

# 2023年研究体会和心得100字(精选5篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。相信许多人会觉得范文很难写？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

## 研究体会和心得100字篇一

自从参加《中学物理教学微案例开发与应用研究》课题研究小组开始，对微案例有了较好的了解。特别是微视频在物理教学中的应用有较深的体会。

### 物理教学中的微视频应用案例

#### 概念教学中的微视频应用

#### 规律教学中微视频的应用

例1匀速直线运动时间和位移的关系本章节的主要任务就是要学生能够理解匀变速直线运动中的位移关系与 $v-t$ 图象中四边形面积的对应关系。根据匀加速直线运动物体的运动位移，绘出这段时间物体的 $v-t$ 图象，将所得的图象均分为几段矩形，并以2倍的数量继续均分，当尽量将这一时间段进行均分的时候，这个矩形的面积就等于斜线段与坐标轴构成的梯形的面积。利用这种微元法思想去理解速度时间图象与坐标轴的关系是教学上的难点，学生在这方面理解起来非常困难。课本上的插图都是一幅幅静止的图形，虽然采用了过度的手法去绘画，但是学生理解起来仍然有难度。利用微视频就可以将这一静态画面转化成动态的过程，学生可以通过微视频慢慢体会微元法思想，较为容易去理解。微视频的内容主要引用阿波罗飞船的宇航员在月球表面由静止状态同时释放羽毛和铁块的视频，观察着两个物体的落地情况。一般情况下，教师在讲解这节课的时候会通过使用牛顿管的方式来做实验，

将羽毛和铁块放入其中以抽真空的形式来观察。但是在操作过程中可以发现，由于实验条件的限制，无法对牛顿管完全的抽出真空，在实验中看到的并不是羽毛和铁片同时落地，影响了教学效果。如果通过这段视频，以事实为证，更能够给学生以说服力，加深学生的主观体验。在微视频中，首先将一块海绵放在斜面挡板的上方，然后在斜面上再放一块海绵，在海面上放上一重物，观察海绵的变化。其次，在竖直的墙面上分别挂上a、b两个橡胶垫，用一根木棒和一根细绳与a、b构成一个三角形，并在细绳与木棒的焦点处挂一重物，观察橡胶垫的变化。然后将细绳换成木棒，再观察橡胶垫的变化。学生在学习力学分解的初期会感觉到无从下手，更不知道力的作用效果为何，这就给受力分析带来了不便。在教学中引入微视频后，学生就可以直观的看出力的作用效果，再配合视频中绘制出受力分析图，更利于学生观察和理解。通过海绵的变形，学生很容易就可以看出这个重物的受力方向。微视频在高中物理课堂教学中的运用，给物理教师提出了更高的要求，也是新课程改革理念得以落实的重要措施。这样的教学方式符合学生的认知发展规律，更有利于发展学生学习的主动性。

## 研究体会和心得100字篇二

20xx年，我校申请了省级课题《信息技术环境下学科课程教学方式与学习方式创新研究》，我有幸参与其中，可以说是受益匪浅。一年以来，理论学习、外出培训，我就像一棵幼苗享受阳光雨露一样如饥似渴地享受着知识的浸润，从中也使我对信息技术与小学语文学科整合有了新的认识，为我今后的小学语文教学指明了方向。

随着科学技术日新月异的发展，多媒体辅助教学手段逐渐走进课堂，已成为学校课堂教学的重要手段之一。它具有图、文、音、形、光、色综合一体运用显现特点。能缩短教材内容与学生学习的效应距离，把教学内容、图文设计和影视编

辑有机地展现在学生的眼前，多方引导学生观察、思维、想象、表达、记忆等能力，从而优化课堂教学。下面就谈一谈一年多来我个人的一些心得体会：

导入，激发了学生的积极性和好奇心，唤醒了学生的学习兴趣。紧接着配上优美轻快音乐，屏幕上出现相应的动画和文本文字，教师感情饱满的范读，使学生再次感受课文的情感内涵、语言节奏，领悟课文的音乐美、绘画美，与作者心灵的沟通，产生共鸣。

小学生的情感极其丰富，易受感染，所以教学中充分利用电教媒体，把学生带到特定环境中去感受，去品味，达到渲染情感气氛的作用。我校陈锦珠老师执教美丽的童诗《贺年片》，多媒体课件“以诗为本”，贯穿整个课堂的始终，整体格调优美生动，通过直观的画面帮助学生理解文本意境，通过和谐的乐曲增加文本的感染力。课上适时穿插《新年好》《铃儿响叮当》，使整节课一直处在一种轻松愉快的氛围中。多媒体以它特有的形式感染了学生，调动了情感，把学生与作者的情感距离拉近了，同时令学生在一种和谐的环境中体会诗歌的美，提高了教学的有效性。

小学语文教材内容十分丰富。古今中外，天文地理，无所不包。有些是学生熟知的，有些则不是。学生限于生活的经历，知识的肤浅，很难正确感知教材的内容，运用多媒体辅助教学，就可缩短学生认识和客观事物间的距离，在学生心中唤起强烈的真实感。七律《长征》是长征即将结束时，毛泽东回顾长征一年来红军所战胜的无数艰难险阻，满怀喜悦和豪情，以极其轻松的笔调写下的一首气壮山河的伟大诗篇。但这些似乎离学生的生活实际太远，学生不能很好的理解体会。

其中的思想感情。在教学时，为帮助学生理解长征路途遥远，历经11个省，使学生产生真实的体验，执教教师设计flash动画，展示了长征路线图，并运用多媒体播放红军爬雪山、过草地、疲惫行军等场面的视频资料，为学生创设真实的情景，

使学生对长征一路的艰难险阻有了更深刻的体会，学生的情感与文本产生共鸣。适时背景音乐的穿插，渲染了氛围。结尾处的配乐诗朗诵，将学生情感推向高潮，让课在高潮处结束。

一年以来的学习使我深深地体会到多媒体技术是小学语文教学的一个重要的教学手段，借助这一手段，可以促进教学思想和观念的转变，引起教学内容、方法、模式的更新，也形成师生角色的新转化。但同时也看到了自身的不足，多媒体教学不是减轻了教师的劳动的强度，而是向我们提出了更高的要求。利用多媒体进行教学不要把教学的双边活动变成教师指挥课件播放、学生死盯屏幕的过程。如果学生得不到教师生动言语的诱导、形象神态的感染，从头至尾只听到音箱里的声音、看见银幕上的图像；教师只顾忙着操作机器，播放事先制作好的课件，不能深入到学生中间了解学生对知识掌握的情况，那么，课堂教学效果将大打折扣。

### 研究体会和心得100字篇三

参加了微型课题研究，我收获颇多。“微型课题研究”是当前教学上的热门话题，也是教师专业成长、促进学生全面发展的载体。微型课题是指以教师自身教学过程中发生的具体问题为研究对象，以问题的解决为研究目标的课题。微型课题的特点是切口小、范围广、方向明、周期短、投资少、收益高。课题追求有实用价值，教师从自己身边的教育教学问题入手，去研究解决的办法。

一年来，我针对自己在教学中存在的典型问题，通过独立研究，共同讨论，尤其是通过上学期的《化学发应速率和化学平衡校本作业优化》的研究，有了一定的收获和体会。以下就是我的几方面感受：

在课题研究以前曾经一直认为作为一名一线教师，我的任务就是上好课，教育好学生，完成教学任务就可以了，至于教

学研究，那是教育专家的事或者说是各级教研员的工作，与我的教学生活很遥远，但现在自己做课题后我转变了看法。

教育教学研究就在我们日常教学中，我们教师的研究取材就应当取材于我们的日常教学生活中，例如在我们的平常教学课堂上有的课堂中学生提出的问题就具有一定的教研价值，学生普遍存在的问题也可以深思之后用文字写下来，和同行同事交流也许会取得更好的解决办法，在生活中更要做一名有心人，善于积累还应当及时掌握教育信息、教育动态，提高从实际工作中发现科研课题的能力。

通过课题研究我认识到教育研究课题的选择是教研工作者的首要环节，也是关键的一步，因为教育研究课题的选择引导着研究方向，并制约着整个研究工作的进行及研究的价值。

通过课题研究活动，我加强了课题研究的理论学习，加强了对课题研究的理解，学会从多方面、多途径地去寻找与课题相关的资料，如从网上下载、从杂志上寻找，到图书馆收集、分享交流等多种形式，进一步加深了对课题研究的理解和认识。在整个课题研究活动中，我由开始的无所适从到现在渐渐地得心应手，并在活动中不断成长。课题研究提高了我的科研能力，从熟悉课题、理解课题，到教师专业水平的不断提高，在尝试活动前的准备到活动后反思的整个过程中，我体验着课题研究带来的成功快乐。

微型课题研究实际上是一种行动研究，是行动者为解决自己实践问题而进行的研究。行动研究是行动者对自己的实践进行的批判性思考。

通过对微型课题研究所做的尝试，我体会到，微型课题研究的价值可以归结为“改进”和“参与”。在计划——行动——观察——评价的每一个阶段都有教师的声音。行动研究的基本目的是改进教育实践，不是构建教育理论。教师“参与”研究是为了科学地“改进”自身的工作，“改

进”不仅仅意味着教师通过内省、反思、探究教育教学行为，还意味着通过研究改变教师对教育实践的理解，使教师专业生活方式发生变化，从而实现教师的专业扩展。由此，微型课题研究将成为教师专业发展的基本方式之一。

学生课业负担过重的原因是多方面的，有社会的问题、体制的问题、评价的问题、考试的问题、升学压力等方面的问题，而课外作业繁多是学生课业负担过重的主要原因之一。通过调研，分析论证，提出了校本作业设计的原则。该原则是：

- 1、控制学生课外作业的数量。
- 2、按知识点设计校本作业。
- 3、重复的题目不出，类似的题目少出。
- 4、难题少出，偏题、怪题、超纲的题目不出。

1、课题研究需要甘于寂寞、踏实工作、默默奉献的精神。

课题研究不可能一蹴而就、在短期内取得成效。它是一个艰苦而又漫长的过程，特别是想要取得一点理论上的突破或者是实践上的创新，都需要踏踏实实地埋头苦干冥思苦想。参与课题研究最重要的就是调整自己的心态，要甘于寂寞、淡泊名利、默默奉献，如果心浮气躁，急功近利，课题研究是很难有所收获的，更难体会到精神方面的充实与情感上的满足。

2、精心选题是课题研究的良好开端。

我认为一个好的课题一定要能帮我们解决日常教育教学当中遇到的并且迫切需要解决的问题，同时还要“近”、“小”、“实”。“近”就是贴近教学，贴近现实，贴近学科学习背景。我翻阅了大量书籍资料，调查访问了有关学生，与同事

讨论，最终我选择了《化学发应速率和化学平衡校本作业优化》这一课题、根据自己的教学实际，实实在在的对它进行了多维化的设计研究。

### 3、自我管理是课研究有序、扎实进行的必要保障。

确定实验研究对象，制定研究计划，对实验班和对照班进行了问卷调查，以便及时了解学生对于化学作业的态度和完成效果，使课题研究有的放矢。通过设计、讨论、试验、修改等多种方式，精选习题，反复推敲。设置作业时分为基础训练、能力提升和高考链接三个部分。

### 4、善于积累、不断反思是提升课题研究质量的关键。

原始资料如果不及时记录，到需要时再去追忆、收集，则为时已晚。因此，我非常注意原始资料的收集与整理，做过的事情，都随时注意记录、反思和总结，让自己的研究留下轨迹。记录自己研究过程中的所见、所闻、所感，保留电子文档和纸质资料，同时不忘反思，撰写经验总结。

### 5、教学相长是课题研究的魅力所在。

作业注重激发学生学习兴趣。给学生创造了宽松的作业环境，自主权掌握在学生手里。初步培养了学生的创新意识和实践能力。培养学生的化学学科思维，坚持可持续发展思想。通过本课题前期的实施和研究，教师的素质得到了一定的提高，教学观念转变了，业务能力加强了，实现了教师与学生共同进步。

课题研究虽然已经结束了，但是关于课题的思考并没有结束，课题的学习与研究中，我深刻地感受到“自我发现——自我反思——自我解决”对专业发展的提升作用，也能真切地体验到“经历着的研究者”的充实与自在，体会到“拨开云雾，喜见阳光”的幸福与快乐！此次活动对我来说，是一次重大的

意义上的推进，我将充满热情，充满信心，在教学和教研的道路上走的更远。

## 研究体会和心得100字篇四

布鲁纳的“发现学习”理论认为：认识是，个过程。而不是一种产品。研究性学习不以获得知识为终极目标，而是注重以已有的知识去发现新知识，以创新活动为明显特征，立足于科学精神和实践能力的培养。每个学生都有潜在探究知识的激情，需要教师不断激发，让学生享受学习的快乐，成了我们开展研究性学习活动的出发点。近几年来，我们乘着新课程改革的东风，扎扎实实地开展了一系列的研究性学习活动，悟出了一些经验，现与大家探讨。

1. 着眼生活源泉。杜威认为；教育即生活。牛顿从苹果落地悟出万有引力已成为科学佳话。学习是生活的有机组成部分，学习需要生活化。炎热的夏天，一罐自动致冷的清凉饮料让学生产生了极大的兴趣，经过老师三言两语的点拨，“摇摇冰的奥妙”研究性学习活动便应运而生；本地报刊t“要多吃碱性食品”的一篇文章引起了学生的争论，他们对水果、蔬菜是碱性食品感到很难理解，“食物酸碱性的测定”的研~性学习活动便源于此。

2. 关注社会问题。在很多学生的心目中，科学神圣而遥远，严肃而呆板，书本知识与现实社会相距甚远。作为教师适时打破这一距离。本地媒体上有一篇关于市政重点工程质量的报道：曝光了承包商为了节省开支，用低标孛水泥代替商标号水泥，造成了极大的工程隐患。教材巾(人教版《化学与生活》)有关水泥强度(用标号来表示)，性能关系的介绍只有几句话，满足不了学生的求知欲，在取得有关单位的裹持后，“水泥强度与工程质量”的研究性学习活动开展了，一组同学到市场调研两种不同强度水泥的价格，得到光用低标号替代高标号这一项，每天就可赚取近万元的不法收入；另一组同学到有关检测单位验证了低标号水泥构件的抗压强度比



高标号水泥要相差很多。这样一来，使他们了解到承包商以次充好的原因及由此造成的巨大危害。

3. 根植学科知识。研究性学习活动根植于学科知识这片肥沃的土壤，将会促进学生学有所思，学有所用，使学科知识与研究性学习活动相互促进，知识在活动中得到了延伸和应用，活动为学生学习提供了兴趣和动力。在学习氧化还原反应知识时，教师演示在不同酸碱性条件下还原成不同产物的实验，学生惊叹像魔术一样，教师由此引导学生提出研究性学习课题“用家庭常用药品设计变色的魔术”，其中“红酒变白酒”(  $\text{kmnO}_4 + \text{vc}$  ) □ “变色墨水” (淀粉+碘酒+vc) 等方案受到同学的一致好评。

1. 因地制宜，因校而异。我校地处市区北郊，大多数为独生子女，思维活跃，知识面较广，但缺乏持之以恒的学习品质。“晶体制作”看似简单，但要做出又大又漂亮的晶体，需要学生在近一个月的时间内，每天都到实验室更换母液、修整晶体，还要关心天气预报，根据温度配制母液所需固体的质量。当成果陈列在实验室的橱窗里，学生既体验了科学实验的严谨与艰辛，又享受到成功的自豪与喜悦。

2. 开发资源，保证质量。学校是课程开发和管理的机构，研究性学习活动的开展很大程度上取决于学校的支持。社区是学生日常生活的自然以及社会环境，可以为学生提供大量的科学教育资源。家庭是学生成长的重要环境，家长可以为学生的研究性学习活动提供情感、物质方面的支持。因此，争取学校、社区和家庭三大力量，营造一个有利于研究性学习活动开展的氛围，使活动得到时间、地点、人员、物质等方面的充分保证。

3. 面向全体，尊重差异。开展研究性学习活动它不是追求科学精英的培养和选拔，而是着眼于公民科学素养的提高，关注教育的平等性。指导教师应当明确，并非只有好牛能开展研究，给每一个学生参与研究的机会，尤其是那些在班级

或小组中发青较少的学生，应给予他们特殊的关照和积极的鼓励，使他们有机会、有信心参与到研究性学习活动中来。而向全体学生，还需要照顾学生的个体差异，在活动中尽量发挥学生的特长，使潜能都得到充分发展。

4. 师生互动，加强引导。在研究性学习活动中，教师既不要急于求成，直接告诉学生如何研究，甚至代替学生去研究；但也不能放任自流，追求表面上的自主自由。当学生遇到棘手的难题、举步维艰的时候，教师可以把握时机，适时参与，以平等协作的身份给学生以必要的启发和引导；当学生忽视了某一重要环节或关键问题时，教师可以就问题假设向学生求助；……总之，在研究活动中，教师的引导变得更加隐蔽，往往体现在无意之中。

5. 主动探究，亲历发现。研究性学习活动要求学生积极参与，不仅要用脑想，而且要用眼去看、用耳听、用嘴说、用手做，即亲身经历体验，用心灵去感悟。在“探究”、“实验”、“思考”等一系列的活动中发现和解决问题，体验和感受生活，发展实践和创新能力。在活动中，尽可能地发挥学生的自主性，增大研究活动中学生的自主程度，将学生的需要、动机和兴趣置于核心地位，为学生自主性的充分发挥开辟广阔的空间。

6. 加强合作，增进交流。研究性学习活动以小组为单位，将集体利益置于个人成败之下，帮助学生学会与他人的合作、交流及分享。在研究各个阶段，都要让每一个学生充分发表自己的意见，使大家都感受并分享到每一小组和每一个学生研究的贡献，摆脱自我中心倾向，同时通过交流、争论激发灵感，促进彼此建构新的假设和更深层次的理解。

7. 科学评价，促进发展。在研究性学习活动中，可采用学生自评、学生互评与教师评价相结合的方式，并以评语代替等级，采用学生研究活动记录卡和研究活动评价表相结合的评价形式，并将小组评价结果与组内每个同学的评价相联系，

重视学生的团队精神。

8. 教学相长，共同提高。在研究过程中，教师要敢于承认自己的不足，积极地和学生一起讨论，尽快想出解决办法；在研究过程中，教师要抱着谦逊的态度，虚心向他人、向书本、向社会学习，努力扩充自己的知识面，赢得学生的尊重。

研究性学习的目标是为了让学生获得亲自参与研究探索的积极体验，提高发现问题和解决问题的能力，学会分享与合作，培养学生的科学态度，培养他们对社会的责任心和使命感，激活各科学学习中的知识储存，尝试相关知识的综合运用。

提出“三大纪律，八项注意”正是为了更好地实现上述目标，提升学生的综合素质。

## 研究体会和心得100字篇五

我们这次研究的内容是《垃圾资源化》，以下是我们研究题目的具体内容。

- 1、垃圾处理的方法
- 2、垃圾如何分类、回收
- 3、个别垃圾个别处理。

研究一个课题，首先应该确定研究方向。我们的研究方向是从生活入手，配合现在国际环保的要求，我们选择了这次的主题。与此同时，虽然是第二次研究我们还是会遇到一些问题：制定实验方案。在制定实验的过程中，我感觉到了前所未有的压力。身为组长要有掌控能力，由于我不很得心应手研究便因为各种各样的问题而一拖再拖。所以针对这一点，我觉得我们应该事先制定出一份详尽的时间表，然后应该严格按照时间表来执行。只有在这样详细的规划下，我们才能

按时完成任务。

虽然我们的报告成功完成，但由于浪费了大量的时间，一些详细的工作没有完成的很好。

通过这次研究性学习，我也得到了许多收获与财富。

首先便是知道了“规划”的重要性。世间万物皆有规律，而计划就是一个能时刻跟随规律，调整规律的时间表。只有在严格的规划下，才能完成高质量的课题和项目。

第三便是“效率”。没有效率，就如同浪费时间。有的人能在学校便把作业都作完，而有的人第二天背着未完成的作业一起赶到学校，这就是差距。而这差距就在效率。有了效率，就相当于有了三头六臂，一个人可以处理好多事情。而专心就是效率的保证，只有当自己处于一个专心的状态，会感觉时间像是停滞了一般，“效率”也就“不请自来”了。

第四，享受“不享受”的东西。每个人都有爱好，但各位同学中极少当成爱好的。当然，我也并不把研究性学习当成一个爱好，因为研学，也是学！但是，如果我们转变自己的看法，用客观的眼光去看待学习和自己一切不喜欢干的事，就一定会找到一个有趣的切入点。有了兴趣，什么都好说。

第五，将压力变为动力。整整一个学期，研学给我带来最大的感觉，便是那巨大的压力。当看着周围的同学们相继完成了实验，写完了报告，我们组的试验还只停留在纸上，我充满了压力与危机感。也正是这样的危机感，为我加速，促使我按时完成了任务。而有些人，遇到压力瞬间就变成了热锅上的蚂蚁，自乱阵脚。我们应该相信“车到山前必有路”，只要按部就班地做下去，总有完成的时候。当有了这种压力的时候，我们的动力和潜能才会被真正地激发出来。

第六，团队精神，每一个团队都应该要有团队精神。“一根

筷子很容易被折断，而一把筷子却很结实”——这便是小学时候老师给我们解释“团队精神”时所举的例子。没错，之所以大多教育都是以班级为单位，是为了增加我们的团队精神和能力。在被划分成研学小组的同时，这种精神便更加的到了锻炼。如果是以班级为单位，僧多粥少，不是每个同学都有锻炼的机会，而这样的机会往往被班级中少数几个“积极分子”所掌握，锻炼的机会总是在他们身上。而因为有了研学小组，每个人得到锻炼的机会近似均等，这就给我们提供了一个锻炼团队精神的平台。有了团队精神，当我们在社会上加入某些团体后，我们要在团队中协调等能力，充分发挥出每个人的创造性，同时将能力最大化，也就是说，“独乐乐不如众乐乐”，在团队中，每个人不但能力能发挥出来，同时还有可能超常发挥。

第七，听指挥。这也是很重要的一点。群龙无首的精锐部队那也只是一群乌合之众！如果一个团队中大部分人不听从指挥，那么这个团队也就无异于“群龙无首”。大吵大闹地反对，并不是解决问题的方法，非但不是在帮助自己，恰恰相反，那是在对自己，对大家不负责任的一种表现！所以，听从指挥，是非常重要的。

我还想说的还有很多，值得总结的也还有很多。这次研究性学习不但给我带来了美好的回忆，并且收获中我还学会了一些做人，做事的基本道理。