

# 2023年园本研修教师的专业生活方式心得 (优质10篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

## 园本研修教师的专业生活方式心得篇一

屯留一中语文教师 李莉

教师研修工作有条不紊地进行着，我也是一如既往地参与到其中来。每次参加继续教育学习，通过观看各位名师专家的实录视频，听老师讲座，与专家对话，跟同仁切磋，都让我受益匪浅。

首先，我认为，中国教师研修平台是一个为教师圆梦的舞台。尽管入行十多年，但是在教学实践中还是会遇到这样那样的问题。师者，所以传道授业解惑也。那么，老师有疑惑找谁呢？继续教育善解师意地出现了。教师在教学实践中遇到的各式各样的问题在这里呈现，同时伴有专家的建议和方案，同行的案例更是很好地给出了典范。真的很感谢继续教育这些年的一路陪伴和指导。

其次，我要说，与名师对话，受益匪浅。能有机会聆听各所名校优秀骨干教师的课我深感荣幸，并从中学到了很多为师应懂得的道理和应明白的知识。例如北京五中高级教师尹龙国教师，从几方面对《语文课程标准》（新）进行的解读，让我明白课改的方向是什么，2017年考试大纲的变化点和不变点在哪里，并且还提出了教研和教学的具体建议，真是于细节处见精神。李煜晖，语文高级教师，西城区先进教育工作者，科研带头人、语文学科带头人。北京师范大学文学硕

士，教育管理与领导博士研究生。北京师大二附中文科教学团队负责人李煜晖教授是语文高级教师，西城区先进教育工作者，科研带头人，语文学科带头人，对《史记》的经典研读，从教学目标的设定，到教学资源的分享，再到必选和任选篇目的划分，乃至课段课时的安排更是细致条例，没有一丝含糊。不仅让我对教学史记更有信心，这种教研精神同也感染着我，让我顶礼膜拜。陈晔、陶然、廖瑾等几位老师的案例解析更让我身临其境走入他们的课堂中，收获颇多。

再次，我感觉，与同仁研讨，步步升华。每一个课程下方都有专门供老师们交流的讨论区，一开始认为只是一种形式，当我认真学习了老师讲的课程后，再看各位同行的言语皆是言语本心。于是毫不犹豫地参与了进去，而且也有收获。另外，本平台还为我们设计了笔记区，日志区，真的是有观点有地方言说，有精华有地方收藏。

最后，我想说，学习从来就不是一段时间的事，也不是仅凭一个人的努力就够的，活到老学到老，团队不可少。希望还能向更多的教授学者学习为教之法，与更多的仁兄贤弟共同研讨教学中的难题。我只愿借助中国教师研修这一平台圆我不愧为师之梦。

教学的革命始终没有尽头，我们这些深入一线的教师同志仍要不断努力，奋然前行！

## 园本研修教师的专业生活方式心得篇二

随着教育事业的不断发展，教师的专业素养和能力提升已成为当今时代的迫切需求。为了满足这一需求，各级教育部门经常组织和开展各种形式的教师研修。我最近参加了一次为期三天的教师研修班，带给我许多新的启示和体会。

首先，教师研修帮助我们加深了对教学过程的认识和理解。在研修班中，我们学习了许多教学方法和技巧。通过实际操

作和交流讨论，我们掌握了如何设计有效的教学教案，如何提高学生的参与度和积极性。研修过程中，我们还学习了如何运用多媒体教学工具，创造多样化的教学环境。这些知识和技能的掌握，让我更加清楚地认识到教学的全过程，从而提高了我的教学效果。

其次，教师研修使我重新审视了教育的本质和价值。在培训中，导师向我们介绍了新时代的教育理念和要求。他告诉我们，教育不仅仅是传授知识，更重要的是培养学生的创新能力和综合素质。在现代社会，学生需要具备解决问题的能力、合作精神和创造力。作为教师，我们的责任是引导学生发现和发展潜力，培养他们的自主学习能力和创新思维。通过研修，我明白了教育的目标之一是培养社会发展所需要的高素质人才。

再次，教师研修增强了我的团队合作意识和能力。研修班中，我们分组完成了多个课题的研究和分享，进行了角色扮演和小组讨论，深入探讨了教育问题和解决方案。通过与同事们的合作，我学会了倾听他人的观点，尊重不同意见，并积极参与到讨论中。这样的合作过程不仅拓宽了我的思路，还提高了解决问题的能力。我相信，在今后的教学实践中，我将更好地与同事合作，形成良好的教师团队，促进教育事业的健康发展。

最后，教师研修激发了我的学习动力和兴趣。在研修过程中，我们接触了大量的教育新理念和最新教学技术，与资深教育专家进行了面对面的交流和讨论。这些经历激发了我对教育学习的热情，并让我深深地感受到了学习的乐趣。我意识到作为教师，我们需要不断地学习和更新自己的知识，以应对教育事业的不断变化和发展。只有不断提升自己，才能更好地指导学生，帮助他们成长。

总而言之，教师研修不仅是一次提高教师专业能力的机会，更是一次重新审视教育的机会。通过参加这次研修班，我深

入了解了教学过程和教育的本质，提高了团队合作和解决问题的能力，同时也激发了我的学习兴趣和动力。我相信，通过不断地学习和研修，我将成为一名更优秀的教师，为学生的成长 and 未来发展贡献自己的力量。

## 园本研修教师的专业生活方式心得篇三

教育永远是人类发展的重要基石。作为教育者，教师的素质与发展同样具有不可替代的重要性。研修是教师提高自身素质的重要途径，也是教师发展的必要手段。本文将就个人参加研修班的体会与感悟进行分享。

### 第二段：研修的意义

教师研修不仅仅是为了增加教学技能，还能够提高教师的心理素质和精神境界。这将更好地助力教师开展教学工作，提高教育教学质量，推动教育事业的发展。教师研修也能够促进教师之间的相互合作和交流，加强学科之间的紧密联系，建立高水平的教育团队。

### 第三段：我的研修体会

我曾参加过《新时代下的高中英语教育教学研修班》。在这次研修中，我深刻地体会到了专家授课的魅力和影响。专家们不仅从理论和实践的角度进行深入探讨，而且从自身的教学经验出发，对我们进行指导和点拨。此外，我们还进行了互动分享，同行评议等活动，这样的交流不仅能够促进我与他人的沟通和合作，而且也能够反思自身的教学过程，指导自己的教学方向。

### 第四段：研修对我个人的帮助

通过这次研修，我感受到了教师的职业担当与责任，同时也收获了许多心理素质的提高。我心中充满着感恩，感谢能够

有机会与如此优秀和富有经验的专家进行交流与互动，感悟到了教育的巨大意义，我深知自己作为一名教师的职业使命感，同时也明确了自己未来的发展方向。

## 第五段：总结

教育是一个无限发展的领域，更好的教育意味着更高的素质要求，而更高的素质要求亦意味着更广阔的研究方向。通过研修，教师不仅可以提升自身的教学技能，更可以促进教学质量的进一步提高。作为一名教师，我们需要始终保持感恩之心，在不断探索与实践过程中，加强自身知识的积累和技能的提升，为教育事业的发展贡献自己的一份力量。

## 园本研修教师的专业生活方式心得篇四

教师是社会的重要组成部分，他们不仅仅是传授知识的传道者，更是学生成长道路上的引领者，他们的教学质量和水平直接影响着学生的成绩、思想、德育等方面。因此，教师培训和进修是十分必要的，而作为一名教师，参加教师教育研修的心得和体会也是值得分享的重要内容。

## 第二段：对研修的基本情况的介绍

前不久，我参加了由学校组织的教育研修活动。这次研修主题是教育废墟的教学力提升，我所在的学段是高中语文。整个研修分为理论研讨和案例分析两个环节，其中理论研讨主要是学习新的教学方法以及教育政策的背景分析，案例分析则是针对实际的教育教学案例进行讨论分析，让我们更深入地了解零散知识点的联结和运用。

## 第三段：对研修的感受和收获

在整个研修中，我觉得最有意义的部分是案例分析和讨论。通过观摩其他老师的教学实践，我深刻认识到了自己的局限

性并开始反思自己的教学行为。同时，与其他老师一起分析教学方法和策略，我深入理解了教育政策的实质和本质。比如，教育部门强调“让每个孩子活下去”，那么我们教师更应当关注的中心是学生的需求和实际情况，拆掉繁琐知识点的包装，用最简单的方式传达知识。

#### 第四段：对于如何将新知识应用到教学实践中的思考

对于研修后如何在教学中运用这些新知识的问题，我认为可以先从以下几个方面考虑。首先，针对不同的知识点，要分析学生的特点和需求，花更多的时间和精力设计适合他们的教学方案和策略。其次，在课堂上应该注重培养学生自主学习的能力，即在知识的传授上培养学生自我思考、自我学习、自我管理的能力。再次，我们应该注重同行之间的交流和合作，及时分享做法和经验，不断丰富和完善自己的教学策略。

#### 第五段：总结

参加教育研修是学习教育新知识、提高教育素质的有效途径，也是实现教育现代化和科学化的必要手段。作为一名教师，在日常的教学工作之外，参加教育研修活动，不仅能够提高自己的教学水平和专业素养，而且可以拓展自己的教育视野和接受更多领域的磨砺，从而更好地肩负起教育事业的重任。因此，我们教师要善于总结和反思自己的教育实践，积极参与各种教育研修活动，不断提升自己的教育实力。

## 园本研修教师的专业生活方式心得篇五

随着社会的快速发展，人们对教育的要求越来越高，对教师的能力提出了更高更全面的要求。因此教师教育研修已成为教师持续发展的必经之路。在我参加了一次教师教育研修之后，我深刻地意识到了教师教育研修的重要性与价值。

#### 第一段：为什么要参加教师教育研修？

教师是在教育教学中发挥着中心作用的人，是学生取得成功的保证。为了更好地完成这一使命，我们必须不断地学习和提升自己的能力。而教育研修是教师提高自身能力和水平的一个重要途径。参加教育研修可以有效提高自身专业水平，开拓视野，了解新的研究成果和教学经验。教师教育研修的最终目的在于，提高教育教学质量，为学生提供更高品质的教育服务。

## 第二段：我的教育研修体验

我曾参加过一次中学高中化学教育研修，那是一次十分精彩且有收获的经历。在这次研修中，我学到了许多新的教学理念和方法。例如，它强调“因材施教”，并提供了以多种方式进行授课的实用方法。我也学会了如何开发并发掘学生的潜力，这对于我在课堂上更好地引导学生、推动学生发展至关重要。

## 第三段：教育研修对教师教育能力的提升

教师教育研修让教师们有机会接触大量学术研究文献，与同行交流和分享教育经验。它不仅让我们更了解教育学中的重要理论和实践知识，而且也让我们更深入地了解如何将其应用到我们的教学中。这种不断地学习与实践帮助我们提高教育教学质量，提高学生的学习结果和满意度。

## 第四段：教育研修的价值和对教学的影响

教育研修不仅有助于提高教师的专业知识和教学技能，同时，也有助于教师们提高自身的领导和管理技能。它鼓励教师进行创新和提高办学能力和水平，以更好地为学生和家长提供更加全面、更高品质的教育服务。这种通过教育研修体验、学习与分享快速提升自身能力水平的方法，是当前提高教育质量的不二法门。

## 第五段：结论

在这个快速发展的时代，教育研修已成为教师必选的成长之路。通过参加教育研修能够帮助教师深入学习和掌握更多的教学方法、理论与实践经验，不断提升自身的领导和管理能力，以及开发和发掘、发挥学生的潜力，促进教育教学的全面提高。未来，我将继续学习和打破自己的舒适区，并乐于分享自己的经验与教育心得。让我们在智慧与经验的成长中不断进步！

## 园本研修教师的专业生活方式心得篇六

这次山东省网络远程研修，给我们每一位小学教师带来了一次千载难逢的学习机会，我们倍感珍惜。真心的期望以后还能有这样的学习机会，如果能借助网络这个资源真正到达教学的共享，我想对整个课改过程中的数学教学都将产生深远的影响。

这些日子的学习过程中，作业交了吗？已经成了同事们见面招呼语。有些老师，夜里三、四点还在网上奋斗，不辞辛劳。个性是有些老教师，从来都没有摸过电脑，更谈不上用电脑。正是这一次的研修激发了老教师学习电脑、使用电脑的热情，有的老教师借此机会自己购买了新电脑，第一次真正独立使用电脑进行了网上学习，发表了自己的第一次网上评论，交流了自己的第一次网上收获，提交了自己的第一份网上作业，收获了第一次网上学习带来的激动、喜悦和无以言表的幸福。

网络研修虽然不能应对面，但是全省同行们敲击键盘的嗒嗒声像跳动的音符一样，奏响了一曲美妙动听的乐章。同行们用心与心，用思想与思想，架起了一座座更为通畅的桥梁，使这次远程研修有了顺利完成任务的根本保障，也从中得到了很多智慧的启迪！每当看到一篇篇精彩作业和简报，更是让我获益匪浅，看到一个个新颖详实的教学设计和专家们精彩的点评，更让我深刻体会了该如何在教学过程中去深入挖



掘教材的内涵，该如何去把握教学深度，该如何去落实新课程的教育理念，这些都将对今后的教学工作产生重要的影响。

“山外青山楼外楼”，看到了有那么多的学员文笔流畅，才思敏捷，学识渊博，令我感慨万千，羡慕不已，顿时开启了自身向上不断攀登的动力，变“要我学”为“我要学”。作为一名教师要求学生勤奋好学，自己首先要做到学无止境，要求学生动口、动手、动脑，自己也要边学、边思，不浅尝辄止，不固步自封，勇于探索，学有所获！

感谢网络研修平台，让我听到了那么多默默无闻的教育工作者，实践探索的脚步声；感谢付出智慧和辛苦的教育专家和同行们，让我从你们精彩评论和提交的一份份的班级作业和班级交流中，体会到了作为一名教育工作者具有的高尚品质，无限的风光！

## 园本研修教师的专业生活方式心得篇七

网络时代的来临，为教育事业的发展拓展了很大的空间，它缩短了人与人之间的距离，为教育资源的共享提供了条件，它突破了时间和空间的限制，既减少了教师外出培训的资金，又提高了学员的基本素质，开阔了视野，更新了观念。这是一项很有现实意义的教育改革之路，也是加强教师素质培训的好时机，所以我会抓住这次的机会，向教育道路上的前辈和先进工作者多交流、学习。回首研修历程，感想颇多，受益匪浅。现将之总结如下：

### 一、教育教学的观念转变

在学习中，听了好多现代教育教学理论的专家讲座，结合新课程，更新了教育教学观念。我深刻地认识到：在学习观上，要以学生为本，将学生看成是学习的主体，学生是数学学习的主人；在课程观上，教学不再只是忠实地传递和接受知识

的过程，而是创建与开发的过程；在教学观上，教学是师生积极互动、共同发展的过程，让学生主动地进行观察、实验、猜测、验证、推理与交流。新课程注重过程与方法，注重学生的感受、体验和经历。不仅教师的观念发生了变化，而且教师的角色也发生了变化，教师应是数学学习的组织者、引导者和合作者。同时我们应该去做一个创新型的教师，有崇高的职业理想，全新的教育观念，合理的知识结构，熟练的教学监控能力，熟练的课堂教学管理艺术。在教学评价上，应着眼于学生，注重过程的评价。分层评价，但评价的目的不是为了证明，而是为了发展。

## 二、课堂教学组织能力提升

听了专家的精彩的讲解，我深受启发：在课堂教学中，学会了更好地设计教学，选择适当的教学模式，如何上好各种类型的课，怎样追求课堂教学的艺术。通过讲解与交谈，我体会到，教学是科学，也是艺术。既然是科学，就要按规律办事，改革课堂教学，以学生为主体，提高教学的质量。同时要讲究艺术性，尽量上好每一节课。另外要加强说课和评课，提高自己的教育教学水平和能力。

在这一阶段里，我努力学习，不断地充实自己，锻炼自己，对课堂教学有了很深的体会和思考。

体会一：课堂教学要注重教学的有效性，有效的课堂才能保证有效的教学。

体会二：“新课标”主张教师的角色定位应是“师生平等对话的首席”，因此课堂教学要处理好两个关系，第一，教材、教师、学生之间的关系，教师是数学学习的组织者和引导者、合作者，学生是数学学习的主人，教师要创造性地使用教材；第二，课前、课内、课后的关系，课前要吃透教材和学生，课内要重示范、点评、变式的教学，课后要及时跟踪、反馈，暴露学生的错误。

体会三：课堂教学中要体现如下几条原则，第一，学生是学习的主体，课堂教学中要给予学生充分的动脑、动手、动口的时间和空间，让学生去经历、去感受，建构自己的数学知识；第二，要能够创设情境，让学生在问题的情境中学习，去解决问题，提示矛盾；第三，教师要形成自己鲜明的个性化的教学风格；第四，教学中要有创新精神，要常教常新。

### 三、教科研的能力得到发展

一个成功的教师，必须有较强的教科研意识，要把教研和科研紧密结合起来，要用科研促进教研。通过培训，我认识到，要进行科研，必须做如下几点：第一，要注重自己的理论学习，为自己的科研提供理论以据；第二，要注重自己平时的教学研究和教学积累，为科研准备好第一手资料；第三，要找准自己教科研的切入点，注重科研的针对性、实效性。教师，即研究者，要不断地学习，不断地总结，不断地研究，及时将自己的经验写成论文，做研究型教师。

我深知，自己在工作中还只是一个初学者，还有好多不足之处，需要向他人学习和借鉴。在今后的工作中，我会多学习一些教育教学理论，用科学理论来指导我的实践，使教育教学行为符合教育规律，符合学生的认知规律和发展，同时，要注意积累、学习、研究，不断提高自己的素质，大面积提高课堂效率。

## 园本研修教师的专业生活方式心得篇八

作为一名教师，我们每时每刻都在提高自己的教育教学水平，与时俱进和不断创新是我们的必修课。而研修是提高自身能力和素质，提高教育教学水平的有效方式。参加研修不仅可以学到新知识、新技能，还可以拓展自己的教学思路、加深教学认识，从而更好的服务于学生的学习和成长。

### 第二段：研修前的准备

教师研修不同于其它的教育活动，它重点在于学习提高和知识交流上。因此，参加研修前的准备显得尤为重要。首先，要明确本次研修的目的和主题，认真阅读相关材料，提前了解讲师信息，掌握基本知识和重点内容。其次，要合理安排自己的时间，安排好学习和工作计划，并留出时间进行前期备课工作。最后，在研修前，可以组织一些同行或学生进行讨论和交流，从而准备好思维，以更好地参加研修。

### 第三段：研修中的收获

在参加研修的过程中，我们要求自己保持一个积极的态度，认真思考学习内容，与讲师和同行分享思想，积极参与课堂互动。通过实际操作和互动交流，我们能更好地实现知识的理解和消化，获取实践经验和提高自身素质。在研修中，我们不但能拓展知识面、开阔眼界、提高自己素质，更重要的是，能够结识很多同仁们，交流探讨教育教学经验，相互支持、激励，抱团前进。

### 第四段：研修后的思考

研修后，我们要进行深入的思考，并将理论与实践相结合。要认真落实课堂所学，结合实际情况进行分析，反思对自身教学思路、方法的借鉴和启示。同时，要将感悟和成果分享出去，去实践和应用到班级教学中，让改进和创新落到实处，更好的推动教育教学改革。

### 第五段：总结

教育是一项伟大而充满挑战的事业，而教师是这个事业的主力军。教育再好也离不开教师，而教师要不断提高自身素质和水平才能更好地肩负起教育使命。教师研修不仅能够为我们提高英语教育质量，更重要的是提升自身的教育素养。一次次的参加研修和实践活动，我们深刻认识到，教育改革必定需要我们教师的共同努力和汗水，只有不断提高自身素质

和能力，才能够更好地服务于学生的学习和成长，更好地推进教育教学改革。

## 园本研修教师的专业生活方式心得篇九

20xx年匆匆而逝，我得到的学习机会空前地多，其中对我来说最有价值的就是成为了“xx名师工作室”成员之一，加入了一个有着共同目标、澎湃激情的团体。杨和平老师是一个睿智的长者，也是一位临近退休却仍然对教育充满梦想和激情的学者，他是我们工作室的灵魂。每一次研修，杨老师总是精心策划，从20xx新课标研读到小课题研究，从教育专著阅读到高效课堂建设，从教学设计到论文反思，他既从理论上进行解读，又从实践操作层面细致引导，务必让我们真切地做到“在阅读中进步，在实践中前进，在反思中成长”。如果说在20xx年我取得了一点进步的话，跟老师精彩的示范、严格的要求是分不开的。

在这方面，杨老师以身作则，作为我们最好的参照对象，给我们树立了榜样。工作室成立之前，杨老师已临近退休，本来该轻松度过工作的最后三年，他却无怨无悔地接过了工作室这副沉重的担子。工作室成立之初，杨老师劳心劳力，想方设法为我们学习创造物质条件和制度保障。每一次主题研修，杨老师都精心策划，给我们做讲座、设计作业、批改作业，用心良苦。正如蒋洪松师兄说：“在杨老师门下做学生，学到的不仅是知识，更是一种为人的品质。”杨老师的言行成为我工作中暖融融的阳光，晒化了所有倦怠、消极、得过且过的负面态度。

雄鹰有xx年的寿命，由于时间的缘故，在它40岁的时候，喙越来越钝，羽毛越来越繁重，鹰爪越来越老，它会慢慢失去搏击长空的能力。这时候雄鹰会接受为期180天的蜕变，这180天里，它会耗尽最后的力量，努力飞翔高山之巅，在山巅之间筑巢，然后用嘴的力量敲打岩石，直到喙完全脱落，

每一次撞击岩石的过程，都是一个痛苦的蜕变，等待旧的喙退去，新的喙慢慢长出来，然后用新的喙拔掉身上繁重的羽毛和钝化的鹰爪，每一根羽毛的掉落，伴随着心的疼痛，但是雄鹰明白，相对于xx年的生命，这些疼是值得付出的。就这样，等新的羽毛和鹰爪长出来，雄鹰看上去雄姿英发，气势不减xx年前，再次以矫健的身躯搏击长空。已有的经验既是我成长的底蕴，又是我成长的旧喙、钝爪。我应该向雄鹰那样舍得放弃，痛苦地更新。每一次主题研修，老师都给我们布置了任务，在努力研修、完成任务的过程中，我在自身已有的基础上进行着思想的更新。

在杨老师的引领下，我完成了四年级上册一至六单元的导学案，参与编制了《高效课堂建设指南》，初步完成了20xx新课标解读，阅读了《让孩子踏上阅读的快车道》、《卡尔威特的教育》、《家庭教育》、《给教师的一百条建议》等教育专著，尝试在四年级语文课堂中建立合作小组，撰写了教学设计和教育论文参加比赛，还进行了关于翻转课堂中导学案自主导学单设计的小课题研究。

数来，我惊讶于自身成果的丰富，这都是在老师的引领下、同伴的互助下完成的。但这还不够，在下一年度的研修中，我要阅读更多的教育理论书籍，不仅要阅读，还要做深入的笔记；我要继续跟进微课与自主导学单设计的研究；向中学高效课堂学习，进行更加深入的小组合作建设；老师教育我们要物化自己的成果，我不但要积极创作随笔、论文，还要向杂志社投稿，争取发表。

期盼来年，我更加积极地工作、研修，像再生的雄鹰放下旧的包袱，学习新的技能，发挥潜能，创造新的未来。

## 园本研修教师的专业生活方式心得篇十

前不久，我参加了学校为期一周的教师研修，地点在当地的职校。这是我第一次在职校参加研修，也是第一次接受学校

长时间集中培训。刚开始时，我抱着一丝困惑和期待参加了研修，然而通过一周的学习，我深深感受到，在职校的研修是有益的，去掉了自己一些偏见。

## （二）专业技能的提升

在研修中，我接触到了很多新的教学方法和技巧，学习了更多的教育知识，这让我对自己的专业技能有了切实的提升。在职校的研修中，培训师们准备的内容非常丰富，内容涉及到许多方面，教育心理学、课堂教学方法、教学设计等等。这让我一次性拓宽了视野和知识面，对我的专业技能的提升有很大的帮助。

## （三）专业认知的加深

在职校的研修中，我还了解了不少自己所教的专业方向的新内容和新知识，这些知识广泛、深入，给我在教学中的应用提供了很大的支撑。比如，我所教授的科目涉及到了一些新的教材和新的内容，在研修中我了解到了这些新的内容，并了解了适应这些内容的教学方式和策略。这让我教学更加得心应手。

## （四）思考和互动的启示

在职校研修中，我也认识到了思考的重要性。有些时候我们用惯了老套的教育方式已经渐渐失去了思考能力，而在研修中我意识到这点，因此在平常的教学中我也会多思考、多思考。同时，研修中的小组互动、分享也让我感受到了教育领域里的团队合作，在小组中分享我们的经验和观点，交流思想和方法，促成了彼此的进步。

## （五）总结和展望

在职校的研修中，我不仅学到了专业知识和技能，还结识了

很多行业的前辈和同行，建立了朋友和联系。在将来的工作中，这些人会是我生涯道路上的指路明灯。总的来说，通过这次职校研修，我体会到了学习和研修的重要性，在以后的工作中，我要不断地学习、提升自己的专业能力，为学生提供更优质的教育服务。