

最新研修岗位实践心得体会 研修心得体会 (优质19篇)

教学反思是在一段时间内对教学方法和效果进行思考和总结的一种行为，它能帮助教师不断提升自己的教学水平。突破自我：通过这次培训，我学到了很多，下面是我的一些心得和感悟，与大家分享。

研修岗位实践心得体会篇一

我参加了教师全员远程培训，我十分珍惜这次不断完善和提高自我的机会，积极认真地参与了培训的全过程。为我们培训的教师均是国家特级教师、教授、导师等活跃在教育一线的精英才，他们从课堂教学、教学评价、教学技能等方面，为我进行系统的讲解，领略了他们独特的教育风格、先进的教育理论；听着他们的讲座，感觉每一句话都那么贴近我们的数学课堂教学。而老师们的经典评论常常使我感触颇深。这种远程的交流让我明白知识需要积累，经验需要总结。也使我进一步感受到“数学”这门学科所蕴含的魅力，它的内在的实践探索之美真能使学数学课的人逐渐变得更加聪明和深邃。

通过网络研修，让我领略了许多同仁的教学风采及文笔。让我真切地感受到自己在教学上更新观念、提高能力的紧迫性。让我有所收获的同时，更让我深受鼓舞。

社会生活的联系。因此，数学课程的目标不止是让学生获得必要的数学知识、技能，它还应当包括在启迪思维、解决问题、情感与态度等各个方面的发展。强调学生“经历了什么”、“体会到了什么”、“感受到了什么”。让学生愿意接近数学、了解数学、用数学。学会用数学的眼光去认识自己所生活的环境与社会，发展学生克服困难的意志力，建立自信心。

随着教育改革的深入、素质教育理念的确立、新课程的及时推出，社会对教师的教学、教师的角色又有了新的更高的要求，在新时期、新形式下，教师还应当扮演的角色有：

- 1、学生学习的促进者
- 2、学生探究的合作者
- 3、学生发展的引导者
- 4、个性化教学的创新者等。

素质教育强调，教学应面向全体学生，面向学生的全面发展、个性发展，为学生的后续发展、可持续发展提供保障、奠定基础。这就要求教师关心学生、爱护学生、了解每一个学生；了解他们的个性特长，了解他们的兴趣爱好，了解他们的所思所想；知道他们想要什么、不想要什么；帮助他们解决生活中的问题，克服学习上的困难，让他们甩掉思想包袱、消除后顾之忧，把更多的精力用在学习上，以便更好地提高学业成绩；在学生的学习探究活动中，教师常常是以智者长者的身份、以自己的知识和经验、以自己的洞察力和判断力在为学生的探究活动提供指导、提供帮助、提供服务，扮演着指导者和服务者的双重角色。

活动中，教师要了解学生的想法，有针对性的进行引导，并组织学生进行合作与交流，得出有关结论。因此，教师在教学过程中，要注意培养学生学习数学的欲望，培养良好的学习习惯，创设生动有趣的学习情境，结合学生实际进行教学，重视学生的实践活动，关注学生的学习过程，掌握好教材的使用，以此实现学生学习方式上的转变，有助于提高学生的能力。

以上是我的一点反思与收获。总之，在教育这条路上，奋斗的目标还在远方，我还将以此次培训的收获作为一种鼓励，

鼓励着我继续前行。

研修岗位实践心得体会篇二

研修坊是为了提高员工的专业知识和能力而设计的一种培训方式。通过参加研修坊，我有幸能够不断学习新的知识，提升自己的技能。在这次研修坊中，我不仅收获了专业知识，还提升了自己的沟通能力和解决问题的能力。以下是我在研修坊中的心得体会。

第一段：了解研修坊的重要性的目标

在开始参加研修坊前，我对研修坊的概念和目标并不是很清楚。然而，通过研修坊的介绍和培训课程的安排，我对研修坊的重要性有了更深入的了解。研修坊的目标是帮助参与者提升自己的专业知识和技能，以更好地适应和应对工作中的各种挑战。对于我来说，这是一个提高自己的机会，不仅可以学习新的知识，还可以结识更多志同道合的人。

第二段：学习新的知识和技能

研修坊的核心是学习新的知识和技能。在研修坊中，我学到了很多与我所从事的工作相关的知识，这些知识不仅可以帮助我更好地理解工作内容，还能够提高我的工作效率和质量。除了专业知识，研修坊还创设了不同的实际操作环境，让我能够亲身体验，并学习到解决问题的方法和技巧。

第三段：提升沟通能力

在研修坊中，我深刻意识到沟通的重要性。无论是与培训师的互动，还是与其他参与者的交流，都需要良好的沟通能力。通过与其他参与者的讨论和合作，我学到了如何更好地表达自己的观点，以及如何倾听他人的意见。这不仅对于参与研修坊时的合作非常有用，而且对于工作中的团队合作也起到

了积极的促进作用。

第四段：锻炼解决问题的能力

在研修坊中，我们经常会遇到各种挑战和问题，这需要我们能够快速准确地分析和解决。通过在研修坊中的反复练习，我逐渐培养起了解决问题的能力。我学会了如何面对问题，如何针对问题制定解决方案，并将其应用于实际操作中。这些训练不仅增加了我的思维灵活性和应变能力，还提高了我的解决问题的效率和水平。

第五段：总结和展望

通过参加研修坊，我不仅学到了很多新的知识和技能，还提升了自己的沟通能力和解决问题的能力。研修坊为我提供了一个成长的平台，使我能够不断学习和提升自己。未来，我将会继续参加更多的研修坊，不断提高自己的专业素质和能力。我相信，通过不断学习和成长，我将能够在工作中取得更好的成绩，并为公司的发展做出更大的贡献。

以上就是我参加研修坊的心得体会。通过研修坊的学习和培训，我对工作有了更深刻的理解，提升了自己的能力。我相信这些收获将对我的职业生涯产生积极的影响，并助力我在职场中取得更大的成功。

研修岗位实践心得体会篇三

研修是一种学习与培训相结合的方式，通过参加研修，可以为工作带来新的思路和方法。近期，我参加了一场关于创新管理的研修，这次研修让我受益匪浅。在这篇文章里，我将分享我的心得体会。

第二段：认知变化

在研修中，我学习到了一些新的管理模式和思维方式。这些新的知识和方法使我对管理工作有了全新的认识，改变了我的管理思路。在过去，我习惯于按部就班地执行工作，但是在本次研修中，我学会了把握机会，采取行动，从而更好地实现工作目标。

第三段：技能提升

通过这次研修，我不仅增长了知识面，还提升了自己的技能。比如，在研修中我学会了如何组织团队和制定计划，这些技能使我更懂得如何协调团队合作，更有效地实现工作目标。

第四段：认识差距

在研修中，我发现自己的管理水平和其他人存在一定的差距。这让我开始思考：尽管我在工作中有着丰富的经验和知识，但是仍然有许多需要提高的地方。因此，我开始思考如何改进自己的管理能力，从而更好地帮助公司实现发展目标。

第五段：总结

总的来说，这次研修对我来说是一次非常有意义的学习和锻炼机会。通过这次研修，我学会了许多新的知识和技能，并且认识到自己与其他人的差距，这给我带来了新的思考和行动。我相信，这些改变可以让我更好地为公司服务，更好地实现自己的职业发展目标。

研修岗位实践心得体会篇四

这次研修学习，分为两种形式：一是线下集中培训，主要让学员们面对面互相交流、观摩、评价、讨论等；二是线上研修，有研修课程、研修活动、研修沙龙等。我在与大家一起学习、一起探讨、交流、碰撞……共同走过了一段难忘的心路历程。我从中学习到了很多，也收获了很多。我克服工作

与学习的矛盾，充分利用一切可以利用的时间进行学习，在专家认真详细的视频讲解下，我受益良多。随着研修学习逐渐进入尾声，我不免有些感慨，并对这次的学习进行了回顾和总结，感悟如下：

三次线下集中培训学习，让我发现教育是需要远见卓识的。在本次培训中，几位老师的讲座，阐述了他（她）们对数学教学的独特见解，对新课程的各种看法，并向我们介绍了比较前沿的教育理论知识，以及如何开展课例研究。线上从各位专家的亲身体验，从国内教育到国外理念，让我犹如呼吸到清新的空气，为之振奋。我努力把学习的理论知识转化为实践动能，使之有效地指导平时的数学教育教学工作。在三次线下培训过程中，我把与老师交流得到的感悟在平常教学中进行跟进，用新的设计理念指导我的数学教学，使我从有力变得更加有心。

在这次研修学习，很多的活动我都积极参与了。我最看重也最为用心的是研修沙龙中培训活动主题：初中数学新知识版块起始课的深度教学研讨。通过这个研讨，我认识到了新教学教法和设计的新理念。研讨之后紧接着是第三次线下集中培训，主要活动是磨课。听课之后就是评课，轮流上台就每一节课的不同方面进行评价。同时聆听了其他老师们的精彩示范课，更有以下感受：一节课要想上好，要创新、要清晰、要灵活、更要贴近生活（社会）。教师的教法新颖，学生也才会更有创新意识，学生的兴趣也会更浓厚。教学思路、目标、过程清晰，取决于老师的基本功，基本功扎实，课前要准备充分，理清教学脉络。教学过程可以做到分层教学、主题教学、自主探究式、分组协作等方式。学生的兴趣爱好广泛，当我们俯下身来，去了解他们的生活、学习，从中取材，与自己的教学有效结合起来，这将大大有益于教学。

本次研修，无论线上线下，我都在认真地学习、认真地写心得，写自己的心中所感。当自己真正在本职工作有所作为时，也就真正实现了自己人生的价值，我会一直努力！在以后的

教学中，我要做的是：及时自我反思，从以往的'实践中总结经验得失。不断学习、多与他人交流沟通。他人直言不讳的意见与建议可能是发现自己不足有效途径。要听真言，要会听真言。

研修岗位实践心得体会篇五

研修是提高自身能力的重要方式，它可以帮助我们不断地优化自己，提高自我价值。在研修中，不仅能够提升自己的技能水平，还能够进一步完善自己的人格魅力。因此，我们需要不断地参加各种研修，从中不断学习、反思与成长。

第二段：研修前期准备

在参加研修之前，我们需要了解研修内容、研修地点、时间安排等相关信息，并做好相应的准备，例如准备笔记本、记事本、笔等物品。在准备过程中，我们还应该明确自己的学习目标，制定个人学习计划，以便更加有效地梳理知识点和思想。

第三段：研修中的体验

在研修中，我们需要积极参与各种活动，争取获得更多的学习体验。此外，我们还应该与其他学员交流、讨论，从他们身上学习更多知识和经验。同时，我们也要不断地反思自己，总结自己的不足，并思考如何改进。

第四段：研修后的感触

研修结束后，我们需要认真总结自己的收获，深入分析自己的优点和缺点，进一步挖掘自身潜力。同时，我们还应该及时应用所学知识，将其转化为实际的能力，为自己的工作和生活带来实际的改变和提升。

第五段：结论

总之，研修是提高自身能力的重要方式，它不仅可以提高自己的技能水平，还可以进一步完善自己的人格魅力。在研修过程中，我们要做好预备工作，积极参与各种活动，与他人交流、讨论，不断反思自己，总结自己的经验和收获。在研修结束后，我们要认真总结所学，将其转化为实际的能力，为自己的工作和生活带来实际的改变和提升。

研修岗位实践心得体会篇六

这次的研修培训学习让我如沐春雨，使我明白了许多：学生学习应该是有意义的、有动力的、有效的学习，应该是会学、会用的学习，总体来讲应该是真正能够促进学生发展的学习；教师的成长离不开自身的素养，人格的魅力，离不开广博的知识，离不开把握、驾驭课堂的能力，离不开民主、开放的管理能力，离不开探索、研究的精神；教师要促进学生学习、自身成长就要始终以学生为本，以学生的发展为己任，以爱为动力，以课堂教学为主阵地，不然就会走偏，难以实现教育的真正目的。

总之，通过这次培训学习我有不少的收获及提高：

- 1、思想有了较大转变
- 2、教育观念得到更新
- 3、教育教学理论掌握得更为系统

这样的培训非常及时，平时忙于教学，很少有机会静下心来读书，来到这里一下子听了那么多课，记了厚厚的笔记，回去慢慢消化。使我们对教育教学的理论与方法掌握得更加系统，使我感到比原来站得高了，看得远了，有一种“天更蓝、地更绿、水更清”的感觉。使我对一些教育观念的理解更加

深刻；对教学理论的认识更加清晰；对开展教研活动的方式更加明确；对投身教育改革的激情更加充沛。培训使我补了元气、添了灵气、去了骄气，焕发出无限生机。

4、合作学习、共同成长

5、师生相互交流，结下深厚友谊

总之，这一次培训使我的意志品质得到了一次很好的历练，使我在这短暂的学习中获得了一笔精神财富。

研修岗位实践心得体会篇七

最近，我参加了一次关于研修坊的培训活动，这是我第一次参加这样的活动，给我留下了非常深刻的印象。在这次研修坊中，我学到了许多有关自我提升和团队合作的知识和技巧。在此，我将分享我在这次研修坊中的所见所闻和我的心得体会。

第二段：个人成长

在这次研修坊中，我学到了许多关于个人发展和成长的重要原则。通过与其他参与者的交流和互动，我意识到自己对于个人成长的重要性和必要性。而且，我收获了一些有关个人发展的实用技巧，如目标设定、时间管理和自我激励等。这些技巧让我意识到只有不断地学习和提升自己，我们才能在职场和生活中取得更大的成功。

第三段：团队合作

研修坊中，我们进行了一系列的团队合作活动。通过这些活动，我深刻体会到团队合作是一项非常重要的能力。在团队中，每个人都有自己的优势和不足，我们需要学会相互倾听、尊重和配合。只有通过团队合作，我们才能更好地实现共同

的目标。研修坊中的团队合作让我懂得了，只有通过相互合作和协调，我们才能发挥个人潜力的最大化。

第四段：沟通技巧

在这次研修坊中，我还学习了许多有关沟通技巧的重要性。沟通是人际交往的重要环节，它能够促进团队合作和有效的工作。通过学习和模拟一些沟通场景，我了解到保持清晰、明确的沟通对于摆脱误解和提高工作效率非常重要。同时，我也明白到倾听和换位思考对于解决冲突和建立良好关系也至关重要。学会有效的沟通技巧，能够提升我们在工作和生活中的沟通能力，与他人更好地合作。

第五段：总结与展望

通过参加这次研修坊，我获得了许多宝贵的知识和经验，这对于我的个人成长和职业发展都起到了积极的作用。我相信这些学到的知识和技巧将在我的日常生活和工作中产生实际的影响。因此，我打算将这些学到的东西运用到实际中去，提升自己的能力，并帮助团队取得更好的成绩。同时，我也希望将这些知识和经验分享给身边的人，让他们也从中受益。我相信，通过不断地学习和成长，我们可以变得更加卓越，迎接未来的挑战。

在这次研修坊中，我不仅获得了有关个人成长、团队合作和沟通技巧的知识，更重要的是，我对于自己的发展有了更深刻的认识和思考。我相信，通过不断地学习和积累经验，我们每个人都能够不断地提高自己，取得更大的成功。这次研修坊给我带来了许多启示和改变，我相信这将是人生道路上的一个重要的转折点。

研修岗位实践心得体会篇八

初中物理是学生望而生畏的学科，对于普通初中的学生来说

它更是“老大难”。作为一名普通学校的初中教师，更感教学中困难重重。有来自教学条件方面的，更多的是来自学生自身素质方面的。那么，如何完成初中物理教学任务，使学生的各种能力得到提高?我结合着自己的教学总结了以下几点，与同行们共勉。

1、做好初中物理知识衔接，化解学习难点。

刚从初一升上初二的学生普遍不能一下子适应过来，如何搞好初中物理教学的衔接，降低初二物理学习台阶;如何使学生尽快适应初中物理教学特点，渡过学习物理的难关，就要求我们老师注意新旧知识的同化与顺应。教学中应明确初中物理知识的结合部分，以小学自然课基础为平台由浅入深、潜移默化。如在《电荷》的教学中，自然教材有过一定的研究，在教学中应注意利用这一基础，这样既能加深知识的理解，又能培养学生的兴趣。即：知道初一学生学过哪些知识，掌握到什么水平以及获取这些知识的途径，在此基础上根据初中物理教材和学生状况分析、研究初二教学难点。知识和新的方法来调整、替代原有的认知结构。其次是加强直观教学，确保学生听懂、能学。

2、设置合理的教学层次、实施适当的教学方法

为保护学生物理学习的积极性，使学生树立起学好物理的信心。我们应经常钻研如何降低“台阶”，改进教学方法，激发学生的创造性思维，是新课改势在必行的原因。教师的首要任务在于营造生动活泼的教学气氛，使学生形成探求创新的心理愿望和性格特征，教师在备课时首先要考虑为学生创设与教材内容有关的探索情境，要精心设计物理概念和规律的形成过程和应用过程，形成“参与—体验—内化—外延”的“科学探究”物理课堂教学模式。

3、转变教师角色，培养创新能力：

首先，应该突出学生的主体性：学生是学习的主体，成功的教学只有通过学生自己的学习活动才能实现。课堂教学过程要“以学论教”。培养学生的学习兴趣是促成初中物理课堂有效教学的关键。一节课的效果如何应当首先关注学生有没有兴趣学，学得怎样。孔子曰：“知之者不如好之者，好之者不如乐之者”。兴趣是学习中最活跃的因素，具有强烈的积极情绪色彩，是激发学生学习的内在“激素”。教学中要为学生创设自由讨论的场合，创设听取意见的氛围。调动学生的学习积极性和主动性，使学生敢想、敢说、敢问、敢做，勇于、乐于展现自我，保证自主探究活动顺利高效进行。学生参与课堂教学的积极性，参与的深度与广度，将直接影响你的课堂教学的效果。

其次，强调合作性：小组合作学习是一种有效的教学方法。是让学生在小组活动中通过共同的学习，讨论，研究，使每个学生的学习活动达到一定的目标。合作学习是当前课改的主流，而探究式教学也非常需要学生以小组合作的形式参与学习。在这里我特别强调师生合作不可小视。

综上所述，初中物理教材的每一次改进都是与时代发展、社会对人才的需要相适应的。现正在试行的新教材可以说它代表着现代教学改革的最前沿，显著的特点是以生产和生活为背景提出问题，以体验探究作为过程掌握物理规律，以学习科学的方法为手段培养能力，学习的知识是掌握科学的方法的载体。我们中学教师要能尽快适应新教材教学，充分发挥新教材的优越性，必须加强终身学习的意识，更新知识结构、改变教学观念，学习现代教学技术和现代教育理论，同时在教学中要坚持实事求是的原则，从实际出发，分析初中教材的衔接和可能存在的台阶，探究合理的教学手段；根据学生的认知心理探索优化物理知识的教学方法，坚持以学生发展为本，培养创新能力；坚持以体验、互动为主的教学方式，优化教学过程，一定能促进每个学生的最优化发展。

研修岗位实践心得体会篇九

通过这一段的学习，我对新课程有了全新的认识，浅谈一下自己的一点儿心得：

实施现代远程教育的教师不仅是照亮别人的“蜡烛”，更是不断充电的“长明灯”。在新课程改革的今天，我们利用现代教育资源，摆正了新课程背景下的教师形象，教师不再只是课程的执行者，而且还是课程的建设者、开发者、创造者，改变了传统的授业、解惑的角色。

心得体会。

通过学习，首先使我认识到了自己的教学水平距离名优教师还有很大差别。我虽然教过不同的年级，对所教教材有了一个初步的了解，但体会尚浅。因此在以后执教的过程中着重加强了教材的分析，利用所学理论去备课、备学生，去认真讲课，去研究课型，逐步在课堂教学中取得好的效果，使学生在课堂四十分钟能充分接收新的信息，减少课业负担，多一些时间去体会，多一些时间发展其他方面的素质。

有句古话说得好：“学而无友，孤陋寡闻”。在学习过程中多方交流，互通有无也是一种很好的学习方式。远程网络教育为学生提供了多种网上交流的方式，除了自学之外，尽可以与同学、教师之间沟通，获得关心、支持和鼓励。多与同学交流学习心得和体会，互相鼓舞学习信心，学习他人的成功经验，消除不良心理影响，有助于激发学习动机，增强学习信心。

通过远程教育的培训使我如沐春风，受益匪浅。在这里，我得到的不仅仅是知识，更重要的是一种理念，一种带着现代技术投身于教育事业的信念，它会永远指引着我们去探索，前进。远程研修不是敷衍、搪塞他人的被动学习。我将以饱满的激情，积极参与到本次的远程研修活动中！

研修岗位实践心得体会篇十

第一段：导入，介绍研修坊的背景和目的（200字）

在现代社会，知识更新速度快、技术变化频繁，不断学习成为了保持竞争力的前提。为了提高专业素养和应对新的挑战，我参加了一场名为“研修坊”的培训活动。研修坊旨在为参与者提供一个学习与交流的平台，共同探讨问题、分享经验，并通过活动的实践环节提高自身能力。

第二段：分享具体的研修内容和亮点（300字）

在研修坊的课程设置中，涵盖了广泛的主题，包括领导力、团队合作、沟通技巧等。这些内容都是我们在职场中必须具备的基本素养。通过研修坊，我深入了解了如何制定明确的目标，并从长远的角度思考问题。而参与互动讨论与小组合作的环节中，我学会了倾听他人的观点、及时反馈，发挥团队的智慧，从而更好地完成共同的任务。

第三段：总结学习成果和收获（300字）

通过研修坊的学习，我不仅获得了新的知识，更重要的是培养了批判性思维和问题解决能力。在课堂上，我学会了用理性和客观的眼光分析问题，了解多个方面的观点，减少主观偏见的干扰。同时，在小组合作的过程中，我尝试了不同的角色和沟通风格，锻炼了我的团队协作能力和社交技巧。这些学习成果不仅在职场中有所应用，也对我的个人生活有着积极的影响。

第四段：分析研修坊的不足与改进（300字）

虽然研修坊在提供知识和实操环节方面取得了良好的效果，但在某些方面仍有改进的空间。首先，培训活动的过于紧凑，有时不够深入地讨论问题。其次，有些内容针对不同

参与者的需要不够个性化。为了进一步提高研修坊的效果，我建议增加更多案例分析和实例分享，以便理论与实践更好地结合；同时，提供个性化的学习方案，以满足每个参与者的特殊需求。

第五段：总结体会并展望未来（200字）

通过参与研修坊，我深刻体会到终身学习的重要性，并获得了不断进步和成长的动力。研修坊不仅丰富了我的知识储备，还培养了我的思考和合作能力。接下来，我会将这些学习成果应用于实践中，不断提升自己，并分享给身边的人。期待未来，我也会积极参与更多的培训和交流活动，不断拓宽自己的视野，为个人与职业发展打下坚实的基础。

通过参加研修坊，我收获了知识、技能和人际网络等多方面的成果。尽管研修坊存在一些不足之处，但总体而言，它为我的个人成长和职业发展带来了积极影响。重要的是，我已经认识到学习不仅仅是在课堂上获取知识，而是一个持续的过程，需要持续地自我反思和提升。在今后的学习和发展中，我将继续运用研修坊所教授的方法和理念，不断追求进步并与他人分享。

研修岗位实践心得体会篇十一

研修是一种提升自身技能和知识的途径，也是一个培养修养和提升思想境界的机会。通过参加研修，我能够更新自己的知识，了解最新的动态，拓宽自己的眼界。而且，研修还可以提供与他人交流的平台，让我们互相学习、互相启迪。下面，我将分享一次我参加的研修的体会。

首先，研修让我加深了对专业知识的理解和掌握。在研修中，我们有幸邀请到了行业内的专家和学者，他们分享了他们的研究成果和实践经验。通过倾听他们的演讲和参与他们的讨论，我深刻地意识到自己在某些方面的知识和触角有限。在

与他们的交流中，我学到了许多新的理论和方法，这使我对自己的专业有了更全面的认识和理解。同时，研修还提供了一些实践的机会，让我在实际操作中加深了对专业知识的理解和把握。

其次，研修还让我认识到了自己的不足之处。在与其他参与者交流的过程中，我发现自己在某些方面的薄弱环节。有时候，我在表达自己的观点和思想时存在一些问题，虽然我有很多想法，但是很难用清晰和准确的语言表达出来。通过与其他参与者的沟通和交流，我发现他们有时可以非常准确地表达自己的观点，甚至可以用简洁而有力的语言准确地传达自己的意思。这让我深感自己在表达能力和语言运用上还有不小的差距，我需要更加努力地提高自己的能力。

此外，研修还提供了一个与其他学员互动学习的平台。在研修中，我结识了来自不同背景和不同领域的学员，我们一起参与讨论、分享经验。通过与他们的交流，我不仅学到了很多新的知识和经验，还拓宽了自己的眼界。有时候，他们的观点和思维方式与我截然不同，这让我思考问题的角度和方法有了新的思路。在与他们的互动中，我也感受到了团队合作的重要性，只有相互尊重和包容，才能够更好地合作和取得更好的成果。

最后，研修还帮助我提高了自己的修养和思想境界。在研修中，我们不仅学习了专业知识，还进行了一些思辨和人文方面的讨论。通过这些讨论，我开始思考一些更加深刻的问题，例如社会负责的意义、人与自然的关系等等。这些问题让我对人生和社会有了更深刻的思考，也让我提高了自己的修养和思考能力。此外，研修还提供了一些修身养性的机会，例如冥想和瑜伽等活动。这些活动让我更加关注自身的内心和感受，能够更好地调整自己的状态和心态。

总而言之，研修是一次很有收获的经历。通过参加研修，我不仅加深了对专业知识的理解和掌握，也认识到了自己的不

足之处。与其他参与者的互动和交流，让我拓宽了自己的眼界，学到了许多新的知识和经验。同时，研修还帮助我提高了自己的修养和思想境界。我相信，这次研修的经历将对我的未来发展产生积极的影响，并对我终身学习的态度产生持久的激励。

研修岗位实践心得体会篇十二

试卷评讲课是各科教学的一种重要课型，其根本目的是纠正错误、分析得失，巩固提高。但是实际操作的过程很容易出现几种误区，如只核对答案而不进行评讲的形式，逐题评讲或者只讲解教师认为典型的几个题等，这样做学生的收获只是会解一道题，不能旁通一类题。

今天听了四中生物学科带头人迟乐园老师的一节精彩的试卷讲评课，他的教学流程如下：

- 1、宣布考试基本情况。在课开始先向学生简要介绍这次测试的基本情况。即最高分是多少，优秀率为多少，及格率为多少，各分数段的人数，以及分数折合后在高考中真实有效分数，这样做既可以避免个别学生骄傲自满又可以让有高考意识。

- 2、点名表扬进步幅度最大的学生，鼓励暂时成绩还不太理想的后进生继续努力。幻灯片展示卷面较优秀的学生和分数较高但卷面还有待改进的同学的答题卡。

- 3、针对错误率较高的题进行评讲。并非面面俱到，但迟老师是清楚地了解了学生试卷中存在的最突出、最主要的问题后，针对性解疑纠错和查漏补缺。老师把存在问题摆出来，让做错的学生说出他的思路，然后由做对的同学说出正确思路，这样学生印象会更深刻，不易忘记。

- 4、及时训练，巩固提升。迟老师根据试卷中所出现的一些问

题又设计了一些针对练习，以便及时巩固与提高。只有这样，试卷评讲课才能收到良好的效果。

研修岗位实践心得体会篇十三

教师，是传播知识的人，是社会发展的“中介人”，是人类礼貌继往开来的继承者和传播者。他们培养着一代又一代现代社会的主人翁，其在社会发展中的作用是毋庸置疑的，他们所承担的社会职责也是很大的。

在信息爆炸、知识爆炸的时代背景下，教师这项工作也赋予了更丰富的内涵。教师工作既有着传统性、继承性，也有其创造性。

教师要学习历史沉淀的知识，但仅仅如此，是远远不够的，因为知识在不断的更新，学生个体也在不断发生变化，所以教师更要不断更新自我的知识，以适应不断变化的学生和社会的需要。

所以，随着社会的变迁，教师必须要有终身学习的观念，并付之于实践中。我经过暑期的师德师风学习中，体会到教师应具有以下几种主角：

一、博物学家

教师要有精深的本专业知识。“要给学生一杯水，自我要有一桶水。”中国一向就很重视教师的专业技能，师范大学按学科来分系就充分体现了这一点。教师必须精通所教学科的基础知识，熟悉学科的基本结构和各部分之间的内在联系，了解学科的发展动向和最新研究成果。

教师有了宽厚的知识，才能透彻的理解教材，灵活的处理教材，准确的教授教材。同时，时代的发展对教师渊博的知识提出了新的要求。

-教师不但要有本专业精神而博大的知识，还应有更为广泛的文化修养，这是因为，各学科的知识联系日益紧密，自然科学与社会科学之间不再有鲜明或者绝对的界限。

很多时候，缺乏一方面的知识会限制另一方面知识的理解和深入，比如，物理知识的缺乏就会限制语文或外语教师对科普文章的理解。

其次，教育的对象也不再是过去的“单纯”“天真”的年轻一代，他们经过现代化的各种信息渠道了解到许多新知识，他们往往能提出许多形形色色，五花八门的问题，而这时若教师的知识较为狭窄，就会有碍于其“高大”形象的树立。知识在不断的更新，所以教师还应像海绵一样不断地汲取知识，不断地拓展自我的知识面。

二、心理学家和艺术家

有人认为教师所掌握的学科知识越丰富，越全面，越系统，专业素养就越高，教学就越好。这其实是另一种对教师工作的较狭隘的看法。在现实生活中，我们经常碰到这样的教师，知识渊博，学富五车，对专业知识的精深的了解令人叹为观止，但可能这样的教师却并不受学生的欢迎，经常是，教师只管自我授课，学生只管自我玩乐。

这是为何?因为这一类教师无法将自我所掌握的精深的专业知识形象地传授给学生。所以教师还必须了解学生的兴趣、心理、思维方式等方面的知识，仅有这样才能构成师生间的有效互动。新世纪的教师必须具有必须的教育科学(教育学，心理学，教学法等)的知识，具有将所掌握的教育理论转变成教育教学的实际本事。

北京师范大学最新的改革一“4+2”就充分研究到了这一点，所谓“4+2”就是4年本科专业知识教育加2年的教育管理的学习。这样，既巩固了专业的知识，同时又学到了许多教育心

理及教育艺术等必不可少的知识。

因为教师并不是被动理解和贮存他人知识的容器，而应是一个个鲜活的生命个体和创造主体；真正制约影响教师行为的不是外显的理论，明确的知识，外显的理论和明确的知识仅有内化为教师的信念时，才能真正对教师的教育行为产生影响；外界他人或古人的研究成果仅有与特定的教育情景相吻合，进而发展成具体的教育学策略时，才能对教师的教学起作用。而这一切都离不开教师个体的理解力，领悟力和创造力。

所以，在新世纪要想成为优秀的中小学教师，还应具有较强的悟性，表现力和创造性。有教育知识而无表达本事的教师在新世纪中只能是不合格的教师。

三、实践者和研究者

这种科研本事涉及教育教学的方方面面，包括研究教学对象学生的本事，研究和处理教材的本事，选择和运用教育教学原则及方法的本事，组织管理本事和语言表达本事等等。教师作为研究者有一个鲜明的特点，即具有鲜明的实践性。

教师的研究主要是在实践的基础上，对学生，教材的不断观察，思考和研究，构成具有自我独特思想和特色的理论，这种从实践中来的理论能很好地对今后的实践和他人的实践供给很好的指导作用。

简言之，教师的科研成果来源于实践，同时又为实践服务。所以，教师同时扮演者实践者和理论者这两种主角，在扮演“研究员”这一主角时要避免为理论而理论的倾向，应牢记一条原则，教师的研究行为的一个优越性和目的就是为实践服务。所以，新世纪的教师不仅仅是一个教书匠，还要努力成为具有实践基础的教育家。

四、哲学家

大部分在教学第一线的教师都在自觉或不自觉地进行着反思，但仅此是不够的，反思要成为教师自我的一种生活方式和资料，要成为一种习惯。反思的资料是很宽泛的，包括：对他人的教学的反思，从中能够吸取经验和教训，同时要与自身的教学相比较，扬长避短。

这一点对刚踏进教师这一行业的新教师而言，更为重要；要从教学技术，教学策略和手段上进行反思，要思考怎样最大限度地將所拥有的知识传授给学生。同时也要反思教学理论和道德，教学目标和价值，使教师真正实现教书育人两方面的职责和义务，此刻很多教师都忽略了“育人”这一职责。

其实，从某种角度来讲，要学生学会做人比单纯传授给他们知识更重要。在此，还要对教学过程本身进行反思，要反思教学所依靠的社会背景，因为有时候，同一知识点在不一样的背景下，会有不一样的理解，仅有这样才能对教学过程更为有效，更为准确，更为全面地反思。相信教师仅有在不断反思中才能不断取得提高。

新的时代呼唤新的教师形象的出现，-的教师正面临着新的机遇和挑战，他们也承受着比前辈更大的压力。他们要同时成为博物学家，艺术家，研究者及哲学家，同时要发挥自我的强项，构成自身的教学的特点。

所以，他们必须融入这个终身学习的社会中，时刻以新的知识、新的技能、新的观念武装自我，仅有这样，才能成为一个受学生喜爱、受家长欢迎、受社会尊重的合格的-教师。

研修岗位实践心得体会篇十四

研修是一种提升自我的过程，它不仅能够丰富我们的知识，提高我们的技能，还能够改变我们的思维方式和态度。在过去的研修中，我获得了很多宝贵的经验和体会，下面我将结合我个人的经历，谈谈我对研修修心的体会。

首先，研修能够帮助我们拓宽视野。在一次国内的研修活动中，我有幸结识了一位从事国际贸易的专家。通过与他交流，我深刻地认识到国际贸易在全球化背景下的重要性。他给我讲述了他在海外贸易中的经验和故事，让我对国际贸易的运作机制有了更加深入的理解。通过这次交流，我不仅扩大了自己的知识面，也开拓了自己的视野，对未来的发展有了更清晰的规划。

其次，研修能够提高我们的专业能力。一次关于人力资源管理的研修，让我领悟到了管理不仅仅是控制，还需要有良好的沟通和团队合作能力。在研修中，我学习了团队合作的重要性，以及如何更好地与同事沟通和合作。通过小组讨论、角色扮演等活动，我更加清楚地认识到了不同个体的优势和特长，学会了如何利用团队资源来实现团队目标。这次研修让我意识到，只有通过与他人合作，才能够更好地完成工作，实现个人和团队的发展。

此外，研修还能够增强我们的学习能力。在一次专门针对学习方法的研修中，我发现了自己学习的短板，并学到了一些提高学习效果的方法。在研修中，老师向我们介绍了各种学习方法，并提供了一些学习技巧和工具。通过这次研修，我学会了如何制定学习计划，如何提高记忆力和理解能力，如何有效地阅读和总结。这些学习方法和技巧对我在之后的学习中有了明显的提升，让我更加高效地掌握新知识和技能。

最后，研修对于我们的个人成长具有重要的推动作用。在一次领导力培训研修中，我认识到要成为一名合格的领导者，不仅需要具备专业知识和技能，还需要有高尚的品德和良好的个人素质。研修中，我们通过案例分析、角色扮演等形式，学习了有效的领导力技巧和方法。同时，老师还强调了领导者应具备的品德和态度，如诚信、团结、责任心等等。这次研修让我明白，领导力不仅仅是管理能力的体现，更是一种责任和担当的体现，需要不断地学习和实践。

综上所述，研修修心得体会，不仅能够拓宽我们的视野，提高我们的专业能力，增强我们的学习能力，还能够推动我们的个人成长。通过研修，我们可以与各行各业的专家进行交流，学习他们的经验和教训；我们可以学习到各种各样的知识和技能，提高自己的工作能力；我们可以学会更高效的学习方法，不断提升自己的学习能力；我们可以认识到领导力的重要性，并学习成为一名合格的领导者。因此，只要抓住机会，不断地学习和实践，我们一定能够不断进步，成为更好的自己。

研修岗位实践心得体会篇十五

研修修心是现代社会中一种重要的发展趋势。研修过程是人们提升自我能力和素质的途径之一。我参加了一次为期三天的研修班，心得体会颇多。在这篇文章中，将会分享我参加研修班的经历以及对修身的体验和感悟。

第二段：认识自己

通过研修班，我开始关注自己的内在世界。在研修班上，我们学习了如何正确认识自己的价值观和人生目标。通过思考自己的优势和缺点，我明白了自己需要努力改进的方面，也意识到了自己潜在的潜力。通过这种自我反思和认识，我更清楚了自己的定位和未来发展方向。只有真正了解自己，才能走向成功。

第三段：修身心体验

研修班中，修身成为了一项重要的主题。我们学习了如何培养内心的平静和内在的力量。通过冥想和集中注意力的训练，我学会了将心静下来，用更客观的态度看待自己和他人。研修班还教授了一些修身的方法，如锻炼身体、保持健康的饮食习惯和精神层面的修复。通过这些方法，我逐渐感觉到自己的身体和心灵得到了协调和平衡。修身使我们更加健康、

自信和乐观地面对生活的挑战。

第四段：修心感悟

修心是研修班中最为重要的一部分。我们学习了如何放下过去的困扰和烦恼，如何面对困难和挫折。班上的老师教给我们如何用宽容和包容的心态对待他人，如何培养善良和友爱的情感。在研修班的陪伴下，我逐渐明白了修心的重要性。通过学习和实践，我开始了解到善行和善念的力量。修心让我更加善解人意、懂得尊重他人和积极面对生活中的各种情况。

第五段：研修班的收获和建议

通过这次研修班，我不仅深入了解了自己，还学会了修身和修心的方法。通过这种研修经历，我真正感受到了内心的改变和提升。我建议更多的人参加研修班，通过学习和实践，不断提升自己的修身修心能力。这不仅能让我们更好地面对挑战，还能使我们成为更好的人。

总结段：收尾

通过研修修心的体验，我深刻认识到修身修心对一个人的发展和成长的重要性。在现代高速发展的社会中，我们需要保持内心的宁静和力量来应对各种压力和挑战。只有通过不断的学习和实践，我们才能更好地提升自己的修身修心能力，迎接生活的种种挑战。希望我们每个人都能从中收获并不断成长。

研修岗位实践心得体会篇十六

“研修心得体会”作为一个话题，它与每一个从事学习和工作的人都息息相关。研修是我们不断提高自己水平的一种方式，它能够帮助我们掌握新知识，提高能力和技巧，进而推

动个人职业生涯的发展。在一次次研修中，我们也时常体会到不同的心得和感悟，这些心得和感悟是通向成功之路上不可或缺的一部分。

第二段：研修中的体验

在研修中，我们经常会遇到新的挑战和学习内容。这些学习内容往往超出我们曾经的经验和知识范围，因此我们需要加倍努力来掌握。在这个过程中，我们需要克服自己的惰性和不安，积极投入学习中，充分利用研修的时间和资源来提升自己。通过这种积极参与的方式，我们能够更深刻地理解研修内容，提高自己的技能和能力。

第三段：反思与总结

在研修的过程中，不仅需要学习吸收新知识，也需要反思自己的学习过程和成长历程。通过反思，我们能够认识到自己存在的弱点和需要弥补的知识和技能，为自己的进一步发展指明方向。同时，我们也需要及时总结自己的学习成果，把握自己的优缺点和不足之处，提高学习效能和水平。

第四段：研修对职业发展的影响

研修不仅能够帮助我们在学术上的提高，也能对我们的职业发展带来积极的影响。通过研修，我们能够更加适应职场的困境和挑战，提高自己的企业和团队领导能力，增强自己的竞争力。不仅如此，在研修中我们还能认识业内的专家和同行，建立起人际关系网，为以后的职业发展提供更多机会。

第五段：结语

总之，研修心得体会是一个十分重要的话题，这关乎到一个人是否能够成功地完成自己的学业和职业。在研修中，我们要始终保持积极的学习态度，注重反思和总结，积极投身于

职业发展之中，才能在职场竞争中立于不败之地。

研修岗位实践心得体会篇十七

20xx年x月x日，我有幸参加了远程教育研修，第一天的研修学习活动，感到既有辛苦，又有收获。既有付出，又有新所得。这次远程研修让我有幸与专家和各地的数学精英们交流，面对每次探讨的主题，大家畅所欲言，各抒己见，浓浓的学习氛围不言而露，尽管不曾谋面，但远程研修拉近了我们的距离。全面提升了自己的基本素质，和业务综合能力，对于今后的发展起到了积极的促进作用。现在就把我个人网络研修学习活动主要收获总结如下：

我积极投身网络研修的学习当中，切实做到了三个“自觉”：自觉参加上级组织的网络学习培训，自觉参加讨论，自觉上交作业。通过研修，使我明确了现代教育的本质，明确课改对于教师提出了什么样的素质要求。我通过深入学习，从而明确了作为一名教师必须不断的提高自己，充实自己，具有丰富的知识含量，扎实的教学基本功，否则就要被时代所淘汰，增强了自身学习的紧迫性，危机感和责任感，树立了“以学生发展为本”的教育思想，不断进行教学观念的更新，教学行为和学生的学习方式也有了根本性的改变。

在研修中有大量的案例，深入浅出的阐明了理论，通过与专家，学员的在线互动交流，专家的真知灼见与精辟见解，以及同行的精彩点评，交流与感悟也让我意想不到的收获，专家的讲座，每一专题的各个观点及案例，很好地解决了我们在教学过程中一些感到束手无策的问题，也得到了很好借鉴和启迪。对自己以前的教学有了一次彻底的反思。研修中，我还阅读了大量的先进材料和记录了一些先进的理论与方法，并把这些科学的理论与方法应用于教学实践中，取得较好的教学效果。

在教学中，我不断思量自己在工作中的不足努力提高自己的

业务水平，继续向优秀骨干教师学习，向有经验的教师请教。

双对接是指：

二是对接校本研修——基于专题课例的网上打磨，学员通过磨课过程的全程参与，获得网上磨课体验和改变教学过程的感悟。

作为传道授业的老师，只有不断的更新自己的知识，不断提高自身素质，不断的完善自己，才能教好学生。如果自身散漫，怎能要求学生认真。要提高我们的自身素质，这要求我们年轻教师多听取学生和老教师的各种意见。并且自身不断的学习，积极学习，不断开辟新教法。摒弃旧的教学方法，把先进的`教学模式引入课堂。

研修岗位实践心得体会篇十八

今年我有幸参加淄博市第二期远程培训，有幸聆听各位专家讲座让我感慨颇深，受益匪浅。在这段的学习生活中，作为网络研修的一员，我忙碌着、劳累着，却充实着、收获着，我们每一天累着并快乐着……因为，我们不但收获了知识更收获了友情。透过研修，我全面提升了自己的基本素养和业务综合潜力，对于个人今后的发展起到了用心的促进作用，对教育教学工作也有了一种新的理解。

在研修过程中，我坚持每一天进行网上学习，认真观看各个专家的视频录象，透过学习，解决了我在实际教学中遇到的很多疑难问题，使自己在师德修养、教育理念、教学方法、等各方面有了很大的提升，驾驭课堂、把握教材、交流沟通、教学设计、班级管理、教学反思的技能也有了很大的提高，同时更新了教育理论，丰富了教学经验，为今后从事英语教学和班级管理工作，进一步提高课堂教学效益打下了良好的基础。同时也结识了许多优秀的教师，开阔了视野，充实了自己。具体做到了以下几点：

- 1、用心认真的观看视频学习，到目前为止在线学习时间达：11687分钟，并且在观看视频的时候用心提出自己的问题，课程、话题留言到达314条，并发起了181条话题，认真撰写日志200篇。
- 2、用心建立个人工作室，并用心参与英语九班协作组的建设，被评为小组之星。
- 3、用心参与班级资源管理，上传资源226条，得到广大老师的应用和好评。用心配合班主任和指导教师的工作，用心参与班级建设，被推荐为第一批学员导师，被评为：第四期学员之星。同时被班主任和指导教师推荐为：学习研修组长，协助、帮忙我校英语教师的研修学习，我校的研修教师全都圆满完成了研修学习任务。
- 4、认真独立完成作业16篇，每次完成的作业均得到辅导老师和班主任的好评与认可，其中有3篇被评为优秀作业，多篇作业、留言等在班级简报中得到引用并得到好评。
- 5、熟练运用班级沙龙，留言板□tq□学习交流区，学习论坛，视频会议室等平台的管理功能，用心参加各种网上学习交流活动。与专家、学员进行及时有效的研修交流，成功地主持主讲了视频会议：《在英语课堂教学中如何科学有效的实施小组合作性学习》效果很好，收获颇丰。

我勤勤恳恳的研修学习，不仅仅提高了自己基本素养和业务综合潜力，同时自己的付出也得到了领导们的认可与鼓励，我被淄博市第二期网络研修优秀学员，使我在此次研修有了新的认识，她成为了我人生历程中一段含义深刻的文化之旅，也是生命与智慧迅即聚核与绽放的过程。我透过课程视频聆听了专家的专题讲座；透过课程文本加深了对专题的理解；透过课程作业反思了以往和展望即将启动的教学改革；透过网上探讨寻找到了思想的沉淀和共鸣。没有震动就没有觉醒；没有反思就没有进步。新的课程理念、新的教学方法、新的评价

体系，都使自己对英语教学与教研工作有了新的认识与思考。

我的研修虽然已取得了一些成绩，但仍有待加强和完善的资料，在今后的工作中，我将更加努力工作，为自身修养的提高而不懈努力。网络研修是良师益友，是提高教育教学的水平的一大基石。我相信只要我们用心，中国教师研修网会成为我们前进的基石，网络研修学习会助我们乘风破浪，飞向成功的彼岸。我坚信：我研修、我进步、我快乐！

总之，我在研修中的收获是沉甸甸的。对于此刻已经尝到了网络研修甜头的我来说，在今后的工作中我会更加用心、主动地参与到网络研修中来，不断的提高自己的教育教学潜力，同时还要带动其他老师用心参与，以促进学校、学生的发展。同大家一齐在网络研修中健康、快乐的成长！让我们与网络研修同行！让网络研修因我们而精彩！

研修岗位实践心得体会篇十九

研修是职场中不可或缺的重要环节，它不仅可以帮助我们不断提高自己的能力和技能，还可以拓展我们的视野和接触不同领域的人才资源。在参加研修的过程中，我们要有一个敬畏之心，落实好自己的职责与使命，这样才能从中获得最多的收获和体会。

第二段：研修的收益

参加研修可以让我们不断学习和成长，我们可以在有限的时间内学习到不同的知识和技能，将这些知识应用于工作中，提升自己的能力。此外，通过和其他研修人员的交流和合作，我们可以拓展自己的人际关系，增强自己的沟通和协作能力。对于企业来说，研修也是一种投资，它可以提高员工的绩效，推动企业的发展。

第三段：研修的挑战

参加研修虽然可以帮助我们不断提高自己的能力和技能，但是也面临一些挑战。在研修过程中，我们有时会遇到与自己思想不同的人，或者遇到自己不熟悉的领域和知识问题，这些都需要我们调整自己的思路和学习方法，增强挑战自我的能力。此外，参加研修的过程中也需要我们付出一定的时间和精力，这需要有足够的耐心和毅力。

第四段：研修的启示

通过参加研修，我们可以更好地了解自己的职业生涯规划和发展方向，发现自己的优势和弱点，意识到自己需要学习和提高的方面。同时，研修还有助于我们建立更广泛的人脉和资源，认清行业内的人才和趋势，走在职业发展的前沿。在研修结束后，我们需要总结和反思自己的收获和不足，使得下一步的发展更加有针对性和有效性。

第五段：结论

总之，参加研修是一种不断提高自己、拓展视野、增强自己能力和资源的好方式。只要我们有敬畏之心、踏实肯干、永不放弃的态度，克服困难，决心前行，就能够在研修中取得更好的结果，为自己和企业的发展创造更多的价值。