

最新中学英语教学论文英语中的写作方法有哪些(通用8篇)

即兴是一种表演技巧，要求演员在没有预先准备的情况下即时创作。即兴表达需要锻炼快速思考和决策的能力，以应对即时的情况和问题。小编为大家准备了一些即兴表演的视频和演出，希望能够给大家带来观赏的享受。

中学英语教学论文英语中的写作方法有哪些篇一

在英语教学中恰当地运用幽默能激发学生的情感，引起他们的喜悦和欢乐，使他们获得精神上的'享受和快感。同时，可以引发学生的学习兴趣和学习动机，帮助学生加深对知识的理解和记忆，进而提高课堂教学效率。

作者：侯晓锦作者单位：中央戏剧学院基础教学部刊名：内江科技英文刊名[neijiangkeji]年，卷(期)：28(12)分类号[h3]关键词：英语教学语言艺术课堂幽默

中学英语教学论文英语中的写作方法有哪些篇二

幽默既是一种语言艺术，又是一种行为特征。在英语教学中恰当的运用幽默能激发学生的情感，引起他们的喜悦和欢乐，使他们获得精神上的'享受和快感；同时可以引发学生的学习兴趣和学习动机；帮助学生加深对知识的理解和记忆，进而提高课堂教学效率。

作者：张绪军作者单位：皖西学院外语系，安徽·六安，237012刊名：安徽文学（文教研究）英文刊名[anhuiliterature]年，卷(期)：“ ”(9)分类号[h3]关键词：幽默英语教学兴趣动机

中学英语教学论文英语中的写作方法有哪些篇三

今天我论坛的题目是《英语学习，兴趣为先》。这学期是我任教的第二学期，对我找个刚走上工作岗位的新教师来说，不能给大家以什么教学上的启发，也谈不上什么经验，在此我只是想谈谈我这一年多来的教学体会，希望各位老师能给我提一些宝贵的意见和建议。

有人说：“塑造一个雕像，把生命赋予这个雕像，这是美丽的；创造一个有智慧的人，把真理灌输给他，这就更美丽。”我就在做着这样一件美丽的事。

英语是一门外语，对学生而言，既熟悉又困难，在这样一种大环境之下，要教好英语，就要让学生喜爱英语，让他们对英语产生兴趣。否则学生对这门学科产生畏难情绪，不愿学，也无法学下去。名教育学家乌申斯基说：“没有任何兴趣，而被迫进行的学习，会扼杀学生掌握知识的意愿。”孔子曰：“知之者，不如好之者，好之者乐之者。”许多教育学家和心理学家都有过这样的感慨。作为英语教师，更应该在教学中摸索如何激发学生学习英语的兴趣。好多的学生学得很累却就是不出成绩，怎样才能让学生学得轻松又学得好呢？以下我在教学中的几点体会：

一、更新教育观念，苦练内功，不断地给自己注入“活水”

随着素质教育的全面推进，每个教师都应该更新教育观念，把塑造学生自立的人格，最大限度地挖掘学生的潜能，培养学生的创新精神作为自己的天职。同时，教师为了能够熟练地驾驭课堂，使课堂教学活动游刃有余，创设出独具特色的创新的教学模式，必须刻苦地钻研新教材和有关教育教学的理论知识，勇于探索最佳的教学模式，取得最佳的教学效果，这样才能不断地给自己注入“活水”，尤其是对我这个刚走上工作岗位的新教师来说，更应该不断提高自身的业务素质，我认为这是让课堂活起来的前提条件，也是教师“导演”好

一堂课的关键。因为“教师要给学生一杯水，自己必须有一桶水”。学生总是喜欢有能力，知识丰富的老师，由于教师自身的人格魅力，可能会吸引更多的学生喜欢你的课。

二、培养和谐融洽的师生关系

教和学是一对矛盾，作为矛盾双方的代表教师和学生如何和谐融洽师生关系，对完成教学目的至关紧要。青少年的心理特点告诉我们，这个年龄段的学生“亲师性”较强。如果他们对某个老师有好感，他们便对这位老师的课感兴趣并分外重视，肯下大气力，花大功夫学这门课，因而成绩卓著。这种现象大概就是我们常说的“爱屋及乌”吧！反之，如果他们不喜欢某一位老师，由于逆反心理，他们也就不愿学或不学这位老师的课。这种现象也是大家司空见惯的。所以，教师要深入学生，了解学生的兴趣，爱好，喜怒哀乐和情绪的变化，时时处处关心学生，爱护学生，尊重学生，有的放矢地帮助学生。让你在学生的眼中不仅是一位可敬的师长，更是他们可亲可近的亲密朋友。当然，这并非说他们的缺点不可批评，可以听之任之。而是批评和表扬是出于同一个目的的爱护他们。因而批评的方式比批评本身更重要。要让他们不伤自尊心，人格不受侮辱。从内心让他们感到教师的批评是诚挚的爱，由衷的爱护和帮助。这样，也只有这样师生才能关系和谐，感情融洽，学生才能兴趣盎然地进行学习。由于年龄的优势，我和学生的关系还是比较和谐的，有些学生也愿意跟我谈谈他们在学习方面的困难，生活上有困难也会向我求得帮助，当然我也乐意帮助他们，从而使他们能更好的学习。

三、活跃课堂气氛

1. 巧“导入”。课堂教学中“导入”的重要性是不言而喻的，正所谓“好的开头等于成功的一半”。一个高明的教者绝对不会说“今天我们学习某课/某单元”之类乏味的话来导入，而是采用各种不同的方式来巧妙导入。譬如

上unit1goodfriends这一课时，我是以一种激情化的方式导入的，让全班学生跟着周华健的《朋友》一起唱；从而从歌词中让学生体会什么是真正的朋友。在healthyating这一单元中，则是以直观的图片导入，让学生判断什么是垃圾食品，什么是健康食品，从而自然地导入到上课的主题。

2. 巧“设问”。英语教学中找准能启发学生思维的问题，有利于激活课堂教学气氛。一个或几个巧妙而富有创意或者能引起学生关注的问题，足可以激活整个课堂气氛。如第十单元theworldaroundus.这一单元主要是关于如何保护动物，保护环境的主题，在给学生看了部分濒危动物的图片后，然后提出了这样一个问

题□doyouknowanyotherendangeredanimalsintheworld?学生反应很大，迅速讨论起来并大声的说出了一些濒危动物的名称。之后我又紧跟着问了两个问

题□whyaretheyindanger?

和whatcanwedotohelpendangeredanimals?学生都饶有兴趣，一下子活跃了整个课堂气氛。在提问时，我也注意一些后进生的反应，对他们我一般提一些较为简单的问题，让他们也能体会到这种回答出问题的喜悦感，并多加表扬，使他们的心灵感到一种莫大的鼓舞与慰藉，从而激发了他们的学习兴趣，唤回他们的好奇心和求知积极性，促进师生在生动和谐的课堂气氛中愉快地教与学。

。英语教学活动多，一节课，教师可以采用对子活动(pairwork)□小组活动(groupwork)与全班活动科学安排巧搭配，让学生在“活动”中真正实现自主、合作式学习，轻松愉快地完成各自的学习任务。如在第七单元culturalrelics这一单元的speaking部分，有一个主题是关于是否要将一个历史比较悠久的寺庙拆毁，而建成一处新的居民区，如何解决这个问题，我是以一个会议的形式，将全班分成四大小组，每个小组都是参会者，分别担任专家、开发商、村民a和村民b等角色，让他们讨论后来谈谈自己的观点，然后我选了一

个口语比较好的学生来当村长，主持这个会议。学生积极性都很高，纷纷讨论起来，在这个活动中小组内的学生群策群力把自己得想法表达出来，试图能说服其他组，既培养了学生的群体意识、合作精神，又培养了学生综合运用英语的能力，收到了很好地教学实效，从而激发学生学习英语的兴趣。

兴趣是推动学生学习的内存动力，因此教师提问如果能激发学生的学习动机和兴趣，他们就有了学习的原动力，这是启发教学的关键所在。激发并保持学生英语学习的兴趣，帮助学生形成正确的学习方法和良好的学习习惯，使学生找到学习英语的乐趣。

这一年多来，我一直比较注意学生英语学习兴趣的培养，平时多关爱学生，发现每个学生的闪光点，给予及时地表扬，真诚的赏识他们，让每一个学生都喜欢英语。但是在培养学生学习兴趣的同时，也注意让学生明确学习目的，端正学习态度，掌握学习方法，树立自信心，让学生知道学好英语并不是一件轻而易举的事，非下苦功不可。经过一个多学期的努力，我任教的两个普通班成绩出现一定的差距，今后将继续努力，多问，多想，多向前辈学习，提高自我，进而共同提高两班的英语水平。希望在未来的日子里，能在各位老师，前辈的指导下，取得好成绩。

幽默在英语学习中的作用(中学英语教学论文).doc

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](#)

中学英语教学论文英语中的写作方法有哪些篇四

摘要英语教学和其它学科一样也担负着对学生进行思想教育的重任。同时由于英语教学属于外语教学，与其它学科教学有着明显的区别。因此，在英语教学中进行思想教育比较复杂，操作起来有一定的困难，但只要我们英语教师有强烈的责任意识和高尚的思想情操，就能收到良好的思想教育效果。

关键词英语教学思想教育素材实践

进一步实施和深化英语素质教育首先要体现教学观念的转变，而教学观念转变的一个重要途径就是在实施和深化英语素质教育过程中对学生进行思想教育，充分利用素质教育的主阵地课堂对学生进行思想渗透。当然，由于英语教学具有其自身的特点，因此在英语教学中进行思想教育必须充分考虑到这一因素，以取得良好的思想教育效果。

[谈中学英语教学中的口语教学\(中学英语教学论文\).doc](#)

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](#)

中学英语教学论文英语中的写作方法有哪些篇五

在人际交往中，听是最基本的方式，其中一半以上的信息是来自于听。由此可知，听力训练在英语教学中是多么重要。在我国中学生英语学习中，普遍存在的问题是学生在听力教学环节出现困难，语速跟不上，语调不对劲，把握不住文章大意，导致听力部分的成绩往往不尽如人意。为什么我们的学生会在听力环节上出现短板呢？笔者简要对此进行探析，与各位同行共商榷。

一、中学生英语听力困难的原因

1、英语基础薄弱，成为听力难的基本障碍。众所周知，听力理解是运用所获得的知识背景，利用对语言基础知识的把握，来理解和知晓对方的意思。语音障碍是许多学生面临的第一个难题，由于一直以来没能正确掌握英语发音规则，尤其是对一些发音相近的单词容易混淆，如blue和blew、pair和pear等。其次是语速的障碍，由于英语课堂教师的语速偏慢，让学生久成习惯，在语速变换的听力训练中常常找不到北。词汇量的大小、掌握情况和熟练程度，都在一定程度上影响着学生的听力。还有英式英语和美式英语之间的词形差异和读音不同，也导致学生在听力上的障碍。

2、母语文化的干扰，也是听力成绩难以提高的阻碍。由于汉语习惯的存在，中学生大多不能用英语思维进行思考理解，仍沿用中文字词习惯，从而导致反应速度和听力效果的滞后性。与此同时，英语的语序和词汇结构和汉语也有着较大的差别，如果按照汉语的思维来理解英文词句，一方面是明显减慢了速度，另一方面则很容易造成理解上的误差和错误。

3、英语文化的障碍，会在一定程度上影响学生的学习心理。

对英美历史文化背景和生活方式的了解，是进行英语听力学习的催化剂。然而由于缺乏这些知识，很多学生在听力练习中就产生了困难。比如虽然现在中国人越来越喜欢过洋节，感恩节、愚人节这样的节日也逐渐进入我们的生活，但仍有很多学生对这些节日并不清楚了解，文化差异是横在听力教学中的一道坎。另外，在应试教育体制下，听力测试的成绩与很多因素有关，包括内在的和外在的，如播放设备，周边环境，考生的紧张发慌心情等等。所以在英语教学中，要注意强化学生的单薄兴趣，给学生营造一个良好的英语学习环境，这样可以在一定程度上消除听力教学的障碍。

二、中学英语听力教学方法探析

英语听力需要有一定的综合语言素质，要提高听力水平，必须在经过有效的听力练习之后，才能获得提高。对于英语听力训练，多听是前提，但必须在听的过程中注重语感的培养，依靠正确的方法，遵循有效的原则，持之以恒，定能取得效果。笔者主要从以下几个方面简要谈谈。

1、强化英语基础，逐步深化听力教学。音标、词汇和短语搭配是英语教学的根基，也是听力教学的根基，首先必须打好地基，才能再往上提高。听力的实质就是辨别发音理解语意，并对所听取的信息做出回应的能力。听力训练中务必从基本的音词入手，逐步提高到短语、段落和篇章。在最初的讲课中，可以结合中英文口语讲解，尽量多用英语讲课，让学生在每个步骤都得到熏陶。教师在利用英语授课的时候，要注意引导学生用心听讲，尽可能模仿和回答，使用确切的'语音语调，方能起到良好的效果，提高听力水平和教学效率。

2、加强听力训练，培养学生捕捉信息和逻辑推理的能力。在中学英语教学中，练习是一个复杂的心理过程，在这个心理活动的过程中，要抓住机会培养学生的逻辑推断能力，更直接有效地理解听力材料。在听力训练前，要让学生养成听前快速阅读题目及选项的习惯，并在心目中有一个预选的答案，

带着预期的内容去听。在听的过程中，要把握与题目有关部分的关键词和逻辑大意，要带着整体的思想去听，宏观把握整篇文章。还有重要的一点是，在要在听的过程中理清对话里的人物关系，根据对话人的关键语句判断人物关系等隐含信息，进行答题。

3、加强听力方法指导，拓展提升水平。由于听力训练的不可重复性，放音结束后无法情境再现，因此在听力训练中需要格外注意教会学生听的方法。随着素质教育理念的不断推进，听力的成绩在考试中的比重也越来越高。听力的试题只有题目在纸上，材料却在录音机里，这样的限制格外要求学生要在有限的时间内迅速而准确地完成解答。在听力训练中，要让学生集中注意力，培养学生的答题解题技巧，这样才能提高他们的听力水平。在试音过程中，务必要学生全力集中注意，尽快熟悉适应播音的语速和音调。在听的过程中，要稳定自身情绪，进行从容答题，抓重放轻，做好关键记录，想象身临其境，整体把握理解意思，在第二三遍的时候进行复查，以免遗漏。

此外，中学生的听力水平跟学生的词汇量多少有着必然联系。在平时的英语学习中，教师要培养学生主动丰富词汇，掌握短语搭配等基础语言语法知识。同时，要引导学生去熟悉了解西方国家的风俗习惯、风土人情等文化背景知识，才能保证在听力测试中有备无患，中学生的英语听力水平才能真正得到提高。

参考文献：

[1]李蓉. 浅谈英语听力教学中的文化背景因素[j].教育艺术, , (05)

[2]易斌. 英语听力教学的困难分析与对策[j].职教论坛, 2004, (05)

[3]徐美银. 中学英语听力教学策略探讨[j].教育艺术, , (01)

中学英语教学论文英语中的写作方法有哪些篇六

当今社会正走向信息化,时代的发展对语文课程教学提出了更高的要求.把握时代的`脉搏,具体探究:什么是多媒体教学;高中语文课堂教学为什么需要多媒体教学;如何利用多媒体技术来最大限度的优化高中语文教学;高中语文多媒体教学的误区和未来等方面对高中语文多媒体教学有着重要的意义.

作者: 胡洪强作者单位: 伊犁师范学院人文学院刊名: 商情英文刊名[]shangqing年, 卷(期): ” “ (23)分类号[]g63关键词: 高中语文多媒体教学

中学英语教学论文英语中的写作方法有哪些篇七

学会学习是素质教育的重要目标之一,也是顺应时代发展的需要.今天的学生在走出校门之后要适应社会、适应时代,就必须不断学习.让学生会学是教师必须担负的责任.在中学英语教学中同样必须指导学生掌握正确的学习英语的方法.要使学法指导进行有效,必须培养学生良好的学习习惯,如:制定计划课前自学、专心上课、勤记笔记、及时复习、反复练习、充分利用教材进行学法指导:归纳指导法,对比指导法,解答说理法,启迪思维法,讨论活动法.

作者: 单霞作者单位: 江汉油田教育集团广华中学高中,湖北,潜江,433124刊名: 考试周刊英文刊名[]kaoshizhoukan年, 卷(期): ” “ (32)分类号[]h3关键词: 高中英语学法

中学英语教学论文英语中的写作方法有哪些篇八

体态语在英语教学中起重要的辅助作用。记得在讲“水的星球”这一单元时,我让学生做了许多有趣的实验,使得学生的学习热情高涨。在这一课中,我们主要谈到了有关水的性

质和如何利用水和保护水的知识。为了激发学生的听说能力，我让他们做相关的实验。首先，我拿了一瓶水，一张硬纸片和一瓶花生油到了课堂。学生们立刻被我所带的东西吸引了。当我向他们发出邀请来做一些有趣的表演时，班里的同学各个跃跃欲试。于是，我请了男同学做下面的实验：在盛满水的瓶子上盖上后纸片，用手摀住，然后慢慢将瓶口倒置，把手移开。此时同学们完全被吸引住了，他们发现，瓶子里的水竟然没有流出来。随后，将实验成功的完成的那位同学又得意的向其他同学展示自己的成果。实验图如下：

水

. 水

□1□□2□

于是不失时机的发问□whathappened?why?学生们积极用英语回答了我的提问。接着，我有邀请同学做了另外的实验他们都肯积极配合：把一些花生油倒入盛水的瓶中。同学们发现油漂到了水上。图如下：

□1□□2□

我又向他们提问了相关的问题。学生们积极思考圆满的用英语完成他们的任务。随后我兴致昂然一起用英语谈论了有关水的其他性质和利用水，保护水的话题。收到很好的效果。这节课很轻松。也印象深刻。

在英语教学中，利用体态语进行辅助教学的例子不胜枚举。比如讲到“bring”and“take”的区别□“smile”“laugh”的区别，完全可以用体态语表现。体态语也叫身势语如口语一样，身势语也是一种重要的交流方式和文化。芬安格斯说“肢体语言一旦缺失，那样人就不会成为正常人。”在学校教育中，身势语对于学生促进学生的性格培养起积极作用。老师的身

势语会对学生的性格形成有极大的影响。老师准确的身势会使学生形成积极向上乐观的性格。老师正确有益的身势语的影响不仅会表现在为学生树立良好的榜样，而且还会创造一个和谐美好的氛围。事实上，老师和蔼亲切的态度表情会极大的激发学生学习的热情。进一步说，那些枯燥乏味的理论知识需要生动鲜明和准确积极的身势语使得他们更具体形象。结果，学生的学习兴趣会被极大的激发和鼓舞，教学效果也会有显著得提高。一直以来，人们对语言的学习只强调口头语言和书面语言。然而，对于非语言（主要是体态语）交流的手段则不太重视，根据美国一项研究表明：在情感、态度交流方面，90%以上的信息靠声调的高低和面部表情，即非语言来传递的。可见，体态语在英语教学 and 实际交际中的重要地位。

体态语言即通过手势、面部表情、眼神、动作姿态、外表修饰等非语言行为来传情达意的一种交流手段。体态语不仅能代替语言交际功能，而且能扩大交流范围，表现或掩饰内心情感，丰富语言，使语言表达更生动、更形象，简洁明了，提供大量信息，深化表达内容等。在英语教学中，对于一个教师来说，利用体态语可起到以下几个功能：

一、课堂讲授，有利于师生间情感交流，突出重难点，提高学生对知识理解及记忆。

二、反馈课堂教学信息。

三、控制学生的课堂行为。而对于学生来讲，学习应用体态语能达到有效的学习效果，增强学生的交际能力。

那么，如何在英语教学中有效地利用体态语，使英语教学效果更好呢？

体态语在课堂上的运用

教师作为教学过程中起主导作用。在课堂上如能恰当地应用某些体态语，如面部表情、手势、目光接触、身体距离等会使课堂教学更丰富、深刻。从以下几个方面加以说明。

1、表情运用的艺术[facialexpression]

这里所说的表情，主要指面部表情。面部表情是人类社会的一种“世界语”，一个人的喜、忧、思、悲、恐、惊全都可从面部表情上反映出来。著名作家罗曼罗兰说：“面部表情是多少世纪培养成功的语言，是比嘴里讲的复杂千百倍的语言。”所以，教师在课堂上如能针对出现的不同情况，运用好面部表情语言，就可能有效地调节课堂气氛，提高教学效果。作为教师，对学生回答问题的对错上，脸上保持微笑是对学生的一种赞许和鼓励，而脸部表情僵硬，就会使学生感到困惑。微笑的运用确实重要。对大多数学生来讲，学习英语这一门外语是较困难、枯燥、难以理解的。这样，就需要教师在课堂上使学生产生乐观、自信、积极向上的心态，而微笑正好有此神效。一些教育家曾提出“用爱的微笑去征服学生的心灵。”教师应把微笑带进课堂，使它最大限度地发挥作用，让学生感到学英语是一种乐趣而不是包袱。

2、课堂的”第二语言“--手势[gesture]

在课堂教学中准确适度地运用手势，既可以传递思想，又可以表达感情，还可以增加有声语言的说服力和感染力。

课堂教学中，教师可在某一时刻下用手势语来表示教师所想要的学生参加活动的性质。如：在教语言句型时，指着自己的衣着或可能带有的教具，来教“thisisasuit(map,bag,etc.)”或者在教“heisnot.....”时就摇手“heistall.”就用手指高些或者“sheisfive.”时，就伸出个手掌。另外，简单的手势还可以表示如“comehere”[前伸一只手，掌向里，向着自己招动][“it'sok”[向上起拇指)

总之，手势在体态语中是动作变化最快、最多、最大的，而且具人很丰富的表达力。因此，教师在课堂教学中应把手势语用得简练、适当、自然、协调、多样。

3、眼神的运用艺术□eyecontact□

眼睛是心灵的”窗口“。从一个人的眼神中，可以看出他内心的疑问、好恶及态度的赞成与否。爱默生曾说：”人的眼睛和舌头说的话一样多，不要字典，却能从眼睛的语言中了解一切。“因此，在面部表情中，眼睛能传神、会说话，最能表达细腻的感情。

教师在课堂上艺术地用好眼睛，有利于辅助教学，提高教学效果。首先，教师可以从学生的表情及变化中，看出自己的教学效果，辨析学生听讲的情况。

例如，课堂上学生时不时无目换地向棚顶或室之一隅，目光呆滞，那表明他们心猿意马。飞眼左右，低语暗议，则表明他们发现破绽或老师讲错了。眼里迸发欢乐的闪光，表明茅塞顿开……可见，学生眼神里大有文章。教师就应从眼神中了解真实的东西，提高效果。

如何看学生眼神行事呢？教师在讲课时，应不时地用眼睛环视整个课堂，使学生感到你在对他讲课，调动他们的参与感，个别学生听课不认真，也可以通过这种环视，提醒他的注意，督促他认真听讲和学习。另外，局部专注能够对学生进行仔细的心理调查，发现自己的讲授效果如何，可以启发、鼓励学生大胆发言，打破课堂提问的冷场现象，更重要的可以制止部分或个别的走神或骚动。如老师有一双会说话的眼睛，课堂效果就不同。会艺术地应用眼神，对教学确实有很大帮助。

4、身体距离的运用艺术□bodydistance□

人际间的距离也有信息意义，也是一种无声的体态语言。课堂教学中，教师在课堂所处的位置不同，与学生的远近不一，会给学生不同的心理感觉，产生不同的效应。有研究表明，当教师站在距学生2-3.5米的地方，就会产生一种控制效应，如果某个学生不注意听讲或出现行为不当的时候，对待这种行为，只要教师表露出开始向这个学生走去的意向，就会使这个学生不当的行为迅速的改变。

英语课堂上，教师领读时，走下讲台，进入学生的”空间领域“，可以控制课堂，发现和纠正学生的语音、语调，使课堂变得有生气。做听写练习时，教师一边念、一边适宜的走动，可以引起学生的注意。调动他们的积极情绪。如果教师与学生距离4-5米远，也许就很难产生这种效果。有些教师曾多次讲到，用电教室（讲台离学生4-5米远）上课没有在小教室上课的效果好。可见，讲究距离在课堂上的应和，可收到较好的教学效果。

总之，外语教学中，非语言交流手段不容忽视。在英语教学中，教师能准确、适当、自然协调的运用体态语，能帮助组织教学，增进师生感情，激活学生学习情绪，突出教学重点，提高教学效果等作用。因此，在英语教学中，应该有意识地将非语言交流手段利用起来，突出”哑语“的作用，使之最优化地为英语教学服务。

作者：杨雪琪

2004月25日