# 推荐个人校本研修心得体会范文(精)(5篇)

来源：网络 作者：紫云飞舞 更新时间：2025-04-28

*推荐个人校本研修心得体会范文(精)一一、理论方面：提升自己的生命质量，做一个高雅的人。作为一名教师，首先，我要继续认真学习《教师职业道德规范》具备良好的师德。师德不是一个抽象的政治说教，而是具有深刻的知识内涵和文化品格的，一个有广博知识的教...*

**推荐个人校本研修心得体会范文(精)一**

一、理论方面：提升自己的生命质量，做一个高雅的人。

作为一名教师，首先，我要继续认真学习《教师职业道德规范》具备良好的师德。师德不是一个抽象的政治说教，而是具有深刻的知识内涵和文化品格的，一个有广博知识的教师才会有道德感召力，仅仅依靠说教的道德教育必然是苍白的。同样，教师的师德魅力也是以其深厚的文化为底蕴的。唯有如此，教师才能完成其教书育人的神圣使命。其次，作为一个骨干教师，要把学习与思考真正成为自己的一个习惯。

二、业务方面：

1、认真学习领会新课标，掌握自己所教学科的学科特点，教的最优化要落实到学的最优化，形成自己的教学风格。

2、继续探索生活化、情境化的创设方法，掌握生活化、情境化的课堂风格。

3、具备一定的教学科研能力。

4、计算机水平有较大的提高，计算机能与课程整合。能够独立制作电子教案及教学课件。

我们教师的工作对象是学生，教师的专业素养和教育教学能力直接影响学生的发展。教师的学识渊博与教师的现实表现，教学实践中展现出来的设计、组织、协调等自我调控能力，都是学生学习的优秀资源，尤其，教师自我发展的信念、自我调控的科学实践过程中所表现出来的执着与严谨的品行，将影响学生的终生。所以，为实现以上目标我准备采取以下措施：

1、加强师德师风的修养，形成高尚的人格，有一颗进取的心。要热爱学生，对学生有博爱之心，要以诚相待，要宽容和有强烈的责任感。

2、树立终身学习的理念。教师终身学习应具备五种能力：学习能力、教育科研能力、适应现代教学能力、研究学生能力、自我调控能力，今后我要在这些方面多下功夫。

3、更新教育观念，不断学习与反思，勤动笔，勤动脑。不光认真钻研本学科知识，同时不断拓宽自己的知识视野，增加自身的知识含量。这其中最重要的一点就是必须持之以恒。

本年度工作目标：

1、认真钻研新教材，研究教法，体会新课程的性质、价值、理念，提高自己的执教能力。

2、体育是相通的，而且体育教育从本质上来说就是一项塑造人的工程。因此，在教学中不光在与知识、技能的传授，重要的是在教学过程中不断的帮助学生发现体育运动美感，启迪、激励和净化学生的心灵。

3、继续探索生活化、情境化的创设方法，掌握生活化、情境化的课堂风格。

4、加强基本功的训练，在钢笔字、粉笔字、普通话、写作和体育学科的基本功方面都有较大的提高。

校本培训个人计划

二十一世纪是学习的世纪，是学习化的社会，研究型、学习型的教师是当今社会对我们的新要求。《校本培训》是我校为提高在职教师理念、教育能力、科研意识和科研水平，建设一支优秀的教师队伍而开设的新的教师学习方案。为了顺应我校的培训目的，适应当今社会对教师素质的要求，努力使自己成为一名具有较高的教学能力、教学意识和科研水平，具有较好的教育创新能力的教师，特制定个人年度计划如下：

校本教研个人发展计划“教育成就未来”，作为一名教育工作者，深感肩上责任重大。今天，教育面临很多问题，正处在转型期，随着课程改革的不断深入，历史提供给我们一个良好的机遇。我们要抓住时机，力争提高与发展自己。本学期，我将努力提高理论水平，更新教育教学观念，扎实有效地作好日常教育教学工作，更好地服务于广大学生。

一、总体目标及指导思想

1、确立学科为本教学研究的基本理念，积极参加校本培训与教学研究。

2、坚持理论与实践相结合，注重在教育实践中运用所学的新课程理论，并及时发现、解决课改中的问题，以教研促教改。

3、校本教研要面向学生，以人为本，关注人的全面发展。

二、具体做法和设想

1、教师角色正确定位。明确教师角色是人的一生发展的引领者，决不仅仅是知识的填充者。尊重学生人格，关注学生的健康全面发展，尤其是健康心理，情感与正确的价值观，人生观培养对一个人来说恰恰是最重要的。我们不是在流水线上制造产品，我们在培养快乐的人，在帮助造就成功的人生。

2、多读书，善思考，勤积累。开放的视觉，看到了自己理论知识的匮乏，观念的陈旧。工作十几年来，满足于辛苦教书，少有的积累已几近掏空，给自己充电迫在眉睫。多读书，多学习，善于思考，勤于积累是必经之路。读书是人们重要的学习方式，是人生奋斗的航灯，是文化传承的通道，是人类进步的阶梯。我校已下大力量，加大资金投入，为老师们购买了大量的理论书籍，征订了教学杂志，同时鼓励教师自己选书，学校报销。自己争取每周读一本教育方面的论著，做好读书笔记。并配合学校开展的读书论坛活动，谈体会，谈心得，谈收获，互相学习，互相交流。以期得到共同发展，共同进步。

3、关注自我反思。继续坚持做好教学反思，每天填好反思记录本。反思自己备课时是否遇到什么困惑，是否调整了教材，为什么这样调整教材;反思上课时是否发现了预料之外的问题，自己是怎样及时地处理这些问题的;反思自己本节课有那些比较满意的地方或有什么困惑。在此基础上，做好教学常规工作，使自己的课堂变的更有意义，更加贴近新课程改革的需要，最大限度的调动学生学习的主动性。做一节课的课堂实录 。教师录下自己满意的课堂，根据自己的课堂实录找不足，找差距，以便提高自己的教学水平。

4、向同行学习。同伴协作、加强交流 ，促进教师之间的对话，鼓励教师互助学习、探讨、彼此支持、资源共享。

校本教研个人计划 “教育成就未来”，作为一名教育工作者，深感肩上责任重大。今天，教育面临很多问题，正处在转型期，随着课程改革的不断深入，历史提供给我们一个良好的机遇。我要抓住时机，力争提高与发展自己。

以《20xx-20xx学年度第一学期“上好课”专题培训实施方案》为指导思想，以全面提高本组教师的整体素质为根本，以提高师德水平、发展教师课堂教学能力、训练科学研究能力为基本目标，以教师为主体，以“上好课”为主线，在实践中探索，在探索中学习，在学习中升华，共同前进，共同发展。

二、培训目标

通过开展校本培训，使本组教师树立现代教育思想观念，优化知识结构，具有创新精神和实践能力，促进本组教师专业化发展，努力建设一支师德高尚、素质精良、能够适应新课程改革实验需要的反思型、科研型的教师队伍。

三、具体工作

1、强化师德修养，爱岗敬业，关心热爱每一位学生，不体罚和变相体罚学生，公平对待每一位学生，不仅做好学生学习上的好老师，更要做好学生思想道德品质上的领路人，关心学生身心健康的发展，增强责任心和使命感。

2、充分利用学校的资源优势，积极参加网络技术培训，学习网页制作技术和各种课件的制作技术。通过学习，努力实现信息技术与教学工作的整合。

3、积极参加新课程改革专题培训，树立正确的教育观念，努力提高教育教学水平。经常观摩教师的优秀课例，学习他们先进的教育观念和教育教学方法，在自己的教育教学实践中进行试用，并及时反省。

4、以课题研究实验为平台，将课题研究与教学实践紧密结合，提升自己教育教学科研的意识和能力。

5、积极参加每周二的业务学习。

6、将自己在学习过程中积累的心得、笔记、案例等及时整理，存入档案，并经常进行自我反思，争取每课一反思，每周一总结，每月一自评，反思时立足于自己教学行为的回顾、诊断、自我监控和自我调适，以加深对教学活动规律的认识理解，从而适应不断发展变化着的教育要求。每学期还要完成一篇有一定价值的教学论文。

7、经常从阅览室借阅一些好的教育书籍，写好读书笔记。通过多读、多思、多写来逐步提高自身的素质。

8、认真参加集体备课，并通过集体备课学习其他教师的先进的教学方法，经常向本校的优秀教师请教教育教学经验，通过经常听他们的优质课来提高自身的课堂教学水平。

**推荐个人校本研修心得体会范文(精)二**

校本研修是一个学校的的活力和发展前景所在。通过校本研修，可以随时解决在新课程改革过程中出现的教育教学问题，不断提升教师的理论水平和教育实践能力，促进学校的教育教学质量的提高。本学期，我校将根据上级部门的校本研修工作计划，努力推进本校的校本研修，展现我校的教研特色。

一、指导思想

根据县教育教研部门和镇中心校的工作部署，结合我校的实际情况，本学期将继续以新课程改革为指导，着眼于教育教学实践中出现的问题，通过校本研修，提高校本培训的实效性，聚焦课堂，改进教学行为，提高教师的专业素质和教学质量，努力打造出具有我校特色的校本研修模式。

二、校本研修目标：

1、推进新课程改革，全面提高教育教学质量，建设有自身特色的学校。

2、完善校本研修制度、拓展校本研修途径、建立校本研修机制。

3、结合教育教学实践中的具体问题，通过实践、研讨等活动方式，提高研修的质量，促进教学发展。

4、建立一支师德高尚，素质良好、能适应现代化教育要求的反思型、科研型、学习型的教师队伍。

三、校本研修原则

1、全员参与的原则

要求每位在岗教师都上级教育主管部门和学校规定的研修活动，教师还应根据自身的教育教学实践，不断反思、改进。

2、教研研讨和教育教学实践相结合的原则

从当前学校教育教学中的热点、难点问题及个人在教育教学中所面对的困惑出发，以实践——研讨——实践的方式进行教育教学探究，全面推进新课程改革在我校的实施。

四、校本研修制度及措施

（一）研修人员

本学期继续在学校领导和教导处的指导下，以教研组为基础，以教师个人的教育教学实践作为教研的主要形式，通过教研活动，进一步完善校本研修。各组人员分配如下：

（二）研修制度

1、制定校本学习制度，学校安排每周三第七节进行课改理论的学习，除此之外，每位教师课下还要采用自学的方式，总之每周要保证3至4小时的学习，要留有学习笔记，对此学校要进行检查落实。

2、校领导既是各学科教研的倡导者，又是参与者指导者。校长每周听课至少3节，主管领导每周听课4节，教导主任每周听课至少6节，教师每周听课3节，听课记录要详细，并提出改进性意见。

3、每个教研组在本学期进行不少于4次的教研活动，留有听课记录和教研活动记录，以备存档。

（三）校本研修内容及措施

本学期，校本研修内容是继续加强师德建设，进行新课程实践，利用新技术，开展教研活动，提高教学质量，推进教学发展。

1、学习法律法规，增强师德修养，做优秀教师。

学习内容：组织全体教师学习教师法、《抚宁县教育管理》。

学习方式：采用集体与自学相结合的方式，时间定于单周周五第八节。每位教师要留有学习笔记，写出学习心得。学习之后由学校规定时间进行交流和讨论。

2、学习新课程，加强理论修养。

组织教师在双周周五第八节学习课程与教学论和《新课程与教学评价》，更新教育教学理念，做好教育评价。每位教师都要认真学习基础教育课程改革的有关内容，广泛阅读，与时俱进。在学习教育理论的同时，写好读书笔记，教育教学案例，教学随笔与反思，期末统一收录存档。

3、学习新技术，改进教学手段。

我校要求教师常进备课室，鼓励教师充分利用多媒体和远程教育资源备课、授课，开展以多媒体教学为主的教研活动。本学期仍然要求年龄低于50岁的教师，每周至少利用多媒体上1节课，到学期末每人交八个优秀教学设计并配有相应课件，从而提高教师的教育教学水平，培养青年教师的教研能力。

4、优化课堂教学，提高教学质量。

课堂教学是进行教育教学实践的场所。在课堂教学教学过程中，我们进行理论实践，检验教育理念，完善教育教学方法。课堂，为我们教师将理论与实践结合起来提供了平台。

本学期，在教研活动中，要求各个教研组确立活动主题，按计划行事，教研活动的开展要切实有效，不要流于形式。教研组的备课、听课、议课等活动的组织，要立足于向课堂要效率，在有限的时间里，充分调动学生的学习兴趣，最大限度的展示教育的魅力。

在这一活动中，要充分发挥市级、县级骨干教师的能力，营造良好的教研氛围，出成果见实效，形成文字资料，期末存档。

**推荐个人校本研修心得体会范文(精)三**

校本研修是通过对教师有组织、有针对性地开展学习、培训、进修、学科教研、教育科研等活动，从目的、内容、形式及管理等方面有机融合起来，实现“研与修”一体化，进而促进教师专业化发展的活动形式。“校本研修”作为一种新的促进教师专业成长和促进学校自主发展的重要方式和有效策略，这是一个新型的结合体，是一个开放的系统。它绝不是一种概念的翻新，而是理念上的一次重建。

我校开展了从有效教学到高效课堂，全面推进素质教育。其关键就在于我们教师专业化水平的提高。为进一步推进校本研修工作，立足教研，聚焦课堂，改进教学方式，提高教学效率，提升我们教师专业化水平，构建符合学校实际的校本研修机制，促进学校内涵发展。因此，我制定符合自身专业和特点的年度校本研修计划。

一、指导思想

通过校本教研，促进基础教育

课程改革向纵深发展，积极推进素质教育，充分发挥教师的专业引领作用，努力提高我的整体教学水平。

二、自身素质分析

1、教学过程中不善于引导、总结，反思。总是对学生作总体关注，却常常会忽视一些个体差异。使得学生学习情况参差不齐。

2、在教学过程有急于求成的情况，对学生的耐心不够，对学生学习习惯等细节方面一系列的培养明显做的不够细致。

3、工作的精益求精度不够，个人专业素养和中学生心理教育方面的认知有待于进一步提高。

三、年度目标

1、吃透校本研修的基本理念和方法，设计适合自已的校本研修规划。

2、根据研修的过程及学习与实践中的反思，撰写1-2篇高质量的教学论文，争取发表1篇。

3、加强学习，探索教育教学规律，积累研究课题的经验。

4、通过研修，掌握课堂教学技巧，提高课堂教学艺术。

四、个人专业发展目标

1、以新课程理念为指导，转变自身教学观念，进一步研究教学方法，促进自身教学水平的提高。

2、采取多种多样的教学研究方式，对自己的教学行为进行分析与反思，从而提高教学水平。改变只关注学生学业成绩的单一总结性考试评价方式，着眼于充分全面了解学生，帮助学生认识自我，建立自信，关注个别差异，了解学生发展中的需求。

3、学习与实践相结合，进行充分的反思，不单单只是运用其他教师的教育教学方法，更重要的是集合自身以及本班学生特点，进行适当的整合运用。

4、现代化技术水平上一个台阶，进一步学习课件制作，使学生提高学习兴趣，从而提高学生课堂参与率及学生自主学习力。

五、实现目标采取的具体措施

为了能使我的校本研修有头绪，我打算将所有的研修活动整合为一个整体，具体方式有：

1、利用课余时间学习专业知识技能的同时，增加与其他教师的交流的机会，帮助自己的业务能力的提升。

2、积极参加教育部门组织的继续教育学习和其他各类教育教学活动，认真记、多巩固，多总结，多反思，多交流，多讨论，多向优秀教师请教。

3、部分学生的心理状况已经成为学习的阻力，因此在课余时间，我打算认真学习针对学生心理状况的书籍。

4、多参加校内外的教研活动，以提升自身的教学能力。

5、定期参加学校组织的业务学习和其他活动，认真做笔记，提出问题并交流，养成每天学习的习惯，写教育随笔。

总之，在未来的教学中，一方面，我会努力致力于新课程的研究，在课堂中坚持新中有旧，旧中有新，新旧知互相交替以助于学生自然习得新知。并且创设合理的教学情境，帮助学生熟练运用相关的知识。另一方面，平时多参加教研活动、业务学习和专业技能学习，特别是心理健康的学习。学习新课程理念，研讨教学方法，观摩课堂教学，反思教学行为。努力做到三个到，备课时要想到、教学中要做到、课后要反思到。以切实提高自身的理论水平和实践能力。

**推荐个人校本研修心得体会范文(精)四**

为了进一步加强教师个人的自我发展与完善，积极进取，努力工作，特制定教师个人校本研修工作计划。

一、指导思想

以学校的教学教研工作为指导，立足课堂、革新教学方式，提高课堂教学的有效性为重点，坚持科学育人，扎实有序地开展数学教学研修工作，为促进学生的全面发展，全面提高个人素养，努力服务于教研教学工作而努力。

二、研修目标

以 “求真、求实、求效”的工作理念做后盾，以提高教师专业能力为重点，以提高教师综合素质为前提，开展个人研修。

1、积极实践课改的新理念，新思路，围绕“有效性课堂教学”开展课堂教学研究活动，提高课堂教学效率。

2、积极探索，参与课题研究，积极响应学校参加每次的教研活动，能够自觉应用现代教育教学理论来指导教学。

三、研修内容

1、研读课标

研读《语文课程标准》中关于阅读阶段目标要求，交流课标研读体会，以便准确把握各学段阅读目标要求。

2、钻研教材

钻研本学段教材中习作内容，整理归类，总结出本学段阅读内容的共同特点，找出难点问题并交流研讨，以便全面把握小学教材中的阅读方法及阅读难点。

3、课堂教学

结合自己的教研主题设计一节本年段的公开课。

4、案例分析

对自己课堂教学进行研究、分析、总结和再设计，以此锻炼对课堂的驾驭能力。

5、撰写经验

撰写关于课堂教学的经验论文，提高自己的反思总结能力和写作能力.

6、研修总结

在年末时把近一年的研修历程，把自己在研修过程中的学习、进步和体会结合起来写一篇个人研修分析与总结。

四、保证措施

1、加强教育理论学习，多看教育教学专著，并认真做好笔记，努力提高个人专业素养。

2、认真制定学科教学计划，平时要做到:用心备课、上课要有激情、及时撰写课后反思、精心设计作业、耐心辅导学生。

3、积极参加各级部门组织的各种教学教研活动，配合教导处做好每一周一次的教研组活动。

4、通过教师个人自学，网络学习的方法及时了解最前沿的教改信息，扩展自己知识视野，不断更新教育教学理念，丰富教育教学理论，提升理论水平和教学教研水平。

5、积极主动地上好研讨课，认真开展课堂教学展示活动，使教学研讨进课堂。

6、虚心向同行教师们学习，争取多听课，取众人之长，弥补自己学科知识的不足，本学期听课绝不少于20节。

7、认真撰写教育教学心得体会，争取有质有量。

五、时间安排

一 月:名师学习

二 月:师德学习

三 月:教学理论的研修

四 月:课堂教学的有效性 阅读教学的有效性

五 月:心理健康教育

六 月:课堂教学

七 月:新课标解读

八 月:新课标解读

九 月:师德学习

十 月:教师的智慧 、口语交际研讨

十一月:教师的智慧

十二月:科研能力的研修

总之，我一定按计划认真学习，成为终身学习的先行者，不断更新教育教学、学习观念;认真反思，提高教育研修能力。我将带着自己的激情和规划步入这富有挑战性的工作，在实践中不断积累经验，促使自己尽快成长起来。

**推荐个人校本研修心得体会范文(精)五**

安徽省基础教育课程改革的试验推广工作，正由点到面深入进行。以新课程培训为核心内容的第三轮中小学教师继续教育工作已经全面启动。顺应教师成长的实际需要，继续教育在培训策略上做了重大调整，继续教育成为老师们日常进修学习的主要途径和形式。所以，在继续教育的舞台上，教师将感受到真实的成长，体验到真正的成功，大面积提高中小学教师的专业化水平，也因此由可能而变为现实。

新世纪教育改革和发展给教师带来了很多的机遇和挑战，因此，我们要提高教师的专业化水平，就必须进行继续教育培训，转变教师的思想观念，更新教师的教学方法和手段。就我个人，现制定继续教育培训计划如下:

一、要在思想上重视继续教育的重要性

首先我们要认识到社会发展给教师带来的机遇与挑战。教育永远是一项面向未来的事业。未来社会发展的动向和趋势必然会首先反映到今天的教育上。

其次我们要认识到教育改革给教师带来的机遇与挑战。知识经济社会对教育提出的要求和挑战，带来了20世纪后半叶以来世界性的教育改革。

二、教师继续教育要以校本培训为主

我们应该了解校本培训就是以学校为中心的教师在职培训和进修模式。具体讲，校本培训是指为了满足学校和教师的发展目标和需求，在上级主管部门的统筹和教师教育机构的专业引领下，由教师任职学校组织和管理，以学校为基地，以解决教育实际问题、提高教师教育教学能力、促进教师专业发展和学校发展的一种教师培训模式。

在理解“校本培训”时，关键要把握这样几点:为了学校、基于学校、在学校中、由学校开展。

另外校本培训的优势在于:有利于教师继续教的持续有效开展;有利于教育实践的改进和学校的发展;有利于教师学以致用和专业发展。

三、在继续教育中要以基础教育课程改革为核心内容

从中小学教师继续教育的培训目标来说，是通过培训，不断提高中小学教师实施素质教育的能力，服务于基础教育，服务与中小学教师的专业成长。在继续教育岗位的培训中，要把基础教育课程改革作为核心内容。我们要紧抓以下几点:

1、基础教育课程改革是基础教育改革的核心。

2、教师是课程改革的关键，必须通过培训，增强教师适应新课程和实施新课程的能力。

四、教师的成长

作为一名教师应确定自己的发展方向，并制定发展计划这时我们应做好以下几个方面的工作:一是要了解新课程，看新课程对教师提出了哪些具体要求，客观地分析自己与新课程的要求有哪些差距，找到了差距，也就有了努力的方向;二是要了解自己的需求。要从自身的客观需要出发来确定发展方向;三是要对教师专业化有明确的认识，对照自己离“专业化”要求还有哪些差距。

教师应能很快的更新教育教学观念，改进教学方式，充实拓宽学科知识，掌握现代信息技术，提高实施新课程的能力，尽快适应课程改革需要。

五、定向教师的专业发展路线

教师专业化是职业专业化的一种类型。在定向教师专业化时应使教师从普通职业转化成为专门职业并获得相应专业地位，让教师的专业水平走向成熟和发展。

教师专业化的目标:任职有规定的学历标准;具有双专业性(学科专业和教育专业);由公认的职业道德标准和行为规范;由专门学习机构、专门内容和措施;由资格认定制度和管理制度;成立自治组织机构对教师个体进行监控。

六、提高教师的专业素质

作为一名优秀的、成功的教师的专业素质应包括以下几个方面:一是要有宽广深厚的教师专业知识。这是指教师从事专业性教学活动所具备的科学文化知识及其掌握程度。二是要有纯熟的教师专业技能。专业化教师必须具备教育教学工作的基本技能和能力。教师的专业技能包括教学技巧和教学能力两个方面。三是教师应具有专业情意。包括专业理想、专业情操、专业形象和专业自我四个方面。

继续教育改革是一个不断探索、创新和深化的教育实践过程，要达到改革的目标，任重道远。我们要坚定信心，扎实工作，推广先进经验，克服薄弱环节，抓住重点，攻克难点，积极推进继续教育改革。

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！