

教育大计 教师为本

从“入职”到“融入”

——如何帮助新教师尽快进入角色

■ 福建省福清市教师进修学校 陈华忠

新学年,总有一批刚毕业的大学生或者研究生走进中小校园,从事中小学教育教学工作。从学生的角色转为教师的角色,有的新教师会出现不适应现象。而新教师是学校的新鲜血液,是教育未来的生力军。如何帮助新教师快速融入、顺利成长,是学校治理应该深入思考的问题。为此,学校应做好以下五个方面工作。

一、接纳新人,使之有归属感

新教师离开自己所熟悉的大校园,步入人地生疏的工作单位,难免会感到陌生和拘束。所以,他们的第一个需要就是安全感和归属感,希望尽快找到知心 and 相互理解的朋友,以求得同事的支持和帮助,尤其是学校领导的关心、支持与信任。新教师报到首日,至关重要。学校应安排专人对接,做好服务。开学第一天,学校要举行“迎新会”,向新教师介绍学校基本情况、办学条件、办学特色、主要教育教学成果以及各项规章制度等,以便让新教师尽快了解与熟悉学校教学、生活等环境。

二、岗前培训,使之了解职业

新教师到校之后,学校应及时组织新教师进行岗前培训,培训内容应聚焦师德师风、班级管理策略、教学常规,以及学校文化与核心制度的深度解读,使新教师了解学校基本

情况,为新教师今后融入学校工作打好基础。还要通过以老带新的方式,帮助他们掌握备课、上课、批改作业、管理学生等教育教学基本功,使新教师上岗前心中有数,为其尽快进入教师角色奠定基础。

同时,学校要做好以下四个方面的培训:一是组织新教师进行教材培训,与他们共同分析教材,明确教材的教学目标和重难点,“吃透”教材编写意图;二是指导他们学会编写切实可行的教案,做到教案编写结构完整、环节清楚、实用性强;三是对新教师进行班主任工作培训,教给他们管理学生、组织相关活动的方法和手段;四是对新教师培训教育教学常规,促使新教师尽快适应学校教育教学工作。

三、配备导师,使之得到帮扶

为了让新教师尽快适应学校生活,适应各科的课堂教学,学校应采取结对子帮扶的方式进行指导,选配爱岗敬业、业务精、能力强的教学骨干、老教师与新教师结成青蓝对子。可以“合同制”“聘用制”“捆绑制”等方式,激励老教师做好传帮带,充分发挥骨干教师带头示范作用与指导监督作用。学校还应有“青蓝工程”奖励方案,奖励业绩突出的“最佳师徒对子”。多措并举,促进新教师尽快成才、挑起大梁,也促使老教师不断进取,形成良好

互帮互助氛围。

学校要高度重视传帮带工作,“传”就是将学校良好的传统与教书育人的丰富经验传授给他们;“帮”就是指导教师要帮助新教师从第一个教案、第一堂课、第一次班会开始,进行手把手地指导与帮助;“带”就是学校应针对新教师存在的教学经验不足、管理水平不足、教育机智缺乏的现状,随时指导、检查、带动,缩短他们的适应过程。而新教师第一次到班与学生见面,是建立职业形象的关键。学校应安排中层领导陪同进班,向全班学生郑重介绍新教师,为其树立专业权威提供强有力的保障,使学生尽快认可新教师。

四、指导课堂,使之懂得教学

新教师上岗第一周是关键磨合期。为确保教学起步质量,导师要与新教师共同备课。新教师要课前先试讲,再进班进行正式上课。这既是对新教师的保护,又能保证课堂教学效果,为新教师尽快适应教学保驾护航。一周之后,学校分管领导再深入课堂指导性听课,对每位新教师的常规课进行客观公正的评议,给予针对性改进建议。教研组、备课组教师都要与新教师共同分析教材内容,设计教学方案、安排课堂流程、推敲问题设计、设置课堂练习等,引领新教师专业成长,帮助其尽

快适应学校教学工作。

五、敢压担子,使之有进取心

新教师大都具有强烈的上进心,都希望激烈的竞争中获得更多、更好、更全面的发展。因此,学校应注意培养与激发新教师的进取心,满足其成长需求。尽量为他们的成长创造条件,让他们在教学上施展才华,在培训和探究、交流方面提供机会,使他们的业务、科研能力得到培养与展示。可以做到以下几点:一要求新教师担任集体备课中心发言人,促进他们独立思考、分析教材、预设教案,学会精心备课,编写切实可行的教案;二要求新教师要承担评课任务,让他们学会“观课议课”,学会对其他课堂提出意见和建议,做到相互学习、共同提高,有利于让他们将所学理论指导实际课堂教学;三要求新教师讲“汇报课”,在准备“汇报课”的过程中,新教师熟悉业务、掌握教学技巧,新教师应珍惜展示的机会,锤炼、提升自己,积极投身到学习和研究中去,争取早日成为教育教学的骨干;四是吸引新教师参与课题研究工作,在课题研讨过程中,培养新教师的教育科研能力。

新学年,新人新气象。学校只要将新教师的成长落到实处,这些新生的教育种子就能快速生根发芽、茁壮成长。

开好“暑假见闻分享会”

■ 山东省菏泽市牡丹区安兴镇前屯小学 郭英超

暑假即将画上句号,“开学第一课”已经提上日程。每年的“开学第一课”,教师们八仙过海、各显神通。这些课堂多教师唱主角,学生做观众。这样的第一课,学生很难安心,并对新学期意兴阑珊。

两个月的暑假生活蕴含着丰富的教学资源和学习资源。每个学生的经历不同,关注点也不同,他们独特的见闻和感受都是最宝贵的教育资源。这些资源来自真实的生活体验,学生易于理解和接受。教师如果对这些资源加以利用和创造,它们就会成为精彩的“开学第一课”。

我每年的“开学第一课”主题都是“暑假见闻分享会”。为此,我在开学前一周就安排学生准备:回忆暑假经历,梳理难忘瞬间。鼓励学生制作暑假生活快闪快报,分享自己的见闻与感受;鼓励学生制作PPT,进行课堂微讲解;鼓励学生用笔记录自己的所感所思,和

同学交流成长感悟。学生有真实的实践和丰富的素材,能够做到“有话可说”。

我通常采用小组合作的形式进行“开学第一课”,根据学生的关注点,分成若干小组。如旅游组,介绍“打卡地”的大美河山,讲述旅游见闻;美食组,介绍都市乡村“舌尖上的美味”,让暑假的松弛记忆融入市井烟火,感受风土人情;文化组,分享观看的影视、阅读的书籍,交流感触点,微言抒感想,做“文化小导游”;社会实践组,交流不同的生活场景,分享“有温度”的切身体验;综合组,展现生活中的不同层面,传递社会温度,让“沉下去”的书本“立起来”。通过小组交流、课堂汇报,确保了“开学第一课”“活起来”。

课堂上,学生或用心讲述,或侧耳倾听,在交流中绽放出美丽的成长之花。教师参与其中,巧妙引导,让资源在互动中“充盈”起来。教师要引导学生学会反思:“你的暑

假有什么收获,什么样的假期生活有意义,今后的假期该怎么过?”教师要引导学生懂得“生活中处处有学问”,留意身边的事物,保持对生活的敏锐感知;教师要将学生的见闻素材转化成具有教育价值的教学资源,为学生播下学习的“种子”,为新学期创设良好的开端。

“分享暑假见闻”作为“开学第一课”,一方面,实现了“我的课堂我做主”,“接地气”的课堂内容能够引发学生的共鸣,深受学生喜欢。另一方面,学生对同龄人独特的经历和感受充满了新鲜感,能够激发浓厚的学习兴趣。学生在这种轻松愉悦的课堂氛围中,既学到了知识,又锻炼了多种能力。

暑假不是教育的“暂停期”,而是教育的“蓄力期”。教师要做的有心人,巧用资源,让暑假见闻成为点亮学生人生课堂的“星星之火”。

假期“收心三步法”

——中小学生开学适应的干预模型探究

■ 汉源县第一中学 李建蓉



跟我做 蒲雨 摄

“SWTC”法调节情绪——“Stop(停)”通过腹式呼吸和美好回忆中断负向思维;“Write(写)”通过记录情绪具象化压力;“Think(思)”通过回忆成功经历激活内在资源;“Change(换)”通过认知重构建立积极视角。

通过叙事分享,学生将假期经验“外物化”,避免非黑即白的思维模式,为心理过渡做好准备。

第二步:锚定新程(开学前4-2天)——目标与承诺驱动

本阶段依据目标设定理论,以SMART原则(具体明确、可衡量、可实现、相关联、有时限)引导学生制定学期目标,通过内外承诺强化执行动力,明确新学期的方向感。

家庭层面。家长指导学生分学科学习与生活技能两条线,制定符合SMART原则的学期目标,并共同签署“学期契约”,通过家庭承诺强化外部约束。

学校层面。目标见证仪式:组织学生寻找见证人在目标卡上签名,通过社会认同增强目标的严肃性;激励可视化:设置班级“红包墙”,教师为每名学生书写个性化寄语名片,将抽象目标转化为可见激励;榜样引领:邀请高年级学长、学姐,家长录制短视频,分享“开学低谷应对经验”,降低学生对未知的恐惧;环境重构:师生共同布置教室,通过“空间换心理”技术提示新身份的转变。

SMART目标解决“去哪里”的问题,

“红包墙”与寄语解决“为什么去”的动机问题,契约则解决“怎样坚持”的执行问题,三者协同满足自我决定理论中的自主、胜任、归属需求。

第三步:正念前行(开学后1-21天)——聚焦当下状态

本阶段基于正念认知疗法,通过“觉察—接纳—行动”训练,帮助学生从“自动化反应”转向“有意识控制”,提升课堂专注度。

家庭层面。开展“正念入场”活动,如亲子正念游戏、正念饮食、正念刷牙等,通过日常行为的正念训练,培养学生对当下的觉察能力。

学校层面。课堂“收心导入”:每节课前实施“正念呼吸—正念收心手势→正念诵读”三环节,依据“知觉窄化”原理快速聚焦注意力;“情绪播报”班会:每周一次,师生用1-3个词播报本周情绪并预报下周状态,通过情绪接纳降低负性反应。

正念训练能有效降低杏仁核的过度激活,增强前额叶的控制功能,为知识加工预留工作记忆资源,提升学业投入度。

实践价值与推广建议

“收心三步法”实现了收心教育从“管控”到“赋能”、从“经验”到“循证”的转变,能有效降低“开学综合征”发生率,为新学期高质量学习奠定基础。为推动该模型的落地,笔者建议:

构建协同机制。将三步法纳入“开学适应月”课程包,形成学校、家庭、社区(如社区心理中心提供家庭工作坊)的三元协同体系;加强师资培训。建立“种子教师”机制,分层培训教师掌握正念导入技术,提升干预专业性;

数字赋能延伸。开发“收心”小程序,集成假期倒计时、目标打卡、音乐冥想推送等功能,延伸干预的时空范围。

中小学生的开学适应是教育连续性的重要环节,“收心三步法”以科学理论为支撑,以可操作的方法为路径,为破解开学适应难题提供了系统化方案,值得在实践中进一步推广与完善。

让新学期的开启成为最动人的篇章

■ 西充县教育和体育局 何春奎

教育,需要依托情境,更需要恰当的方式浸润学生心灵。仪式,是一种能唤醒情感、深化体验、凝聚力量的育人手段。教育需要仪式感,当国旗在师生庄严注视中升起,当毕业证书在师长的嘱托中传递,当每一次上课铃声后的教室归于安静……仪式感将抽象的价值与期许,化作可触可感的生命印记,长久镌刻在学生心底。

新学期,是“重新出发”与“未来可期”的希望和行动。对学校而言,这是一个唤醒活力、凝聚人心的宝贵契机。校园里,每一处空间的优化、每一件设施的完善,蕴藏着丰富的育人价值。校园“焕新”,是无声的课堂,是教育价值与审美浸润的有形表达。学校要以恰当的仪式感点亮教育之光,让环境的“新颜”真正转化为滋养心灵的“新雨”,使校园成为一本常翻常新的立体教科书。

一、微治理体现出“被看见”

真正的焕新,始于“看见”那些习以为常的角落,成于用心打磨。比如,一个洁净清爽、设施完好的卫生间,不只是满足人的基本需求,更是对生活最朴素的尊重。这份尊重,需要通过仪式被郑重“看见”和诠释。

开学典礼上,校长说:“这是我们为同学们守护的生活尊严线。”学生代表登台分享校园新体验——这些细微的改变,由此升华对个体尊重的共同确认。窗台绿植挂上学生认养牌,教室墙面变成“我们的天地”,贴满笑脸和新学期的目标……这些平常的举动,只要在班级会上以“责任交接”或“愿景共筑”的仪式感去呈现,便不再只是物理空间的变化,更成为责任意识生根、集体认同萌芽的生动课堂。

校园指示牌上,一句“新朋友,别迷路”的温馨提示,也能让初来乍到的忐忑化成为被关怀的暖意。仪式感,就是让每一处用心的改变,都成为一次无声的告白——你很重要,你被珍视。

二、微活动点燃“共参与”

新学期的吸引力,往往来自那些有趣、轻巧、人人可参与的小活动。它们不必宏大,却能在轻松愉悦中点燃对校园生活的期待。仪式感,就是将“新发现”转化为“共参与”的美好旅程。

比如,设计一场校园“寻宝”之旅,一张简易地图,几个指向新绿植、新画作的线索,引导学生主动去发现校园的点滴焕新。每找到一处“宝藏”,都是一次小小的揭幕礼,在探索的乐趣中,陌生感悄然消融,归属感自然生长。社团“快闪”在课间空地惊艳亮相,一幅现场画作的诞生、一次魔方飞速的旋转,零距离才艺展示点燃了兴趣的火花,这就是一场“兴趣召唤”仪式。仪式感,就是在这欢声笑语的身体力行中,让学习的火种瞬间点燃。

三、微服务滋养“被温暖”

最动人的焕新,是流淌在师生、生生之间的那份真切温情。它成本最低,却最具感染力。仪式感,就蕴藏在这些日常的关怀与回应中,滋养着孩子心底的安全感与归属感。

比如,开学日,校长带领老师们站立校门口,“新学期好!”“欢迎回来!”真诚的笑容,就是新学期最温暖的“开学仪式”。这份简单的迎接,传递了师者的情怀——学校欢迎你,你属于这里。

开学首周,鼓励教师多走出办公室,深入教室走廊。一句主动问候,如:“暑假有趣吗?”“新教室喜欢吗?”“有什么小担心?”这些真诚地问候和认真地倾听,胜过千言万语。学生的点滴分享被看见,微小的忧虑被接纳,心与心的距离在平等的交流中悄然拉近。教室里设立“心愿角”,让孩子们用便利贴写下小期待。“明天课间,我们就试试放音乐。”“下周,图书角添新书。”每一次承诺的兑现,都是一次仪式,它让学生真切感受到——我的声音有人听,我的需要被重视。

教育需要仪式感,需要的是有情境、有温度、“小而美”的仪式,能够给学生带来安全感、安定感和信赖感的仪式。当这源自细微处的点点“微光”被用心汇聚,便能照亮整个校园生态,让每一次改变都成为一次心灵的触动,让新学期的开启,成为师生共同成长、温暖相伴的动人篇章。