

高效能教师的 10个好习惯

张瑾◎主编（中学卷）

精设计、会调控、善创新、会串讲、抓体系、会评价、会提升、会放权、会尊重、会反思，是中学高效能教师的10个好习惯。本书共10个部分，系统阐释了中学教师如何理解并运用教育理念与教学策略，在教育教学中形成良好的习惯，提高教学效率，提升教学质量。

全国校本教研与校本课程数字出版平台
中国校本教研网 www.schooledu.com.cn

◎特别推荐◎

高效能教师的 10个好习惯

(中学卷)

张瑾◎主 编

王 通 徐伟刚 司相新◎副主编

GAOXIAONENG JIAOSHI DE
SHIGE HAO XIGUAN

图书在版编目 (CIP) 数据

高效能教师的 10 个好习惯 (中学卷) / 张瑾主编. — 南京:
江苏凤凰教育出版社, 2015. 8

ISBN 978-7-5499-5058-4

I. ①高… II. ①张… III. ①课堂教学—教学研究—中学
IV. ①G632. 421

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 116983 号

书 名 高效能教师的 10 个好习惯 (中学卷)

作 者 张 瑾

责任编辑 刘丹丹 雷利军 闫红蕾

出版发行 凤凰出版传媒股份有限公司

江苏凤凰教育出版社 (南京市湖南路 1 号 A 楼 邮编 210009)

苏教网址 <http://www.1088.com.cn>

照 排 润星之源文化有限公司

印 刷 三河市九洲财鑫印刷有限公司

厂 址 河北省三河市灵山大口

开 本 787 毫米×1092 毫米 1/16

印 张 18.25

字 数 290 千字

版 次 2015 年 8 月第 1 版 2015 年 8 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5499-5058-4

定 价 30.00 元

网店地址 <http://jsfhjycbs.tmall.com>

邮购电话 025-85406265, 85400774 短信 02585420909

E-mail jsep@vip.163.com

盗版举报 025-83658579

苏教版图书若有印装错误可向承印厂调换

提供盗版线索者给予重奖

目 录

习惯1 精设计

——精研教材，“精读”学生，设计最优教学方案

一、“精设计”概述	3
（一）中学教学设计的主要类型	3
（二）中学教学设计的四个重点	5
二、名师与“精设计”	6
（一）以教为中心的教学设计	6
（二）以学为中心的教学设计	12
（三）“主导—主体”交互式教学设计	21
三、如何做“精设计”的教师	27
（一）注重教学情意，确定目标多元化	27
（二）营造和谐氛围，创设情境兴趣化	28
（三）彰显学科价值，强调内容生活化	29
（四）促进深层发展，学习方式自主化	29
（五）拓展知识空间，构建手段信息化	30
（六）凸显育人本质，实施评价多元化	30

习惯2 会调控

——灵动掌控促效率，构建高效大课堂

一、“会调控”概述	35
（一）中学课堂调控的误区	35

(二) 如何实现中学课堂高效调控	37
二、名师与“会调控”	39
(一) 用真情调控学生的思想脉搏	39
(二) 用阅读调控学生的思维节奏	41
(三) 张弛有度, 合理安排教学时间	46
三、如何做“会调控”的教师	49
(一) 教学设计预设调控教学节奏	50
(二) 通过教学语言调控教学节奏	50
(三) 通过行为举止调控教学节奏	50
(四) 创设情境氛围调控教学节奏	51
(五) 用重复和变化调控教学节奏	51
(六) 用连贯和停顿调控教学节奏	51
(七) 通过教学进度调控教学节奏	52

习惯3 善创新

——创新引领, 开创高效新局面

一、“善创新”概述	55
(一) 创新教育的基本条件	55
(二) 创新教育的目标定位与精神内核	57
(三) 创新教育的误区	58
二、名师与“善创新”	59
(一) 用心点燃创新火花	59
(二) 以实验激发学生的创新思维	62
(三) 设置缺口, 引发思维创新	64
(四) 触动思维, 启发创新灵感	70
(五) 引导提问, 激发创新思维	72
(六) 跨学科渗透, 提升创新能力	74
三、如何做“善创新”的教师	76
(一) 转变教育观念, 培养创新意识	76

(二) 营造教学氛围, 提供创新舞台	77
(三) 训练创新思维, 培养创新能力	77
(四) 掌握研究方法, 提高创新实践能力	78
(五) 不断提升自我, 具备创新能力和知识结构	78
(六) 利用新的信息, 触发创新灵感	79

习惯4 会串讲

——关联知识, 在融会贯通中赢高效

一、“会串讲”概述	83
(一) 串讲教学的积极作用	83
(二) 串讲教学的操作思路	84
(三) 串讲教学的注意事项	84
二、名师与“会串讲”	85
(一) 利用串讲, 让散乱的知识形成系统	85
(二) 串讲相关史实, 让学生认识更全面	92
(三) 利用串讲形成宏观知识体系	96
(四) 利用串讲, 让学生在比较中学习	100
三、如何做“会串讲”的教师	103
(一) 利用不同空间, 将知识串联深化	104
(二) 串联知识与生活, 让学生在真实中构建知识	104
(三) 通过同类对比串讲, 让学生抓住知识要点	104
(四) 掌控学生的听讲和理解	105
(五) 串讲应紧跟教学目标	105

习惯5 抓体系

——梳理经纬, 架构体系, 让知识条理清晰

一、“抓体系”概述	109
(一) 理解和把握中学教材的知识体系	109

(二) 构建科学的中学课堂评价体系	110
二、名师与“抓体系”	111
(一) 通过一题多解, 构建扇形知识体系	111
(二) 利用错题集, 完善学生查漏补缺体系	117
(三) 精选综合性作业题, 充分整合知识体系	121
(四) 层层深入, 形成难点突破体系	124
(五) 分步骤走, 让学生在假设中构建知识体系	125
(六) 构建一个让学生终生受益的评价体系	132
(七) 自评与他评结合, 让评价更客观	135
三、如何做会“抓体系”的教师	136
(一) 构建体系, 德育为先	136
(二) 完善体系, 知识为本	137
(三) 爱心体系, 激励评价	137

习惯6 会评价

——以评价为杠杆, 撬动高效教学

一、“会评价”概述	141
(一) “会评价”是中学教师的基本功	141
(二) “会评价”应具备两个理论支点	143
(三) 中学教师对学生评价的内容	145
二、名师与“会评价”	145
(一) 利用多元平台, 实施多元评价	145
(二) 在作业评价中多些激励, 让学生自觉上进	149
(三) 在评价中巧设疑问, 以评价引发探究	152
(四) 学情评价为学生的终身学习和全面发展铺路搭桥	159
三、如何做“会评价”的教师	161
(一) 把握学生心理, 学会心理调控	161
(二) 选择恰当的评价时机, 坚持评价具体化	162
(三) 掌握评价的语言艺术, 实现教育真、善、美统一	162

(四) 灵活运用各种评价类型,做到评价有度、有利	163
--------------------------------	-----

习惯7 会提升

——画龙点睛,让学生的认知上台阶

一、“会提升”概述	167
(一) 中学生应该提升的四个要素	167
(二) 教师“会提升”的四个要素	168
二、名师与“会提升”	170
(一) 建立学科坐标系,让学生掌握学习规律	170
(二) 连接知识点,提升系统知识	171
(三) 强化训练,提升重难点学习能力	173
(四) 开拓视角,提升学生的发散性思维	178
(五) 补习旧知识,提升学生的学习基础	181
(六) 以点带面,提升智商低的学生	183
三、如何做“会提升”的教师	187
(一) 激励竞争,按知识结构分组提升	187
(二) 优化教学环节,实施分层教学	187
(三) 因生施教,促进各层次学生发展	188
(四) 实施不同的评价标准	189

习惯8 会放权

——让学生做主,让自主出高效

一、“会放权”概述	193
(一) “会放权”的教育教学意义	193
(二) 名副其实的“会放权”	194
二、名师与“会放权”	197
(一) 从角色转换中创造高效的教学模式	197
(二) 预设情境,放权探究,在自主中高效学习	201

(三) 开放的空间,不拘束的互动,打造和谐高效课堂	209
(四) 搭建自由平台,让学生畅所欲言	214
三、如何做“会放权”的教师	220
(一) 课前,给中学生一点“建议权”	220
(二) 课上,给中学生一点“质疑权”	221
(三) 出错,给中学生一点“商讨权”	221
(四) 作业,给中学生一点“选择权”	222
(五) 让中学生自主进行课前预习	222
(六) 让中学生自主掌握疑点、重点和知识点	223

习惯9 会尊重

——以尊重赢主动,以主动创高效

一、“会尊重”概述	227
(一) 善待学生的错误	228
(二) 尊重学生的健康权	228
(三) 尊重学生的人格	229
(四) 不妨“对号入座”	229
(五) 保护学生的受教育权	230
(六) 关注学生的隐私权	230
二、名师与“会尊重”	231
(一) 尊重,源于保护每个学生的自尊	231
(二) 尊重是抛弃“师道尊严”,蹲下来和学生说话	234
(三) 抓住学生犯错的时机,用爱滋润学生心灵	238
(四) 把尊重融入亦师亦友的关系中	242
三、如何做“会尊重”的教师	246
(一) 带着放大镜去发现中学生的优点和长处	247
(二) 表扬和鼓励时要考虑到学生的自尊	247
(三) 尽量让学生自己对切身问题做出选择	247
(四) 摆正位置,建立平等的师生关系	248

(五) 理解、宽容、善待学生	248
(六) 尊重学生要发自内心	249
(七) 亲近学生, 做学生喜欢的教师	249
(八) 热情帮助每个学生	249
(九) 真诚表达自己的感受	250
(十) 运用多种方式与学生沟通交流	250

习惯10 会反思

——我思故我在，用理性思考促进专业发展

一、“会反思”概述	253
(一) 教师“会反思”应具备的三个特征	253
(二) 中学教学反思的主要内容	254
(三) 中学教学反思的主要方式	256
(四) 教学反思对专业发展的作用	257
二、名师与“会反思”	258
(一) 反思枯燥知识教学,巧用谐音、韵语	258
(二) 反思抽象知识教学,用形象化提高教学质量	260
(三) 教学反思的重点:知识呈现简洁化	262
三、如何做“会反思”的教师	264
(一) 知己知彼,选准反思对象	265
(二) 熟悉中学教学反思过程	265
(三) 掌握中学教学反思方法	265
(四) 中学教学应着重反思六个方面	268



习惯 1

精设计

——精研教材，“精读”学生，设计最优教学方案



一、“精设计”概述

高效能教师的好习惯很多，“精设计”无疑是最重要的习惯之一。把自己的教学设计做精，不仅能使课上得如行云流水，还能使学生爱学、想学，对学习如饥似渴，从而极大地提高教与学的效率。随着中学生的思想和身体逐渐成熟，他们对事对物有了自己独特的看法。如果教师不根据中学生的特点有针对性地做好教学设计，那么在课堂教学中他们就很容易分神、情绪低落，甚至产生厌学情绪。

中学教学设计在教学理论、媒体技术、系统观以及哲学和艺术等多个理论的交融中统一和发展起来。从对国内外中学教学设计的著作和文章的比较分析中可以发现，人们更多是从不同角度、不同侧面来界定中学教学设计概念的。

课堂教学设计是中学课堂教学成功的必要条件。教师能否按照教学设计的理论和要求进行课堂教学设计，是教学工作科学化、规范化和高效率的重要前提条件。“精设计”指的是精致而科学的中学课堂教学设计。中学课堂应该是一个学习的课堂、一个有生命力的课堂，需要教师去激活。激活的关键在于教师有全面、严密的预设，即有一个精致、科学、合理的课堂教学设计。

（一）中学教学设计的主要类型

设计是指在开发某事物或实施某方案之前采取的系统化计划过程。为达到预期目标，获得理想效果，在进行任何一项有目的的活动前，必须对其进行设计。设计注重的是规划和组织，确切地说，设计就是为实现某一目标而进行的决策活动。

中学教学设计经过长期实践，已经形成了一套较为完整的体系，主要包括以下三种类型。

1. 以“最优教学方法”为目的的设计

此类教学设计主要强调教学设计的目标、功能及意义，把教学设计看作研究教学系统、教学过程和制订教学计划的系统方法。

美国教学设计专家赖格卢特认为：“教学设计是一门涉及理解与改进教学过程的学科。任何设计活动的宗旨都是为了提出达到预期目的的最优途径，因此，教学设计主要是关于提出最优教学方法处方的一门学科，这些最优的教学方法能使学生的知识和技能发生预期的变化。”

2. 程序化、精确化、合理化的设计

此类教学设计是通过揭示教学设计的本质来界定概念的。

浙江师范大学教授鲍嵘认为，教学设计是一种“旨在促进教学活动程序化、精确化和合理化的现代教学技术”。美国教学设计专家梅瑞尔等人在《教学设计新宣言》中对教学设计下的定义为：“教学是一门科学，而教学设计是建立在这一科学基础上的技术，因而教学设计也可以被认为是科学型的技术。”所以，技术型的课堂教学设计着重于对教学实际问题的处理方式。

3. 作为整体的过程或规划来设计

此类教学设计被一些学者称为形态描述学说指导下的成果，主要根据系统论的观点，将教学设计作为一个整体的过程或规划来描述。

美国课程设计专家肯普将教学设计定义为：“运用系统方法分析研究教学过程中相互联系的各部分的问题和需求，在连续模式中确立解决它们的方法步骤，然后评价教学成果的系统计划过程。”北京师范大学教授乌美娜给教学设计下的定义为：“教学设计是运用系统方法分析教学问题和确定教学目标，建立解决教学问题的策略方案、试行解决方案、评价试行结果和对方案进行修改的过程。”

此类教学设计的理念是运用系统方法，将学习理论与教学理论的原理转换成教学资料和教学活动的具体计划的系统化过程。

从以上分类不难看出，教学设计揭示了以下几个方面的内容。

第一，教学设计的工作对象是由教学目标、教师、学生、教学内容和教学媒体构成的教学系统，工作内容是对这些要素之间的关系和相互作用进行符合教学目标的安排。

第二，教学设计的科学性表现在设计活动需要建立在对教学的理性研究的基础上。所以教学设计的科学化程度取决于所依据的基础理论对学习和教

学规律揭示的深度。作为一种教学技术，教学设计和其他科学技术一样，其实践意义在于应用科学原理提高工作效率。

第三，教学设计的研究方法是将学习心理学的基础理论，系统地应用于解决实际教学问题的教学技术。作为一种应用技术，教学设计是连接基础理论与教学实践的桥梁。这表现为教学设计对教学问题的表征和分析，都建立在反映学生如何学习的科学规律上，而且对教学系统的设计安排都以相应的教学理论为依据。在这些基础理论的支持下，最终实现以发展学生的能力和素质为总目标的优化的系统功能。

（二）中学教学设计的四个重点

教学设计是对课程的二次开发，是一个指导性的动态方案。评价教学是否有效的标准只有一个，那就是学生是否取得了预期的进步和应有的发展。优质的课堂教学必须是“教得有效，学得愉快，考得满意，师生发展”，衡量教学高效的最终标准应该是“学生成长”。

高效的课堂教学设计要关注以下四个方面。

1. 关注学生“学什么”

中学教学设计必须突出中学课程的性质，对中学生强化语言和思维的训练，开发相关课程资源，促使中学生养成独立思考、质疑探究的习惯，使中学生学会正确地理解和得体地表达，发展思维的严密性、深刻性和批判性。

中学教师在课堂设计中要灵活使用教材，积极开发学习资源包括媒体资源，这是高效教学的基本要求。首先，要把教材信息、资源信息、课程标准信息转化为自己的信息，明确教材编写意图；其次，要回顾此内容的实践经验和反思，进行选择借鉴；再次，要根据课程标准提出学生的学习任务；最后，要吃透文本中的“着眼点”，即内容的重难点、知识的生成点、培养的技能点、情趣的激发点、思维的发散点、合作的讨论点、渗透的育人点、知识的引申点等。

在教学设计中，中学教师要树立正确的课程意识，创造性地用教材引导中学生灵活运用各种课程资源。

2. 关注学生“怎样学”

德国教育家第斯多惠说过：“教学艺术的本质不在于传授本领，而在于

激励、唤醒、鼓舞。”课堂教学要做到合理、有效，教学设计就必须激励、唤醒每个学生的自主学习意识，努力转变学生的学习方式，引导学生学会反思性学习，自觉评价学习的效果。这样的教学设计才能取得课堂教学的高效率。

3. 关注教师“怎样教”

理想的中学课堂教学是一个师生共同参与、教学相长的动态过程。

每个学生都是课堂上主动求知、探索的主体，教师是这个动态过程的创设者、组织者、引导者和合作者。课堂教学应该丰富生动，教师除了要不断更新自己的教学观念外，还应该在设计中引导学生自主学习，重视课堂的互动生成，创设最佳的教学情境，精讲精练，落实三维目标，实现轻负担、高质量的课堂教学。

4. 关注师生生命成长

中学课堂教学设计倡导民主和谐的课堂文化，在教学安排、教材处理、课堂导入、教学策略、指导学习、平等对话等环节，体现对师生的人文关怀，关注师生的生命成长。

二、名师与“精设计”

(一) 以教为中心的教学设计

江苏省常熟市的汤老师这样设计《〈呐喊〉自序》的教学设计。

教学目标

- (1) 了解鲁迅的生活经历和思想发展过程。
- (2) 理解鲁迅写作《呐喊》的缘由和小说集命名为“呐喊”的含义。

教学重难点

- (1) 教学重点：鲁迅的生活经历与思想发展过程。
- (2) 教学难点：鲁迅严于解剖自己、努力追求真理、探索救国救民道路的革命精神，认识作者写作《呐喊》的缘由。

教学过程

1. 导入

师：同学们初中时学过鲁迅的哪些小说？（《故乡》《社戏》《孔乙己》等）这些小说选自哪一个小说集？（《呐喊》）

师：《呐喊》是鲁迅的第一部小说集，共收入短篇小说14篇。（第一版是15篇，包括《不周山》）1922年12月，鲁迅为这个集子写了序，这就是我们要学的——

生：《〈呐喊〉自序》。

2. 简介“序”

师：什么是序？什么是自序？请同学们齐读“自读提示”前三句话。

师：提示讲得很清楚：序言，是写在著作前面的文章，可分为自序和他序，自序多为说明写书的目的和经过。在这篇序言中，鲁迅通过叙述自己的经历来反映思想发展过程，并说明写作《呐喊》的缘由，这正是这节课我们要学习的内容。

3. 分析课文

（1）引出“梦”。

师：缘由即来由，那么本文在哪里概括交代了《呐喊》的来由？

生：开头部分“这不能全忘的一部分，到现在便成了《呐喊》的来由”。

师：是什么的“一部分”？

生：“我在年青时候也曾经做过许多梦”的一部分。

师：这里“梦”指的是什么？

生：指作者年青时候的理想和追求。

师：为何理想叫作“梦”呢？

生：由于这些美好的希望、理想都未能实现，所以后来回忆起来，就如同梦幻一般。

师：年青的鲁迅曾做过哪些梦？

师：梦的产生是与作者的生活经历、思想发展密切联系、相互影响的。我们先来看文中叙述了作者怎样的生活经历，思想又是如何发展的。请对照下面的表格看课文，给大家两分钟时间，找出地点并概括作者的生活经历和思想发展。

（2）根据课文内容，填表说明作者的生活经历与思想发展过程。