

论文体会与收获感悟 论文收获与体会总结 (实用5篇)

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。好的心得感悟对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得感悟下面是小编帮大家整理的心得感悟范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

论文体会与收获感悟篇一

刚开始系统的学习写论文，有很多东西还是似懂非懂，对怎样写好一篇论文还是没有把握。看了一些书和期刊，越看越觉得自己茫然。选修了这门课，金老师和吴老师向我们传授了对科研和论文写作的一些方法、感悟和他们研究经历，为我们对研究的认识开启了一扇天窗。他们的介绍一来是针对论文写作的有关问题给大家做一个介绍，转变大家过去对论文写作的错误认识，点燃我们对学术研究的兴趣；二来是为了鞭策大家再接再厉，指引大家在接下来大学的学习中自觉地研究和探索，提早为毕业论文做准备。

我们了解到其实研究的题目或方向来源于我们平时学习生活中思维思考的积累沉淀，只有勤于思考，善于联系实际，我们的大脑才能迸发出灵感。如果能做到这点，论文写作就不是一件困难的事。只需在平时的学习、工作中多学习，多观察，多记忆，多从实际生活中去体验、感悟。

这一过程本身就是很好的训练。

通过听老师的讲解以及自己对这一课程的领悟，我对论文写作也有了更深的理解，可谓收获颇丰。一有新发现，就立即记下来。课后做一些补充，还有批注，算是自己的心得。

对于选题有些人认为应选择现实关系紧密一些的问题，那些自己比较熟悉和有较多体会的问题或新颖的论题。有或者选那些社会上或学术界争论较多、亟待解决而自己又有一定认识的问题选那些自己积累资料较多，而且具有一定见解的问题以及那些与本学科建设关系密切的问题。这些问题对我们而言可能是新问题，也可能是老问题，可能是大问题，也可能是小问题。对于新问题，前人研究的成果很少，没有什么学术资料可供借鉴，需要我们开拓自己的思路，展开自己的联想，在这方面的研究，但也比较容易出成果。对于老问题，前人研究很多，积攒的学术成果也非常多，却不意味着没有什么问题可供研究。因为这诸多的标准不能全部都体现在一篇论文中。学习了论文提纲的大致写法以后，认识到提纲对于写出一篇好论文的重要性。提纲在整体上体现论文题目的目的性，要从各个方面围绕主题来论述，论证所要解决的主要问题，使论文和题目紧扣起来。因提纲应当是深思熟虑的结果，它体现了审慎的理性。

易的部分，但仍需要告诉读者：你的研究对象是什么？采用何种实验方法、计算程序。文献的总结回顾。一方面要把该领域内的过去和现在的状况全面的概括总结出来，不能有丝毫的遗漏，特别是最新的进展和过去经典文献的引用。然后就是分析过去研究的局限性并且阐明自己研究的创新点，这是整个引言部分的高潮所在。阐述局限性的时候，需要客观公正评价别人的工作，不要把抬高自己研究的价值建立在贬低别人的工作之上，阐述自己的创新点时，要仅仅围绕过去研究的缺陷性来描述，完整而清晰的描述自己的解决思路。我们写文章的时候，总是先写正文介绍自己的工作，最后才写引言部分。这样写通常是为了省事方便。但具体有没有什么缺陷，有待老师的指正。

正文是论文的核心组成部分，主要回答“怎么研究”[how]这个问题。正文应充分阐明论文的观点、原理、方法及具体达到预期目标的整个过程，并且突出一个“新”字，以反映论文具有的首创性。根据需要，论文可以分层深入，逐层剖析，

按层设分层标题。不要求文字华丽，但要思路清晰，合乎逻辑，用语简洁准确、明快流畅；内容务求客观、科学、完备，要尽量让事实和数据说话；凡用简要的文字能够说清楚的，应用文字陈述，用文字不容易说明白或说起来比较繁琐的，应由表或图来陈述。研究方法部分一般可以按照实验对象、实验设备、实验材料、实验记录、实验分析方法等几个方面来进行组织。实验对象一般是人或者动物或者是一些组织等等，它们的基本信息要描述明确。结论不应是正文中各段小结的简单重复，它应该以正文中的试验或考察中得到的现象、数据和阐述分析作为依据，由此完整、准确、简洁地指出：由对研究对象进行考察或实验得到的结果所揭示的原理及其普遍性；研究中有无发现例外或本论文尚难以解释和解决的问题；与先前已经发表过的（包括他人或著者自己）研究工作的异同；本论文在理论上与实用上的意义与价值；对进一步深入研究本课题的建议。不少人在写论文的时候会把results和discussion两部分放在一起写，但是大多数的论文都是分成两个部分。对于具体采用哪种方法，希望得到老师建议。这方面首先要有类似结果的对比，说明自己结论的独特性。其次，就要系统的阐述为什么会有这样的结果，方法可以有多种：从实验设计的角度，从理论原理的角度，从分析方法的角度，或者借鉴别人分析的方法等等。没有一定的规则，重要的在于将这个问题深入的阐述清楚，不能让人有意犹未尽之感。

在这次《毕业论文写作》课的过程中，我有了很多感想，写论文时要思路清晰，格式规范，有条有理地写。通过这次《毕业论文写作》课程的学习，我不但有了对专业论文如何选题更深入的理解，还学会了检索信息、收集材料、电脑排版和论文格式等多方面各种知识。可谓是获益匪浅。

总之，毕业论文写作课给了我不少的帮助。

论文体会与收获感悟篇二

——以学生为教育教学中心

近几周,我们学校老师都在沸沸扬扬地讨论,四有教师‘这一新生派事物。为此,我认真研读了__2014年教师节前夕在同北京师范大学师生座谈时发表的重要讲话《做党和人民满意的好老师》,深感触动。习_提出了好老师要,有理想信念、有道德情操、有扎实知识、有仁爱之心’的,四有’标准,让我看到了差距,明确了方向。2016年我被学生投票选为,我最喜爱的老师’,是我任教十九年来最崇高的荣誉,而习_的讲话,又让我树立了新的目标。

习_说: ,老师还要具有尊重学生、理解学生、宽容学生的品质。离开了尊重、理解、宽容同样谈不上教育。‘我自己是从事语文教学的,学术界经常提的一个观点叫,以学生为中心’,即,以学学生为中心的教学’,_所说的,尊重、理解、宽容’也反映了教育教学理念中,以学生为中心’的思想。

向的,学生应该尊重学生,教师也应该尊重学生。我们究竟该怎样尊重学生呢?我认为教师应该从以下方面关注和尊重学生:首先,要扪心自问,自己是否真的爱学生。爱是尊重的基础,如果离开了对学生的真爱,尊重只能是虚假的形式。尊重学生不是每日甜言蜜语,也不是对学生的行为事事迁就,而是相互间的一种信任,是一种爱,是一种心灵与心灵的沟通。唯有发自肺腑的爱,才能产生真正的尊重。其次,正人先正己,一个人发现别人的错误比发现自己的错误容易,而错怪别人也比检讨自己简单。作为老师,很多时候我们一张嘴就能说出学生的一大堆缺点:不守纪律、不尊重老师、作业不能认真完成、以自我为中心……试想,如果我们能站在一个和学生平等的位置上先审视一下自己:在教育教学中是否把学生看成了和我们一样平等的人?我如果处在学生的位置上我会怎么做?想好这些问题然后再审视学生,也许我们眼中的有些问题就不成为问题了。再次,深入理解尊重的内

涵：尊重不是顺从放纵，也不是简单地给学生面子。它需要我们老师更多地在课下单独与学生沟通交流，打开学生的心结。而教育学生遵守规则，培养学生的责任意识，更是尊重学生的更深层次表现。

二、理解学生，就是要站在学生的角度出发考虑问题，创造和谐的教学关系。关于理解，还记得，处于学生时代的我们总是嘴里高呼：理解万岁！理解，家长对我们的理解，老师对我们的理解，这些都是我们一直渴望被实现的。而静下心来想想，我们需要被理解的到底是什么？是努力过后，失望的成绩，容易挫败的心理，还是来自父母的压力和同学之间的竞争力。我想，当时可能我们最需要的就是和老师之间以朋友身份的沟通。

理解需要沟通，就沟通我觉得应该从以下几个方面入手：

（一）、磨去“棱角”，消除学生的防卫心理。在师生交往中，教师在发挥主导作用时通常表现出两种截然不同的态度（教师的主导地位是毋庸置疑的）：一种是民主的、平等的态度，教师对学生关怀备至，态度和蔼可亲，双方沟通融洽；另一种是独断专行的、专制的态度，学生常遭到教师的大声呵斥，教师常对学生瞪眼睛、板面孔甚至体罚学生。采取后一种态度容易导致师生之间发生冲突。与学生沟通时，教师应把‘粗暴’的语言磨去些‘棱角’，使语气变得柔和一些，这样学生在聆听时会感到自己是被尊重、被信任的。‘软化’语言，有利于消除学生的防卫心理，营造宽松、和谐的师生交流氛围。

（二）、建立同理心，促进师生间的理解和认同。人际沟通理论指出，同理心是建立良好人际关系的重要条件。同理心是师生沟通的润滑剂，它能帮助教师有效地实现师生沟通。心理学家把‘沟通方暂时放弃自身的主观参照标准，尝试设身处地地从对方的参照标准出发来看待事物，使双方能站在对方的立场上体察各自的思想和行为的过程中产生的独特感受’

称为同理心，也就是人们常说的，人同此心，心同此理’。同理心包括三个条件：站在对方的立场上去思考问题；了解导致问题出现的原因；让对方了解到你愿意为他着想的意愿。这就要求教师暂时放弃自身的主观参照标准，尝试以学生的参照标准来看待事物，站在学生的立场上体察其思想和行为，了解其独特的心理感受，并有效地将自己的感受传达给学生，使学生感到被理解、被尊重，产生温暖感和满足感，从而建立一种和谐、温馨的师生关系。

在同理心的基础上，师生双方才能相互认同。我国学者陈枚对师生交

往中的相互认同做过较全面的概括。他指出，师生间要达到相互认同，通常需要在头脑中形成‘四个形象’的认知：一是双方各自客观存在的本来形象；二是双方通过自省形成的自我形象；三是对方在自己头脑中的形象；四是自己在对方头脑中的形象。一般来说，如果对这‘四个形象’的认知比较统一，师生沟通就会顺畅、愉悦；否则就会影响师生间认同关系的建立，甚至导致师生发生冲突。在正常的情况下，师生间的相互认知或多或少存在脱节。究其原因，首先是教师本人不善于或不能正确地表现自己，从而造成学生的误解；其次是学生缺乏洞察能力，对身边现象的推断或归因有误，如，把因自己基础差或不努力所造成的学业失败，归因于教师教得不好、态度不好等；最后是由于人际知觉效应，学生对教师产生了刻板印象和偏见。因此，当师生之间出现认知冲突时，教师要更多地寻找自己与学生间的共同点，拉近与学生间的心理距离，力求达到‘四个形象’的认知统一。

班主任巧妙地运用同理心来感化学生，可使学生从‘自己人’的角度去领略教师的感受、信念和态度，去接纳、尊重、理解教师，从而在内心产生温暖感和满足感。

上，认为‘大人没一个是好人’，不愿与教师谈心。设置心理沟通信箱可让学生以书面的形式把心里话讲出来，，规范‘冲

突情况就有可能消除。同样的道理，对于那些不善交际、性格内向的学生，更要创设条件让他们把，当面不好说‘或，说不清‘的心事表达出去，这样才能更快地解开他们的，心结‘，治愈其，心病‘。

（四）、运用榜样激励法，平衡师生关系。教与学是师生进行双边对话并共同参与活动的过程。在这一过程中，不论是教师还是学生，在追求教与学的目标方面都可能出现三种情形：一是教师与学生追求的目标都很高，而且有特别强烈的责任心和义务感；二是教师与学生追求的目标都很低，得过且过，不思进取；三是教师与学生追求的目标不一致，呈一高一低状态。一般来说，追求高目标的教师和追求低目标的学生之间发生冲突的可能性更大，冲突的激烈程度也更强。尽管教师出于良好的愿望对学生提出了期望和要求，但如果教师对学生的期望和要求超出了学生（特别是，学困生‘）的承受能力，就容易引起学生对教师的反感甚至是，造反‘。师生在教学目标上的这些差异，必然要导致师生交往中的冲突。遇到这种情况，可运用榜样激励法，激起学生，别人行，我也行‘的积极尝试成功的欲望，进而使他们产生模仿心理，通过努力达到目标，获得成功的喜悦。久而久之，这份喜悦就会变成一种自信、一股动力，推动着学生不断向更高的目标迈进并持续完善自我。实践证明，树立榜样、发挥榜样激励作用，可以增强师生沟通的实效。所以，沟通是理解的前提。

么动力，只是现在想起来我很幸运，因为当时我们的班主任她看出来我的异常，于是她主动找我谈话，帮我解压，陪我聊天，到现在想起来，那些话在心里还是暖暖的，从那次谈话以后，我更加坚定了自己向前的脚步，而且一下子很明确自己的目标，我很感谢她，感谢她的理解，感谢她把我送入了大学的门槛里。现在，有很多老师抱怨现在的学生不如以前的，好管‘，我觉得十分正常，在信息时代长大的孩子理应有更多的个性。每个孩子天生都是热爱学习的，他们从出生那天开始就对未知世界充满兴趣，他们只用了一年左右时间就学会了直立行走，他们只用了两年不到的时间就掌握了

一门语言，他们的学习能力毋庸置疑，而之所以对学习感到懈怠，是因为失去了兴趣。所以与其用点名的方式要求学生到教室，不如把课堂内容设计的更加精彩来吸引学生。

乱拿别人的东西，不是好习惯，希望这位同学好好学习，改掉自己的坏毛病。’

10多年后，拿笔的这位同学大学毕业，在参加工作之前，拜访了那位老师，讲述了他那次拿笔的原因：，……如果不是老师的宽容，如果老师当场揭开这个‘秘密’，我就无地自容，我就不会有今天。正因为老师的宽容，我要更加勤奋地学习，报答老师。’是的，有时候，学生犯了错误，大多数都会后悔，希望得到宽容、谅解。有些学生只要我们老师拉一拉，就能成为好学生。如果稍一不慎，推一推，或不注意方法，就能毁了一个人，甚至酿成更为悲惨的结果。所以说，宽容是一种温柔的力量，它可以穿透人的心灵。让人获得意外的收获！教学的主体是学而不是教，学生应该成为课堂的主人，用对自己负责的态度，选择自己的发展道路。教学过程中，提倡以学生为中心的研究型学习，重点是调动学生的学习积极性和主动性。

感兴趣，他就会深入地、积极、热情地学习它。否则，就只是表面、被动地去掌握所学知识，遇到阻碍时就会放弃而难以持之以恒。因此，要促进学生主动学习，就必须激发和培养学生的学习兴趣。

（二）、营造和谐的学习气氛，给学生以鼓励。和谐的学习气氛是教师开展有效教学的必要条件，这个学习气氛可以分为几种，有的是靠教师充满朝气的教态、渊博的学识、教师的个人魅力等来实现，有的则是靠教师刻意、巧妙的安排来营造。鼓励学生、给学生以充分的肯定，这也是提高学生学习积极性的重要环节。当学生遇到难题时，如果他能通过自己的努力解决难题，他就会从心理上产生一种成就感和自豪感，这种感觉往往会激发他对相关问题的兴趣，也会鼓励他

深入地学习知识，同样也是对学生内心自卑感的一种削弱。当学生看到自己的成果时，他会对自己加以肯定，并希望得到老师的肯定。所以在这个时候，教师应尽可能地去鼓励学生的努力成果。

对待成绩较差的学生，教师也不应该忘记对其进行鼓励。这样成绩较差的学生也会感受到老师对他们的重视和关心，同样也会发现自己并不是一无是处，从而更加刻苦地学习，甚至带动其他同学学习。

动性。教师应该注意教学手段的多样化、创新化。任何人都不会接受一成不变、呆板、停滞不前的事物，学生也是如此。刻板的教学模式已经不能适应要求多变的学生们，教师应该审时度势，充分发挥主观能动性，以适应时代的变化，同时也适应学生们的心理。在课堂上就表现为，教师应该不拘泥于一种教学模式，应积极地搜索材料，用不同的思维方式构思、设计出新颖的教学手段。可以增加学生学习的主动性，也促进了师生的情感交流，为学生的学习增添了乐趣。在教学方式上，教师可以多采用充分发挥学生主观能动性的方式，多给学生一些自我表现的机会。这样既可以督促学生学习，又可以让他们感受到学习的乐趣和成就感。

论文体会与收获感悟篇三

毕业之后，你做了哪些工作，先来反思一下自己的工作历程。

什么可以买到我的青春?没有，答案是无，有时候想到这里，心中就会悔恨，青春是用来做什么的?青春是用来学习和成长的，没有成长，原地踏步的话无异于死亡，所庆幸的是，交到了一些朋友，生活与思想上都可以交流，可以互相帮助，我想这就是工作的最大收获了吧!

后来又想想，现在领悟了，会不会太晚?还来得及吧!我对自己说，选择不对，努力白费。告诉自己：“从今天起，先确

定自己想要的标准，朝着理想的目标前进，认真学习，不管是书本，还是同事，还是朋友与亲人，或者是自然界，多去感受，多去反思，多总结，工作上要更加勤奋，或许现在勤奋已经没有竞争力了，有竞争力的就是领悟能力，知识运用能力，学习了不会用也等于浪费时间，最终学习产生的新想法，新思维模式才是最重要的，将这些再次运用，就会有很好的收获了。

一个专科生若用两年时间，或许可以考个本科文凭，或许可以学习一种新技能，运用得非常熟练，是的，就是一种技能，反复运用，很多细节都做到位，这样或许是两年时间应该有的一种收获，做销售，口才比以前好了，逻辑能力有些提升了，但是如果你一旦放弃，去选择新的工作方式，成长却又是从零开始，要知道，每次你所支付的时间与精力，那么做是否真的值得，值得的，永远都是坚持，努力，实干，一步一个脚印，沉下心，你就会发现，你的世界已经改变了，距离你的梦想就会越来越近，加油。

两个多月的毕业论文终于结束了，我的大学生活也将随之结束。在这短短的两个多月里，我付出了许多，也收获了许多，回想起来还真有不少的体会。

首先要感谢我的两位导师孙秀果老师和张建民教授，他们在整个实验操作和论文的完成及答辩中给了我极大的帮助和支持，他们一丝不苟的治学态度，清晰的思路和认真、负责、勤快的工作作风深深的影响并感染了我，使我铭记于心并将永远的学习。在此，谨向两位恩师致以我最衷心的感谢。刚拿到题目时，我对课题充满了新鲜感，在导师的指导下我查阅了大量关于课题的文献，使我对课题的研究内容和国内外的研究进展有了更多的了解，也使我对自己的课题产生了浓厚的兴趣。在做实验的两个月中，孙老师每周至少来实验室两次检查我的实验进度和解答我在实验过程中的疑惑，还经常牺牲自己的休息时间和我们一起讨论问题。在整理论文阶段，孙老师不辞辛苦的反复为我修改论文，并为我的答辩提

出了许多建设性的意见，正是有了我两位导师的关心和精心指导，我才很荣幸的在这次学院本科生优秀毕业论文评比中被评为学院优秀。这个荣誉属于我也属于我的导师。

实验中，化学实验室的刁建志老师、周矩老师、顾业强老师、彭政老师在实验器材上给了我很多帮助，他们无私奉献的精神、热心助人的品质和孜孜以求的工作态度，都给我留下了深刻的印象。

两个多月的实验对我的耐性是一种考验，使一颗大四本来十分浮躁的心平静了下来。这段时间不管是假期还是周末我都是在实验室过的，特别在实验后期测样品性能时，由于时间比较紧，我每天都是一大早就起床去实验室了，先在二楼把样品烧上再上六楼做光催化并利用间歇时间配第二天要用的溶液，时间到了又到二楼拿样品，还要为分散性称好样，中午从来没在宿舍睡过，最多是在实验台上趴会。最紧的一天我做了3组15个样光催化和1组17样个分散性实验，晚上回到宿舍两腿发软浑身酸痛。虽然很累但是我感觉特别充实，尤其当看到自己的实验有规律时，心里会有一种成就感。

经过两个月的实验，我对自己也有了新的定位。那就是不能再把自己当做“小学生”了，干什么事情都要别人告诉我们该怎么做，我们是接受过高等教育的新时代的大学生，要完成时代赋予我们的使命，抓住机遇迎接挑战，就要锻炼自己发现问题和解决问题的能力，要养成主动学习的习惯，我认为这对我们以后的学习和工作是很重要的。

毕业论文是对我大学四年所学基础知识的专业知识的一次全面检验，通过撰写论文和毕业答辩，我觉得对自己的语言组织能力，表达能力，沟通交际能力，运用所学知识的能力，分析问题并解决问题的能力都有所提高，也使我变的更加自信、成熟。

“团结、合作、谦虚”这三个词我的体会也比较深。做任何

事包括做实验都不是孤立的，不是你“闭门造车”，而是一个需要和他人交往的过程。这就要求我们要团结，要有合作精神，要注意和他人的沟通，要谦虚，不懂就问所谓“知之为知之，不知为不知”。

总之，在整个实验操作和论文完成的过程中，我体会到的是实验的艰辛和收获的充实，感受到的是一种坚持不懈、契而不舍的科研精神。对我以后的深造学习有重要的意义。

最后，我再次向两位恩师和我的家人表示深深的感谢，我将继续努力，在以后的学习和工作中，争取取得更好的成绩。

论文体会与收获感悟篇四

党的建设是一个重要的国家建设过程，其中建党精神是不可忽视的基石。本文将探讨建党精神的内涵、重要性以及对个人的影响，通过对建党精神的研究和实践，总结心得体会和收获。希望通过这篇论文，展示建党精神的力量和价值。

第二段：建党精神的内涵

建党精神是指党在长期奋斗中形成并培育发展的一种思想体系和精神风貌，包括坚定理想信念、矢志为民、自我革命、严明纪律、争创一流等方面。坚定理想信念是建党精神的核心，党员要对共产主义远大理想坚定不移，为实现中国梦而努力奋斗。矢志为民要求党员始终把人民群众的利益放在第一位，真心实意为人民服务，发挥党的先锋模范作用。自我革命是党在党的历史进程中不断进行思想和作风上的自我革新，不断提高自身的执政能力和水平。严明纪律是党员必须遵守的准则，党员应时刻自我约束，不断提高纪律观念和执行力。争创一流要求全党同志要勇于创新，追求一切工作的卓越，为实现中华民族伟大复兴的中国梦而努力奋斗。

第三段：建党精神的重要性

建党精神作为党员干部的精神家园，具有重要的意义。首先，建党精神是党的先进性和纯洁性的源泉，它代表着党的正确方向。只有坚持和发扬建党精神，党的事业才能始终在正确轨道上前进。其次，建党精神是党员干部心中的立身之本，也是党员干部能力提升和精神风貌的保证。只有践行建党精神，党员干部才能成为模范和榜样，引领他人前行。再次，建党精神是党内团结和党外凝聚力的重要纽带。只有坚持和弘扬建党精神，才能加强党的内部凝聚力，凝聚起实现党的目标的强大力量。

第四段：个人的心得体会和收获

在党的建设中，我深刻体会到了建党精神的独特价值。首先，坚定理想信念使我始终在党的正确方向上前进，确保每一步都稳步迈进。其次，矢志为民让我明白党员就是人民的代表，在工作中始终以人民的利益为出发点和落脚点。再次，自我革命使我时刻警示自己，在党的建设中不断进取，不断改进自己。严明纪律让我始终保持严谨态度，不断提高自律和自我约束的能力。最后，争创一流让我深感责任重大，努力追求工作的卓越，从而实现个人的价值。

第五段：结论

建党精神是党的优良传统和精神财富，它代表着党的正确方向和先锋模范作用。在党的建设中，我们应该始终坚持和弘扬建党精神，做到理论联系实际，用党的理论与工作相结合，将建党精神融入日常工作中。只有这样，我们才能确保党一直健康发展，实现党的事业的长久发展，实现中华民族伟大复兴的中国梦。

论文体会与收获感悟篇五

不知不觉通过电子邮件方式在报刊发表了几十篇“豆腐块”，以下是我一点心得体会。

中文之星：一款专为写作编写的软件，功能齐全，其字数统计、词语优化功能更是精心考虑了写作特点，使用起来得心应手。

黑马校对：使您更容易找出文件中错误的字与词，对不通的语法也可自动辨别出来。

金山快译、金山词霸：写作中免不了要用到英语词汇，有了这两款软件，您随时可以将单词与语句轻松搞定。

稿件正文一般都是以电子邮件的附件形式发送，对于篇幅较短的txt格式的稿件，也可直接拷贝在电子邮件正文中。

三、稿件插图的格式。

常用的图象格式有：文件后缀为jpg、gif、tif和bmp等。插图一般用jpg格式的图片，因为这种格式的图象文件体积较小，便于传送。