

做首席教师 丛书

10

桃李
书系

给新教师的52个入职建议

GEI XINJIAOSHI DE 52 GE RUZHI JIANYI

总主编◎张仁贤
主 编◎吴斌林

如何在最短时间内胜任新岗位，实现角色转换；获得有效的专业提升，得到专业发展；树立教育理念，做好职业规划，是每一位新教师必须关注的问题。

不要惊慌失措，不要怀疑自己，看52个入职建议，轻松开启教育人生新旅程。



世界知识出版社

做首席教师 丛书

10

给新教师的52个入职建议

GEI XINJIAOSHI DE 52 GE RUZHI JIANYI

总主编 ◎ 张仁贤
主 编 ◎ 吴斌林

 世界教育出版社

图书在版编目(CIP)数据

给新教师的52个人职建议 / 吴斌林主编. —北京:

世界知识出版社, 2016. 12

(做首席教师 / 张仁贤主编)

ISBN 978-7-5012-5387-6

I. ①给… II. ①吴… III. ①新教师 - 师资培养

IV. ①G451.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第317335号

责任编辑
责任出版
责任校对
封面设计

侯奕萌
赵 玥
马莉娜
郝亚娟

书 名

《做首席教师》丛书
给新教师的52个人职建议
Gei Xinjiaoshi De 52 Ge Ruzhi Jianyi

总 主 编
主 编

张仁贤
吴斌林

出版发行
地址邮编
网 址
经 销
印 刷
开本印张
字 数
版次印次
标准书号
定 价

世界知识出版社
北京市东城区干面胡同51号(100010)
www.ishizhi.cn
新华书店
三河市人民印务有限公司
710×960毫米 1/16 11印张
172千字
2017年1月第一版 2017年1月第一次印刷
ISBN 978-7-5012-5387-6
780.00元(全12册)

版权所有 侵权必究



教师要一生修行

教育家说：“教育之途有风景，有荆棘，有得到的温暖，有失意的灰暗，需要灵魂的修行。”那么教师的一生是什么呢？一生修行！

教师在何处修行？教室就是教师的道场。从你进入此地开始，你就要且行且修炼，关注无数颗敏感的心灵，同时也发现自己的心灵，让爱发自内心地流露出来，让理解充满自己的一言一行；从你进入此地开始，你要将一颗心修炼得无比柔软，用它去陪伴和守护每个孩童，让微笑传递出你的真诚与尊重，让知识之泉流进幼小的心灵，于是美好在这里产生。

教师修行在心性。面对躁动不安、错误不断的学生，你要从执教开始修身养性。你要淡定地接受生活的如意与不幸，将更多的对幸福的期待和对成就的期许，转给自己的学生，用尽心血去培养优秀的种子；你要时刻规范自己的言行，将做人的道理传授给不谙世事的孩童；你要做人做事淡定从容，去亲近和感受孩子的言行，尊重和敬畏每一个生命。

教师的修行在心态。你要由衷地产生悲悯之情，让师生心灵越来越接近，将教育渗透在学生的血液与心灵；你要如春风化雨，润物细无声，以智慧和情怀包容接纳学生，影响学生的一生；你要深切的关怀和爱护，慰藉那些受伤的学生，温暖他们的心灵。

教师从踏上讲台伊始，从始至终都在修行，修行你的能力，让你不断提升。你要培养自己独特的见解和完美的品行，以影响学生的一生；你要静心读书，反思研究，提升自己的教学水平；你要在轻歌曼舞之间，以优美的舞步引导学生在欢快中共同行走人生之路，期待听到花开的声音。

教育之路上，我们共同来修行，做穿枝拂叶的播种人！

目录

CONTENTS

□ 专题一 要学会修行自己的心灵

一个无知的人，并不是一个没学问的人，而是一个不会洞察生命、不了解自己的人。一个平庸的教师，不是一个知识储备不足的人，而是一个不会修炼自己心灵的人。因为不修炼自己的心灵，就会有意无意地消磨着自己的教育理想和信念，最终心灵会渐失丰盈。

☞ 引子 / 2

☞ 建议1：让自己具有一颗童心 / 3

☞ 建议2：时刻保持精气神儿 / 6

☞ 建议3：学着与学生共情 / 9

☞ 建议4：爱心和耐心，一个也不能少 / 12

☞ 建议5：保持平和的心态 / 15

☞ 建议6：修炼宽容的心 / 17

□ 专题二 勿忘提升个人素养

国家的兴盛在教育，教育的兴盛在教师。因此，作为一个特殊的群体，教师在培养学生的理想、道德、文化、纪律等方面发挥着重要的作用，是学生成长的引路人。总之，只有一个高素质的老师，才能培养出高素质的人才。因此，教师应当注重自身素质的提高。

☞ 引子 / 22

☞ 建议7：善于学习，提升个人能力 / 23

- ☞ 建议 8：力戒浮躁，维护良好声誉 / 25
- ☞ 建议 9：提升教学创新能力 / 28
- ☞ 建议 10：重视教育细节的作用 / 31
- ☞ 建议 11：注意课堂教学细节 / 33
- ☞ 建议 12：讲究自己的教学体态 / 37
- ☞ 建议 13：严格遵守教育伦理 / 40
- ☞ 建议 14：学会管理自己的情绪 / 44
- ☞ 建议 15：培养随机应变的能力 / 47

□ 专题三 掌握创造和谐的师生关系的诀窍

教师是祖国文化的继承者和传播者，是人类灵魂的工程师。教师的天职是育人，作为教师，应该和学生建立起良好的师生关系。和谐的师生关系可以激发学生学习的巨大热情；和谐的师生关系有利于创建优秀班集体；和谐的师生关系能增强教师威信；和谐的师生关系能有效地调动学生学习的积极性，发掘学生的潜能。

- ☞ 引子 / 52
- ☞ 建议 16：记住学生的名字和特点 / 53
- ☞ 建议 17：给予学生合理的期望 / 56
- ☞ 建议 18：学会倾听学生的心声 / 59
- ☞ 建议 19：平等对待每个学生 / 62
- ☞ 建议 20：善于表达自己的感谢之情 / 65
- ☞ 建议 21：将对学生的赞美表达出来 / 68
- ☞ 建议 22：用鼓励为学生搭建成功的舞台 / 71

□ 专题四 一定要学着站在巨人的肩上

教师是教育活动的主体，教师的成长对于教育的发展尤为重要。新教师的成长又是教师队伍蓬勃发展的必要条件。作为一名新教师，倘若想走得更稳、更快，就一定要学着站在巨人的肩上。

- ☞ 引子 / 76
- ☞ 建议 23: 积极参加学校的教研活动 / 77
- ☞ 建议 24: 设立自己的学习目标 / 79
- ☞ 建议 25: 从错误中学习和成长 / 83
- ☞ 建议 26: 巧用教学资源 / 88
- ☞ 建议 27: 利用同伴互助, 不断提升自己 / 91
- ☞ 建议 28: 多听其他老师的课 / 94
- ☞ 建议 29: 善于向老教师请教 / 96

□ 专题五 管理班级的技巧不能少

高效率的班级管理是教育家魏书生教学成功的一个不容忽视的重要因素。可以这样说, 魏书生的教学离不开管理, 没有他成功的班级管理就没有他今天的教学奇迹。因此, 新教师掌握班级管理的方法和技巧, 可以让自己少走弯路, 让管理更有实效。

- ☞ 引子 / 100
- ☞ 建议 30: 做好起点工作 / 101
- ☞ 建议 31: 利用好“三会” / 104
- ☞ 建议 32: 掌握一些心理战方法 / 107
- ☞ 建议 33: 用好真诚这把钥匙 / 112
- ☞ 建议 34: 重视班级环境的布置 / 114
- ☞ 建议 35: 蹲下来看学生 / 117
- ☞ 建议 36: 重视运用首因效应 / 120
- ☞ 建议 37: 巧妙处理学生纠纷 / 124

□ 专题六 这样做, 可以上好一堂课

有人说, 好课如塔, 一座令人赏心悦目的玲珑宝塔, 塔基广大, 塔身坚固, 塔层分明, 塔饰精美, 塔刹峻拔。不过, 要想上出如此好的好课, 新教师就要做好充分的准备。

- ☞ 引 子 / 128
- ☞ 建议 38: 精心备课 / 128
- ☞ 建议 39: 用心做好课前准备 / 131
- ☞ 建议 40: 决不要无故拖堂 / 134
- ☞ 建议 41: 注意因材施教 / 136
- ☞ 建议 42: 让快乐充满课堂 / 138
- ☞ 建议 43: 给学生独立思考和操作的机会 / 141
- ☞ 建议 44: 合理运用多样化的教学手段 / 143
- ☞ 建议 45: 选择恰当的时机和恰当的方式评价学生 / 145
- ☞ 建议 46: 试着创新布置家庭作业 / 148

□ 专题七 积累一些教育管理的小技巧

教育是一种育人工程，其中包含着相当多的管理知识。作为一名新教师，在初为人师、经验不丰富的情况下，倘若想管理好学生，还要试着积累一些小技巧，从而达到更好地管理学生的目的。

- ☞ 引 子 / 152
- ☞ 建议 47: 学会利用激励法 / 152
- ☞ 建议 48: 巧用幽默化解问题 / 155
- ☞ 建议 49: 学会给学生讲故事 / 158
- ☞ 建议 50: 刚柔相济解决问题 / 160
- ☞ 建议 51: 巧妙批评有技巧 / 162
- ☞ 建议 52: 难得糊涂也有效 / 165

□ 参考资料

□ 后 记

专题一

要学会修行自己的心灵

一个无知的人，并不是一个没学问的人，而是一个不会洞察生命、不了解自己的人。一个平庸的教师，不是一个知识储备不足的人，而是一个不会修炼自己心灵的人。因为不修炼自己的心灵，就会有意无意地消磨着自己的教育理想和信念，最终心灵会渐失丰盈。





引子

给新教师的52个
入职建议

一个小沙弥刚吃完一只山杏，准备把杏核随手丢了时，被老方丈叫住了，老方丈对小沙弥说：“果核是树木的心脏，不要随手丢了，要把它播种在适宜的泥土里，唤醒一个涅槃的再生梦。”

小沙弥就把那个真有些像心脏的杏核埋在寺院的一个角落。两个月之后，那颗杏核真的发芽了，长出了一片片心形的叶片。小沙弥感到由衷的喜悦，就跑去告诉老方丈。老方丈听后，脸上也露出了由衷的喜悦，他对小沙弥说：“树木的种子可以轮回树木再生梦，人生的种子也可以涅槃人的梦想和愿望，你知道什么是人生的种子吗？”

小沙弥思忖了片刻，小声说：“我认为是人心。”

老方丈满意地点点头，语重心长地说：“人心就是生命的种子，把它播种在佛教里，能生成一棵菩提树；把它播种在艺术里，能生成一丛风景林。可是，有不少人，在享受生命的同时，随手就把自己的心丢了……”

教育是一段漫长的过程，教师的一生，会经历众多的风风雨雨，甚至一度会迷失自己，因此，在成为教师之初，我们要做的首先记住保持初心，因此修心就格外重要。如何修心呢？让我们看看下面的建议。

建议 1：让自己具有一颗童心

全国著名教育家李镇西，从事小学教育工作二十多年。有人向他请教成功的秘诀，他说：“我是一个长大的儿童。是童心给了我教育的智慧。”陶行知先生也说：“我们必须变成小孩子，才配做小孩子的先生。”没错，教师修心的第一条就是一定要让自己具有一颗童心。

一个大雪过后的早晨，一位教师步入校园，发现学校的雕塑上披了一件红色的棉衣，在雪后的校园是那么刺眼。经过调查，原来是几名一年级学生所为。她问：“你们为什么这样做呀？”孩子们说：“下雪了，雕塑姐姐还穿着裙子，多冷啊。”这是多么善良多么纯真的童心啊！这位教师赞许地点点头。她觉得，那件红棉衣点缀在银白的世界里。把校园打扮得更美丽了。

试想，倘若这位教师缺少一颗童心，必定会不分青红皂白地将此事当作“恶作剧”加以处理，结果就会对孩子的心灵造成极大的伤害。而这位教师因为具有一颗童心，于是呵护了孩子们那颗稚嫩纯洁的心灵，在孩子的内心营造了一个童话般的世界。

一、修炼童心的意义

于永正是江苏省特级教师。谈起自己在教学中取得的成绩，他说：“很大一个原因是自己有着——一颗童心。”

于老师有着孩童般旺盛的好奇心，什么新鲜事物都能吸引住他的目光。有一次逛西双版纳热带植物园，他围着一棵长得有点儿像芭蕉似的大树转了好久，当得知这就是语文课本中说的“旅行家树”时，他甚至开心地抱着它合影留念。为了满足自己的好奇心，于老师不断地阅读、学习、思考，那些被他“消化”的花草树木、鸟兽虫鱼、名胜古迹等知识，都成了让他的语文课堂充实起来的素材资源，为学生提供了丰富的精神营养。

于老师像孩子一样爱玩，经常在课间和学生们一起踢毽子、做游戏；





周末，他还喜欢带着学生去爬山、郊游，一起捉昆虫、采集树叶做标本。

未泯的童心，让于老师整个人透着一股灵气，举手投足都是戏，他的语文课堂特别生动活泼，格外受学生欢迎。

由此可见，教师一定要有一颗童心。那么，教师拥有一颗童心究竟具有怎样重要的意义呢？

1. 童心是开启孩子心灵的钥匙

教师拥有童心，才能与学生更好地沟通。孩子的内心世界是天真无邪的，他们会用自己的眼光观察周围的事物，会用自己的观点处理事情。教师拥有了童心，才能走进孩子的心灵，与他们站在同一视角，去看待周围的事物，才会理解孩子的一言一行，与孩子产生思想共鸣，成为学生的好朋友，才能心灵相通。教师拥有童心，才能从童心的角度思考问题，易于解决学习中的困难。总之，教师拥有一颗童心，学生才会接受你，信任你，“亲其师，信其道”，教育才会进入最佳境界。

2. 童心是教师保持激情与梦想的灵丹妙药

教育是一项特殊的事业，教师所面对的是一个个性格各异、思想活跃的生命。作为一名教师，要承受着来自诸多方面的压力与影响，如工作压力、人际关系的压力、教学任务的压力、经济压力等。倘若缺少一颗童心，我们就会将这种压力带入工作。一旦我们以压力产生的负面情绪面对我们的孩子、教育我们的孩子，就会对其成长造成负面影响。反之，倘若教师拥有一颗童心，在面对孩子的时候，会自觉抛弃一切世俗杂念，想孩子所想，做孩子所做，乐孩子所乐，永远保持一颗天真烂漫的童心，对未来充满激情与幻想，这正是教育所需要的。

二、修炼童心的方法

教师拥有一颗童心是如此重要，那么，教师如何做，才能让自己拥有一颗童心呢？

1. 要了解学生的心理

不了解学生的心理就不会修炼出一颗童心，尽管教师的一切是为了学生着想，但很难取得好的效果。须知，学生正处于生长发育阶段，心理上表现不平稳、幼稚、未成熟状态、容易冲动、情感外露等，教师要学会在学习生活中了解学生的这种心理状态，采取相应的措施，不让学生的逆反

心理出现。

2. 要经常回忆自己的成长过程，学会换位思考

每个人都有自己美好的童年，也有过叛逆的青春。我们老师也一样。我们在童年的时候，也像学生一样顽皮，也会玩弹球、打弹弓、吹泡泡、过家家、打雪仗、捉迷藏……这些游戏都曾使我们迷恋过，也曾使我们激动过。我们在青春期时，也曾顶撞过老师和家长，也曾暗恋过某位异性同学，也曾一度走过弯路……这些曾发生的故事让我们难过，也让我们反思。倘若我们能换位思考，于是当我们面对学生的顽皮和淘气时，当我们面对学生的叛逆时，我们就能对学生多一分理解，也能正确地引导学生。

3. 要用发展的眼光看学生，用发展的眼光看“童心”

所谓发展的眼光，就是能结合时代背景理解学生，而不是简单地将自己的童年或青少年与当下的学生相比。须知，每个时代有着每个时代的特点，现代学生的兴趣、爱好与我们有了一定的差别。教师不能完全沉醉于自己儿童时代或青少年时代的那颗童心，而是要用发展的眼光看待学生和“童心”，从而不至于师生之间产生代沟。为此，我们要研究社会变化对孩子造成的影响，研究学生的心理发展变化。

4. 要融入学生的生活

教师只有把自己的每个学生都当作朋友，并经常与学生沟通，才能真正理解学生，了解学生，才能在师生之间建起信任和理解的桥梁。特级教师窦桂梅就坚持和自己的学生书信往来，于是我们会发现，在她的课堂上，师生一起遨游在语文的世界中，一起嬉笑，一起朗读，一起体味。

总之，教师只有修炼一颗童心，才能时刻站在学生的角度去思考问题、处理问题。具体来说，在平时的教育教学中，才能以学生的眼光去看学生，以学生的心理去悟学生，以学生的行为去爱学生。才能以包容、谅解、鼓励、关爱去解读学生，才能悟出爱学生的幸福和被学生爱的快乐。





建议2：时刻保持精气神儿

教师的一生是教书育人的一生。教师要想收获精彩的人生，就必须拥有精气神儿。因此，新教师走上工作岗位，还要修炼自己的精气神儿。

名师于漪已经87岁了。但她仍旧保持着自己的精气神儿。2015年，她为广东的骨干教师做了主题为“教师的职业道德”的报告，竟然讲了足足三个小时。更让人觉得难能可贵的是，这位老人的身上一直保留着老师的正气和魅力。校庆时，她与一批学生聚会，这些学生从二十多岁到七十多岁，年龄参差不齐，但他们看到于老师都相当亲热，纷纷问于老师是否记得自己，能不能抱抱自己。于老师非常高兴，仍然像当年一样与她的学生们一一拥抱……

是什么让这位年迈的老人始终如此生机勃勃，精力十足？那就是教师的精气神儿。因为有一股精气神儿，她能始终活跃在教育战线上。

一、拥有精气神儿对教师很重要

何谓精气神儿？中医认为，人体有“三宝”，即精、气、神。精气神乃生命之根本，是维持人体生命活动的三大要素。只有养足了精气神，人体才会健康发展，少生疾病。因此，简言之，精气神就是指人的一种精神状态，于教师而言，就是指一种活力和生气。

1. 教师的精气神好，就会给学生一种一身正气、一身书卷气的感觉

在物欲横流的大环境中，教师身上的这种守正不阿、不为世俗和物欲所扰的精神，会给学生一种踏实感和信任感；同时，教师身上的这种书卷气，也会让学生产生进取心，进而奋发向上，自觉提升自己的素质。

2. 教师的精气神好，平时和上课的状态就好

一个老师在学生面前走过的时候，走路的动作，上课的姿势，说话的



声音、语气、语调、语速等方面均会对学生产生影响。那些时刻保持精气神的老师，姿态器宇轩昂，走路昂首挺胸，说话声如洪钟，讲课神采飞扬，必定会激发学生的兴趣，让学生愿意听课，愿意与之接近，并受到老师的感染；反之，如果老师时刻无精打采，走起路来步履蹒跚，慢慢腾腾，到了教室，双手朝讲桌一支，说起话来声若蚊蚋有气无力，讲起课来如老和尚念经，使人恹恹欲睡，则会让学生对学习心生厌倦，对老师自然无法喜欢。

总之，拥有精气神儿的教师会给人以精力充沛、心胸豁达、充满活力的感觉。在面对困难、挫折、失意时，这样的教师时刻有一种乐观开朗的态度，既可以激励自己，又可以给学生做榜样；这样的教师精力充沛，激情飞扬，精神抖擞，讲课底气十足充满自信，能充分激活学生的思维，感染和打动学生，造就学生的精神和气魄，并有效地调动起学生的学习激情；这样的老师能气聚神凝，讲起课来抑扬顿挫、铿锵有力、纵横捭阖、张弛有度，有效地引领学生走进知识的殿堂，激起他们参与的愿望，并潜移默化地孕育着学生的崇高的人格和自尊；这样的老师，上课时不会总板着脸，一副学究的样子，而是充满激情与活力，神采奕奕，亲切自然，幽默风趣，善于激发学生的思维，让学生的思维在碰撞中产生火花。

作为教师，修炼精气神相当重要。因为教师的精神状态，必然直接、间接地影响到学生。不是给予正面的、积极的影响，就是给予负面的、消极的影响。同时，教师良好的精神状态，既是保持个人身心健康的需要，也是做好教育工作的必要条件。教师良好的精神状态，更是对学生负责、对事业负责、对国家民族负责的表现。因此，为人师者，要时刻让自己保持精气神。

二、可以这样修炼精气神儿

一旦走上三尺讲台，教师要面对的是五彩纷呈、物欲横流、充满着诱惑的社会环境，这对于身处教师这个平凡的岗位，承担着烦琐的工作，面对着稚气调皮的学生以及不太理想的工资待遇的教师来说，难免会心情浮躁。因此，倘若想专注地从事教师这一行，那么在初为人师的时候，就要修炼自己的精气神。如此方能成为魏书生、李镇西等教育名家或名师。那么，如何修炼自己的精气神呢？



1. 教师要努力提升自己的专业能力

师者，肩负着传道授业解惑之重责，只有业务能力过硬，才能让学生服气，自己有底气。为此，教师不妨多读书，所谓腹有诗书气自华，书读得多，自然会让自己产生书卷气，谈吐有据，从而提升自己的精气神。多读一些名家的书，如魏书生、李镇西等人的作品，亲近名家，学习他们的精神；多读教改的相关书籍，名师的风采和方法；多上网浏览海量的资源，多学习现代化设备的操作，如此一来，我们就可以做到给学生一碗水，我们拥有一桶水。那么当我们从事教学活动时，自然信手拈来，得心应手，从而吸引学生，展示自己的精气神。

2. 教师要合理休息和锻炼，提升自己的身体素质

教师要保证充沛的精力，要合理作息、调节好身心，有了强健的体魄、良好的心态才能在课堂上情真意切、娓娓道来、运用自如，做到昂首挺胸进课堂，充满激情抓教学。

3. 教师要修炼自己的心胸

教师要为人大气，处世豁达开朗、胸襟宽阔、举止大方，要能管理自己的情绪，掌握管理情绪和情绪调节的方法，能安于教学工作，做事不拖延。教师要待人和气，对待同事谦逊诚恳、以礼相待，对待学生和蔼可亲、循循善诱，对待工作一丝不苟、精益求精，还要经常反思自己的行为，改进自己的不足，与领导同事拧成一股绳，与学生打成一片。

总之，教师只有多方面培养自己的精气神，才能培养自己的事业心、责任心、自尊心和上进心，才能具备精湛的业务、高尚的师德，才能与时俱进，浑身充满着正能量。而具备这样的精气神的教师才是时代需要的教师，才能培养与时俱进的学生，才能为学生打造一片心灵净土，让学生远离喧嚣与浮躁，将爱与希望播撒出去。

建议3：学着与学生共情

万物皆有其内在的规律，人类不能反规律强求它。只有顺应四时的更替，自然才能回报人类相应的财富。教育也是如此。作为教师，只有顺应学生的天性，才能收获学生的成就。因此，初为人师者，要切记的就是学着与学生共情。

一天下午，班里有个女生向W老师报告，某男生无缘无故踢了她一脚，而且很重。W老师听了，连忙问这个女生：“怎么样？一定很疼吧？”听了老师的话，女生哭了，说：“还行。我就是觉得莫名其妙，太欺负人了。”过了一会儿，看女生情绪平和了，W老师说：“先去上课吧，回头老师弄清楚事情后，一定给你一个交代！”于是女生告辞老师，离开了办公室。

等她走后没多久，W老师就将那个男生找来，温和地向他了解踢人的原因。这个男生对W老师很畏惧，不敢有过多的话语。于是W老师面带微笑，一步步引导他先从自己的兴趣爱好说起，慢慢敞开心扉，说出了踢人的原因。而W老师更是慢声细语地引导他意识到自己的错误，并在课后及时向女生道歉。

在这个案例中，W老师让学生解除委屈、敞开心扉的工具就是共情。这是一种教师必须修炼的能力，也是修心的必要步骤。

一、共情学生的重要意义

什么是共情？这是心理学上的一个术语，也称为神入、同理心，共情又译作同感、同理心、投情等，是由人本主义创始人、心理学家罗杰斯所阐述的概念。它是指人的那种设身处地地领悟他人所思所感所为的个性心理品质，并对对方的感情做出恰当的反应，表现为关注、理解、尊重。罗杰斯将其理解为能体验别人的精神世界，就好像那是自身的精神世界一样的能力。

