

各角色远程研修教学活动计划安排表

第一阶段：能力测评、选课指导与学习共同体建设

任务	时间	网络研修专题	学员学习计划	辅导教师助学计划
			网络研修/校本研修/区域研修	网络研修/校本研修/区域研修
第一阶段： 能力测评、 选课指导与 学习共同体 建设	2016年10月17日 -2016年10月23日	能力测评、选课指导与学习共同体建设 ◆ 开展信息技术应用能力测评 ◆ 研读并深入了解项目实施方 案，明确项目整体安排与要求	1. 拿到登录帐号和密码，找到登录页面，查看培训考核方案及学习计划安排；查看学员操作手册以及班级研修计划 2. 加入辅导教师建立的QQ群 3. 登陆平台，完善个人信息 4. 开展信息技术应用能力测评（登录时强制测评） 5. 阅读选课说明，根据选课指导选择研修课程 6. 体验平台操作	1. 登录平台，完善个人信息 2. 加入“项目QQ交流群” 3. 辅导教师自行建立班级QQ群并与平台关联。 4. 熟悉培训实施方案，深刻理解考核要求完成“***班的研修计划””并发布到班级公告中 5. 熟悉工作坊及平台管理操作 6. 引导和督促学员登录和学习 7. 指导学员进行能力测评，根据测评结果和选课指南，指导教师进行选课。 8. 以班级为单位创建学科工作坊并指定坊主，创建学习共同体 9. 尝试在工作坊内展开一次签到活动，引导学员网上签到

第二阶段（环节1）：“信息技术应用能力提升”专题研修

说明：第二阶段分为3个环节，分别是环节1：信息技术应用能力提升；环节2：专业理念与师德提升；环节3：学科教学能力提升。

任务	时间		网络研修专题	学员学习计划	辅导教师助学计划	活动说明
				网络研修/校本研修/区域研修	网络研修/校本研修/区域研修	
第二阶段 （环节1）： 聚焦信息技术 创新教学 的网络研修	任务一： 重构知识，提升 素养	2016年 10月24日-10 月31日	“理念篇”课程内容 ◆教师信息技术应用能力标准研读 ◆选修专题（3选1） 1. 信息技术支持的校本研修活动 2. 教育变革中的技术力量 3. 信息化支持的学习方式变革思考	1. 观看网络课程，阅读电子文本和拓展资源。 2. 参与BBS“主题研讨” 3. 发表研修日志 4. 参加工作坊“集体备课”话题研讨和活动	1. 按时督促学员学习课程 2. 及时答复学员发布在BBS、班级QQ群中的问题（每天至少在线2小时） 3. 组织学员参与bbs课程讨论，对学员的“主题帖讨论”管理，及时点评、设置加精等 4. 组织学员在工作坊内开展“集体备课”研讨交流和活动，形成信息技术创新教学的教学设计方案 5. 制作并上传班级简报：第二期班级简报	1. 主题帖讨论： 学员：应参与课程中的主题讨论，积极发帖，应多发与学习专题紧密联系，质量较高的帖子。发帖质量将影响学员在“发帖数”考核指标下的成绩。 辅导教师：应督促学员学习进度，鼓励学员多发与课程相联系的高质量帖子，定期筛选学员的课程讨论贴，质量较高的帖子应设置为精华帖和超精华帖，同时定期清理灌水帖。 积极发起校本研讨话题，组织学员参主题研讨。
	任务二： 关注前沿，开阔 视野	2016年 11月1日-11 月6日	“热点篇”课程内容 选修4选2 ◆MOOCs与教师学习 ◆微课程及教学应用 ◆电子书包与教学应用 ◆虚拟实验与未来教学	1. 观看网络课程，阅读电子文本和拓展资源。 2. 参与BBS“主题研讨” 3. 发表研修日志 4. 参加工作坊专家答疑活动 5. 参与工作坊内说课研讨活动	1. 督促学员学习课程 2. 及时答复学员发布在BBS、班级QQ群中的问题（每天至少在线2小时） 3. 组织学员参与bbs研讨，对学员的“主题帖讨论”管理，及时点评、设置加精等 4. 组织学员在工作坊内根据教学进度，选择适合的教学单元或教学主题，开展集体“说课”讨论交流活动 5. 制作并上传班级简报：第三期班级简报	2. 研修日志： 学员：积极发表培训感言以及教学反思日志，要求与本次培训及学习课程相结合，每篇日志的字数不低于300字。
	任务三： 触摸技术整合 教学	2016年 11月7日-11 月20日	“技术篇”课程内容 （从25个专题123个学时中选择通用软件或学科软件进行学习（建议教研组内技术分散选择）	1. 观看网络课程，阅读电子文本和拓展资源。 2. 参与BBS“主题研讨” 3. 发表研修日志 4. 参加工作坊研修活动 5. 完成“技术篇”课程后在【资源中心】发布上传一份微课程作品	1. 督促学员学习课程 2. 及时答复学员发布在BBS、班级QQ群中的问题（每天至少在线2小时） 3. 组织学员参与bbs研讨，对学员的“主题帖讨论”管理，及时点评、设置加精等 4. 组织学员在工作坊内根据老师们遇到的技术聚焦问题开展主题研修活动 5. 制作并上传班级简报：第四期班级简报	3. 班级简报： 简报要求：对本班学习情况予以总结或者学校学员参与培训的情况，校本线上线下

第二阶段 (环节1): 聚焦信息技术 创新教学 的网络研修	任务四: 聚焦能力 精练技能	2016年 11月21 日-12 月3日	“方法篇”课程内容 ◆根据自身学科,选择一门方法篇课程:学科教学中的信息技术应用 ◆信息技术支持的教学环节优化应用 ◆微课程设计与制作	<ol style="list-style-type: none"> 1. 观看网络课程,阅读电子文本和拓展资源。 2. 参与BBS“主题研讨” 3. 发表研修日志 4. 完成“方法篇”学科考核作业并参与作业互评活动 5. 参加工作坊磨课研讨活动 6. 参与“信息技术应用能手经验分享”活动 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 督促学员学习课程 2. 及时答复学员发布在BBS、班级QQ群中的问题(每天至少在线2小时) 3. 组织学员参与bbs研讨,对学员的“主题帖讨论”管理,及时点评、设置加精等 4. 批改方法篇考核作业 5. 组织学员在工作坊内开展“磨课”讨论交流活动 6. 开展“信息技术应用能手经验分享”活动 7. 制作并上传班级简报:第五期班级简报 	活动的展示,挖掘学习积极、发贴质量较高、乐于分享个人学习经验的学员,树立榜样;引导学员做好本阶段的学习任务,强调下一阶段学习任务的 重点 ,鼓励学员积极投入下一阶段的学习。 <ol style="list-style-type: none"> 4. 作业互评 对学员的作业进行互评(从好在哪里、不好在哪里、怎样改进三方面入手) 5. 工作坊活动: 开展线上研修与线下研修相结合、虚拟学习与教学实践相结合的混合学习。通过案例丰富的网络课程资源和多样化的线下研修活动,使得培训融入日常的教学和教研,实现研训一体化。
	任务五: 创新教学 重塑课堂	2016年 12月4 日-12 月17日	“案例篇”课程内容 ◆根据自身学科,选择一门“案例篇”课程,并完成学习:学科信息技术应用案例评析	<ol style="list-style-type: none"> 1. 观看网络课程,阅读电子文本和拓展资源。 2. 参与BBS“主题研讨” 3. 发表研修日志 4. 完成一次信息技术支持的课堂展示活动,并以资源包的形式提交微课例、教学课件和教学反思 5. 参加工作坊磨课研讨活动 6. 微课程比赛:积极参与和制作微课程 7. 根据考核要求查漏补缺,将未完成的学习任务尽快完成 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 督促学员学习课程 2. 及时答复学员发布在BBS、班级QQ群中的问题(每天至少在线2小时) 3. 组织学员参与bbs研讨,对学员的“主题帖讨论”管理,及时点评、设置加精等 4. 批改校本实践环节考核作业 5. 组织学员在工作坊内开展研讨活动 6. 微课程比赛:以个人或班级、学校为单位制作微课程参与比赛 7. 制作并上传班级简报:第六期班级简报 	<ol style="list-style-type: none"> 6. 交流与研讨: 学的疑惑或问题与辅导教师进行交流。 辅导教师:及时解答学员在学习过程中的问题,并将共性问题、疑难问题梳理后发送学科导师。 项目组邮箱: hdsdycpx@163.com

第二阶段（环节2）：“专业理念与师德提升”专题研修

任务	时间	网络研修专题	学员学习计划	辅导教师助学计划	活动说明
			网络研修/校本研修/区域研修	网络研修/校本研修/区域研修	
第二阶段(环节2)：“专业理念与师德提升”专题研修	2016年12月18日-1月19日	<p style="text-align: center;">“专业理念与师德提升”专题研修选修(2选1)</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ 学生心理发展与心理健康 ◆ 做个快乐教师——教师心理调适 <p style="text-align: center;">必修</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ 法德兼修，做一名知法守法的合格教师 ◆ 身边的师德 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 进入学员空间开始学习，观看网络课程，阅读电子文本和拓展资源 【完成路径：学员空间——课程学习】 2. 参与BBS“主题研讨” 【完成路径：学员空间-BBS讨论】 3. 发表研修日志 【完成路径：学员空间-培训感言】 4. 参与坊主创建的工作坊活动及话题讨论 【参与路径：学员空间——工作坊研修——**研修活动】 5. 经验交流与分享，并将各类原创教学资源上传到工作坊中 【完成路径：学员空间——资源中心——上传资源】 6. 完成师德专题学习后的考核作业一。 【作业路径：学员空间—做作业——考核作业一】 7. 参与微访谈答疑及视频答疑活动。 【参与路径：学员空间—研修活动—课程专家工作坊——阶段答疑】 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 按时督促学员学习课程 2. 及时答复学员发布在BBS、班级QQ群中的问题（每天至少在线2小时） 3. 组织学员参与bbs课程讨论，对学员的“主题帖讨论”管理，及时点评、设置加精等。 【进入路径：课程管理—bbs讨论—点击课程名称进入—找到xx主题讨论】 4. 发起研修活动【分享“最美乡村教师事迹”】并进行点评，组织学员互动讨论，同时将本阶段的校本研修活动记录整理后发布到相应“研修活动中”。 【创建活动路径：工作坊管理—进入工作坊—研修活动—创建活动】 5. 批改师德专题考核作业一。 【批阅路径：教师空间——作业管理—查看作业—已交作业（页面左下角）】 6. 制作并上传班级简报：第一期班级简报 【简报提交路径：教师空间——简报管理——发布简报】 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 主题帖讨论： 学员：应参与课程中的主题讨论，积极发帖，应多发与学习专题紧密联系，质量较高的帖子。发帖质量将影响学员在“发帖数”考核指标下的成绩。 辅导教师：应督促学员学习进度，鼓励学员多发与课程相联系的高质量帖子，定期筛选学员的课程讨论贴，质量较高的帖子应设置为精华帖和超精华帖，同时定期清理灌水帖。 积极发起校本研讨话题，组织学员参主题研讨。 2. 研修日志： 学员：积极发表培训感言以及教学反思日志，要求与本次培训及学习课程相结合，每篇日志的字数不低于300字。 3. 班级简报： 简报要求：对本班学习情况予以总结或者学校学员参与培训的情况，校本线上线下活动的展示，挖掘学习积极、发帖质量较高、乐于分享个人学习经验的学员，树立榜样；引导学员做好本阶段的学习任务，强调下阶段学习任务的重点，鼓励学员积极投入下一阶段的学习。 4. 作业互评 对学友的作业进行互评（从好在哪里、不好在哪里、怎样改进三方面入手） 5. 工作坊活动： 开展线上研修与线下研修相结合、虚拟学习与教学实践相结合的混合学习。通过案例丰富的网络课程资源和多样化的线下研修活动，使得培训融入日常的教学和教研，实现研训一体化。 6. 交流与研讨： 学的疑惑或问题与辅导教师进行交流。 辅导教师：及时解答学员在学习过程中的问题，并将共性问题、疑难问题梳理后发送学科导师。 项目组邮箱：hdsdycpx@163.com

第二阶段（环节3）：“学科教学能力提升”专题研修

任务	时间		网络研修专题	学员学习计划	辅导教师助学计划	活动说明	
				网络研修/校本研修/区域研修	网络研修/校本研修/区域研修		
阶段三： “学科教学能力提升”专题研修 （2017年2月16日-2017年4月9日）	任务1：说课评课专题研修	2017年2月16日-2017年3月5日	学科必修 ◆如何备课、说课、评课 选修专题（7选3） 各学科专业技能专题课程 幼儿必修 ◆《3-6岁儿童学习与发展指南》解读 ◆艺术领域的教育活动设计与指导 ◆幼儿园一日活动安排与实施 幼儿选修课程（6选4） ◆课程资源的制作与利用—幼儿园创意手工 ◆儿童行为观察与记录 ◆幼儿游戏环境的创设与利用 ◆艺术领域教育活动设计与指导 ◆语言领域教育活动设计与指导 ◆科学领域教育活动设计与指导	1. 观看网络课程，阅读电子文本和拓展资源。 【完成路径：学员空间——课程学习】 2. 参与BBS“主题研讨” 【完成路径：学员空间-BBS讨论】 3. 发表研修日志 【完成路径：学员空间-培训感言】 4. 参加工作坊话题研讨和研修活动 【参与路径：学员空间——工作坊研修——**研修活动】 5. 经验交流与分享，并将各类原创教学资源上传到工作坊中 【完成路径：学员空间——资源中心——上传资源】 6. 完成学科专题课程学习后考核作业二 【作业路径：学员空间—做作业——考核作业二】 【互评路径：学员空间—做作业——考核作业二—共享作业—点击评论】 7. 根据考核要求查漏补缺，将未完成的学习任务尽快完成 8. 参与微访谈答疑及视频答疑活动。 【参与路径：学员空间—研修活动—课程专家工作坊——阶段答疑】	1. 按时督促学员学习课程 2. 及时答复学员发布在BBS、班级QQ群中的问题（每天至少在线2小时） 3. 组织学员参与bbs课程讨论，对学员的“主题帖讨论”管理，及时点评、设置加精等 【进入路径：课程管理—bbs讨论—点击课程名称进入—找到xx主题讨论】 4. 组织学员在工作坊内进行“说课、评课”研讨交流活动，并将本阶段的校本研修活动记录整理后发布到相应“研修活动中”。 【创建活动路径：工作坊管理—进入工作坊—研修活动—创建活动】 5. 制作并上传班级简报：第二期班级简报 【简报提交路径：教师空间——简报管理——发布简报】	1. 主题帖讨论： 学员：应参与课程中的主题讨论，积极发帖，应多发与学习专题紧密联系，质量较高的帖子。发帖质量将影响学员在“发帖数”考核指标下的成绩。 辅导教师：应督促学员学习进度，鼓励学员多发与课程相联系的高质量帖子，定期筛选学员的课程讨论贴，质量较高的帖子应设置为精华帖和超精华帖，同时定期清理灌水帖。 积极发起校本研讨话题，组织学员参主题研讨。 2. 研修日志： 学员：积极发表培训感言以及教学反思日志，要求与本次培训及学习课程相结合，每篇日志的字数不低于300字。 3. 班级简报： 简报要求：对本班学习情况予以总结或者学校学员参与培训的情况，校本线上线下活动的展示，挖掘学习积极、发帖质量较高、乐于分享个人学习经验的学员，树立榜样；引导学员做好本阶段的学习任务，强调下一阶段学习的重点，鼓励学员积极投入下一阶段的学习。 4. 作业互评 对学友的作业进行互评（从好在哪里、不好在哪里、怎样改进三方面入手） 5. 工作坊活动： 开展线上研修与线下研修相结合、虚拟学习与教学实践相结合的混合学习。通过案例丰富的网络课程资源和多样化的线下研修活动，使得培训融入日常的教学和教研，实现研训一体化。 6. 交流与研讨： 学的疑惑或问题与辅导教师进行交流。 辅导教师：及时解答学员在学习过程中的问题，并将共性问题、疑难问题梳理后发送学科导师。 项目组邮箱： hdsycpx@163.com	
	任务2：专业技能专题课程研修	2017年3月6日-2017年3月26日					
	任务3：聚焦说课评课的校本研修在岗实践	2017年3月27日-2017年4月9日					

第三阶段：集中实践与专家巡回指导

任务	时间	网络研修专题	学员学习计划	辅导教师助学计划
			网络研修/校本研修/区域研修	网络研修/校本研修/区域研修
第三阶段： 集中实践与 专家巡回指 导（乡镇送 教）	2016年10月24日 -2017年4月9日 (和第二阶段同步开 展)	<p>“信息技术能力提升”研修环节：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 在本校完成一次信息技术应用专项技能测试考核，促进“信息技术应用技能”的巩固与提高。 2. 在本校以教研组为单位开展信息化教学设计活动，提交信息化教学设计方案。 3. 在校内完成一次信息技术手段支持的课堂教学，促进“信息化教学实践”的训练与达成。 <p>“学科教学能力提升”研修环节：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 学员开展课例研修，关注和突破自己的教学薄弱环节。从网络研修阶段的专业技能领域选择一个作为校本研修在岗实践的提升领域，在备课-说课-评课的循环中并以该领域为关注和实践的重点。 2 以乡镇为单位开展线下集中研修实践活动，专家巡回下校指导，片区送教。 3 工作坊围绕展示课课例和专家下校指导讲座录像开展学习、研讨与交流。 		

第四阶段：研修成果展示、交流与分享

任务	时间	网络研修专题	学员学习计划	辅导教师助学计划

			网络研修/校本研修/区域研修	网络研修/校本研修/区域研修
<p>第四阶段： 研修成果展示、交流与分享</p>	<p>2017年4月9日-4月30日</p>			<p>1. 开展研修成果分享与经验交流 2. 完成培训后调查问卷、撰写反思与总结 3. 完成培训后，您有什么感悟？请以“五三一行行动计划”的方式来记录您的后续设想：即写出五条您的收获与感悟，写出三条您未来一年的实践计划，写出一条您很快就能付诸行动的计划。 4. 项目评优、培训总结</p>

“信息技术能力提升”环节的工作坊研讨及校本研修指导安排

阶段/时间		网络学习专题	网络研修活动	校本研修/区域研修	基于工作坊的话题研讨	
阶段一：能力测评、选课指导与学习共同体建设 2016年10月17日-2016年10月23日		1. 开展信息技术应用能力测评 2. 研读并深入了解项目实施方案，明确项目整体安排与要求	1. 登录注册 2. 完成培训前调查问卷 3. 开展信息技术应用能力测评 4. 进入个人空间，根据选课指南选课 5. 阅读“致学员的一封信”和项目实施方案，了解明确项目整体安排与要求 6. 根据模板制定个人研修计划 7. 创建学习群组，建立学习共同体	1. 研修前的准备与研修主题选择 学校前期调研动员，组织教师开展能力测评，根据测评结果和选课指南，指导参训教师选课。 2. 规划研修方案 以校为单位开展问题研讨梳理与诊断活动，结合本校信息化环境条件及研修主题设计校本研修方案。	请分享您的研修计划，查看学友、坊主发布的研修计划，并记录和交流您的感受。	
阶段二（环节1）：聚焦信息技术创新教学的网络研修	2016年10月24日-10月31日	任务一：重构知识，提升素养——学习理念篇课程内容	1. 完成自主选学课程专题的学习 2. 完成“理念篇”课程后标准化测试题 3. 参与BBS“主题研讨”，发表研修日志 4. 参与学校及工作坊话题讨论 5. 参与微访谈答疑及视频答疑活动	集体备课、分组研讨。 结合所教学科，以教研组为单位集体备课研讨，形成信息技术创新教学的教学设计方案。	在进行信息技术支持教学的备课活动中，需要明确关于信息技术教学应用的一些关键点和创新点。请思考与研讨： 1. 用信息技术帮助情境创设时，有哪些做法，应该注意哪些问题？ 2. 用信息技术支持学生进行自主学习和合作探究时，有哪些做法，应该注意哪些问题？ 3. 用信息技术促进学生交流分享和评价时，有哪些做法，应该注意哪些问题？ 4. 学生需要具备哪些相关的信息技术应用基础？他们是否具备？	
		教师信息技术应用能力标准研读				必修
		信息技术支持的校本研修活动指导				选修（3选1）
	教育变革中的技术力量					
		信息化支持的学习方式变革思考				
	2016年11月1日-11月6日	任务二：关注前沿，开阔视野——学习热点篇课程内容	1. 完成自主选学课程专题的学习 2. 完成“热点篇”课程后标准化测试题 3. 参与BBS“主题研讨”，发表研修日志		您认为，评价聚焦信息技术应用的教学设计方案时可以有哪一些切入点？	
	MOCs与教师学习	选修（4选2）				
	微课程及教学应用					

	电子书包与教学应用		4. 参与学校及工作坊话题讨论 5. 参与微访谈答疑及视频答疑活动		
	虚拟实验与未来教学				
2016年11月7日-11月20日	任务三：触摸技术，整合教学——学习“技术篇”课程内容		1. 完成自主选学课程专题的学习 2. 参与BBS“主题研讨”，发表研修日志 3. 完成“技术篇”课程后在资源中心发布上传一份微课程作品	学校开展信息技术应用达人经验分享活动：要求以PPT或微视频的形式在校内作经验分享。（建议从本人学科教学软件的使用心得、信息技术与学科教学深度融合的应用心得、信息技术应用给课堂教学带来的变化、信息技术应用给学生学习方式带来的转变、信息技术应用给自身的专业成长带来的促进等角度分享自己的心得。）	工作坊话题：信息技术在教育教学中的应用心得分享。（从本人学科教学软件的使用心得、信息技术与学科教学深度融合的应用心得、信息技术应用给课堂教学带来的变化、信息技术应用给学生学习方式带来的转变、信息技术应用给自身的专业成长带来的促进等角度分享自己的心得。）
	从25个专题123个学时中选择通用软件或学科软件进行学习（建议教研组内技术分散选择）				
2016年11月21日-12月3日	任务四：聚焦能力，精练技能——学习方法篇课程内容		1. 完成自主选学课程专题的学习 2. 完成“方法篇”学科考核作业 3. 参与BBS“主题研讨”，发表研修日志。 4. 参与学校及工作坊话题讨论 5. 参与微访谈答疑及视频答疑活动 6. 参与“信息技术应用能手经验分享”活动 7. 参与工作坊磨课活动	1. 主题式说课活动 。以校为单位开展说课活动，重点关注技术应用前后给教与学带来的革新变化 2. 课堂现场教学 。以校为单位开展课堂观摩。 3. 主题式评课活动 。以校为单位开展现场评课活动，以区域为单位开展校际网络观课与评课活动。 4. 课例研究与教学反思 。针对课例研讨阶段成果，开展课例研究与反思，用行动研究的方法，形成课例研究与专业发展的良性互动。（制作成微课例上传平台分享交流） 5. 微课程比赛 ：以个人或教研组为单位制作微课程，学校至少选出一份参加微课大赛。 6. 专家下校指导 。在校本研修的关键节点，项目组将安排学科专家下校现场指导，开展集体研讨活动。	相比一般主题的说课，聚焦信息技术的说课有哪些不同？ 进行课堂观察时，您认为应该观察哪些方面？可以使用哪些技术或工具来帮助进行课堂观察？
	学科教学中的信息技术应用	必修			
	信息技术支持的教学环节优化	必修			
	微课程的设计与制作	必修			
2016年12月4日-12月17日	任务五：创新教学，重塑课堂——学习案例篇课程内容		1. 完成自主选学课程专题的学习 2. 参与BBS“主题研讨”，发表研修		您认为，对以信息技术教学应用的课例进行评课时，应该关注哪些方

		根据自身学科，选择一门“案例篇”课程，并完成学习：学科信息技术应用案例评析	日志 3. 参与学校及工作坊话题讨论 4. 参与微访谈答疑及视频答疑活动 5. 参与工作坊磨课活动 6. 参加微课设计比赛 7. 提交校本实践环节的作业并互评		面？ 看了同行的教学视频后，您有哪些收获和启发？请具体描述和阐释。
阶段三：校本研修整合实践 2016年10月24日-2017年4月9日				1. “信息技术应用专项技能”的实践 2. “信息化教学设计方案”教学研讨 3. 信息化课堂实践展示 4. 微课例分享与交流 5. “一师一优课”课例征集活动	
阶段四：研修成果荟萃 2017年4月10日-4月30日	1. 研修成果分享与交流 2. 培训总结	1. 课例分享、交流活动 (1) 研磨的课程线下录像成课（条件欠缺的学校可以选择文本实录），制作成微课例上传至平台。 (2) 以个人或学校学科工作坊为单位提交。（每个学校每个学科工作坊至少选出一个课例上传） (3) 线上同伴互评、专家课例点评 2. 微课程大赛作品分享 3. 研修成果上传、分享与交流 4. 完成培训后调查问卷和训后测评 5. 培训总结	1. 以区域为单位开展优秀课例评选活动 2. 项目组开展微课程大赛作品评审与评定 3. 项目评优和各角色培训总结。	在经历了网络课程的研习、与同伴进行充分研讨并实际开展校本研修实践之后，您有什么感悟？请以“五三行动计划”的方式来记录您的后续设想：即写出五条你的收获与感悟，写出三条您未来的实践计划，写出一条你很快就能付诸行动的计划。	

