

‘懒’教师手册

——让教学事半功倍的策略

【英】Jim Smith◎著

林雪飞 裘丽◎译

The Lazy Teacher's Handbook:

How Your Students Learn More When You Teach Less



The Lazy Teacher's Handbook:
How Your Students Learn More When You Teach Less

“懒”教师手册

——让教学事半功倍的策略

【英】Jim Smith 著

林雪飞 裘丽 译

图书在版编目(CIP)数据

“懒”教师手册: 让教学事半功倍的策略 / (英) 史密斯 (Smith, J.) 著; 林雪飞, 裘丽译. —北京: 中国轻工业出版社, 2011.10

ISBN 978-7-5019-8342-1

I. ①懒… II. ①史… ②林… ③裘… III. ①中小学—教学法 IV. ①G632.4

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第138632号

版权声明

The Lazy Teacher's Handbook: How Your Students Learn More When You Teach Less

By Jim Smith

Copyright © 2010 by Jim Smith

Simplified Chinese language Edition copyright © (2011) by China Light Industry Press published by arrangement with Crown House Publishing Limited through Amer-Asia Books, Inc. (GlobalBookRights.com). All Rights Reserved

本书简体中文版由原书出版者Crown House Publishing Limited授权中国轻工业出版社在中国大陆出版发行。

总策划: 石铁

策划编辑: 孔胜楠

责任终审: 杜文勇

责任编辑: 孔胜楠

责任监印: 刘志颖

出版发行: 中国轻工业出版社 (北京东长安街6号, 邮编: 100740)

印刷: 三河市鑫金马印装有限公司

经销: 各地新华书店

版次: 2011年10月第1版第1次印刷

开本: 720×1000 1/16 印张: 11.50

字数: 81千字

书号: ISBN 978-7-5019-8342-1 定价: 25.00元

著作权合同登记 图字: 01-2011-4108

读者服务部邮购热线电话: 400-698-1619 010-65125990 传真: 65288410

发行电话: 010-65128898 传真: 85113293

网址: <http://www.wqedu.com>

电子信箱: wanqianedu@yahoo.com.cn

如发现图书残缺请直接与我社读者服务部 (邮购) 联系调换

110719Y1X101ZYW

译者序

在我们的印象里，教师永远都是兢兢业业、诲人不倦的，无论如何也很难和“懒惰”拉上关系，如果硬要找出懒惰的教师来，那也只能是不称职的典型吧。也正是由于这个原因，在看到这本书的书名时，不禁让人心中思忖，这该是怎样一本“离经叛道”的另类书籍呢？或许，拿到这本书的读者朋友也是带着这样的疑问开始阅读的吧。

然而，当你慢慢跟随作者的笔触更多地了解了“懒惰”的含义和其在教学过程中的应用时，不但这样的疑问会随之解开，同时也会对“懒惰”在课堂上发挥的威力刮目相看。

在我们熟悉的教与学的过程中，教师始终扮演着核心和主体的角色——教师引导学生开展学习活动，主导教学过程，控制学习进度和效果，学生只是坐在下面被推动着学习。在这种教与学的过程中，教师习惯了准备内容、讲授内容、按学生接受的程度来区别好学生与差学生，而学生也习惯了被灌输、被指导、被划分，以及被定义。我们不能说这样的方法不好，毕竟用这样的方法也培养出了一批又一批的人才。但是，是不是有其他的方法可以使学生的潜能得到更大程度的开发，使教师手中的这些璞玉能够更多地被雕琢成器，而不是被一种方法审视和度量过就轻易地给出某种定义，将可能的和氏璧视为顽石呢？这本《“懒”教师手册》正是在进行这方面的尝试与探讨，通过各种各样看似千奇百怪的方法让学生有更多的机会离开座位，甚至是离

开教室，把全部的身心都投入到教与学的过程中去，让他们的双手和大脑充分地发挥作用，让他们的潜能与意识得到深度发掘，使他们有更多的机会成为学习的主导者和参与者。

或许我们有太多关于学习的经历是在老师的主导下进行的，甚至有的时候更多是被动地被老师推动着进行的。而这样的老师也是很让我们感动和敬佩的，谁的记忆里没有几位苦口婆心的好老师的形象呢？谁的学生时代里没有几位对我们的一生都影响颇深的老师呢？但我们在感动和暗自庆幸的同时，是不是也希望有更多的动力和能力去学习、去生活、去实现自我价值呢？学习是一个过程，这是我们深知和熟悉的，但学习也是一种能力，不仅是在学生时代，而且是在人的一生中都必须具备的，这就是那个简单的“授人以鱼，不如授人以渔”的道理。虽然“授人以鱼”的过程更简单，无论对于给予者还是被给予者来说，这种方法都更直接和更干脆，但是“授人以渔”却更持久和更历久弥新。看看那些洋溢着好奇心与求知欲的脸庞，学生想得到的该是可以受益一生的财富吧。

如果你阅读这本书的目的是想得到立竿见影或是一招制胜的法宝，那么，你可能会失望了，正像这本书自始至终倡导的主旨那样，这里没有现成的解决方案，而是为你提供一种思路，一种如何变“懒”的思路，它想要传达给你的是一种思考问题和寻求答案的方法，让你用这种思路和方法去寻找属于自己的“懒教学法”，将这些你自己DIY的方法实施运用到你的教学过程中去，并以这些方法作为种子，在它们的基础上生长出更多的“懒教学法”，从而将这个过程不断地循环扩大下去，实现几何式的增长，最终激活你的课堂、你的学生，当然还有最重要的，不断激活你自己。而且，这本书里也有许多巧妙

的小方法是可以让你直接运用的，你可以根据课堂的实际情况灵活使用它们，但最重要的还是要使这些方法达到你最初想要达到的目的，而不是为了用而用。这本书只是一个药引子，真正可以起到手到病除作用的还是你这味主药，如果你确实下药准确，火候适当，除了能收获让学生主动自觉学到更多东西的主要成效外，还能收获在教学过程中投入更少时间、完成更多工作这个梦寐以求的“副作用”。

此外，我想特别强调的是，这不仅仅是一本写给身处教育第一线的广大教师的书，对于任何需要学习、需要不断充实自己、丰富自己的人来说，这本书都是大有裨益的。无论是对于需要不断学习的学生，还是忙忙碌碌的上班族，这都是一本很好的启示录，将这本书中的思想与方法推而广之，就是一本很好的学习方法手册和职场生存手册。对于学生来说，将这本书中的方法合理运用到自己的学习过程中，就可以丰富学习方法、改进学习方式，或是从中找到使自己的学习更有趣的小窍门，成为自主学习的“懒”学生。而对于上班族来说，教师工作不过是千千万万职业中的一个，如果将这本书中描述的成为“懒”教师的方法应用开来，就是一套很好的职场变“懒”通则，正所谓他山之石可以攻玉，掌握了这种思想和方法，就可以演变出许多在各种工作中使用的“懒”方法，这些“懒”方法也可以使你的工作变得更加轻松自在、事半功倍，甚至能够使你成为优秀的“懒”员工。

总而言之，这本书的精髓就是使你变“懒”，但是要“懒”得有成效、“懒”得有水平、“懒”得有收获。希望作为读者的你，也能从这本书中找到自己喜欢的“懒”方法。

林雪飞

2011年6月于北京

推 荐 序

“上周四，我穿得像只米妮老鼠，还患着感冒，在整整一教室目瞪口呆的家长和学生面前，唱着一首名为‘变戏法’(*Hokey Cokey*)¹的歌。就像往常一样，学生只是安安静静地坐在那里，好像我是在对自己唱着跑调的歌。就在CD机里的歌放到那句‘把你的屁股放进去’的歌词时，我想着‘我还是放弃吧，趁自己还没有在这一屋子人面前崩溃，赶紧放弃吧。’对于想成为一位好教师的我来说，这种羞辱已经达到了我所能承受的极限了，所以我干脆关掉了放到一半的歌，然后舒舒服服地坐在椅子上讲完了剩下的课。”

以上内容来自一位在日本教英语的教师的博客，他所写的内容恰恰表达了“懒”英语教师的概念。我觉得，他所说的话代表了许多老师的心声，教师的工作比学生的学习要辛苦得多，这种现象是不正常的。

教师压力是一个大问题。网上的“教师压力档案”调查显示，在英国，五分之四的教师都认为与工作相关的压力是威胁健康的最大问题，而这些压力又导致了很多健康问题，包括“焦虑、消沉、心脏病、背部疼痛、肠胃功能紊乱，以及各种各样的轻微疾病”。学术界甚至对此有了一个专门的缩写——TSB (Teacher Stress and Burn Out)，意思是教师压力与倦怠。(将其称为TSB 实在是对教师

¹ 这是一首脍炙人口的迪斯尼儿童歌曲，常用于儿童做游戏。——译者注

的一种讽刺，但教师往往又很难否认这种情况的存在。)

这种情况通常发生在教书已有一段时间的教师身上。不久前，看了一篇标题为“独立”的文章，里面说，教师在从教第一年里所承受的压力“相当于一个刚从内科出来的人马上要成为一个脑外科医生所承受的压力”。

我记得在我刚开始从教时，我把它比做不间断的商业会议，总有一种需要去别的什么地方做些别的什么事情，但是又无法到达的感觉。更严重的是，这种感觉总在你到达停车场的那一刻就冒了出来。有时我不能对所有的学生都网开一面，因为他们有各种听上去疯狂的借口来解释他们为何没有做法语作业。我曾在地方议会工作过，同那种漫长而痛苦的苦差事不同，这里的人们常常告诉我在早茶之前是不怎么工作的，而他们的早茶时间是 10:30。

根据 1987 年关于教师压力和职业倦怠的研究，有两个办法可以起到作用。第一个办法是学习如何更好地处理压力。换句话说，人们并不需要通过改变行为来确保自己做出最健康、最有效的反应。当你结束了工作后不要立即去开瓶酒，而可以先做一些冥想或想象，然后再去开酒。

另一种方法是研究人员所说的“直接反应”。换句话说，首先从根部找到压力的源头，这让我想起了那位“变戏法”老师。

如果抛开工作压力有多么严重这个问题不考虑，我怀疑有多少教师能够通过自助来解决问题？如果我们工作得更少，会怎样呢？如果我们试着不要每时每刻都去控制发生在教室里的所有事情，会怎样呢？如果我们让学生做更多的工作，会怎样呢？如果从我们从教的那一天开始就有人教我们要这样做，会怎样呢？如果我们能够

做到让学生结束一天的学习后精疲力竭地回到家，而我们才是蹦蹦跳跳地去糖果店的人，会怎样呢？而且如果我说，以这样一种方式工作不仅能够改善过去工作与生活不平衡的状况，并且能够提高学生的学习质量，你会做何感想呢？

换句话说，如果我们教得少，而学生学得多，这会是一种什么情况呢？

我所说的可不是遥远的天堂，在《“懒”教师手册》里，你就会看到这种事情，它发生在镇子上位名叫吉姆·史密斯的“懒”教师身上。你在工作中所做的大部分事情，从辅导到考试，从设置课程目标到安排家庭作业，都可以委托给你的学生。这样做不仅省了你的力气，而且会以一种更具激励性并且更有效的方式让学生更多地参与到学习的过程中去，使他们更具成就感。

在你开始考虑将最大化还是最小化你的授权时（最小化的授权意味着你事必躬亲），请记住你授予的越多，控制的也就越多。这和尊重是一回事——尊重别人可以反过来获得更多的尊重。你让他们承担的越多，你自己遭遇的战役就会越少。这一点我常常在那些具有挑战精神的老师身上看到。

做一个专业的教师吧，做一个尽职尽责但让每个人都有兴趣的“懒”教师吧。记住一句爱斯基摩谚语，“让自己汗流浹背，你会累死的”。

伊恩·吉伯特

2010年1月于迪拜

导 言

你是否曾经莫名其妙地担心过，自己在课程上投入的努力越多，事情反而变得越糟糕？你是否觉得当你辛苦了一天，累得要死，疲惫地爬回家时，你的学生却在下课铃一响就跑出去释放多余的能量，这种情况是非常糟糕的？你是否有过这样的念头闪过，为什么自己不能像别人那样生活？

你是否曾经疑惑过，你每天花在工作上的那些时间是不是能够变得更 valuable？你是否曾经想过，会不会有什么更好的办法来授课？

那就让“懒”教师来帮你吧。在帮助你之前我要再给你提个问题：你是否曾经想过，如果你在上课的途中停止讲课会发生什么事情？

你也许会大吃一惊。

在过去的几十年里，不要说尽职的教师给自己的压力，单是围绕着政治目的展开的无数的教育变革已经带来了太多的教训，而这些无不以牺牲了学习的质量为代价。实际上，也许正是这种压力导致了那些“被施压”、“三段式干预”、“被教导”、“被定位”的学生仍然没有多大的进步。或许，如果我们少花一些时间在教的环节，或是给学生更多的时间来学习，那么事情就会变得有所不同。或者说，如果我们换一种方法，我们少做些，让他们多做些，会如何呢？

这正是“懒”教师能够帮助你的地方，远离你的学生，同时找回本应属于你的生活。在经过了一系列的中断后，我用了许多年，

将我与众多学生和教师一起工作的经验总结起来，形成了“懒教学法”。这些学生和教师都希望他们的课堂有所变化，同时依然可以保证考试的通过率。“懒教学法”诞生于我在工作当中产生的挫折感，我热爱我的工作，但在工作过程中，这种热爱却在不断地被扼杀。正像每个优秀的心理学家都知道的，如果需求是创造之母，那么遭受挫折正是那位缺失的父亲。

我第一次意识到我需要反思我的教学方法是在结束了第一学期的工作后。实际上，那天是这个想法叫醒了我，我并不是说从床上叫醒了我，而是说使我重新振作起来。有意思的是，我那天是在一家印度餐馆里。我到那里是为了和几个朋友庆祝我的新工作，其实我那个时候已经被当教师的疲惫感打败了。我的朋友们都有各自“体面”的工作，但他们还耿耿于怀我的工作有多长的假期。天哪，饶了我吧，他们可真会给这家孟加拉之星餐厅的其他客人和全体员工找乐子。

就在那个时候我意识到，如果我想在教师这个行业发展下去，我就必须做些什么，那就是，以后每周五的晚上坚决不再和我这些朋友出来了。

尽管在那之后，这种“期末意外事件”至今再没有发生过，但说实话，这也说明了教师工作是多么的让人筋疲力尽。除了筋疲力尽，还真没有更合适的词来形容这份工作了。有过这样一个对在校教师的调查，平均来说，每位授课教师，在工作的每一天里要做出的与教育相关的决定超过 1500 个。也就是说，每分钟就要做出三个以上的决定。所以，当我们再说“老师们每天晚上都是疲惫不堪地爬回家的”就不足为奇了。此外，教师所谓的“业余时

间”都用来解决那些在上班时没解决的这样那样的问题了，因为我们的教学工作实在是太忙了。也正因为如此，你只能和各种消遣娱乐、爱好或是社交活动说拜拜了，也别想着要成为一个好的伴侣或是家长了。

所以说，在我从事教育工作不久后，我就意识到我必须在我的工作上做些不一样的改变。我制定了B计划，这个计划既可以保证我在教师这个伟大的工作上取得成功，又可以不让它打扰到我的生活。这个计划就是，找出一种办法使我可以工作得更少但却可以保证我的学生做该做的事情。但是很快我就被打击了，要知道学生的人数可是很多，我却只有一个人！我要怎么做才能使他们做更多的事情呢？为什么只有我是那个一天到晚竭尽全力奔跑于复印机和储藏柜之间、发放书本、收回作业的人？为什么我始终走来走去而他们只是坐在那里？要知道，他们才是教育的主体呀。

就在那一刻，我就像是被一只蜘蛛（一只被核辐射的充满抵触情绪和疲惫感的蜘蛛）咬了，于是“懒”教师由此诞生了，就如同蜘蛛人的诞生那样。

在你打算给《卫报》(*The Guardian*)写信揭发我之前，先让我来定义一下概念。我首先要澄清的是，我这里所说的“懒”并不是“我不再关心学生了，我不再管他们了，随他们去吧，拿上我的薪水一走了之”之类的方法。绝对不是这样。我可以非常诚实地说，我从来没有在工作上偷过懒。如果你愿意，这本书教给你的方法你都可以用，尽管这些方法可以使你在更多的时候坐在教室的讲台前，手里还可以端上一杯热咖啡，但这并不是“懒教学法”带给你的全部好处。要知道，我是“懒”教师，但不是游手好闲的人。

像大部分教师一样，我也是一个充满献身精神和满腔热忱的教师，我们都把教师的工作当成是一件需要尽其所能把最好的东西带给学生的事情。但是真就应该如此吗？如果教师们真的“尽其所能”了，那还有什么事情是留给学生做的呢？或许，我们越是将自己打造成一个全身心投入的敬业的教师，就越是对学生不利，因为我们从来没有给他们机会，从来没有激起他们对主动学习、自主学习的需求。

取代这种“不利”方法的正是“懒教学法”，我喜欢这样命名它。这个方法可以真正的建立标准，帮助学生找到自己喜欢的学习方式，而这种方式也将会使他们终身受益。与此同时，“懒教学法”也可以防止教师队伍中一半的人因为压力过大而考虑放弃这个职业。

你对这个方法了解得越多，你就会越同意我的观点：“懒”教师将只花费现有教育预算时间的一小部分就能解决许多问题。

当你成为一个“懒”教师的时候，你就会有一系列的方法和策略将学习的责任直接地、连续不断地施加在学生身上。如此一来，学生就会学着掌控他们自己的学习，不仅仅是注意什么是他们已经学了的，还会注意他们是怎么学的。换句话说，他们不仅把注意力放在学习的结果上，而更关心学习过程本身。

在这个过程中，你将不由自主地、批判性地关注学习的过程而不再是教授的过程。换言之，“懒教学法”具有很高的专业性和技巧性，是每一个学生都要参与其中的事情，因为他们要为终身学习做好准备。

“懒教学法”也是符合英国教育标准委员会 (Ofsted)² 的要求的，

² 英国的教育监督机构，由英女皇会同枢密院指派的英格兰学校总督察，隶属于官方，独立于部长级政府部门，相当于中国的教育部。——译者注

特别是在英国中央政府出台的每项革新政策都会涉及个性化学习、人性化学习、独立学习的情况下更是如此。

《“懒”教师手册》是我提供给你的解决难题的方法，你会看到，“懒教学法”是唯一一个既能让你保证教学效果又能同时保证让你拥有自己生活的方法。在这里，我很高兴与你一起分享我在书里介绍的一些小技巧和小方法，但是，你要记住，这些只是个开始，对你来说最重要的事情是在实战中练就自己的“懒教学法”，在不断推进的过程中，形成属于你的工作方法和职业生活。当这个方法起作用时，你会惊讶地发现，你竟然可以如此快地以一种新的视角来审视你的教学工作的方方面面，如果你愿意，你可以将其称做“懒惰之眼”，“懒惰之眼”总是在寻找方法让你的学生在完成课业的同时还能够在这个过程中最多的获益。

这本书的每一章都涉及一个不同的主题，这些主题囊括了教师职责的全部内容，我用“懒”方法处理问题，用“懒”语言描述问题，这一切都只是希望能够帮助你树立自尊心。甚至我会告诉你该如何将助教一起动员起来，参与到你的整个“懒”教学的过程中来。多数时候，我会避免一步一步地直接告诉你该如何实施“懒教学法”，即使是通过书本，这种方法也更像是一种施舍。我对推荐给你的每一个简单方法都是很有信心的，变“懒”是很容易的，不像学习航天科技那么难。你可以将这些方法作为起点，并发展出你自己的方法。或者正好相反，将这些方法教给你的学生，然后坐在那里看着他们将其发扬光大。

所有收录在本书中的方法都被证实是有效的，是可以帮助你成为优秀“懒”教师的方法。一些方法被收录是因为学生说这些方法

改变了他们的学习方式，另一些方法被收录是因为学生说这些方法使他们感觉很快乐，还有一些方法被收录仅仅是因为这些方法在以某种奇特的方式发挥着作用。实际上，有许多方法是学生自己首先想到的。之所以会有这样的结果，正是因为学生做了更多的事情，而老师做得少，使学生成为了学习的主体。

开始之前给你一点小小的建议：只要你牢牢记住“让学生参与”，那么改变你的教学方法将会变得非常容易。尽管这是很明显的，但人们常常会忘记这一点。正如我在另一本书《独立思考》中所提到的，“和他们一起做事，而不是对他们做事”。要开诚布公地告诉学生你们所要做的事情，并且对他们在班上所要承担的新角色多进行探讨。否则就会像玩一个新的游戏却不告诉大家游戏规则一样。也许刚开始的时候会很有趣，但他们很快就会放弃，并且会认为这是个失败的方法，而你，是个失败的老师。所以记住，几堂课之后，要向学生要求反馈意见，了解哪些过程让他们思考得最多，学习得最多，以及他们希望以后怎样设计这些课程。你也许会惊讶你的学生能够表达得如此清晰。

像所有好的读物一样，这本书不会遵循一条既定的路线。你可以随意地翻开这本书，有选择性地进行阅读，也可以从任意一章开始系统的阅读，然后再跳到另一章。这本书的目的是为了激发你的灵感、引起你的思考，更重要的是，鼓励你去实践。

然后，你的挑战就是用你自己的方法成为一个“懒”教师。要达到这一目标，你所要做的就是不仅接受新的策略和观点，并且要改变你的理念，重新定义何谓 21 世纪称职的、专业的教师。毕竟，总是趴在书桌前是无法走在时代前面的。

目 录

第一章	从过时的教学法到“懒教学法”的华丽转身	1
	被“懒教学法”改良的四个常用教学策略	5
	改良后的“全班指导”教学策略	5
	改良后的“全班辩论与讨论”教学策略	7
	改良后的“小组学习”教学策略	12
	改良后的“学生自习”教学策略	18
第二章	达成教学目标的“懒教学法”	21
	使用“懒教学法”达成教学目标的五个原则	24
	对“懒”教师非常有用的“教学目标”词汇库	26
	达成教学目标的“懒”方法	28
第三章	“懒”教师的课堂教学设计	33
	“懒”教师的课堂教学设计图	37
	“懒”教师简单却有效的课堂教学设计	38
	第一阶段：预习	39
	第二阶段：学习新内容	43
	第三阶段：复习	47

第四章 “懒”教师上课的锦囊妙计袋	53
10个启发学生思考的锦囊妙计	56
9个培养学生辩证思维能力的锦囊妙计	60
10个培养学生宏观思维的锦囊妙计	63
第五章 “懒”教师的评分和评价法	69
正确制订评分和评价的计划	74
在收作业前要做的事情	77
归还作业	78
评价小组的陈述	80
“感觉良好的星期五”电话	81
第六章 IT技术——“懒”教师的好朋友	83
“懒”教师使用IT技术的原则一和原则二	86
“懒”教师使用IT技术的原则三和原则四	90
“懒”教师使用IT技术的原则五和原则六	93
第七章 “懒”教师使用的课堂用语	99
“懒”教师用于提高学生自信心的课堂用语	102
“懒”教师用于提高学生自信心的活动	104
“懒”教师用于激励学生的课堂用语	106
“懒”教师用于激励学生的活动	109
“懒”教师用于管理学生行为的课堂用语	110
平庸的语言及措施对管理学生行为不起任何作用	111