

最新中国教学教研国际交流 国际贸易实训心得体会(精选7篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

中国教学教研国际交流篇一

在过去的学习中，我们只是学习的国际贸易的理论内容及专业知识，但这些都仅仅是书面化的东西而已。俗话说，理论必须要与实践相统一，而在学校里我们又没有条件可以真正的接触到真实的国际贸易操作，所以“国际贸易实训”这门课程就为我们提供了一个十分真实的环境。国际贸易模拟操作软件是基于我们所使用的浙科国际贸易实训平台。通过仿真模拟整个外贸行业的流程和惯例，在实训平台上建立几近真实的国际贸易虚拟环境，让我们亲身体验整个贸易过程的详细流程以及各种单据的使用。

国际贸易的中间环节多，涉及面广，除交易双方当事人外，还涉及商检、运输、保险、金融、车站、港口和海关等部门以及各种中间商和代理商。如果哪个环节出了问题，就会影响整笔交易的正常进行，并有可能引起法律上的纠纷。另外，在国际贸易中，交易双方的成交量通常都比较大，而且交易的商品在运输过程中可能遭到各种自然灾害、意外事故和其它外来风险。所以通常还需要办理各种保险，以避免或减少经济损失。

这次实训不但巩固了我们平时所学，也为我们日后的专业工作提供了非常实际的便利。作为一名大学生，应当具备较强的举一反三的能力，而在这些实训中，恰有不少单证的填写

是相互联系、相互依靠的。因此，我们应当举一反三，利用诸多单证格式和填写原理类似这一特点，将各类单证的填制和审核紧密联系到一起。这样做无疑可以大大提高我们的学习效率。也可以使我们的实训结果相互对应，利于即使查缺补漏，保证单证记录内容的准确有效。我们也必须严格注意各类单据记载内容的一致，以单单一致、单证一致来求得结汇工作的顺利进行。

我认为，这次实训收获是丰富的。实训中的各类单证如信用证、汇票、海运提单、商业发票等等都是我们专业知识的凝聚和承载。因此，认真地履行实训要求，努力完成实训，不仅有利于我们巩固所学到的国际贸易实务专业知识，更利于我们预先观察日后工作中的主要内容、方法以及各种困难，利于我们察觉到自身存在的不足和缺陷，以便我们更好地进行学习和工作，利于我们更快地把所思所学转化为实践动手的能力，把专业知识和技能转变成工作能力和实际经验。

另外，我了解到商务英语对国际贸易的重要。进出口合同中、进出口贸易中的各项单证中都是英文单证，若英语基础弱的话对业务工作是种阻碍，减低了工作效率。阅读能力弱往往会导致错误若是实际交易则会引发纠纷，所以说英语能力在国际贸易中是十分重要的。对于外贸专业人员而言，不仅要掌握一定的专业知识，而且还必须会用英语与外商交流、谈判及写传真、书信。如果商务英语知识掌握不好，就很难胜任工作，甚至会影响业务的顺利进行。因此，在实训中要求我们加强商务英语及外贸英文函电的学习，掌握外贸专业术语，才能在对外贸易中掌握主动。

通过本次的实训，我们可以发现以前学习中薄弱环节，为今后的学习指明了方向，也会实际操作打下一个良好的基础。本次模拟训练给我最大的体会就是操作细节的细腻及流程的缜密，各个流程相互衔接，此流程的疏忽将会导致彼流程无法完成，某一细节的不慎错误或纰漏将会导致整个流程操作前功尽弃，这为未来的实际工作敲响了警钟：做贸易一定要

仔细谨慎。

这次实训虽然只有短短的两个星期，但是内容特别丰富，而且通过实训我们都得到了知识上的复习和外贸能力上的提高。国际贸易是一门专门研究国际商品交换具体过程的学科，是一门具有涉外活动特点的实践性很强的综合性应用科学。它涉及国际贸易理论与政策，国际金融，国际运输与保险等学科的基本原理与基本知识运用，它要求我们把各门知识综合运用起来。正是因为通过此次实训，我们才提高了自己做国际贸易的能力，同时有了具体的国际贸易的经验，才能在明年找工作的时候有的放矢。通过这次实训，我们提高了自己的填单能力，这也为未来工作的需要奠定了很好的基础。

通过这次实训，我掌握了很多日后工作所需的基本技能，检验了平时所学的基本知识，衡量了个人的业务能力和水平，对外贸流程有了更深刻的理解，发觉了自身存在的不足和缺点。这与我来说无疑是受益匪浅的。虽然真正的贸易不会像这样顺利。但我相信，这次实训让我获得的经验、心得会促进我在以后的学习、工作中寻找合理的方法和正确的方向。这次实训，使我不仅从个人能力，业务知识上有所提高，也了解到了团队精神、协作精神的重要性。

中国教学教研国际交流篇二

经过几周的学习，我们把《经济法学》这门课基本学完了，但我说的“学完”仅仅是指本学期我们不用再课堂上学习《经济法学》了，而真正掌握了多少、会应用多少，这是因人而异的。《经济法学》作为一门实用性较强的学科，我们不能仅停留在课本的理论知识上，先积累理论知识，以便以后能够实际运用才是我们学习它的主要目的。这就要求我们不仅要珍惜课堂上的学习，还要在今后的生活、工作和学习中时刻关注经济法。

以前，我们大多只是简单地学习了一些法律常识，了解到法

律作为一种无形的“鞭子”无时无刻伴随在我们身边，它约束了我们一些权利并规定一些指责，但同时它赋予了我们很多权利，它促使着整个社会健康有序地发展。但是，真正第一次学习一门专业化的法律学科是从学习《经济法学》开始的。

我认为学习《经济法学》这门课的过程是一个愉快、享受的过程，原因有二：

第一，个人兴趣。说实话，对它产生兴趣首先是因为我对学习法律知识一直有较浓的学习兴趣，古语云：“王子犯法，与庶民同罪。”虽然在封建社会，很多情况下这是一句空话，但是在民主制不断完善的当今社会，法律已经成为真正的“王”，任何人不能凌驾于法律之上。同时，在现实生活中，我们每天关注各种法律案件，看法律是如何打击邪恶、维护正义的，法律的制定与实施是联系国家与人民的桥梁，是维护个人及社会利益的“通行证”。《经济法学》作为一门法的学科，并且贴近我们的工作与生活，这就更加让我有信心学好这门课。

第二，老师多样的教学方法。法律是一种解决实际问题的工具，如果仅仅按照课本学习理论，我认为是极乏味的。而老师采用一节课讲理论，一节课看相关视频—《大国崛起》或《激荡三十年》的方法让我感觉学习这门课既轻松又有意义。并且老师在讲课本理论的同时，结合它自身经历或我们身边的一些案例来让我们更好、更深刻地理解课本知识。

要把经济法学好不是一个简单的过程，因为对于我们来说它是一门新学科，它与我们以前了解的民法、行政法等也有区别也有联系，因此我们应该对经济法的概念、作用范围、具体实施等认真分析与比较。在短短的几周学习过程中，让我受益匪浅印象最深的有三方面：

2)看视频《大国崛起》后的心得体会；

3)看《激荡三十年》回顾中国企业发展。

中国教学教研国际交流篇三

9月17日，老师播放了一个有关“禁毒”的短片。观看后，我久久不能平静，看着哪一幕幕惊心动魄的情景，我的心都颤抖了。

摇头丸的成本仅仅是3元一颗，但那些无良的奸商把一颗摇头丸的价钱提高到180元，甚至更高的价钱，再卖给“瘾君子”们，而那些“瘾君子”为了自己一时的痛快，有的不惜出卖自己的身体，有的欺骗家人，有的杀人放火、拦路抢劫，这样做严重危害了社会。

禁毒感想

在人生中，我们会被各种各样的善与恶包围着，我们必须分清哪些是善，哪些是恶，哪些是好人，哪些是坏人。当坏人千方百计诱惑你时，不要被一时的假象蒙骗了。“路遥知马力，日久见人心”。

我们知道：吸毒是不好的，有些人也想戒毒，可沾染容易戒时难啊，大家都在电视里看过，只要毒瘾一来，如果没有在吸毒品，那种痛苦将生不如死，痛不欲生，多少意志坚强的人都忍受不了。

我在各种禁毒宣传画上看到，甚至有的人用各种方法来分散注意力，有的用刀割自己，有的用头撞墙，还有的把牙刷往鼻孔里塞……难道他们不痛吗？他们也是没办法的，有的人就索性不去忍受，去向父母或亲戚骗钱。骗不到了就去偷、抢、去杀人。有些人吸毒不是故意的而是在毒品贩子的煽风点火下，或是在朋友的推荐下：“你就试一下而已，再说你意志力不是很强吗？没事的。”这样就会有人也这么想结果就去试一试。就是因为这么一试出大事了，真是一失足成千古恨。

我们是祖国的未来，所以我们应该杜绝毒品。目前，学校毒品预防教育工作在认识上还存在着一些误区：一是怕学生知道毒品。认为禁毒教育会引发学生的好奇心，促使他们冒险尝试；二是认为禁毒教育是公安部门的事，与学校无关。这些认识误区的一个前提，就是目前在校学生吸毒者罕见。事实上，毒品蔓延的速度相当快，若等到毒品在校园时再来教育，则为时已晚。由此可见加强禁毒教育，做好超前预防工作，是解决青少年吸毒问题的根本途径和出路。

至于如何搞好学校禁毒教育，还有待于大家在具体实践中进一步探索，但有一点必须肯定，目前毒品虽尚未在学校出现，但“防患于未然”总比“亡羊补牢”为好。加强毒品预防教育仍然是学校德育工作的一个方面，我提议，今后学校将从以下几方面开展禁毒工作的实践探索：

一. 统一思想，提高认识，全面开展预防毒品犯罪宣传教育工作。

二. 领导到位，加强对学校禁毒工作的组织领导，多渠道开展形式多样的毒品预防教育活动。

三. 加强教育，增强青少年拒毒防毒能力。

四、开展丰富多彩的文化体育活动。

毒品是会化了装出现的。据说，有些毒品换上了名为“减肥药”的外衣来迷惑爱美的少男少女，他们为了迷人的身材，大量吞食，却不知自己的生命正慢慢开始亮起红灯。

毒品，是让人走向无底深渊的陷阱；毒品，是让人走向犯罪的道路。有人竟然为了买那些昂贵的毒品，去打劫、拐骗、无恶不作。值得吗？生命，因为短暂，所以显得是那么的珍贵；又因为美好，所以我们珍爱它。而毒品是吞食生命的罪魁祸首之一，我们一定要时刻警惕，防止上当受骗，远离毒品。我们

要“珍爱生命,拒绝毒品!

因为我们珍爱那美好的生命,所以要拒绝可恶的毒品!!!

看禁毒宣传片后感

今天我看了一些是以禁毒为主题的宣传图片,实在是太恐怖了。

图片讲述着一件件因为父母亲吸毒而将自己的孩子卖给他人换取金钱买毒品的可怕事件,也讲述着一个个因为吸毒而使身体腐烂的惨状……因为“毒”,那些弱小的孩子要忍受折磨,那些原本快乐健康的人被它所侵蚀。看着图片上一条条生命的结束,我开始怨恨为什么世界上要有毒。

在这之前,我认为所谓的毒其实对身体没什么危害,因为听说现在有很多人在吸食呢!但是看了宣传图片之后,我对“毒”有了新的认识,原来海洛因、冰毒、白粉等都属于毒品。“毒”害人无数,是让人走向死亡的罪魁祸首,它拆散千千万万个幸福的家庭,是人类的最大敌人。“对于这样的侵蚀难道我们真的束手无策吗?”我不禁这样问道。不是的,只要我们能够抵住它的诱惑、有坚强的意志力去战胜它,我们就能阻止它所带来的一切。学校不是经常对学生进行禁毒教育吗?尽管这方面教育的力度很大,但还是听说有学生不以为然,仍抱着好奇的心理去尝试,结果被毒品所害。我们应该警醒自己不管任何人给我们什么香甜可口的东西吃,也不能随随便便接受,即使最亲密的朋友也不行。

我在这里想送一句话给大家,希望牢牢谨记在心:“珍爱生命,远离毒品。”

禁毒宣传读后感

但是它到底是什么?它不仅给吸毒者个人造成无法形容的伤害,

还带给吸毒者家庭乃至社会造成非常大的负面影响。

星期一我校开展了有关禁毒、毒品的图片展，内容丰富多彩，感人至深。我只有一点儿时间去观看，那一个个画面、一件件真实的事例令人触目惊心！我走到那里，第一块展板就吸引了我的注意：“有一名小孩，叫丢丢，是个孤儿，被王某卖给了李某、李某某和王某，这三位是吸毒者，当他们毒瘾发作时就拿孩子来发泄，用上了许多狠毒的方法。”接着，我又看到了一块展板，上面写着：“某市一名妇女怀孕期间吸食毒品，胎儿在母体中深受其害，一出生就呈现窒息、痉挛状态，此后，母亲哺乳前必须吸食毒品，婴儿才肯进食，否则哭闹不止，危重危及生命。”毒品，换一句话说就是吞噬青少年的青春和身体的罪魁祸首，一个个血腥的场面映入眼帘，好残忍，毒品好残忍，看了这些令人生气的内容，想到惨不忍睹的画面，让我对吸毒有了更深刻的体会，对毒品更加深恶痛觉。

毒品一日不绝，禁毒一刻不停。我们应该洁身自爱，远离毒品，拒绝不良诱惑，让人生活得更加精彩！

中国教学教研国际交流篇四

北岛在《波兰来客》中写道：“那时我们有梦，关于文学，关于爱情，关于穿越世界的旅行。如今我们深夜饮酒，杯子碰到一起，都是梦破碎的声音。”悲壮的诗人因青春的逝去而心殇。

只可叹，如今沙丁鱼涌动于潮水中似的我们，也染了诗人的忧郁，肆意叹老。这其实是一种微妙的心理：误以为年岁才是青春的标签。

我不由得想到一些人，满是黍离之悲：中国传统五千年历史，到底老了啊！

他们振振有词：诺奖的红毯总沐浴欧风美雨，那才是青春文学。

中国文学真如祥林嫂般“老掉了”吗？中国文化土壤贫血吗？传统精髓缺钙了吗？

不！青春气的渐消怕是我们忘了蜕化，一度沉于“退化”中。蜕化是中国文化找回青春的必要救赎，是一种繁衍崭新与深刻骨髓的自救。当莫言一奖惊人时，他说：“我的获奖代表不了社会对文学的重视。”只有社会更多地用一水婉转的眼神给文学更温柔的注视，才能以一点青春气息引领千里快哉风！

永葆青春不是象牙塔的孤高傲世，它必须接地气，扎根于现实。当成名作家在久违的舶来文化中狂欢时，那群血气方刚的知青作家正掀起“寻根文学”的一角衣衿。不论是王安忆的《小鲍庄》，还是韩少功的《我心归去》，都是本土文化在失落后的还魂青春。

“岁月”号沉没，青春在呻吟。韩国正集体反思“服从”文化，船倾楫摧欲沉时，两百多名少年服从船方指挥，舱中等待，最终生命褪色；不服从者反而获救。青春之气意味着有理性、有主见的些许“叛逆”。只会温吞吞与外物讲和，至多不过成为“社会填充物”，青春的幻想和梦境在剥蚀老化。没有人的反抗，城市只是水泥林场，王小波的话深刻冰凉。

在西南联大教授吴宓眼中，雾中的昆明是曹雪芹笔下的空灵幻境。当他驻足街头，看到“潇湘馆”时，怕是一味难尽。他想到的是黛玉的吟箫于影下，酌梅瓣上雪酿的酒；可当时，一群人喝酒划拳，青春被暮气肢解了。吴宓老人愤然而去。

盲目成熟有时是对外界的“献媚”。在这个媒体时代，神童一度被“神化”。神亵渎了童，还是童亵渎了神？没有青春之气，童也只是人们追捧的老“玩”童而已，他们真正需要的

是摄足文化血脉，为天才铺壤。

“不长久的，多将以悲剧结束。” 戈尔丁的《蝇王》用失去青春后的沉沦给人警示。一点青春气，只在心里，它带来的是拂颊的千里快哉风！

中国教学教研国际交流篇五

伴随着夏天的脚步，今年的512国际护士节又来到了我们身边。在这特殊的日子，为了提高我院护理队伍的整体业务水平，医院举办了护理技术操作比赛。在自己的节日里，我们用自己的方式表达着对护理工作的热爱和节日的激情。

首先，请允许我代表所有参赛并取得优胜的护士姐妹诚挚的感谢医院举办这次活动，是医院提供了一个让我们能够充分展现自我的平台；感谢各位领导对我们的关心和栽培，是你们的鼓励给了我们前进的勇气；感谢护士长和同事们的支持，在你们的帮助下和共同努力下，我们才能够不断进步。谢谢你们！

在今年的护士节，我有幸代表我们x科参加决赛并取得了较好的成绩，我非常激动。回想训练、参赛整个过程的点点滴滴，更是感慨万千：在我们x科，榜样和楷模的力量无处不在。主管护师xx曾经的操作能手，至今依然风采依旧；护师xx是我院去年操作比赛的冠军和亚军，她们俩对各项操作都精益求精，追求完美；她们的操作像她们的工作一样稳重而认真。xx默默无闻，实力雄厚；还有我科更年轻的xx、xx更是后生可畏，她们永远都那么精力充沛，不知疲倦，为了参加这次操作比赛，她们一个个都是那样的刻苦认真。

为了我们的操作更规范、完美，护士长对我们更是悉心指导，严格把关，从每个动作到每个眼神，每个细节之处都一丝不苟。我们每天练习到几点，她就陪到几点，有时候为了能够让她早点休息，我们就故意较早结束训练。我们的xx主任在

比赛前夕要出差，临走前还鼓励我们：要加油呀！为了练习我们的胆量，科室的大夫们还时常在我们联练习的时候给我们当观众。

科室工作太忙了，危重病人多，护理任务重，再加上科室还有4、5个怀孕的姐妹们要照顾，护士长实在是排不出更多的休息时间让我们练习，眼看就要决赛了，科室其他姐妹们纷纷主动放弃自己的休息时间替我们值班，她们说：你俩专心练习吧，因为你们代表的是我们整个x科。这是怎样的力量源泉啊！有了如此的支持和鼓励，我们力大无比！

一分耕耘，一分收获。虽然我们付出了辛劳，但我们收获更多，因为我们得到的不仅仅是荣誉，更是操作技能的提高和不断增强的自信心。在以后的岁月中，在日复一日的工作中，我们会因这次比赛让我们重新正视操作的规范性，让我们更加严谨地对待操作中的每一个细节，巩固并完善我们的操作技能。今后我们将更加精诚团结，为我院的达标上等，为我院的再次腾飞贡献力量！

我是一名护士，可是小孩感冒发烧时，我却不能象其他母亲一样守候在他身边，在丈夫劳累时，我不能及时送上一杯新沏的茶，在爸爸妈妈思念女儿时，我也只能说工作太忙。作为母亲，我何尝不想像其他母亲一样时刻陪伴着儿女，帮她驱除病痛；作为妻子，我何尝不想享受儿女情长；作为女儿，我又何尝不想对父母尽一份孝心？作为母亲、妻子、女儿，我欠家人的太多太多了，我不是一个好母亲、好妻子、好女儿，可是，为了病人，我只能选择扮演好一个角色：一名深受病人爱戴的好护士。

斗转星移，寒来暑往，如今我在护士这个工作岗位上已耕耘了整整十八个年头。十八年，几千个日日夜夜，可在这寂静的夜晚我细细搜寻，却找不到走过的痕迹。是啊！护士这份工作太普通了，普通的许多人都忘记了这个职业，护士工作太琐碎了，琐碎的好象自己什么也没做。护士工作太辛苦了，

辛苦的许多人都不愿从事这个职业。可是，正是我们这些普通人，默默的奉献自己的一份关爱，一份汗水，一份真情，换来的却是千家万户的幸福和安详。

我们是天使，因为我们工作在没有硝烟而拥有花丛的医院，我们在与病魔抗争，在为了人类的健康而努力，在为了社会的和谐而战斗。

病人住院，本身在心理上就承受了一定的压力，家人有担心，病人有病痛，为了消除这些不好的氛围，更好的护理病人，微笑服务在我们的工作中显得尤为重要。而人们也通常把工作医疗战线的医疗工作者称为天使，洁白的燕尾帽下那张微笑的脸，口罩上方那双敏锐而又带有可亲的目光，眼神中传递了她的微笑。

门诊的天使会微笑的对您说“有什么需要帮忙的吗”，微笑会给陌生的人带来平静，让病人因为微笑而消除了对环境的陌生、对医院的恐惧。

病房的天使会给您一个安慰的笑，让您消除对疾病的恐惧树立对自己的信心；查房时，一张张微笑的脸，将走到您的床边，轻轻地问候，静静的聆听，一个个微笑而认真的回答您的每一个问题；做治疗时，她们会以每一个微笑鼓励你，给你带来力量，让您在微笑的带引下走出痛苦；在气氛紧张的手术室，患者对手术的恐惧、对术后的担忧都会在手术中出现，这时的天使会给您个安慰、鼓励的微笑，给予支持、陪伴度过每一个难关。送出手术室时会给您一个成功的微笑。

当你康复出院时，天使们微笑着送您，并祝您今后健康长寿。

天使的微笑，反映了她们的内心世界，反应出一颗颗善良的心在不断的为别人付出，而在她们付出的背后，仍然是那张微笑的脸，收获的是病人们最真诚的笑脸。是啊！作为一名护士，要用春天的雨露去滋润患者久旱的心田，要用有力的

双手搀扶患者走过心灵的沼泽，要积极与病人架立一座座心灵之桥，患者才能积极配合治疗，早日康复。

在20xx年国际护士节来临之际，我院护理部举行了静脉输液、真空采血、导尿术、停留胃管四个操作的技术能手选拔比赛。我在静脉输液组护理技术能手选拔中，脱颖而出，获得了“护理技术能手”的称号，这是一个很珍贵的奖赏和鼓励。我要感谢医院护理部举办这次活动，为我们这些在平凡岗位上默默工作的护士姐妹们提供了一个充分展现自我的平台；感谢刘小珍、马雪霞护士长等各位指导老师，是她们孜孜不倦的教导、关心和栽培，使我的操作技术水平实现了突飞猛进的提高；感谢科室护士长和同事的支持与鼓励，在她们的帮助下，我才能专心地为这次比赛练兵，才更有前进的勇气；感谢各位选手，有了她们的陪伴以及对操作中不足的建议，我才获得进步。

虽然比赛已经结束了，但整个过程中的点点滴滴却留在我心中。在进行“三基”理论考试之前，科室里掀起一股学习三基理论知识的热情。护士站上醒目地放着一本《护理操作技术规范要求》，在上班的时候，忙里偷闲时，我与同事互相热烈地讨论其中的难点与重点，并在日常工作中有意识地把操作对照规范要求来做，及时发现和纠正以前的不良习惯，真正做到理论联系实际，同时也进一步加强了记忆。通过努力，我与科室三位同事在三基理论考试中取得了优异的成绩，晋级下一轮比拼。在进行操作比赛前，我们从着装、仪表、操作流程等各方面都做了充分的准备。我凭着镇定的心态、规范的操作，获得了“护理技术能手”的称号。最后为了在护士节庆典活动中展示护理技术能手的风采，需要从每个组中选出一个代表进行展示。

短短的两周里，我与其它技术能手一起到示教室练习操作，我们各自扮演对方的“考官”并指出对方的不足。刘小珍、马雪霞护士长从操作技术、仪表仪态等方面为我们作精心的指导，使我们能够以标准的操作、美丽自信的风采展现在舞

台上。得到各位指导老师对我们不足之处的指正后，我们开始了在工作中为病人进行“真刀实枪”的操练，连病人都觉得我们格外的亲切，服务格外出色，甚至竖起大拇指称赞我们的静脉穿刺技术了不起。最终，确定由我代表静脉输液组上台展示。在舞台上，我镇定自如，非常投入和熟练地进行着每一个步骤，无论是检查药液、双人核对还是健康宣教……每一个细节，每一个动作，都完美地展现出来，并赢得了台下热烈的掌声。在这次选拔比赛当中，所有的选手都以非常认真的态度对待，我深受她们的激励，为有这样充满活力的团体深受鼓舞。我们付出了辛劳，且收获匪浅，因为我们得到的不仅是荣誉，更是操作技能的提高和不断增加的自信心。

我积极参与这次护理操作技能竞赛，是因为每天我们要用护理操作服务于每一个生命。也许在繁忙和琐碎的工作中，因为追求速度，我们对操作的规范性有所模糊。而通过这次比赛让我们重新正视操作的规范性，让我们更加严谨地对待操作中的每一个小细节，巩固并完善我们的操作技能。成绩只属于过去，未来的路任重道远。今后我们将以更娴熟的技能 and 更优质的服务为病人提供安全的护理，并为身边的同事起到模范作用，籍此带动大家把护理操作做得更规范，更完美。

能参加这次上海市护理创新技能竞赛，我着实感到幸运，所以在培训过程中尤为珍惜这一次锻炼机会。虽然整个过程并不轻松，但此次的收获却是像秋天的果实一样，累累地结在我的心头，回味是如此无穷，感悟是如此深刻。

我从医院的层层选拔中脱颖而出，这里有很多人对我的鼓励、肯定及支持，其中我的护士长倪叶彬，她的人格魅力对我有着很大的影响。我知道这次比赛高手如林，虽然压力很大，但我始终坚定一种信念：“全力以赴”！为此我认真对待每次考试，积极认真的准备，我相信：“宝剑峰从磨砺出”，“天道酬勤”。

经过两周左右的培训，我们把理论知识点学习、操作练习及考核有机结合。操作训练时从形体到表情，从语调到语速，从操作要点到每个细节，从操作流程到整个时间，负责我的“球球”老师一一为我把关，不断地指出我的不足。我一遍遍地练习，一遍遍地改动作改语言，不行的再重来，直到做到满意为止，累了喝口水继续，练习心肺复苏累了就换吸氧或静脉输液。各位老师都那么认真负责，我就没有任何理由懒散。因为我平时说话的语速比较慢，在练习心肺复苏时，我的语速与动作跟不上，我就不断地重复练习要说的话；心脏按压不正确时，我多做找感觉，直到浑身大汗淋漓；在练习吸氧操作时，我所用的时间总是超过规定的时间，我并不泄气，别人能做到我就能做到，我一遍遍重来，功夫不负有心人，我终于达到了。

在努力练习过程中，我不断地总结，在吸取各位老师的长处的时候，也摸索出了适合自己的一套方法，结合自身特点来完成整个操作。其间我也有过累了、乏了，烦了、倦了的时候，是战友们的鼓励与开导让我重新振作起来。王芳老师还讲述了她的经历，她的那句“女人不要抱怨，要妖艳地怒放”，让我的心灵感到震撼，为何不呢？女人是花，怒放才绝艳。每当我感觉累的时候，想到这句话，就能获得激励。整个过程中，大家相互督促相互练习，一起分享了快乐，痛苦，微笑和泪水……，这些都是我一生的财富。

此外，我们护理部对这次竞赛给予了很大的重视和支持，很感谢这次比赛的各位负责老师，她们尽心尽力地在背后默默付出也是我们这次比赛取得好成绩的基础性因素。从各种精心的计划安排到具体的培训再到后勤保障都做得井井有条，目标明确计划得当。她们都是护理上的精英，从她们身上我找到自己的不足和差距，找到努力的动力和方向。

龚美芳主任对我们一次次考核，研究评分细则，为我们创造紧张、严肃的比赛氛围。她教我们对自己说：我是最棒的！有了这种锻炼和鼓励才使我从最初的紧张手抖到后面的镇定

自若。

施主任更是指出了我缺点，因为我个子较高，在与病人交流中的形体不好看。我便再次强化了形体规范，力争在不足的基础上进行改善。

和蔼的“徐妈妈”负责我们的后勤工作，她每天绞尽脑汁让我们吃好，让我们有体力和精力面对一次次的操作练习，还有精神上的鼓励与开解，也让我都受益匪浅。

终于到比赛的那一天了，全科的姐妹发信息给我鼓励，郑院长亲自送行，我们感到无比光荣，同时也感到了肩上的责任，这是全院的期望。我们由龚主任、徐老师等五位老师陪同，看到有的其他选手孤零零地自己一个人，我们觉得自己好幸福，我们身边有整个十院的关怀和温暖！我们在最后一刻仍在一遍遍回想和口述操作流程。先考笔试，再考操作，最后比赛结果出来了，“临床组护理能手奖”！就在这一刻：我兴奋、激动，心中有说不出的幸福。通过努力和拼搏，我终于感觉到了收获的果实。这是个奖是对我付出的肯定，更是对全院关心我的领导们、同事们的回报。拿到奖的时候，我的心里流泪了。

通过这次比赛我的意志品质得到了一次很好的历练，使我在这短暂的培训中获得了一笔精神财富！从最初的紧张到现在的小有所成，这是一个成长的经历。人生需要有目标，当你实现了一个目标，不要满足，放下以前的成绩，再给自己定一个更高层次的目标，再冲刺、再努力，如台阶般的一层一层的跨越。比赛虽然结束了，但是作为护士，其实每天都是在比赛。我也会把这次比赛中的所得，应用到实际的工作中去，做一名合格的护士，优秀的护士。我相信，只要我在以后的工作中勤勤恳恳、乐于奉献，就一定能在“平凡”的护理岗位上作出不平凡的业绩。

五月，是充满生机、春意盎然的季节；也是色彩纷呈、激情

四溢的时节。刚刚送走了“五四”青年节，我们又迎来了白衣天使自己的节日——国际护士节。今年的护士节又是《护士条例》颁布的实施日，为了全面贯彻落实《护士条例》精神，加强护理队伍建设，提高服务质量和专业技术水平，我市护理学组和各医疗单位特在护士节来临之际举办了多项活动，以丰富多彩的形式来庆祝节日的到来。

4月30日下午，为了进一步适应护理发展的需要，提高我市各级医院护理的学术水平，我市护理学组特邀请了嘉兴市护理学会理事长王建新主任护师前来我院讲授《持续质量改进在护理风险管理中的实践应运》和《护理管理》，全市共有近xxx名护理人员参加了本次讲座，受到了大家的广泛赞誉。

5月8日，市护理学组配合平湖团市委和卫生局，举办了“卫生系统青年护理人员无菌技术操作比赛”，比赛分设一等奖2名，二等奖4名，三等奖6名，共有xxx名经过各医院层层选拔出来的护理技术能手参加了本次比赛。最后，平湖一院的蔡幼凤和中医院的全丽芳获得一等奖，同时被团市委授予“平湖市青年岗位能手”称号；平湖一院的吴越、张叶贤、赵海华和眼科医院的胡佳丽获得二等奖，同时被卫生局团委授予“平湖市卫生系统青年岗位能手”称号；平湖一院的江晓燕、王孝平、中医院的万丽芳、平湖二院的张利燕、姚敏华和眼科医院的杨丽玲获得三等奖。

此外，各医疗卫生单位也分别组织了许多精彩纷呈的节目，以自己的方式来庆祝“512”国际护士节的到来。

一、平湖一院护理部早在4月10日就开展了无菌技术操作比赛，拉开了迎接护士节的序幕。全院各个病区积极响应，共有xxx名优秀的护理人员参加本次比赛。经过一整天激烈而紧张的角逐之后，来自手术室、icu和内科病区的六名参赛选手脱颖而出，分别获得了一、二、三等奖。她们那娴熟的操作技术和近乎完美的表现，赢得了评委们的一致称赞。

5月3日晚，平湖一院的学术报告厅里人声鼎沸，灯火辉煌，为了迎接“五四”青年节和“512”国际护士节的到来，一院团委和护理部在这里共同举办了“舞动青春，挥洒未来”联欢晚会。年轻护士们纷纷踊跃参加，表演了舞蹈《青花瓷》、音乐剧小品《幸福的路》、手语表演《感恩的心》、流行舞《舞动青春》cosplay秀等精彩的节目，赢得了全场的喝彩与好评。

5月12日当天，顾玉峰副市长在卫生局局长和一院院长等的陪同下，莅临平湖一院的内二病区和急诊科等临床科室，慰问了那些奋战在临床第一线的护理人员，与她们一一握手致意，并向她们表达了节日的问候和崇高的敬意。

二、中医院护理部组织的活动也毫不逊色，5月9日下午，她们举办了一次规模较大的“兔耳静脉输液比赛”，全院共有xxx个护理单元xxx名护士参加了角逐，比赛分为xxx个小组，每组由5名护士组成，以兔耳静脉为穿针对象，在规定时间内以穿刺成功例数决出胜负。比赛中，护士们个个胸有成竹、争分夺秒、勇夺冠军。经过激烈的角逐，最后，一病区骨二科荣获本次团体比赛第一名，八病区内三科和手术室分别获得第二、三名的好成绩。本次活动赛出了水平、赛出了成绩，体现了护理人员良好的职业风尚。

5月12日上午，中医院两位副院长代表院领导为每个护理单元送上了一束娇艳的鲜花和一份浓浓的祝福，激励大家在今后工作中更加爱岗敬业，为平湖人民的健康作出应有的贡献。此外，医院工会和护理部还通过电子屏幕为全院护士送上了节日问候。

三、为了庆祝512护士节、活跃职工的业余生活、加强医院文化建设、增强医院职工凝聚力，平湖二院护理部与工、青、妇一起于5月6日晚举办了大型“和谐家园”文艺晚会，晚会上，护士们自编自创的扇子舞“风含情水含笑”、歌伴舞“感恩的心”、诗朗诵“北京奥运”、“我为你歌唱”等

节目获得了在场观众的阵阵掌声；护士作为职业女性，她们身上也更多的散发着高贵、青春与优雅，年轻护士的职业装、生活装走秀更是获得了大家的一致好评。晚会节目形式多样、内容精彩丰富，不仅展示了护士积极向上的精神面貌，也展示了多姿多彩的生活风貌。

为认真贯彻《护士条例》，进一步重视和加强护理管理工作，真正做到思想上重视、行动上支持，保证《条例》落实到位，维护护士的合法权益，不断增强护理工作者的“以人为本”、“细节服务”理念，促进护理工作持续健康发展。平湖二院还于5月12日下午组织护士学习了《护士条例》。

一年一度的“512”国际护士节就在这些丰富多彩的节目中圆满地拉上了帷幕，我们共同期待明年庆祝护士节的活动会办得更好！

中国教学教研国际交流篇六

12月3日即将来临，这是一个国际性的日子。每年12月3日的“国际残疾人日”是一年一度的活动，旨在促进人们对残疾问题的理解和动员人们支持维护残疾人的尊严、权利和幸福。而目前，全球共有6.5亿残疾人，约占世界总人口的10%，其中80%分布在发展中国家。多年来，在国际社会的努力下，世界各地在保障残疾人权利和建立无障碍社会方面取得了一定进展。但由于造成残疾人边缘化的环境、社会和法律障碍依然存在，残疾人在就业、教育和医疗等方面的权利依然受到不同程度的限制。由于生理、法律和社会方面的障碍，残疾人往往不能和正常人一样平等地享受经济、社会和文化等权利。这种现象长期以来一直未能受到社会的足够重视。为了进一步加强同学们对残疾人的尊重关爱程度，帮助和促进大学生形成良好的道德素质和道德修养，我们药品经营与管理xx班团支部为此特别开展此次特色团日活动。这次团日活动以“关爱残疾人”为主题，以形式多样的活动为载体，引导同学们参与进来，积极为残疾人作贡献，为残疾人创建更

美好的明天而努力。现将具体内容向院团委及学生会汇报如下：

活动之一：“残疾人”上场。活动开始时一个同学带着眼罩模仿盲人，一个同学拄着拐杖模仿缺少双肢的残疾人出场，引出同学们的同情心，引出团日活动的主题。我班同学们非常积极的参与了进来。

活动之二：知识问答。提问同学们，对残疾人的了解程度，并让同学们参与进来讲一讲自己身边的残疾人事迹，以引起同学们对残疾人的关注。我班同学都非常积极地讲述了自己身边残疾人的事迹，各位同学也都有了了解。提问同学们我们国家对待残疾人的政策及各种政策出台的时间和作用，让同学们更好的了解我国残疾人的待遇。我班同学知识面很广，踊跃回答。最后由主持人公布答案，答案出来后更加深了同学们对我国残疾人政策的印象。

活动之三：模仿残疾人活动。邀请盲人同学凭自己的感觉在黑板上画出一个笑脸；邀请缺少双臂的同学用自己的方式喝完一瓶矿泉水；邀请聋哑残疾人打出手语说一句自己的心里话，让同学们猜其中的意思。虽然很难做到，但我班的同学不仅积极参与进来而且非常认真地完成了以上活动。不仅自己体会到了做为残疾人的艰难，而且在坐的同学也非常吃惊，更进一步地了解到做为残疾人的心酸，又一次引出热潮，更唤起了同学们的同情心。第三个环节聋哑残疾人打出手语，同学们不仅积极猜想其中的意思，而且要求当场学习手语便于更好地与聋哑残疾人交流，以示对聋哑残疾人的关爱尊重。再一次把团日活动推上热潮。

活动之四：全班同学齐唱《爱的奉献》以表达心中对残疾人的关爱。聋哑同学用手语表达自己的欣慰感谢。全班同学兴致高涨，都大声地唱出了自己的心声。全班45位同学用同一种方式表达了同一种爱——关爱残疾人。

中国教学教研国际交流篇七

为弘扬南丁格尔精神，展示护士的风采，在第___个国际护士节来临之际，我院于5月9日下午在职工活动中心举办了纪念活动。镇党委委员徐__莅临出席，我院领导班子成员、各科室负责人及护理人员共100多人参加。

活动由医院党总支副书记朱__主持。朱碧琳副书记宣读了《关于表彰“夯实护理感动患者”活动优秀科室的决定》，内一科、外五科、外三科、内二科、外二科获成绩优异b类科室，急诊科、产房获成绩优异a类科室，李副院长和彭院长分别为以上优秀科室颁奖。徐双斌委员颁发护理岗位工作满30周年纪念证书，产科赵萍和供应室曾传珍获奖。随后，优秀科室内一科、外五科、产房派代表作“感动服务”经验分享。

接下来进行神圣庄严的授帽仪式，在南丁格尔肖像的见证下，新护士们手捧烛台依次行礼，接受护理部主任蔡燕颜为女护士戴上洁白的燕尾帽，为男护士带上戴上洁白的象征着团结和包容的圆帽。所有新护士右手握拳举至耳旁，在蔡燕颜主任的领誓下，庄严地宣誓。

授帽仪式过后，全体与会人员共同观看了由我院自编、自导、自演的专题微电影《期待》，该片讲述的是一名急诊科护士长忙于抢救病人，无法兑现与儿子共度生日的。故事温情而又让人心酸，一些医护人员看完后流下了动情的眼泪，感同身受。

接着，彭院长讲话，他表示我院推行“二个一”工程中的优质服务工程离不开全体护理人员优质的护理服务，勉励全体护理人员再接再厉，通过整体医疗来实现医人为本，努力为患者提供更加优质、全面的服务。最后徐双斌委员讲话，他转达了镇党委、政府对广大护理工作者的感谢和节日的问候，肯定了我院近年来服务水平不断进步，社会满意度也不断提高，希望广大护理人员继续努力，为促进我镇卫生事业发展

作出新的更大的贡献。

本次活动激发了全体护理人员的荣誉感、责任感、使命感，增强了大家的凝聚力，将为我院护理工作的进一步提升起到积极的推动作用。