

个人研修计划书(汇总7篇)

当我们有一个明确的目标时，我们可以更好地了解自己想要达到的结果，并为之制定相应的计划。写计划的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编为大家带来的计划书优秀范文，希望大家可以喜欢。

个人研修计划书篇一

指导思想：以邓小平理论和“三个代表”重要思想为指导，以“抓均衡，提质量，促和谐”为目标，围绕学校教育教学管理和教师成长发展工作，积极参与校本培训，切实提高自身素质，努力为建设和谐校园和提高办学综合水平提供有效的队伍保障。具体工作与措施：

一、参与教师专业发展培训，深化教师培训工作

校本培训以学校整体发展和教师专业化发展为根本，以学校自主培训、自主管理和教师自主学习、自主发展为准则，依托学校自身的资源优势 and 特色，多渠道、多形式、多层次地开展校本培训。校本培训周期内培训时间为120学时，每学期培训时间不少于12学时。

1、聆听中兴教育讲堂。在周四政治学习期间，听校内外教育专家作教育教学讲座，从而开阔视野，不断思考。参与“名优教师读书报告会”，促进名师自身继续发展，发挥名师引领作用。

2、扎实推进优良校风的形成，在学生中广泛开展“序”的意识教育，开展学生评价教师活动。

3、整合教学教研力量，召开教学工作会议，开展教学研究专题探讨活动，以“聚焦课堂教学，破解疑难问题”为中心，不断聚力教师，聚焦课堂，构建“三有”课堂。

4、加强教师业务学习和评课活动，参加教研组组织开课评课活动，两周参加一次教师业务学习，主要内容包括：备课组工作交流、教育教学理论文章学习、观看优秀课件、课堂实录和各种业务评比研讨等。

5、打造思想校园，参与教师读书活动，并写出读后感。

二、参与“教师执教水平提升年”主题活动，深化教师专题培训

专题培训以提高教师执教能力为目的，以“落实教学常规，破解疑难问题”为主题，以理论提升与实践探究相结合为准则，把探究“轻负高效”的教学策略作为重点加以研究。专题培训周期内培训时间不低于150学时，学校每学期完成8学时的培训任务。

1、破解疑难问题。以课程改革为中心，巩固课改成果。在认真反思课改历程的基础上，关注薄弱环节，深度破解新课程新教材疑难问题。通过学科专题培训、新教材培训和教学展示系列活动，使教学理念转化为实际教学行为，建设生本课堂，成为学生学习的促进者和知识建构的引路人。

2、打造精品课例。以“减轻学生过重学业负担，提高课堂教学质量”为宗旨，全力打造科学性、理论性、实践性和操作性有机同意的精品课例，实施课堂教学先进教学模式的构建，切实提高课堂教学质量。

三、参与科研兴校工程，提升办学综合实力

1、提升教师个人课题研究能力，打造科研品牌。从事个人课题研究，把课题研究与课堂教学有机结合，充分发挥课题研究在解决教育教学实际问题中的价值。积极开展教学研究、论文撰写、课题研究，提高教育科研成果转化为推进教学进步的能力。

2、以教学质量为中心，提高教科研的实效性。通过“三重点一深化”来提高教学质量，即重点开展新课程研究，使自身适应教育的发展需要；重点开展教学手段与方法研究，使自身综合素质逐步提高；重点开展对后20%学生的个案研究，使自身能够进行“因材施教”。

个人研修计划书篇二

20xx年5月份在海南省教育研究培训院参加了海南省小学英语骨干教师的集中培训，本次培训为青年骨干教师的目标指明了方向，也使得青年教师对自己的前景看的更加明朗。为使自己在将来的发展更具方向性和目的性，特制定下面的个人研修计划。

一、指导思想

通过省级骨干教师培训，促进我的师德水平和业务能力，不断地学习新知识来充实自己，利用省级研修这个平台，与学员之间互相学习，互相探索，互相帮助，努力让自己成为一个“科研型”的骨干教师，并充分发挥省级骨干教师的专业引领作用，努力提高我校英语教师的整体教学水平和教学质量。

二、研修预期目标

1、提升我的教师职业道德水准，形成健康的教师心理，培养团队合作、沟通、交流、与分享的意识与能力，提升自己的教师职业幸福感。

2、优化教学教研活动，使自己由学习型向研究型转变，进而使自己成为新课程实施及推广的引领者，配合全市的基础教育课程改革活动，逐步提高我校英语教学的教学质量及水平。

3、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。

4、积极开展新教材的研究工作，充分发挥自己“骨干教师”的示范引领作用，迅速提高新任教师和青年教师的业务素质 and 教学研究水平。

三、研修学习任务：

(一)专业阅读

结合自身需要，每学期精读一本教育教学名著，撰写读书笔记和读后感。

(二)课题研究

积极主持和参与《攀登英语和常规英语的整合》课题研究。

(三)撰写教学反思和论文

(四)教学示范或专题讲座

主动承担市县或省级教学示范课、公开课或专题讲座任务，每学期不少于一次。

四、具体实施措施

1、以“自我反思、同伴互助、专业引领”为核心要素，以“理论学习、主题教研、反思交流”等活动为基本形式的研修。

2、多读书，在读书中积累，在读书中反思，在读书中成长。结合自己的阅读情况，写出读书反思、读书随笔，积累教育教学理论知识、丰富教育教书经验，以便更好的指导自己的教学教学，形成自己独特的教学风格。

3、善于思考，在实践中探求、感悟。

要坚持用脑子工作,时刻把工作与思考相结合,在思考中工作,在工作中思考,创造性地开展工作。

通过制定了详细的研修和发展计划后,我对自己的专业水平也有了一个正确的认识,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,努力成为一名具备一定专业理论和专业技能的知识型、理论型、反思型教师。

个人研修计划书篇三

遵照我校教师研修计划,以学校的教学教研工作为指导,立足课堂、革新教学方式,提高课堂教学的有效性为重点,坚持科学育人,扎实有序地开展数学教学研修工作,为促进学生的全面发展,全面提高个人素养,努力服务于教研教学工作而努力。

二、研修目标

1、积极实践课改的新理念,新思路,围绕“有效性课堂教学”开展课堂教学研究活动,提高课堂教学效率。

2、积极探索,参与课题研究,配合学校做好每两周一次的教研活动,能够自觉应用现代教育教学此文转自斐斐课件园理论来指导教学。

三、研修措施

1、加强教育理论学习,多看教育教学此文转自斐斐课件园专著,并认真做好笔记,努力提高个人专业素养。

2、认真制定学科教学计划,平时要做到:用心备课、上课要有激情、及时撰写课后反思、精心设计作业、耐心辅导学生。

3、积极参加各级部门组织的各种教学教研活动，配合教导处做好每一周一次的教研组活动。

4、通过教师个人自学，网络学习的方法及时了解最前沿的教改信息，扩展自己知识视野，不断更新教育教学此文转自斐斐课件园理念，丰富教育教学此文转自斐斐课件园理论，提升理论水平和教学教研水平。

5、积极主动地上好研讨课，认真开展课堂教学展示活动，使教学研讨进课堂。

6、虚心向同行教师们学习，争取多听课，取众人之长，弥补自己学科知识的不足，本学期听课不少于20节。

7、认真撰写教育教学此文转自斐斐课件园心得体会，争取有质有量。

四、具体安排

时间内容

三月1、制定本学期教学教研计划

2、研究教材中的疑难问题

3、听6节课，并认真写好评课。

四月1、读一本教育专著，认真做好读书笔记

2、主讲公开课，并及时反思。

3、继续听6节课，并认真写好评课。

五月1、期中考试质量分析与研究

2、撰写优质教学反思

3、继续听6节课，并认真写好评课。

六月1、集体备课研讨活动

2、个人研修经验，体会交流。

3、继续读教育专著，杂志，做好读书笔记

4、继续听6节课，并认真写好评课。

七月1、继续听2节课，并认真写好评课。

2、拟定期末复习计划。

3、做好学期工作总结。

个人研修计划书篇四

我叫xxx现就职于xxx从事xx工作9年，衷心希望能够参加日本政府青年奖学金项目，进入日本一桥大学攻读硕士学位。我于20xx年毕业于xxx大学，该校是中国教育部直属重点大学。在校期间，我主修金融学专业，认真学习了经济学基础理论和金融、财政、国际贸易、会计等专业知识。在认真学习本专业的同时，我对日本社会经济和历史文化产生了浓厚兴趣，并希望有朝一日能赴日本学习世界zui前沿的经济、管理学知识以及zui先进的企业管理经验，为祖国经济建设服务。

大学毕业后，我一直从事xx工作，经常要接触到企业内部控制、风险管理、市场营销等方面的内容。在工作过程中，我感觉到在社会经济迅速发展、知识结构不断更新的现代社会，管理学的地位日益重要，而在工作中我也遇到一些问题很难用已有的知识解决，更使我有进一步求学的强烈愿望。日

本的经济发展水平居世界前列，在企业管理方面的. 成果也是有目共睹，因此，在家人支持下，我决定申请日本政府青年奖学金项目，赴一桥大学攻读研究生课程，希望能够在一桥大学专家的指导下，在管理学方面进行更深入的研究，以更好地解决工作中的问题，服务中国经济建设。

我从中学开始刻苦学习英语，大学期间顺利通过了英语六级考试，能够比较顺利地使用英语进行交流，并具备较强的金融专业英语听说读写能力，能够满足一桥大学青年奖学金项目全英语授课、并用英语完成论文的基本要求。

一桥大学在商科和经济学方面享有盛誉，培养出了一大批日本工商金融界的精英人物。进入一桥大学之后，我将认真学习一桥大学先进的管理学和经济学科研成果，深入研究日本经济发展、企业管理以及xx业发展和监管的经验教训，积极与日本以及来自世界各地的同学交流沟通，努力提高自己的英语、日语水平，开阔视野，提高自身综合素质。预计通过一年时间的学习，我将扎实掌握经济学、管理学专业知识，科学研究能力将有大幅提高，英语、日语水平也将有较大提高。学习结束后，我将回到中国，把所学到的知识运用到xxxx工作中，为中国xx业发展服务，为中国经济建设服务。

文档为doc格式

个人研修计划书篇五

很荣幸能成为“国培计”——安徽省乡村中小学幼儿园教师网络研修与校本研修整合培训小学英语班中的一员，本次培训的研修任务设置分为信息技术应用能力提升培训（60学时）和有效学习研究主题培训（60学时）两部分，为认真完成本阶段的研修任务，特制定以下研修计划：

遵照教研工作计划，以学校的教学教研工作为指导，立足课堂、革新教学方式，提高课堂教学的有效性为重点，坚持科

学育人，扎实有序地开展数学教学研修工作，为促进学生的全面发展，全面提高个人素养，努力服务于教研教学工作而努力。

- 1、通过培训，学习先进的研究方法，形成良好的研究意识
- 2、转变教育观念，提高认识。
- 3、积极实践课改的新理念，新思路，围绕“有效性高效课堂教学”开展课堂教学研究活动，提高课堂教学效率。
- 4、促进专业化发展，提高教学研究能力。

1、积极完成日常教学中研修日志、我的教学故事、教学案例、我来当坊主等内容的发布。

2、积极参与研修活动：包括学科活动、工作坊活动、协作组活动，进行课程学习、视频答疑、主题研讨点评、资源上传、研修作业成果、自由讨论区发帖回帖等。

1、认真听取专家教授的讲座，踏踏实实地学习理论知识。

2、积极参与班级研讨活动，在活动中积极表达自己的观点，在探讨中提高自己的知识素养。

3、反复领悟《英语新课程标准》精神，进一步熟悉英语教材，并付诸实践，提高课堂教学效率。钻研教学专著，努力学习与新课程相关的理论知识，并做好读书笔记，写下读后反思。

4、通过教师个人自学，网络学习的方法及时了解最前沿的教改信息，扩展自己知识视野，不断更新教育教学理念，丰富教育教学理论，提升理论水平和教学教研水平。

5、认真撰写教育教学心得体会，争取有质有量。充分利用网络手段，观摩名家教学，撰写读书笔记、教学反思，在课堂

教学中利用多媒体手段教学，激发学生学习的兴趣，创设情景，提高学生发现问题、分析问题、解决问题的能力，培养学生良好的学习习惯。

总之，通过这次“国培”研修学习，我相信自己在自身素质、教育教学理论和教育教学方法上会有许许多多的收获，会为我以后的教育教学工作打下坚实的基础。以期达到从“经验型”教师向“科研型”教师转变的目标。

个人研修计划书篇六

（一）优势

1、从我能力测评的红黄绿板块来看，本人技术素养、学习与发展上表现优秀，在其它几方面则表现平平，而在评估与诊断方面不合格。

2、曾经有过全国中小学信息技术能力培训（初级和中级）的经历，而且两次参加过省级计算机能力考试，所以本人对计算机的操作系统、网络的维护比较熟悉，能熟练的应用办公软件服务于教学，可以指导教师进行视屏录制与格式转化等方面的技术工作。

3、自己喜欢多媒体教学，能根据教学需要自己制作课件□ppt或authware□□能熟练地在网络上*资源运用到教学中来。

4、本人有自己的教育博客，坚持撰写教学日记和随笔，和博友探讨课改经验，参加博客评比曾获省三等奖一次，市二等奖两次。

（二）不足

1、本人缺乏信息技术与课堂教学整合的能力，尤其在课堂评价与诊断上一筹莫展，既没有这种意识，又对评价诊断的相

关工具一无所知。

2、缺乏课堂上协同恰当的使用信息技术手段的能力，虽然经常运用，但是能尽人意的课却不多，往往顾此失彼，留下很对遗憾。

3、很少使用信息技术手段辅助设计学习指导策略与方法来促进学生的合作、交流、探索、反思与创造的活动，对课堂的评价与诊断就更不用提了。

4、只注重教师信息技术能力的发展，关注学生较少，尤其在信息搜集和处理能力上指导偏少。

1、严格按照研修流程，结合评价的指导意见，弥补自己的短板。

要熟悉研修的平台，按照每一板块的要求，积极收看专家的视屏讲座，主动参与群内的讨论话题，潜心研读学习内容，按时完成作业。对于不懂会不会的知识，主动请教老师和同学，加强合作与分享。

2、每天安排1—2小时学习研修的课程，要抓住本次研修的好机会，密切联系课堂教学注重理论与实践结合，研教研学方有成效。对学习中出现的新问题要因地制宜，结合本地的实际情况来解决，无论是硬件与软件，都能想办法去克服，保证完成研修任务。

3、平时要多读书学习，尤其是对自评中暴露出的能力短板要想法弥补，要在科学的理论指导下进行实践，要改变落后的教学思想，认真学习《中小学教师信息技术应用能力标准》和《信息技术课程标准》，吃透本次研修的课程主题，有针对性的选择相关主题展开研修。

4、学思写相结合，在研修中要坚持思考，坚持撰写研修日记，

要在博客上新开辟一个研修专栏，每周至少撰写一工作计划篇研修心得，用一年的时间来梳理自己的学习历程，检视自己研修的变化。

5、积极主动的和同学互动，培养自己的合作能力。在学习坊内，要发挥自己的技术优势，热心为同学解决软件的使用问题，虚心向有能力的同学学习，取长补短，发展自己应用信息技术优化课堂的能力，帮助学生尽快转变学习方式，达到在研修的过程中师生同进步的目的。

个人研修计划书篇七

本学期我承担六年级1班，2班，5班和6班毕业班的英语教学工作，压力与喜悦并存。本学期我将以《小学新英语课程标准》为指导思想，立足我校实际，以校本研修为主平台，以生本课堂为主阵地，提高学生的语言运用能力，立足课堂教学，努力提高学生的素质水平，促进自己和学生的共同进步。在新课程理念的引领下，作为一名英语教师，我将在工作中不断提升教育教学技能，我个人的研修计划如下：

1、加强理论学习，丰富理论基础。认真学习教师职业道德、教育政策法规等，每学期有一本学习笔记。

2、加强业务进修，主动关心国内外教育信息和专业理论，每周至少抽出2小时，并通过多种途径，如中学英语教学相关的刊物、多媒体技术、观摩、听讲座，上网等，汲取英语学科的新知识、新技能。

3、积极参加学校的常规教研活动，在实践活动中丰富自己的教学经验。通过听课、评课等形式，不断提升自己的课堂教学技能。

4、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，积极参加教育系统组织的教科研成果

征集活动。

5、以新的教育理念为指导，以课堂为主阵地，积极践行高效课堂模式，精心设计教学流程，课堂教学中充分体现学生的主体作用，对每一次的教学活动认真反思，做好记录，以便发现问题、解决问题、不断进步。

6、积极参加上级教育主管部门组织的. 教师在岗培训，远程教育培训，认真完成作业。

7、树立现代学生观，学会以发展的眼光看待每一个学生。相信学生的巨大潜能，并努力去探索发掘；在教育教学活动中发扬学生的主体精神，促进学生的主体发展，努力做到因材施教。

8、利用信息技术手段辅助教学，充分利用网络优势，积极参与在线研讨。

9、结合学情，探索英语生本课堂的有效途径，提高教学质量，培养学生学习英语的兴趣。二年级的生本课堂主要以激发学生兴趣、组织课堂活动为主，鼓励孩子大胆开口向新同学介绍自己、展示自己。对于六年级的学生，结合小升初的目标，制定阅读大赛、写作大赛、即兴演讲的活动，在运用中寻找学习英语的乐趣和成就感。

总之，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！