# 善于学习

来源：网络 作者：悠然小筑 更新时间：2025-07-23

*第一篇：善于学习善于学习、善于创设、全面提升——第二学期园务工作总结“加强学习培训，开启创新教学,实现特色教学，活跃教研气氛”,是本学期我园工作的重点目标。围绕这个目标，全园教职工共同努力，在管理和教学方面力求创新，在确保常规工作有序有效...*

**第一篇：善于学习**

善于学习、善于创设、全面提升

——第二学期园务工作总结

“加强学习培训，开启创新教学,实现特色教学，活跃教研气氛”,是本学期我园工作的重点目标。围绕这个目标，全园教职工共同努力，在管理和教学方面力求创新，在确保常规工作有序有效进行的前提下，积极开展形式多样内容丰富的活动，把一个学期的工作做得有声有色，成效显著。

一、创新管理机制，力保幼儿回园率

2月份我园出台了《设立幼儿回园率奖励制度》，激励全体保教人员全面做好班级工作，做好家长工作，确保全园幼儿回园率达到90%以上。这是一项只奖不罚的激励机制。即全园幼儿按当月在册人数计算达到90%回园率及本班幼儿回园率达到90%以上奖励班级老师50元。这项措施大大激励了保教人员做好工作的积极性。4-6月份，虽然遇到连续雨天及社会上出现手足口病疫情，市内一些幼儿园部分班级停课的情况，但我园幼儿回园率都一直保持较高水平。

二、创新教学内容，活跃教研气氛

1、上好整合课程并对整合课程的教学实现开展研讨活动。在分析教学实践的基础是上，我们加强了对音乐美术及语言的教学力度，并重视巩固教学和复习过程的教学效果。3月份教研组牵头组织开展了《如何上好整合课程》的研讨活动，部分老师把自己在多年的教学实践积累的经验和体会毫无保留地与其他老师分享，帮助新老师为上好整合课程出谋献招。通过研讨活动，不仅活跃了我园的教研气氛，而且大大提高我园教师的执教水平。

2、开展综合素质教育，培养幼儿的良好素质

在上好整合课程的同时，我们开展了综合素质教育活动。有针对性地在学前班每周加上一节《弟子规》的内容，其他班每周加上一节现代礼仪教育课。此项教育的目的就是让幼儿感性地接触中华民族的优秀传统文化，对幼儿进行道德规范和良好的行为意识的教育和引导，培养幼儿良好的综合素质。我们结合一些传统的节日开展优秀传统文化，高雅文化及爱国主义等方面的教育。如清明节组织小朋友到香洲烈士陵园扫墓和参观珠海革命历史博物馆，对幼儿进行爱国主义教育；举办小歌手比赛，激发幼儿对高雅艺术的兴趣；端午节举办以“我们的节日”为主题的文艺演出活动和折纸龙舟美术展。在此次活动中小朋友们朗诵了《弟子规》和《少年中国说》（节选）等中华优秀的传统文学作品，老师们朗诵了屈原的《离骚》（节选），整个活动展现了我园师生在提高综合素质方面的突出成效。不仅为广大家长大加赞许，还受到了香洲区关工委的表扬，珠海电视台的新闻记者也来到我园把此次活动拍成电视新闻在6月8日的新闻栏目中播出。

综合素质教育的内容广泛，除上述的内容和形式外，我们还开展了环保和安全方面的教育。各班老师都能做到有内容、有计划、有效果，并结合常规活动和社会活动展开教学活动。3月份我们开展了“学雷锋”活动周的全园性活动。每班安排一节读话课，给小朋友讲雷锋的故事，讲雷锋精神。高龄班的老师带小朋友到低龄班做好事，帮小弟弟小妹妹穿衣服、收玩具等，把学雷锋活动不仅体现在形式上，更把雷锋精神 在小朋友的心灵里。在实施综合素质教育的过程中，我们还把环保教育纳入其中。一学期来我们组织了以爱护树木保护生态环境为主题的植树节种小树活动和“我的购物袋”设计比赛，以及以环保为主题的“环保时装秀”庆六.一文艺活动。在毕业汇报演出中自编自演了环保题材的儿童剧《爱护小树苗》。所有这些活动不仅突显了我园为“绿色幼儿园”的社会素质，同时也为我们开展综合素质教育增添了丰富的内容。

为了使综合素质教育 实有效地开展，我们在第十周对各班进行了专题教学检查，在第十三周开展了一次专题的教学研讨活动，各班也进行了专题总结。大家都认为通过此项活动使小朋友懂得了一些道德规范和概念和一些良好的行为意识。在家知道尊重长辈，在园能和小朋友正常相处，自理能力增强了，学习能力也提高了。

三、加强队伍建设，培养学习型队伍

本学期我园的新教师比较多，为帮助她们尽快熟悉业务，提高技能，并促使全体教师互相学习，共同提高，我们加强了对教师的培训工作。

首先我们 地针对部分教师舞蹈技能比较薄弱的情况开展了舞蹈技能培训，坚持每周一节课，担任指导的张颖、黄泽妮老师认真负责，一丝不苟，参加培训的老师虚心学习，到学期末都有了 的进步。在毕业汇报演出中老师的表演受到了观众的赞美。

其次我们对新教师进行了上岗培训，组织新教师学习《幼儿园工作人员道德规范》和本园的一系列规章制度，使他们尽快适应新的工作环境和工作需要。

再次是组织了6次的学习活动，学习上级行政主管部门的文件精神。在手足口病流行期间专门组织了如何预防手足口病的学习培训。使全体保教人员不仅在思想上重视日常业务工作，而且关心国家和国际时事政治。在四川地震发生后，我们组织全体教职工学习地震灾区，教师奋不顾身保护学生的感人事迹，以他们的英雄事迹来激励老师的社会责任感和岗位责任感。同时全体师生及家长共同为灾区捐款9217元人民币和20元港币。

四、全方位做好家长工作

本学期我们不仅坚持开展家长会，组织家长活动等，同时从“家长是我们的评判员和宣传员”的实际出发，全方位做好家长工作。“三.八”节我们组织了“巧手妈妈厨艺大比拼”活动，有60位家长参加了活动。我们对参加活动的家长评奖并发给奖品。另外在“母亲节”和“父亲节”时开展了“我为妈妈做一件事”和“领带设计”比赛，让家长感受到我园的教育具有亲情和亲和力。在后勤工作方面我们尽力做到家长满意。在膳食反面我们尽量满足家长的要求做到质好量足。色香味符合幼儿的饮食需要，在接送车方面尽量按家长的要求做好服务工作，并避免与家长的冲突。家长对膳食和接送车方面的投诉明显减少。充实证明：我们做好家长工作，家长对我们的信任就倍增。

五、坚持不懈地抓好安全工作和卫生保健工作

安全和卫生保健工作是幼儿园各项工作中的重中之重。一个学期以来我们坚持抓好这两个方面的工作不放松，为幼儿园的稳定发展提供可强有力的保障。

1、坚持严格的检查制度。每周五我们都对各班的用电及卫生工作进行检查，并在周一的园务会议上 检查情况，以 各班做好自己范围的安全、卫生工作。同时经常检查各种大型玩具和各班的在用电器，发现问题及时维修。为做好预防工作，保健医生坚持认真做好每天的晨检工作，并得到了 医生的赞扬，门卫坚持做好来访人员登记和报案巡查记录，确保幼儿园不受外界不安全因素的侵扰。

2、修订相关的规章制度，使安全卫生工作有章可循。在学期 我们根据区教育局的要求，订立了《门卫工作人员上岗制度》、《接送车辆安全制度》、《幼儿园24小时巡查记录制度》等，在制度上大大加强了安全管理的力度。

3、加强安全、卫生培训。增强队伍的安全和卫生意识，为此，我们无论大会小会都会把这两方面的工作放到议及日程上，对安全和卫生问题，无论大小都要提出来，提醒大家注意，把问题解决在 始状态。为增强大家的安全卫生意识。我们经常栽读媒体的相关报道，尤其是关于幼儿园安全事故的报道。同时我们还应对园内出现手足口病疫情的情况，举办专题培训班让保教人员掌握相关知识。由于工作到位，在本市发生疫情导致部分幼儿园的部分班级因此而停课时，我园却未受任何影响。证明了我园的防控措施有力、有效。

六、存在问题和下半年努力方向

1、加强团结，凝聚团队精神。

2、安全和卫生工作有待进一步严抓严管。

3、教职工的工作责任感有待进一步增强。

4、把做好家长工作放到日常工作的重要议及日程上。

5、尽最大的努力，广招生源。

过去的一个学期是我们创新教学，学习进取，致力于全面提升的学期。此间大家共同努力取及了一些成效。在即将到来的新学年我们更要认清日前幼教行业的新形势：竞争激烈，优胜劣汰。因此我们更要不断学习，不断进取，不断提高，加强团结，造就团结互勉，互爱互重的氛围。在水产幼儿园的大家庭里共同成长、共同进步；共同为幼儿园的发展而努力！

**第二篇：青年教师要善于学习**

青年教师要善于学习

石家庄外国语学校樊志勇

我是2025年来到石家庄外国语学校，到今年正好带了一届学生。这是我送的第一届学生，看到自己教过的学生取得了不错的成绩，一种成就感和自豪感油然而生。这三年，尤其是带毕业班这一年，也是我不断学习、快速成长的阶段。青年教师怎样才能快速成长，适应初中教学，尤其是毕业班的教学呢？作为青年教师的我把自己的一些心得写下来，希望能对刚刚走上工作岗位的青年教师有所帮助。

一、吃透教材，勤于学习。

作为青年教师，吃透教材是我们首先要做的事情。吃透教材就是掌握教材、熟悉教材、领悟教材，这是我们教师在实际教学中科学有效地进行教学行为的基础。我们不仅要熟悉每一本教材、每一课、每一个框题的内容，还要把每个知识点连成线，织成网，构建知识体系，这样才能驾驭教材，在教学中收发自如，游刃有余。比如我把初中三年关于法律的知识整理到一起，使之形成一个体系，讲授新课时从整体上把握，清楚每个知识点在这个体系中的地位和作用，这样讲起课来条理清晰，井然有序。我们知道2025年中考试题还是依然以课本为基础，每个试题都没有离开学科基础知识，所以青年教师要教好课首先要吃透教材。新课改对教师提出了更高的要求，我们不仅要准确理解教材，还要深刻认识教材，更要对教材活化处置。这就要求我们既要依据课本，又不能拘泥于课本。为此，我们青年教师还要多读书，古人说：“三日不读书，便语言无味”，我们要通过读书学习，拓宽自己的视野，提高自身素质和教育教学水平。人们常说，要给学生一杯水，教师先要有一桶水，随着时代的发展，新时期对教师提出了跟高的要求，教师拥有“一桶水”已经远远不够了，教师拥有的应该是“一条奔腾不息的河流”，所以我们要勤于学习，多读书，做一名适应时代要求的学习型教师。

二、研究中考，把握方向。

中考对教学有很强的导向性，作为青年教师，不管我们带不带毕业班，我们都要把近几年的中考题认真研究一下。我刚走上初中岗位时感到很迷茫，不知

道中考怎么回事，教学也没有方向，抓不住教学重点，教学效果可想而知。后来老教师建议我多研究研究中考题，我就把近三年的中考试题和考试说明找出来，深入研究每一道题，知道了中考考些什么，怎么考，从中明确考试范围，把握中考方向，探寻中考规律，抓住中考热点。这样自己的教学和复习就有了针对性，少走了弯路，减少了无用功。通过研究今年中考题我们会发现每道试题都没有离开学科基础知识，但没有一个试题是单纯考查对知识的再现或识记，学科基础知识成了思考、分析、解决问题的背景或支撑，侧重点是能力的考查。所以我们在平时的教学中既要重视基础知识，更要注重学生能力的培养。为了引导学生关注社会生活，关注社会热点，我们每节课都安排学生准备“时事述评”，这样开阔了学生的眼界，也提高了学生理论联系实际的能力，分析问题解决问题的能力。

三、学习他人，取长补短。

“它山之石，可以攻玉”。我们要多向老教师学习，我校有很多经验丰富的老教师，他们带过多年的毕业班，积累了丰富的教学经验，形成了自己独特的教学风格，都有很多值得我们学习借鉴的地方。我们学校的“蓝青工程”为我们每位青年教师都安排了师傅，我每次上新课之前都要先听师傅的课，我不仅学习他们如何传授知识，如何调控课堂，如何介绍答题方法，还要学习师傅身上的优良的品质、爱岗敬业和奉献精神。听完课再对自己准备的课进行修改完善，将学来的东西消化吸收，结合自身特点进行内化，然后再上自己的课。中青年教师思想开放，接触新鲜事物多，教学方式手段灵活多样，他们都是我们学习的对象。

四、认真反思，总结经验。

反思是学习的动力，进行教学反思是沟通教育教学理论与教育教学实践，迅速提高教师专业水平的有效方法。美国心理学家波斯纳提出教师成长公式：成长=经验+反思。俗话说的好“当事者迷”，我们往往对自己没有正确的认识，看不到自身的不足，缺少学习的动力。我们每上完一节课，无论准备多么充分，总会留下一些遗憾，我们也会在教学中发现很多新的问题。我们通过写反思，以一个“旁观者”的身份审视自己，一定会发现这些问题，寻找解决问题的办法，找到前进的动力。做一个反思型的教师，一堂课、一天教学后，通过对教学的各个环

节检查反思，积累经验，吸取教训，特别是要抓住教学片断，实例分析得失，只有这样我们才会迅速成长。另外我们不要把写反思当成一种负担，以一种积极的心态去对待它，这样才会收到事半功倍的效果。

五、参加活动，锻炼提高。

每一次活动对于青年教师来说都是一次学习提高的机会，比如说参加评优课，参加中考阅卷等等，我们都要积极参加。参加每一次公开课、评优课对自己都是一次煎熬，整个过程会使自己身心疲惫，有时还会受到“失败”的打击，但是，活动结束我们会发现，我们从中收获了很多。参加这些评优课、公开课可以发现自己的缺点和优势，可以激发自己最大的潜能，可以学习最先进的教学理念和教学方法，让自己受益匪浅。今年我参加了中考阅卷工作，感触很深：每天的工作任务重，责任大，再加上天气炎热，每天下来都累得筋疲力尽；但是正是中考阅卷使我对中考有了一个全面而深刻的认识：我对中考试题了解的更加透彻，中考方向把握地更加准确，我了解了中考的评分细则的制定，我发现了学生在中考中容易出现的问题。我相信这次阅卷工作对我今后的教学必将有很大的帮助。所以以后的活动我们都要积极参加，我们精力充沛，我们需要提高。

以上几点是我个人的一点体会和心得，我希望和年轻教师一道努力，勤奋学习，不断提高。

**第三篇：善于学习 用于实践**

善于学习

用于实践

——学做管理者代表的体会

戴吾善

从军工企业出来到民营企业打工，担任公司管理者代表已有9年历史。原来的基础是在厂里听过老师一天的课，介绍质量认证标准方面的知识，及第三方认证审核时参加过首末次会议，过程审核时拍拍照，做一点宣传工作，就这一点认知，可以说自己当时还是一张白纸。2025年初到新公司工作走马上任担任管理者代表，公司刚开展认证工作，已进行了二个月，请了两位咨询师在指导，每周来一次指导。

体系文件草稿已出来，我边学习边对照体系文件，不懂就请教老师，文件修改了80多处，第一次内审和管理评审在老师指导下完成。第三方审核开出5个一般不符合项，整改后报审核组长，全部翻船，这对我教训很深，感觉自己这方面知识的贫乏。第二年我以58岁大龄自费参加国家注册审核员培训，一次通过。此后，以三 工作在此行当践行。

一． 质量管理体系运行的实践者

我所在公司虽小，只30余人不起眼，可其产品上天入海。公司 为中科院上海技术物理研究所生产制造“神舟”飞船和海洋卫星用的超精密仪器，可谓“九天揽月”。公司为中船重工711所生产制造舰艇用动力装置中的关重件曲轴、连杆、缸套等，可谓“五洋捉鳖”。

公司为世界500强之一的上海爱德夏机械有限公司为上海通用汽车公司、上海大众汽车公司、一汽公司配套设计、制造汽车零件检具，并出口到日本、德国等。

由于涉及军品生产和汽车行业产品，体系运行要求都比较高。公司是上述三家的合格供应商，每年除第三方认证审核、监督检查外，还要接受第二方和军代表的不定期检查。

因此，光有ISO9001知识还不够，我自费购买和学习ISO/TS16949、GJB9001B—2025等标准的相关知识。公司每年内审、管理评审、第三方审核不符合项整改的90%以上工作是我一人完成的。日常体系运行监督、生产计划编制，采购计划编制、技术准备等工作都是我在负责。我在实践中学习。不断提高自己。

二． 质量管理体系建立运行的指导者

由于原来在军工企业搞过产品设计、质量管理、技术管理、厂 报主编等工作，对做质量管理工作很有利。作为管理者代表，最好是全材，样样都懂一点，精到不要求很精。但对产品至少要熟悉。俗话说“万宝全师缺一只角”。

因朋友介绍和邀请，做过几家单位咨询工作。体会到咨询工作比审核员难做。审核员朝南坐，别人也尊重你，怕你给他们小鞋穿。希望审核能顺利通过，不希望节外生枝。审核员不太懂的问题，可以回避，含糊一下就过去了。咨询员这二个优势都没有。现在搞体系认证的单位极大部分是民企、私企，挑一个人出来做管理者代表或内审员都找不到合适的人，勉强找出人来，别人你给他说一遍二遍就行了，他你要讲四、五遍，才知道一点点。今年给他讲了，明年再来，人换了，得从头再来一次。其次是私企管理带有家庭作坊式的管理，极大部分体系要求做的制度等均没有，你从头到尾都得帮他们搞起来。第三是应变能力差，开展咨询工作很费劲。

有一次内审员培训，一位学员问老师：“管理者代表为什么要在本组织管理层中指定一名成员？其他人行不行？”。国军标要求更高：“管理者代表应是能参加质量管理体系决策的最高管理层的成员，并具备履行标准要求的管理者代表四个职责所需的技术和行政管理能力。”

在我国，“官本位”的思想仍然很根深蒂固，尤其是在大型组织中，一位管理者权限的大小往往和其行政级别的高低密切相关，行政级别低的人员尽管是“钦差”往往也会调度不灵。所以基层员工是不能被指定为管理者代表。上世纪八十年代，质量上等级，全面推行TQC时，曾有一种说法，“质量管理部主任比其他中层干部高出半个头”，也是由于中国国情所决定的。

其次强调了两个能力要求。组织的最高管理者的工作千头万绪，毕竟质量管理仅是其关注的一个方面，他很难将全部精力集中在质量管理上，虽然他是第一责任人，因此，管理者代表作为最高管理者的全权代表，应对质量管理体系的建立、实施和改进承担组织、指导、协调和监控责任。一般单位都由总工程师兼管理者代表，这样技术和行政管理能力都能满足要求。笔者认为管理者代表最好至少达到实习审核员水平。当然也不是绝对的。做咨询工作，即是老师、又是学生，人家做得好的东西也学了不少，交了朋友，扩大了见识和知识面。对做好管理者代表很有帮助。

三． 审核和被审核时是最佳学习者。

曾做了几年国家注册审核员，由于是兼职，出去审核的机会极 少。加上咨询单位，和多家认证机构的审核员打交道，收获颇丰。向同行学习，文件怎么审、审核计划、审核检查表、不符合项报告、审核报告如何撰写。结合自己，换位思考，学习他们的长处、优点。特别是审核提出的口头或书面不符合项，我都会认真思考，特别是与我的看法有不同意见时，事后我一定千方百计找资料，学习、弄懂它。或直接和审核员沟通。这是针对性很强的学习，印象深刻，终身难忘。同行不是冤家，都是我的老师。他们的长处、优点我学习之，他们的不足也丰富了我的人生经历，也是财富。我弄懂以后，不会犯同样的错误。

例如：2025年我在一家公司搞咨询，国军标第二方认证，首次会议，总经理介绍我是技术副总，副管理者代表时，审核组长当场大声训斥，“叫我们好好学习标准，标准上什么地方有副管理者代表这样的职务”。后审核到某处时，又大声提到副管理者代表一事。弄得总经理很尴尬，我当场没有顶撞。审核过程中我私下给审核组长说：“副管理者代表不是本公司专利，在民品审核中，如建筑行业，连锁店，总部在某地，其他业务散布全国各地，设一副管理者代表很正常。”审核组长马上意识到不对，在末次会议后，工作午餐时，公开道歉，说他“孤陋寡闻了”。

事后我学习中国合格评定国家认可委，认证认可协会等三个部门编写的2025版《质量管理体系国家标准理解与实施》一书5.5.2管理者代表一节中就讲到“对于拥有一个以上现场或场所的组织来说，可以在每一处现场委派一个人作该区域的管理者代表，但组织质量管理体系应有一个总的管理者代表，只能由总的管理者代表对组织全权负责。”

还有如按国家标准生产产品能否删减7.3设计和开发，当时两位高级审核员持对立的意见，我查找了很多文件、标准、资料，充分的理由说服组织不能删减7.3设计和开发。

再有：一位老总说，按国家标准生产、产品合格，出了问题企业不承担任何责任。我又找出《中华人民共和国产品质量法》、《中华人民共和国侵权责任法》有关条款：《产品质量法》不承担赔偿责任的三条特例，在《侵权责任法》未被排除，也要承担相应责任。

总之，每解决一个问题，就提高一次认识，在履行管理者代表的职责中，学习、实践、提高。碰到的问题越来越多，学习和解决问题越多，质量管理水平提高就越快。

最后一点体会，质量管理工作一定要和经济利益挂钩，并考核到位。

（作者单位：上海东名工贸有限公司）

**第四篇：勤奋学习善于学习教案**

教学目标：

1、树立正确的学习观念。

2、正确对待学习压力，克服考试焦虑。

3、增强学习能力，学会逐步完善自己的学习品质。教学重点：

树立正确的学习观念。

教学难点：

克服考试焦虑的关键。教学过程

导入：

阅读赏析：媒体展示关于学习的名言 ★人生在勤，不索何获。【张衡】

★业精于勤而荒于嬉，行成于思而毁于随。【韩愈】

★聪明出于勤奋，天才在于积累。【华罗庚】

★形成天才的决定因素应该是勤奋。【郭沫若】

★成功＝艰苦劳动＋正确方法＋少说空话。【爱因斯坦】

★天才就是百分之九十九的汗水加百分之一的灵感。【爱迪生】

教师：上述这些名言给我们大家有哪些启示呢？ 学生：依据自己的思考感悟，自由讨论、交流。

教师归纳导入：以上名言都强调了做任何事情都要讲究勤奋，注重方法。推而广之，用之于我们学习，那就是要勤奋学习，善于学习。那我们为什么要勤奋学习，善于学习呢？带着这些问题，我们学习本课第二节。（预习：本课预习题）新授：勤奋学习善于学习

一、畅谈我们的学习

（过渡：为什么要学习）

教师：媒体展示《愉快的校园生活》一些精彩的场景或画面。

教师：从幼儿园到小学，从小学又到中学，我们大家在这样美丽的校园里学习生活了近十年，那么现在我们回想反思一下我们究竟为什么要学习呢？

学生：结合自身理解和反思相互讨论，合作探究，自由畅谈。

教师归纳：学习是我们人类的基本活动，是人们生活的重要内容。通过学习掌握知识，让我们打开通向世界的窗口；通过学习增长才干，让我们实现自己人生的价值……

（正确的学习观念及作用）

教师：学习的意义如此之重大，那么我们究竟应该采取什么样的学习行为呢？ 教师：引导学生结合文本P37“两类学习行为对比”畅谈看法。学生：选择并进而确立正确的学习行为。

教师：同样是学生，同样是学习，为什么会出现两种截然不同的学习行为？这主要是什么决定的？ 学生：思考，得出要有正确的学习观念。

教师：（1.正确学习观念的作用）正确的学习观念，可以帮助我们巩固良好的学习动机，选择恰当的学习方式，获得较理想的学习效果。对于我们中学生来说，需要确立怎样的学习观念？ 学生：阅读教科书回答，略。

教师：多媒体展示：（2.正确的学习观念）

1、读书是对社会、对自己的一种责任，是一种必须履行的义务；

2、我们必须培养学习的自信心；

3、培养积极的学习兴趣，养成良好的学习习惯，讲究学习方法；

4、确立终身学习的观念。

教师：通过前一框题的学习，我们知道：人生难免有挫折。其实学习也是一样，面对学习中的困难和挫折，不同的心态和处理方式会有不同的效果。当遇到困难和挫折时你会怎样对待呢？ 学生：自主思考，合作探究，自由交流。

教师：学生的主要任务是学习，在学习中既会有成功的喜悦，也难免有失败的烦恼。面对困难和挫折，我们要用良好的心态、浓厚的兴趣、科学的方法去克服困难，战胜挫折！（过渡）

教师：媒体展示“小宇的一封信”

老师：

你好！

我叫小宇，是一个初三的学生，从开学到现在，我的心情都不太好。因为妈妈和老师总说，初三是非常重要的一年。应该抓紧时间好好学习，将来在中考时能考上重点高中。但近一个多月，我经常出现紧张不安、心烦意乱、失眠等现象，看书复习效率每况愈下，模拟考试成绩一次不如一次，老师和爸妈由关心到埋怨使我痛苦不已，最近经常有大哭一场的冲动，还时常发脾气，真不想上学，不想参加中考！唉！我该怎么办呢？你可以帮帮我吗？

学生：小宇 教师：提出问题：

1、小宇遇到了什么困惑？

2、是什么让小宇产生了学习压力？

3、这种学习压力对我们产生什么影响？ 学生：自主思考，合作探究，自由交流。

教师归纳：要正确对待学习压力，学生交流总结压力与学习的关系。（正确认识学习压力）教师设疑：学生感受到学习压力往往是和什么联系在一起的？ 学生：回答略。

二、人在考场

教师：作为一种学习评价手段，考试是必不可少的。媒体展示一组“考场百态”的相关镜头，设疑导思：同样的考试，为什么有的同学感到比较轻松；而有的同学却非常焦虑？ 引领反思：考试中你感到

比较轻松，主要原因是\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_。非常焦虑, 主要原因是\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_。学生交流

学生：自主讨论，合作探究。归纳出（考试焦虑的原因）

教师归纳分析：考试的状态尤其是构成考试焦虑的因素是多方面的，它与能力水平、抱负水平、竞争水平、失败经历、身心状态等密切相关。

教师：引导学生结合文本P39“知识链接”领悟焦虑情绪的种种表现。

学生：通过介绍考试过度焦虑情绪的表现感悟出它给我们身心和学习带来许多不利的影响。学生交流对自己的危害（考试过渡焦虑的危害）教师：设疑

1、如何应对考试出现的过度焦虑呢？

2、克服考试过度焦虑的关键又是什么呢？

学生：结合自己的体验感悟，分析交流。

教师：结合学生交流结果进行简要归结，并结合文本P39小字材料进行行为指导。课堂小结：

我们青少年学生正处于长知识的黄金时期，学习是我们现在的主要任务，我们要培养学习兴趣，掌握学习方法，克服考试焦虑，做到勤奋学习，善于学习，为自己终生发展奠定坚实的基础。

课堂练习

**第五篇：党员干部要加强学习善于学习**

党员干部要加强学习善于学习

造就一支高素质的领导干部队伍，是我们贯彻党的决议，执行党的方针政策的前提条件。要造就一支德才兼备、高素质的领导干部队伍，就必须加强学习。对于领导干部来说，只有加强学习，才能与时俱进，跟上时代步伐，掌握领导工作的主动权。

党的各级领导干部是组织者和领导者，应该而且必须具有较高的政治素质和业务素质，只有这样才能成为合格的领导者，才能肩负起时代和历史赋予的重任。任务和责任要求各级领导干部必须重视学习，善于学习，不断提高自己的执政水平和驾驭工作的能力，始终保持先进性，始终站在时代潮流的最前头。当前的改革，各方面的任务繁重而艰巨，新情况新问题层出不穷，我们不熟悉不了解的东西很多，“切实抓好全党特别是领导干部的学习，比以往任何时候都更为重要，更为迫切了。”

当今世界，经济全球化在曲折中发展，知识经济蓬勃兴起，科技进步日新月异，综合国力竞争日趋激烈。进入新世纪，面对21世纪的机遇与挑战，我们必须“构筑终身\*\*体系，创造学习型社会”。这是顺应历史潮流、富有时代精神的战略构想，也是推动改革持续发展，实现民族振兴的必然要求。为实现这一目标，领导干部必须起先锋模范作用，变“要我学”为“我要学”，进而做到“终身学”，把工作、生活学习化，从而影响和带动身边的人一起学习，加快建设学习型社会的进程，促进和推动社会主义现代化建设事业的发展。

目前，加强和重视学习也是每个干部提高自身素质的需要。面对改革的形式，要做好工作，仅凭经验和热情是远远不够的，根本无法使工作向纵深开展。知识的老化、知识面窄、知识结构不合理等问题如不及时纠正，难以应对改革带来的各种挑战。作为一名领导干部，素质的提高是一个知识积累、知识更新的过程，因此，领导干部不仅要把学习作为一种自觉行动、一种美德来看待，而且要把它作为一种政治责任、一种思想修养、一种精神境界来追求，通过持之以恒、锲而不舍的努力，更新和优化知识结构，提高自身素质，增强处理复杂局面和问题的能力，从而更好地担负起党和人民赋予的重任。因此，在对待学习问题上，认识要到位，思想要重视，态度要端正，要认识到学习不是可学可不学的问题，而是工作的需要、形势的需要、生存的需要、发展的需要。

作为领导干部，不但要在思想上重视学习，而且要善于学习。当今社会知识爆炸，知识的发展和更新速度异常迅速，面对浩如烟海的知识海洋和繁重的日常工作，一个人的时间和精力是有限的，怎样摆正学习和工作的关系，如何在繁忙的工作之余安排好学习？在有限的时间内学什么，怎样学?

首先，要有所选择，突出重点。作为领导干部首先必须增强政治意识，“马克思主义的理论素养是领导干部素质的核心。”一个领导干部只有理论上坚定，政治上才能清醒，工作中才能有原则性、系统性、预见性和创造性，才能全面

正确地贯彻执行党的基本路线和各项方针政策。尤其当前面临改革的艰巨任务，科学发展观是在新的实践中对马克思列宁主义、毛泽东思想、邓小平理论和 “三个代表”重要思想的继承和发展，科学发展观这一重要思想顺应历史发展趋势，以执政党建设为重点，以推进中国特色社会主义经济、政治、文化建设和社会全面发展为基本内容，以实现中华民族的伟大复兴和社会主义现代化为目标，全面体现党的基本理论、基本路线、基本纲领和基本经验。科学发展观开辟了马克思主义发展的新境界。把科学发展观同马克思列宁主义、毛泽东思想、邓小平理论和“三个代表”重要思想一道，确定为党必须长期坚持的指导思想，实现了党的指导思想的与时俱进。

其次，要立足于提高素质，认真学习现代科学文化知识，不断更新知识结构，用新的理念指导工作，多读书，读好书，包括哲学、法律、历史、科技、管理等方面的书籍，用来指导我们的工作，使我们的管理工作根据的决策更具科学性，合理性。结合自己的工作实际、专业特点，认真学习，深入研究，有所创新，精益求精，力争成为业务上的内行，这样才不至于出现瞎指挥和决策失误，取得指挥工作的发言权和主动权。

作为领导干部，除了重视学习之外，还必须善于学习，除了向书本学习之外，向群众学习也是一个重要方面。群众是真正的英雄，群众中卧虎藏龙，是一个知识和经验的宝库。放下架子，虚心向群众求教，拜群众为师，甘当群众的小学

生，就会从群众中吸取无穷的力量和智慧，就会逐渐使自己变得聪明起来，成熟起来。注重调查研究，善于总结经验也是学习的一个有效方法，工作中遇到的各种矛盾和问题都有它的内在规律性，你掌握了它，了解了它，事情就会按你的意愿发展，反之就会碰壁栽跟头。所以，在工作实践中要提倡深入调查研究，抓住事物发展的规律和问题的实质，每处理一个事件，每解决一个问题，事前要调查，事后要总结，吸取经验，总结教训，日积月累，我们的经验就会越来越丰富，失误就会越来越少，就掌握了工作的主动权。结合实际向实践学习，也是学习的有效途径。学习书本知识是借用前人的成果，使我们在一个比较高的起点上站在前人的肩膀上前进。但是要继续推进知识进步、科技创新、社会发展，就要着眼于新的实践和新的发展，研究和思考我们所面临的重大理论和实践问题，研究和思考自身工作和生活中遇到的实际问题，不断地总结经验，不断发现矛盾和解决矛盾，推动科技进步和社会向前发展。

在提倡和推动领导干部学习的过程中，必须克服几种不良倾向：一是懒惰情绪。岂不知，在当今知识爆炸的年代，新知识新观点层出不穷，凭在学校学的有限的专业知识已不能适应丰富多彩的现实生活，另外，领导干部接触的是社会的方方面面，需要了解和掌握各方面的知识，需要的是全才。如果吃老本，不思进取，就会坐吃山空，就会影响自己的进步，贻误党的事业。二是强调工作忙，没时间学，把学习当成软任务。这实际上是对学习的认识问题，工作忙是事实，但也不是理由，节假日、茶余饭后的零星时间可以充分利用起来，少一些不必要的应酬，压缩一些闲聊的时间，提高工作效率，节约一些时间，都是可能办到的，所以只要有求知的欲望，时间问题是不难解决的。古人说得好，“工欲善其善事，必先利其器”。如果你的思想水平、觉悟程度、工作能力、领导艺术提高了，那么做起工作就会得心应手，举重若轻，事半功倍，反之就是瞎忙、乱忙，没有忙到点子上。三是搞形式主义，做表面文章，这种形而上学的花架子，即劳民，又伤财。

一个人高尚的人格、高尚的情操、坚定的政治信念，刚直不阿的浩然正气，都不是天生的，而是在后天的学习实践中锤炼而成的。不学理论不知历史的进程，不学科学不知天地的壮阔，不学古人之贤达不知人格之高洁。一个人无论职务高低，如果不善于学习、不重视学习，不思进取，就不会成为一个高尚的人、纯粹的人、有道德的人、脱离低级趣味的人。学习是一种修养，学好了就底气足，学好了在社会变革的历史潮流中就会有大境界、大气魄、大作为。打牢了思想根基，就会在任何时候任何复杂环境中头脑清醒，心明眼亮，不至于迷失方向，误入歧途。只有通过学习，用革命的理论、科学的知识不断地充实自己，完善自己，武装自己，才能使自己的思想境界不断得到升华，修养层次不断得到提高。只有通过学习，才能使自己始终保持与时俱进的思想观念，保持奋发有为的精神状态，保持开拓创新的工作作风。只有不断学习新知识，研究新情况，解决新问题，才能带领

群众共同学习共同进步，把各项事业不断推向前进，为教育事业做出新的贡献。

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！