

# 走向卓越的教师阶梯式成长

■ 许大成

近日，中共中央办公厅、国务院办公厅印发的《关于实施新时代基础教育扩优提质行动计划的意见》，明确提出，要“深入实施新时代中小学名师名校长培养计划，健全分层分类、阶梯式教师成长发展体系。”从群体看，教师成长的起点不同，路径存在差异，发展也不平衡，需要“分层分类”，实现“阶梯式成长”；而对教师个体而言，需要审视自己在群体中的“层”和“类”，实现职业生涯的阶梯式成长，并不断走向卓越。

## 一、教师阶梯式成长的“阶段”

笔者认为，教师成长可以分为多个阶段：新教师阶段、走向合格教师阶段、成熟教师阶段、成长“平缓”阶段、再次成长阶段……和从幼虫开始，再到化茧成蝶的昆虫不同，人的成长没有止境。

初入职场的新教师阶段更多以模仿为方式，更多靠经验的积累，更多是在学校的推进中自然成长。成熟阶段的教师，教学经验丰富，日常工作熟练，学校信任和放心，家长和学生满意。

可以说，每一位热爱教育的老师，要经历一次次成长，成为成熟教师。但并不是每一位热爱教育的老师都能意识到，在此基础上，还应该不停滞，走出平缓期，再启程、再出发，实现自己的再次成长。

再次成长的老师是什么样子？以卓越教师为成长目标，主要以“反思”为方式，主要靠“理论”来引领，主要是自觉、主动成长，主要通过研究、读书、写作、专家指导来实现。一个老师，只有实现了再次成长，才能在专业成长的道路上持续发力、不断攀升。

显然，能够再次成长是美好的，但走过了成熟期的成长，其“迫切性”和“必要性”十分隐蔽。许多老师在成为成熟教师后，进入了漫长的成长“平缓期”。他们徘徊于得心应手的自我陶醉中，止步于驾轻就熟的舒适区内，进而形成了职业倦怠。因此，教师的阶段性成长需要学校通过制度来“唤醒”，更需要老师自己通过反思去“觉醒”。

## 二、教师阶梯式成长的“价值”

从新手教师到成熟教师的“蝶变”是亮点，但不是终点。对学校来说，教师既是学生成长的天花板，也是学校发展的天花板。一个学校的再次成长，需要一大批教师通过再次成长来“助推”和“赋能”。对教师自身来说，实现阶梯式成长具有三方面的价值。

1. 为个人的职业成长“止滑”。教书是一个常教常新、不进则退的行业。如果忽视再次成长，我们昨天的教学“风光”，就可能成为今天的教学“落寞”或明天的教学“暗淡”。当我们动不动说“想当年，我那课上得如何好”时，我们已进入了相对下滑的时期。这里的“相对”，是相对于如火如荼的课程改革；相对于身边同行的快速成长；相对于与学生距离的渐行渐远。

2. 让教书育人姿态变得优雅。不断的成长会优雅我们的教学行为，明晰我们的教学理解，深邃我们的教育洞察。不放弃成长的老师，他的育人方式发生了显著的变化，他的教学从粗放走向精致；他有实践智慧，有育人情怀，有教育主张；他能在“育分”过程中不断拓展“育人”的空间，他能在日常的教学“看见”研究的契机和话题。

3. 使国家师资队伍不断强大。再次成长的老师在成就学生的同时，往往更能够成就自己，获得丰厚的回馈。我国到2035年，要“培养造就数以百万计的骨干教师；数以千万计的卓越教师；数以万计的教育家型教师”。可以说，这些高层次的教学名师，一定在再次成长的教师中诞生。

## 三、教师阶梯式成长的“道路”

1. 从情怀中汲取力量。教师的成长不仅在于教学技能的提升，更是情怀的提升和格局的扩大。新时代，我们要有大情怀、大格局，要把成为“四有”好老师，成为学生为学、为事、为人的“大先生”作为目标去努力，作为境界去追求。建议我们老师向陶行知学习。一位在联合国救济总署任职的外国朋友，这样评价陶

行知：“他很可能在政府里成为一个显官，在社会上成为一名要角的。但他宁可做一个陶先生——要把所有的那些小莎士比亚、小牛顿和小爱因斯坦保存下来。”因此，我们要立志成为像“陶先生”一样的大先生，自觉树立“躬耕教坛、强国有我”的志向和抱负，坚守三尺讲台，潜心教书育人，自觉培养担当民族复兴大任的时代新人。

2. 从课堂中汲取力量。电影《热烈》里，有这样的台词：“舞台就是我们的地气，你相信舞台，舞台就相信你。”同样，课堂就是我们老师的舞台，是我们的地气，你相信课堂，课堂就会相信你，成全你。把课上好，是教师最崇高的师德，也是教师再次成长的逻辑起点。课堂可以为教师提供无穷无尽的资源和动力、挑战和机遇、技巧和方法、灵感和智慧。一个自觉追寻成长的教师，一定成长在立德树人使命的敬畏和担当中，成长在常态教学底线的坚守和提升中，成长在课堂教学现场的沉浸与探究中，成长在教学主张的不

断凝练与创新中。

3. 从读写中汲取力量。读与写，是老师成长的必由之路。首先要仰思俯读。美国诗人狄金森说，世界上“没有一艘船能像一本书，也没有一匹骏马能像一页跳跃着的诗行那样——把人带往远方”。张爱玲说：“你的气质里藏着走过的路，读过的书以及你爱过的人”。其次，要勤于笔耕。怀特说，不要写“人类”的故事，要写具体的“某个人”的故事。这里的“某个人”主要是自己。只有这样，写作才可以形成反思和审视，让自己与教育世界建立紧密的关联。博尔赫斯说：“写作是火焰的代数。”就是说，仅有教育的激情是不够的，还要为激情安置一个理性的“框架”，这个框架不是单纯的形式，而是思维的条理化和呈现的结构化。荀子说“君子之学，以美其身”。核心素养时代，教师的阅读与写作，能为再次成长的老师增强立德树人、铸魂育心的正气，贴近生活、与时俱进的朝气，启发诱导、因材施教的才气，潜移默化、春风化雨的灵气，锦

心绣口、妙语连珠的雅气，淡定从容、静水流深的底气！

4. 从坚持中汲取力量。滴水之所以穿石，不是水的强大，而是水的坚持。《时间的朋友》中有句话：“凡我赶不上的，我就做好准备，到未来等它。”要相信岁月，主动和时间做朋友，持续地、长期地守住目标。首先，在坚持中积累。数学告诉我们，只要每天坚持比别人多一点点的努力，人生就会大不相同。有几个公式，相信大家熟悉，1的365次方还是1，但是1.01的365次方就是37.8，如果再努力一点点，1.02的365次方，就是1377.4。一点点积累，在时间后面就会是一个了不起的结果。其次，坚持意味着朝抵抗力最大的路径走。走出平缓期的再次成长，是成长的一次质变，会遇到更多的挑战，需要我们破解和克服。诚如朱光潜所说，就在立身处世的任何方面，贪懒取巧都不会有大成就，要有大成就，必定朝抵抗力最大的路径走。

（作者是江苏省特级教师、正高级教师）



蒲雨 摄

# “三选一”的暑假作业

■ 广西壮族自治区北海市合浦廉州中学 秦付平

暑假，顾名思义，当然是学子们经过一学期的学习结束，需要休整和避暑的假期。暑假是孩子们能走出校园，走进山川、感受自然的快乐时光，也是同学们实践活动的有利时期。然而，近些年来，孩子们被各种学习、培训、考试等课业压得喘不过气来，一批又一批不寒暑假的“小镇做题家”培养出来，暑假变成了成绩“弯道超车”的助推器。仔细想想，我们应该布置什么样的暑假作业呢？这是一个值得思考的问题，暑假期间，应该鼓励大家走出校园，走向大自然，适应社会环境，真正做有价值和有意义的事情。所以，暑假作业可以以实践活动为基础，不一定要布置纸质的做题为“宗”的传统暑假作业，更应该以教育意义为主的暑假作业。

今年暑假，我让孩子们从三方面设计暑假作业，可以三选一。第一，写采访报告。在暑假期间找一位长辈访谈，对未来职业规划方面的采访，可以是自己感兴趣的职业，写不少于6000字的实践作业报告。第二，制作一个不少于10分钟的视频。视频主要介绍暑假期间的所见所闻，通过电脑或者手机编辑视频，要求视频字幕、音乐、文案、朗诵等内容符合规定要求。第三，写两篇传记。两篇关于暑假实践活动的感受传记，每篇不少于3000字。

“大家可以考虑一天，明天，由班长统计作业选择情况，后天，我布置暑假作业的具体方案和每项的作业要求。”当我宣布以上作业时候，班里一下炸开了锅，有的说字太多、有的说视频不懂做、有的说暑假不能去旅游怎么写、还有的说我愿意写试卷等等。我以三选一的目的是留有选择机会给他们，以至于不排斥这次的暑假作业。

第一项设计目的是让同学们在暑假期间，试图与长辈、亲戚、朋友交流和沟通，通过口述式访谈、职业规划整理、志愿填报选择等方面着手，鼓励同学们走出家门、走出校园，放下手机和电子产品。这样的暑假作业不再是简单的试卷或习题集，是同学们参与活动后的调查报告、采访报告、心得体会等，以文本形式出现。这样的暑假作业其目的是让他们学会自己定位，学会未来的职业选择，学会借鉴和思考，让他们树立远大的理想，为未来自己的人生职业走好第一步。

第二项设计目的是让同学们利用信息技术开展暑假研究活动。当今中学生，在信息化时代，很多同学因为迷恋游戏、短视频，因此，我结合现在的学生特点，在暑假期间确定一两个项目化课题研究为中心，让同学们编辑完成一段10分钟左右的暑假短视频，计划下学期开学第一周集体观摩和投票，奖励票数高的学生。一来让他们带着任务去参加暑假的活动，把生活中的每一件事情作为有意义的事情来做。二来让同学们认识到学习的意义，手机不仅有通讯娱乐功能，还有信息技术和数字媒体技术功能。

第三项设计目的是让他们记录生活和记录暑假。我设计的作业可以是同学们与大自然的游记，可以是浏览文化名胜古迹的心得体会，还可以是在农村干农活的感受，也可以是在城市作为打工一族的心理路程等等。我一直认为，暑假的作业不在于做多多少题目，而在于做了什么事情。中学生的暑假经历往往是人生最宝贵的一段，他们已经逐步长大，能有一定独立的见解，在生活上可以独立照顾自己。

“同学们，暑假两个月很长，我们要在暑假期间做一些有意义的实践活动，大家要充分利用暑假期间可以去参观博物馆、书画展、图书馆、科技馆等，开拓自己的视野等等，所以第三个任务也不错哦！”经过我一解释，孩子们窃窃私语，还有为了写好游记当场约去北京故宫……相信这样的暑假作业设计一定会丰富暑假生活，提升他们的综合实践能力，让我们期待孩子们的暑假作品吧！

# 把自己作为学科资源来开发

■ 自贡市旭川中学 周勇

作为一名中学历史教师，从教时间不长，但深感学科资源的开拓非常重要。学生能接收到的历史知识最大的来源就是教材。举个例子，在统编版七年级上册历史教科书中第五课《青铜器与甲骨文》中呈现的图案仅有几幅，有非常出名的四羊方尊、司母戊鼎和刻有文字的甲骨等图片。但对于他们来说，探索图片背后的奥秘才是更感兴趣的，比如甲骨文在中国分布在哪些地方，出土文物上真实的甲骨又是怎样的一种形态？历史教师，有责任补充和丰富学科内容，但笔者认为，开发学科资源的前提是开发自己。这个假期，我做到了以下几

方面——

一、参观博物馆（展览会），提前做好规划。现在的博物馆文物丰富、活动多样，大部分博物馆是免费参观，只需要网络平台预约即可。参观前，要提前做好规划，特别是要根据学科资源的补充来进行规划。课本上有的资源，针对性“深挖”；课本没有的但与之相关的资源，尽量搜集。如果有机会，可以购买一些博物馆文物的文创产品，将这些“小物件”带到实际的教学中，变身为“教具”，能引发学生的极大好奇心和积极性。

二、阅读相关书籍，针对性提升学科知识。每个学校的图书馆有相当多藏书，但有时候我们会遗忘书

籍的有效性。学科知识需要不断更新，虽然历史事件在短时间内不会有太多变化，但结合时政进行教学十分重要。教师在假期，可借阅相关专业书以及杂志来丰富自己。当然如果想看的书本图书馆暂时没有，还可以在网络上进行购买。网上有电子书，也有实体书，都是非常方便的。

三、从身边着手，可尝试田野调查。有句话说得好：“没有调查，就没有发言权。”其实，我们每个人身处的城市，都有其独特的历史。比如着手田野调查的过程非常有意义，自己亲身调查的城市是四川自贡，这座上千年的历史文化名城，孕育了非常独

特的历史文化。在这座城市里，有不少历史名人和历史故事值得调查。教师为何一定要进行田野调查？笔者认为，我们想要形成自己的教学风格，离不开调查，离不开实践。如，中国近代史上的一次重要变革“戊戌变法”，这是一次思想启蒙运动，也是一次重要的政治变革。我们在理解“戊戌变法”这一历史事件时，就可以从身边的历史人物——“戊戌六君子”之一的刘光第（四川自贡人）入手，去他的故乡富顺县了解他的生平及其作品。这样，既加深了对“戊戌变法”的初步印象，又能提供教材上没有的调查报告，做到拓展。

四、参加讲座、收看专题节目

等。如今的社会高速发展，要提升自己，听讲座具有很好的效果。我们带上笔记本和笔，几个小时感觉很轻松度过。我了解到，不少公益组织定期开展的讲座和探寻活动，往往聚集了业界的精英。讲座内容扎实，讲座水平也较高，值得一听。我们还可以收看一些不错的专题节目，如央视的《经典咏流传》、《典籍里的中国》、《开讲啦》等等，一些纪录片对于拓展自己的视野也很有作用。另外，还可以订阅一些公众号、利用碎片时间学习积累，看其他学者、专家在这个领域的见解。

作为教师，我们离不开学习，终身学习就是我们的追求奋斗目标。利用各种机会，实现自我的成长，这对于每一个教师来说都是非常必要的。立德树人在于真正的行动，教师如果做到“把自己作为学科资源来开发”，把其中的很多问题都可以迎刃而解了。

# “心育田苑”

## 如何在数学教学中渗透“心育”

■ 兴文县城西学校 田成英

心理健康教育是素质教育的重要组成部分，也是促进学生身心健康的重要环节。小学生正处在身心发展的关键时期，所以，我们在重视文化素质教育的同时必须全方位、全过程渗透心理健康教育，帮助学生在生活中厚植学习情怀、培养集体意识、提升学习能力、塑造健全人格等，让学生在完整和健康的成长中，如何在数学教学中渗透心理健康教育呢？我认为可以从以下几个方面做好小学心理健康教育。

### 一、渗透数学史事知识，厚植学习情怀

情怀是以心灵的满足作为自己的行为标准的一种品质。在数学教学中，要善于挖掘课程中蕴含的心理健康教育资源，搜集与学习内容相关的数学史料知识，巧妙融入教学过程中，做好心理健康教育。比如，我会在课堂融入《九章算术》、圆周率、数学符号、正负数运算等知识，让学生更多感受中国数学家

的伟大和中华民族深厚的文化底蕴，逐步培养学生的民族自豪感；介绍世界数学家和中国数学家的故事，以知名数学家的奋斗事迹激励学生勇于探索知识；展示一些关于“对称”的建筑或其他图形，让学生领略数学的美。丰富的数学史事知识可以开拓学生视野，可以有效激发起学生学数学、爱数学的兴趣，厚植求知、创新、爱国、奉献的情怀。

### 二、鼓励全员合作学习，培养集体意识

“树立集体意识，善于与同学、老师交往，培养自主参与各种活动的的能力，以心理健康教育。比如，我会在课堂融入《九章算术》、圆周率、数学符号、正负数运算等知识，让学生更多感受中国数学家

小组合作学习，为树立集体意识、参与集体活动、培养交往能力搭建平台。在小组合作学习中，引导学生积极讨论、互动、互评等，通过共同探索问题、交流观点、碰撞思维，让学困生主动参与到课堂，认真倾听其他同学的讲解，学着发表自己的观点，逐步融入讨论等环节；对于长期不敢交流发言的学生，利用课余时间教给学生交流技巧，帮助他们事先预习需要学习交流的知识，给他可以展示自己的底气和自信，同时引导小组其他同学多给予他们鼓励性评价，多让他们体验成功的快乐，帮助他们融入集体。为学优生提出更高要求，让他们提前预习，理清知识点之间的逻辑思维，对知识点进行归纳总结，能够用精准的语言进行讲解，通过更高层次的

心理需求刺激，激发他们主动学习的欲望。从而使所有学生都可以在合作学习中得到不同层次的能力提升。

### 三、引导参与实践体验，提升学习能力

引导学生在数学活动中亲身经历知识建构过程，使学生在体验式学习中理解和掌握数学知识与技能、理想和方法。我在教学过程中，立足学生生活经验和认知特点，坚持把所学知识与实践联系起来，把数学知识通过具体的生活场景或实践活动呈现出来；在课前预习小组合作学习中，鼓励学生积极主动参与数学活动，在生活场景中亲身经历各种事实，在实践操作中体验运用数学知识解决问题的方法，让学生进行多

方面的综合思考和分析，有效地锻炼学生动手操作、动脑思考、交流讨论等能力。培养学生“学会学习”的能力。

### 四、坚持正确评价导向，塑造健全人格

正确运用评价的导向功能，引导学生发扬优点、改进不足，逐步形成健康心理和健全人格。在教学过程中，运用学生相互评价、自我评价和教师评价相结合，做好评价引导。在学生相互评价过程中，引导学生学会发现同学的闪光点，充分表扬同学的每一点进步，既形成了相互激励、团结互助的良好氛围，又培养了学生客观公正、欣赏他人的品质。坚持把“了解自我、认识自我”贯穿于引导学生正确自我评价的始终，帮助

学生建立正确的自我认识体系，引导学生从学习习惯、学习专注力、作业质量、思考总结等方面认识自己的不足和优点，鼓励学生改进不足，在“减缺加优”的行动中进行自我调整、自我完善、自我提高。在教师评价中，我始终坚持正向激励、精准补短原则。对数学思维较差的学生，有意识让他们解决一些简单的问题，只要他想出一个正确的思路甚至其中的某一个“闪光点”就及时给予鼓励；对学习行为习惯较差的学生，只要他习惯上进步一点点就给予肯定；对部分小进则满的学生，会适时适当增加他们答题难度，让他们明白自己还需不断努力……针对不同程度的学生，使用精准评价，帮助学生树立学习和生活的自信，促进学生逐步形成健全、健康人格。

在数学教学中渗透心理健康教育是实施心理健康教育的重要途径，我们要树立心理健康教育意识，深挖心理健康教育要素，做好心理健康教育渗透，把学生培养成身心健康的有用之才。