

「优秀教师成长」丛书

Youxin Jiaoshi
Yingyou de Lianghao Xiguan

优秀教师

应有
良好习惯

主编

优秀人才成长学院

教师要求学生有良好习惯，首先就得自己有良好习惯。教师有良好习惯是培养学生具有良好习惯的保证。要成为一位优秀的教师，良好习惯的培养是必不可少的。从某种意义上说，世界上不存在优秀的行为，习惯优秀才是真正的优秀。身为教师，在教育学生养成良好习惯去获取成功的同时，自身也应在良好的教育习惯中培养出教师良好的教育性格。



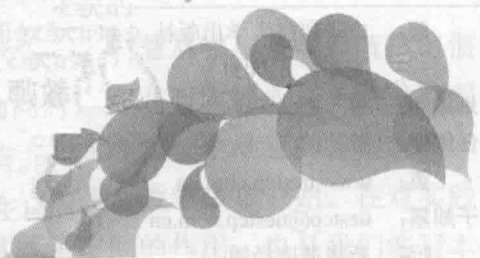
电子科技大学出版社

优秀教师成长丛书

主编 优秀人才教育研究院

优秀教师

应有的良好习惯



电子科技大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

优秀教师应有的良好习惯 / 优才教育研究院主编.

—成都: 电子科技大学出版社, 2013.8

(优秀教师成长丛书)

ISBN 978-7-5647-1588-5

I. ①优… II. ①优… III. ①优秀教师—教师素质

IV. ①G451.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 079024 号

优秀教师成长丛书

优秀教师应有的良好习惯

优才教育研究院 主编

出 版: 电子科技大学出版社(成都市一环路东一段 159 号电子信息产业大厦
邮编: 610051)

策划编辑: 曾 艺

责任编辑: 曾 艺

主 页: www.uestcp.com.cn

电子邮箱: uestcp@uestcp.com.cn

发 行: 新华书店经销

印 刷: 北京旺鹏印刷有限公司

成品尺寸: 165mm×225mm 印张 10.25 字数 150 千字

版 次: 2013 年 8 月第一版

印 次: 2013 年 8 月第一次印刷

书 号: ISBN 978-7-5647-1588-5

定 价: 21.80 元

■ 版权所有 侵权必究 ■

◆ 本社发行部电话: 028-83202463; 本社邮购电话: 028-83201495。

◆ 本书如有缺页、破损、装订错误, 请寄回印刷厂调换。

前 言

我们都知道，培养孩子良好的习惯非常重要。因为习惯成就人生，习惯决定成败。可见，习惯在一个人一生的生活、工作中实在很重要。

教师要求学生有好习惯，首先就得自己有好习惯。教师有好习惯是培养学生具有良好习惯的保证。要想成为一名优秀的教师，好习惯的培养是必不可少的。

普通教师与优秀教师的区别之一就在于习惯，从某种意义上说，世界上不存在优秀的行为，习惯优秀才是真正的优秀。拿破仑说过：“把一个信念播种下去，收获的将是一个行动；把一个行动播种下去，收获的将是一个习惯；把一个习惯播种下去，收获的将是一种性格。”身为教师，在教育学生养成良好习惯去获取成功的同时，自身也应在良好的教育习惯中培养出教师良好的教育性格。

我们经常说要做一名智慧的教育者。智慧从哪里来呢？就从习惯中来。那么，教师如何真正拥有良好的习惯，并有效促成其专业发展呢？相信本书能给所有立志成为优秀教师的老师们一个满意的答案。

从讲述发生在自己教育活动的动人教育教学故事开始，在对实践的反思中获得理念的转变和提升，这就是案例的作用，也是我们编写本书的出发点。我们精心选择了一些经典性的案例，主要是一些优秀教师的教育心得和体会，并适当归类。每个“教育案例”后面有“点评”。“点评”是由编者在尊重教师们的体验、领悟的基础上，围绕案例所提供的丰富的情境和思考的空间做一个简洁的评析，帮助教师们拓宽视野，作理性的思考和提升。

最后，衷心希望广大教师能通过阅读本书在日常教学 and 生活中养成



编者

目 录

课堂教学篇	1
1 提前三分钟进教室	1
2 不可忽视的课前准备	3
3 走下讲台去授课	5
4 课堂要立规矩	8
5 杜绝教师一言堂	11
6 课上要学会倾听	12
7 语言要有亲和力	14
8 丰富你的表情	16
9 尊重学生的创新思维	19
10 用幽默点亮课堂	21
11 把握整个课堂的节奏	24
12 尊重学生的差异	25
13 巧妙设置提问环节	27
14 善待学生的发言错误	30
15 要有自己的教学风格	32
16 做不拖堂的老师	34
17 巧妙运用教具	36
18 敢于承认自己不知道	39
19 用精彩的板书点缀课堂	42
20 灵活处理课堂“意外”	44
21 试着跨学科听课	47
22 听课中要“品”课	48

23 让课堂的每一天都是新的	50
职业素养篇	53
1 记住学生的名字	53
2 主动问候学生	56
3 尊重学生的个性差异	58
4 在学生中树立威信	61
5 平等对待每位学生	63
6 善用宽容的力量	65
7 把赞美还给学生	67
8 要多一点儿耐心	69
9 学会换位思考	71
10 经常跟学生谈心	73
11 掌握批评的艺术	76
12 对学生抱有积极的期待	78
13 引导学生相互欣赏	81
14 暗示是一种强大的牵引力	82
15 敢于向学生承认错误	86
16 广泛征求学生意见	88
17 要说话算话	90
18 培养敏锐的观察力	91
19 做好榜样角色	93
20 妙用授权激励学生	96
21 用信任交换信任	98
22 每天反思一下自己	100
23 与家长保持联系	102
24 真诚地帮助同事	105
25 尽可能帮助困难的同学	107

26 积极参与课题研究	108
课外提升篇	112
1 对自己的仪表负责	112
2 教师也需要烂笔头	114
3 虚心向别人学习	115
4 多读书不是坏事	117
5 整理好自己的办公桌	119
6 呵护好自己的健康	121
7 科学管理自己的时间	123
8 常怀感恩之心	126
9 培养自己的兴趣	128
10 调节自己的心理状态	131
11 正确地认识自己	133
12 学会原谅自己	136
13 不要奢求额外的回报	138
14 规划自己的职业生涯	140
15 勇敢面对改变	143
16 对任何事物都有自己的观点	146
17 积极乐观面对生活	147
18 严格要求自己	149
19 不忽略每件小事	151
20 教到老学到老	153
21 下决心成为名师	154

课堂教学篇

1 提前三分钟进教室

教师踏着铃声进教室已成为习惯。如果此时教师的心态是消极的，将会直接影响教师自身水平的发挥，同时也影响学生的学习情绪，从而影响课堂教学效果。如果此时教师的心态是紧张的，那么，教师进入课堂就会产生心慌意乱之感，教学程序就有可能发生混乱，造成课堂失控，甚至出现明显的失误。就算此时教师的心态是平静的，学生的表现也有可能打破教师平静的心态。如：课间十分钟，有部分学生可能玩一些过于兴奋的游戏，学生把这种兴奋的情绪带入课堂会直接影响教学效果；再如：学生会进行耗时较长的活动，这种活动有时会延续到上课铃响，相应的游戏心情还会在课堂持续。此时，教师还能去平静地上课吗？据专家的经验：教师提前三分钟进教室最为合适。原因何在？

一、这是对学生进行个别指导和分组教学的良机。此时学生的问题往往是课堂上没有解决，作业中仍然存在，或者预习中新发现的问题，千差万别。这些问题往往因为不具有共性，在课堂上不易解决，或者要解决起来会占用和浪费大量宝贵的教学时间。这种对一个或者一群学生有针对性的讲解和帮助，对于照顾学生差异有不可替代的作用。

二、有助于形成学生良好的学习习惯。我们经常告诫学生：课前要预习，课后要复习，上课要认真听讲、认真做笔记。可是，如果我们对于学生预习、复习和笔记中的问题不提供即时有效的帮助，那么学生就会慢慢失去坚持这些良好习惯的信心和兴趣。

三、能够发现学生学习中存在的缺陷并及时引导其进行矫正。当我们发现在课堂上反复强调的东西，学生没有掌握，那么学生如果不是没

有认真听讲、认真做笔记，就是理解发生了偏差或者学习方法不当。我们可以通过对学生的“反问”来找准问题的症结，引导学生及时改正错误。

四、有利于了解学生的思想动态。我们提前进教室或者推开门离开教室，眼睛不应该仅仅是盯着教学，盯着书本，盯着成绩，更要关心他们的思想、生活、学习、情绪。有人说写文章“工夫尽在文章外”，其实教学有时也是“工夫尽在课堂外”。了解学生的思想动向，加强教育的针对性，对于我们的工作绝对是绝对必要的。

五、缩短心理距离，融洽师生关系。空洞的说教，粗暴的指责往往把师生关系引向对立，而看似无心的闲聊却往往能够收到“以心换心”的效果，会缩短师生之间的心理距离，使教师产生强大的亲和力。

六、可进行教学设备检查。如：粉笔够用吗，黑板擦干净了吗，电脑、电视正常吗，录音机响不响等等，这样会避免上课时许多不必要的麻烦。

七、有利于调整教学心态。教师可利用这几分钟，及时进行情绪自我调控，控制消极情绪，以饱满的精神、欢快的情绪投入教学。

【教育案例】

下面是姚卫芳老师对提前三分钟进教室的感触：

小学生都活泼好动，尤其是课间，一到下课时间，我们就可以看到校园活动场地上，挤满了学生，有做游戏的，有谈笑的，有聊天的……短短的课间十分钟，他们却能玩得不亦乐乎，以至于很多学生听到预备铃后还不能立刻静下来，全身心地投入教学活动中。

在我教学的几年中，我发现每节课开始的几分钟，老师往往会因为学生的不安分、精神的不集中而无法按照计划很好地开展教学活动，有时甚至会因此而对学生发脾气。今年我所教学的两个班级都在四楼，虽然大多数学生不再像以往那样到校园里玩耍了，但课间的兴奋点还没平静下来，同学之间还在交谈，上课要用的书本、文具等都没准备好，更

不要说在教室安静地等待老师的到来。

为了让学生能更好更快地投入到教学中,也为了能更好地了解学生,这学期我尝试着提前三分钟进教室,学生看到我进教室了,就会很自觉地准备好英语课上要用的学习用品。利用这3分钟我也可以到学生中去与他们交谈,及时地检查他们的预复习工作,也能更全面更细致地了解学生们对已教授知识掌握的情况。学生也乐于和我谈教学之外的事情,这就拉近了我和学生间的距离,我能很好地知道他们在生活上、学习上碰到的困难或困惑,并及时给他们帮助。这些对我的教学教育工作很有帮助,对于刚做班主任的我来说,也就可以更好地管理班级,形成良好的班风。

【点评】

师生之间一般需要经历“接触、亲近、共鸣、信赖”四个步骤,才能建构起亲密无间的关系。在平时的教学中,师生接触难免存在有隔阂之感,学生也难免对老师存有敬畏心理;在学习生活中,学生想说而不敢说,老师欲知而不得知,造成了师生间的生疏感、距离感,必然影响课堂教学效果。

“提前三分钟进教室”可以促进师生和谐相处,上述案例中姚卫芳老师充分利用上课前的三分钟,和学生攀谈,了解学生学习上的困难以及对老师上课的意见,这样做不但有助于完善教学工作,还能增进师生友谊,使师生之间像朋友一样交流。

提前三分钟进教室,使老师和学生打成一片,让学生更容易亲近老师,信赖老师,引起师生情感的共鸣。这是一个从接触到信赖的过程,有益于教学相长,把学生引上学习与进步的成功之路。

2 不可忽视的课前准备

当前,对于课前准备,许多教师还存在认识的误区和偏差。误区在

于：认为课前准备就是提前写好小黑板、投影片，制作好必要的课件，准备好必要的教具、学具等等。偏差在于，对课前准备的重要性认识不够，过分关注和依赖课堂的生成，以为课堂教学的有效性只取决于课堂的组织实施环节，课堂教学的精彩只取决于教师的临场发挥。其实，这些都是教师对课前准备认识不足，从而轻视、甚至忽视了课前准备的结果，导致的直接后果就是课堂浪费。

课堂浪费现象分为两种：一种是显性的，比如上课推迟时间进教室、课堂上教师随意重复讲解等；还有一种是隐性的，它不直观，不感性，不易被人发觉，危害极大。其主要表现在对课的重难点把握不准，时间没有用在点上，还表现在课堂的教学形式、学习方法、教学语言等方面，比如，组织不必要的动手实践活动，课堂提问的指向不明，教学语言随意性大等等。长此以往，就留下一连串的后遗症：课后加班加点补课、补作业。占用学生课余时间不说，长期如此，还会影响学生的学习兴趣。

课前教师的自身准备除了指具备其本身的有关学科知识方面的素养、有关学科的教学方法等这些基本素养外，更重要的是指对教材的把握、对课的设计，这是课前准备的核心工作。教师引导下的学生准备是指由教师安排的知识准备、心理准备和学习物品的准备。

【教育案例】

听过全国著名特级教师王裕舟的《长相思》后，很多人都惊讶：王老师在上课之前连教案也没有，但课却上得非常精彩。这是因为，王老师尽管没有写教案，但他课前已是成竹在胸了。他说：自从接到任务后，一直在思考，一直在琢磨，做了大量的准备工作：第一，写文本细读，把所有的感觉都写下来，写了大量旁批；第二，研究了纳兰性德的生平；第三，查找大量的资料，认真研读了朱光潜的《诗论》、朱自清的《诗论》，到最后想法很多，思路很多，感受很多……对于王老师来说，教案只是一个外在形式，而关键在于他内心的隐性准备已成竹在胸，那么，精彩的生成当然不在话下。

【点评】

那么，怎样进行有效的课前隐性准备呢？

1. 要钻研好教材。一方面要“钻”进去。另一方面要“钻”出来。所谓钻进去，就是钻研教材，要有一定的深度，掌握教材的要求、重点、难点，从而安排课时、解决问题，并根据学生的认知能力和可接受能力，做到由易到难，由特殊到一般，由具体到抽象，较好的把知识传授给学生；所谓钻出来，就是使学生以学习的主人来评价自己应用知识自如与否，解决具体问题灵活与否。不过，要钻出来，必须要学生钻得深，不然是达不到理解的目的的。

2. 在备课中要注意寻求知识的认知规律，并得以融洽的结合，使知识学习和能力培养、素质发展得以同步向前发展。注意教学中要反映知识间的联系和规律，因为世界上各种事物的内部和外部都存在各种各样的联系，人类归纳、总结这些联系和联系中的规律就得到了知识结构。注意知识之间的联系，有利于学生牢固地掌握知识，并有助于养成从联系的角度思考问题的习惯。

3. 要认真写好备课笔记，注意记好教学中突出重点、分散难点、夯实基础的要点，做到成竹在胸。

4. 针对一节课所要解决的问题，思考解决这个问题的方式和方法：从哪几个方面入手，哪几个环节深入，哪几个问题引出，教学中哪个环节会出现意外，面对意外该如何处理。

其实，教师要上好一堂课并不难，只要课前关注细节，关注隐性备课，精心、充分的准备，人人都能上出好课，都能让课堂发挥出生命的活力。

3 走下讲台去授课

我们常常看到这样的情形：教师整堂课都站在讲台上，一边讲一边

板书，教师累得满头大汗，讲得口干舌燥，但是课堂效能却很低。其实，如果当你讲得口干舌燥之时，不妨停下来，走下讲台，看看你的学生在做什么，你一定会发现，有些学生在搞小动作，当你走下讲台来到他们身边的时候，他们会动作麻利的收起来，并趴在课本上装模作样的看书了……这样的课堂效率究竟有多高呢？

如果每节课，我们都能走下讲台，站到学生中间去，边讲课边观察调控学生的学习行为，又会是什么情形呢？走下讲台，你会发现，你和学生之间的距离拉近了，你可以不时地敲一下走神的同学，可以轻声细语的鼓励一个学生把问题回答完整；走到学生中间去，你会发现有的同学写字很潦草，这时你可以和蔼的拍一下他的肩膀，告诉他写字要工整……走下讲台，到学生中间去，你很快就会发现，你的课堂正悄悄地发生着变化：捣乱的学生少了，认真学习的学生多了，不爱回答问题的学生也举手发言了，学生学习的积极性更高了，课堂纪律也好转了，这时，你也不需要提高嗓门讲课了。

【教育案例】

近年来，随着“校本教研”理论由上至下地提出与贯彻深入，起初，我感到了茫然。学校为了让“校本教研”工作更具自身的实践性与实效性，建议让每位教师制订自己的子课题。经过思考，我结合课堂与学生的现状，就制订了“如何让学生爱上语文课”这一小课题。但如何去实施它，又成了难题。我先后翻阅了许多杂志报纸，渴望能有所启发和受益，结果是，在茫然中又增添了一头雾水。报章上专家们的许多观点都是围绕“学生是课堂的主体”、“教师走到学生中去”、“教学就是平等的交流”……这些观点的提出都很新颖，也很适时，但“如何让学生成为主体？”、“教师怎样才算走到了学生中？怎样才能走到学生中？”、“师生的平等怎么才会体现出来？具体的做法是什么？”都只是泛泛而论，点到为止，不能与我们的实际相联系，这些话题也就成了我经常思考的问题。

在百思不得其解中，我所制订的子课题也就像陈年旧事一样，被束之高阁了起来，也只有在应付检查时才拿出来，被“观瞻”一番。

学生的成绩还在那样下滑，学生的厌学仍是那么高涨。对此，我已经有些束手无策。在一次课堂上，课文内容是《归园田居（其三）》，在讲到“衣沾不足惜，但使愿无违”时，我结合作者陶渊明的生平进行了进一步的阐述。偶然间，我走下了讲台，开始在教室里巡回式地演讲，在近距离的观察中，我突然发现在座的学生竟是如此可爱，他们的双眸竟是那么清亮，我感觉到了学生的专心致志。不知不觉，我融入了课文中，与陶潜在“出仕与归隐”中徘徊……当我讲完时，我回过神来，发现教室里变得鸦雀无声，随后是学生们的热烈掌声。这时，我再看我所站立的位置正好是教室的最中间，离每位学生都是最近的距离（与以前相比）。接下来，那节课，在学生的热烈参与中圆满结束了，那堂课由短短的一首小诗，却引发了许多学生的多种人生话题。那节课，我和学生都感到了轻松与快乐。课后，我经过反思在教学后记中，写下了这样一段话：“走下讲台，相信学生。给学生以微笑，学生会给你笑容；给学生以真心，学生会给你真情；给学生以乐趣，学生会给你快乐。铲平讲台，走入学生，近距离才是最美最好。”

【点评】

走下讲台不仅仅是观念上的更新，更是教师角色的一种转换，在营造的师生平等、亲切的课堂氛围中，学生能够轻松愉快的学习，这样的课堂效率想不提高都难。

走下讲台，对教师的要求也相应地提高了，它需要教师熟悉教材，充分备课，驾轻就熟地指导学生质疑困惑，这是一种对教师教学能力的考验，也是教师应该养成的教学习惯。

4 课堂要立规矩

儿童的天性是好动、好说、好问，有人一刻也坐不住，尤其是低年级的儿童，所以一定要给他们立规矩。立规矩，就要和学生约法三章——上课应该怎么做，不能怎样做，违反了，老师要怎样处分等。

要说明的是，立规矩与尊重个性并不矛盾。个性的形成有个过程，也得有一定的空间，而规矩是建构一个有序空间的基石，是良好个性形成的前提；反过来，良好的个性，又为规矩的健全与实施创造了条件。毕竟课堂是进行教学的场所，为了保证教学活动有条不紊地进行，必须有一个统一的课堂规范，并使其固定化，具有相对稳定性，积极、正向、有序的课堂规则能规范课堂行为，维持课堂秩序。

课堂规范一旦形成，就对集体成员产生了普遍的约束力。但只有在学生清楚地了解并理解这些规范的基础上，他们才会自觉地遵守规范。因此，从学生入学时起，教师就应该让其了解规范及其必要性，使学生在正确认识的基础上逐渐形成符合规范的行为习惯。学生也只有在自觉地将规范内化为自己的信念的一部分时，规范才真正具有约束力。

【教育案例】

教书这么多年，我认为，要让学生形成“规则意识”，就要在课堂上订立规矩。

一、用“规则”管，形成“规则意识”，固化良好习惯。

要让学生明确知道什么该做，什么不该做，该怎样做。下面以课堂学习行为规范的养成为例进行说明。

1. 铃声意识要具备

- (1) 下课铃后准备下节课学具。
- (2) 预备铃后开始预习功课。
- (3) 上课铃后心神投入课堂。

2. 课前准备不可少

- (1) 书包整理有规律
- (2) 书具齐全，不乱借
- (3) 知识复习不忘记

3. 一言一行现修养

坐如钟、立如松、行动迅速像阵风

读书响、问候甜、举手积极、发言亮

4. 学习多半靠听课

眼盯老师，记笔记、回应问题、莫怕错

以上规则的制订属于原则管理，属于情感态度价值观的范畴，在给

学生每一个规范要求之前必须让学生明白其中的意义。尤其对于初中高

年级的学生，随着自我意识的觉醒渐渐步入“挑战规则”期。如果不能

认同规则，就有可能意味着抵触。所以每一项规则的提出要尽量遵循以

下程序：

1. 适时而提，在需要时提出。
2. 经过学生的理解、消化后提出。
3. 在实践中不忘修改。
4. 规则一旦提出严格执行。
5. 规则推行后定时、适时反馈学生情况。

二、靠“学生”管，提高“自育能力”，形成良好班风

学生管学生，效果虽然不如老师亲自管理立竿见影，但是其从学生

长期的习惯养成、自育能力的提高来说效果更为明显。比如，班级推行

“值日班长制”，每天由值日班长进行记录、点评、管理（内容即为班级

规则）。开始学生可能不以为然，但是当每个学生都管理过“眼保健操”

后，当每个学生都因此受到班级表扬后批评后，班级眼保健操的质量自

然会出现变化。具体要注意以下问题：

1. 分工具体、明确，保证每一项规则都有人负责。
2. 老师的想法多与学生商议，指导、授意学生去做。