

数学骨干教师培训总结报告(汇总5篇)

在撰写心得体会时，个人需要真实客观地反映自己的思考和感受，具体详细地描述所经历的事物，结合自身的经验和知识进行分析和评价，注意语言的准确性和流畅性。那么你知道心得体会如何写吗？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看看吧。

劳模讲堂心得体会篇一

通过紧张有序的学习，交流、研讨、评论等对这次课程培训有了全新的认识，对之前的一些疑惑和迷茫有了深刻的答案这次培训让我难忘，不仅使我更系统的把握新课程，让我仿佛身临其境，专题学习，互相评论，互相讨论，集众师之见，使我的眼界得以开阔，并且对于专业知识和技能的获得有重大的突破和认识。

同时也“被迫”对自己的心态和角色进行了调整——原先想既然是远程培训，也不会很紧张，可是从培训的第一天起，就体会到了——放松一下的想法都让这每天的听、想、写等无形的压力赶的无影无踪。培训真的是既太紧张太辛苦！在听了各位专家的讲座和视频学习中：不但丰富了我的理论知识，让我对新课程改革后的高中化学教学工作有了更深一层的领悟，真是“听君一席话，胜读十年书”。

一、对“阳光教育”的理解

先有阳光教师，再有阳光学生，教师和学生都“阳光”，“阳光学校”水到渠成。

首先，教师要做到有自信心、进取心和责任心。追求卓越的进取心，认真工作的责任心。

其次，教师要有平和的心态，宽广的知识面。精、专的知识

基础，豁达的性格，平和的心态。

再次，教师对待学生要有公平、公正的态度，要考虑到学生的全面发展、从多方面去关心、理解、激励学生。只有阳光教师，才能培养出阳光学生，所以，培养阳光教师是打造阳光学校的关键。

二、努力把自己修炼成“阳光教师”

加强思想道德修养。从颂读经典入手，博取大家之精华，修炼自己之内涵。努力成为内涵丰富、充满活力的阳光教师。与时俱进、追求新知。努力掌握现代教育技术，改进教学方式，锻炼过硬的教学基本功。利用网络、书籍学习各方面知识，尤其是与教学相关的文章、书籍，深刻领会其精神，应用于教学实践，做到活学活用。

教师，阳光下最神圣的职业，人类灵魂的工程师。是教师在传承着人类文明，是教师在引导着一个个稚嫩的孩子长大成人。如何让每一个学生健康、幸福的成长？首先，教师应该是阳光的，应该有一种积极的心态，使内在道德品质的美好与完善和外在行为举止的礼貌与得体和谐统一，从而用自身去感染学生。从踏上工作岗位的那一天起，我就不断地在努力，努力成为一名“健康、尽责、快乐”的人民教师。

“亲其师信其道”，良好的师生关系能使学生拥有良好的情绪去面对学习。学生会因为喜欢一位老师而喜欢一门功课，同样，也可能因讨厌一位老师而讨厌学习。一个被学生喜欢的教师，其教育效果总是超出一般教师。所以，我时刻要求自己做一名“学生喜欢的老师”。平日和学生相处的时间里，我时刻提醒自己尊重和理解学生，宽容、不伤害学生自尊心，平等待生、说话办事公道、有耐心、不轻易发脾气，尤其关注那些“特殊”的学生，用阳光般的爱去感化、呵护他们。班上有一名男生叫孙赫麟，他特殊的时时让我感到心疼。他长得很帅气，很多看过他的老师都说他像混血儿；他的家境相

当富裕，从来没有为生计苦恼过丁点；他的小脑袋瓜很聪明，接受能力非常快，学习成绩也比较稳定。然而，他太过好动，不遵守上课纪律，经常欺负其他同学，朋友很少。经过了解，我才知道一切的根源都在于他缺少父母之爱。他是一个从小就生长在单亲家庭的孩子，和父亲生活。父亲每天忙于工作经常下半夜才回家。他经常是在保姆和阿姨的陪伴下，带着对父亲的思念进入梦乡。他常常对我说：“老师，我很孤单，我时常会害怕，梦到没有人要我。我在这个班上是最穷的孩子……”每每听到这些话，我总是紧紧地把他抱在怀里，轻轻的告诉他：“你还有老师，老师会永远在你身边！”平日里，我给予他最多的关注：经常宽容他的错误，从不厉声训斥；上课经常提问他，让他在学习中找到自信；下课时让同学们主动找他玩，让他在朋友中找到安慰：私下里我和学生商量，共同推选他为体育委员，让他在工作中学会自律；放学后我多次到他家里家访，告诉他男子汉就要自强自立；生日时我会亲自买礼物送给他，让他感到被人关注和坚强生存的快乐……现在的他，变得活泼开朗了。学习成绩大幅度提升，积极参加学校班级的各项活动，能和班里的每一位同学和平相处，受到大家的肯定和喜爱。看到他的进步，我很欣慰，同时也深刻感受到“阳光”的魅力。

苏霍姆林斯基说过：有时宽容引起的道德震动，比惩罚更强烈。每当想起叶圣陶先生的话：你这糊涂的先生，在你教鞭下有瓦特，在你的冷眼里有牛顿，在你的讥笑里有爱迪生。身为教师，我更加感受到自己职责的神圣和一言一行的重要。善待每一个学生，做学生喜欢的教师，师生双方就会有愉快的情感体验，心中就会充满阳光。

热爱工作的老师才能享受职业的幸福。教育教学中我能够全身心投身自己的工作，真诚地理解，热情地奉献，乐于分享，不断创新，从中得到源源不断的快乐和成就。我工作的基本原则就是：不让任何一个孩子掉队。今年我执教四年级两个班的语文。对口班级中有一名男生学习很困难，所有科目很少有及格的。面对如此差劲的成绩，他自己也失去了学习的

兴趣和动力。接班后，我先是他家长取得联系，争取家长对孩子的更多关注；接着，我找了一个专门的时间，和他坐下来面对面的沟通，了解他对学习的感受，指出他现在学习中存在的问题，和他一起制定了校内、家中的学习计划，并设立检测制度和奖励机制。然后，每一天对他重点关注，切实把计划落到实处。经过近两个学期的艰苦奋斗，他的语文成绩不仅及格了，还接近了优秀的标准。一分耕耘，一分收获，只要热爱工作，工作就会给你带来意想不到的快乐。

多年的教师生活面对叽叽喳喳的孩子，面对平凡而琐碎的工作，我把它当做乐趣；当我面对一再犯错的孩子时，我能够做到心平气和地和他交流；当我和任何类型的家长沟通时，我可以游刃有余。用我阳光的心态照亮孩子的心灵，和孩子们共同携手欣赏好风光，创造好风景。我心中的阳光就是一颗热爱学生、热爱工作的心。

在孩子们眼中，老师应当是拥有很多知识的，是一本他们遇到疑问可以随时查阅的“百科全书”。陶行知先生说：“要想学生好学，必须先生好学。惟有学而不厌的先生才能教出学而不厌的学生。”所以，平日工作之余“勤于学习，充实自我”就成了我的奋斗目标。通过多读书来填补欠缺的人文底蕴；通过多读书来抹平知识上的肤浅和为人的浮躁。随时随地要求自己勤学习、勤思考，不断提高自身的综合素质，努力成为一本知识丰富的教科书，从而培养出爱好读书学习的学生，成为一名知识丰富的阳光教师。

2、20__年4月，所带班级被评为区“三好班级”。

阳光是万物生长的能量源泉，心灵的成长也需要阳光。乌申斯基说过：“教师个人的范例，对于学生的心灵是任何东西都不能代替的最有用的阳光。”要播洒阳光到别人心里，先得自己心里有阳光。做阳光教师，面对教育，我有阳光般平和的心态；面对教学，我有阳光般积极的热情；面对孩子，我有阳光般灿烂的笑脸；面对同事，我有阳光般温暖的态度；面

对发展，我有阳光般不息的能量。给自己阳光，给学生阳光，给大家阳光，我会一直做一名阳光教师，感受教育的幸福。

劳模讲堂心得体会篇二

人生短暂，但是生活总是丰富多彩的，想想本人学习工作的经历，的确是在酸甜苦辣的日子中这样一步一步的走过了这了这几十个春秋，然而当想起过去的岁月；就不免感慨万分了，在看了阳光心态这本书以后，心里就踏实了许多了。

是啊，大千社会，人之不同，在于心态不同，心态不同，则角色不同，角色不同，即人生这出戏就有了不同。现在有一句至理的名言说态度决定一切。态度由心而生，他是人为的，一旦事物是人可以改变的，那么高低、大小、真假、即有了不同，人生就有了不同的层次。

在这本书中说到：知足、感恩、乐观开朗这样一种心态，是一种健康的心态。它能让人心境良好，人际关系正常，适应环境，力所能及改变环境，人格健康。具备阳光心态可以使人深刻而不浮躁，谦和而不张扬，自信而又亲和，讲和谐，不仅要力求人与人和谐，人与自然和谐，还要注重人的内心和谐。

经济条件不宽裕、长期加班加点的工作、身体欠佳、期望落空、好心未得好报、工作最辛苦却不一定得到领导的认可、升职的机会总是没有自己、受冤枉挨批评等等，这些事情是经常发生在我的身边的。对这类事情，在这之前真的不知道该任何应对，往往都是消极对待的比较多。如能像书中说的这样持积极心态，想开点，心胸豁达些，妥善对待、处理好这些事情，相信我的工作会更加的顺利，心情也会更加的舒畅。

在这本书中还说到：改变态度，享受过程，活在当下，学会感恩，向下比较，心造幸福，逆境向上，创造环境，情感独

立，致人而不致于人，提升情商，开悟。阳光心态是以积极进取为基础的，失去这点，就失去了阳光心态的出发点与立足点。知足，感恩，达观，积极，是阳光心态的最佳状态。阳光，它滋润着万物的生长，没有阳光花草树木就会枯萎，没有阳光大地就会没有光明，一片黑暗。所以阳光是活力的一种表现，是我们生活不可缺少的因素。而当我们心里缺少阳光，那么我们在生活中会缺乏滋味，在工作中就会无所适从，缺乏动力和上进心。在社会不断进步的今天，各种新生事物，如雨后春笋破土而出。随着现在房地产企业在房地产开发过程中的不断变化和发展的需要，作为在房地产开发过程中处在第一线工作的我们，应该爱岗敬业、努力工作、精力充沛、身心健康，具有良好阳光心态，从而更好地为我们的企业提供高品质、优质的产品。首先就是做好本职工作。

我也觉得学会放下，学会舍得。该放下的放下，学会去谅解、去宽容；学会去感恩、去给予。忘记那些应该忘记的，记住那些应该记住的。放下，可能就是前进的基石；背起，可能就是远行的包袱。有舍弃，才可能有得；先有舍，后有得。学会去舍弃，才能达到心态的平和，才能有所收获。忘我是一种境界，无物也是一种境界。是幡动，还是风动，且随他去吧。不以物喜，不为己悲。当然，阳光心态，并不是要消极无为，而是要把握住现在，利用现有的条件努力去把事情做好。我体会到：我们做现场管理工作的，不开心和没有人认可自己的辛苦和努力是家常便饭，尤其是合理的建议不一定被采纳，心里的郁闷真的可以到极点，经常会因为与工程队的观点不一样争的面红耳赤，想想，还是应该心平气和的好好交流取得各自利益的最大化就好了，没有必要息事宁人，伤人和气，于人于自己都没什么意义。

可在我们的现实生活中，挫折与痛苦与每个人都会交锋的，就看我们怎样对待了，也就是你怎样调整自己的心态让它成为阳光心态。不开心时，就把兴趣和愉快这两个好情绪调动出来，使我们经常处于积极的情绪状态，你要尽快让他们占据你的整个心，也就是替代你的不愉快，这样你的不好的情

绪就会慢慢转化过来。

我也体会到，人的心情真是把握在自己的手心里，你掌控着自己的一切，以前，我就觉得是人在什么样的环境中心情就是怎样的，也就是我们常说的环境造就人，可我现在至少不完全认为是这样的。假如，闷闷不乐的来到了歌舞厅，想让别人的快乐来感染一下自己，也不是说不可以，但在我内心的快乐一定得自己来调整，这时就要把兴趣与快乐从自己的内心深处掏出来，放在自己的面前，有这样一句话就是劝了人，劝不了心这句话真的向我们道出了快乐是要自己把握，好的心态要自己调整。一个良好的心态能够很好地影响个人、家庭、团队、组织，最后影响社会。境由心造、相由心生；心态决定了结果。我认为人就生活在矛盾中，有快乐，有烦恼，有忧伤就要看自己怎样的心态去面对；要工作认真就有可能必须要得罪部分人吧，人与人关系复杂，有时就想放下就放下吧，反正凭自己良心做事。有时候发挥一下钝感，用钝感的大智若愚和智慧，对周围事物不过于敏感，后知后觉的处事态度，以一种内在的坚持力。在任何时候都不烦恼、不气馁，从容面对生活中的挫折和伤痛，坚定地朝着自己的方向前进。有时候，与顺势而为相比，逆向而流的钝感，更能让人折服。后知后觉也好，大智若愚也罢，幸福和快乐其实就是一种感觉。结果如何，还不知道呢，还是做一个保持阳光心态、享受快乐人生的达人吧。

活在当下，知足者常乐。对于任何思维正常的人来说，心态只有两种：积极的和消极的，在智力上，人和人之间只有很小的差别，关键看我们用什么样的心态对待生活，心态积极的人看到积极的一面，对人生充满乐观和自信；心态消极的人则看到消极的一面，人生就呈现失望和悲观。挖掘个人潜力，增强自信，塑造阳光心态，发现真正自我。

我有时候心里会觉得空空的，就想一个人静静的呆着，有时候又会很想朋友坐在一起多聊聊天、打牌、喝酒，才会感觉心里踏实，看了这本书才发现一个人把心态放好真的很重要，

心态放正了整个人才会开心起来，一个人活着本来就是一个过程经历，不可能是一帆风顺的。所以我们都要塑造阳光心态，好好的享受每一天，人活着，就是要懂得用阳光心态来面对，来享受生活的，善于发现美。敢于面对，说实话。生活中并不缺少美，缺少的是发现。要学会欣赏每个瞬。

《阳光心态》的确是一本好书，它让我更深层次地理解了人生的过程， 理解了如何让自己的人生更有价值，如何面对挫折，更多的理解了如何把握现在活在当下，如何营造快乐的情绪，又如何心怀感恩，它让我知道从工作中可以发现更多的乐趣，从小事中也可以得到更多的满足，更让我学会了珍惜现在所拥有的千万不要等到失去了才知道珍贵总之，它让我学到不止一点点。

劳模讲堂心得体会篇三

初次读完这本书颇为感慨，让我重新对如何教学有了新的认识。在自己以往的教学道路上一直在不断地摸索，却不曾找到前进的方向。所以一直坚持传统的教学方法，也许正是因为这样才让自己的教学水平原地踏步，为了提高自己的教学水平看完了这本书。

传统的课堂教学模式是一种以老师为中心、书本为中心和课堂为中心的教学模式。传统的课堂教学模式往往形成了老师单向灌输、学生被动接受的局面，我们不难看出传统的教学模式的缺陷是非常明显的，其中关键的是关键的是作为认知主体的学生在整个教学模式中都始终处于被动地接收知识的地位，学生学习的主观性被忽视，甚至被压抑。很明显，这与现代社会对人才培养的要求不相符合的，这种模式担负不了培养高素质的创造性人才的重担，因此改变传统教学模式，打造适应新课改要求的高效课堂模式势在必行。

读完这本书我觉得很有必要提高课堂的教学的时效性

为了响应新课标的教学理念，课堂教学应体现在学生是否真正在课堂就能认识，理解和简单应用老师在课堂上所讲授的知识。而不是需要学生课后还要花大量的时间和练习题去领会课堂教学的内容。在四年级数学教科书书上讲到《鸡兔同笼》的问题，例如今有雉兔同笼，上有三十五头，下有九十四足，文雉兔各几何。初次讲解的时候，整堂课以灌输的理念去引导学生学习这节的内容，告诉他们利用公式生搬硬套的去理解就上完了这节课。结果在课后的时间我发现学生大部分都没有真正去理解自己所讲解得内容，很多学生跑过来问我老师你在讲一遍吧！我没有听懂！这个时候我才发现是自己忽略了课堂是以学生为主导性，而不是被动的去学。这个时候就需要老师在课堂上有效的呈现主要的内容之后，能够及时的以实例让学生进一步认识和理解所讲授的知识。在课堂上，老师所讲授的例题应该是师生共同思考完成的。虽然有时候需要老师来讲解例题，但是学生在听的过程中，有积极地思维活动，学生在老师所讲解得例题中能够捕捉到解决问题的思路，从而学会对所学知识的理解。

因此，老师在课堂上所讲解的例题，应该紧扣学习内容核心部分，所举的例子越简单越好，这样才可以让学生更容易理解。在听学校里老师所上的公开课中我发现一点，他们在讲解例题的过程体现出了师生思维合作完成的效果，也真正体现出例题的作用。为学生课后完成练习打好了良好的基础。

在学习的过程应该抓好关键环节，尽管合作学习的对象是学生，更加强调学生自主探索的一个过程，通过巧妙的设计课堂，调动学生学习的积极性，以合作者的身份来参与到合作学习中去，进行交流、互动充分体现新课标的理念，让学生在学的过程里“乐在其中”只有这样，目的明确的教学设置，把课堂可信内容呈现出来，在师生思维合作下愉快的完成，就为这节课的实效性提供了有力的保证。才能突破传统的教学理念，辞旧迎新。

劳模讲堂心得体会篇四

对于青年教师来说，在教学的第一个三年，备课尤为重要，花的时间也尤其要多。备课如果不够充分，自己课上缺乏自信，语言也会不流畅，学生领悟的也就不深刻，这样的教学就等于说是失败的，因为这既没有提高自己的教学水平也影响了学生的学习。这学年，我第一次接触七年级。刚从小学升入中学的七年级学生，初中基础知识相对薄弱，领悟能力较差，他们希望老师能把书本中的道理讲解得浅显易懂，知识点不能讲多，最好一课一点，能讲懂讲透最好。这些就要求老师必须有广博的知识，深厚的文化底蕴，而且还要能灵活的运用语言，这样才有可能深入浅出的为学生讲解抽象的知识。如教学《阿长与〈山海经〉》时，可先联系《从百草园到三味书屋》一文，给学生讲讲长妈妈所讲的美女蛇的故事，再穿插讲讲阿长本人的故事，这样，使学生在特定的氛围中受到感染，自然而然地进入作品的意境。把相似的东西联系起来，也是唤起学生情感的好办法：如教学《济南的冬天》可让学生回忆故乡冬天的景色；教学《春》时，可让学生回忆过去与好友踏春时的所见所闻所感和当时的惬意心情。这样，学生能触类旁通，深刻地体会课文的情感。

除此之外，我也常常进行课后教学反思。作为日常的教学，我常常用这样的问题去反思自己的教学：这节课的教学目标学生清楚了吗？对教材的解读，有没有让学生听明白？这节课中最难忘的一个细节是什么？这节课最大的遗憾是什么？正如一句话所说“人生没有彩排，每天都是现场直播，”我觉得课后反思可以让我们把明天的教学做得更好，多一份自信，少一些遗憾。善于总结教学中的小得小失，对于年轻教师是必不可少的一项工作：可以避免走过的弯路，积累好的教学心得体会，扬长避短，做好接下来的教学工作。

首先，要让学生喜欢上你的课，必须要先让他喜欢上你这个人。古人云：“亲其师，信其道。”现在的教师单单用教师的“威严”命令学生学习是远远不够的。在我所任教的班级，

学生的学习习惯差，学习水平较差，加之语文这科知识大多较抽象，不联系实际生活，学生很难理解，有时候课上我就利用一些机会引申给他们多讲一些学习对一个人有哪些益处等方面事情，久而久之，学生感觉老师不单单只是一个在课堂上的严师，还是一个可信可交的朋友。

其次，多和后进生谈心、谈话，采取积极的态度帮助他们转变。苏联教育家苏霍姆林斯基认为：“在每个孩子心中最隐秘的一角都有一根独特的琴弦，拨动它就会发出特有的音响，要使孩子同我讲的话发生共鸣，我自身就需要同孩子的心弦对准音调。”良好的师生关系是教育成功的关键，这就需要我们教师要蹲下来看孩子，与学生心平气和地进行“心与心”的交流。在我所教的班级，后进生相对较多。与好生相比，后进生的自尊心更强，因为学习不好或家庭原因，长期受冷落、歧视，他们一般都很心虚，对外界极敏感，心灵总有一堵厚厚的墙，但在内心深处却深深渴望得到对方的理解、谅解和信任，如果你逾越它，那么你就成功了。在和他们谈心过程中应做到心平气和，以诚相见，以诚对待，以一个朋友身份与之交流，切忌用“你自己想想??，是不是，对不对”等话语，如果学生把你当成朋友了，把你当作可以倾诉的对象，那么以后的教育工作就容易了。

除了备好课备好学生，教师在课堂教学中必须也要有激情，并且要多让自己的正面情感渗透到教学中，不要带着情绪上课。众所周知，一堂压抑而沉闷的课是不可能真正开启学生思维的。语文教学只有激发学生的情感，学生才容易进入课文情境中去。但是，我们也应注意教师情绪的感染作用。如果教师的情绪低落，学生的情绪也难以高涨。以一次课堂教学为例：因为某天课前我遇到了一些不顺心的事，一上课检查布置的语文预习作业又发现没几个学生完成，顿时使我讲课遇挫，心情更糟糕。这时候，我心底一股无名之火马上油然而生，于是站在讲台上一声大吼：“你们不想上课了是不是？”学生一脸的惊恐，教室一下子鸦雀无声，这时竟然有一个调皮的学生伸伸懒腰答：“是。”语气平淡却略带挑衅

的意味，说真的，当时的我真想扇那个学生两耳光，但我克制了自己，我清醒的知道那样做的严重后果，同时也意识到刚才的行为是多么地可笑与无能。我压抑住满腔的怒火，对学生换了一种说话的语气，和声问道：“你们对上语文课是不是有自己的看法？”几分钟过后，一个学生说：“老师，您虽然布置预习作业了，但很笼统，我们不知道预习一篇课文该看哪些内容，要不你来告诉我们应该看什么吧？”我想了想，反问一句：“大家认为做哪些预习作业合适？”接下来的课是在一种平等而又和谐的师生交流气氛中度过的。下课后我庆幸自己没继续发脾气。这件事让我深深地感觉教师情绪的感染力有多大。

其实，让自己的课堂充满阳光不难。备好课、管好学生与拥有教学激情是一堂阳光之课必不可少的三种因素，也是青年教师初步具备的应有素质。备好课、管好学生，教师教学才有了保障，才能进一步上好课，而拥有教学激情就好似掌握一副唤醒学生内心求知欲的催化剂，可以增强学生的课堂注意力，让课堂知识感染学生的内心世界，更好地引导他们走向知识的殿堂。作为青年教师，也只有具备了以上这些基本要求，才能为今后更长的教学之路打下一层牢固的基石，让自己课堂中的阳光一直持续下去。

劳模讲堂心得体会篇五

做阳光教师，在教育教学中我们要保持良好的心态。你把学生看做天使，你就会生活在天堂里，让我们静下心来，带着微笑做好我们的班主任工作。下面是本站小编为大家收集整理的阳光教师心得体会范文，欢迎大家阅读。

通过紧张有序的学习，交流、研讨、评论等对这次课程培训有了全新的认识，对之前的一些疑惑和迷茫有了深刻的答案这次培训让我难忘，不仅使我更系统的把握新课程，让我仿佛身临其境，专题学习，互相评论，互相讨论，集众师之见，

使我的眼界得以开阔，并且对于专业知识和技能的获得有重大的突破和认识。

同时也“被迫”对自己的心态和角色进行了调整——原先想既然是远程培训，也不会很紧张，可是从培训的第一天起，就体会到了——放松一下的想法都让这每天的听、想、写等无形的压力赶的无影无踪。培训真的是既太紧张太辛苦！在听了各位专家的讲座和视频学习中：不但丰富了我的理论知识，让我对新课程改革后的高中化学教学工作有了更深一层的领悟，真是“听君一席话，胜读十年书”。

一、对“阳光教育”的理解

先有阳光教师，再有阳光学生，教师和学生都“阳光”，“阳光学校”水到渠成。

首先，教师要做到有自信心、进取心和责任心。追求卓越的进取心，认真工作的责任心。

其次，教师要有平和的心态，宽广的知识面。精、专的知识基础，豁达的性格，平和的心态。

再次，教师对待学生要有公平、公正的态度，要考虑到学生的全面发展、从多方面去关心、理解、激励学生。只有阳光教师，才能培养出阳光学生，所以，培养阳光教师是打造阳光学校的关键。

二、努力把自己修炼成“阳光教师”

加强思想道德修养。从颂读经典入手，博取大家之精华，修炼自己之内涵。努力成为内涵丰富、充满活力的阳光教师。与时俱进、追求新知。努力掌握现代教育技术，改进教学方式，锻炼过硬的教学基本功。利用网络、书籍学习各方面知识，尤其是与教学相关的文章、书籍，深刻领会其精神，应

用于教学实践，做到活学活用。

教师，阳光下最神圣的职业，人类灵魂的工程师。是教师在传承着人类文明，是教师在引导着一个个稚嫩的孩子长大成人。如何让每一个学生健康、幸福的成长？首先，教师应该是阳光的，应该有一种积极的心态，使内在道德品质的美好与完善和外在行为举止的礼貌与得体和谐统一，从而用自身去感染学生。从踏上工作岗位的那一天起，我就不断地在努力，努力成为一名“健康、尽责、快乐”的人民教师。

一、做学生喜欢的老师。

“亲其师信其道”，良好的师生关系能使学生拥有良好的情绪去面对学习。学生会因为喜欢一位老师而喜欢一门功课，同样，也可能因讨厌一位老师而讨厌学习。一个被学生喜欢的教师，其教育效果总是超出一般教师。所以，我时刻要求自己做一名“学生喜欢的老师”。平日和学生相处的时间里，我时刻提醒自己尊重和理解学生，宽容、不伤害学生自尊心，平等待生、说话办事公道、有耐心、不轻易发脾气，尤其关注那些“特殊”的学生，用阳光般的爱去感化、呵护他们。班上有一名男生叫孙赫麟，他特殊的时时让我感到心疼。他长得很帅气，很多看过他的老师都说他像混血儿；他的家境相当富裕，从来没有为生计苦恼过丁点；他的小脑袋瓜很聪明，接受能力非常快，学习成绩也比较稳定。然而，他太过好动，不遵守上课纪律，经常欺负其他同学，朋友很少。经过了解，我才知道一切的根源都在于他缺少父母之爱。他是一个从小就生长在单亲家庭的孩子，和父亲生活。父亲每天忙于工作经常下半夜才回家。他经常是在保姆和阿姨的陪伴下，带着对父亲的思念进入梦乡。他常常对我说：“老师，我很孤单，我时常会害怕，梦到没有人要我。我在这个班上是最穷的孩子……”每每听到这些话，我总是紧紧地把他抱在怀里，轻轻的告诉他：“你还有老师，老师会永远在你身边！”平日里，我给予他最多的关注：经常宽容他的错误，从不厉声训斥；上课经常提问他，让他在学习中找到自信；下课时让同学们主动

找他玩，让他在朋友中找到安慰：私下里我和学生商量，共同推选他为体育委员，让他在工作中学会自律；放学后我多次到他家里家访，告诉他男子汉就要自强自立；生日时我会亲自买礼物送给他，让他感到被人关注和坚强生存的快乐……现在的他，变得活泼开朗了。学习成绩大幅度提升，积极参加学校班级的各项活动，能和班里的每一位同学和平相处，受到大家的肯定和喜爱。看到他的进步，我很欣慰，同时也深刻感受到“阳光”的魅力。

苏霍姆林斯基说过：有时宽容引起的道德震动，比惩罚更强烈。每当想起叶圣陶先生的话：你这糊涂的先生，在你教鞭下有瓦特，在你的冷眼里有牛顿，在你的讥笑里有爱迪生。身为教师，我更加感受到自己职责的神圣和一言一行的重要。善待每一个学生，做学生喜欢的教师，师生双方就会有愉快的情感体验，心中就会充满阳光。

二、做热爱工作的老师

热爱工作的老师才能享受职业的幸福。教育教学中我能够全身心投身自己的工作，真诚地理解，热情地奉献，乐于分享，不断创新，从中得到源源不断的快乐和成就。我工作的基本原则就是：不让任何一个孩子掉队。今年我执教四年级两个班的语文。对口班级中有一名男生学习很困难，所有科目很少有及格的。面对如此差劲的成绩，他自己也失去了学习的兴趣和动力。接班后，我先是他家长取得联系，争取家长对孩子的更多关注；接着，我找了一个专门的时间，和他坐下来面对面的沟通，了解他对学习的感受，指出他现在学习中存在的问题，和他一起制定了校内、家中的学习计划，并设立检测制度和奖励机制。然后，每一天对他重点关注，切实把计划落到实处。经过近两个学期的艰苦奋斗，他的语文成绩不仅及格了，还接近了优秀的标准。一分耕耘，一分收获，只要热爱工作，工作就会给你带来意想不到的快乐。

多年的教师生活面对叽叽喳喳的孩子，面对平凡而琐碎的工

作，我把它当做乐趣；当我面对一再犯错的孩子时，我能够做到心平气和地和他交流；当我和任何类型的家长沟通时，我可以游刃有余。用我阳光的心态照亮孩子的心灵，和孩子们共同携手欣赏好风光，创造好风景。我心中的阳光就是一颗热爱学生、热爱工作的心。

三、做知识丰富的老师

在孩子们眼中，老师应当是拥有很多知识的，是一本他们遇到疑问可以随时查阅的“百科全书”。陶行知先生说：“要想学生好学，必须先生好学。惟有学而不厌的先生才能教出学而不厌的学生。”所以，平日工作之余“勤于学习，充实自我”就成了我的奋斗目标。通过多读书来填补欠缺的人文底蕴；通过多读书来抹平知识上的肤浅和为人的浮躁。随时随地要求自己勤学习、勤思考，不断提高自身的综合素质，努力成为一本知识丰富的教科书，从而培养出爱好读书学习的学生，成为一名知识丰富的阳光教师。

四、取得的成绩

2020年4月，所带班级被评为区“三好班级”。

阳光是万物生长的能量源泉，心灵的成长也需要阳光。乌申斯基说过：“教师个人的范例，对于学生的心灵是任何东西都不能代替的最有用的阳光。”要播洒阳光到别人心里，先得自己心里有阳光。做阳光教师，面对教育，我有阳光般平和的心态；面对教学，我有阳光般积极的热情；面对孩子，我有阳光般灿烂的笑脸；面对同事，我有阳光般温暖的态度；面对发展，我有阳光般不息的能量。给自己阳光，给学生阳光，给大家阳光，我会一直做一名阳光教师，感受教育的幸福。

初次读完这本书颇为感慨，让我重新对如何教学有了新的认识。在自己以往的教学道路上一直在不断地摸索，却不曾找到前进的方向。所以一直坚持传统的教学方法，也许正是因

为这样才让自己的教学水平原地踏步，为了提高自己的教学水平看完了这本书。

传统的课堂教学模式是一种以老师为中心、书本为中心和课堂为中心的教学模式。传统的课堂教学模式往往形成了老师单向灌输、学生被动接受的局面，我们不难看出传统的教学模式的缺陷是非常明显的，其中关键的是关键的是作为认知主体的学生在整个教学模式中都始终处于被动地接收知识的地位，学生学习的主观性被忽视，甚至被压抑。很明显，这与现代社会对人才培养的要求不相符合的，这种模式担负不了培养高素质的创造性人才的重担，因此改变传统教学模式，打造适应新课改要求的高效课堂模式势在必行。

读完这本书我觉得很有必要提高课堂的教学的时效性

为了响应新课标的教学理念，课堂教学应体现在学生是否真正在课堂就能认识，理解和简单应用老师在课堂上所讲授的知识。而不是需要学生课后还要花大量的时间和练习题去领会课堂教学的内容。在四年级数学教科书书上讲到《鸡兔同笼》的问题，例如今有雉兔同笼，上有三十五头，下有九十四足，文雉兔各几何。初次讲解的时候，整堂课以灌输的理念去引导学生学习这节的内容，告诉他们利用公式生搬硬套的去理解就上完了这节课。结果在课后的时间我发现学生大部分都没有真正去理解自己所讲解得内容，很多学生跑过来问我老师你在讲一遍吧！我没有听懂！这个时候我才发现是自己忽略了课堂是以学生为主导性，而不是被动的去学。这个时候就需要老师在课堂上有效的呈现主要的内容之后，能够及时的以实例让学生进一步认识和理解所讲授的知识。在课堂上，老师所讲授的例题应该是师生共同思考完成的。虽然有时候需要老师来讲解例题，但是学生在听的过程中，有积极地思维活动，学生在老师所讲解得例题中能够捕捉到解决问题的思路，从而学会对所学知识的理解。

因此，老师在课堂上所讲解的例题，应该紧扣学习内容核心

部分，所举的例子越简单越好，这样才可以让学生更容易理解。在听学校里老师所上的公开课中我发现一点，他们在讲解例题的过程体现出了师生思维合作完成的效果，也真正体现出例题的作用。为学生课后完成练习打好了良好的基础。

在学习的过程应该抓好关键环节，尽管合作学习的对象是学生，更加强调学生自主探索的一个过程，通过巧妙的设计课堂，调动学生学习的积极性，以合作者的身份来参与到合作学习中去，进行交流、互动充分体现新课标的理念，让学生在学的过程里“乐在其中”只有这样，目的明确的教学设置，把课堂可信内容呈现出来，在师生思维合作下愉快的完成，就为这节课的实效性提供了有力的保证。才能突破传统的教学理念，辞旧迎新。

做阳光型教师，体会幸福快乐

“要播撒阳光到别人心里，先得自己心里有阳光。”教师每天面对纷繁琐碎的工作和不同气质的学生，怎样去获得教师的职业幸福感，做一个阳光型班主任，学习了于老师的如何做阳光型教师，体会幸福快乐中体会到班主任工作应具备一定的技巧和素质，拥有一个良好的心态，才能在繁琐而艰苦的班主任工作中造就幸福人生。

心态决定一切。工作中我们经常会听到这样的感叹：“现在的学生不好教呀！”“教师工作太累了！”……的确，教师工作是很累人，你唉声叹气是一天天过，开开心心也是一天天地过。其实大家都很清楚，教师的情绪会直接影响到学生，教师快乐，学生也就会因教师的快乐而快乐，就会在课堂上拥有学习的热情。因此在教育教学过程中我们要保持良好的心态。你把学生看做天使，你就会生活在天堂里。让我们静下心来，带着微笑做好我们的班主任工作。

作为一个合格的班主任必须蹲下来，走入学生心灵，学生的生活，学生的兴趣爱好，学生的喜怒哀乐，教师应认真观察，

细心体察，精心融入，明确教育是唤醒，而不是告诉。学会倾听，宽容待生。学生的行为都有其心理倾向，教师对付学生的过错行为要耐下性子听其陈述，寻找其出错的原因，认真分析，诚心纠错，还要允许学生错误行为的反复，以宽容之心对待学生的过错，不要揪住学生的小辫子斤斤计较。

不断学习，提高修养。在新时期，我们的教师不能只读教参和教材，用自己陈旧的经验 and 知识去教授鲜活灵气的少年儿童，很难想象一个孤陋寡闻、足不出户的教师怎能侃侃而谈，叱咤风云，让学生心驰神往、如沐春风？教育究其本质而言是为了一代新人愉快地踏上人生征程作准备，是为他们今后的幸福生活奠定基础的。“育人先育心”，感人心者，莫先乎于情。教师要爱自己的职业，首先要有一颗爱心，有一颗爱学生的心。我深深地知道，一名好班主任、一名好教师，既是知识的塑像，更是爱的化身，只有接近学生，用爱去感召学生，才能教育好学生。因此，教师只有把爱的种子播撒在学生的心田，以学生的要求作为爱的起点，才能在学生的内心世界培养出爱的感情，也才能使他们感受到幸福。我们要给学生他们需要的爱，这样我们的爱才能被学生所接受，所理解。学生感受到了教师的爱，在师爱的沐浴下轻松快乐地学习、生活。即使他们违反了纪律，老师严厉批评时，也要动之以情，晓之以理，更让他明白：老师是关心你、爱护你的，是为你着想才如此严格要求的……这样，用我们的爱在学生心中播撒阳光，从而使他们收获到幸福。

幽默的语言，构筑心灵的桥梁教育家富有幽默感，会更有效地启迪受业者的心灵。苏联著名教育家斯维特洛夫曾说过：“教育者最主要的，也是第一位的助手是幽默。”幽默是班主任不可或缺的一种艺术。幽默不是雕虫小技，不等于哗众取宠，而是智慧和情感的体现。只有对学生充满真诚的爱，只有挖掘、积累幽默素材和具有较好的修养，教师才能在教育教学中创造出幽默，并恰如其分地加以运用，从而使学生在会心的微笑中获得美感享受，带给学生知识与智慧的艺术。

让我们每一个学生真正在他的学生时代感受到人生最大的幸福!相信只要我们拥有阳光心态,那么每个孩子都会是一抹灿烂的阳光,每一个小荷都会露出尖尖角,每一颗星星都有闪烁的机会!

劳模讲堂心得体会篇六

“生命需要阳光,心灵更需要阳光。”这是读完《阳光心态》后的最大感触。在纷繁复杂的尘世中,我们经常被工作中的琐事而焦头烂额,在我们感觉到累的时候,或许更多的不是身体上的累,而是心理上的疲倦。曾几何时,我们认识的人越来越多,真能正交心的朋友却变少了;物质上越来越富裕了,开心快乐却越来越贫乏了;欲望越来越大了,满足感却越来越少了。读了《阳光心态》这本书,才发现日常感觉不快乐的真正原因不是每天抱怨的人或事,而是自己心灵缺乏阳光的抚慰。想到我所从事的职业,周边的同事,这本书让我们教师如何提高自己的幸福指数有了明确的方向。

教师这一职业就给教师的幸福来源定下了特定范围:教育教学工作,学生的成长与发展,教师的专业成长,教师的教育研究,善好的学校生活。

我想,决定幸福的心态应该是阳光般的吧。阳光普照大地,温暖每一个人,也是宽容平等的。教师的心态也要像阳光那样,是平常的、达观的、宽容的、感恩的、积极向上的。我们只有拥有这样的阳光心态,才能做一个幸福的教师。要有一颗平常之心。平常心是一种冷静、客观、理智、忘我的心态。如果教师缺少平常心,就会对学生提出过高过严的要求,就可能失去耐心、细心、冷静和理智。海明威曾经说过,现实不一定总是美好的,但我们必须拥有一颗面对美好的永恒的心。面对客观存在的问题,我们不能一味地沮丧和抱怨,而是应该接受现实。如果当时我能够拥有一颗平常心,不急不躁,在尊重学生个性的基础上去教育学生,在面对诸如气

氛沉闷、不交作业、上课讲话等情况时，我就会冷静客观地对待学生，理智地分析问题出现的原因并作出恰当合适的决策。

要有一颗宽容之心。金无足赤，人无完人，我们这些为人师者，年岁长于学生，知识多于学生，阅历丰于学生，涵养胜于学生，即使这样，我们也不是完美的，那为什么一定要强求学生完美呢？学生之所以是学生，就是因为他们比我们容易犯错误。正因为学生会犯错误，所以才需要教师的存在。其实每个学生都有自己的优点，都有自己的位置和作用。

要有一颗感恩之心。生活中，值得我们敬重与感激的人或物很多，感恩是一种达观的人生态度，是知足常乐的心态。作为一名教师，如果能怀着感恩之心去看待学生，你会被学生眼中饱含的渴望和纯真所鼓舞；被学生对你的尊重和认可而感到身心愉悦；被节日里的卡片、小礼物所深深感动……你也会发现学生是如此可爱，生活是如此美好。反之，总是埋怨、指责、敌视、不满，会让自己的心情变得很糟糕，自然没有幸福感可言。所以，常怀一颗感恩的心的教师，一定是时常面带笑容，挺直腰板，给学生们力量与信心的教师。一个幸福快乐的教师，才会有一群幸福快乐的学生。

记得有位恩师也曾这样教导过我：“我们不能选择我们的学生，但是我们可以改变自己的心态。”其实不管是平常之心、宽容之心，还是感恩之心，只要你拥有阳光般的心态，就会少些烦恼多些快乐，将教师视为一种艺术，乐此不疲虽苦犹甜，那么你就能够拥抱幸福！

劳模讲堂心得体会篇七

我总是喜欢抱怨，抱怨事事都不如别人，抱怨为什么别人有的我却没有，阳光心态告诉我们，如果你抱怨不好，那是你不知道还有更坏。听到这么一句话，当你安慰别人的时候，说什么都不如说一句其实我比你更惨来的有用。吴xx老师教

我们向下比较。当发现别人比自己差得时候，虽然自己有不尽如人意的东西，但是同更“倒霉”的人相比，自己还是幸运的。快乐的真理便是：向下比较。比上不足，比下有余。

活在当下，知足常乐。塑造阳光心态，我们所拥有的只是现在。以前总是常常羡慕别人。羡慕他们升迁、调动，现在想来，其实真的没必要羡慕别人，十三亿个人有十三亿种活法，活在别人的阴影下，那人生还有什么意义呢？假如你什么都没有，你还有关心疼爱你的父母，还有你的家人。吴xx老师说，珍惜今日，今天就是特别的日子，不要期盼特别的日子，不要把好东西留给别的特别的日子。认真做好本职工作，真心关爱你值得关心的每一个人，生活的真谛就是：活在当下，知足常乐。

学会感恩，不是一定有人帮助过你才能感恩，感恩是对身边所有的人和事物，拥有一颗感恩的心。感恩看世界四海皆兄弟，欣赏观天下万物皆美好。现在盛行的一词“幸福指数”，你的幸福指数高吗？它与财富和权力完全没有关系，幸福指数取决于你的心态。幸福是一种感受，如果我们没有学会感恩，你会忽视别人对你的付出，你获取的幸福就会很少。如果你觉得有人伤害你，那就感恩他磨练了你的意志；如果你觉得有人欺骗了你，那就感恩他增进了你的见识。感恩的心来源于阳光心态。

生命在于过程。常常会觉得，自己经过了许多努力依然没有取得自己理想的成果，那就完全失败了吗？吴老师告诉我，也许结果是失败了，可是你拥有的过程与成功者所差无几。失败了并不是意味着什么都没有得到，其实你可能是“失之东隅，收之桑榆”。有人说，我只在乎结果，过程不重要。那一个人来到这个世界上早晚是要死亡的，既然有了结果，为什么还要每天奔波呢？生命在于过程，过程在于心态。生命的质量取决于每天的心境，学会享受过程，精彩每一天。

幸福是一种感觉。越来越发现，生活每天都在反复，周而复

始。每天的安排都一样，有时真不得不厌倦了这种枯燥没有亮点生活。既然生活不能改变，倒不如改变一下自己的心态，为小事而高兴。为小事而高兴，就会有更大的高兴的事情出现。每天上班做同样的工作使自己变成了麻木的一个机器，换一个角度来看，也许你会看到忙碌的路人而庆幸自己不必去奔波。幸福，其实很简单。

读阳光心态，我觉得最重要的一点是用积极乐观的心态去对待任何事。开开心心的去生活、工作，何乐而不为呢？最后还是套用吴xx老师的那句话“是好是坏，现在还不知道呢”。