

帮培优师录

冬日的阳光轻柔地透过丹巴高级中学高三树德班教室的窗户,洒在学生的课本上,也洒在英语教师李娟和物理教师钱波的脸庞上。

李娟和钱波都来自四川省苍溪实验学校,他们是相濡以沫的夫妻教师,更是志同道合的“优师帮培”支教同仁。在丹巴,她用微笑和英语为藏族学生打开更广阔的世界;他用通俗易懂的讲解带领学生攻克物理学科的一道道“难关”,夫妻俩同心协力,为教育帮扶贡献力量。而且,这已经是夫妻俩的第二段支教岁月了。

以下,是李娟的自述——

## “妇唱夫随” 同心同行

■ 四川省苍溪实验学校 李娟

心中若有桃花源,何处不是水云间?我们相信,每个人胸中都有一腔奉献的热情、一种对崇高的向往。对于我们夫妇而言,作为教师,能将所学奉献给需要的地方,为当地教育播下希望的种子,是职责所在,也是价值归处。因此,虽然我们支教是远赴异乡,但这样的历程令我们离崇高更近。

2021年8月,我们主动请缨,加入了凉山州“脱贫攻坚”综合帮扶工作队,赶赴雷波县金沙镇初级中学支教。当时,我们需要面对语言不通、生活不便、自然条件艰苦等困难,但心中涌起的不是退缩之意,而是一定要为当地教育做些什么的热情和激情。虽然是来支教的教师,但我们从未将自己视为匆匆过客,而是真正把身心融入这片土地。

支教的目的,是为了留下一支带不走

的教师队伍,培育一批有理想的学生。日常教学工作之外,我们主动分享教育资源,帮助金沙中学的老师把关每一节课、每一个知识点,还组织举办初中物理和英语中考复习讲座,对学校教师进行复习策略和学生复习方法指导。

在与学生深入接触后,我们了解到当地许多孩子来自单亲家庭、贫困家庭,内心深受触动。于是,我们积极发动社会各界力量,为贫困学生筹集善款上万元、书籍300余册、体育用品百余套、衣物2000多件,并从我们的积蓄里出钱资助了两名特困女生完成学业。2021年,我们还为雷波县卡哈洛九年一贯制学校捐赠了56张新讲桌。学校孩子们在感谢信中写道:“老师,感谢您,您温暖了我们的心,也温暖了整个校园。”

2022年7月,我们夫妇俩因表现突

出,被雷波县教体科局评为“优秀支教教师”。这份荣誉,是认可,更是鞭策。

2025年,“优师帮培计划”启动后,心里的支教种子再度发芽,于是,我们夫妇俩再次踏上了支教征程,来到雪域丹巴,续写以爱为名的教育帮扶篇章。

刚到丹巴高级中学,学校便委以重任,让我担任高三树德班班主任及英语老师,丈夫钱波担任这个班的物理老师,成为名副其实的夫妻档。

每天清晨,我都会走进教室,陪伴学生开启早读时光,鼓励他们大胆开口,指导他们的英文发音、语调。在高原清透的阳光里,我仿佛能看到,学生发出的每个音节、每个单词,都像是蒲公英的种子,带着对知识的渴望飘向远方。

教毕业班不是简单地重复,而是与每一位学生共同翻山越岭的难忘旅程。面对高原寒冷的气候和学生英语基础薄弱的现实,我迅速调整教学策略,融合趣味教学法与当地学情,设计出一套适合学生的英语教学方案:积极创新教学方法,通过情境教学、小组合作、竞争激励等方式激发学生学习兴趣;因材施教,把单词表拆成“每日10词”,让基础薄弱的学生循序渐进;为学有余力的学生开设“拓展小灶”。

班级管理,我们“妇唱夫随”,着力构建学生自治体系,狠抓班风,规范学生习惯。我们延续“家校一心、师生一心、班科一心”的“三心路径”,通过签约仪式,强化教师、学生与家长之间的承诺与信任,并结合丹巴实际,构建“三全育人”模式,推动教学从“泛泛帮扶”转向“精准滴灌”。

我们深知“最好的管理就是陪伴”,“班风”不是“训”出来的,而是“处”出来的。课余、周末,我们不时地出现在学生宿舍里,关心学生的生活、心理状况,还会和学生一起挤在食堂的长凳上,听他们分享自己的故事。那天,我们夫妇俩专门把家乡的特产猕猴桃分享给学生,有些孩子是第一次吃到那么新鲜且甜蜜的猕猴桃,看到他们的笑容,我们的心里比猕猴桃还甜。

我们意识到,“优师帮培”不能只停留在课堂上,更要走进学生家里。因此,教学之外,我们坚持开展家访工作,用脚步践行教育初心。一年来,我们走遍了丹巴的大小村寨,走进了每一个学生的家庭,传



丹巴高级中学校园里的钱波和李娟夫妇。

递教育帮扶的温度。

第二次支教,我们的经验更丰富了,帮扶对策也更精准了。我们夫妇俩分别与丹巴高中的青年教师结成了“一对一”师徒对子,从新课标、新教材解读到教学设计、课后反思全程跟进,将内地的先进理念与丹巴的实际情况相结合,因地制宜地开展传帮带工作;发挥自身教学经验优势,从备课、授课、作业布置与批改、课后辅导等教学环节入手,对“徒弟”进行全面指导,帮助他们快速成长。

教育是静待花开的漫长过程。哪怕只能多点亮一盏心灯、多托起一个梦想,这趟跋涉就是有意义的。课桌上堆积的笔记、深夜办公室的灯光、孩子们追着提问的身影,都会成为我们心中最珍贵的印记。我们的故事,只是万千支教旋律中的一个音符。但是有很多个“我们”跨越山海而来,像高山杜鹃一样,在墨尔本山下扎根、绽放,共同成就了这片雪域的教育花开。

图片由刘敏提供

钱波指导学生。



课堂上的李娟。

图片由钱波提供

## 苦荞麦的远行

■ 四川省会东县中学 刘敏

站在绵阳市丰谷中学门口,“一切从这里开始”7个大字在晨光中格外醒目。那是2025年3月7日,我从凉山州会东县中学来到绵阳,开启为期一年的跟岗学习。当时,我的行李箱里除了衣物和书,还有母亲塞进去的一袋苦荞茶——她说:“水土不服时,喝点家乡的荞茶。”

我的教学指导老师周萍上《项脊轩志》时,让每个学生画出项脊轩的草图。班上一个平时沉默寡言的男生,在自己画的“项脊轩”旁添了一棵高大的核桃树。后来,他小声告诉我:“老师,我家院里就有这样一棵树,是我奶奶种的。”

那一刻,我想起了会东。我教这篇课文多年,总是在讲文言字词的含义、归有光的家族记忆,却未曾想到,每个孩子心里都有一座自己的“项脊轩”。周老师说:“语文课,是要唤醒记忆,而不是填充知识。”我忽然懂得,我来此地,不仅要填补教学技巧的空白,更应抱着一种使命——让凉山孩子心中的“核桃树”“索玛花”,也能在语文课堂上找到回响。

在班级管理中,我的指导老师谭晓斌擅长用小组合作调动学生自主性。这让我想到凉山彝族传统的“家支”互助模式——

以家族为单位,长者带领,互相扶持。征得谭老师同意后,我在高二(6)班试行“学习家支”:每五六人组成“家支”,自定“家规”,共设目标,每月评议。有个“家支”取名“博学笃行”,定的“家规”竟是“每周共读一篇教材外的文言文,谁先读懂,谁当临时‘家支头’。”

谭老师在班主任日志上这样写道:“教育智慧不分地域,传统与现代可以如此融合。”那年教师节,有个“家支”送了我一张卡片,上面画着彝族传统纹样与绵阳越王楼,写着:“老师,您让我们的‘家’有了山的厚重和城的开阔。”

4月,在校级公开课中,我执教的《林教头风雪山神庙》荣获一等奖。我将林冲从隐忍到反抗的“转变”,与彝族“克智”中的“情理之辩”结合,让学生在小说情节中理解人性的抉择。这份设计,是我经历了丰谷中学高二语文教研组一次关于“人物弧光”的研讨后萌发的灵感。

10月,在市级展示课活动中,我再次执教《项脊轩志》。这一次,我融合了周萍老师的“画中读文”与彝族家屋空间文化,让学生不仅要画一座轩,更要画出自己心中的“家屋”。一个彝族学生画了三

代同堂的土掌房,指着画说:“项脊轩有枇杷树,我家屋后有索玛花,花开花落,家都在。”这节课让我获得市级二等奖,评课老师说:“这是一堂有文化回响的语文课。”

在省级“种子教师”培训活动中,我针对《项脊轩志》进行了跨文化教学设计,将彝族“尔比”中的家族观念与归有光的家族书写对照,设计出“双文化视角下的家族记忆”学习任务,获得一等奖。而在培训最后的示范课上,我执教《赤壁赋》,引导学生用苏轼文章中的“变与不变”思想观照彝族的“万物有灵”传统文化。当学生谈论“山川之美,古今共谈”时,我看到了语文课堂跨越时空与文化的力量。

临行在即,周萍老师送了我一本讲“教育的乡土性与世界性”的书,书的扉页写着:“你从乡土走来,终将回归乡土,但你的课堂,自此有了世界的宽度。”谭晓斌老师则送了我一包绵阳米粉,笑着说:“想我们了,就煮一碗。但我知道,你最想的还是那口荞茶。”

是的,跟岗一年,我获得了很多:几张证书、几本笔记、数十篇教学反思,和一颗

被重新点燃的心。但我清楚,我终究要回到那片生长苦荞麦的土地——不是作为外来者,也不是作为纯粹的“他者”,而是作为一个被那片土地塑造、又渴望反哺它的语文教师。

我将在会东中学的校园角落种下一片苦荞麦,期待来年春天,苦荞麦开出细碎的白花。一切从这里开始。而真正的起始之地,就是归途所在。



被重新点燃的心。但我清楚,我终究要回到那片生长苦荞麦的土地——不是作为外来者,也不是作为纯粹的“他者”,而是作为一个被那片土地塑造、又渴望反哺它的语文教师。

我将在会东中学的校园角落种下一片苦荞麦,期待来年春天,苦荞麦开出细碎的白花。一切从这里开始。而真正的起始之地,就是归途所在。



## 一片银杏叶

■ 赵维伟

前不久,我收到学生小王(化名)发来的一条微信消息:“赵老师您好,有个好消息要与您分享,我获得了研究生的保送资格,感谢您当年送给我的那片希望之叶。”文字后面还有一张照片,那是一片金黄色的银杏叶,叶子中间用毛笔写着“杏好有您”4个字。看到这张照片,望着窗外正值金黄的银杏树,记忆将我送回到那年高三。

那一年,学校安排我任教高三的文科班。学期刚开始,学生干劲十足,期盼来年高考金榜题名,但是这样的状态并没有保持多久,特别是进入12月后,天气愈发寒冷,学生普遍出现懒散、倦怠的心态,迟到、请假、打瞌睡的现象增多。不出所料,在一次联考中,学生的成绩普遍下滑,很多学生情绪低落,甚至开始自我怀疑,曾经“不破楼兰终不还”的豪气所剩无几。

那几天,我一直思考如何提升班级士气,帮助他们重树信心、突破困境。有一天,我看到校园里满地飘落的银杏叶,捡起一片仔细打量,在阳光的照耀下,银杏叶金灿灿的,格外漂亮,让我心生一计。

我精心挑选了几十片品相完整的叶子,洗净晒干后,用毛笔在叶子正面写上“功不唐捐,玉汝于成”“知耻后勇,全力以赴”等简短的励志语,背面写上学生的名字,再用红绳系在叶柄上,最后盖上鲜红的篆书印章,一枚兼具审美与实用价值的银杏叶书签就这样制作完成。

元旦前夕,我将准备好的树叶书签作为新年礼物送给班上每位学生,他们爱不释手地拿着银杏叶,欣喜地读着上面的文字。“哲学家莱布尼茨曾说过,世界上找不出两片完全相同的树叶,所以这是我为大家私人定制的银杏叶书签,全世界独一无二。”教室里发出欢快的笑声,趁着他们兴高的劲儿,我继续说道:“我们不妨把时间倒回到前几天考试成绩揭晓那一刻,回想一下你们当时看到成绩后的心情,是低落悲伤,痛苦失望?还是心有不甘?”

教室里突然安静下来,我提高声量鼓励道:“我相信大家心中憋了一口气,那就是我要赢!我希望你们不仅要在高考考场上赢,更要在意志品质上赢过曾经那个慵懒散漫的自己,只有赢过自己才能真正获得自信、赢得未来!”

教室后面经常睡觉的那几个学生羞愧地低下了头,似乎已经明白了我要表达的意思。我趁热打铁追问道:“大家仔细看看手中的这片树叶,你们还看到了什么?”过了一会儿,一个细小的声音传来:“我看到了实现大学梦的希望。”回答的正是小王,“这片叶子从树上飘落意味着寒冬来临,雪莱在《西风颂》里面写道‘冬天来了,春天还会远吗?’而春天代表万物复苏,是希望的象征。”

“很有诗意的解读!”我对小王的回答非常满意,并补充道:“同学们可能有所不知,现在的银杏是裸子植物门银杏纲唯一的树种。银杏的生命力十分顽强,它不惧环境变迁,始终能够源源不断地从土地汲取营养,顽强生长,最终长成参天大树。这种顽强坚韧的精神不正是我们当下缺乏的吗?在以后的追梦路上,大家想要放弃的时候,不妨拿出这片银杏叶,从这片写有你姓名的叶子上,找到坚持的动力。”

自此以后,我们班的班风和学风有了明显改善,每当有学生出现懈怠的时候,我就会提醒他们看看自己的银杏叶。第二年高考,包括小王在内的很多同学如愿考上了心仪的大学。如今,小王能够继续读研深造,令我十分欣慰。

就是从那届学生开始,每年,我都会将银杏叶制作成书签作为礼物送给学生,银杏叶也成为我与学生共同的校园回忆之一。当学生收到这片泛黄的叶子时,我希望他们能明白其中的寓意:这不仅仅是一片普通的树叶,更是鼓励他们在逆境中砥砺前行的勇气 and 希望。