

军训助教心得(模板10篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编帮大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

军训助教心得篇一

半年来，与青年教师友好相处了一学期年，在这一学期里，我感觉过得很充实，在指导对方的同时，自己也得到了锻炼，得到了提高。现对一学期以来的指导工作进行如下的总结。

通过一学期的工作方法的指导，结出了以下几点教育教学方法：

- 1、教育学生以理解，尊重为基础，以爱心为出发点。
- 2、抓住对学生教育的最好时机。
- 3、激发学生的学习兴趣，努力做到使“要我学”转变为“我要学”。

指导青年教师把新课程的教学理念转换到课堂教学上，有效地提高教学的效益，同时能积极参加教研组的听课与评课研讨。能利用运用信息技术与学科教学整合起来，激发学生的学习兴趣。每学期定时听十节被指导教师的课，并进行详细讲评，指正不足之处，取得较好的效果。给被指导教师上好示范课，让其每周听一节课，并给指导老师的课做出评价，通过听课、评课，被指导教师写出了深刻的听课评课体会。同时使被指导教师养成了先备课后上课的良好习惯。认真备课，拟写教学反思。

一位合格的教师，除了要备好课，上好课之外，更要处理好师生关系，使之学会与学科组和年级组的老师融洽相处。通过一学期的工作指导，马老师与学校的每一位老师都相处得十分的融洽，学会如何与家长沟通。在工作中充分运用“三结合”网络的教育作用为教育教学工作服务。借助各种资源提升教学效果，赢得学生的尊重和喜爱。

上课固然重要，但是教学的五个环节中作业及测验以及试题的准备都是必须掌握的基本功之一。要在作业、出测验卷。测试后如何总结、归纳。如何讲评，更有效地利用好作业以及测试，使学生知识掌握得更加牢固等方面加以重点指导。通过两年来的指导，李旭老师基本能把握好分层教学和分层布置作业的技巧，能使得教学和课后作业巩固有针对性，照顾到方方面面的学生，使学生在一节课中学有所获，学有所得。

作为培育祖国明天建设人才的教师，应该在教学中率先使用计算机，利用多媒体辅助教学，优化我们的课堂教学。多媒体辅助教学是以计算机为主要教学媒介所进行的教学活动，即利用计算机帮助教师进行教学活动。多媒体辅助教学有很多优点，它是一种新兴的不可替代的教学手段。通过半年对马老师的`指导，马老师能比较熟练地运用。

军训助教心得篇二

作为才走上工作岗位的`新教师，学校为了使新教师迅速成长，特地进行了新教师与老教师师徒结队的活动，我和张小娇老师结对帮扶，通过不断的优化教案设计、优化课堂教学过程，使我们在自信心、意志力、生活态度等方面得到很大的提高。

初登讲台时，我上课的时候虽然能很流利的把本节课知识讲授完，但就好像一个人在表演一样，我似乎忽略了学生的存在，讲课时不能面向全体学生，而且组织课堂的能力也不是很好，而经过三个月来的历练与学习，张老师的帮助下，我

有了很大的进步。她每次都会把问题讲解得非常透彻，分析各种情况，从多角度进行观察，有时会从学生的角度问我一些看似简单问题让我回答，常教我要善于从学生角度去思考问题，讲解新课时要和学生一起去探索思考。让我知道要搞好教学要从以下几个方面做起：

对教材的基本理论和基本概念，每句话、每个字都弄清楚；深入了解教材的结构、重点与难点，掌握知识的内在逻辑，知道应补充哪些资料；深入了解学生原有的知识技能的质量，他们的兴趣、需要、方法、习惯，学习新知识可能会出现困难，及时采取相应的预防措施；精心设计教学方法，解决如何把已掌握的教材传授给学生，包括如何组织教材、如何安排每节课的活动。

关注全体学生，注意信息反馈，调动学生的积极性，；同时，激发学生的情感，使他们产生愉悦的心境，创造良好的课堂气氛，课堂语言简洁明了，克服重复的毛病，课堂提问面向全体学生，注意激发学生学习的兴趣，课堂上讲练结合，布置好课后作业，特别是利用好导学方案。

听课是提高自身教学能力的一个好方法，新老师只有多听课才能够逐渐积累经验。所以对每一次听课的机会我都十分珍惜。这几个月，我听了几十节课，逐步掌握了一些驾驭课堂的技巧。我听完课之后，把那些教师上课时讲到的记在听课手册上，然后对我自己的备课设计进行参考，将其他教师很多优点和长处应用到我的课堂教学当中去。

都说反思是新教师成长的飞跃。开始我还不太清楚反思的真正含义，还是张老师在指导我写教案的过程中发现了我的这一问题，并及时帮我弄清了反思的内容及意义。后来我才知道，张老师在这一方面做的非常的好。所谓反思是指新教师应善于总结学习及实践中取得的成果和出现的问题，不断调整自己的知识结构，实践方式，以获得持续的终身发展，达到成长的质的飞跃。

一份春华，一份秋实，在这短暂的几个月里，我在张老师的指导下，渐渐适应了教学环节，虽然在某些方面还有缺陷，但是我相信我会铭记张老师的教诲，认真践行教学思路方法，不断成长，努力提高，为早日成为优秀教师而努力奋斗。

军训助教心得篇三

一年来，在学校领导和同事们的关怀帮助下，我按照“一帮一、一对红”的活动要求，与一x□共同探讨，悉心教研，使所任学科成绩有了很大提高。为使今后的教学工作取得更大进步，现对帮扶工作作一总结。

为了使我的英语教学适应新时期英语教学要求、树立起新的育人理念，我们俩经常抽休息时间对《英语课程标准》进行了研读，了解了此次英语课程改革的`目的、掌握了此次英语改革的重点、明确了英语课程各级的总目标和各内容的分级目标、理解了英语教学原则、学会了一些科学评价原则等，从而为后面的教学提供了充分的依据、奠定了的扎实的基础、保证了教学的顺利进行。

备课是课堂教学的重要环节，我们在备课时做到了以下几点：

1、课前备课，做到“有备而来”。

认真阅读各种教科参书，既备教材、教法，又备学生。结合学生的实际和教材的内容，既要考虑知识的纵向联系，又要考虑新知的横向衔接；既要突出重点，又要突破难点；既要体现出完整的教学过程，又要注意好各环节的过渡自然。并制作了各种有趣的教具，如：单词卡片、实物（图片）、头饰等教具为课堂教学做好服务。

2、课中备课，灵活安排简单易操作的游戏活动。

我通过游戏引入新课教学时，为了不打消学生的积极性，我

在实施教学的时候，总是尽量设计一些简单易操作的游戏及活动，将教学内容层层铺开，把枯燥乏味的课堂变为生动有趣“快乐堡”，让他们在快乐中学习，在玩中获得新知，通过反复的趣味操练（如：唱、演、玩、画、涂色、做手工等形式）来巩固所学新知。在活动中学生们都乐于参与，充分调动了学生们的情感态度和兴趣，学生的积极性得到了充分发挥，教学效果良好。

3、课后备课，总结教学经验。

每上完一单元，我们都及时对该单元作出总结和反思，写出教后感，肯定本节课成功的地方，探讨该单元的不足之处，为以后的教学工作打下基础。

《英语课程标准》提出“让学生在教师的指导下，通过感知、体验、实践、参与和合作等方式，实现任务的目标，感受成功。”这便要求，英语课的教学要以学生为主，培养他们学习英语的兴趣，提高他们对词汇、句型的听说认读和语言实际运用的能力。为此，我们在实际的课堂教学中做了以下几点：

1、巧设导入，培养兴趣。每节的教学我首先通过做游戏、唱英语歌来激发学生的学习兴趣，让学生融洽在学习英语的氛围内。

2、图文结合，掌握新知。根据教材“图文并茂”的特点，充分运用单词卡片、实物教具、简笔画及肢体语言来启发学生，使学生带着明确的任务目标，并借助图片、动作、表情等手段掌握其义，让他们积极主动参与学习获取新知过程，培养他们学习英语的兴趣。在遇到难读的单词或句子时，我不厌其烦，耐心教导学生认读，力争让他们学了就懂，懂了会用，培养他们认读的能力。在学习新知的同时，还适时对他们进行思想教育。

3、游戏活动，巩固新知。在完成了每节课的新授任务后，抓住学生争强好胜的心理，通过师生互动、生生互动的游戏活动将教学内容层层铺开；为了尊重学生的个体差异，营造宽松的学习环境，以简单易操作的趣味性、多样化游戏为主来实施教学，让学生进行反复模仿、认读、玩演、视听，从而给他们提供充分的活动和交流机会，让学生在玩的过程中获得新知，提高他们语言的运用能力，培养他们的学习兴趣。

军训助教心得篇四

我校按照上级的结对帮扶的号召，与xx镇中心小学结对帮扶，我校是受助学校。在工作中我们坚持求真务实、开拓创新的原则，诚恳学习实施结对帮扶工作。使得我校在教学理念、教学方法等方面缩短了学校之间的差距。学校结对帮扶是教育协调发展、解决教学中的薄弱问题的举措，这对于提高我校教育教学质量、促进义务教育均衡发展、具有重要战略意义。学校领导十分重视结对帮扶工作，并把它作为向高质量学校学习的极好机会，使得此项活动自始至终按照有序有效开展着。

在受帮扶过程中，我们虚心学习，真诚面对，以心换心。在工作中具体做到，主动加强联系，建立稳定的互访机制，提高我校办学效益。开展活动以来我校每学期都组织教师到对方学校听课学习，对方也很重视，按照计划定期由领导亲自带领优秀教师到我校指导实际教学。

开展教研活动、专题讲座，共同切磋教学技艺，提高我校的课堂教学效果。简明新奇的课堂教学设计，精湛的教学艺术，全新的教学理念，良好的教学效果，使我们的教师受益匪浅。有效地提高了我校教师在实际教学中的应用能力。

我们两校之间、教师之间建立了良好的友谊，并通过网络平台相互交流教学信息、教学方法、解疑释难，使得我校教师在教学理念、教学方法、教师心理等方面得到了提高与发展。

结对帮扶工作是一项非常好的举措。通过结对帮扶，对我们受助学校而言，收效颇丰，大大提升了我校教师自身业务素质，为我校的进一步发展赢得了更广阔的空间。

在今后的工作中，我们将借助帮扶活动的东风积极、虚心地向城市先进学校学习，把他们的优秀办学方法与我校实际结合起来，努力提高我校的基础教育均衡发展。

军训助教心得篇五

很荣幸暑假来到了深圳，更幸运的是来到了华胜大家庭。于开学初在各级领导的帮助下，我很有缘和谈巧老师结成师徒，接受她的帮扶。通过这一月的帮扶活动，使我受益匪浅。感觉到我和谈巧老师有着很大的差距，有很多方面需要向谈巧老师学习，学习她的先进教法，学习她的先进思路，学习她的先进备课方案，学习她的班主任治班方案。

我俩开展结对帮扶的活动时间不长，但给我的感受和启发较多。在集体备课工作中，我们本着“认真、踏实、团结”的工作态度，本着“共同学习，一起进步”的理念，坚持求真务实的原则，使我在业务素质上有了很大的提高。在日常的教育教学中，我们通过一起学习、互相听课、评课等形式的活动，共同探讨、研究教学中遇到的问题，寻求解决问题的方法，不断改进与完善自身的课堂教学模式，强化提高教学的有效化教学研究，从而不断提高自身的业务素养。

在新老师的汇报课上，谈巧老师给与了我许多帮助，帮助我制作课件，提供资料，课前课后给与了我极大的帮助，同时也提出了许多不足之处的改进方案和措施。在学生的词汇竞赛、月考中，及时到位的督促我做好备考准备和指导工作。在集体阅卷中，谈巧老师雷厉风行，做事干脆利索，她的一言一行，给我留下了深刻印象，很幸运能和她拜师结徒。

总之，在结对帮扶工作中，让我深深体会到我是这次活动中

的真正受益者，感谢学校为我提供了这样的机会。在今后的工作中，我要不断地努力进取，加强自己的师德修养，努力钻研业务，敬业爱生，为人师表，争取做一位优秀的老师，更好地发挥教师的辐射引领作用，不断增加自身的人文底蕴，使自己在教育教学中达到游刃有余的程度。同时，我俩将继续坚持从实际出发，注重实效，使我俩达到互相学习、互相帮助、共同进步，优质资源共享的目的，大面积提高英语教育教学质量，为华胜作出我们应有的贡献。

在此我感谢谈巧老师热情的对我进行指导，使我的教学教法有了很大的改进，也使我更加热爱工作、热爱学生。

军训助教心得篇六

本学期，按照县文教局教研室的要求和小学北门教研片的安排，我与同安中心小学的xx老师结成帮扶对子，帮扶的学科主要是品德与社会。

在这一学期的跨校结对帮扶活动中，我和袁老师互相学习，互相帮忙，取长补短，努力提高自身素质，我们不仅仅提高了各自的业务水平，还收获了纯真的友谊，到达了双赢的效果。

每个老师都有自己的特长、优势，也有需要提高的地方。

活动于是我首先透过应对面交谈□qq聊天、向学校领导和同事了解等多种方式认真分析袁老师的优缺点，对她的长处，提出来共同学习，对于不足的地方，帮忙其改正，使其在原有的基础上能够得到必须的发展、进步，最后根据这些特点，制订出了本学期的师徒结对计划，并根据计划切实开展一系列的活动。

虽然我是师傅，但是因为教语文的时间比较长，是近几年半道改教品德与社会的，所以在教学方法上还是有很多地方

需要我虚心学习，因此我把共同提高课堂教学水平作为本学期的活动目标之一。

首先，我经常向我校其他骨干教师请教，努力使自己在课堂教学等方面有进一步的提高。

其次，在袁老师上汇报课、观摩课时，一齐备课研课、然后听课学习，并仔细记录、认真进行评课，使自己在评课方面有必须提升。

再次，在平时的休息时间里，我经常寻找有关资料、多看相关书籍，使自己的教育教学在理论上也有收获。

结对帮扶活动之一是听课、备课、评课。

这些活动是双向的，不是单向的。

年轻的袁老师有充沛的精力，有好学的热情，有丰富的知识，有创新的潜力。

而作为师傅的我更乐意把自己近30年的教学经验与体会毫无保留地传授给徒弟，因为在带徒弟的过程中也能不断完善自己，取人之长，补己之短。

本学期，我和xx老师共同备课4节，其中一节是汇报课，一节是新秀观摩课，一节是同课异构研讨课，一节是竞赛课。

听课后，我们进行了认真的评课反思交流，对这几节课的教案、教学方法、教学课件、教材信息材料、上课时出现的一些不足都进行了改善。

经过反复研课后，我们把优秀的活泼的教学活动再次展此刻各自学校的课堂。

xx老师执教的《远离陋习》获同安中心小学品德与社会优质课竞赛一等奖，我执教的《家乡水的故事》以全新的教学设计获得了全校老师的赞许。

总之，在本学期的跨校结对帮扶活动中，我以自己微薄的教学理论和教学技能方面的经验，与xx老师共同分享、共同探讨、共同研究，使自己的教学理念知识得到了更新，教育教学技能得到了进一步的提升。

军训助教心得篇七

生活中处处需要爱。爱，无处不在。它也许是沙漠里的一泓清泉；是枯树的一片新绿；是生病时的一声问候；是夜空中一颗颗闪耀点缀的星星……教育扶贫便是这爱的种子。

我是一名普通的一线教师，也是一名班主任。根据教育局和学校的统一安排，我参与了精准扶贫工作。涵涵便是我帮扶的一名学生。

20xx年春节，新冠肺炎疫情突如其来。非常时期，举国上下，众志成城，共克难关。各个岗位的人们都竭尽全力努力贡献自己的一份力量。作为教师的我们，更是积极响应国家停课不停学的号召和学校线上教学的要求，一起开启了自己的网络在线教学之路。

初次尝试通过网络途径进行在线授课，我觉得首先得做好充分的准备。因此，我电话联系了涵涵及她的家长，了解她家网络是否通畅，上课所用设备是否备齐，家里是否有人监管。在了解情况后，我对她提出了几点上课的要求。在开课之前，借助微信和直播平台，我将课程的介绍、学习方法、需要安装配置的软件等内容提前介绍给她和家长，并且通过远程的方式手把手地指导她及家人安装慕课和钉钉软件。涵涵也很聪明，很快就熟练掌握了线上上课的操作方法。开学的第一节课，上课效率和效果都很好。

第一次直播课程结束后，我通过微信咨询了涵涵学习中的问题，并且理解进行了答疑解惑，帮助她有效地解决了问题，孩子学习的积极性明显提高。

通过帮扶，我了解到了涵涵的家庭情况和学习困难。在接下来的时间，我一有时间就会找涵涵谈心，了解她生活、学习中的困难，利用课间及闲余时间帮她复习语文学习中的知识，同时我也打算在班里确定两名学优生对她进行学习上的帮扶。希望通过我不懈地努力，帮助其端正学习态度，树立学习、生活的自信心。

在短短几个月的扶贫路上让我深深地意识到，扶贫不仅仅是任务，也是一种责任，更是一种爱的传递。通过互相认识，互相了解，拉近彼此间的距离，通过无微不至的关爱帮助，使一个个孩子、一个个家庭看到希望，这何尝不是一种教育的成功。扶贫的道路任重而道远，只有我们不忘初心，继续前行，才能真正迎来教育灿烂的明天。

军训助教心得篇八

光阴似箭，转眼间进入大新中学工作已经有十年了，作为一名年轻教师，在各位前辈老师的帮助和支持下，在领导的信任鼓励下，让我成长了起来，收获颇丰。

刚从事教育工作的时候，由于没有工作经验，对于如何组织课堂？如何把握重难点？如何批改作业等等，让我不知所措。而在此时，学校为了培养青年教学骨干，使他们各方面能力全面提升，逐步成为我校中坚力量，为我校的更大发展而努力，我校开展了青年教师培养活动，我有幸得到教育教学经验丰富的邢标老师的指导，使我在教学上有了引路人。邢老师有扎实的专业知识，丰富的教学经验，深厚的教学理论，还有工作中那份认真的态度，常常让我在感动之余，获得了很多学习、工作动力，帮助我逐渐走出尴尬、困窘的境地，使我大胆放下包袱开展教学活动，同时也明确了作为一名教

育工作者肩负的责任，使自己能更好的投入到这份事业中去。在邢老师的指导下，我得到了锻炼，也得到了提高，使我在教学方面正一步步地走向成熟。现将帮扶中所受益的工作作一小结：

工作方法指导

通过这几年工作方法的指导，邢老师给我总结出了以下几点教育教学方法：

- 1、教育学生以理解，尊重为基础，以爱心为出发点；
- 2、课堂教学中以学生为主体，老师为主导；
- 3、激发学生的学习兴趣，努力做到使“要我学”转变为“我要学”。邢老师给我提出了这样的发展目标：作为年轻的我，不仅要提高自己的教学能力，平时还应注意反思、积累，多写些东西，朝教研型发展。通过帮扶以来，在邢老师的要求、指导下，我坚持写教学反思，撰写的论文，通过认真实践、及时总结，我的写作能力、教学水平都在不断地进步。

听课、备课指导

我每学期定期听邢老师十节课，邢老师把新课程的教学理念贯彻到课堂教学上，有效地提高教学的效率，使我受益匪浅。同时我上好公开课，让杨老师做出评价。通过听课、评课，让我获得了很多教学经验，同时我也养成了先备课后上课的良好习惯，认真备课，拟写教学反思。几年来，我通过听课、阅读有关杂志等各种方式获取课改信息，不断更新自己的教育观念。

与师和生融洽相处指导

一位合格的教师，除了要备好课，上好课之外，更要处理好师生关系和同事之间的关系。通过邢老师的指导，我与学校的每一位老师都相处得十分的融洽，学会如何与家长沟通，如何与学生沟通，赢得学生的尊重和喜爱。

练习，出题及作业讲评指导

握得更加牢固等方面加以重点指导。通过邢老师的指导，我基本能把握好分层教学和分层布置作业的技巧，能使得教学和课后作业巩固有针对性，照顾到方方面面的学生，使学生在一节课中学有所获，学有所得。

在今后的教学工作中，我会继续努力，以真挚的爱，真诚的心，以及有个性的课堂教学风格吸引学生，打动家长。不断提高自己，完善自己，努力使自己成为一名更加优秀的教师。

军训助教心得篇九

改革开放以来，我国大部分群众的生活水平有了很大提高，出现了中高收入群体，但还存在很多低收入群体。作为乡镇级政府的扶贫机关的工作人员，对此既感到是工作动力又是工作的压力。一方面，扶贫工作在不但受到各级政府的重视下，工作环境不断得到改善，工作力度得到加大，扶贫工作成效更加突显，给扶贫工作供给了发展的历史性机遇。另一方面，机遇与挑战并存，要抓住机遇谋发展，就必须开拓创新，进取探索新形势下扶贫工作的新思路和新办法，是一个扶贫工作不可推卸的职责。

一、用心扶贫

对贫困的群众，我们心里有一种发自内心的同情，很多的基层干部也是从贫困中走过来，和农村有着千丝万缕的关系，更加增强我们抓好扶贫攻坚的使命感与职责感，这是用心扶贫的必要条件。

扶贫攻坚对各村都有任务、有指标，还要纳入最终的年终考核。如果仅仅把扶贫当作任务，为驻村而驻村，敷衍了事的填写扶贫手册；为入户而入户，表示我来过、我见过，然后纸上谈兵，这些被动的扶贫、被动的工作，没有一丝的职责感，如何能够用心。在奋斗在一线上的党员干部，从内心深处怀着对弱势群里的关爱、对困难群众的同情，坚持行善向善的信念，变任务为职责，变压力为动力，充满活力、充满爱心进取主动地投身于扶贫攻坚战中。

二、用新扶贫

扶贫是一项重要的民生工程，在实施项目之初要尊重群众，进取了解群众的真实想法，了解他们对未来的规划。站在他们的角度上思考问题，党员干部要有扶危救济的担当和准确的自我定位，树立进取乐观的生活态度，而不是自我标榜道德高地，高高在上、颐指气使，不断的反驳群众的意见。

在扶贫工作的过程中，把贫困群众当作亲友，倾听他们的诉求和想法，设身处地的谋划、实事求是的规划，维护他们的人格尊严，保护他们的脱贫愿望和发展生产的进取性。满正能量去应对此刻的问题，加大智与志的帮扶力度，永久脱贫、直奔小康才不会是一句空话，不是遥不可及的愿望。仅有真心付出、真新帮扶，扶贫工作才会取得实效，而不是简单的数字游戏，群众路线教育的成果会更加巩固，在攻坚战役中会取得绝对的胜利，更加会体现出基层干部的自我价值。

2021帮扶计划心得体会

军训助教心得篇十

学校为了使教师提高教学水平，特地进行了教师之间结队帮扶活动，我和温老师结对帮扶，通过不断的优化设计、优化课堂教学过程，使我们在自信心、意志力、生活态度等方面得到很大的提高。现将结对帮扶工作心得体会如下：

1、认真钻研教材，对教材的基本理论和基本概念，每句话、每个字都弄清楚，深入了解教材的结构、重点与难点，掌握知识的内在逻辑，知道应补充哪些资料；深入了解学生原有的知识技能的质量，他们的兴趣、需要、方法、习惯，学习新知识可能会出现的困难，及时采取相应的预防措施；精心设计教学方法，解决如何把已掌握的教材传授给学生，包括如何组织教材、如何安排每节课的活动。

2、精心组织课堂教学，关注全体学生，注意信息反馈，调动学生的有意注意，使其保持相对稳定性，同时，激发学生的情感，使他们产生愉悦的心境，创造良好的课堂气氛，课堂语言简洁明了，克服了重复的毛病，课堂提问面向全体学生，注意激发学生学习的兴趣，课堂上讲练结合，布置好家庭作业，作业少而精，减轻学生的负担。

后进生的转化上，对后进生努力做到从友善开始，比如，从赞美着手，所有的人都渴望得到别人的理解和尊重，所以，和差生交谈时，对他的处境、想法表示深刻的理解和尊重。

4、积极参与听课、评课，虚心向同行学习教学方法，博采众长，提高教学水平。听课是提高自身教学能力的一个好方法，新老师只有多听课才能够逐渐积累经验。所以对每一次听课的机会我都十分珍惜。逐渐地掌握了一些驾驭课堂的技巧。我在听完课之后，把那些教师上课时讲到的记在听课记录上，然后对我自己的备课设计进行参考，将其他教师很多优点和长处应用到我的课堂教学当中去。

5、及时做好课后反思，加强课堂教学效果。

都说反思是教师成长的飞跃。所谓反思是指新教师应善于总结学习及实践中取得的成果和出现的问题，不断调整自己的知识结构，实践方式，以获得持续的终身发展，达到成长的质的飞跃。

这次结对帮扶活动使我们在有意无意之中增加了交流和相互学习的机会，从而得到提高。在今后的实践中，我会继续努力工作，不断提高自己，完善自己，努力使自己成为一名优秀的教师。