# 爱岗敬业心得体会刘娟

来源：网络 作者：花开彼岸 更新时间：2025-08-09

*第一篇：爱岗敬业心得体会刘娟教师责任重于泰山——爱岗敬业心得体会教师——多么神圣的职业，他担负着培育祖国下一代的重任，作为一名人民教师，我感到无比的骄傲和自豪。十几年前，我还是一懵懂少年，什么都不懂。人生的一大转折点高中三年的学习生涯很快...*

**第一篇：爱岗敬业心得体会刘娟**

教师责任重于泰山

——爱岗敬业心得体会

教师——多么神圣的职业，他担负着培育祖国下一代的重任，作为一名人民教师，我感到无比的骄傲和自豪。

十几年前，我还是一懵懂少年，什么都不懂。人生的一大转折点高中三年的学习生涯很快快过去，高考也在紧张的气氛中结束了。记得高考报名的时候，母亲一再催促我好好看看《报考自愿》，结合自己估分情况选一所心怡的学校填写报名表，结果这个艰巨的任务还是落到了母亲身上，从各方面综合考虑，师范院校成为母亲的首选，听话的我没有参与任何意见，1999年9月我理所当然的成为了一名山西师范大学化学教育系的一名学生。当时的我只知道大学毕业后将成为一名教育工作者，对教师这一职业也只是从一些诗句如：

春蚕到死丝方尽，蜡炬成灰泪始干。教师是人类灵魂的工程师。一日为师，终身为父。

师者，所以传道，授业，解惑也。随风潜入夜，润物细无声。中有些许了解。

时间转瞬即逝，四年的大学生活即将临近尾声，三个月的实习让我对教师这一职业有了进一步的了解，真不愧于这些诗句的描述。2025年9月我怀着无比激动的心情，带着一颗赤诚的心踏上了工作岗位，而新学期的开学典礼上，代课方案的宣布让我欢喜让我忧，四个新高一班的教学任务落在了我身上，我深知任务的重大。摆在我面前的首要任务是如何适应新环境，角色上如何从一名教师转变为一名教师，来肩负200多名学生未来的的教师。我怎样才能不辜负学校的信任、家长的期望、学生的渴望呢？从有经验的教师那里我取到了真经：上好一堂课是做为一名教师的第一步。但作为一名青年教师想取得令人满意的教学效果，就要努力努力付出大量的时间和精力。我深知化学这门学科的特殊性，它知识点多并且凌乱，不像物理数学那样具有规律性，可以通过做题理解学习，也不像史地生一样凭记忆就可以得高分，它是两者结合体，是理科中的文科，即需要记忆琐碎的知识点，又必须通过大量的做题能将知识灵活应用，因此对教师的知识水平，归纳总结能力要求更高一筹。基于此，在学校组织的“师带徒”活动中，我通过拜师学习、不断听课、熟悉教材、了解学生认真备课进行教学，并且通过唱歌、和学生聊天等办法拉近我们之间的距离。可任何事情都不是想象中得那么简单，也可能是我慢热性格的原因，再加上缺乏经验和自信，第一年的教学任务完成不是很好，第二年我担任高二年级的文科化学教学任务，我内心深受打击，和同年工作的教师相比，我感觉像一只丑小鸭不被人关注、像是一个放任自由的小孩没有了父母的管教、像无家可归的浪者、居无定所，心无归属，内心彷徨，但这并没有打击我这颗勇于进取积极向上的心。

勤奋、进取、不断追求、兢兢业业、年轻有为成为了我工作的座右铭，使我有一股向上冲的劲。我坚信只要自己勤于奉献、奋斗不止、认真学习就会不断成长，教学业务水平就会提高。虽然教师不是伟人、不是英雄、不是明星，不会受人景仰、流芳千古、妇孺皆知，在这平凡的岗位上我仍然日复一日、年复一年重复地做着琐碎的小事，批改作业、辅导学生，因为平凡的工作，也会造就出不平凡的人身，行行都会出状元。我不会改变对教师这一事业执着的追求，年轻就是资本、就有干劲、就不能停止前进的脚步、就要不断的飞翔。

时间就这样在永不停息的努力拼搏中过去了，在“没有教不会的学生，只有不会教的老师”这句话的陪伴下，我渡过了十一年的教学生涯，在这十一年的工作中，我不断的探究，反思学习，完善自己提高自己，期间我也遇到了不少困难：不满周岁的儿子住在姥姥家，半个月才能见妈妈一次，做了心脏补片手术的婆婆没有享受到儿媳的照料，整天忙于救死扶伤的老公吃不上一顿像样的饭菜，家中的琐事更是无暇顾及。然而，当我走进教室，看到那一双双渴求知识的目光，一张张专注的面容，这一切一切的困难就都抛在脑后，化为云烟，此时的我深知做为教师责任的重大。因为我们的一举一动，一言一行都将影响学生，成为他们无声的路标，指示他们前行。经历了几年教学后，2025年9月又迎来了学校新一批的求学者，我再次担任高一年级406、407、409三个班的教学任务，此时的我相对刚走上工作时的我而言，已有了相对完善的教学方式，不论从知识方面，还是从认识管理方面都有了一定的提升。化学教学中那些琐碎零乱的小知识在我的大脑中已成为了知识体系，他们的输出方式也可与学生生活紧密联系，课堂上我还不时地输出一些小幽默来提高课堂学习气氛。总之，在教学过程中不论从过程与方法，还是知识与技能，还是情感态度价值观方面我都在努力完善，不论在教案纸上，还是学生学案上，还是课堂教学过程中我都深入贯彻三维目标，捷径全力地上好每一堂课，让我的学生在课堂上不仅能轻松学到知识，还能感受到化学知识在生活中的应用，认识到化学的重要性，更重要的是感悟人生，懂得生活。

多年的教学让我对“没有教不好的学生，只有不会教的老师”这句话感触颇深，对教师责任的重大深有感触，深深体会到“教师责任重于泰山”的深刻含义，在以后的教学中，我将不断去努力、拼搏，承担肩负的责任，完成我的使命，不愧教师这一称呼。

——人生无悔！

**第二篇：刘娟 国学经典学习心得体会**

国学经典学习心得体会

彭水县民族中学 刘娟

国学经典，是我们心灵宁静祥和的港湾。在物欲横流的今天，它如同沙漠的绿洲，滋润着饥渴、迷失的人们。

人的生命短暂，朝如青丝暮成雪，我们不可能拉长生命，但我们可以拉宽生命，提高自身生存的价值。教师尤需不断提高自身修养。其身正，不令而行；身不正，虽令不从。五德的温、良、恭、俭、让和五常的仁、义、礼、智、信，应成我们行为的至高标准。

旧中国围棋棋圣吴清源20世纪30年代在日本下棋前，总要诵读一遍《道德经》，尽管棋艺不被日本棋界认为高超，结果他打败了所有的对手，登上了围棋的顶峰。其实，正是“无为，无我，无欲，居下，清虚，自然”的思想，使吴先生心境澄明，发挥出最高水平。修身是齐家、治国、平天下的根本，小至治家，大至治国，可见其重要性。

教师应当严于律己，见贤思齐焉，见不贤而内省也，躬自厚而薄则责于人，纳于言而敏于行。一个人真正有大爱之心，真的很难，作为教师，至少做到爱生、爱家、爱自己。自己都不爱的人，不可能真正爱别人。一个人不可能完美，但可做得更好。教师需要淡泊名利。如果你的成功以别人的失败为代价，可能是真正的快乐吗？即使有愉悦，也是稍瞬即逝。

国学是我们中国特有的国粹，它承载着中华五千多年的文化内涵。跟伟大的灵魂对话，能滋养自身心灵。总之，国学经典教育是最优质的教育。让我们用国学来净化我们的心灵吧！

**第三篇：自荐信(刘娟**

自 荐 信

尊敬的领导：

您好！

当你在百忙中审阅我的自荐信时，我已为我自己在成功的道路上踏出第一步而信心百倍。

我是成都市新都职业技术学校的一名学生，即将面临毕业。

在这几年的学习生涯中我深深的感受到：与优秀学生共事，使我在竞争中获益；向实际困难挑战，让我在挫折中成长。追求永无止境，奋斗用无穷期。过去的成绩并不代表未来，勤奋是真实的内涵，是玫瑰总会开花，是雄鹰定会翱翔高空，在这样一个信息产业快速发展的时代，唯有不断学习和认真踏实才能做好本职工作。为了实现自身的价值，我选择应聘。寻找一个有广阔发展并施展才华的空间。我要在新的起点、新的层次，新的姿态展现新的风貌，书写新的纪录，创造新的成绩。我自信，来自我的能力，您的鼓励；我的希望托与你的慧眼。如果您把信任和希望给我，那么我的自信、我的能力、我的激情、我的执着将向您交出最满意的答卷。

“器必试而先知其立钝，马必骑而后知其良驽，我深信：只要我找到一个支点，就能撬起整个地球，只要给我一片土壤，我会用年轻的生命去耕耘，您不仅能看到我的成功，而且能够收获整个秋天。这就是我的自信和能力的承诺。

剑鸣厘中，期之以声。热切期望我这拳拳寸草心，浓浓赤诚情能与您同呼吸，共命运，同发展，求进步。请各位领导给我一个机会，我会用行动来证明自己。您一刻的斟酌，我一生的选择！

祝贵公司职业蒸蒸日上，屡创佳绩！

再次感谢您阅读我的自荐信！

附：个人简历一份

联系地址：四川省成都市石板滩建设村二社

联系方式：\*\*\*

附：获奖证书共3页

自荐人: 刘娟

专业：财会与市场营销日期： 2025年4月1日

**第四篇：调查报告(刘娟)**

食品安全的刑法保护的调查报告

食品安全指食品无毒、无害，符合应当有的营养要求，对人体健康不造成任何急性、亚急性或者慢性危害。根据世界卫生组织的定义，食品安全是“食物中有毒、有害物质对人体健康影响的公共卫生问题”。食品安全也是一门专门探讨在食品加工、存储、销售等过程中确保食品卫生及食用安全，降低疾病隐患，防范食物中毒的科学领域。食品安全与人民群众的切身利益息息相关，加强食品安全工作是构建和谐社会和全面建设小康社会的重要组成部分。

一、我国食品安全存在的问题

目前我国食品安全仍存在以下问题。一是上市食品超标问题依然存在。目前，食品卫生平均不合格率仍达8%左右，蔬菜农药残留超标率为7％，畜产品瘦肉精检出率为1.2％。据对7万多家食品市场检查，发现不合格散装食品19万多公斤，病害肉40多万公斤，假冒伪劣酒类案件9.5万件。二是流通领域食品安全法律法规缺失。总的看，商品流通过程中的法律条款仍相对粗疏。食品很多都是鲜活产品，从生产到销售过程中保鲜、贮藏等要求较高，应有相应的法律规定。此外，市场准入是一项行之有效的办法，但这项制度的实行尚缺少上位法的支持。目前，食品安全管理主要还是靠行政管理，亟需完善相应的法律法规。三是食品安全标准体系不够完善。我国有食品质量标准近3000个，而与流通有关的标准仅有100余个，相比于生产和加工标准数量差距甚大，流通过程保障食品安全的标准严重不足，即使食品生产质量合格，也难保不在流通环节出现质量安全问题。四是食品流通检测及环保体系仍不健全。调查显示，全国5万多家食品零售企业中建立检测中心的不足1％，全国2.6万家农贸市场配有

垃圾处理设备的不足1；消费者对任何一类食品安全性的信任度均低于50％。此外，检测体系不健全，还表现为各部门的检测工作缺少协调，检测力量缺乏整合，检测资源不能共享，快速检测的技术手段落后。五是食品安全信用体系建设亟待加强。我国社会信用体系建设刚刚起步，食品安全方面的信用体系建设仍相对滞后，该领域的企业信用数据的征集工作也处在小范围尝试阶段。因此，从总体看，掌握企业食品卫生质量的信用状况难度仍然很大，很难起到消除信息不对称，褒扬守信者，遏制失信者，追溯责任方，形成诚信经营氛围的作用。

二、造成我国食品安全问题的原因

（一）是市场管理不到位。我国市场区域广阔，各种交易场所如集贸市场、批发摊点、零售门店和小卖部等都出售假劣商品，管理部门人手不足，往往使整顿难以得到深入。

（二）是惩治力度不够大。长期以来，一些部门对制假售假的处罚办法主要是罚款，以罚代管、以罚代刑、一罚了之的现象比较普遍。刑法规定，售假5万元就可以追究刑事责任，但真正被追究刑事责任的制假者却少之又少。造假者的造假成本很低，赚的钱比罚的多，使得造假者感到有利可图，更加有恃无恐。

（三）是投诉索赔难度大。农民权益遭到侵害时难以讨到公道，如买了伪劣食品，遭受了损失，进行投诉时必须通过有关部门的鉴定才能找到证据，分清责任。而鉴定耗时长，费用高，很多农民承担不起。在索赔困难的情况下，很多农民即使发现买了假货，大多也是认倒霉而不去寻求赔偿。

（四）是管理人员执法违法。有些市场管理人员、食品卫生监督人员，拜金主义思想严重，由于收受了制假售假者的钱物，对

制假售假活动睁一只眼闭一只眼，上面有行动就象征性地管一管，有的还为制假售假者通风报信从中捞取好处。

（五）是鉴别能力差，自我保护意识弱。虽然有关部门和媒体经常提醒农民朋友增强防假意识和辨假能力，但农民的辨假能力不是一天两天就能提高的。虽然一些正规生产厂家不断投入资金，进行产品包装防伪标识的开发和宣传，但“道高一尺，魔高一丈”，造假手段也在不断翻新。

三、加强我国食品安全监管工作的建议

我国食品安全是当前食品安全监管的薄弱环节。无证无照生产经营食品，制售有毒有害食品、不合格食品、过期变质食品、假冒伪劣产品等现象在一些地区比较突出，严重扰乱了我国食品市场秩序，损害了我国消费者的身体健康。为保障人民群众饮食安全，构建和谐社会，必须加强监管工作，保障我国食品安全工作。

（一）是要加强领导，明确责任。必须强化政府的监管责任，切实加强我国食品安全工作。各级政府要对我国食品安全监管负总责，切实把我国食品安全工作放在突出位置，抓紧抓好、抓出成效。要建立健全我国食品安全监管责任制与责任追究制，强化监管人员的责任意识，保证人员到位、精力到位、监管到位。将食品安全工作纳入各乡镇、各职能部门的工作目标考核，形成一级抓一级，一级对一级负责的食品安全责任体系，同时各乡镇政府要与各村委会签订责任状，把食品安全工作任务分解、量化到村，构成全市我国监管网络体系，（二）是要部门联动，紧扣主题。质监部门要以全国整顿产品质量和食品安全工作的契机，与我国食品生产加工小作坊业主签

订质量承诺书，明确业主的责任和义务；工商部门要深入开展“我国食品市场整顿年”活动，制定我国食品安全经营示范店创建标准、我国食品安全经营示范店十项标准、食品安全监管责任书、商品质量安全承诺书、食品安全工作目标责任书、食品安全责任书；卫生部门要针对性地开展食品安全专项行动。通过各职能部门的紧扣我国食品安全整治这一主题，进一步规范本市我国食品市场，从而提升食品安全保障能力。

（三）是要加强种植养殖业监管，大力发展绿色食品。从源头抓起，切实保障农产品的质量安全，一方面要深入开展农药、药物残留、违禁药物滥用等专项整治，向农民普及安全科学使用化肥、农药等知识，从源头上防止农产品污染，另一方面要加强和完善农产品质量安全标准、检验检测、认证三大体系建设，强化农产品标准化生产基地建设和管理，大力推进无公害食品、绿色食品、有机食品产地认定和产品认证工作，扩大无公害食品、绿色食品和有机食品的生产。

（四）是要抓好宣传，提高意识。针对我国消费者文化素质普遍较低，无法辨别食品质量优劣与真假的实际，各职能部门要在做好日常监管的同时，将工作重点放在转变我国消费者的意识、思维、观念上，采取上街设置咨询点、宣传车、发放宣传资料、广播等多种形式开展食品安全知识的宣传。加快食品安全知识进课堂、进课程步伐，增强消费者特别是少年儿童的自我保护意识和识别能力，从而不断提高我国消费者的食品安全意识。

**第五篇：国培心得体会(刘文娟)**

心灵的洗涤

——我的国培体会 英语班 刘文娟

作为一名英语教师，我有幸参加了2025年国培。这是一个难得的学习机会，这次培训给我留下了深刻的印象。将近1个月的集中培训，他们深刻、睿智、幽默的语言不时让我有豁然开朗的感悟，感受到思想火花的冲击，这些对教育教学工作很有见解的专家以鲜活的案例和丰富的知识内涵，给了我具体的操作指导，使我的教育观念进一步得到更新。整个培训的过程就好像是一次“洗脑”的过程，给了我太多的感悟和启迪!同时又仿佛是一剂“兴奋剂”，给了我无限的工作激情和留下了太多的思索！

但有时实践的时候也会困惑，许多理念，方法放在我们的学生上效果并不显著。先进的课程思想和现实制度、学校现状的矛盾让我无所适从。但是总的来说国培还是让我收获良多。

一、践行师德规范，展现人格魅力。

新时期，新型师生关系，对教师的职业道德提出了新的要求，而“育人”是师德的终极目标。现实生活中，我们有时会在课堂上失去理智，生气发火，这除了伤害了学生的感情以外，别无他用；有时在课堂上喋喋不休，侃侃而谈，除了让学生耳根的茧子更厚以外，没有其他功能。如果我们可以这样尝试一下，当孩子上课走神的时候，提醒他，因为学习毕竟是孩子自己的事，他没做好，希望得到老师的帮助；当课堂秩序混乱的时候，不要对孩子大呼小叫，我们应该就教学对孩子没有吸引力反思自己，及时调整教学方法，把孩子们吸引过来；当孩子没有完成作业的时候，原谅他，帮他找出原因，促使他按时完成，使孩子充分体验完成作业的成功感；当孩子犯了错误时，耐心一点，调查清楚事情的来龙去脉，找出孩子存在的问题，有的放矢地去跟孩子交谈，帮他认识自己的错误，这才能达到我们育人的目的。我们体验到，教师只有在促进学生全面发展上下工夫，当好人师，为学生树立楷模，才能实现真正意义上的“一切为了学生”。在教育工作中，教师的人格魅力对学生起着潜移默化的作用。而教师的人格魅力来源于什么呢？来自渊博的学识、精彩的课堂，就像黄冈市实验小学张卫老师的课教学设 计要精巧别致，语言要抑扬顿挫、有感染力。听了这堂课我感触颇深，我的课堂教学也有缺陷，有时上课调动不起学生的积极性，整个课堂非常的死板。我缺乏的正是白云老师讲的要多鼓励、多表扬学生，作为教师在课堂上注意与学生的交流碰撞，老师不仅要讲授知识，还要启迪学生智慧，展开互动研讨，开发创新思维。学高为师、身正为范，人格是教师的最高学位，“无德何以为师”真是至理名言。

二、培养兴趣，提高积极性

我们要给孩子创造一个良好的语言环境，让学生在班级内部能多用用英语进行对话。同时，作为教师都知道，兴趣是学好每一门知识的最好的老师，培养学生的兴趣，就等于将学生领进了这门知识的大门。为此，我们在日常的课堂教学中应该以培养学生的学习兴趣。

三、善用教学资源，营造乐学氛围

听了湖北省水果湖第一小学名师白云老师的讲座，让我知道要善用英文儿歌，因为它旋律活泼优美，歌词简单，学生能在欣赏的过程中会不由自主地歌唱。因此在教学过程中，可以经常播放一些英文歌曲。把单词带进一首旋律优美的歌曲中，使学生听得兴致勃勃，唱得乐此不疲，这样学生在玩中学，兴趣高自然也把新词记住了。

还要巧动手制作些卡通图片，化复杂为简单，化简单为形象。使课堂语言活动更加丰富多彩，思考这节课要教会学生什么知识，只有思考了，才知道自己要怎么教。

四、认真组织课堂活动是课堂教学的保障

要上好英语课，教师在课前必须要进行大量、细致的准备工作，才能在课堂上组织好学生和学生，学生和教师多方的互动活动。努力创造与学生生活实际想接近的情景，让学生在活动中大声的用英语说话，在学生的说中不断熟练英语的发音和应用，训练学生的听说能力。使学生在语言环境中使用、学好英语。教师还要充分利用教材，采用对话，动手制作，形体表演和歌唱等多种形式来展开活动，在学生学好英语的同时培养学生的学英语兴趣。此外还要重视学生在课余时间对英语的训练，我经常开展课外活动，让学生利用自己所学的知识相互对话，内容不限。鼓励学生课下用英语相互打招呼和作一些简单的交流。

五、教师必须多读书、丰富自己的知识、提高自己的修养

白云老师说：“我们教师需要的不仅仅是书本上的专业知识、更需要的是渊博的知识、教育的智慧，我们要改变的是过去的老师的形象，我们要做一个有智慧、有爱心、让自己快乐也要让学生快乐得人，要想让自己的课讲的更好，更加的吸引学生，就必须提高自己的个人素质”。什么是教育？全国教师模范汪金权老师说过“教育首先就是爱，爱他的学生，没有爱的教育不是真正的教育，培养对学生的爱就是要帮助学生克服成长的障碍”。名师的一个个独特的观点真的是引起了我深深的思考，我们在面对学生的时候过多关注的是学生的成绩，学生在繁重的学业负担下似乎也变得麻木，没有动力，如果我们能让学生感受到他今天的努力就是明天获得美好生活的能力，拥有幸福的能力，那学生就会更多的发挥他们自动自觉的一面。只有课堂上的生动语言和有深度的提问才能吸引学生，激发学生的学习兴趣。只有提高了自己的文学修养，才能讲出生动的一课。因此，我们必须多读书，读好书，努力让自己成为一名优秀的语文教师。

六、应用现代技术，提高教学成效。

各位一线名师的讲座让我深知二十一世纪是信息时代，身为教师如果不懂得计算机，不懂得网络，就是新时期的文盲。而且网络的确给我们带来了极大的方便，不同地域，不同风格，不同教师同授一堂课成为网络时代的特色，它完全打破了时间、空间的限制，大大开阔了教师和学生的视野。通过曹贤中和徐少雄老师的信息培训，我学会了以前许多不懂的东西，尤其是Excel表格的相关功能。以前，自己在教育教学中遇到问题，总想外出学习，去见识一下先进地区的教学；有时候就一个观点想与更多的老师进行探讨，但总是受现实情况限制，得不到实现。“网络教学”使我先前的想法变成现实，能够跨越地域与其他教师进行互动交流，得到优秀教师示范和专家的引领，相信我的课堂会越来越生动，效率会越来越显著，教育教学水平一定会得到更大的提升。

七、我们还要做一个幸福快乐的人

你会寻找幸福吗？怎么才能幸福起来呢？王金涛主任说过：“人生幸福离不开自己的职业，人际关系和健康的身体。”我们首先要弄清楚，幸福要靠谁来给，是别人，还是自己。外在条件对幸福是否重要呢？回答是肯定的，当然重要，每个教师都希望自己得到别人的认可，都希望自己的辛苦努力能够得到高回报，都 3 希望自己的境遇非常好，所以我们都在努力的改变着我们的生活条件、工作条件、人际关系，但这些外在的条件往往改变起来很不容易，所以面对短时间内我们无法改变的外界条件，我们应该采取的态度是，现实的从自己能够影响的活动中创造幸福、体验幸福、享受幸福。只要教师是一个幸福并快乐着的人，才会让学生感受到幸福并快乐，我们的社会需要的也是培养出更多的幸福并快乐的人。

我认为做教师是幸福的，在我们的物质待遇不断提高的同时，精神世界更丰富。从事教师职业，与人打交道、与人沟通，经常感受人的智慧、情感，在这个过程中，不断丰富自己的精神世界，可以提升自己的人生品位。所以，教师应当以开阔的心境、愉快的心情看待自己的职业。从对工作目标的不断追求中培养自己的职业情感。而每一次的成功，都会带给你快乐、喜悦和成就感。教师正是在一次次成功的愉悦中，不断培养和加深对职业的情感。在工作中保持信心，端正态度，这样就能化沮丧、挫败为乐观、自信与成功，有效地克服倦怠心理。

总之，这次培训使我受益匪浅。在以后的英语教学中我会认真钻研教材，认真备课，充分利用英语资源，将信息技术与学科很好的结合，提高自己的英语教学水平，把教育教学工作做得更好。

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！