

JIAOSHIKUAI SUC HENG ZHANG DE
SHI GE YAO JUE

教师快速成长的 10个要诀

徐世贵 / 著

追求教师职业人生的成功与幸福是每个教师都曾有的梦想，可是若干年以后，为什么有的人成功了、优秀了、快乐了，而有的人却落后了、平庸了、失意了？那么，教师成长的差距是怎样拉开的？影响教师成功与幸福的因素有哪些？怎样加快教师成长的速度？在本书中我们将——揭开她神秘的面纱。



天津教育出版社
TIANJIN EDUCATION PRESS

JIAOSHIKUAI SUCHENGZHANGDE
SHIGEYAOJUE

教师快速成长的 10个要诀

徐世贵 / 著



天津教育出版社
TIANJIN EDUCATION PRESS

图书在版编目(CIP)数据

教师快速成长的 10 个要诀/徐世贵著. —天津:

天津教育出版社, 2010. 11

ISBN 978-7-5309-6221-3

I. ①教… II. ①徐… III. ①师资培养—研究

IV. ①G451.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 206460 号

教师快速成长的 10 个要诀

出 版 人: 胡振泰

著 作 人: 徐世贵

责任编辑: 李勃洋

出版发行: 天津教育出版社

天津市和平区西康路 35 号

邮政编码: 300051

经 销: 全国新华书店

印 刷: 三河市人民印务有限公司

版 次: 2010 年 11 月第 1 版

印 次: 2010 年 11 月第 1 次印刷

开 本: 880mm × 1230mm 1/32

印 张: 8

字 数: 200 千字

书 号: ISBN 978-7-5309-6221-3

定 价: 30.00 元

代 序



你未来成为名师不是梦

教师成长不可能一夜成名,但一定有规律和窍门的。有人教了10年书,却仍然只有一年的水平;有人只教了一年,却具有别人教10年的水平,为什么会有这么大的差距?教师成长:路一定有最近的;方法一定有最好的;方案一定有最佳的。本书正是为研究这些问题而编写的。

本书特点:

◆**创新性与突破性。**教师教育的重点不是向教师灌输多少知识,更重要是激发教师成长内动力和唤醒教师自身的心中的智慧(原有)。本书打破传统教材的刻板僵化的内容和体例,从教师成长最迫切需要解决的问题中精选出:动力、目标、方法、思想、研究、反思、个性、爱好、意志、幸福10个重点问题深入研究。这些研究较全面系统地揭示了教师成长的基本规律,有很强的独创性。

◆**实践性与操作性。**多年来一些教师培训教材重理论、轻实践、刻板僵化,广大教师对这样抽象难懂、枯燥的教材早已反感。本教材努力克服这种时弊,试图把理论学习与实践应用紧密结合

起来。其语言通俗易懂,力避高深和死板,并引入了大量鲜活的典型案例。本书是把抽象的理论通俗化,把科学的内容技术化,注重它的实践性和操作性。

◆**本体性与生命性。**过去教师教育一个重要误区是把教师培训简单化为“我教你学”“我讲你听”的“授受”关系。教师变成被随意灌输的容器,忽视了对教师内动力的感召、教育智慧的唤醒,忽视了教师的本体性、生命性。本书立足于专业引领下怎样去帮助教师自主成长,强化了教师教育的本体性和生命性。它可做培训教材,也可做教师的自修教材。

◆**生活性与人情味。**教师一方面他的工作神圣而伟大;另一方面他也是膝下有儿女,家里有爹娘的普通人。他们有七情六欲,有普通人一样的生活。本书关注的是教师的职业理想,同时也关注教师的职业幸福、身心健康和业余爱好等生活空间问题。

一个人能走多远,看他与谁同行;一个人有多优秀,看他由什么人指点;一个人有多成功,看他与什么人相伴。教师如能与本书相伴,相信一定会加快专业成长的步伐。而未来能成为名师不是梦。

目 录

MU LU

代 序

引 子 / 1

开发内动力,扬帆远航

——教师快速成长要诀 1:动力 / 5

话题:谁能陪你一辈子 / 5

- 一、理想定位——追求有价值的人生 / 6
- 二、职业认同——坚定崇高的教育信念 / 11
- 三、专业追求——让生命之树常青 / 16
- 四、有点野心——赢得发展的机会 / 19
- 五、克服职业倦怠——保持阳光心态 / 21

方向比努力重要,目标比勤奋有效

——教师快速成长要诀 2:目标 / 27

话题:不怕路走得远,走得累,怕没有方向 / 27

- 一、教师成长要有成长目标意识 / 29
- 二、教师怎样规划成长目标 / 33
- 三、教师实施目标的策略 / 41

天道酬勤,亦酬术

——教师快速成长要诀 3:方法 / 45

话题:为什么这些教师没能出类拔萃 / 45

- 一、读书积淀法 / 46

- 二、经验移植法 / 54
- 三、备课提升法 / 56
- 四、公开课历练法 / 58
- 五、师法名师法 / 61
- 六、怎样科学利用时间 / 65

思想是课堂教学的风骨

——教师快速成长要诀 4: 思想 / 73

话题: 没有思想的教师能走多远 / 73

- 一、教育思想是一种教育生产力 / 74
- 二、当前教师课堂应树立的几种新课程教育思想 / 78
- 三、教育思想的突围 / 96
- 四、教师教育思想的积淀 / 102

好风凭借力,送我上青云

——教师快速成长要诀 5: 研究 / 105

话题: “两眼一睁忙到熄灯”值不值 / 105

- 一、研究对教师意味着什么 / 106
- 二、研究不能这样搞 / 108
- 三、重视小课题研究 / 109
- 四、小课题研究的选题 / 112
- 五、小课题研究的方法 / 114

怎样才能使教学反思更有效

——教师快速成长要诀 6: 反思 / 125

话题: 袁老师成功的秘诀 / 125

- 一、反思是教师成长之桥 / 126
- 二、怎样理解教学反思 / 130

三、怎样写教学后记 / 133

四、教育叙事研究 / 136

张扬个性,做最好的自己

——教师快速成长要诀 7: 个性 / 145

话题: 真正的教学艺术都是个性化的 / 145

一、在个性潜能中找到自己 / 147

二、教师个性潜能的开发 / 150

三、让教学个性形成风格 / 154

四、尝试建构教学模式 / 158

让业余情调滋养你的人生

——教师快速成长要诀 8: 爱好 / 167

话题: 生活是七色阳光 / 167

一、做一个有爱好特长的教师 / 168

二、教师爱好特长的诠释 / 175

三、教师爱好特长的发展 / 177

阳光总在风雨后,韬光养晦见彩虹

——教师快速成长要诀 9: 意志 / 183

话题: 谁能笑到最后 / 183

一、怎样看待挫折和失败 / 184

二、怎样应对挫折和失败 / 190

三、怎样突破成长高原期 / 195

四、怎样减少和避免失败 / 200

做一个阳光快乐型的教师

——教师快速成长要诀 10: 幸福 / 205

话题: 对“春蚕”“红烛”精神的另一种思考 / 205

一、教师是你的工作,也是你的快乐人生 / 206

- 二、现代人为什么缺少幸福 / 207
- 三、幸福的诠释 / 208
- 四、教师职业幸福的寻找与体验 / 216

科学求索世界,躬行历练人生

- 回眸我的专业化成长历程 / 229

- 一、学习——凝聚力量 / 231
- 二、写作——谋求发展 / 233
- 三、创新——寻找突破 / 235
- 四、讲学——交流思想 / 238
- 五、常思——积淀经验 / 240

后 记

引 子

追求教师职业人生的成功与幸福是每个教师都曾有过的梦想,可是若干年以后,为什么有的人成功了、优秀了、快乐了,而有的人却落后了、平庸了、失意了?那么,教师成长的差距是怎样拉开的?影响教师成功与幸福的因素有哪些?怎样加快教师成长的速度?在本书中我们将一一揭开她神秘的面纱。

在没有讨论上面这些问题之前,这里有必要对下面几个问题做一个交代。

问题一:怎样理解教师的快速成长?

这是一个相对概念。我们知道,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,必须经历一个勤奋、刻苦、奋斗的漫长积累过程,企图一夜暴富,几天速成,那是梦,不是生活。

但是,天道酬勤,亦酬术,教师成长是一门科学,是科学就有规律可循。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?为什么人做事总要去寻找窍门,选择最省力而最有效的方法?这说明教师成长一定有规律可循。

我们坚定的相信:教师成长,路一定有最近的;方法一定有最好的;方案一定有最佳的。

问题二:影响教师成长的主要因素是什么?

我们知道,影响教师成长的因素是很多的。但是最重要的还是两大因素:

第一,自主成长的内因:它包括教师成长的内动力、目标、方法、意志等。目前我们对这一问题的研究还很不够,许多教师不知道这条路怎么走。

第二,帮助成长的外因:这包括我们的教育体制、学校管理环境及校本研修、各种教研培训机构的教师教育专业引领等。

目前帮助成长的外因问题还很多,如我们还没有建立起来一个激励教师成长的有效机制,教师成长与个人的切实利益结合不紧密;如我们的专业引领不到位,对教师要求多,指导少,即教师想做,但是并不知道,甚至不清楚怎么做;我们的教师教育方法措施脱离学校和教师实际,有劳民伤财之嫌,等等。从而导致我们的教师教育雷声大,雨点小;重形式,不重实效;重理论,轻实践;重灌输,轻参与;结果是投入大,收获小。教师不满意,乃至反感。

问题三:为什么要高度重视教师的自主成长?

对于教师专业成长,自主成长的内因和帮助成长的外因都是重要的,而且是相辅相成、相互促进的关系。但是多年来我们对教师的自主成长的规律研究不够。

教师成长的路有两种选择。一条路:教师盲目被动地去依赖别人培训,由别人拉着、推着,内容由别人来规定,时间、方法由别人来控制。不能说这种学习对教师成长没有帮助,但投入大,收效小。从这条路走出来的个性化教师凤毛麟角。另一条路:教师自己主动出击,自主选择内容、时间和方法,紧密结合自己工作实际和成长目标,边工作、边学习、边思考、边总结,这就是教师的自主学习。这是一条教师专业成长的高速公路。

真正的名师是自己培养出来的。从来就没有救世主,也不靠神仙皇帝。你可以去参加各种培训,你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,最终只能靠自己,自己的梦自己圆,谁能陪你一辈子,只能是自己救自己。

特级教师窦桂梅说:教师成长固然有赖于好的环境,但是更重要取决于自己的心态和作为。谁来给教师创造良好的环境?是教师自己。

问题四:教师成长的内容是什么?

教师成长涵盖的内容也很广泛,但笔者认为,主要包括以下四个层面:

第一层面:专业精神。师德、人格、专业态度。经师易得,人师难求。小胜凭智,大胜靠德。

第二层面:专业知识、学科知识、普通文化知识(知识扩展、文化底蕴)、心理学、教育学等教育理论知识。

第三层面:专业能力。研读教材能力、了解学生能力、组织处理教材与教学设计能力、组织与驾驭课堂教学能力、教学评价能力等。

第四层面:教育思想。思想是课堂的风骨,有什么样的教育思想就有什么样的教育行为。

问题五:为什么提出教师快速成长的10个要诀?

关于教师成长规律的研究,多年来,很多专家、中小学校长和教育行政部门的领导,励精图治进行很好的研究,而且也取得许多研究成果。因为研究的角度方向不同,反映出来的成功和经验也不同。《教师快速成长的10个要诀》是从教师自主成长的角度来思考和探索的。这10个要诀包括:

- (1)快速成长与定位——有动力。
- (2)快速成长与定向——有目标。
- (3)快速成长与效率——有方法。

- (4)快速成长与观念——有思想。
- (5)快速成长与深度——有研究。
- (6)快速成长与提升——有反思。
- (7)快速成长与风格——有个性。
- (8)快速成长与情调——有爱好。
- (9)快速成长与耐挫——有意志。
- (10)快速成长与心态——有幸福。

这里重点讨论 10 个要诀,并非是涵盖教师成长的全部内容,笔者认为这 10 个要诀更为重要一些。

开发内动力,扬帆远航

——教师快速成长要诀 1:动力

话题:谁能陪你一辈子

一列火车能不能行走,行走的速度如何?首先取决于它的动力系统。一个教师能不能成长,成长的速度有多快,首先取决于他的成长内动力。

真正的名师是自己培养出来的。从来就没有救世主,也不靠神仙皇帝,你可以去参加各种培训,你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,最终只能靠自己,自己的梦自己圆,谁能陪你一辈子,只能是自己救自己。内动力是教师快速成长的第一要诀。

1921年美国著名心理学家对1152个智能超常儿童作了一次追踪研究。82%是男性,几十年后,从男性中挑出成就最高的20%和最低的20%对比,结果表明,高智力不等于高成就,那些取得高成就的人是属于进取、勤奋、自信、意志坚强的个性素质较好的人。

所谓教师成长的内动力,即驱动教师在教育教学中不断学习研究,从而促进专业成长的一种内在力量。开发和利用教师成长的内动力的方法途径有很多,这里谈谈几个主要方面的问题。

一、理想定位——追求有价值的人生

1. 教师的职业人生定位直接影响教师的成长动力

有位教师在博客上说,我们对自己的人生应该怎么定位呢?很迷茫,真的很迷茫。不想虚度年华,可看不到方向;想体现自己的价值,不知道怎么做?我一直在彷徨犹豫……

教师应该怎样定位自己的职业人生呢?这里先讲一个故事:

如何定位你的人生

一个小和尚跑去请教大法师:“师父,我的人生最大的价值是什么呢?”大法师说:“你到后院去搬一块大石头,拿到菜市场上去卖。假如有人问价,你不要讲话,只伸出两个指头,假如他跟你还价,你不要卖,抱着回来,师父再告诉你,你的人生价值是什么。”

第二天一大早,小和尚抱着一块大石头,乐呵呵地跑到山下的菜市场上。菜市场上人来人往,熙熙攘攘,人们很好奇,谁能买一块石头!结果没一会儿,一个家庭主妇走过来问小和尚:“这块石头多少钱卖?”和尚伸出两个指头,那个主妇说:“两元吗?”小和尚摇摇头。家庭主妇说:“那是20元,好吧,我刚好拿去压酸菜缸。”小和尚听了想:“我的妈呀,一文不值的石头居然有人出20

元钱买,我们山上有的是石头。”小和尚遵照师父的嘱咐没有卖,乐呵呵地把石头抱上山。“师父,您现在可以告诉我,我人生最大的价值是什么了吗?”大法师说:“嗯,不急,你明天一早,再把这块石头拿到博物馆去。假如有人问价,你仍然伸出两个指头,如果他还价,你不要卖,再抱回来,我们再谈。”

第二天早上,小和尚又兴高采烈地抱着大石头来到博物馆。博物馆里一群好奇的人在窃窃私语:“一块普通的石头,有什么价值摆在博物馆里呢?”“既然这块石头摆在博物馆了,那一定有它的价值。只是我们还不知道而已。”这时,有一个人从人群中跳出来,冲着小和尚大声说:“小和尚,你那块石头多少钱卖?”小和尚没做声,伸出两个指头,那个人说:“20元?”小和尚摇摇头,那个人说:“200元就200元吧,刚好我要用它雕塑一尊神像。”小和尚听到这里,倒退了一步,非常惊讶!他依然遵照师父的嘱咐,把这块石头抱回山上。小和尚说:“师父,今天有人出200元要买这块石头,这回你总该告诉我,我人生最大的价值是什么了吧?”大法师哈哈大笑说:“你明天再把这块石头拿到古董店去卖,有人还价,你照例把它抱回来。这一次,师父一定告诉你。”

第三天一早,小和尚又抱着那块石头来到古董店,依然有一些人在围观,有一些人在谈论:“这是什么石头啊。在哪儿出土的呢,是哪个朝代的呀!是做什么用的呢?”傍晚时,终于有一个人来问价:“小和尚,这块石头多少钱卖呀?”小和尚依然不言不语,伸出两个指头。“200元?”小和尚睁大眼睛,张大嘴巴,惊讶地大叫一声:“啊?”那位客人以为出价太低,气坏了小和尚,立刻纠正说:“不!不!不!我说错了,我是要给你2000元。”小和尚听到这里,立刻抱起石头,飞奔回山去见师父,气喘吁吁地说:“师父,师父,这下我们可发达了,今天的施主出价2000元买我的石头!现在你总可以告诉我,我人生最大的价值是什么了吧?”大法师摸摸小和尚的头,慈爱地说:“孩子啊,你人生最大的价值就好像这块石头。如果你把它摆在菜市场,它就只值20元钱;如果你把它

摆在博物馆里，它就值 200 元；如果你把它摆在古董店，它就值 2000 元，这就是你人生最大的价值。”

（宁馨园吧）

观念决定思路，思路决定出路，出路决定定位，定位决定地位。这个故事启迪我们，你的人生理想定位不同，你的人生追求就不同；你的人生追求不同，你的人生价值就不同。

再比如：

陈胜为什么能成为著名农民起义领袖，他说：“燕雀安知鸿鹄之志哉”；

李清照为什么能成为杰出的诗人，她说：“生当做人杰，死亦为鬼雄”；

红旗渠为什么历经十年的千辛万苦才建成，红旗渠人说：“宁肯苦干，不苦熬。宁肯流血，不流泪”；

张思明为什么能成为著名特级教师，他说：“一个人的目标有多高，他的潜能发挥得就有多充分。”

看来，一个教师的专业发展能走多远，要看他的职业定位，即他能树立什么样的职业理想和信念。有些事，不是因为做不到，而是因为没想到。你能看多远，你就能走多远。一个教师的专业成长首先是一种人生境界的成长。

2. 教师的职业人生有三种境界

（1）谋生型。

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。

（2）事业型。

这种类型的教师是谋生 + 事业。他们不仅把教师这个职业