# 研修心得

大教育家孔子说的好：“其身正，不令而行，其身不正，虽令不行。”这就要求教师要努力塑造自己的师表形象。那么作为教师，我们在实际工作中该怎么做呢？   
一、热爱祖国，坚定信念   
　　教师要热爱祖国，具有共产主义理想和信念，要使学生热爱祖国，教师首先就应该是爱国者，要把学生引上正确的人生之路。教师首先要具备科学的世界观、人生观，这就要求教师要在政治思想上坚持正确的方针政策，努力学习马列主义、毛泽东思想、邓小平理论和江泽民“三个代表”的重要思想，坚持社会主义荣辱观，以自己的高尚行为去影响和带动广大青少年学生，促进他们健康成长。从而使教师树立共产主义人生观和世界观，形成坚定的事业心和高度的责任感，把自己的毕生献给教育事业。   
二、学识渊博，治学严谨   
　 教师的主要任务是教书育人，所以教师的形象首先应该在课堂上站起来。教师要有渊博的知识，只有教师精通了所任学科知识的来龙去脉，才能融会贯通，教给学生规律性的知识，促进学生能力的发展。方法是最重要的知识，因此教师要掌握科学的教育教学方法；非智力因素是学生成才的必要条件，因此教师要学习教育学、心理学知识；德育在学生全面发展中占有重要地位，因此教师要懂得德育理论；缺乏美育的教育不是完全的教育，因此教师又要学习美育知识；如此等等。教师的知识越丰富，教育教学质量就会越高。教师有了渊博的知识，就能满足学生求知欲的需要。小学生求新求异，好奇心强，他们带着千百个“为什么”迈进校门，他们把老师当做“万事通”，常常要问几个为什么。这就要求教师“上知天文，下知地理”，既做所任学科的“专才”，又做无事不晓的“通才”，并要随着时代和科技的进步，不断更新自己的知识，形成动态的知识结构。为此，教师必须有学而不厌、锲而不舍的精神，虚心好学、不耻下问的精神，善挤善钻的钉子精神，活到老，学到老的精神；严谨的治学态度至少应有三点含义。一是热爱科学，尊重规律。在科学技术迅猛发展的情况下，只有提高劳动者的科学文化素质，才能把科学技术变成建设四化伟业的巨大力量。教师必须树立科技是第一生产力的观念，热爱科学是时代的要求。教育本身就是一门科学，严谨治学，既要顺应时代潮流，又要按客观规律办事，教师必须学习和掌握教育科学的特殊规律，在规律指导下进行教育教学实践。二是刻苦钻研，精益求精。教师的日常工作是平凡、细小、琐碎的，但却直接关系到学生整体素质的提高，也最能映衬出人民教师的高尚风格。有人问及一名资深的人民教师：“上精彩的一堂课要准备多长时间？”这位老师回答说：“可以说是几小时，也可以说是几十年。”这个触及事物本质的回答极富哲理性。那些悉心备课、认真讲课、耐心辅导、仔细检查效果的老师们，正反映了刻苦钻研、精益求精的治学精神。   
　　三、作风正派，品德高尚   
　　我国著名的人民教育家陶行知先生说过：“教师职务是‘千教万教，教人求真’，要做到这一点，我认为教师首先应该是个正派人，其突出表现就是要言行一致，表里如一，把言传和身教有机地统一起来。”教师想要在学生身上看到的东西，首先应该在自己身上看到。只有言行一致、表里如一的人，才能真正称得上“人类灵魂的工程师”这一称号。   
　　四、仪表端庄，言谈适度   
　　教师高尚的师德不仅表现于内在的精神世界，而且还表现于外在的仪表风度、言谈举止，这是一件看似平常，实际却是内涵极为丰富的修养内容。   
　　1.美观整洁的仪表。一个人的风度仪表就是他德、才、体、貌等多种素质的综合体现，是内在的精神世界的表现。教育职业要求教师的衣着打扮要朴素大方、整洁得体。教师要根据自己的特点去选择服饰的质地、颜色、款式，奇装异服、浓妆艳抹都是与教师职业极不相称的。教育家马卡连柯十分重视教师仪表对学生的影响，他指出，教师“必须是衣服整洁，头发和胡须都要弄得像样，鞋袜洁净，双手洁净，修好指甲和经常备手帕”，“皮鞋应该刷干净，办不到这一点事情，那还谈到什么教育？”这绝不是苛求，因为每天都有几十双眼睛在注视着教师，而他们的观察所得又要融入自己的人格中。因此，教师要以朴素大方、整洁得体的仪表，给学生质朴美的熏陶和感染。   
　　2.庄重高雅的举止。我们中华民族特有的文明习惯以及教师职业的特殊性，对教师的举止行为提出了更高的要求。要站有站相、坐有坐相、走又走相；待人接物要宽厚热情，能控制自己的感情，乐而不狂，悲而不忧，怒而不野；要遵纪守法，维护社会公德，这些教师都应该做到。教态是无声的语言，教师对学生的爱都要通过端庄、大方、自然、亲切的教态流露出来。轻浮随便会使学生失去学习科学真理的庄严感；严肃过分会导致学生望而生畏；动作太多容易分散学生的注意力；表情呆板又会使学生困倦和乏味。   
　　总之，教师应该努力学习政治理论，学习教师职业道德理论，以学习优秀教师为榜样，向自己的教育对象学习。同时还应该认真从事教育、教学实践，在深化改革、教书育人的实践中，提高自觉性，采用自我认识、自我激励、自我完善的方法，反复磨炼，从而把自己的教师形象塑造得更好。