# 回望岁月,受益匪浅[合集]

来源：网络 作者：七色彩虹 更新时间：2025-03-22

*第一篇：回望岁月,受益匪浅回望岁月，受益匪浅 ——支教工作总结李铁林转眼，一年的支教生活即将结束，回顾一年来自己的工作和表现，能够赢得学生的喜爱，受到同事的好评，得到一小领导的肯定，对于我来说真是莫大的安慰。有人说：“使人成熟的，并不是岁...*

**第一篇：回望岁月,受益匪浅**

回望岁月，受益匪浅 ——支教工作总结

李铁林

转眼，一年的支教生活即将结束，回顾一年来自己的工作和表现，能够赢得学生的喜爱，受到同事的好评，得到一小领导的肯定，对于我来说真是莫大的安慰。有人说：“使人成熟的，并不是岁月，而是经历。”这一年的支教生活对我来说，无论在思想上、业务上都可以说受益匪浅，我的整个身心得到了提升!

一、思想方面

作为一名人民教师，我深知身上肩负的责任和应具备的素质，明白该不断的学习。“支教”工作是我区教体局为贯彻国家、诸暨市关于中小学人事制度改革精神，选派城镇中小学在职教师到农村薄弱学校任教，促进教育人才资源合理配置，改善农村偏远学校师资力量不足和教学质量不高，为推动教育全面、持续、均衡发展，为实现教育公平，构建和谐教育所做出的一项重要举措。作为一名教师，中共预备党员，支教成了我义不容辞的责任和义务。在支教期间，本人忠于党，热爱人民，热爱党的教育事业，以“一切为了学生，为了学生的一切”为宗旨，认认真真，兢兢业业完成领导交给的各项教育教学任务，终于加入了中国共产党。

二、工作方面

我并没有因为自己是一位支教教师就有了什么“光环”。自从我踏进店口一小那一刻起，就把自己当成一个真正的“一小人”以高度负责的主人翁精神，在每一个平凡的支教日子里挥汗泼墨，辛勤付出。

首先，服从领导工作安排;严格遵守学校的各项规章制度。做到按时到校，不迟到不旷课，有事先请假，按时完成领导交给的各项工作任务。

其次，搞好教研工作。作为一名支教教师，我深深地知道，单纯搞好自己的教学，并不是什么困难的事情，在抓好自己的教学工作的同时，我尽自己最大的可能去带动全校的教研工作，我申报了课题，在担任语文高段共同体组长过程中以身作则，努力推广儿童阅读教学，与一小的老师们共同探讨教学。

最后，关心学生，奉献爱心，做学生的良师益友。支教一年里，我深感肩上责任的重大，我在所教的学生身上，倾注了全部的爱。课前，我认真备课，了解每一个学生的各种情况，因材施教。课堂上我循循地诱导，积极地鼓励，深深的吸引着每一个学生。课后，我认真批改作业，并对差生进行重点辅导，总是让每一个学生都理解消化了才肯罢休，在我的教育下，学生无论在学习上还是思想上都有了一定的进步。

回顾这一学年的支教工作有太多感受、太多感恩。感受善良的人们，感受与我共处一年的天真可爱的孩子，感受一小全体教师对教育的热情，感受一套优秀领导班子对教育事业和生活的执着。感恩这片土地赋予我生命的精彩，感恩这里的人们给予我的帮助，感恩这群孩子一直爱着我，感恩以周校长为核心的全体一小教师给予我的无微不至的关怀！当然，我必须感谢的是我们支教的另几位教师，我们大家一起工作，一起生活，让我真正了解这里，真正尝到支教的乐趣，在这学期中，我们在工作和生活互相关心、了解，并帮助我们自己解决了许多实实在在的困难，使我更安心的完成农村的支教工作。

一年的支教工作是短暂的，是忙碌的，也是充实的。重温自己的支教生活，尽管看起来显得有些平淡，但是它让我受益匪浅，更使我对支教产生了一种依依不舍的感情，能成为一名支教教师，是我无悔的选择，支教生活所焕发的光芒将照亮我今后的人生道路。接下去两年我将继续努力。

**第二篇：受益匪浅**

我坚持奋战五十余年，致力于科学的发展。用一个词可以道出我最艰辛的工作特点，这个词就是“失败”。

9、对搞科学的人来说，勤奋就是成功之母。

10、运动是一切生命的源泉。

11、科学的基础是健康的身体。

12、没有侥幸这回事，最偶然的意外，似乎也都是有必然性的。

13、我要把人生变成科学的梦，然后再把梦变成现实。

14、科学是没有国界的，因为她是属于全人类的财富，是照亮世界的火把，但学者是属于祖国的。

15、我愿用我全部的生命从事科学研究，来贡献给生育我、栽培我的祖国和人民。

16、历史告诫我们说，一种崭新的真理惯常的命运是：始于异端，终于迷信。

17、总有一天，真理会取胜。即使真理在他一生中未能得到胜利，为了坚持真理也会使他变得更好，更加聪明。

18、目前的时代，真理是那样晦暗不明，谎言又是那样根深蒂固，以致除非我们热爱真理，我们便不会认识真理。

19、探索真理比占有真理更为可贵。

20、如果我们过于爽快地承认失败，就可能使自己发觉不了我们非常接近于正确。

21、我真想发明一种具有那么可怕的大规模破坏力的特质或机器，以至于战争将会因此而永远变为不可能的事情。

22、只有顺从自然，才能驾驭自然。

23、真理的大海，让未发现的一切事物躺卧在我的眼前，任我去探寻。

24、凡在小事上对真理持轻率态度的人，在大事上也是不足信的。

25、人的天职在勇于探索真理。

26、一个科学家应该考虑到后世的评论，不必考虑当时的辱骂或称赞。

**第三篇：受益匪浅**

受益匪浅

——研修心得

2024年10月，我参加了“国培计划”——中西部农村小学教师远程培训，这是我们一线教师极为珍贵的一次“充电”机会。参加这次网络培训，有幸倾听了众多专家和学者的精彩讲解，我学习到了很多知识，对教学有了更多新的认识。

参加这次网络培训，让我觉得自己仿佛成了一只跳出井口的蛙，原来天竟然这么大，原来一堂课竟然可以这么上，原来„„我深刻的体会到自己有很多东西要去学习。怎样成为一个受欢迎的数学老师呢？怎样才能在教学过程中给学生营造一个良好的氛围，建立平等、民主、信任的新型师生关系？怎样才能„„？我认为要解决的问题还很多，还需要自己不断的积累，不断的去学习。

首先，要爱学生。不论在生活上，还是在学习上，都要给予学生必要的关心和帮助。只要有了问题时及时处理，处理的方法得当，注意和学生沟通，学生就会信任你，喜欢你。爱学生，还表现在老师对学生的尊重和信任，以及对学生的严格要求，又要注意对学生的个体差异，区别对待。对成绩比较差的学生，我们老师要采用不同的教育方法，因材施教。师爱要全面、公平。

其次，我们既要授人以鱼，也要授人以渔。我们不但要传授知识，而且要善于以自身的智慧不断唤醒孩子们的学习热情，点化孩子们的学习方法，丰富孩子们的学习经验，开启孩子们的学习智慧。

最后，我还认识到：一节好的数学课，新在理念、巧在设计、赢在实践、成在后续。一节好的数学课，要做到两个关注：一是：关注学生，从学生的实际出发，关注学生的情感需求和认知需求，关注学生的已有的知识基础和生活经验„„是一节成功课堂的必要基础。

通过倾听众多专家和学者的精彩讲解，通过和各位同仁的学习交流，我从中学到了很多，不仅拓宽了我的视野，还丰富了我的实践经验，更让我的思想得到了升华，使我对数学教学有了更新的理解和认识。

总之，感谢中国教师网，感谢各位专家学者，感谢各位指导老师。这次培训让我受益匪浅。

**第四篇：回望2024**

回望2024

血液风湿科

景 婷

2024，于我而言，是平平淡淡，却也是意义非凡。回望2024，这一年有酸也有甜，有跌入谷底的狼狈，也有奋发图强的激情。1.融入科室

一直相信命运的每一次安排都有其意义所在，适合自己的才是最好的。在三月份，我有幸成为血液风湿科大家庭的一份子。客观来说，科室里缺少有资历的老护士，而自身工作能力又不足，工作上有时候面对无法解决的问题时确实会很无助，也给护士长的工作增添麻烦！可是，也正是这样一个由年轻护士组成的团队，让我在枯燥烦累的工作中可以感受到更多的蓬勃朝气。虽然一开始有很多的质疑，但时间见证着我们的成长和进步，从最初二十来个病人都忙得如急行军一般，加班更是家常便饭，到现在四十来个病人的从容淡定，准时下班更是常态。此外，我们在业余时间经常聚会，因为是同龄人，喜好相近，大家也就更容易放松自己，身心愉悦就可以形容得恰到好处。虽然可能与其他同行相比，这一年的工作一直没有物质上面太大的肯定，但上班的心情是愉悦的！上天从不自私，在关闭一扇门的同时总会打开一面窗。我们无法从一些地方得到的肯定，总会从其他方面感受到，因为我已经融入了血液风湿科这个有爱的集体！2.技能提升

夜班，应该是每个护士工作生涯中最为浓墨重彩的一部分。从一月份开始单独倒班到现在整整一年的时间，初步估算有超过一百个夜班，也就意味着一年有近三分之一的夜晚在医院煎熬着，多么可怕的数字！没有人愿意熬夜班，更别说长时间连续熬四个夜班，可是选择了这个行业，你就没有其他选择，你就只能想办法咬牙坚持下去！但从客观的角度来讲，也不得不承认夜班真的是对人能力的一种很好的磨练，责任和能力大概也只有在值夜班时才会最大化体现。那八个小时的时间，只有你一个人，什么困难都得自己解决，什么责任都得自己担，没有人帮你！病情观察、处理医嘱、三查八对是最基本的工作内容，抢救病人拼的就是沉着冷静、拼的就是医护配合、拼的更是熟练的操作技术，以及冒着各种风险化解和一些难缠的家属各种矛盾。每熬完一个夜班，总会长舒一口气，庆幸这一夜所有病人平安无事，庆幸自己毫发无损！业务学习方面，印象最深刻的是在科室例行学习时讲《胰岛素的临床使用》时，主任当时的提问让我记忆犹新，受益匪浅，意识到不仅要对自己所讲的内容知其然，还要知其所以然，哪怕仅仅是一个简单的名词。也靠着自己的努力和坚持，最终通过了职称英语和护师的考试。当然心情最跌宕起伏的是亲眼见证了这样笨手笨脚的自己被抽中参加操作比赛，那一刻的心情真是无法言喻。可心底是不服输的，所以花了很多休息时间来练习。也很是感谢同事们的帮助，特别是杨姣牺牲自己的血管在考试时给我当模特，还有护士长在比赛前的陪练指导和比赛那天的忙前忙后。还好，有付出就有收获，第二名，皆大欢喜！3.心得体会

在这一年里，我见证过三次辞职，每次都会有不少的感触。第一次因为待遇问题，同批次不少同事刚来院就陆续选择辞职，而我始终心有期待。离开学校，自食其力，才更深刻感受到所谓付出与收获，所谓多劳多得。人，始终离不开衣食住行，所以首先得感谢医院终于做了这两件特别让人感动的事情：保底奖金提高到两千每月，夜班费涨到五十每晚。这不仅仅有关物质，更重要的是精神层面的一点点满足。第二次是因为分科的问题，还好，我们科室有着轻松的工作氛围，适度的工作压力，融洽的同事关系，还有这样充满活力、斗志昂扬、亲切有爱的领导，有谁会舍得离开这样的科室呢？有谁会不珍惜这样的科室呢？第三次是因为更好工作机会的问题。机会总是垂青于有准备的人，而每一个人也都值得去拥有更好的生活。也如同主任讲的那样，我们要多读书、多学习、不断提升自己的业务水平，因为无论是从自身的发展，还是从科室的发展来说，都是大有裨益的！这一点，让我很是惭愧，在这一年里，除了准备考试那段时间，真的是鲜有闲暇看书学习。也不是不明白看书的重要性，只是败给了自己的懒惰！所以，以后还是得多学习，人生从来也就没有止步不前，不进步就只会是后退！4．结束语

每一年，每一个人，都会有自己的目标与梦想，就像曾经马列课老师讲的那样，我们应当做一个有梦有梦想的年轻人。即使并不是每一个目标、每一个梦想都如期望的那样实现；即使这一年没有如阳光般的浓墨重彩，更多的只是如星光般的轻描淡写，但只要努力过，这样的人生也值得给予掌声！而我相信长风破浪会有时，直挂云帆济沧海，2024必定浓墨重彩！致谢

回望2024，我学到了很多专业知识，各方面能力都有了提升，并且和同事们建立了良好的共事关系。在这里，我特别感恩主任和护士长的辛勤工作以及对我们的大力培养，感激同事们在工作中给予我的莫大帮助！祝你们在新的一年里，万事如意，心想事成！

**第五篇：回望2024**

回望2024, 展望2024,欢送昨天的严寒,托起明天的太阳。欣赏儿童的才艺,给儿童和老师及家长提供一个创作、展示的平台，儿童演，全家看，举办一场真正属于老百姓自己的盛世春晚。在2024年新春来临之际，将由华油父母交流群、任丘电视台《我要上电视》、华油父母交流群官方博客主办的2024年少儿春节联欢晚会隆重上演。在共同欢度春节期间，搭建少年儿童向祖国表现他们快乐健康成长的舞台，提供少年儿童向油地双方人民展示他们智慧、才华和艺术的机会，是华北油田和任丘几万少年儿童的期盼。这台晚会的筹备将会得到社会各界的高度重视，因为油地双方少年儿童春节联欢晚会的教育、导向、感召作用不可估量，必将成为促进全华北油田和任丘少年儿童健康快乐成长的加油站。

目前，2024年少儿春晚的节目正在紧张的彩排之中，将于2024年1月底精彩呈现。节目形式多样，舞蹈、声乐、戏曲、小品、相声、器乐等艺术形式均有所展现，参与小演员达一、二百人，参加观看人数达几千人。选拔出的优秀节目将“推荐参加任丘电视台《我要上电视》春节特别节目--金蛇狂舞过大年晚会”。为了给孩子们一个更好的表演机会和舞台，今年决定在社会上招以下赞助商：

一、冠名赞助商（赞助费用：6000元）回报

1、享有本次活动的独家冠名权；

2、单位名称可出现在“2024年少儿春节联欢晚会”背景图上，有关的节目单、证件、海报、门票等都可印有“\*\*单位、企业”名称；

3、主持人现场对冠名单位进行鸣谢；

4、晚会现场明显位置为冠名单位做宣传(现场广告条幅)；

5、赠送晚会门票20张；“\*\*单位、企业”可组成自己的方阵，现场可举方阵牌。

6、由赞助企业负责人和领导，以及演职人员合影留念。

7、赠送“2024年春节联欢晚会”全程精美光碟，以作单位形象资料。

8、发行的晚会光盘中片尾字幕鸣谢：\*\*冠名，特别鸣谢。

二、赞助商(赞助费用：3000元)回报方案

1、晚会的节目单等文件印有“\*\*单位、企业”名称；

2、按金额多少赠送晚会门票；“\*\*单位、企业”可组成自己的方阵(方阵位置按照赞助费用多少排列)，赞助商现场可举方阵牌。

3、晚会现场允许发放广告宣传单；

4、赠送“2024年春节联欢晚会”全程精美光碟，以作单位形象资料。

5、发行的晚会光盘中片尾字幕鸣谢：\*\*单位。

三、其他形式赞助

1、提供演员礼品（礼品形式和个数请与举办方协商）的可以以袋子或夹放的形式做广告宣传。

2、如有给现场观众提供礼品的也可以协商广告形式。

3、提供演员化妆、梳头，演员服装等。

4、提供工作人员帽子，马甲等。

5、免费给演员排练节目的学校可以到现场发放广告宣传单。

6、提供排练场地的学校可以免费上一个节目。

7、其他想上节目的如想以学校的名义参加演出的，想在节目单上出现学校名称，需主持人报节目时报送学校名称，在现场发放宣传广告，请给予一定形式（现金或其他）的支持。

组委会同赞助商签订赞助合同，广告形式、回报要求，具体协商，以双方最终签约为准。

招商联系电话：\*\*\*（李颖）

华油一鸣少儿春晚组委会

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！