

七、厨房现状

厨房在现有13人中要按时、按质、按量，完成酒店接待任务，责任何等艰巨。从8月从以来，厨房一直处于用工荒状态，人员流动量大，因现有人员要完成了除配送、部分菜品外，百分之八十菜品加工制作。在定餐100席以上经常加班、至凌晨在12点以后，致使得新习的员工不适应，干一两天就走了。

在钱总及玺尊龙厨房的帮助下，我们尽量克服困难，合理安排人员，在出菜时，以最快速度、分餐，通过技能强化学习，思想深入教育，现有人员思想意识和技能水平都得到很大的提高，我们还会继续加强学习和讨教，来提高团队整体形象，提高战斗力和凝聚力。

八、食品卫生、安全

严格按照国家食品、药品管理法要求，进行食品加工、贮存，制定厨房管理机制及配送流程，并且每周做到一次大扫除和设备清查，排除隐患，墩子面板、风房、冷库，要求每用消毒水擦拭或浸泡，确保生产安全、食品安全，零事故，零投诉。

九、20xx年工作展望

1、将重心放在优秀员工和培养上来抓，在无餐情况下继续，

3去玺尊龙厨房学习，把菜品再进一步优化，做细、做精，对每道菜都进行认真分析，确保每道菜品都能让顾客满意，被客人称赞。

2、加强与销售部方面的交流，对每道菜品、客人反馈意见收集总结和改进。

3、计划在20xx年4月份完成厨房4d管理，分析现状，合理利用现有条件，做到培训到位、责任到位、整理到位、执行到位，四个到位为准则，创造和维护好的工作环境，好的管理方法，让今后厨房在工作中更高效、更快捷。

总结一年来的工作，我觉得有所失，也有所得。虽然也得到了一些肯定，但距领导的要求和期望还是有一定距离，在今后的的工作中我将和我的厨师团队一起，发扬成绩，克服不足，继续努力，加强学习，尽职尽责的完成各项工作任务，有不足之处还恳请领导进行批评、指正和帮助。在此我要感谢姜总、钱总对我的培养，更是感谢尊龙、玺尊龙厨房兄弟姐妹们对我工作一贯支持。

在此衷心祝愿尊龙、玺尊龙鸿图大展新征程，更有新气象，乘风破浪前程广，鼎立创新步步高。

厨房个人工作总结与计划篇三

和健康，虽然事小但关系重大，因此每天上班我都十分的投入。不管刚开学时天气多么寒冷，学期结束时天气多么炎热，我总是自觉克服困难，严格按照幼儿园厨房工作条例，认真地做好自己份内的工作，从不轻视这些洗洗切切的事情。也许，在一些人的眼里，我的工作微不足道，但我想，既然幼儿园领导相信我，把这份工作的机会给了我，我就要对得起幼儿园，对得起家长们和孩子们，做一个诚实守信的人，

做一个老老实实的人，认认真真干好自己的工作，让家长们满意，让领导放心！

二、勤勤恳恳不计得失

大家都知道，厨房的工作不像当老师，需要很高的文化，需要口才和

专业

技术，厨房工作主要是细致和认真，我认为还要舍得花力气，要有乐于奉献的精神。我想，我的文化程度虽然不高，但我的力气还是有的，因此在工作中，我从不挑三拣四，不但服从组长的安排，还主动为组长排忧解难，平时与同事们在一起也总是将重活留给自己干，把方便尽量留给他人。本期我因为生病耽误了一个星期，我生怕给大家添了麻烦，当病情刚有好转我就回到了工作岗位，不顾自己的身体还在恢复中，全身心地投入了工作。我常常觉得：人的力气不像别的东西用了就没有了，只要勤劳力气就会用之不尽，因此在幼儿园不管遇到谁有需要帮忙的地方，只要我能做到我就不会拒绝，我想，幼儿园的事情就是我的事情，不管谁做都是为了集体。

三、找窍门使巧劲

使重复的环节少一些，怎样把事情做得又多又快又好，既节省时间提高效率，又保证工作质量。我想，只要肯动脑精，找窍门使巧劲，一定会把工作做得又好又开心。现在，我的事情越做越顺手，我也越来越喜欢这份工作。

一学期结束了，我能顺利地完成任务，多谢领导的关怀同事们的帮助，我会在以后的日子里更加踏实努力的工作，以回报大家对我的关心！

xx年就要过去了，自从从事厨房地地方菜打荷一职以来，辛勤

工作，认真对待对一件事，多次被评为集团先进个人，我知道这份荣誉实在是来之不易，心情无比激动，首先感谢各位家人对我的信任与支持。

一、认真总结、吸取教训、把好质量打荷员的责任非常重大，工作中起着承上启下的作用，与码菜部要协调好，与配菜员要配合好，打荷可以说是饭菜质量的关键，工作容不下一点点马虎大意，我每天必须提前早到搬餐具、加工半成品，从没有过一句怨言，工作中加班加点努力要求自己，不求最好，只求更好，从我手中过的每一道菜肴都要做到餐具净、热、口味正、色泽好，就是这样要求着重复的把着菜肴的一道质量关，从不感到厌倦。

二、厉行节约、相互监督、控制成本省下的就是挣下的，能回收的就回收，能利用的再利用、大料大用、小料小用，边角料可以做职工菜，这是我一直工作以来都遵循的原则，为了能更好的控制好我部的成本，三令五申相互监督、举报、下班我带头检查垃圾桶，地方菜是以本地小炒菜为主。原材料多的大班组，我管好自己，也监督好别人，回收了许多可以重新利用的物品、减少了许多不必要的浪费。

三、

爱

岗敬业、忠于职守、提高自己一道成功的菜品离不开全员
的共同配合，

什么

样的菜肴适合什么样的餐具、这都做出了规定。虽然不是专业学校毕业的，但是要想学的准、学的精，就得比别人多下几倍的工夫，我不服输，一点都不气馁，下班到书店买书

学习

，加班时练习，努力提高自己的业务水平，增强自身素质，争取自己不会被淘汰，不断学习、不断进步。我一直兢兢业业、扎扎实实的工作在酒店的基层，同时也不断的提升自己的工作技能、技术，先后在粤菜鲍鱼房、粤菜打荷、粤菜蒸锅。就过职。现任地方菜打荷一职，同时我不断在实践中

寻找

技巧、在技巧中总结经验、在积累的经验中不断的完善自己。在打荷技术已日渐成熟的.基础上，我逐渐地尝试掌握

其他

工作的技能，因为要成为一个部门的骨干只掌握一门工夫还远远不够。总而方之，不害怕不会干，但怕不去干，不害怕干不好，就怕去捣乱，有付出就有回报，今年有幸又被评为集团先进个人，我感到无比荣幸与自豪，再次感谢各位家人对我的支持、信任。无需太多的承诺，说的好不如做的好，在新的一年里，我一定坚定信心，紧紧团结在杨经理为首的领导班子周围，努力、努力再努力，请领导放心，我一定不会让你们失望！最后愿xx的明天更辉煌，更灿烂！祝各位领导身体健康！万事如意！兔年吉祥！

20xx年已经过去一半，回首半年的厨房工作，感慨颇深。半年中的忙碌种种，厨房员工付出了艰辛的努力，大家齐心协力，积极奋斗，在完成工作任务的同时还创造了一个个的惊喜，也有诸多不足需要我们去总结和弥补。现将半年的工作做下简单总结。

一、20xx年工作总结：

1. 加强厨房内部培训。根据去年的工作总结，厨房员工工作

能力不高和工作意识不强现象，严抓新员工的工作服务意识，强化岗位技能，提升员工的综合能力。

2. 加强前后台沟通和协调，提升对客服务。定期召开厨房、前台协调会议，增强员工的团队意识和服务意识，发现并解决工作中的存在的不足，前后台相互协助，共同努力，提升了水天酒店餐饮的品牌。

3. 合理安排人员，劳动力综合运用。在竞争日益激烈的今天，厨房人员相对紧张，我们根据厨房现有人员对其进行合理安排，综合运用，及时调整员工的工作内容，提升员工的工作效率。

4. 进一步规范和明确厨房奖励考核制度。提升厨房员工工作效率，增强团队战斗力和凝聚力，提高员工总体水平和素质，培养员工积极进取的工作态度，对员工的奖励及考核方案作了进一步的明细规定。

5. 一如既往做好厨房食品安全和卫生工作，厨房的卫生和食品安全工作一直是厨房工作的重点之一，厨房员工持之以恒进行落实。

6. 体现餐厅品牌，突出个性化服务。在平日服务中，前后台共同配合，不缺乏个性服务，对特殊客人特殊对待，这其中有为食宿者、回民游客、韩国游客等客人制作不同需求的套餐，有为喜好美食的游客制作个性菜肴等等。

7. 坚持做好各厨房的协调配合工作。严把出品质量关，保证从本厨房出去的任何成品或半成品符合标准，提升部门的服务与品质。

8. 各节日美食活动丰富多彩。从不同时令、季节和客人需求实际出发，推陈出新，以顾客满意为宗旨研发菜肴，给客人带来的不光是美食，更多的是惊喜和满足。

9. 厨房内部创新开拓，加强员工在菜肴烹制方面的培训和教育，将走出去和引进来结合起来，将外出考察学习的心得用在菜肴的研发和烹制上，并积极参加各种美食比赛，提升水天酒店美食的良好形象。

二、下半年工作计划

1、精益求精注重菜肴品质。进一步加强员工菜肴烹制的超前思想和出品能力，以自然的审美观，重营养，重菜品的自然感，做到人无我有，人有我优，人优我新，精细认真的对待每一个菜品，做出自己的特色。

2、菜肴研发上要严格考核管理制度。菜品定期出新，每月要让厨师主管及炒锅出新的菜品，统一制定，统一制作，好的菜品要奖评。做到出品精细、经典，对不好的菜品提出建议及改正意见，动员各组厨师全心投入，力争尽善尽美，月底组织严格的统一考核。

3、加强成本控制和节能降耗。要及时了解市场的行情，验收好质量、数量，在粗加工上要做好材料的分配及下脚料的回收利用，要检查菜品的使用率，注重主辅料的合理配制，做到成品后要控制好售出的价位。在节能方面，要做到水龙头及开关管理，分工到人，做到人走电气关，在使用时要做到随用随开，用好及时关闭。在下班后，有值班人员填好表格，做到下班有专人管理，并出台和完善严格的管理处罚条例。

4、继续做好卫生管理工作。班前班后要注意厨房物品卫生，清理检查，发现问题及时处理，要随时保持清洁，同时每周要做好细致卫生工作，做到厨房卫生各自分工，各自保持，整洁无污。

5、加强与员工的思想交流。班中或班后，要经常和员工在一起交流，及时了解他们的思想动向和家庭情况，做到关心无处不在，树立好的思想意识。让员工工作无负担，心情愉悦

地工作。

6、做好市场调查。及时了解市场新的原料、菜品，做到天天都有新菜品，及时了解酒店的活动、客源、收入状况，做好市场调研及汇报记录，同时制定酒店菜品新的营销活动方案，经常走出去，以新的视角和菜品塑造酒店餐饮品牌。做好对外交流，学人所长，为我所用。

7、注重安全管理。做好员工的安全思想意识教育和设备操作规程。总之，厨房管理要细心，要靠上去，要严抓，要动脑，要动员厨房每一位员工的积极性，确保安全生产“零”事故目标。

成绩

的取得都离不开全体人员的共同努力，也离不开领导的支持和配合。在这半年中取得了一些成绩，但我们思考更多的应该是我们的不足，在竞争如此激烈的今天，我们如何在明天创造更多的业绩，这需要我们群力群策。我们会在下半年中，共同面对困难，共同挑战未来，为圆满完成宾馆经营目标任务做出应有的贡献。

厨房加油！！给我们的饭店加油！！！！

1.

餐饮厨房个人工作总结

2.

酒店厨房个人工作总结范文

3.

厨房厨师个人工作总结

4.

厨房工作人员的个人工作总结

5.

厨房色调

6.

未来厨房作文

7.

厨房装修原则

8.

厨房风水细节

--

厨房个人工作总结与计划篇四

厨房工作看起来是一项简单的工作，特别是像我这样在厨房打杂的人员，好像就是洗洗切切的事情，但我不这样想，因为厨房的一切事情，不管是主厨还是打杂都关系到全园幼儿的安全和健康，虽然事小但关系重大，因此每天上班我都十分的投入。不管刚开学时天气多么寒冷，学期结束时天气多么炎热，我总是自觉克服困难，严格按照幼儿园厨房工作条例，认认真真的做好自己份内的工作，从不轻视这些洗洗

切切的事情。也许，在一些人的眼里，我的工作微不足道，但我想，既然幼儿园领导相信我，把这份工作的机会给了我，我就要对得起幼儿园，对得起家长们和孩子们，做一个诚实守信的人，做一个老老实实的人，认认真真干好自己的工作，让家长们满意，让领导放心！

大家都知道，厨房的工作不像当老师，需要很高的文化，需要口才和专业技术，厨房工作主要是细致和认真，我认为还要舍得花力气，要有乐于奉献的精神。我想，我的文化程度虽然不高，但我的力气还是有的，因此在工作中，我从不挑三拣四，不但服从组长的安排，还主动为组长排忧解难，平时与同事们在一起也总是将重活留给自己干，把方便尽量留给他人。本期我因为生病耽误了一个星期，我生怕给大家添了麻烦，当病情刚有好转我就回到了工作岗位，不顾自己的身体还在恢复中，全身心地投入了工作。我常常觉得：人的力气不像别的东西用了就没有了，只要勤劳力气就会用之不尽，因此在幼儿园不管遇到谁有需要帮忙的地方，只要我能做到我就不会拒绝，我想，幼儿园的事情就是我的事情，不管谁做都是为了集体。

在幼儿园工作已有几个年头了，虽然我的工作都是力气活，但并不是没有规律可循。我常常在琢磨，怎样使重复的环节少一些，怎样把事情做得又多又快又好，既节省时间提高效率，又保证工作质量。我想，只要肯动脑精，找窍门使巧劲，一定会把工作做得又好又开心。现在，我的事情越做越顺手，我也越来越喜欢这份工作。

1、成本控制和节能。在管理好菜品质量的同时，要检查菜品的使用率，从原材料的购进，要及时了解市场行情，验收好质量、数量，要求粗加工做好材料的分配及下脚料的回收利用，在切配时要检查菜品使用率，主辅料的合理配制，最后控制好成品的售价。在节能方面，加强宣传、教育，将“提倡节约、反对浪费、开源节流”的观念深入员工心中，增强员工的节约意识。杜绝“长流水、长明灯、长开空调”的现

象。

2、为重要的突出的员工制定工作计划和发展目标，教育引导员工正确的树立职业观和价值观。对现役战士进行重点培养，定期开展专业技能培训，每月对工作表现进行评价。

3、建立开放、和谐的沟通渠道，让大家积极参与，踊跃发表对于工作上的，生活上的意见，对员工提出的意见适时地给予认可、赞扬。员工在思想和生活上有困难时，设法为他们排忧解难。

厨房个人工作总结与计划篇五

加强了师生之间同发展与互动的关系,为保证新课程标准的落实,我把课堂教学作为有利于学生主动探索的学习环境,把学生在获得知识和技能的同时,在情感、态度、价值观等方面作为教学改革的基本指导思想,把物理教学看成是师生之间学生之间交往互动,共同发展的过程,紧扣新课程标准,运用自主创新的教学模式。上课时认真讲课,力求抓住重点,突破难点,精讲精练。运用多种教学方法,从学生的实际出发,注意调动学生学习的积极性和创造性思维,使学生有举一反三的能力,培养学生的学习兴趣。还在有限的时间吃透教材,撰写教案,回顾、反思写下自己执教时的切身体会或疏漏,记下学生学习中的闪光点或困惑。让学生在观察、操作、实验、讨论、交流、猜测、分析和整理的过程中学习物理。提倡自主性学习,学生是教学活动的主体,教师成为教学活动的组织者、指导者、与参与者。以体现学生自主探究为主,突出的过程,注重学习结果,更注重学习过程以及学生在学习过程中的感受和体验。让学生成了学习的主人,学习成了他们的需求,学中有发现,学中有乐趣,学中有收获,教学活动兼顾到知识教育与人文教育的和谐统一。我在总结自己教学的同时,不断反思教学,以创新求发展。努力处理好物理教学与现实实践的联系,努力处理好应用意识与解决问题的重要性,重视培养学生应用物理的意识和能力。重视培养

学生的探究意识和创新能力。常思考，常研究，常总结，以创新求发展，进一步转变教育观念，坚持“以人为本，促进学生全面发展，打好基础，培养学生创新能力，让学生形成良好学风。

积极参与听课、评课，虚心向同行学习教学方法。积极参与同科教师相互观摩课堂教研活动，开拓了视野，增长了见识，博采众长，提高教学水平。还认真学习新课程标准。有计划地对有关基础教育课程改革和实验教材的学习，了解课程标准和实验教材编写的指导思想 and 特点。并及时总结教学经验。以基础教育改革的新理念为指导，转变教学观念。

- 1、加强自身基本功的训练，课堂上做到精讲精练，注重对学生能力的培养。
- 2、对差生多些关心，多点爱心，再多一些耐心，使他们在各方面有更大进步。
- 3、利用各种方法，训练学生提高、集中注意力。
- 4、在教学上下功夫，努力使班级学生的成绩在原有的基础上有更大的进步。

一份春华，一份秋实，在教书育人的道路上我付出的是汗水和泪水，然而我收获的却是那一份份充实，那沉甸甸的情感。我用我的心去教诲我的学生，我用我的情去培育我的学生，我无愧于我心，我无悔于我的事业。让我把一生矢志教育的心愿化为热爱学生的一团火，将自己最珍贵的爱奉献给学生，相信今日含苞欲放的花蕾，明日一定能盛开绚丽的花朵。