

教师自我规划方案(优秀5篇)

为保证事情或工作高起点、高质量、高水平开展，常常需要提前准备一份具体、详细、针对性强的方案，方案是书面计划，是具体行动实施办法细则，步骤等。我们应该重视方案的制定和执行，不断提升方案制定的能力和水平，以更好地应对未来的挑战和机遇。下面是小编帮大家整理的方案范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

教师自我规划方案篇一

1、“教书者先强己，育人者先律己”，首先要提高自己的政治思想素质。教师的政治取向、道德素质、教育观、世界观和人生观对学生起直接影响作用。“学为人师，身为世范”，引导学生树立各种正确观念，教育学生学会求知、学会做人、学会创造，培养学生成为与时俱进的新型人才。

2、促进个人专业发展，确立教育教学新理念。

(1)发展和学习就应是自主的，而不是依靠外部的。总之，个人就应成为自己发展和学习的主体、主人。

(2)发展和学习就应是可持续的和长期的。要认识到，个人的专业发展是分阶段的、连续的，教育的知识也在不断的增长和更新，因此，发展和学习不可能是一次性的，就应做好长期的规划和心理准备。

(4)善于思考，在实践中探求、感悟。

要坚持用脑子工作，力争做到在反思中扬长补短；在审视中甄别；在前瞻中创新。时刻把工作与思考相结合，在思考中工作，在工作中思考，创造性地开展工作。

(5)乐于动笔，提高教育科研水平。认真阅读教育教学杂志和

理论专著，及时积累专题研究的第一手资料；尝试进行教学案例的分析，学期结束时完成教学案例2篇；透过撰写论文，把自己的专题研究从实践层面提升至理论层面。用心撰写教育教学论文，不断提高论文质量，力争每学期至少有一篇论文获奖或在县级以上报刊杂志上发表1篇论文。

4、继续更新自己的专业知识，“要给学生一滴水，自己务必要有一桶水。”当今世界，科技突飞猛进、信息与日俱增，社会各个领域的科学知识不断由单一走向多元，不断向更深更广的层面发展。“当今时代，是要求人们务必终身学习的时代。学习一切反映当代世界发展的新知识，学习做好工作所务必的一切知识。”注意搜集专业发展的新动向、新信息，不断更新知识，以适应时代发展的要求和学生学习的需求无疑是当代教师一项富有挑战性的目标和任务。

5、注重个人素质的培养，不贪名利，切实提高自身理论水平和业务水平，力求为学生创造最好的教育。从为应付考试到为有利于学生今后的发展带给方便。

教师自我规划方案篇二

舞蹈作为教育内容和手段，不仅可以培养教育对象具有健美的身体姿态，培养动作的协调性、节奏感，而且可以抒发和表达感情，加强相互交往，美化生活，培养良好的道德品质。今天本站小编给大家为您整理了舞蹈教师自我规划总结，希望对大家有所帮助。

在这一年里，充满了快乐、激情、辛苦、泪水、感恩、收获。现对本学期工作作一个总结，以利于以后把工作做得更好。

长沙天骄艺术学校舞蹈班在六艺天骄总园开设了提高班、初级班，在各个分园开设了四个班。学生人数有一百之多。在舞蹈提高班的都是5-6岁孩子，大部分孩子都是学过舞蹈的，

有的孩子还是学了两年以上舞蹈的，有一定的舞蹈基础。有大部分孩子都参加过大型舞蹈的演出和比赛，有一定的舞台经验。有少部分孩子没学过舞蹈，没有舞蹈基础，有个别孩子的舞蹈感受较差我们采取个别教育的形式。在初级班都是3-4岁的孩子，大部分孩子都是没学过舞蹈的，没有舞蹈基础，有的孩子还是学了半年舞蹈得的，有一点舞蹈基础。少部分孩子参加过大型舞蹈的演出，有一些舞台经验。孩子们都很喜欢舞蹈，孩子们都很喜欢舞蹈，对舞蹈很热爱，都是自己踊跃报名参加的。个别孩子是在家长的引导下来学习舞蹈。

我们的舞蹈课程是根据孩子们的身体发展特点及其心理发展的需要而开设。舞蹈教学的目标是：1、培养孩子喜欢跳舞的兴趣和舞蹈时愉快的心态，能大胆的进行表演。2、认识身体基本部位，并对这些部位进行松弛、伸展和灵活的进一步训练。(手腕动作、头的动作、胸的动作、腰的动作、腿脚的动作)3、基训初步做到颈立、背直、腿直、脚绷等要求。(横叉、前腰、跪立后腰、起胸腰、后吸脚)4、能初步认识教室的8个基本方位点与自身的基本方位点。5、舞蹈教学进行音乐反应、节奏、模仿、游戏、基训、组合、舞蹈表演等综合训练。那么舞蹈教学内容：1、《中国舞蹈考级一级教材》、《幼儿舞蹈基础训练教材》《中国舞蹈考试二级教材》、《中国舞蹈考试三级教材》、《湖南省舞蹈考试一级教材》、《中国舞协美育教材》等。2、自编品舞蹈：《我爱洗澡》、《蓝精灵》、《春天在哪里》、《小小兵》、《咚巴拉》、《小螺号》、《扭秧歌》等等。3、基训：横叉、前压腿、后弯腰、跪立下腰、起胸腰等等。

一学期下来，孩子们的学习进度很快，每堂课的内容都能够基本拿下，经过长时间的练习与复习，很快看到了孩子们的收获及较好的成果。首先，孩子们的身体发育阶段与我们的教材《中国舞蹈考级一级教材》的目标相符合。它主要是培养孩子们初步做到颈立，背直，腿直，脚绷等基本要求，并能掌握横叉，竖叉，腰，腿的基本功训练。更重要的是能够

喜欢舞蹈时的快乐，能够大胆的进行表演，跟着音乐节奏来进行舞蹈组合训练。其次，孩子们的心理发展需求与我们创编的舞蹈《我爱洗澡》、《蓝精灵》、《春天在哪里》目标相符合。主要是培养孩子们能够大胆的进行想象，带上自己的情绪进行表演，进行音乐节奏反应，并且能够与同伴之间的友好合作。孩子们的表演欲望兴致很高，舞台经验、比赛经验较丰富，今年的几次大赛也有点收获。

6月份，所有孩子都参与了大型的舞蹈表演，我认真负责完成好“六一儿童节”活动，执行导演好整场活动圆满完成。

7月份，举行的七彩阳光全国电视大赛《蓝精灵》、《吉祥三宝》获得二、三名进入北京决赛。并且双双获得湖南赛区的银奖，我获得了“优秀辅导员奖”！

10月，终于迎来了六艺天骄建园十周年的大喜日子，幼儿园十周年园庆节目演出活动，在省、市、县、园领导的高度赞赏评价下观赏了整场演出活动。我们圆满的成功的完成了这次重大的有着深刻历史意义的活动！

为了保存幼儿园十周年活动的文化艺术，这次的活动尤其有着重大意义，我们把这些节目活动完整的巩固与复制。进行重新挑选演员排练，培养新一批的优秀孩子，给他们一种更大更好的挑战与锻炼。现在在适当的时间里，我们自编自创了很多的小节目，有独舞、独唱、小组唱、双人舞、大合唱、集体舞等等。

为了让家长们更加的了解孩子在校的舞蹈学习情况，提高舞蹈兴趣班的教学质量，提升教师的教学方法，把长沙艺术学校舞蹈兴趣班办得更好，希望家长、教师们互相学习、探讨更好的教学方法。特开展了累计八次舞蹈兴趣班汇报表演家长开放日活动。这几次的活动我和配教老师带领孩子们进行了舞蹈表演，由于活动一直由情感这条线贯穿，而且富有游戏化，所以孩子们都很感兴趣，每个孩子都很喜欢随着音乐

舞蹈。那舞蹈活动汇报目标：1、培养幼儿喜欢跳舞的兴趣；2、能够大胆的在集体面前表演节目，充分展示自己的才艺；3、通过汇报活动将本学期所学的舞蹈内容给予体现；4、增进大人与小孩之间的共同合作表演交流。

在活动中，我能尽量照顾到每位幼儿，尤其和孩子交朋友时，孩子个子矮，够不到我，还得使劲抬头看我，针对这一现象我及时的半蹲下来，让孩子能够近距离的接触我。在大家一起跳舞的过程中，有个孩子年龄很小，看见了妈妈就开始要妈妈了，不愿意跳舞了，我及时给予鼓励了，大家都给与掌声了。我发现个别的孩子不能找到朋友，即使是找到朋友的幼儿表情也不是很高兴，于是我在提醒幼儿注意听音乐，跟节拍的同时，引导幼儿要微笑、开心，能够面对面。孩子们经过我的提示都能表情灿烂的找朋友了，当找到朋友时还会兴奋的告诉我。通过此事使我想到了，教师在进行集体教育活动时，在面向全体的同时，一定不可忽略关注个别孩子的发展，要想办法树立他们的自信，引导他们喜欢学。

舞蹈汇报活动最具有互动性那就是家长与孩子之间合作表演：游戏《碰一碰》，每个家长都能积极配合，而且将此游戏完成的很好。孩子和家长之间增进了更深的合作。我的心里尤为感动，孩子们心里乐滋滋的。因为孩子可以当老师了，教自己的家长跳舞，他心里是特别的开心！我还买了点孩子们最喜欢的小礼物送给了他们，孩子是最需要鼓励和支持的，尤其当孩子取得了赞扬的时候，更需要的给与一定的奖励的，像孩子们辛苦努力了一学期，今天精彩的表现自己，还不是希望大家给与肯定？是的，当孩子在接受那份奖品的时候，他是多么的高兴和自豪，是多么的能够自信和珍惜自己的劳动成果！家长们更是心里暖和和的。

舞蹈汇报活动让家长给与了我们的肯定与支持，也让领导给与了我们鼓励与赞扬。也要感谢我们舞蹈组的朱桂萍老师付出了很多。虽然活动中有好的方面，但也有很多的不足。自己的舞蹈知识和音乐知识还待加强，活动过程如何设计更合

理，更适合个别幼儿的心里的幼儿的年龄特点。在活动过程中，我发现在目标制定上，还有些宽泛，不够细致，应该针对这节活动制定的更详细、更符合这节活动所要达到的目标，不能含糊其辞。在教学内容上还要更具体更适合个别孩子的发展需求。在教育形式上那更要钻研、多多实践和摸索了。

希望我们的孩子都能够参与到舞蹈活动中来，将我们的舞蹈跳出精彩来！也希望我们的孩子健康成长！愿我们的艺术学校舞蹈班越来越好！同时勉励自己能够创造出更多更好的舞蹈作品！相信不久的将来，我们也能成为自己的一个艺术团。不断地，时刻都有着上大舞台演出活动的优秀节目。让我们的幼儿在这里快乐的唱、快乐的跳！为舞蹈教育事业做出自己的贡献！

教学方面：我担任本校形体课和健美操课的教学。能认真备课，上课。广泛收集信息资料，与时俱进，不断扩充自己的知识储备，利用所教学科的特点不断向学生传授健身理念、方法，为终身体育打下良好基础。

上形体舞蹈课，表面上看是锻炼学生的身体，增强学生的体质，使他们拥有一个矫健的身体，实际上在训练过程中，它对学生的性格也起着巨大的影响作用。形体舞蹈继承了芭蕾舞“开、绷、直、立”四大美学原则。学生通过打开“胸、肩、腰、膝、踝”等关节，傲然挺立，可以使整个身体能量内聚，重心上提，呼吸顺畅，克服胆怯和羞愧的缺点；教学中的慢动作可以改变学生遇事过分紧张，惊慌失措的性格，从而给学生的学习带来益处；难度较大较复杂的动作能消除学生性格上的好胜、自负的缺点，时刻谨记“山外有山，人外有人”的道理。课堂上我还利用团结合作型的舞蹈，帮助学生慢慢改变孤僻、内向的性格，逐步适应与同伴交往，变得和群和热爱集体。另外，在教学中注重教学方法上的直观性和参与性，狠抓基础动作的练习，使学生形成正确的动作姿态，为今后的学习打下良好的基础。利用与学生的互动，培养学生的自信心，通过让学生自己充当榜样来反复地从事成功的活动，

使自己不断有展示自己和成功的体验，使学生克服悲观、偏执、懦弱、自悲等不健康的心理因素，培养自信、自勇和自强的精神，对未来充满信心。

教学中，我把流行的有氧拉丁、瑜伽、普拉提等引入课堂，用来丰富课堂内容和活跃课堂气氛，使学生在轻松、快乐的音乐中结束一堂课的学习。

管理方面：我负责中文系三个专业的实践教学工作、协助系主任工作，这对于我来讲确实是个挑战。在工作中，我得到了系主任和教学处领导的大力支持，他们的无私奉献、爱岗敬业、一丝不苟、勇于开拓的精神给了我巨大的鼓舞。

1、本学期我组织策划了幼师、旅游专业技能汇报演出。在组织过程中我对每个节目的确定、排练的督促检查、节目的进展筛选到最后节目单的确定等都付出了很大的努力，为此我牺牲了大量的休息时间。演出的节目是根据教学内容确定的，此活动是对本学期技能课的一次检阅，也对学生专业技能的提高起到了积极的促进作用。省校领导和本校全体师生一起观看了演出，并对此活动给予了高度评价，充分肯定了实践教学工作的成绩，也给了我极大的鼓舞。

2、组织安排了旅游专业为期四个月、学前教育专业四十天的顶岗实习工作，在实习期间多次与实习单位联系，时刻掌握学生动态，做好学生的思想工作，由此及彼，摆事实、讲道理、话人生，来安慰鼓励学生，使学生能安心实习，体验了人生的酸甜苦辣。所学知识在实践中得到了充分的运用，同时在实践中学到了丰富的经验。从中涌现出很多优秀实习标兵，受到实习单位的一致好评，真正做到了双赢。实习结束后精心组织、策划了总结会，评出了“优秀实习生”，为她们披红戴花，号召大家向她们学习。并进行了经验交流，师生们受益匪浅，效果非常好。

3、理论与实践的结合大大提高了教学效果，实践教学工作做

到常抓不懈。带领学生去山海关南园幼儿园进行教学观摩，学生们受益匪浅。

4、组织成立了学前教育专业舞蹈队，师生们利用中午业余时间，排练舞蹈，准备参加河北省改革开放三十周年节目评选，大家都在努力着。

四、我作为学校工会文体委员，在校领导的大力支持下，发挥特长为校争光，积极开展全民健身活动，组织并参与了校级各种体育比赛和文艺演出，取得了良好的成绩。丰富了教工的业余文化生活，使校园活动丰富多彩。

岁月匆匆，转眼半个学年过去了，一学期的工作已圆满结束。在这一学期年里，我觉得自己在思想、工作、学习以及个人素质能力等各方面都进步，提高了许多。学期初，承蒙校领导和老师们的信任，作为一位本学期刚来的聘用教师的我在对校情完全陌生和经验不足的情况下去作带教工作深感责任重大，甚有几分惭愧。我回顾本学期来的带教工作应是遗憾与收获并存。带教双赢，使我得到的是更多的收获。下面就从几方面简单谈谈一学年来本人在各方面的表现情况。

一、重视自身建设,努力提高教学水平

学高为师,身正为范,教师职业要成个人永久职业,人必须永远保持学高这一范畴,逆水行舟不进则退,再学习终身教育就成了它的注解。半年来,我始终如一热爱教育事业,关心热爱每一位学生,热心为每一位学生排忧解难,遵纪守法,遵守学校的各项规章制度,在各个方面从严要求自己,努力提高自己的政治思想觉悟。这半年来,我负责现代礼仪这门课的教学工作,我认真备课、上课、听课、评课,及时批改作业、讲评作业,做好课后辅导工作,广泛涉猎各种知识,形成比较完整的知识结构,严格要求学生,尊重学生,发扬教学民主,使学生学有所得,从而不断提高自己的教学水平和思想觉悟,并顺利完成教育教学任务。除此之外,我还负责了学校的舞

蹈队选拔工作，仔细而又心细的挑选了一批具有一定舞蹈基本功的学生作为舞蹈队的新成员，为学校的舞蹈队注入了新鲜的血液，带来新的活力。半年以来，我还积极参加各类政治业务学习，努力提高自己的政治水平和业务水平。在日常工作中我服从学校的工作安排，配合领导和老师们做好校内外的各项工作。

二、为教育事业，为培养人才做贡献

在教学工作方面，我主要担任现代礼仪这门课程的教学工作，另外还负责学校舞蹈队的训练工作。虽然工作任务繁重，但是我仍旧经常保持良好的状态，认认真真地上好每一节课，完成好学校领导交给我的各项工作。为了使自己的教学水平提高，我坚持经常翻阅《中国传统文化与舞蹈》，《舞蹈编导学》等书籍，还争取机会多出外听课，了解课改新动态，掌握先进的教育教学理念，努力将所学运用到本职工作中。在教学中我本着乐于奉献教育事业的精神，不计较个人得失，和同事友好相处，小事讲风格，大事讲原则。三人行必有我师，积极向每一位老师学习，努力形成自己的教学风格。在日常工作的每一节课，我都做好充分的准备，决不打无准备的仗，在备课过程中认真分析教材，根据教材的特点及学生的实际情况设计教案，使学生真正喜欢上我所教授的课程。

教育教学水平，科研意识为目的，以抓教学质量，提高队员的团队意识为方法，促使舞蹈队在各项工作在原有基础上不断完善，稳步提高，更能够促使舞蹈队每一位成员从思想，理念，有一个新的跨越。

在我校开展的师徒结对中，我荣幸的成为xx老师的徒弟。在日常的工作中x老师经常找时间与我沟通交流，并且针对我的专业和个人的特点为其进行辅导，在不断的听课评课中介绍一些优秀的教学经验让我学习，丰富我的教学视野。在业余时间，她还向我介绍一些优秀的教学教育案例，与我共同研究，使我找出适合自己的教学模式课中，尽快成长为自主型教师。

这学期我还在团委的组织下负责学校舞蹈队的训练工作。我们的舞蹈队队员都是才挑选的新队员,学生缺乏舞蹈专业上的基础和知识是我们训练中碰到的最大问题,为了在一月初的素质教育活动中取得好成绩,我们大家认真挑选歌曲舞蹈,加班加点的训练,冒着寒风,忍着严寒,我们和孩子们一同努力,为了让孩子们能更好的表现舞蹈,我们采取示范,模拟等多种方法,调动学生的学习积极性和参与意识.终于功夫不负有心人,最终功夫不负有心人,舞蹈□xxx□表现内容丰富,感染力强,取得了良好的成绩。

教育是艺术,艺术的生命在于创新。教育是一项高难度的工作,要做好它,十分不易.但我相信,只要乐岗敬业,定会有所收获。因为我深深地懂得,一名新世纪的人民教师,人类灵魂的工程师,肩负着重大的历史使命和对未来的历史责任感.为了不辱使命,为了无愧自己的良心,我只能在教学这片热土上,做到更加勤恳.用自己的心血去拼,去搏!我的理想是不做教书匠,而要做一个教育家,虽然这不一定能实现,但我相信,在我不断的探索 and 实践中,我会成功的!

教师自我规划方案篇三

三年的历练足以改变一个人的言行,教师的三年以为这自我的成长,不仅在自身的学习上,而且要在教育的基础上得到“质”的飞跃。三年前,带着稚气、学生气、羞气来到天幼,和这所新兴幼儿园共同成长。三年中,靠着认真学、辛勤干、扎实做,给自身不断学习的机会。如今,三年的时光已悄然结束,只是的沉淀,经验的积累,让一个腼腆的我有自己的自信,多了一份成熟,多了一份责任。

对自己我知道,和别人不同的是,曾经的我一上台就会满脸通红,紧张是我的第一表现。经过三年,在一次次地教学,一次次地演讲等,渐渐地我克服着自己的缺点,尽量放松自

我，现在，虽然偶尔也会脸红，但我的经验告诉我，我变得成熟了、自信了，不再是以前那个动不动就害羞的小姑娘了。

在教育教学中，曾经的我只知道书中的只是，“古人曰”“长者说”，听的是老师的课堂，看的是书籍的内容，对社会经验一点都不知道。如今，三年的时光中，使我意识到，现实的生活经验才是学习中的好老师。各式的听课，让我看到同仁的教学是怎样的；一次次的摹刻，让我由第一节课到最后一节课有了新的想法；师徒结对、送教下乡等活动，让我不断地督促自己，提醒自己，给孩子带去最美好的记忆。常态课上，虽说不用像公开课那样仔细专研，但始终，对我来说是我成长的足迹，因此我尽量上好每一堂课，让孩子感受到我带给他们的快乐。

我为自己定下这样一个目标：我要做一个幼儿喜欢、家长信任、同事认可的老师，三年后成为一个大家都认可的班主任。为着这一目标，我坚持在自己岗位上不断努力前进，欣喜的是，工作一年以后，这一目标提前实现了，现在，我已走过了两年的班主任生涯，此刻我也感受到了班主任的辛苦与欣慰。班级的管理，各活动的开展，计划与总结，家长工作灯，都是在考验一个班主任的能力，既然我已提前走上这里，我将继续展现自己的能力，创造一个良好的班级。

风雨三年，感受着两届幼儿带来的欢声笑语，感受着同事间彼此的互助，更感受着自我点滴的成长，三年让我积累了生活的经验，面对这届快要毕业的孩子我感慨，我已不再是新教师，三年的历程结束了我的新星之路，接着我讲重新寻找下一目标，为新三年再次计划与实施。相信不远的未来，我的风帆将会树得更加高，飘得更加远！

1. 幼儿教师个人培训总结

2. 个人军训自我总结

- 3.个人自我总结范文
- 4.护士个人自我总结
- 5.个人总结, 学年自我总结范文
- 6.幼儿教师个人工作总结
- 7.幼儿教师个人培训总结三篇
- 8.幼儿教师个人培训总结四篇

教师自我规划方案篇四

- 1、教学方面的目标。在教学方面尽快实现思想上的转变，认真学习体育与健康新课标，并以新的理念指导学生使其主动参与并养成终生锻炼的意识。
- 2、教育科研方面的目标。以现代的教育思想，教育理念为指导，以先进的教育思想、科学的教学原则，正确的教学方法为前提，尽快由技能教育型向科研型转变，力争每年完成一到两篇高质量、高水平的论文或和课题研究。
- 3、学习和其他方面的目标。在搞好体育教学的同时，继续《学生心理学》的学习和研究，以便更好的与学生沟通交流，为今后的教学工作打下坚实的基础。

五、措施和条件

- 1、保障措施。为了更好的实施教师个人专业五年发展规划，实现即定的教学及科研方面的目标，把发展规划的每一个细项都能落到实处，我在制定五年发展规划的基础上，设定了一些切实可行的短期目标，并制定了详细的计划和保障措施。

一个规划的实施能否成功，既取决于个人自身的努力，也在于学校的大力支持和老教师们的悉心指导和帮忙，所以还请校领导和老教师们多多帮忙我，使我能够真正实现教师个人专业五年发展规划。

2、客观条件的改善。对于实现规划不利方面最主要的就是客观条件的落后，因场地的限制，很多教学资料都不能得到很好的实施，期望领导们能够给予更多的关注，尽可能的为我们体育教学创造更好的教学环境。

3、预期的成果及评价。我计划透过五年的时间，力争到达思想素质高、敬业精神强、具有较高科研工作潜力、专项结构齐全、专项特长突出、教学训练潜力水平高、能够适应中学教育教学水平发展需要的青年骨干教师的水平。

教师自我规划方案篇五

(1)、树立强烈的目标意识，认真学习、研究课程和教学大纲，明确本学段学习资料以及知识、技能、潜力等方面的要求，并有机分解到每一个单元、每一个教时，落实到每一个学生身上。

(2)、认真上课，注重课堂教学的有效性。认真对待自己的每一堂课，每一堂课争取有一个亮点，要逐渐完成从一个合格型教师向特长型教师的转变。提高__分钟的教学效率。(3)、认真研究训练。按照教育学、心理学的基本原理，科学地、有针对性地安排有效的训练，每次作业全部批改，做错的作业必须要订正并且批改，大面积出错的必须要讲评。同时，认真拟定辅导学生计划，使学习困难学生在原有水平上得到提高。

(4)、用心组织开展各类课内外活动。认真的、切合实际的评价学生。

(5)、在自己的班级中，努力营造尊重、赞赏、宽容的师生关系，加强师生的对话交流，构成个性的教育艺术。

4、同伴互助，碰撞思维火花。

5、勤于反思，促进自我完善。

(1)、“想大问题，做小事情。”学会思考教育问题，用心把先进的教育理念转化为自己的教育行为，从反思中提升教学研究水平。

(2)、对每堂课的成败及时地进行总结和反思，是对自身教学工作的检查与评定，是适时总结经验教训，找出教学中的成功不足的重要过程。

(3)、经常反思自己做人、做事中的不足，一步一个脚印，踏踏实实。

(4)、本期撰写教育随笔。撰写或发表有质量的教学论文。