

最新阳干鱼做法 沈阳干部培训心得体会 会(汇总8篇)

致辞致谢不仅是对他人的感激，更是对自己所取得成绩或者经历的肯定和总结。注意致辞致谢的语气要恰到好处，既不过于沉重，也不显得过于轻松。致以最诚挚的感谢给所有为我们的活动提供支持和帮助的各位。

阳干鱼做法篇一

沈阳是中国东北地区的重要城市，承担着辽宁省的政治、经济和文化中心的职责。为了提升干部的素质和能力，沈阳市政府组织了一系列的培训课程。作为一名干部，我有幸参加了这些培训活动。在这次培训中，我受益匪浅，获得了许多宝贵的经验和知识。下面是我对沈阳干部培训的心得体会。

首先，这次培训让我明确了干部的责任。作为一名干部，我在工作中负有重大的责任，需要为社会发展和群众利益负责。培训中的讲座和实践活动，让我了解到干部应该始终保持对党和人民的忠诚，时刻思考如何为人民服务，如何推动经济社会的发展。这种责任感的培养，让我更加明确了自己的职责，也让我更加珍惜自己的职位，更加努力工作。

其次，这次培训使我深入了解了干部应具备的能力和素质。干部的角色需要具备一定的政策理论素养、领导管理能力和组织协调能力。在培训中，我学习到了一系列的理论知识，包括政治经济学、管理学、社会学等等。这些知识的学习，让我对国家和社会的运行机制有了更深入的了解，也为我提供了解决问题的思路和方法。另外，在培训中，我还参与了许多实践活动，如团队合作、领导力训练等。通过这些活动，我学会了如何与他人合作、如何有效管理团队，这些对我今后的工作将非常有帮助。

再次，这次培训让我认识到了干部应具备的良好品质。作为一名干部，诚实守信、正直廉洁十分重要。培训中，我们学习到了如何处理工作和生活中的诱惑，并且学习到了反腐倡廉的重要性。这些培训活动深深触动了我的内心，让我认识到干部应当坚守原则，做到廉洁奉公，以身作则，带动身边的同事和群众。

最后，这次培训让我深感幸福和骄傲。幸福的是，国家和地方政府对干部的培养始终保持高度重视，为干部提供了广阔的学习和发展的机会。骄傲的是，我作为一名干部，能够参加这次培训，接受系统的学习和提高。通过这次培训，我深深意识到这是对我个人和职业生涯的一种重大投资，我应该珍惜这个机会，不断学习和成长，为自己的地方做出更大的贡献。

总之，沈阳干部培训是一次重要的学习和成长机会，让我明确了干部的责任，了解了干部应具备的能力和素质，培养了正确的品质和价值观。我相信，通过这次培训，我将能够更好地服务人民，推动社会的发展，实现自己的使命和价值。

阳干鱼做法篇二

近年来，中国各级政府对干部培训的重视程度越来越高，沈阳作为辽宁省的省会城市，也不例外。通过参加沈阳市举办的干部培训，我深深感受到了其重要性和必要性。在这段时间里，我收获颇丰，不同于传统的知识学习，沈阳的干部培训更加注重思维方式和领导能力的提升，为我带来了全新的体会和心得。

首先，在干部培训中，我意识到改变思维方式的重要性。长期以来，我们在处理问题和担任领导职务时往往局限于一种思维定式，习惯性地按照一成不变的方式进行工作。然而，在现代社会快速发展的背景下，这种思维方式已经无法适应需要。沈阳的干部培训着重强调了创新思维和开放思维的重

要性，通过各种实际案例的讲解和讨论，唤醒了我们的思考，拓宽了我们的思维边界。我意识到，只有不断改变和更新自己的思维方式，才能更好地适应和引领时代的发展。

其次，在沈阳的干部培训中，我深刻体会到了领导能力的重要性。作为干部，我们需要具备扎实的专业知识，但更重要的是拥有良好的领导能力。沈阳的干部培训在这方面给予了我们很大的启发。通过学习和模拟实际的领导案例，我们了解到了领导能力的核心要素，并通过不断的训练和反思提升自己的领导水平。在沈阳的干部培训中，我明白了领导不是简单地下达指令，而是要具备良好的沟通和协调能力，以及有效的决策能力。这不仅需要我们具备广泛的知识储备，更要注重锻炼我们的意志品质和情商。

再次，在沈阳的干部培训中，我认识到团队合作的重要性。在现代社会，单打独斗已经不再是一种有效的工作方式。领导者需要善于发挥团队的力量，通过团队合作来实现目标。沈阳的干部培训通过团队任务的安排和团队项目的实践，让我们深刻体会到了集体智慧和协同效应的重要性。在与团队成员的互动中，我不仅学到了沟通和合作的技巧，也学到了尊重和信任的重要性。团队合作的经验使我更加明确，只有共同努力，才能最大限度地发挥团队的力量，取得更好的工作效果。

最后，沈阳的干部培训让我明白了持续学习的重要性。干部的培训不是一次性的，而是需要持续学习和实践的过程。在干部培训结束后，我保持了对学习的热情，不断积累知识，提升能力。通过与同行的交流和讨论，我不断拓展自己的视野，提高自己的专业素养。同时，我也将学到的知识和经验分享给身边的同事和下属，促进整个团队的共同进步。沈阳干部培训让我明白，只有持续学习和积极实践，才能不断提升自己，引领团队适应时代的变化。

总结而言，沈阳的干部培训为我提供了学习和成长的平台，

让我深刻认识到改变思维方式、提升领导能力、加强团队合作和持续学习的重要性。这些体会将成为我今后工作中的宝贵财富，我将积极应用于实际工作中，为我们的团队和组织做出更大的贡献。同时，我也期待未来能继续参加更多的干部培训，不断提升自己的能力和水平。

阳干鱼做法篇三

沈阳作为中国东北的重要城市，干部队伍的培训与发展具有重要意义。为了提升干部的素质能力，沈阳市政府开展了一系列培训活动。近期我参加了一次沈阳干部培训课程，它不仅增长了我的见识，还为我提供了实践能力的锻炼和成长的机会。

第二段：课程内容与学习收获

沈阳干部培训课程涵盖了广泛的专业知识和领导能力的培养。其中，有关改革开放的课程深入剖析了中国社会主义市场经济的发展历程和取得的成就，让我更加深入全面地了解了我国经济的发展与变革。在领导能力方面，课程强调了团队协作的重要性，通过小组活动和案例分析等方式，培养了我们的团队沟通和决策能力。培训还注重实践，通过实地调研、走访企事业单位等方式，让我们领略了企业管理的内涵，也获得了与企业家交流的机会。通过这些课程，我学到了很多新知识和技能，这些知识和技能的掌握必将对我未来的工作和发展产生积极的影响。

第三段：培训带来的改变与成长

参加沈阳干部培训以来，我深切感受到自己的改变与成长。首先，我的思维方式变得更加开放和多元化。在与来自不同行业、不同背景的干部交流中，我接触到了各种各样的观点和思维方式，这让我意识到了自己的思维过于狭隘，进而开始主动去扩大自己的知识面和视野。其次，我的团队协作能

力得以提升。在小组活动中，我逐渐明白了集体智慧的力量，学会倾听他人意见、与他人合作，共同解决问题。此外，通过与企业家的交流，我也对企业经营管理有了更加深入的了解，这对于我未来在领导岗位上的工作极为有益。可以说，这次培训不仅使我个人发生了巨大的变化，也为我今后的工作奠定了扎实的基础。

第四段：培训的不足与改进

尽管沈阳干部培训取得了一定的成果，但仍然存在一些不足之处。首先，课程设置上有些单调，缺乏新颖的教学方式和形式。面对不同年龄、背景的干部，组织方应更积极创新培训内容和形式，以满足不同干部的需求。其次，培训时间过短，对于内容繁多的课程而言，时间有限会导致学习效果不理想。因此，建议在保证必要性的前提下，适当延长培训的时间，更好地培养和提升干部的能力水平。

第五段：展望干部培训的未来

沈阳干部培训在提升干部素质和能力方面取得了一定的成绩，但仍有进一步的发展空间。未来，希望培训机构能够更积极地追踪干部的发展情况，根据干部的实际需求，设计更有针对性的培训内容和方式。同时，培训机构也应与企事业单位紧密合作，开展项目合作、培训实践基地等形式，更好地将理论知识与实践相结合，培养出更多实战型的干部。通过这些努力，沈阳干部培训将进一步提升干部能力水平，为沈阳市的发展做出更大的贡献。

总结：

通过沈阳干部培训，我不仅获得了丰富的知识和提升的能力，更加深了对干部工作的理解和认识。这次培训给我带来了巨大的收获和成长，并对我的未来发展产生了积极的影响。我相信，随着干部培训工作的不断深入，沈阳的干部队伍将会

不断提升，为沈阳市的发展贡献更大的力量。

阳干鱼做法篇四

许员外新阳别业

作者：方干朝代：唐体裁：七排兰汀橘岛映亭台，不是经心即手栽。满阁白云随雨去，

一池寒月逐潮来。小松出屋和巢长，新径通村避笋开。

柳絮风前欹枕卧，荷花香里棹舟回。园中认叶封林草，

檐下攀枝落野梅。莫恣高情求逸思，须防急诏用长材。

若因萤火终残卷，便把渔歌送几杯。多谢郢中贤太守，

常时谈笑许追陪。

阳干鱼做法篇五

这事我第一次干家务活，那就是“扫地”虽然扫地是一件简简单单是事，但是做起来不一定就这么简单。

今天，妈妈告诉我说。“今天让我干一次家务活。我一听到“家务活”三个字，我就吐血倒在床上吐口水。可是妈妈要坚持这么做，如果我不同意，我的妈妈就会这么说：“我的女儿只有你一个，家务活要从小学起，练起，你妈我小时候，七岁开始学会做饭，五六岁就会扫地，拖地，洗碗了。”没办法只好随手拿起一把扫把，在扫地，一只手拿着扫把东扫扫，西扫扫，也没扫到一丁点垃圾。还差一点用扫把把桌子都给碰着了一个黄色血皮横迹；妈妈实在看不下去了，跑过来对我讲“做什么事都要思考”妈妈告诉我“扫地要用两只手扫，如果拿一只就会没有平衡力。扫地要弯下腰

扫地，会好一些”我听了妈妈的话，用心思弯下腰，用两只手扫，过了一会儿，地就变得干干净净，而我却扫非常非常多的垃圾和没用的东西。

今天我又学会了一样本事，那就是扫地，我非常开心。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

阳干鱼做法篇六

鱼

我是被关在博物馆的鱼，美丽外表可以打动人，但我的生命不是为别人活着，而是为自己，美丽的外表是我的天性，我不会那这种天性打动人。我有我生命的价值，一个人一辈子，年轻时，花纹美丽，年少无知，有的鱼很聪明，有的鱼则炫耀自己的魅力，年轻时，激情无限，奋发魅力，年老时，衰老无用，像鱼一样凄惨的死亡。我是鱼群里的一只鱼，我身边的鱼都是那么显眼魅力，我渴望成为他们，但是，现在我知道了我要成为自己。鱼死亡的原因就是鱼认为自己的生命是由人类掌控的，人类大量的残杀鱼群是人类的错误，在头脑进化中人也许是最高的，但品德上，人不是，动物不会思

考，但动物有自身的品德，而人没有。可以说不想去做。人的世界太复杂，人时常会被金钱和名誉所迷惑，而动物的世界不一样，相互依存，捕猎关系，没有诱惑，只有单纯，这是人的理想社会，在现实社会中并不存在，我们时常因为现实的太残酷，而给自己的心中创造一个让现实，在理想中，鱼安安稳稳的上天堂，看见了天使，在现实中鱼就是死了，在理想中，我们就是善良的，在现实中，我们就是混乱的，我们不能变的太单纯，社会不接受，我们也不变得太复杂，因为那会失去最纯真的朋友。

随着我们的长大，更渴望的是自由，也许，我们的梦想是在大海里游而不是小川小河，这是一个长远的梦想，时光像水一样不能倒流，我们也不断前进。现实是多么黑暗，我们应该如何面对？为了钱财而犯各种罪，一生下来，二有生活基础，三有信仰来源，四知识文化，五开发梦想……人开发梦想创造工业，动物开发梦想创造生存环境，开办“老窝”，为自己下一步生存搭好了稳定的桥梁。

鱼的生活环境，信仰，鱼格给我们展现了各种道理。我相信鱼的品行不仅是我們学习的一部分，还是我们对人生的一种思考，时间在流，不会倒流，人生在走不会停止，为我们美好的人生所自信吧！

鱼

我的这条鱼实在有些与众不同，说它老实吧它的确有时候很乖，它在鱼缸里悠闲的游来游去，从不去攻击其它的比它小的鱼。可是，如果它想玩，就会和几条小鱼玩起“捉迷藏”它们玩得可高兴了，东躲西藏。

吃饭的时候，它又是多么仔细呀！它从不放过一粒鱼食，如果有鱼食掉到小石头的缝隙里的话，它非把那一片的石头都舔几遍，方才罢休！

它如果高兴，就会围着一棵水草游一圈，这儿舔舔，那儿咬咬，有时候还拿小尾巴打扫一下，再用小手画画那儿，画画这儿，直到满意才走远去欣赏自己画的这幅栩栩如生的“鱼缸草画”。它若是不高兴，就走到一旁，对玻璃发愣，无论你怎么敲打玻璃它都一动不动。

黑夜到了，它就躲在一片有很多水草组成的“草丛”里去睡觉，早晨，公鸡啥时候叫就啥时候起床，醒来后，它把小石头放进嘴里咬一会儿再吐出来，这就是同学们每天早上都要做的事情——漱口、刷牙。

这只小鱼很爱吃绿色食品，比如说鱼缸里的水草，爸爸对它的这个爱好很有意见。

我们估计这是一条鲤鱼，才几个月大，近来长出了细细的胡须。不过，它受过的苦难可比谁都多，它经历过生死的考验。

它是我四年级上学期去秋游的时候带回来的，当时我还抓了几条品种不同的鱼一起带回来，养在旧房子阳台上的盆子里。有一天，妈妈夜晚晾衣服时不留意，几滴有洗衣粉的水掉进了盆子，第二天，鱼都死光了，只剩这只鲤鱼先生（小姐）还活着，不过也奄奄一息了，大家都以为它也不行了，没想到它居然意外的活了下来。

很快，我们搬了家，买了一个大鱼缸。就把这条鱼放了进去。在鱼缸里，尽管它不是最漂亮的，却是最大的，也是长得最快的。但是它从不以大欺小、以强胜弱，很快，鱼缸里的鱼儿们都成了好朋友！

它真是一只可爱、机灵的“小不点”。

鱼

天阴沉沉的，要下雨了。

我望着窗外，轻轻地说。

缠缠绵绵的雨丝，绵绵细细的雨情，细细软软的雨韵，软软倩倩的雨容，在忧郁的雨声里，我忘记了回家的路，独自徜徉在孤寂的雨的世界里。

小时候，我盼望下雨。

看细雨毛绒绒的满天飘落，心里说不出的惬意与欣喜，欢快地奔跑在柔软而清凉的小雨中，任密密的雨丝静悄悄的润湿我的衣衫，任幽雅而舒适的快乐在雨中尽情的生长；偶尔大雨倾盆时，便撑一把雨伞，穿着大雨鞋踩水，任随意而简单的快乐在雨中恣意的翻卷。

曾几何时，窗外的雨渐渐凝重，渐渐敲痛我肆意舒展的心灵，我蜷缩在沙发里，听雨声滴答，脑海里满是雨打芭蕉的落漠。望着阴晴幻变的天空，注视着经雨滋润后鲜嫩的绿叶，心里说不出的寂静和凄凉。

人长大了，就有了心事，有了我们自己特有的烦恼和忧愁。翻看以前的日记，竟也记着许多的苦闷，无非是些上课让老师训了，借同学的笔记本却遭到了拒绝，心里就恼了，就要下定决心要怎么怎么，可是后来，却也没有怎么怎么，早把事忘到九霄云外去了。小孩子的单纯与坦白曾是我们每个人的历程，太遥远了，就淡忘了。

现在想来，当时的举动真是有点不可思议，当时的高兴也不知因何而来。

现在偶尔也会有冲动的想法，也想在下雨的时候不打伞跑出去领略湿润的感觉，但有了许多的顾忌，总害怕别人用奇怪的眼神注视，于是，很多的时候会撑着伞出去欣赏雨的温存与萧索。躲在伞下，观看着外面的世界，任轻狂的念头在雨湿漉漉的问候里渐渐淡忘。

太多的时候，我会沉浸在茫然无绪的懊恼和忧愁中无法自拔。生活中的无奈，人类永不满足的欲望膨胀，淡而无味的纠缠纷争，困在自己编织的网中，我举步唯艰。

看远处的青山朦胧的如画一般让人浮想联翩，听近处的雨声空灵的如天边的仙乐，在大自然妥帖的抚慰里，我的心渐渐空灵。

生活也许就是这样，本就有阴晴阳缺，顺着我们自身的轨道，沿着我们信仰的足迹，继续向前走，或许明日就是艳阳高照了。

窗外，雨，已悄悄飘落。

鱼

头汤星期天的早晨，我和妈妈一起到菜场买菜。一进菜场，只见一排排的水箱里养了许多鱼。我和妈妈来到一家经常买鱼的摊位，我告诉卖鱼的叔叔，要买烧汤的鱼，叔叔说：“最好买黄鲢。”叔叔给我们选了条五、六斤重的，只见它的头很大，身体是青黑色的，鱼鳞非常小。卖鱼的叔叔刚要把它捞起来，忽然那条鱼纵身一跃，溅得到处是水。叔叔只好用网兜把鱼捞起来，只见他熟练地用铁刷子把鱼头一敲，那条鱼便奄奄一息了。叔叔轻车熟路地刮鱼鳞、剖肚、下鱼头，两分钟不到一条鱼就弄好了。我和妈妈又买了两块豆腐和几个蘑菇，回家做鱼头豆腐汤。回到家，妈妈麻利地切好生姜，等油锅炼好，把鱼头放入锅中，开始煎鱼头。五分钟之后，倒入开水，只见锅内开始翻腾，妈妈盖好锅盖，调好火，慢慢地炖。半小时后，从厨房里飘出鱼香味儿，我迫不及待地揭开锅盖，看到浓浓的鱼汤，吊起了我的胃口，央求妈妈给我盛一碗。妈妈说：“不行，还没到火候。”只见妈妈又往锅内放入蘑菇和豆腐，还放入几根小葱。二十分钟后，香味更诱人。妈妈给我盛了一碗，香味四溢，尝一口，真是太鲜美了。我一连吃了两碗，摸着自己滚圆的小肚子，

对妈妈竖起大拇指，“妈妈，你的鱼头豆腐汤可以和天目湖的砂锅鱼头相媲美了。”我赞美道。

鱼

我家有七只鱼，六只是小红鱼，一只是大金鱼，它们共同生活在一个大鱼缸里。小红鱼的身子像鲤鱼，全身都是红色的；大金鱼的身子像一把梭子，全身也是红色的，好看得很。

有一天晚上，我给六只小红鱼和一只大金鱼喂食，它们高兴地摇动着尾巴，在水里游来游去，好像在对我表示感谢。别看它们这样老实，其实，它们吃饭时可不这么老实了，你拥我挤，互不相让，好像一心想把这些食物占为己有似的，一点礼貌也没有。我将鱼食撒在水中，小红鱼们一拥而上，争先恐后地吃起来，金鱼急了，似乎以为自己吃不上美餐了，猛地一下子游了上来，抢着吃了起来。由于它身体庞大，那些小红鱼一见到它就连忙躲开让路，好像害怕它似的。等金鱼吃饱喝足，去休息了，它们才心惊胆战地从四周聚集过来，小心翼翼地将金鱼吃剩下的美味佳肴吃完。

你说，它们是不是很有趣？

鱼

下午，妈妈带回了很多条大大的鱼。

这些鱼肥肥壮壮的。一双跟核桃一样大的眼睛一眨也不眨，只盯着一个方向。还有那嘴巴，张开来时，有些泡泡自然而然地吸了进来，有些泡泡飞一般地跑出了鱼嘴巴。鱼背上有成百上千片硬鳞，无数片硬鳞连在一起，排着整齐的队伍，像一把把小扇子。那鱼尾巴黑黑的，似一把剪刀。我把鱼尾巴移过来，它仍然要返回去，不听话！再说说鱼鳍吧，它时时刻刻都在动，摸一摸，和鱼尾巴的软度差不多，只是大小、颜色不一样。

鱼儿们层层叠叠的，真让人担忧啊！

阳干鱼做法篇七

小朋友，你们见过阳干鱼吗？听我介绍给你：

阳干鱼是传统的美食之一，而它的名字是这样的来的，人们先把鱼肚剖开，把肚子里面的脏东西掏出来，洗干净，再用盐来腌，然后拿到外面晾晒，逐渐把鱼晒干，所以就叫阳干鱼。

过去人们都没有冰箱，作咸阳干鱼以后，就可以长时间储存了，因为里面有盐，水份没有了，因此它就会象木乃伊一样，可以保存好长时间也不会坏。

阳干鱼做出来的味道很鲜美，而且颜色也诱人，可以说是色香味俱佳。

阳干鱼很好吃，因此受到许多人的喜爱。

阳干鱼做法篇八

有一天，我走过一个小水池，不小心掉进了水池。结果谁知道，我被施了魔法，竟然变成了一条鱼。

我刚变成鱼，突然一个厨师走过来，抄起渔网，捞起了我。我正庆幸，谁料到，厨师把我放着案板上，准备油炸我。我拼命蹦起来，用尾巴来了招“神鱼摆尾”，一蹦三尺高打倒了厨师，跳出窗户。

窗外就是大海，我静静的躺着岸边。我看到好多人在晒日光浴，不时的把喝过的奶盒、食品塑料包装袋等垃圾，扔向大海。我低头一看，突然发现好多废水也通过管道流向大海，而且用来净化水的管道还被堵住了。

我抓住海水涨退的机会，游回到了大海。我抓起一只大袋子，游向大海的最深处。我叫来好多伙伴，把垃圾收集起来，然后扔回岸上。我和一个伙伴拿来一只盖子，把流向大海的废水管道堵住，再修好管净化水的管道，这样海水经过处理也能饮用了。我还在岸边做了一个标识牌：“请保护海洋，不要往水里扔垃圾！”

做完这些，虽然我很累，但我却开心极了。