

2023年高校教师研修总结 教师研修心得体会(优质8篇)

总结，是对前一阶段工作的经验、教训的分析研究，借此上升到理论的高度，并从中提炼出有规律性的东西，从而提高认识，以正确的认识来把握客观事物，更好地指导今后的实际工作。怎样写总结才更能起到其作用呢？总结应该怎么写呢？下面是我给大家整理的总结范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

高校教师研修总结篇一

外面的小雨还在不停地下着、研修几天，下了几天。研修的道路虽然坎坷，但收获着幸福、甜蜜的硕果。伴着雨声坐到电脑前敲击着键盘，开始了最后一天的研修，分享着《幼儿教师的幸福》我也倍感幸福；听到活着是一种修炼时，对老师充满了敬佩，真是细心、负责的老师；今天的案例太精彩了，让我的心灵又一次震撼，做一名幼儿教师真好，真幸福。

作为一名新时代的幼儿教师应幸福充满激情。激情是一个人开创事业的原动力，是每个人生命中喷薄而出的朝阳。它引导你去奋斗、去拼搏；激情也是催人奋进的号角，更是人们百折不挠的意志力。每天我们用微笑迎接每一位孩子和家长，用饱满的热情参与孩子的各项活动，在活动中言传身教，培养他们的兴趣、爱好、习惯等。永远的激情应该成为我们品格的追求，只要生命在，激情就在。

“三人行，必有我师”，要善于发现别人的优点和长处，以取他人之长，补己之短。对别人的弱势要善于站在对方的角度考虑问题，以宽容之心对待。我们要建设一个学习型的社会，人人都要树立这样的意识——终身学习。我们教师要不断学习，增加知识储备，增补学养，才有底气去迎接新的挑战。一次性的学校“充电”，一辈子的工作“放电”现象

已不再成为可能。因此，不仅要以不断进取的精神去进行业务方面的继续学习，还应接受各方面知识的学习培训，使自己在日趋专业化的幼儿园教师队伍里，越站越稳；拥有一颗坚强的心，去迎接时代的挑战，并在努力中体验到不断进取的快乐与成功。

幼儿教师是专门与幼儿的心灵世界打交道的人，能直接感受到幼儿感情的人。正如徐特立老前辈所说：“教书是一种很愉快的事业，你越教就会越爱自己的事业。当你看看到你教出来学生一批批走向社会，为社会作出贡献时，你会有无比的高兴啊！”，每一位教师都要格外珍惜和不断积累这种愉快、热爱的真情实感，它让我们在教学的道路上日益充实起来、丰富起来、愉悦起来，幸福起来。

在今后的工作中，我应不断总结反思，有反思才有进步，只有教师也是创造者，才能使整个教育事业充满生机和活力。6天的远程教育学习随着哗啦啦的小雨今天就要结束，回首这段时间的学习，看视频，听专家讲座；做作业，写学习感悟；提问题，聆听专家答疑；浏览网络报道，留下感言跟贴。虽然紧张、繁忙，却乐在其中，非常感谢领导给我这次学习的机会，研修着、快乐着、收获着幸福的硕果。

高校教师研修总结篇二

一、引言： 重视校内教师研修的重要性（200字）

在现代教育领域，教师的角色变得越来越关键。为了提升教师的专业水平和教学质量，校内教师研修日益受到重视。作为一名参与过多次校内教师研修的教师，我有幸能够深刻体验到这一过程对于我的成长和发展的积极影响。在本文中，我将分享我在校内教师研修中所获得的心得体会。

二、体验： 参与校内教师研修的收获（300字）

作为一名教师，我相信终身学习的重要性，所以我一直积极参与各类校内教师研修活动。通过这些研修课程，我不仅了解到最新的教育理念和方法，还学习到如何运用科技手段提升课堂教学效果。研修课程中的实践和案例分析，让我能够更好地将理论与实际相结合，在教学实践中更加自信和有效地应用所学的知识。

此外，校内研修还为我提供了与其他教师分享经验和互相学习的机会。通过与同事们的合作和讨论，我收获了许多珍贵的教学经验和方法。这种互动和交流不仅提升了我的专业水平，也拓宽了我的思维和教育理念。在校内教师研修中，我有机会认识到教育是一个团队合作的过程，每个教师都可以从其他人身上学到新的东西。

三、感悟：校内教师研修对个人成长的推动（300字）

校内教师研修不仅促进了我的教学水平的提升，也对我的个人成长产生了积极的影响。通过研修活动，我认识到自我发展和不断学习的重要性。教师需要不断更新自己的知识和教学方式，以适应变化中的教育环境。我也深刻体验到了挑战和成长的过程，并愿意接受新的教学理念和方法。

此外，参与校内教师研修也增强了我的领导能力和组织能力。在研修过程中，我有机会组织小组活动、撰写教案和参与教学研讨会。这些经历使我更加自信，能够主动承担更多责任，并能够与其他教师合作。

四、启示：校内教师研修的重要性（200字）

通过参与校内教师研修，我深刻体会到了这一过程对教师成长的推动和个人发展的促进。因此，我认为校内教师研修应该被更多的学校和教师所重视。教育机构应提供更多的机会和资源，支持教师参与研修活动。同时，教师们也应该认识到自身的不足，并积极主动参与研修，不断学习和提升自己。

的专业素质。

五、结论：校内研修对教育发展的意义（200字）

校内教师研修是教育发展的重要组成部分。通过提升教师的专业水平，教育质量将得到提高。同时，研修活动也促进了教师之间的交流与合作，形成了一个良好的师资共享平台。通过共同提高，教师们可以更好地应对教育挑战，为培养更多的优秀人才做出更大的贡献。因此，校内教师研修应该得到充分的重视和支持，以推动教育事业的发展。

高校教师研修总结篇三

一、教师要多读书，不断丰富自己的知识。想给学生一滴水，教师就必须具备一桶水。专家们的讲座就充分印证了这句话。他们用渊博的科学文化知识旁征博引给学员们讲述深奥的理论知识，讲得通俗易懂，让我们深受启发。那么在工作中，我们面对的是一群对知识充满渴求的孩子，将他们教育好是我们的责任和义务。这使我更体会到学习的重要性，只有不断的学习，不断的提升。不断加强修养才能胜任教育这项工作。

加强学习不仅仅只专业方面，要扩充到各个领域，不断的提升自身的修养和素质。教师应把学习贯彻在自己的教学实践中，将学习与实际教学结合起来，努力探索新的教育教学方法。在丰富自身专业知识的同时，广泛涉猎各种社会科学和自然科学知识，从而更好地适应教学的需要，通过总结经验，提高自身，向更完善的目标努力。还要充分利用现代信息通讯技术，不断扩大学习资源和学习空间，及时了解专业领域以及其他领域的最新发展动态，注重与其他教师和专家的合作探讨，教师要秉承终身学习和教育理念，以适应教育改革的浪潮。

二、提高思想认识，净化灵魂。培训其实是一个反思、进步

的过程，这十几年的教学生涯，让我已经慢慢倦怠，我已不知道从什么时候开始，自己变的除了爱抱怨，还是抱怨。抄不完的笔记，频繁的检查，刻薄的制度，一项又一项的任务以及家长的难缠，学生的愚笨，领导的不理解，等等。都是那么沉重，沉重的令人窒息。我早已像一台机器，不再有灵感。把教师当成了一种谋生的职业。对工作有的是厌倦之意，不忘初心，黯淡之境。可通过这次的培训，走进教学大师们的心灵世界，感叹于他们思维的敏捷，语言的风趣丰满，独特的教育视角，健康乐观的人生观，丰富的教育经验……激起了我内心中的心弦，触及到我思想的深处，我一次次禁不住问自己我该怎样做？做什么样的教师？怎样做一名优秀的教师？与优秀老师、与教学大师相比，我自身不足很明显。这次培训，对于我来说是一次难忘的充电机会。不仅让我能以更宽阔的视野去看待我们的教育工作，学到了更多提高自身素质和教育教学水平的方法和捷径。也明白了“爱”是教育永恒的主题，我们应该怎样更好地去爱我们的学生，怎样让我们的学生在更好的`环境下健康的成长。更懂得只要我们教师是一个幸福并快乐着工作的人，才会让学生感受到幸福并快乐，才能培养出更多的社会需要的幸福并快乐的人。

三、加深反思，提高自身教育教学水平。美国著名教育心理学家波斯纳提出了一个教师成长公式：成长=经验反思。如果一个教师仅仅满足获得经验而不对经验进行深入的思考，他将永远不会上升到一定的理论高度，更谈不上成为教育专家。我们当然不必要人人都能成为教育专家，但时时反思自己的教学，将自己的教学经验成功地记录下来，对我们年轻教师来说，都是一种宝贵的经验，都是一种不可估量的财富。

作为一名人民教师，肩负着培养祖国接班人的重任，我们要做到：“给人一瓢水，自己要有一桶水。”正如窦桂梅老师所说：“读书一生”、“海纳百川。”教师这一行业更需要有挤的精神！挤时间思考、挤时间看书、挤时间学习、挤时间写作！挤时间总结。只有在不断总结、不断反省、不断修正的努力下，教师的各项水平才能得到提高。经过培训后，

我觉得教师绝对不是一桶水这么简单，它应该是一条有源头的溪流。我认为，教师只有树立“活到老，学到老”的终身教育思想，才能跟上时代前进和知识发展的步伐，才能胜任复杂而又富有创造性的教育工作。“问渠那得清如许，唯有源头活水来。”只有不断学习，不断充实自己的知识，不断更新自己的教育观念，不断否定自己，才能不断进步，拥有的知识才能像“泉水”般汩汩涌出，而不只是可怜的“一桶水”了。

高校教师研修总结篇四

近年来，为了进一步提高教育质量，许多学校开始注重教师的专业发展和成长。校内教师研修成为一种重要的途径，不仅帮助教师更新知识和教育理念，还提供了教师间交流和学习的平台。本文将从个人角度出发，总结和分享我在校内教师研修中的一些心得体会。

首先，参加校内教师研修让我意识到专业发展的重要性。在研修过程中，我发现只有不断学习和进步，才能更好地适应社会发展的需求，为学生提供更好的教育服务。教育是一门需要不断提升和创新的艺术，而校内教师研修便是为我们提供了学习和成长的机会。通过参与不同主题和形式的研修活动，我拓宽了自己的教学视野，提高了专业素养，也找到了自己在教育领域发展的方向。

其次，校内教师研修促进了师生互动和交流。在平时的教学中，我常会遇到一些教学难点和问题，无法找到合适的解决方法。而在研修班上，我不仅可以和其他老师分享教学经验和心得，还能向他们请教和讨论问题。这种互动和交流给我带来了许多启发和帮助。我记得有一次，在研修活动中，我碰到了一个和我面临相似教学困境的老师，我们互相交流了解决问题的方法，并互相提出了建议。通过这次互动和交流，我们共同攻克了困扰我们的问题，让我们的教学都有了长足的进步。

第三，校内教师研修提供了实践与反思的机会。无论是听讲座、参观其他学校，还是观摩优秀教学案例，这些研修活动都是基于真实的教学情境，能够让我们将所学理论知识应用到实际操作中。通过实践探索，我们能够更加深入地理解教育理念和方法，并在教学中加以应用。而在反思环节，我们又能对自己的教学进行评估和改进。记得有一次，我参加了一次观摩课活动，我对比了自己的教学和那位老师的教学，发现了自己的不足，并且通过反思找到了改进的办法。这种实践与反思的循环让我在教学中不断进步，不断提高。

第四，通过校内教师研修，我深刻体会到团队合作的重要性。在研修活动中，我们往往需要参与小组讨论或合作完成某项任务。在这个过程中，我学会了倾听和与他人合作的能力。通过与其他老师深入交流，我不仅收获了新的教学理念和办法，还建立了良好的师友关系。我们相互鼓励，互帮互助，在教学上形成了合力。这种团队合作的氛围让我在教育领域中不再感到孤单，也更加有信心和动力去面对教学中的各种挑战。

最后，通过校内教师研修，我感受到了教育事业的使命和责任。研修活动不仅是为我们提供了专业发展的机会，更是让我更加明确了自己作为一名教师的使命和责任。教育是一项伟大的事业，通过教育我们可以影响和改变学生的一生。我深深地明白，只有不断学习和成长，才能够更好地履行教育的使命，为更多的学生带去希望和光明。

综上所述，校内教师研修对于我们教师的专业发展和成长至关重要。通过参与研修，我不仅深化了对教育的理解和认识，还学会了与他人合作和交流。我深信，在不断学习和进步的道路上，我会为更多的学生带去更好的教育。

高校教师研修总结篇五

忠于人民的教育事业是人民教师职业道德的核心，是指导教

师思想和行为的指南，也是做好教师工作的根本条件。这就要求我们从情感上热爱自己的教育事业，热爱教书育人的职业，喜欢自己的本职工作；从态度上要尊重自己的职业选择，尊重职业的规范和要求，重视职业的社会意义的实现。从职责上，要求我们按照职业规范或要求行事，恪尽职守，承担自己应该承担的责任和义务，完成或实现工作任务。同时还要求我们要具有对自己钟爱的事业有着不遗余力的投入，奉献其中，致死不渝的崇高理想的敬业精神。正如陶行知先生所说那样：“捧着一颗心来，不带半根草去。”教师只有具备了终生的敬业精神，才能具备强烈的责任心，从而获得相应的成就感。正因如此，教师最大的乐趣就在于照亮了别人，充实了自己。

热爱学生是教师所特有的一种宝贵职业情感，也是教师必备的道德素质，师爱是一种充满科学精神的、普通、持久而高尚的爱，是师德的灵魂。师爱除了是教师的一种道德素质，还是一种能力的表现。尊重学生、信任学生、理解与宽容学生、关心与热爱学生是其具体的表现所在。

教师应该怎么去关心热爱自己的学生才算是真爱？怎样才能与学生建立一种平等互信的合作关系呢？首先，教师要成为学生的倾听者与观察者；其次，教师还要成为学生的促进者与支持者；最后，教师还要成为学生的自愿者与合作者。只有这样你才能进一步的了解每位学生的内心世界与各自的能力差异，以理解、关怀的态度去对待差异，强调合作，从而才能有效地、有针对性的对学生进行精心设计和因材施教。

我们都听过这样一句话：“一根筷子轻轻被折断，十双筷子牢牢抱成团”这句话足以证明了团结的力量。教师的团结协作不仅对学生品格的培养具有直接的示范作用，同时，也有利于创造形成良好的教育环境，增强教育影响的一致性和有效性。这也正是良好校风形成的重要依据，只有团结协作的教师集体才能形成良好的教育风气。教师在这样的好氛围中，他们的教育潜能才会得到有效的激发，更能发挥聪明才

智，提高各自的工作效率。在这样一种环境氛围内，教师集体同事间所表现出来的教育科研能力和教育教学效果，会远远超过教师个人分别做功时所可能发挥的科研能力和教育教学效果，从而促进教师集体的共同发展。

尊重学生家长，对于搞好教育工作十分必要。家长对孩子的成长起着至关重要的影响作用，如果没有家长的密切配合，如果不与家长团结协作，就难以取得理想的教育教学效果。尊重学生家长是保持学校教育与家长教育的一致性，形成教育合力的客观要求和前提，是增强教育实效之必需，也是教师应有的师德。教师只有与学生家长在互相尊重的基础上，进行紧密的配合，才能与学生家长建立良好的道德关系，使家庭和学校两股教育力量汇成一股合力，调动家长参与学校教育的积极性，为学校教育创造有利的条件，有力地促进学生的健康、全面、和谐的发展，加速教师专业发展的进程，促进学校教学质量的提高，促进家庭教育效果的改善。

伟大的时代蕴育不凡，普通的工作中也能体现出我对教育事业的无限忠诚。作为一名新时代、新世纪、新形势下的教育工作者，我将在今后的工作中不断地进行专业知识的继续学习，不断地对自己的教学过程进行教学反思，从中获得理论与实践的高层整合，突破普遍存在教育孤立与教育封闭现象，积极主动地与同事进行合作，与学生家长进行紧密配合，积极投身教学实践、理论创新的教研活动之中。为自身教师角色的适应和发展奠定基础，不断完善自己在教育教学中的创造性和专业发展的能动性，自主提升专业化水平。坚持以人为本、以德立教、爱岗敬业、处处做到为人师表。同时，还有不断提高自身的综合素质并紧紧围绕新时期师德素质要求和师德规范，切实转变自己的工作态度和工作作风，全面推进素质教育，重塑新时代教师形象，才能无愧于伟大的时代，完成好教书育人的神圣使命。

高校教师研修总结篇六

作为一名年轻的英语老师，我很荣幸的得到了浙江台州权威专家此次极为珍贵的提高技术专业素养和业务能力的机遇，参与了新一期培训机构的学习培训和学习培训，初一英语教师研修学习体会与感受。根据此次学习培训，我对新课程改革拥有一定的了解。新课改对大家每一个教师全是一种挑战，也是一次难能可贵的机遇。根据此次学习培训我有了一下几个方面了解。

大家过去的英语课堂教学中把“把握语言表达基础知识和专业技能”放到课堂教学目地的第一位。而新制订的教学大纲规定把“激起和塑造学员学英语的兴趣爱好，使学员塑造信心，培养良好习惯和产生合理的学英语对策，发展趋势学生自主学习的工作能力和协作精神实质”摆在首位。另外，倡导课堂教学时要以“口语交际训练”为主导，塑造学员的英语口语工作能力，使每一个学员都能学好英语，做到融会贯通的目地和提高学员的实践能力。

1、在课堂教学中应把时间和空间多交给学员。小组合作学习前给学员学会思考的时间。明确提出一个探究性学习的难题，给学员思维能力。给学员学生自主学习的时间和空间。在教学课堂中，时间最重要的教学资源。一个老师时间观念怎样分派，立即体现这一老师的教学观。研究的难题性、理论性、参与度和开放式决策了研究学习培训务必有充足的学生自主学习时间，不然便是一句空谈。

2、精心策划教学过程，激起孩子学习的自觉性。孩子学习的自觉性关键取决于教师的激发。在学员清除心理问题后，就必须教师精心策划课堂教学的每个教学过程，设计方案效仿、对话、口、笔尖练习、提出问题，激起学员学英语的兴趣爱好，激话学员的逻辑思维，激发学员的感情，使学员竭尽全力地资金投入英语课堂教学主题活动中。

3、创造力应用教材内容。新教材提倡老师“用教材内容教”，而不是简易地“教教材内容”。教材内容仅仅书面形式的物品，并且所述的信息内容是比较有限的。传统式的课堂教学与新课程教学有非常大的差别，过去的课堂教学仅仅规定解读知识要点，而如今的.新教材注重要正确引导学员学好观查，独立思考，学好怎样学习的工作能力。老师与学员的部位也发生了转变，从老师管理中心转为学生中心；学员的教学方式发生了转变，从单独学习培训转为了小组合作学习；学员的学习的态度发生了转变，从接受学习转为研究式学习培训。

4、要让课堂教学“活”起来，学员“动”起来。怎样能使学员运动起来？（1）激起学员在课堂提前准备环节运动起来。（2）正确引导学员在导进新课环节运动起来。假如老师能提升一些新创意，转换一下方法得话，学员的专注力一定会维持集中化。如能够小比赛、说故事、玩游戏这些。（3）激励学员在训练中运动起来。在英语教学上，让学员充足参加，对学员综合能力的提升有一定协助。在练习中大家不仅要学员动嘴，并且还应让学员动脑筋、动手能力、动小表情、乃至能够把课室作为演出舞台让学员去演出。让学员在栩栩如生、品牌形象、形象化的场景下轻轻松松、开心地把握学过的专业知识。

英文做为与中文彻底不一样的语言表达课程，它有它自身的语汇、视频语音和英语的语法标准。老师以学生英语学习培训为管理中心，扎扎实实搞好教学课堂，让学习培训切实落实。如今很时尚的说法便是以“学员为管理中心”，觉得应把学习培训的主导权交到学员。

本次学习培训为我给予了一个非常好的学习培训机遇，宽阔了我的视线，提高了我的眼界。我发现了本身在课堂教学上存有着很多的存在的不足，做为年轻教师，做为一线英语老师，我觉得肩膀的重担更重了，我一定要多认真学习。将来，我能在教材内容的刻苦钻研上多狠下功夫，在新的课堂教学改革的推动下，变化教育思想更改教学方式，执行真真正正

实际意义的主体作用课堂教学，我能尽可能将学得的专业知识专业技能应用到初中英语教学课堂中。我能继续努力，在之后的教育科研中勇于开拓，擅于剖析，争得变成一名出色的初中英语老师！

高校教师研修总结篇七

时惟九月，序属三秋，会于忻州，参加班主任研修培训。忻州，古称秀容，乃晋北锁钥，省会屏藩，再加之这里风光秀丽，人烟阜盛，物华天宝，人杰地灵。能在这里且游且学，实乃人生一大幸事，更幸运的是聆听了肖盛怀老师“班级管理有效管理的秘籍”的专题讲座。

肖老师衣着朴素，讲话却幽默而不失真诚，言语之间透露出教育者的一种幸福感与成就感。肖老师原来只是个乡村教师，中间有过下海做生意的经历，最后在33岁时又重执教鞭，重回教育行业。经过一番反思以后，肖老师悟到了教师专业发展的方向，开始结识许多教育大家，几十年如一日，勤勤恳恳，边阅读，边实践，又挤时间，坚持撰写教育教学随笔。由此想到冯文良老师所讲的教师专业成长的“三专”：专业阅读，专业写作，专业交往。肖老师成长蜕变离不开几十年的勤学笃行，离不开利用一切可利用时间的专业阅读与写作，更离不开与教育大家及同行们的专业交往。反观自己，心太躁，又患懒癌，年纪轻轻，却病入膏肓，只知闭门造车，不懂专业交往，马齿徒增，空有一身疲倦！

一天的时间里，肖老师结合实践，把自己在班级管理中的有效秘籍都倾囊相授，听的过程中，对我触动最深的不是肖老师的秘籍对我有多少启发，而是肖老师对事业的热爱与刻苦专研的精神。肖老师不放过日常教育工作中的任何一个问题，无论大小，他都带着专研的精神，寻找科学理论的支持，或阅读或交往，边实践，边反思，每一条秘籍背后都浸透着肖老师的心血。反观自己对工作的态度，两个字——应付，活脱脱教师队伍里的南郭先生。背后反映的实质是对工作不热

爱，没有把教育当成一项事业来做。夕阳西下，倦鸟归巢，坐在归家的大巴上，一种三十岁的末世之感袭上心头。

高校教师研修总结篇八

研修教师是指在教育工作中经过培训和学习提高自身专业知识和技能的教师。作为一名研修教师，参加各种研修活动不仅能促进个人的成长，还能提高教学质量，促使学生得到更好的教育。通过不断地参与研修，我不仅积累了丰富的教学经验，还获得了许多宝贵的心得体会，下面我将结合自身经历进行分享。

第二段：主体1

在参加过程中，一次次的研修让我直观地感受到了自身的不足之处。在教学方法上，有时我过于依赖传统的教导式，缺乏激发学生积极性的方法。而这次研修则让我明白，创造性的教学方法不仅能调动学生学习的兴趣，还能培养他们的思维能力和创新意识。因此，我回到课堂后，开始尝试以案例为基础的教学、小组合作学习等方法，并在实践中逐渐取得了有效的成果。

第三段：主体2

在参加各种研修活动的过程中，我还不断地与其他教师进行交流，分享自己的教学经验与困惑，并从他们身上寻找启发和答案。通过与他们的互动，我发现每个教师都有自己独特的教学方法和视角，而倾听他们的意见和想法就是开启学习的大门。尤其是在小组讨论和分享的过程中，我能够接触到不同学科和不同学校的老师，不仅拓宽了自己的知识面，还学会了如何与他人合作和相互学习。

第四段：主体3

参加各种研修活动还让我体会到了专业发展的重要性。作为一名教师，要始终保持学习的状态，接受新知识，跟上时代的步伐。通过研修活动，我了解到了新课改的理念和教育要求，了解到了最新的教学方法和教材。这让我更加有信心和能力去面对不同的教育挑战，也为提升自己的教学能力打下了坚实的基础。

第五段：总结

通过参与各种研修活动，我不仅丰富了自己的教学经验，获得了新的教学方法和理念，还拓宽了自己的交际圈子。研修教师的心得体会让我认识到教育事业是一个不断学习和进步的过程，只有通过不断的学习和接触，我们才能不断提高自身的教学能力，为学生的成长和发展做出更大的贡献。在未来的发展中，我将继续积极参与各种研修活动，不断地学习和探索，为自己的职业道路注入更多的活力和能量。

总结：通过参加各种研修活动，研修教师们不仅能够提升自身的教学能力，还能够不断开拓视野、拓宽交际圈子，为教育事业的发展做出应有的贡献。因此，作为一名教师，参与研修活动是必不可少的，只有不断学习和进步，才能在教育事业中发挥更大的作用。