



做最具 成长力的

教师

徐世贵 郭丽艳◎著

做最具成长力的教师

徐世贵 郭丽艳 著



时代出版传媒股份有限公司
北京时代华文书局

图书在版编目 (CIP) 数据

做最具成长力的教师 / 徐世贵, 郭丽艳著. -- 北京: 北京时代华文书局, 2016.7

ISBN 978-7-5699-1062-9

I. ①做… II. ①徐… ②郭… III. ①师资培养—研究 IV. ①G451.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 177138 号

做最具成长力的教师

著 者 | 徐世贵 郭丽艳

出 版 人 | 杨红卫

选题策划 | 王其芳

特邀编辑 | 熊 国

责任编辑 | 刘媛媛 冷 瑜

装帧设计 | 熊 国

责任印制 | 刘 银

出版发行 | 时代出版传媒股份有限公司 <http://www.press-mart.com>

北京时代华文书局 <http://www.bjsdsj.com.cn>

北京市东城区安定门外大街 136 号皇城国际大厦 A 座 8 楼

邮编: 100011 电话: 010-64267955 64267677

印 刷 | 北京永顺兴望印刷厂 010-81682368

(如发现印装质量问题, 请与印刷厂联系调换)

开 本 | 710×1000mm 1/16

印 张 | 15.5

字 数 | 230 千字

版 次 | 2016 年 7 月第 1 版 2016 年 7 月第 1 次印刷

书 号 | ISBN 978-7-5699-1062-9

定 价 | 32.00 元

版权所有, 侵权必究

序

破译教师专业成长密码

渴望专业快速成长是每个做教师的夙愿。可是，往往许多教师对专业成长这条路总是若明若暗，或混沌不清，或迷茫无措，没有目标和方向感，于是困惑、焦虑、徘徊……

那么，教师成长有规律吗？它的密码是什么？教师怎样少走弯路或不走弯路？怎样才能用短时投入去获取最大的学习成长收获呢？摆在面前的这本书能为你指点迷津。

什么是教师专业成长密码？密码可以说是一种规律。本书分定向篇、方法篇、励志篇3个板块，共18章，全面、深刻、具体地揭示了教师成长的基本规律。这里有作者对全国知名教师成长经历的研究；这里有作者对本地区全员基层教师成长、新教师成长、骨干教师成长、名师培训过程的研究；这里有作者30多年来专业成长的体悟，还有作者对教师成长规律的提炼和总结。

什么是教师成长的密码？

◆自主研修是密码。真正的名师是自己培养的。教师成长固然有赖于好的环境，但更重要的是取决于自己的心态和作为。教师可以去参加各种培训，也可能得到学校的各种帮助和支持。但是，别人代替不了你的学习和提高。谁能陪你一辈子，只能是教师自己。

◆瞄准目标是密码。方向比努力重要，目标比勤奋有效。一个教师一定要养成长期关注一件事情的习惯。静下心来，目标专一。只有

这样，教学才会有深度。由此可见，目标大于努力。

◆科学方法是密码。天道酬勤，亦酬术。一个人要真正有效率地做好一件事，不仅要有勤奋、肯干的精神，还要有灵活巧妙的方法。本书重点介绍了教师的成长方法，如阅读成长法、备课提升法、听课评课提升法、课题研究法、二次成长法、磨课历练法、形成风格法、专业写作法、反思中提升法、名师引领法、建构教学模式法等。这些内容有很强的针对性和实用性。

◆教育思想是密码。教育思想是教师专业的内核，也是一种教育教师生产力。思想新，方法才新；思想落后，方法必然落后。而一个教师专业成长速度有多快，能走到哪一个层面，一个重要标志就是看他的教育思想能走到哪里。

◆个性风格是密码。越是民族的，越是世界的；越是个性的，越是大众的。人的最大价值就在那独一无二之中。天生我才必有用，这个“有用”就是在寻找自己的独一无二。你发现了你的个性，你就找到了自己；你找到了自己，你就找到了成功。

◆执着历练是密码。天下没有免费的午餐，天上也不会掉馅饼。教师成长卓有成效，必须经历一个艰苦奋斗和漫长积累的过程。企图“一夜暴富，两天速成”，那是梦，不是生活。没有历练，就没有成长。简单的招数做到极致，就是绝招。

当然，教师成长密码有很多，本书18章可以破译18个密码。这里每一章的写作方式是【精彩案例】——【问题分析】——【给你建议】，形式新颖、通俗易懂，理论与实践结合紧密，故事性、趣味性、实用性、可操作性极强。

作者多年来应邀为全国中小学校长、教师、教研员、师范生讲座几百场。他以独到的教育视角，充满激情和互动体验的讲学风格，本真、质朴、生动，极具感染力和说服力的语言美感，深受广大教师的欢迎。本书以作者讲学稿为基础，着眼实践，是推动教师成长和提升校长工作的一本好书。

一个人能走多远，看他与谁同行；一个人有多优秀，看他得到什么人指点；一个人有多成功，看他与什么人相伴。相信教师在这本书的引领下，一定会加快专业成长步伐，让“成为名师”不是梦。

目 录

● 观念篇

1. 燕雀尚需鸿鹄志——揭秘教师成长力 2
2. 生命中最值得投资的是自己——教师专业潜能开发 14
3. 变“被培养”为主动成长——走进教师自主成长 31
4. 目标大于努力——把一件事做好 43

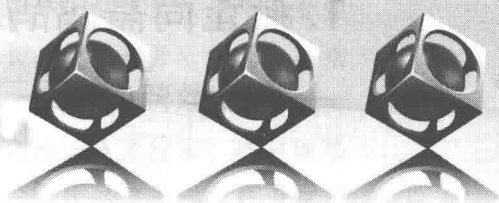
● 方法篇

5. 优秀教师是读出来的——阅读与专业成长 58
6. 简单的招数做到极致，就是绝招——潜心备课提升法 69
7. 给自己找一面镜子——听课评课提升法 82
8. 好风凭借力，送我上青云——专业研究助推成长 102
9. 突破高原期，实现二次成长——教师怎样超越自己 116
10. 一次磨课，一次飞跃——磨课历练成长 129
11. 找到自我，形成个性——让教学形成风格 143
12. 从优秀再走向卓越——教师的专业写作 158
13. 思想能走多远，课堂才能走多远——教师的教学主张 168
14. 让吃一“堑”真正能长一“智”——在反思中提升教学智慧
..... 180

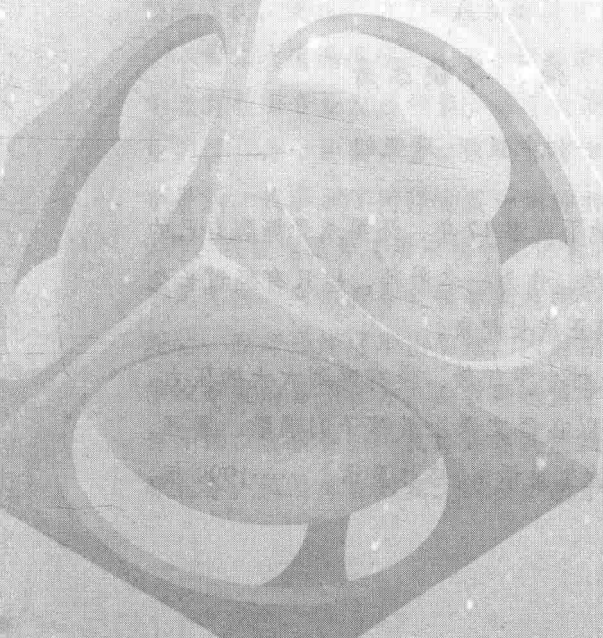
15. 海纳百川，有容乃大——名师引领成长 194
16. 把自己的教学方式沉淀下来——建构教学模式法 204

● 励志篇

17. 开发成长动力的源泉——求证教师成长的信念 216
18. 学会独处，耐住寂寞——做心静但有活力的教师 230
- 后 记 241



● 观念篇



1. 燕雀尚需鸿鹄志

——揭秘教师成长力

有人当了 10 年的老师却仍然停留在一年的水平，而有人只当了一年的老师却具有别人当 10 年老师的水平。

为什么呢？这与教师的成长力密切关联。教师的成长力决定教师的专业成长速度，教师的成长力决定教师的职业人生幸福。那么，什么是教师的成长力？教师又该怎样来提升自己的专业成长力呢？

【精彩案例】

有一种成长叫“痛，并快乐着”

襄城县库庄乡第一初中教师 库亚鸽

蝉为了唱响一个夏天，要在地下沉潜 17 年，还要承受撕裂自己的疼痛，才能完成生命的蜕变。我想，作为一名教师，也只有经过长久的沉潜和自我超越的疼痛，才能真正成长起来。

我 1994 年师范毕业后回到乡村小学任教，没有感到太大的压力。教学随心所欲，非常浪漫。我可以在语文课上教孩子们唱歌、画画，也可以在课堂上给孩子们读《安徒生童话》《格林童话》……1999 年，

我作为县优质课选手、教坛新秀，被调到了库庄乡一中。这是一所声名远播的农村中学，教风好、学风正，教学质量高。我生怕在新学校落后于人，自己买了各种教学资料，每晚备课到深夜，每节课上得小心翼翼、战战兢兢。我的教学从此由浪漫转入精确，我把全部精力用于钻研教材，从此告别了心爱的童话。学生的成绩很好，我年年被评为县优秀教师。但天天埋头教参，天天领着学生抠课本，谈不上专业发展，更没有精神的丰富和自由。时间一长，便感到身心疲惫，越来越烦躁。

一节语文课上，有个男生拿着小镜子在照。我走过去，抓起镜子啪的一声摔在地上。他从座位上一跃而起，对我怒目而视。我大声训斥道：“上着课照镜子，你真是臭美啊。”他眼神里是不可遏止的愤怒，拳头握得紧紧的，冲着我大吼一声：“你再说一句试试！”几个同学把他拉了出去。事后，他找到我，直接地说不喜欢上语文课，没意思。我突然觉得自己的人生失去了意义和价值。我是一名教师，却不能得到学生的认可和尊重，我是多么的失败！

那一段时间，真的很痛苦。我想起刚毕业时的满怀激情，想到自己做教育家的梦想，想到我还有几十年的教学生涯，怎能就这样疲惫地过下去？我决心找回激情，找回尊严。

那时，襄城县对教师素质的提升越来越重视，教师培训的次数也越来越多。在别人对培训抱怨的时候，我却觉得正是这一次次的培训拯救了我，使我开始了一段新的教育旅程。

第二次遭遇疼痛是在参加新教育实验之后。我在2008年5月加入新教育教师专业发展项目。有了共同体的引领，我近乎疯狂地进行专业阅读，每年的阅读量将近两百万字，开始了真正的专业成长。2009年暑假，我参加了网师古典诗词的共读，主持了两周的“每日一诗”。9月，我被邀请为《唐宋词十七讲》的讲师。从学员到讲师，我一下子手足无措。网师教务长魏智渊老师一再催促我制订授课计划、课程主题帖，我却始终理不出头绪。当时刚开学，班里一大堆事，还要完成学校布置的各项任务，县教师进修学校又让我在县骨干教师培训中讲公开课、作报告……我真是焦头烂额。我向魏老师诉苦，提出辞去讲师职务。魏老师告诉我，成长必须穿越痛苦，每一次磨炼都是成长的

契机。我痛苦地思索了好几天，决定即使再痛苦也要坚持。

多少个夜晚，我拿着《唐宋词十七讲》一页一页仔细地阅读，一笔一笔认真地批注，一字一字写下自己的理解。有好几次夜里零点已过，我给魏老师留言，希望得到他的指点，他的回复马上就过来了。我想到在这样的深夜里挑灯夜战的绝不是我一个人，于是重新抖擞精神投入到研读中去。

记得在“符码联想”这一部分授课时，气氛异常热烈，讨论深度大大超过了预期。魏老师夸我备课用心，下了大功夫。我在课程总结中写道：“这个课程中受益最大的不是学员，而是我自己，我从中体验到了成长的痛苦和幸福。”

我想，我是在一次又一次的疼痛中成长起来的。当我被评为感动襄城教育人物、许昌市名师、许昌市劳动模范、河南省教学标兵、河南最具成长力教师的时候，当我获得全国教学成果展示一等奖的时候，我感受到的，不是荣誉所带来的辉煌，而是精神的丰富和自由所带来的喜悦。

（原载2011年5月25日《教育时报》）

只有经过长久的沉潜和自我超越的疼痛，才能真正成长起来。

【问题分析】

教师专业成长力的诠释

痛，并快乐着，这是库亚鸽老师的成长感受：“只有经过长久的沉潜和自我超越的疼痛，才能真正成长起来……我感受到的，不是荣誉所带来的辉煌，而是精神的丰富和自由所带来的喜悦。”阳光总在风雨后，每个有所成就的人都要经历一番奋斗过程。

库亚鸽老师的成功给我们的启示是：她的快速成长源于她的专业成长力，正是专业成长力成就了她的事业。所以，她被评为“河南省最具成长力的教师”。

那么，什么是教师成长力，教师怎样培养自己的专业成长力呢？教师成长是一个过程，它是一个由迷茫、混沌到澄澈、练达的过程。

所谓成长力,是教师潜心钻研和自主成长的能力,即教师不断自我启蒙、自我更新、自我超越的过程。有成长力的教师一定是一个有激情、有活力的教师。

成长力让教师拉开距离。通常教师在工作岗位上,教育教学能力的提高有磨道式循环和螺旋式上升两条路可走。



图1 磨道式循环

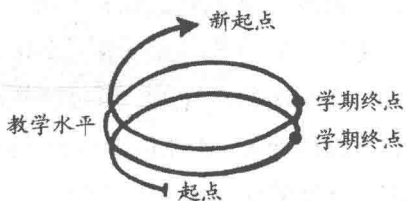


图2 螺旋式上升

磨道式循环这条路是缺乏成长力的一条路,它走的是一条自我封闭的教学发展道路。它主要靠自身原有的知识经验,就书本讲书本,知识不更新,方法不改造,又不善于总结,年复一年,日复一日,总是在自我的圈子里往复和循环。沿着这条路,许多教师从黑发干到了白发。虽然兢兢业业,燃尽了蜡烛、抽尽了蚕丝,但教学业绩平平,汗水与成果不成正比。这是教师最可怕的结果,当一辈子教师无所作为,乃至时刻面临被淘汰的危险。

反之,螺旋式上升是教学能力充分发展的道路,是有成长力的一条路,它所采取的是对外开放、对内改造的策略。对外开放,能广泛学习吸收先进的教改信息与教育教学经验;对内改造,在兼收并蓄别人经验的基础上,进行大量创新实验并不断地总结自己的成功经验和失败教训,这就形成了教育教学能力螺旋式上升的良性循环:“老教材”进入新境界,“老办法”变成新模式,教学能力与水平一个学期一个新台阶,年年岁岁教此书,岁岁年年法不同。这种不断吐故纳新的良性循环生成了教师的成长力。

为什么教师之间拉开距离,有的走的是磨道式循环的成长道路,有的走的是螺旋式上升成长的道路呢?这还是教师成长力的缘故。

一、教师成长力的两个系统

人做事总会去寻找窍门,选择最省力而又最有效的方法。在科学面前,任何事情都是有其内在规律的。为什么在相同的环境或条件下,

有的教师成长得快，有的教师成长得慢？教师成长是一门科学，是科学就有规律可循。

（一）动力系统

动力系统具体包括教师的专业精神、兴趣、心态、意志等。教师成长力首先来源于他的动力。任何一件事的成功，不仅依靠技术方法，更依靠态度执着。也就是说，很多时候，影响我们的不仅仅是能力，更是心情。工作有激情，土办法、洋办法都管用；工作没动力，土办法、洋办法都不管用。所以，教师成长力为专业精神、兴趣、心态、意志等提供动力。库亚鸽老师的快速成长就是源于她的专业精神、心态、意志等方面的作用。

（二）操作系统

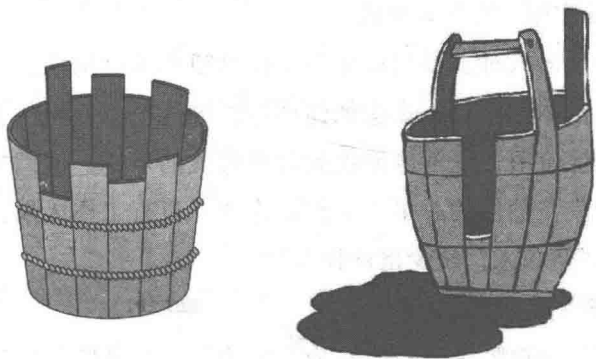
操作系统具体包括目标规划、方法途径、思想观念等。天道酬勤，亦酬术。教师成长力的高低不仅仅取决于教师动力，还取决于目标、方法、策略等这些操作系统。也就是说，教师专业成长可能没有捷径，但一定要尽可能少走弯路或不走弯路。教师成长的道路一定有最近的，方法一定有最好的，方案一定有最佳的。库亚鸽老师为什么那样快速成长？这与她采取大量阅读、磨课与反思等恰当的研修方法有密切关系。

教师成长力的两个系统作用不同：动力系统在教师的专业化成长中，起着定向、强化、促进、保证的作用，解决教师想不想成长的问题；操作系统涉及的是教师专业成长的技巧、策略、方法、途径，解决发展操作问题。二者如鸟之两翼、车之两轮，缺一不可，而且互为作用，相互促进。所以，教师要提升自己的专业成长力，既要强化自己的动力系统，还要寻找恰当的研修方法。

二、成长力弥补教师专业素养的短板

短板效应的启示：一只木桶能盛多少水，并不取决于最长的那块木板，而是取决于最短的那块木板，故称之为短板效应。

这个原理对研究名师成长规律是有启发的。影响名师成长的每个因素如同水桶上的每一块木板，只有将最短的那块木板补上，又尽可能地让每一块木板长高一些，水桶盛水的容量才越大。所以，教师要成为名师，就应该去思考：自己的短板是什么？怎样让自己的木板努力



长高？

教师专业素养通常包括五项内容，教师要提升自己的专业素养，就要去分析这些内容里哪项内容是自己的短板，从而去弥补它。

◆专业精神：师德、人格、专业态度。

◆专业知识：本学科专业知识。

◆知识拓展：文化底蕴，心理学、教育学等教育理论知识。

◆专业能力：研读教材、了解学生、组织处理教材与教学设计能力等。（如做一个懂数学的老师，应懂教材的编写特点，懂知识的编排体系，懂章节的编写意图，懂数学的背景知识，懂知识的建构原理，懂学生的认知规律，懂教材的重点、难点，懂教材蕴含的思想方法等。）

◆教学基本功：语言、教态、板书、应变能力、信息技术等。

◆教育思想：教育观念、思想是课堂的风骨（认认真真钻教材，本本分分为学生，简简单单搞设计，轻轻松松学知识，扎扎实实抓训练，时时刻刻促发展）。

那么，怎样弥补教师专业素养中的短板呢？最有效的方法、途径就是提升专业成长力。

三、成长力让教师会工作、会生活

有成长力的教师会工作、会生活，能把工作、学习、生活很好地统筹起来，形成一体化。职业→专业→事业→用智慧去统筹。工作不仅仅是谋生的手段，而且是一次获得成长进步的机会。工作的过程就是学习的过程，是一种体会成长和进步快乐的方式，那是一路求索一路欢歌。

通常，教师的职业人生有三种境界：

（一）谋生型：工作 = 挣钱

这种类型的教师就是以谋生为工作动机和人生追求，只是为养家糊口，他们很少想或者不去想如何通过教师这个工作岗位去追求成就感，实现人生价值，更不可能找到教书育人的乐趣，他们把每天的工作当做负担。在他们的心里，工作 = 挣钱。只有工作成果，没有研究成果；只有经济收入，缺少精神收入。

（二）事业型：谋生 + 事业

他们不仅把教师这个职业作为谋生手段，更是把它作为追求自己的梦想、展示自己才华和实现自己人生价值的一个舞台。他们把工作不仅看作是一种责任和任务，而且看作是一种事业和追求。他们能把职业的价值提升到与个体生命价值的追求相一致，因此，他们的工作积极性是高的，也是有成就的。但这还不是教师人生的最高层次，他们很苦很累，他们还缺少一点愉悦。

（三）快乐型：谋生 + 事业 + 快乐。

他们会工作、会生活，除了具有第二种类型的质量外，多了许多在教书育人中追求人生幸福快乐的因素。他们会化解烦恼，勇于面对困难和挫折；快乐地工作，快乐地生活，他们能把体验实现生命价值和职业价值注入到乐趣之中，他们在教师人生中不仅有较好的物质收获，还收获着研究成果，收获着人生幸福和快乐。人的一生，最灿烂、最辉煌的年华是在工作岗位上的岁月。所以，谈到生命的意义和人生的价值，最突出的应该是在其所从事的工作上。那么多的和孩子、和同事、和学校在一起的每一天，构成了教师生命最重要的一部分。教师每天在学校工作的经历，就是生命的历程。教师每天在学校工作是否开心快乐，教师每天在学校工作中过得是否有价值就是生命是否有价值。

如果教师能走进第三种境界，那就是最佳的选择了。

【给你建议】

增强成长意识

一、只有学习精彩工作才精彩

现在，教师普遍具有工作意识，但缺乏成长意识。为什么他们成

长不快？根本原因就是缺乏成长意识。成长与工作相辅相成的，只有学习精彩，工作才精彩。如果不成长，教师只能在原有的水平上徘徊，无法使自己的教学工作实现超越。如上面案例中介绍的库亚鸽老师，当年参加工作初期一心一意想把工作做好，但结果如何呢？遭遇了一系列的挫折。她说：“那一段时间真的很痛苦，我想起刚毕业时的满怀激情，想到自己做教育家的梦想，想到我还有几十年的教学生涯，怎能就这样疲惫地过下去？我决心找回激情，找回尊严。那时，襄城县对教师素质的提升越来越重视，教师培训的次数也越来越多。在别人为培训抱怨的时候，我却觉得正是这一次次的培训拯救了我，使我开始了一段新的教育旅程。”

库亚鸽老师的经历启示我们，教师不仅要有工作意识，同时必须有成长意识。提升自己是硬道理，要敬畏自己的专业，因为靠专业能使自己养家糊口。靠校长不如靠市场，人生真正靠得住的是专业。因为靠专业才是找到为师尊严的最佳途径，课要上得特别棒，棒得让学生每天都盼着上他的课。会上课，这是优秀教师最直观的一个特点，也是最容易被学生追捧的原因。因为靠专业内心才充实（有成就感），反之，最大的危机就是业不精专。学生可以原谅教师的严厉、刻板，但不能原谅教师的不学无术、不思进取、业不精专。

河南名师常作印的专业成长就是典型的例子。他说：“说句实话，我是一位资质平平的人，与其他教师相比，并没有什么优势。如果非要让我为年轻教师总结一点‘成功经验’的话，我愿归纳为两点：一是热爱这份职业，并认识到教育不是一件简单的事情，不浮躁、不抱怨，相信种子、相信岁月，这是一个教师干好教育工作的前提；二是始终不放弃自己的教育梦想，不跟风、不作秀，学会自己培养自己，把‘读书、实践、反思、交流和写作’作为每日的必修课，学会利用现代信息技术，与学生共同成长，这是一个教师走向优秀和卓越的基础。”

一个教师不管外面如何喧嚣浮躁，守住自己一颗朴素的教育心；然后，不停地实践、不停地思考、不停地阅读、不停地写作——如此坚持五年十年，你不想成功都十分困难。

二、不做庸师

世上最危险的职业有两种，一种是医生，一种是教师。一个不合

格的医生害的是人的肉体，而一个不合格的教师毁掉的是一群孩子的精神和灵魂。

一个杀人犯死后被打入十八层地狱，伤心得不得了。正在伤感之际，忽然听脚底下有人唉声叹气。

杀人犯很吃惊，就问：“下面什么人？你住在什么地方？”下面的人回答：“我是教师，住在地狱的第十九层。”

杀人犯更吃惊了，说：“地狱不是只有十八层吗？怎么出了个第十九层？”

下面人说：“这是阎王特设的。”

杀人犯说：“杀人就是最重的罪了，你的罪难道比杀人还要重吗？”

那人说：“这你就知道了。人有两条命，一是性命，二是慧命。杀性命只伤肉体，杀慧命毁掉的可是灵魂啊。就因为我生前误人子弟，杀了许多孩子的慧命，所以就被下到第十九层了……”

庸师会把聪明的学生教笨了，把笨的学生教傻了，把傻了的学生教死了。所谓“误人子弟”，不一定是因为教师的不负责，更多的时候是因为认真负责的教师没有教育智慧。要做良师，不做庸师。那么，良师是怎么来的？教师一定要有强烈的成长意识，要靠孜孜以求的学习。

有人说，人生有四幸：生下来遇到好父母；上学遇到好老师；上班遇到好领导；结婚遇到好媳妇（好老公）。天下极少蠢材，世上应多良师。一个孩子上学遇到好老师，真是人生之大幸也。

三、人生有“三不能等”

有人说：人的前半生，不要犹豫；人的后半生，不要后悔。这就是告诉我们要活在当下，把握每次机会，因为机会稍纵即逝。人生对于很多事来说，既不能犹豫，也不能等，等待就是一种遗憾，有些遗憾是不能补救的。

如下面有三件事，人生是不能等的：

一是孝敬父母不能等。有人说：“等我有钱了，我要大把大把地塞给咱爸咱妈，让老人家坐在钱堆上随便花；等我有时间了，带着咱爸咱妈，游完国内游国外，让咱爸咱妈在有生之年潇洒个痛快！”其实，等你有钱，等你有时间，可能就没有机会了。因为父母的身体不可能等，“子欲孝而亲不在”，留下终身的遗憾，届时，再大的排场、再好的坟墓，