

# 教师远程研修培训总结与反思(优秀5篇)

总结是把一定阶段内的有关情况分析研究，做出有指导性的经验方法以及结论的书面材料，它可以使我们更有效率，不妨坐下来好好写写总结吧。相信许多人会觉得总结很难写？这里给大家分享一些最新的总结书范文，方便大家学习。

## 教师远程研修培训总结与反思篇一

我参加了教师远程培训研修培训，这次远程培训研修培训好比给教师雪中送炭。在这次的培训学习中通过看视频、听讲座、听专家点评、看简报看各位老师们的作业、研修日记、看评论以及参与评论，参与专家与学员之间、学员之间的互动讨论。学到了很多新知识，真是受益匪浅。现将这次培训体会总结如下：

### 1、通过远程培训研修，我的观念得到进一步更新

有机会来参加这次培训，有机会来充实和完善自己，我自豪，我荣幸。但更多感到的是责任、是压力！回首这次的培训，真是内容丰富，形式多样，效果明显。培训中有各级教育专家的专题报告，有一线教师的专题讲座，有学员围绕专题进行的各种行动学习。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。

### 2、通过远程培训研修，我学到了先进的教学理念

通过远程培训研修，专家讲座的内容在我心中掀起了阵阵波澜，不仅让我了解到了前沿的教育教学改革动态，而且还学到了先进的教学理念，在专家讲授的一些教育教学实例中产生了共鸣，从而让我能从理论的层次来解释自己在教育教学

中碰到的一些现象，也为我今后的课堂教学工作指明了方向。

### 3、通过远程培训研修，我增长了见识。

远程培训研修平台上的老师都在努力地学习，积极地发表文章和评论，甚至有些老师在晚上十一二点都在网上学习这些老师的学习精神真是值得我努力学习。他们的文章：观点独特新颖、方法行之有效、行文优雅俊秀。在和这些老师交流的过程中，我深深感到自身的浅薄，感到加强学习的重要性。所以远程培训研修的过程中，我一直抱着向其他老师学习的态度参与的，多学习他们的经验，结合自己的教学来思考，反思自己的教学。

### 4、通过远程培训研修，激励自身成长，展望未来

让我站在了一个崭新的平台上审视了我的教学，使我对今后的工作有了明确的方向。这一次培训活动后，我要把所学的教学理念，咀嚼、消化，内化为自己的教学思想，指导自己的教学实践。要不断搜集教育信息，学习教育理论，增长专业知识。课后经常撰写教学反思，以便今后上课进一步提高。并积极撰写教育随笔和教学论文参与投稿或评比活动。

我的未来目标是通过自己的不断磨砺成为一名数学骨干教师，我有信心在未来的道路上通过学习让自己走得更远，要想让自己成为一名合格骨干教师。为了理想中的教育事业，我将自强不息，努力向前！

总之，在今后的工作中，我还会一如既往地地进行专业研修，不断创新思路，改进教学方法，使自己真正成为了一名数学骨干教师。

20\_\_年远程研修开始了。我很幸运被推荐为我区体育教师远程研修指导教师成员之一。自从选上指导教师，我就身感到身上责任重大。内心是诚惶诚恐，唯恐自己做的不好，不到

位，让各位同事们笑话。同时也在不断的期待正式的入轨。所以我想尽心竭力地去做好这个工作，完成光荣而艰巨的使命。

为做好这个工作，我就认真研究研修平台的使用、明了指导教师的职责。不明白的地方，我就向老研修指导教师以及上一级指导教师请教。

每天远程研修改变了我的生活，每天6：30准时打开电脑，要笨鸟先飞。第一件事，就是登录我的工作室学习浏览课程信息、学习课程简报并进新编辑本班的学习园地并提出话题讨论。本次研修我一共编辑4期学习园地，而且一期比一期用心思！吸取别人的精华，从中学到不少东西！同时也提高了我的学习园地制作技术。然后学习课程资源，进入我们的班级，在新的作业、简报、话题中汲取我需要的营养。浏览专家的简报和文章以及评论。从网上的研修专家学者那里学到了很多，而且认真地品读每位学员的作业和点评，虽然我们很多素不相识，但通过这个研修平台，使我们的思想得以碰撞，产生心灵的共鸣。从身边的优秀教师那里我确实学到了很多。

我区本次研修教师分为两个班，我负责体育2班，有34人，学员们当天上交的作业每一篇我都认真地阅读学习，然后写出自己简短的感受，有时写的还很长。对有些学员的观点有不同的，我也坦诚不恭地与之交流。有时被学员们的作业吸引，坐在电脑前一评就是7—8个小时，腰酸肩酸那是肯定的。“无他，唯身体壮耳！”我不但被学员点评，在浏览过程中，我还是一位资料收集家，碰到好的作品，我一定会收集一份以备将来参考，所以我的浏览点数很多很多。在研修过程里，我被老师们的研修热情一直所鼓舞着、感动着。有些学员实际上是我区名师、干将。我们有时和他们比起来有点惭愧！可既然被推倒指导教师这个位子上来了，就要切实担当起这个责任来：认真阅读、点评每位学员的作业，筛选推荐优秀作业、制作学习园地、解决学员的困难和困惑等。有时可能我们点评不是很到位、很合意，但老师们都很支持谅解

我们的工作。

转瞬间远程研修就要结束了!我们与全省的各地市的体育一线的教师以及专家们进行了一次研修大会，可谓快哉!

全省各地市的同仁们，通过山东省教师教育网这个研修平台，进行了网上研讨交流，这可是教师们教育思想的一次大地震，不亚于8级地震!

在这次远程研修的日子里，有多少难眠、难受、难忘、“难过”的日子，忘不了我们的研修教师们一起观看视频的那种聚精会神的样儿;忘不了观后讨论、各抒己见面红耳赤争论不休的场面;忘不了下午为完成作业而字斟句酌、眉头紧锁或豁然开朗的模样;也忘不了教师们细心阅读研修同学的作业，咬文嚼字的点评;忘不了当我们的同事的文章作业被省专家评价推荐的欣喜;当然更忘不了老师们相互鼓励、互相帮助为解决一个问题的慷慨;更忘不了，夜深了你还没有睡，在挥汗如雨地赶作业的精神;更忘不了专家的细心点评、悉心指导，解疑答惑雪中送炭的精神。

远程研修是一首歌：歌颂我们教师的学习渴望的精神;暑假远程研修是一首诗：字里行间折射出研修教师的字斟句酌的严谨治学的精神。

远程研修给我们教师搭建了自我成长的学习的平台，给我省教师插上了教育教学的双翅，让他们在这片教育的蓝天更加自信骄傲地翔飞!

研修是思想的交流，心灵的对话。研修给我给养分，研修促我成长提高，研修使我更新刷新理念!指导别人研修、在指导中学习、在指导中成长、在指导中完善。

让我们乘着研修的东风继续乘风破浪吧!为山东省教育谱新篇而研修不止、奋斗不息!

20\_\_远程研修已接近尾声，枣庄市峄城区东方国际学校的参训教师对这次培训都非常满意，收获颇多。

### 一、观念更新了

远程研修，带来了新的理念，专家精彩的解读与点评，提高广大参训教师自身素质，实现个人的专业化成长。更新了教师的教育观念，使老师们对新课程的认识与实践都有了一个质的飞跃。

### 二、视野开阔了

这次远程研修，让参训教师喜获丰收。了解了新课程下如何超越教材备课?怎样进行课例研究?一节好课是怎样打磨出来的?令老师们耳目一新，开阔了视野，拓宽了思路，找到了前进的方向。参训教师纷纷表示，一定将这次研修获取的新思想、新观念、新做法应用到新学期的教育教学中，给新学期的教育教学再添一把柴!

### 三、意识增强了

研修期间，足不出户就能聆听专家的先进教学理念，与同行交流思想，汲取众家之长。增强了教师的责任感、使命感，明确了教学工作的重心，培养学生学会学习、学会生活、学会做人、学会创新的能力。

### 四、差距找到了

通过研修，加强自身教育素养和专业素养的提高成为所有老师的共识。作为教师，只有渊博的知识是不够的，我们还要有更多的教育智慧和育人机制，要善于学习、善于思考、善于研究、善于交流、善于总结，只有这样才能做到与时俱进，适应新时期的教育，这也是当前教育形势下对教师的新要求。

## 五、信息倍增了

回顾这几天的研修，专家的教诲，犹言在耳；名师的案例，历历在目；同行的评论，谨记心中；其实收获的不止这些，更多的是自我的反思。反思自己的教学，反思自己的课堂，反思自己的专业成长。我坚信：这次远程研修是我人生道路上前进的动力，一定能成为我打开教学成功之门的钥匙。

20\_\_-20\_\_学年度的江西省中小学教师全员远程培训快结束了，回顾这段工作、学习的时光，我觉得有付出，也有收获。应该说，远程培训研修为我们一线教师的交流搭建了一个很好的平台，在这里我们可以畅所欲言，解惑释疑。通过研修，我全面提升了自己的基本素养和业务综合能力，对于个人今后的成长进步起到了积极的作用，对教育教学工作也有了一种新的理解。

### 一、转变思想，更新观念

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，具有丰富的知识素养，扎实的教学基本功，否则就会被时代所淘汰。因而，进一步增强了自身学习的紧迫性、危机感和责任感，树立了“以学生为本、教书育人”的教育教学理念。

### 二、勤勤恳恳，积极研修

在研修过程中，我坚持定期进行网上学习，认真观看各个专题视频录象，通过学习解决了我在实际教学中遇到的很多疑难问题，使自己在道德修养、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，同时也

进一步更新了教育理论，丰富了教学经验，为今后从事语文教学和班级管理工作，进一步提高课堂教学效率打下了良好的基础。通过学习培训，也结识了许多优秀的教师，开阔了视野，充实了自己。

### 三、用心思索，深刻感悟

远程培训研修培训，是我人生历程中一段重要的学习经历。通过课程作业反思了以往和展望即将开始的新的学年；通过网上探讨寻找到了思想的沉淀和共鸣。新的课程理念、新的教学方法、新的评价体系都使自己对语文教学与教研工作不得不重新审视和重新思考。在今后的工作中，我将克服惰性、力求勤勉敬业，通过各种途径，进一步加强学习，力求解决教学工作中更多的实际问题，切实提高自身教学能力和业务水平，使自身稳步提高。

通过这次培训，我提高了认识，理清了思路，找到了自身的差距和不足，我将以此为起点，不断梳理与反思自我，辛勤工作，努力学习，使自己有更大的成长和进步。

在这次培训中，我认认真真地观看和学习专家的视频课程，学习了课程团队专家们精心选择、精心编辑、精心打造的“课程简报”，并积极参与在线研讨，认真完成作业，在思想上有了观念的更新，了解到新课程的基本理念，以后将会更积极主动地投身于新课程改革的具体实践中。课程的改革既是基础教育的改革，也是推进素质教育的改革，我们要以培养学生的实践创新能力为目的，把学生从观察现象改变为探索现象的观念上来，培养学生分析问题解决问题的能力，构建一个探索性的学习空间，以适应新时代的需要。下面就这段时间的学习谈谈自己的学习体会。

通过和各学员的讨论我知道：数学的学习要注意与现实生活的密切联系，要让学生搜集数据、处理数据，解决实际问题，完善函数模型建立的过程与方法，利用已有的数学知识分析、

研究身边的问题，数学的观察世界、感受世界、自主探究、合作交流，全方面提高各方面素质。专家和学员们提供的方法很好，寓意深刻，我不断的与自己平时操作相对比，认真的反思了我的数学教学方法与学习方法设计是否合理，教学的过程设计是否正确，教学过程中是否激发了学生的好奇心，激发了学生的学习数学的兴趣，教学程序与环节设计如何，创设情境是否科学，教学效果如何等。

学生是学习的主体，是整个教学活动的中心。我们教学活动的最终目标是通过教师的指导，点拨，使学生能够积极主动的学习，获取知识，形成能力。但是，在目前的现实教学中，学生在学习过程中存在着各种各样的不良习惯，例如，“学习规范性差：忽视预习，听课的自觉性不强，效率不高，在课后只满足于完成作业，不注重总结提高；学习习惯不理想，不重基础，眼高手低，不注意总结，对问题一知半解不求甚解；运算能力较差，无论计算什么题都想用计算器；应用能力和综合应用能力差。”等都是目前学生中普遍存在的不良习惯。这些行为的存在，使得学生学习没有动力，缺乏兴趣，如何改变这些行为，激发学生的学习动力，培养学生的学习动力，是教师教学的一个主要任务，在平时的教学中，我也有一些积累，但不是很全面，很完善，通过学习，交流，吸取其他老师的经验，对学生学习中的不良行为有了一个全面的认识，并学到了许多解决这些问题的宝贵经验，例如“培养学生的学习兴趣；多表扬鼓励，培养学生的自信心；让学生充分体验成功的喜悦”等。这些知识的获得，将为我今后的教学工作，提供了思路，产生了积极的指导作用。

教师就必须在各个方面提高自己。尤其是在教学方面，一个优秀的教师上课方法不会是单一，而是要有多种多样的课堂方式。只有形式多样的课堂，才能更好的吸引学生。让学生喜欢上数学课，从而在各个方面提高自己的数学水平。一堂课下来，教师一定要明白在教学生什么，学生发展了没有，改变了没有，学生走出教室与走进教室有无变化这就要求我们教师在备课的时候绝对不仅是在备教材，更多的是要关注

学生，关注学生能学会什么，是否发展了。这也就要求我们的教学是面向全体的教学，我们的教学必须要采用更多的学习方法、教学方法，这里说的方法也不仅仅是单纯表面意义的活跃，而是要看课堂有没有深度，好的课堂应是有生成感、推进感的课堂，教师不仅仅准备给学生什么样的挑战，还要看学生能提升什么，突破什么我们要使课堂变成思维的舞蹈者。同时我们还应该在科学的理念指导下改革教学方法。老的教学方法已经不能适应新的社会的需求了。同时也不可能满足我们新一代的学生了。所以作为当代的老师不能只满足目前的状态。应该从现在开始学会适应社会、适应学生。所以，应该在科学的理念指导下，改变教学方法。不能只是单纯的像以前那种教学的方法，我教你学。也不管学生会不会。现在要多学习。

总之，通过本次学习，我的一个个心结被打开，通过这次远程研修活动，使得我在今后的教学中更加自信，愿与各位老师在新课改的旗帜下共同成长，共同进步不断完善自己。最后，谢谢各位专家，指导老师的悉心指导。

## 教师远程研修培训总结与反思篇二

俗话说：活到老，学到老，远程培训学习心得。教师的知识储备就要像一泓活水，要与时俱进！本次网络远程培训就打破了以往的培训模式，网络与个体差异相结合，让我感觉学习既方便又全面。回味这次培训，感触颇多，使我对教育教学有了新认识。

### 一、更新观念，激发情趣

这次培训，使我的观念得到了更新，聆听了专家的讲座和看了学员老师作业及评论，我深深体会到我的观念是多么陈旧，这不利于学生成长，不利于自己的教学，更不利于自身业务能力的提高。通过这次培训，我深深体会到，一位老师，不

单是教书，传授知识，还得教育学生怎样做人。自己在教学除了有很强的敬业精神之外，还得在教学中融入新的教学理念和教学手段，这样才能丰富课堂，提升学习激情，持久才能提升学习综合实践的兴趣。

## 二、先进的理念，激励我学习进步

这次远程培训，我学习到了新进的观念，这将激励我前进。特别是专家的讲座，让我有了豁然开朗的感觉，让我进一步了解了前沿的教育教学改革动态，让我能从理论的层次来解释自己在教育教学中碰到的一些现象，也为我今后的课堂教学工作指明了方向。

## 三、学用结合，知行统一，在实践反思中提高教学水平

学用结合，知行统一，是学习的重要方法。只有将所学所悟运用到教学实践中，才能让自己的工作更加得心应手，使教学效果更上新台阶。所以，在学习中，我始终坚持把课程学习与教学实践结合起来考虑。运用所学的理论知识指导教材解读、教学设计和课堂教学，检查自己的教学是否符合课标要求、教材实际和综合实践教学规律。同时，也运用教学实践检验所学理论的科学性、合理性与实效性，从而加深对课程内容的理解，提高自己的认识水平和课堂教学艺术，全面提高学生的综合实践素养。

总之，以现代信息技术为核心的现代远程开放教育，为我们营造了一个崭新的学习环境，使人们的学习可以在校内，也可以在校外，在社会的任何一个场所主动的进行学习。它正在改变着我们的生活方式、工作方式，更是从根本上改变了我们原先的传统学习模式，给我们带来了新的学习观念和新的学习方式。开放教育的学习者必须充分了解自己所在的学习环境，选择适合自己的学习方式，通过几年的学习，努力掌握学习技巧、策略，最终学会学习。

## 教师远程研修培训总结与反思篇三

一学年度的江西省中小学教师全员远程培训快结束了，回顾这段工作、学习的时光，我觉得有付出，也有收获。应该说，远程培训研修为我们一线教师的交流搭建了一个很好的平台，在这里我们可以畅所欲言，解惑释疑。通过研修，我全面提升了自己的基本素养和业务综合能力，对于个人今后的成长进步起到了积极的作用，对教育教学工作也有了一种新的理解。

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，具有丰富的知识素养，扎实的教学基本功，否则就会被时代所淘汰。因而，进一步增强了自身学习的紧迫性、危机感和责任感，树立了“以学生为本、教书育人”的教育教学理念。

在研修过程中，我坚持定期进行网上学习，认真观看各个专题视频录象，通过学习解决了我在实际教学中遇到的很多疑难问题，使自己在道德修养、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，同时也进一步更新了教育理论，丰富了教学经验，为今后从事语文教学和班级管理工作，进一步提高课堂教学效率打下了良好的基础。通过学习培训，也结识了许多优秀的教师，开阔了视野，充实了自己。

远程研修培训，是我人生历程中一段重要的学习经历。通过课程作业反思了以往和展望即将开始的新的学年；通过网上探讨寻找到了思想的沉淀和共鸣。新的课程理念、新的教学方法、新的评价体系都使自己对语文教学与教研工作不得不重新审视和重新思考。在今后的工作中，我将克服惰性、力

求勤勉敬业，通过各种途径，进一步加强学习，力求解决教学工作中更多的实际问题，切实提高自身教学能力和业务水平，使自身稳步提高。

通过这次培训，我提高了认识，理清了思路，找到了自身的差距和不足，我将以此为起点，不断梳理与反思自我，辛勤工作，努力学习，使自己有更大的成长和进步。

## 教师远程研修培训总结与反思篇四

在这次网上远程培训中，我学习了一些十分重要的教育理论和观看了优秀教师的教学实录。在这个学习的过程中，我感觉我又好像又回到了学生时代，每天都在如饥似渴地汲取着知识，一天天地让自己地知识更为系统和丰富。通过这两个多月的培训学习，开阔了我的眼界，更新我的教育理念，促使我站在更高的层次上来反思我以前的教学工作，以深深地思考地未来的路要怎么走，也意识到新课改的重要性及其必要性。作为一名中老年教师，在教学过程中还存在一些问题。但是，这对于我今后在实际工作有着重要的指导作用，可以说此次培训收获颇丰、受益匪浅。现在将我这段时间的学习作如下总：

一、树立“活到老，学到老”的终身学习观

二、改变工作方式，谋求共同发展

新课程理念提倡培养学生的综合性学习，而自主合作探究又是学生学习的重要方式。对于绝大多数教师而言，几乎很难独立一个人较好的完成，这就要求我们教师要善于了解其它学科，学会与其他教师合作，互助配合，齐心协力培养学生。从而使各学科、各年级的教学有机融合，互助促进。

人生没有捷径，教学亦如此。虽然我的作业不是优秀，但是让我看清楚了其中的差距，鞭策我不断的努力。相信自己，

别人能做到的，我经过努力一定也能做得到。

其实，在课程实施的过程中，教学评价也在起着十分重的作用。我们要以平时的教学内容为依据，采用符合学生的评价方式。对于中差生我们要以激励为主，要让学生在参与和展示地过程中获得成就感，增强自信心。

另外，我们教师的目标也不能只停留在完给教学任务上，我们还应不断加深对课程理念和课程目标的理解与认识，充分吸收和继承各种教学方法的可取之处，优化教学方式，提高教学的效率和效益，在实践与反思中努力提高自身的专业素养，适应英语课程改革对英语教师的要求。

综上所述，在这次培训过程中，不仅在教学资源的理解和运用上，还是小组合作学习的交流上，以及课程设计上都给了我以理论上的指导。这些理论知识和课堂教学案例对我的影响不会因为学习的而，而会永远指导我今后的教学，让其更为有效和完美。

## **教师远程研修培训总结与反思篇五**

作为一名普通体育教师，对于体育教学的基本理念早已不陌生，然而能够深入进去地去对体育新教材做更深入的研究、探索、思考、挖掘似乎却不多，而这样的学习似乎正好为我们去挖掘去思考体育教材、教学更深入的内容提供了机会贴近了课堂；经过这次研修，我深深的感觉到：教师不仅要具备高尚的师德，还要有渊博的学识，这是我们从事教育教学工作的基础。我积极利用这个机会，刻苦学习“新理念、新课程、新技术”，努力提高自身的师德素养和教育教学水平。我非常珍惜这个难得的学习机会，把继续教育研修作为提升自身素养，促进专业发展的一个主要学习方式。通过对五个专题课程的学习，我个人感觉在这次学习中收获很多，盘点收获主要有以下诸多方面：

## 1、计划周详，学时充分

学习的目的就是要有实效。我根据教师进修学校和远程教育培训学习计划，几乎每天都安排了一定的学习时间和内容，把学习、作业、交流、讨论互相穿插，保证足够的时间与空间，获取最大的学习效益。将近一个月里我用业余时间和双休日完成了多项选修课程的学习，在网上向全国各地的教育专家、名师学习，在学习中，能够根据网上提供的一些案例发表自己的见解，探索更有效的方式与途径。我坚持积极独立高质量地完成了网上作业，希望能达到了预期的学习效果。

## 2、灵活机动，学以致用

学习的过程是一次知识积累与运用、创造的过程，因此要会学、善用。继续教育学习课程里有丰富的知识讲解，我每次看后，总要有一个思考，即如何将这些优秀的、先进的教育教学经验带进自己的课堂，有针对性的运用到自己的教育教学实践中，从而收到事半功倍的效果，缩短同发达地区学校教学上的差距。通过实践对理论、经验的检验，寻找这些方式方法上的不同点、相同点与衔接点，完善自己的课堂教学方法，提升自身的课堂教学艺术。我刻苦钻研以求更大程度的吸收这些知识，结合教材所需，将一些抽象的知识内容具体化、形象化，现实化，让自己不断进步，争取做一个称职的教师。

## 3、积极参与，互帮互学

继续教育学习也是一个互动平台，需要大家共同参与，继续学习中分有班级，在论坛中我们可以互相研讨，把自己的学习体会经常同教师们交流，运用所学经验积极向老师们征求意见，积极修正，取长补短。这个方法可以促进广大教师共同提高。在完成作业的过程中我们可以积极思考，不断地提高自己，完善自己，同时提升自己的教学水平。

通过继续教育研修，我的教学素养得到极大提高，争取在以后的工作中将学到的理论运用到实践当中去，真正做到学以致用，提高教学效果。

1、通过学习，解决了我在实际教学中遇到的很多疑难问题，如：解决问题教学如何创设切近学生生活实际的情境，合作学习如何做到恰当的时间利用等。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，为今后从事体育教学，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。

2、教师要不断学习，努力提高自己的专业素养，不断促进自己的专业成长。通过研修学习，我认为要想驾驭新课程理念指导下的课堂，教师不仅要具备高尚的师德，还要有渊博的学识，这是我们从事教育教学工作的基础。要以这次远程研修培训为契机，继续加强自身的学习和提高，利用各种形式广泛收集课程资源信息，认真向课程专家团队和同行学习，不断充实提高自己的专业能力和业务素质，以胜任自己的教育教学工作。

3、通过这次研修，在我的头脑中进一步确立了转变学生的学习方式，转变教师的教学方式，转变教育教学理念的重要性，使自己坚信只要坚持搞好素质教育，坚持以学生的发展为核心，以教师的专业发展为支撑，进一步关注学生的主体地位，就可以实现学生的素养发展和教学成绩的双赢。

4、进一步加强对教学工作的反思。加强教学反思，认真听取学生的意见和听课教师的评课建议，及时修改、补充、调整、完善教学设计和教学策略，这对教师的专业发展和能力提高是非常必要的。我们要坚持写课后反思、阶段性反思、学期后反思和学年反思，在反思中成长、在反思中进步。

我作为一位体育教师，谈谈对体育教学想法，如下：

从当前的形式看，多媒体辅助教学在语文、数学等学科中得到广泛开发和应用，但在体育教学中，情况却不乐观。传统观念认为，体育课主要是让学生锻炼身体，学习运动的技能技巧，和多媒体教学没有多大关系，这种想法是不正确的。在高科技不断发展的今天，充分发挥现代科学技术优势、运用现代化教学技术手段为学生提供多样化的教学内容，已成为高科技条件下课堂教学的重要环节。教师运用多媒体教学手段更能优化体育课堂教学，激发学生学习体育的动机、兴趣和求知欲，注意力容易被画面和动画吸引过来，加深学生对动作概念和体育理论知识的理解，这样学生就能怀着愉悦心情进入学习的佳境。同时多媒体技术以其方便的交互性和共享性促进了讲解、示范、演示、作业、考核、反馈等体育教学环节的优化。

## 1、优化教学环境，提高学习效率

体育教师在教学过程中要正确对待和处理诸多不利因素，处理好室内理论课与实践课的关系，多媒体是体育教学中一种重要的教学手段，在体育教学实践中，合理使用电教手段，恰到好处地利用电教媒体能够使学生在交互状态下进行学习，激发学生学习兴趣，调动学生学习的积极性，提高学习时间的利用率，优化教学环境。由于体育室内课理论知识较抽象，文字、材料、插图单调，体育实践课动作技术强，结构复杂，学生理解吃力。如果把理论和实践知识有创造性地制成投影片，并与录相带、vcd光碟的部分镜头、flash动画有机结合起来，形成完整技术动作，通过“慢镜头”或“定格”的方式逐渐展现在学生面前，同时讲解各个分解动作，抓住重点，讲深、讲透，让学生在屏幕上清楚地看到所要掌握动作的技术要领，增强理解深度，激发学生模仿的兴趣，创设教学环境，以动静相结合，声像合一，使学生从感性认识上升到理性认识，再从理性认识指导实践，从而有效地调节教学结构。使课堂教学的综合性、实践性、趣味性、应用性得到进一步

加强，从而使学生学习获得事半功倍的效果。

## 2、激发学习热情，开阔学生视野

实践证明现代教学技术手段的应用，对于引发学生的学习兴趣，激发学生的创造性思维有着不可忽视的作用，我国教育家孔子也曾说过：“知之者不如好知者，好知者不如乐知者”。德国教育家赫尔巴特指出“教学应当贯穿在学生的兴趣之中，使学生的兴趣在教学的一阶段都能连贯的表现为注意、等待、研究和行动。”可见，学生学习积极性的提高，主要因素是学习动机和兴趣，这是学生智力发展的重要动力。作为教师要充分挖掘体育教材中的兴趣因素和艺术魅力，而运用多媒体，通过声、形、动作等因素的交替作用，充分调动起学生的求知欲望和学习兴趣，发挥他们的主体作用，达到“寓教于乐”的目的。传统的体育课堂教学方式，主要是教师边示范边讲解，这就要求我们体育教师在讲解体育技能动作时，必须把示范动作做的相当规范，否则就会直接影响学生学习的效果。而在现实中体育教师因年龄，自身的身体素质等原因，不可能都有很高的技术水平和示范能力，使得学生已经对这种教学模式感到乏味。然而，现代信息技术教学方法，教学手段生动活泼、新颖多样，能够创设出较好的情境和情绪体验，教学课件中教学画面的变换，声音效果的叠加，动画效果的处理，改进了传统教学教师边示范、边讲解的教学模式。现代信息技术的运用既符合青少年的求知、求新心理特点，现在的学生对计算机多媒体有着浓厚的兴趣，多媒体教学不仅能创设比较好的情境，激发学生的学习热情，开阔学生的视野。还可以大大增加课堂容量，增大信息密度，提高教学效率，丰富学生的学习内容。

学生观看后，会感觉跳远的动作好像是在空中自由飞跃。造成课堂气氛活跃、学习热情高涨。也全面清晰地反映了跳远的动作全过程。一方面，可以让学生通过运用多媒体画面观看世界运动会上优秀运动员跳远比赛的精彩画面，同时把世界上优秀运动员的规范技术介绍给学生，便能有助于学生建

立正确完整的技术概念，较好地掌握技术动作，致使学生开阔了视野。另一方面，运用多媒体手段纠正学生的错误动作具有传统手段无法比拟的独特作用，又能调动学生的学习兴趣，激发学习热情和积极性。

### 3、突出教学重点，解决问题难点

有关研究表明：人们从语言获得的知识能够记住15%，而利用视觉加听觉获得的知识可接受65%。在以往体育课堂教学中，抽象的知识往往以语言描述为主，即使使用一些挂图、模型等直观手段也显得较为呆板。而且以往只是通过教师的讲解与示范，不能满足学生的要求，示范的成功与失败，动作难度的影响与限制等等，都不能较清晰、完整地展现在学生面前（尤其是不能定格在空中动作等）。多媒体课件利用二维、三维等空间的设计，全方位的剖析难点，化难为易，加快了学习速度，为此，把体育课的内容与多媒体相结合，把教学内容生动、形象地放映在学生面前，这样就增加了感官刺激，如图像、色彩等，可将输出的信息化静为动，化抽象为形象，使复杂的动作过程简单、具体化，使学生通过多种感官去品味动作，体现动作结构严谨性。同时利用多媒体又能提高了教学质量，缩短了教学过程，学生也易于把握住学习的重点、难点。并能够把老师做不好或帮不清的动作环节表达清楚，有效地帮助学生把握住技能学习中的动作要领。

### 4、提高审美情趣，陶冶学生情操

体育本身蕴涵强烈的美感和价值。利用现代教学手段在体育课堂教学中，运用其声像效果和感染力强的特点为学生营造一个与教学内容相适应的情景，再现现场场面，增强真实感，让学生身临其境，亲自感受体育课堂的氛围，通过内心体验，引起情感共鸣，自觉地接受熏陶，更可增强学生的审美情趣和陶冶情操。像韵律体操、各种运动技能技巧、足球、篮球、排球、乒乓球、武术课的学习都需要教师自身示范动作，且体育教学内容之多，技能之大，大多数体育教师难以样样精

通的。如果使用电教手段，运用媒介来塑造美的形象。就可以真实的反映出体育教学中的各种技能技巧，可较好的帮助引导学生去感知、体验、欣赏及评价。如在韵律体操教学中，许多学生只是机械的模仿学习，不能真正地领悟其中美的价值。通过有计划地、有组织地使用电教手段进行教学，让学生观看韵律体操的录像，同时加上体育教师的技术指导，学生们就逐渐领悟了其中美的内蕴，陶冶了情操，增强了学习的自信心，同时他们的动作也显得舒展、大方并初具欣赏韵味了。

## 5、掌握学习方法，提高解析能力

利用现代信息技术进行分析对比，可以提高学生分析和解决问题的能力。利用现代信息技术，把各种不同的运动技术制作成课件完整地或突出重点、难点地展示给学生，也可以把常见的错误动作制作成课件，让学生上课时观看，并与学生一起分析、比较，提高学生分析解决问题的能力。

## 6、利用电教手段，发挥主体地位

新课程要求以学生发展为中心，重视学生的主体地位。由于长期以来人们习惯于教师的职责是“传道，授业，解惑”，课堂教学的传统习惯是“师讲生听”、“师示范生模范”，教师是教学的主体，是权威，而把学生看成是接受知识的客体，教师怎么教，学生就得怎么做，学生的主体地位得不到体现。现代教学理论认为：学生不仅是学习的主体，而且也是课堂教学的主体，学生获得知识掌握动作，是在主体意识支配下的自觉行为，电教手段将现代的声、音、动作引进体育课，以其绚丽多彩的画面，悦耳动听的音响和情感丰富的讲解，为学生所接受。

总之，回顾这次研修学习，可谓收获颇丰，收获的是一名专业教师专业成长所必不可少的基本素养。对于这样的学习来说，也许我们付出的是忙碌，但我们收获的却是提高，是教

师基本素质的提高，它是我们今后工作的资本。并且这样一种学习方式，从传统的培训模式中走向网络平台时，产生了极大新鲜感和神奇感，更重要的是这个平台给我们提供了无限广阔的交流空间，我们在课程改革的实践中有许多问题，困惑、思考、收获很难有机会倾情表达。

我参加了高中物理教师远程培训，进行了网上交流、研讨、评论。我深深地体会到新课程标准在教育理念、内容、教学方式方法、教学评价等方面都发生了很大的变化，让我对新课程改革后的高中物理教学工作有了更深一层的领悟。从这次远程物理新课改培训中，给我许多思考，深刻地体会到自己有很多东西要去学习。

新课程有新的理念。新课程它打破了传统教育下的单一、教条式的教学模式，构建以人为本、百花齐放的新型教学体系，体现了“为了每一个学生发展”的全新理念，为了让每一位学生都得到发展。这是新一轮课程改革的核心理念，也是一个高层次的核心目标，新课程培养出来的不再是高分低能，而是全面发展的“复合型人”。新课程将“知识与技能、过程与方法、情感态度与价值观”合为一体设定三维课程目标，改变以前过于注重知识与技能的传授，改为强调形成积极主动的学习态度，使获得基础知识与基本技能的过程成为学会学习和形成正确价值观的过程。

新课程的结构模块化、系列化，必修和选修相结合，重视基础性，体现时代性、多样性、选择性。这充分体现了课程的“与时俱进”和“以人为本”的指导思想。对教师提出了新的挑战。我们这些教师都从旧课程中走来的，要正确面对新教材，把握新旧内容的差异，因内容而异，制定合理的教学要求，在保证完成教学任务的前提下，尽量不加重学生的负担。

新课程倡导平等、民主、和谐的师生关系。在以往的教学，我们一直在倡导“教师为主导”“学生为主体”，但是在实

际教学中教师常常是“主演加导演”。在教师的主导下，学生只能被动学习。学生要成为学习的主人，教师要调整自己的角色，教师必须从主宰课堂的“主导者”成为平等的“组织者”、“引导者”。从知识的“权威”变成学生学习的促进者。由单纯的灌输知识转向传授知识的同时注意良好人格的培育；由单方的传授转变为多主的交流合作。从“以教师为中心”到“以学生为中心”。

教学中教师的激发作用、启迪作用、组织作用和熏陶作用是学生主动学习的重要前提，因此教师的角色转换是关键。在课堂教学中，教师要努力创设民主、平等、和谐的课堂氛围，从创设生动具体的情境入手，组织师生共同参与的学习活动，以缩短教师与学生、学生与学生、学生与文本之间的距离。

新课程的教学强调教学过程是师生交往、共同发展的互动过程。在教学过程中要处理好传授知识与培养能力的关系，注重培养学生的独立性和自主性，引导学生质疑、调查、探究，在实践中学习，使学习成为在教师指导下主动的、富有个性的过程。教师应尊重学生的人格，关注个体差异，满足不同需要，创设能引导学生主动参与的教育环境，激发学生的学习积极性，培养学生掌握和运用知识的态度和能力，使每一个学生都能得到充分的发展，为每一个学生终身发展打下良好的基础。教师不再是权威，只是教学过程的组织者、引导者，课堂上会较多地出现师生互动、平等参与的生动局面，教师尽可能地组织学生运用合作、小组学习等方式，在培养学生合作与交流能力的同时，调动每一个学生的参与意识和学习积极性，课堂教学形式多样，经常开展讲座交流和合作学习，让大家共同提高，老师们多是鼓励性的话语，对待学生和蔼可亲，尽量发现学生的优点。学生是学习的主体，师生是朋友，是学习的伙伴，教师在课堂上学会关注学生的需要，充分发挥学生主动学习的精神，全面调动学生学习的积极性和主动性。教学中突出学生的感受，倡导“自主、探究、合作”的学习方式。引导学生主体参与，乐于探究，勤于动手。而教师也要发挥主导作用，引导帮助学生，把学习的过程

程真正转变为学生自主学习的过程，并在引导学生自主学习中加强学法指导。

新教材更注重课堂与信息技术的整合，我们可以利用信息资源的优点，将信息技术融合到物理学科教学中来，充分利用各种信息资源，与物理学科教学内容相结合，使学生的学习内容更加丰富多彩，更具有时代气息、更贴近生活和现代科技；同时也可使教师拓展知识视野，改变传统的学科教学内容，使教材“活”起来。

新课程下学生的学习方式也发生了改变。传统的学习方式中，学生只是一个观众、听众，他们只是被视为一个学习的个体，而忽视了他们的感受。一些本该让学生自己去动手操作、讨论、归纳、总结的内容却被老师取而代之；老师讲完后就说“照我教你的来”。在新课程下，学生应该成为学习的主人，要注意学生自主探究、动手操作、归纳总结、综合运用等能力的培养。为此，新课程倡导自助、合作、探究的学习方式。它将沉闷、闭塞的课堂转化为欢声笑语，是师生的交流、学习的天堂，它还注重在学习过程中培养学生做人的品性。

从新课程的教学方式和学习方式上看，倡导“探究学习”和“合作学习”。这一反传统教学中，教师与学生面对面的问答或对话形式，教师牵着学生鼻子走，而把学习的主动权交还于学生。在探究式教学中，要鼓励学生的集体参与，并非只有好学生才有能力开展探究，应该给每个学生参与探究的机会。尤其是那些在班级或小组中极少发言的学生，应多给予他们特别的关照和积极的鼓励，使他们有机会、有信心参与到探究中来。通过探究，可利用学生集思广益、思维互补、思路开朗、分析透彻、各抒己见的特点，使获得的概念更清楚、结论更准确。

新课程提倡自主学习。未来学生的学习主要是靠自主学习为主，不能局限于听老师讲授知识，更多的则需要同学们在老

师的引导下支自己去探索、这样才能在探究过程中理解和掌握知识，体会更加深刻。强调知识的构建过程，强调基础知识的学习，注重保护探索兴趣，学习欲望；体现时代性强调学科渗透，体现情感态度与价值观的培养。

新课程倡导评价方式多样化、评价主体多元化、过程评价和终结性评价相结合，评价促进学生发展。改变课程评价过分强调评价的甄别与选拔的功能，发挥评价促进学生发展、教师提高和改进教学实践。原有的对学生的评价模式只是对学生的课业学习情况通过考试分数来评价，而忽视了学生的能力、品质的评价，评价方式呆板，不利学生的发展，打击了一批学生的积极性。新课改后在评价学生时，不是只看学生的考试成绩，而更注重学生的学习品质、自主学习能力、合作学习能力、探究能力、思想品质等各方面的综合评价，以发展的眼光来评价学生，评价的是学生的综合能力，注重学生的动手能力，实践能力，创新能力的培养，而不是以一次考试的成绩论成败，评价方式更科学、全面、客观，更有利于学生的发展。

这次培训我感受深刻，受益匪浅，收获颇多。随着新课改的开展和深入，在以后的教学上，我会按照新课改的要求，不断的完善自己，适应新课改的要求。