

最新高中生物教师培训心得体会(精选8篇)

心得体会是我们对自己、他人、人生和世界的思考和感悟。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

高中生物教师培训心得体会篇一

1. 上好第一课紧紧抓住学生。俗话说：“好的开端是成功的一半。”绪论是高中生物的第一课，上好了绪论课也就是成功的一半。在上绪论课时，我不拘泥于课本，另外列举大量的身边事例，激发学生求知的愿望，充分调动学生学习积极性。例如，在讲述生物的基本特征等知识时，我就介绍了洪水泛滥的原因、“多利羊”的产生过程、非典是怎么回事、为什么种瓜只能得瓜，种豆只能得豆等等许多同学们感兴趣的现象，使他们一开始就对生物产生了浓厚的兴趣。

2. 采用灵活多变的教学方法及时留住学生。

3. 使用幽默的教学语言感染吸引学生。

如何改善高中生物教学质量

生物是一门以实验为基础，具有科学性、实践性的学科，与我们日常生活关系紧密。只要我们细心观察，生活中许多自然现象都可以用生物知识解答。教师应注重将生物知识生活化，激发学生兴趣，让学生感受到生物学科的巨大魅力。另外，实验在认知和探究活动中地位非常重要，教师应鼓励学生勤于动手，积极思考，掌握实验探究的逻辑思路，在充分理解基本概念的基础上尝试改进与创新实验。具体建议如下：

(一) “知之者不如好之者，好之者不如乐之者。”兴趣是驱动

学生自主学习的内在动力，要提高生物教学的有效性，教师应从培养学生学习兴趣开始

生物学科的学习兴趣培养要求教师在教学过程中善于旁征博引，营造宽松的阅读氛围，激发学生的学习欲望，避免出现压抑的课堂氛围，从而充分调动学生的学习主观能动性。教师在进行相关章节内容教学前，要鼓励学生就生活中不懂的生物现象自行查阅，课上向老师提问，从课堂教学内容中寻找答案，培养学生发现生物现象的观察能力[2]。

(二)运用生活中与生物学科相关的实例巧设内容导入

(三)加强学生实际操作能力

生物学本来就是一门实验性学科，高中生物学习不能仅靠书本上的理论讲解，大量的实验观察、操作、思考、探究与讨论，将生物知识与实验探究相结合，充分体现生物知识的科学性，又符合高中生的认识规律。例如，观察植物细胞有丝分裂实验过程主要包括培养、10%盐酸解离、漂洗、染色、压片几个步骤，有的学生实验结果不明显，教师可提示学生寻找原因：是否丙酮使用的量过多，滤液太稀；划滤液细线是否重复次数太少[3]。

总的来说，高中生物作为众学科中的一种，重要性不亚于任何学科，教师应想方设法加强学生对生物课程的重视程度，改善教学方法，提高学生实验设计能力，这是解决高中生物教学中存在问题的有效措施。

高中生物教师培训心得体会篇二

就是把书本上的所有知识点有条理的罗列出来，解释各个术

语的含义，列出它包含的种类或分支的方向，并清晰地标明各个知识点之间的联系，这种知识归纳能帮助你准确的理解并牢固的掌握课本的知识。做这个归纳的时候可以适当的参考一些参考书上的归纳，像优化设计上的归纳就很不错，大家可以以之为基本框架，再把更具体的东西，尤其是书上的例子补充进去。

2. 生物高效的听课技巧

听，理科生中和生物最相似的可能就是语文了，但是作为高中的任何一个学生语文课从来没认真听过，考试起来都能考。高中生物却不是这样，不听课完全有可能考0分。语文太灵活，灵活到可以按自己平时的理解去答题，生物灵活是在理解记忆的基础上的。

这就要求我们上课要注意听老师所讲的内容，学习怎么来处理这样一类的题目，学习怎样分析高中生物题目。书上介绍说细菌有什么样的结构，老师上课介绍了大肠杆菌的结构，试题考你甲硫杆菌你还不会么做。记忆+理解+老师讲解，相信自己再做一些练习就能好好掌握了。

3. 形成知识体系

虽然高中生物的每一个知识点都非常的零散，但高考题是把每一个知识点都会考到。高中生需要把所有的高中生物的知识点形成自己的体系，这样才能帮助自己学好高中生物这门学科。只有把这些知识点通过树状图的形式建立在自己的大脑里，那么这些高中生才能够提高自己的学习成绩。

3生物考试答题技巧有哪些

1. 选择兼顾速度与准度

在平时的练习中，一套题往往会包含30-40道选择题，每道题

大约分值在1-2分，但可别小瞧了选择题，正式的高考中一个选择要占6分，相比较而言，大题的一个空也就1-2分所以说，选择好坏对试卷的分数起着很大的决定性。在平时的训练中有些同学往往做到一半就失去了耐心，继续答时准确率就大大下降。

2. 认真审题

首先需要高一学生认真审题，其次需要高一学生根据题目中考查的知识点联想通过什么样的方法做出这些题目。学生在审题的过程中，需要了解这些题目，考查的知识点有哪些，学生需要学会抓住这些关键词，只有抓住了题目中的关键词，才能够迅速的找到自己，应该通过什么样的方法做题。

3. 找对方法

如果学生在做题的过程中发现有的题目自己不会做。学生应该在平时学习的过程中，记了一些做题的方法。如果不知道考察的是什么内容，学生应该根据这些关键词找出一些方法，排除一些方法之后，学生根据自己的方法做出这些题目。

4. 排除法

有的题目确实需要学生思考一段时间，如果学生觉得在考试的过程中会浪费大量的时间，学生可以通过排除法，找出正确的答案。学生可以直观地同想象中排除一些错误的选项，会剩下几个选项，再根据高一学生的分析，找出正确的答案。其实做生物题也需要一些技巧，就是不会，学生也能够通过正确的方法得出答案。

4高一生物怎么得高分

从最简单的方向开始——明确自己在学的是生物而不是其他学科，无论是对教材的学习还是做进一步的练习巩固都必须

从生物学的角度分析问题。深层一点来说是结合实际，分析自身的学习能力而设定一个精确的方向。也就是说找出自己哪些地方需要加强基础学习、增加练习量，又有哪个知识点可以增加练习难度、适当拓展学习的。

首先是课前预习。可以具体分节预习；也可以在一个学期开始前将整本书自学一遍，再配上一本合适的练习册（所谓合适是指基础性，在这个阶段切勿追求难！）。然后是课中听讲，要懂得充分运用自己的感官去抓住重点。

接着是课后作业。要求要独立完成和及时完成，在及时的基础上独立才是最有效的巩固。最后是课余运用。生物是一门很贴近生活的学科，不妨用自己所学到的生物知识解释一下生活中遇到的各种生物现象。只有掌握正确的方法，才能将你的方向和目标发挥出最大的价值。

兴趣。虽然很老套，但还是要说的——兴趣是学习一切的老师。只有对生物感兴趣了，你才能将以上三点运用得淋漓尽致，进而生物才能学得好。

高中生物教师培训心得体会篇三

1. 学会制定计划

高中学生在学习生物课程时一定要学会制定计划，对于熟练掌握的知识，不需要投入太多的时间，对于不理解或者生疏的知识则需要学生投入更多的时间。学生的学习方法，对于高中生物在短期内提高有很大的影响。合理地安排自己的生物学习，是最明智的选择。

2. 勤问、动手

高中生物如何在短期提高？这需要学生在学习的时候，经常用头脑去思考问题。生物就是要求学生保持好奇的天性，在学

习的过程中尽可能多地提出问题，带着问题去学习，这样才会事半功倍。生物学是一门实验科学，探究生物学的基本技能和方法，需要学生自己去实验，向自然学习、在实践中学习，这样对生物知识的掌握会更容易，更全面些，同时也能让学生在较短的时间内让生物成绩得到一定的提升。

3. 善读、将知识点形成网络

善读就是要求高中学生在学习生物的过程中，学会阅读其中的重点知识。同时在阅读的过程中形成记忆。高中生物如何短期提高，同样离不开学生对知识点掌握情况。高中学生在学习生物时一定要学会将知识在头脑中形成网络，这样在做题和考试中能够灵活运用已经的掌握的知识。

高中生物教师培训心得体会篇四

一、记忆是学习生物的基础

生物，掌握了教材就是取得了一半的成功。书中的图例、实验、涉及的化学式（光合与呼吸），要时常归纳、总结重点词，如“功能”、“作用”、“本质是”，这些都要留心，书上的黑体字要背下来。还要掌握好的记忆方法。

（一）简化记忆法

即通过分析教材，找出要点，将知识简化成有规律的几个字来帮助记忆。例如dna的分子结构可简化为“五四三二一”，即五种基本元素，四种基本单位，每种单位有三种基本物质，很多单位形成两条脱氧核苷酸链，成为一种规则的双螺旋结构。

（二）联想记忆法

即根据教材内容，巧妙地利用联想帮助记忆。例如记微量元

素：铁锰硼锌钼铜这六种元素，可以用谐音记忆铁猛碰新木桶，这样就记住了，而且不容易遗忘。

（三）对比记忆法

在生物学学习中，有很多相近的名词易混淆、难记忆。对于这样的内容，可以运用对比法记忆。对比法即将有关的名词单独列出，然后从范围、内涵、外延乃至文字等方面进行比较，存同求异，找出不同点。这样反差明显，容易记忆。例如同化作用与异化作用、有氧呼吸与无氧呼吸、激素调节与神经调节、物质循环与能量流动等等。

（四）衍射记忆法

此法是以某一重要的知识点为核心，通过思维的发散过程，把与之有关的其他知识尽可能多地建立起联系。这种方法多用于章节知识的总结或复习，也可用于将分散在各章节中的相关知识联系在一起。例如，以细胞为核心，要衍射出细胞的概念、细胞的发展、细胞的学说、细胞的种类、细胞的成分、细胞的结构、细胞的功能、细胞的分裂等知识。

记忆是学习的基础，是知识的仓库，是思维的伴侣，是创造的前提，所以学习中依据不同知识的特点，配以适宜的记忆方法，可以有效地提高学习效率和质量。

二、课堂上认真听讲

首先，听讲时要开动思维机器，通过听、看、写等方面，随着老师讲课要多思考，特别是围绕上面提到的“三听”来思考问题，在头脑中多问几个为什么。思考的问题，如果老师在讲课中已经讲到了，说明问题基本解决了，如果老师在讲课中没有讲到，则应该向老师提出。

其次，多提问题。无论是课上想到的问题，还是课下遇到的

问题，都应及时向老师提出，要有“刨根问底”的劲头儿。课上没时间问，就课下问，最终要把自己的问题解决。

最后，认真记好笔记。老师在黑板上写的课堂笔记，应该说是课本知识内容的高度浓缩，是重点所在，是精华所在，也可以认为是知识内容的纲要，所以要认真记好笔记。

此外，老师写的笔记不可能包括许多具体的内容，这就需要在记笔记时，根据自己的理解多记一些内容。如老师讲课时举的一些实例，画的一些简图，提的一些问题等等，都应该记下来。记好笔记不但促进我们思维活动的积极开展，而且为我们复习提供了提纲和资料。

三、复习和作业

每天的复习一定要避免机械的重复，而应抓住老师讲课的重点、知识的联系和老师讲课的思路，将老师讲课内容按照自己的理解，用语言表述一番。通过复习，加强了记忆，然后再来做题，可以大大提高作题的效率，作业的困难、疑问、多可迎刃而解，而且通过作业又可进一步运用所学的知识，加深知识的理解和掌握。

（一）把做题当成积累

在做题中你会逐渐摸清哪些地方经常成为考点。尤其是大题，出题套路会比较固定，答案也很固定。如，问神经递质在神经元之间为什么是单向传递的、要答“神经递质只能由突触前膜释放并作用于突触后膜”。生物是很有规律的一个学科掌握这些常考一些卡点的知识点，会保证得一个中等、稳定的分数。

（二）将经典的题收入记忆中

每一道生物题其实都是老师们智慧的结晶，一些考点，单独

考的时候并不难，你甚至可以不假思索地回答出来，但出题人往往会将你在不同阶段学到的知识归纳、找出其共性进行考察，这样就考察了你对知识点掌握的准确性，以及举一反三、融会贯通的能力。这种题一般为选择题。

例如：问：下列哪细胞器可以产生水？然后给你列出了如下细胞器：核糖体、叶绿体、线粒体、溶酶体、液泡等等。a、b、c、d四个选项分别包含了上述细胞器中的几种，你就要动用之前学过的所有关于细胞器内的反应的知识点：在学蛋白质时，学了脱水缩合可以产生水，场所：核糖体。在学细胞呼吸时，学了有氧呼吸第三步时会产生水，场所：线粒体内膜，所以答案为：线粒体、核糖体。

通过这道题，你可以归纳出：能产生水的细胞器有线粒体、叶绿体，这，就转化成你自己的积累了。这样一来，做题不仅检验了你的知识掌握的怎么样，还替你归纳、总结了知识点，丰富了你的知识储备所以，对经典的题适当加以记忆，会让你的知识网交织的更紧密，不失为冲击高分的良策。

总之，高中生物课是一门设计范围非常广泛的学科，而我们“人”本生就是一个生物。高中生物课就是要让我们了解我们生活的环境，了解我们自己。而从实践出发，形成良好的学习习惯，能够更好的学好生物这门课程。

高中生物教师培训心得体会篇五

“先记忆，后理解”

与学习其它理科一样，生物学的知识也要在理解的基础上进行记忆，但是，高中阶段的生物学还有着与其它理科不一样的特点。

对于大家学习了许多年的数学、物理、化学来说，这些学科的一些基本思维要素同学们已经一清二楚，比如：数学中的

未知数 x []化学中的原子、电子以及物理中的力、光等等。而对于生物学来说，同学们要思考的对象即思维元素却是陌生的细胞、组织、各种有机物和无机物以及他们之间奇特的逻辑关系。因此同学们只有在记住了这些名词、术语之后才有可能掌握生物学的逻辑规律，既所谓“先记忆，后理解”。

瞻前顾后”、“左顾右盼”

在记住了基本的名词、术语和概念之后，同学们就要把主要精力放在学习生物学规律上来了。这时大家要着重理解生物体各种结构、群体之间的联系，也就是注意知识体系中纵向和横向两个方面的线索。

如：关于dna[]我们会分别在“绪论”、“组成生物体的化合物”和“生物的遗传和变异”这三个地方学到，但教材中在三个地方的论述各有侧重，同学们要前后联系起来思考，既所谓“瞻前顾后”。又如：在学习细胞的结构时，我们会学习许多细胞器，那么这些细胞器的结构和功能有何异同呢？这需要大家做了比较才能知道，既所谓“左顾右盼”。