# 体育校本研修个人计划(十四篇)

来源：网络 作者：雾花翩跹 更新时间：2024-07-24

*时间过得真快，总在不经意间流逝，我们又将续写新的诗篇，展开新的旅程，该为自己下阶段的学习制定一个计划了。计划怎么写才能发挥它最大的作用呢？这里给大家分享一些最新的计划书范文，方便大家学习。体育校本研修个人计划篇一坚持\"基于学校发展学校，基于...*

时间过得真快，总在不经意间流逝，我们又将续写新的诗篇，展开新的旅程，该为自己下阶段的学习制定一个计划了。计划怎么写才能发挥它最大的作用呢？这里给大家分享一些最新的计划书范文，方便大家学习。

**体育校本研修个人计划篇一**

坚持\"基于学校发展学校，基于教师发展教师，基于学生发展学生\"的宗旨，以新课程标准理念为实施导向，以教师为主体，研究、解决我乡小学数学教育教学中的实际问题为根本，走\"学、教、研、培\"一体化的研修道路，促进教师更新教学观念、改进教学方法、转变教学行为，提升我乡小学数学教师的专业技能。

二、校本研修目的：

充分利用网络远程培训资源，学以致用；解决小学数学教育教学中的实际问题，增强小学数学教师的专业修养，提高教育教学质量。

三、校本研修内容：

我乡各校小学数学校本教研应充分利用网上资源，按要求认真学习北大网小学数学九个模块的内容。

四、校本研修主题：

优化小学数学教学改革，提高小学数学教学质量

五、校本研修方式：

遵循网络学习与线下研修结合，个人学习与同伴互助结合，教师交流与专家引领结

合的原则，主要以活动和课题研究为载体来进行校本研修。

活动形式多样，可以组建教师沙龙，组织课堂观摩、展评，备课、说课竞赛，论文评选等活动。每次活动以问题研究和主题系列研究为主。

课题从小处着眼，以解决教学中的实际问题为突破口，重视研究的\"实用性\"与\"现实问题\"真正解决的有效性。

在教研组内参照泸州市小学数学国培与校本研修主题与形式的建议开展活动。

六、校本研修实施步骤：

主要围绕\"制定研修计划--确定研修主题--开展研修活动--总结研修成果\"开展校本研修。

**体育校本研修个人计划篇二**

一、指导思想

把不断提升教师的专业水平作为一个学校主动、长期发展的战略来运作，整合师训、教研、科研等各项任务，精心设计各项活动，提高活动效率。营造良好的学校研修文化，不断提高我校教师队伍素质，提高教学水平，巩固和提高教学质量。以《陇县年中小学教师校本研修工作计划》为指导，认真贯彻上级各部门的总体部署及要求，围绕高效课堂构建这个中心工作，按照\"走进课堂\"的思路，改进教学管理行为,规范教师教学行为，以教研组为载体，通过规范示范创建等系列活动，提高我校教师的整体素质。

二、研修主题

以\"改变教学模式，构建高效课堂\"为学科研修主题，以校本研修、县域研修网络和\"学习互动、校际合作、镇校联动、区域协作\"为主平台，聚焦课堂，落实学生的主体地位，追求课堂教学的高效。加强教研组研修网络管理，做好网络与学科整合这篇文章，更好地发挥学校研修网络的作用。

三、工作目标

根据我校办学实际，我校校本研修活动的具体目标是：

1、改进和加强教学研究工作，实现校本研修向各学科教研组下移，加强学校校本研修制度的建设。

2、在各教研组开展形式多样的校本研修研究，寻找适合我校校本研修的运行机制和运作模式。

3、聘请县、市教研部门的专家或联谊学校的名师、个级教学能手、骨干学科带头人等进行专业指导。

4、提高教师教育科研的意识和教育科研能力，搭建适合不同教师发展的平台，增强教师的个人成就感和归属感。

5、积极开展校级\"规范示范教研组\"和\"优秀教研组\"的创建活动，促进我校教师的专业发展。

四、校本研修工作组织机构及职责

（一）组织机构

1、成立领导小组

组长：

成员：

2、成立教科室

主任：

成员：

（二）责任分工

（三）教科室职责

1、宣传教科研的必要性，调动每位教师的科研积极性，使教师普遍具有科研意识，逐渐建立一支兼职科研队伍。

2、具体指导、协调科研课题的制订、开展研究、总结等工作。

3、组织科研人员开展科研培训、专题研讨、外出学术交流活动。

4、聘请精通教科研的专家学者来我校传授经验，指导科研。

5、向科研人员提供最新科研信息，并订购与科研有关的报刊书籍。

6、负责向县级以上刊物推荐科研人员的论文、调查报告等研究成果。

7、定期向上级主管校长汇报教科研工作情况。

8、每学年收集优秀论文上报评比，并召开一次表彰会。

9、注重课题的推广运用，注重开展综合实践活动。

10、注重解决教学实际问题的校本教研的广泛开展。

五、具体工作措施

1、完善学校的教师学习制度，培养学习型、研究型、专家型的教师队伍，以定期集体培训、邀请专家、学者来校讲学，组织网络学习，教师外出取经等多种形式开展高效教学、创新教育等理论专题学习，努力使全体教师继续转变教学观念，更新教学思想和教学方法，树立起现代教育理念，立志成为适应现代教育的创造型、学者型、专家型教师。

2、立足本校，面向全体，加强校本研修，保证时间，全员参与，本年度在全体教师中推行开展\"六个一\"达标系列活动：认真看一本有关

教育教学的书籍；合作进行一个课题研究；编写一份优秀教案；上一堂公开课；写一篇教改论文；撰写一份教学心得。

3、坚持三位一体，加强教学、师训、科研、教研的高效性。贯彻\"发展为本、研训一体、走向校本、回归实践\"的研究和工作思路。从教学实际出发，扎实推进我校确定的《学生多元化学习方式的研究》省级课题的研究和结题工作。

4、积极扎根于课堂，进行系列教改活动，加强高效课堂教学研究，提高教学效率，提升教学质量。

5、继续推进以网络为平台的校本研修。建立并完善各第一范文网络平台，加强交流，扩大和延伸研修时空，鼓励教师在校教学论坛上交流，可以随时提出论题，及时得到同行的的回应，在思维的碰撞中完善、深化认识，从而提高研修活动的质量。

六、研修方式：

1）名师、骨干教师示范课；各教研组主题化、系列化的研修活动。

2）专题讲座；

3）调查研讨座谈；

4）课题研究；

5）论文、随笔、心得、教育叙事等写作。

七、组织与保障

1、按已成立的校本研修领导小组职责，认真组织此项工作，确保校本研修工作顺利进行。

2、完善制度，加强督查。

学习制度：每周四下午为校统一学习、活动时间，平时老师抽时间自学。

考勤制度：校本研修属继续教育活动，学习均随时作好考勤记载，将记载作为核定继续教育学时学分的依据。

检查、登记制度：每位教师有一本学习培训专用笔记本，作好培训学习笔记，每人每期写学习笔记5000字以上；每月一节研究课；每月提一个有关教育教学问题。对以上工作及时检查、记录学时学分。

3、认真考核，奖惩兑现。

学校要把校本研修工作纳入对教师日常工作的检查考核中，将校本研修工作任务的完成情况与教师职称评审、评先、评优、评骨干等挂勾，对未完成此项工作学时学分的实行一票否决。

4、保证经费投入落实，为教师学习、研修提供必要的物质条件，购置有关的图书资料、设备设施。

**体育校本研修个人计划篇三**

随着课程改革的不断深入，作为一名教育工作者，深感肩上责任重大。为了使自己的教学能力有进一步的提升，要抓住时机，力争提高与发展自己。我将认真学习课外教学等书籍和《体育新课标》，认真研修以求自我发展，制定个人校本研修计划如下：

一、指导思想

1、积极参加校本培训与教学研究。

2、坚持理论与实践相结合，注重在教育实践中运用所学的新课程理论，并及时发现、解决课改中的问题，以教研促教改。

3、校本教研要面向学生，以人为本，关注人的全面发展。

二、研修主题

关注学生，提高体育课的有效教学。本学期的研修重点将围绕“小学体育课堂的有效性”展开研修活动，加强学习与研究，更新理念与手段，重视总结与交流；推动自身教研能力与素质和水平的整体提高。

三、研修目标

1、积极进行读好一本书，做好一份读书笔记，写好一篇心得体会，上好一堂课，写好一份教案，讲好一口普通话，写好一手字，用好一种信息技术。

2、完善自身校本研修、加强理论学习、提高教学质量。

3、结合教育教学实践中的具体问题，通过实践、研讨等活动方式，提高研修的质量，促进教学发展。

4、加强自身的业务培训，不断的提高自身的修养，注意体育资料积累工作，坚持听课，取人之长，补已之短。

四、校本研修的内容及措施

本学期，校本研修内容是继续加强师德建设，进行新课程实践，利用新技术，开展教研活动，提高教学质量，推进教学发展。

1、认真参加集体组织的学习培训做好培训记录。

2、认真参加学校的校本研修活动，提高教育教学科研意识和能力，努力争做反思、研究和学习的教师，为学生做好榜样。

3、精心准备自己的研修课程，掌握现代教育技术能力，熟练运用计算机备课，能借助网络查找有关教学资料，能应用软件制作课件，运用计算机辅助教学。努力提升使用现代教学设备的能力。

4加强自身的师德修养，争做具有强烈的事业心，崇高的使命感，乐于奉献，勇于吃苦，勤洁廉正的教师。

5多读书，善思考，勤积累。空余时间利用电脑进行网络研修

6注重自我反思。坚持做好教学反思，反思自己备课时是否遇到什么困惑，反思上课时是否发现了预料之外的问题，自己是怎样及时地处理这些问题的；反思自己本节课有那些比较满意的地方或有什么困惑。

**体育校本研修个人计划篇四**

随着课程改革的不断深入，作为一名教育工作者，深感肩上责任重大。为了使自己的教学能力有进一步的提升，要抓住时机，力争提高与发展自己。本学期，我将努力提高理论水平，更新教育教学观念，扎实有效地作好日常教育教学工作，更好地服务于广大学生。本年度我将认真学习课外教学等书籍和《体育新课标》，认真研修以求自我发展，制定个人校本研修计划如下：

一、指导思想

在新的时代背景下，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。以教师的可持续发展为目标，努力提高教师课堂教学能力、教育科研能力、现代化教育技术和网络应用能力;积极开展教学方法和学习方式的研究，深入发挥骨干教师作用，提高自身的师德修养、业务素质、教学基本功。

1、积极参加校本培训与教学研究。

2、坚持理论与实践相结合，注重在教育实践中运用所学的新课程理论，并及时发现、解决课改中的问题，以教研促教改。

3、校本教研要面向学生，以人为本，关注人的全面发展。

二、研修主题

关注学生，提高体育课的有效教学。本学期的研修重点将围绕“小学体育课堂的有效性”展开研修活动，加强学习与研究，更新理念与手段，重视总结与交流;推动自身教研能力与素质和水平的整体提高。

三、研修目标

1、积极进行读好一本书，做好一份读书笔记，写好一篇心得体会，上好一堂课，写好一份教案，讲好一口普通话，写好一手字，用好一种信息技术。

2、完善自身校本研修、加强理论学习、提高教学质量。

3、结合教育教学实践中的具体问题，通过实践、研讨等活动方式，提高研修的质量，促进教学发展。

4、加强自身的业务培训，不断的提高自身的修养，注意体育资料积累工作，坚持听课，取人之长，补已之短。

四、校本研修的内容及措施

本学期，校本研修内容是继续加强师德建设，进行新课程实践，利用新技术，开展教研活动，提高教学质量，推进教学发展。

1、认真参加集体组织的学习培训做好培训记录。使自己的业务素质在原有的基础上得到进一步的提高，加强自身的实际能力和教育创新能力，转变教育理念、教育行为，把教育理论落实到实处。

2、认真参加学校的校本研修活动，提高教育教学科研意识和能力，努力争做反思、研究和学习的教师，为学生做好榜样。吸取其他老师的成功经验。

3、精心准备自己的研修课程，掌握现代教育技术能力，熟练运用计算机备课，能借助网络查找有关教学资料，能应用软件制作课件，运用计算机辅助教学。努力提升使用现代教学设备的能力。

4、加强自身的师德修养，争做具有强烈的事业心，崇高的使命感，乐于奉献，勇于吃苦，勤洁廉正的教师。

5、多读书，善思考，勤积累。空余时间利用电脑进行网络研修

6、注重自我反思。坚持做好教学反思，反思自己备课时是否遇到什么困惑，反思上课时是否发现了预料之外的问题，自己是怎样及时地处理这些问题的;反思自己本节课有那些比较满意的地方或有什么困惑。在此基础上，做好教学常规工作，使自己的课堂变的更有意义，更加贴近新课程改革的需要，限度的调动学生学习的主动性。

7、向同行学习。同伴协作、加强交流，促进教师之间的对话，鼓励教师互助学习、探讨、彼此支持、资源共享。

**体育校本研修个人计划篇五**

一、指导思想

为全面贯彻学校、教导处的工作意见，认真学习先进的教育思想，积极投身课程改革，坚定不移地实施以培养学生的创新意识、探索意识和实践能力为重点的素质教育，深入有效地开展教研活动，全面提高数学教学质量。紧紧抓住\"发展、提高、统筹、服务\"四大要素，根据我校教育工作要求与目标，积极开拓教育教学创新，深化教育改革，优化教育结构，提高教育质量，全面实施素质教育，推动我校数学教学工作上新台阶。

二、主要工作目标

1、提高教学质量为中心，全面提高学校数学教育的总体水平。

2、加强教科研意识，有目的地、有计划地开展教研活动。

3、教科研一体化，积极推进课程改革，加强课堂教学研究，进一步深入开展综合实践活动和课程整合的探索，努力提高课堂教学效益，全面提高学生的综合的素质。

4、加强师资队伍建设，使青年教师崭露头角。

三、工作要点

1、提高教师素质,采取\"传帮带\"的方法，加速对青年教师的素质培养，不断转变教育思想和教育观念。组织教师集体备课，十年内新教师上好教学汇报课。

2、定期举行教研组活动，不断提高教师的业务素质。使每位数学教师逐步建立各自具有特色的教学模式和教学方法。

3、切实抓好教学检查、质量分析等教学工作环节。继续实施随堂听课制度，加强教学研究，提高教学效率。严格按照计划活动，积极开展集体备课、听课、评课活动，努力提高课堂教学的效率。要讲实效，不搞花架子，做到时间、地点、人员和内容四落实。

4、规范教学行为。布置的作业,要符合学生的生理心理特点;符合学生的实际水平;符合学生的兴趣;符合培养学生的全面素质要求，特别是培养学生的创新精神和实践能力。

5、开展《新课程标准》的学习，把握其精神，按照课程标准实施教学，并不断接受新的教学理念、教育方法、教育手段。大力开展并规范教研组建设，认真进行教材研究，落实备课、上课、批改作业等各环节。

6、贯彻《教育管理规程》及教育部颁发的有关文件精神，规范办学行为，切实减轻学生负担，认真落实五认真、教学常规，向课堂40分钟要质量，认真备课，逐步提倡书面化备课，继续加强教学反思这一环节。

7、加强对各班教学质量监控，积极改革和完善考试制度，期中期末对各班的教学情况进行抽测，实行教改分离制度，并认真分析记录，努力提高数学整体水平。

**体育校本研修个人计划篇六**

一、指导思想：

坚持\"基于学校发展学校，基于教师发展教师，基于学生发展学生\"的宗旨，以新课程标准理念为实施导向，以教师为主体，研究、解决我乡小学数学教育教学中的实际问题为根本，走\"学、教、研、培\"一体化的研修道路，促进教师更新教学观念、改进教学方法、转变教学行为，提升我乡小学数学教师的专业技能。

二、校本研修目的：

充分利用网络远程培训资源，学以致用;解决小学数学教育教学中的实际问题，增强小学数学教师的专业修养，提高教育教学质量。

三、校本研修内容：

我乡各校小学数学校本教研应充分利用网上资源，按要求认真学习北大网小学数学九个模块的内容。

四、校本研修主题：

优化小学数学教学改革，提高小学数学教学质量

五、校本研修方式：

遵循网络学习与线下研修结合，个人学习与同伴互助结合，教师交流与专家引领结

合的原则，主要以活动和课题研究为载体来进行校本研修。

活动形式多样，可以组建教师沙龙，组织课堂观摩、展评，备课、说课竞赛，论文评选等活动。每次活动以问题研究和主题系列研究为主。

课题从小处着眼，以解决教学中的实际问题为突破口，重视研究的\"实用性\"与\"现实问题\"真正解决的有效性。

在教研组内参照泸州市小学数学国培与校本研修主题与形式的建议开展活动。

六、校本研修实施步骤：

主要围绕\"制定研修计划--确定研修主题--开展研修活动--总结研修成果\"开展校本研修。

**体育校本研修个人计划篇七**

随着课程改革的不断深入，作为一名教育工作者，深感肩上责任重大。我们要抓住时机，力争提高与发展自己。本学期，我将努力提高理论水平，更新教育教学观念，扎实有效地作好日常教育教学工作，更好地服务于广大学生。

一、指导思想

1、积极参加校本培训与教学研究。

2、坚持理论与实践相结合，注重在教育实践中运用所学的新课程理论，并及时发现、解决课改中的 问题，以教研促教改。

3、校本教研要面向学生，以人为本，关注人的全面发展。

二、具体做法

1、多读书，善思考，勤积累。 工作十年来，满足于辛苦教书，少有的积累已几近掏空，给自己充电迫在眉睫。多读书，多学习，善于思考，勤于积累是必经之路。读书是人们重要的学习方式，是人生奋斗的航灯，是文化 传承的通道，是人类进步的阶梯。自己争取每周读一本教育方面的论著，做好读书笔记。并配合学校开展的读书论坛活动，谈体会，谈心得，谈收获，互相学习，互相交流。以期得到共同发展，共同进步。

2、注重自我反思。

①坚持做好教学反思，反思自己备课时是否遇到什么困惑，是否调整了教材，为什么这样调整教材; 反思上课时是否发现了预料之外的问题，自己是怎样及时地处理这些问题的;反思自己本节课有那些比较满意的地方或有什么困惑。在此基础上，做好教学常规工作，使自己的课堂变的更有意义，更加贴近新课程改革的需要，最大限度的调动学生学习的主动性。

②做一节课的课堂实录 。教师录下自己满意的课堂，根据自己的课堂实录找不足，找差距，以便提高自己的教学水平。

3、向同行学习。 同伴协作、加强交流 ，促进教师之间的对话，鼓励教师互助学习、探讨、彼此支持、资源共享。现代社会谁善于合作，谁就离成功更近一分。积极参加校本教研，积极承担教研任务。教研中做到“五勤” ：勤听、勤思、勤写、勤说、勤评。

①积极参与教研组听课活动，在讲课结束后由听课教师共同参与评价，取长补短。讲评课后，自己对此节课写出反思，或根据本节课教法及其内容所悟写出论文，反思文章或论文在两天内上交中心教研组。

②和同事们共同探讨最新教育动态，关注教育热点，交流教育观念，剔除那些与教学无关的闲言碎语，大家共同营造一个学习的氛围，一个有利于学校发展的教育氛围。

希望通过校本教研，不断提升自己，发展自己，成为一名适应时代发展教育工作者。

**体育校本研修个人计划篇八**

一、指导思想

以科学发展观为指针，立足于全面提高教育教学质量，着眼于提高教师综合素质与专业水平，积极创造条件，努力构建我校教师的终身学习框架，造就一支结构合理、素质精良、乐于奉献、开拓创新、能够适应新时代要求的教师队伍，整体提升我校的师资水平，打造出一支优秀的教师群体。

二、目标与任务

1、加大教师职业道德教育力度，按照上级对教师的具体要求，以校为本，组织教师进行职业道德教育，积极培养教师“爱岗敬业，乐于奉献，团结协作，和谐进取”的精神。

2、以新课程培训为重点，按照新课程的要求，积极组织我校教师参加新课程理论培训及eepo有效教育理论培训，促进全体教师进一步转变教育思想、教育观念、教学方式和教学手段，加快知识更新与拓展。

3、加大教师的教育科研培训力度，采用“专题讲座，教研论坛，个人自学”等形式。进一步提高教师教育教学科研能力，增强教师创新意识和自我发展能力，引导教师向学术型、科研型转变。

4、建立健全有效合理的机制，实施“青蓝工程”，加强青年教师培训，促进青年教师尽快成为“青年骨干教师”。

三、培训原则

1.坚持以校为本的原则，即从学校的实际出发，以学校发展为本，立足自己，实现培训后能提高素质，解决教育教学实际问题。坚持以人为本原则，从教师的实际出发，帮助教师有层次地确定自己的发展目标，学校目标中要体现差异性，有利调动教师积极性，使他们主动参与，自我创新。

2.坚持“教、学、研”一体化原则，把培训落到实处，把培训的结果显现在教育教学工作实践中。

四、具体措施

1、加强师德师风建设。

师德修养是教师立身立教之本。加强教师的政治学习与师德教育，教育并督促教师自觉遵守《义务教育法》、《未成年人保护法》、《教师法》、《中小学教师职业道德规范》等有关法律法规。结合自身找差距，在教育、教学中约束自己，规范自己，从而达到自修、自思、自我提高的目的。

2、开展自主阅读活动。

创建“学习型教师团队”，让自觉学习在校园内蔚然成风，让学习成为教师自觉的内在需要，形成教师自我需要的学习研究之风。本年要求教师以全县教师eepo轮训为契机，要求教师在校继续学习ms-有效教育理论，切实掌握学习方式、课型方式、备课方式、评价方式等理论及实践知识，并做好学习笔记。

3、加强校本培训学习。

学校是教师培养的主阵地。校本培训具有针对性强、实效性高、受训面大等特点，因此校本研修是教师培养的主要形式。

(1)加强集体备课的管理，提高集体备课实效。每周每个备课组共同研讨一节新授课，并由主备人付诸实施。具体过程如下：一是由备课组长确定集体备课的题目，由主备人查阅相关的资料，形成集体备课初案;二是集体备课时间，同组成员针对初案提出相应的修改意见，由主备课人进行修改后下发至同组成员。三是主备人根据修改后的教案上一节组内成员公开课，以检查集体备课教案的可行性。

(2)加强教研组活动的管理，提高研讨的实效。

按照“研培结合，以研促培”的工作思路，通过举办培训讲座，上研究课、观摩课，开展竞赛活动、专题活动及常规教研活动，采取“实践反思”、“同伴互助”等行之有效的方法开展培训工作。

(3)开展“我的智慧课堂”活动，让每一位教师每学期上一节高质量的校内公开课，并利用教研活动时间做好相应的研讨活动，使每一位教师在上课中得到提高，在听课、评课中也得到提高。

(4)扎扎实实做好课题研究工作。“问题即是课题”，全体教师要积极根据自身要求，结合教学实际，拟定自己的课题，把课题研究真正与提高课堂教学效果结合起来，努力做一个科研型的教师。要求教师坚持写学科教学论文，积极参加省、市、区的论文、教学案例等评比活动。在分配教学任务、承担科研课题等方面，优先考虑重点培养对象，为他们创造脱颖而出的条件，搭建成长平台。

(5)积极鼓励教师参加由县教育体育局组织的各类培训与教学教研活动，并加强管理，做到“学有收获，学以致用”，凡外出培训的教师，培训后在校园内分享学习体会或上一节示范课。同时，学校借助上饶市教研室组织的网上教研的契机，让教师与专家进行零距离接触，产生心灵智慧的碰撞，开阔眼界，提升教师教育教学能力。

(6)充分利用学校现代教育技术资源，不断充实，完善网络设备，加强教师信息技术培训，要求教师实现“四会”：会文字处理，会制作简单的课件，会上网查阅、下载资料，会收、发电子邮件。同时教师能在课堂教学中会运用信息技术和网络资源，提高教师的应用水平。

4、狠抓基本功培训，促进教师素质全面提升。

结合学校“三进”工作，扎实抓好教师的“三字一话一画”即“粉笔字、钢笔字、毛笔字、普通话和简笔画”的基本功培训。随着信息技术的迅猛发展以及电脑、手机的普及，教师的交流方式以及学习方式都发生了极大的变化，但教师的汉字书写能力却有所削弱。为了弘扬祖国的书法艺术，提高教师的艺术素养，学校倡导“提笔即是练字时”的理念，以办公室为单位，要求全体教师每天利用10至20分钟时间，进行粉笔字、钢笔字或毛笔字的练习，同时抓好教师书法兴趣小组的培训活动，在全体教师中积极开展“三字一话一画”比赛，促进教师素质的全面提升。

五、具体工作安排

二、三月份：

1、制订培训计划、各教研组工作计划

2、召开教研组长、备课组长会议，各学科教研组正常开展研讨活动。

3、eepo有效教育理论培训(一)

4、信息技术培训：ppt制作

5、教务处组织人员参加应家小学课改联席会及同课异构教研活动

6、全镇小学英语和语文优质课比赛

7、课题立项、结项培训及上报

四月份：

1、eepo有效教育理论培训(二)

2、全镇小学数学和国学优质课比赛

3、信息技术培训(二)：ppt制作

4、教师个人“三字”练习。

5、信息技术培训(三)：文字编辑及处理(一)

6、参加课改联盟会教研活动

五月份：

1、eepo有效教育理论培训(三)

2、青年教师教学研讨课

3、参加课改联盟教研活动

4、信息技术培训(四)：文字编辑及处理(二)

5、教师个人普通话、简笔画练习

六月份：

1、组织开展骨干教师示范课活动

2、校本教研深化、总结与反思

3、撰写校本研修学期总结

七月份：

1、培训资料的整理与归档。

2、做好上半年绩效、骨干教师考核工作，评选学期先进工作者 八月份：

开展暑期校本培训

九月份：

1、各教研组制订新学期工作计划

2、召开教研组长、备课组长会议，各学科教研组正常开展研讨活动。

3、开展随堂听课活动

4、eepo有效教育理论培训(四)

5、信息技术培训(五)：成绩处理

十月份：

1、读书心得交流系列活动(七)

2、青年教师教学研讨课

3、开展教师普通话培训活动

4、信息技术培训(七)：多媒体资源利用培训

5、教师优质课课堂展示

十一月份：

1、读书心得交流系列活动(八)

2、开展“师徒结对”汇报课活动

3、教师“三字”系列评比

十二月份：

1、培训资料的整理与归档

3、教师普通话、简笔画评比

4、做好下半年绩效、骨干教师考核工作，评选学期校本研修先进工作者

**体育校本研修个人计划篇九**

随着时代的发展，竞争也越来越激烈，肩负着人类文明的教育，也在飞速地发展。作为教师，更应该跟上时代的脚步。“校本研修”作为一种新的促进教师专业成长和促进学校自主发展的重要方式和有效策略，为我们提供了一种开放的制度框架，营造了一个学习型的文化氛围，为教师构建了一个专业发展的自我反思平台。为了提高自己的工作能力和业务水平，更好地为教学和管理工作服务，根据上级部门的有关要求和学校的工作实际，自身的发展要求，在新课程理念的引领下，本学期我将认真践行校本教研工作，融入学校教育创新，借助同伴互助提升教育理念，感悟教育真谛。为此，我定下个人的校本研修计划：

一、指导思想：

在新时期里，新课改新理念要求下，以学校要求为指导思想，以全面提高自身的整体素质为根本，以提高师德水平、发展教师课堂教学能力、训练科学研究能力为基本目标，以教师为主体，以“上好课”为主线，在实践中探索，在探索中学习，在学习中升华，共同前进，共同发展。加强学习，努力提高自己，变化自己，学习先进知识和先进的教学方法以适应当代教师的要求。

二、个人研修目标：

1、通过学习，提高自身的师德修养，提高自身的业务水平，提高自身的管理理念和管理水平。树立终身学习的理念，为自身的可持续发展奠定基础。

2、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。把立足点放在解决教学改革和实验中所遇到的实际问题上;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。

3、通过培训学习，帮助自己树立科研思想：我们为自己而研究，我们研究的是自己，研究自己是为了更好地发展自己。以科研为先导，以教师专业发展为目标，以落实新课程过程中发现的问题和急待解决的困惑为重点，鼓励课后反思，加强学习与交流，营造浓厚的教科研氛围，切实转变教育观念。

4、帮助自己树立更强的课堂质量意识，向课堂要成绩，要效果。

三、学习形式：

(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。

(4)专题培训：积极参加学校以及上级组织的各种教研培训，将培训学习与自己的教学实践紧密地结合起来，并及时反思、总结。

四﹑学习内容：

1、个人读书：至少精读一本教育教学专著，书籍自己选定。必须提交一篇个人阅读的读后感，并在个人播客中发表。

2、听评课：听评课的对象以本校教师为主，本学年至少听30节课。每次听课后要认真填写听课记录本。

3、教学设计：教学设计是个人研究教材教法的成果，包含个人在岗研修期间所上公开课的教案。写好教育叙事一篇，教学案例一篇。

4、小组集中研修：认真做好集体备课工作。充分发挥教研组的作用，并结合本组的具体实际开展教学研究。学习教材、理解教材、探索教法。对课堂教学过程中出现的新问题，做到及时研究解决。不断积累课改工作经验。以典型课例和专题课教学教研为媒介进行“研”“训”，以提高自己的教育教学水平。学习《教师职业道德》，进一步提高师德。学习《教师反思能力的培养与提高》，进一步提高自己的反思意识，要经常反思自己的教育观念、教学行为，主动进行教学方式的改革，教学水平不断提高。

5、培训：积极参加各种教育教学培训，做好相应笔记，及时写好总结，完成教育教学论文一篇。

五、具体措施：

1、注重日常教学常规的扎实与提升。认真完成学习任务，做好每一次听课后记录。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等，从反思中提升教学研究水平。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。在总结经验中完善自我。

2、坚持写好教育教学随笔。认真的读一本有关教育的书籍，并及时反思。

3、认真参加参与各校教研活动与“小组学习研讨”活动，将培训学习所得，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。

4、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。

5、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。

六、上学期任务具体安排：

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。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，结合民族地区教学实际，把个人的校本研修工作做好。

**体育校本研修个人计划篇十**

一、指导思想：

为适应教师终身教育的需要，以区教育局校本研修相关工作规定为依据，以提高教师思想政治和业务素质、提升学校办学水平为目的，开展校本研修工作，在形式内容与管理方面求实创新，解决教师在教育教学中遇到的实际问题，切实提高教育质量，引领教师实现有效的专业发展与个人成长，为我校新发展奠定坚实的基础，开创校本研修新面貌。

二、研修目标

通过扎实有效、形式多样的校本研修活动，有效提升教师的教育素养与课堂教学能力，提升学校的教育教学质量，促进教师队伍整体水平有效提升，促成教师有效的专业发展。

三、研修内容

1、教师职业道德修养。学习有关学校教育的政策法规，中小学教师职业道德规范、先进的教育思想、理念等，激发教师爱岗敬业的精神，完善人格。

2、现代教育理论、新课程教学理论与人文社会科学知识的学习。组织教师业务学习，写学习笔记与教学反思，提高教师的业务能力与水平。

3、有效课堂教学研究。以主题式研修方式，针对教学中的热点、难点问题，指导教师通过有效的方法，优化教学设计，促成有效教学，提升教学能力。

4、教研科研方法的学习与实践。

5、现代教育信息技术的学习实践。

四、研修形式

1、专题讲座。针对教师在教育教学中普遍出现的疑难和困惑，聘请专家、教研员来校作专题讲座、教学指导，引领我校教师提高课堂教学水平。同时发挥学校现有的学科带头人、骨干教师的力量，让他们承担校本培训讲座任务，交流平时的心得体会，发挥其示范引领作用。

2、主题式研修活动。由教研组确定研修主题，通过听评课、专题研讨、经验交流、展示课、赛课等活动形式，聚焦教学研究，提高课堂教学能力，为教师搭建自我展示的平台，营造积极向上的成长氛围。

3、集中学习与自学。学校利用每周的政治学习与业务学习时间，对教师进行师德教育和教育教学方法培训，同时要求教师利用业余时间自学教育教学理论，撰写读书笔记。

4、主动反思。教师通过写读书笔记，写教学反思，写听评课反思等形式，在实践与反思的有机结合中提升教师的课堂教学水平。

五、保障措施

1、明确学期工作目标与工作任务，出台相关规定与要求，完善校本研修管理制度。

2、有机整合教学、教研、科研、继教等工作，以课堂教学研究为中心，根据教学中存在的突出问题和教师的实际需要，开展多渠道、多层次、多角度的校本培训;以课堂教学研究为主阵地，以有效实施新课程标准为重点，把课堂教学师生双边活动和有效作业的研究作为本学期校本研修的重心工作来抓。

3、努力盘活校本培训工作。通过专家引领、观摩学习、教学研讨、竞赛活动等形式丰富校本教研。

4、学校成立继续校本培训领导小组，制订校本培训的规划，完善继教校本培训规章制度，完善管理、奖励和监督机制，提高继续教育工作有效性，避免搞形式、走过场。

5、严格执行校本研修考勤、考核制度，定期检查听课笔记与培训记录，将考核结果与评优晋级、职评、奖惩、继续教育课时认定等挂钩。

六、主要工作与具体安排

1、主题式校本研修。

拟4次活动，由教研组确定月活动主题，围绕主题每周开展听评课、研讨等活动。

2、专题培训。

初步拟定4次培训，以师德教育、专业发展、课堂教学与学生管理等为主要内容。

3、课题研究。

指导教师开展市、区级“个人课题”研究和相关教学研究课题等工作。

4、教师专业发展规划。

教师拟定本学期个人发展规划以及“十二五”教师发展规划。

**体育校本研修个人计划篇十一**

音乐教研的工作以实施素质教育为宗旨,以学校工作为指导各部门常规管理细则为准则,紧紧围绕音乐课程标准,努力创建以“自能教育”为目标的音乐课堂,培养学生对音乐的兴趣,在音乐学科中创造性的实施新的音乐课程标准,认真上好每一节音乐课,提高全体学生的音乐素养及综合素养.积极组织学生参加各项丰富的艺术活动,浓厚学校艺术氛围,进一步提高我校音乐教育教学质量,促进学生健康和谐快乐的成长,推进学校艺术教育工作再上新台阶.

一、指导思想

以教学为中心,以质量为根本.内强素质,外塑形象,围绕课程改革,结合本校实际情况,探索适合我校教学改革的新思路、新方法.以学校管理工作、教育教学此文转自斐斐课件园中存在的实际问题作为突破口,以校本课程的开发和课堂教学改革为主抓手,使校本研修成为实现学校发展目标的重要手段,从而为学校长远发展,教师专业化发展提供可靠保证.

二、研修目标

1、树立科学发展观,切实落实校计划精神,不断提高学校研训工作的质量和教师自主发展意识.

2、以自我反思、集体备课、同伴互助、专业引领为核心要素,创新校本研修的模式,开拓校本研修之路,完善校本研修制度、拓展校本研修途径、健全校本研修机制.

3、以加强师德修养为核心,以提高教育教学实践能力、创新能力为重点,努力铸就一支师德修养高、业务素质优,教学技能全,教学基本功硬,具有一定的教育科研能力、适应新世纪课程改革需求的师资队伍,为学校的可持续发展提供有力的智力和人力保障.

4、通过调查研究,立足实际,切实解决教师在教育教学中的各种具体问题,聚焦课堂,努力实现课改理念向教学行为的转化,促进教师的专业化发展.

5、通过探索初中研究型教师成长的特点和规律,帮助经验型的骨干教师突破发展瓶颈,为他们转变为具有较高素质的研究型教师奠定基础.探讨高效率地构建研究型教师群体的方法与途径,使校本研修更深入、更全面地开展下去.

三、研修机制

（一）决策层面

1、针对学校教师的现状、学校教育教学结合学校三年发展规划和师资队伍建设目标,制定校本研修研修规划,帮助每一位教师制定好自己的个人发展目标.

2、营造支持性的学习气氛,在考评、奖惩上体现激励为主,鼓励教师确立终身学习的理念和参与研修的行动,逐步使学习成为每位教师的自发、自主、自觉的行为；强化教研组的学习研究功能,使教研组成为集校本教研和校本学习为一体的基本团队；建立多元、立体、交叉的合作团队或合作伙伴（跨学科课题组、外聘专家与骨干教师的科研合作等）.

3、将有限的资金投入到改善学校的办学条件上,尽可能满足研修活动中资料、场所和设备需求.聘请各级专家、名师、教研员到校指导、交流、开设讲座、参与研究.在校园网逐步完善的基础上,充分利用博客作为研究的平台,鼓励教师提高信息技术水平,通过远程教育、网上收集信息、参与网上论坛等途径开展研修活动.

（二）组织层面

1、对各种校本研修资源进行组织、整合、调控.由教务处与教研室共同承担对教研组“管理与评估工作”.依据各教研组制定的计划,对各项教研活动进行目标管理、过程管理、达成度管理,及时了解活动进程,并给予具体指导,抓好组际和教师之间的总结交流.

2、教师的教研活动考核与升职、奖励、评级、绩效挂钩.教务处、教研室还对校本研修中的人员安排、课时调配、外出学习等进行调控,使研修学习更有序有效.

（三）实施层面

要突破以往教研组传统的活动模式,使之成为教师学习的园地、成长的家园.各个教研组内,同行即伙伴,相互沟通感情、交换思想、分享经验、解除困惑,使教研组真正成为了学习型组织.

四、具体措施

（一）制度保障――规范化

1、制订研修制度确保研修时间:教师培训学习,与平时的学校政治学习、教研组业务学习相结合,研讨教学方法,观摩课堂教学,反思教学行为,使校本培训工作制度化、规范化.

2、制订研修计划明确研修内容:有效教学策略；课题研究的方法、过程、资料；课件制作,教师基本功训练等.

3、充分利用相应配套制度（教学常规制度、听课评课制度、师徒结对制度,教研组考核制度）,从制度上保证并激励教师参加校本研修活动,提高活动质量.

4、培训效果上体现“实效”:内容实（从教师急需解决的问题出发）；过程实（采用评课议课、案例分析、反思教学、参与式讨论、教学论坛等研讨形式）；效果实（备课、教学、课题研究有指导作用）.

5、建立奖励机制,对在校本研修活动中表现突出（逐项评比）的教师给予一定的奖励.

（二）自主研修――日常化

1、开展“高效课堂”公开课和示范课活动,组内教师评课议课,交流研讨,通过这项活动的开展,让全体教师得到锻炼、学习、提高.

2、组织学习和交流:每学期教师要选读一本教育专著,并提交读书笔记和论文；教学要写教后反思或案例分析.

3、完善研讨周制度:继续探索课堂教学改革,开展并完善各年级的有针对性的教学研讨活动,让教师在实践反思中转变课堂教学方式和行为,以学生发展为本,将先进的理念转化为教学实践,聚焦于课堂.

（三）同伴协作――团队化

1、积极探索集体备课制度改革.教师以年级备课组形式备课,课后必须要有反思.反思课堂中的闪光点与失败处、学生的错例、二次教学建议等.这样既加强了教师之间的学习交流,做到资源共享,同时又减轻了老师的工作负担,提高了备课实效.

2、继续抓好师徒结对工作:组织青年教师撰写教学反思录,促其健康成长.学校依据师徒结对教师年度成长规划的目标达成情况,进行考核与检测,激励先进,鞭策后进.

（四）专家引领――专业化

1、充分发挥区、校两级骨干教师的作用,提高学校研修活动的质量.

2、有计划地安排教师外出学习,尤其是青年教师在政策上要给予倾斜,让他们接受高层次、全方位的系统培训,促使他们尽快成长.同时给青年教师搭建一个展示锻炼的舞台,组织开展各级各类“教学大奖赛”,让他们在一些大型研讨会上展露风采等.

3、邀请专家、教研员来我校作报告、座谈.承办各类教师培训、教研活动等.通过教师主动参与各项活动,聆听各位专家们的报告,努力提升业务素养与理论素养.

（五）资源整合――一体化

1、把教研、科研、培训统一纳入校本教研的范畴,统一规划,统一实施.

2、学校依托市、区级课题的研究促进全校教师开展小课题研究,使全体教师对教育科研的方法、过程、资料建设、成果有全面的认识.

3、把课堂作为开展教科研的载体,进行实践性课题研究活动,并注意过程性资料的收集与整理.各个课题组要按计划开展研究,上好研究课,搞好研究活动,积极展示研究过程,并完成一篇有质量的阶段性研究总结.

**体育校本研修个人计划篇十二**

为了提高自己的业务水平和业务能力，更快更好地为教育教学服务。根据上级教育主管部门和学校的工作要求，结合自己的实际和自身发展要求，特制订本学期个人校本研修计划如下：

一、多读对自己有用的书，进行读书研习。

广泛阅读各类书目，不断充实、更新自己的专业知识，领悟生活化、情境化课堂教学的真谛，提高自己的教学水平。同时，注意多钻研、勤思考，将自己的教育教学实践与理论结合起来，在总结和反思中来形成自己的教学风格。在近期内，我计划精读《课程改革与问题解决教学》、《新课程背景下的有效课堂教学策略》等有关教育教学方面的书刊，及时更新教育理念。工作之余，我计划欣赏一些文学书籍，写好读书感想，从而不断充实自己。

二、在实践中进行教学研讨升。

目前进行的新课改对我来说是一种挑战，同时也是一次难得的锻炼机会。作为一名老教师，我将继续积极参加校内校外的教研活动，平时就当天发生的教学突发事件，教学感悟反思，学生的思想问题及解决方法等与同组教师交流学习。同时，积极主动地定期进行示范或研究教学，在实践中提高自己的教学能力。

三、加强教育教学研究，做创新型的教师。

在今后的教学中我将尝试运用多种灵活的教学方法，来激发学生的学习兴趣。及时对每节课进行反思，争取每学期都能有一篇质量较高的反思和教学设计。同时，还要坚持每天都有点滴收获，及时归纳、及时总结，写出教育教学研讨论文。并一如既往地准时参加校内外教科研培训活动，提升教学研究能力。

四、具体实施方案

1、勤于学习，树立终身学习的观念。他山之石，可以攻玉;他山之玉，可以剖金。学习，可以使自己了解前人和他人，了解过去和未来，关照反思自我，从而获得新的生成。所以，我觉得要做到“三学”。

(1)坚持不懈地学。活到老，学到老，树立终身学习的观念。

(2)多渠道地学。做学习的有心人，在书本中学习，学习政治思想理论、教育教学理论和各种专业知识，增强自己的理论积淀;也要在“无字处”学习，丰富的教学经验，以达到取长补短的目的。

(3)广泛地学。广泛地阅读各类有益的书籍，学习各种领域的知识、技能，特别要学习现代信息科技，不断构建、丰富自己的知识结构。

2、善于思考，在实践中探求、感悟。

要坚持用脑子工作，力争做到反思昨天——在反思中扬长;审视今天——在审视中甄别;前瞻明天——在前瞻中创新。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。

3、勤于动笔，提高教育科研水平。

(1)及时积累专题研究的第一手资料。

(2)尝试进行教学案例的分析，把自己的专题研究从实践层面提升至理论层面。

通向未来的路不是回家的路;过去为你赢得成功的方程式将为你的明天带来失败。我相信，自己有能力经受住“极限”的考验，在超越自我的同时，逐步实现人生的价值。面对自己将来的工作，我充满了信心，也有许多美好的设想。我将带着自己的激情和规划步入这富有挑战性的工作，在实践中不断积累经验，走进学生心灵，创造多彩人生，学习，再学习，在学习中不断超越自己。

**体育校本研修个人计划篇十三**

新学期的工作已经开始了，为了使自己的教学能力有进一步的提升，根据学校年度研修计划，制定个人校本研修计划如下：

一、积极进行读好一本书，做好一份读书笔记，写好一篇心得体会，上好一堂课，写好一份教案，讲好一口普通话，写好一手字，用好一种信息技术。

二、体育教研科研是一门综合性的学科，体育教师只有认真学习有关体育教学文章，加强理论学习，才能不断提高体育教学理论水平，平时要写一点文章，学习一点理论，积累一点教学经验，才能在教学上有不败之地，争取教学工作的主动权。

三、体育教师要加强理论学习，不断的提高自身的修养，注意体育资料积累工作，坚持听课，取人之长，补已之短。

四、重视备课，讲课，切实提高课堂教学效率。课堂教学是学校教学工作的重要渠道，充分利用课堂45分钟提高教学效率，教师要认真上好课，充分利用先进的教学手段和设施，设计好教学方法，把知识技能落到实处。

五、体育教师要认真做好论文的撰写工作，不断提高青年体育教师的理论修养。

六、认真做好课题研究工作，完成各阶段的总结。

总之，本学期要积极开展教育教学，充分利用现代技术的丰富资源，实现让教师时时学习，处处学习，高效率学习，真正把教学研修变成教师的终身学习，不断提高自身素质，完善自我。

**体育校本研修个人计划篇十四**

一、指导思想

为了积极投身新课程改革活动，并通过参与活动，努力更新教育理念，进一步丰富自己的专业知识，提高自己的教育教学能力和学校各个方面的管理水平。为社会培养一批又一批的高素质的合格和优秀人才，本人特制定个人校本计划。

二、发展总目标

做一名师德高尚、行为规范、具有一定的开拓创新精神、被学生和社会称道的教师;做一名有一定理论功底、科研能力、专业技能的教师。

自己脚踏实地的干好工作，完成学校交给的各项任务成为一名真正的合格教师。

1、努力学习新课程理论，认真上好体育课，把新课程理论运用到实际教学中。

2、积极提高自身专业素质，争取体育会考达到95%以上。

3、本队坚决完成学校下达的高考指标，单上线率达到100%，双上线率达到70%，争取名列前茅。各项工作更上一层楼，在体育训练要有所突破，争取培养出全县拔尖的田径选手，做一名体育骨干教师。

抓好本队训练工作：抓技术、抓技巧，“多、快、好、省”的进行科学训练。积极参加教研组活动，虚心听取其他老师的意见，取人之长，补己之短，提高自己的教学和训练水平。积极投身教育科研的改革与实践，上课的教学质量达到校级优秀的水平。认真学习，创造机会，争取能够参加县级优质课比赛，并取得好成绩。认真训练，抓好教学，为迁安二中成为河北名校、国家强校多作贡献。在新课改下，根据体育生的特点，创设班级特色，在文化课方面打好基础，为高三冲刺做好准备，争取新生上线率达到65%以上，创造体育神话。在学术刊物上发表一篇论文。能够获得参加市体育优质课评选资格。能够转化成全能型教师，成为二中体育名师。

三、规划实施保障措施

1、仔细的反思本规划，对于不足的及时进行补充和修订，对于不合当时情况的及时进行修订，针对现实情况进行完善，做到有计划，同时有变化。

2、保持良好的工作状态，乐观、积极地面对工作中出现的困难。

3、对于出现的问题及时的进行纠正，在目标上与原来的一致。从而不偏失方向。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找