

# 研修心得撰写(大全5篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

## 研修心得撰写篇一

每年的网络研修有每年的内容□20xx年的研修，可谓意义非凡，它将新课程改革和新高考改革合二为一，对我们今后的教学特有指导意义。通过这次培训学习，我收获很多，在学习中，我聆听了教育专家的精彩讲座，领略了他们各具特色的教育风格、先进的教育理论；不但加强了理论和专业知识的学习，还激发了我对教学教研的热情。这次培训使自己在师德修养、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、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，为今后从事数学教学工作，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。下面就本次学习的心得体会总结如下：

新的高考要求新的教学理论的支撑，回首这次的培训，真是内容丰富，形式多样，效果明显。专家们的讲座，内容既深刻独到又通俗易懂、既旁征博引又紧扣主题、既发人深省又生动有趣。这次的培训学习，对我既有观念上的洗礼，也有理论上的提高，既有知识上的积淀，也有教学技艺的增长。这是收获丰厚的一次培训，也是促进我教学上不断成长的一次培训。

本学期我继续把学习、实践、验证的新课程理念，作为师资研修的重点任务来学习。课堂中根据教学实际，反思如何调整教学策略；课后反思自己的这节课到达了什么目标，用了

什么教学策略，有哪些成功之处等，寻找课堂教学的优点与创新之处，寻找问题与不足，捕捉隐藏在教学行为背后的教育观念。作为教师，实践经验是财富，同时也可能是羁绊。因为过多的实践经验有时会阻碍教师对新知识的接受，也能一时的掩盖教师新知识的不足，久而久之，势必会造成教师知识的缺乏。缺乏知识的教师，依靠那点旧有的教学经验，自然会导致各种能力的下降甚至缺失。这时旧有的教学经验就成了阻碍教师能力的发展和提高的障碍。在充分尊重教育者的基础上，强调打破教育霸权，用全新的、科学的、与时代相结合的教育思想、观念、方式、方法等武装教育者的头脑，使之打破其坚冰一样的由陈旧的知识经验积累起来的教育思想和观念，所以这就要求我们不断学习理论知识，并与实践相结合，做一个科研型教师。

任何一个学生都有学习的潜力，要向让他们学好，就务必给他们带给学习的基本条件，同时针对学生的个性差异，辅以适宜的指导方法。在不失大局的前提下，让后进生学好，刺激他们的学习用心性。当后进生的潜力提上来之后，又会产生一些所谓的后进生如此循环下去，后进生在不断提高，同时整个班级的成绩就会进步，而整个学校的教学质量将会随之不断提高。

如果说学生的“学”是内因，那么教师的“教”就是外因，外因要通过内因起作用。因此，在改进课堂教学中，教师必须重视教会学生“怎样学习”目前多数是从方法到方法的单一指导，这是远远不够的。真正的学法指导应该是教与学同步进行。也就是说，在学生学习过程中，教师要不失时机地给学生以学法指导。这样针对性强，有典型意义，学生一学就会用，立竿见影。研训告诉我，在教学过程中，教法与学法有同一性，双方的目标指向同一认识过程，完成同一个任务。实际上，教法和学法很大程度上是一个问题的两个方面。因此，我们要善于将教法与学法辩证地统一起来，并及时地迅速地获得转化。下面我就以学生的学习过程为例，对教法与学法必须同步进行再作一番阐述。

我在原来虽然取得了一些小小的成绩，但是还是有很多问题值得我深思。

首先，不爱学习，不花时间学习。这是当前最大的问题所在。

1、坚持读书，读好书。做好读书计划，时刻提醒自己坚持读书。

2、多花心思在教学上，做教学的有心人。把获得的点滴经验及时地做好记录。

最后，加强学习现代教育理论，并学以致用。

1、积极改革课堂教学，让学生学得轻松愉快。提高教学效率减轻学生的课业负担。

2、主动承担教学研究课。不断磨练自己的教学能力。

3、积极参加课题研究，在课题中提高自己的教育科研能力。

4、坚持写教育反思，不断积累自己的教育经验。

总之，通过此次培训，我在教学观上有了必须的转变，不能为了教书而教书，叶圣陶先生说过：教是为了最终到达不需要教，为了达成这个目标，教学不光是简单的传授知识，要重在教学生掌握方法，学会学习，不能只让学生“学到什么”还让学生“学会学习”，学生掌握了方法，终身受用，能够自我获取知识，除了学习，还要注重启迪学生的智慧，给学生充分的空间、时光，发挥出他们的想象力和创造力。

## 研修心得撰写篇二

研修是指通过系统地学习和培训来提升自己的知识和技能的一种方式。在研修过程中，我们不仅能够学到新知识，还能

够与其他行业的专业人士进行交流，从不同的角度去看待问题。以下是我在参加一次研修活动后的一些体会与收获。

### 第一段：研修前的准备

在参加研修之前，我首先了解了这次研修的主要内容和目标。我查阅了相关的资料，做了一些预习。通过预习，我对研修内容有了一个初步的了解，也为之后的学习打下了基础。

### 第二段：研修过程中的学习

在研修的学习过程中，我将注意力集中在了讲师的讲解上。他的讲解内容丰富而系统，讲解的方式也很生动有趣。我积极思考和提问，与其他参与者进行讨论和交流，尽可能地吸收更多的知识和经验。通过这次研修，我掌握了一些实用的技能和方法，不仅开阔了眼界，还对自己的职业发展有了更清晰的规划。

### 第三段：研修中的互动交流

在研修中，我有机会与来自不同行业的专业人士进行交流。通过与他们的交流，我了解到了不同行业的发展趋势和挑战，对其他行业的工作和经验有了更深入的了解。同时，我也分享了自己的职业经验和见解，与他们一起思考和解决问题。这种互动交流的机会使我受益匪浅，丰富了自己的思维和知识。

### 第四段：研修的收获与启发

通过这次研修，我不仅学到了专业知识和技能，还从其他参与者和讲师身上获得了一些宝贵的经验和启示。我意识到，只有不断学习和提升自己，才能跟上社会的发展节奏。我也认识到，要想在职场中有所作为，除了专业能力，还需要良好的沟通能力和团队合作精神。这次研修让我明白了，不断

学习和成长是每个职业人士必须要做的事情。

## 第五段：研修后的反思与规划

研修结束后，我对自己的表现进行了反思和总结。我认识到，学习是一个持续的过程，需要坚持和努力。我制定了一个学习计划，将继续深入学习和钻研这次研修中学到的内容。同时，我也希望将所学到的知识和经验应用到实际工作中，提升自己的工作能力，为公司的发展做出更大的贡献。

## 总结：

通过这次研修，我不仅加深了对专业知识的理解和掌握，还与其他行业的专业人士进行了交流和互动。我深刻认识到，学习和成长是职业生涯中不可或缺的一部分。我将继续努力学习，提升自己的能力和素质，成为更出色的职业人士。同时，我也希望将所学到的知识和经验分享给他人，帮助他们在职业发展中取得成功。这次研修对我来说是一次宝贵的经历，我将永远铭记在心。

## 研修心得撰写篇三

几个月的远程培训学习即将结束，珍贵的时光令人难以割舍。网络研修平台拉近了每一位教育工作者的距离，巨大的网络力量掀起了教研的火热浪潮。研修平台传递着省级专家的悉心指导，回响着指导老师老师们殷切的话语，浸透着每一位老师学习的汗水，；闪耀着老师们思想的火花……它为我们带来的是充实，是成长，是动力。

首先，在思想上树立勤勤恳恳的工作态度。

其次，对以后的工作提供了丰富的资源。

通过学习，我学到了许多一些新的教学方法，更新了教学理念。

通过在线研讨,很多老师的一些好的工作理念、工作方法都令我茅塞顿开。为今后教学工作提供了丰富的资源。

另外,通过阅读一些优秀教师的优秀作业、优秀文章,认真比较自己与他们之间的差距,认真思考自己的不足,取长补短,不断完善。同时专家的忠告和指导老师的鼓励,使我在迷茫中及时觉醒,在修改中不断完善,在反思中不断进步。

最后,本次培训还使我在教学方面建立了新的认识。

1、在课堂教学中教师应充分激发学生的学习积极性,扮演好合作者,指导者,与促进者的角色,帮助学生自主探索和合作交流,促进学生在探究中真正理解和掌握基本的知识与技能,培养科学的观点,树立正确的情感态度与价值观。

2、在语文教学中,教师要精心地设计教学环节,突出交流、合作、探究、创新的学习过程,创设生动、活泼的学习情境,把学习的主动权交给学生,拓展学生的学习空间,开拓学生的视野;调动学生学习的积极性,提高课堂教学的效率。用新的课程理念、新的教学方法、新的评价体系,投入到教学工作中。

网络研修学习虽然结束,但这只是暂时的,因为它预示着更加美丽的开始。网络研修不仅是提高教育教学的水平的基石,更是我们不断前进的动力,它使我们更加坚定地走在新课程改革的道路上。我相信,只要我们用心,前面的风景会更加美好!

## 研修心得撰写篇四

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。

## 研修心得撰写篇五

研修活动是提升我们综合素质的一种很好的方式，这一次的研修活动使我有了一个机会深入了解了行业的最新发展动态和学习了很多关于专业知识和技能方面的实用技巧，值得我好好总结一下。

### 第二段：学习收获

在此次研修中，我最大的收获就是从专业细节中汲取到了灵感和启发，使我能够更好地提升自己的实践能力和服务水平。另外，通过研修活动，我也拓展了自己的人际交往能力，获得了更多与其他同行互动学习的机会。



### 第三段：反思与启示

在研修活动中，我也发现了自己的不足之处，比如知识储备和实践经验相对薄弱，对于一些实用工具的运用也还有所欠缺。于是，在这次研修活动之后，我决定更加注重自己的专业素养和创新能力，加强自己的学习和成长，努力把学到的知识转化为实际行动，提高自己在职场上的竞争力。

### 第四段：感谢与建议

在此次研修活动中，我深刻感受到了公司对于员工发展和成长的重视。同时，在研修中我也发现了一些可以改进的地方，比如活动安排、教学质量等等。因此，我建议公司可以进一步优化研修计划，提高活动的实效性和针对性，同时也可以加强对员工的宣传和推广，让更多的员工获得学习的机会。

### 第五段：总结

总而言之，此次研修活动让我受益匪浅，让我对于自己的职业规划有了更加清晰的认识，也让我更加明确了自己下一步的发展目标和计划。同时，我也发现了自己的不足之处，以此为动力进一步加强自己的学习和成长，准备好迎接更多的挑战和机遇。