



陕西师范大学
SHAANXI NORMAL UNIVERSITY

2012级全日制教育硕士 实 习 简 报



爱与奉献，点滴的幸福



研究生院
2013年5月

目 录

第一篇章 要闻总览.....	1
陕西师大学生来罗外初中实习.....	1
陕师大研究生院导师莅临永济三中调研.....	2
情系和高爱无边——陕师大研究生实习工作掠影.....	5
教科培中心组织陕师大实习生参加学校考察.....	6
见贤思齐，取长补短.....	7
第二篇章 小组总结.....	9
爱与奉献.....	9
新疆库尔勒支教团实习小结.....	11
一路南下.....	15
实习三篇章.....	17
享受实习，快乐生活.....	20
宝鸡渭滨中学实习小结.....	21
西安铁一中实习小结.....	23
第三篇章 心得感悟.....	27
别样的日子，相同的精彩.....	27
不是旅途的归宿，而是开始.....	27
初为人师.....	29
传授知识，感受幸福.....	30
窗里窗外.....	30
从陌生到不舍.....	31
弘雅小学“现代与经典”教学观摩心得集锦.....	32
点滴中成长.....	40
成长在渭中.....	41
初一（四）style.....	42
“小金刚”的故事.....	43
花一样的青春，真美.....	45

简单的岁月，难忘的点滴.....	46
教师的幸福.....	46
进步，从点滴做起.....	47
开启教育新航道的铁一滨河.....	48
实习半年成长记.....	49
没有一个差生.....	50
每一种经历都是一种收获.....	51
男女生平等合约.....	52
南下的日子.....	53
难得的机会，真实的感悟.....	55
难忘库尔勒.....	55
让爱浸入孩子心间.....	57
让奋斗之光在教育事业上闪耀.....	58
生活整个不浪漫，但我依旧理想主义.....	58
时光·三分之二.....	60
实习三部曲.....	61
实习生活欢乐多.....	63
实习一用心创造精彩.....	64
世外桃源.....	66
收获知识与快乐的旅程.....	67
收集实习中的点点感动.....	68
酸甜苦辣一值.....	69
惬意的实习生活.....	70
我的第一堂课.....	72
我的历史教学实习感想.....	73
我心激荡.....	75
悟.....	76
心在哪里，收获就在哪里.....	77
学高为师，德高为范.....	78
研途有你，真好.....	79

一路成长.....	80
印象二中.....	81
英语 Reading 教学反思.....	82
用快乐书写理想.....	83
用心驰骋，支教无悔！.....	85
语文阅读要“无孔不入”.....	87
遇见.....	88
远方, 不再遥远.....	88
在梦想的路上前进.....	89
教师是一条涓流不息的河.....	90
痛并快乐着.....	91
实习中的成长.....	92
致丹堤实验一（1）班的孩子们.....	93
致青春——点滴的感悟.....	93
那时, 那事, 那些人——光高实习随笔.....	95
走在修炼的路上.....	96
第四篇章 印象掠影.....	98

第一篇章 要闻总览

陕西师大学生来罗外初中实习

来源：罗湖教育信息网

仙湖春水唱，梧桐百花香。

2月27日下午，来自陕西师大的9名学生，在《中国教师报》华南教师培训基地金波主任的率领下来到罗外初中部，开始了为期一个多月的实习生活。罗外初中部举行了简单的欢迎仪式

仪式开始，满面春风的大学生们各自做了简单介绍。接着罗外初中部负责人、郑国麟副校长致欢迎辞。郑校长首先代表学校欢迎这批大学生前来我校实习，并且表示，第一次接受这样规模、这么高学历（全部为研究生）的实习队伍，是一件大好事，对学校肯定会有很多帮助。他还诚恳地对实习老师说：你们是中国教育的未来，希望你们在教育教学方面大胆去尝试、去摸索、去创造；学校愿意为你们提供尽可能好的条件，搭建好的平台，让你们尽情施展自己的本领。

为了让实习老师尽快适应实习生活，扮演好实习老师这个新角色，黄劲松副书记除了对实习老师热爱教师这个职业、对办好教育事业有充分的思想准备表示赞赏外，还对他们进行了热情指导。他希望实习老师静下心，沉下气；接近学生，接近课堂，与学生展开平等对话；今后的精彩从课堂开始，从拜师学艺开始。他要求实习老师抓好备、教、改、导、考等教学各环节；多看，多听，多想；积极参加学校各项活动。并且表示愿意听取他们的意见。

之后，金波主任发表了热情洋溢的讲话。他说：罗外初中部每年都上新台阶，在罗湖区、深圳市都有很大影响力，在教育的很多方面都有代表性。他希望实习学生在这里服从学校安排，好好感受，好好学习，好好实践，好好积累，并且鼓励他们把学到的好的精神和经验带到今后的深造和发展中去。

欢迎仪式简短、热烈、实在，给了实习老师很大鼓舞和信心。相信今后的一个多月里，这些实习老师会有一段难忘的人生经历，会给学校带来一股春风，而这段愉快的实习经历也会给予他们沉甸甸的收获。



郑校长致欢迎词



学生做自我介绍



金波主任讲话



崔劲松副书记做指导

陕师大研究生院导师莅临永济三中调研

来源：永济三中网站

4月17日上午，陕师大美术学院赵郅安教授、硕导、博士与物理学院张红洋硕导、博士受研究生院委派莅临永济三中调研。校长柴若侠，教学副校长仇水民，副书记杨兵，教研主任冯胜，校办副主任杨凯锋，美术组长杜江，物理组长侯川英老师以及7位实习研究生老师在卓越广场迎接。

柴校长首先带领专家领导们一行参观校园环境，讲解学校办学思想和办学特色，专家们饶有兴趣地观看、倾听着学校的办学理念、办学思想和校园一草一木的故事，赵教授作为知名的留日归国的美术园林设计专家，称赞三中的学校文化建设方面的匠心独具，认为这是高中教育活的隐性课程，在校园环境和文化建设上整个校园具有文人气质的环境安排，创造了精致的教学情景，给人以良好的感受。

在参观完校园后，专家领导们来到二楼会议室召开实习研究生工作座谈会。会议由仇校

长主持，他首先介绍和汇报了 7 位研究生在三中的实习生活，认为她们的到来为三中注入了新鲜的血液，带来了活力，激活了课堂教学。在三中办学条件有限的情况下，她们工作上很谦虚、认真、热心，一到学校就与学校老师一起参加全市义务植树活动，随后又马上投入教学第一线，提高专业教学水平，积极协助班主任工作。学校“二五”期间的奋斗目标是“瞄准课堂，全力创建山西省优质高中”，她们教学上积极听课、了解教学，发挥着督导团和信息员的作用。在学校领导的多次检查、走课过程中，她们或在上课、听课、并充当副班主任参与班级管理，认真负责，表现良好。

接着，由教研主任冯胜汇报了永济三中的实习研究生管理方面的做法。他强调，永济三中与陕师大的教育联合具有普遍性，三中类型的学校占全国高中的百分之八十，合作具有重要的科学研究价值，如何大面积提高教学质量是我们的永恒追求。他从实习生生活安排、理论优势、实习目标、工作分配、课题计划和个人总结等方面总结了半学期来实习生的教育收获和感受。仇校长又补充介绍了每位研究生都有自己的优秀指导教师，人均月听课 20 节次以上，鼓励实习教师全面突破学科界限，在全校范围内听课，为学校推荐最优秀的学科教师，进一步观察课堂，推荐三中课改标兵和带头人，积极完成各自学科的研究课题。

第三项，在实习教师代表赵佳的带领下，大家一一发言 5 分钟，谈收获、谈感受，用教育叙事的方式谈及自己的角色转换、教育疑惑、学生学习动力、所教学生的价值观现状、教学落实、师生关系、课堂调动、情景创设及过渡、班级小故事、小组学习、教学设想转化等现实问题，获得大家的称赞。

第四项，由赵教授谈自己在三中调研的感受，首先用孟母三迁的故事和香港中文大学将院士头衔颁发给了“洗碗工”的案例，谈及显性课程和隐性课程的结合问题，赞赏三中的校园环境和文化建设是独特的隐性课程。听了实习生们生动的教学一线叙事，认为那是大学课堂根本没有的实际体验，一系列的教学遭遇，会使自己拥有了将来的职业认同，用一学期的时间实习，弥补了大学课堂的缺陷，在教学实践的实际生活中大家逐渐产生生活的追求、生动、惬意和快乐，感谢三中提供好的实习环境。

张教授在发言中谈到，自己老家在万荣，与运城的高中教育有不解之缘，认为永济三中的校园文化中的一草一木一景都很有用意。鼓励大家读读美国教育专家的书籍，感谢三中帮助陕师大发展担负使命。在三中他感受到了危机意识、发展意识和可持续发展，看到了学校发展的朝气追求，赞赏三中有三中梦。对于高中课堂改革，全国推动很微弱，值得探讨。

最后由柴校长做最后总结性发言，他感谢实习生把精彩留给了三中课堂，强调艰苦的地方最能锻炼人。鼓励和建议研究生们要带着感情参与教学，用激情上讲台，爱学生、学校和

班级，把学生当成自己的孩子或亲人，迸发出生命的激情。每个学生都是鲜活的生命，希望大家变成火种，去点燃它，唤醒、鼓舞和持续地激励。用爱和精湛的教育技能将学生送进大学。鼓励大家，在问题的解决中不断成长，了解中国教育现状。要大胆创新，将理论和实践结合。结合三中的校情、生情，强调教育是农业、是慢的艺术，教师要做精神的巨人和灵魂的工程师。他鼓励年轻人，一定要是个思想者，使自己、学生与学校同成长，把主张变成成熟的教育思想。永济三中的办学追求就是“办一所高贵的平民学校”。他鼓励大家关注学校是一本书的隐性课程，跟父母、学校和工作社会实践学习，主动积极实践。要感谢人生的三种幸运，“上学遇到好老师、工作遇到好师傅、一生有个好伴侣。”，鼓励实习教师们多听课，构建和谐师生关系，提升自己的教育力。希望三中能借师大智慧的高地，用好的研究成果指导教学，多关切薄弱学校学生的成长，希望专家大师们多到三中来，学校会鼓励教师们去学习培训。

柴校长的发言表达了对各位实习教师的尽心、关心，肯定了大家的做法，希望两校继续加强合作交流，祝愿三中越来越好，陕师大名声越叫越响、学生更加优秀，相信大家的实习生活定会圆满、学业更优秀！在掌声中调研活动圆满结束！



柴校长讲解办学思想



介绍三友园



来到正心长廊



陕师大教授调研合影



陕师大专家了解永济三中校园文化



专家在座谈会现场

情系和高爱无边——陕师大研究生实习工作掠影

来源：和静高级中学简讯第 17 期

陈浩等 9 名陕西师范大学实习研究生于 2013 年 3 月进入我校实习。实习期间，他们的表现得到了领导和同事们的一致称赞和肯定。

学校领导高度重视实习研究生们的工作和生活，为实习研究生们安排了专门的宿舍，并办理饭卡在学校食堂就餐，同广大教职工一样对其发放午餐补助。同时给他们安排了工作岗位，并提供所需的办公用品，免除他们的后顾之忧。

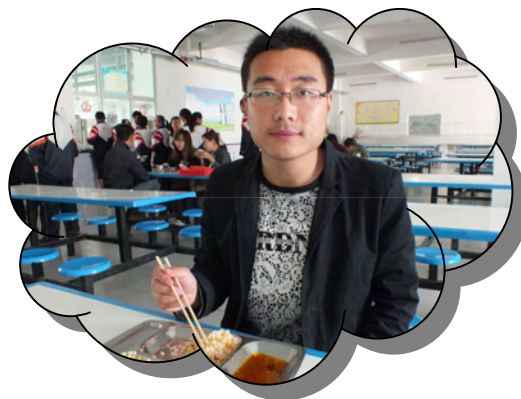
他们积极主动，态度端正。实习期间，他们能主动要求到各部门了解学习，努力从多方面开拓自己的眼界。先后在教务处、德育处、实验室、总务后勤处等学校主要部门进行工作。同时，通过学习单位规章制度和与各科室人员的交流，比较全面地掌握了我校各科室的主要工作流程，还协助完成了一些力所能及的行政事务工作。这种积极主动的工作态度获得了各科室人员的一致好评。



他们谦虚谨慎，勤奋好学。注重理论和实践相结合，将大学所学的课堂知识能有效地运用于实际工作中，虚心听取老同志的指导和别人提出的工作建议。表现出较强的求知欲，并能够仔细观察、切身体验、独立思考、综合分析，运用自己的知识解决工作中遇到的实际困难，能够做到服从指挥，认真敬业,工作责任心强，工作效率高，保质保量完成工作任务,深

受学生们的爱戴和喜欢，在很短的时间内成为学生们的知心朋友。

他们待人诚恳，作风朴实。严格遵守学校的各项规章制度，实习期间，未曾出现过无故缺勤，迟到早退现象，并能与单位同事和睦相处，交流融洽，善于取长补短，虚心好学，注重团队合作。



他们如是说，“作为陕西师范大学实习研究生，来到和高，感受到了和高人的热情好客，这是我们终身难忘的经历和精神财富。”“情系和高爱无边，实习支教终无悔。”

教科培中心组织陕师大实习生参加学校考察

来源：深圳宝安区教科培中心

时 间：3 月 8 日 9: 00——17:30

考察学校：坪洲小学、宝安第一外国语学校、宝安中学附小、新湖中学

考察人员：刘运、郭建基、王熠、贺建虎、张萍、赵芃、高婷、赵志英、何涛、魏阳莉

带队老师：教科培中心刘主任

内容总结：

在教科培中心的安排下，我组十人在刘主任的带领下，于 3 月 8 日考察了宝安区四所直属学校，分别是坪洲小学、宝安第一外语学校、宝安中学附小、新湖中学。这四所学校都事先对我们的考察做了很好的准备，不仅安排好了人员接待，而且校长及主任亲自为我们介绍学校的基本情况及带领我们参观校园等，让我们在参观的过程中，在见识到很多富有特色的校园文化之外，还深入地了解到学校的管理。这次的考察，让我们都收获颇多，具体有以下几个方面：

一、校园文化建设去陈出新，令人耳目一新的同时还发人深思。这四所学校的校园文化都是根据各自的学校、学生实际情况进行建设的，独特的设计与想法都值得我们学习。比如宝安中学附小的校园将自然生态、地形地貌等科学知识充实校园建设，让学生在游乐的过程中身临其境进行知识的学习。新湖中学的校园如同花园般美丽，每一层都是花香四溢，并且是按照梅兰竹菊四君子来安排格局。

二、教育教学有自己的特色。这几所学校都在完成教育部的指示的教育内容之外还开设了自己代表性的教育，比如：新潮中学的科技教育，培养学生的科技发明能力；宝安中学附小动漫教育，注重学生的绘画能力的培养；宝安第一外语学校设有中加实验班，注重学生的外语教育，并有假期的游学活动；还有坪洲小学的国学教育。另一方面，都很注重学生的责任心得培养，而且培养的方式很是新颖，比如将校园的每一棵树分配到每一个班，要班级学生一起维护一颗树的成长，或者将教室的花盆分到每一个学生，由学生自己看护等，这些既让学生在维护树、花草的生长的同时锻炼了责任感，又让学生感悟到生命的意义。

三、注重教师专业发展。这些学校的领导不管是对青年教师还是有经验的骨干教师，都严格要求教师要注意专业技能的培养，并举行各种活动，让教师积极参与。比如：坪洲小学的假期要求教师要练习书法或美术等，还举行粉笔字比赛，展示教师的成果等。各种不同方式的对教师培训使学校教师自主形成一种团结竞争的气氛，促进了教师的整体水平的提升。

四、尽管这次考察收获很多，但是还是有很多的不足。比如，由于时间的限制，我们也不能一一详细考察，而且没有明确地考察目的，使得我们对于参观的学校的很多认识还停留在表面，还有很多的问题值得我们去挖掘与深思。不过我们还是收获很多，仅仅是表面的认识就已给我们在今后的教师教学生涯上有很大的启示。相信会在今后的类似活动上会做的越来越好。

见贤思齐，取长补短

——东莞第七高级中学考察剪影

来源：东莞第七高级中学

1.赴中山市东升中学学习

2013 年 5 月 14 日，陕师大学科教学历史专业教育硕士刘红梅和霍英丽，与东莞市第七高级中学历史科组老师一起，在中山市东升中学听课学习交流。

2.赴博罗华侨中学参观

2013 年 4 月 12 日，东莞市第七高级中学艺术科组到博罗华侨中学参观学习，陕师大学科教学美术专业陈菲菲、邹国赞一同参与考察，进行了广泛学习交流。



陕师大实习生霍英丽、刘红梅参与考察



陕师大实习生陈菲菲、邹国赞参与交流

第二篇章 小组总结

爱与奉献

——新疆昌吉州实习团队总结

新疆昌吉州实习组长 徐佳

2013 年 3 月 5 日，我们一行 29 个人踏上了西安到乌鲁木齐的列车，开始了我们人生的一段新旅程---教育实习。从这一天起，我们将离开培育我们校园，将所学到的知识运用到实践中去；从这一刻起，我们的身份由学生转变成教师，开始传道授业解惑；这一天起，我们是全新的自己。下面我将我们新疆昌吉州的实习情况分学校来介绍。

一、呼图壁县一中

实习人数，5 名（两名地理，三名英语）

小组长，于珍

呼图壁县一中是我们这次实习唯一一个没在昌吉市里的学校，学校领导对我们的实习生非常的重视，给实习教师在新盖的教师单身公寓安排了两个房间，有卫生间和厨房，并给每人发了被褥、床单、热水器等生活用品。

教学工作上，五名实习生都被安排在高一年级组，英语的三名同学基本上每周上 2 节课，目前上过 50 节课左右。地理的两名同学，目前代课 30 节左右，同时担任了班主任工作，学校给每人安排了经验丰富的班主任，都主持过班会。每位实习生除了完成学校给安排的教学任务，还坚持听课，跨年级的听课，跨学科的互相听课，收获很多，在这个过程中一起讨论，一起进步。同时也积极参加学校的活动，参加了学校组织的五四徒步旅行活动，参观了新疆西域春乳业公司，体验了新疆特色的农家乐。全完融入了所在学校的正常学习生活，也很好的完成了实习任务。

二、昌吉市二中

实习人数，5 名（英语三名，地理一名，计算机一名）

昌吉市二中的五名同学，到学校报道后，马主任和王校长开车载实习生游览了这个西域小城，让我们的实习生对昌吉这个城市有了初步的了解。游览之后，学校相关领导解决了相关的食宿事宜。3 月 6 号就正式开始了在昌吉市二中的顶岗支教工作。

市二中的实习生主要担任的是初中的顶岗工作，我们的实习生，缺乏的更多的不是知识，而是如何管理学生。对于我们实习生来说面临的最大问题恐怕就是如何掌控课堂、如何管理

学生。学生的学习不只是学生一个人的事，首先离不开教师的教，其次是家长的管教，但是最为重要的还是学生自己的认真的学。这两个月里市二中实习生最大的感受就是：只要把孩子管好了，成绩也就出来了。教课之余，我们的实习生会经常一起讨论，教学方法，管理学生的方法，与学生一起成长。

三、昌吉市一中

实习人数，5 人（英语，体育，计算机，地理）

五名同学虽不顶岗，但都承担着代课的任务，王晓蒙担任两个班的初一地理教学，王占臣担任着初中的体育教学工作，同时还带着篮球队训练，剩下三名同学三月份是听课，之后也不同程度的担任着学校的教学工作，除了教学工作，市一中的春季运动会，咱们的实习生也是鼎力相助，当裁判，当教练，计分员等，很辛苦，同时也参与着学校的行政工作，可以说是完全融入了实习学校，实习生的表现得到了实习学校的全面认可。

四、昌吉州第二中学

实习人数，10 人

昌吉州二中是我所在的实习学校，是昌吉州比较好的一所学校，校领导对我们很重视，给我们安排了食宿，学校条件很好。我们的实习工作主要包括教学工作、班主任工作，行政工作。

教学工作上，政治的两名同学，马光辉和李云是顶岗实习，每人带两个班，实习期间，所带班级成绩有明显提高，四名同学被分到高三，一名同学被分到初三，每天的工作量很大，参与着出卷，阅卷，讲卷子等工作，同时指导老师也安排我们在低年级授课，每人平均上课 30 节左右，还有两名被分到高二的同学，也是先听课，之后指导老师安排讲课机会。美术的一名同学担任着，初一，初二，高一，高二的美术教学工作。实习期间，我们的经常一起交流教学经验，互相听课，提意见，进步很大。

班主任工作，学校给我们每个人都安排了实习班主任，每天跟着学生做早操，基本上每个同学都主持过班会，州二中每周都有班主任讲话课，我们先是听着指导老师讲，后来基本上都承担了所带班的讲话课，指导老师对我们的帮助很大，教我们如何管理学生，如何与学生相处，我们的实习生在学校基本上得到了所有领导和老师的认可。

行政工作上，除了两名顶岗实习的学生，其它学生都被安排了行政工作，财务处打印发票，财务局去帮忙输数据，团委整理档案，办公室日常的工作，行政处，教务处都少不了我们的身影。学校的艺术节，实习生刘一彤同学基本上是全程协作，很辛苦。我们的实习生都圆满的完成了任务。

五、昌吉学院

实习人数，4 人（小学教育，学前教育）

昌吉学院是一所本科院校，咱们的实习生担任大学教师的工作，同时，由于昌吉学院正处于评鉴的特殊时期，我们被安排到不同的部门，积极配合有关评鉴的工作。实习基本包括三个部分，听课，课堂教学和行政工作。

听课中，我们感受到讲好一堂课，从课程的导入到教学结束要细心准备和精心策划，不仅要备教材也要备学生。教学工作上，实习生樊丽、史慧楠和侯志娟共同承担《心理学》这一门课程。侯志娟在第 13 周至实习结束进行授课，在此期间，她主要是进行认真备课工作。整个实习期间，我们都觉得行政工作也让我们受益匪浅。在不同的部门，我们积极地进行搜集、整理以及编辑文件；筹划网站设计的工作；计算并核对有关教材费用以及宣传并举行了书展活动等工作；整理并设计评鉴材料目录并进行预评估的演练。

时光荏苒，疲惫与充实中，实习已经过去两个多月了，在这段时间里，我们每一个人都受益匪浅，如果说用两个字来表达我们实习过程中的感受，“感谢”两个字，再恰当不过。感谢昌吉州五所学校的领导对我们的热情接待，让我们初到这个遥远又陌生的城市里感受到的是温暖，是亲切，为我们安排好食宿，让我们有家的感觉；感谢我们每一个人的指导老师，是你们用广博的知识丰富的经验，教会我们如何当一名真正的教师，实习的过程中，教我们如何设计一节精彩的课，教我们如何管理课堂，甚至教会我们课堂上怎样使用每一个眼神，让初为人师的我们能够在课堂上展现的更精彩。感谢我们所教过的每一名学生，看着你们稚嫩的脸庞，再疲惫再辛苦也心甘情愿，看着你们求知的眼神，让我们更坚定要当一名老师的信念。当然更要感谢的是陕西师范大学研究生院的领导老师给我们提供这样难得的机会，让我们终生受益！

新疆库尔勒支教团实习小结

新疆库尔勒实习组长 陈浩

一、统一出行

2 月 23 日晚，新疆库尔勒支教团一行 31 人乘坐同一辆火车奔赴实习基地，在路途中，我们有说有笑，共同度过了一个祥和的元宵之夜，最终在 2 月 25 日安全抵达实习基地，并受到了实习学校的热情接待。



和静中学实习生与教育局、校领导合影



也老师、王老师询问实习情况

二、指导老师安排实习工作

实习指导老师也勇老师、王较过老师不辞辛劳地来到新疆指导我们的实习工作，也老师和王老师走遍了库尔勒的所有实习学校，察看了同学们的住宿情况，卫生情况，学习和工作环境，详细询问了同学们的实习情况，生活情况，指出了实习中尚且存在的问题，并给出了指导性的意见和建议。二位老师勉励我们要吃苦耐劳，团结协作，相互理解和信任，乐于奉献，要做“师之典范”！同学们感受到了学校和老师对我们的关心，并且极大地受到了鼓舞！

三、研究生院领导赴新疆检查 2012 级全日制教育硕士实习工作

4 月 18 日-19 日，研究生院副院长施建雄、研工部副部长宋传东、专业学位办王莉一行三人赴新疆库尔勒市对我校 2012 级全日制专业学位教育硕士新疆库尔勒支教团的实习支教工作进行检查和指导，各位领导和学生进行了悉心的交流。



各位领导勉励我们要刻苦钻研，在搞好教学的同时要在中学进行调研，理论与实践相结合，身高为师，身正为范，用知识去教化人，用行为去感染人，要做“专家型教师”和“教育家型教师”。同学们受到了极大鼓舞！

四、各个实习学校的实习情况汇总

（一）和静高级中学实习组

1.教学情况

和静高级中学 9 位同学虽然都没有顶岗，但同学们都能够与自己的指导老师搞好关系，能够抓住每一次上课机会并能虚心听取指导老师的指导。受到了指导老师和其它老师的一致好评。

2. 参加活动情况

和静高级中学的实习生积极主动，态度端正。实习期间，他们能主动要求到各部门了解学习，努力从多方面开拓自己的眼界。先后在教务处、德育处、实验室、总务后勤处等学校主要部门进行工作。同时，通过学习单位规章制度和与各科室人员的交流，比较全面地掌握了实习学校各科室的主要工作流程，还协助完成了一些力所能及的行政事务工作。这种积极主动的工作态度获得了各科室人员的一致好评。此外，同学们好积极主动的参加了学校的各项活动，例如：植树活动、精神文明单位建设活动、文化艺术节活动等，拓展了视野，陶冶了情操。



文化艺术节剪影

（二）州一中实习组

1. 教学情况

所有实习生全部顶岗实习并且担任班主任，不管是教学还是管理方面，能力都得到了很好的提升，具体实习情况如下：

吴会兰代初一两个班，高一一个班的信息技术课，每周六节课，并且实习初一班主任。孙仲霞代初二民族团结、心理健康及初二地理课，每周 8 节课。实习高一班主任。朱晶代初二三个班英语课，一个双语班，一个汉语班，每周 11 节课，并且实习初二班主任。张凤代高中三个班英语课，两个双语班，一个汉语班，每周 10 节课。同时实习高一班主任。吴冬雪刚去代初一年级美术和书法及初二美术，期中考试结束后只代初一年级书法和美术，每周 14 节课，并且实习初一班主任。陈晓敏前期代初一一个班数学，共代 50 节课，后期代初三化学，共代 18 节课，并且实习初三班主任。徐昕代高一五个汉语班政治课，每周 10 节课。

2. 生活情况

学校住宿条件好，分发了新的被褥，床单及被套，脸盆，水壶等生活用品。领导和老师非常关心同学们的生活状况，帮助同学们解决了生活上的一切困难，同学们感受到了身在异国他乡的温暖。

3. 其它方面

实习期间，同学们态度端正，吃苦耐劳，虚心好学，真正把实习当成了锻炼自己的平台。打扫办公室卫生，监督学生升国旗，带领学生跑操，监考，组织学生活动，处处都有他们的身影。吃苦耐劳，表现积极，受到了学校领导和老师的一致好评！



吴会兰、朱晶与参加活动的学生合影

（三）库尔勒市实习组

库尔勒实习组分别包括市一中、二中、三中、四中和十中，部分同学顶岗，有较多的上课机会和锻炼机会，没顶岗的同学上课机会也比较多，使得他们的专业知识得到了巩固和应用，教学能力得到了提升。

库尔勒市各个实习学校的实习生表现积极，在教学之余，组织并参加了丰富多彩的活动，给同学们在校老师和学生们带来了欢乐，展现了陕西师范大学研究生多才多艺的一面，超强的组织能力、良好的交际能力、以身作则的行为作风等受到了学校老师和学生的好评。其中张芸洁组织高一三班学生参加高一年级组话剧节，定剧本、演员、指导学生进行了表演排练，带领学生参观了库尔勒市生态农园；赵新新、田丽娜组织了拔河比赛，赵新新带学生在团结体育场参加体育考试；刘家琴、马晶晶参加了学校组织的拓展训练；马海燕参加了学校的广播体操比赛，实验考查，主题班会等。



刘家琴在参加学校组织的拓展训练活动



张芸洁在话剧节组织的话剧

（四）巴州蒙中实习组

巴州蒙中的部分同学顶岗，上课机会较多，得到了较多的锻炼。没有顶岗的同学也能够

积极主动地抓住每次上课的机会，认真听课，并且能够认真总结、反思。教学之余，他们组织并参加了学校的各项活动，给实习学校增添了活力和注入了新的血液，点燃了同学们的激情，受到了同学们的热爱。值得一提的是由他们组织并表演的篝火晚会：激情澎湃，热烈奔放，展现了陕师大研究生的风采，给学校的老师和同学们留下了难忘的记忆！以下是篝火晚会的节目表：

由于不适应，巴州蒙中的同学在生活上遇到了一些困难，最后困难得到了解决，同学们也渐渐的适应了实习生活，能够以较好的心态投入到实习生活之中。

五、实习感言

态度决定一切。赴新疆支教对我们来说是人生第一次，或许也是最后一次，或许这样的机会对于我们每一个人来说一生只有一次。我们无所畏惧，我们只为提升自己的能力，锻炼自己的意志而来，任何困难都将转化成动力，任何磨练都将锤炼意志。我们明白其中的艰难却毅然决然地选择了新疆，是因为我们敢打敢拼，不怕困难，不怕吃苦，有战胜一切的勇气！

心里有家，处处是家。我们来到了一个离家很远的地方来支教，这环境、这生活对于每一个人来说都是崭新的，也是陌生的，离家远了，难免归心似箭。但是，在支教的过程当中，我们从没有背井离乡的感觉，原来这里浓厚风土人情早已把我们带进了心中的另外一个家，这里有兄弟姐妹们的精诚团结，这里有老师的关心，同学的爱戴，我们辛苦并快乐着……

情系新疆，此生无悔。在这离别季，是那么的舍不得，舍不得塔克拉玛干沙漠的雄壮，舍不得博斯腾湖的秀丽，舍不得巴音布鲁克草原的广阔，更舍不得侃侃而谈的老师，活泼可爱的学生，热情好客的领导……如果让我们再次做出选择，我们还选择来新疆！

一路南下

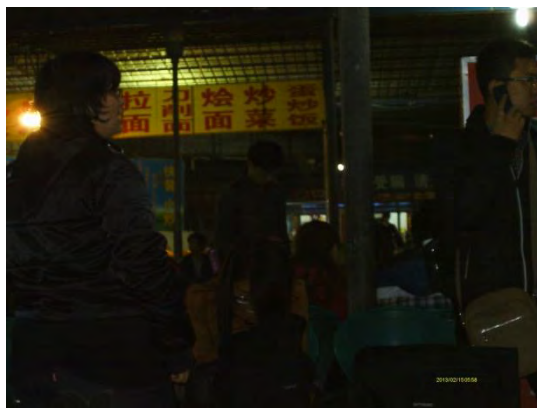
——东莞组实习总结

东莞市实习组长 刘红梅

东莞实习组由 22 名同学组成，分布于东莞市第七高级中学、大岭山新风中学、道滘济川中学、茶山中学、麻涌中学和横沥中学。其中有 14 名同学在高中实习，8 名同学在初中实习。在实习学校得以完全顶岗的有 13 名同学。

东莞实习组在此次 2012 级教育硕士实习活动中，最早出发到位。在春节尚未结束的正月初四我们已经收拾好行囊，坐上了南下的火车。于 2013 年 2 月 15 日早 4 点，最早一批实习同学抵达广东省东莞东火车站。

此照正是 2 月 15 日清晨，五湖四海的同学汇集在这个陌生城市的火车站的情景。主要人物有左起站着的陆兆侠同学、低头看手机的霍英丽同学、认真联系学校的董亚东同学。大家一边等着即将要来的同学，一边联系实习学校，准备在这个号称广东“四小虎”之一的城市开始实习之旅。从 2 月 15 日起至 2 月 26 日，原定在东莞实习的 22 名同学全部抵达学校。



对于此次“陕西师范大学研究生实习”，东莞的接收单位都非常重视并给予了最大限度的支持，为我们提供了锻炼的空间。抵达学校安顿好后，学校立即组织实习同学跟领导开会，安排了我们的实习工作，分别指定了教学上的指导老师和班主任实习工作的指导老师。顶岗的同学从开学第一周便投入到紧张的听课学习——自主教学中，未能顶岗的同学也开始了有计划的听课、准备上课的实习生活。尤为突出的是在东莞第七高级中学实习的 4 名同学，完全被视为学校的一份子，几乎参与到学校的所有活动：日常教学；每周固定的科组活动、集体备课；科组的教研活动；学校的月考、期中考监考阅卷；家长会；学校的各类会议；第二课堂；外出考察学习；三八妇女节外出活动；五四青年节活动；学校举行的科技文化节活动等等。对于茶山中学、横沥中学及大岭山新风中学和麻涌中学的部分未能顶岗的同学，基本上都承担了班主任的工作，在班级管理上得到非常大的锻炼。



刘红梅、霍英丽与七中历史组老师出游



陈菲菲、邹国赞与七中艺术组老师学习

在此次东莞实习的过程中，大家了解到南方学生与北方学生的差异，思维活跃、极度渴望被关注、自制力很差，在教学技能方面得到非常大的提高，深切认识到如何做一名合格的老师，并且在实习过程中与学生建立起深厚的情谊，不少同学感慨在实习中“收获了爱”，此外在背井离乡的情况下，个人的沟通能力、与人相处的能力得到很大的段炼，在同一所学校实习的同学间也建立起深厚的友谊。3 月 20 日，正值东莞遭遇冰雹，师大刘天才老师赶

到东莞大岭山新风中学和道滘济川中学探望在此实习的同学,给予了我们在异地实习的师范大学子极大的安慰,刘老师的鼓励跟建议,使我们在实习过程中更加努力、更有干劲。对于这次难得的长时期异地实习经历,所有的同学心中充满感激,感谢师大给与了我们这样难得的机会,感谢实习单位给予我们锻炼的空间。

实习三篇章

——郑州 106 中学组实习总结

郑州市 106 中学实习组长 李杨

不知不觉我们在郑州 106 中学实习已经近三个月。实习小组每个人都在这里学到了很多东西,不论是知识上的、实践上的,还是对自己的认识都有意想不到的收获。

一、学校篇

在来之前我们已经对 106 中学有所了解,这是一所全国有名的美术特色学校,在校学生从初中开始就练习与美术高考相关的专业技能。尤其是对高中生来说,他们需要花大量的时间来学习美术。当然,各个班的学生文化课和美术课水平也有差异,这些都需要我们在实习过程中需要注意的。清华班的学生基础比较好,学习自觉性也比较强,需要学习方法上的指导;普通班的基础比较差,学习自觉性也比较差,需要老师监督。也正是由于是美术生较多,也使得我们觉得这里的学生思维很活跃,也很富有创意性,他们的想法或者问的问题也是我们意料之外的。

刚到这里的第二天,学校组织我们开会安排实习事宜。在了解了每位实习生的具体情况之后,给每位实习生安排实习导师。其次,了解师大的实习具体要求之后,强调了我们在实习期间需要注意的问题:定期小组内交流,参加学科教研活动和班主任会议,注意安全,请假等。

在实习后的一个月,在学校的组织我们参加了一次交流会。通过交流会我们不仅了解了其他实习生的概况,也发现了彼此的优点和不足。(1)上课一定要准备充分,把握机会多上课。(2)课堂提问的问题设置要适合学生水平,要有启发性。(3)多了解学生,多与指导老师交流。(4)讲课一定要声音洪亮,注意音调的高低起伏,突出需要强调的部分。

另外,郝校长对我们的教导也真是获益颇多。他认为实习是一个“感受自我-感受学生-感受课堂-感受教学”的一个过程,课堂要尽量使学生达到“读、思、问、说、议、写、评”的过程。他鼓励我们将课程改革部分融入课堂之中,组织学生活动。

二、教学篇

我们小组虽然上课次数虽然不多，但是通过课堂每个人都有着自己的感受。

杨静（英语）：在这段日子里，我得到了知识层次的提高和实践经验的丰富，让我懂得了教师工作的严谨性和重要性。天空如此温柔地包容着大地，大地如此宽厚地载育着万物，郑州 106 中学便是我心灵栖息的园地，我在此处认真而努力地实习。在未来的日子里，我会更加勤奋、更加努力地做好实习工作。

李会娟（英语）：学生作为一个主要学习间接经验和知识为主的主体，会在不知不觉中把老师的某种或者某些言行运用到自己的生活中，所以一定要给学生积极的正面的正能量。我能够渐渐的找到教学的感觉，上讲台的时候更多的不是恐惧，而是兴奋，一种将要给学生们传授知识的喜悦。

王晓芹（地理）：通过这两个月的实习生活，我深深地体会到了教师职业的伟大和教师职业的艰辛。刚开始讲课的时候，每次上完课都感觉嗓子冒烟，有时候感觉腿也不听使唤，想着自己在学校作为学生是那么地不理解老师，不尊重老师的劳动成果，忽然间对自己的老师心存愧疚。另外一个让我感触深刻的就是当老师真的是一个良心活。有的时候你讲的多与少，深与浅，对与错，其实学生很难判断出来，大多数时候还是由老师的主观意愿决定的，而且课外辅导也完全取决于老师的个人意愿，所以，要当好老师必须有极强的责任心。

罗石生（政治）：实习改变的是我对教育的一种认识，不变的是我将一直为教育事业贡献自己的全部力量。。从自己开始，不忘教育良心，树立对待每一件事的态度和对待每一个学生方法。只要我们心中有自己的理想，有着对教育的那一份思考和责任，以后自己的学生不一定是学习成绩最拔尖的，但是他一定是最懂得感谢和感恩的人，这样的人懂得自己存在的意义，真正的发挥自己的存在。

李杨（历史）：教师对于学生来说不仅是一种知识资源，更是一种精神资源、文化资源。学生的好问喜欢质疑的态度，是我学习的驱动力。正是他们的好问使我认识到只有不断地学习，才能做他们的“知识资源”。

陈治华（美术）：课堂要善于启发学生，注意对学生的心理疏导。

王思齐（美术）：实习，我们就是去失败的，去成功的。有明确的课堂目标和秩序是非常重要的；学生是课堂的主体，永远要把学生的问题放在第一位；要想去感染学生，你必须有真实的感受；教好美术，需要一种情感，这种情感包括你对艺术不断的探索，还有对学生的一份爱心，守护学生的天性并加以引导。

赵丹（美术）：我逐渐意识到发挥学生主动性是教学的重点，在这一点上的理解，比原

来深刻了许多。每个人心中都住着一位画家，或是设计师，在日复一日的重复劳动中，他们手中的画笔更加神奇，每个人都在描绘一个美丽的梦，老师的角色真的就是一个园丁，见证着梦实现的一天。青春是一笔美丽的财富，在这边沃土上，将孕育出无限可能。

三、生活篇

生活方面我们老校区的交通很方便，刚来就经常去郑大校园逛逛，顺便怀念下师大的生活，偶尔也会去二七广场和附近的滨河公园、碧沙岗公园，远点的就是卫辉的比干庙。

学校的老师和学生们也很可爱，学生遇见了也很热情地打招呼。我们有空也会帮忙监考、帮办公室老师们改作业，和他们一起聊天交流。晚上回去后又和室友们聊聊今天发生的趣事，每天的生活都过的很充实。

下面就是我们用相机记录下来的在郑州 106 中学的点点滴滴。



赵丹与实习学校的合影



李杨（左）与王晓芹（右）滨河公园游玩



王思齐（中）与学生一起烧烤



参加哈师大附中历史特级教师示范课

结语

虽然在郑州 106 中学实习时间并不长，但是这里是见证我们成长的地方。即使以后来这里的机会并不多，学生们灿烂的笑容，老师和校领导们的关怀，我们都不曾忘记。实习也即将结束，“学高为师，德高为范”我们将不断践行着使命。

享受实习，快乐生活

——深圳罗湖外语学校初中部实习小结

深圳市罗湖外语学校初中部实习组长 徐燕

2 月 27 日，我们在《中国教师报》华南教师培训基地金波主任的率领下来到罗湖外语学校初中部，开始了为期一学期的实习生活，罗湖外语学校初中部举行了简单的欢迎仪式。



仪式开始，我们各自做了简单介绍。接着罗外初中部郑国麟校长致欢迎辞。郑校长首先代表学校欢迎我们前来实习，并且表示，这是第一次接受这样规模、这么高学历（全部为研究生）的实习队伍，是一件大好事，对学校肯定会有很多帮助。他还诚恳地对我们说：“你们是中国教育的未来，希望你们在教育教学方面大胆去尝试、去摸索、去创造；学校愿意为你们提供尽可能好的条件，搭建好的平台，让你们尽情施展自己的本领。”

在实习期间我们利用周末时间去了深圳大梅沙第一次见到了期望已久的大海，海浪拍打着脚丫子，好舒服……



4 月 19 日，我们还一起去了香港，迪士尼主题公园、海洋公园、杜莎夫人蜡像馆、太平山顶、金紫荆广场、星光大道、维多利亚港都留下了我们的足迹和欢声笑语。



在实习期间，我们坚持接近学生，接近课堂，与学生平等对话；我们积极听课，认真备课，相互交流讨论，珍惜每一次登上讲台的机会；课后我们认真及时的批改作业，为学生答疑解惑，还积极参加学校各项活动，我们的表现赢得了学校领导和老师的一致好评和赞扬！

在这里的生活和工作充满欢乐，感谢罗湖外语学校初中部给我们提供这次锻炼自我的机会，相信这会是我们人生中一段难忘的人生经历。

附：深圳市罗湖外语学校初中部实习小组成员（共 9 人）

组长：徐燕（化学）

组员：王华（语文） 杨欢（数学） 郭婷、蔺姗姗、徐佳星（英语）

刘晨（化学） 曾泽（历史） 陈玉彬（物理）

宝鸡渭滨中学实习小结

宝鸡渭滨中学实习组长 李梦

此次到宝鸡渭滨中学实习学生一共 8 人有：地理 2 人李梦、白兴华；英语 2 人朱星、王跃锦；政治 1 人马向乐；化学 1 人王楠楠；计算机 1 人陈璨；生物 1 人张龙龙。我们于 3 月 4 日同意到达渭滨中学，有渭滨中学副校长廖燕热情地接待了我们，并为我们安排了住宿以及简单的生活用品。到校第二天学校召开了实习生会议，会议主要表达了该校对我们的到来表示热烈地欢迎，学校领导也非常重视这次研究生实习，并为我们分配了学科指导老师和班主任指导老师，这些老师都是教育一线的优秀教师，拥有多年丰富的教学经验，我们可以得到跟真正的“实战经验”。

由于宝鸡实习点是陕师大第一次开设，我们 8 个人都不敢有所懈怠，我们要做好自己的工作，严于律己，做好榜样。每个人都兢兢业业跟着自己的指导老师听课，我们每天跟延点晚自习知道晚上 10 点才结束。不是为了表现而是为了能有更多的时间和学生接触，了解学

生，更好的掌握学生的学习情况、心里状况，做到能够和学生及时沟通，并能提高我们自身的专业能力。每周我们都会围坐在一起进行本周工作总结与心得，谈谈我们每个人在这一周有什么收获，遇到什么困难，发现那些问题，与大家分享交流，我们共同解决。到了3月中旬，大家就开始陆陆续续走上讲台，开始给学生讲课。刚开始我们的讲课水平都不好，主要是紧张。因为从来没有面对着这么多人说话，心里难免会不自在。而且对于自己本学科的知识也不是全部都能熟练掌握，毕竟大学的专业学习和实际操作还是有很大的区别的。我们经常会遇到学生问问题，我们回答不上来的情况，这就说明我们学的还不够扎实而且经验不够。随着上讲台的次数越来越多，大家的胆子也渐渐大了起来，慢慢适应了站在讲台上，不再紧张，表现的比较轻松自在，这对以后走向教育工作岗位有非常大的帮助。另外，作为实习班主任我们也要担任教育学生的重任，这甚至比学习更重要，因为教师不仅仅是传授知识更重要的是教育学生如何做人。我们尽量找机会多和学生接触，和他们朋友相待，了解学生内心的想法。及时和问题学生、学困生交谈，找到他们的问题所在，鼓励他们改变自己。

经过一段时间的实习工作，我们得到了渭滨中学的老师、领导们的认可，也得到了学生的认可，这是值得我们高兴的，我们也会继续努力。

5月初，师大的带队老师来渭滨中学对我们这8个实习生进行慰问，表达了对我们的关心。并和渭滨中学的领导、各科指导老师在一起开了一个座谈会。渭滨中学的领导、老师给予了我们高度的评价，我们也谈了谈实习过程中的心得挺会。



白兴华上课影像（地理）



王跃锦上课影像（英语）



教育硕士导师合作基地签约仪式



师大老师来渭滨中学慰问照片

西安铁一中实习小结

西安铁一中实习组长 王玉

时间飞逝，转眼间为期半年的实习即将结束。回首实习的日子，从 2 月 25 日踏进铁一中滨河学校的那一刻开始，我们就对母校师大心怀感激，感激学校能给我们这样一个难得的机会让我们来到这所名校感受基础教育课程改革的前沿，“自主、合作、探究”教学模式在这里体现的淋漓尽致。我想这所学校的改革是成功的！作为西安铁一中实习基地组长，我现在分别从以下几个方面对我们的实习做一汇报和总结。

一、实习动态

（一）担任副班主任工作

王玉--初一 1 班；王航--初一 2 班；郭院娜--初一 3 班；谭雯--初一 4 班；邵博文--初一 5 班；董奕杉--初一 6 班；杨静--初一 7 班；李雅唯--初一 8 班；李小敬--初一 9 班；周侨丽--初一 10 班，王东阳和郑瑞平没有负责固定的班级，有需要都会去帮忙。

具体工作：

- 1.两查工作：跟随原班主任每日早午读前查考勤。
- 2.一日三思：参加课间操、午读前和晚自习前的学生反思，主要对当日学习、卫生和纪律等方面进行反馈。
- 3.晚自习辅导：每日晚自习进班，给学生答疑，辅导各科作业，并帮扶学困生。

总之，两个多月的班主任工作，让我们体验了如何当一名好班主任，如何与学生沟通交流，如何管理好班级，这些经验为我们未来的教学管理奠定了基础。

（二）实习生听课与代课情况

实习组的每一位同学都能遵守校方和实习单位的规则，严格要求自己，并能全身心的融

入实习学校，包括教学、德育、班主任工作以及学校的各种活动，英语专业的三名实习生（王玉、王航、王东阳）不仅积极参加英语备课组会议，而且还加入了铁一中滨河学校的英语校本课程的研发工作；政史地微体美的实习同学也积极参加备课组会议，并及时开展课程研讨会。英语专业的三位同学主动还参加学生每日晚自习的答疑活动和班级学困生的帮扶工作；两名体育生积极配合学校初一年级体育备课组老师，排练了体育节的大型团操活动。

另外，在初一八班英语老师欧杨老师修产假之后，我（王玉）通过学校领导的全面考察，从 5 月 4 日开始，受学校领导委托，以正式老师的身份接任初一年级 8 班的英语教学，并参加期中考试家长会。通过我的努力，在 5 月 15 日的每周抽检考试中，以全部的达优率和两个满分的好成绩赢得学生和老师的认可，让我更加热爱教师这个职业。

此外，我们实习组还在每周一周三晚上开展内部交流会，大家交流自己的听课上课感受，并做好教学反思工作。从而更加清楚今后听课应该重点听什么，上课各个环节怎么衔接最流畅，怎么样备课才能体现新课改的理念。总之，在这样一所名校里，通过我们的努力，实习学校为我们提供了较多上台讲课的机会，从而让我们在教学一线慢慢成长，慢慢理解教学技巧，将新的理念用在具体教学中。我想这样的机会是难得的，在剩下的两个月里，我们应该以更加负责的态度做好自己的工作。

（三）大型小升初活动

4 月中下旬，受学校领导委托，实习组所有同学积极配合实习单位，参加了铁一中“小升初”大型招生工作，王玉、董奕杉、李雅唯、王东阳、郭院娜、郑瑞平、谭雯主要负责家长接待和宣传工作；王航、杨静、周侨丽、李小敬负责网上报名注册，通过这些工作，我们更加熟悉了铁一中的新课改理念和思想，并且知道如何更好地与学生家长沟通交流，作为未来的老师，学会有技巧的与家长沟通这也是我们需要培养的一种能力，而实习学校为我们提供了这样一个绝好的机会，我想这是一种宝贵的收获。

二、社会的关注

在我们实习期间，我们看到了社会对铁一中新课改的认可和赞誉。从 3 月份到 5 月份学校分别接待了西安铁一中教育集团领导对学校工作的验收、西安市教育局的视察、灞桥区教育局的考察、陕西省榆林市交流团校长与铁一中的交流和西安市第 34 中学领导团队的教学参观。我们看到了社会各个阶层对铁一中新课改的兴趣和肯定，作为实习生，我们感受到了基础教育课程改革的艰难，但是更多的看到了改革成功地希望和曙光。此外，我们还积极参加实习单位的开学典礼、月考质量分析会、全体教职工大会、月巡工作（每个月初领导对班级仪容仪表、班貌班风、纪律卫生进行的大型检查活动）和运动会（担任裁判和通讯稿征集

员), 真正接受了新课改理念的培训。同时, 我们实习生组同学策划的“一战到底”活动, 具有创新性的设想得到了学校领导的肯定。

三、实习感想

在这里实习的几个月中, 我收获颇深。我深刻的理解了“基础教育的改革首先是管理理念的改革”这句话的真正内涵。所以下面我想从自己对这方面的感悟谈谈实习半年的收获。

实习学校实行一种新的教育模式: 自主、合作、探究学习, 每个班级都是五人小组, 在这个小组里选出小组长和每个科目的课代表, 全面协助班主任老师和各科老师的工作与教学, 不管是在课前、课堂还是课后, 老师都大胆的放手将权力下放给各个小组的“行政长官”, 这种新的管理理念真正做到了师生角色的转变, 与传统的教学模式相比, 这种模式里老师只是充当了导演, 而表演者、管理者是学生。在我所教的班级里, 我深刻的感受到了学生能力的激发对学习的重大意义, 他们自律、自主、自觉的学习态度让我震撼, 我想这也是其能力彰显的结果。所以我认为基础教育的改革, 最重要的是要转变传统的教学管理理念, 只要能突破传统管理理念, 把学习主动权交给学生, 让他们去发现新知、管理自己的学习, 那么他们学到的不仅是知识, 更多是获得了能力的提升, 这才符合素质教育对学生能力的要求。在我刚接到新班的时候我对自己的课堂管理和驾驭能力很没有把握, 但是通过与领导和指导老师的沟通交流, 以及通过对前段时间的听课反思, 我渐渐明白在这种新的教学模式下, 只要以新的理念去管理班级, 教学难题自然就会迎刃而解, “七分管理, 三分教学”的定论是不无道理的。所以刚接到新班的第一周, 通过与班主任的交流沟通, 首先我先从各个小组的小组长和课代表抓起, 包括培养他们课堂讨论的组织能力、课后作业的有序批改与监管能力、早午读的带动能力等, 通过对他们全方位的培养与鼓励先让他们优秀起来, 进而去影响和带动其他组员, 在这个过程中再让各个环节表现优秀的小组凸显出来, 形成示范效应, 让这种班级正能量传递下去, 一个组影响全班同学。我想只要我将这种理念坚持下去, 学生的成绩很容易就提高了。

同时, 在实习学校, 我们所有实习生互帮互助, 坦诚相待, 及时交流经验, 工作上互相鼓励, 生活上友好相处, 大家之间也建立了深厚的感情, 我想这将是我们的财富。

最后我想说: 让我们每个人都怀着一颗感恩、感动的心去感激母校师大、感谢实习单位对我们的栽培和关照! 继续努力, 让我们的实习顺利结束。



西安铁一中校本教材



西铁一中学生的一日反思



市局领导视察



4 月月考质量分析会现场

第三篇章 心得感悟

别样的日子，相同的精彩

外国语学院赴郑州 106 中学实习生 李会娟

盼望着，期待着，忐忑着，实习已经走进了我的生活，并且已经伴随了我们三个月的时光。从最初的各种不适应到现在的坦然自得，从第一次上讲台的紧张颤抖到最后的自然得体，我相信自己在这几个月的实习中是收获颇丰。虽然实习的时候换了一个新的环境，新的朋友，新的生活形式，但是在这别样的日子里，我感受到了和学校生活学习相同的精彩。

在实习的这三个月中，我感觉到自己的各个方面都在发生着变化，一点点进步。首先，自我身份的转变。虽然在铁六中我们是作为陕师大的一名学生来进行实习，但是一旦进入到实习学校我们的身份就立刻发生了转变，我们是一名实习老师了。作为一名老师，我们就必须要时刻的注意自我的言行和日常的行为规范。因为学生作为



一个主要学习间接经验和知识为主的主体，会在不知不觉中把老师的某种或者某些言行运用到自己的生活中，所以一定要给以学生积极的正面的正能量。

其次，教学经验和技巧的提高。对于我这样基本没有任何教学经验的实习者来说，进入学校进行教学活动是再合适不过的。在实习指导老师的帮助下，我能够渐渐的找到教学的感觉，上讲台的时候更多的不是恐惧，而是兴奋，一种将要给学生们传授知识的喜悦。

最后，感谢学校给我们提供这样一个增长知识和见识的舞台，犹记得自己被学生称呼老师的时候，那种喜悦之情是无以言表的。感谢指导老师辛苦的付出，认真的指导。感谢一起实习朋友们的陪伴，让我们每个人在饱含知识滋润的时候又不觉得孤独。

不是旅途的归宿，而是开始

政治经济学院赴巴州蒙中实习生 张娜

我怀着难以诉说的心情以及对教师这种职业的神圣向往，和同学们来到了我们实习的目的地——巴州蒙古族高级中学。

当然我根本没有想到，在之后的三个月里，我会在这里收获一段快乐而难忘的时光。正

所谓：“千淘万漉虽辛苦，一波三折有收获。”这次实习令我感受颇多。一方面，我深感知识学问浩如烟海，使得我不得不昼夜苦读；另一方面我也深深地体会到教学相长的深刻内涵。备课、上课、反思，日复一日，无数琐碎平凡的事构成了我实习生涯的主旋律。

古人云：“知之者不如好知者，好知者不如乐知者。”兴趣对于一个学生的学习来说是一个至关重要的条件。兴趣是学习入门的阶梯，兴趣孕育愿望，兴趣溢生动力。那么如何才能激发学生的学习兴趣呢？其实这不只是学生的问题，老师也要有激情与耐心，这是作为一名老师应该具备的。激情与耐心，就像火与冰，看似两种完全



不同的东西，却能碰撞出最美丽的火花。其实，不管在哪个行业，激情和耐心都是不可或缺的。激情让我们对工作充满热情，愿意为共同的目标奋斗；耐心又让我们细致的对待工作，力求做好每个细节，精益求精。激情与耐心互补促进，才能碰撞出最美丽的火花，工作才能做到最好。

在实习中，我还发现了，有些东西不能选择，有些东西却可以选择。份内的工作当然要认真完成，只要勤问、勤学、勤做，就会有意想不到的收获。

在为人师的这条路上，我迈出了第一步，接下来还有第二步、第三步……但不管怎样，我都会以学生为本，把实习中积累的经验融会贯通到今后的事业中去，我会以我的真心去呵护学生，因为我面对的是一颗颗纯真的心。

实习，就像进了社会大熔炉一般，千淘万漉虽辛苦，就算被磨练得遍体鳞伤，也要摩拳擦掌，做好又一次投身熔炉的准备。我在实习中逐渐变得“勇敢”。虽然开始也会有顾忌，怕“主动出击”会招惹“不知天高地厚”的蔑视。但事实告诉我，应该对自己有信心，应有勇气去尝试。即便在尝试中失败，也能让自己成长，没有锻炼的机会，谈何积累和成长？而这一切，只能靠自己去争取。等待，只能让自己在沉默中消亡，只有主动，才能为自己创造良机。实习，陪伴我经受了挫折，也经受了欢乐！

高二（1）、（3）、（5）班的孩子们让我感受到当老师的快乐，他们教会了我要永远笑着面对生活，我喜欢他们的纯真可爱，烂漫无邪，仿佛夏日星空中一颗颗闪耀的明星，又像花园里各种各样的花蕾。似乎，千言万语也说不尽支教生活的点点滴滴，这些点点滴滴已成为最美好的回忆。实习的经历即将过去，可我会回头去看一下我在那里留下的脚印，我相信那不会是我旅途的归宿，而是我充满挑战和希望的开始！真心的希望这些孩子们可以有一个

美好的未来，拥有属于他们的精彩，努力方能问心无愧，拼搏才是最后赢家，我也会好好努力，创造属于自己的精彩！

初为人师

文学院赴龙城高级中学实习生 胡欢

来到龙城高级中学（龙高）已经 13 周了，清楚的记得自己刚到学校的情景：没有长途的疲惫，只是深深的被眼前的一切吸引，校门口的两棵木棉，在新学伊始之际，开得别样娇艳，校园路两旁类似于牵牛花的植物，布满了整个墙壁。在冬天的日子里，这里的一切让人感受到的却是春天的气息！这种爽爽的滋味正如自己内心对实习的希望一样，轻快而又期待！

相较于西安的每天阳光明媚，这里充满了太多的阴雨。如同自己实习的过程，如果说开始的自己对初为老师，充满的是好奇，是跃跃欲试的激动；那么现在的自己，内心对老师这一职业，充满的却是无比的尊敬和热忱！在学校的安排下自己独立带了一个班的语文，在欣喜之余，更多



的是在思考、担忧：自己有没有能力把孩子们教好？自己有没有能力教与他们学习成长的知识？很多很多的担忧！怕自己做得不好，怕自己做得不够。但，好在有很多有经验的老老师，总是对自己耐心的指点，用心的帮助。这些指点与帮助，对每天，每一节课都摸着石头过河的我来说，就像站在十字路口迷茫时，前方忽然闪亮起来的指示。

到现在，实习已经过半，在备课，上课方面，较之于开始的自己，都有了进步。每天依旧是跟着老老师听课，在老师的安排下，上公开课并得到所有老师的指点评价，问老师有关上课中自己不懂的地方，与老师探讨自己的疑问，向老师请教班级管理事项，这些都是自己常做的事情。在实习的过程中，还有好多的第一次：第一次监考、第一次参与评卷，第一次以作为老师的身份安慰因考试而灰心的孩子、第一次开家长会、第一次与家长交流孩子的事情、第一次有家长信任自己，让自己帮助孩子、第一次……

在这里的每一天都是充实而具有挑战的，而在教学任务之余，和实习小组的队友们，在周末时出去走走，去看自己从未见过的大海，去转转这个具有国家改革开放之窗的地方。生活、学习愉快而有规律，面对已过的一半时间，自己将会在接下来的日子里，更加努力地学习——初为老师！

传授知识，感受幸福

旅游与环境学院赴昌吉州第二中学实习生 徐佳

时间过得真快，在疲劳与充实中，实习时间已经过半，两个月的时间里，感受颇多，收获更多。

还记得刚被分到高三年级的时候，心里的小失落，想着来新疆可以顶岗，提高自己的教学水平，结果被分到高三年级，代课的机会可能基本为零，心情差到极点，事实没办法改变，只能调整心态，



欣然接受。听了指导老师的两节高三复习课后，我庆幸自己被分到高三，庆幸遇到这么好的指导老师，教学水平很高，而且性格很好，很有耐心，每一节下来会给我讲解相关的知识点的链接，会要求我细读每一本教材，听高三的课，收获的是系统全面的知识，老师还给我安排高一的讲课，教会我如何设计出一节精彩的课，我的每一次讲课，老师都会抽时间去听，给我提出很多宝贵的意见，让我受益匪浅，除了学习上，指导老师对我在生活中也非常关心。感恩遇到这么好的指导老师。

还记得第一次拿着书本走进课堂，学生对于新老老师的新奇，热烈的欢迎，让原本不自信的我倍感亲切，轻松，课堂上学生的积极配合，让我觉得当老师很幸福，课后学生也会主动找我聊天，给我在教学上提意见，当然也有的班的学生不买账，课堂沉闷，下来后心情异常失落，我积极主动找原因，一方面和任课老师聊天，去了解学生的心理，学习状况，去接近学生；另一方面钻研自己的教学方法，尝试找到让学生可以接受，愿意听的方法。是你们求知的欲望，让我更热爱教师这个行业，是你们纯真的笑脸，让教师再累也心甘情愿。

实习的过程中真的收获了很多，关于知识，关于教学，关于处理师生关系，关于处理人际关系等等，这段单纯而美好的日子，必定会让我永生难忘，在接下来的两个月时间里，我会尽力做好自己的本职工作，上好每一节课，传授知识的同时，提高自己，感受幸福。

窗里窗外

外国语学院赴深圳西乡中学高中部实习生 钱洁

窗

这，是一扇寒窗

透着不温暖的阳光
再璀璨的星辉也弹不出三载的忧伤
荷塘披着不明朗的月色
一页一页
错过了多少似锦年华
一字一字
都是褪了色的慢慢声声
守着皱褶的涩涩
香草也引不来燕舞莺歌
美人，停下去往汨罗的脚步
未名湖畔
还有你奕奕神采的舞步
垂钓
在湖畔
宁静致远
吟诗
在塘边
境随心转
这，是一扇窗
溢满了柔和的光
照亮了，一地梨花，没有芬芳



从陌生到不舍

文学院赴东莞麻涌中学实习生 高瑾

短暂的四个月的实习就要接近尾声了，依稀还记得刚来到这个陌生的地方、陌生的学校，看到的都是陌生的面孔，犹如第一次走进大学校门时，给我的那种新奇的感觉。

记得初等讲台时，看着台下学生们好奇的眼神，那时候真的很害怕不能给他们留一个好印象，紧张感油然而生。第一节课不能算是失败，但是问题很多，或者说比我预想的要糟糕很多。但是胜不骄败不馁，或许刚开始的新老师都会有这样一个过程，所以，我认真总结经

验和不足之处，力争在下一堂课中补足查新！

可以说，这也是我的运气之一，我做了顶岗老师。像正式老师一样，从早读到晚修，我努力地做到了没有缺勤、没有迟到，认真备好每一节课，认真批改着每一份作业，也许就是从这日积月累的经验中，我慢慢地学到了书本中学不到的做老师的乐趣，做老师的淡定自若。慢慢地，上



课不再紧张了，可以和学生们交流谈心了，可以适时调整自己的计划和教学任务了。而这些，是一般实习老师学不到的经验。所以，我很庆幸有这样的机会，我想这也为以后步入正式的工作岗位提供了一个很好的平台和锻炼机会。

实习已经进入倒计时了，很舍不得这些学生，他们是我的第一批学生，虽然只有短暂的四个月，却从他们身上，我第一次获得了当老师的自豪感和成就感。他们教会了我如何与学生交流相处，如何能与他们成为朋友，而不是简单的师生关系。我想珍惜这种情谊，在多年之后，还会想起办公桌上他们送给我的一份份小礼物，他们天真的微笑，这也许是对我这次实习最好最真的评价。

弘雅小学语文组参加第十六届“现代与经典”

全国小学教学观摩活动心得体会集锦

文学院赴深圳弘雅小学实习生

春色满园，芬芳四溢的课堂——郑小琼

在这次第 16 届“现代与经典”语文教学观摩研讨会中，于永正、王崧舟、朱文君、孙双金、武凤霞、赵志祥、管建刚、薛法根等这些只能在电视或网络上见到的名师专家、大师学者，齐聚一堂。我们带着仰慕之心，携着取经之愿，怀揣着小语人特有的教育梦想，来到深圳戏院，跟专家面对面近距离接触，跟名师倾心交流。

其中王崧舟、赵志祥等 9 位教师为我们献上了精彩的语文课例，在他们的课堂上，我们饱览名师大腕游刃有余、驾轻就熟的教学艺术；尽情领略小语学科无穷的魅力，贪婪吮吸“现代与经典”的文化精髓。其中王崧舟老师的《去年的树》散发出浓浓的语文味，散发出“诗意课堂”的魅力感染了在场的小语人的心，；而赵志祥的《景阳冈》活泼而风趣，引人入胜！令我们小语人倍受激励！收益非浅！

妙语连珠，万紫千红，描绘现代最景色。

思想碰撞，诗情画意，奏响经典最强音。

别开生面的《景阳冈》——陈曼丽

走进下午的会场里，就能听到笑声不断，那正是赵志祥老师的课，《景阳冈》上得夸张、上得幽默，说他是上课演员一点也不过份，观摩赵志祥老师的课，有时跟看戏差不多，有开始也有高潮。赵老师是位敢直言的老师，毫不隐晦自己的看法，这是需要怎样的勇气？因为好多学生存在逆反心理，所以赵老师亲切地叫学生“宝贝”；因为孩子们好强，所以赵老师并不是处处在学生面前显示自己比他们优秀。赵老师有三个法宝：一要会发嗲、撒娇，二要善于模仿孩子们的腔调，三是不断地自毁形象。不过这都要建立在充分自信的基础上。

一直以来很喜欢赵老师的诙谐幽默，喜欢他那种模糊语言。在观摩会场，赵老师示范朗读，抛却传统课本、课堂模式，评书演绎，给孩子们上了一堂有意思、别开生面的《景阳冈》。最后的师生互动让我非常感动，所谓师生之情不正是这样互相欣赏，互相尊重的一种情感吗？赵志祥老师的课充满趣味性，甚至让学生和我们都忘记了时间的流逝！假如我们的小古文教学采用这种形式（重视字词教学，重视拓展而忽略课文的分析），那么小古文教学单元或许可以真正做到抛砖引玉的作用，让学生真正由此对我们的古文学产生浓厚的兴趣！

最后谢谢《现代与经典》让我在这么优秀的课堂里学习和进步。

活用教材，培养能力——李建珠

上周五有幸参加了“现代与经典”的教学观摩活动，聆听了福田保税区小学刘艳执教的《将相和》与深圳教科院赵志祥老师的《景阳冈》，这两篇课文都选自我国古典名著，感觉他们处理、把握教材的方法十分独到，真到做到了活用教材，是以课文为例子在教语文，真正是培养了听说读写的能力。

反思我们的课堂，我们每一位教师在上完一堂课后，该问问自己：当学生把这堂课所学的知识点忘记以后，还剩下些什么？十年，几十年以后，当学生把所学的知识全忘掉以后，我们给他们留下些什么？我们的教育，能否给孩子们留下正确的思维方式，留下解决问题的能力，留下他们真正需要的听说读写的能力呢？这两节课我想学生一辈子都忘不了，因为教师不仅教给了学生知识，更主要的是教给了他们学习语文的方法。

刘艳老师的《将相和》设计新颖、巧妙，充分体现了新教学理念，她把课堂还给了学生，连黑板都交给了学生，使学生成了课堂的主人，让我受益匪浅。刘老师在课堂中把学生分为正反方由学生来辩论，这一设计很大胆，学生们唇枪舌战，感觉效果很好。刘老师在辩论会上适时点拨、引导，培养了孩子的语言表达能力，孩子个个伶牙俐齿，使枯燥的文本有趣起

来。辩论锻炼了孩子们的语言，体现了孩子们的智慧和博学。

赵老师的课堂特色是用亲切与幽默充分调动学生学习积极性，整节课轻松、充满笑声，学生爱上，听课老师爱听。《景阳冈》设计更是新颖大胆，摒弃了我们常规教学的字词句分析。静下心来想想，“武松打虎”这样生动的情节描写，学生确实是一读就懂。赵志祥老师在课堂上领着学生去找“打虎英雄”，编顺口溜去记“打虎英雄”，探讨为什么同是打虎英雄，而“武松打虎”的知名度如此高。更是通过教学生说“评书”，如何读章回体小说的“回目”，把“回目”改成对联等把孩子们带进了古文阅读的殿堂，在孩子们的心里种下一颗文学的种子。同时，他并没有忘记语文基本功的训练，在教学中花了不少时间指导学生写一手好字，这是我们高年教学经常忽略的内容。

教育不着痕，润物细无声——简海英

2013 年 4 月 19 日第 16 届“现代与经典”语文教学观摩研讨课在深圳戏院隆重举行。我再次有幸听到了深圳市教研室主任、特级教师赵志祥老师的课。赵老师在课堂中幽默的语言，平易近人的态度一下子把师生间的距离拉近了，简单的一个自我介绍，看似无痕，却处处以学生为主体，体现了当今语文的大课堂观。

品味经典，感受魅力——吴艳

当听到有这个全国性的语文教育名家的教学观摩会，心里只有一个想法：我一定要去听听！虽然我们学不到名家名师的风范和艺术，但是当我仰望名家名师时，心里更加纯净，深深地告诉自己：原来语文还可以这样教啊！这次教学观摩研讨会让名家的教育人生更绚丽，同时也让我们的教育人生更增加了信心，同时留下了片片思考。

三天的学习时间，我参加了第一天的学习。原本是冲着我们的“诗意大师”——王崧舟老师去的，可是到了现场才知道，调到第三天了。既来之则安之！反正大师的课都值得一听。

这天的课安排了三节和一节讲座。课有福田区外国语小学刘艳老师的《将相和》、深圳语文教研员赵志祥老师的《景阳冈》以及福田区小学的校长肖绍国老师的《北京的春节》。

刘艳老师的课将辩论贯穿整个课堂，学生的知识面很广，可想他们在背后收集的资料，了解的知识有多少，才能“舌战群雄”。让我印象最深的是，刘老师在总结升华这个部分，将一个数学题“将+相=?”抛给学生，让学生在这节课的最后，用自己的认识，将自己的观点归纳与一个数字，一个图片或一个词语一个句子，学生的思维在此碰撞交织。

赵志祥老师的课是不能复制的，太活了，太有创意了！《景阳冈》这节课，赵老师没有走进文本，而是在整节课对于原著《水浒传》的回目，章节进行旁征博引的讲授，拓展历史上、名著里有名的打虎英雄，从这个知识的拓展引申出为什么武松的知名度为什么最高，那

都是因为这个故事出自于《水浒传》这部经典名著。在最后还教学生“评书”，将经典文学著作作用评书的形式来演绎，他说：经典是不需要过多的讲解。整节课有神有色，有趣有益，让听课的学生快乐不知时日过，让听课的老师困意全无。

肖校长的课充满着浓浓的京味，抓住“课文抓住了哪几个点进行写作”。从这几个点中去找词语，将词语串成一幅幅画面，再从一幅幅画面回到文本，让人感觉在肖老师的带领下我们跟随着老舍先生在北京过着有浓浓北京风味的春节。

吴教授的《语文课程改革之路径》报告，他深入浅出地对比各种课例，让我们来比较好的课例为什么能很好地利用文本这个例子，能进能出，运用自如又有教育的意义，真正体现语文学科的工具性和实践性。

一天的学习虽然很累，但是大师的课堂，带给我们一场丰盛的精神盛宴，欣赏回味之余，也带给我们触动和反思：语文课堂追求什么？学语文的最终目标是什么？我想大师们的课堂给我们大家做了很好地示范和引领——简简单单教语文，扎扎实实学语文，实实在在做老。

《去年的树》听课感悟——实习生杨春玲

周天，我有幸去听全国小学语文观摩课。最喜欢王崧舟老师执教的《去年的树》。一篇浅近的童话故事，在王老师的课堂上读出这么深厚的感情，读出如此丰富的语言技巧。课堂充满诗意，听着，看着，仿佛在听一出优美的音乐剧，旋律优美，语言动情。让我不由感慨：语文，原来可以这么美！

一、反复朗读，情感体验

阅读教学是教师、学生、文本三者对话和交流的过程。朗读又是对话和交流的一种形式。王老师指导学生反复朗读，分角色朗读。在读中感受、体会，在读的过程中获得情感体验。比如故事开头，简单的几句话。通过找关键词“天天”，要求学生读出“天天”的味道和感觉。用“特别”一词写树和鸟儿外貌，再读。这样前后读了八遍。在读的过程中发现文字的美妙，学习浅近的写作方法，体会鸟儿和树之间深厚的感情。

二、添词补白，情感升华

在读的过程中，全文找不出一个写外貌、表情和心理的词语，平淡的语言表现小鸟与大树之间深厚的友谊。他让学生添加词语，补充描写外貌、表情和心理，和原文形成强烈对比。第一次读故事开头，首次接触“平淡”，让学生补写鸟和树的外形，与课文中没有写树、鸟的外形对比，初次感受“平淡”的语言。第二次读故事发展，再次感受“平淡”，老师让学生补写旁白，与课文中没有旁白比较，再次感受“平淡”的语言艺术；第三次，读故事结尾，引导学生从“看”字想象鸟儿的心情，与文中只用一个平平淡淡的细节“看”相比较，又一

次感受“平淡”。添词对比中，情感得到升华。

三、巧妙的板书设计

王老师将板书的作用也是发挥到极致。课堂最后擦去补充的词语，平淡和深厚之间留下一片空白。王老师问，为什么文章里不写外貌，不写表情，不写心理呢？是作者写不好吗？孩子们都已心领神会，这是为了给我们的想象空间留下一片天地。在空白处大大地写上“想象”。精致的板书更是为课堂添彩。

听赵志祥老师的《景阳冈》有感——陈家欢

听了赵志祥老师执教的《景阳冈》，我的感触较深，主要谈以下几点：

一、如何用教参

在教学中，我们对教参有这样几种态度。一是唯教参之为听。也就是教参说什么，我们就说什么；教参怎样说，我们就怎么说。我们成了教参的传声筒。二是把教参仅仅当作“参考”而已。三是完全抛弃教参。

听赵志祥老师的课，我们都看不到教参的影子，如对字词死板的解释，对重点句子的理解，对人物形象的分析等等。但我们又确实看到赵老师对课文重点的把握和落实，如字词的理解与书写，通过看图来说武松的动作等，鼓励孩子重新给课文命题更是创意之举。更重要的，赵老师并不停留在对文本的解读，而是通过各种方式让孩子感受《水浒传》的魅力。

平时上课时，我有一种明显的感受，就是教重点课文我们还是免不了跟着教参走，让孩子理解重点句子，分析人物形象并要求孩子做笔记等。相比之下，我更喜欢让自读课文，这类课文让起来好像更能放开手脚一些，说到底，还是应试的指挥棒对我们有或多或少的影响。备课时，不应该迷信教参，而要多方收集参考资料，以更好地完成教学任务。

二、教学环节更简单一点

赵老师说过，“教学设计，就是一个舍弃的过程。”并且提出：淡化(放弃)课文内容分析。赵老师的《景阳冈》，用他的话来说，便是“孩子们都读得懂，有什么好讲的？”是的，我在想，我们在重点分析文本的时候是不是忘记了：本组课文引入了《将相和》、《草船借箭》、《景阳冈》、《猴王出世》这些选自古典名著的文章，目的不就是要引导孩子去读原著吗？赵老师对文本的分析很少，更重要的是通过拓展古代的打虎英雄，通过讨论“为什么这么多打虎英雄，武松最出名？”，通过演绎评书来让孩子感受到《水浒传》的魅力。从赵老师的课堂来看，孩子是会思考的，孩子是会用心感受的，课堂效果水到泄成，不需要繁琐的教学设计，不需要灌输式的讲解。

三、底蕴更丰厚一点

赵老师的“评书”，让我们看到了一个语文老师的文化底蕴。他磁性的声音，对故事生动的演绎，不仅让孩子着了迷，也深深地吸引了在场的老师。我不由得在心里想，要是换我来读，这故事得逊色多少呀！这给我的启示是：作为语文教师，我们文化底蕴的丰厚与否，直接影响着学生人文素养的培养和人文精神的塑造。

四、让我们的孩子思维更发散一点

课堂的最后，当赵老师让孩子说说对他的印象时，一个孩子用“模糊语言”概括了赵老师的表达特点。的确如此，在课堂上，赵老师没有用“对”与“错”去判断任何一个孩子的回答。即使孩子的回答不尽如人意，甚至根本答非所问，赵老师也能用他的模糊语言巧妙地引导孩子，而且许多幽默的语言便在此产生，成为课堂的亮点。同时，不直接说孩子的“错”，孩子更敢说，更喜欢说，思维也就更发散，出现了许多我们意想不到的惊喜。

好玩、有趣的语文课——龚建牯

孙双金老师的观摩课《小偷罢工》，旨在表现和突出语文课的好玩、有趣。《小偷罢工》不是教材里的课文，而是一篇课外阅读文章。孙老师主张学生在上课时才是第一次见到课文，好奇心使课文散发的新鲜感充满整个课堂，持续地停留在孩子们不断成长的脑袋里。这则童话在孙老师的引导下，学生们尽情发挥想象，积极思考、发言。学生通过补充文本，写故事的结尾，每个人都是作者，每个人都可以写出一篇有趣的童话。同时，学生的读、写、说的能力，都得到了锻炼。在座的老师们，也沉浸在故事情节中。

课后，孙老师做了报告。他强调语文课，尤其是小学语文课要好玩。在语文课堂中，“有意思比有意义更重要”，语文教师应多关注学生的兴趣，让孩子们快乐地学习语文，体会到学习语文的乐趣，才会爱上语文课。孙老师还指出，语文课要做到好玩有趣，就必须突破现行的语文教材、突破分析的惯有思维和成人思维、突破应试教育的重围，这样以孩子特有的儿童思维来建设语文教材，使语文课堂有意思的同时又富有意义。

听赵志祥老师《景阳冈》有感——许少登

赵志祥老师的课堂，用十二字来勾画，那就是——幽默风趣，妙语连珠，感情激荡。听他的课，你能感觉到他对孩子的那种深深的爱，对教育事业的热爱与执着。听他的课是一种享受，更是一种快乐。

赵老师曾在讲座上提及——“简简单单教语文，老师学生都快乐”：环节简单一点儿、课件简明一点儿、教材简化一点儿、情感荡漾一点儿、视野开阔一点儿、底蕴厚重一点儿、心态天真一点儿。而赵老师所讲的《景阳冈》就如此，简单的教学流程，简洁的板书，充沛的感情，开阔的视野。孩子们都陶醉于其中。

简单的智慧，是源于丰富的教学实践。“语文教学很简单”不是随随便便，漫无目的简单，它是一种指导思想，更是教学最高的境界。

听《理想的风筝》有感——钟情

周六，我有幸聆听了管建刚老师执教的《理想的风筝》，见识了他的“指向写作”的阅读教学模式。为此，我有些自己的看法：阅读仅仅是为了写作吗？这样的教学模式是否会太注重语文的工具性而忽略了人文性？

我认为：阅读教学与写作教学都有其本身的价值取向，也有其内在的联系，还有具体的文体、课堂、学情等情况，应做科学的具体的研究分析，不能一概而论。而管老师执教的这一《理想的风筝》，几乎忽略了文本的赏析和读悟，太着重于分析文本的写作结构、分配等，让语文课堂变得像数学课那样充满了逻辑条理性和枯燥，而少了书声琅琅的语文味。

正如管老师自己所说：他所提出的“指向写作”的阅读教学还存在很多争议和分歧。智者见智，仁者见仁。我想，万事皆要辩证统一。若能将阅读教学和写作教学有机结合起来，可能更能突出语文课堂的人文性和工具性的完美结合。

听赵老师执教《景阳冈》有感——肖小琴

上周五，我有幸观摩了赵志祥老师执教的《景阳冈》，再次感受了大师的讲学风采，也让我感觉到了在课堂教学中自身的浅薄与不足。

一、语文课要有浓浓的“语文味”——倡导“本色语文”。

所谓“本色语文”是针对当今一些公开课出现的一股浮华之风而提出来的，授课者而极尽“包装、渲染、夸张、展示”等手段，极力追求奢华、轰动、精彩、艺术”的课堂效应，使课堂呈现类似流行歌曲演唱会的“盛况”，课堂教学和时装展览无异。比方说，有些教学不进行语言本身的推敲、揣摩和品味，而是围绕文本内容，外加大量的教化性补充“学习材料”，甚至整堂课用多媒体“狂轰滥炸”，过度渲染、张扬人文性，而把语文学科的工具性弄模糊了，有些教学观摩活动倾向于商业化操作，课堂变成舞台，执教者由于十分在意听课者反应而不断调整教学方法与策略，忽略了对学生的关注，于是，“课堂教学”变成了“课堂表演”，所有这些背离了语文教改的方向。

“本色语文”强调的是语文课要真实、朴实、扎实，也就是要在课堂上扎扎实实地对学生进行“字、词、句、段、篇”的训练，“听、说、读、写”能力的培养，要把提高学生语文素养贯穿于每节课、每一个教学环节，这次赵志祥老师执教的《景阳冈》，在教生字词时，教法、策略、风格各异，却共同体现了“本色语文”的理念：这就是“本色语文”的真谛。

二、朗读训练要扎实有效——教师的示范作用不可少。

朗读是一种最基本的语文教学方法，语文课必须要给学生留有充分的朗读时间，这已成为语文教师的共识，新课程对不同年段的小学生朗读的共同要求是“正确、流利、有感情的朗读课文”，然而，究竟怎样指导学生有感情的朗读课文？除了教给学生必要的朗读技巧外，更有效的办法就是在听学生朗读时相机指导，尤其是教师的范读能直接让学生体悟并较好地把握朗读时应有的语气、语调和感情。这次赵志祥老师给我们作了很好的榜样，这说明扎实到位的朗读指导，很好地调动了学生的情感，课堂充满生机与活力。

三、得法于课内，得益于课外——引导学生多读书，读好书。

赵志祥老师从自身的经历都谈到了要引导学生多读课外书的问题，强调语文学习是一个漫长的渐进的积累过程。学生语文能力不是教师讲出来的，而是从大量的课外阅读中获得的，教师的主导作用在于兴趣的激发、方法的指导及对学生的严格要求，即得法于课内，得益于课外，正如爱因斯坦所说，“当把教师教的全部忘记时，剩下的就是素质！”所以，在语文教学中，我们切不可仅仅局限于教好教材中的几十篇课文，因为教材无非是个例子，更重要的是通过这个例子让学生掌握学习语文的方法，养成良好的语文学习习惯，学生一旦具备了这样的素质，就能积极主动学习语文，广泛积累语文知识，语文能力、语文素养在不经意间就已经大大提高了。

高水平的一节课听完了，我却意犹未尽，仍然沉浸其中。本次听课，使我深深地感受到什么才是简简单单教语文、实实在在教语文，他的课堂才是实实在在的。这样的课堂教学，学生怎能不乐在其中呢？

有意思远胜过有意义——王娟

周六，听了孙双金老师执教的课例《小偷罢工》，在轻松愉悦中生许多感慨。好有意思的语文课！他是一个敢大胆突破的人，打破了现代语文教学的框框条条。小学语文的课堂让孙老师盘活了。《小偷罢工》是一篇基于现实而又超越现实的童话故事，他以幽默大气的风格引得笑声连连，在孙老师与学生一步步讲述和猜想中，一个个有趣的故事产生了。故事本身具有很多留空，让孩子们去想象、去探讨、去推敲，生动有趣，能激发孩子们充分的想象力，让每个孩子都参与到故事的编写中。真正是一个玩的很欢的课堂，然而孙老师的高明之处却在当一个个孩子们不禁惊讶的时候，他却戛然而止，让人意犹未尽。课后分享时，孙老师提出了语文教学要突出重围的报告，语文课堂有意思远胜于有意义，要让孩子们在玩中感受学语文的乐趣。孙老师还提出语文教学要突破教材、突破分析理解、突破应试教育、突破成人思维。让孩子感受到语文味，快乐地学习。孙老师给了我很多的思考，也让我在今后的语文教学中朝着这个方向努力迈进。

简单又深刻---听薛老师《我选我》后感---彭婷

近期,我有幸听到了薛法根老师的授课,薛老师的“无痕教育”是我此次学习最大的收获!他简单中凸显智慧的教育魅力深深吸引了我,给我留下了深刻而难忘的印象。

薛老师执教的《我选我》是人教版二年级的一篇课文。他在课堂上巧妙创设情境,注重学生说话训练,让孩子在轻松的过程中,尽情地说话,学习课文,玩游戏。

课后,薛老师的一句“向低年级的老师致敬!低年级好玩但不好教!”的话说到我的坎里了!在今后的课堂中,我将努力追寻这样好玩的课堂境界,让孩子爱语文爱老师,不急,不累,不空,不怕,有长进。

智慧和勇气---曾亢

孙双金老师的课强调了语文有意思比有意义更重要,要让孩子们在玩中学语文,并且归纳了语文教学要突破教材、突破分析理解、突破成人思维、突破应试的重围,才能让孩子感受到语文味,快乐地学语文。对此我表示深深地赞同,同时也十分敬佩孙老师的智慧和勇气。

点滴中成长

政治经济学院赴东莞济川中学实习生 杨玉红

从2月15日起始,三个月的时间浩浩荡荡的逝去。

从第一次上课的忐忑演变成现在的平静无波,让我成长了很多。

首先,上课成了我生活的一部分,每周紧凑的听课——备课——上课——评课,增长了知识,锻炼了驾驭课堂的能力。上课的时候,与学生进行讨论,真正体会到了“教学相长”的滋味。一方面,老师成就学生,传授知识,思想交流。另一方面,学生成就老师,学生是最接近流行元素的一群人,我也



学到了不少新鲜的词汇、潮流的新思想。学生和老师的代沟是不可避免的,但是通过交流使两个主体同时成长。

其次,我与我的指导老师密切的合作让我很欣慰。我的指导老师是个年轻的女老师,教学经验比较丰富,为人谦和,很合得来。相互听课是我们交流最主要的方式,听完课,指出本节课的不足,以便以后可以改进。

最后,我渐渐对班主任这个概念有了具体的了解。琐碎、繁杂的事情往往扑面而来,良

好的心态是当个好班主任的关键。“一千个读者有一千个哈姆雷特”，那班里的每个学生就像一个个活生生艺术品陈列在教室，老师用“欣赏的眼光”去看待每一个学生，尊重学生的自尊心，听取他们的意见，是构建和谐班级体关键环节。

教育实习是师范生长成必不可少的环节。“成长大于一切”，学到的东西往往是无法替代的。这段经历为我做好自己的职业规划初步奠定了基础，也是厚积薄发的第一步曲。

千里迢迢来到这个被称为“世界工厂”的城市东莞，领略到很多东南部风土人情，让我的眼界更加开阔。最喜欢在黄昏时分，与一起来的朋友漫步在塑胶跑道上，望着近在咫尺的片片绿色，感叹生活真美好！来到一个地方，只为一个目的，而这个目的对我来说相当明确——来实践教学。但是渐渐发现，我收获到了更多的东西，我倒情愿这是一段旅途，开心、迷惘、痛苦等感觉交替出现在我的生活中。结束在即，我想说：“这段时间真的有实实在在的收获，一切都是值得的”。

成长在渭中

外国语学院赴渭南高级中学实习生 冯姣

偶然翻看自己的实习日志，一页一页，不知不觉竟翻到了最后几页纸，不禁感慨来到渭南高级中学实习，已经两个多月了。

犹记得第一天被指导老师介绍给同学们认识的时候，我站在讲台，极力去掩饰自己的紧张，做完自我介绍后，却发现早已憋红了脸。而如今，我已经可以在课上自如地去喊每位同学的名字。这两个多月的时间，教会我许多，无论在教学方面，还是在班主任工作方面，都让我受益匪浅。

首先，最深的感悟，也可以说实习最关键的一课，便是角色的转变。第一天早晨，当我踏入教学楼，学生喊我“老师好”，我居然愣了半天没有反应过来，在我心里，自己还只是师大一名普普通通的学生，却不知来到渭南中学，我的角色已经变为一名老师，尤其是那天踏上讲台，组织同学们开班会，表演节目时，我才发现自己已不能向以前一样跟着他们瞎起哄，而是作为一个组织者，既严肃又不失活泼地去维持好整场活动。所以，过渡期我给自己定的首要目标就是短时间内去适应这种角色的转变，我决定从小事做起，不急不躁，去接受并转变自己的心态。逐渐的，我开始习惯老师这个称谓，同学们一句亲切的“老师好”，我会笑着回应一句“你好”，而且这种最初觉得别扭的问候，现在，每一声都仿佛在提醒着我作为一名老师的职责与责任。

其次，从实习前期师大精心组织的动员工作，以及来渭南中学之后开的各种会议，都让我清楚明白地知道自己此次实习的重点是在英语教学方面的成长。我的指导老师是一名经验丰富的高级教师，她不仅在教学上有着自己一套独特的方法，而且性格温文尔雅，一见面就给人一种亲切的感觉，这些都让我敢于去与她交流，探究一些关于教学上的疑惑。从第一次上讲台的失望，一路总结经验，吸取教训，到现在对每堂课充满期待，发现问题，改进方法，着实不易。但是，我庆幸自己坚持了，正如一句话所说的“有些事不是有希望才坚持，而是坚持了才有希望”。正是那份执着，才会有更加不凡的收获。

最后，被我一向轻视的班主任实习工作却着实给了我不一样地感触。我所在的班级虽然成绩不是最好的，但其在各种社团活动和艺术节中的表现，不得不令人赞叹。开学两周，学校的班会活动就经常在我班录制，如果有校外的领导前来观摩，我们班也必定首当其中，他们的团结，他们对于集体的那份热爱，让我甚是感动。所以，我决定尽自己的全力去爱护这个班集体。这期间，有组



织学生为敬爱的班主任开过一个意义非凡的生日会；学雷锋月也跟着他们去做志愿者捡垃圾，清扫楼梯；还为了在艺术节上一展我们 27 班的风采，出谋划策，帮助他们设计班标，班服。这些点点滴滴，都让我更加紧密地与他们相依相偎，与 27 班融为一体。

不知不觉已经写了这么多，2 个多月，如果放在人的一生中，不是多么长的时间，但是这两个月对我而言是重要的两个月，是我从学生到老师的两个月，是我重新认识自己，重新感悟教学的两个月，哪怕其中有苦辣，但那些酸甜的记忆是被深深地印在心底的，抹不掉，忘不了。

初一（四）style

外国语学院赴深圳海滨中学实习生 章亚莉

来到深圳实习已经快三个月了，都快忘了刚来时的新鲜模样。回想自己出来时的所见，感触最深的是这里的海风，温柔的、懒懒的。既而见到学生，偏黑的皮肤，各个都是调皮鬼。

有好奇心去了解他们、深入他们的生活，又被所听的“坏”学生事迹吓退，怕自己驾驭不住这些脱了缰的野马。三个月这么快地走完，感觉还没好好抓住每一天。出来时的印象也被这温润的气候洗刷得只剩习惯，好像早就融入了这里。

前一阵子火了《江南 style》，究其原因，是那堪称神曲的魔鬼音乐，简单易学的骑马舞，还有平民化的视觉效果和搞笑风格。有人说：在紧迫的日子和重复的规律生活中，拿出简单幽默和个性化的生活态度来挑战人们日常的认知规律。如果把音乐的事移到教育上琢磨琢磨，不难发现，突发性地 style 一把，不但不会削减教育的魅力，反而会产生相当震撼的力量。问题是，你敢 style 吗？可以毫不夸张地说，这种感觉真是太棒了！



班级管理就是让学生知道“优秀的人总是做最重要的事”，忙要忙到点子上。不断丰富班级自动化管理的内涵，打造有效执行力，让学生摆脱庸碌无为的生活状态，把最好的精力和时间用在最重要、最有价值的事情上。而如何激活孩子的“淡定”，驱散班干部的“职业倦怠”呢？受《1984》里“真部”“和部”“爱部”和“富部”的启发，我对班级自动管理化的名称进行了重新定义。

“吏部”：包括原来的两套班干部——“好男儿组合”和“辣妹组合”；

“商部”，原来的招商引资部，即卖废品的；

“美部”：四叶文学社；

“兵部”：男子篮球队、田径队；

“善部”：青年志愿者。

苏霍姆林斯基说：“在语言已穷尽的地方，音乐才开始它起作用的领域。那些无法用语言告诉人们的东西，可以用音乐的旋律来说。”一个班集体有书声、笑声、歌声，多么活泼生动！我们的班最终选定了《仰望星空》作为班歌。班歌，既是美的教育，也是集体主义教育，对年轻的心灵起着不可替代的作用。

疲惫忙碌，心力交瘁，就像牵一只蜗牛散布。我放慢脚步，仔细倾听孩子内心的声音……

“小金刚”的故事

旅游与环境学院赴深圳光明新区高级中学实习生 胡高娟

在我的实习生活中，最令我开心的事儿莫过于看到“小金刚”的成绩有了明显的进步。会关注他，算是偶然中的必然吧。



文理分班之后，我就正式开始了我的班主任实习工作。听同事说我们班的成绩是同层次中最差的，并且学校的“四大金刚”都在我们班。而我的班主任又偏偏是个脾气很好，主张学生自由发展、无为而治、因材施教的人（事实上，我们班成绩的不断进步也证明了他的教学理念是有可取之处的）。

每当看到我们班的学生在预备铃响之后还叽叽喳喳的吵个不停，我就感觉头大。想到那些“蛇打七寸”“擒贼先擒王”的俗语，我就想，也许让“四大金刚”安静下来，纪律或许就会好些。在与“四大金刚”沟通的时候，我注意到了坐在他们附近的他。他也是一个厌学的孩子，不爱说话、甚至很少笑，是很多老师眼中名副其实的“后进生”。

每当我到后排督促“四大金刚”不要吵，不要玩手机，不要玩扑克牌，不要看小说，赶快学习的时候，我感觉自己像个唠唠叨叨的大妈。而就是这样的唠叨，却得到这个“小金刚”的配合。他会很听话的翻开书，但是却不知道学什么。我觉得这或许是个好现象，于是就告诉他老师今天讲了那一部分的内容，该做那一部分的练习。

班主任说，每个学生都很希望得到老师的关注，如果他感觉到你在关注他、关心他，他会很高兴，就会产生正能量，提高学习积极性。于是，每天晚休前的班主任时间，我都会到班里转转，走到他跟前时经常翻翻他的练习册或是问问今天有没有认真听课。每次在班里听课的时候，我就利用“地利”之便指导他记笔记，提醒他不要开小差。一起实习的同学说，“我发现他就跟你说话的时候会笑哦~”很高兴，我的付出没有白费。

对于还没适应学习的“小金刚”来说，每天完成练习册上简单的课后练习都是难以胜任的。他泄气的跟我说，“老师，我不会写。”于是我就从最基本的开始，指导他先完成练习册上的“知识梳理”部分，甚至告诉他教材上那一段内容是重点，那一句话是要记住的，不理解的地方，还要单独给他开“小灶”。然后给他布置他能够完成的任务，降低老师的作业要求。有时他也会跟我讨价还价，找各种借口不写作业；有时他也会邀功似的给我看他写的好的作业。

周末测试的时候，他又偷懒了，20多个选择题只写了15个，结果对了9个。我就开玩笑说：“你的正确率还挺高嘛，照这个比例来算，下次考试就能及格了。”后来月考的时候，他只考了58分。虽然还没有及格，但跟他以前的成绩比，还是有了进步，也给了他很大的

鼓励。我又帮他分析试卷，告诉他需要努力的方向。后来的期中考试，尽管题比较简单，但是“小金刚”能考 80 多分，地理成绩可以排到班里十几名，这与他的努力也是分不开的。

“小金刚”的进步是我这次实习中最值得欣慰的事。学生的成绩、学生的进步，是老师价值实现的最好证明。在这次实习中，我学会了很多。但是，我觉得最重要的是：老师，永远不要轻易放弃一个学生。

花一样的青春，真美

外国语学院赴呼图壁县第一中学实习生 翟任和

此刻我坐在高一十五班的教室，以一名教室的身份陪着我的第一批学生共上晚自习，心中感慨万千，什么是青春？他们就是青春，朝阳一样，花朵一般，羡慕死我等。真的好想重回高中，重返青春，但青春不就是用来回忆的吗！当走过了青春的单纯、幼稚，挣扎除了青春的迷茫，当此刻 24 岁的我在回首时，才感到深深的眷恋着我的高中生活，快乐的像个傻子一样。虽然迷茫、困惑，但是我们有无比单纯且执着的梦想——大学梦。非常怀念那段为了梦想昏天暗地的奋斗历程，不能说不后悔，遗憾颇多，但 so what？真实的生活才是最美的，不是吗？



实习数余月，说不清此刻是什么心情，纠结？矛盾？可是学生们声声恭敬的问候，让我心生暖意，觉得把“教师”作为我一生的职业是件幸福的事情。但有时也会遇到挫折，被他们的年轻无知，叛逆天真，不思进取所打败。此时，我便深深地怀疑，是否能将“教书育人”这四个字，书写的完美，真的不知道。但我知道，和他们一起我是快乐的。那么，既然快乐，那就坚持下去吧！

在这里，学到了不少，改变了不少。以前想到但从未感受到了，在这里也深刻体会到了。不同的老师，不同的教育方法，不同的教学理念。同时也深刻体会到，思维眼界的开阔对于任何一个人来说，无论老师、学生都是非常重要的。

在教书这条路上，我才刚刚启程，希望我这一路会很努力。我想痛是肯定的，但我希望也会是快乐的。

简单的岁月，难忘的点滴

生命科学学院赴深圳光明新区实验学校实习生 成传慧

时间随风而过，从 2 月 18 号到 5 月 15 号，我在深圳这座陌生的城市已将近度过三个月了，从开始的迷茫，失落到现在的习惯、成熟。看似简单的岁月却记录了令我难忘的点点滴滴。实验学校的校训让我明白了孩子发展的方向；校园走廊随处可见的漂流书屋代表了学生的素养；学生羡慕崇拜的眼神预示着我已初为人师；课堂上积极举起的双手让我看到了学生对知识的渴望；课后学生若即若离的举止教会了我去主动靠近。还有那形形色色的人际交往也让我领会到了生活另一面的精彩，养成了我在生活工作中多看，少说，用心做的习惯。

走上三尺讲台的那一刻，我真正明白从一个自由潇洒，允许自己犯错的学生转变到成熟，稳重谨言慎行的教师是需要多大的勇气与多强的毅力。也是在那一刻我真正透彻的理解了我这一生的职责。要想做一位让学生喜欢让家长满意的好教师就需要始终用一颗年轻的心，设身处地的去了解孩子需要什么，在意什么，可能会走什么样的弯路，又具有什么样的潜能，去与他们和谐相处，正确引导，带领他们微笑着前进。



青春无悔，岁月如歌，再华丽的语言也表达不了我内心的淳朴与真实。生活的细枝末节才是我真实的写照。实习虽有期，感悟永延续。行动如玫瑰，将无限绚丽。

教师的幸福

数学与信息科学学院赴深圳罗湖外语学校实习生 杨欢

时光荏苒，岁月匆匆，眨眼之间实习生活已悄然过去。此次实习不仅在我的生活中留在了不可磨灭的痕迹，而且让我深深地体会到教师的幸福。很幸运，我被分在了深圳市罗湖外语学校实习，而且我的指导老师竟然也是陕西师范大学毕业的。作为小师妹的我，深深的被她身上的独特气质所吸引，这或许是师大人所共有的一种气质吧。

教师的幸福之篇一

深圳的学生和教师之间是非常亲密的关系，这一点让我觉得特别诧异。“银辉三班”的学生亲切的称呼她们的班主任为“罗妈”。这让我想起我们之前上初中时的老师，更让我明白了以后做老师首先要与学生是朋友，真心相待，和谐相处，这样才可以更好的管理班级。

教师的幸福之篇二

此次教育实习最大的收获是学习了先进的教育理念——杜郎口中学教学法。课堂自主学习的三特点：立体式、大容量、快节奏；自主学习三模块：预习、展示、反馈；课堂展示六环节：预习交流、明确目标、分组合作、展现提升、穿插巩固、达标测评。指导老师课堂上用的就是这种教学模式，效果非常显著。不过它能否适应数学底子薄弱的学生，还有待于去实践研究。有着自己独特的教学方式，教师有自信，这是教师的一种幸福。

教师的幸福之篇三

教师会在成功的组织一次活动中、批改作业中、备课时都会体验到种种幸福。一想到学生那张张笑脸，就觉得自己很是幸福。台上一分钟，台下十年功。备课是很重要的事情，作为新老师，有时候备一节课需要花好长时间，然而，课堂又和预设的不太一样。需要自己精心准备，才能有一种成就感，幸福感。



总之，作为一个教师首先要爱这份职业，才能做得更好。

进步，从点滴做起

旅游与环境学院深圳龙城高级中学实习生 赵雪梅

在来龙城高中报到之前，我就已经知道了我不能顶岗实习。龙高是深圳龙岗区最好的一所高中，师资力量很雄厚，不顶岗也就预示着我能代课的机会很渺茫。怀着这样的心情，我踏上了我的实习之旅。

一开始，我每天的工作除了听我师傅的课，就是帮他们批改作业，复印资料等。看着与我同来的两个语文的实习生可以顶岗，很是羡慕。不过带我的师傅是学校地理课组长，教学水平很高，我也很感激学校领导的安排。在这段时间，我尽心尽力的做好每一件不起眼的事情。这样持续到我们文理分科，由于办公室的变动，我调到了文科组班主任的办公室，也就是在这时我的实习发生了转机。我不仅帮我师父以及地理组做事，还帮级长统计数据，做表格，收发班主任的一些资料等等一些力所能及的事。可能和我这些表现有关，级长和班主任们也很关心我何时能代课，在我师父以及这些热心的老师们的帮助下，经文理科组级长商量之后，同意我上一节公开课，通过之后就让我代两个理科班的地理课。我怀着既紧张又兴奋的心情准备了一节课——《城市化》，后来的事情水到渠成，我通过了他们的考察，顺利的

带了两个班。

写这篇实习感悟的时候，我已经代课一个月。每次进入教室，讲授新课时，学生和我互动时，下课主动问我要课件时，我的心情都很愉快。这是一种初为人师的幸福。龙高上课都是用多媒体，因此我每次都会精心准备课件，然后精心准备。由于我的上课经验不足，课堂



的应变能力不强，我总会先去听我师傅的课，以便更准

确的把握上课的重难点。遇到我不太懂，或者拿捏不准的知识点，我还会向科组其他两位老师请教。这一个月，我偶尔还会帮其他老师代课，因此锻炼的机会也增多了。我会珍惜每一次的上课机会，以便提升自己的教学水平。

回想我这三个月的实习历程，令我感悟最深的是，当机会没有来临时，做好自己力所能及的每一件小事。我们的每一份付出，别人都是看在眼里的。自助者天助之！进步，从点滴做起。

开启教育新航道的铁一滨河

政治经济学院赴西安铁一中滨河中学实习生郭院娜

在铁一滨河实习已过半，感触非常深刻。期间也多次用文字记下随性感悟，总而言之，在滨河所参与的每一件事务当中，都会使你思维深化。来到铁一滨河的各学科实习生都以自己的学科视角及个人视角在慢慢感受着这个带有浓厚改革意味的学校，也学习领悟着他们的精神，以期从中得到熏陶和提升。

在已有两年教学工作经验的基础上，转而再度深入到不同的环境、体制、氛围的学校中，真切感受颇深。教学模式、教学理念、校风学风、师德学貌等等，各个层面带给我的触动和启发，都是不言而喻的。我师从聂天佑老师、马海舟老师，两位老师分别从学科角度和班级管理角度给与我极大帮助，也使我在为师路上走得更清晰、更明了。

铁一滨河学校，正由一帮具有教育意识和创新意识的领导层主导引领着全体教职人员开辟教育的新航道，因而，全校充满着教育的改革之风。我们看到的是五人小组合作模式代替了传统的双人同桌排排坐的局面；看到了教师一改以往激情洋溢的表演教学为处处鼓舞学生大胆言说；看到了激发学生潜力的各种兴趣社在学生积极参与中蓬勃开展；看到了学生在学校各项事务活动中的勇敢、阳光、自信的积极风貌…

总之，这些不同层面的变化带给我的启发是深入的。

这种深入思考也使自己固有的思想经验发生了一次新的认知重构。重新思考和定位教学的模式、教学的理念、教学的方式、课堂的调动、学生的培养等，以便在再次投入教学实践时能够更好的顺应教育、学情的新发展，以便更好地去把握教育、育人。坐在课堂里，看着听着，从这些学生在课堂里的表现来反观课堂，也能深切感受到教育之变化在滨河学校里的无所不在。比如，在滨河学校里英语与语文的早午读变化，数学课堂里教师的有的放矢，政史地生课堂中学生探求知识的欲望强烈等等。通过在滨河的实习，对课改理念的理解会更加深入，不仅是思想层面的，更是实践层面的。在接下来的实习时间里，会更加的努力学习，领悟。



我们能够进一步感受滨河精神，也得力于参与到了每一次的校务活动和教职工大会中。从进滨河的第一天起，校领导给我们明确了方向，一方面跟随学科老师学习教学，一方面跟随班主任学习班级管理。这也是我们有了更多学习的机会。我们经历着，滨河开学典礼，滨河家长会，两次考试质量分析大会，5.26 小升初报名，铁一中体育节及滨河运动会，市级领导视察工作，每一天的早中晚学生反思活动，每一周的语数外学科抽检活动，每一个实习生也都或多或少以自己的方式参与其中。单从任意一个活动中都能够体会到滨河的精神风貌，比如 5.26 小升初报名，全部教职人员都秉持敬业精神坚守岗位连续 6 天，毫不懈怠，直至漂亮的完成了报名活动。还有滨河运动会，大型团体操的展示，更是呈现出了滨河特色。在滨河学校，一切为了学生发展，一切发展为了学生。从领导层的管理理念的创新发展，到教学一线教师的角色蜕变，无一不是遵循教育最终要落脚于学生的自身发展。

实习半年成长记

体育学院赴深圳龙城高级中学实习生 刘进

一、此心安处是吾乡

2 月 25 日，我和一个同组的同学到了深圳市龙城高级中学。到了学校门口，一个问题摆在了我们面前：保安不让我们进学校。（这边的安保、治安非常好）无奈之下我们只有联系该校接应我们的老师。通话后，我们进了学校。展现在我们面前的是五层楼高的大厅，以及清一色的浅红色教学楼。见过该校的领导后，在指导老师的带领下办理了校园一卡通。

在该校，我们受到了和普通老师一般的待遇。住宿、就餐都在一块，感觉在家一般。

5 月 17 日，我们体育组的老师带我们去杨梅坑玩。在两个女老师的精心策划下，我们体育组一行二十余人，乘 9 辆体育教师的私家车浩浩荡荡奔杨梅坑而去。我在海水里游泳、沙滩上日光浴、吃海鲜、打真人 CS……美哉，爽哉！真有点乐不思蜀的感觉了。

二、开眼看龙城

龙城高级中学占地面积 15.8 万平方米，建筑面积 7.9 万平方米。吸引人眼球的不止它的国际标准 400 米田径场、国际标准 50 米恒温游泳馆、单独的音乐厅那些，更在于令人垂涎欲滴的课程：仅体育学科就同时开设了篮球、足球、排球、网球、乒乓球、健美操、艺术体操、刀术、剑术、棍术、拳术、太极、



游泳等模块选修课。就一所普通高校来看，体育课程也不过如此。我实习所带的为高一年级，实习期间了解到，仅高一上学期他们已经普修了简化二十四式太极拳和放飞理想广播操。学生普遍身体素质较好，运动技能偏高。就体育尖子而言，游泳项目国家一级运动员一名，二级两名；乒乓球项目国家一级运动员两名，二级三名……

三、龙城分队

队员由八名成员组成，男女生各四人，专业覆盖了音乐、体育、美术、语文、地理。实习期间，队员们坚持听课、试讲、上课；相互反复听课。及时发现实习老师上课中的问题并提出真知灼见，以至于实习老师的讲课水平提高很快。定期开展实习小结会，大家广泛讨论上课、备课、课下遇到的各种问题，分析辩论；研讨该校的教学理念、治校思想、校领导的管理艺术等；和深圳及东莞其他学校的同学相互交流实习心得体会，收获不匪。

总之，实习的时光转眼即逝，但是累累硕果和美好记忆是抹不去的。

没有一个差生

文学院赴深圳教科培中心实习生 赵芑

什么是差生？很多人都会不假思索地回答：“就是那些成绩差的学生呗！”大部分老师上课时也只是一味地关注那些成绩好的学生，忽略了那些“差生”。我在想：难道我们的教育只是要求我们培养出成绩优秀的学生吗？成绩优秀就代表了一切吗？忽略了学生表达能力、沟通能力、待人处事能力的教育真的好吗？

事件起源于一次改作业。在批改学生写的作文时，我意外地发现，有几个学生在作文中

提到了自己是“差生”。我很震惊，是谁告诉他们他们是“差生”的？他们顶着“差生”这顶帽子多久了？他们真的就已经认定自己是“差生”了吗？看完作文后，我把提到自己是“差生”的同学的名字记了下来。

后来有一次，我叫其中一位“差生”上台读了自己的作文。她刚上讲台，班上几个调皮的男生就起哄道：

“老师，她是‘差生’！”言下之意就是说，“差生”的作文是不应该拿到台上读的，我没有理会他们，示意那个女孩继续读自己的文章。那是一个憨厚朴实的小姑娘，声音厚重、洪亮，语言表达能力很强。通过她的自我介绍，我了解到她是一个爱笑、爱和别人打交道的女生。



一个有着这么好的人缘的女生是多么令人羡慕啊！可她居然还说自己是一个“差生”！

在我的教育字典里从来没有“差生”这个词，说自己是“差生”的孩子只是暂时还没有发现自己的闪光点。我多么希望老师们能够听一听这些所谓的“差生”的呼声，多站在他们的角度上考虑一下。“生活中从来不缺少美，只是缺少善于发现美的眼睛。”终有一天你会发现，其实没有一个“差生”。

每一种经历都是一种收获

文学院赴深圳罗湖区外语学校实习生 王华

我特别喜欢的一句话是“每一种经历都是一种收获”。

从半年前知道要经历长达半年实习的“惶恐”到真正背起行囊独自南下的“无助”，那是一种心灵所承载压力的无形变化。直到第一次真正意义以教师的身份站在讲台上时，我知道了，那个从小就在心中埋下种子的“教师梦”开始实现了。

很幸运！来到实习学校就被分给了刚刚从英国海培回来的像母亲一样平易近人的老资历教师。她温柔体贴，和蔼可亲，懂得教育的真谛，身体力行着高效课堂的教育理念。让我在初入教育工作之时就明确了未来奋斗的方向。



很感动！第一次上讲台完整的讲完一节课后，学生们给了我鼓励的掌声。当自己站在讲台上，竭尽所能的将知识讲授给那群眼中充斥着对

未知无限探索的孩子们时，那种淡淡的喜悦激励着我勇往直前。

很幸福！给学生们组织主题趣味班会“心有灵犀”时，他们以高涨的热情踊跃参与其中，彼此密切配合，调动了整个现场氛围。看着他们脸上洋溢的幸福微笑，我懂得了师生间的感情也可以是朋友、是亲人的情感凝聚。

很荣幸！学校信任顶岗带班，以实习班主任身份全程跟班。在此期间我深刻体会到了班级管理所要承担的责任与必备的技能。一个优秀的班集体，他的班风、学风都凝聚着每一位学生的智慧与力量。

每一种经历都是一种收获。教学与生活是一样的，我们看重结果更需扎实过程！

男女生平等合约

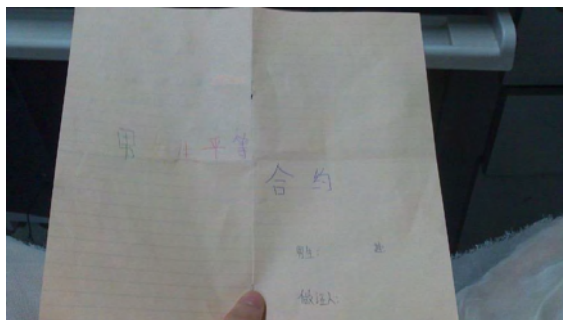
文学院赴深圳滨海小学实习生 马蓉

孩子放学匆匆将折叠的纸张塞在我手里，笑容羞涩、诡异。只看了一眼，我就合不拢嘴了。孩子，老师这不算泄密吧，嘿嘿……

事出有因，早上体育跳绳考试，几个女孩子在认真练习，有男生屡次捣乱。终于，其中一个女孩子气哭了，闺蜜们一起来办公室求援。班主任老师没在，下节恰好又是我的课，责无旁贷。简单问了几句，我们一起回到了教室。

我进门就严厉批评男生，没有指名道姓，强调班级团结，强调强者欺负弱者可耻。突然听到哭泣的孩子委屈地说：“为什么男生天生就可以欺负女生？”“***就是我的天敌！”女生陆续开始了声讨，男生开始为自己开脱。我顿时觉得问题严重了，孩子年幼的心中怎么会有这样的概念？个别同学间的矛盾怎么能上升到两性的对抗？批评男生没用，这么处理不行。转念一想，小男生只是觉得好玩罢了，女生越气越急他越觉得有意思，只不过玩笑开过了，哪里算是欺负。

我最终将批评转向了调解，归结为：女性并不是弱者，我们也可以成为巾帼英雄；这不是男生、女生两个团体的冲突，是玩闹过头造成了误会，让同学们伤心了；同学间的矛盾，都是没能将心比心，造成了误解，并终将化解；学校里都是朋友没有敌人，我们团结友爱的四（二）班更没有敌我之分。放学后单独找“当事人”聊了聊，几个孩子喜笑颜开把家还，我如



释重负。

看看手中橙色的“合约”，我似乎已经看到收假后孩子们一大早围成几团叽叽喳喳的场景，也似乎看到展示合约时的热烈场面。有一天，这些孩子长大了，回想起当年班里的“八卦一台”和这封《男女生平等条约》，一定感慨自己有个丰富多彩的童年，同学聚会也多了些只有他们自己才能意会的开心往事。

南下的日子

旅游与环境学院赴东莞市茶山中学实习生 马冰冰

时间过得真快，转眼间来茶山中学三个月了，拎着大包小包，辗转近四十个小时，下火车找不到北的情景依旧历历在目、恍如昨日。回首南下的三个月，日子过得算不上什么轰轰烈烈、丰富多彩，倒也过得还算平淡踏实、充实自在。南下的日子里，听了很多奇闻，见了很多轶事，吃了很多小吃，学了很多知识，悟了很多人生哲理……

朋友多了路好走

说起南下的日子不得不谈谈旅途的艰辛。大家都懂得这年头出门最首要的事情不是准备行头、不是带足银两而是抢车票！实习又赶上春节返程高峰期，那真是“千金难买火车票”啊。我上网查的时候硬座都卖光了，只剩下站票，心想：这一万多里地一路站过去还不得累傻喽？于是就赶紧张罗着召集各路好友，多多留心官网有没有退票的。好在黄天不负有心人还真有个“好心人”让了张卧铺给我，不过是从济南出发的。所以，又找济南的同学帮忙订了酒店，提前一天坐汽车去济南，在酒店住一晚，第二天中午坐火车南下。“在家靠父母，出门靠朋友”这话一点都不假，朋友多了路好走啊！



知足常乐

地理专业来东莞的共三个人，第一个月结束了大家彼此也没怎么联系，清明节的时候在道滘济川中学的同学来找我们玩，吃罢午饭大家就在一起“海聊”。谈到实习学校给的待遇时他们很是愤愤不平：其他老师又发钱了，没有我们的份儿，晚修一晚上才 25 块钱这也太便宜了；只给充餐卡也不发生活补助，太抠了等等。听得我们两个一愣一愣的，什么跟什么啊？我们什么都没有的，也不管吃的，更不用说什么课时费啊，生活补助啊等等等等，说白

了“就差跟我俩要钱了!”我们来时就给了两个床板,被子和褥子都是连夜赶去超市买的,柴米油盐,生活用品都得自己解决——我们是完完全全、实实在在的免费劳动力!

本来这一个月什么都没有就这样过来了,也没感觉委屈、不满,但有了比较之后心里就很久不能平静下来,我们也没有少干活,也没有少出力,凭什么别人有的补助我们什么都没有,连基本的被褥都得自己解决?这个问题一直纠结着我好久好久,很多时候都在感慨不够幸运,谁都不能怨,只能怨自己手气不好,抽了个不好的学校。

其实,想开了就好了,自己也挺幸运的:有一个学期的实习;跟学校的老师相处的很好;体验了南方的风土人情;见识了什么是调皮学生、问题学生;自己做饭,想吃啥做啥……这三个月过得也挺高兴的。总之,对比是为了激发自己的斗志,刺激自己上进,而不是因为不如别人而抱怨连连和因为别人不如自己而沾沾自喜。调整心态,知足常乐!

换位思考——人与人友好相处的法宝

每个人都是个体,每个人都有属于自己的世界观、人生观、价值观,最重要的一点是:每个人都是自私的,所以,同时与同事之间,教师和学生之间难免会起误会、闹矛盾,关键是怎样解决。在实习期间遇到的一些学生顶撞老师、同学之间闹口角甚至大打出手的现象。当你问起他们原因的时候,一个人一个版本,每个人都觉得自己受了委屈,都是控诉对方对自己多么多么的不尊重,别人怎么欺负自己。人们只在乎自己的利益、得失和自己的感受很少考虑自己哪些地方做的不对,是否损害了对方的自尊和利益。俗话说:一个巴掌拍不响!出了问题肯定双方都有做的不对的地方,关键是都从自己的立场考虑问题而不能相互理解,这才是问题的关键,也是解决问题的关键。

所以,相互理解和谐相处,做一个快乐的人民教师。

鼓励的正能量远大于批评

初中阶段的学生虽还未成年,但是,已经初步形成了自己的价值观并且这个年龄段的学生自尊心是特别强的,所以,一个教师要想走进学生的内心,首先要尊重学生,理解学生,让学生接受你,只有学生接受你才能接受你的教育。

教师的夸奖和批评目的是相同的——促进学生进步。学生后退时提醒学生,同时体谅学生,站在学生的立场上考虑问题,多体谅学生,有时可以为学生找理由,比如,是不是最近学习内容难度提高了?是不是以前基础影响了?然后要做的就是对学生的鼓励,看到学生的努力,要学生感觉到自己的努力受到关注和肯定,有继续前进的欲望和动力。这样及拉近了教师和学生距离又促进了学生的进步同时还树立了学生的自信心,一举三得!

总之,经历就有体会,反思就有收获,只要做个有心人,一定会成为一个学生尊重的“好

老师”。这是我的职业目标，不求腰缠万贯、大富大贵，但求和谐快乐，桃李天下。

难得的机会，真实的感悟

体育学院赴昌吉市第一中学实习生 王占臣

来到新疆已经三个月了，在昌吉市一中的实习生活也已过半，这段实习生活中，我经历了很多人生中的第一次：第一次从家乡东北来到地域辽阔的新疆；第一次体会到大漠孤烟直的空旷；第一次真正站在这么多学生面前上课，第一次给他们传授自己的知识，第一次听到可爱的学生们向我问好；第一次协助指导老师编排校运动会团体操节目……那么多的第一次让我也学会很多东西。这段充满酸、甜、苦、辣的实习生活，将成为我人生中一次刻苦铭心的经历。从开始上第一节课到现在，我深深体会到了作为一名体育教师的不易。



来到学校，我很快就得到了宝贵的上课机会，第一次跟学生上课有点紧张。虽在此之前我也带过学生，不过只是教孩子游泳，而不是体育课。这是本质上的区别，身为一名体育老师，在体育课上第一要保证每个学生的安全，第二还要让每个学生都要充分的活动，有助于让学生的精神和肉体上的放松。

每周我要上的体育课 10 余节以上，下午放学后，还要给校篮球队训练，工作强度很大，每天都是很疲惫，皮肤也晒得黝黑，我从来没有抱怨而是学会了适应，在教学工作中不断积累经验，并经常与指导老师交流学习。每节课后我都会进行自我分析，自己教得好的和做的欠缺的都总结出来。通过教学让我觉得，对于体育课来说能在快乐学习的同时获得身体素质的提高才是最有意义的一件事，明确教学目标的制定和学生的需要相结合的教学指导思想才能有助于实现体育高效课堂。

教师工作虽辛苦，但是很满足，很欣慰，每当我走进教学楼的时候，听到学生们的一句句“老师好”，心里真是无比的激动与自豪。做一名人民教师，真好！今后，我还要不断的完善自己，争取在实习结束时，交上一份让自己满意的答卷。

难忘库尔勒

外国语学院赴巴州蒙中实习生 雷琚妍

时光如梭，不知不觉已经来疆实习近三个月了，回顾在巴州蒙中的这些日子，心中感慨万千。想提笔写下自己近几个月来在教学，管理，学习，生活等方面的概况，却发现并不容易，因为这段珍贵的旅途中充满了酸甜苦辣，远不是三言两语可以概括的。

毫无疑问，此次实习在我职业成长的道路上意义重大，它不仅实现了我从学生到教师角色的转换，也让我在个人专业能力上得到了一个较大的飞跃，更让我初步实践了作为一个教育管理者所肩负的责任。当然，来此实习的重中之重便是教育教学工作，关于这个问题，我一方面受益匪浅，另一方面感悟颇深。

一、关于教学。可以说，我是非常幸运的。蒙中高一年级 7 班和 10 班因为没有英语老师，所以我一来便顶岗了，每周 14 节课，让我在这两个班过足了老师瘾。另外，遇上了一位很优秀的指导老师，在她的引导下和帮助下，教学工作很快步入了正轨。当然，期间大量棘手的问题也曾让我头疼不已。



举几个典例：1.我把握不住教学内容的深度，语速过快，学生跟不上进度，掌握不了重难点。2.课堂上花太多时间维持纪律，导致课前预设的内容总是讲不完。3.有些专业知识，自己心里知道，但是不能以最好的方式传递给学生，导致自己讲的费力，学生听的一知半解。

二、关于师生关系。虽然实习之前有过做大学教员的经历，但教学对象的突然转换，还是让我无所适从。记的在第一次的师生见面会上，我给出学生几个原则：平等，互相尊重，互相理解。头两周，师生之间倒也相安无事。时间长了，学生摸清了我的秉性，就开始造次了。从上课的各种小毛病不断上升到对英语学科的放松。这一度让我无可奈何，后悔当初不听办公室的前辈的忠告。那么，面对这些孩子年龄小，玩心重的猴孩子，我到底该怎么办？动之以情，晓之以理？还是声色俱厉？通过与前辈，指导老师，各班班主任的沟通交流，还有学习网上一些名校名师的管理经验，我终于悟出几点道理：1.教师是管理者，要抓好一个班的学习，首先必须管好它的纪律。想管好纪律，首先必须制定出合理的规则，有了共同遵循的准则，学生之间就能够相互监督，老师管理起来也有据可依。2.教师作为引导者，课堂上要有意识的培养学生的整体素质，但坚决不能纵容学生，或者不公正的对待学生；同时要搞清楚自己的身份，和学生拉开距离。课外，要多关心学生，和家长勤联系，和学生多沟通，用心去发现其优缺点，正确引导。

三、关于教学管理。虽然我只是高一 7 班的实习班主任，但班主任纵老师赋予了我和他同等的权利，这给我学习管班治班提供了很好的条件。经过大半个学期，我从纵老师那里学

到了不少管班的好方法。班，是一个集体，首先应该培养每位成员的班级荣辱感。其次，应该在班里发掘一批有能力的干部，构成这个班的学生管理者体系。再次，班主任应该适当的放手，让学生自己去处理问题。最后，设置合理的批评和表扬体系，公平公正地对待每一个学生。

实习时间虽短，但却让我受益匪浅。对于这段美好的经历，我虽没有华丽的文笔，但却有切身的感受，难忘这段远在库尔勒的时光，它让我成熟，成长，成才。作为一个教育新手，我的职业生涯才刚刚开启，以后的教学可谓是“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”。唯有不断的探索，提高，完善自己，我才能在这一行走得稳，走得好。

让爱浸入孩子心间

外国语学院赴西乡中学高中部实习生 王融

走过五月，迎来了并不矫揉造作的初夏，也迎来了我实习的尾声。

五月的窗外飘着雨，将先前些许的燥热也消散殆尽。不知怎的，窗外的雨让我想起电影《放牛班的春天》，一个个镜头，清晰无比。一首首音乐，美妙无比。一个个孩子，可爱至极。这部电影之所以美好，当然少不了这位充满智慧与爱心的老师对孩子们无微不至的爱与启发。

回想二月份初到西乡中学的情形，我满心期待，期待这几个月的实习生涯能有所收获，能够让自己满意，能够为孩子们做点什么，能够为他们提供帮助。同时，也有少许担忧，担忧那未知的生活。现在看来，那些担忧都是不必要的。这也让我再一次明白，要站在未来看今天，一切才会变得那么自然、顺畅而可以理解。实习的生活忙碌而充实，与孩子们接触的时光更是让人满怀



快乐与爱意，不免觉得时间像飞起来似的，追赶不上。每天进去教室，被学生围着问问题也是一种幸福；每天给基础不太好的学生补习，做思想工作，当他们的学习态度有所改变的时候，我体会到了由衷的喜悦；每天去给学生晚读，他们能带给我许多意外的惊喜，他们积极的表现足以让我高兴一整天。在这里的几个月，我收获了快乐，也希望能带给孩子们些什么，也希望在他们心里能留下些什么。

我愿意爱他们，用我微薄的力量带着他们前行！

让奋斗之光在教育事业上闪耀

外国语学院赴昌吉市一中实习生 唐翠

“小时候我以为你很美丽,领着一群小鸟飞来飞去。小时候我以为你很神气,说上一句话也惊天动地。长大后我就成了你,才知道那间教室,放飞的是希望,守巢的总是你。长大后我就成了你……”每次听到这首歌,脑海中就会浮现小学的一个画面,老师问大家的理想是什么,我自豪地回答:“成为一名教师!”

这一句回答就像一个承诺,在 10 几年的求学历程中一直鞭策着我。而如今,真正站上这三尺讲台,才知其中的不易与艰辛。教育不仅仅是事业。它同时也是责任与奉献。2013 年 3 月 31 日,



所在昌吉发生地震,在办公室的我第一想法是帮助疏散学生下楼。还好,震级不是很大,出楼的学生都像操场跑去。回想起 08 年自己还是一名高三学子的时候,地震来临没有一丝顾虑地向安全地带跑去,那时,我们的老师也是等到最后一位同学跑出了教室,才出去。在自然灾害面前,逃生是人的本性,但是教师却把生命通道留给了学生。这便是教师这个职业所隐藏的千千万万种使命中的一种。所以,要成为一名教师,责任与奉献是必不可缺的。

教师的使命教书育人,将德育教育寓于知识之内,学生不仅掌握了知识,也懂得了为人处事之道。“台上一分钟,台下十年功。”我们应继续努力学习,不断更新自己的知识体系,在实践中检验所学知识。

生活整个不浪漫,但我依旧理想主义

历史文化学院赴东莞市第七高级中学实习生 霍英丽

闷了好久了,终于下雨了。

我终于感觉是放松了,一种久违了的畅快淋漓的放松,像是曾经高中某次逃自习出去闲逛的刺激,像是对着暗恋许久了的人终于说出自己的好感,好轻松。

自己变得越发的矫情了,这种感觉我能清晰的觉察到,却是无能为力,只能任由其在我的思想里繁花开尽,到病入膏肓,到无可救药。

这不好,真的不好。

轻松一点真的不错，看花开花落，听云卷云舒。

.....

思想的枷锁是我给自己的奖励，因为有压力所以有动力，因为阿信大声的告诉我为了理想可以拼命疯狂。

其实矫情的我想把这里当做自己的晒衣场，苦乐辛酸，收获失落都埋葬在这个南方小镇。

偶尔纵情小资一番，喝个咖啡读一读康德黑格尔的所谓美学和星空准则；

偶尔可以恣意放纵，穿个花里胡哨的裙子装一下天真无邪的大傻子；

偶尔带个黑框眼镜，周末在办公室熬夜暴肝掌灯夜读只为第二天的上课；

偶尔也可以背包牛仔裤照相机扎马尾出门装一个自由自在的年轻人。

.....

我想过好多好多，但是，青春浪漫的菜谱端不上如今的舞台。

我不可以熬到三更半夜看小说，隔天顶着黑眼圈和浆糊脑袋去上课，因为真的一夜不眠就到了告老还乡卸甲归田的地步了。

我不可以再趴在电脑面前哈着男主角傻笑跟着女主角抹眼泪然后回头跟同事说句“为什么”，因为现实的脸上总是长满了青春痘。

我不可以穿的无所忌惮挥霍青春，因为我害怕露腿露腰，赘肉撑破青春的极限。

我不可以再随心所欲说走就走不管不顾了，因为我的课总是没有备好案例总是待定论文各种不知道还有头也总是没完没了的痛。

我不可以总是诗一般的腔调，所谓天若有情天亦老人间正道是沧桑，人生若只如初见，遥望天空那么幽兰，远眺大地那么墨黑，为何我总是登不上五月天的诺亚方舟。

我不可以再趁着年轻张扬在领导面前说着讽刺的黑色幽默，我不可以再留出许多时间来安心阅读了.....

我不可以的事情越来越多，失落感一次又一次地折磨着我.....

这是我要的吗？这是我曾经的梦想吗？

.....

对不起我又矫情了，总是恍然间就感觉我还没有年轻过就忽然老了。

很多人自称“被上帝宠坏了的我们”。



我曾经做过无数次的梦，梦中总是有一个他，
海边的风在吹，
爱情像只低飞的白鹭，我们奔跑着追逐爱情，
我鼓动的白色裙摆里注满了风，好像再两步就要飞出去似的，却总也追不上那爱情的白鹭，我们之间好像隔了一个在历史课本上一个叫做“时间”的词，
是的，爱情总也不来临。
我尤记得那年初听奶茶“一辈子的孤单”时的感觉，平静中带着淡淡的孤单，我们都是爱情路上的痴人，却总也是被爱情遗忘了的孩子。
尽管如此，我还是一个感性的人，
我依旧希望这里是我的晒衣场，发霉的心情可以拿来吹吹风，依然希望床头的牛仔裤是我自由的象征，依然希望能把手中的课本变成鲜活的历史讲给我的学生听。依旧希望我的理想能化成信念和语言传给还在成长的他们。
我只是一枚教书匠，矫情自恋又自虐，但我深深爱着这帮学生，爱着这份来之不易的实习机会，即使是在这又恨又不爽的小镇上。
.....
四月的小镇，过早的到了夏的季节。
路边的枝头还没有经过酝酿就结出了早熟的繁花，
过早抛弃了春天的瑟瑟，这夏也尤为腻歪了。
.....
生活整个不浪漫，但我依旧理想主义。

——2013 年 4 月初于东莞企石镇旧围村

时光·三分之二

计算机科学与工程学院赴宝鸡渭滨中学实习生 陈璨

时光如袋鼠，一跳一跃间就从三月顶移到了五月央。实习时光已过大半。古人常有结绳以记事，今我妄之，以时光为结，感记实习点滴。

三分之一：耕耘

我本次实习的任务有两个：一是担任高一 11 班的实习班主任；二是承担高一部分班级的信息技术教学工作。

进行班级管理的前提是了解学生。鉴于此，我主动与班主任老师进行了沟通，利用课余与自习时间认识学生。班里整体学习成绩不太好，我找来学生上学期各时段的成绩单，给每位学生都做了一张成绩分析图，并挨个找他们谈话。上午、下午及晚自习上课前五分钟准时到教室核查人数。

登上讲台的前期是一系列学习与准备过程。研读课本，听课，做笔记，辅导学生练习，搜索相关教学资料，备课，写教案，试讲，和指导老师沟通改进……

三分之一：收获

不知从哪天起，随口就能叫出班里学生的名字。学生遇到难题时积极向我请教，个别学生的学习态度发生了较大改变。我主持策划的几次班会深受学生喜欢。

终于有一天，登上讲台时不再忐忑不安。能恰当地把握课堂节奏，提问学生时不再慌张与忙乱。指导老师表扬我教案写得越来越流畅，而我自觉日渐有了老师范儿。

后三分之一：畅想

总有那么一段岁月，轻快明亮让你不忍跨过。我的后三分之一时光，只能是愈加努力珍惜吧，或可把脚步放慢一些，或可做的更多。留下一朵笑靥，种下一片花火，在青春的眼角，在知识的船舵。



实习三部曲

旅游与环境学院赴新疆和静县职教中心实习生 何建林

实习之旅途篇

正月十四日夜 11 时，我们库尔勒支教团一行 20 余人拖着自己的行李，也带着自己的梦想踏上了西行的火车。实习组长为我们定到了团体卧铺票，这让两夜一天的旅途变的不是那么的可怕。这里插一句我还真的没有做过如此长时间的火车。

恰如刚所说的，来新疆的旅程真的很是惬意，大家在火车上分享自己的干粮，分享自己的梦想，也分享自己对新疆实习的憧憬。我并没有感觉到时间的漫长。

我们嘻嘻哈哈的笑着，深深沉沉的睡着，热热闹闹的玩着，火车却在不停止跑着，映入眼中的景象也在不断的变化着，西安是高楼林立，一夜醒来火车已过兰州，遗憾的是没有看

到真正的黄河，接着火车在甘肃漫长的铁路线上呼啸着，看到的只是枯草，秃山，裸露的河床，简陋的土坯房，毫无生机，一番荒凉之景象，却不知真正的甘肃是如何；进入新疆之后，所能看到的却是荒漠，戈壁，高山草甸，杳无人烟，偶有几匹马、几只羊在山坡上啃噬着枯黄的野草却不知这是不是真正的新疆。

真正到了这里才知道什么是新疆，新疆是什么样的，和静县我们的实习基地，道路宽阔平整，两旁的绿化带各种花草皆有，现在已是草绿花红，林荫葱葱。东归名苑，巴音小区，天富小区，天鹅小区等居民区鳞次栉比。

实习之关爱篇

我们到达目的地和静县之后，和静县教育局的书记和人事科张主任等一行接待的我们，可以说是受宠若惊，随后来到学校——和静县职教中心 3 人，和静县高级中学 9 人。学校为我们准备了新的被褥、传单、被罩，让我们感到非常的温馨。晚上教育局刘副局长等在县宾馆设宴为我们这十二位研究生接风洗尘，席间听闻刘局长、高级中学蒋校长也是师大毕业的，在离家上千公里的新疆竟能遇上校友正的令人很是激动。

职教中心的老师们对我们都非常的好，周末行政班何主任经常带我们出去搓一顿，用她的话说就是“赶紧吃，吃饱了不想家”，让人很是感激；保卫科张科长人高马大，听说他年轻的时候是可以扣篮的，他在闲暇之余总是要我们陪他喝两杯，他说新疆夜比较长，晚上喝两杯，就可以美美的睡上一觉渐渐的适应新疆的作息时间和气候；总务处张主任总是很客气的跟我们说话，只要是宿舍缺什么他都会尽快帮我们解决。

真的，这里的从主任到老师到门卫大叔对我们都非常的客气，让人感到特别的温暖，驱散了想家的孤寂，还有来新疆几周后也老师和王老师到学校来看望我们，真的是太感谢师大了，让我们在新疆实习很安心。

实习之工作篇

我之所以说是工作篇，是因为在这里我们没有实习的时间，我们就是教师。由于该学校刚刚成立教师非常的紧缺，我们没有专门的实习指导教师，没有那么多准备上课的时间，我们在开学的第一天就走上讲台，开始了我们的教师生涯。

工作的内容不仅仅是上课这么的简单，我还要在教务处坐班，协助教务主任做好教学工作，我要及时向各个班主任传达教务处的相关资料和文件，班级粉笔，书籍，资料等的保管和发放也是我要完成的任务。

当然，还有班主任工作，我所带的是我们学校非常特殊的班级之一，47 个男生，1 个女生，汉族，蒙古族，维吾尔族等民族的学生都有。在处理学生关系的问题上一定要非常的小

心，要公平的对待每一位同学，不论他是那个民族。

教学工作可是说是让我非常的头疼，我带两门课，高三地理，中专五班的演讲与口才。在教学过程总是有这样那样的问题。

第一是自己的问题，真真的是站到讲台上才知道什么叫做书到用时方恨少，对教学内容的不熟练让我很是难受，有时候真的害怕学生把我给问住了。

第二是学生的的问题，这里的学生的基础真的是太差了，有些民族学生汉字都不能认识，有些汉族学生古文根本就读不懂。

可是我仍然会尽自己最大的努力交给我的学生们如何去学习。如何改变现在的样子。

实习之见闻篇

没有来新疆之前，多少次在梦里见过他，来到新疆之后才明白自己的想象都是肤浅的，很不实际的。新疆没有我们想象的那么荒凉和落后，相比之下一些基础设施比我的家乡还要好。

和静县县城的绿化做的非常的好，路两旁有榆树、国槐，还有当地的各类花草，可以说在和静县城满眼都有绿色，各处都有花香。

我的见闻也不仅在此。我在周末去了罗布人村寨，真正看到了梦寐以求的塔克拉玛干沙漠、塔里木河，以及那生千年不死、死千年不倒的胡杨。还去了博斯腾湖，吃那原生态的博斯腾鱼。当然我还跟着学校的志愿者队伍去戈壁滩上植树，感受着这份绿色的来之不易，感受着沙石中孕育生命的艰难。

我的实习很忙碌，我的实习也很实在，我实实在在的来到了新疆，看到了现实中的新疆，也发现了新疆的美，我不后悔。

实习生活欢乐多

文学院赴深圳弘雅小学实习生 谢雅婕

相对于写教案想得脑袋疼，上课时羞愤得想钻进地下，自习课乱糟糟的孩子们，实习生活中的欢乐还是占据了大部分。

在国家改革开放的前沿——深圳的小学实习一个完整的学期，这个机会真的是要体验过后才知道可贵。意义在于你已经离开家乡一千五百多公里，从北温带亚热带海洋性气候，年轻的移民城市里，这里的教育早已开放到你未曾想象到的程度，教室里的电子白板，学生课外生活的丰富，老师们精彩的课堂，完善的校园文化……面对潮湿的天气、吃不习惯的食

物、简陋的宿舍，我们总能乐在其中。年轻，就是不太在乎这些物质上的东西，头脑和灵魂总在寻找能让我们欢乐的精神世界。

当教学中的忙碌及各种琐碎之事充斥着生活时，我们有一双善于发现生活之美的眼睛和一颗永远积极向上的心，我逐渐学会平衡教学事务和生活。比如，下班之后步行几条街找一家面馆，一块儿好好吃一顿，散散步走动走动。偶尔逛会儿周围的商场，看看新奇的小玩意儿



或是纯粹的闲逛，提高自我审美情趣，抑或是寻个精致好的去处，坐下来聊聊天儿，也可以诉说心事儿或是分享趣事。与班上的孩子们交流，总会有欢笑。上课下课的间隙，与办公室的老师交流教案、分享生活趣事，脸上总是挂着微笑，毫无隔阂。学习教师工作的同时，也愈加懂得了品味生活。心境平和，不卑不亢，善待生活，也就是善待自己。

实习—用心创造精彩

旅游与环境学院赴大岭山新风中学实习生 詹李梅

实习——掉到了福窝！

从物质上来说，学校每个月给我们发 500 块钱的生活补助，虽说不多但有总比之前预想的没有得好。此外，刚到学校就给我们买了宿舍的床上用品，还包括拖鞋、牙刷、拖把、牙膏、洗衣液……几乎所有的日用品，没有买到的那也是因为我们在买的时候没有想起来。另外，学校在第二天就给我们每人发了一张饭卡，里边充值了 250 块钱，好像我们花了有一个多月。

从精神层面说，学校给每位实习生配置了一台电脑，这说明了他们对我们的重视；学校给我安排的课时很合理，带 3 个班地理，课时量很合理，同时又能在教学当中做一些对比，有反思的时间，也有实战的机会；学校的大多数老师对我们都很好，周末的时候还带我们出去玩儿。办公室的邹主任也时常抽空去听我们上课，给了我们很多的指导，还专门到图书馆给我借了一本书，听了我的公开课后又回家找了一本书借给我看，经常提醒我们要进行教学反思。需要指出的是，他并不是教地理的，却给了我很多很实用的建议。我的指导老师对我也很宽容，对我也很信任，是一个知识渊博的人，而这正是我缺乏的一块儿，从他身上我学到了很多的东西。级长也挺好，经常鼓励我们年轻人多尝试，鼓励我们的经常发表文章，级

部里边班主任聚餐也把我们带上去蹭饭！

实习——深感理论知识的匮乏！

目前在我所带的两个班级中，我再有一个采取的是小组合作法。在实施的过程当中，深感自己理论知识的缺乏，知识体系的混乱。通常都是在自己遇到困难的时候再去查找论文，寻找答案，而没有在之前就有一个很系统的知识体系来指导小组讨论的开展。而对于如何提高学生学习地理的兴趣、如何帮助后进生转化、如何制定较好的评价策略等诸如此类的问题没有良好的知识储备，还没法很好的解决这些问题。

而另一个让我觉得知识匮乏的就是关于班级的管理问题。在这次实习当中，我争取了一个班实习班主任。这个班可能是年级上最差的班级，班上的问题学生非常的多，或许有其他的原因，但从自己主观方面的原因来看，对于如何培养班干部，如何制定班级班规，如何引导后进生的转换等问题一无所知。

实习——感谢师大良苦用心！

在上学期，特别是期末考试的那段时间，心里边曾经千次万次的骂过师大，当然原因很多，比如周末上课，实习安排久久无法落实等等。但过来东莞实习后才深深感受到师大的良苦用心。

首先，给我们争取一学期的实习时间，让我们能有一个全面真正的实习。一个学期的实习，能让我们进行很多的尝试，能践行课堂里边学习的一些理论知识，并根据实际的情况将理论与实际联合起来。同时，通过长时间的实习，让我在实习的过程中发现自己更多的问题，比如我刚才说到的理论知识的匮乏，这样能让我们在下学期回到学校以后将这些理论给重新补回来。

其次，尽量联系珠三角给我们实习，也很感激师大。虽然我来的这个学校不是很好，仍然是追求分数追求升学率，但是这里不乏老师在应试教育与素质教育之间不断的探求平衡点，比如刚才提到的邹主任。在这些老师的身上也让我们能学到很多东西。而来到珠三角这个地方，也让我们体会了沿海经济，让我们领略了发达地区人们的生产生活。

再次，中途安排老师到学校看我们，虽然指导老师来也匆匆，去也匆匆，却让我们觉得我们是有坚强后盾，师大为我们撑腰呢！当然，其实老师的到来也有解决我在实习当中遇到的困惑。

最后，我也明白了师大为什么要在上学期安排那么多的课程，那时希望我们能在这学期的教育实习中有理论指导。虽然我自己学得还不是很多，但我明显能感受到我本科实习和研究生实习还是有明显的差别，研究生实习有更多的收获！

实习——快乐的旅程！

来到珠三角，这边有很多好玩的地方，去了林则徐硝烟的虎门，中国近代史就从那里开始；和同伴一起骑车领略了大岭山松山湖的美景；去深圳感受了其现代化的都市气息，说实话，一到深圳就觉得自己是土包子进城，土包子去深圳看了世界之窗，爬上了“艾菲尔铁塔”，看了传说中的红树林；去广州白云山看了山下的白云，去黄埔军校感受了其威严，去上下九步行街感受了骑楼步行街下的拥挤人群，去广州塔看了其小蛮腰似的曼妙身姿，去中山大学感受其古老严谨……；去了东莞市区，走进了堪比苏州园林的可园，去了中心广场，感受到了东莞市想在这片“文化沙漠”上筑起一座座“文化堡垒”的诚心，去了南城步行街，so many 好吃的！当然，下一站即将启程去香港、澳门及珠海四日游，祝我旅途愉快！

实习——有你们的陪伴！

很庆幸，一同来学校实习的同学都能相互体谅、相互帮助、共同进步！周末时，我们可以一起出去旅游；遇到问题时，我们可以一起探讨；不耐烦时，可以很直接的说对方烦也不会生气；无聊时，可以一起聊一些闺蜜话题！

实习——最难得的是有一群可爱的孩子！

他们可能调皮，甚至超过了你的底线，可当他们在很远的地方见到你就叫老师好的时候，所有的面孔都变得可爱。他们可能会背后八卦你，会背后给你起外号，背后说你的坏话……但记住他们是学生，他们如果不犯错，他们如果都懂，那拿老师何用！

同学、朋友们都说我的教育实习很精彩，我想说精彩瞬间需要用心留住，精彩瞬间也需要用心创造，精彩瞬间也需要用心分享！



世外桃源

美术学院赴东莞市第七高级中学实习生 邹国赞

此刻我在远方思念您——母校！五月的向日葵妆点着初夏，在东莞实习不知不觉已过半，这让我意识到离开学校已经有很长时间了，回忆着去年在学校的生活：导师的教诲、课堂的充实、图书馆的阳光、朋友的关心、同学的共勉和学校的饭菜，还有那活力的体育场，一草

一木，无不让此刻的我归心似箭，因为那是我心中的世外桃源。停止思绪，静默眼前，半小时前，我刚从画室下课，现在在办公室写着这些文字，看着眼前也已经熟悉的一切，突然感觉这和世外桃源的母校相隔甚远的此地，也是一个世外桃源，让我再仔细地看看这世外桃源吧。

和母校相比，实习学校这个世外桃源像个战场。母校传授我打靶技法，这里给我真枪实弹。实习中，开始体验教师角色——站在讲台上面对学生，从开始的认为学生的配合很重要，到认识到教师如何有效的提高学生的积极性才是重点；站在一所学校的教学单位里看教育，开始认识教育官员的教育理念是如何转化为具体的教育制度、站在和同事的教职工的人群中，开始认识不同的教师有着对教育不同的理解。实习中，



开始体验社会——小到和学生的相处，大到和同事的合作，简单到自己生活的独立自主，深刻到如何向好老师学习。总之，实习学校同样是我心中的世外桃源，我在这里学到太多，经历了太多，我珍惜这里！

收获知识与快乐的旅程

化学化工学院赴昌吉州第二中学实习生 刘晶

犹记得大文豪韩愈说：师者，传道授业解惑也。还想着人们的美赞：教师，是太阳下最光辉的职业。所以，对研一下学期的实习成了一种期待……终于，实习即将开始，我被分配到的学校是昌吉州第二中学。

3月6日早上七点，我们在陈主任的带领下来到昌吉州第二中学。走进校园，看到迎接我们的领导，还为我们安排宿舍，准备了崭新的被褥，洗漱用品。看到这一切一股暖流流进了我的心里，从那一刻起，我就喜欢上了这里。

转眼间，实习生活过去一大半了，回味这段经历，我感到满足庆幸。我庆幸自己来到州二中，我庆幸自己能师从化学教研组长王田芳老师，我庆幸自己与很多有经验的化学优秀教



师相识，我庆幸自己能成为高三实验班的实习老师……太多的幸运降临让我受宠若惊。成为幸运儿的我要用感恩与勤奋之心去回报大家。

在实习期间，每天早上都是第一个到办公室，打扫卫生，为每位老师泡茶，每天我都像高三学生一样做练习题，经常老师沟通交流，几乎指导老师的每节课我都会去听，并且还会去听高一、高二的化学课，不断补充自己的知识。

很感谢每次讲完课的王老师对我的指导，让我收获颇多。她不但教会了我很多教学方式方法，还告诉我如何从整体去把控整堂课的进展；如何与学生相处；如何设计出新颖独特的化学课堂教学设计等。如果说睿智的人是一本书需要我们品读，因为只有读懂了其中的深邃才能知晓自己前方的路，那么想来王老师便是其中一本。这本书却值得我回味无穷，许在整个教学生涯，让我受益匪浅。感谢您，王老师！

收集实习中的点点感动

物理学与信息技术学院赴深圳松岗中学实习生 夏苗

我们的实习生活已经快三个月了。细细想来，在整个实习过程中，我有太多的感动。

感动一

我带的是高二一班和三班物理。刚来的时候，走在办公室的楼道里，会经常学生热情的向我打招呼，当时我欣喜了好久，心里有莫名的感动。上课的时候，学生也很积极配合，听得很认真，感觉自己的成果得到肯定。经常会有学生都下了晚自习还来问题，除了我带的班，还有其他的学生也会来问题。实习让我成长了许多，也使得我的专业能力得到很大的提升。

感动二

我的指导老师是一位经验丰富的骨干教师，同时，他也是一个十分和蔼可亲的人。每一天，每一个时刻，他总是笑眯眯的，总是给人很温暖的感觉。在给我指导的时候，他总不忘鼓励我，夸奖我做的好的地方，给了我很多的信心。我所在的办公室里的其他的老师，也都很好，大家一起办公，每天都很愉快。

感动三

我在高二一班的做实习班主任，每次班里有活动学生都来叫我去参加，让去看他们的



活动，给他们拍照。他们上体育课，学生特意让我跟他们一起上，学生说“老师，你也来体验一下我们的体育课，这也是你实习的内容哦”。得到孩子们热情的邀请，心里是如此的感动。

感动四

我们的实习小组有十一个同学，虽然都在一个学校，但大家之前也都不认识，可是大家相处的特别好，有事都互相帮助，相互关心，我们都尽心尽力的照顾着彼此，同学之谊也让我感动。

总之，在这一段的实习中，生活很幸福，感动也很多

酸甜苦辣一值

外国语学院赴新疆巴州一中实习生 朱晶

不知不觉实习已到了尾声，回顾这次新疆实习之路，感慨颇多。

可以这么说，起初我是怀着激动期盼而又有点不情愿的心理来到这里的。我知道，人生的模拟讲堂即将在这里拉开序幕，从教师到学生的角色转变将在这里开始，我兴奋，渴盼，希望有尽可能多的机会上讲台，这几个月的历练对我以后找工作很重要，虽然离家很远，但只要锻炼了，成长了，就值了！

一切都和最初的想象差不多，初二 4 班的英语给了我。永远都忘不了第一次上讲台，第一次上课的情形，还是我的指导老师听课，紧张那是必须的，即使提前做了充足的准备，可真正上课时不尽全如所备那样，当时最怕突然到哪停住了，顺不下去了，尴尬的站在那里，忐忑忐忑的第一节课终于结束了，我深深地懂得，我的第一个目标就是完整的驾驭一节课。而这，其实不是那么容易的。

我的一节课就在指导老师的建议与我的改善以及时光的流逝中溜走了，这这期间，我还兼职 4 班的副班主任。对于胆识，自信，教学方面，人际交往方面或多或少都有成长。给我印象最深的几点体会，我想说下。

第一，教师不仅要教会学生知识，更要教会学生做人，要时刻在教育的过程中灌输思想教育，德育，这不是冠冕堂皇的话，这是教育之本，成人——成才——成功，只有先成人了，才能有后面的发展！

第二，一个优秀的老师，不仅有扎实的专业知识，还应有广博的课外知识，这样，学生才会在知识上服你；不仅要传授知识，还要去了解学生，只有了解学生，才能针对他们去备

专业课，备人生课，在此补充，备课最重要的是备学生；

第三，教书不是学生去适应老师，而是老师去适应学生，没有教不好的学生，只有不会教学生的老师，教师不应抱怨自己的学生差，而应去适应学生，改变学生；

第四，做一个好优秀的班主任必备品质：既让学生怕你，又让学生爱你！威严而不失关爱，二者必须把握有度，才能对管理班级取得良好的效果。



当然，要做到以上几点，还有很长的路要走。对于此次实习，酸甜苦辣那可是应有尽有啊！由于字数有限，此处不做详细描述。最后，总结一句话，对于此次巴州一中初二 4 班实习，六个字，值了，不枉一趟！

惬意的实习生活

外国语学院赴新疆昌吉二中实习生 王英

仿佛是一夜之间，昌吉的树木就全都绿了。回想三月初，刚来时，昌吉还是天寒地冻的。三月六号凌晨 6 点多，在颠簸了 34 个小时之后，我们终于到达了乌鲁木齐，走出火车站，寒风吹得我瑟瑟发抖，很快我们就联系上了市二中来接我们的老师，坐上了张老师的车，暖暖的。张老师是本地人，很豪爽的性格，和我们聊了很多。大约半个来小时，我们便抵达了昌吉。昌吉这才惺忪的睁开眼睛，迎接新的一天的到来。

一碗热腾腾的牛肉面，驱走了我们路途的疲惫。接待我们的是学校的校长，学工部主任，教务主任，全都是学校的重量级人物，我当时就在想，一定要好好干，不然，自己心里都有愧。申校长热情的向我们介绍了学校的情况，并且很细致的安排了我们的教学，生活事项。我们的年级主任又开车带我们在昌吉小转了一圈，去超市买了生活必需品。后勤的褚主任又把我们的床单被褥等必需品一一备齐。相关老师把我们的生活事项交代的很清楚。来昌吉的第一天，感觉，这里的人真的很实在，待人特真诚。

因为初来乍到，我们没少麻烦学校的老师，只要我们开口，事无巨细，老师们都热心的帮我们解决。办公室的老师，很快就很熟了，13 个人组成的大办公室，很是热闹，每天都有免费的课间零食。周老师年近五十，更是把我们当成了自己的孩子，因为都是英语老师，我们交流的很多，我从她那里真的学到了很多。李老师，比我们大几岁，却能和我们打成

一片，我们的很多零食，都是她带来的。还记得那次，我们的锅坏了，杨旭老师听说后，立即给我们带了个电磁炉来，再加上李老师的电饭煲，我们才得以重新开火。还有汪老师，长我一岁，我们有着很相同的教育价值观，平时交流的也很多，还专门陪我们去了都市旅游和天山大峡谷，对我们也照顾有加。我时常感叹，昌吉的人怎么这么好呢！

我们来的当天下午，教务处就给我们安排了课，因为英语老师急缺，我直接被安排带初一两个班的英语。老实说，第一节课，我自己都不知道自己说了些什么，只感觉自己的声音都在发抖。万事开头难，现在，经过了两个月的历练，我已经可以很轻松的拿起课本，给学生上课了，俨然一副老师的样子，内心已不再忐忑了。从学生到老师角色的转变，是包含了辛酸与泪水的。说实话，到现在，我依旧还是掌控不了课堂，我可以给他们教授知识，但是，有时候，面对嘈杂的课堂，我真的不知道该怎么办，把有些刺头叫起来，或是课后的谈话，对有些学生，似乎也是不起作用的。至于作业，总有那么几个人拖拉，还有些人很应付的。于是，就有老师安慰说，不是所有的学生都是学习的料，这个社会上，什么样的活儿都要有人来干的。前两天有两个学生逃学了，我真的很替他们着急，但却束手无策，我能做什么呢，那么多人人都感化不了他们，他们还这么小，若真的是过早的步入了社会，是要吃很多苦头的。并不是所有人都要上大学的，但他们连最基本的生活的知识都不具备啊，一个很简单的自我检查，可以写的错字满篇，以后，该如何应对这个急速变化的社会呢？就是在今天，我还对我的学生发火了，因为他们从上课就吵吵不停，我把课停下了，静坐了近三十分钟，我说，既然你们想说，那就给你们时间说，一节课就这么浪费了，不知道明天的课会怎样。老实说，我自己都不知道，自己这么做，对还是不对，他们毕竟处在一个懂事又不懂事的年龄，管不住自己的嘴巴也是很正常的事，需要我的耐心引导与教育，也许，是我的教育方式有问题呢，提不起来他们的兴趣呢，相同的课件，在两个班上，反差却是如此之大，真的是需要我好好反思一下了。还有期中考试，我带的两个班考的很差，虽然说他们本来的基础就很差，但是，我是应该把他们带好的，不是吗？没有进步，便是退步了。还有论文啊，到现在还没有想法哦，愁！说真的，我真的有太多的问题需要想方设法去解决，还有很多困难需要我去面对。因为年轻，我有精力，有时间，去穷尽自己的一生，让自己在教育这条路上探索，我要时刻保持对这份工作的激情。

今天下午，艳琴做的米饭，炒了茄子，西红柿炒蛋，还有藤蒿。午餐是俊格做的土豆丝，麻婆豆腐，黄瓜鸡蛋，是不是很丰盛啊？我们现在排班做饭，每个周都可以吃到五个人的手艺哦，四川菜，河南菜，陕西菜都可以尝得到的，不管味道怎么样，每顿都是要吃撑的，而且每个人都在穷尽浑身伎俩，来满足大家的胃，厨艺也在飞速发展，我们开玩笑说，等到实

习结束，我们每个人都是厨娘咯！

周末，我们一块儿逛个街，或是买点好吃的，犒劳一下自己，偶尔出去玩玩，饭后公园里散个步……实习的生活，是紧凑而又惬意的哦！

我的第一堂课

化学化工学院赴长安一中实习生 丁士华

实习到今天为止，已经过去了两个多月。这两个多月里，我不断的在实习学校长安一中和师大间奔走。早上去听课，下午回学校查资料，在不断的听、问、想、讨论中充实自己的教学经验。这样的奔走很累，可是很充实、很快乐。

前几天，在经过了长时间的准备后，我上了第一堂高中化学课。为了能讲好这节课，我查阅了大量资料，设计好自己的思路，然后和指导老师沟通，修改，最后定稿。虽然提前准备好了所有东西，自己在下面还练习了几遍，可还是会紧张。好久没有站上讲台了，而且面对的是高中的孩子们，这和以前我所有的经验完全不同。他们会很好的配合我么？我讲的他们能否跟得上呢……我心里不断的在打鼓。



开始上课了，第一个小内容，我就出错了，不小心写错了板书，在学生的提醒下，改正了过来。这个小错误的出现，反而让我不紧张了。反正都已经有了错误，不能再糟了吧！这样的想法让我轻松了起来。一节课就这样顺利的过去了。第二个班的课更加放松了，很顺利的就讲完了。

课后，我的自我感觉还是不错的，觉得自己讲的到位了，学生们也都能跟上我的思路，还有点沾沾自喜。第二天，我们去听指导教师的课。上课后，我发现，指导老师讲的还是我昨天的课题。老师把昨天一些我没有讲到的地方、没有讲透的地方给孩子们讲解了一遍。我这才发现，自己的课堂还是有那么多可以改进的地方。我的讲解内容还是不够到位，我对于考试的要求还是没有完全把握住，对于不同学生的需求我没有掌握好。我还有很多需要提升的地方。要讲好这节课我还要不断提升自己。

实习已经过半了，有了实践经验的我，会更加努力向着自己的目标前进的。

我的历史教学实习感想

历史文化学院深圳市光明新区高级中学实习生 赵箭

不知不觉，来到实习学校已经三个月了。这期间，我经历了很多角色的转变：学生、实习历史老师、实习班主任……从最初的听课，到现在备课、讲课，我正在一步步成为一名真正的老师。我的实习科目是历史。讲了好多节课之后，我想谈谈我这一段时间的历史教学感想。

备课是我教学的第一个步骤。对于我这个新手，备课是我最重要的一个环节，而且比较有难度，需要花精力研究琢磨。拿到一篇教材，首先我要对照课程标准，分析哪些内容是重难点，哪些内容只要一带而过。找到重难点之后，就是分析这节课我要讲哪些内容，怎么讲。首先是导入需要设计，例如在讲《君主专制政体的演进与强化》这一课，我的导入是一个问题：同学们有没有看过《大汉天子》？然后让学生谈谈对汉武帝的看法，由此过渡到对古代历史上皇帝与丞相关系的认识，从而开始本课的学习。我的指导老师麦老师指出，我的导入过程有些过长了，有缩减的空间。怎样设计一个合理精炼的导入，我还需要琢磨琢磨。导入设计好之后，接下来课堂的主体是对重点内容的突出，对难点内容的突破。我在备课的过程中感觉这是比较难的。我需要认真设计课堂问题，以及如何从一个问题过渡到下一个问题。难点内容我要想办法提出来并且给学生讲解清楚。板书的设计也是我要认真构思的。对于教材内容的取舍，我比较茫然。哪些内容要讲，哪些内容不需要讲，我自己心里没有个头绪。不停地看人民版教材和人教版教材，比较它们的不同，看各种教参，辅导资料，从一堆内容里选出我要讲的东西。当然我不能很精准的得出这一课该讲什么，怎么讲，每一次备课都是很漫长的。备完课还要和指导老师解说一下我的上课内容和思路。麦老师会很细心的给我一些建议。

备课完之后，是试讲。试讲是必要的，在试讲过程中我主要检测自己对内容的熟悉度，课堂设计是否合理等等。麦老师还指出除了备内容还要备学生，要想象学生面对一个问题的可能反应，以及我的应对措施。哪些问题可以让学生思考回答，哪些问题学生可能答不出来，就需要我来解答。试讲之后，我就在教案上修改，增删一些内容，每一张教案都被我改得不少。

试讲之后，就是到课堂上实践了。有时候尽管我觉得教案的设计还好，可是到了课堂上还是会出现蛮多的问题。有时候，我自己讲着讲着会忘词，不够流畅，这还是因为对所教内容不熟悉。有时候，我会漏掉对重难点内容的分析。有时候，我发现学生不能及时记下笔记，

影响上课的进度。有时候,学生不能答出我的问题,或者答案偏离我的预想。这都是问题。我同组的实习同学还说上课的声音有一点小,最后排的学生可能听不清楚。而且我的粉笔字也不是很好看,需要把字练好!

这是这段时期的教学感想,我觉得自己还欠缺很多东西,需要体会领悟,加倍努力弥补。以下是我给高一理科班上课的感想。理科班历史课不作为考试科目,这让许多历史老师大为苦恼——讲台上老师唱“独角戏”,台下学生各干各事的情况比比皆是。到我真正上了课后,我也面临这个挑战。但我不能也没有放弃——听指导老师说,学校一般都会安排年轻历史老师负责理科班教学。因此,在再这近半月多的实习中,我不断尝试各种可能适合理科班的历史教学方式,并总结出以下几点经验:

1.上好第一课。除了通过得体的教态、生动的讲授和适当的互动等方式激发学生的学习兴趣之外,还要着眼于学生的发展阐明历史课的意义和课堂要求。我在开始第一节课只注意前者而忽视后者,结果第二节课,虽然我也准备了一些有趣的历史故事和视频,但是学生却“原形毕露”——全班一半以上的学生都在做其他作业、讲小话或是睡觉……估计我在第一节课中塑造的亲和形象使他们误以为我的课可以当自由活动了。经过一番深思熟虑,第三节课一上课我就给他们做思想工作:

“出于对大家的负责,老师希望大家从这节课开始专心听历史课。为什么呢?首先,老师在讲台上滔滔不绝,还不时走下去巡查,你们要是做其他事情效率不高,心里也不踏实;其次,虽然历史成绩不计入总分,但是大家还是要过会考,如果平时注意听讲,对历史知识有大致印象,以后复习起来更轻松;最后,且不说历史课最重要的意义在于通过了解过去来认识现在和判断未来,现代越来越重视人才的综合素质,许多用人单位在招聘的时候会考察人文知识——比如一家名企就曾考察我们待会要介绍的普罗泰格拉的‘半费之讼’——而高中可以说是大家系统接受历史知识的最后机会。老师也相信大家能做到,就像第一节课一样……”

从此,大多数学生均能积极配合教学。我想,如果我第一节课就和说这番话,就不会出现第二节课的“惨状”了吧。

2.选好教学资源。实践证明,贴近学生生活、联系学生已知或是直观生动的材料更合理理科班历史教学。我曾经想用史料来增强历史感,但是由于理科生历史基础较薄弱,加上“重理轻文”的心理,刚展示史料学生们就齐刷刷低下头,更别说提问了。当然,偶尔以一些浅显、短小的史料作为例证讲述学生还是能勉强接受。而最受学生欢迎的莫过于历史故事和视频了。不过,二者在选用时仍要注意一些小技巧:例如讲故事时语音语调若能富于变化,饱含情感,并配以适当手势效果更好;而对于视频,一方面尽量避免选择节奏较慢,内容冗长的纪录片——

例如我上人教版必修三第三课《宋明理学》时播放《中国名人圣贤·朱熹》,完整看完的学生可谓少之又少,另一方面还要确保大多数学生能看清看懂,即如果教室的多媒体播放出来的画面质量差,或是视频内容深奥,不如舍弃。

3.设计好课堂活动。离开了互动,教学效果往往会大打折扣。而对理科班来说,课堂活动还要尽可能灵活多样,通过锻炼学生的思维和动手能力来激发他们的求知欲。例如,我在讲授第八课《四大发明》时,介绍指南针时,设计“虚拟实验”环节,在 PPT 上展示假设提供给学生的材料,让他们“自制指南针”。这两次活动学生都积极参与,课堂气氛非常活跃。此外,“出乎意料”的提问方式也能提高学生注意力,例如按坐标点学生回答问题,或是请全班推选代表回答等等。

通过这段时间的理科班历史教学,我深深体会到,其实大多数学生并不排斥历史,只是对历史缺乏足够的重视,或是由于传统的历史教学忽视了历史的生动性导致学生给历史课贴上“枯燥乏味”的标签。只要我们老师多反思并创新教学方式,一定能让更多学生喜欢历史课,即使是理科生。

我心激荡

历史文化学院赴东莞第七高级中学实习生 刘红梅

2013 年 5 月 5 日,去高一(1)班上晚修,刚进教室就有同学指着尚未完成的黑板报说“历史老师看,你”,当时有些愣住了,迅速微笑着反问道:“确定画的是我?”全班同学异口同声的答道:“是”!“你的中分头”、“你的衣服”、“眼睛”、“姿势”、……此刻内心满满的都是爱!大家都安静下来自习后,我的内心却是久久不能平静。

回想来东莞七中已近 3 个月,第一周在慌乱中上了 8 个班的历史课,准备不足自是不必说,幸运的是都应付过来了。步入正轨后,从第二周开始高一(1)、(2)、(3)班的历史全部交给我了,没有了第一周的匆忙,内心却是更加忐忑。发觉自己和学生还都不能适应对方,这里的学生非常的活跃和直接,上完课询问大家的意见时,有学生非常直接的跟我讲“我还是喜欢我们上学期的历史老师”,自信心严重受挫,开始了一阵子的模仿之旅。每次上课前就去听另外老师的课,然后搬进我的课堂,且不论学生感觉如何,我自己是很别扭的,这不是我的风格。花大量时间备课、做课件,努力的想达到在我的课堂上既完成基本的教学任务,又有趣味性,但是如何把“土地制度”这类经济史的概念性问题,讲的有趣!真的是非常痛苦,有那么一个星期,我失眠了:焦虑——上课精神不佳——课堂效果不好——再焦虑——

失眠，或许是置之死地而后生吧，终于在一个失眠的晚上，我想到了自以为不错的解决办法：自主学习加课堂展示，主要目的是增强课堂的新鲜感。请教过几个历史老师，他们基本是讲理科班的历史课就是调剂，主要是让他们上的开心就好，对他们的要求就是会考过关。想通后，觉得自己解放了，不过设想的小组活动式课堂实验，并未取得预期的效果。但是经历过痛苦的洗礼后，内心坚毅了，领悟到自信是新老师最重要的法宝。当我们坚信自己时，学生也就信服了。



下晚修后，我仔细的去端详了下自己的画像，调侃的说“哎，该减肥了，脸太大”。等下次再来上课时，看到那个“我”愣是被学生改成了瓜子脸、大眼睛，哈哈哈！

悟

化学化工学院赴深圳中国教师报华南培训基地实习生 张晓霞

2013 年 2 月 25 日，我们 10 个人——来自不同的专业、不同的城市——为了一个简单而不平凡的目标，一路南下，来到了这座美丽的沿海城市——深圳，开始了为期半年的教育实习。

教育实习主要分为两部分，一部分是班主任工作，另一部分是教学工作，说白了就是既要带班又要上课。无论是带班还是上课，作为实习老师，都会有一个该校的指导老师指导我们。指导我教学工作的是胡贤军老师，而指导我班主任工作的是我带的班级的原班主任——李凯老师。

来到这里初期，我们主要任务就是听课，看其他老师是怎样讲课的。这种听课的重点是观察老师怎样讲课，学习如何传授知识，如何驾驭课堂，如何控制授课时间，而并非学习老师所讲的知识。

比起教学工作更重要的是班主任工作。在学校里，班主任就是学生的第一监护人，故班主任的工作非常琐碎。一名真正尽职尽责的班主任，在学生身上下的功夫比学生的父母还要多。我觉得，在班主任工作中始终要坚持“一个标准”，就是在处理班级事务时，尤其是奖惩方面，对好学生和后进生应使用同一个标准。如果处理有偏颇，则会助长好学生的坏习惯和骄傲的性情，压抑后进生的上进心，所以做到一视同仁很重要。

实习这段时间深深地感觉自己需要提高的地方太多了。我总共上了几节课，每节课前我都能够听从老师的指导，认真学习课程标准，根据课标要求，钻研教材，备好每一节课，编写好教案，并在交予老师审阅后进行试讲。在老师提出的意见的基础上，再次对教案进行了修改后才上台讲课，课后认真批改作业，总体感觉收获颇多。

细想来，这三个月给我最大的感受就是：教育的艺术不在于传播，而在于激励、唤醒、鼓舞！有人说选择了教师就是选择了平凡，但我觉得当上教师的都是不平凡的人。有人说当教师太平淡，其实我觉得任何事情最终都会归于平淡。而能把很平淡的事情做的有味道，我觉得这才是本事。这次的实习也让我更加坚定我的目标：毕业之后无论做什么，至少我不会离开教育。

心在哪里，收获就在哪里

数学与信息科学学院赴中国教师报华南培训基地实习生 马晓静

算一算日子，三个月就这样过去了，不快也不慢。

记得当初来的时候，怀揣着一颗激动不安的心，默默的乞求一切都好。火车开动的那一刻，我更新了微博，写到：从家的方向奔向梦想的方向。随之而来的祝福，让我信心满满，期待自己的实习生活充实而快乐。

在这里我认识了不同学科的同学，我们组成了一个小团体，互帮互助，互相鼓励。最初的抱怨不是没有，不顺心的地方也有很多，现在想想觉得没有当初那么难，难到都不想待下去。这里虽说不是一所正规的学校，但还是有不少的收获的。我们的学生不同别处，有他的特殊性；我们的课堂也不同别处，孩子们能够得到老师更多的关注，自信心也越来越强；初三的孩子，很多坏习惯都已经养成，短时间内是很难改变的，但是老师们依然非常负责，用一颗炙热的心浇灌着他们的心灵，不厌其烦的进行各种教育，虽说学生不多，但是每位老师花在她们身上的精力远不比正规学校少。“教育是个良心活”，在这里我深刻的体会到了这句话的含义。



还有一个半月实习就结束了，我已开始留恋这里的一切，在这我收获了一次人生中重要的从教经验，我想不论痛苦与否，每一段经历都不会浪费，关键是你的态度。我珍惜“这样”

的实习生活，也珍惜在《中教报》的每一刻。

学高为师，德高为范

历史文化学院赴郑州 106 中学实习生 李杨

不知不觉在郑州 106 中学实习已经两个半月。在这里我学到了很多，不论是知识上的、实践上的，还是对自己的认识都有意想不到的收获。

来之前我忐忑着，如何在这短短的 16 周提高自己，认识自己；如何上好每一节课；如何处理好与学生的关系等等。对这些问题的思考，使我深深地体会到做一名有责任老师是何等的重要，又是何等的不易。我深知作为教师，对学生的影响不只是知识和语言，更多的是人格精神，身教重于言教。对学生来说人格魅力的感染很大程度上高于知识的传授。教师对于学生来说不仅是一种知识资源，更是一种精神资源、文化资源。于是我对自己的要求是上好课，发现自身不足，不断反省自己。

很庆幸自己在高二实习，既能尝试上各种课型，又可以跟高三的老师一起交流高考复习方法。也在这期间对实习学校的特色有了很大的了解，尚美课堂、微课程、教师选修课等一些别具特色的课堂。由于学生每天还要分出大部分时间去学习美术，所以文化课上的 40 分钟对他们来说非常重要。课堂上需要讲什么，不需要讲什么都要基于学生的基础有一定的考量。具体到新课、习题课、复习课，在这段时间也对不同课型的特点都有了一些认识，根据上课内容和班级情况做适当调整。

在准备新课的时候，由于选修一的教材设置一节课要上一个单元的 3-4 课，不知道课堂内容如何安排地详略得当。在指导老师的建议下，我先理清思路，列出主干知识点，再一步步进行填充。知识之间如何过渡，语言如何简练，对背景知识的熟悉都需要提前做好充分的准备。第一节课胆子很大，盲目自信，以为自己都准备好了。以至于在课堂上出现不少问题：声音太小，语调太平不能突出重点；紧张，不仅忘记后面要讲的内容，还出现口误；过于依赖课件，思路不清晰等。这些问题是我在上课之前完全没有意料到的，随着上课次数的增加我渐渐地没有了紧张，在上课之前都做好准备，认真写教学设计，做好课件。之后的课堂中也比之前自然多了。几节新课下来我发现，上新课首先要激发学生的学习兴趣，之后要把握课堂主线，保持清晰的思路，使每个环节过渡自然。

习题课中，我尽量分析每个选项，对习题认真分析，研究它要考查的知识点和延伸内容，甚至解题方法。复习课我认真听老师们会补充哪些，哪些知识作为重点讲解，注意知识点间

的联系和对比，以及单元的知识点相关的高考选择题题型分析。上了一次复习课，仍然发现一些问题：知识点总结不够全面，不能准确把握重难点和高考常考点。这些都需要在之后下功夫。

每周历史组研讨课之后，会与高二高三的老师们一起分析研讨课和教学中遇到的一些问题。在教研过程中，历史组的老师们善于钻研、严谨、善于总结的精神鼓舞了我要善于学习，从他们身上我看到了作为历史老师的责任感。

每次听完课我都会反思，换做我这节课会怎么讲，需要注意哪些问题，哪些内容自己还不懂等等。此外，学生的好问喜欢质疑的态度，更是我学习的驱动力。正是他们的好问使我认识到只有不断地学习，才能做他们的“知识资源”。通过实习我明白了“学高为师，德高为范”不只是口号，更应该是一种实践。



参加哈师大附中历史特级教师讲授高考复习示范课及教研会

研途有你，真好

政治经济学院赴新疆巴州蒙中实习生 徐昕

来新疆的日子眼看就要接近尾声了，时光仿佛还定格在那些美好的时刻。也许当我离开这里，最怀念的是大家朝夕相处、相依为命的日子吧，能与你们相识，并一同欣赏这“研途”的美景，我很幸运！研途有你，真好！

在巴州蒙中，我们六个相识、相知。大家在一起的日子仍历历在目、记忆犹新，回忆起来我都会不由得笑出来，却在眼睛里泛出温馨的泪。我们一起面对困难，一起流泪欢笑，一起分享快乐，一起解决问题，一起听课做笔记，一起备课，一起听课，一起评课，一起 KTV，一起吃大盘鸡，一起出去旅游。我们彼此依偎，安抚彼此的伤痛和委屈，我们彼此鼓励，战胜一切的问题和困难。知道吗，



是因为你们，我才能勇敢的活在当下。当得知要去州一中的时候，我很纠结也很不舍，像一个晴天霹雳打的我手足无措，是你们一次又一次跟我站在了一起，为我去争取去想办法让我留下来。可是，分别还是被写上了日程，但我感觉自己很幸福。因为我收获了最美的友谊！

离开巴州蒙中的那天，不敢去看你们饱含泪水的双眼，害怕听到大家口中的“生离”，可是曾今美好的记忆都渐渐消失在我的视线里……

很幸运，州一中这边的同学待我如姐妹，我便很快融入这个集体中。五个班级的教学任务，不累但很很充实，环境和周围的一切也令人欣慰和满意，但是少了朝夕相处的你们，幸好我们都还在这个城市里，可以时常见面。

实习就要结束了，我学到了很多，经历了很多，感受也很多，我会很小心的珍藏我们的记忆，我会很用心的珍惜我们的友谊，谢谢你们，我的好姐妹！

一路成长

教育学院赴新疆昌吉学院实习生 王昕

时间过得真快，两个月的实习生活已经过去了。回想起在这短暂的两个月发生的和自己所经历的事情，我学到了很多的东西。

我在昌吉学院初等教育学院实习，不仅可以在行政办公室办一些有关行政管理的事情，而且带了两个学前教育专业班的专业课——《幼儿园组织与管理》、《游戏理论与指导》。这是在以往的实习中所没有的，我非常珍惜这次机会。

在行政办公室，我帮助老师整理论文集、试卷和查考勤等工作，对学院的评鉴工作起到积极的作用。另外，对有关教学的工作进行统计，将自己所学有关 EXCEL 的知识运用到实习工作中。

在实习期间，我有另外的任务就是教学工作。初教院院长曹卫军老师安排了两位教学经验丰富的老师——李文老师和李适指导我的教学工作。我会认真地、充分地准备每一节课。在每次上课之前，他们会认真听我说课，并对我的说课内容进行悉心指导，提出评价和建议。我的指导老师也会听我的课，对我的教学过程提出具体的意见和建议。同时，我也会听好老师的每一堂课，吸取老师的宝贵的教学方



法。例如：李文老师的活泼幽默。在学生做完作业之后，我也会认真批改，做好作业讲评工作。我们还一起讨论并整理学科的试题集和学习指南，更好地做到以学生为中心，考虑他们在就业时候所需要的技能和技巧。

随着时间推移，通过听课和实践，我开始有了一些进步。语言开始专业化，而不像最开始的时候那么口语化。我感谢我的老师，感谢我的学生，是你们让我感受到工作中不断的快乐和对自己逐步建立的自信，为以后做一名优秀教师作了重要的准备和支持。

印象二中

外国语学院赴昌吉二中实习生 张振平

尽管三十六个小时的硬座是不堪回首的记忆，但新疆这个地方，让我们充满了惊喜，直叹，不虚此行。

昌吉市，号称乌鲁木齐的后花园，气候宜人，风景秀丽，没有西安的酷热难耐，没有内地的蚊虫叮咬，蓝天白云，天池，沙漠，恐龙馆，一扫我们对新疆的印象。昌吉州二中，一所完全中学，自治区首批示范高中，自治区级德育示范学校，其教学水平及教学理念，可能领先于内地许多学校，以我所毕业的高级中学为例，与州二中，有着不小的差距。

距高考还有二十四天，高三的学习氛围让我印象深刻，每周两次考试，每次考试学生严于律己，写好每一篇作文，看重每一分钟，俞老师，我的指导老师，把课堂交给学生，习题由学生自己讲解，老师负责联想拓展，系统化，用自己扎实的英语功底为学生扫除心头的疑惑，以自己丰富的经验指明前进的方向，让自己的热情点燃学生的激情。每次考试，俞老师都会对考试进行总结，每逢州上，乌市的模拟考试，作为教研组上，对每一道题进行定位，分析出题方向，错误原因，统计学生的退步进步情况，个别谈话以鼓励学生再接再厉，再创新高，与学生相处融洽，以母亲般的姿态和学生交流谈心，学生很明白自己的任务和老师的苦心，也并不需要老师以严厉的口吻要求什么，学生对俞老师的爱戴让我感觉到了作为一名教师的可敬，可爱。俞老师热爱生活，身为年级组长，教研组长，班主任，又在州上担任一定职务，不可谓不忙，但俞老师爱好广泛，喜欢种花草，养鱼遛狗，生活丰富，并没有很多老师所抱怨的那种苦不堪言等等。在高三，通过做题，看



语法，倒是让我荒废已久的英语书面语有了不小的进步。

虽然高三学习的兴致很高，但以高考为目的的教育让我心有不甘，难道学生还是这样眼中只有高考吗？然后，我来到高一，对高中有了新的体会。高一的学生生活真可谓是丰富多彩，目睹参加了各种教学和学校活动，其种类繁多，文化衫设计，合唱比赛，篮球赛，象棋比赛，书画展，走秀，演讲比赛，羽毛球比赛，令人目不暇接，难得的是，每个班里的学生都是多才多艺的，钢琴，二胡，笛子，过的级数我不太懂，合唱的谱子练过一天就能上手，应该挺不错的吧，舞蹈，唱歌，书法，绘画，航模，机器人，各种运动，每个学生都有施展才华的机会，每个学生都有自信的理由，每个学生都有成长的喜悦，看到这里，我欣慰了。原来这里的高中是这样的，高一高二交给自己，高三，那就交给这个教育体制吧，况且这边政策还不错。

轻松愉悦的眼保健操，优美飒爽的广播体操，庄严的升旗仪式，别出心裁的讲话课，载歌载舞、浓墨重彩的艺术节，而且，不能免俗的，优异的高考成绩，这就是我的昌吉印象，二中印象。

英语 Reading 教学反思

外国语学院赴呼图壁县第一中学实习生 陈文静

实习已经过半，经过这两个月的实习，我感受很深，尤其是在英语教学方面，明白了自己的不足，知晓了在以后的学习工作中如何去提升自己。我实习的学校是新疆呼图壁县第一中学，在这个学校，有一个福建来的援疆老师，廖老师。虽然她不是我的指导老师，但是听她上课，与她交谈，让我明白了一句话：听君一席话，胜读十年书。

举个例子，前段时间，我自己上了一节人教版必修三第二单元的 **reading** 这一部分。在我上完课的第二天，廖老师也上了同样的课。我听了廖老师的课以后，最大的感觉就是自然，一个环节紧扣一个环节，过渡很自然，没有我自己讲课时候的那种刻意与雕琢，自己真的差得太远了。



课后我与廖老师交谈了很久，向她请教了关于如何上好 **reading** 这种类型的课，廖老师的回答让我受益匪浅。

首先，**reading** 应该以小见大。我们可以不按照 **pre-reading**, **while-reading**, **post-reading**

这种固定的模式来讲课。我们应该有自己的取舍，这应该根据学生的能力和老师自己的学习目标来确定。而一节 reading 课不一定非要把一篇课文都讲完，我们可以只选取其中一部分来讲解，让学生充分明白课文的意思。内容的多少不是关键，学生能真正掌握多少才是最重要的，这是我们现代教学提倡的有效教学。

其次，廖老师语重心长地告诫我：年轻人要学会创新。作为一个年轻教师，一定要有自己的思想。备课，上课要按自己的思路来，要走出新意，不要以为抄袭网上的教案和 PPT，这不利于我们以后的发展。

同时，我们老师一定要熟悉考纲。从教书的第一天起，就要开始研究考纲，知道高考到底考些什么，这样在上课的时候才能收放自如，侧重点分明，不然讲解一些不考的东西，浪费时间又没有效果。

还有我们经常忽略的一点就是，教师应该要与时俱进。廖老师建议我，应该多订阅一些前沿杂志来看，比如中学生教育等，知道现在教育关注的是什么，随时更新自己的知识系统，与时俱进。

最后，教师一定要坚持写教案和反思，不仅有利于教师以后的发展，同时还能以后论文的发表打下基础。

总之，实习期间，我真的进步很大，学到了很多在书本上学校里学不到的东西。实习学校的每个老师，他们身上的各种闪光点，对于教学的看法给了我深深的启发，指引我以后的教学工作。

用快乐书写理想

旅游与环境学院赴深圳市光明新区高级中学实习生 徐丹

快乐而充实的时光总是那么的短暂。白兰花的花香弥漫着整个校园，林荫道旁的芒果也一天天长大。一转眼，我们即将结束这次教育实习之旅。短短的三个月，我逐渐融入了这个充满活力的校园，认识了许多优秀的老师，与一群可爱的学生成为了知心朋友。心中有一份不舍，也心存感念。我很珍惜这段让我成长的经历，让我更加坚定了我的职业选择，并深深得爱上了这份传递知识，予人信念的职业。

（一）从零开始，不懈奔跑

“从零开始，不懈奔跑”这是我给高一（12）班开的第一次班会，也是给自己提出的一句奋斗口号。高一（12）班是年级文科重点班，我很幸运成为他们班的实习班主任。我策划

这次主题班会的目的有两个，一方面认为学生文理分班后需要重新调整心态，树立明确的奋斗目标，向着正确方向不断奔跑；另一方面也想通过这样的班会，拉近我和学生之间的距离，走进他们的内心深处，了解孩子们的所思所想。

整个班会活动孩子们的参与和互动性很高。当我给他们播放完一段乒乓球名将邓亚萍成功转型，成为剑桥博士的视频演讲后，学生们的触动很大，纷纷在小卡片上写下了自己的理想大学和奋斗目标。如今，小小的目标卡片贴在了教室后面的文化墙上，将见证孩子们的三年成长。我想这次班会的精彩之处，不仅让他们对自己的人生有了重新而明确的规划，学会了对自己的人生负责，也教会了他们随时要有归零的心态，不骄不躁，不懈奔跑。

孩子们，希望两年后能听到你们的好消息，这也许是作为老师最大的回报。

（二）“老师，我很喜欢你给我上课”

“老师，我很喜欢你给我上地理课，下次再给我们讲课吧！”这是一位学生给我说过的一句话。我想，这也许是我听过的世上最美丽的一句话了。正是这样一句话，给了我职业选择最大的鼓励与肯定。

在光高实习，教学工作肯定是重中之重。“听课+反思+教学设计”是我每日的必修课。光高虽然是新建五年的学校，学生的生源质量也不理想。但这里却聚集了许多来自五湖四海的优秀一线教师。他们教学严谨，风格独特，关心每一个学生的成长。每一次的听课，我都会收获不少。

在不断的听课与教学反思后，我站上了三尺讲台，给学生们传授知识，分享我的快乐。我很感谢指导老师肖老师一次次耐心的指导，也很感谢学生对我的教学的宽容和鼓励。在实战中，让我深切体会到了“态度决定一切”这句话的深刻内涵。把每一次讲课的机会，都当成是教学成长的历练，用心做好每一堂课的教学设计，是保证教学质量的关键。同时，也意识到隐形教学的重要性，在给学生们传授地理知识的同时，也要让他们对地理感兴趣，意识到地理其实离我们的生活很近，地理有用，有趣，生活化的理念应该充分贯穿于整个教学之中。

（三）用歌声放飞青春，用画笔实习梦想

由于我的专业指导老师，教一个艺术班的地理。所以我有机会，认识了这样一群性格开朗，思维很独特的学生。相比文科重点班十二班学生的听话，懂事，学习努力。其实我更喜欢艺术班的学生，似乎这些孩子的内心深处有一个独特的世界。艺术班的学生，比一般的学生要辛苦很多，除了要完成一大堆的文化知识，每周有一半的时间和精力都要学习专业课。他们上课的时候，常常一边听着文化课，一边还在不停的削着手中的铅笔。我常常利用晚自习的时间和他们交流，他们都很愿意和我说知心的话。我给他们上地理课，常常会用美术或

者音乐的例子来激发他们的学习兴趣，确实也取得了比较好的效果，他们从上学期的排斥害怕地理，到现在喜欢上地理课，真的有不小的转变。这学期，他们班的地理成绩也一直保持在年级前三名（第一、二名是重点班）。

我知道他们心中都有很多美好的艺术梦。一个叫做于瀚茗的男生给了我一本《山海经》，并告诉我说：“我看了这本有插画的山海经后，就励志要学画画，我想我肯定比古代的人画得好。”并嘱咐我说：“老师，您是教地理的，应该多多研究古代地理哟，做好笔记，不懂得问题要问我哟。”

我想送给艺术班孩子们一句话：用歌声放飞青春，用画笔实习理想。相信你们一定会在色彩斑斓的世界里实现自己的艺术梦想。

（四）结语

温暖岁月，惊艳时光。短暂的实习经历，让我收获了许多。不仅学会了教书育人，学会了角色转换，换位思考，更让我学会了如何调整自己的心态，用一颗积极乐观的心，去感受生命中的精彩。

2013.5.16 于深圳光高校园

用心驰骋，支教无悔！

化学化工学院赴新疆和静高级中学实习生 陈浩

以前只听人说过新疆的风土人情，但是只能想象它的面貌。支教给了我来到新疆的机会，我可以用悲喜交加来描述自己当时的心情，喜的是我终于可以敞开臂膀来领略这塞外风光，它将给我留下无尽的美好的回忆，悲的是这即将是我人生的又一段征程，必定会经受一切已知和未知的考验，深感“任重而道远”！

心怀感激之情无以言表！这大地好像是赐予我们每一个人最好的礼物，它神秘的面纱留待世人去轻轻揭开！因为年轻，只想去创，去探索大地的奥秘；只想去游荡，去感受人生的精彩；只想去磨练，去锤炼自己的品质；只想去奉献，去品味人生的真谛！新疆，这片富有生机的大地吸引了我，我满怀了信心，满载了希望，愿意像花朵一样经受一切风吹雨打而毅然绽放，愿意像大树一样扎根大地而岿然不动，愿意像大海一样壮观，愿意像天空一样寥廓，新疆，我只为生命的意义而来！

我是做好了战胜一切困难的准备来新疆支教的。三月伊始，这是大地万物开始复苏的时候，我们一行人来了之后才发现这里并不是想象中的那么冷，空气也不是想象中的那么干燥，

最让人感到诧异的是，这里的人们是那么的淳朴，那么的善良，那么的热情好客，无论从身体上还是心理上让人感觉都是那么的温暖与祥和！

学校领导对我们的热情接待，学校老师的可亲可敬，学生的音容笑貌，样样都使我们感受到了家的味道！在这里学校里处处充斥着和谐的气氛，让我感受最深的是老师与学生之间的关系和内地截然不同：这里的老师很少有高高在上的作风，这里的学生见了老师也很有礼貌。

我知道我在这里的主要任务是讲课，主要目的是锻炼自己的意志，提升自己的能力，但这一切都离不开一个好的的人际氛围，所谓“我为人人，人人为我”。虽然我没有顶岗，但是我十分珍惜每一节来之不易的上课机会，每次都会认真地查资料，做题，写教学设计，很快乐、很投入的上课，课后耐心地听取老师们的意见，写反思，如此反复！我的指导老师李强老师是一个很实在、很乐观、很热心的人，每当我有问题时他都会耐心地给我指导，使我获益匪浅！办公室的老师个个十分开朗，这使得我们办公室的气氛十分活跃，在每一个老师的身上，我都学到了不少东西。

除上课之外，我还担任了高二 16 班的副班主任，在早读，课间操，班会，晚自习，我都在与他们快乐地交流着，帮助他们解决本学科的疑难问题，给他们做心理辅导，勉励他们要学会做人，学会做事，他们也很乐意和我交流。同时，我还组织了他们的篮球赛，拔河比赛，带领他们参加了县教育局组织的植树活动，在这期间，我不仅锻炼了自己的组织能力，而且还和他们结下了美好的感情。

自从进和静高级中学那一刻起，我就把自己当成了和高的老师。平时与各位老师谈笑风生，虚心的接收他们的指导与意见。还记得我在 3.8 妇女节参加的全校老师的投篮大赛，在和静高级中学“文化艺术节上”表演的“骑马舞”，这些活动我都收到了学校领导和老师的好评，它陶冶了我的情操，鼓舞了我的斗志，感受到了“集体荣誉感”。



和高“文化艺术节”节目——“江南 Style”



在博斯腾湖的合影

在 5 月 10 日，和静高级中学成立了初三的两个实验班（这两个班的学生是全县的尖子

生), 学校领导把其中一个班的管理工作以及晚自习的辅导工作交给了我, 虽然我觉得很累, 但是我还是欣然接受了, 因为我愿意接受这种挑战。这两个班的化学老师是我们学校的薛校长, 我们在一起备课, 一起出卷子, 在备课讲课方面, 我得到了很多宝贵的经验。

在这个和谐、祥和、安逸的学校里, 我们陕师大的支教研究生情同兄弟姐妹, 精诚团结, 上下一心, 相互交流, 在勉励中共进, 在互帮互助中成长。闲暇之余, 我们不忘一起吃饭, 聊天, 放长假时也经常一起出去游玩, 其乐融融!

支教的日子快要结束了, 有些留恋, 有丝不舍! 这里的师生情, 这里的姐妹情, 这里的风土人情, 这里的一切, 既是我们以后身为人师的激励, 更是我们美好的回忆! 在这里我们快乐了, 成长了!

感谢学校给我们支教的机会, 感恩这里的一切!

语文阅读要“无孔不入”

文学院赴东莞市大岭山镇新风中学实习生 史文强

语文成绩的提高, 和阅读量以及阅读能力可以说有着极为密切的联系。很多从事语文教学的老师都知道, 凡是在高考、中考考场上独领风骚, 拔得头筹的同学, 往往都是那种课外阅读量非常大, 面非常广的。阅读量和面的增加与拓展在无形中提高了他们的阅读速度、理解能力、表达水平。而反观现在的不少学生, 在各门功课的挤压之下, 能够阅读的时间已经所剩无几。虽然我们经常会说, 时间就像海绵, 挤一挤还是有的, 可是经历过“中国模式”的我们, 在中学时代哪个又不是在夹缝里“偷”时间去阅读的呢? 所以看到现在的很多孩子的阅读现状, 有时我们真的是又忧心又无奈。可是我还是认为, 作为语文老师, 即使在这样的大环境下, 还是要在力所能及的范围内带着镣铐把“舞”跳的尽可能的好。那么如何让语文阅读在学生的课余生活中“无孔不入”就值得我们去反思。当阅读成为他们生命的一部分时, 按时的阅读、渴望阅读、离不开阅读就会内化成他们的一种习惯。

有时我甚至认为, 语文从某种角度去说不是靠老师教出来的而是读出来的, 因为唯有读的多了很多写作、表达的技巧也就潜移默化的学会了。所以, 多读书, 读好书, 培养学生对语文, 对阅读的兴趣才是至关重要的。而兴趣又是人最好的老师, 有了兴趣, 学生不用老师强调, 自己都会去见缝插针, “偷”时间读书。这样的一种阅读状态, 保持一段时间, 各方面能力上去了, 成绩提高只是迟早的事情了。

遇见

文学院赴中国教师报华南培训基地实习生 陈珊

遇见一所城市。深圳给我的第一印象是，快速。出租车飞快的穿梭过一栋栋形状各异的建筑、葱茏的树木和这个城市的人群车流。这种高速印象除了来自这种初步感受，还有学校领导第一次在给我们开会时说的，深圳就是这样一个地方，它节奏快、思路活，你如果不让自己变的强大，你就只能等着被它丢在身后。偶尔有时间在街上闲逛时，看见的是这样的广告语：“我们追求成功，我们宽容失败”。是的，这里没有深厚的传统文化，但实习，让我感受到了一所城市的现代文明。

遇见一种理念。高效课堂或许已经不是什么新的提法，以前通过相关的书籍和讲座也有过大致的了解，但在这里我第一次见到了将小组合作、群学、对学、兵教兵，这些想法落实在现实中。听课、讲课而后反思、交流，这之后很想拥有一帮自己的学生，很想将这种理念结合自己对教育的理解植入进更广阔的天地中。

遇见一群人。在来之前，关于实习，我想的更多的是我将会接触到怎样先进的思想，会学习到怎样不同的教法，但最终如果要用一句话概括我的实习的话，我能想起的是陶行知先生的那句“惟独从心里发出来的，才能打到心底深处”。幸运的是，我遇到了一批这样的人。有同行者一起相互的支撑安慰，有指导老师真诚的点拨提醒，有孩子们哪怕微小的进步，有这些人存在在实习的过程中，这让你觉得，就算遭遇怎样不堪的事情，也值得相信，没有一段经历是浪费的。



远方, 不再遥远

化学化工学院赴宝鸡渭滨中学实习生 王楠楠

既然选择了远方，便只顾风雨兼程。

——汪国真

回想起这两个多月的实习生活，充满了酸甜苦辣，从一开始的谨小慎微，懵懵懂懂，转化为得心应手，并且乐在其中，离不开指导老师的特别照顾和爱护。在这个过程中，我经历了从学生到教师的角色转换，也渐渐领悟了教书育人的真正含义，收获和感受也填满了我的心房。

当第一次收到学生送来的四分之一蛋糕时，我转过头抹了抹眼角的泪；当第一次以负责人的角色，在学校体育艺术节拿奖时，看着孩子们欢乐而激动的面孔，我选择默默地转身离开；当第一次听到对自己有抵抗情绪的孩子说声“老师好”的时候，又一次禁不住流泪；当第一次对化学一



直不感兴趣的孩子对我说“化学对我来说不是什么好怕的”，我.....应该说，一次次的被孩子们的善良、真诚和面对挫折的勇气所感动吧。

而在他们面前的我就像乐观，积极向上，自信满满的大姐姐，我明白我的角色不仅仅是教学及知识面的扩充，同样也是让他们积极、勇敢和微笑的面对挫折和困难的心灵导师，不知道自己做得是否到位，肯定还有需要继续努力的地方。看到孩子们的成长和成熟，这就是付出最大的回报。

“远方”是一个漫长的，需要努力、勇气 and 不懈奋斗的目标状态，我带上了勇气、爱心、自信、微笑.....

准备出发.....

在梦想的路上前进

化学化工学院赴宝安第一外国语学校实习生 王夏琳

曾经，满怀期待，要当一名光荣的人民教师。

曾经，以为梦想很简单，也以为我的梦想很平凡。

现在，偷偷的碎碎念，这神圣的职业将与我终生相系。

——题记

眼看实习即将结束，大半学期的实习生活也即将画上句点。

回望这三个月来，这里的每一天都过得那么充实，每一天都有收获，满载着我幸福的回忆。

还记得离开师大的那天，大雪纷飞，踩着泥泞，迎着寒风，我踏上了拥挤的火车。暂别离乡的苦楚，迎接我的是深圳的黎明。



就这样，我开始了我的实习生活。我的指导老

师很有经验，对我也非常照顾，第二周便给我讲课的机会，虽然是讲解习题，虽然看起来非常简单，但我却不敢怠慢，设想学生有可能问我的问题，进行了充分准备。可是第一堂课，还真是被一个学生的问题难住了，幸好指导老师帮我解决了学生的问题。这次，我深深意识到，老师并不是那么容易的工作，我必须更加努力的完善自己，才能成为一名优秀的教师。

通过这三个月的锻炼，我能大方的站在讲台上给学生授课，也能从容的解决学生的问题，同时发现了自己的一些不足，意识到自己需要进一步的反思和学习才能取得更大的进步。

经过这一番实习，更加坚定了我成为一名人民教师的理想，而我也会在这一条路上不断前进，不断进步。

教师是一条涓流不息的河

外国语学院赴深圳松岗中学实习生 张芳

2013 年 2 月 20 日来到深圳市松岗中学报到，来校当天负责老师就把实习生各个实习生分配妥当。出乎意料，我被分到初中二年级英语组。因为一直以来，来松中实习的英语专业的学姐学长都是在高中部，而我也一直以为自己会去高中部。但我深知无论在哪个年级实习，都要以端正的态度全心全意做好每项任务。如今实习将近三个月了，确实获益匪浅。我深深感悟到：教师如同一条涓流不息的河，用爱浇灌，它流过的地方花木芬芳。在辛勤中播出与收获；在负责中潮起与潮落；在阻碍中反思与前进；在坚持中与时俱进，涓涓流淌。

第一个月我主要是听课，学习松岗中学的教学模式以及老师们的教学方法。松岗中学确实有一套自己的教学模式，而且效果也比较明显。每位老师都有自己的教学特点，有很多值得学习的地方，他们都是在辛勤中播出与收获。

站上讲台上课后，我深深体会到实践在教学中的重要地位。在活生生的课堂教学面前，任何理论都显得那么的苍白无力。真正上起课来，我突然发现自己把曾经学过的那一大堆理论抛到了九霄云外。对我而言，初二年级英语的知识点很简单，但问题就在于怎么样能让学生听懂、学会、运用？一节课，短短 45 分钟，怎样才能让课堂效率最大化？课堂的掌控并不是一件容易的事情，处理好细节也至关重要。

教师的工作不仅仅是上课，还需要处理好师生之间的关系，解决学生们的困难。有时候我会感觉有点力不从心，也曾想过只不过是实习而已，何必那么卖力较劲呢？得过且过当然会轻松，但想到此行的目的，在任何阻碍和困难面前我必须坚持。

本阶段的实习在多方面锻炼了我。我在困惑中懊恼、在打击中沮丧，也在反思中进步、

在劳累中收获，在坚持中体会“一年四季”的变化。

痛并快乐着

计算机科学学院赴永济三中实习生 张晶晶

实习的日子已经过了大半，在这段时间里，有付出也有收获；有开心也有失落；有过痛苦彷徨，也有过美好时光，在磕磕绊绊中成长。

刚进学校什么都是新鲜的，仿佛回到了自己的高中时代。开始的两周是听课，每天坐在高中的教室里，恍惚间回到了那些为高考奋斗的日子。看着这些青春洋溢的脸庞，我们也回忆了一把青春，迫切的希望自己能够为这些奋斗的孩子做些什么。

经过两周的听课，熟悉了上课的流程和科目，我们也开始了自己的教书实习。还记得第一次上讲台，羞涩、语无伦次和手足无措的感觉。干巴巴的念着备好的内容，自己都觉得无趣。学生听得也无聊，课堂把控不住，很多问题都不知道怎么解决。为这个痛苦过，难受过，也一直在努力的解决它。但是到现在为止，虽然可以自如的讲课，让课堂生动一点，但是还没有达到预期的效果。

很荣幸，学校让我们参与班级管理，作班主任助理。“不当家不知柴米贵”，不做班主任不知其辛苦。从早上 6 点多到晚上十点多每天十几个小时的时间呆在学校，在这期间还要时刻注意学生的动态，处理琐碎的事情。就像杨老师说的，要有敏锐的洞察力，将苗头止于萌芽。每天都跟这帮孩子在一起，听他们的故事，好的坏的，高兴的悲伤的，感受那份单纯的忧伤。跟他们也有过摩擦，但只要小小的感动，就幸福到了天堂。

也许是我太感性吧，可以因为一句话、一个动作感动一整天。也可能因为一句话心情灰暗一整天。才发现，老师的幸福点很低，可能只要一句话而已。

每天都说希望实习快点结束，想师大的美食，师大的风景，其实只有自己知道，实习结束的那天一定有很多不舍。就这样，我的实习痛并快乐着。



实习中的成长

外国语学院赴深圳石岩中学实习生 张玲玲

至今清楚地记得 2 月 15 日--年味还正浓的时候，我就满怀着希望和憧憬踏上了南下的火车，来到了深圳这片改革的前沿阵地，开始了我的实习生活。刚开始工作时，主要是听课。值得庆幸的是，指导我们实习工作的老师都是一些教学经验丰富，教学成绩卓越的教学能手。我还有幸听了一些由加拿大籍教师在初中部中加实验班教的英语课。我在领略了各位教师的教学风采之时，也由衷对她们产生敬意之心，心中感触很深，受益也很大。

实习初期不仅仅是听课，还有更多的是行政上的琐碎事情。生活繁忙而充实，琐碎而有意义。每当看着自己在参加学校会议后拍下的照片和写好的新闻稿出现在学校的网站上并签署自己的名字时，当自己在晚上或周末加班过后圆满完成翻译资料时，当完成一份活动设计时，当经过三周加班整理学校资料之后通过验收时.....那一刻我是开心的，我知道所有的付出和努力都是值得的，所有的这些繁忙都是以满满的成就感而结束，而我渐渐的也在这些琐碎的事情中不断地进步成长着。

实习后期，我也开始了真正意义上的教学实践。记得上第一节课是在下午，而我开口说的第一句却是“Good morning everyone”，可爱的学生们却没有因此说笑，而是大声的回应了一句“Good afternoon teacher”。第一节课是在紧张慌乱中上完的，自我感觉不好，指导老师王老师给我提出了一些宝贵的意见，正是因为发现了这些问题，才有了接下来上课时的进步。

回想起实习期间的点滴生活，学生们面带笑容的一句“老师好！”老师们见面的一句问候，让我渐渐熟悉并适应了这里的生活。对我影响最大的就是我的指导老师王老师，从她的一言一行中，能感觉到她对教师这份工作的热爱，对她的学生是发自内心的喜欢。这也让我明白了，作为一名教师，首先心中要有爱。王老师“寓教于乐”的方式和“知之者不如好之者，好之者不如乐之者”的理念让我深刻的体会到了新课改理念下的英语教学该是怎样的。从学生们的一张张笑脸中，我明白了他们学习英语是快乐的，这也让我更加坚定：无论在升学分数等方面有多大的压力，我都会坚持“寓教于乐”的教学方式，让学生们在快乐中学习英语。

实习生活是充实而有意义的，我体会到了做一名好老师并不像想象中的那么容易，明白了教师付出的不仅是热情，更有的是沉甸甸的责任，认识到了自己教学中的不足，所有的这

些都将是 我走上教师岗位的一笔宝贵的财富。

致丹堤实验一（1）班的孩子们

文学院赴丹堤实验学校实习生 王阳

致丹堤实验一（1）班的孩子们：

首先，让王老师很愧疚的是，竟然打算把这封写给你们、满是真情实感的信当作即将上交的实习作业。大人们总是这样，没有压力就没有动力将自己内心的完全表达出来。

转眼间已是第 13 周了，在丹堤的每一天，王老师都敢说，我绝对是充实度过的，我感到每一刻、每一瞬间，自己活的都是那么真实，甚至感到自己的美丽与可爱。不是王老师自恋，而是你们，给了老师自恋的资本。

早读时你们的朗朗书声，午读时你们方方正正的大字，军训时你们响亮的口号，入少先队时你们鲜艳的红领巾，早操时你们整齐划一的校服，家长会上你们多才多艺的表演……王老师作为班主任的好帮手，和你们真实的度过了在丹堤的每一天，就连梦里都满是你们的欢歌笑语呢！正是这些经历，将老师的实习生活



布置得缤纷可爱，是你们，让我对教师行业信心满满，是你们，给了老师鼓励与支持，正是你们，我亲爱的孩子们，让我有勇气、有信念终身奉献于自己喜欢的事业！！

如今老师的实习生活就要结束了，希望你们记住老师的话：人生中会有很多过客，王老师亦是丹堤校园匆匆一闪的过客，如果长大后的某一天，你在丰泽湖畔，偶然间想起自己小时候，曾有个小老师每天带我早读，还帮我系过鞋带，帮我擦过鼻涕，帮我扎上红领巾，愿你忆起王老师的模样，想到老师曾说过：爱丹堤，爱自己，做最棒的自己！谢谢你们，我亲爱的孩子们！

致青春——点滴的感悟

历史文化学院赴深圳光明实验学校实习生 张超

翻开人生的扉页，实习生活绝对是短暂而精彩的一笔，它如划过夜空的流星，虽然短暂，

但那瞬间的美丽却成为我记忆中的永恒。在近 3 个月的时间里，我紧张过，努力过，开心过，难过过，自信过，怀疑过，这些从未有过的经历，这些人生中的诸多第一次，让我进步、成长。其中的酸甜苦辣我会在今后的学习、工作中不断回味、探索。每每想到第一次站在讲台，第一次面对全班学生说教，第一次在早上进校时会有学生叫“老师早上好”，第一次听到学生说“张老师，我们会想你的”，这感觉真不错……

一句古老的谚语：你只有在穿上他的鞋走上一英里，才能真正的体会他人的经历。这次的实习让我明白：要做好一名老师不容易。学高为师，以前觉得它很普通，现在则是有种仰视的感觉。自己距离心目中的那个角色还有很多路要走。

实习的第一天，我怀着忐忑的心情见到了我的指导老师——黄老师。直觉告诉我这是位雷厉风行的老师，不出所料，她走路快，吃饭快，连讲话都不重复第二句，怎一个“快”字了得。就这样，在她的指导下，我开始了我的实习生活，这要是针对教学工作和班主任工作这两方面。

刚开始实习，我的主要任务是听课，听黄老师讲课，再回顾我的任课老师的授课方式，我从中吸取了许多经验，发现了每个老师都会有不同的教学风格，或许这就是教无定论的真正含义。我很欣赏老师在课堂上的应对自如，能够充分地调动课堂气氛，使每位同学参与其中。这完全颠



覆了我以往对于历史教学的印象，它让我觉得教学是一门艺术，而课堂语言则是这种艺术的表达方式，如何能够把这种艺术完美地呈现在大家面前，关键就在于积累，不断地学习，学习教学技能、方式。

总的来说，教学是门大学问，如何上好课，是需要慢慢揣摩的。要根据学情来备课，以学生为主，老师为辅，调动学生学习英语的积极性。“如果一堂课，一半的学生没有参与到课堂的活动中去，那么这节课就是失败的。”黄老师对我的教诲。的确，作为一名老师，需要学会观察学生，采取不同的激励措施，比如说班级分小组竞赛，鼓励学生多参与到课堂的活动中来。

“一名好的教师不仅仅要在教学上突出，更应懂得如何管理学生。”在这点上，我很幸运，因为黄老师是位历史老师，同时也是位很有方法的班主任。这次实习收获颇丰。

那时, 那事, 那些人——光高实习随笔

化学化工学院赴深圳光明新区高级中学实习生 邹萍萍

有人说,时间无情,他带走了你的青春,有人说,岁月有意,他丰富了你的人生,我想说,在这个向青春致敬的年代,逝去的年华让我的羽翼日渐丰满。

那时

时间其实真的可以过得很快,依稀还记得来时的那个春天。2月16号,农历正月初七,对于实打实的北方人来说,其实那个季节应该还是严冬。情人节刚过,年味正浓,恋家的孩子们还没有从温柔乡中苏醒过来,因为他们根本想不到南方的高中开学竟然可以这么早。或许还有些委屈,或许还有些留恋,但很快那些不舍与孩子气就被统统抛到了脑后。出发前的激动与兴奋,面对挑战的无谓与勇敢让这些八零后的孩子们瞬间又充满了战斗力。

背上行囊,开始旅程。一路南下,经过三十几个小时的颠簸,终于在疲倦与好奇的纠结中,到达了目的地--深圳。尽管深知我国的地大物博,民俗众多,但这南北方的差异还真的亲身体验,非实践不能得出真知啊。相对与北方的哀草枯黄,南方则处处花团锦簇,俨然一副盛春的景象。脱下冬装,着一件薄衫都嫌热。搭一辆三轮车,浏览着路边的光景,十几分钟功夫就来到了光高。

那事

深圳市光明新区高级中学被内部人员亲切的唤做光高。这是一所建校不久的公立学校,含初中,高中两个教学部。我被幸运的分到了高一理科部,由分部主任杨老师担任我的教学指导老师。杨老师和蔼亲切,教学经验丰富。实习工作交接不久,我便开始跟随杨老师听课。杨老师授课轻松有趣,知识点简明突出,让我收获不少。当然跟随杨老师的同时,我也会在时间不冲突的情况下选择性的听取其他老师的课。见识不同风格,领悟别样的魅力,的确受益匪浅。两个月听课下来,我的知识着实得到了丰富,教学技巧也学到不少。期间也会备一下课,跟老师交流一下自己的想法。但纸上谈兵毕竟不是好汉,教师职业重在实践。慢慢的我也开始申请上课,通过观看课堂实录,发现自己的授课中果然错在不少的纰漏。即使课前做好了充分的准备,有些细节问题还是容易忽略。比如说口头禅,知识的衔接等等。不过随着讲课次数的增加,我的教学技能在杨老师的细心指点下有了很大的进步。老师的肯定,学生的认可,让我感觉自己离真正的教师更近了。

那些人

每个年轻老师都想跟学生走的更近,获得学生的信任。而让学生了解你,爱上你的唯一

方式便是委身做班主任。为什么是委身呢？听我说你就明白了。班主任，职位不大，责任不少。既当爹又当妈，必要的时候还要做贴心密友。想实行铁血政策，学生不理你，改换成温柔，学生不服你，顺着逆着都不行，软了硬了皆不吃。要是接手个尖子班，学生们自觉，没事儿，要是摊上了烂摊子，那就纠结了。

我的班主任实习工作是在高一五班展开的，这可是个实打实的平行班。乖乖生不少，捣蛋鬼也不少。气氛活跃却又让你 HOLD 不住全场。个个聪明善辩，却又浮躁懒散，开学的第一次月考就拿个了倒数第一。沉痛不到半天，决心还没下，就又重新恢复常态。班主任徐峰老师是我的指导老师，有十几年的教学经验，对这群孩子却真是煞费苦心。为了给老班减压，我也积极参加到这个集体的建设中，帮着老班出谋划策，像老班取经。为了改变学生的学习态度，提高学习成绩在期中考试中考个翻身仗，我们想了 N 多的办法。为了监督孩子们迟到的问题，徐老每天第一个来，最后一个走。针对孩子们上课趴台的现象，徐老得空便到教室外面去看看。为了防止手机入校对孩子们学习产生影响，专门制定了手机入校协议书，跟家长一同监督。同时还制定了班规五条，用诙谐幽默的方式让孩子们感觉上进。期间，让孩子们在娱乐中体会到集体的力量我们还举行了篮球友谊赛。我仅仅动动脑子，而徐老师却是真正的执行者。他坚持不懈的付出，让我看到了班主任工作的不易。期间的暂时代理，更是让我感觉到这份责任的重大，需要的不仅是耐心，更多的是信心。虽然琐碎，虽然揪心，但功夫不负有心人，一个月的功夫，我们班的成绩有了突破性的进展，在期中考试中，出乎意料，又在情理之中的打了一个翻身仗。孩子们的信心有了，学习更有干劲儿了。上课睡觉的少了，认真学习的多了。拉帮结派的少了，集体荣誉感高了。看到孩子们为家长会开心准备的样子，瞬间感觉付出的所有都是值得的，班主任工作虽苦尤甜！

漫长而短暂的实习生涯就要结束了，在这里，我结识了一群孩子，被他们折腾的有哭有笑；在这里，我认识了一批老师，与他们争辩，向他们学习；在这里我找到了人生的方向，教书育人：在这里我领悟了教书的真谛：秉大家之范，育成功之人。

走在修炼的路上

化学化工学院赴渭南高级中学实习生 代飞

夏日雨后的傍晚，非常舒适惬意，晚修前坐在办公室，望着窗外，不觉一想，实习时间已过半，来到实习学习已两个月了，已从开始的兴奋，紧张到现在的自如，自信，从开始的“轻松”到现在的“沉重”，哈哈，“轻松”是缘于对教师职业的认识偏差，以为凭借一腔热

血就可以完美演绎，以为拿着教材就可以教书，以为只要学生听懂就完成目标，以为一人听懂全班都懂等等，这样的认识让我在实践中屡屡受挫，身心纠结，深感“沉重”。但这样的“沉重”恰好让我越发感受到教师这个职业的魅力所在，可能也正是由于上课并非想象那样简单，而激发了自己的斗志。所以，开始沉下身子，储备能量。

学会了反思：课前反思：反思教学设计自己的思维够不够灵活，创意是否吸引学生，教学手段是否恰当，对于课堂突发状况是否做好应对；课后反思：教学目标是否达成，有什么遗憾之处，发现什么了什么问题等等；我坚信叶澜教授说的“三年反思，成为名师”。并以此约束和激励自己。

学会了换位思考：课前备课由给自己备课转变为为学生备课，即在备课环节，学会了分析学生的认知结构，思想能力，知识储备，生活背景，甚至班风等等，以学生为出发点，再结合《国家化学课程标准》，选择教学方式，教学手段，经过试讲，修改，正式讲课，再修改的过程，整个过程的指导思想就是每个学生是否都达到了良好的发展。

最重要的就是学会了学习，以前很多时候，阅读教育类的书籍，很少能感同身受，大多都是看看即忘，可现在只要有时间都会跑到学校图书馆，阅读教育类的书籍期刊，《班主任》基本期期必看，从这里我读出了自己，看清了自己，更像是找到了组织，获取了力量。

但这仅仅是开始，成为一名合格的人民教师，优秀的人民教师，学生喜爱的教师是我的梦想也是我的奋斗目标。感谢学校，感谢实习的人和事，感谢曾经，路途虽漫漫，我将不断修炼-----



第四篇章 印象掠影



实习生刘娜在主持节目



新风中学踊跃的课堂



永济三中实习生郊游



实习生刘建平担任篮球裁判



实习生王跃锦早读领读课文



实习生高娇上计算机课



雷志坚一强身心，健体魄



书山有路勤为径，学海无涯苦作舟



实习生杨静周末放松散步



新疆实习生



班级橱窗设计



渭南高级中学鸟瞰



唐艺嘉班级红歌比赛演练中



健美操兴趣班教学



铁一中滨河中学运动会



西铁一中初一 8 班英语午读



武小玲带领学生认知树木活动



实习生刘东霞与学生



马蓉和“金鹰记者站”



高贵荣与学生交流



张利侠在备课



希吉尔第二课堂



高小童课后辅导



宝安区小学生篮球比赛



辛渭清参加深圳教育改革创新现场会



库尔勒实习生



实习生生日聚会



新疆实习生的快乐生活



实习教师相互听课



呼图壁县一中五四活动



和静中学植树活动



昌吉州二中宣传展板



侯志娟与办公室科长



孙仲霞在备课



实习生张凤在跟操



巴州一中徒步旅游



新疆也有美丽的春天



新疆昌吉学院办公环境



东莞济川中学丰富的校园生活



占素娇—艺术节舞蹈比赛



实习生赵丹在画室为学生做画法指导



实习生与学生在一起



光明新区课程改革观摩会



实习生的生活状态



陕西师范大学
SHAANXI NORMAL UNIVERSITY



主办

陕西师范大学研究生院

总策划

施建雄

总编审

周自翔

主编

王强 王莉

联系方式

地址：陕西师范大学长安校区

邮编：710062