

# 2023年小学体育个人研修计划 小学校本研修个人研修总结(优质15篇)

学习计划能够帮助我们更好地掌握学习进度，及时调整学习策略和方法。当然，每个人的读书计划都应该因人而异，希望以下内容能给大家提供一些建议和思考。

## 小学体育个人研修计划篇一

转眼间，一个学期又要结束了。一学期来，我认真备课、上课、及时批改作业、讲评作业，认真学习教育教学理论，深入研究教学方法，虚心向别人学习，不断提高自己的教学水平和思想觉悟，并顺利完成教育教学任务。针对一学期来班级学生所表现出来的特征，现作出总结：

## 小学体育个人研修计划篇二

为了增强校本研修工作的有效性和长效性。学校在校本研修工作中，坚持考核制度，建立激励机制，发挥有效的制度管理，提高研修工作的长效性。

考核管理：

a□活动考核制。学校建立参与册，记录考核教师参与情况，与奖励挂钩。

b□过程督查制。学校对各组开展情况采用询问、参与、查资料等方式进行了解，作为教研组或个人评先条件。

c□资料建档制。对教师参与研修后，取得好的教学效果的资料。建立“教师成长袋”，（如好的心得笔记、优秀教案、获奖资料等）反映教师成长记录。通过考核和奖评，激发教师参与热情，落实研修效果，建立研修工作的长效机制，为

教师研修工作搭建激励长效的平台。

## 小学体育个人研修计划篇三

校本研修是一项新型的教学教研活动，在实行过程中也遇到了不少困惑，出现了不少问题。1. 部分教师认识不足。尽管学校领导再三强调校本研修的重要性，但有些教师仍对此认识不足，思想上未能引起足够的重视，有些活动未能参加，对过去的教育教学思想未能认真加以反思，而是凭着经验去干活。2. 科研方面不热心。教师日常教学工作繁忙，因此动手写论文的人并不多，开展课题研究的人就更少了。重教学轻科研的现象在我校普遍存在，许多人把搞科研当成次要工作，重视程度不够，主动性不强，这种现象很难在短期内解决。

德国著名教育家第斯多惠说过：“一个人一贫如洗，对别人决不能慷慨解囊。凡是不能自我发展、自我培养和自我教育的人，同样也不能发展、培养、教育别人。教师只有先受教育，才能在一定程度上教育别人”。这是对校本研修最为生动的诠释。它对我校教师来说是一个全新而艰巨的任务，刚开始难免会出现各种各样的困难和问题，但我们坚信，随着活动的深入开展，老师们的认识会越来越高，学习兴趣会越来越浓，主动性会越来越强，教科研成果会越来越多。今后，我们力争开展更多更有实效的活动，让校本研修工作在我校扎实有效地开展下去，让老师们的思想观念和教学水平上到一个新台阶。

## 小学体育个人研修计划篇四

光阴荏苒，瞬间一年的校本研修到了尾声，我回顾本学期的校本研究过程，深感受益匪浅，有许多值得珍惜的地方，有些忙碌，但更有收获，现将其总结如下：

本学期间我能按校要求，自觉听课，完成听课任务。每听一

节课自己都感到每个老师都有很多优秀可取的地方，在课堂中我想到了他们课前备课认真情景；看到了他们沉着冷静、灵活应变的处理课堂的生成处；还看到了他们在课堂上的激情洋溢、和蔼可亲；同时也看到了他们丰富的授课经验。那时那刻，向他们学习的敬意油然而生，并且也勉励自己不断进龋同时也能开诚布公的把自己观点说出来与大家谈讨达成共识。

在校本研修中，我自觉上好每堂课。在上课前，我能抓住教材的主线来展开思维进行编写因地制宜的教学设计，做好课前准备；在上课中，我能从容自信的组织课堂，沉着冷静、灵活应变的处理课堂的预设之外的生成处，并不断的揣摩在课堂中怎样使用激励语言、怎样形成课堂积极向上学习氛围等；我还始终坚持新的课程理念，注重“以学生的发展为中心”，提倡学生自主学习、探究学习、合作学习；同时注重学习方法的指导，让他学会科学的获取知识方法，促进学生身心全面发展，课堂上注重师生之间“相互沟通、相互交流、相互协作”，学生能说的师不说，学生能做的学生做。

在研讨中，能以教学中存在的问题为核心，积极主动提出问题，展开研讨。在研讨中不仅说出自己的观点，而且还努力围绕共同关心的问题进行对话，不断对提出问题进行质疑、反思，自己的困惑得到了解答，从中也得到了收获。

在这段时间除了研读教育书籍，我还找来了有关课程改革、优秀课堂教学方面的书，学习到了许多新知识，充实了自己的头脑。

在校本研修这段时间，新课程的实施，使教师在教育教学工作面临着许多新情况，学生在不断变化着，教育理念在发展着，课程设计在改革着，教学方法在创新着，教育技术在改进着，如何进一步推进课程改革，如何使自己尽快适应新课程改革，都给我们带来了思考。素质的提高从何而来？从学习中来，从实践中来，从反思中来。为此，我在备课前，反

思同伴自己以前的做法，加以总结、借鉴；课堂教学中，在关注学生学的同时，也关注自己的教学方法和教学效果；在课后，对整个课堂教学加以回顾，找出自己的优点和存在的不足。使自己自觉地将自我反思与行为改进相结合，促进教育教学能力的提高。

总之，校本研修中，在学校的组织指导下，我能主动参与学校的各项研修活动，在专家引领同伴互助下，也使我的教学理念不断更新，使我的知识不断丰富，教学能力不断提高，管理能力不断增强。教师教的轻松，学生学的愉快，成绩令人满意。我将在今后的工作中不断努力，从实际出发，取长补短，不断养成自我学习、自我反思的习惯，一如既往地主动参与校本研修，提高自身教育修养和业务水平，力争做一名适应时代要求的人民教师。

## 小学体育个人研修计划篇五

新一轮远程研修即将结束，回顾这一段时间紧张的学习历程，感触颇深，受益匪浅。培训的内容即有专家讲解的视频，也有相对应的文本，还有一些相关的参考资料，另外还有精彩的案例展示及案例分析。这些对我来说，既有教学理念上的更新，又有教育理论和教学技艺上的提炼和增进，也让我们这些处于职业倦怠期的一线教师懂得了如何调节自己的心理健康，更好地投入到自己的教育教学工作中。下面从几方面谈谈本次学习的收获。

通过《课堂教学策略与反思》一科的学习，让我知道了教案反思不仅具有传统意义上的作用，诸如改善教案设计的状况，提高教学设计的能力、水平，提高教师个人的能力水平，而且具有一些新的作用：

（二）是教案反思有助于凝练教师自己的教学特色和风格，从经验型教师走向专家型教师；

（三）是教案反思有助于教师主动反省自身的教育教学观念，实现教学行为与教育教学观念的统一，加速自己的教师专业化进程。

就当前我国中小学课堂教学的发展实际，围绕课堂活动时间、课堂参与、提问、课堂教学结构、课堂生成五个要素，可以有效提高教案设计的有效性，进而发挥教案反思的新作用。在教案的反思研究中，我认为最重要的应该是将师生的课堂参与作为反思的重点，因为它是真正改善课堂教学、提高教学效率的重要策略。通过课堂反思活动，它可以强化师生积极互动的层次与参与的质量，提高学的质量和效率，促进学生数学认知结构的完善和情感、意志、人格的发展。

聆听东北师范大学刘晓明教授主讲的《教师心理问题自我调适》和《教师职业倦怠心理调适》这两门课程，我了解到了教师职业倦怠和教师各种行为问题带来的各种危害；了解教师职业倦怠对教师人际关系的影响；学会了职业倦怠和教师问题行为的各种调适方法。只有心理健康的教师才能教出心理健康的学生。

教师是学校心理健康教育的推行者、具体实施者，一个成功的教师，除了要有渊博的学识和优良的教学技能，还要有健全的人格和高尚的品德。人格健全的教师，能在课堂中创造一种和谐与温馨的气氛，使学生如沐春风，轻松愉快，反之则使学生惶惑不安。所以，教师自身保持一种乐观的心态非常重要。通过学习，我知道了教师要善于做好自身的心理调节及保健工作，了解自我，辩证地看待自己的优缺点：

（一）学习心理卫生知识和心理健康知识，掌握心理调节的方法，学会缓解心理压力，提高心理承受能力。

（二）调整情绪，保持心理的平衡。

（三）善于选择自己心情愉快的角度去思考问题、处理问题，

建立起良好的人际关系。

（四）乐于为工作奉献，并合理安排时间，张弛有度。

（五）培养多种兴趣与爱好，陶冶情操。

《上好课——小学语文》课程重点学习小学语文教学的策略与教学设计。内容包括：小学语文教学的基本理念、小学语文教学目标、小学语文教学策略和小学语文教学设计。在研究相关理论的基础上，结合小学语文教学设计案例分析，分别从小学语文教学中的汉语拼音教学、识字和写字教学、阅读教学、写作教学、口语交际教学、语文综合实践活动等六个方面指导教师学习。

通过学习，我对如何上好课有了进一步认识，语文理论知识有更进一步的提升，掌握了语文教学策略和教学方法，促进了自己对课程改革的创新理念和创新实践在认知层面的提高，增强了教与学的实践效率。自身的业务水平得到了很好的提高。

“学海无涯，教无止境”，只有不断充电，才能维持教学的青春和活力。紧张、忙碌、充实的学习之旅马上就要结束了，在以后的工作中，我会更加努力工作和学习，不断追求超越自我，为教育事业献出自己一份微薄之力！

## 小学体育个人研修计划篇六

在这一段时间的培训中，我认真地看了各位专家对于小学数学新课标的解读，尤其对他们讲解的小学数学教学中各个方面的问题、今后改进的措施、办法进行了深刻的理解和领悟。确实收获不小，感觉自己在日常工作中还存在很多不足。通过这次培训，我有如下感想：

## 小学体育个人研修计划篇七

新课程强调“数学教育要从以获取知识为首要目标转变为首先关注人的发展”、“转变为首先关注每一个学生的情感、态度、价值观和一般能力的发展”。在此，特别需要指出的是：数学教育中学生“情感、态度、价值观”的发展应是与其数学知识与技能方面的学习直接相联系的，也即在两者之间存在内存的、必然的联系，而不是某种外在的、牵强附会的、偶然的成分。因此，我们无疑应当强调通过数学教学帮助学生树立在数学学习上的自信心，但是这绝不是指数学学习应当成为一种毫不费劲的“愉快学习”，我们应当努力增强学生对于数学学习过程中艰苦困难的承受能力，从而也能够通过刻苦学习真切地体会到更高层次上的快乐。这也是中国数学教育优良传统的一个重要组成成分。

## 小学体育个人研修计划篇八

为加强新形势下师资队伍建设，促进教师综合素质全面提高，本学年我校把校本培训工作的重点放在了提高广大教师理论学习和教育教学能力方面，督促全体教师积极探索，勇于实践，使教师逐步由知识型向能力型转化，经验型向学者型转化。为了实现这一目标，我校花了大气力，取得了理想的成绩。现对一学年以来的工作做如下总结：

一、重视教育理论的学习，提升教师的理论水平。

学校的教育教学工作要靠全体教师的努力，而教师教育教学水平的高低决定工作效率的高低。作为教育教学的行动指南，教师的教育观念就显得特别的重要。因此学校管理层非常重视教师教育教学理论的学习。

1. 集中性的学习。

教导处根据学校工作安排，定期组织教师开展业务理论学习。

主要的形式有：观看专家教育教学讲座视频资料，阅读名家著作，邀请心理指导师来校作讲座等。这些集中性的学习，拓宽了教师的专业研究视野，为教师的成长提供了积极的示范性作用。这些实效性很强的集中性学习、研讨活动在教师中颇受欢迎。

## 2. 教师个体的学习。

学校教师校本培训要求：每个教师每年都要自己订阅一份业务杂志，读一至二本教育专著并摘录业务笔记。有压力才有动力。这些规定从课改初的强制性要求，到目前逐步变成了教师的自觉行为。教师在业务学习中尝到了甜头，不断有收获，因此每个教师都能利用各种机会加强个人的业务学习，业务成长成了教师的自觉需要，尤其值得一提的是，我校数学组王素珍老师，从教近20年，坚持教案手写，并用红笔精心记录反思，形成了12本宝贵的备课本，这是她多年的心血与结晶。

## 二、狠抓教学实践，促进教师校本培训，努力构建高效课堂。

教师的校本培训不能脱离教学实践。课堂教学是校本教研的主阵地，是教师校本培训的主要基地。一年来，学校依托课堂教学实践研究，开展教师的校本培训，取得了明显的成效。

### 1. 教师集体备课是教师校本教研的日常性工作。

为了放大教师的教学闪光点，（尤其是要充分发挥我校几位温州市骨干教师的引领示范作用）让教师在同伴互助中得到提高，今年学校继续开展了同学段、同学科组的教师集体备课活动。在备课中，教师们围绕规定的教学内容畅所欲言，共同研究，执教教师上完课后再集体研讨，提出改进意见与建议，这是教师之间的互相培训。

### 2. 教师积极参加各级各类教学评比活动。

20\_\_年12月，我校王素珍老师被评为小学高级教师(原小中高)，成了我校甚至是清江学区小学的历史第一人。同月，我校黄蓉蓉、徐苏丹、方奕童老师参加了“团队赛课”活动，荣获三等奖，陈李勇老师参加20\_\_年\_\_市“全员赛课”优质课评比获一等奖，赵瑞强老师获优质课评比二等奖。在磨课过程中，大家相互帮忙，献计献策，查找资料，修改设计。在5月26日，我校6位教师参加了清江学区的现场评课比赛。参赛教师一致认为，在合作与研讨中教师的教育教学能力得到了普遍的提高。

### 三、开展各类研究，教师校本培训的大课堂。

一学年来，我校的教师校本培训工作取得了较好的成绩，但我们不能满足于现状，要“百尺竿头，更进一步”。应从教师校本培训的形式到内容进行创新，使之更切合我校的实际，力争取得更大的成绩。

## 小学体育个人研修计划篇九

研修目标：

- 1、熟悉小学科学教育专业知识和理论，探索有效的科学课堂教学策略，在教学和科研中提升设计课、上课、观课、评课等课堂教学实践水平。
- 2、在研修班的引领和实践中，学会自我反思、合作探究、经验积累，不断拓展学科专业视野，提升学科教学研究品质。
- 3、做一名快乐学习，善于思考，互助共享、锐意进取的学习型教师，初步形成自己的教学风格。

研修内容：

#### 一、在专业引领中学习：

1、认真学习研修班开设的相关课程，认真聆听陈老师及外请专家的讲课。每学期精读科学教学论著两本以上，广泛阅读各类书籍，及时记载读书感悟。提高教学理论素养和个人素养，并能不断内化，为自己的发展提供“养料”。

2、认真观摩、研讨课例，认真参加研修班研讨活动，促进自己教学经验的升华，达到学习提高的目的。

## 二、在课堂实践中学习

1、积极与研修班学习小组成员一起设计实践性活动，分工合作，形成“学习共同体”，在实践-研究-反思中提高能力。

2、积极主动地争取每学期上研究课一至二次，在课堂实践中提高自己的教学能力，在总结和反思中形成自己的教学风格。

下一页更多精彩内容“小学科学教师个人研修计划”

## 小学体育个人研修计划篇十

### 个人研修计划（科学）

麻城市龟山镇矮桥小学：王籍辉

作为麻城市小学科学湖北省中小学教师信息技术应用能力提升工程的一名学员，本人将借助湖北省中小学教师信息技术应用能力提升工程这个平台，自加压力，确立目标，提升自身的专业理论素养，进行教育教学探索和实践活动，积极投身新课程改革，实现自身的专业成长。为进一步明确自己的发展目标，我制定了以下计划：

#### 一、指导思想

本学年以《麻城市小学科学湖北省中小学教师信息技术应用

能力提升工程工作计划》为指导，结合学年教学教研工作，立足校本实际，以“课堂探究式教学有效性的研究”为载体开展活动，努力提高自身的专业化水平。

## 一、研修目标和内容

1、通过参加集体培训、个人研修，不断提高科学课堂教学水平，着力打造高效课堂、精品课堂。

2、结合麻城市推进有效课堂教学实施的实际，不断加强新教育教学理论、方法技术的学习，优化知识结构，提升教育教科研能力。

3、进一步研读《小学科学课程标准》，深入理解、掌握新课程的基本理念。

## 二、具体措施

### （一）、勤于学习，树立终身学习的观念。

1、多渠道地学。要做学习的有心人，在书本中学习，学习教育教学

理论和各种专业知识，增强自己的理论积淀；也要在“无字处”学习，学习优秀教师丰富的教学经验，以达到取长补短的目的。经常阅读《小学科学教学》等有关教育教学方面的书刊，及时更新教育理念。

2、广泛地学。广泛地阅读各类有益的书籍，学习各种领域的知识、技能，特别要学习现代信息教育技术，不断构建、丰富自己的知识结构。

（二）、善于思考，在实践中探求、感悟。时刻把工作与思考相结合，在思考中工作，在工作中思考，创造性地开展工

作。（1）及时认真地总结个人在教育教学中的得失，争取每月写一篇教学随笔。（2）通过撰写论文，把自己的`教育教学研究从实践层面提升到理论层面。不断提高论文质量，至少有一篇高水平的教育教学研究文章在市级以上正式刊物发表。（3）结合教育教学实践，有明确的研究专题，定期总结出研究成果。

### （三）、借助团队力量不断进取。

作为研修团队的一员，我将虚心向同行老师等成员学习，并恳请他们指导自己上好一节实践课。每次学习活动后写出心得，将团队成员的教育教学思想予以内化，作为自己前进的航标灯。

### （四）、研究课堂教学。

内外的教育科研培训活动，提升教学研究能力。

2、积极主动的定期进行研究课教学，参加工作室的备课、说课、上课、评课等教学研修，增强课堂教学的魅力、活力、实力和亲和力，逐渐形成自己的教学特色。在实践中提高自己的教学能力，在总结和反思中来形成自己的教学风格。

### （五）、提升科研水平。

2、在本学校开设一次专题学习报告讲座，将自己的学习、探究成果与同校教师一起分享。

4、结合课题研究计划，做好阶段性研究小结。

以上是本人在工作室的自我研修计划，希望自己能够抓住这次学习的契机，在名师的指引下，教育理念得到更新，教学技能得到提升，专业化水平得到发展。

## 小学体育个人研修计划篇十一

学生只有对自己、对学科及其文化有积极的情态，才能保持学习的动力并取得成绩，刻板的情态，不仅会影响学习的效果，还会影响其它发展，因此我们要努力创造宽松民主、和谐的教学空间。关注学生我们应做到：

- 1、尊重每个学生，积极鼓励他们在学习中的尝试，保护他们的自尊心和积极性；
- 3、关注学习有困难的或性格内向的学习，尽可能地为他们创造语言的机会；
- 4、建立融洽、民主的师生交流渠道，经常和学生一起反思学习过程和学习效果，互相鼓励和帮助，做到教学相关。

## 小学体育个人研修计划篇十二

通过研修学习，我接触到了专家学者们的教育新理念，学习了不少优秀教师的经验。收获颇多，感触较深的同时，也认识到了自己教学底蕴的不足，因此，可以说这次网上研修来的很及时，网上研修内容很深刻，网上研修的效果将影响深远。作为教师的我深深感到学习的重要性，在今后的教学中，我将立足于自己的本职工作，加强理论学习，转变教育教学观念，积极实践新课改，铺设好自己的专业化发展之路。网上研修学习很快就要结束了，我个人感觉在这次学习中收获很多，就如何当好一名教师谈谈我的一点看法：

### 一，教师要充满爱心

在专家讲座中提到最多的是：爱的教育。心中有大爱，让老师成为好老师；博爱，让老师成为名师。有人这样说过：“教师是这个世界上最有影响力的职业之一，我们培养的是未来的领导人、医生、工程师和科学家，我们为自己是一名教师

而自豪。”也许在我们的身边确实有各种各样很有个性的孩子，但是如果我们对每个学生都充满爱心，对每一个所谓的孩子都有足够的爱心，就可以在我们的生活中创造出很多生命的奇迹，帮助他们充满爱心。

二教师要终生学习。

这次培训就自身更新优化而言，树立了我终身学习的思想。通过培训后，感觉到以前所学的知识太有限。做一名学习型教师是实现自身价值，成就教师自我事业的必需。专家也向我们提出“就业须敬业，敬业有事业。”

我们谈谈教育家和教书匠，一个最大的区别，就在于教育家有一种追求卓越的精神和创新的精神。有人说，一个教师不在于他教了多少年书，而在于他用心教了多少年书。不重复自己、不断探索、不断创新，这样的教师就不会停止对生活的撞击，即使他成不了一位教育家，他也会拥有诗意的教育生活。我们常说：“要给学生一杯水教师就得有一桶水。”但是经过培训后我觉得教师绝对不是一桶水那么简单，它应该是一条有源头的溪流。我认为教师只有树立“活到老学到老”的终身教育思想才能跟上时代前进和知识发展的步伐才能胜任复杂而又富有创造性的教育工作。

三教师要充满幸福感。

最后希望每名教师走出自我，有一个乐观向上的性格。每上一堂好课，每一个学生的点滴进步都是老师的最大幸福。学生的快乐就是我的快乐，学生幸福就是我的幸福。

培训只是一个手段，培训只是一个开端，对于培训给予的清泉，我要让它细水长流。培训给我补了元气、添了灵气、去了骄气，焕发出无限生机。真正感到教育是充满智慧的事业，深刻意识到自己肩负的责任。我要做一名学生喜欢的优秀教师。

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

## 小学体育个人研修计划篇十三

一、领导重视，组织有力确保专题培训的有序进行。

从学校领导到普通教师，都把这次培训当作提高教师水平、促进学校发展的大好契机，学校领导高度重视本次培训，在校务会议上专题讨论新课程培训工 作，校长多次在会议上提出要求，并成立专门的.领导小组，由李玲仙校长任组长，乐天海任副组长，聘请教研组长为辅导员，召开了全体教师参加的培训工作会议，落实相关的培训事宜。师训站制定了详细的校本培训计划。培训期间，校长带头参加，每次亲临培 训课堂，指导培训活动扎实有效地开展，对教师的学习情况更为关注，从而带动了全体教师的参与热情，同时，还建立了出勤考核制度，把过程考核作为最终成绩的重要一环，确保每次培训保质保量定时定量地完成。

二、内容充实，措施到位，保证了专题培训的扎实进行。

1、机制健全，全面落实

按照上级师训部门提出的“提升专业发展水平和提升课堂教学品位”的培训目标，同时根据本校教师的实际情况，制定了贴近教师实际的培训内容，做到培训与教师的教学工作实际，与教师工作实际与学生发展的“三个结合”。通过上课、说课、专家点评、小组交流等形式，保证教师参与讨论的机会和时间，切实提高教师职业道德修养和在新课程理念指导下的课堂教学能力，并把培训成绩载入教师业务档案，作为晋升、评优和考核的必备条件，对教师培训学习的出勤率、学习态度、作业完成质量、学习成绩等与教师的年度考核直接挂钩，有了教师参与的制度保障。

## 2、措施到位。认真落实

每个培训组根据学校的培训方案制定了各学科培训计划，并有详尽的培训计划，每个教师都能认真分析自己的实际情况，制定出符合自己个性与特点的“自主研修计划”，明确自己的学习目标，并能以实际行动朝着这个方向努力，使计划目标真正起到了导向作用。根据培训计划给每位教师配备一个专业档案袋，每期培训一本学习笔记本，培训后有理论考试或实践操作考核，不走形式，不搞虚假，一个一个脚步，认认真真走过程，踏踏实实做培训，要求教师每次学习作好笔记，自己安排自主学习内容，制作自己的教学课件，每月抽出一定时间进行反思，并适当作笔记，写案例反思。通过学校网络，把自己的学习成果与体会，通过e环境与更多的教师交流、讨论，使理论与实践有机结合。教师们在新课程改革的大潮中也更加认识到学习的紧迫感，抓住每一次学习机会，认真参训，不断反思、感悟真正做到学以致用，使培训真正落到实处。

## 三、形式灵活，扎实有效，全面落实专题培训

1、本次培训采取集中培训与教师自训自练相结合的方式，集中培训由学校统一安排，分组进行。由学校组织，各教研组专门从实践等方面进行面授辅导。李玲仙、乐天海、胡治

益(邀请)等老师从理论上进行讲座;自训自练则采用教师自主学习,教研组分组研讨,学校组织教师进行教学观摩、课题研究,主题报告、观看录象等形式,从而激发了教师的兴趣,有效地调动了教师参加培训的积极性和自觉性。

2、我们加强对培训的日常管理,一方面考核培训过程,我们十分注重对校本研训效果进行过程管理,分为:前设计交流,上(听)课、评课和反思等项目。要求前设计时必须上交一份教学设计、交流时必须参与对教案的修改,认真参加教研组的听课活动,并作适当的点评,听第一次课后要上交评课稿,听第二次课后要上交课堂教学评估表、执教者要上交教学反思,对上述内容进行自评和组评,把考核结果与教师的年度挂钩,保证了教师人人参与,从而提高培训效率,另一方面进行教学展示活动,我们组织了教研组课题研究优质课展示周活动。全校四个教研组共推出了6堂典型课例,经过每个教研组成员的集思广益,因此每一份教案都凝聚着各教研组全体教师集体的智慧,它不仅代表上课教师的研究程度,更反映一个教研组平时学习、研究、实践课题的实效,通过教学展示,互相学习、共同反思,进一步推进校本培训。

### 3、开展学科组培训

我们以教研活动引领教师培训,实施了“一课一人多上”或“一课多人上”的教研模式(同课异构),在教研活动的前设计——研讨——上课——再设计——再上课——反思等“六环节”中加以落实。

## 四、取得的成效。

1、开展各科培训专题讲座四次。

2、开展教师师德演讲比赛三次以及班主任工作论坛。曹纪伟获得新研街道师德演讲比赛二等奖。

3、收到教师e环境下课堂教学设计课件50份，开展了教师课件制作基本功比赛，教师课堂教学设计与案例分析50份(洪玲获得宁波市一等奖)，以及全体教师完成的师德培训体会和各课培训作业，质量高，有实效。

4、有近20位教师开出了研究课，全体教师参与课堂教学研究，尤其是小课题的研究。

5、有十几位老师参与了与郭巨小学、景宁实验二小、新星小学的送教与教学研讨活动，获得好评。吴红燕老师还为景宁县教师作校本教研的讲座。

6、积极开展师徒结对、对青年教师传帮带的培养活动，采用走出去学习(到上海万航渡路小学取经)，回学校资源共享(反馈)，不断提高青年教师课堂教学能力。

7、全员通过了素质提升工程四门课程的省统考。

本次培训工作在上级领导的正确指导下，校领导的支持和各部门的全力配合下，得到了全体参训人员的大力支持，通过全体人员的努力，整个培训工作有序进行，在省统考中全员通过，使我校教师实施新课程的能力得到进一步的提升，新课程课堂教学进一步得到优化，充分体现了专题培训的效果。

## 小学体育个人研修计划篇十四

在开始训练阶段，可以只让学生说说打算怎样实验，随后逐步过渡到让学生写出来。同时，教师应适时和适度地指导、有的放矢的参与，帮助学生循序渐进地学习书写书面计划。

3. 五六年级以制定较为完整的探究计划为主

到了五六年级，就要对一个大的系列问题中的某一方面进行一些深入的探究。要能自己定下研究的问题、对象(内容)，

根据自己已有的经验进行猜测，再根据猜测设计自己研究所需要的材料、工具和研究的步骤，还要设计好记录的形式。

内容更全面。探究计划内容应重点解决以下几方面的问题：一是做什么，即应该收集哪方面的证据，这是解决探究方面的问题；二是怎么样做，即用什么样的方法来证明我们的猜想与假设，需要用哪些材料、工具等，这比做什么更具体；三是注意事项，包括安全、分工、记录等一系列问题。

目的性更强。要求学生能了解为什么研究这个问题，能根据已有的材料和工具，讨论和制定可行的小组研究计划，在此基础上写出研究目的、研究方法、研究情况的记录、通过研究知道了什么等内容。要注重严谨的操作程序训练，以加深学生对实验目的的理解。

培养制定探究计划的能力是一个重要而又复杂的过程，但不同年级并不是机械分割的，而是相互联系、相互渗透的，切不可机械理解。

### 科学个人研修计划篇三

#### 一、指导思想：

以培养学生科学素养、创新能力和实践能力为重点，继续认真学习新课程标准，明确其意义和作用，用新课程改革的思想理念和理念指导教育教学工作，开展对教师进行新教材的培训工作，通过学习培训，使教师对新的教材内容有进一步的认识和理解。加强课堂教学的管理，提高课堂教学效率和教学质量。加强对兼职教师指导与培养，注重校内和校际交流，在不断反思与总结中提高全组教师的业务水平，全面推进师生的整体素质。

#### 二、具体工作

## (一)加强学习，重视提高自身素质。

由于我校任教科学的教师多数是兼职，对于新实施的新教材了解甚少，所以有必要组织每位教师学习科学课的课程标准，同时学习相关教育理论，指导教学实践。任教的科学教师也要利用课余时间通过各种形式学习，不断提高自己的教育理论水平、专业知识和教学能力。工作中，我们要加强同学科教师之间的交流与合作，在组内形成一种和谐、默契的同事关系，以求大家共同进步。

## (二)加强教学常规管理，提高课堂教学效率

每位科学教师应严格执行课程教学计划，认真钻研新课标、新教材，根据学生实际认真写好教案。全组教师要创造性使用教材，并讲究备课的实效；深入落实“探究——研讨”教学法，注重让学生体验科学发现、科学研究、科学创造的过程，形成自主的科学态度，发展科学素养，教师还要认真组织参与科学实验与科学实践。

这些年上级领导们很重视科学课的实施工作，上个学期各县区都有相关年级的抽测，这项工作肯定还会继续开展，所以科学课的教学质量的优劣也必将直接影响到学校在社会上的声誉和形象。为此作为科学教师必须高度重视科学课的教学，提高教学质量。我们科学教研组将组织老师协同教导处各位领导检查教学“五认真”的落实情况，我们要将教学“五认真”的检查和集体备课活动紧密结合起来。对集体备课我们要充分认识集体备课的意义和作用。本学期将按照“教师个人钻研教材——形成个性教案——共同讨论集体研究——形成共性教案——实施课堂教学——反思记录教学得失”的过程进行集体备课。具体安排每两周一次的集体备课活动。活动地点放在科学教室。

平时我们要做好提优补差工作，加强后进生学习兴趣、学习态度和学习习惯的培养。期中我们将组织教学质量的调研分

析，对存在的问题我们要共同研究，寻求对策，促进教学质量的稳步提高。

### (三)加强校内和校际间的交流研讨，提高教学水平

本学期我们将组织准备各年级的一堂科学课作为研究课。邀请教研室这方面的专家给我们做科学教学的指导。共同研讨科学课的课堂教学，及时发现、研究解决实验过程中出现的问题和困难。同时组织老师外出听课，参加县级以上的教研活动或专家讲座。听课活动的教师，在回校后的一周内要及时向教研组上交书面汇报材料，并在备课组活动时传达学习，实现资源共享，发挥好最大效益。

### (四)加强青年科学教师的培养

教学实践中青年教师要认真做好“五个一”(1、每两周向教研(备课组)提供一个本人教学中遇到的值得探讨的真实问题;2、每月撰写一篇教育叙事研究(教学故事)或一篇教学反思或一个教学个案研究;3、每学期上一节校级研讨课;4、每学期自己制作一个课件;5、每学期撰写一篇教学论文或主持、参与一项校级以上课题或编制一份试卷。)以上活动列入教研组考核要求之中。

### (五)组建科技兴趣组，丰富学生课余生活

青少年科技教育工作是一项长期而系统的工程,科技教育必须同学科的整体工作有机结合起来,科学老师要利用自身的优势,积极指导学生开展课外科学研究活动。重视科学课教学的拓展延伸,指导学生开展课外科学探究活动,撰写科学小论文,辅导学生进行科技小制作和小发明的实践,处理好科技教育与其他学科的关系,开展学生喜闻乐见的“三模”活动,丰富学生的课余生活,提高学生的科技创新意识。

## 小学体育个人研修计划篇十五

一个月的研修，要完成了全部课程的在线学习，这一个月是紧张忙碌的、又是快乐充实的，辛勤的付出收获了丰盈的硕果。

通过观看专家的教育理论讲座、新课程教材教法的分析解读、新课标理念的诠释，通过观摩优秀教师演绎的优质课堂教学，让我们一线教师恭听了专家深邃的、精彩的分析解读，领略了优秀教师创设的积极互动的、精彩纷呈的、精致细腻的课堂教学，使我获益匪浅。尤其分享英语专家王建平老师的专题讲座——《小学英语教材的分析与使用》，使我更深入地了解了教材使用中心应明确的三个关系：（一）教师与教材的关系（二）教材与课标的关系（三）教材与教学内容的关系。教师眼中要有教材、心中要有课标、教师要将教材活化为教学内容。又分享闫赤兵老师的专题讲座——《小学英语教学设计》，自己对教学设计有了更新的认识，以前总认为教学设计就是教案，通过学习充分认识了教学设计不是一般意义上的教学准备，教学设计更多关注学习主体，学生的学习过程，学生的发展，它体现的是以学生发展为本的理念。提高教学设计能力对提高课堂教学质量起着非常重要的作用。通过这次研修学习，我学到了许多新的知识和教育方法，提高了自身的基本素质，开拓了眼界，为今后的英语教学奠定了基础。下面我对本次小学英语教学培训总结如下：

一、关注每个学生的情感，激发他们学习英语的兴趣。

“兴趣是最好的老师”，因此，我们要在课堂教学中创设语境，运用一些游戏，使英语课堂“活”起来。我们不要把英语课上成知识传授课，不要以教师的教代替学生的学，而要让学生在活动中去学习英语，通过说说、听听、唱唱、玩玩等形式，让小学生感受到学习英语的快乐，从而培养学习英语的兴趣。在教学过程中，我们还要强调师生互动。小学英

语教学过程是师生交往、积极互动、共同发展的过程。所以，我们应该以小学生朋友、帮助者的身份出现，尊重每一个学生。特别要关爱那些在英语学习方面有困难的学生，要尽可能多地为小学生提供实践英语的机会，鼓励他们所做的一切尝试，保护他们的积极性，让他们在活动中增强学习英语的主动性、参与性，培养合作意识。

## 二、认真组织课堂活动是课堂教学的保障

要上好英语课，教师在课前必须要进行大量、细致的准备工作，才能在课堂上组织好学生和学生，学生和教师多方的互动活动。努力创造与学生生活实际想接近的情景，让学生在活动中大声的用英语说话，在学生的说中不断熟练英语的发音和应用，训练学生的听说能力。使学生在语言环境中使用、学好英语。教师还要充分利用教材，采用对话，动手制作，形体表演和歌唱等多种形式来展开活动，在学生学好英语的同时培养学生的学英语兴趣。此外还要重视学生在课余时间对英语的训练，我经常开展课外活动，让学生利用自己所学的知识相互对话，内容不限。鼓励学生课下用英语相互打招呼并作一些简单的交流。

## 三、把培训学习所得充分利用在以后的教学工作中

现在素质教育精神的教育观念，是提倡教师“活用教材”、“用活教材”。通过培训学习，让我对本套教材有了更深的了解，也学到了许多宝贵的经验，在以后的教学工作中可以根据自己学生的实际，对教材内容有所选择，科学地进行加工，探寻恰当的教学方法，合理地组织教学过程。例如在教学新单词导入部分时，教学过程中为了让学生主体得到充分展示，以发展个性，体现英语交际的特性，我通过let's sing, let's chant ,let's act ,let's play ,listen and do等多种活动方式达到培养学生学习英语的兴趣。而在呈现新知的教学环节中，我采用了实物或图片、肢体语言、多媒体、游戏、简笔画等多种手段来创设真实的情景，使学生通过动

手操作、动眼观察、动脑思考、动口表达来学会语言，充分调动起学生的自觉性、积极性、创造性，使他们在兴趣盎然的氛围里同教师一起进入新知的探索学习过程，从而达到事半功倍的学习效果。

今后，我会在自己的工作中努力创新，使自己的教学能够更好地为学生服务，做一名合格的人民教师。

从培训到现在感觉每一个模块的设置和每一个教学内容的设置都非常的合理，都非常的适合我们，如果能够很好的吸收、学习，一定对我们自身的提高和工作效率的提高都有很大的帮助，所以在有限的时间内每一个模块的学习我都争取认真完成，我把所有的教学资源部分的材料都打印了出来，利用闲余的时间认真阅读学习。培训越深入越喜欢我们的培训，给自己加油，给自己的同事们加油！在此再次感谢为平台服务的老师和我们的辅导老师们！在此我就我对近期研修的感悟与大家分享。

《小学英语个人研修总结》全文内容当前网页未完全显示，剩余内容请访问下一页查看。