

最新体育老师读书心得体会(通用5篇)

在现在社会，报告的用途越来越大，要注意报告在写作时具有一定的格式。报告的作用是帮助读者了解特定问题或情况，并提供解决方案或建议。这里我整理了一些优秀的报告范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

高中教师个人述职报告篇一

在教学工作中，我能兢兢业业，履行教师职责，认真钻研教学大纲和教材，积极进行教学改革，探索学生掌握知识的途径。做到了备好每一节课，上好每一堂课，批改好每一份作业，按时完成教育教学任务，努力去做一个深受学生尊重和信赖的老师；能积极向每一位老师学习，吸收好的教学理念；积极参加教研活动，吸取相关的先进经验，不断创新，努力提高自身的教学水平。并能利用网络资源、各类相关专业的书报杂志了解现代教育的动向，开拓自己的教学视野和思维。

(一)研究特色教学，因材施教，教学效果显著

作为高中教师，既要有奉献精神以及对事业不懈追求，又要有较高的业务水平。为此，我一直努力提高自己的教育、教学水平，从不敢骄傲。我深知教材的变化、教育形势的发展、学生实际情况的不同，教育、教学都必须与时俱进。教学中我针对高中三个年级的不同特点，贯彻因材施教的主旨：高一，侧重培养学生良好的学习方法，即养成教育，课堂上通过信息呈现、讨论、引进竞争机制、表演等活动，扩大学生的知识面，增强语用能力；高二，进一步培养学生阅读和表达能力，大量的阅读英语材料和写日记；高三，加强对学生能力的培养，训练学生综合分析能力，要求他们学会归纳各类知识的做题技巧，强化高考考点。在任教6年教学实践，上述做法切实可行，教学效果明显，得到同事的肯定、学生的好评。

任现职期间,我服从学校的工作调配,无论在何岗位,都能勤勤恳恳地做好本职工作。

(二) 积极参加教改,勇于创新,教研成果丰硕

任教以来我担任了10年本学科的年级备课组长,与老师们共同开发教研专题,探索教育改革的新路子。

(三) 参加继续教育提高业务素质

为了进一步提高教学水平,首先,我积极参加省、市及学校的继续教育培训,不断追踪教育科研信息;其次,常与大学老师保持联系,从网上浏览各地的信息,了解本学科的教育、教学动态、学习相关的教育教学问题,与其他老师一道完成相应的课题研究;再次,还利用工作之余研究教学法、现代教育理论。

本人还充分利用现代教育的有利条件,积极参加网络课程的培训,提高了独立开展、组织教研活动的的能力以及教育、教学课题研究的能力。

在学校开展的传、帮、带活动中,先后与赵老师、李老师多个有经验的教师结成对子,共同讨论如何上好每一堂课,提高教学水平。一方面认真学习他们的教学经验,为自己提供一些宝贵的教学素材;另一方面向他们学西如何分析教材,与他们探讨疑难问题。在极短的时间内形成自己的教学风格,并且能胜任高三英语的教学工作。

(四) 讲究教育方法、德育工作扎实

我主抓学生思想品德的培养,对学生进行理想、前途、做人等方面的熏陶开拓学生的视野。同时与学生谈心,了解学生心理状态,教给他们做人的道理、解决他们的思想症结、督促他们培养良好的行为习惯。

对于后进生我以感情投资为主,以希望为着眼点,关心爱护学生,以理服人,要求严格,做好跟踪,不断鼓励,家校结合,共同教育。

在高三最后冲刺阶段,鼓励学生勇敢面对挑战,增强对老师、同学的信任,同时提供一些宽松的氛围,缓解了心理困惑,从而得以全力以赴参加高考。

三、勤

高中教师个人述职报告篇二

班级文化是我们班级成员共同创造的群体文化,寄托着班级共同的理想和追求,激发着全体成员对班级的认同感、归属感和自豪感,从而形成了强烈的向心力、凝聚力和群体意识,进一步以高昂的情绪和奋发进取的精神积极投入到学习生活中去。

1、唱歌活动

(1)班歌

全班学生利用周会时间从政教处推荐的歌曲中选取六首歌,每天午间一首,唱歌结束后集体宣读《高350我的誓言》和《高350梦想之路之班级誓词》,此项活动一学期以来,我们坚持下来,并且成为班级的惯例,对学生的影响深远。

(2)生日歌

军训结束后生活委员将班级师生的生日统计出来,有同学过生日时,在黑板的左上角会写有“祝xxx生日快乐”,并且我们利用课余时间师生为他齐唱生日歌。

2、主题班会教育活动

一个学期以来，我们班级通过主题班会和黑板报开展了许多旨在从德育方面重塑学生的精神世界的梦想之路主题教育活动，从思想层面教育学生该做一个什么样的人。例如：《梦想之路之入学教育》、《梦想之路之目标理想教育》、《梦想之路之运动会总结》、《梦想之路之期中考试总结交流会》、《梦想之路之路途遥远勿忘初心的思想教育》、《梦想之路之密度操比赛活动得失教育》、《梦想之路之魅力教育》、《梦想之路之文明礼仪教育》、《梦想之路之成长反思教育》、《梦想之路之安全出行教育》、《梦想之路之榜样的力量》、《梦想之路之学期总结和新年畅想》。

主题鲜明的教育活动是学生全面发展的主阵地，不仅对学生进行了思想品德的教育，而且陶冶了学生的道德情感，培养了学生的文明行为习惯和健康的心理素质，形成了正确的班级舆论，德育的内容真正潜移默化地融会进了学生的心灵。

3、积极开展小组建设，强力推进课堂改革

我班课改班级目标是：不求人人成功，但求人人进步，做最好的自己。（横幅打出）为了实现这个目标，我们班级非常重视班级小组的建设。

(1) 选择组长

选择组长最重要的应该是责任感和具有一定组织协调能力，而不是成绩优秀。

(2) 合理分组

每组六人，根据学科成绩分上中下三层（代码为□a1 a2 b1 b2 c1c2）□讨论、展示时优先挑选bc层的□a层作必要补充，各科可以根据具体情况做必要调整。

(3) 小组长的培养

定期开展小组长培训，组织优秀小组长经验交流，班主任要把主要精力放在对组长的培养上，这是一份细致而又艰巨的任务，所以要有耐心和爱心。在这个过程中要做好小组长的思想工作，让小组长逐步具备诚实、刚正、以身作则的基本素质，在实践中不断培养组长的组织能力和协调能力。

(4) 组内文化建设

要不断创设小组内的文化建设，不断增强小组凝聚力，激发内驱力，实现更高层次的合作。我班通过主题周会对各学习小组的“小组名字”、简短的励志口号和激发组员奋进的目标，还有组歌在主题周会上进行了展示，效果非常好。并且还为小组购买了问题卡本，之后在和教师的交流中，他们反映小组合作学生的积极性非常高，效果也非常好。

高中教师个人述职报告篇三

学校每学期都会组织很多文体艺术等各项活动，以提高学生的素质，同时促进班级的集体荣誉感的培养，在学校和我部组织的各项活动中，我班学生积极踊跃参加，并取得了骄人成绩：

(一) 集体荣誉

1、我们350班和353班组成的九连在高一新生军训汇演中荣获“一等奖”

2、在第十一届秋季运动会中获得：

“高一年级集体跳绳比赛第三名”

“高一年级协力共进比赛第三名”

“第十一届运动会高一年级团体第五名”

3、在12月4号高一年级密度操暨歌咏比赛中获得三等奖

4、2014年1月，我班被评为“优秀班集体”

(二)个人荣誉

1、军训优秀护旗手□XXXXXX

2、军训优秀标兵□XXXXXX

3、校运会优秀播音员□XXXXXX

总结即将过去的一学期，自己认为还是干了一些工作，也取得了一些成绩，但成绩只能代表过去，工作中也存在着一些不足，如：学生偏科现象严重，行为习惯还不够规范，班级制度落实力度不足，有时自己也会头脑发热，处理事情简单化，对学生要求过高，对学生问题卡的检查落实不到位等等。在今后的工作中，我一定要发扬优点，改正不足，扬长避短，一定努力创建一个让班级里的每个学生都享受到爱，受到尊重，让人人得到发展的机会，人人有所追求，人人都体验到快乐和成功的和谐的家园。

以上为本人一学期以来班主任工作的情况，请领导和老师们批评指导，并借此机会，向关心、帮助我的各位领导和老师表示诚挚的谢意。

述职人：

20xx年xx月xx日

高中教师个人述职报告篇四

20xx年9月-20xx年7月，我在我们xx附中担任高x年段长，承担高x(1)□(2)班及(7)班一学期的xx教学工作，现对去年一年来的教育教学工作做汇报如下：

本人自参加工作以来，积极响应党的号召，落实党在新时期的教育方针和政策，认真学习各项教育法规，做到依法治教。平时能严格要求自己，坚持政治学习，努力提高自己的思想政治觉悟。在教学工作中服从学校安排，工作上勤勤恳恳，任劳任怨，能以大局为重，从不计较个人得失，尽心尽力做好自己的本职工作，用实际行动服务于学生，做到让学校放心，家长满意。

参加工作以来，在自己认真专研和别人的帮助下，本人的踏实肯干和虚心学习，很快就适应了高中xx教学，特别是每次的期中、期末考试成绩显著，并且所带文科班级在会考中取得全部及格和不错的优秀率的好成绩。学海无涯，学无止境，我深知终身学习的重要性和教师这项职业的特殊性，今后我会在此基础上更加努力学习，充实自我。

另外我还在业余时间主动加强了本专业的业务学习，认真做好每一年福建省的质检题和高考题，了解考试题型和方向，开阔自己的视野和思路，为自己的教学工作起到指导性的作用。“终身学习”，“培养学习型人才”是对全社会每一个人的号召，这也更是我们从事的职业的基本要求，并且比其它行业体现得尤为重要，知识的更新，教育思想的革新，教学方法的转变，更需要我们处处留心，向身边的所有人学习，只有这样，才能使我们清醒的头脑，正确的方向，渊博的知识，从容地应对学生对我们提出的新的要求。

在教学工作中，我首先把好课堂教学关，为了上好每堂课，自己总是认真钻研教学大纲和教材，精心备课，对教学重点、难点了如指掌，经常虚心向别人请教，潜心研究教材教法，

为了使学生更好理解所授的课堂知识，我非常注重根据教学内容寻找最佳教学方法，如充分利用实验教学，认真分析xx概念形成的过程，降低概念难度，易于学生理解；如有时候用多媒体教学的优势来模拟一些xx反应情景，展示实验所难以演示的过程，使学生在课堂上保持高度的集中，接受的知识更加的深刻。

其次，注重对学生的课余辅导，强调基础，强调基本知识的落实，不论是任教哪个年级，我都能够既注重尖子学生的培养，又能面向全体，从不歧视后进生，上课自习时间都注重效率的提高，对学生的要求比较严格，特别是专心听讲和课堂作业这两个方面，当然我也会耐心细致地回答学生提出的问题，指出他们的错误，分析错误的原因，所以一直都能得到学生的好评。

教学能力的提高还得益于在实践中学习，从事高中xx教学已经有了6年的时间，教学能力的提高一直是我的追求，并且始终不渝地坚持向别人学习，包括向刚刚分配工作的年轻人学习，他们有充沛的精力，有活跃的思想，这都是我们学习的地方；还经常性的听课，学有经验的老师对重点的把握和难点的突破，学习他们处理问题的技巧。边学习，边摸索，边体会，边创新，边巩固，形成自己的教学方法。

通过自己长期的积累与学习，教学方面取得了较好的效果，特别是任教班级，每学期的教学效果都较为突出，自己也因此被评为开发区优秀班主任，漳州市优秀共青团员，辅导学生参加漳州市xx竞赛也取得不错的成绩。

去年一年担任年段长工作，积极认真完成学校规定的各项任务，努力抓好学生常规工作，牢牢树立“年段工作无小事，事事都育人”的观念，对学生不放弃任何一个教育的细节和机会，包括：到校、就寝、自习、校徽、就餐、仪容仪表……，各个方面都作为一个教育的机会，全面注意学生习惯的培养，教会他们如何做人做事，待人接物，教育的任务

本身就不是单方面学习成绩的提高，而是全面的发展，由于狠抓常规管理，所带年段都有良好的学风和班风。同时很好地协调和组织年段老师的工作，组织学生的周末上课、晚自习等各项教学工作及在课余开展趣味活动。当然，在高xx会考前，我和我们会考科目的老师不敢怠慢，在学校领导的重视下我们开了教师和学生的会考动员会，使我们的同学在高二学科反向会考取得了很好的成绩，这是和我们学校领导的正确引导和年段老师的认真努力是分不开的。同时在每一的考试过后都会组织老师开质量分析，商讨对策，使我们的教学工作有条不紊的进行。

同时我也是认真总结反思，经常撰写心得体会，也促进了我教育能力的迅速提高，对学生科布置的“经验”“计划”“总结”从不打折扣，写作的过程是一个反思、整理、提高的过程，把它上升到理论的高度。

自己无论的教学还是管理方面还有待于进一步的提高，工作中的急躁和不自信是自己最大的缺点，希望能得到同事和领导们的帮助，让自己有进一步的提高。

高中教师个人述职报告篇五

尊敬的领导：

在这一年中，我时时处处以一名人民教师的标准严格要求自己，以创新教育方针为指导，以教好学生，让学生全面发展为己任，踏踏实实，任劳任怨。为使今后更好地开展工作，总结经验，吸取教训，先将本人在这一年来的思想工作表现汇报如下。

一年来，我时时处处不忘加强思想政治学习。严格要求自己，处处做同志们的表率，发挥模范带头作用。一年来，我从不因故请假，迟到，旷工。不怕苦，不怕累，总是以百倍的热情投入到工作之中。

一年来，我服从学校领导的分配，认真完成学校交给的各项工作任务。在教学中，我虚心向老教师请教，认真钻研新大纲、吃透教材，积极开拓教学思路，把一些先进的教学理论、科学的教学方法及先进现代教学手段灵活运用于课堂教学中，努力培养学生的合作交流、自主探究、勇于创新等能力。另外，本人在搞好教学工作的同时，还很注重教学经验的积累。

在搞好工作的同时，我还不忘与同志们搞好团结，尊敬领导及同事，真诚的对待每一位同志。

在这一年的工作中，我得到了学校领导，教师们及学生们的好评。但是，检查起来，所存在的缺点毛病也是不少的，还需今后努力改正。主要缺点还有以下几个方面：一是理论知识的学习还是欠缺，还存在有懒惰思想；二是工作虽然很努力，可是个人能力还有待提高，学生成绩进步不是很快。今后，我一定在校领导及全体同志们的帮助下，加强学习，提高工作能力，使自己的思想和工作都能更上一个台阶！

此致

敬礼！

述职人□xxx

20xx年x月x日

高中教师个人述职报告篇六

一学期的工作落近尾声。本学期，我校数学教研组工作继续坚持以邓小平理论及“三个代表”重要思想和科学发展观为指导。用心推进基础教育课程改革的实验工作，加强教师校本培训，全面提高教师专业素质。以课改为核心，注重课堂教学的主渠道，求真务实、强化改革意识、创新意识、开拓创新，发奋促进我校教育教学工作再上新台阶。现将本学期

的工作做以总结：

先进的新理念要走进课堂，教师是关键。教师是新课课程的执行者，来实践新课程，实施新课程、落实新课程，更重要成为新课课程的开发者和研究者、创造者。因此，要加强教师新理念的学学习，促进教师主角、课程意识、潜质结构的更高的提升。

1、进一步更新教育教学理念。新的教育理念是课程改革实验工作顺利开展的前提，为全面推进素质教育注入了新的活力，而教师是实施新课课程的根本主体。因此，我们切实认真组织教师开展了校本培训工作，每单周进行一次以校辅导，双周以组辅导的培训学学习活动。有专人讲座、集中培训、个人自学等多种形式相结合，为教师搭建学学习的平台，用心学学习新课课程，从而不断转变教师的理念。着重以实施基础教育新课课程师资培训为主要资料，先后学习了《数学课程标标准》、《小学数学教学法》等有关著述，不断提高认识，深化和发展，用心投入教学实践当中，体现课改的新理念；同时，每位教师都认真做好记录，及时反馈小结，交流心得感受，从而不断促进教师专业素质的发发展。

2、认真学习钻研教材，研究教法。课程改革，倡导学生主动参与、乐于探究、勤于动手、合作交流的潜质，更加突出教学观念，方法要有新的转变。我们着重以基础教育课程改革为核心，切实抓好教材研究分析工作。尤其对实验年级的教材认真进行了分析。同时还组织各任课老师也对教材进行全面分析、交流。大家畅所欲言，用心探讨学学习，对教材要有选取、加工的潜质。这样，促进了教师间互相切磋、学学习、共同发展提高教学潜质，从而团结一致，同心协力，构成教育的合力。

3、重视课改教研活动。在加强理论学学习中，本着以教师为主体，校本研究为载体，培训为依托，用心探索教学新模式。组织开展了教学案例分析工作，着重分析成功之举和败笔之

处，鼓励教师认真做好教学反思，每月一次及时总结、交流。按照认知规律，实践—认识—再实践—再认识，逐步反思实践中的得失，不断地总结经验、不断提升自我。对于优秀的反思，探索出的新方法、新路子大力宣传学习。此外，我们组织教师出外听课学习，学习别人先进的教学方法和手段。之后，我们集中评价、分析讨论、交流。各位老师都写好一份好的听课感受，切合实际谈出自己今后教学发展的方向。大家一致认为，要充分应用多媒体教学，重视学生自主探索，合作交流的潜质培养。要善于创设情境，激发学生学习的兴趣。

课程改革的主阵地主要在课堂教学中。只有在教学活动中才能真正体现“三维目标”。因而，我们十分重视课堂教学的研究，不断实施新课程改革。

1、组织教师进行了对前期新课程实验阶段的总结，着重谈做法，讲经验，提问题，出点子。尤其是对教学质量不高的班级进行评析，认真分析，找原因，找差距，定措施，并和教师进行学术讲活，真心交流、协商、学习，共同提高促进。同时，建立了老教师和年青教师搭对互帮小组，从而使我校的教学质量有所提高。

2、认真做好“二期课堂教学质量工程”活动。开展进行了课堂教学大联评活动。要求教师教学中务必体现课改的新理念，建立自己的教学模式。首先，教师人人登台，人人参与，每位教师都认真准备了一节高质量的课，由评价组听课评议，从中评选出优质课。其次，对评选出的优质课再进行公开示范课教学。这样发挥每个人的作用，宣传推广好的教学方法，建立新课程教学模式，促进本校的教学水平的提高。先后听了罗老师和明校长的公开课，这两节课都体现了课改的新理念，以人为本，重视学生自主探索，合作交流的潜质培养。同时注重评价激励，注重练习形式的多样性，层次性，趣味性的设计。最后，再次对年青教师的教学进行追踪、调查、指导、评价，使其不断提高教学水平。

3、认真抓好教研专题的研讨，校本培训的工作，促进教学方法的改革，充分体现课改的新思想，以人为本，培养学生合作交流，自主探索，参与教学的潜质。学校领导十分重视亲自组织进行校本培训，研讨，采取定目标、下任务、压担子、搭建教学舞台、教学研讨平台。人人确定专题，参与研讨，从而不断在教学中大胆研究、创新。在教研中校长，主任，教研组长首先进行了专题讲座研讨；其次，各位老师分别进行了专题讲座，课程总结等形式的校本培训。大家齐聚一堂，畅所欲言，用心探究，构成了一个良好的教研氛围。这样有利于不断借鉴、实践、创新，构成自己的教学艺术。

1、组织进行了教学教研活动，征集课后反思，教学设计，论文的评选活动。同时开展了“五个一”活动。即上好一节优质课，写一份优秀教案，写一篇优秀教学论文，编一份好的试题，制一份好课件。此外，还开展了信息技术教育，充分利用学校现有的设备进行务必的培训学习，虽然条件拘限但教师的用心性很高，有务必的收获。增强教师信息素养潜质是十分必要的，也是必然的趋势。今后，我们更要加强信息技术教育的培训学习，使教师更好地占有资料，共享学科资源，优化教学系统。

2、定期组织了教学检查工作。每月一次人人参与评价，及时小结反馈。这样能够加强教师之间学术对话、交流、学习，不断提高教师业务文化素质。

3、组织进行了一至六年级的数学竞赛活动。重视学生个性的发展。在竞赛的资料上我们首先由各位老师自己出一份试卷，然后再由教研组审议，补充，最后集中测试评卷。同时做好表彰评价工作，对期中，期末考试我们认真组织评卷，交流。并协助学校对考试中年级前十名学生和进步突出的学生都进行了奖励。这样更好地调动学生学习的用心性，激发学习的竞争意识，构成一个你追我赶的竞争氛围。

4、组织进行了期末复习计划以及经验交流活动。十二月中旬

我们进行了复习计划交流，各位老师都能结合实际，制订出切实可行的计划同时提出了十分好的复习措施。这样使教师之间互相学习，借鉴，提高。之后，我们又组织了复习经验交流，让有经验的老教师谈出自己好的做法，这样为年青教师带来了学习的机会，更加促进教师间的学习，提高教育教学质量，提高自身的业务素质。对于统考年级，学校领导十分重视，用心为其出谋划策，出外购买复习资料，创造一切便利的条件，共同提高学校的教学质量。

综上所述，这一学期，我们着重以课改为中心，认真做好课堂教学工作，用心实施课程改革。但在工作中也存在着不足。应对新课程，我们任重道远；应对新挑战，我们要迎难而上；应对新机遇，我们要全面更新自身的知识结构、潜质结构，用发展的眼光审视未来，在发展中不断地发展自我。只有这样，才能适应改革，适应社会，才能在新课程实施中有所作为。

高中教师个人述职报告篇七

本人自20_年参加工作，一直以来都是在任教。于20_年秋调入从事教学工作。在新的环境、新的岗位工作一学期了，蓦然回首，顿觉半年光阴弹指一挥间，回顾这一学年的工作，我心中时常在反思，我在本职工作中应该做些什么，做了些什么，做好了什么？有了这些追问，使我的工作更有意义。为今后更好的工作，现将一学年的工作做如下汇报：

一、思想教育方面

要想做一个合格的人民教师，首先应该有一个健康进步的思想。我在师德上首先严格要求自己，爱岗敬业，为人师表，热爱学生，尊重学生。我积极参加各种学习培训，我深知要教育好学生，教师必须先以身作则，时时做到教书育人，言传身教，以自己的人格、行为去感染学生。在工作中我积极、主动、勤恳、责任心强，乐于接受学校布置的各项工作任劳

任怨。

二、教育教学方面

上学期我在_高中担任一年级班主任工作，任教语文和数学，高中班主任工作是一项很繁杂的工作，每个班主任都有过酸甜苦辣，特别是高中低年级的班主任，既是老师，又是保姆，要带好一班孩子，教育好一班人，确实不容易。每个孩子都有自己的思想，他们渴望被理解，被尊重。在学生犯错误的时候我首先要蹲下来，以孩子的视角观察事物，用孩子能听懂的话和他们交流，倾听孩子的诉说，尊重孩子的选择，分享孩子的快乐。

下半年我到了_中心高中，学校给我分配了新的教学任务，任三至高中计算机和美术两门学科。同时担任大队辅导员的工作。负责微机室和少队室的日常管理。为迎接县局大联查充实少队室的摆放，我牺牲了很多休息时间，制作了几十个小作品。并在上好美术课的同时，教他们折纸和剪纸，学生们对美术课的兴趣大大提高。计算机课的过程也是繁琐的。上课时要做好上机学生名单记录；指导学生利用网络资源；解决学生在上机过程中遇到的问题；在学生下机后，要检查机器设备是否完好，做好记录；打扫好机房卫生，为学生提供一个良好的环境；为了更好搞好这项工作，与学生交流，了解他们的兴趣和所需，利用课余时间我还收集资料下载以便给学生共享。

在第二学期中，由于学校的人员有个别变动，学校领导安排我担任三年级班主任工作。就在我准备好接受任务的同时，我却查出得了甲亢。医生说这病最怕生气，最怕累。所以我无法完成这个教学任务。领导为了照顾我的病情，又让我担任原来的课程。因此，我深知学校对我的照顾，从此对自己更加严格要求，工作一丝不苟、精益求精，学期末，我不仅圆满地完成了这学期的教学工作，还完成了学校交给我的上报学生体质健康检测和教育技术装备任务。这两项工作虽然

都是复杂而繁琐的，但是我都认认真真的完成了。在第二学期的工作中，我没有担任班主任工作。但是只要是学校或者哪位教师需要我做什么工作，我都是欣然接受，并认真做好，从来没有怨言。

当然，过去的已经过去，我们总结过去是为了让未来更有经验可循。旧的一年已经过去，新的学期还未开始。最后我在这里向大家说声谢谢!感谢大家这一学期对我的帮助和照顾。在新的学期里，我要吸取过去的经验教训，不断地提醒自己，让自己向更高的目标迈进!