

# 2023年双减教师培训心得体会(优质6篇)

心得体会是指个人在经历某种事物、活动或事件后，通过思考、总结和反思，从中获得的经验和感悟。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

## 双减教师培训心得体会篇一

几次在百忙之中放弃教学任务，放弃辅导学生，打开电脑继续参加xx年江西省中小学(幼儿园)全员远程培训。经过这一段的学习，给我的感受是很深刻的：一个现代教师如果仅仅是将书本上的有限知识教给学生是远远不够的，一个现代教师就必须不断提高自身的教育素质，完善自我，我自完善，才能成为一名合格的现代教师。通过上网学习让我学到了很多课堂教学的艺术与技巧，同时也解决了我以前在课堂教学当中存在的很多困惑，对我的教学实践起到了很好的指导作用。

通过研修，使我明确了现代教育的本质，明确了课改对于教师提出什么样的素质要求；每一位老师都需要重新学习才能适应新课程。新的教育理念要求我们必须不断提高自己，充实自己，要有扎实的教学基本功，否则就被时代所淘汰。在教学中，要树立以“学生发展为本”的教育思想，不断进行观念的更新。

教无定法，贵在得法。如果只是停留在模仿复制阶段，不仅不利于持续激发学生的学习热情，而且对教师本身的才智和创造力也是一种损伤。任何活动与游戏设计都有很多可以拓展的'空间，教师们只要精心设计，就一定能做到触类旁通，机变百出，让语文课堂焕发生命活力。

“反思是教师的一块“自留地”，只有不断耕耘，才能检讨

自己的教育理念与行为，不断追问“我的教学有效吗？”“我的教学能更有效吗？”，不断总结自己的工作得失，不断深化自己的认识，不断修正自己的策略，从而获得持续的专业成长，总结——深化——修正——获得，这是教师专业成长的法宝。只有靠教师自己在日常教学实践中不断反思、探索和创造才能获得，尤其要注重对教学经验的科学反思。反思的目的在于增加教师的理性自主，使教师对其实践信念和实践的因果决定因素有的自我意识，从而使教师的成长始终保持一种动态、开放、持续发展的状态。

课堂是教师体现自身价值的主阵地，我会将自己的爱全身的融入到学生中。在教学中，我会将努力所学的新课程理念应用到课堂教学实践中，避免“穿新鞋走老路”。立足“用活新老教材实践新观念”，力求让我的教学更具特色，形成独具风格的教学模式，更好地体现素质教育的要求，使自己的课堂教学有效乃至高效。

新课程理念提倡培养学生的综合性学习，而自主合作探究又是学生学习的重要方式。对于绝大多数教师而言，几乎很难独立一个人较好的完成，这就要求我们教师要善于了解其它学科，学会与其他教师合作，互助配合，齐心协力培养学生。从而使各学科、各年级的教学有机融合，互助促进。

总之，通过继续教育的培训学习，使我体悟到培训是自身的再教学、再提高过程；与平常教学的不同之处是增加了的理性分析要素，这段学习虽然有些劳累，但是让我获得了快乐，的知识。今后，自己充分将所学、所悟、所感的内容应用到教学实践中去，做新时期的合格的小学语文教师。

## 双减教师培训心得体会篇二

远程学习已有一段时间了，我感觉自己每天都是忙碌而充实的，真切体会到学习是一件令人很快乐的事情。每天我都认真聆听专家们精彩的讲座，观看优秀课例展示，专家们精辟

独到的个人见解和渊博深厚的学识素养以及精彩的课堂展示给我留下了深刻的印象，使我开阔了视野，加深了对小学英语教学的了解，从而重新认真地审视与反思自己的教育教学，让自己在不断地学习中提升自我，提高自己的教育教学能力。

文豪萧伯纳曾经说过：“你有一个思想，我有一个思想，我们交换一下，一人就有两个思想。”一个人的智慧往往是有限的，如果只是活在自我的世界里，固步自封就很难会有进步和提升。在学习中，我还认真地研读着同行们的精彩日志、优秀作业，关注着班级论坛，在这无声的交流空间里，我能找到很多共鸣。远程研修，给了我提升自我的机会，给了我与同行们相聚一堂，共同学习，相互交流的机会，我们都为了同一个目标和理想，而努力奋斗着，共同感受教育美好与人生激情，共同播种着友谊种子，为收获而学习，因成长而快乐。

社会在发展，科技在进步，也就要求教育观念要不断更新，才能适应新形势的发展。如何做一名新形势下的语文教师呢？通过这次网上教师培训，认真观看学习各位专家和同仁的视频、文章等资料，我受益匪浅。教师应由经验型向专业型转化，我觉得传统型的教师已不适合新形势的需要。人的一生就是学习的一生，每位教师都应该不断地用知识来充实自己，并逐步向专业化教师转化，新的形势向我们教师提出更新、更高的要求。教育更进一步注重对学生创新和实践能力的培养，进一步接受以人为本的理念，我们没有理由不具备特殊技能知识，没有理由不学习，不提高自身素质。

在职业道德方面，我认为教师要以爱学生为核心，没有爱就没有教育，著名作家冰心曾说过：“爱是教育的基础，是老师教育的源泉，有爱便有一切。”要想成为一名优秀的人民教师，我们首先要爱学生；其次，爱就不能放弃，假如你放弃一位学生，对整个社会来说，可能只有千万分之一，对一个班来说只有百分之一，可是对一个家庭来说却是百分之百的毁灭，所以，我们每天面对的是一个一个有着鲜活生命，一个

个正在茁壮成长的孩子，我们要把他当作一个有思想情感的人，给他们一个自由的空间，尊重平等地对待他们、关心他们，和他们成为课下的知心朋友。不能整天只活在抱怨中，抱怨学生基础差，抱怨学校条件差等。正如一位教育名家说的，当你不能改变环境，你就适应环境；当你不能改变别人，你就改变自己；当你不能改变事情，你就改变看法。

总之，为了我们的教育，为了我们的学生，也为了我们自己，时时处处都要注重自己的师德修养和人格塑造，并加强自己的理论素养和专业技能的学习和提高，一切从实际出发，切实担负起教师应尽的责任和义务。

### 双减教师培训心得体会篇三

20\_\_年\_\_月\_\_日到\_\_月\_\_日我们进行了六天的远程培训。我觉得这次培收获很大，时间和机遇总是奖励那些有准备和顽强学习的人，通过研修，看到了自己不如别人的地方，以后的工作中还应扬长补短。不知不觉中，又到了写研修总结的时候了，总觉得这几天过得很快乐。静心细想也很忙很充实，个人在这次远程研修收获总结如下：

1、通过远程研修更深刻认识到课改的重要性：学生是课堂的主人教师起主导作用。教育观念的转变，对教师提高教学质量很重要，通过远程研修让我改变了过去有些陈旧的教育观念，开始更深入地认识到什么样的课堂才是学生喜爱的课堂。

2、通过远程研修丰富了学科知识。

“给学生一碗水，自己要有一桶水”一位优秀的教师，还需要热情。一位好老师不仅仅是交给学生多少知识，更应给学生多少拿得走的素质。时间在变，师德不变，爱岗敬业的精神不变，作为老师，我们应教到老学到老，不能停止学习的脚步。掌握丰富的学科知识，激发学生的学习动力，是提高教学质量的关键。学科知识有深度，有广度，要学习与本学

科相关的知识;把本学科的知识融会贯通，博采众长。一位优秀的教师既要有教学经验的积累，又要把握课堂教学的规律性、灵活机智应对的综合能力。信息传递，思维碰撞，情感交流的过程。每一个四十分钟里都是师生共度的生命过程。课堂上教师应激发学生积极探索的欲望与激情，让每个学生都得到发展。

### 3、通过远程研修认识到要关注学生的个性差异。

在我们的教学中，平时布置作业，总是以同一个标准来要求学生，这是一种错误的做法。通过远程研修的学习使我懂得在教育教学中要求要关注学生的个性差异。因为个性差异是客观存在的，它是教育的结果，同时也是教育的依据。每个孩子都有其独特的个性，是一个完整的个体，有聪明的，有迟钝的;有善于思考的，有善于记忆的;有开朗活泼的，有性格内向的……。在爱好上，有爱好跳舞的，有喜欢唱歌的;有爱好美术的等等。作为教师，要“因材施教”，根据学生的兴趣爱好和性格特点对学生进行培养。

总之，我认为，本次新课程远程研修给我们提供了非常有魅力的学习环境、非常民主的学习关系、非常平等的交流与互动、非常便捷的学习方式、非常及时的学习反馈、非常丰富的学习资源、非常鲜活的学习案例、非常权威的学习指导、非常先进的教育理念、非常庞大的学习共同体，是一项非常务实、经济、高效而且意义深远的培训与学习活动。

## 双减教师培训心得体会篇四

我参加了小学教师计算机信息技术培训。这次培训，我感触很深。我深深地体会到计算机辅助教学已经走到了我们身边，认识到课堂上要把信息技术完美地融合到教学之中，充分发挥计算机工具性能，利用网络资源，搜集信息、处理信息，从而提高教学质量。

另外我体会到教育对教师在专业知识方面的要求越来越高，进入21世纪，知识总量呈几何数增长，俗称“知识爆炸”，专业知识更新之快，使得一些专家昨天还是专业知识的权威，今天就可能落伍。所以说我体会到作为一名教师如果不努力实现专业方面发展，将跟不上不断变化的教育发展的新形势。教育专业发展不仅要帮助教师更深刻、灵活地理解学科知识，还要帮助教师理解学习者的言行，掌握关于学习的知识，了解可用的课程资源和最新教育教学技能技术，并培养教师对实践进行分析和反思的习惯和技能。

多媒体在教学中的使用，改变了以往教师讲得津津有味，学生听得无精打采的教学气氛。它使教师从传统的知识传递者变成学生学习的指导者和教学的组织者，教师和多媒体、教学内容以及学生组合成了一个合理、协调、有创造性和发展性的学习整体，从而使学生的学习不再枯燥乏味、了无生趣。如课堂教学中，学生在教师的指导下，利用教师提供的资料（或自己查找信息）进行个别化和协作式相结合的自主学习，并利用信息技术完成任务。最后，师生一起进行学习评价、反馈。在整个教学过程中，学生的主体性和个别化得到较大的体现，这样的教学氛围十分有利于学生创新精神和问题解决能力的培养。同时，教师通过现代教育媒体，发挥了自已的主导作用，以各种形式、多种手段帮助学生学习，进一步调动学生的学习积极性。

多媒体技术与课堂教学的有机结合，是一种积极的、合作的教学模式，由于其视听结合、手眼并用的特点及其模拟、反馈、个别指导和游戏的内在感染力，故具有极大的吸引力，最终使学生成为学习的主人，做到自主学习、冲学习和高效学习。在现行教学中恰当、正确地使用多媒体手段来辅助教学，有助于提高学生学习兴趣，突破教学难点，对优化数学教学起着显著的作用。

传统的教学手段似乎就是那么单调，黑板加粉笔。由于有些学科自身的特点，没有那么形象、生动、具体。学生起来有

点枯燥无味，从而直接影响学生学习积极性。随着计算机辅助教学进入课堂，确实给教学带来了生机和活力，多媒体计算机把语言、声音、图象、文字、动画、音乐等经过处理后，形成一种全新的、图文并茂的、丰富多彩的形式呈现教学信息，弥补了以往课堂教学中的某些不足，对教学中重点的讲解、难点的突破有很大的辅助作用。同时，化抽象为具体，更加直观和具体地将信息传达给学生，不仅把学生的听觉、视觉等一起调动起来，使学生成为主动参与、发现、探究和建构知识的主体，这不仅激发学生的学习动机，也提高了教学效果和课堂效率。

在今后的工作中，要不断地更新自己的教学观念，改变自己的教学行为，并把这次所学的内容和方法用到自己的教学实践中，努力提高教育质量，让学生快乐成长。

如今，信息技术的使用已成为实现现代化、信息化必不可少的手段，也成为我们教育工作者提高课堂教学质量、应用多媒体教学的最佳途径。信息技术的使用符合了小学实现信息化、媒体化教学、提高课堂教学质量的迫切要求。

## 双减教师培训心得体会篇五

作为一位青年英语教师在经验不足的情况下，在与各位同行教师网络对接讨论和各位专家老师的帮助下，经过网络教育培训学习，使我在教育思想、教育理论及业务能力等方面受益颇多。

通过本次的教育培训学习和网络互动，我深切地认识到：为了更好的胜任新世纪的教育教学工作以适应素质教育的需要，我们必须不断地全面提高自身素质。现代教育观念的树立正是教师的立教之本，而确立现代教育观首先就必须确立现代学生观，将“教师说学生听”、“教师灌学生记”、“教师管学生服从”的教育方法进行重新审视，转变为学生是教育的主体，同时重视弘扬学生的主体精神以促进学生的主体

发展，所以在课堂上我们应该更加注重采取灵活多变的教学方式让学生更多地参与到教学活动中去，让学生实际去观察去体会，增加学生自主学习、自主活动的机会并鼓励学生多思善问，敢于质疑争论以促使学生动脑、动口，提高学生的思维能力和培养表达能力。其次就是要使学生逐渐掌握科学的学习方法。教师不仅要使学生学会学还要使学生乐学，要培养学生积极的学习态度。要贯彻启发式教学以最大限度调动学生学习的积极性，把学生从“一言堂”、“满堂灌”中解放出来。教师要以饱满的热情上好每一节课并增强教学艺术的感染力以使学生接受教师情感与情绪的表达，接受教师人格魅力的影响。下面仅就个人谈谈个人的学习体会和心得：

## 一、网络互动研修总结及各同行前辈指导老师的教诲

1、认真备课对教学十分重要。教学中，备课是一个必不可少且十分重要的环节。备课充分能调动学生的积极性，上课效果也就好。一开始每备一篇新课时也许最苦恼的就是如何寻找备课的思路。拿起一篇课文，我们往往发现文中可讲的知识点实在太多，而且似乎都很重要，但都讲的话一方面课时不允许，另一方面突显不出文章的重点。面对这么多的知识点，我们应该如何取舍且应该如何安排组织才可以使整篇课文上得连贯、流畅、圆满，这其实是我们在备课中遇到的最大问题。那么此时，我们就必须要花大量的时间在备课上，认真钻研教材和教法，对照单元学习要求找出重点、难点并把各个知识点列出来按重要程度排列进而组织安排上课的思路。同时，我们还必需经常去请教有经验的教师以获取宝贵的备课经验。此外，在备课的过程中我们除了要准备课本上要求的内容外还应该尽量多地收集一些有趣的课外资料作为补充以提高学生的听课兴趣。

2、重视课堂45分钟的教学实践。辛苦的备课归根到底还是为上课做准备的，因此我们必须非常重视课堂45分钟，在教学过程中尽量做到内容丰富充实、教态自然大方、语言生动活泼并且每天都以愉悦、饱满的精神面貌面对学生，让学生感



受到一种亲切舒适的氛围。在讲课过程中，我们还必需留心注意学生的反应，及时解答学生提出的问题并注意加强和学生的交流以提高学生学习的积极性。

3、对成绩较差的学生进行课后辅导。针对不同后进生的具体情况制定相应的计划和目标，利用下午放学时间对这部分同学有计划地进行课后辅导。同时我们还应对他们经常进行鼓励以消除他们的自卑心理；有时在课堂上提问他们一些容易回答的问题以增强他们的自信心，提高他们的学习积极性。

4、多听不同老师的课，多向有经验的教师请教。身教胜于言教，教师们从实践中总结出来的教学方法和技巧值得我们认真用心学习和领会。听有经验教师的课，每次都会有不同的领悟，都能收获到很多东西。

二、听取专家讲解与经验丰富的班主任老师网络交谈及互动后的个人总结

1、身为教师必须以身作则，成为学生的表率。

2、既要严格要求又要无限热爱学生，“严”与“爱”应统一起来。“严”就是要求学生严格执行学校的各项规章制度，“爱”就是要热爱学生多关心学生，帮助学生解决一些实际问题。

3、尊重学生，做学生的良师益友。比如说高中学生一般情感丰富，但较脆弱渴望得到成年人的尊重，对老师有着亦师亦友的希冀。因此我们在平常的言行举止中需时常流露出对学生的尊重、理解，通过真挚的爱去感染、引导学生从而使学生在情感的驱动下更有效地接受教育。

4、注重与学生的交流，充当学生倾诉的对象，学会从学生的角度去理解他们，帮助他们分析、解决问题，成为学生信任、愿意交心的朋友。比如说可以借助周记来了解他们的内心。

有些学生可能刚开始只是试探性地向我们诉说一些心中感受，而当得到我们地细致回应后，他们会因此大受鼓舞，渐渐地向我们反映和探讨的问题会越来越深入，甚至是触及心灵深处隐秘的一面。此外，我们还应经常与学生进行面对面的谈心以拉近师生间的距离，让我们成为学生愿意交心的朋友。

5、关注中间型学生。一个班里所占比例最多的学生是“中间型”学生。当新教师一开始接手班级的时候，精力自然而然地会主要集中在对“后进生”的转化上。然而，经过一段时间与学生的接触、交谈，你会深深感悟到：“中等生”心里其实是非常渴望得到老师重视的，他们非常关注老师对他们的态度，一旦他们从老师脸上收获一个微笑，从老师口中接收到一句关切的问候，他们会很开心并且在学习和参加活动等方面的积极性也会随之提高。所以面对每个学生我们不应吝啬自己的微笑并适时地对“中等生”们个别地表示老师对他们的关注. 比如“你的字写得真漂亮”、“今天的地扫得很干净”、“你做操的动作很有活力”等。有时候这么一句话就可以让他们感受到老师其实是在关注他们的，于是他们就会发扬自己的优点以更好地表现自己。而这时候我们就应不失时机地给以扶植、培养并给他们表现自己、施展才能的机会。如鼓励他们参与出黑板报、参加学校的运动会、合唱比赛，他们在参与集体活动中感受到一种被关注的满足感同时也感受到了为班级争光的荣誉感。在得到充分肯定的情况下，这部分“中间型”学生可能就会一改往日对班务漠然的态度而逐渐发展为班级朝气蓬勃、积极向上的新生力量。

6、注重主题班会课的教育和引导作用，多开展丰富多彩的集体活动以鼓励学生积极参加，从中挖掘、锻炼学生的能力，同时也通过各种活动来增强班级的凝聚力。

7、注重发挥班干部的作用，大胆使用班干；定期更换部分班干以争取能让班里大部分同学都得到锻炼的机会从而也提高同学们的自信心和积极性。

8、培养同学间的良性竞争意识，让学生在相互竞争中不断进步。

最后，值得一提的是：经过此次教育培训和学习，使我深切感受到，作为一名教师，不仅要有崇高的奉献精神、高标准的师德，同时也需要有先进完备的教学策略与方法。由于本人的教育工作经验的不足，在对课堂管理和操控方面以及对教材的理解等方面还有很大的欠缺，因此教育培训和学习对我来说就显得尤为重要。它使我认识到在教学工作中因材施教的重要性，对学生能给予学习上的指导、生活中的关心、认识的点拨和思想的疏导。并能公正、公平地对待每一个学生以满足他们求发展、求进步的需要，并且能悉心研究每位学生的生理、心理特点、兴趣爱好和个性特长，不遗弃和淘汰任何一个学生，为学生的健康成长和发展牢牢打好各方面的基础。

为此，在今后的教育实践和学习过程中，我为自己制定如下学习目标，大致归纳如下：

- 1、更新教育观念、树立现代教育观、现代课程观、现代教学观、现代评价观
- 2、认识基础教育课程改革的重大意义，了解、掌握当前课改任务、目标和实施策略
- 4、提高本人对课程的施教能力。

## 双减教师培训心得体会篇六

通过网络研修培训，使我认识到学生的学习不仅仅局限于课堂，还应该走出课堂，走向生活，走进学生的内心世界，成为一种习惯，一种精神的道理。同时，网络研修改变了我的生活，每天打开电脑的第一件事，就是登陆我们的班级，在新的作业、日志、话题中汲取我需要的营养。学习的过程是

短暂的，但学习的效果是实实在在的。通过网络培训，教师们真切地感受到了观念在更新，能力在提高，对自己所从事的教育事业也有了更深的理解和感悟，现将我个人网络研修的学习情况总结如下：

### 一、通过网络研修，使我增长见识。

网络培训刚开始时，我抱着试试看的态度进入研修平台，总怕自己做不好，但经过一段时间的琢磨与班级成员们的交流，我的担心渐渐消失了，便积极投身网络研修学习中。做到三个“自觉”：自觉参加上级组织的网络学习培训，每天抽出时间坚持聆听专家讲座，自觉参加学员交流讨论，自觉上交网上作业，积极上传感言与体会。尽管感觉比较繁忙，但按照研修的各项规定要求，圆满完成了学习任务。通过网络研修，使我明确了现代教育的本质，明确了课改对于教师提出什么样的素质要求。

### 二、教师必须调整自己的角色，改变传统的教育方式。

在经济日益发展的今天，新的教育形势对老师的要求更高了，它要求教师要根据教育事业的需要，不断的调整自己的角色，总结教学经验，改变传统的教育方式。教师从过去仅作为知识传授者这一核心角色中解放出来，在传授知识的同时，更要注重学生个性的和谐健康发展，更要注重学生学习能力的培养。教师不再是只传授现成的教科书上的知识，而是要指导学生懂得如何获取自己所需要的知识，掌握获取知识的工具以及学会如何根据认识的需要去处理各种信息的方法。总之，教师再也不能把知识传授作为自己的主要任务和目的，不能只把主要精力放在检查学生对知识的掌握程度上，而应成为学生学习的激发者、辅导者、各种能力和积极个性的培养者，把教学的重心放在如何促进学生“学”上，从而真正实现教是为了不教的教学目的。

### 三、研修提升了我的业务素质，提高了课堂教学效果。

通过认真聆听专题讲座，我进一步懂得备课是教学工作中的一个极为重要的环节，我们要教什么?怎么教?事先都要周密考虑，精心设计，教师只有对教材内容，教学对象，教学方法等经过深思熟虑、了然于胸，才能把课讲得妙趣横生，引人入胜。通过网络研修学习，获取的经验，我已在教学中取得了一些成绩，同时，使我真正懂得了怎样利用网络资源更有效的开展新课程教学。

四、在今后的工作中，我要坚持做到以下几点：

- 1、树立终身学习的理念、不断学习新的教育教学新技术来提高自身的业务能力。
- 2、努力学习新的教育教学理念和思想，并有意识的运用到教学实践中。
- 3、不断提高教师应具备良好的信息素养。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)