‌ 通过学习新课标，我深刻认识到教师需要转变思想观念，提高认识，深刻理解新课程标准的内涵。新课程标准着重于语言的教学，强调从语音、词汇、语法、听说读写的教与学，以及综合语言运用能力的培养等方面进行全新的认识和学习。

新课标将“主题”和“语篇”作为核心要素，推动“基于语篇”的教学研究与实践。这帮助教师关注提炼语言材料的主题意义，关注语言形式和意义之间的关系，从而帮助学生从语篇的角度理解、学习、运用语言。

在课堂教学中，鼓励学生大胆使用英语，对他们在学习过程中的失误和错误采取宽容的态度。通过创造宽松民主、和谐的教学空间，鼓励学生通过体验、实践、合作、探索等方式，发展听、说、读、写的综合能力。

在教学中运用多媒体技术，采取图、文、声、像等丰富的表现功能，激发学生学习兴趣和求知欲望。这种多样化的教学手段能够更好地吸引学生的注意力，提高教学效果。

在培训中，经常进行小组讨论和角色扮演，通过这些活动学会了流利地表达自己的观点，并且能够与他人进行有效的交流。此外，通过观看英语电影和新闻节目来进行听力训练，显著提高了听力能力。

培训中提供了丰富的学习材料，包括课本、文章和练习题等，帮助我学会了很多新词汇，并能够灵活运用它们。同时，详细讲解了英语语法知识，提高了写作能力。

通过阅读英文文章并进行相关的讨论和写作练习，显著提高了阅读理解能力和写作表达能力。鼓励多读英文小说和报刊，进一步提高了阅读水平。