

# 2023年个人校本研修方案研修 校本研修 个人计划(通用5篇)

方案是指为解决问题或实现目标而制定的一系列步骤和措施。我们应该重视方案的制定和执行，不断提升方案制定的能力和水平，以更好地应对未来的挑战和机遇。下面是小编为大家收集的方案策划书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

## 个人校本研修方案研修篇一

新时代背景下，教学工作也需要有新的改变。努力改变自己，学习新的知识和教学方法以适应现代课堂，提高自身专业技能和提升师德素养是现代教师的必修课。为了使自己的业务水平有更大的提高，结合自身实际情况，特制定个人校本研修计划。

- 1、通过学习，提高自身的师德修养。
  - 2、加强学习，积累研究课题的经验。
  - 3、通过研修，探索教育教学规律，掌握课堂教学技巧，提高课堂教学艺术。
  - 4、通过研修，提高自身的业务水平，丰富教学经验，能上好每一节的语文课。
  - 5、通过研修，掌握教学基本功，更好地为教学服务。
  - 6、树立终身学习的理念，为自身的发展奠定基础。
- 2、积极参加学校与教研组组织的各种形式的英语教研活动，并主动承担学校组织的研讨课、示范课、公开课、汇报课等，在实践活动中丰富自己的教学经验，提高自己的教育教学水

平。

3、积极参加教育科研能力研修，树立教研科研意识，把研修和教育科研紧密结合，围绕新课程的实施，结合课堂教学，进行教学方法和教育科研基本方法的研修，全面提升自己的教学研究能力。

4、注重日常教学常规的扎实与提升。常反思自己的教学行为和管理行为，

学会思考教育问题，积极把先进的教育理念转化为教学行为，从反思中提升教学研究水平，在总结经验中完善自我。

5、认真做好课前准备，钻研教材及参考书，理解编写意图，把握知识重难点，认真备好每一节课，精心设计教学过程，采用合理的教学手段，让备课更好的服务于上课。

6、积极改变教学方式，探索有效的课堂用语，充分调动学生自主学习的积极性和学习兴趣，注重培养学生良好的学习习惯，培养学生倾听的习惯，优化教学手段，让学生学习的内因与教师教学的外因相辅相成、和谐统一。

7、充分利用信息技术知识的网络资源优势，在网上查找所需学习资料，进行互相学习和交流。学习别人的长处，弥补自己的短处，科学借鉴别人的教学经验，让自己在教学中不断的反思自己，让教学工作更加趋于完美。

总之，我将充分发挥自己的专业特长，积极进行校本研修工作，促使自己的综合素质不断得到全面提高，让自己的教学更具特色，培养出更出色的学生，促进我校教学质量和教研水平再上台阶。

# 个人校本研修方案研修篇二

## 教师个人校本研修计划

李娜

新的学年又开始了，在本学年为使自己各方面的素质都能得到不同层次的提高，更新自己的教育观念，以符合创新教育和素质教育的要求；更新自己的知识结构和能力结构，使自己基本具有综合教育的能力和锐意创新的能力；进一步发展自己的个性特长，具有鲜明的教育、教学个性，能够创造出自己的教育、教学风格和特色；进一步拓宽自己的科学文化视野，掌握现代教育技术，提高课堂教学效益，进一步提高理论-功底和科研能力。

现将自己在本学期个人研修作一计划：

1、认真学习《基础教育新课程改革纲要(试行)》和各科新课程标准等各种先进的教育教学理论，使自己具有良好的职业道德水平，扎实的教育教学专业知识，广阔的知识背景，较高的业务水平，加快新课程发展建设的步伐，以适应新课程标准下的课堂教学。

2、基本形式：

(1)自主学习：自学，记读书笔记，学校每学期推荐的书目，认真读书学习、交流研讨。使读书成为我的自觉行动，对读书产生浓厚的兴趣。

(2)小组研讨：本学期我会积极参加我组我校定期举行的研讨交流会，在研讨中让自己的各方面能力得到相对的提高。

(3)教学观摩：积极参加我校定期的听课、评课，进行教学研

究，以解决自己教学中的疑难问题，让我的教学更具特色。

3、课题研究。定期参加学校及小组交流阶段性研究成果，把课题研究成果转化为学校的共同财富。积极进行教学反思，查漏补缺，进行更好的教育教学工作。

总之，今年我将积极进行校本研修工作，尽量使自己的综合素质得到全面提高，让自己的教学更具有特色，以培养出更出色的学生，加快我校的课改步伐。

## 个人校本研修规划书

李

娜

2015—2015学年度第一学期

为了提高自己的执教水平和业务能力，更好地为教育教学服务，我将以新课程为引领，认真践行校本教研工作，借助同伴互助提升教育理念，感悟教育真谛。为促进自身专业不断成长，结合自己的实际和自身发展要求，特制订个人校本研修计划如下：

一、指导思想 以学校为本，以新课程实施为中心，以改善教学方法为突破口，以课堂教学研究为基本点，扎扎实实的开展好个人校本研修工作。通过校本研修，不断充实自己，努力提高自身整体教学水平，不断促进自身专业成长。

## 二、 研修目标

1、通过研修，努力提高自身的师德修养，做到德高为范，学高为师。能总结教育教学研究的经验与教训，认真备好、上好每一节数学课，撰写较高质量的教学案例、教学反思、教

学论文和教学设计，不断提升自己的业务能力和教学艺术。

2、积极开展教育教学研究工作，充分发挥教研组长的示范引领作用，迅速提高自身和同伴的业务素质和教学研究水平。

3、优化数学课堂教学，优化备课活动，加强理论学习，不断进行教学研究，努力探索和研究适合学生特点、能促进学生全面发展的教学方法，推动教学质量稳步提升。

1

4、以新的教育理念和修订版学科课程标准为指导，大力实施新课程，着力解决教学改革和课堂教学中所遇到的实际问题，不断转变教师教学方式和学生学习方式，促进师生共同发展。

### 三、研修要求

以新的教育理念为指导，以课程改革实验研究为重点，以促进师生共同发展为目的，以改革课堂教学为突破口，促进教育教学观念的转变，重视学生创新精神和实践能力的培养，为学生的全面发展和终身发展服务，使自己及同伴们成为师德高尚、业务精湛，能促进学生全面发展的优秀教师。

### 四、研修内容 （一）个人读书

争取每月精读一本教育教学专刊，每学期读一本数学方面的专业书籍，认真在读书笔记上做好记载，积极撰写读后感3——5篇，特别要加强对修订版课程标准的学习和领会。

#### （二）听评课

主要以本校教师为听评课对象，并积极参加县教研室和教研协作区组织开展的听课评课活动，每学期完成20节的听课任务，并认真进行记录和评议。

每学期组织组内教师观看五节以上的中学教学优质课课堂实录，做好听课记录，并在教研组活动时及时作出听课后评价。

### （三）公开课

## 2

积极参加学校、教研协作区和教研室组织开展的教学公开课活动。每月在组内上一节公开课，课前精心备课，然后请师傅或校内优秀教师进行指导后再邀请组内和其他教师听课。课后及时把教学设计和教学反思写下来。

### （四）教研组集中研修

积极主持和参与每周一次的教研组研修活动，开展好业务理论学习和集体备课，加强组内教学研究专题和个人所申报的教学研究课题的研究。

### （五）撰写教学论文

根据个人研修的实际情况，每学年独立完成一篇2000字以上的教学论文。独立完成一篇高质量的教学反思、教学设计和教学课件，并积极参加各级各类论文、教学设计和课件评选活动或公开发表。

## 五、研修具体措施

1、通过个人与集体学习形式加强理论学习和业务学习，不断吮吸新的教育教学理念，积极探索教育教学规律。积极参加各级教研部门组织开展的论文、课件、教学设计等方面的评选活动，促进自身的专业理论水平不断提升。

2、积极参加教学研究活动，主动承担学校、教研协作区和教研部门组织的研究课、示范课活动，在实践中丰富自己的教

学经验。同时将培训和学习所得，在具体的教学实践中尝试，使自己的教学水平逐步提高，逐步形成自己的教学特色。

### 3

3、积极参与课题研究，组织组内教师加强对组内教学研究专题和个人所申报的教学研究课题的研究，每学年结合课题研究内容撰写一篇教学反思、教学案例和教学论文。

4、注重日常教学常规的扎实与提升，学会思考教育问题，积极把先进的教育理念转化为教师的行为，从反思中提升教学研究水平。平时教学及每节公开课后，把自己在教学实践中发现的问题和有价值的东西赶快记下来，享受成功，弥补不足，通过反思优化教学实践，在总结经验中完善自我，有效提高课堂教学质量与效益。

5、按时按要求积极参与教研组的集体备课活动，认真备好每一节课，上好每一节课，务求取得实效。

6、坚持教研组长的示范引领作用，带动本组数学教师积极参与校本研修活动，通过同伴互助的形式，促进组内教师 and 自身专业成长。

总之，我将通过校本研修，进一步提高自身常规教学能力和教学研究水平，积极推进新课程的实施，充分发挥自身的专业引领作用，继续推进学校校本教研工作的有效开展，促进自我专业成长。

2015年9月1日

### 4

毛连锋

校本研修是实行新课程改革以及课堂教学改革以来一直所倡导的一个十分利于教师成长的方式，它的制定和实施理念更加符合教师自身发展的需要，对教师提高教育教学能力起到了切实有效的作用。为了提高自己的教育教学工作能力和业务水平，更好地为教育教学服务，根据上级教育部门的有关要求和学校的工作实际，自身的发展要求，特制定本年校本研修个人工作计划。

## 一、指导思想

通过校本研修，促进义务教育课程改革发展，积极推进素质教育，逐步实现自身教师的专业化，努力提高自己的教育教学水平。

## 二、研修目标

- 1、以自主学习为主要方式，不断学习课程标准，提高个人专业素养。通过学习，提高自身的业务水平。
- 2、坚持以促进学生全面发展为原则，把新课改的精神落实在日常的教育教学中。建立扎实、有效的课堂教学模式，积极推进课堂教学改革。
- 3、着眼点放在理论与实践的结合上；切入点放在教师教学方式和学生学习方式的转变上。积极开展新教材的研究工作，充分发挥自己的作用，逐步提高自身的业务素质 and 教学研究水平。

## 三、研修内容

- 1、认真研读教育教学专著，提高理论水平。
- 2、学习与教育相关的法律法规，做到依法执教；学习《中小学教师职业道德规范》，加强自身的师德修养。



3、认真开展听课、评课活动。

4、认真参加“教研组学习研讨”活动，将在培训学习中所得的，在具体的教学实践中尝试，使自己的教学水平逐步提高，寻找出一条适合本地，适合自己的发展之路。

5、经常反思自己的教学行为和管理行为，不断地总结经验，找准不足之处，写好教学反思和案例，促进自己的不断进步。

6、学习新课程理念、新课标、及新的教育思想、教育方法和策略，课堂教学技巧等，努力提高自己的执教能力。

#### 四、具体措施

1、坚持政治业务学习不放松，勤学多记。

2、积极参与学校教育教学研究，努力做“学习型”教师。

3、积极参加网络教研，高标准严要求完善自我。

4、积极参加各级各类的培训学习活动，不断提升自己的教育教学能力。

通过校本研修，对自己的专业水平有一个重新认识，我要不断学习，不断更新，丰富自己的文化底蕴，充盈自己的底气，增强自己的理论知识，提高教育教学能力，结合本校的教学实际，把个人的校本研修工作做好。

2015-2-20

### 个人校本研修方案研修篇三

新的学期又开始了，为了使自己的业务水平有更大的提高，结合自身实际情况，特制定个人校本研修计划：

1、加强师德修养，爱岗敬业，学会以发展的眼光看待每一个学生。相信学生的巨大潜能，不体罚和变相体罚学生，公平对待每一位学生，不仅做好学生学习上的好老师，更要做好学生思想道德品质上的领路人，关心学生身心健康的发展，增强责任心和使命感，通过继续学习《师德规范》、《教师法》、《人民教育》、《现代教育》等书籍，不断提高自身的道德素养和人格魅力，继续做一名有个性、有特长、有创新的骨干教师。

2、充分利用学校的资源优势，积极参加网络技术培训，学习网页制作技术和各种课件的制作技术。努力实现信息技术与教学工作的整合。

3、积极参加新课程改革专题培训，树立正确的教育观念，努力提高教育教学水平。经常观摩教师的优秀课例，学习他们先进的教育观念和教育教学方法，在自己的教育教学实践中进行试用，并及时反省。

4、以课题研究实验为平台，将课题研究与教学实践紧密结合，提升自己教育教学科研的意识和能力。

5、将自己在培训过程中积累的心得、笔记、案例等及时整理，存入档案，并经常进行自我反思，争取每课一反思，每周一总结。反思时立足于自己教学行为的回顾、诊断、自我监控和自我调适，以加深对教学活动规律的认识理解，从而适应不断发展变化着的教育要求。每学期还要完成一篇有一定价值的教学论文。

6、认真参加参与教研活动与“小组学习研讨”活动，将学习所得，在具体的教学实践中尝试，使自己的教学水平逐步提高，寻找出一条适合本地，适合自己的发展之路，争取逐步形成自己的教学特色。

我对自己的专业水平有一个清醒的认识，我决心不断学习，

不断更新，丰富自己的文化积淀，充盈自己的底气，增强自己的理论底蕴，提高教育教学能力，结合教学实际，把个人的校本研修工作做好！

## 个人校本研修方案研修篇四

为了不断增强个人教科研能力，促进自身专业技术增长，强化理论素养和实践水平，扎扎实实做好校本研修工作，更好地为长安的教科研工作服好务、为基层一线教育教学工作服好务，特制订个人校本研修计划如下：

全面落实区教研室校本研修工作计划，瞄准前沿，结合实际，注重特色，多渠道、多方式、多层次积极开展小学语文校本研修工作，并在自主发展、同行互助、专业引领、平台交流等方面积极有所突破，实现内涵发展、研修发展，促进个人专业成长。

教学改革以来，特别是调入区级教研室两年多来，在单位领导和同志们的支持下，在上级专家的引领下，通过认真不断地学习，个人的教科研水平和实践能力有了一些进步和提升，得到一线老师的好评，体会深刻。但是应当看到，在自身专业成长领域还存在这样或那样的一些不足：一是实践的多，研修的少。“教无研不深”。作为我个人，要从昔日一线一个教书匠要真正过渡为引领者仍需要不断地学习和不断“充电”；二是实践告诉我们，作为一个现代教师，每一个教育工作者不仅仅是一个课堂上的实践者，而且应当是一个理论的探索者。作为一名教研员，尽管自己有23年的基层教学经验，但仅凭经验的传承和“吃老本”是远远不够的，应该不断学习教育教学理论，潜心研究教育教学规律；三是学无止境、教无止境。工作经验告诉我们：只研不修是教研工作之大忌。作为一个教研员应及时洞察新课程标准的变化，聚焦课堂发现的新问题，确定课题深入研究，真正成为广大教师专业成长的引领者、指导者和服务者。因此，持之以恒的积极广泛开展好校本研修工作是我个人实现专业成长的永恒话题和任

务。

. 坚持每天专题学习三小时，做好学习记录，及时总结反思、概括归纳，形成自己的校本研修研究成果。

2. 深入基层、深入一线，坚持上好示范课、探究课，坚持每学期不少于四课时。

. 加强教育理论学习，勇于课堂实践，获得第一手研究资料。

2. 通过学习，提高个人校本研修能力，引领广大教师提升执教能力，向研究型教师迈进。

3. 深入基层，有力推进各校的校本研修力度。

. 基于自主发展的. 微格教学、案例分析、教学反思、教育阅读、教育协作；

2. 基于同行互助的示范观摩、听课评课；

3. 基于专家引领的专题讲座、案例点评、咨询诊断、交流探讨等；

4. 基于专业能力发展的技能训练、课题研究、论文撰写；

5. 基于网络平台的博客协作□qq交流。

. 特定的学科专业知识，包括：学科知识的更新拓展；学科教学研究的最新动态与成果；不同学段学科知识的有效衔接；课程标准解读；学科教材分析；学科课程资源开发和利用等。

2. 教育教学活动所需要的教育学和心理学等方面的知识，包括：德育原理；

发展心理学；学科教学心理学；学科教学论；教育教学评价；现

代教育技术与应用等。

3. 教育教学活动中处理各种情景与问题的智慧及经验，包括：师生沟通技巧；

课堂管理策略；班主任工作经验；班主任工作与班集体建设；班级活动的组织与班务管理；教学设计；作业布置等。

4. 师德修养和学识为主的教师个人素养，包括：教育法规与政策；

教师职业道德；教师职业理想与专业发展规划；教师心理调适与情绪调控；教师保健知识；教师礼仪；个人兴趣、爱好、修养等。

5. 解决教育教学实际问题所需要的方法和知识等，包括：教育科学研究方法；

课题研究的实施；行动研究、叙事研究的实践；教学反思技巧等。

## 个人校本研修方案研修篇五

为了更好的让知识走进课堂，提高自己的综合素质，提高自身的教育水平，提高自己的教学修养，使自己的教育教学水平得到质的飞跃和提升，我根据校本研修学习任务及要求，结合实际，制定自己的个人计划如下：

通过研修，进一步了解新课改中备课的内涵，量体裁衣地做好自己的教学设计，能深度建构教学法内容生成教学过程，力求课堂教学实效性，并能不断审视自己的教学、扬长避短，使自己的教育教学逐渐完美。

### (一)个人读书

- 1、精读教育教学方面的专著，充实自己。
- 2、制订个人研修计划《“有效教学”使教学真正有效》
- 3、根据业务学习内容整理自己的学习笔记。
- 4、做好学科知识的更新。
- 5、“学习教学理论与教学设计”专题撰写研修小结。
- 6、根据“备课问题诊断与解决”专题进行一次合作研讨交流。
- 7、结合“教案反思与研究，写一篇自己的感受

## (二)听评课

积极参加学校组织的听评课活动，有机会积极参加上级组织的观摩课活动。做好听课记录，听课反思，在学习中补充自己的不足，使自己的教学更加的完整。

## (三)公开课：

学校组织的公开课活动中，互相学习，互相交流，提高多媒体课件在课堂教学中的应用能力。

以参加学校校本研修活动为主，个人自主研修为辅，在学校安排下，统一内容，统一进度，有组织有计划地进行学习。根据学习内容，结合实际教学情况，反思自己的教育教学行为，并进行实践。在自学的同时，要做好重点突出的学习笔记。

### 1、专题培训

交流研讨，教学设计、说、讲、评课等形式，将培训学习与自己的教育教学实践紧密结合起来。

## 2、专题总结

结合自己的教学实践和教学经验，紧扣每一专题进行探索。对其他教师的专题总结、论文、实验报告、教案、教育叙事等进行分析与系统整理。

## 3、网上学习

充分利用信息技术知识的网络资源优势，在网上查找所需学习资料，进行互相学习和交流。

## 4、远程教育资源应用

通过应用远程教育资源，学习名师的课堂教学过程，整合与选择好的课件，引入自己的课堂，让枯燥的课堂教学“活”起来，有助于学生从感官上更直接的了解所学知识，从而达到教学目的。

1、认真参加集体组织的学习培训，作好培训记录。

2、参加学习的校本研修活动，吸取其他老师的成功经验。

3、精心准备自己的研修课程，发挥信息技术特长，努力提升使用现代教学设备的能力。

4、空余时间利用电脑进行网络研修。