

# 外出培训心得体会(精选8篇)

心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。心得体会是我们对于所经历的事件、经验和教训的总结和反思。以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 外出培训心得体会篇一

有些家长一直会有意无意地和我说他的孩子在外面如何如何地会用英语来交流，怎样怎样地会说英语，脸上不时流露出自豪而骄傲的神态。我总会面带微笑倾听，表示肯定和欣慰，还会在孩子的小脑袋上抚摩几下，表示我对他的赞许和喜爱。每当这时我常看到孩子会抬起头来信任而腼腆地看着我，我知道这时的他比任何时候都幸福！

## 外出培训心得体会篇二

20xx年xx月xx日，在学校领导的安排下，有幸参加xx一幼与xx中心幼儿园的“手牵手”交流活动。本次活动主要针对幼儿园音乐中的打击乐活动开展的。

首先由名师工作室的xx老师给我们做简单培训，主题是：幼儿园打击乐活动。围绕打击乐的目的和意义、怎样开展活动以及音乐课常规等内容进行培训，还积极为我们解决上课中存在的问题以及调查农村小学学前班音乐课活动的开展情况。

其次，由xx老师以“幼儿园韵律活动”为主题给我们做简单的培训，培训中，给我们介绍了韵律活动的主要内容、律动的含义以及律动分类等内容。

接下来，由xx老师带领大班的同学给我们展示音乐课《春雨沙沙》。整堂课中，学生轻松愉快地学习，老师课前经过精

心的设计，除了活动环节的设计、课堂用语精炼、乐器选择非常合理，课堂中乐器的“管理”做的非常到位，值得我们每个幼儿园老师学习。

音乐活动是幼儿园教育活动中不可缺少的重要组成部分。音乐能陶冶性情，激发幼儿的美感，挖掘幼儿的艺术潜能。打击乐器是儿童最易掌握的乐器之一，它是儿童表达音乐的一种最自然最直接的工具，也是令儿童感到快乐的活动。

通过这次活动让我体会到，只有积极主动的启发引导幼儿的学习兴趣、幼儿的想象力、创造力才能得到开发，只有营造一个和谐的学习游戏环境，幼儿的各种机能才能充分表现出来。要培养出适合现代化建设需要的人才，老师必须不断摄取新的教育理论知识和技能，必须有创造力、创新的能力和想象力，敢于改革教育教学方法和模式，充分利用口头语言、体态语言，搞好各项教育教学活动。进一步打开教师们对打击乐教学上的思路。追寻和谐之乐，让幼儿的生命充满音乐之美！

赴深圳2014年11月26日至28日，在桂城教育局的精心组织安排下，我们一行89人从平洲二中出发奔赴深圳市教育名市——进行了为期三天的学习。在这短短的几天.....

## 外出培训心得体会篇三

xx月xx日至xx日，x总带队组织公司各车间班长和明星员工赴xx港进行参观教学。此次一行虽两日时间，节奏安排的非常紧凑，但受益颇深。

xx日，我们到达xx港后，对x港进行了参观，主要针对xx港的班组管理和精细化管理工作进行教学。此次参观我们看到了自己班组管理与xx港班组管理的优势和劣势，解放了思想，提升了境界。在此次参观中我有以下几点心得：

xx港的班组管理工作可谓是精细化管理的模范标杆，我们在日常的基层管理工作中许多的细微地方得过且过，虽然在公司精细化管理的条框里按章操作，但没有一个系统科学的方法来领会精细化管理的精神。xx港的班组管理有许多亮点，如员工的更衣橱贴上照片及个人的座右铭，让每个员工上班换衣服时，就提醒自己努力工作。还有工作场地上每个细角点都有清晰醒目的标识，让员工能够有章可循。这些细节都值得我们借鉴。

xx港每天参观的人数很多，但在我们参观的时候，xx港的员工都在聚精会神的工作，丝毫没有因为我们的到来而影响到他们的心态。这种认真的习惯不是那么容易的，需要长期的积累，就如同x总常说的“部队正步走理论”，这一点在我们班组的建设活动中，在团队建设中，很受启发。xxx港的记录填写也非常的清晰明了，都是用电子打印版，我们公司现在还在用手写记录，虽有形不同，但意境相同，都需要认真的贯彻落实。

xx港的培训教学工作落实的很到位，他们班组有专门的培训室，让员工们在工作之余可以在培训室里进行教学充电。他们的设备管理培训非常新颖，利用设备的横切面模型，让员工们可以直接的看到设备的内部结构和运行原理，让职工们能够更好的教学，帮助其更好的理解。在我们日常的工作中，也对职工进行培训，但就好比是蜻蜓点水般，只停留的理论培训的层面，真正想让员工从根本上理解设备的性能机构，还要向xx港教学借鉴。

这几点心得，是我教学后的感受，回来之后还要仔细的体会，认真的分析出我们的不足和差距，把别人的优点借鉴到我们的工作中，努力把别人的好方法变成我们自己的，这样才会是工作更好的开展。

在参观结束后我们在xx的栈桥和xx广场上进行了游玩，参观

了海底世界□xx日我们登上了xx□沐浴着阳光，海风吹拂着脸庞，好自在的蓝天、碧海、金沙滩。素有“泰山虽云高，不如东海崂”的xx□葱岭风光别具一格，感受着大自然带给我们的愉悦，让我们感觉到幸福的刹那美妙如初。同样，我们也感受到了公司带给我们的幸福，让我们能够在紧张的工作节奏中，出来开拓思路，感受新颖的东西，感受大自然带给我们的美。我们只有在未来的日子里努力的工作，努力实践精细化管理的精神，和我们的兄弟姐妹们一起努力，把我们的公司建设的更加美好。

祝愿我们的xx明天更加辉煌！

## 外出培训心得体会篇四

20xx年11月26日至28日，在桂城教育局的精心组织安排下，我们一行89人从平洲二中出发奔赴深圳市教育名市——进行了为期三天的学习。在这短短的几天时间里，我们先后在深圳罗湖区水库小学、罗湖外国语学校初中部、福田区彩田学校、园岭外国语小学几所学校进行了参观学习。期间观摩了课堂教学并与授课教师交流互动，听了学校领导的专题讲座，每天学习结束后。我感慨万分！我很庆幸自己能在这次活动中接受实实在在的教育，这当然与学校领导的精心安排是分不开的。可以说这是一个终身难忘的学习机会。下面我分以下几部分来对自己的外出学习进行总结：

我深知这次机会难得。因此在学习过程中始终都是全身心的投入，丝毫不敢懈怠。争取让自己能在有限的学习时间内学到更多的先进经验，感悟同行对体育教育事业的完全认同和献身精神。因此，在外出听课的时间里，我除了参加听课学习以外，积极地向其他优秀教师学习和认真听讲专家报告，汲取教师深厚知识和扎实教师的基本功。

通过这种高水平的`观摩课和常规的教学听课，更加引起我的

思考，进而通过和同行的方方面面的对比找到自己的不足。因此，在学习期间我尽可能的利用时机，多听、多看、多问、多思，并与其他体育教师一起进行交流，不放过一丝的学习机会。

## 课堂教学方面

通过这次的听课与学习，我从体育课的各个方面与优秀教师，和刚上岗的年轻老师进行对比，发现还是存在着一定的差距的。主要体现在：这些优秀教师的基本功扎实，在课堂上的言一行，都充分的反应出其扎实基本功的。课前准备充分，每一个讲课教师都真正的做到了课前备教材、备学生。不论从教材内容的选择、还是课得设计，以及根据学生的实际情况来安排活动内容上都做了精心的设计与准备。这是我以往所不能做到的。在课堂教学中融入情景教学，使课堂教学中始终贯穿一条主线，环环相扣，组织紧密。课堂的组织结构合理。课堂评价的艺术性，在体育课上，教师多以鼓励与表扬为主，并对学生进行正确的评价。有一堂课，学生进行分组比赛，比赛结束后教师对最后一名的评价是不甘落后组，对第二名的评价是奋勇拼搏组。评价恰如其分，保护了学生的自尊心。在课堂上应付自如，成熟、老练，特别哨声吹得特别好，课堂常规抓比较严。学生常规工作有序，而且非常有教养，有一堂课新老老师刚好折射我们年轻老师容易犯的问题，教学组织变换，语言表达缺少没有达到精讲多练，学生练习强度不够等等，都引起我们深思，正好也是我吸取教训的经验。

“生命是一条河，需要流动，需要吸纳”。教师有了丰富的文化底蕴，教育教学活动才会有底气。此次的学习，让我找到了明确的努力目标。

在今后的教学中我要脚踏实地，实实在在结合自己学校和学生情况，备好每一节课、更要上好每一节课，使自己真正成为一名称职的体育教师。

## 外出培训心得体会篇五

从本学期开始我一直在尝试多用英语和孩子们上课，我觉得纯英语活动很难上，从中文活动过渡到英语活动对教师自身英语水平提出了一个质的飞跃，自身英语水平有限很多活动中的环节我不能很好地用英语来解释。与园区新区的英语老师相比距离相差很大。不过每次培训学习和活动观摩我都学到了很多学前英语的前沿信息，慢慢将看到的好游戏好方法也用到自己的教学中来。我发现如果老师一直用老三套的英语口令来组织活动，孩子们虽然操练很熟练但缺少了兴奋点，如果更换了新的口令，孩子们马上会变得十分关注而积极性高涨。

## 外出培训心得体会篇六

20xx年11月27日-29日，我有幸参加了高新二小组织的数学学科外出学习培训。本次活动听完四位名师的精彩课堂和讲座后：张翼文的《搭配问题二》和《课例研究的思考与实践》、蒋守成的《省刻度尺》和《主题拓展性教学-指向深度的学习》牛献礼的《植树问题》和《点燃常态课堂，促进深度学习》席争光的《认识方程》和《把数学概念种在孩子心里》，带给我强大的心灵震撼，给我一种豁然开朗的感觉。

28号第一天上午先是浙江省特级教师张翼文带来了观摩课，三年级的《搭配问题二》。张翼文的开篇通过自我介绍，夸夸老师，夸夸同学，拉近与同学们之间的距离，接着顺势问题引入，复习学生旧知，激活学生的经验。张老师在课堂中通过精心设计的问题串，层层递进，环环相扣，引导学生经历知识的形成过程，在过程中让学生学会表达自己的思考过程。在这趟课的中让我印象深刻的是张老师的现场的临场应变能力，在听课前主办方有准备好这节课张老师的教案，在教案中有一个问题提到：让学生在对比用“2.3.5.7”和“2.3.5.0”四个数字组成的没有重复的两位数有什么相同

和不同之处?这实际在考察学生的分析能力和概括能力，但在实际表达过程中学生们的概括能力还跟不上，张老师根据学生的这个实际情况，及时调整预案，通过板书的设计，学生表达过程展开细化，磁性教具的灵活运用，让学生在细化过程中明白搭配的核心问题：“先定位，再依次有序，这一关键方法，才能保证没遗漏”，使教学收到更好的效果。接着张老师通过让学生解决用“”“2.3.5.7.9”这五个数能组成的没有重复的两位数中：

(1) 这些两位数如果从小到大排列，排在17位的是( )；  
(2) 这些两位数如果从大到小排列，排在17位的是( )”这两个问题，让学生在解决问题过程中继续深化：“先定位，再依次有序”，理解方法的实用性。在解决问题的过程中，张老师让不同学生表达各自不同的解决问题的方法，让学生明白解决问题方法的多样性，让学生之间在思维碰撞的过程中得到升华。真正做到张老师后面所说的：让不同层次学生在数学上都有所发展保证学生的需要。

接着张老师对这趟课做了阐述：一：简单·-体现不简单；二、活动过程细化---（要在过程中展开细化，三：学会让学生表达，让学生表达自己思考的过程四：下要保底，上不封顶（要让不同层次学生在数学上都有所发展）五：多进行行动研究。常规课优质化，优质课常态化。

接着张老师和我们分享了“课例研究”的思考与实践方面的心得，张老师以《三位数乘两位数》的复习课为案例，讲述具体课例研究的操作流程，张老师这一节复习课打破常规，把一节常规的复习课，上成一节新授课，让学生在复习巩固旧知识的同时体会到不同知识之间的关联，打通了知识间的脉络，思维得到很好的开拓发展。今年我刚踏入教师行业，虽然对课例研究这块内容还很陌生，但是通过张老师的指导，让我对教师专业的成长有了更明确的方向---专业成长一定坚持做到：“读书、实践、反思，提炼”，如此“知行合一，才可能成为一名优秀的教师。

28号下午江苏省特级教师蒋守成老师给大家带来了《省刻度尺》一课，从一把神奇的直尺入手，带领学生不断探索，促使学生在数学实践中发现规律，有效激发学生的数学思维。从知晓什么是省刻度尺，继而判断、设计和创造省刻度尺。精彩纷呈的数学活动，让在座的学生和我们听课老师大开眼界，大家深刻的感受到：“省”是一门学问，是一种智慧，让不可能成为可能。这一堂精彩的示范课不仅仅引领学生解决了数学问题，更在学生们的心里深深地种下了一颗探究的种子。课后，蒋老师就这节课的设计理念做了详细阐述。

接着蒋老师提出了一个专题：《指向深度学习的主题拓展教学》。蒋守成老师在讲解深度学习的拓展教学时，首先从数学主题拓展教学的内涵和价值说起，提到了华罗庚的“一条龙教学”思想，提醒我们，数学是一门内在联系紧密的学问，是一个整体，所有的知识之间都存在联系，形成一个大的知识网络，在教学的同时应给学生建立体系，有效的将知识交汇贯通，形成整体模式。蒋守成老师通过“公顷的再认识、三角板的奥秘、三角形的面积。面积的单位”等详细生动的案例详细讲解了如何将课内外零碎散落的内容统整起来，形成结构化、系统化的思维方式——打破了固定的思维，拓展了我的眼界，帮我对小学数学教育教学的研究打开了一扇窗。

29日上午是培训的第二天，北京特级教师牛献礼老师带来的《植树问题的》的示范课，上课伊始牛老师给学生提了一些课堂规矩和手势交流用语。让我们强烈感受到课堂的真实，果不其然。牛老师一直坚持在一线教师岗位。有着丰富的. 教育经验。

牛老师在植树问题过程中不急于给孩子总结公式，而是让孩子在解决问题中体会到数学知识的本质。例如：在教授植树问题过程中，牛老师不急于总结棵树和间隔数的关系？而是通过问题的层层递进，结合生活中的排队问题、爬楼问题、路灯问题。抽象出植树问题模型的这一数学本质特征：就是“点”与“段”的对应关系。在课堂中真正让学生体验到



了从实际背景中抽象出“数学问题——构建数学模型——寻求结果——解决问题”的过程。这样教授给学生的不仅是知识与技能，更是有意识地渗透了思维与方法。

接着牛老师从植树问题属于人教版中的数学广角这一板块切入。讲到了数学广角的价值取向，进而顺势开始《点燃常态课堂，促进深度学习》这一专题讲座。牛老师通过“最小公倍数、三角形的两边之和与三边的关系”等生动例子对深度学习做了详细的阐述。听完牛老师这个讲座让我感受到和昨天蒋老师中的主题拓展教学上某些观点上的不谋而合。都教会了我们要注重知识的结构化关联教学，要让学生在不同知识件体会知识的脉络，把碎片化知识形成统一的模块。用一句话概括我的心得就是：应该让学生在森林里认识树木，而不是就树木认识树木。

29日下午是北京特级教师席有光老师的示范课《认识方程》。认识方程这一课对我来说有特别的回忆，今年我有幸通过《认识方程》这一课，加入到高新二小这个大家庭中。在听完席有光老师的认识方程后，我对席老师对教材的深挖钻研理解教材很敬佩。席老师通过生动具体的情境，让学生经历“不平衡—不等式—平衡—等式—方程”这一过程，让学生在过程中表达、辨析，体会方程的概念、方程与等式的关系，最后结合解决生活实际问题，让学生理解：根据心目中的天平，找到等量关系就能列出方程真正体会方程的实际意义。

课后席老师对这节课的构想做了详细阐述并做《把数学概念种在孩子们的心理的》专题讲座。席老师对数学概念是什么，数学概念的教学之道，怎么理解数学概念，教学中的注意问题做了详细讲解，听完让我体会到：概念教学课不能依靠死记硬背。应该在理解的基础上，在知识的运用中不断巩固和深化。在今后的数学教学实践中药扎实走好每一节概念教学课，因为他们是未来清晰理解运用概念的基础！

“聚焦核心素养培养，指明新教材新方向”，这样的创新课堂观摩研讨会的确给我带来了许多新的理念，收获满满！

此次学习活动为我们数学教师搭建了一个实践教学理念、交流学习的平台，对提高教师的教育教学水平起到很大的促进作用。教无止境，学无止境。我们将洗尽铅华，继续前行！

## 外出培训心得体会篇七

我是白水洼社区卫生服务站的一名护士，接到上级领导通知，需要外出培训学习3天。这次的外出学习虽迎着严寒，踩着冰雪有点辛苦，但收获也很多，为此我非常感谢院领导给我提供了这样一个学习的平台，让我有一个学习健教的机会。通过各位老师精彩的课件、鲜活的实例、生动的讲解、透彻的分析、使我受益匪浅。

11月25日至27日，我去北邮科技文化交流中心参加了由海淀疾病预防控制中心健康教育所组织的“20海淀区健康科普师资的培训班”，在这3天的时间里，聆听了健康传播理论及方法、卫生科普演讲的准备及技巧、礼仪的培训及医学人文等，尤其是参加过北京市社区健康大课堂优秀师资评选获奖选手的经验交流及ppt实战经验交流分享，感觉受益匪浅。他们的制作理念、新颖的设计、清晰的思路、灵活的教学、亲切的语言都给我留下了深刻的印象。在这次学习中，我深深地感觉到：“只要走出去，就会有收获”。

专家们的讲座就象是一顿丰盛的大餐，精美地呈现在我们的面前，如果用两个词来形容，那就是目不暇接、异彩纷呈。各位老师把她们参加社区健康大课堂，优秀师资评选时的经验体会拿出来与大家分享，还总结了健康大课堂师资评选与给广大居民朋友讲的健康大课堂的相同点及不同点，深入浅出，一目了然，幽默风趣，让我久久难忘，让我深深的感觉到学无止境。同是社区工作者，但她们的滔滔不绝、挥洒自如，我心中十分叹服。叹服她们的口才，叹服她们的自信，

叹服她们的敏锐，叹服她们的知识渊博。听了她们的课，使我对健康宣传，有了更进一步的理解，也找到了自身的差距及健康教育的目标。

通过我们的大课堂，通过我们的讲课，通过我们的健康知识，使我们的广大居民朋友们转变成她们的健康行为，从而达到预防疾病的目的，这就是我们最终的目标。前期的准备，中间的过程，需要我们传播者自身完善。知识的储备、ppt的制作、自身的锻炼、自信的培养、都是我们今后努力学习的方向。有了差距，有了目标，就有了学习的动力。看到了自身与优秀者之间的差距，才知晓了自身的不足，就有了奋起直追的念头。

通过这次难得的学习机会，使我对健教有了新的认识，开拓了视野，拓展了思维，理念的转变是我最大的收获。在今后的工作中，努力学习，缩短差距，争取迎头赶上。

看了外出培训学习心得体会的读者还看了：

## 外出培训心得体会篇八

我这次参加了包头师范学院为七天的国培计划(20\_\_ )”——内蒙古自治区少数民族双语教师普通话培训。

8月23日报到、8月24日上午，举行了开班仪式。出席开班仪式的领导和老师有：包头市政协副主席、包头师范学院副院长、本次少数民族普通话国培计划项目负责人侯晓菊教授，文学院党总支书记付外仁、文学院院长张学凯、继续教育学院院长李砂砂，继续教育学院副院长许军、培训班班主任杨长胜老师、单新宇老师，以及参加培训的包头市、巴彦淖尔市、鄂尔多斯市和兴安盟的近100位少数民族教师。开班仪式由包头师范学院继续教育学院院长李砂砂主持。侯晓菊教授作为项目负责人，同时也代表学校发表了热情洋溢的讲话，首先，她对学员来校学习表示热烈的欢迎。她说：我校承担

此次“国培计划”就是要通过培训学习，使少数民族双语教师能够充分了解和理解国家语言文字方针政策，提高少数民族双语教师的普通话理论水平和运用能力，使普通话水平和教学能力在短期内得到显著提升，从而建设一支教育教学能力过硬、适应民族地区教育发展的双语教师队伍，对少数民族地区学校双语教学起到示范和带动作用。

本次培训安排的内容包括国家语言文字方针政策，普通话基础理论、基础知识，普通话应用能力训练等。

培训的方式采用大、小班教学相结合，集中授课和分散训练相结合，理论与实践相结合。特别是在普通话基础理论知识指导下进行普通话口语训练，强化听、读、说三方面能力，进行单字、词语、句子的听辨和发音训练，短文及课文朗诵、经典诗文的诵读训练和一些丰富多彩的比赛活动。培训最后一天考了普通话等级考试，还举行了结业典礼并颁发了结业证书，还给部分优秀学员颁发了优秀学员荣誉证书。

通过这次普通话培训，让我全方位地了解普通话的知识，我不仅学到了语文知识，提高了普通话的能力，而且让我深刻体会到“冰冻三尺，非一日之寒”的真谛。学好普通话不是一朝一夕的事，要学好并不难，但要学标准却要下苦功夫。所以，今后，在任何时候都要坚持说普通话、积极练，日复一日，我相信我的普通话水平一定会有很大幅度的提高。