

个人研修计划书国培区培养(实用10篇)

计划是提高工作与学习效率的一个前提。做好一个完整的工作计划,才能使工作与学习更加有效的快速的完成。相信许多人会觉得计划很难写?下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的计划书范文,我们一起来了解一下吧。

个人研修计划书国培区培养篇一

房山初级中学是一所普通的'农村中学。一般来说农村学校硬件设施比较落后,课堂教学还是采用一些传统的教学方法手段。但是近几年,国家对学校投入资金加以建设,使得我们的学校也发生了不小的变化。每间教室都配备了现代化教学的多媒体设施,教学上也引进了大量的教学资源。但是由于我们的环境比较闭塞,教师对于现代化教学方法的应用处于较低的水平,而上课时在使用这些现代化教学资源上也存在着很大的局限性。而语文教学所能运用的到的资源是丰富的,如果能正确利用,那将是老师的幸运,更是学生的幸运。

这次国培的机会十分难得,相信大家在这次系统的培训中,一定会有很大的收获。为了更好的完成培训的任务,获得更大的提升,语文教研组共同研究,制定以下研修计划。

首先,本教研组将认真贯彻国家教育部和省教育厅对培训学员的要求,珍惜机会,使得学员最大限度提高自我、完善自我和超越自我。

其次,本教研组将严格遵守培训作息时间,按时学习,积极主动参与每一项活动,认真听讲,保质保量地完成学习任务。认真做好前期测评,根据测评结果写好个人研修计划;完成网上破冰,相互了解,形成和谐的学习氛围;用心看视频,认真做作业;积极发帖、回帖;多写学习日志,分享校本资源;多质疑多答疑,利用好培训为我们搭建的良好平台。

再次，本教研组会努力将培训所学运用到实践之中。

大家在忙碌之中抽出时间来学习，便是想要有收获。我们将努力向专家学习，引进最新的教学理念方法，将这些理念和方法，用来指导我们的教学实践活动，使得我们的课堂教学迈上新的台阶。

当然，在培训中我们每一位学员都面临着挑战。对于培训的陌生，大家难免感到棘手，加之自身的教学任务繁重，培训一开始便都感受到压力。但是我们相信，不管什么样的困难，不管什么样的挫折，总会有雨过天晴的时候。我们房山语文组的同仁们将会一起积极的面对，去寻找，去追逐，去实现我们共同的目标。

个人研修计划书国培区培养篇二

20xx年xx月下旬，国培计划安徽省中小学“骨干教师”高级研修项目初中语文班在淮师大开班，我很幸运能够有机会参加高水平的研修和语文语专业课的提升学习，特别是能够在这所高等学府聆听教诲，颇感荣幸。对于这次培训，我将全力以赴，认真学习和探求，力求提高自己的教育理论知识和教学素养。为了更好地学习，我以淮师大制定出的本期研修班的研修计划为依据，制定个人研修计划如下：

在专家教授的指导下更新教育观念，拓宽教学视野，提高教学能力，科研能力，促使自己专业化发展。

- 1、通过培训，学习先进的研究方法，形成良好的研究意识。
- 2、转变教育观念，提高认识。
- 3、深入理解中学语文课程性质、课程目标。掌握中学语文课程与教学改革的核心理念。

4、探索课堂教学的有效性，积极开展阅读教学、习作教学、课堂管理等方面的改革，以期提高学生的语文素养。

5、促进专业化发展，提高教学研究能力。

1、努力学习课程知识，在学习过程中认真做好笔记，不断提高自己的教学水平和专业素养。

2、学习专家们的先进理念，逐步内化为自己的东西，积极动脑思考问题，并积极讨论交流。

3、通过专家的引领，理论联系实际，不断反思自己的教学行为和教学方式，努力探求适合学生的教学方法，提高自身的语文素养。

4、积极参与各种研讨活动，积极发表自己的观点，博采众长，在交流中提高自己的专业知识，逐步向专业化教师的标准靠近。

1、认真听取专家教授的讲座，踏踏实实地学习理论知识。

2、到影子学校听课、评课、研讨、上课认真观摩实实在在的课堂教学，吸取精华，提高自身素养。

3、积极参与班级研讨活动，在活动中积极表达自己的观点，在探讨中提高自己的知识素养。

4、每天听课后做到及时反思，记录感悟的点点滴滴，认真完成作业。

5、钻研教学专著，努力学习与新课程相关的理论知识，并做好读书笔记，写下读后反思。

6、填写好研修日志，撰写教育教学论文。

总之，通过这次“国培”研修学习，我相信自己在自身素质、教育教学理论和教育教学方法上会有许许多多的收获，会为我以后的教育教学工作打下坚实的基础。以期达到从“经验型”教师向“科研型”教师转变的目标。

个人研修计划书国培区培养篇三

很荣幸能成为“国培计”——安徽省乡村中小学幼儿园教师网络研修与校本研修整合培训小学英语班中的一员，本次培训的研修任务设置分为信息技术应用能力提升培训（60学时）和有效学习研究主题培训（60学时）两部分，为认真完成本阶段的研修任务，特制定以下研修计划：

遵照教研工作计划，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。

- 1、通过培训，学习先进的研究方法，形成良好的研究意识
 - 2、转变教育观念，提高认识。
 - 3、积极实践课改的新理念，新思路，围绕“有效性高效课堂教学”开展课堂教学研究活动，提高课堂教学效率。
 - 4、促进专业化发展，提高教学研究能力。
- 1、积极完成日常教学类中研修日志、我的教学故事、教学案例、我来当坊主等内容的发布。
 - 2、积极参与研修活动：包括学科活动、工作坊活动、协作组活动，进行课程学习、视频答疑、主题研讨点评、资源上传、研修作业成果、自由讨论区发帖回帖等。

1、认真听取专家教授的讲座，踏踏实实地学习理论知识。

2、积极参与班级研讨活动，在活动中积极表达自己的观点，在探讨中提高自己的知识素养。

3、反复领悟《英语新课程标准》精神，进一步熟悉英语教材，并付诸实践，提高课堂教学效率。钻研教学专著，努力学习与新课程相关的理论知识，并做好读书笔记，写下读后反思。

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、认真撰写教育教学心得体会，争取有质有量。充分利用网络手段，观摩名家教学，撰写读书笔记、教学反思，在课堂教学中利用多媒体手段教学，激发学生学习的兴趣，创设情景，提高学生发现问题、分析问题、解决问题的能力，培养学生良好的学习习惯。

总之，通过这次“国培”研修学习，我相信自己在自身素质、教育教学理论和教育教学方法上会有许许多多的收获，会为我以后的教育教学工作打下坚实的基础。以期达到从“经验型”教师向“科研型”教师转变的目标。

个人研修计划书国培区培养篇四

“中小学教师国家级培训计划”，是教育部、财政部于201x年开始实施的旨在提高中小学教师特别是农村教师队伍整体素质的重要举措。以下是小编整理的国培个人研修计划书，欢迎阅读！

参加国培计划学习，就是一次精神盛宴的享受、接受心灵的洗礼的过程，每次过程都让人欣喜不已，开阔视野，提升境

界，结识新友谊。为了能够在这次培训中有更大的收获，在教育理论、教学研修等各方面都得到提高，制定个人研修计划如下：

一、积极主动学习

珍惜这次培训机会，及时参加学习，专心听讲，认真聆听专家报告，解读专家思想，内化成自身的知识，弥补自己专业知识的不足。

二、主动向专家请教

对学习中不明白问题和教学中的困惑，主动找机会向同行、专家请教，寻求帮助解决。积极参与研修坊的各项研修活动，积极与同行共同探讨，努力向各位学员学习，我始终相信“他山之石，可以攻玉”。

三、善于反思提升自我

坚持整理笔记，把自己在教育教学中的感悟、困惑与同行探讨，寻找解决的办法和途径，寻找自己的课堂教学与专家所谈的课堂教学的切入点，寻找与现代教育理论接轨的方法和途径，将所思所悟及时整理，写学习心得、研修日志，发表在教师培训平台上。不仅要对课堂教学知识、技巧和技能反思，还要对自己的教学方法、教学内容进行反思，这样才能不断提升自我。

四、读书实现自我发展

多读书，在网上搜集各位专家推荐的学习内容精心研读，在教学实践中思路会更宽，更具有创新性，有了更深厚的教育理论作支撑，对我们教学实践中分析教材是很有帮助的，让我们在教学过程中更加的应用自如。多读书会促进自己的教学反思能力，关注课堂细节。

五、活学活用，且学习且收获

争取通过学习，提高研究教育教学规律和研究学生的基本方法、策略的能力，提高把握教育教学规律和学生发展规律的能力。积极写研修学习心得体会、收获、总结。所以我争取每天自我检查计划的落实情况，对没有落实好的内容，能够当天弥补的工作不拖到明天，努力做到日结月清，真正让这次研修成为专业成长中的一次里程碑。

在制定这个研修计划之前，我先感谢这次信息技术培训的所有组织者！希望自己通过网络这次研修平台能提升自己的信息技术应用能力，弥补自己在教学中的不足。让学生们喜欢上课堂，热爱上学习，让同事们能相互促进，提高自己的教学效率。

现就测评结果和专家的建议，结合自身实际，制定这个研修计划。

1、自身分析：

在应用信息技术优化课堂教学方面：我的技术素养还是可以的，对多媒体设备等能熟练操作，了解与教学相关的通用软件及学科软件的功能及特点，并能熟练应用，能通过多种途径获取数字教育资源，掌握加工、制作和管理数字教育资源的工具与方法。计划与准备方面，还是能找准运用信息技术解决教学问题的契合点的。组织与管理方面，让每个学生平等地接触技术资源，激发学生学习兴趣，保持学生学习注意力，鼓励学生参与教学过程，引导他们提升技术素养并发挥技术优势。但在评估与诊断方面却存在严重的不足，没有好好学习评估的标准，所有就会在诊断方面出现无从下手的感觉。学习与发展方面，具有主动运用信息技术促进自我反思与发展的意识，掌握专业发展所需的技术手段和方法，提升信息技术环境下的自主学习能力。

应用信息技术转变学习方式方面：技术素养方面也是还行，可能是得益于自己对各种网络设备的了解和使用吧，这几年教改也改变了观念。计划与准备，组织与管理，评估与诊断这三个方面却是严重的出现问题，在发展目标中我将列出。学习与发展方面，还是能有效参与信息技术支持下的校本研修，实现学用结合。

2、 环境分析：

乡镇的初级中学，相对而言还是比较落后的。无论是设备还是整体的观念。教学任务也比较重。

发展目标：

1、 应用信息技术优化课堂教学能力方面，在自己较好的技术素养的基础上继续加强学习，对计划于准备、组织与管理、学习与发展等三个方面的各项较强理解和实行，重点将评估与诊断方面的各项指标理解透，通过这次培训，力争达到优秀。

2、 应用信息技术转变学生学习方式能力方面，计划与准备，组织与管理，评估与诊断这三个方面是一片飘红啊！计划与准备这块评估列出了六点，组织与管理有五点，评估与诊断有四条，我将一一了解，一一学习，争取将它们融会贯通，达到优秀。

3、 应用信息技术促进教师专业发展能力方面，本人将通过此次培训，结合网络与实践教学中的各种资源，力求是自己在专业水平上有个大的提高。

行动计划

如果说在实现目标的过程中可能面临的困难或挑战的话，那最大的困难可能是时间问题。但时间就是海绵里的水，只要

你愿意挤，总还是有的！

实现发展目标的具体途径与措施：现在好好珍惜这次培训的机会，认真聆听专家们的视频与讲座，做好笔记与交流，把学到的理论结合实际教学应用到课堂上区。在生活中多阅读相关信息技术方面的书籍，多花点时间锻炼下各种教学软件，提升自己的信息技术应用能力。

最后给自己一个好的祝福：迈上新台阶！

个人研修计划书国培区培养篇五

今天，认真阅读了“国培计划[20xx]示范性小学语文教师工作坊高端研修项目的第一阶段内容：熟悉项目方案，逛逛网络家园和我的研修，我的郑重承诺。这是本人第二次参加国培，每一次的学习内容和学习目的不同行，本人承诺参加研究，并且做出如下承诺：

一、确保研修的时间。研修的时间为20xx年12月到年12月，一共有7个阶段的学习内容。客服研修时间战线持久，工作事务繁重的困难，保证研究时间。

二、保质保量地完成研修项目每个阶段的学习任务，积极参与学员互评和在线讨论，能够做到培训结束后按时提交7个阶段的作业。

三、充分发挥线上学习与线下的作用：本次研修以线上自主学习为主，但是本人会将学习的内容延伸到线下，延伸到自己的课堂。同时抓住分散学习、专家在线答疑与集中讨论的机会，积极反思课堂中遇到的问题，通过远程培训平台与其他地区的研讨交流活动。

时代在变，课堂在变，学生在变，只有不断学习，才能满足

学生。本人会有效利用时间重要，更好地做好自己的研修计划，出色完成研修任务。

个人研修计划书国培区培养篇六

能参加“国培计划”的培训，我深感荣幸。听专家讲课，并参与互动交流，真的是一次难得的学习机会，但我认为更多的是肩负着一一种神圣的责任和使命。对于这次培训，我将全力以赴，认真学习和探求，力求提高自己的教育理论知识和教学素养。为了更好地学习，我以制定出的本期研修班的研修计划为依据，制定出了一套自己的具体研修计划：

(一) 指导思想

通过专家教授的引领，不断更新教育观念，促使自己专业化发展。(二) 研修目标

- 1、通过培训，转变教育观念，提高认识。
- 2、深化对初中数学课程性质、课程目标的理解。
- 3、掌握初中数学课程与教学改革的核心理念，致力于提高初中生数学素养和课堂教学的有效性。
- 4、促进专业化发展，提高教学研究能力。(三) 研修措施

- 1、努力学习课程知识，在学习过程中认真做好笔记，不断提高自己的教学水平和专业素养。
- 2、学习专家们的先进理念，逐步内化为自己的东西，积极动脑思考问题。
- 3、通过专家的引领，理论联系实际，不断反思自己的教学行为和教学方式，努力探求适合学生的教学方法，提高自身的

数学素养。

4、积极参与各种研讨活动，积极发表自己的观点，博采众长，在交流中提高自己的专业知识，逐步向专业化教师的标准靠近。

(四) 研修内容

1、认真听取专家教授的讲座，踏踏实实地学习理论知识。

2、去实地考察，并观摩实实在在的课堂教学，吸取精华，提高自身素养。

3、积极参与班级研讨活动，在活动中积极表达自己的观点，在探讨中提高自己的知识素养。

通过本次国培学习，通过短时间的网上学习，我明白了网上学习的重要和快捷。在国培学习中，我对新课程改革的理念有了更深刻的认识，明确了提高专业素养的重要性，提高了思想认识，提升了学习理念，丰富了专业理论，现总结如下：

(一)通过培训，提高了自己的思想认识。由于工作在农村中学，没有更好地了解现在教育的现状和教师成长方面的情况，就像井底之蛙，对所从事的教育教学工作缺乏全面的了解。通过此次培训，我清楚地知道了新课程改革对教师所提出的要求。我们要以更宽阔的视野去看待我们从事的教育工作，不断地提高自身素质和教育教学水平，不断地总结自己的得失，提高认识，不断学习，才能适应教育发展对我们教师的要求。网络研修，好处多多。可以说网页学习的即时性，有利于我自主安排学习，减少了工作与学习的矛盾。可以说网页学习的快捷性，有助于我提高学习和实践应用的效率。可以说网页学习的互动性，有助于我和众多教师及时学习和解决一些实际问题。

(二)通过培训，夯实了专业知识基础。作为一名数学教师，首先应该具备的就应该是全面系统的学科本位知识。以往，我只是研读一些与数学有关的资料，习惯于积累一点一滴的知识素材。现在，有国培学习网页了。在这里所有的学习内容一目了然，科学系统，有标可依，有律可循，学习起来方便至极。这个学习页面的课程设置，突现了以学科为基础，以问题为中心的特色。在这个学习页面上，通过专家引领，帮助我进一步领会了新课程的教学理念，让我对中学数学教学有了深入的理解与思考；通过参与学习、反思体会，帮助我准确地把握了数学学科的主要教学内容及教学的重难点，，帮助我认识并掌握了数学教学的新方法、新手段，并且能够有效地运用到自己的实际教学中去。

(三)通过学习，学会了交流。

21世纪倡导的主旋律是“和谐进取”，新课程倡导的主旋律是“师生互动，师师互动”。而平时，我们在工作和学习中，多数情况下还是自己研究，自己思考。通过这次国培，我彻底打开了固步自封的思想，无所顾虑的和学友们、同事们共同交流，共同研讨，开拓了教研视野。

个人研修计划书国培区培养篇七

为了不断提高自己教育理论水平，增强知识更新能力和教育教学能力，从各方面不断完善自己，提高自身综合素质，特制定个人研修计划如下：

一、指导思想

通过研修，提高教育教学能力和业务水平，坚持以促进学习全面发展为原则，把新课改的精神落实到日常的教育教学工作中。

二、研修目标

- 1、转变固有的教育观念，与新时期的教育观念保持一致。
- 2、提高自己对课程标准及教研教改的理解能力和操作能力。
- 3、能结合有关教育理论，针对教育教学不断反思和总结，提高自身的专业发展能力。
- 4、通过研修，掌握教学基本功，更好地为新的课堂改革模式教学服务。
- 5、通过研修，掌握课堂教学技巧，提高课堂教学艺术。

三、学习内容

- 1、学习《中小学教师职业道德规范》，加强自身的师德修养。
- 2、不断提高自己的教育教学能力，积极学习新课程标准及新教学理念，努力提高自己的执教能力，形成自己独特的教学风格。
- 3、开展学习以信息技术为主要内容的现代教学技能的研修，联系运用电子白板，运用多媒体独立制作电子教案。
- 4、以课题研究为依托，以自主研究为切入点，积极探索，参与课题研究。
- 5、认真参加“教研组研讨”活动，寻找适合自己的发展之路。

四、实施计划

- 1、坚持政治学习、业务学习，多看教育教学专著，努力提高个人的专业素养。
- 2、积极参加网络教研，了解最前沿的教改信息。扩展自己的知识视野，不断更新教育教学理论。

3、工作中严要求，不松懈。认真开展听课评课活动，学习身边教师的宝贵经验，提高自己的教育水平。课后及时写教学反思，认真撰写教育教学心得体会，在教学中利用多媒体教学，激发学生的学习兴趣，提高解决问题的能力。

个人研修计划书国培区培养篇八

1、通过此次培训，转变、更新自己的教育理念，提高自己对现代教育信息和信息技术教育的了解。使自己的业务素质在原有的基础上得到进一步的提高，并加强自身的实际教学能力和教育创新能力，转变教育理念、教育行为，把教育理论落实到实处。

2、通过培训学习，提升自己的课堂教学效果和教学能力，使自己成为教学能力较强，深受学生喜爱的教研型老师，从而提高教育教学质量。

3、积极参加培训中的课题研究，提高教育教学的科研意识和能力，努力使自己成为反思型、研究型 and 学者型教师，成为学生的榜样，培养学生树立学习的新理念。

4、通过培训学习，及时了解和掌握现代教育技术能力，学习发达地区优秀教师的先进教学模式、优秀课件、优秀论文等，促进自己的教学水平和教学质量不断提高，从而提升自己的专业素养和职业素养。

1、积极参与“国培教研活动”，通过网络面对面倾听专家讲课，并参与互动交流，将培训，教研中的学习所得，应用在平时的教学实践中，并经过自己的反思与改进，争取逐步形成自己的教学特色。

2、积极参加工作坊活动，利用平台积极参与各位教授、老师、各位同仁之间的学习交流，倾听各位教授、老师、各位的教育教学经验，从多角度反思自己的教学，提高自己的教育教

学效能。

3、认真听好每一节专家讲座，认真学习每一个教学案例，积极参与学员们的交流，吸收他们的先进的教育理念，提升自己的教学效果。

4、积极参与研讨，积极发言，加强学员之间的互动交流，多写研修日志，在反思中完善自己。通过网络学习，提升自己的信息技术应用能力，和课件制作水平，提升自己在网上获取资源，网上制作课件，及网上与学生交流的能力。不断更新自己理念，与时俱进。

5、充分利用网络优势，积极参与在线研讨，积极参加不同地区、不同形式、不同类型的现代教育技术培训，学会使用计算机等多媒体等现代教学设备，学习不同地区优秀教师的先进教学理念与教学模式，不断提高自己的教育和教学水平。

个人研修计划书国培区培养篇九

20xx年12月下旬，国培计划云南楚雄小学数学四班开班，我很幸运能够有机会参加高水平的研修和数学专业课的提升学习，颇感荣幸。对于这次培训，我将全力以赴，认真学习和探求，力求提高自己的教育理论知识和教学素养。为了更好地学习，我制定个人研修计划如下：

在专家教授的指导下更新教育观念，拓宽教学视野，提高教学能力，科研能力，促使自己专业化发展。

1、通过培训，学习先进的研究方法，形成良好的研究意识

2、转变教育观念，提高认识。

3、深入理解小学数学课程性质、课程目标。掌握小学数学课程与教学改革的核心理念。

4、探索课堂教学的有效性，积极开展课堂管理等方面的改革，以期提高学生的数学能力。

5、促进专业化发展，提高教学研究能力。

1、努力学习课程知识，在学习过程中认真做好笔记，不断提高自己的教学水平和专业素养。

2、学习专家们的`先进理念，逐步内化为自己的东西，积极动脑思考问题，并积极讨论交流。

3、通过专家的引领，理论联系实际，不断反思自己的教学行为和教学方式，努力探求适合学生的教学方法，提高自身的语文素养。

4、积极参与各种研讨活动，积极发表自己的观点，博采众长，在交流中提高自己的专业知识，逐步向专业化教师的标准靠近。

1、认真听取专 家教授的讲座，踏踏实实地学习理论知识。

2、到影子学校听课、评课、研讨、上课认真观摩实实在在的课堂教学，吸取精华，提高自身素养。

3、积极参与班级研讨活动，在活动中积极表达自己的观点，在探讨中提高自己的知识素养。

4、每天听课后做到及时反思，记录感悟的点点滴滴，认真完成作业。

5、钻研教学专著，努力学习与新课程相关的理论知识，并做好读书笔记，写下读后反思。

6、填写好研修日志，撰写教育教学论文。

总之，通过这次“国培”研修学习，我相信自己在自身素质、教育教学理论和教育教学方法上会有许许多多的收获，会为我以后的教育教学工作打下坚实的基础。以期达到从“经验型”教师向“科研型”教师转变的目标。

个人研修计划书国培区培养篇十

12月中旬，国培计划——xx省中小学教师小学数学培训班将要在南京师范大学开班。20xx年以来，省级的骨干教师学习、省名师选拔学习等四次省级培训和学习，但是这次却是唯一一次国培计划，并且是走进高等院校的学习，能够有机会参加高水平的研修和学习学习，特别是能够到南京师大，这所高等学府聆听专家的教诲，颇感荣幸。每次外出学习，我都能够在短期内享受一次精神的盛宴，接受一次心灵的洗礼，每次都让我欣喜不已，因为一次学习都是能开阔自己的视野，提升自己的境界。为了能够在这次培训中有更大的收获，在教育理论、教学研究等各方面都得到提高，制定个人研修计划如下：

珍惜这次培训机会，认真遵守培训院校的各项要求，每天提前到学习地点，按时参加学习，专心听讲，认真聆听专家报告，并做好笔记。无论专家报告何种风格，都坚持在最快的是时间内调整思路，融入专家报告，解读专家思想，内化成自身的知识，弥补自己专业知识的不足。

对报告中不明白问题和教学中的困惑，找机会向专家请教。并努力向培训的教授提出心中的疑问和困惑，寻求专家帮助解决。积极参与研修班的各项研讨活动，努力向各位学员学习，各位学员都是各个地区的一线教师，他们都具有丰富的教学理论和教学经验，拿出自己的问题请教各位学员，或与各位学员共同探讨。

每天晚上坚持整理笔记，结合自己在教学中的感受写出学习心得，写出研修日志，发表在教师培训平台上，并且坚持每

天更新新浪和网校office博客日志，作为“河南省最具成长力教师”“河南省名师”，对照自己以往的专业成长道路，寻找自己的课堂教学与专家所谈的课堂教学的接入点，寻找与现代教育理论接轨的方法和途径，看是否能在最短的时间内做到最大的提高，并将所思所悟及时整理，至少要有3篇高质量的文章，向报刊杂志投稿。

在课余时间，认真读书或在网上搜集各位专家推荐的学习内容精心研读。并且在这接近20xx时间内，争取读完《名师备课经验》这本书，写出3篇高质量的读书心得和体会。

争取通过学习，在学习数学课程标准的基本理念，掌握数学有效课堂教学方法的基础上。了解数学教师专业发展趋势，理解研究教育教学规律和研究学生的基本方法和策略，提高把握教育教学规律和学生发展规律的能力。并且在研修结束，写出研修学习的体会和收获，在某一个具体的方面进行深刻、细致的总结，规划出下学期教学改革设想，结合文昌小学实际情况，发挥教学副校长的示范引领作用，培养身边骨干教师，并利用假期设计出3节左右高水平的优质课，并在下学期带领学校骨干教师展开课题实验。

研修计划的制定，只是对短期学习的一种规划，而最关键在于落实，所以我每天一定坚持自我检查计划的落实情况，对没有落实好的内容，能够当天弥补的工作不拖到明天，努力做到日结月清，真正让这次研修成为专业成长中的一次里程碑。