# 远程物理培训心得

来源：网络 作者：轻吟低唱 更新时间：2024-06-17

*第一篇：远程物理培训心得远程物理培训心得培训人林雪梅从八月一号到十一号整整十天的时间，我参加了市教育局组织参加的省物理教师远程培训。通过认真培训，无论是教师职业道德，新课程的理念还是学科培训，都使我获益良多。下面我就这次培训学习谈谈自己的...*

**第一篇：远程物理培训心得**

远程物理培训心得

培训人

林雪梅

从八月一号到十一号整整十天的时间，我参加了市教育局组织参加的省物理教师远程培训。通过认真培训，无论是教师职业道德，新课程的理念还是学科培训，都使我获益良多。下面我就这次培训学习谈谈自己的心得体会。

在培训学习期间，课程学习时间累计十天，完成作业11篇，完成评论近百篇，积极参加班级组织的交流，讨论，收获很大。

一、通过培训认识到教师要树立终身学习的理念并养成良好的读书习惯。

现代社会在经济、文化以及科学技术等方面的发展突飞猛进，人们的生活日新月异。各种知识也不断地更新。作为教师，只有加强学习才能够适应社会的发展，才能跟上时代的脚步。在我国新一轮的课程改革中，我们教师更要认真学习才能适应新课程式的要求。同时，众所周知，我们要通过读书学习从而认识更多的事物，让自己不断地成长并取得进步。教师是一个教书育人的高尚职业，所以坚持读书就显得异常的重要了。读书可让自己变得聪明，能让自己更为多才多艺，让自己的思想不断得到升华。也就是讲读书是提高思想境界的一种最重要的途径。人类几千年的教育历史中，创造和积累了许多宝贵的教育思想。因此除了教材及专业书外，教师也要善于阅读经典，与过去的教育家对话，这是教师成长的基本条件，也是教育思想形成与发展的基础。在跨越由这些经典构成的桥梁的过程中不断地形成自己的教育新理念和新思想。

二、通过培训认识到备课的重要性并懂得怎样备好一节课。

身为教师，我们都清楚：一节课能否上好不是偶然的，它在很大程度上取决于教师的备课。在备课上花一分精力，在教学里就有一分的效果。只有备好课，才能安排好教学环节，在有限的时间里，自始自终抓住学生的注意力，引导学生有效地进行学习，真正发挥教师的主导作用，保质保量地完成教学任务。

通过备课，教师还可能发现和弥补自己业务上的缺陷，从而能提高自己的业务水平。怎样备好一节课主要有以下几方面：

1、备教材

教师对所教的课本要有一个全面的了解，然后在教学内容方面才能运用自如。备课时，教师首先要钻研教材，做到彻底理解；其次要分析教材，找出教学的难点和重点；最后要掌握教材，作到灵活运用。教材要求学生掌握的同时，教师自己必须先掌握好。凡是要求学生做的，教师自己要先做到；学生可能提出的问题，教师应当事先考虑好；处处做到有备无患，才能得心应手地进行教学。努力做到用教材教，而不是教教材。

2、备学生

学生是教学的对象，教师要想教会学生，必须先了解学生，这样才能调动学生的学习积极性，有效地帮助学生解决学习里的问题和困难。备学生的目的是为了做到根据学生的实际水平的具体需要，有的放矢地进行教学，高质量地完成教学任务。

3、备方法

备方法要解决的是如何教的问题。包括考虑教学目的，贯彻教学原则，选用教学方法，安排教学步骤等。要经常听课，利用别人的经验来提高自己的教学质量。要体会教材的精神实质，把它变成自己的教学思想。结合自己班上的实际情况，多加思考，灵活运用，解决问题。学习生物教学法，从中吸取滋养，为我所用；开阔思路，广集韬略；在问题面前能胸有成竹，应付自如。运用教学理论的技巧和艺术，是在教学实践里磨练出来的，也是在教学实践进而逐步提高的。

4、备学法

新课程强调基础教育要满足每个学生终身发展的需要,培养学生终身学习的愿望和能力。改变过于强调接受学习、死记硬背、机械训练的现状,倡导学生主动参与、乐于探究、勤于动手,培养学生收集和处理信息的能力、获取新知识的能力、分析和解决问题的能力,以及交流与合作的能力。

5、备感情

除了备方法外，备好教师的感情也是讲好课的重要条件。做为教师，为了使自己上课能精神充沛、心情愉快，上课前，应该回想一下自己上课要向学生讲授的内容,这样讲起课来就能轻松愉快，娓娓动听。

6、备语言

讲课是一门艺术，课堂教学无论怎样都离不开语言。因此，我们教师必须充分注意语言技巧，即使教师知识极为渊博，如果不能形象，准确地表达出来，那也是一种遗憾，有人说：“老师的语言是蜜，它可以粘住学生的思维”。据调查统计：学生最喜欢语言风趣，有幽默的老师上课,它可以激活学生的思维,活跃课堂气氛。我的教学经历告诉我：“激情饱满的语言是课堂上使人愉情的最佳道具。还有，大家是否留心过：我们听过的名师大家的课堂，很少有课件，道具，大多就凭着一支粉笔，一张嘴把课上得非常精彩。这就是语言的魅力。可见，我们也不可小看课堂上的语言。

7、备教态

讲课时的姿态，动作是表达语言时的重要辅助形式。教态生动活泼，大方自然，就能高度集中学生的注意力，使学生深刻领悟所学的知识。如果讲课时，教态生硬呆板，学生就会感到枯燥乏味。因此，我们讲课前，应该认真选择自己的讲课姿态。

8、备教具

上课前要充分考虑如何利用教具或课件，使讲授的内容更加生动活泼，形象易懂，学生便于接受又能为课堂节省时间，这样还可以免得上课手忙脚乱，影响课堂效果。

9、课后备

有人说：“一个真正的好教师是一个善于反思，及时总结的教师”。可见，要成为一个好教师，我们也必须善于课后总结，也可以说课后的二次备课。课前备课它只是我们对教学的准备工作，不等于实际效果，教案写的再周全，也不可能完全符合客观实际，我们往往在讲完课后才发现教学中的问题。因为我们备课备懂，只能是初步的懂；只有课堂上讲懂，才能真懂。因而，我们的“教后记”可以根据自己在实践中的体会，结合学生的反映，把成功，失败的经验、教训都记载下来，可以帮助我们修改教案，积累经验。

三、通过培训认识到教师专业化成长的重要性。

在认真地学习了有关的教师的专业化成长的内容之后，对于教师的专业化成长有了全新的认识。同时感受到对于一个学校的整个教师群体来说，教师队伍的 3 专业化极为重要，这关系到学校的兴衰。下面就从两个方面来谈谈教师的专业化成长。

1、是教师的业务水平和能力。

教师的业务水平和能力是使他们完成其职业化的根本，这也是他们所谓的生活目标。教师要通过不断的课堂细节的打磨，精心的课堂教学设计能力，与学生、家长沟通的能力等各方面需要磨练去提高自己的专业水平。因为这不是完全依靠兴趣就能够完成的，而是需要教师付出很多艰辛的劳动。但是，教师在不断地钻研的过程中也许会找到不断探索的乐趣。

2、是教师要有自主发展的愿望。

当我们比较起外因和内因时，总会认为内因起到决定性的作用。教师的自主发展也是这个规律，即使学校有很为完善的要求，若教师没有主动发展的意愿，他们就会找出各种各样的方法来对付这种所谓的制度。同时，教师自主发展的愿望是可以激发的。教师可以从很多教育家的随笔中能够不断体会作者的思想，对教育的执著，对学生的观念，对待自己所从事的教育的态度和其教师的理念等等。但是，现在很多教师缺乏这样的学习以及思考。教师应当通过学习并不是为了能够学习某一节课的设计方法，而是要努力且不断地积累和充实自己，并使自己的专业化不断地成长。

总之，通过这次培训活动，我受益匪浅，我要通过不断地学习，更好地适应社会，做一名优秀的中学物理教师。

**第二篇：远程培训心得**

远程培训心得

许德成

经过这段时间的网络研修学习，我感觉受益匪浅。通过网上学习、发帖回帖讨论、学习网络资料、撰写心得总结等，使我拓宽了教育教学的视野，进一步对教育教学有了更深的理解和认识。下面将自己的感悟总结如下：

一：加强师德修养。师德是教师必备的基本道德素养和职业要求，是一种内在化的高尚情感，自古以来，是以德为本，育师先育德。教师的一言一行，一举一动都潜移默化地影响着学生，所以我们必须正人先正己，加强自身修养，不断提高师德修养。

二：深刻转变观念，用实际行动感知网络研修的意义和作用。网络教研室一种高科技的教学工具，我们利用网络和专家同行进行交流，接受专家的指导，不断增长我的专业知识，开拓了我们的视野。

三、这次远程研修，我坚持每天进行网上学习，认真观看专家的视频资料，认真学习各个专家撰写的资源，积极参与课程研修讨论，浏览博客文章，积极发表自己的观点，通过学习，解决了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，在驾驭课堂、把握教材、交流沟通、教学设计、班级管理、教学反思的技能方面也有了很大的提高，同时更新了教育理论，丰富了教学经验为进一步提高课堂教学效率打下了良好的基础。同时也结识了许多优秀的教师，开阔了视野，充实了自己。

四：不断学习现代化的信息技术。通过进行网络研修，使我们掌 握现代化的教育教学技术，由浅入深，使我们的教育教学水平不断提高，专业技术技能不断积累。网络研修是我们加强交流学习，提升专业知识开拓视野的平台，我们要更加充分地利用这个平台和环境，学习知识，增长技能，为自己今后的教育教学工作打下良好的基础，以提升自己的综合素质和教育教学水平。

五、勤思考，多动笔。坚持撰写教学计划和心得；留下教学方法实施体会，反思课程存在的问题，然后找出好的方法解决它。善于积累总结教育教学中和管理中的一些典型的事情。从这些事情中，不断反思自己的教育、教学行为，对于好的做法积累经验，对于不好的做法及时反思及时改正。以此提高自己的教育教学水平。

六、学习运用多种科学的教育、教学模式 在自己以后的课堂教学中，不断探索适合学生愉悦学习的好的教学模式，向其他的老师学习先进教学方法。注意学习其他老师的先进经验，培养学生课堂上会静下心来思考的潜力。

今后的教学过程中，要把新的理念运用到自己的教学实践中。不断学习，总结教学经验，选择恰当的行之有效的教学方法、教学手段，自觉运用探究的学习方式，设计有针对性地练习，努力提高自己素养，努力探索适合特色的教学模式。此外，还促使我不断加强自我反思与其他同行教师之间的合作、交流与研讨。加强同专家，同事，学生的交流与沟通，养成经常上网学习的良好习惯，我相信只要我们努力学习，认真查找差距，一定会有大的提高。欲穷千里目，更上一层楼。努力吧，争取自己的学习时间吧。

**第三篇：远程培训心得（模版）**

学习心得体会

德庆县香山初级中学

这次中小学远程培训活动，为我们教师创造良好的学习机会，提供了优越的学习条件。在培训期间，我积极学习，认真聆听专家讲座，学习教学相关策略，并进行课堂教学实践，用心去领悟教育理论观点，这次培训使我在教学理论和教育观念上得到了大量的补充，反思了以往工作中的不足，同时也解决了一些我以往教学中的困惑,下面是我通过培训获得的点滴体会:

专家讲座，让我有一种与名师对话的感觉，我收获着专家们思想的精髓、理论的精华。其中，教师的语言艺术尤其重要，语言艺术中的趣味性不容忽视，因为学生天生活泼好动，需要有趣的东西来吸引他，带有趣味性的语言更能吸引他的注意力，学生的注意力集中了，才能更好地进行教育教学。课堂教学过程中的课堂提问艺术也至关重要。教学中不仅教师要善于提问，还要善于启发学生自己提出问题。”给我留下了深刻的印象。认真的学习和掌握教育科学文化知识，不断提高自身的业务水平和教育教学质量，深入到教育的改革和研究中去，这样才会始终沉浸在幸福的海洋里。此外，教师应将自己学习和研究的理论运用到教育实践中去，并不断地进行自我反思和批判，这样才会在教学中获得进步，逐步转向研究型教师，也才会体验到工作的快乐和幸福。

教育信念，就像一盏明灯，指引着教育工作者的行动方向。有理想，才会有行动，当今社会多元价值并存，容易让人迷茫，失去方向。在这次远程培训学习中我对自己的职业有了正确的认知，不管教师的社会地位、降级地位如何，应该以教师这一职业为荣，我自身也感受到了一种深深的职业幸福感。“追求自己的教育之梦，是每一位优秀教师不可或缺的重要素质。

注重教师人格魅力的塑造和培养，教师的人格影响着孩子的成长，好教师是引领学生进行积极选择的向导，好老师能飞无助的心灵带来希望。优秀教师应加强个人品味的修炼，用热情去点燃学生，用人格魅力去影响学生，用生命去关照学生。我从课程中、从教师们的教学魅力中感悟到了:教师的品味在于内外兼修、在于人格与专业的共同提升，修炼、激-情与创新是成为优秀教师的不可缺少的因素。

教育是终生事业，是一个不断发展的过程，因此，一名优秀的教师要有丰厚的学识。优秀教师应在繁重的教学工作之余，挤时间去学习充电，“问渠哪得清如许，唯有源头活水来”，深深感悟到:读书学习，永无止境，方能使自己知识渊博、观察敏锐、充满自信，永葆教育智慧之活水永不干涸。

向书本请教，听专家讲座，聆听名师的课堂，学习同伴的长处，这都是为自己的教育教学实践水平的提高作好准备。一切的学习都是为了自己的实践，为了教育好我们新世纪的接-班人，否则皆为空谈。于是，在培训期间，我用学到的东西来改进我以后的教育教学工作。

这次教师培训，让我感受着新课程理念的和风，沐浴着新课程改革的阳光，拓展了我的教育视野，提升了我的教研能力，让我的教育思想和教育行为有了真真切切的转变。在今后的教育教学中，我会不断学习，并运用现代远程教育资源，提高自身素质的同时提高学生的学习兴趣，做一名优秀的教师。

**第四篇：远程培训心得**

在学习中找差距，不断提高自身综合素质

——学习贯彻全教会精神和《教育规划纲要》专题培训学习心得体会

河北省青县教师进修学校 于毅

摘要：本人在经过系统的学习和研修之后，对我国第四次全国教育工作会议精神有了清楚的认识，对我国《国家中长期教育改革和发展规划纲要》要点，特别是在基础教育未来十年的发展任务与工作重点上有了深刻的理解；并且，为我校的规范化管理、教师教育培训理念及学校办学特色的建设等方面提供了指引和导向，为提高我县广大教师培训质量，改进培训模式提供了科学的理论依据。

2024年12月，我有幸参加了教育部学习贯彻全教会精神和《教育规划纲要》专题远程培训。本人通过学习和研修收获颇丰，对我国第四次全国教育工作会议精神有了清楚的认识，对我国《国家中长期教育改革和发展规划纲要》要点，特别是在基础教育未来十年的发展任务与工作重点上有了深刻的理解；为我校的规范化管理、教育培训理念及学校办学特色的建设等方面提供了指引和导向，为提高我县广大教师培训质量，改进培训模式和促进我县教师队伍的科学发展，提供了科学的理论依据。我通过学习教育部袁贵仁部长的“全面贯彻第四次全国教育工作会议精神，深入学习《国家中长期教育改革和发展规划纲要（2024-2024年）》”和教育部副部长陈小娅的“基础教育未来十年的发展任务与工作重点——解读《国家中长期教育改革和

发展规划纲要（2024—2024）》” 专题讲座后，感受很深，收益非浅。作为校长，就必须要深刻理解掌握党的教育方针、政策以及教育法律、法规，严格按照全教会的精神和国家中长期教育改革和发展规划，制定切合实际的教师培训计划，不断探索适合我县的教师培训模式，为教师的专业化发展搭设平台。

北京市第二实验小学校长兼党委书记李烈在《构造学习型组织 促进教师主动发展》中提出的“双主体育人” 即“学生是学习活动的主体，教师是教育工作的主题”，“促进教师主动发展”等办学思想强调把教师放在重要的位置，依靠教师，发动教师，发展教师，成就教师。在促进教师的主动发展的同时，也就促进了学生的发展。她对教学管理的思考和尝试值得反思，作为一名进修学校的校长，我们必须不断学习，提高自身素养，掌握继续教育新课程的教学理念，不断探索教师培训模式，有效促进教师的主动发展和专业化成长。

成都大学师范学院副教授陈大伟在《实施有效研修 促进教师成长》中讲到校本研修如何做到“有效”？就是“激情、思想、生态、实践”。具体而言，一是要激发教师专业成长的激情，二是要帮助教师树立思想的成长观，三是要建设利于教师成长的生态环境，四是要聚焦课堂，组织教师观课议课，在实践活动中开展校本研修。这样，为我校组织开展各级校本研修活动提供了具体的路径和方法。

通过这次培训，看到了一名进修学校校长的差距和肩负的责任。要把学校的教师培训工作抓好，把广大教师的综合素质的提高放在第一位，从而提高教育教学质量。作为进校的校长更要不断努力提高自

身综合素质，不断学习、开拓进取，创新教师培训模式和骨干教师持续发展模式。通过培训学习，学到了许多新的知识、新的理念，受益非浅，感受颇深，特别是在教师有效研修、学校特色建设等理念有了很深刻的认识。学习后，我将把学习到的理论知识继续深化、理解，学以致用，根据本校的实际，灵活、有机的运用到实际工作中，下面结合实际，我计划首先做好以下工作：

为了解决专任教师长期脱离教学一线和师资相对不足的矛盾，我校要在全县省、市级骨干教师中公开选聘教育精英作为我校兼职教师，使我校形成一支专兼结合的培训者队伍。我校要定期派出专兼职教师外出培训和学习，以提高他们的知识水平和理论修养。由于兼职教师长期在教学一线，能把实践经验、课例和新课程理念融入到培训中，这样改变以往培训内容的空洞、乏味，让广大教师听起来亲切、真实、生动，达到相互交流提高教学水平的目的。我要让专职教师定期深入各个学区（学校），参与并指导、监督校本研训活动。通过专任教师下乡听课、参与教研、评判作业，把结果和建议反馈给各个教师，这样，让广大年轻教师找到教学方法，更新教育理念，使他们不再过分强调分数而是注重有效教学。

我还计划通过探索“骨干教师——学科带头人——帮扶对象”的发展模式，在充分发挥骨干教师带头和示范辐射作用的同时，让骨干教师后备力量得到发展和壮大，为全面提升广大教师教学水平奠定基础，从而有效推动全县教师队伍的专业化发展。

总之，我要吸取本次远程学习培训的经验，创新培训方法，为全县中小学教师专业化成长构建发展平台，积极推动教师队伍科学发展，增强施训能力，提高培训质量，努力建设一支数量适当、品德高尚、专业精湛、具有持续发展能力和辐射带动作用的中小学学科名师队伍，传播教学经验、更新教育理念、强化专业素养，从而带动全县中小学教师的整体素质显著提高，为全县基础教育的全面健康持续发展提供有力保障。

**第五篇：远程培训心得**

远程培训心得体会

远程培训即将结束，本次培训我认真地观看听取教育专家在线讲课，积极地与同行做交流，回想这段学习的日子，和着艰辛，但倍感快乐和喜悦。下面就此次培训谈几点体会：

本次远程培训充分利用现代教育技术和手段，大规模利用网络平台，由学员在线收看教学视频。由教育专家讲授专题讲座，引领教师关注新形势、发现新问题、研究新策略、积累新经验，使教师进一步明确工作任务和职责，掌握科学的工作方法，提高我们的组织、指导、协调等方面的能力和综合素养。网上专家的讲座、学员之间的交流，使我对工作有了更深刻的认识，学到了一系列科学、优秀的教育、管理方法，使自己更有信心去迎接挑战。培训时间虽然短暂，但我的内心却充盈着沉甸甸的收获。这样的学习方式大家都认为很新颖，比起平时的继续教育要生动得多，要更有意义。我在其中受益匪浅，学到了许多宝贵的经验。

同时我们能够与许多教育专家面对面的交流，观看教育专家的讲座，认识理解教育教学的新的动向，结合自己的教学实践，反思自己的教育教学，解决现实生活中面临的问题。还能接触不同地区教师同行们，了解他们的状况，还能接触分别已久的同学，和他们展开交流，解决了自己的许多困惑，也拉进了我们之间的距离。远程培训这个交流平台，让我们就像站在了巨人的肩膀上一样，让自己看得更远，进步得更快。

专家同行们的言行思想激励我进一步反思自己的教育教学，不断回顾自己以前的教育教学，总结教育教学经验，反思自己的不足和过错，从而为下一步制定教育教学工作计划，调整教学思想，改进教学方法，更好地做好教育教学工作指明了方向。

总之，通过这次远程培训我学到了许多实实在在的教育方法，虽然时间很短，但却使我受益匪浅。找到了自己在以前的工作中的不足和失误之处，使我感受到了作为新时期的教师不仅要关心学生的智，还要注重学生的德。这是新时期对教师的要求。专家们的精彩讲座，那么实实在在，帮助我们教师解决了很多教育教学中的困惑。

通过学习，我清楚地认识到新时期的教师应该具有渊博的理论知识和丰富经验，要与日俱进，不断创新，以人为本。掌握教育科学、管理科学，在了解学生心理特点的基础上去教育学生，运用科学的与现代的教育思想从根本上改变我们原先的传统学习模式，因此我们要抢抓这一富有挑战性的机遇，树立终身学习的新观念，要赶上发展地区就必须不停的学习新教育教学方法，更新自己，适应现实的社会。通过学习掌握学习技巧、策略，最终学会学习。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！