



每天晚上坚持整理笔记，结合自己在教学中的感受写出学习心得，写出研修日志，发表在教师培训平台上，并且坚持每天更新新浪和网校office博客日志，作为“河南省最具成长力教师”“河南省名师”，对照自己以往的专业成长道路，寻找自己的课堂教学与专家所谈的课堂教学的接入点，寻找与现代教育理论接轨的方法和途径，看是否能在最短的时间内做到最大的提高，并将所思所悟及时整理，至少要有3篇高质量的文章，向报刊杂志投稿。

在课余时间，认真读书或在网上搜集各位专家推荐的学习内容精心研读。并且在这接近20天的时间内，争取读完《名师备课经验》这本书，写出3篇高质量的读书心得和体会。

争取通过学习，在学习数学课程标准的基本理念，掌握数学有效课堂教学方法的基础上。了解数学教师专业发展趋势，理解研究教育教学规律和研究学生的基本方法和策略，提高把握教育教学规律和学生发展规律的能力。并且在研修结束，写出研修学习的体会和收获，在某一个具体的方面进行深刻、细致的总结，规划出下学期教学改革设想，结合文昌小学实际情况，发挥教学副校长的示范引领作用，培养身边骨干教师，并利用假期设计出3节左右高水平的优质课，并在下学期带领学校骨干教师展开课题实验。

研修计划的制定，只是对短期学习的一种规划，而最关键在于落实，所以我每天一定坚持自我检查计划的落实情况，对没有落实好的内容，能够当天弥补的工作不拖到明天，努力做到日结月清，真正让这次研修成为专业成长中的一次里程碑。

## 国培计划个人研修规划篇二

本人有幸参与“国培计划(xxxx)”——xx省中西部项目中小学教师远程教育培训。我会努力珍惜这次学习机会，因为，通过网络能面对面听专家讲课，并参与互动交流，同时，也能

够在这里与更多的优秀教师汲取他们的宝贵教学经验，真的是一次难得的学习机会。对于这次培训，我将全力以赴，认真学习和探求，力求提高自己的教育理论知识和教学素养。为了更好地学习，我拟定出了自己的研修计划：

首先，要提高自己的政治思想觉悟，把积极把握本次学习作为自身能力素养的提升机会。上班期间，每天可以提前到校，打开电脑，登陆网络研修平台，实时查看中心的消息，认真完成学习任务，踊跃参加研修活动，积极分享自己的成果和反思。养成浏览学员们制作的简报，拜读同行中的优秀文章等。

通过聆听专家讲座，与学员们的交流，积累更多的经典教学案例，针对每个案例，自己和大家一定要各抒己见、拓展思维、开阔视野。学会要从多种角度看问题。更重要的是，积极参加不同形式、不同类型的现代教育技术培训，要学会使用媒体播放器播放流媒体、接收因特网，懂得在网上查阅资料，学习发达地区优秀教师的先进教学模式、优秀课件、优秀论文等，促进自己的教学水平和教学质量不断提高。

通过培训，要使自己基本具备课件制作、网上获取资源、网上与学生交流的能力；不断学习，更新观念，不断提高自己的教育教学水平，使自己能融入课改的浪潮，与时俱进。

通过培训学习，要认识到了网络在教学中的重要作用，“兴趣是最好的老师”。心理学知识告诉我们：凡是生动、具体、形象的事物，色彩鲜艳的对象，才会很容易引起学生的兴趣和注意，而电教媒体手段具有生动、形象的特性，能把抽象的内容变得生动、形象，从而能激发学生的兴趣，加深学生对知识的理解。大量增加相关知识，开拓学生的视野，学生可以根据自己的知识程度和能力，利用超文体的结构形式，在各内容间实现交叉跳转，选择适合自己学习的内容和等级，使自己的智力和能力得到锻炼和发展。同时，设立课堂聊天室，通过师生互动或生生互动，在讨论中进一步完善自己的

看法，使教学更具有交互性，更有利于学生主观认知的发展。

本次“国培计划”学习，给我的是一种新的理念，新的体验，只有不断参与各种形式的学习，才能不断提高教师适应新形势的能力，才能将新的教育形式应用于教学实践。一切工作都需要实践来证明，成功=艰苦的劳动+正确的方法+少谈空话，在今后的学习中，我将以本次培训精神作为指导，以自己的实际行动来为教育做贡献，实现自身价值。

## 国培计划个人研修规划篇三

为了更好地完成本次“国培”的研修任务，不断提升自身的教育教学水平和师德修养，积极投身教育科研的改革与实践，使自己逐步成为研究型、开拓型、全能型的教师，特制定如下的研修计划。

通过本次国培计划培训提高自身教育教学水平，促进自身专业发展，使自己逐步成为研究型、拓展型和全能型的教师。

- 1、通过研修，学习先进的研究方法，形成良好的研究意识，掌握教学基本功，更好地为教育教学服务。
- 2、通过研修，转变教育观念，提高认识，促进专业化发展，提高教学研究能力，掌握课堂教学技巧，提高课堂教学艺术。
- 3、通过研修，掌握提升自己的信息技术教育能力，并利用信息技术教育构建有效课堂，提高教学质量，丰富教学经验，优化教学效果。
- 4、通过研修，提升自己的专业素养和职业素养。

- 1、分阶段学习教育教学理论书。做好读书笔记。做到认真研读，读有心得。结合教育管理实践、生活点滴，撰写学习感悟文字。把所读经典作为反观自身的明镜，端正教育教学管

理行为方式。

2、网络平台，积极学习研讨。每天浏览教育类网页半小时，进行网上交流和研讨。参加培训班论坛交流。利用网络写教学日志，不断在反思中进步。

3、深入开展校本课题研究。以实践活动为载体，将培训心得渗透在具体的教育管理之中。充分利用团队优势，开展集体研讨。互相学习提高教学实效。立足学校实际，解决当前管理中存在的问题。

4、积极参加培训，潜心学习研讨，认真参与研讨活动，相互交流，共同进步。积极向专家请教，解决管理中存在的问题和困惑。利用好每次的学习机会。

1、数学教学理论知识。

2、数学教学新课程新理念。

3、全新的数学教学方法。

4、研究问题的专业能力。

5、多媒体技术与课堂教学的有效结合。

## 国培计划个人研修规划篇四

参加国培学习是为了提高广大教师的职业道德素养，完善广大教师的知识结构，提升知识层次，提高了教育教学能力，适应基础教育发展的需要，使我们的教师成为觉悟高、观念新、业务精、能力强、善创新的教育工作者。下面小编为大家带来关于国培的个人研修计划范文，欢迎大家阅读。

能有机会参加此次国培，倍感荣幸，特此精心制作自己的国

培计划，望老师批评指正。

通过学习，更新自己的教学理念，培养在信息技术环境下的教学意识和能力，提升自己的信息技术教学能力，拓展视野。

1、通过此次培训更新自己的教育理念，提高自己对信息技术教育的了解。

2、通过培训掌握提升自己的信息技术教育能力，并利用信息技术教育构建有效课堂，提高教学质量。

3、通过培训能利用信息技术手段引导学生展开合作、探究的自主合作。培养学生树立学习的新理念。

4、通过培训，提升自己的专业素养和职业素养。

1、积极主动的学习珍惜国培的机会。每天按时学习，保证学习的时间和质量。遵循学习的要求和纪律，认真做好学习笔记，及时完成学习作业。利用平台积极更各位教授、老师、各位同仁学习交流。

2、通过理论联系实际，在信息化环境下不断更新自己教学理念，并在平时的教学中注重应用信息技术教学能力，充分利用学校的良好教学条件，掌握白板，投影，录播等运用能力，提高教育质量。

3、积极参与研讨，积极发言，加强学员之间的互动交流，多写研修日志，在反思中完善自己。

更新教学理念，优化课堂教学。

1、思想积极要求进步，以一名合格的教师标准严格要求自己。

2、努力做一名有责任心、热情、谦虚谨慎、能为团体着想的教师，对学生对同事都努力创设和谐、舒适的人际环境，做

一名快乐的教师。

抓紧点滴时间去学习，学习那些先进的教育教学理论，学习身边教师的宝贵经验，让自己在多读、多学中提高自己的理论素养和实际工作经验。

要让读书、学习成为自己生活的一部分。利用信息技术继续提高执教水平，使自己的课堂真正成为生动、高效的课堂。

2019年x月中旬，“国培计划——xx省农村中小学骨干教师初中英语培训班”在xx市xx大学x校区开班了。这次我有幸被选中参加国培学习，我感到非常的荣幸。这次国培计划是走进高等院校的学习，能够有机会参加高水平的研修和学习，特别是能够到荆州长江大学，这所高等学府聆听专家的教诲，颇感荣幸。每次外出学习，我都能够在短期内享受一次精神的盛宴，接受一次心灵的洗礼，每次都让我欣喜不已，因为每一次学习都能开阔自己的视野，提升自己的境界。为了能够在这次培训中有更大的收获，在教育理论、教学研究等各方面都得到提高，特制定个人研修计划：

作为一名教学生涯已达十多年的一线教师，自身有一定的教学经验，能适应新课改要求，能主动转变自身角色。所带班级不管是什么层面的学生都能取得理想成绩，曾多次荣获“中考先进个人”的光荣称号。但自身也还有许多问题，课堂实践较多，缺乏教学理论提升和指导；对自身学习有所放松，以工作代替学习；对先进的教学理念难以运用到实际教学之中；没有明确的个人发展方向。所以在以后的日子里希望能按照制定的研修计划，认真研修，达到更新教育理念，进一步提高自己对素质教育的认识。提高自己对新课程标准的认识，打造高效课堂。促进专业化发展，提高自己课题研究能力的目的。

通过多年的教育和学习，我发觉自己的发展很难再进步，理论学习没有具体的目标，教学水平也停滞不前，对个人发展

方向一片迷茫，只知道善待学生，努力工作。我应该确定怎样的理论学习方向?怎样把所学的理论运用到实际教学中去?怎样让自己的教学水平更上一层楼?怎样确定自己的个人发展方向?这都是我急需解决的问题。在研修过程中，就我的这些困惑我会找机会向专家请教。并努力向培训的教授提出心中的疑问和困惑，寻求专家帮助解决。积极参与研修班的各项研讨活动，努力向各位学员学习，各位学员都是各个地区的一线教师，他们都具有丰富的教学理论和教学经验，拿出自己的问题请教各位学员，或与各位学员共同探讨。

通过此次研修，我期望能得到专家或有经验教师的指导，有更多与名师交流学习的机会。能观摩一些反映新的教学理念的培训和讲座，从而有利于我开拓视野，更新观念。能在培训中更新教学理念，提高教学水平。能在培训中确定个人专业发展方向。能加强自身的教学教研能力，确定研究项目，申请研究课题。

- 1、努力学习新知识，认真做好笔记，不断提高自己的理论水平和专业素养。
  - 2、学习专家们的先进理念，积极动脑思考问题，并形成自己的心得。
  - 3、通过理论联系实际，不断反思自己的教学方式，努力探求以学定教的教学方法，提高自身的素养。
  - 4、积极参与各种研讨活动，积极发言，博采众长，在交流中碰撞思想。
  - 5、加强和学员之间的互动交流，小组合作学习。
  - 6、多写些教育研修日志，在反思中完善。
- 1、初中英语教学理论知识。

- 2、初中英语教学新课程新理念。
- 3、各种日常写作指导,全新的初中英语的教学方法。
- 4、研究问题的专业能力。

## 国培计划个人研修规划篇五

很荣幸能成为“国培计划[20xx]”—广西中小学（幼儿园）乡村教师工作坊坊员远程培训小学数学班中的一员，参加本次教师工作坊研修将进行不少于50学时的混合式培训，内容包括两个方面：内容包括研修目标、研修主题、实施步骤，预期研修成果等。为认真完成本阶段的研修任务，特制定以下研修计划：

遵照教研工作计划，以学校的教学教研工作为指导，立足课堂、革新教学方式，提高课堂教学的有效性为重点，坚持科学育人，扎实有序地开展数学教学研修工作，为促进学生的全面发展，全面提高个人素养，努力服务于教研教学工作而努力。

- 1、通过培训，学习先进的研究方法，形成良好的研究意识
  - 2、转变教育观念，提高认识。
  - 3、积极实践课改的新理念，新思路，围绕“有效性高效课堂教学”开展课堂教学研究活动，提高课堂教学效率。
  - 4、促进专业化发展，提高教学研究能力。
1. 积极完成日常教学类中研修日志、我的教学故事、教学案例、我来当坊主等内容的发布。

2. 积极参与研修活动：包括学科活动、工作坊活动、协作组活动，进行课程学习、视频答疑、主题研讨点评、资源上传、研修作业成果、自由讨论区发帖回帖等。

1、认真听取专家教授的讲座，踏踏实实地学习理论知识。

2、积极参与班级研讨活动，在活动中积极表达自己的观点，在探讨中提高自己的知识素养。

3、钻研教学专著，努力学习与新课程相关的理论知识，并做好读书笔记，写下读后反思。

4、通过教师个人自学，网络学习的方法及时了解最前沿的教改信息，扩展自己知识视野，不断更新教育教学理念，丰富教育教学理论，提升理论水平和教学教研水平。

5、认真撰写教育教学心得体会，争取有质有量。充分利用网络手段，观摩名家教学，撰写读书笔记、教学反思，在课堂教学中利用多媒体手段教学，激发学生学习的兴趣，创设情景，提高学生发现问题、分析问题、解决问题的能力，培养学生良好的学习习惯。

总之，通过这次“国培”研修学习，我相信自己在自身素质、教育教学理论和教育教学方法上会有许许多多的收获，会为我以后的教育教学工作打下坚实的基础。以期达到从“经验型”教师向“科研型”教师转变的目标。