

# 最新外出培训心得(实用9篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？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。

## 外出培训心得篇一

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的情况，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。

## 外出培训心得篇二

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！

## 外出培训心得篇三

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.....

## 外出培训心得篇四

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：

## 外出培训心得篇五

非常感谢领导给我这次外出学习的时机，透过这短短的40天时间，培训虽很短，从中学到的学问却使我受益匪浅，感受颇多，使我更深刻的熟悉到这份职业的精辟之处，在很大程度上开拓了我的眼界、增加了自我的业务潜力，认清了自身与其它银行员工所存在的差距，明确了自我今后的学习进展方向，为今后的学习和业务技能培训奠定了坚实的根底。

现将外出培训学习所学总结如下：

### 1、业务技能方面有了进一步提高：

前期由于没有理论大家训练热忱比拟高，明着是以集训队为一体，可暗地里都是以个自利益为重，都想做到最好。三所银行共有二十几人，分组练习还好，可一到晚上自由时间大家都争着到训练室练操作，场地少，人员多，每次为练都不快乐，在练每项操作的同时，大家都付出了许很多多，有人从荡板上摔下来过，有苦有甜大家都很仔细，这些我从来没有见过的。平常在科里上班觉得没啥，可随着环境与事态的转变，不由得感觉自我像是进了一个没有硝烟的战场，时刻会有人出此刻你身边，告知你：你被淘汰了。分部领导委派xx主任给我们做指导，从细小至微处抓起，怎样样和客户沟通，怎样走路，就连走路多一步少一步都不行，让我们平常看起来无关紧要的东西，让x主任一扣是漏洞百出，刚开头弄的我们都不会走路了，尽管这样可大家还是认仔细真一遍一遍的练习。我信任任何成果都要有艰辛的付出，任何困难都难不倒有恒心的人，滴水穿石就是这个道理。

## 2、理论学问得到充实：

以前看书的时候总想着看完就完了，也就是为了应付某个考试而看，可透过这次培训，使我熟悉到医学领域里的理论学问就好比盖房子打的地基一样，需要相当的坚固、扎实。是任何科研与操作的先决条件，要求相当的严谨，一环扣一环，时间对于每个人都是公正的，就看你用来做什么，用贾主任的一句话，员工要的是全面的进展，不能只依靠领导指挥我们去执行，在理论上也要充实自我，假如单是这样那要员工有什么用了。现代网络信息化这么兴旺，客户的金融意识提高，客户提出的问题，你答复的不全或者是答不出来，人家上网一查比你明白的还多，你说丢不丢人，让客户想这员工连这点都不懂，这对我们的员工整体印象会大打折扣，所以必需需要加强理论学习，把理论真正运用到实际当中，那定会得心应手。

## 3、整体形与心理素养得到加强：

员工的形对于我们更是非常重要，它代表着一个人的气质，品质，还代表着一个银行的形，第一印象尤为重要能够使客户对你产生信任感，在集训队时我们从点滴练起，如何报告，与客户沟通的语言听起来如何的简洁、亲切、委婉，动作美丽利索，如何能节约时间，提高效率，还要时间提示自我留意自我的形，不管是竞赛时的评委还是平常工作中的客户及家属，都使他们加深对我们的整体印。

总之，透过这次培训学习，我付出了该付出的时间、精力，相比我所得到的学问、阅历与感悟，后者更值。在理论学问和实践技能方面都有了必需提高，更重要的是视野的开拓，思维的拓宽，理念的转变是我最大的收获。总体实现了既定目标，在今后的工作中，我将结合培训所得，使自身工作得到进一步提高，结合我们的实际状况，以最好的方式在我行进展落实发扬。

## 外出培训心得篇六

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。

## 外出培训心得篇七

我曾经认为数学课的教学模式无非就是导入、新授、巩固、小结、作业五个步骤。甚至在去江苏省昆山市考察学习之前，我还在想：我们千里迢迢去学习，学校这样做值得吗？他们大概就是课件设计的新颖点和课堂的效率高一点而已。但是通过这次的考察学习，我才知道他们的与我们的完全是两种不同的课堂，让我豁然开朗，原来课还可以这样上，教师给学生创造一个自我展示的舞台，完全能让学生动起来，学生成了学习的主人。这次考察学习确实让我受益非浅，感觉很“值”，现在我谈谈我的几点收获。

### 第一：课堂教学

他们的教学模式与我们的完全不同，在他们的教室里没有讲台，四周都是黑板，黑板上讲解的不是老师，是学生，粉笔、教杆在他们的手中不断的传递着，而老师大多时间都在倾听，并适时的表扬、鼓励和引导，真正的体现了教师的主导、学生的主体作用。

他们每个班分为六个小组，每组都有自己的组名和口号，并且他们都有属于自己组的一部分小黑板。上课时，老师用最短的时间来解读本节课的教学目标并且给每个小组布置任务。小组接到任务后，在小组长的带领下，通过共同合作来完成，三个一群五个一伙的开始讨论着，有的站着，有的坐着，有的爬起来倾听着，有的走动着，有的去板书组内的疑难问题。当时给我的第一感觉就是“乱”，可当我走近他们

小组时，才发现原来是井然有序的，每个人都在完成着自己的任务，没有一个孩子开小差，没有一个孩子讲与学习内容无关的话题，每个孩子都能做到主动检查，主动回答，主动展示，不用老师点名，他们都能争先恐后的站起来讲解，孩子们精彩的发言，让我想到了我们的课堂，我们的老师在那里很卖力的讲解着，反复的强调着，生怕下面的学生学不会，而学生们循规蹈矩，听话的孩子们举着一个个小手等待着发言，而前景小学的'课堂却能最大限度的调动学生的积极性，充分的发挥学生的主体作用。在课堂上他们是自己的主人，他们的行为是不受任何约束的，表达是自由的，思想是开放的，只要不脱离主题，任何形式都可以，实现了真正意义上的师生互动，生生互动。

## 第二、学生的能力

1、语言表达能力。前景小学的每一节课的主角永远都是学生，几乎每个学生都能应用流畅的语言进行讲解，有的甚至能应用肢体语言来感染和影响其他的同学。

2、合作能力。前景小学教学方式中最大的亮点就是小组合作，兵教兵、兵练兵、兵强兵，学生会的老师不教，小组内会的同学教不会的同学，这样不仅让学困生有人帮有人扶，而且也提高了学生的团队合作意识。

3、书写能力。能写一手好字很重要。前景小学能充分利用课余时间，每天都让学生练字，长期坚持下去，学生的书写能力自然就提高了，这点很值得我们学习。

## 第三：教师的反思

前景小学教师的反思之风很浓，在楼道走廊里，墙壁上随处可见的就是教师的反思，他们每天早晨第一件事就是反思自己课堂中出现的问题，每位老师都能做到日日反思，周周反思，月月反思，每个人都在反思中不断地前进、不断地成长，

这是值得我们推广的教学措施和方法。

最后：我和大家分享一下前景小学的教学模式

前景小学的教学模式也很特别，推行的是“三三六”自主学习模式。

第二个“三”就是三大模块，即：预习、展示、反馈。预习是教学指导、小组合作；展示是全员合作、激情互动；反馈是达标测评、反思提高。

“六”是指展示中的六个环节，即：预习交流—确定目标—分组合作—展示提升—穿插巩固—达标测评。

总之，前景小学精彩的课堂让我难以忘怀，独特创新的教学模式也让我受益匪浅，在今后的教育教学中我要将前景小学的教学理念与我们班学生的实际结合起来，争取创出我们的特色。虽然这需要我付出大量的时间和百倍的努力，而且在这期间也会遇到很多困难和挑战，但是，我相信只要我坚持下去，我的学生也一定会还我一个精彩的。

## 外出培训心得篇八

透过两天的外出学习，观摩了xx中学老师的示范课，他们的课让我感受颇深，受益匪浅，也让我充分领略了课堂教学的无穷艺术魅力。他们的课展现了丰富的教学经验和精湛的教学艺术。我就参加的这一次活动谈一点自我的粗浅体会和感受。

在这次听课中我明显地感受到这些上课的老师都很善于启发学生、引导学生，给我感受最深的是x老师的《基因的自由组合定律》。精彩之处在于课堂上引导学生自我去探究，去发现，去解决问题，让学生经历、感悟知识的构成过程。首先在上课前一天应虹老师布置了含两对同源染色体的细胞减数

分裂图像，课堂中请同学在黑板上画出图像，并对学生容易出错的地方给予点拨。然后再分别让两位学生在图像的每一个细胞中标出一对等位基因，同时下方的学生也在作业本上画图，以复习上节课讲的基因的分离定律。再让学生从图中找出基因自由组合定律的实质，以及自由组合发生的时期。

在整个教学过程中应虹老师充分调动了每一位学生的主动性，让每一个学生在课堂中都“有事可做”，充分发挥了学生在课堂中的主动性，提高了复习效率。同时应虹老师也着重强调了易错的知识点，并对自由组合类型题目的解题思路技巧进行指导。学生透过自我的思考、理解，对知识的掌握程度更深。复习的效率也得到了很大的提高。

在两所学校的听课中，我感觉到，他们十分重视课本。老师在复习《染色体变异》时，让学生阅读课本，完成导学稿的基础练习的时光接近20分钟。并且讲到前面已经复习过的基因突变和基因重组时，也是让学生从课本中找到来源。让学生在心理上重视基础，重视课本。而我在教学中，这一点做的还很不够，往往注重蓝本中的考点讲解，认为课本很简单，学生课后看就足够了。但是往往学生在课后很难落实下去。

教学设计是老师为到达预期教学目的，按照教学规律，对教学活动进行系统规划的过程。从几位老师的课堂教学中，以及从课后的交流中，我们能感受到教师的准备是相当充分的：不仅仅“备”教材，还“备”学生。两所学校都很重视群众备课。xx中学的导学稿由一位老师执笔，拿出的初稿在群众备课时再由全体高三生物老师讨论，确定每一个考点的讲解方法，在练习设计方面针对性也很强，贴近学生实际，分层合理得当。充分发挥了群众的力量，提高了老师的课堂效率，收到了良好的教学效果。

两天的学习，我学到很多，感受很多，收获很多，名师扎实深厚的教学基本功，驾驭、调控课堂的潜力，独到智慧的教学设计，富有艺术性的课堂，都给我留下了深刻的印象。我

将以这次学习为契机，从各方面找不足、找差距，一点一点的进步，一点一点的学习，不断提高自我的文化底蕴和业务水平，透过努力力争使自我的授课水平实现新的跨越，迈上一个新的台阶。

## 外出培训心得篇九

我觉得我可以通过这次的学习做出更好的成绩来，这对我来讲也是一个非常大的提高，这段时间以来的工作方面我也确实是可以做的更好一点，这是对自身学习的一个认可，培训的这段经历我觉得很有意义，我也清楚在接下来的工作当中我需要往什么方向发展，在这一点上面绝对是毋庸置疑的，培训的这段时间我也不敢忽视自身各方面的职责，这次外出培训我的收获是很多的，过去很长的一段时间我都是认识到了自身的问题，这是对我能力的一种锻炼，感激这段时间以来的工作当中，我也一直都在思考自己需要好好的反思一下。

学习期间的点点滴滴中，我也是在不断的提高自己，培训期间的点点滴滴中，我也是在认清楚自己的方向，我认识到了在平时的工作当中我也是存在一些问题，在这个过程中我确实还是存在一些需要改正的地方，通过这次培训后我也会有更多的进步，在个人专业知识上面确实也是有很大的进步，我也考虑到了接下来应该要去努力的方向，一定不会辜负了学校领导的期望，争取在以后做出更好的成绩来，并且认真的做好自己的事情，也一定不会影响了自身的成绩，感激周围同事对我的帮助，这次我也认真的在学习，因为有很多东西都是过去没有经历过的，这对我也确实是有非常大的提高。

这段时间以来的培训确实是非常充实的，短暂的时间中，我觉得自身的和优秀的同事还是有些差距，这是我不愿意看到的结果的，我特别希望自己能够维持好的状态的，积累更多的工作经验，保持一个好的状态，面对这些事情的时候我也是在认真的反思自己，也会在以后的工作当中做出更好的成绩来，不辜负了公司的期望，不影响了自已日常工作的发挥，

这次外出培训，我始终都是非常认可这一点，我不会让自己再出现这些问题了，感激这次培训的经历。