

# 最新大班饮食营养教育活动方案(优秀7篇)

总结不仅仅是总结成绩，更重要的是为了研究经验，发现做好工作的规律，也可以找出工作失误的教训。这些经验教训是非常宝贵的，对工作有很好的借鉴与指导作用，在今后工作中可以改进提高，趋利避害，避免失误。写总结的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是小编为大家收集的总结范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 文明实践站工作总结 幼儿园跟岗实践工作总结篇一

幼儿园户外体育活动是幼儿园体育活动的重要组织形式。幼儿园“每日户外体育活动不得少于两小时。”因此，积极开展户外体育活动是每个幼儿园体育工作的重要组成部分。如何组织好幼儿的户外活动就成了我们每个幼儿教师的主要工作，对于如何开展户外活动我总结了几点心得与大家交流探讨一下。

### 一、确保幼儿的活动时间，开展内容丰富的活动

在一日活动中我们充分利用晨间、午餐后、下午户外活动时间，为幼儿提供多种多样的游戏材料，组织幼儿开展户外活动。在晨间活动中我们除了为幼儿准备自制的体育玩具外还开放体育器材室，他们自由选择玩具，自由结伴，按自己的喜爱和意愿进行游戏；午餐后，我们给孩子们准备比较安静的游戏，如餐后散步、走迷宫、走小路等；在下午的游戏活动我们会为孩子们准备有趣、好玩的体育课，让孩子们在游戏中得到相应的锻炼，培养孩子们的合作能力、创造能力。每一次活动，孩子们都积极参与，充分体验到了成功的喜悦。

### 二、确保幼儿的活动时间，开展内容丰富的活动

观察孩子的玩耍，了解他们的活动和兴趣，从中知道通过增加玩的材料和孩子的需要来进一步开发新的玩法。就这点我观察到我班幼儿在晨间锻炼玩跳圈的时候，大部分幼儿对此已不感兴趣了，我就把本来是摆成直线的圈摆成弧形或蛇形等，通过不断的变换圈的摆放形式并且适当的增加圈的数量，这时我发现幼儿对跳圈又感兴趣了，又喜欢玩了而且玩的很投入。变换游戏的方法可以增加儿对游戏的兴趣可以慢慢的引导幼儿自己去发现、创造新的玩法。在体育活动中，教师的自我创新能力是不容忽视的。只有不断提高自身的创新能力，用创造性的教育思想武装自己，才能更好的来实施教育活动。

### 三、让幼儿带着愉快情绪参加体育活动

在体育活动中，我们让幼儿自由选择同伴，让幼儿教幼儿，使他们在活动中能相互学习、相互交流、相互评价，让幼儿带着愉快的情绪参加体育活动，有了良好的情绪体验，幼儿活动的时间就会自然延长，从而提高了幼儿活动的持久性。

在组织幼儿开展体育活动时，我们会根据幼儿不同的发展水平，制定分层次目标，设计和安排难度不一的活动，提供不同指导和帮助，使能力强的孩子得到进一步提高，使能力弱的孩子能在其原有基础上得到发展。在活动中，我们应做到在言语和行为上处处照顾每一个幼儿，多用肯定和鼓励的语言与幼儿交流。对于那些活动能力差的幼儿，我们应在言语上和情感上给予鼓励和支持。如在“摘果子”的游戏中，我们根据孩子们的身高、弹跳力的不同，设置了不同的高度，使每一个幼儿在游戏中都能获得成功的体验。

### 四、充分发挥幼儿的自主性

以往开展的户外活动常常以教师为中心，由教师制作、提供活动材料；设置、安排活动场地；示范、指导某一基本动作并评价总结活动情况，致使幼儿在活动中的主动性未能得到充

分得发挥。我认为在户外活动中，幼儿应当有充分的自主选择玩具和玩法的权利。所以在每次准备活动材料时，我们都会请孩子们和我们一起准备、一起收集、共同制作，让他们体会其中的喜悦，增加他们对体育器材的兴趣，学会珍惜体育器材。

## 文明实践站工作总结 幼儿园跟岗实践工作总结篇二

学校制定了跟岗培训工作计划，根据实际情况制定切实可行的实施方案，为本次培训提供了保障。学校根据实际成立领导小组，由校长任组长，分管副校长担任副组长，进行组织，监督培训工作，为跟岗培训解决遇到的各种困难，为教师排忧解难。培训学员为组员，进行跟岗培训。

培训分两部分进行，一是派范青云同志到大庆路学校进行小学英语学科的跟岗培训，时间为一年。二是派史本玉老师到栖霞市体校进行中学政治跟岗培训学习（注：当时史本玉老师在中学但任中学政治教学，翠屏教育办公室撤办时，史本玉老师被分流到翠屏小学，并继续原定的跟岗培训任务），根据当时的实际情况，时间为二年。

### 二、布置任务，学习提高

安排范青云同志到大庆路学校学习大庆路学校先进的教学理念，科学有效的教学方法，以此来带动翠屏小学的英语教学工作向更积极更高效的方向发展。要求跟岗教师认真参与听课评课、教学实习、课题研究、读书学习、学习考察等方面的培训活动，名师的专题讲座，特级教师的经验介绍，优秀教师的前沿理念，各学员之间观摩研讨等等，认真完成跟岗学习的各项任务。史本玉同志到市体校学习该校先进的学习教育教学方法，交流教学经验，学习该校的精致管理，体会他们的办学思路，完成培训任务。

### 三、开阔视野，推进本校的教育教学

这一次培训取得的成绩是可观的，我们将继续响应教体局推行的一系列活动，加强与兄弟学校之间的交流和联谊，发扬我们优点，学习他人的长处，不断充实完善自己，推进我校教育教学工作更上一个台阶。

## 文明实践站工作总结 幼儿园跟岗实践工作总结篇三

学习，为每一位孩子的幸福人生奠定基础”的教育教学理念落到实处，并渗透在各个教育教学环节之中，让人称羨、赞叹不已。

二、学习培训中感受到了名师带动全校教师的专业化成长。学校的领导和管理层要不断更新教育观念，树立现代课程观、人才观、价值观，树立现代教学观、高效课堂观、学生主体观。以科研为先导，把理论与实践结合起来，努力倡导教师必须不断认真学习、领会、实践。让学生真正意义上成为课堂的主人；让学生在课堂中真正感受到“精彩课堂，有我做主。”让现代学校的课堂成为“生机”的课堂、“灵动”的课堂。在现有的教育管理和评价机制下，农村学校要想“树立高效课堂观、打造幸福教育”。可以说困难重重，异常艰辛。作为农村学校的校级领导必须心系农村，立足实际，不怕困难，敢于奋斗，以“质量立校”和“科研强校”为永恒的思路。在自己实践探索的基础上，广泛汲取先进的、成功的理论指导和经验借鉴，形成自己的特色，形成自己的品牌，才能使学校得到社会的广泛认可。为学校的发展赢得一片广阔的发展空间，从而带动学校整体水平有较大的提高，真正把学校办成“让学生成才，让家长放心，让社会满意”的学校。

合能力。学校的建设与发展离不开有思想、有素质、开拓进取的管理层。管理者要充分认识自己的责任，为办好教育而思，为学校发展而谋。校长更应该充分发挥核心主导作用，使自己成为一面旗帜，引领凝聚教师群体。校长必须勤于学习，才能做到工作有思路、有创新。在今后的工作中一定要

坚持学习，要把学习当作自己工作中的必修功课。不断学习教育教学理论，学习课程改革的新理念，学习名校名师的教育思想和教学经验。看书读报学习，听课参观学习，校际交流学习。当然不仅自己学习，还要引导全校教职工学习，创设学习型校园，营造学习气氛，不断提高教职工的整体素质。

学校办学的最高境界是文化办学。文化办学是在制度办学的基础上对制度办学的一种超越，其中文化管理更全面，更具体，更系统，更注重精神内涵和核心理念在学校管理中的作用。既然学校要实现文化管理，作为学校的管理干部自然要成为文化人。文化人是思想者，管理者必须要成为思想者。校长对学校，对教育要实现思想的领导。管理者不仅要使自身成为思想者，而且也要使教师成为有思想的人。有思想的教师才会与有思想的管理层交流，才会使学校全体教师的思想不断丰富，不断转化为办学实践。管理者要成为能研究的人。学校的管理干部要成为能研究的人，要把办学作为学问来做。要习惯于在研究状态中工作，在工作状态中研究。

总之，通过本次的学习培训，自认为提高了自身的教育理论水平和实践能力，对新课程改革和“高效课堂”的构建提高了认识，新课改的路途是艰辛而又痛苦的。但我们必须长期忍受这份苦与痛。坚定信心，去思考一切可以思考的方式和方法；去寻求和积累一切有用的经验；去尝试一切可以尝试的具有实效的活动和实践；努力感受并欣赏这一路的风景，让自己痛但快乐着。通过本次的学习培训，进一步懂得学校必须有自身明确的办学思想和办学理念。学校应该有自身的文化内涵和核心理念，这些是成就一所好学校的关键。学校的教育教学工作应该以人为本，转换观念，打破传统的教育思想对教师和学生的束缚，学校的发展离不开领导集体的引领和全体教师扎实有效的努力和勤奋高效的工作。我们在今后的工作实践中要加倍努力，努力营造和谐进取的校园氛围，努力打造高效实用的幸福教育。

## 文明实践站工作总结 幼儿园跟岗实践工作总结篇四

回到学校报到，由于学校师资力量严重不足，我被安排带一年级的数学，直接上岗。这让我压力巨大，因为本来我是作为语文老师招进的，完全没有接触过数学教学，更何况是没有较好学习习惯，组织教学难度较大的一年级，这项任务让我有些没有信心。回想起前期的培训，经常有老师和领导跟我们讲，小学老师要是全能老师，什么课程都得能教会上。虽然这项任务让我感到了沉甸甸的担子和责任，但是我告诉自己，培训了这么长时间，反思了这么多问题，总结了这么多经验。如果不大胆的实践，怎么能提高自身能力呢？所以，我更应该接受挑战，让自己成长的更加全面。

我的指导老师是宋会老师学习，她有丰富的教学方法和课堂管理经验。初见宋老师感觉她对人和蔼可亲，对工作非常认真严谨。宋老师仔细了解了我的具体情况，她结合我的实际情况，帮我制定这次实习的计划和方案，还给我布置了一些任务。如，听老师怎样导入新课，怎样在课堂上衔接前后学过的知识点，学习写教案，试着讲课，怎样与学生课堂互动等等。听了宋老师的课之后，我开始走上讲台，开始了自己教学生涯的第一课。即使我在课下积极备战并满怀信心的走上讲台，可是由于教学经验不足和应变解决小学生提出问题多样化的能力不强，课堂出现了“讲课重点不突出，讲课顺序不清，师生配合不够默契”等等。针对出现的问题，指导老师要求我再多听听课，并鼓励我多向经验丰富的教师学习，并且面对面地指出教案的不足以及上课时存在的缺点。她还帮助我修改教案，却没有丝毫的架子，有更多的是朋友般的亲切交谈。

为了弥补自己教学经验的不足，我严格按照学校和指导老师的要求，认真仔细地备好课，写好教案，积极向其他老师学习，多多向人请教，把握好每次上课的机会，锻炼和培养自己的授课能力。

通过第一节课的失利，我感觉到了对小学生讲课存在压力。想想当年我们上小学时的情景，老师的讲课方式方法，都是“一言堂”和填鸭式的教学模式，并且以老师和教材为中心，再看看现在的教学模式，而是以学生为主体，老师仅仅起着引导作用。我原以为教小学生是最简单的，后来我发现我的观点是错误的，最简单往往也是最难教的，因为那些简单的事情在你眼里会认为是本来就是那样的，没有什么“为什么”“怎么来的”，但你却必须要去弄清楚，要想着怎么教那些孩子们才会懂，并且小孩子天生注意力不容易集中，你的教学不能太枯燥，要在黑板上画图画、简笔画??来吸引孩子们的注意力，而且小学老师的责任很大，你的教学方法、做题步骤、思维都可能是被学生模仿的目标。

在教学过程中，备课的重要性就不用多说了，它是你上课的核心。但备课毕竟强调的是知识重点，课堂的活跃与效果也是要注意的。我还发现一个问题就是小学老师的综合能力一定要好。它不仅仅要求你明白哪些是教学重点，它更要求你具备较好的口舌，会说五彩缤纷的话，还要有好的画功，这样才能吸引小朋友的眼球，课堂才能达到预期的目标。上课时在孩子们开展小组讨论活动时，在孩子情绪激昂、忘情投入的时候，难免会有“吵闹”的问题，我们不能轻易否定孩子的思维成果，不能把自己的意见强加给孩子，否则会打击孩子学习的兴趣。我们应该注意让孩子都能自始至终情绪高昂地参与整个教学过程，感受到学习的快乐，这样教学效果才会高。对于孩子提出的不同结论，如果讲得有道理，都给予肯定，让孩子有机会说出自己的想法，尊重孩子的思维成果，不轻易否定孩子在认真思考的基础上的答案。

另外，我们年轻教师在讲课过程中经常会遇到许多困难：譬如学生的上课不配合就常常令我们痛心疾首。作为教育工作者，就要想方设法创造和谐的教学气氛，在教学活动中建立平等的师生关系。而且教师要把自己当成活动中的一员，是学生们的良师益友。我取得的教学效果还不错，有几个很调皮的学生在上我的课时认真多了，还积极举手回答问题。一

年级的小孩子很好动，而且注意力非常容易分散，这样很容易开小差，影响教学效果。为了改善这种情况，我给每个小组在黑板上加小红花，哪个小组认真听课，就给哪个小组加小红花，这种方法取得的效果果然好。以前常常因为学生在下面开小差，我喊破嗓子都没办法控制，现在却可以很好地控制课堂，直接向课堂要效益了。

在跟岗实践过程中，我不仅仅只注重备教批等基本教学日常，也参加了校内外一系列活动，更新了理念，开阔了视野。特别是参加了小学数学综合实践课的课题展示活动，让我收获颇丰，获益良多。听了三位我市优秀数学老师的综合实践课，他们充分的课前准备、精妙的教学设计、热烈的课堂氛围、充满魅力教姿教态处处吸引着我，让我更加明确了自己的目标，看到了自己努力的方向。同时我也积极参加校内组织的“比教学”活动，听了本校老师们的小学科课程，既没有过多的修饰，也没有太多的花俏。这样的常态课让我感到朴实、自然，遵循了小学生身心的发展规律和学习特点，非常有利于小学生各种能力及良好个性的健康发展。

“在体验中学习，在学习中体会”，这是我跟岗学习以来的体会和感悟。虽然跟岗实习的时间很短暂，却使我的教学经验得到了一个质的飞跃。我深深感受到：作为教师，一定要具有扎实的技术技能和丰富的教学经验，才能在教学中获得成功。今后，我要努力提高自身素质，不断完善自我，不断学习新知，不断提高教学水平，相信成功是属于我们的！

## **文明实践站工作总结 幼儿园跟岗实践工作总结篇五**

从9月21日至今，我作为20xx年国培英语学员进入到了学习的一个新阶段：到成都七中育才学道分校跟岗实习。虽然只有短短的十几天，但我感到特别荣幸，能够有机会向如此多的优秀的老师学习。首先要感谢七中领导的热情接待和安排，另外也要感谢我们的导师们给我的关心和帮助，正是有了大家的支持才让我能顺利获得如此之多教学和管理方面的知识。



下面，就将我在这段时间中的点滴体会，些许收获和大家共同分享。

## 一、工作环境优美，校园文化氛围浓厚：

七中校园面积不大，但是环境干净整洁，学校教学楼间的广场地面上设计了一个以“学道”二字为主体的图案，为学校增添了一种别样风采。大厅中的钢琴每个学生在课间都可以去弹一弹，音乐响起整个校园显得更加美好。楼梯间也装有放满课外书籍和报刊的书架，学生们可以自由的翻看，感受不同知识的洗礼。每一层楼的走廊墙上贴有大量的具有教育意义的故事和名人名言，甚至不起眼的消防栓门上也有，七中这种潜移默化的教育给我留下了深刻的印象。相信学生的素质在这些文化渗透的过程中将会越来越高。我拍下了很多照片，希望回到学校也能有时间和机会分享给我们学校的老师和学生。七中学生课间活动丰富多彩，学生们在安全有序的规则要求下快乐地开展课外活动，他们积极向上的生活态度随时都感染着我们。

## 二、英语课堂内容丰富，教学效率让人惊叹

七中学生的学习能力和知识面确实比我们农村中学的孩子们更高一些，针对这一点老师为学生提供了一套英文原版阅读书籍——《典范英语》，这些书籍自成一个系列，还配有纯正英语朗读。可以满足不同年级的学生兴趣和知识诉求。老师们要求学生在课外读完并把生词的意思等标注到书上，之后还会安排一节课来讲讲。这节课不讲文中知识点，主要是安排学生们以小组为单位，运用阅读材料进行角色扮演或朗读比赛，甚至还有高一层次的辩论活动。根据学生表现给小组加分，最后进行评比和自由挑选座位的权利。孩子们在这样丰富的活动中积极思考，气氛热烈，下课铃响了都不愿意结束。另外，在学习课本中的文章时，学生们轻易就拿下了。我认为平时英语原文阅读训练提高了他们的理解能力。我打算也购买一套看看，选取适合我的学生的文章，提高他们的

英语学习能力。

### 三、教师队伍整体素质高，工作态度严谨

这次跟岗实习我除了跟着导师听课以外还有幸参加了七中七八年级的英语教研活动。看到了许多优秀的老师们的工作状态。特别是我的导师白承霞，她不仅把自己的课上得有声有色，还组织八年级的教师开展教研活动。工作强度虽高，但她依然态度严谨，要求参加教研会的老师注重课堂的逻辑性和学生能力的提升，集思广益，对主要设计老师的课堂方案提意见。我看到了自己的差距与不足，增强了危机感和紧迫感，增强了主动学习的自觉性。因为在我看来，我的学生大多刚接触英语，他们要学的太多，根本无法忽视任何一个小知识。我甚至认为搞“地毯式”讲解最为安全。然而，有的时候学期时间较短，我又必须删减部分教材内容。这时我会陷入取与舍的问题旋涡中。最后还是只能紧张地过完余下的学期。在这次的学习中，白老师告诉我要相信学生的能力，你给了他们你的期望，放手放他们去表现，一定有惊喜收获。从老师们的教学活动和经验之谈当中，我学到了许多有用的观点和理念，我觉得非常具有可行性。

跟岗学习活动是短暂的，但影响是深远的。在当前鼓舞人心的教育改革背景下，我们都面临着不断变化的学生数量和需要所带来的巨大挑战。虽然形势严峻，但我们仍乐观自信。总而言之，作为一名教师，只有不断地学习、充电，才不会落伍。走出去，就能开阔视野，学有所得，为我所用。我迫不及待地想获得更多更好的提高自己教学水平的方法，为我的学生提供更好的课堂教学效果，帮助他们真正领略知识的魅力。

## 文明实践站工作总结 幼儿园跟岗实践工作总结篇六

班主任是指学校中全面负责一个班学生的思想，健康，学习和生活等工作的教师。班主任工作的质量直接影响着学生的

健康成长。在跟岗的这段时间以来，将我接触到班主任的工作做了以下几点总结。

一个好的班集体必须有一批乐于奉献，关心集体的积极分子和学生干部，他们是带领全班同学实现集体发展目标的核心，也是班级同学最信赖的班级骨干，这就需要班主任对全班学生有深入的了解，选择有组织能力，根据爱好特长让其担任班级中一定的职位。同时，班主任要对他们严格要求，充分支持，提高他们的管理管理能力。跟岗的前段时间跟曾老师，在她的班上两名纪律委员十分的尽职。备课，读书，自习等方面都是老师的好帮手。选拔并培养班干部在一定程度上能减轻了班主任的工作，同时也能锻炼到学生的管理组织能力。

班风是一个班集体形成的风气。良好的班风一旦形成，就会潜移默化的持久的影响着班级同学的行为。优良班风的创建方法有很多。在这段学习期间我对该点作简单的总结，就是班主任要经常注意班集体中舆论的倾向，善于把舆论引向正确的方向，使学生具有正确的是非观念，学会开展批评和自我批评，树立正气，抑制歪风，引导班集体形成正确的舆论和良好的班风。

主题班会开展的次数较多，基本上是每周的周一都会有一定主题的班会。那么我个人觉得在班会活动中，让学生成为班会的主人。并且要根据学生的思想，需要和兴趣，引导和支持学生大胆发言，积极讨论。在恰当的点上，要做适当的评价，引导跟总结。

文娱活动，体育活动等文体活动在当下的教育活动中扮演着重要的角色。本学期的春游，六一等活动的开展，我觉得一个活动的开展先要有一个方案，制定方案后再进行组织，实行。六一活动中，四（5）班张老师就开展了一项歌唱比赛；五（4）班曾老师就开展了知识竞赛等等。无论是什么形式的活动，我觉得根据学生的爱好制定合理的方案，才能达到在娱

乐中学习进步的效果。

日常的集会，备课，饭堂，宿舍能反应出一个班的班风，纪律如何。平常集会，学生动作拖拉；备课纪律差等班主任要进行及时的督促并要处理。

迟到，上课讲话，打架和随地乱扔垃圾等是小学生在较为普遍的违规行为。作为班主任要进行一定的思想教育或是轻微的出罚，让学生谨记在心避免下次发生此类的现象。严重的情况要联系家长，与家长携手教育孩子。

在教育教学中，要注重分层次教学，对优秀的学生要引导，对中等学生要支持，对后进生厌学生要鼓励。特别的中下层次的学生可进行课后的辅导。一个教师不单单上好一堂课，还有在课后对部分学生进行辅导，才能提高一个班的成绩。对待不同层次的学生采用不同的方法。

严重的偶发事件要跟有经验的导师沟通，让他们协助处理，与家长联系。

## 文明实践站工作总结 幼儿园跟岗实践工作总结篇七

### 一、名师魅力，尽显其中：

这次我跟岗学习的工作室主持人是中山三乡镇光后中心小学的刘杰校长，很荣幸能拜师刘校长，刘校长知识渊博，睿智有才，可是非常谦虚，亲切和蔼，幽默风趣，笑容可掬，不摆一点儿领导架子。在带我们参观校园的时候我发现，他尊重学校里的每一位同事和学生，如：他给我们介绍学校的维修工的时候，是亲切的拍着他的肩膀向我们说：“这是我的好兄弟阿成，大家以后有什么事也可以找他。”所以，在刘校长的带领下，这里拥有一支团结向上，亲和力强的教师队伍，从刘校长身上，我首先学到的是做人要谦虚。

刘杰名师工作室为我们这次跟岗学习安排了丰富的学习交流和考察活动。这次，也正好遇上学校的百年校庆，所以刘校长就更忙了，虽然忙，也会尽量抽时间指导我们的交流学习，有时确实忙不过来，也会安排学校其他领导或老师指导我们的学习和照顾我们的生活，特别是黄伟斌老师，他是学校的信息技术老师，也是工作室的成员之一，只要有外出活动，总少不了伟斌忙碌的身影，或者，我们要试教要拍录像课等等有什么问题，都会找伟斌，只要找到伟斌，他都很乐意帮我们解决问题。在刘校长的带领下，学校里的老师都很谦虚、有礼、热情的。

## 二、开阔眼界，共同进步：

在刘校长的精心安排下，在这次跟岗学习，我能有机会听到很多老师的课，也很荣幸的有机会走进不同名师精彩的课堂，特别听了两位刚刚获得全国特等奖老师（珠海二小的张金一老师和雍景园小学的宋晓玉老师）的课，还有水云轩小学吴锦开老师的校园视频制作《初恋是个大泡泡》作品，也是刚刚获得全国金犊奖，等等这些都让我大开眼界，并让在我思想上又有了一大改变。听名师的课，如沐春风，对我的教学理念，教学方式方法，对学生的评价方式等等都有很大的触动。除了听名师的课，我们组员之间也相互学习，互相促进。以前没什么机会听课评课的我，在这次跟岗学习中，也慢慢学会了评课，我们组里的研讨气氛浓厚，每次小组内听完课后，大家都会真诚的评课和磨课，使我在不断的听课、评课、磨课中得到锻炼和提高。

## 三、初涉课题，略懂一二：

从来没有搞过课题研究的我，在这次跟岗学习中，也要开始学着做小课题研究了，在这里，学校专门安排了熊昌河主任来指导我们做小课题研究，经过熊主任的指导，我的小课题研究内容初步形成了。最后在小课题开题报告会上，学校也请来了广东省第二师范学院的邬依林主任，中山市教研室陈

明宏主任，周少鹤主任等来给我们指导并对课题提出了非常宝贵的修改意见。

#### 四、学无止境，努力践行：

通过这次与其他学员的学习，我发现自己在教学中还存在很多不足的地方，由于平常欠缺上公开课的锻炼，所以，在处理一些课堂细节上还不够完善和欠缺经验，以后在这些方面要多下功夫。

学无止境，努力践行。虽然跟岗结束了，但我们的学习是不能停止的。以前是自己上自己的课，没教研没研讨，很有闭门造车的感觉。走出去，才发现自己很多不足的地方，理论方面的书也看得少，所以这方面的知识也比较缺乏，今后还要继续努力，好好学习，争取更大的进步。

-----

最后，是真诚的感激、感谢：

首先感谢省培训处和广东省第二师范学院给我们学习的机会。感谢中山三乡镇光后中心小学刘杰名师工作室、学校领导、老师们为我们创造了一个很好的学习交流的平台。还感谢我们学校领导对我外出学习的支持，才让我顺利完成这20天的跟岗学习。

(完)

10月28日，我们8位广东省骨干教师怀着收获的心情，来到潮州市昌黎路小学，参加王振中名师工作室为期20天的跟岗实践学习。在学习实践期间，我虚心学习，积极进取，团结合作，认真总结，悉心感悟，不断地提高自己的教学教研水平，并且以班长的身份服务好其他7位教师。现在我就简单总结我在跟岗实践学习期间的表现和体会。

在跟岗实践学习期间，我思想认识上高度重视，明确自己的任务和职责目标，主动联系导师，了解名师工作室的安排计划；虚心向潮州市和湘桥区教育局领导、韩山师院的领导和专家、潮安县教育局领导、王振中名师、工作室成员、昌黎路小学的教师和其它学校的老师学习；留心观察，勤于思考，大胆交流，用心实践，努力提升了自己的专业水准。

1、在跟岗实践学习期间，我全力以赴，积极提升，积极践行师德师范。做到了外塑形象，内强素质，得到名师和学校的高度评价。

2、在跟岗学习期间，我合理安排业余时间，做到劳逸结合，尽力做好班长这个职务，组织大家参加健康的业余文化与体育活动。

3、在跟岗实践学习期间，我遵守各项规章制度。按时上下班，做到不迟到，不早退，不请假，坚守岗位。认真完成跟岗学习规定的学习任务，做好跟岗记录。（1）听、评了14节课，上了2节课，其中1节是展示“我的教学风采”。做好听课记录、评课笔记。（2）聆听了叶瑞祥教授的2场报告会，学习了王振中名师解读昌黎文化的报告会、示范课、探讨课，到韩山师院听了教授和专家的讲座，还到潮阳县参加思想品德教学交流。（3）在王振中名师的指导下，基本完成了自己的子课题的开题报告内容。（4）撰写了3篇教学反思、2篇读书笔记、4篇听课随记。（5）坚持撰写跟岗学习日志，详录各项培训活动，积累素材和先进的教学经验、总结收获和体会，并不断上传博客。学习结束，按规定上交了自己的学习汇报材料。

通过20天的学习，使我从潮州风貌和昌黎路小学的校容校貌，感悟到了潮州的历史文化，昌黎路小学的办学特色；从各级领导、叶瑞祥教授和王振中名师、八位跟岗学习的教师、昌黎路小学及其它学校师生的身上感悟到了许多做人做事的道理。

感悟一：潮州市湘桥区昌黎路小学是一所历史悠久，特色鲜明，成效显著，文化氛围浓厚的学校。

感悟二：潮州市、湘桥区、潮阳县、韩山师院等教育部门的领导和专家非常重视这次跟岗实践学习活动。学校的各项筹备工作周密细致。

感悟三：要办好一所学校：必须教学科研一体化；必须结合自己的实际打造特色教育；必须通过多渠道地加大学校的影响力，这样关心支持学校发展的`人就越来越多，学校也将会越办越好，成了一个良性循环。

感悟四：听了叶瑞祥教授“讲述他自己的教育人生六十年”后，使我体会到自己在教育道路上遇到的甜酸苦辣算不了什么；自己的理论知识还有待以进一步的提高，才能驾驭好每一堂课；自己的教育实践能力之欠缺；与做一个完美教师的要求还相差甚远（叶教授提出一个完美的老师有三个收获：一是培养人才的有效收获，二是师生友谊的感情收获，三是教育研究的学术收获。）；今后，力争做一个“六有”的教师：有健康的心理、有崇高的事业、有成功的喜悦、有感恩的态度、有奉献的精神、有和谐的家庭。

感悟五：通过积极参与各项活动，使我品味到了名师的风范，感悟到了名师的魅力，破解了名师的秘诀。我认为王振中校长今天能成为名师，主要是他结交了“五个”缺一不可的朋友：第一个是大力支持他的各级领导；第二个是教学科研为一体的专家、学者——韩山师院的教授（特别是叶瑞祥教授）；第三个是充满活力、团结奋进的学校中层领导及教师；第四个是家长委员会；第五个是和谐、健康、文明的家人。但是，这“五个”缺一不可的朋友是靠他的人格魅力和智慧结交上的，并不是大家想拥有就能拥有的。今后，我将把结交这“五个”朋友作为我的奋斗目标。

1、结合当前国家教育的方针和学校的办学特色，与学校领导



商讨学校的发展计划，组织全体师生认真学习自己撰写的《王振中名师工作室学习日记》，做好相关的各项工作。

2、充分利用好学校的资源和发挥各学科教师的个性特长，全面提升学校的办学水平。

3、持之以恒地与昌黎路小学、八位省骨干教师交流教育教学经验。

4、指引小学《品德与社会》、初中《思想品德》的教师认真上好每一节课。

5、有计划地组织小学《品德与社会》、初中《思想品德》教师开展课题研究活动，以创新的思路推进学校德育工作和谐发展。

5月4日下午，我们六位来自粤东、粤西、粤北的山村校长，在省二师的组织和安排下，满怀期待，来到东莞长安中心小学，参加了为期十天的校长跟岗学习。在学习中我能自觉遵守学习纪律，坚守学习岗位。跟随孙校长及行政人员学习，全面参与学校的各项活动，包括学校教学、教研及各项特色活动。主动、积极走访各科室、各年级教师集体办公室，查阅相关资料，从学校管理、教师队伍建设、校本课程建设、各种团队建设、校园文化、班级文化、课堂文化建设等方面进行了全面深入的了解。总之，东莞长安中心小学的各项管理着眼于细、重在于效。它严格而又科学的管理制度，精细而又规范的团队建设，完备的教学设施和齐全的功能室，新颖灵活的教学方法让我耳目一新。它的鲜明特色，它的浓厚文化氛围，它的大课间活动，它的特长课程，它的和谐有序时刻吸引着我。虽然学习时间不长，但开阔了视野，增长了见识，触发了我的许多思考。

东莞长安中心小学领导班子是一个团结协作、务实创新的集体。孙校长平易近人、朴实和蔼，让我们完全没有学习的压

力。他以独有的谦逊、睿智的人格魅力，影响着班子中的每一个人。在他的带领下，班子人员各司其职，层层负责，分工明确，合作协调。各分管工作的领导，在接受工作的任务时，只求把工作做好，没有任何的理由和困难。布置安排工作，着眼于细，重在于效，要求严、标准高；长安中心小学的校训是：博爱、乐群、勤勉、创新。学校很多工作体现了这一点。

东莞长安中心小学首先从班子及教师队伍的观念转变入手，通过外出参观学习，开展高效课堂专题讨论等形式来提升教师的认识和引领能力。他在深入研究与大面积听课，反复实践，不断总结的基础上形成了学校高效课堂文化操作要求。学校从制度层面为常态高效课堂构建提供了保障，打造了卓越团队，从组织方面也为高效课堂构建提供了保障。学校通过构建卓越团队充分调动了教师工作积极性，解放了教师工作竞争力和学生的学习力，大家都十分珍惜团队的荣誉，人人都在团队中求发展，在合作中比进步，在竞争中创业绩，在反思中实现共同成长，为学生高效学习起到了促进作用，时时处处，种种各项教学文化为高效课堂做了最佳的浸润。

东莞长安中心小学充分挖掘潜能，积极整合资源，继承弘扬民族文化，大胆开发特色课程，《阳光大课间》已成为学校校本教材。学校开辟出30多个特长功能室，为特色课程的开展提供硬件上的保证。学校的英语教育、书法、舞蹈、美术、科普教育都开展得很有特色，效果很好。很多节目都获得了国家级、省级的奖项。开展特色教育的很多思路都值得我们深思。

1、一个好的学校应该积蓄厚重的文化底蕴，一个好的学校至少对某个范围的社会影响是很大的，所以学校文化构建是学校制度管理的最好补充，特别是当管理制度涉及不到之处，学校文化对人的思想和行为的引领是任何一种管理都无法做到的。

2、要重视学校德育工作，学校要构建德育管理的有效模式。要做到“三位一体”，即教师、学生和家长共同对学生的身心发展负责。要减负高质，课堂高效，分层教学，让学生有充足的时间发展课外的兴趣和特长。

按照《始兴县义务教育阶段学校教师到深圳宝安跟岗研修方案》，我于xx年3月11日至23日到深圳市宝安区x岩x道xx中心小学进行了为期两周的跟岗研修学习。

在跟岗研修学习期间，我严格遵守xx中心小学的各项规章制度，按时上下班，按时参加各项教育教学活动，积极主动听课、评课和参加各类教研活动，主动与老师们沟通交流，虚心向名师们请教。

### 一、跟岗研修学习活动：

还参加了深圳市小学数学教研员xx-x主讲的《xx街道小学数学新课标培训》活动。

### 二、跟岗研修学习收获：

#### 1、感受名师风范，明确努力方向

在这次跟岗研修学习中，我跟岗的是xx中心小学的教学处主任---xx-x老师。xx-x老师是一位十分务实，业务能力极强的真正名师。他是xx中心小学的数学科带头人，在学校建立了“明师工作室”，并通过“明师工作室”开展各项数学科教学研修活动，带领学校的全体数学教师向着成为“明师、名师”的目标一起成长。在这十多天的日子里，我亲眼目睹了x老师踏实严谨的工作作风，卓有成效的工作效率；亲身感受了x老师平易近人的处世态度和无微不至的关怀照顾。x老师为了让我们不虚此行，精心准备每一项工作，不但认真备课，上好每一节课，上好各种类型的课，还精心组织各类教研活

动，安排骨干教师上各种观摩课、示范课、研讨课，组织全体教师评课，安排集体备课，费尽心思，让我深深感动。我想，“学高为师，身正为范”应该是x孟老师真实的写照，也是我今后努力的方向。

## 2、通过理论学习，提升专业理论素养

在跟岗学习的两周时间里，我除了听课，参加各种教育教学活动外，还在x老师的帮助指引下，阅读了《义务教育数学课程标准（xx版）》、《小学数学》、《小学数学教育》等书籍，参加了深圳市小学数学教研员xx-x主讲的《xx街道小学数学新课标培训》活动，认真学习教育教学理论和小学教育的先进理念，关注小学教学的热点话题，思考探索小学教育教学的方法和策略，对教学中遇到的问题进行及时的反思，积极主动地向x老师请教、沟通与探讨，力求有新的突破，从而有效地提高了教育教学水平和专业理论素养。

## 3、感受先进的教学理念，为我今后的教学开展打下坚实的基础

通过十多天来的听讲座、听课、评课，在x老师和他的“名师工作室”的全体老师帮助指导下，我第一次深刻体会了在新课程理念指导下的课堂教学。这种课堂充分发挥学生的主体作用，采用自主探究、合作交流的学习方式，让学生积极参与到学习中，构成积极、欢乐、高效的课堂。“一切为了学生，高度尊重学生，全面依靠学生”，这种理念回归到教育的本真，以人为本，关注每个学生的终身发展。在听课的过程中，我真正体验到了调动、发挥学生学习的主体作用，更好地展开师生互动和生生互动，这使得整个课堂变得有效且更具生命力。我想，在今后的教学中，我将不断学习新课程理念并在新课程理念的指导下开展教学活动，做到真正把学习的自主权还给学生，引导他们自己去探索，去发现，使他们真正的成为学习的主人。

总之，这次跟岗学习让我开阔了眼界，无论是聆听、观摩上课、互动评课，还是实践锻炼，每一次的学习都带给我思想上的洗礼，心灵的震撼、理念的革新，使我学会了解读课程标准，进一步转变了教学观念，树立了新的教学理念。在今后的教育教学实践中，我将采他山之玉，纳百家之长，争取做到在教学中，扎实落实新课程理念，真正做到以学生为主体，把课堂还给学生：做到课前反思、课中反思和课后反思，努力做到扬长避短，求得师生的共同发展，力求教学质量的稳步提高。