# 春季学期教学工作总结简短(4篇)

来源：网络 作者：夜色微凉 更新时间：2024-06-09

*春季学期教学工作总结简短一秋去冬来，不觉间已到外中半年了，半年来外中教给了我很多东西。团结向上的团队精神，享受生活的个人空间，迎接挑战的坚韧品质，以及严谨却不失灵活的教学风貌，紧张却不失活泼的学习风貌，让我在感叹，感动，感慨之余更增加了前进...*

**春季学期教学工作总结简短一**

秋去冬来，不觉间已到外中半年了，半年来外中教给了我很多东西。团结向上的团队精神，享受生活的个人空间，迎接挑战的坚韧品质，以及严谨却不失灵活的教学风貌，紧张却不失活泼的学习风貌，让我在感叹，感动，感慨之余更增加了前进的勇气和生活的乐趣。现就将一学期以来工作情况总结如下：

作为教师，应该明白任何学生都会同时存在优点和缺点两方面，对优生的优点是显而易见的，对后进生则易于发现其缺点，尤其是在学习上后进的学生，往往得不到老师的肯定，而后进生转化成功与否，直接影响着全班学生的整体成绩。所以，一学期来，我一直注重从以下几方面抓好后进生转化工作：

1、真正做到晓之以理，动之以情。

2、用发展的观点看学生。应当纵向地看到：后进生的今天比他的昨天好，即使不然，也应相信他的明天会比今天好。

3、因势利导，化消极因素为积极因素。首先帮助后进生找到优、缺点，以发扬优点，克服缺点。其次以平常的心态对待：后进生也是孩子，厌恶、责骂只能适得其反，他们应该享有同其它学生同样的平等和民主，也应该在稍有一点进步时得到老师的肯定。

二、认真学习，提高思想认识，树立新的理念

一学期来，我认真学习贯彻党的\_\_大精神，严格遵守《中小学教师职业道德规范》要求，落实教委、学校工作部署，以重实际，抓实事，求实效，为教学工作的基本原则，以培养学生创新精神和实践能力为重点，以新课程改革为契机，深化课堂教学改革，认真落实课程计划，落实教学常规，落实教学改革措施，全力推进素质教育。

1、通过学习新的《课程标准》，使自己逐步领会到“一切为了人的发展”的教学理念。树立了学生主体观，贯彻了民主教学的思想，构建了一种民主和谐平等的新型师生关系，使尊重学生人格，尊重学生观点，承认学生个性差异，积极创造和提供满足不同学生学习成长条件的理念落到实处。将学生的发展作为教学活动的出发点和归宿。重视了学生独立性，自主性的培养与发挥，收到了良好的效果。

2、坚持每周的政治学习和业务学习，紧紧围绕学习新课程，构建新课程，尝试新教法的目标，不断更新教学观念。注重把学习新课程标准与构建新理念有机的结合起来。通过学习新的《课程标准》，认识到新课程改革既是挑战，又是机遇。将理论联系到实际教学工作中，解放思想，更新观念，丰富知识，提高能力， 以全新的素质结构接受新一轮课程改革浪潮的“洗礼”。

三、教学工作

教学工作是学校各项工作的中心，也是检验一个教师工作成败的关键。一学期来，在坚持抓好新课程理念学习和应用的同时，我积极探索教育教学规律，充分运用学校现有的教育教学资源，大胆改革课堂教学，加强新型教学方法使用力度，取得了明显效果，具体表现在：

1、在教学中尊重学生的不同兴趣爱好，不同的生活感受和不同的表现形式，使他们形成自己不同的风格，不强求一律。有意识地以学生为主体，教师为主导，通过各种游戏、比赛，奖励等教学手段，充分调动他们的学习兴趣及学习积极性。让他们的天性和个性得以自由健康的发挥。让学生在视、听、触觉中培养了创造性思维方式，让学生在游戏的语文学习中，感受到学习语文的快乐，从而爱上语文。相应提高课堂教学效率。

2、备课深入细致。平时认真研究教材，多方参阅各种资料，力求深入理解教材，准确把握难重点。在制定教学目的时，非常注意学生的实际情况。结合中招精神，研究中招动向，并不断归纳总结经验教训。

3、注重课堂教学效果。针对初三年级学生特点，以愉快式教学为主，不搞满堂灌，结合“杜朗口”教学模式，坚持学生为主体，教师为主导、教学为主线，注重讲练结合。在教学中注意抓住重点，突破难点，提高能力，训练思维。

4、坚持参加校内外教学研讨活动，不断汲取他人的宝贵经验，提高自己的教学水平。经常参与组内集体备课，评课。到组内成员的课堂上去听课，让自己在教中学，学中教。

5、在作业批改上，认真及时，力求做到全批全改，重在订正，落实。及时了解学生的学习情况，以便在辅导中做到有的放矢。

四、做好优生转化工作

优生的成绩直接决定着学校的声誉，对于优生我用扩大化的目光去寻找和培养，即寻找那些有语文素养或有语文素养潜力的学生给与重点的关注:如上黑板板书，面批面改，心理攻势，指导前进方向，负责后进生的转化，做老师的小助手等等。每次考试结束后还和学生一起分析考试的得失。总之，通过种种方式让他们明白自己的实力及应努力的方向，不断的给他们前进的动力，从而扩大优生面。提高学生的自信心。

首先做到“真诚”二字，即教师不应有丝毫虚伪与欺哄，一旦学生发现“有假”，那么教师所做的一切都会被看作是在“演戏”。其次做到“接受”，即能感受后进生在学习过程中的各种心理表现和看法，如对学习的畏惧、犹豫、满足、冷漠，错误的想法和指责等，信任他们，鼓励他们自由讨论。最后做到“理解” 二字，即通过学生的眼睛看事物。因为做到了以上几点，所以我在后进生转化工作上，效果还是明显的。

在领导的关怀和鼓励下，在同事们的帮助下，班主任的支持下，及同学们的努力下， 这学期我较圆满的完成了教育教学工作。毕业班教学任重而道远，在外中这个充满着挑战和机遇的地方，我只是刚刚起步，需要学习和努力的还很多。今后我还要在和各位同仁携手并战的同时，加倍工作，用心学习，刻苦钻研，勇于创新，为外中明天更加辉煌而添上自己的一笔亮丽的色彩!

正是怀着对教育的梦想，我捧着一颗火热的心踏上了神圣的讲台。一学期已过去,新的学期即将来临，在这半年里我深刻体会到了做老师的艰辛和快乐，我把自己的青春倾注于我所钟爱的教育事业上，倾注于每一个学生身上。一学期的工作已经结束，收获不少，下面我对去年的工作作一总结。

教书育人是塑造灵魂的综合性艺术。在课程改革推进的今天，社会对教师的素质要求更高，在今后的教育教学工作中，我将立足实际，认真分析和研究好教材、大纲，研究好学生，争取学校领导、师生的支持，创造性地搞好信息技术课的教学，使我们的工作有所开拓，有所进取，更加严格要求自己，努力工作，发扬优点，改正缺点，开拓前进，为美好的明天奉献自己的力量。

**春季学期教学工作总结简短二**

一年来，我校教育教学工作在上级教育主管部门的正确领导下，秉承“以人为本 质量为先 发展为重 特色兴校”的办学理念，坚持“以教育管理为保障，以教育科研为抓手，以教育质量为中心，以教育特色为亮点”的工作思路，更新理念，深化改革，追求规范，崇尚创新，努力实现教育教学质量的持续上升。

一、扎实做好各项教学工作

1、深入分析各班现状，根据各班教学质量的实际情况，找出存在的问题，分析问题的根源，增强教师的质量意识，力求科学合理、切实有效的提高教学质量。

2、建立规范的教育秩序，本学期我处严格按照课程标准来开设课程，安排课时，制订教学进度，控制学生在校活动总量。

3、严格依靠制度管理，认真组织教师学习上级有关文件精神，以师德建设年为契机，抓好我校师德师风建设，严格要求教师认真领会，规范自己的教学行为。

4、加强教学常规工作的管理和考核，增强质量意识。学校严格按照新课程计划，开齐课程，开足课时。在教学管理中，加强课程计划的执行和管理，通过巡课、推门听课的方式加大对课堂教学的监控力度，坚持实行“每周一小查，每月一大查”的常规管理机制，坚持大查时由教导处牵头组织学生进行评教，并将评教结果利用教师例会进行通报，对存在的问题要求限期改正，教导处跟踪调查，确保整改到位。通过纵向比较我们发现，收效非常的明显，所有教师都能自觉完成自己的教学任务，并向更高目标奋斗。

5、严格抓课表的落实，不准任意调换课程，每天教导处将不定时进行查岗、查堂，并将抽查的情况进行通报，保证了课表的落实。

6、强化籍管理，切实按教育部学籍清理要求规范学生学籍。由于我校学生流动性比较大，学籍管理上存在很大的难度，但学校克服各种困难，严格执行省学籍管理的有关规定，对所有的学生信息核实查证，重新填写、分类、整理，办理国网电子学籍。对未办理好异动手续的学生，班主任及时做好了学生、家长的思想工作，做到了学籍变更记录及时，操作规范。

二、抓常规管理，向常规管理要质量

严格的管理是教学工作高效推进的重要保障，没有一个严格的管理过程就没有一个满意的结果。为此，我校牢固树立“管理出效益，管理出质量”的管理理念，不断改进管理机制，创新管理方法。

注重教学常规管理，构建良好的教学秩序。重点做好了 “六抓”活动。

⑴抓备课。特别是二次备课和集体备课。继续认真践行“备(主备人备课)——研(集体研讨)——备(再次备课)——讲(课堂授课)——研(课后研讨)——思(上课教师反思)” 的集体备课研讨模式，通过集体备课，发挥了教研组的作用，提高教师反思能力，促进了教师的专业成长。

⑵ 抓上课。加强随机查课制度，在查课中及时了解教师的施教情况和学生的学习情况，并随时做出反馈部署。

⑶抓作业批改。坚持不定期的作业检查。严格把握作业的质量，控制数量、及时批改、及时调控教学。加强对学生分层作业与测试有效性的研究，推广“面向全体、因材施教、推优转弱、分类指导、整体推进”的分层作业。

⑷抓课后辅导。要提高教学质量，还要做好课后辅导工作，按照因材施教的原则，加强教师对学习待提高学生的辅导与转化力度。坚持课堂辅导为主，课堂教学既要面向全体，又要关注差异，利用差异，采取小组指导或个别指导的方式进行辅导，力争把困难解决在课堂上。

⑸抓教后反思。促使教师在反思的基础上改进自己的教学，促进全体学生的全面发展。上学期各学科重新规范了教学反思格式，让教学反思更好的为教育教学服务。

⑹抓质量监控的力度，不定期开展学情分析，多侧面掌握学生学习情况。

本学期，五月份第一周开展了首届学科知识竞赛周活动。本次学科知识竞赛周活动主要以语文、数学、英语为主，由教导处周密策划，精心组织，在各年级全面铺开。其活动形式丰富多样：语文学科以汉字听写比赛、成语接龙比赛、古诗词结对比赛、口头作文比赛、命题作文比赛为主，数学学科以口算比赛、心算比赛、笔算比赛、简便方法计算比赛、拓展思维能力比赛为主，英语以听力比赛、听写单词比赛、英语口语演讲比赛为主，重在夯实学生基础。通过开展学科知识竞赛活动，学生学习的热情高涨，他们不仅感受到自己的学科能力得到了锻炼，还体会到了通过努力取得成功的乐趣，对学习产生了更浓厚的兴趣。

三、抓业务学习，让学习促提高

1、加强理论学习，深化课程改革

在远程研修的基础上，结合学校实际，利用学科会议时间，组织教师认真学习《新课程标准》以及各学科专业知识。语文主要学习了《小学语文“探究式阅读教学”》，以及崔峦老师、曹文轩教授在第九届全国小学语文阅读教学大赛中的讲话。数学学科深入开展了“人教版新课标教材网络培训”专题学习活动。通过学习，拓展了教师的视野，提高了教师灵活处理教学实际问题的能力。

2、加强课堂教学的指导，提升教师驾驭课堂能力。

倡导真实、朴实、扎实的课堂教学风格。本学年，我们以“实施高效教学构建生本愉悦课堂”教学策略研究为切入点，深入开展课堂教学研究活动。相继开展了新进教师汇报课、骨干教师示范课，同课异构等课堂教学展示活动。通过听课、评课活动，让大家互相观摩、反思、交流、学习，共同成长，从而促进课堂教学总体水平的快速提高。

3、进一步完善听评课制度建设，评课遵循“四步曲”。

即上课教师说课、听课教师议课、骨干教师点评、上课教师谈收获，真正做到“人人参与，人人思考，人人发言，人人受益”。成果做到“三个一”：一份课堂实录(教学案例)，一份教学反思，一份组内评议。

4、实施“请进来走出去”和“中青年教师结对”办法，加快骨干教师和青年教师的培养。上学期来我校共派出教师30余人次到外地和兄弟学校参观学习，先后有16对中青年教师师徒结对，他们互帮互学，共同促进，教育教学水平和科研能力有了显著提高。

通过一系列的制度措施和培训活动，高云、雷蓉、龚易帆3名教师在区优质课比赛中荣获一等奖，梁春霞老师、刘越老师获得二等奖。学校教育教学成绩大幅跃升。

四、抓教育科研，向科研要成效。

1、建立健全教研组织。为了使教学活动能顺利有序的开展，学校成立了以校长为组长，分管教学副校长为副组长，教科室主任和教研组长为组员的教研工作领导小组，并重新组建了高段语文、低段语文、高段数学、低段数学、英语及综合学科6个教研组，同时选拔热衷教改，经验丰富，责任感强的骨干教师任组长，有效组织开展各学科的教研活动。

2、认真扎实开展教研活动。我校还坚持参加三校协作体组织的活动，参加活动的教师回校后必须在会上交流体会并上汇报课;坚持开展“四课”活动，即青年教师展示课，外出学习教师的汇报课，骨干教师示范课，中级教师的辅导课，促进教学能力的提高;坚持每周一次教研组集体学习，学习课改理念和教学方法，转变教育教学观念;坚持每周一次教研活动。同时，每年举办一次教育科研月活动，并在全校教师中开展“五个一”活动。学期结束，教研工作领导小组对各组开展教研活动情况进行考核，并评选出先进教研组给予奖励。

3、加强课题研究，规范管理过程。为了使教研活动有针对性，少走弯路，各教研组继续围绕学校先后申报的《小学生孝德教育的行动研究》和《小学数学“综合与实践”的研究与运用》两个省级课题，立足我校教学实际，确立子课题，将研究内容细化。我校还有7个市级小课题页在研修中。课题组定期组织研讨，根据教学实践中遇到的问题，完成阶段性试验工作，并进一步调整计划，积极实施，进行研究，促进全体教师教学教研水平的提高。20\_\_年度被评为“教育科研先进单位”。

4、以“一师一课”活动为契机，彰显莫中“绿色课堂”特色。20\_\_年，我校一共有8位教师参加了“一师一课”网上赛课，老师们将自己打磨后的教学设计、课件、作业及反思等资源上传到网上。这学期来，我校根据市教育局精神，对20\_\_-20\_\_年“一师一课”活动重新作了部署，每个教师都参与到这项活动中来。

5、积极参加“三校研修会”组织的各项活动，促教师课堂教学技能的提升。20\_\_年4月，雷蓉、梁春霞、龚易帆、刘越老师参加三校研修会课堂教学竞赛荣获2个一等奖，2个二等奖;20\_\_年3月，我校高云老师参加掇刀区组织的数学学科同课异构课堂竞赛活动，获得一等奖。

五、抓特色教育，让特色促发展。

我校在实施素质教育的过程中，还把“加强特色建设，发展个性特长”作为教育教学工作的重点之一，通过加强特色建设，进一步提高了学校办学质量，彰显了办学特色。

1、狠抓孝德教育，着力培育学生品格。

“孝德教育”是我校德育品牌，学校按照孝德教育的远景规划及近期目标，开展了一系列的活动。每周周三的孝德讲堂，开展的如火如荼，各班充分利用校本教材《小学生孝德读本》开展各种形式的教学，教导处进行随机查堂，并及时通报。

2、坚持花样跳绳普及，着力提高学生体能。

学校“花样跳绳”活动风生水起，20\_\_年4月底成功举办了“双泉小学首届花样跳绳比赛”，荆门校园风栏目进行了专题报道。20\_\_年10月，在荆门市体育文化中心举行的“荆门市体育文化艺术节开幕式”活动中，我校花样跳绳队《“绳”彩飞扬》跳出了气势，跳出了风采，赢得了与会领导及现场观众的高度评价。

3、坚持阳光运动1小时活动，着力提高学生身体素质。

每天组织有序的眼保健操和课间操，围绕“阳光体育运动“的开展，成功组织举行了20\_\_年度秋季运动会活动。学校还此为契机，分别组建了网球队、篮球队、合唱团、足球队，有专任教师利用阳光体育运动时间组织学生进行训练。

六、以反思促发展

1、存在问题。

教师方面：先进的教学理念与现实的教学行为之间的差距，教师与教师之间还存在着一定的素质差异，新理念的高要求与教师工作量较大之间的矛盾尚且存在。教师工作积极性的有效调动也是一个很有价值的研究课题。

教学层面：在教学过程中，完成教学任务和追求个性化学习之间的矛盾;如何处理基础与创新的关系;课堂活跃与课堂常规之间的矛盾;有意义的接受学习与自主的发现学习之间的有机融合等。

2、今后工作思路

本学期，我校将认真贯彻落实区教体局有关文件精神和区教研室本学期教学重点工作，本着开拓创新的研究精神，求真务实的工作作风，以提高课堂教学质量为突破口，不断完善教育管理体制，努力提升教师整体素质，以实施高效教学，构建生本愉悦课堂为切入点，全面提高教学质量。。

a、进一步完善学校教学制度建设，狠抓教学常规管理

进一步规范教学教学常规管理，严格各项常规检查，对教师的教学计划、二次备课、作业批改、听课记录等各项常规工作进一步明确要求，定期检查和随机抽查，对检查过程中发现的问题及时总结及时反馈。

b、以学生学习习惯养成为突破口，规范课堂常规，提高课堂教学效益。

对学生的课前准备、课内听讲、回答问题、合作学习、读书交流、书写作业等各方面都提出明确的要求，并实行强化训练，形成习惯，以减少课堂流失率，提高学习效率。

c、加强教学质量检查力度，促进教学质量的不断提高

坚持教学质量测评措施。教师利用手中资源做好学生单元测评;年级组采用笔算竞赛、口头作文等形式做好学生测评工作;教导处随机过程抽测，以及学期末质量检测。

**春季学期教学工作总结简短三**

时间过得真快，一转眼这学期又很快过去了，回顾本学期的工作，能根据学校的语文教学工作计划，以新课程实验改革为契机，以全面推进素质教育为基点，在学校领导的大力支持和直接领导下，在各科任教师和家长的积极配合和耐心帮助下，圆满地完成了教育教学任务，现将具体工作总结如下：

一、激发学生学习语文的兴趣，提高学生语文素养

语文是一门充满人文精神、充满智慧、充满思想的学科，在新课改的大背景中，学生的自主学习，培养学生的创新能力，已成为教师关注的热点，讨论、探究、交流的学习方式已成为课堂的主流。我在语文课堂教学中，力争让学生鲜活起来，让学生学得兴味盎然，使学生在语文学习中享受学习的快乐，从而发展学生的语文素养。

(一)注意新课导入新颖

“兴趣是最好的老师。”在教学中，我十分注重培养和激发学生的学习兴趣。譬如学生一上课就能置身于一种轻松和谐的环境氛围中，而又不知不觉地学语文。我们要设计不同的导入方式，可以用画面让学生进入情景;也可用讲述故事激发兴趣;设计悬念……引发设计，比起简单的讲述更能激发学生的灵性，开启学生学习。

(二)培养积极探究习惯，发展求异思维能力

在语文教学中，阅读者对语言意义、语言情感、语言技巧的感悟，在很大程度上与知识积累、认识能力、理解水平有关。为此，在语文教学中，构建语义的理解、体会，智者见智，大胆，各抒已见。在思考辩论中，教师穿针引线，巧妙点拨，以促进学生在思维的碰撞中，得到语言的升华和灵性的开发。教师应因势利导，让学生对问题根据已有的经验，知识的积累等发表不同的见解，对有分歧的问题进行辩论。通过辩论认识了自然，懂得了知识无穷的，再博学的人也会有所不知，体会学习是无止境的道理。

二、注重朗读指导，让课堂教学“活”起来

小学语文课本中的每一篇课文都是文质兼美的佳作，其语境描述的美妙，语言运用的深邃，见解阐述的独到，都是引导学生感悟的重要内容。而由于课堂教学时间的有限，不可能引导学生一一感。为了使这些精彩给学生留下整体印象，我们可以在新闻记者时要求学生对语言文字反复诵读，在诵读中感悟。

三、注重课内外结合

美国的一位教育家指出：“课堂的外延与课外的外延相等。以课堂学习为核心，能生活、家庭生活、社会生活等各个生活领域自然延伸和拓展，使课堂训练与课外行为训练有趣、有力、有效的结合，取得语文教学的整体效益。”在课程

改革实践中，我们已把语文教学引入了广阔的天地，让学生阅读课外书《童话故事》《昆虫记》等，通过这些收集与阅读，为学生积累奠定基础。

其次，重视丰富多彩的语文践活动。如：学习《柳树醒了》后，组织学生去校园找春天;学习《要下雨了》，引导学生观察、收集有关天气的自然现象，引导学生领略大自然的风采，探索大自然的奥秘。

此外，注意学科间的整合，如给话配画，给画配话，把诗变成歌曲，让学生从不同角度，采用不同的途径获得知识，培养学生综合能力。

本学期，我虽然尽心尽力地去陪着孩子一起学习、一起成长，也取得了一定的成绩，但也有不尽人意的地方。今后我将继续努力工作，把教育教学视为事业去做，为全面提高学生的语文素养而奋斗!

**春季学期教学工作总结简短四**

一、对幼儿进行了操作习惯的培养

1、教孩子认识数学书,掌握正确的翻书方法，学会怎样爱惜书。

2、教孩子怎样运用学具,怎样保管好自己的学具。

我班经过一学期的强化训练,孩子们已熟练的掌握了学具的操作方法,没有一人的学具和书丢失。

二、游戏式的教学活动

在课前我认真分析教材,画好挂图,准备好所需教具。以培养孩子“主动学习、逻辑推理、创造思考、解决问题”的能力为主旨,活动以“游戏式数学”的精神为主轴,增强数学学习的乐趣，让孩子在轻松、快乐的情境下展开与数学的第一类接触,在学习历程中积累足够的操作经验,建构完整的数理概念,让孩子更喜欢数学并养成主动探索,追求知识的兴趣和良好品质。

特别是在本期的《组合建构篇》活动中,孩子对变化万千的方块学具非常感兴趣,我充分抓住孩子的兴趣,在教学活动中，坚持以“做中学、玩中学、学知识、练思维”的方式，以“手、眼、脑并用，教、学、做合一”的方式，让幼儿进行学具教学操作活动。通过对学具的嵌入、翻转、排列、组合，将所需传授的知识展开，螺旋式深化，运用学具操作活动,引导幼儿把零散的感性知识概括化，促进学习的迁移，形成举一反三的认知能力。并且在活动中我注重增强教学的多样性，提高了孩子的动手操作能力和主动自学的能力。

通过一期的学习,孩子在听故事、玩游戏的快乐环境中学习了量、数、计数、空间与数概念,并进一步提高了自己解决问题的能力,奠定了一生都受用的基础.

三、密切的家园合作

家庭是幼儿活动时间最长的场所,父母是孩子接触时间最久的对象，家长扮演着极其重要的角色,对于孩子的认知与学习，家长不仅不能缺席或忽视,更该担负部分的责任。所以在活动中我非常注重与家长沟通,争取家长的配合。让家长参与孩子的学习,协助幼儿园共同构建孩子的心智与学习能力发展欢迎您。

本学期,孩子们完成的《亲子手册》我都认真的检查过,孩子们在家长的协助下完成得非常好20\_\_春幼儿园教学工作总结20\_\_春幼儿园教学工作总结。可见，密切的家长工作取得了一定的成效。

四、取得的成果

1、孩子们对数学活动非常感兴趣，知道数学与自己生活的关系,能在生活中加以运用。

3、孩子们对数学活动很有信心,并愿意努力克服数学活动中的困难,相信自己的数学能力。

3、孩子们能正确翻阅书籍了,养成了良好的操作习惯。

4、孩子们主动自学的能力提高了,能用多想法、多方法、多模式解决问题的能力,具有创造思考的能力、逻辑推理的能力,有探新的强烈愿望。

5、家长工作开展得井井有条，受的家长和领导的好评。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！