# 中学教师培训心得感悟范文

来源：网络 作者：独坐青楼 更新时间：2025-06-15

*当我们对人生或者事物有了新的思考时，有这样的时机，要好好记录下来，通过写心得体会，可以帮助我们总结积累经验。应该怎么写才合适呢?以下是小编为大家收集的中学教师培训心得感悟5篇，欢迎阅读，希望大家能够喜欢。中学教师培训心得感悟1恰同学少年，作...*

当我们对人生或者事物有了新的思考时，有这样的时机，要好好记录下来，通过写心得体会，可以帮助我们总结积累经验。应该怎么写才合适呢?以下是小编为大家收集的中学教师培训心得感悟5篇，欢迎阅读，希望大家能够喜欢。

**中学教师培训心得感悟1**

恰同学少年，作为一名新入职的教师，多的是对教学与班级的各种理想化的想象，心潮澎湃、满腔热血、跃跃欲试，今天听了\_主任对教师成长型需要项目的介绍以及\_老师、\_老师、\_老师对自己教师成长之路的分享，那些初为人师的奋斗与挣扎，那些不为人知的努力与自我鞭策，正如罗马不是一天建成的，他们的蜕变之路，给我们一些警示、一盏明灯、一双仿佛在微笑的温暖的手。

从“新”出发，要从心开始。“三军可夺帅也，匹夫不可夺志也。”几位老师都反复提到一个问题“你想成为一名什么样的老师?”三年后、十年后、十五年后，“你的职业规划是什么样的?”不得不说，在此之前，我还因为自己是新手教师便不自觉放松了对自己的要求，总认为第一年把班级带好便是“成功”了，“提高站位，梳理全方位育人的大局观念”\_老师课件上的这句话让我不由提了一口气，志气、格局在一开始就不能松懈，孔子曰：“取乎其上，得乎其中;取乎其中，得乎其下;取乎其下，则无所得矣。”“新”不应是不优秀的借口，而更应胸怀壮志，拥有初生牛犊不怕虎的勇气与迎难而上的无畏。

从“新”出发，愿“欣”贯穿始终。“知之者不如好之者，好之者不如乐之者。”怀揣一颗教师梦，更愿沉浸其中，满怀激情，不断体验到作为教师的幸福感。感谢\_老师分享的自己当班主任的头几年被全心全意爱着的孩子“刺伤”心灵的几个故事，心酸到只想“蒙着被子哭”，是啊，正如我们年幼时对老师有意无意的中伤，与孩子们相处，在感受快乐之前可能还有无数心酸，还有一道道沟沟坎坎需要含着眼泪跨越。我亦感恩在初入职场便遇上\_中，有集团的平台和太多新老教师的支持，我相信从“新”到“欣”的路可以走得更坚定。

从“新”出发，“新”是新手教师的身份，“新”是激情满溢的初心，“新”更是新起点，零的开始。从\_主任的教师成长型需要项目到三位老师的成长之路，起着巨大作用的是“读书”二字，\_中历来亦是每节课省五分钟留给读书，作为一名中文系毕业生，本自认为已读书颇多，但看到老师们列出的书单、看到走路也读书的\_中学子，深感我读书涉猎面之窄、读书精神之匮乏。\_中是一个“你必须奔跑，才能留在原地”的地方，我焦灼着，面对这重重挑战我是否能顺利过关;我焦虑着，我努力与学习的地方还有很多很多方面;我也庆幸着，我还有重新出发的机会。

成为一名优秀的老师，任重而道远，只有苦练“七十二变”，才能笑对“八十一难”，我也满怀希望着，始终保存着从“新”出发的勇气、从“心”开始的志气、用“欣”贯穿的乐观与激情。

**中学教师培训心得感悟2**

教师的职业是一种特殊的职业，是一种用生命感动生命,用心灵去浇灌心灵的职业，正如雅斯贝尔斯告诉我们的：“教育意味着一棵树动摇另一棵树，一朵云推动另一朵云，一个灵魂唤醒另一个灵魂。”教师工作的这一特殊性决定了教师心理素质的重要性。所以，要让学生具有良好的心理素质，首先教师要有良好的心理素质，要提高学生的心理健康水平，首先教师要有较高的心理健康水平。因此，关注教师的心理健康同关注学生的心理健康具有同等的重要性。

作为教师归根到底还是一个普通的社会人、自然人，也同样会有不同程度的心理问题，但教师职业的特殊性又要求教师必须是心理健康的人。因为，教师的一言一行在学生心目中将产生重大而深远的影响。这就要求教师不仅要用高超的教学艺术去培养学生的智力，而且更重要的是要以高尚的师德和良好的心理素质去感染和熏陶学生，而高尚的师德和良好的心理素质源于教师的心理健康。读了《教师心理健康》一书后,使我更加认识到了教师心理健康的重要性。

教师是学校心理健康教育的推行者、具体实施者，一个成功的教师，除了要有渊博的学识和优良的教学技能，还要有健全的人格和高尚的品德。教师的言行对学生有很大影响，特别是对低年级学生更是如此，在他们的心目中，教师是智者——什么都懂;是能者——什么都会;是圣者——不会犯错;是权威者——具有比父母还高的权威力量。教师的衣着举止，言谈风度，以及待人接物等，都会使学生受到深刻的影响。人格健全的教师，能在课堂中创造一种和谐与温馨的气氛，使学生如沐春风，轻松愉快，而人格不健全的教师，只能在课堂上造成一种紧张或恐怖的气氛，使学生如坐针毡，惶惑不安。所以，教师完善的心理素质和人格，是构成良好师生关系的基础，是实施心理健康教育、情感教育的出发点和首要原则，新的教育实践要求每一位教师都应该从自身的心理健康的角度，完善自己的人格，提升自己的人格魅力。

通过读了这本书后,使我更加明白了教师要善于做好自身的心理调节及保健工作，了解自我，辩证地看待自己的优缺点;学习心理卫生知识和心理健康知识，掌握心理调节的方法，学会缓解心理压力，改善不良人格，提高心理承受能力;调整情绪，保持心理的平衡;善于选择自己心情愉快的角度去思考问题、处理问题，建立起良好的人际关系;乐于为工作奉献，并合理安排时间，张弛有度;培养多种兴趣与爱好，陶冶情操，只有这样，才能以积极健康地工作热情投入到教学活动中去。

总之，教学的目的就是教书育人。为了让学生形成健康的心理，教师就要不断完善自己的人格，不断提升自己的人格魅力。良好的性格、高雅的气质、卓越的才能以及高尚的道德品质将对学生产生潜移默化的熏陶与教化作用，真正作到为人师表。

**中学教师培训心得感悟3**

x月酷暑，灼灼烈日，依旧阻挡不了\_人锐意进取的脚步。在学校组织的连续几天的密集培训之后，让我重新认识了\_中学，重新定位自己的教学生涯。

何校长的谈话，高屋建瓴，推心置腹，语重心长。他讲到我们要办一所深入民心的学校。诚然，教育不是高高在上的，而是要“接地气”的让每一位学生学会真善美。一个只有分数没有情怀的学校注定是昙花一现。

经过几天的培训，让我认识到学校开设了四十多门选修课，涉及语文、美术、音乐、技术等多方面内容，学校带领我们新进教师参观了选修课教室，有灵活生动的戏剧表演，有丰富有趣的手工陶艺，甚至还有设备齐全的厨艺课程，对于从县一中上来的我来说，如非亲眼所见，绝不相信。令人震惊。\_中学真正做到了素质教育。

心存敬畏，行有所止。敬畏是一种严谨认真的态度，常怀敬畏之心，方守道德底线。人，要敬畏的有很多，我们应敬畏\_中学，敬畏学生。如果一位老师总是得意忘形，沉浸在过去的辉煌成就中忘乎所以，不把学校放在眼里，不把学生放在心里，最终结果只能是被抛弃。因此，我们应加强自身学习，严格要求自己，如x校长讲话中谈到我们要做有理想、有道德、有学识、有仁爱之心的“四有”新人。

作为一名年轻的教师，尽管有三年的教学经历，却仍然没有领悟教育的真正境界，x校长的话如春风化雨，令人醍醐灌顶。学校犹如水，师生犹如鱼，其行动像游泳一样，大鱼前导，小鱼尾随，是从游。从游既见，其濡染观摩之效，自不求而至，不为而成。“大鱼带小鱼”应当是一种理想的教育方式。

非常荣幸聆听了几位校领导的讲话，让我逐渐清晰今后的教学之路，我们的命运与\_中学的命运息息相关，紧紧相连。作为一名\_人，任重而道远。我们应秉承前辈乐于奉献的人梯精神，精诚合作的团队精神，严谨务实的治学精神，敢为人先的创新精神。

黑格尔曾经说过：“一个民族有一群仰望星空的人，他们才有希望。”同样，一个学校要有一群仰望星空，脚踏实地的教师，学校才有希望。在今后的日子里，定当严格要求，脚踏实地，探索创新，与各位前辈们并肩作战，筚路蓝缕，再启山林!

**中学教师培训心得感悟4**

前不久，我参加了初中科学教师32学时集中培训，聆听了专业老师的讲座，观摩了几节科学课，我受益匪浅。通过这次培训学习，还使我明白了应该树立终生学习、终身培训的意识，不断更新观念，勤于学习，与时俱进。通过学习，我有以下感受:

一、对科学课程的基木理念有了一个新的认识科学课的内容繁多，涉及到物理、化学、生物、天文、地理等各个方面的知识，对教师的知识要求很高，因此教师要及时补充知识储备，同时要学会科学探究的技能，具备科学的态度和价值观。

首先，科学课堂要而向全体学生。学生是学习的主体。学生对周围的事情具有较强好奇心和积极的探究欲，学习科学应该是他们主动参与的过程。教师是科学学习活动的组织者、引领者和亲密的伙伴，教师的教学设计必须建立在满足学生需要、兴趣和已有知识经验的基础之上，对学生在科学学习活动中的表现应给予充分的理解和尊重，并以自己的教学行为对学生产生积极的影响。

其次，科学学习要以探究为核心。探究既是科学学习的目标，又是科学学习的方式。亲身经历以探究为主的学习活动是学生学习科学的主要途径。科学课堂要向学生提供充分的科学探究机会，使他们在像科学家那样进行科学探究的过程中，掌提一些基本的探究方法，体验学习科学的乐趣，增长科学探究能力，获取科学知识。

二、教学观念有所改变，教学思想有所更新。

通过听领导的讲话，几位优秀教师的讲座和报告，我深深的认识到，初中科学改学工作是多么的重要，要想把初中科学课教好，作为教师首先就要改变观念。

1、教学观念的改变。以前我们总认为教师是的象征，学生要绝对的服从，特别是教学中，学生完全处于被动状态，是容纳知识的容器。通过培训学习，我深深地认识到而科学课程是要面向全体学生的，是要考虑到学生的个别差异性的。因此，我们要改变教师的角色，成为学生的朋友。

2、教学方法的改变。教学方法是完成教学任务的根本手段，科学的教学方法能够起到事半功倍的效果，也能使师生关系更加融洽。通过培训学习，我知道目前提出的科学探究法即以学生自主学习、主动探索为主，相対面言是适合科学课程的，要在实验中注重知识的自主生成，向不是一味的讲解。自主的探究可以通过学生自己提出问题自己想办法去动手实践，解决问题，得出结论，并从中体验到成功喜乐。

三、科学学习要以探究为核心。

“科学学习要以探究为核心，让学生亲历科学探究过程”这是新课程标准给我们提出的要求。开展有效的科学探究活动，让学生掌握探究的基本方法，用科学思维方式获取知识，这是科学探究过程中培养学生科学思维能力的有效途径。探究既是科学学习的目标，又是科学学习的方式。亲身经历以探究为主的学习活动是学习科学的主要途径。科学课程在培养学生的创新性学习的能力基础上，向学生提供充分的科学探究机会。创新性学习是一种对未来的预期与前瞻的意识。在科学课的学习过程中，充分发挥这种意识的作用，使孩子在像科学家那样进行科学探究的过程中，体验学习科学的乐趣，增长科学探究能力，获取科学知识，形成尊重事实、善于质疑的科学精神。

四、科学课程应具有开放性。

科学课堂上教帅要给学生提供选择的机会和创造的空间，要引导学生利用广泛存在于学校、家庭、社会、大自然、网络和各种媒体中的多种资源进行科学学习，应加强科学与其他学科之间的渗透与整合，上课的同时注重对学生的人文教育，让学生把课堂上学到的知识可以用于实际生活。

五、科学课要培养学生良好的学习习惯。

实验是科学课的核心，在平时要培养科学课的课堂常规。如有条不紊的开展实验，进行明确的小组分工，培养实事求是的科学态度，及时地记录观察到的现象，并能长期坚持观察记录、能听别人的发言，能提出自己的见解等。

培调是短暂的、但收获是充实的。让我站在了一个崭新的平台上审视了当前开展的初中科学教育，使我对初中科学的教学工作有了明确的方向。培训活动也给了我一个锻炼的舞台，充分挖掘自身的潜力、不断地消化和吸收培训内容，为课堂教学打下了扎实的基础。我今后将带着新课程理念、新课程方法走进课堂，同时也意味者带着新课程理念、新课程方法影响周围的其他教师。虽然我有时也会充满困难、挫折或困惑，但是在实践中我会有更多的新经验、新发现以及新的飞跃。俗话说:给学生一杯水，我们就要有一桶水，而我们此行，正如一快干燥的海绵扑入浩瀚的知识海洋一样，准备把自己吸的饱饱的，然后如春雨润物般滋润每个孩子的心灵，因此、我希望师资培训中心能给我们长年提供含有丰富营养元素的取之不尽、用之不竭的源源不断的长流水。当我们觉得知识匮乏之时，我们还会如饥似渴的踏进这里，继续充实自己，修炼自己，提高自己。

感谢培训班我提供一个学习的平台，提高了自身的教育理论水平和教学实践能力，对于培训给予的清泉，我要让它长流，我将会铭记这段培训的日子，并将振奋精神激励自己在科学教育天地中走得更宽、更远，路漫漫其修远兮，争取在以后的教学工作中做得更好。

**中学教师培训心得感悟5**

我参加了中学教师全员培训。通过这次培训，我对数学教师这个职业的内涵有了更深一层的了解。这次中学教师全员培训的内容十分丰富。通过认真的培训和学习，获得了很大的收获，现将自己的心得体会总结如下：
通过对六个模块的学习，我了解作为一名数学教师不尽要在一线努力教学，与此同时要不断地去学习和总结。教师应无私地将知识传授给自己的学生，维护自己的学生，并关爱他们，以自己高尚的品行为学生树立起榜样。教育不仅是教，更是教与学互动的一个过程。一味地向学生灌输书本知识只是一个教书匠的水平。只有通过在教育中不断学习，在学生实际情况的基础上对教学有所创新，才能逐渐提高教学水平。
在培训期间，最让我印象深刻的就是关于《统计与概率、综合与实践内容分析与建议》。其中的频率估计概率这一内容中。指出在第三学段中，课程标准还提出了“知道通过大量地重复试验，可以用频率来估计概率”的要求。实际上，随机现象表面看无规律可循，出现哪一个结果事先无法预料，但当我们做大量重复试验时，试验的每一个结果都会呈现出其频率的稳定性。学生将在具体的试验活动中，对频率与概率之间的这种关系进行体会，知道大量重复试验时频率可作为事件发生概率的估计值。为此，可以设计下面的活动。【案例6】

(1)每人掷一枚均匀的硬币10次，分别记录下正面朝上和反面朝上的次数;

(2)将全班数据逐次进行汇总，并完成它的频率统计图(用线连接各点);(3)下表是历史上数学家所做的掷硬币的试验数据，这些数据支持你的发现吗?表7-3
历史上数学家所做的掷硬币的试验数据试验投掷次数正面出现次数正面出现的频率数布丰404020480.5069德摩根409220480.5005费勒1000049790.4979皮尔逊120\_60190.5016皮尔逊24000120\_0.5005罗曼诺夫斯基80640396990.4923

在这里，能让学生感受学习数学时，更了解到我们的数学家在这以前是做了多么多的工作啊!只要我们有他们那样的学习精神，就一样会成就自己的梦想!这也是我们作为老师应该给学生去溉输的。

光有责任感还是不够的，教师不应只成为学生的导师和帮手，更应该是学生的朋友。所以关心、爱护学生是一个好教师最起码的道德，是强烈责任感的体现和升华。关爱学生首先应当是对学生人格的尊重，以公平客观的眼光去看待和评价每一个学生，不能以偏见、片面的态度对待他们。除了关心他们的学习以外，还应关注他们的心理健康，引导他们向着积极、乐观、上进的方向发展。除了关心他们在校的行为，还应了解他们课堂以外的生活，以便及时、适当、全面地帮助和引导他们健康成长。

style=\"color:#FF0000\">中学教师培训心得感悟

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找