

一日常规培训心得(精选6篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

一日常规培训心得篇一

这段时间的学习收获了很多，也对自己三年大学学习到的东西有了一个比较清晰的轮廓，知道自己掌握了多少。通过覃英老师和赵强老师对综合实践活动课的讲解，让我对综合实践活动课有了一个大致地了解，综合实践活动课程是基于学生的直接经验，密切联系学生自身生活和社会生活，注重对知识技能的综合运用，体现经验和生活对学生发展价值的实践性课程作为一种综合性的实践课程，其具有独特的功能和价值，与其他课程相比，综合实践活动更强调生成性、实践性、开放性、自主性。

综合实践活动的基本理念：(1)突出学生主体地位，引导学生主动发展 这一理念特别强调综合实践活动的开发与实施要以学生的直接经验或体验为基础，将学生的需要、动机和兴趣置于核心地位，活动充分发挥学生的主动性和积极性，鼓励学生自主选择活动主题，积极开展活动，引导学生主动发展。

(2)面向学生完整的生活世界，为学生提供开放的个性发展空间

综合实践活动的开发与实施要克服当前基础教育课程脱离学生自身生活和社会生活的倾向，面向学生完整的生活世界，引领学生走向现实的社会生活，促进学生与生活的联系，为学生的个性发展提供开放的空间。

(3)注重学生的亲身体会和积极实践，发展创新精神和实践能力

注重实践，是综合实践活动课程的本质规定。综合实践活动的开发与实施强调学生乐于探究、勤于动手和勇于实践，注重学生在实践性学习活动过程中的感受和体验，要求学生超越单一的接受学习，亲身经历实践过程，体验实践活动，实现学习方式的多元化，发展学生的创新精神和实践能力。

从本课程的理念上来说，它都是针对我国现行教育的现状而制定的，更是根据我们国家的3-6年级的学生情况而制定的，如果本门课程得到很好的实施，学生的综合实践能力将会得到更大的提高，有利于培养学生的动手能力和创新思维能力，学生也会在实践活动过程中学会思考，学会做人做事。但是在高考这个指挥棒下，要真正实施综合实践活动课程真的很难，因为大多数人的应试教育的政策之下，观念不得不是高分出人才，所以要想普及综合实践课程，还是要考虑一下改变选拔人才的制度。除了了解到综合实践活动是一门怎样的课程之外，我们也了解到了该怎样很好的开展这门课程，综合实践活动实施流程，一般可以分为以下三个阶段：

第一阶段：确定活动主题，分组、分工，拟写活动方案；聘请小组指导教师

教师要注意——这个阶段是活动的准备阶段，教师在选题、分组方面一定要关注学生的兴趣爱好，激发学生内在潜能，充分调动学生的参与积极性，让每一个学生都融入小组活动中。

第二阶段：收集、整理资料，阶段交流

在这个阶段中，教师要时刻关注学生在研究过程中的思维活动状态，并采取一些必要的措施来拓宽学生的思路，通过针对性的指导、点拨与督促，组织灵活多样的阶段交流研讨活

动，促进学生的自我考究、自我探讨，将研究活动引向深入。

第三阶段：形成成果，展示成果，活动评价与反思

在综合实践活动中，既要注重“过程”，也要兼顾“结果”。这个阶段是活动

结果的形成、展示和评价阶段。教师的指导决定了活动结果的多少、质量的高低。教师在这个阶段的指导策略是提升整个活动价值的关键。此外，在兼顾有形结果的同时，还应重视无形结果，准确把握活动的关键环节，引导学生进行反思。

流程虽是简单易懂，但是真正的实施起来却没有那么容易，在这次的说课讲课过程中，我就得到了深刻的体会。首先就拿课题的确定来说，你要考虑作为一个老师你是不是该教给学生这些东西，这些东西是不是学生现在需要的；要考虑你所选的课题对学生来说是否具有深刻意义或者说是课题有没有价值等；还要考虑课题的可行性和可操作性问题，是否会受到地域限制或是其他条件限制等；最重要的是要考虑学生的兴趣爱好。

在讲课过程中更是要注意自己的讲课的方法，注意你的讲课方法学生能不能接受，你通过这样的方法把你所要讲得内容传出去能否达到自己想要的教学目标。还要根据学生的身心发展特点注意自己在上课过程中所用到的语言，讲话时的语速语调，这些都是一门很大的学问，在管理课堂过程中更是要注意学生的举动，及时关注学生，对学生的评价也要做到很到位，不能随便说：“是，嗯，很好，你做的很好，”而是要根据学生的特长说出学生的优缺点，在和学生谈话过程中，要做到语言朴实、态度诚恳，以表扬为主、批评为辅，适当采用幽默。

经过这次培训以后给我的感觉总得来说就是，要当一个好老师真的很难，而一个老师该有的教学技能我更没有。从小到

大得理想就是想当个好老师，教给学生该学的东西，给以学生该有的温暖和尊重，在三年的大学生活中也看了许多关于教育的书，也又有自己的教育梦想，很多时候想到的是以后当了老师就一定要做到去善于发现每一个学生身上的优点，根据学生的特长让学生有足够的空间，尽量的给学生一个能展现自己特长的舞台，让他们在舞台上演绎自己的精彩人生，而不是只有分数这个舞台才可以肯定学生的价值。这个暑假我感觉自己似乎找到了我梦想可以起航的地方，那就是学大教育，如果学大教育真的如那本书上所说的那样，那里有一群热爱教育事业的工作人员的话，我真的很想成为他们其中一员，很想到那里去实现自己的教育梦想。虽然经过这次的培训，我深受打击，总觉得自己最喜欢的职业教师都干不好，甚至觉得自己不适合当老师，但是我还是要去努力，努力的向着我的教育方向奋斗，虽然深受打击，但是那是我坚守了二十多年来的梦想，我一定要继续追逐，争取做一名我认为合格的优秀的教师。

常规培训心得篇8

一日常规培训心得篇二

在职场中，常规培训是很普遍的一种现象，无论是新员工入职培训，还是每年的员工培训，都有助于提升员工的技能和素质。近期我也参加了公司的常规培训，并结合自己的体会和经历，总结出几点心得。

第二段：学习目标的明确

在常规培训中，学习的内容比较广泛，但要想让这些内容发挥最大的作用，我们必须先明确自己的学习目标。比如，在销售技巧培训上，我的学习目标是学会如何与客户进行有效的沟通和交流，如何在表达中更好地吸引客户的注意力。只

有明确学习目标，我们才能在培训中更有针对性地学习，达到最好的效果。

第三段：实践的重要性

常规培训通常会有许多理论知识，但我们最终要达到的是在工作中能够实践技能，才能真正地掌握技能。比如，在客户服务的培训中，理论知识告诉我们如何回答客户的问题，但真正要想做好这份工作，还需要在实践中多多练习，并不断调整和优化自己的方法和技巧。

第四段：反思的必要性

培训结束后，我们要及时反思自己的收获和不足。这其中包括自己的学习效果、学习目标实现程度、以及自己在实践中遇到的问题等。比如，在一次管理培训中，我意识到自己在推动团队执行方面，存在迫不及待的情况，略有不慎就可能会犯错。通过反思，我对自己的行为有了更深入的了解，并更加慎重地指导和培养自己的团队成员。

第五段：尝试与实践

最后，我们需要把学到的知识尝试用在实践中。对于我来说，在管理团队的时候，我积极尝试了一些新的管理方法，并在反思和调整得到了很好的效果。只有在真正的实践中，我们才能更有信心地有效应对不同的工作挑战，实现更好的工作表现。

总之，常规培训是培养职场人才的重要途径，我们需要在学习过程中明确目标、实践技能、反思不足、并尝试实践中运用，这样才能真正掌握技能，并取得更好的工作成果。

一日常规培训心得篇三

一学期又过去了，大班幼儿也即将离开幼儿园，进入一个全新的环境学习生活了。如何使幼儿更好地适应小学的学习、生活是我们本学期的工作重点，所以，加强幼儿的规则意识，培养良好的学习习惯和学习态度是我们的教学重点，而让孩子有健康的体魄，良好的性格特征是我们保育方面的要点。回顾这学期的工作中的点点滴滴，收获不少。这一学期，进一步深入学习纲要解析，并将纲要精神贯穿于一日活动之中，经过纲要指导自我的教学工作，从班级的实际出发鼓励幼儿自立、自理，使幼儿在活动中愉快、自主地理解新的知识，从不一样的角度促进幼儿的发展。

一、保育工作：

在活动中继续指导幼儿坚持良好的生活卫生习惯，在班级中安排值日生及小助手，并对幼儿进行监督和纠正，在幼儿当中养成互相监督的习惯。并要求幼儿在活动中能自觉的遵守。幼儿的自理本事提高较大，异常是在做值日生时，都能帮忙分发餐具、摆放桌椅、收拾整理好教室、挂好毛巾等工作，在日常活动中渗透幼儿安全意识和自我保护本事的培养，从发生在幼儿身边的事例或有关教育资料进行科学有效的教育，使幼儿懂得在活动中如何保护自我，爱护别人，避免危险事故的发生。在季节转换时期，注意根据班级幼儿的情景提醒幼儿适当的饮水、增减衣服，并异常关心生病、有困难的孩子。平时进取鼓励幼儿大胆参与各项体育活动锻炼，增强幼儿体质。异常是在这次的“非典”中，注意做好班级的各项消毒工作，加强对幼儿各种卫生的教育，幼儿学会了正确的洗手，良好的卫生习惯提高了很多。幼儿因病缺席人数大幅度减少，班级的出勤率稳定。

二、常规工作：

本学期针对班级的常规情景，进行了适当的调整，并统一各

环节组织的音乐，让幼儿自我讨论构成各项常规的规则，在班级每一天选一名班长，共同督促幼儿自觉遵守。在生活的各个环节中强调各项生活自理本事的指导，并和保育员共同做好幼儿卫生方面的工作。利用晨谈、午餐前的时间向幼儿介绍自我保护行为的简单常识。请家长共同配合对幼儿进行自我保护和安全防护的教育。异常是对幼儿即将进入小学生活做好准备。

三、教育工作：

幼儿在各项活动中总体表现为活泼、好动，思维敏捷等特点。体育活动中，幼儿情绪饱满，较好的掌握了攀爬、拍打、投跳、平衡等动作技能，学会了几种跳绳的方法，动作协调且反应灵敏。学会新的徒手操及轮胎操。这个学期结合主题“运动”幼儿还学会了区域性体育活动自选。掌握了多种的体育器械活动。

学现象及其与人们的关系，具有初步的动手操作本事，同时也获得了成功的体验。利用艺术节活动开展故事、唱歌等活动，大大美术方面幼儿的手工技能提高较大，如：剪、折、捏、粘贴等，懂得综合运用学过的美工技能来完成作品，和教师一齐制作主题墙饰。幼儿的绘画技能明显提高了，画图线条较连贯、流畅，能较好的组织、安排画面，初步展现了绘画方面的创造力。在《连环画》比赛中魏宇洪、吴东骏小朋友还获得了金奖和银奖呢。

四、家长工作：

这学期重点围绕“幼小衔接”，经过请小学教师到园上课，组织孩子到小学参观，并带孩子到小学和小学生一齐上课等形式，向家长宣传《如何做好幼小衔接》及入学前应做好的心理准备，激发幼儿的入学愿望。与家长配合，做好家园联系，每周展示周计划，让家长了解幼儿的学习资料、教育要求；每月的发展评估手册让家长了解幼儿在园的表现，对幼儿

出现的问题及时家访、电访，与家长交谈，商讨更进取有效的教育方法，促进幼儿的发展。

五、主题活动。

在每一个主题活动开展前，我们根据孩子的兴趣点，经过家长问卷、幼儿测试等各种方式调查幼儿对主题资料的原始掌握情景以及从孩子身上挖掘进一步生成的新主题，用孩子想象的方式与孩子一齐设计主题网络图，同时在家园栏向家长介绍有关主题的资料，让家长了解我们的活动，支持孩子的活动需要。幼儿的兴趣带动了家长的进取性，家长们高兴的参与到了我们的活动中来，并为我们的活动开展供给了有力的帮忙。如：在“我爱运动”主题中我们充分利用家长、社区资源，得到家长的大力支持，为我们供给各种体育器械，还结合“厦门国际马拉松”，带孩子到会展中心进行“小小马拉松”比赛。在“植物”主题活动中，家长与幼儿一齐为我们的自然观察角增添了许多植物，也满足了幼儿好奇的探索欲望。结合幼小衔接活动，开展“我上小学了”的主题活动。在与幼儿、家长的互动中我们深刻的体会了家园之间教育的有效融合。

六、反思调整：

总结了这个学期的点点滴滴，在繁忙中我们的工作又向前进了一大步，不仅仅孩子们的各方面得到发展，我们也和孩子们一齐提高了，工作中我们取得了许多宝贵的经验，增长许多的知识。在欣喜之余，我们也在反思不足，如：主题活动的产生和开展预设教师干预的多，幼儿生成的少；创设幼儿参与科学小实验的机会不够；活动中教师的观察注重全面性，个别性、深入性不够；创造性游戏的开展较薄弱，幼儿的自主性差；个别幼儿的惰性强、依靠性强；个别幼儿不够大方胆小怕事等，在今后的工作中，我们将根据以上存在的不足，认真的反思调整，汲取先进的经验和管理方法，扬长避短。

一日常规培训心得篇四

在这短短的10天的学习时间里，我好象从里到外受到了一次洗礼，是对心灵的震撼和思想理念的转变，但感觉又都是幸福而充实的，因为每一天都能听到权威专家不同课程的讲座，每一天都能感受到思想火花的碰撞，众多的疑问在专家、教授那里得到了解决，每一天都有丰硕的收获。十天里我就像一块干燥的海绵拼命地吸收着知识的养分，想把这些理念和知识带回去和大家分享。

一、在专家的课堂中学习到的：

本次培训的主要课程有：《当代学前教育的变革与幼儿教师的专业发展》，《音乐教学游戏化与学习品质培养》，《追寻快乐的足迹——幼儿教师心理素质及优化途径》，《落实〈纲要〉精神提升教育质量》，《尊重规律 科学实践——提升幼儿园课程领导力的共同行动》，《做一个专业的幼儿教师》，《语言教育观与幼儿园语言教育变革》，《基于问题的幼儿教育行动研究》，《幼儿园科学探索活动基本要素与问题》，《游戏精神关照下的幼儿园区域活动》，《幼儿心理健康与教育》，《“幼儿教师专业成长”——课例研究工作坊》等。专家们独到的见解引领着我反思自己的教育行为，更新着我的教育理念。许多困扰我很久的问题在听了讲座以后豁然开朗，在听讲座的过程中，我感到自己根深蒂固的一些认识受到了冲击，时时激发我的求知欲望和创新意识。其中有几位专家的课给我留下了深刻的印象：

孙远杰教授让我了解了什么叫“幼儿教育的行动研究”，他以行动研究原理为重点，结合实际，巧妙的利用案例对教育行动研究的原理、层次、过程等问题进行了详细的解说，他要求我们在教学工作中积极参与研究，在研究中反思，在研究中成长，从而提高自己的专业素质。其实在平时的教育工

作中，隐含着许多的问题值得研究，但这隐含教育本质的问题却往往被我们忽略掉了，听了这个讲座，我反思了自己的思维习惯，使我认识到：如果能让自己的劳动从单调变得有趣的话，就走上从事一些研究这条幸福的道路上来。

冯晓霞教授的《质量-幼儿园生命之本〈做一个专业的幼儿教师〉》的讲座，使我再一次认识了幼儿的发展规律、重新认识了什么是科学的幼儿发展观、专业化教师的职责所在、怎样做专业化的幼儿教师。她从如何理解幼儿园教育质量入手，深刻分析了哪些因素是决定幼儿园教育质量的重要因素，其中师生关系、教师的态度与行为、学习活动安排是关键。学前儿童教育既要顺应儿童的自然发展规律，又要将儿童的发展纳入合乎社会要求的轨道，专业化的教师要了解儿童的兴趣和发展的需要，把握儿童发展的程序和规律。使我认识到自己以前的做法与幼儿发展规律的背离，之所以迎合家长是因为自己理论知识的缺乏，理论支持力量的不足。教师只有做到专业化才会令人信服，才会经受住外来力量的冲击，才会有坚持的力量，才会受到尊重。我将从现在做起，坚持尊重幼儿的原则，坚持以幼儿为本、以幼儿发展为本，不再偏离。

侯莉敏教授主持的幼儿教师专业成长——课例工作坊，更是给我带来了心智的启迪。它让我们近距离的观摩名师是怎样组织教师开展教研工作的；当课例展示完后，执教的教师进行反思，其他的工作坊成员围绕活动进行讨论，为执教者提供帮助，让他在每次的活动找到全新的定位，挖掘进一步提高的空间，而观察员则从教育科学的角度全程记录教学活动，并结合客观数据和相关理论，对教学活动作了科学、深入的研究分析，给执教者提出相关的建议和意见，这为我今后组织教研活动提供了教研模式。

跟随虞永平教授重新解读《纲要》，理解《纲要》的核心精神，知道幼儿园课程的特征：适宜性，生活性，经验性。他深厚的学术功底深深的吸引了我，在与学员互动的的时间，我连忙将自己平时工作中的教育困惑提了出来，虞永平教授也

耐心的进行了解答。许卓娅教授风趣幽默轻松活泼的讲座带来了音乐游戏化的全新视角与体验，她向我们介绍了团体律动游戏设计和教学实施流程，还在现场与我们进行了游戏互动。覃军副教授为了帮我们拾寻幼儿园美术教育的核心理念而声嘶力竭，何媛副教授与莫秀峰副教授则让我感受到，她们虽然年轻充满朝气却是那样的博学。同时还学习了教师研究学习团队的组建及开展教师沙龙，进行了素质拓展训练，参观了三所幼儿园，现场观摩了名师的案例教学等等。

这次培训，我不光学到了先进的观念，还学到了一些操作性很强的技能：幼儿教育行动研究记录表的制作；幼儿园观察研究方法与技术；课题研究的基本步骤；幼儿园教育活动设计的问题与思路；如何设计一个促进幼儿心理健康的活动；如何开展园本教研，如何利用园本教研促进幼儿教师专业成长；幼儿心理健康的指标等等。

二、在与同行的交流中感悟到的：

培训中我的收获还来自同班的学员们。这次来到广西师大培训的老师们，来自云南、贵州、广西、海南、湖南、湖北等地，她们让我领略了各地的幼儿教师风采，当专家的问题抛出来，学员们在几秒钟之内就能做出回应，引经据典侃侃而谈，而且发言紧扣主题，层层推进，逻辑性很强，随口说出的话就像我经过深思熟虑写出的文章一样有条理，她们对幼儿园指导纲要，工作规程更是烂熟于胸，对幼教界前辈们的观点和理念也非常熟悉。这些在我脑海中仅仅是我国幼儿教育并不太发达的地方，老师们的专业素质一点也不差，那么像上海，南京，江苏等幼教发展前沿地区的老师会有多么专业，我自己和她们的差距有又多么大呢？她们扎实的专业素养，深厚的理论知识，敬业精神又让我感动，在教育沙龙，讲到教师成长的问题时，有个园长提出这样的观点：每个教师的成长都要一定的时间，这个我们可以等待，但是孩子的成长却是不可待的，怎样才能加速老师的成长，让每个孩子受益，这个是我一直在研究的问题。当讲到怎样提高理论素养这个

问题的时候，有个老师这样告诉我们：她的方法就是读书——记录——实践——反思。当讨论到怎样做一位好老师时，有位老师这样谈到：心中始终装着孩子，脑中永远盛满童趣，让幼儿在游戏中学习的老师就是一位好老师。这些言论，这些做法，无一不是以幼儿的成长为中心，深深地感动着我，每一天的讨论都能让我感受到思想火花的碰撞，都让我不断地提醒自己：作为一名老师，我做地远远不够，真的该认真学习，不然一定会被时代所抛弃。

三、心动后的行动

有人总结：“培训就是——培训时心动，培训后激动，回去后一动不动”，这个可能是许多培训的真实写照，但是这次的国培我相信会是个例外。回来以后，我将就湖北省正在开展的“课内比教学，课外访万家”的活动，着重以下几个方面向园领导和教师们反馈到学到的理念和知识，结合我园实际，针对我园的薄弱环节：早期阅读活动，基于课程整合的科学活动，音乐教学游戏化，游戏区域活动做四个详细的报告。报告中我会结合学到的理念分析我园以上四方面工作开展不好的原因，包括各种主观原因和客观原因，试着列举能解决这些问题的详细措施和策略。

国培，让我收获了快乐，收获了知识，收获了希望。培训结束了，新的工作开始了，作为一名教师，此次培训中我深刻认识到，在新的时代和新的教育背景下，只有进一步更新教育观念，改进教学方法、教学行为和教学手段，扩大知识面，完善知识结构，从实践中学习，在反思中进步，提高专业化水平才是我们成长的途径和最大的收获。

最后，我想对国培项目组的所有工作人员说声：谢谢！广西师大的教师们，你们辛苦了！侯莉敏教授和吴慧源老师，你们就像我们身边的姐妹一样给了我们无微不至的关怀，谢谢你们！

一日常规培训心得篇五

俗话说无规不成方圆，幼儿一日生活常规的养成有助于学习习惯的形成，由此可见，一日常规的建立对幼儿园教育有着非常重要的意义。幼儿从熟悉、自由宽松的家庭环境进入到陌生、有纪律约束的集体环境之中，难免有些不适应，他们不能像在家里那样随心所欲，想干什么就干什么，而要受集体规则的制约。从入园的第一天开始，我们就要重视对幼儿进行一日常规的培养，由浅入深，循序渐进，逐步让幼儿理解并遵守日常生活中基本的社会行为规则。我们幼儿教师都知道幼儿园的工作是琐碎的，当我学习《幼儿园一日活动常规》时我的第一感想就是——幼儿园的工作是复杂而具体的。但是当我静下心来仔细阅读其中的每一个环节，环节中的每一个细节时，我才发现其中的一些奥秘。

一日常规就是需要幼儿经常遵守的班级规则 and 规定，是幼儿在幼儿园一日生活的各种活动中应该遵守的基本行为规范，包括三方面含义：1. 遵守一日活动的时间及顺序的规定。2. 遵守一日活动各环节具体要求的规定。3. 遵守幼儿的一般行为规范的规定。显然，一日常规是幼儿教育主要内容之一。我们要科学合理地安排和组织一日生活，建立良好的常规。一日常规的建立不仅是集体教育幼儿的需要，还能促进幼儿形成良好的卫生习惯、生活习惯和行为习惯，同时也有益于促进幼儿身心健康和谐发展，对培养幼儿良好的情绪也有帮助。一日常规一旦形成，幼儿就知道什么时间该干什么事，什么事能做，什么事不能做。对老师完成保教工作，管理班级都有很大的帮助。

一日常规的建立对幼儿园教育有着非常重要的意义：

1. 一日常规帮助幼儿适应幼儿园集体环境。

2. 一日常规帮助幼儿学习在集体中如何生活。
3. 一日常规可以维持班级活动的秩序。
4. 一日常规可以帮助保教人员组织班级活动。

有这样一句教育名言“播下行为，收获习惯。播下习惯，收获性格”。这就是说良好的行为习惯是可以通过教育来培养的，行为习惯的养成也是从幼儿时期抓起的。个体年龄越小，行为的可塑性就越大，动力定型就越容易。一日常规的形成过程是培养幼儿良好的行为习惯的有效途径。幼儿园作为集体教育机构，培养幼儿的一日常规是必不可少的。幼儿期是最容易养成固定习惯的时期，因为这个年龄阶段的幼儿喜欢行为的模仿和重复，而从小形成某些好习惯，将会终身受益。教师不仅要规范幼儿的正确行为，还要让幼儿懂得生活在集体中“规则、制度”建立的必要性。它将对幼儿适应社会的发展有着很深远的影响。

在培养幼儿一日常规应该遵循以下几个原则：

（一）建立平等的师生关系，创设宽松的环境氛围。

1. 一日常规与自由是幼儿园班级中不可分割的两个方面。
2. 教师要明白一点：一日常规不是用来管教、限制幼儿活动的，而是用来帮助幼儿更好的生活在集体中。
3. 一日常规中隐含着自由，自由里渗透着常规。
4. 为幼儿创设宽松、民主、自由的精神环境，让幼儿在轻松自由的氛围中生活，感受教师的爱，不怕教师。

（二）提出合理的规则要求，符合孩子的年龄特点。

各班的常规要求应从孩子的年龄特点出发，分阶段提出、循

序渐进。幼儿园小、中、大班的常规具有螺旋式上升的特点：一方面，各年龄阶段的常规具有一致性，体现内容的重复；另一方面，幼儿的发展具有年龄阶段性，其常规对不同年龄的幼儿应体现规则与要求上的层次性。

（三）创造充分的锻炼机会，让幼儿多次实践训练。充分的、多次的实践是建立良好班级常规的关键。教师应尽最大的努力创造条件，为孩子提供练习的机会。在态度上、方式方法上，都要有足够的耐心，不能抱有“教你做，等你做太烦、太慢，不如自己做来得快、省事”的想法，这样会不自觉地就剥夺了幼儿学习生活的机会。

（四）提供模仿的榜样示范，努力做孩子的表率。幼儿期是具体形象思维，孩子感受着周围所发生的一切，他们不仅看在眼里记在心里，还会像镜子一样在行动上一板一眼地表现出来。因此，在日常生活中，我们必须时时、事事、处处规范自己的言行，注意自己的举止，要求孩子做到的，自己首先必须做到，努力做孩子的表率。同伴间的影响力对幼儿的发展也有不可估量的作用。有时抓住日常生活中的点滴小事，把握好教育时机，让幼儿向幼儿学习、幼儿教幼儿学习，这也是常规培养中的有效方法。

（五）保教人员要密切配合，常规培养要持之以恒。

教师之间密切配合、要求一致、持之以恒是做好常规工作的基础。对幼儿提出的要求不能时有时无，老师高兴了，就让幼儿放任、松懈，老师生气了，就严加管教。不能开学初，大张旗鼓的抓常规，培养幼儿的习惯，到了学期中、学期末就不管了，造成前紧后松，使幼儿的常规不稳定，时好时坏，甚至造成我们所说的“人来风”，如果这样的话，当你想提要求让幼儿遵守时，幼儿却不听了。所以，一日常规的培养，教师要时刻做到心中有数，只要幼儿在班上，常规的培养就是常抓不懈的工作之一。

（六）做好家长的思想工作，形成良好的教育合力。

在幼儿园形成的良好习惯，往往回到家里就是两个样。如穿脱衣服、整理床铺等自我服务的内容在幼儿园会主动去做，回到家里却被成人取而代之。家庭是幼儿园重要的合作伙伴。应本着尊重、平等、合作的原则，争取家长的理解、支持和主动参与。家庭与幼儿园形成教育合力是培养幼儿一日常规的关键，有了家长的支持和配合，常规培养才能收到良好的效果。在这半年多的工作中，很高兴认识和我一起工作的两位工作伙伴，在工作中有两位前辈的细心指导让我在工作中得到成长，特别是每当在我带班的时候，在一日常规中她们两积极配合我的工作，指导我在工作上教学、常规、保级管理，做好班级保教结合的工作，在工作上从幼儿入园做好幼儿一日常规中每个小细节应注意的事情及时纠正我工作上的措施，班级三位老师积极配合，一切规则要求以方便幼儿执行而合理制定。发现问题及时沟通、及时纠错，各尽其责。一切为了孩子，从不同的老师身上学习到闪光点，用于班级管理上，形成统一的教育风格。常规培养要从点滴开始，周而复始、循序渐进的进行，对幼儿付出爱心，付出耐心，你会从他们身上看到许多闪光的地方，也会看到他们是那样的具有潜力。让那么多闪光点凝聚在一个班里，你的班级一定是一个出色的班级。以上就是我在学习幼儿园一日活动常规实施细则的'几点发现，还不是很成熟，我会慢慢地从中吸取经验，踏踏实实的工作、学习，争取更大的进步。

一日常规培训心得篇六

作为一名热爱运动的人，我从小便开始接触各种体育运动，并且坚持了很多年。在这个过程中，体育常规培训对我来说是非常重要的。通过每日的训练和不断地努力，我不仅锻炼了身体素质，更重要的是，体验了到达自己极限、战胜自己的快感。在这篇文章中，我将分享一些我在体育常规培训中得到的心得体会。

第二段：理解训练的意义

我认为，体育常规培训的最大好处就是能够让我更好地理解训练的意义和符合人体规律的运动方式。在传统的体育课上，学生们通常只是在追求好成绩和比赛胜利，缺少了对于训练本身的认识和体会。但在体育常规培训中，我开始意识到不同的运动需要不同的训练方法，这种方法不仅可以提高急需提高的能力，还可以保护自己的身体不受伤害。

第三段：建立正确的心态

另一个我从体育常规培训中获得的好处是建立了正确的运动心态。体育常规培训需要长期坚持和努力，而这些都需要很强的耐心和毅力。通过训练和比赛，我学习到了如何应对挫折和失败，如何保持专注和自信，如何处理压力和管理情绪。这些技能帮助我不仅在体育比赛中取得更多的胜利，也在日常生活和职业生涯中变得更有韧性和成熟。

第四段：加深自我认知

除了对运动本身的理解和操练，体育常规培训还让我更好地认识了自己。在训练和比赛中，我不断被推向极限，但这也让我更好地认识自己的体能、耐力和能力。同时，通过和队友、教练和其他运动员的互动，我也能了解自己的优点、缺点和需要改进的地方。这种自我认知让我懂得如何更好地掌握自己的优势和局限，更好地发挥自己，同时也更好地建立了人际关系。

第五段：总结

通过体育常规培训，我不仅锻炼了身体，还获得了更多的好处。在这个过程中，我理解了训练的意义和方法，建立了正确的心态和坚韧的素质，加深了对自己的认知和人际关系的建立。这些好处不仅可以帮助我在运动中更加出色，也可以

在未来的生活和职业中发挥更大的作用。总的来说，我深信体育常规培训是一个人整体成长过程中不可或缺的一部分，我也希望更多的人能够受益于此。