

物理研修心得体会(精选8篇)

当我们经历一段特殊的时刻，或者完成一项重要的任务时，我们会通过反思和总结来获取心得体会。那么心得体会怎么写才恰当呢？以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

物理研修心得体会篇一

物理研修是一次我参加的意义非凡的学术活动。在这次研修中，我不仅学习到了很多物理知识，还深刻地体会到了实践的重要性。通过与同学们互动、参访实验室和听取专家讲座等形式，我全面提升了自身的学术素养，并为未来的科研道路奠定了坚实的基础。

在这次物理研修中，我们学习的第一个主题是电磁理论。通过专家的讲解和实践活动，我们深入了解了电磁场的基本概念和工作原理。一次实践活动中，我们利用实验室设备制作了一个简易的电磁铁，亲手感受了电磁场的力量。这次实践帮助我们更好地理解电磁理论，并且激发了我对电磁学的兴趣。

另一个让我受益匪浅的主题是量子力学。量子力学作为物理学的前沿领域，给我带来了许多新的思考。通过专家讲座，我了解到量子力学的奇特性质，例如不确定性原理和叠加原理。这些概念的深入讨论让我对物理学的认识发生了深刻的变化。我开始意识到，世界并非我们所想象的那般确定和理性。这种思考方式的转变让我对科学研究充满了无限的好奇和探索欲望。

除了课堂学习，我们还参访了当地的物理实验室。在实验室中，我们接触到了先进的实验设备和仪器。通过亲眼目睹科学家们进行实验的全过程，我对实验方法和研究过程有了更

直观的了解。这次参访不仅增强了我对理论知识的实践应用能力，还使我对未来的科研道路充满了期待。

物理研修的最后一项活动是专家讲座。在讲座中，我们听取了知名物理学家对当前热点问题的研究进展。专家们的讲解深入浅出，让我对当代物理学的前沿研究有了全新的认识。通过与专家的交流，我了解到科学研究需要耐心、勇气和团队合作。在未来的科研道路上，我会更加努力地学习，并保持对科学的热爱和探索精神。

总而言之，在这次物理研修中，我不仅学到了知识，还充实了自己的科研素养。通过参观实验室、听取专家讲座和实践活动，我深刻地体会到了实践的重要性，并对物理学的未来有了新的理解和展望。这次研修为我未来的学术道路奠定了坚实的基石，并激发了我长久以来对科学的热爱和追求。我相信，只要坚持不懈地学习和探索，我将能够在物理学领域取得更大的成就。

物理研修心得体会篇二

初中物理是学生望而生畏的学科，对于普通初中的学生来说它更是“老大难”。作为一名普通学校的初中教师，更感教学中困难重重。有来自教学条件方面的，更多的是来自学生自身素质方面的。那么，如何完成初中物理教学任务，使学生的各种能力得到提高?我结合着自己的教学总结了以下几点，与同行们共勉。

1、做好初中物理知识衔接，化解学习难点。

刚从初一升上初二的学生普遍不能一下子适应过来，如何搞好初中物理教学的衔接，降低初二年级物理学习台阶;如何使学生尽快适应初中物理教学特点，渡过学习物理的难关，就要求我们老师注意新旧知识的同化与顺应。教学中应明确初中物理知识的结合部分，以小学自然课基础为平台由浅入深、

潜移默化。如在《电荷》的教学中，自然教材有过一定的研究，在教学中应注意利用这一基础，这样既能加深知识的理解，又能培养学生的兴趣。即：知道初一学生学过哪些知识，掌握到什么水平以及获取这些知识的途径，在此基础上根据初中物理教材和学生状况分析、研究初二教学难点。知识和新的方法来调整、替代原有的认知结构。其次是加强直观教学，确保学生听懂、能学。

2、设置合理的教学层次、实施适当的教学方法

为保护学生物理学习的积极性，使学生树立起学好物理的信心。我们应经常钻研如何降低“台阶”，改进教学方法，激发学生的创造性思维，是新课改势在必行的原因。教师的首要任务在于营造生动活泼的教学气氛，使学生形成探求创新的心理愿望和性格特征，教师在备课时首先要考虑为学生创设与教材内容有关的探索情境，要精心设计物理概念和规律的形成过程和应用过程，形成“参与—体验—内化—外延”的“科学探究”物理课堂教学模式。

3、转变教师角色，培养创新能力：

首先，应该突出学生的主体性：学生是学习的主体，成功的教学只有通过学生自己的学习活动才能实现。课堂教学过程要“以学论教”。培养学生的学习兴趣是促成初中物理课堂有效教学的关键。一节课的效果如何应当首先关注学生有没有兴趣学，学得怎样。孔子曰：“知之者不如好之者，好之者不如乐之者”。兴趣是学习中最活跃的因素，具有强烈的积极情绪色彩，是激发学生学习的内在“激素”。教学中要为学生创设自由讨论的场合，创设听取意见的氛围。调动学生的学习积极性和主动性，使学生敢想、敢说、敢问、敢做，勇于、乐于展现自我，保证自主探究活动顺利高效进行。学生参与课堂教学的积极性，参与的深度与广度，将直接影响你的课堂教学的效果。

其次，强调合作性：小组合作学习是一种有效的教学方法。是让学生在小组活动中通过共同的学习，讨论，研究，使每个学生的学习活动达到一定的目标。合作学习是当前课改的主流，而探究式教学也非常需要学生以小组合作的形式参与学习。在这里我特别强调师生合作不可小视。

综上所述，初中物理教材的每一次改进都是与时代发展、社会对人才的需要相适应的。现正在试行的新教材可以说它代表着现代教学改革的最前沿，显著的特点是以生产和生活为背景提出问题，以体验探究作为过程掌握物理规律，以学习科学的方法为手段培养能力，学习的知识是掌握科学的方法的载体。我们中学教师要能尽快适应新教材教学，充分发挥新教材的优越性，必须加强终身学习的意识，更新知识结构、改变教学观念，学习现代教学技术和现代教育理论，同时在教学要坚持实事求是的原则，从实际出发，分析初中教材的衔接和可能存在的台阶，探究合理的教学手段；根据学生的认知心理探索优化物理知识的教学方法，坚持以学生发展为本，培养创新能力；坚持以体验、互动为主的教学方式，优化教学过程，一定能促进每个学生的最优化发展。

物理研修心得体会篇三

物理作为自然科学的重要分支，研究物质的运动、变化规律以及能量转化等方面的知识。对于学生而言，掌握物理知识，不仅可以帮助我们更好地理解 and 处理周围的事物，还能培养我们的逻辑思维和解决问题的能力。在学习物理的过程中，我积累了丰富的知识，并且也得到了很多的启发和体会。

首先，物理自主研修让我更好地了解了物理的基本概念和理论。通过自主研修，我可以按照自己的节奏和兴趣，选择适合自己的学习材料，并深入地研究其中的知识点。在这个过程中，我学到了很多以前从未接触过的物理概念，如牛顿三定律、热力学和电磁学等。这些基本概念和理论的了解，为我进一步学习更复杂的物理问题打下了坚实的基础。

其次，物理自主研修培养了我解决问题的能力。物理是一门注重实践和解决问题能力的学科，通过自主研修，我不仅需要理解物理理论，更需要将其应用到实际问题中。在解决问题的过程中，我学会了分析问题的关键，提炼出物理原理，并运用数学方法解决问题。通过不断的练习和思考，我逐渐培养起了良好的问题解决思维习惯，并提高了自己的逻辑思维和动手能力。

再次，物理自主研修激发了我的学习兴趣和好奇心。物理作为一门深奥而有趣的学科，可以解释我们周围发生的各种现象，例如为什么物体会运动、为什么天上有彩虹等等。通过自主研修，我可以通过实验和观察，亲自去探索和验证物理原理，并且理解其中的科学道理。这一过程不仅让我获得了知识，更激发了我对物理学的兴趣和好奇心，让我希望能够继续深入研究和探索物理世界。

最后，物理自主研修促进了我与同学的交流和合作。在自主研修的过程中，我常常会遇到一些难题，这时就需要与同学进行交流和讨论。通过与同学的讨论，我不仅能够听到不同的观点和解决方法，还可以互相启发和提醒。在合作的过程中，我不仅学到了更多的知识，也培养了与人合作的能力和团队精神。

总的来说，物理自主研修为我提供了一个广阔的学习空间和自由发挥的机会。通过自主研修，我学习到了丰富的物理知识，培养了问题解决能力，激发了学习兴趣，并与同学进行了积极的交流和合作。在未来的学习和生活中，我会继续保持对物理学的热爱和激情，并将所学知识应用到实际中，为科学事业做出自己的贡献。

物理研修心得体会篇四

通过研修学习，我对初中物理教学有了新的认识。首先，课程不是教材，教学也不是简单的“知识灌输”或是“知识移

植”的过程。真正的教学过程，应当是学习主体(学生)和教育主体(教师)，包括环境交互作用的过程，这种教学是一种学生主动参与的、尊重学生个性的、参与教学环境中的教学。为了提高课堂教学效率应从以下几个方面来考虑。

一、明确学习目标

新制定的课程标准要求把“激发和培养学生学习物理的兴趣，使学生树立自信心，养成良好的习惯和形成有效的学习物理策略，发展自主学习的能力和合作精神”放在首位。同时，提倡教学中要培养学生的实验探究能力，最终达到学以致用之目的和增强学生的实践能力。

二、改进教学方法

1、在教学中应把时间和空间多留给学生

合作学习前给学生独立思考的时间。没有独立思考就进行合作学习，合作学习将流于形式，质量不高。有准备的讨论交流，才可能是高质量的交流。提出一个探究性的问题，给学生思维空间。给学生自主学习的时间和空间。在课堂教学中，时间是最重要的学习资源。一个教师对时间如何分配，直接反映这个教师的教学观。探究的问题性、实践性、参与性和开放性决定了探究学习必须有充分的自主学习时间，否则就是一句空话。

2、精心设计教学环节，激发学生学习的主动性。

学生学习的主动性主要在于老师的调动。在学生消除心理障碍后，就需要老师精心设计教学的各个教学环节，激发学生学习的兴趣，激活学生的思维，激起学生的情感，使学生全身心地投入到教学活动中。

3、充分利用学生的差异，因材施教。

在以往的课堂上，教师对学生的要求是整齐划一，束缚了学生创新潜能的发挥。教师要重视尊重学生的个性，满足学生的不同需求。学生的个性差异，不仅表现在学生的个体之间的差异，还表现在独特的精神世界和兴趣特长，这种独特性是人的个性完善的内在资源。因此，我们不能用一个模式去塑造和评价学生。不能用一个水平衡量学生，那是不现实的，也是不可能的。要尊重学生的不同理解和认识，让课堂成为学生发挥个性的天地，成为自我赏识的乐园。

4、创造性运用教材，让学生学会合作学习

新课程倡导教师“用教材教”，而不是简单地“教教材”。教材只是书面的东西，而且所载的信息是有限的。传统的教学与新课程教学有很大的区别，以往的教学只是要求讲解知识点，而现在的新课程强调要引导学生学会观察，学会思考，学会如何学习的能力。教师与学生的位置也发生了变化，从教师中心转向学生中心；学生的学习方式发生了变化，从独立学习转向了合作学习；学生的学习态度发生了变化，从接受学习转向探究式学习。

5、要让课堂“活”起来，学生“动”起来。

第一、以课堂为自己的主阵地，在实践中提升自身价值。课堂是教师体现自身价值的主阵地，在今后的教学中，我将结合学生的实际情况，绝不盲目的照搬硬套，努力将所学的新课程理念应用到课堂教学实践中，力求让我的教学更具特色，形成独具风格的教学模式，更好地体现素质教育的要求，打造出真正的高效课堂。

第二、教学中努力培养学生的理解能力和对知识的应用能力。物理知识从生活中来，应用到生活中去。在学习方法上要求学生重在理解，对所学的物理知识要能够灵活应用。因此教师在教学过程中要努力培养学生的理解能力，在课堂上让学生大胆的阐述自己的观点。引导学生克服心理障碍，树立自

信心，在学生取得点滴成绩时予以表扬，让他们觉得自己能行。有了自信心，他们对难题就有了挑战性，这样他们才会积极主动进行学习。为了培养学生对知识的应用能力，课堂上我总是举出一些生活中的实例，让学生用物理知识解释。比如，在学习了摩擦力之后，我让学生亲眼观察了一遍自行车的结构，然后让学生回答自行车的结构中哪些是为了增大摩擦，哪些是为了减小摩擦。通过这样的教学，不但提高了学生学习物理的积极性，而且培养了学生的观察能力和利用物理知识解决实际问题的能力。

第三、信任学生，建立良好的师生关系。俗话说“亲其师，信其道”。良好的师生关系是学好物理的前提。尊重、关心、信任学生，和学生友好相处是营造和谐课堂氛围的基础，在教学活动中，教师与学生在心理上形成一种稳定，持续的关系，不仅是在知识、能力上的交往，也是情感心灵上的沟通、交流，首要的是教师要对学生关心、信任、尊重。

第四、教师要不断学习充电，努力提高自身素质。课程改革对我们教师无形中提出了更高的要求，我们只有不断的完善自己，才能教好学生。如果自身散漫，怎能要求学生认真？要提高我们的自身素质，就要求我们自身不断的研修学习，不断开辟新教法，把先进的教学模式引入课堂，使自己的课堂真正的精彩，真正的高效。

通过本期的研修学习，使我清楚地发现了以往的教学模式的弊端，大大地限制了学生的发展，压抑了学生学习的热情，不能焕发学生的潜能。通过研修学习，使我掌握了一些新颖的教学模式，如：“合作学习”、“主动探究”、“师生互动”、“生生互动”等新型的教学模式。这些教学方法为课堂注入了生机与活力。通过研修我认识到：这些新的教学模式给学生更加自由的学习空间，体现了以学生为本的理念，老师要自觉地把新的教学模式引入课堂，改变课堂的面貌，使课堂气氛活跃；教学民主，学生的学习热情才会高涨；师生关系才能融洽。才能充分体现素质教育的根本目标。这也是

新课改向我们提出的课题。总之，通过学习，我认识到，任何一堂优秀的教学都是：“学生在老师的指导下，通过自己亲自去体验、尝试，来逐渐打下学会生活、学会学习的基础，从各个方面来培养学生探究事物的兴趣和积极的态度，以学生为主体，教师尽量只起到指导的作用，以培养学生的能力为中心，为重点。上课的教师自身素质要高，驾驭课堂能力要强，对于学生错误性的认识，教师能够及时予以讲解。另外教师要善于运用启发，提问题时要有针对性，让学生有的放矢；使用幽默、流畅、优美的语言，能使学生在轻松、愉悦中获得知识。教师要注重学生探究能力的培养，让每个学生都有展示自我的机会等等”。当一名教师容易，但是要当好一名教师却是不易的，我在深深地问自己，我做到了没有？我们的老师做到了没有？这就要求我们必须转变观念，采取一些行之有效的措施。

本次培训虽然结束了，但是我明白自己前进的道路才刚刚开始。这次培训对提高一线教师的素质，推动学校教育教学改革，提高教育教学质量起到了催化剂的作用，更使我获益良多。我决心以这次难得的培训学习为契机，通过自己的不懈努力和努力，尽快地提高自己的专业知识和教学水平，与时俱进，尽职尽责，使自己成为一名新时期优秀的教师，为党的教育事业做出应有的贡献！

首先是专家新课标解读、域内外教育专家讲座、名师观摩课、与名师同行，在听刘大春专家的授课时，使我对班级管理，对学生的教育有了新的认识、新的体会，他的成长经历、研究过程、研究成果，无不体现出他做事的专注、务实、坚持、担当，对我触动极大。其中讲授的许多做法对实际教育有极强指导性和操作性。让我体会到语言的魅力，解决了很多我们在实际教学中遇到的问题，让我突然感觉很爱教师这个职业！通过卢进军老师的课件制作指导，我对ppt的应用技术技巧更又熟练了，学会了利用flash制作动画，学会了用photoshop处理图片，原来很难的视频插入变得简单容易，

特别是卢老师平易近人、业务精精湛，的确让我佩服。通过听程军礼老师对新课程标准的解读，我对新课标的认识更清晰了，了解了课标由双基到三维，再到四个核心素养，我认识到教学理论更科学了，更符合人的全面发展，更贴近教学实际了。听了许勤和王凤侠两位老师的讲座，我对__年高考试题命制、阅卷过程有了全新认识。许老师的分析很实在，对高考复习备考乃至基础年级教学都有极强的指导作用。王老师的高考实验题分析，提到考查的实验能力时指出了平时教学中对实验教学要真做实做，提到基本仪器要用中熟，基本实验原理要做为教学重点，基本思想方法要思中领悟。

其次是听一线名师讲课到学校考察，在门老师讲的《自由落体运动》观摩课、南郑中学吴永林老师讲的《恒定电流》观摩课、勉县一中文瑞娟老师讲的《电流表的内接法与外接法》观摩课后，感触良多。汉中中学的门老师给我们展示了他对“自由落体运动”、“万有引力与航天”、“电路分析”等课程的教学设计，最让我震撼的是门老师——一个五十几岁的老教师——对现代教学手段的应用水平竟然如此之高，他把物理学科的核心素养落到实际教学中，把高考中需要学生具备的能力落到实际教学中，能自己利用废旧的物品做实验教具，注重学生实验，让我认识到实际的教学要努力做的还很多，参观大学物理实验室，我看到了很多对中学生有意义的实验，发现其实我们讲的很多晦涩的知识，其实可以用很有意思、也贴近生活的实验展示出来，能让学生真正理解物理，爱上物理，而不仅仅把物理当成是“算题”。今后的教学中，一定要多注意实验教学的渗透，不仅仅是课本上要求和展示的实验，还要自己多思考，做一些创新实验，激发学生兴趣，以自己的教学行为潜移默化的影响学生爱创造的品质。

具有创造性的老师，才能培养出具有创造性的人才。所以我要多思考、多动手，为上好精彩的实验教学而加油！听文老师的讲课以及黄振老师的发言，让我体会到一名优秀的老师的魅力，不仅仅实在课堂上，还体现在一个老师日常行为以及

言语的修养上。我能理解一个物理老师的厉害，就是在课堂上极富魅力的思维以及教学方式，生活中的物理老师大都不善言辞。然而，在黄振老师不止一次的学员发言中，让我看到原来优秀老师的魅力不仅仅是在课堂上，更是在自己的所有言行中，这样的老师感染出的学生，一定不只是学习成绩优秀。

最后省培领导还为我们安排与专家名师面对面的零距离接触。在名师对授课教师点评中，我更新了教育教学理念，为以后的教育教学的实际操作，为教育教学工作的改进指明了方向、为班级管理提供了指导。我深感要使教学水平有明显提升还需把工作做得更实、更细，想的更多、更周全。愿我们都能在今后的工作岗位上有所突破，工作充满幸福感。

本人由5月参与了江西省教育厅主办的选学名师网络研修活动，说真的刚开始时还真有点抵触情绪，对上面举办这种活动不以为然，总认为这只是上面的一种“秀场”罢了。然而，这几日，随着本人在线学习的深入心中本有的这点抵触情绪竟慢慢地消融了，取而代之的是一份惊喜！一份愉悦！

本人选学的是“山不在高一—揭晓青物理工作站”，本站本期研修的主题是高中物理教学技巧探究。这里面提供了诸如新课程背景下高中物理教师应该如何教？难学的物理如何让我们的学生乐学、爱学、学好？如何有效地整合利用网络物理教学资源？等几个既实际又实用的小专题。

这几日来，虽说不免是为了研修任务，只要我一有时间就主动进入本站，通过在线浏览及与同行们广泛交流，我发现自己竟然慢慢喜欢上了它。渐渐地，我感觉到本站不仅给我们提供了一个相互交流、相互学习机会，更重要的是还给我们提供了一个重要的沟通平台。通过本站论坛，一人提出问题，便有众人提供看法与意见，这无疑是一种学习！一种促进！更是一种沟通、一种乐趣！

虽然本次研修有任务、有要求，但我们在完成任务与要求之余倒也有一种如获至宝的喜悦，有一种与人平等交流、共同探讨后的畅快！我庆幸有这么次研修机会，使我懂得如何利用网络资源为我所用，我感谢本站，是因为这里是知识的殿堂，情感的源泉，更是同仁们交流探讨的乐园！

(1) 意识到网络教学平台对提高教学质量的重要性。高教授和胡教授介绍的上海交通大学关于大学物理的网络教学系统，其功能非常强大，教学资源丰富，同时操作方便。通过这样的教学平台，老师的“教”和学生的“学”变得更加的方便和有效，特别是关于物理问题的模拟计算，让以前有些很难通过传统教学方式讲清楚的物理问题变得简单和清晰。另外，这个教学平台最具有特色的是其中学生和老师的互动环节，通过把学生在上面提的问题以及对这些的讨论和解答汇集成一个庞大的问题资源库。这不仅有效地启发学生的思考，提高学生获取知识和寻找解决问题的能力，而且这个问题资源库可以为今后教师提高教学水平提供素材和参考，同时也提供了一些非常有价值的研究课题。所以，有效地利用网络教学平台，可以让老师和学生的互动更加地充分和全方位，达到教学相长的效果。对于我们今后教学的启示是，可以多点思考如何把现代的教学演示和网络平台与平时的教学活动有机地结合起来，让大学物理的课堂变得更加生动和精彩，调动学生学生大学物理的兴趣。

(2) 认识到如何提高学生学习大学物理的兴趣和激情。随着教学改革进行和专业划分越来越细，很多学校的工科和文科专业都已经取消了大学物理或者减小大学物理的课时数。同时，学生需要花在学习专业课程的精力和时间越来越多，而对大学物理的投入却越来越少，甚至基本不愿意去学它，认为它并不重要。这是大学物理老师普遍面临到的一个难题。有关这个问题，胡教授的回答让我印象很深刻。学生学习大学物理的激情不足，跟我们大学物理的讲学水平有很大的关系。我个人比较认同这样的观点，首先，教学的改革和专业的细分是大势所趋，我们不可能去重新强调大学物理在文科中有

多么的重要，因为它教授给学生的’只是一种科学的素质和修养，而不是专业能力。

我们大学物理的老师需要考虑问题是如何在这么少的课时内把大学物理的内容讲得更加的通俗易懂，引人入胜，充分调动起学生学习这门的兴趣和激情。这就要求我们大学物理的老师，需要不断更新我们的知识结构，关注前沿性的课题，同时结合学生的日常生活或者专业背景的例子来剖析其中的大学物理内容，力求课堂内容新颖和前沿化，引导学生去思考和发掘身边的物理问题。这样不仅可以让学生学起来轻松，而且在不增加学生学习压力的情况，也可以让学生获得基本的物理图像和物理思维，从而达到大学物理的教学目的。因此，今后我们要多注意提升自己的讲学水平，而不是去抱怨课时的多少和学生基础的好坏。

另外，通过这次的培训，兄弟院校同行的老师之间的交流和讨论，特别是年长的教师提供了很多宝贵的教学经验，将对我以后提高教学水平具有重要的意见。同时，大家也增进了彼此的感情，建立了通讯录，以后将来互相学习和交流。总之，这次培训开阔了我们的视野，提供了一个交流教学经验的机会。

物理研修心得体会篇五

物理作为一门理科学科，在初中阶段占据着重要的位置。学好物理不仅是对自身学业的要求，更是培养学生科学思维和解决问题的能力的重要途径。为了更好地掌握物理知识和提高自己的学习能力，我进行了一段时间的个人研修。通过这段研修，不仅提高了我的物理水平，还培养了我认真、细致并耐心的品质。

第一段：选题与目的

个人研修前，我对物理还没有深入了解，只是简单地掌握了一些基础概念。因此，我的选题主要是通过学习物理知识，提高自己的学习能力，取得更好的成绩。我希望通过这次研修，能够系统地学习物理的各个方面，从而更好地应对中考。

第二段：学习方法与过程

自我研修的关键在于学习方法的选择。通过查阅相关资料和询问老师的建议，我决定采用多种学习方法相结合的方式。首先，我利用课余时间学习教科书中的物理知识，做好笔记，帮助自己更好地理解 and 记忆。其次，我经常做一些物理实验，通过亲自动手操作，加深对物理现象和规律的理解。最后，我还参加了学校组织的物理学习小组，与其他同学共同讨论问题，互相帮助进步。

第三段：知识的掌握和应用

通过个人研修，我系统地学习了物理知识，并且也能够实际生活中灵活运用。在学习物理的过程中，我发现掌握好基础知识是非常重要的。因此，我重点学习了物理中的力、运动、能量等基础概念，并且进行了大量的练习和提问。这样，我的物理水平得到了很大的提高，我也可以更好地理解身边发生的物理现象，并且能够解释它们背后的原理。

第四段：思维能力的培养

在个人研修中，除了学习物理知识，培养自己的思维能力也是一个重要目标。学习物理需要动脑思考，并通过实验和练习来巩固和应用所学知识。在学习过程中，我学会了提出问题、分析问题以及解决问题的方法，不再满足于简单地背诵知识，而是通过自己的思考和探索寻找答案。这样的学习方式激发了我的求知欲望，促使我更加积极主动地参与到学习中来。

第五段：心得与收获

通过一段时间的个人研修，我收获了很多。首先，我学会了如何高效学习物理知识，如何灵活运用所学的知识解决实际问题。其次，通过研修，我也提高了自己的学习能力和思维能力，养成了认真、细致和耐心的品质。最后，我感受到了物理学科的魅力，也对未来进一步深入学习物理产生了兴趣。

总结：通过个人研修，我不仅提高了自己的物理水平，更重要的是培养和锻炼了自己的学习能力和思维能力。这段研修不仅给了我在中考中取得好成绩的信心，而且也为我未来的学习和发展奠定了坚实的基础。

物理研修心得体会篇六

1、在业务方面：要树立优良学风，刻苦钻研业务，不断学习新知识，探索教育教学新规律。钻研教材，写好每一个教案，上好每一堂课，多听同组同事的课，多学习别人的优点和长处。另外，为业余时间多学习信息技术，适应现代教学的要求。

2、在课改的课堂教学中，不断探索适合学生愉悦学习的好的教学模式，向同组的老师学习她们的先进教学方法。尤其在阅读教学中，注意学习其他老师的先进经验，让学生在朗读中感悟，提高阅读能力。

3、培养学生课堂上会静下心来思考的能力。有些同学的特点是比较浮躁，在问题面前不知从哪儿下手回答，甚至没有读清问题的要求，就开始回答。这学期我在课堂上引导学生在这方面有所提高。

4、善于总结自己在教育教学中的点点滴滴，严以律己，从小事做起，当学生的表率。从小事中总结大道理，不断改进自己的教育方式。5、积极参加上级领导组织的各项教育教学学

习活动，提高自己的教研能力。积极订阅对教育教学有帮助的刊物，学习其中先进的教育教学经验，不断提高自己的教育教学水平。

6、在课改中，多和同组的老师一起备课，一起商量课堂中出现的问题。尤其在阅读教学中，多向有经验的老师请教，在课堂中怎样激发学生的阅读兴趣，怎样培养学生探究性的阅读能力，最后提高学生的写作水平。

7、勤于动笔，善于积累总结教育教学中和班级管理中的一些典型的事情。从这些事情中，不断反思自己的教育教学行为，对于好的做法积累经验，对于不好的做法及时反思及时改正。以此提高自己的教育教学水平。

8、善于将自己积累总结的一些做法写成论文，多向刊物杂志上投稿，锻炼自己的写作能力。校本研修工作，是一项常做常新、永无止境的工作。社会在发展，时代在前进，学生的特点和问题也在发生着不断的变化。作为有责任感的教育工作者，必须以高度的敏感性和自觉性，及时发现、研究和解决学生教育和管理工作中的新情况、新问题，掌握其特点、发现其规律，尽职尽责地做好工作，以完成我们肩负的神圣历史使命。

一份春华，一份秋实，在教书育人的道路上我付出的是汗水和泪水，然而我收获的却是那一份份充实，那沉甸甸的情感。让我把一生矢志教育的心愿化为热爱学生的一团火，将自己最珍贵的爱奉献给孩子们，相信今日含苞欲放的花蕾，明日一定能盛开绚丽的花朵。

物理研修心得体会篇七

近期，我参加了一次物理业务研修活动。通过这次研修，我对物理业务有了更为深入的了解，也从中获得了一些宝贵的心得体会。

首先，我学到了物理业务的基本知识和技能。研修活动中，我们系统地学习了物理业务的相关知识，包括物理仪器的使用，实验的设计与操作，以及数据的处理与分析等。我认识到物理业务的成功与否，在很大程度上取决于基本知识的掌握和技能的熟练程度。因此，在以后的实践中，我将更加注重对这些基础知识的学习和掌握，以提高自己的业务水平。

其次，研修活动帮助我理解了物理实验的思维方式和科学方法。在研修中，我们进行了一系列的物理实验，通过实际操作和观察，我们发现了一些规律和现象。这让我深刻体会到了物理实验的重要性，以及科学方法在实验过程中的作用。在今后的业务工作中，我将秉承严谨的科学态度，运用科学方法进行物理实验，以获得更准确、可靠的结果。

此外，在研修中，我还学到了沟通和协作的重要性。物理业务往往需要团队合作才能顺利完成。在研修过程中，我与其他同事一起合作设计实验、分析数据、撰写报告等，并且还要相互沟通与协调。通过这一系列的活动，我意识到了团队合作的重要性，也明白了只有通过良好的沟通和合作，才能取得更好的效果。因此，今后我将更加注重与团队成员的沟通交流，积极参与团队合作，以增强团队的凝聚力和战斗力。

另外，我也深刻体会到了自我发展的重要性。物理业务是一个不断发展的领域，新的技术和理论不断涌现，业务人员需要不断学习和提升自己的能力。通过这次研修，我对自己的不足有了更为清晰的认识，同时也认识到了学习的重要性。因此，今后我将积极参与各类培训和学习活动，不断更新自己的知识和技能，以适应业务的发展和需求。

最后，我想借此机会，向组织者和参与研修的同事们表示感谢。正是由于你们的辛勤付出和悉心安排，我才能有机会参与这次研修，从中受益匪浅。同时，也非常感谢其他同事们的支持和合作。正是因为大家共同的努力和合作，才使这次研修取得圆满成功。

总之，这次物理业务研修为我提供了一个学习和成长的机会。通过学习基础知识，了解科学方法，加强沟通协作，注重自我发展，我对物理业务有了更全面的了解和认识。相信在今后的工作中，我将能更好地运用所学知识和技能，提升自己的业务水平，为组织的发展做出更大的贡献。

物理研修心得体会篇八

今上午视频观摩了鲁教师的两节课，第一节听说课，第二节读写课。鲁教授的课堂气氛很活跃，优美的肢体语言，丰富的面部表情，地道流利的口语，幽默诙谐的语言，灵活多样的教法，是整个课堂生动趣味，听这样的课真是一种享受，值得我们教师来学习和借鉴。

鼓励学生勤动手，多参与，进取创新，加强交流与合作，使英语课堂真正互动起来。教学有法，教无定法，鲁教师的课耐人寻味。

然而，在当前我们学校开展的“三自主五环高效课堂”中教师、学生、课堂也发生了相应的变化。

一、教师主角的变化：教师不再是“一言堂”，教师是课堂的组织者，是导演，指导学生按照精心设计教学目标，设计思路，引领学生完成教学资料。

二、学生主角的变化；学生不再是“听众”。学生成为课堂的主体，活动的执行者，在学习过程中按照教师的指令，小组长的安排，有序的进行学习环节，激烈的竞答，教学活动的开展，语言的不断利用，即培养了学生语言运用本事，也激发同学们的学习兴趣。

三、课堂功能的变化；课堂不再是“讲堂”。课堂成为学生知识的超市。在课堂上学生能够自由获取知识，教室成为开放的课堂、自主的课堂、情感宣泄的课堂、高效求知的课堂。

四、课堂上不再是语言的简单重复，而是学生运用知识自由发挥的活动过程，是语言不断运用和本事拓展的过程。

五、活力洋溢课堂，合作探究成为主旋律。学生团结互助，进取上进，学习热情高涨。课堂教学，小组合作，高效学习的探究，是我们教改教研的主课题。