# 享受国培 感悟国培

来源：网络 作者：七色彩虹 更新时间：2024-06-22

*第一篇：享受国培 感悟国培享受国培 感悟国培书山有路勤为径，学海无涯苦作舟!20113年，我有幸参加了“幼师国培岗位置换脱产研修培训”。带着一份激动，带着一份期待。9月12日，我来带了阔别十三年的母校——湖南名族职业学院，开启了我的国培之...*

**第一篇：享受国培 感悟国培**

享受国培 感悟国培

书山有路勤为径，学海无涯苦作舟!20113年，我有幸参加了“幼师国培岗位置换脱产研修培训”。

带着一份激动，带着一份期待。9月12日，我来带了阔别十三年的母校——湖南名族职业学院，开启了我的国培之旅。

（一）、集中研修

本次研修的课程很丰富也很实用，有《幼儿园主题活动设计》、《有效的家园沟通》、《幼儿园区域活动创设》、《高效的师幼互动》、《学教育的发展和改革》等，专家们独到的见引领我们反思自己的教学行为，更新我们的教育理念。激发了我们的求知欲和创新意识，促使我们改进教学方法，扩大知识面，完善知识结构，提高专业水平。老师的讲课注重理论与实操相结合，用理论来指导实践。老师们生动精彩的课堂，风趣、幽默的语言，以鲜活的案例和丰富的知识内涵及精湛的理论阐述，给了我强烈的感染和深深的理论引领。每一天面对不同风格的讲师，每一天都能听到不同的讲座，既有观念上的洗礼，也有理论上的提高，既有知识上的沉浸，也有教学技能的增长，让我受益匪浅。袁爱玲教授的《深层指南解读》，给我留下了深刻的印象，她让我充分了解了儿童的身心发展规律和学习特点，让我们重新寻找帮助幼儿成长的途径，保护孩子的特性，给他们一个足够的空间……通过聆听专家们的精彩的讲座，让我对幼儿教育理念有了更多新的认识。

40天的集中研修，说长不长，说短不短，能有机会再来充实和完善自己，我很幸运，也很珍惜这次难得的机会。经历了集中研修，我们来到了影子实践基地园，开始为期35天的影子学习。

（二）、影子实践

1、带教老师

在机关一幼儿园我认识了我的带教老师——可爱的思思老师。思思老师对待工作非常认真、对待幼儿很有耐心。她虽年轻但在工作上有自己独到的见解，教学中敢于创新。是她让我体会到在工作中要多钻研、多学习更要从点滴事情想起,从点滴事情做起,把自己全身心的投入到工作中去,做工作中的“有心人”。

2、活动参与

在实践期间我积极地参与到各种活动中，在集体教研中敢于提出自己的意见和建议，发表自己的看法；公开课上更学以致用，用理论带指导实践；在亲子活动中能协助班主任做好各项工作。在实践期间得到了领导和老师们的一致好评。

3、活动观摩

“金鄂杯”观摩活动让我看到了老师们精心的设计，独具匠心的教学活动。老师们随机应变的教学机智，都是值得我学习的。通过观摩，它不仅丰富了我的教学经验和教学方法，还给我的工作带来了很大的启发和帮助，促使我在今后的工作中要不断去学习、去创新。

（三）、返岗实践

经历了理论培训，走过了影子研修，我们又迈进了返岗实践的门槛。12月2日带着参加“国培”的所学所获，我返回了自己的工作岗位。在返岗期间，正赶上幼儿园筹备圣诞活动，园长让我负责圣诞环境布置和大班组圣诞亲子活动的策划。我很庆幸我参加了国培，通过观摩幼儿园和影子学习给了我很多的启示，也让收集了大量的素材。我将国培中学到的理论知识和观摩学习到的优点运用到工作和教学中，更好地将理论与实践完美结合，使自身的专业技能也得到了进一步的提升。

（四）、总结、提升

1、说课比赛

通过说课比赛让我看到了自己专业知识和能力的不足，怎样才能做到专业？这是我要学习和提升的重点之一。在以后的教学工作中，不仅要认真学习还要更加努力提升自己的教学理论，要向专家、向同行学习，从而不断提高自己的教学质量。

2、乡村研修

由于培训学员大多来自农村，他们的教学设备和教育理念都没有城里先进，为了让学员们更好的体验农村幼儿教育培训中心将本次活动放到平江和湘阴来开展。通过这次的交流学习，给我留下了很深的印象。老师们勇于实践、敢于创新的精神，让我受益匪浅。这也促使我要不断的学习，反思自己的教学，虚心学习他人的教学方法，取人之长，补已之短，认真钻研，努力搞高自己的教学水平和业务水平。

国培，让我收获了快乐，收获了知识，收获了希望。专家们教给我的不仅是实实在在的理论知识，教给我的更是一种思想、一种境界、一种努力的方向。通过这次培训，我开阔了视野，学到了很多新的教育理念和理论，从思想上受到了很大的鼓舞，这将对我今后的教育教学工作起到很大的推动作用。作为新世纪的幼儿教师，在今后的教育教学实践中，要把握教育发展的新动态、要了解理念的内涵、掌握幼儿的发展规律，要在教学实践中不断地更新教育观念，不断地创新教学方法。虽然培训学习是很短暂的，但幼教专家带给我们的教育理念是长远的，我们的幼教事业是长远的，这促使我们必须向专家型、创新型、智慧新的教师而努力奋斗。

**第二篇：国培感悟**

国培，感悟体育精神

2024年8月，在我参加工作的第三年，我非常有幸的参加了“国培计划（2024）”——四川省农村中小学教师远程培训项目初中体育的培训。

这不是我第一次参加国培，却是第一次培训到自己所学的专业，感觉有点兴奋又有点焦虑，兴奋的是终于可以再一次对自己的专业进行学习；焦虑的是害怕自己已经忘记专业知识。我迫不及待的登陆了学习中心，发现里面的成员居然有我初中时的老师、有我的师兄师姐、还有和我同时参加工作的同学和朋友。更让我意外的是，指导教师让我担任了班长一职，这是考验我的一个机会，于是，我更加坚定了自己要好好进行培训的信念！

作为一名体育教师，参加培训的机会少之又少，我非常珍惜这次培训，这对于促进体育教师专业成长，提高中学体育教学质量和推动体育发展有积极的作用。我希望自己能够通过这次培训在教学能力、理论水平上上一个新台阶。我深深的意识到一名优秀的教师没有先进的理论充实自己，就无法更新自己的教学观念，改变教学模式，提高课堂教学的有效性，从而真正提高自己。

从开始学习到今天，我翻看了各位同仁发表的话题，绝大部分都是关于农村中小学体育设施不齐全的问题。由于各地、各校的办学条件差异很大，在许多农村学校，体育器材达标率很低。目前，农村学校的体育设施主要以学校自筹、自制为主，和城市学校相比，农村学校争取社会赞助，改善体育教学条件的可能性很小，只有极少数农村中小学器材达到国家器材目录最低标准。

对于这一现象，我分析了几个原因。

一、传统文化因素

随着社会的发展，科学技术的进步，人们的物质文化生活日益丰富，人们对体育的认识有了彻底改变，但历史长期积淀下来的影响不可能在短时期消失，它任然影响着人们。有相当多的人对体育和体育锻炼的内涵认识不足，在很大程度上只是理论上得到认可。传统的社会文化观念，制约了学校体育的发展。

二、教育因素

长期以来，受应试教育和中高考导向的作用的影响，学校教育主要从学生近期发展考虑学生课程，以迎合社会发展的需要。体育应有的作用价值却没有引起重视，体育教学处于可有可无的地位，重智轻体育的倾向较为突出。

三、经济因素

经济发展不平衡，办学规模加大，客观上造成体育器材缺乏。农村中小学体育教学的基础设施投入受到经济发展的限制，造成地区体育器材缺口加大，在一定时间内很难达到国家规定的标准。

四、管理因素

管理不善，不合理损耗严重，造成体育器材的浪费。管理不善，保护不好，使仅有的一些器材“丢”“送”“偷”“损”“伤”。

个人觉得，学校体育器材的购买要本着一心一意为学生服务为原则。学校体育工作是学校教育管理的重要一环，从整体上能保证学生在德、智、体、美、劳等诸多方面协调发展和提高，从而保证学校体育工作的实施。

想给学生一滴水，教师就该具备一桶水。这次培训，我一定要静下心

来采他山之玉，纳百家之长，不断学习、勇于创新，深刻感悟体育教育教

学的精髓，在教学与教研中走出自己的不寻常路，为我国体育教育事业奉

献自己的青春与无限精力！

**第三篇：感悟国培**

又是下雨的一天

拉孜县中学 普珍

多么想写伴着清晨第一缕阳光，可是转念一想，美丽的重庆不曾秀过她迷人的阳光，给我们这批远道而来的客人呢。就好似她早已晓得，我们就是从日光之城而来，对阳光可求不至于很急切，一定也不是我们此行的期待之一般，极少露出她金贵的阳光。也罢，倒也见识够了，冬季里那场场下不完的细雨，久而久之也别有一番风情。是的，又是一个下雨的一天，踏着绵绵细雨，我们一行五十多名师生就来到了西南附中，一所极其美丽幽静的中学。我想这肯定是一所完全中学，正如我一直期待和梦想的工作单位般……

静静地守候在小雨里的校园以一行“行己有耻 君子不器。”诗句迎接了我们，同时给了我在漫步校园的途中得以思索的内容。辗转我们走进了一间明亮的阶梯教室，便开始了听课的环节。只见一名二十出头样的精神小伙，以一口干净流利的英语，上了一堂同样精彩活跃的一课，令人印象深刻。我猜是挑了一名稳健的选手不对是老师，正如我们平日里接待考评团或是参观团一样。然而，重要的是临场应变不是吗？就是挑的最好未必上的最有彩……记得那位老师在课前有做过简短的自我介绍，只是一时已想不起，尽管有些对不住那小伙，却也无可奈何了。不过这倒不是重点，这堂课下来，令我收获最大的莫过于他教授英语单词时，所用的有趣的方法。他用音阶的形式教单词，好玩又富有节奏感，完全把教授单词时的枯燥乏味吞噬殆尽，非常有意思。我以为如此可以引得学生对英语更大的兴趣，相对的我们所期待的进步也就指日可待了。这次回去得再次拾起音乐书，好好补补音阶知识才好。所以，谁说课堂不是师生共同学习进步的原野呢？今天在遥远的重庆，在这下雨的一天，又再次得到了验证不是吗？的确，只有全面地发展和提高了教师自己，方才可以更好地为学生的发展铺平道路。正所谓：学习，为更专业。

在我思绪万千的当会儿，结束了今早的行程，一个思绪忙碌的下雨的一天……

**第四篇：国培感悟**

时光似流水，转眼间为期三个月的国培学习告以结束，不敢说“果实累累”，但我的感受颇深，收获颇丰。在国培学习中，我聆听了数位教授、专家、学者的讲座，他们深邃的学术知识和独特的讲课风格，使我受益匪浅。几个月以来我珍惜每一次学习的机会，认真完成好每一次作业，积极参与学员的互动交流，博取众长，从而使我的理论知识得以飞跃，正是这次深入的专业学习，为我的课堂教学奠定了良好的基础，使我工作起来得心应手。

一、珍惜学习机会，在教学中不断完善自己。

作为一名刚刚毕业的大学生，能够在刚参加工作的时候，就遇到这样好的时机，使我倍感幸运。我极其珍惜每一次的学习机会，每天下班回家后都会观看2—3小时，用一个多月的时间久看完了全部视频，剩下的两个多月中，我反复观看了我在教学环节中薄弱方面的相关视频，做笔记，并在教学中反复实践。为了巩固我的学习成果，多次邀请在校有经验的老教师听课，多聆听他们的意见，完善教学环节，改进教学细节，寻求教学新意，还课堂于学生。

二、与学员互动，从中进步

在每一次的交流研讨中，我们都会结合自己的教学实际谈体会。每一个话题都会引发小组成员的热议，每天都有不小的收获。在交流中大家各抒己见，使我有了更宽阔的视野，掌握更高的教学技能。因此研讨交流充实了我，让我获得了进步。我将把自己学到的、感悟到的应用于实践，只有这样才能让自己的工作更加得心应手，使教学效果更上新台阶。

三、享受教育，收获快乐

几天的学习虽然辛苦劳累，但是让我获得了快乐。我懂得了只有不断地为自己充电，才能适应现代化的教学模式。大家都知道要想给学生一碗水你必须有一桶水，现在的一桶水已经不能满足需求，我们要给孩子们注入源头活水，这就需要我们不断地学习，不断地总结，不断地反思，及时将自己的经验记录下来。在整理中思考，在行动中研究，这将是我今后所追求的目标。

总之，走进国培，聆听专家的讲座，汲取名师的精华，这样的培训给我带来了全新的教学理念，带来了丰富的精神食粮，通过学习使我对教材教法有了更新更全面的认识。我将带着收获、带着感悟、带着满腔的热情，把学到的理论知识应用于自己的教学中去，在不断地运用和总结中转变教育观念，发挥教师的人格魅力。做快乐教师，教快乐学生。

**第五篇：国培感悟**

国培感悟

作者：刘玉莲 时间：2024-4-12

持续几个月的国培已经接近尾声，回想自己培训学习以来的生活，真是受益匪浅！，这次学习的时间也很自由，可以通过视频在线观看，这对于我们农村学员来说无疑是一大好事。我们农村教师及时的快速的冲了电。这是一次难得的宝贵的学习机会宝贵。因为，通过培训学习，可以使自己的专业知识得到提升，可以使自己的视野在培训学习中得到拓展，也可以使自己的能力在培训学习中得到发展，最重要的，是可以通过学习，使学生在自己组织的教育教学过程，学习到更多的知识，更好的发展学生的能力。

这次培训让我明确了自己现在所处的专业发展阶段，也明白了现在自己内心一些彷徨的原因所在。我原来只是传统教学，现在我可以根据自身和学生的特点，制定出自己的专业规划，避免自己原地踏步，有助我努力成为一名教育专家型综合实践教师。物理教学活动是物理活动的教学，而物理活动应是学生自己建构知识的活动。因此，教师要从学生实际出发，精心设计物理教学活动，让学生：“在参与中体验，在活动中发展”，真正体现以学生为主体进行活动为基础的有效课堂教学。

通过学习，我发现了自己在以往的科学探究活动教学中存在着很大的不足，譬如探究综合活动教学的设计一定要考虑其科学性、可操作性；活动的组织和实施要考虑其真实性和普遍性等，以往教学大都是只考虑其科学性，有时嫌麻烦就简化活动的程序或者是几句话带过。还有就是以往教学中经常认为没有多大价值的合作交流环节，通过这次培训学习，我也意识到它可以帮助学生相互取长补短、拓宽视野，培养学生对待学习和活动积极的可贵品质。通过合作策略的学习，提高了我的教学能力，使自己在今后的教学中可以利用这种方便的教学工具和先进的教学策略，合理的知识整合，组织教学，这对于构建高效课堂意义非凡。从中感悟并理解新知识的形成和发展，充分体现物理来源于生活应用于社会，体会物理学习的过程与方法，获得物理教学活动的经验。他是学生参与物理活动的重要方式。

物理是一门以观察和实验为基础的自然科学，物理实验是学生学习探究的方法和检验物理规律的试金石，几乎所有的物理规律都是通过实验得出的。在物理教学中,物理规律只有通过实验加以验证后才能容易被学生理解和接受。因此，学物理做好物理实验是基础，这样可以激发学生的思维和推理能力，同时能使学生对物理产生兴趣。同时和学生一起利用我们的身边有很多东西来进行实验，使学生真正理解“从生活走向物理，从物理走向社会。”

通过对物理教学中的衔接艺术的学习，深刻的体会到初中物理与其它学科和课堂教学中衔接问题处理得好，学生就能尽快地适应物理的学习，从而更高效，更顺利地接受物理知识。注重自主探索与合作交流。学生的学习过程从某种意义上说，是对人类社会文明发展过程中的一种认识意义上的重演。让学生踏着前人的足迹部分地重新发现他们学习的内容，对于学生的发展具有多方面的意义。教师要有目的地选择这些重演或再现的教学内容，给学生提供资助探索的空间和时间，让学生主动地进行观察、实验、猜测、验证、分析、总结等教学活动。学生的探索是在教师引导下的探索，教师不仅要精心设计探索的情境，而且要关注学生探索的过程和方法。学之道在于“悟”，教之道在于“度”，教师要处理好自主与引导，对于那些估计学生通过努力能探索求得问题答案的，应大胆地放手，放的真心、实在，收要收得及时、自然。如果只放不收，只是表面上热闹，收效甚微。如果失去教师有价值的引导，学生的主体性也不会得到充分的发挥。

课堂教学是一个双边活动的过程，应营造一个宽松和谐、兴趣盎然的学习氛围。教与学必须要有一个和谐课堂步骤，形成一个完整的教学步骤来实施素质教育，使学生学得快乐、积极主动，真正成为课堂学习的主人。在课堂上用学生语言，幽默风趣，从学生身边的物理现象学习物理知识，并把学到的物理知识应用于实际中去解决问题，自己在课堂上我没有完全做到面带微笑讲课，要想达到有效教学，创设情景，形成问题，使学生愿意学也是一个重要方面，情境的创设关键在于情，以情激境，以最好的境，最浓的情导入新课，形成问题。提出问题要击中思维的燃点，这样不但能对全体学生的认知系统迅速唤醒，从而提高单位时间里的学习效率。学生因情境的巧妙刺激，学习热情激发起来，萌芽学习兴趣，认知系统开始运转。挖掘教材实现教学目标。特别是要深入地研究课程标准、教材、教学用书，做到熟悉课标、吃透教材、创造性地使用教材。现在我也要继续根据学生现有思维、参与知识形成过程，让学生体会成功的快乐。备课既要备教材、教法，更有备学生、学法，根据学生的个性特点因材施教。在今后的物理教育教学中，我要牢固树立有效教学的理念，强化有效教学的意识，在纠错、自查、反思中提高自己的育人能力和教学水平。时刻提醒自己在每节课后自己主动反思，有效教学策略落实到教育教学工作中去。

总之，这次培训我硕果累累，我在培训中真正理解和体会到现代教学理念和教学模式，我领略了这种先进的教学理念和模式的科学性和先进性，使我的教学思想有脱胎换骨之感，我将努力地用这种理念指导自己今后教学实践，培养出更多现代社会素质人才。感谢“国培”给了我们广大农村教师提供这么好的平台，让我们有一次提高专业理论知识与专业技能的机会，同时也感谢我们的辅导老师，感谢你们为大家所作出的努力与付出。国培，是一种方便而有实效的培训形式，给我们农村中学教师提供了一个特别好的学习交流平台，我会以国培学习为契机，提高自身的教育教学水平。

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！