

— 2016年全新修订版 —

CONG XINSHOU DAO
YANJIUXING JIAOSHI

从新手到研究型教师

我的专业成长手记



◎ 教师的成长是无止境的，成长也应成为教师的终身修炼，做研究则是促进教师成长的必由之路。身为教师，不管处于哪个发展阶段，一旦真正走上研究之路，就能实现自我超越。

◎ 刘 波 著



宁波出版社
NINGBO PUBLISHING HOUSE

— 2016年全新修订版 —

CONG XINSHOU DAO
YANJIUXING JIAOSHI

从新手到研究型教师

我的专业成长手记

◎ 刘 波 著



宁波出版社
NINGBO PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

从新手到研究型教师：我的专业成长手记 / 刘波著.
— 2 版. — 宁波：宁波出版社，2016.6
ISBN 978-7-5526-2469-4

I . ①从… II . ①刘… III . ①中学—教学研究
IV . ① G632.0

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 091615 号

从新手到研究型教师：我的专业成长手记

刘 波 著

出版发行 宁波出版社

(宁波市甬江大道 1 号宁波书城 8 号楼 6 楼 315040)

联系电话 0574-87259609 (编辑部) 0574-87242865 (发行部)

责任编辑 陈 静 方 妍

责任校对 朱璐艳 罗敏波

责任审读 苗梁婕

印 刷 浙江新华数码印务有限公司

开 本 710 毫米 × 1000 毫米 1/16

印 张 17.75

字 数 230 千字

版 次 2016 年 6 月第 2 版

印 次 2016 年 6 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5526-2469-4

定 价 32.00 元

本书若有倒装缺页影响阅读,请与我社联系调换,联系电话:0574-87286804

序 / 研究型教师的基本特征

◎ 常生龙

获悉刘波老师的《从新手到研究型教师》即将修订再版的消息，我很高兴。这本以刘波老师自己的成长经历为主线、探索教师如何立足自身的教育实践一步步走向优秀的作品，之所以受到教育工作者的欢迎，是因为它接地气，有很好的榜样示范作用，为普通教师走向优秀提供了路径和策略。同时，也向大家介绍了研究型教师的一些基本特征。

每一位研究型教师都是很独特的，有自己的特长和个性。但他们在成长为研究型教师的历程中，也有一些共性的特征。现结合刘波老师的成长经历，谈一些自己的粗浅认识。

一、把乐业化为每日常态

爱岗敬业，是对一名合格教师的基本要求。教师要爱自己的岗位，爱自己的学生，尽心尽职地把所从事的工作做好，才能发挥“以一棵树摇动另一棵树，以一颗心灵影响另一颗心灵”的作用。研究型教师，更是将“乐业”作为自己最好的工作状态，充满情趣地面对一切教育教学活动，既愉悦自己，又因巨大的内驱力成就自己的事业，从而成就学生。

八十多年前,梁启超曾在上海中华职业学校进行过一场演讲,演讲的题目就是“敬业与乐业”。他对敬业和乐业的特征以及之间的差异进行了非常精到的分析:敬业,即责任心,是对工作的专心致志;乐业,即趣味,不仅乐意去做某件事,而且从中领略出趣味来。所有的职业都是有趣味的,“三百六十行,行行出状元”,说的就是这个道理。我们只要善于发现所从事职业的趣味,潜下心来实践,就能在看似平凡的岗位上做出不平凡的业绩来。

教师怎样才能从自己的工作中找到趣味呢?梁启超给大家提出了基本的路径和方法:一是所有的职业,都涉及各种领域、各种专业的技能和要求,只有投身其中,才能发现其中的趣味;二是没有一件事情是可以随随便便成功的,要想找到乐趣,离不开奋斗,离不开持之以恒的努力;三是干工作就像在球场上比赛那样,教育事业同行者中的优秀者是我们教师勤奋的动力,也是激发教师潜能的源泉,能让自己在不时品味到成功喜悦的过程中快乐前行;四是既然选择了教育,就应该专心致志于此,全身心地去做它,不能朝三暮四、瞻前顾后,流于妄想与空谈之中。

这样看来,刘波老师显然就是一个“乐业”型的教师。他所学的专业是教育管理,但他并不将自己局限在这“狭小”的范围之内,而是将自己放在整个基础教育领域,放在学校教育的大背景下来思考工作,注重事物之间的联系,不断拓展自己思考和研究的范围。从积极心理学到学校德育,从学科教学到教育管理,从教师专业成长到学校发展,处处都能感受到他的“趣味”所在。就拿负责学校教师订阅报刊这件小事来说,他不仅仅局限于完成学校布置的任务,还通过年复一年的数据的积累,从中找寻出教师阅读的价值趋向,为教师更好地成长提供了专业的建议,引领本校的乃至全国各地的教师关注自身的专业阅读,使这

件小事因此得到了升华。梁启超提出的找寻趣味的四种方法,在刘波老师的身上都有很好的体现,相信阅读了《从新手到研究型教师》这本作品的读者,都可以从中感受到。

教师队伍中总有一些佼佼者,他们之所以能够从教师群体中脱颖而出,一个非常重要的原因,就是他们不仅做到了敬业,更乐业。在感受乐趣的过程中,享受着生活的每一天。

二、把研究作为工作方式

苏霍姆林斯基说:“如果你想让教师的劳动能够给教师带来乐趣,使天天上课不至于变成一种单调乏味的义务,那你就应当引导每一位教师走上从事教育科研这条幸福的道路上来。”因为研究而使自己脱离平庸、走上幸福之路,这是多么美妙的一件事情。

研究型的教师,具备较强的研究意识。在他们眼里,每一个孩子都是一本厚重的书,他们身上有无穷的奥妙等待着我们去阅读;每一门课程都是一个庞大的系统,涉及学习内容、学生、教师、学习方式、教育资源、教学环境等诸多要素,要让这些要素凝聚成促进学生健康发展的核心动力,需要做很多的探索和实践;学校的每一项活动、教师所做的每一件事情,都具有潜移默化的教育效能,需要用心去设计,让它发挥应有的作用……那些具有研究意识的教师,会敏锐地感受到这些教育现象、教学活动中存在的诸多问题,并积极主动地将相关的问题转化为可研究的课题,通过教育科研来破解难题,在解决问题的过程中提升自身的专业素养。刘波作为一名研究型教师就是如此,无论是对心理学研究还是对学校管理的研究,无论是对学生的研究还是对教师的研究,无论是对纸质媒体的研究还是对新媒体的研究,处处体现着他的研究意识。

研究型教师,具有较高的研究智慧。他们能清晰地意识到自己所

做的研究与科学家所做的研究有很大的不同,这种研究,不是去进行发明或发现,也不一定具有很强的创造性,而是出于改进自身的教学、提升自身教育教学能力而开展的研究;与教育理论家的研究也有很大的不同,不是要去创建一个新的教育理论、教育范式,而是基于自身的教育实际,从具体工作中发现细微的问题,做以小见大的研究,做基于课堂教学的研究,做丰富教育实践的研究,从对这些小问题的探究中取得大收获。本书的第一辑,开宗明义地提出教师要做草根研究的“践行者”,正体现了这样的教育智慧。

研究型教师,善于营造研究的氛围。他不仅自己善于研究,还非常注重在学校、在教研组里营造研究的氛围,引领大家共同开展研究。他非常清楚,只有当群体中的每一个成员都成为研究者,自己才可以如鱼得水,而不是鹤立鸡群;很多教师在教学实践中遇到的问题是大同小异的,他们有许多共同的困惑和疑点,采用团队协作、分工合作的方式开展研究,能够充分发挥集体的智慧和优势,获得对教育问题的新认识;教育本身就是充分体现团队精神的过程,教师自身专业的局限性,决定了他不可能包打天下,一定要通过和其他教师的合作,共同开展研究,共同来担负起教育好学生的重任。在仁爱中学,由刘波所领衔的教师团队,在读书、研究、写作方面的探索和实践,给了我们很好的启示。

研究型教师,会将研究作为自己的工作方式,将研究寓于教育教学的行动之中,突出如下几个方面的要点:研究的目的是为了教育教学行为的改进,以此促进教学效益的提升和教师自身的专业发展;研究的内容是教育实践中的真问题,研究所需要的案例和素材也来自鲜活的教育实践;研究的过程与教育实践过程同步,即教育实践研究化,教育科学研究寓于教育实践的过程之中。归纳起来,就是:为改进自己的教学而研究;针对自己的教学问题而研究;在自己的教学过程中研究。

三、让学习成为生活习惯

教师这一职业,本身就是教人如何学习的。要让学生成为一名学习者,教师必须以身示范。特别是在科学技术日新月异的今天,过去学习的很多知识,已经完全不适应今天的社会发展需求,需要教师自己养成良好的学习习惯,以此来引领学生,帮助他们锤炼出面向未来的本领。

首先,要向身边的人学习。练习武功的人,总希望与高人过招,就算输了,也可以从中学到一招半式,以丰富自己的武术套路。教师选择学习对象的时候,似乎也有这样的倾向。身边的高手,可以是自己的学生,他们虽然在学科知识的研究上不如教师,但在信息技术等方面,他们具有天然的优势,在了解学生的需求和学习特点方面,也比教师更加精准;可以是教学中的搭档或帮手,大家各有特长,又各管一方,相互之间有很强的互补性,值得相互学习;可以是家长或者社会贤达,他们中的不少人在某一方面有自己的专长,向他们学习,是拓展教师自身视野、提升专业素养的好途径。刘波在自己成长的过程中,就非常注重发现身边的人的闪光点,学人之长,补己之短。

其次,要向专家学习。牛顿曾说过这样一句话:“如果说我比别人看得更远些,那是因为我站在巨人的肩膀上。”专家学者就是那种为教师提供站立的肩膀的人。因为他们长期在某个领域深入探索,在该领域有深入的思考和独特的见解,因此容易获得教师们的信任,而信任正是学习的基础。专家学者的另一个特点就是站得高、看得远,可以为一线的教师指明前进的方向,这也是一个很重要的因素。刘波通过自己的成长经历告诉我们,向专家学习,不仅仅在学术方面会有很好的提升,在为人处世、待人接物等方面,在精神世界和人文精神等方面,也会有很大的提升。人们常说,人的成长历程中,有一些关键的事件,对一

个人会产生很大的影响,而这关键性的事件,很多就与专家有关。刘波的成长,也是如此。

再次,要向书本和新媒体学习。我们常说教育是面向未来的事业,但未来十年的社会发展,我们通常都是无法预测的。所谓的面向未来,其实就是鼓励每个人养成良好的阅读习惯,在遇到自己无法解答的问题或者疑惑时,能够借助阅读,从书本或者新媒体中找寻到答案。在美国加州一所小学的图书馆里,有这样一幅标语:“你读得越多,知道得就越多;你知道得越多,就会变得越聪明;你变得越聪明,当你表达思想或做出选择的时候,你的声音就越有力量。”这段话充分说明了阅读的意义及其重要性。书本是一个载体,借助这一载体,我们可与古往今来的大家展开对话,在对话的过程中获得对事物的新认识,产生教育教学的新观念。新媒体、新技术更是我们今天要特别关注的。一方面,新媒体、新技术为我们的阅读提供了便利,让我们可以利用点滴的时间进行阅读,获取相关的信息,了解世界的风云变幻;另一方面,新媒体、新技术所带来的碎片化、浅阅读的现象,以及人们从理性思维向形象思维的转化,也要引起我们的警觉。要使新媒体、新技术成为我们的武器,而不是被他们奴役。在这方面,刘波老师也有很多经验可以与广大读者分享。

最近,有一个话题在教育领域引起了很大的反响,即学生的核心素养,以及为此而进行的课程及教学内容的变革。核心素养所带来的,绝不仅仅是教学内容的重组,更是教育观念、育人目标的更新。我们正处在教育综合改革的新时代,迫切需要更多的教师成为研究型教师。

(作者系上海特级教师、上海市虹口区教育局局长)

目录

Contents

序 研究型教师的基本特征 / 常生龙	001
--------------------	-----

第一辑 做草根研究的“践行者”	001
-----------------	-----

为“教师研究”正名	002
-----------	-----

在“草根研究”中走上研究路	006
---------------	-----

五年磨出一篇好文章	009
-----------	-----

“抬头看天”让研究“胜人一筹”	013
-----------------	-----

高水平论坛让自己站得更高	017
--------------	-----

在他人研究基础上形成新成果	019
---------------	-----

从教育媒体征文中寻找研究点	022
---------------	-----

持续关注某一领域的问题	026
-------------	-----

在“自助研究”和“规划课题”中自由行走	030
---------------------	-----

从“自娱自乐”到“硕士学位论文”	034
------------------	-----

第二辑 做有效研究的“求索者”	041
-----------------	-----

有效研究必须远离“变味”	042
--------------	-----

教师研究的三个“发力点”	045
--------------	-----

教师应在研究中“读懂学生”	048
---------------	-----

课堂中具有丰富的研究资源	052
--------------	-----

在自我研究中规划成长之路	056
--------------	-----

研究学校管理同样大有可为	060
--------------------	-----

教育写作应成为教师工作的常态	064
----------------------	-----

教师做研究需修炼“学术道德”	068
----------------------	-----

第三辑 做专业刊物的“博览者”	073
------------------------------	------------

教育专业报刊助力教师成长	074
--------------------	-----

教师应该如何阅读专业刊物	078
--------------------	-----

牵手本省教育专业报	082
-----------------	-----

伴我前行的“幕后英雄”	086
-------------------	-----

在博览中享受成长的快乐	090
-------------------	-----

点亮我成长路上的心灯	094
------------------	-----

可以网上相约的三份教育专业报	097
----------------------	-----

提升教师成长力的好帮手	101
-------------------	-----

享受健康美好的教师文化的滋养	104
----------------------	-----

助力师者涵泳师道	108
----------------	-----

不知不觉喜欢上的一份教育杂志	111
----------------------	-----

一份“适时出现”的“贴心”刊物	114
-----------------------	-----

第四辑 做专家学者的“同行者”	119
------------------------------	------------

读书,与专家“零距离”	120
-------------------	-----

引领我走进书香的美丽新世界	123
---------------------	-----

让“精神生命”之树常青	127
让自己成为稀缺资源	131
在自我建设中赢得尊严	135
品味“生命在场”的无穷魅力	139
守望教育是一种美好期待	143
做一个“心中有梦”的教师	146
教师要学会为自己声辩	150
就这样推开教育阅读的大门	154
走进教师德育专业化	158
做自己精神宇宙的建设者	162
 第五辑 做教育热点的“关注者”	 167
教师在教育热点前不应“失声”	168
在“好妈妈”热中“躺枪”值得教师警醒	171
教师要做推动减负的积极“行动者”	175
教师应成为优秀传统文化的传承者	180
“打伞门”是教师形象修炼的“公开课”	184
改进美育教学,教师需先“补课”	187
教师应理性看待“职评新政”	191
教师要避免师生矛盾升级	195

第六辑 做驰骋云端的“先行者”	199
网络降低教师研究门槛	200
便携式电子“剪报本”助力研究	204
巧借微信促阅读	208
善用期刊网助推教育研究	212
博客助力研究的几个策略	216
让微信群不再扰人	220
让智能手机变身移动学习工具	223
审慎选择专业群	227
 第七辑 做贵人相助的“幸运者”	 233
“忘年交”给我指明前行的方向	234
高手前辈助我提升写作水平	237
教科“土专家”很给力	240
三任校长为我搭建成长的舞台	243
“远程导师”让我学会“仰望星空”	249
热心编辑助我成为教育写作的多面手	253
从“书友局长”身上汲取成长的动力	257
促我成长的教育出版人	261
 再版后记	 265

第一辑

做草根研究的“践行者”

研究对于教师而言意味着什么？是加重了教师的负担，给教师增加了工作量，还是其本身就是教师工作的有机组成部分，有助于教师更好地达成工作目标？

这个对于研究的元认知，是教师在开展研究前必须要搞清楚的；否则，在研究中就会患得患失、迷失方向甚至半途而废。

作为草根研究的“践行者”，在参加工作的十五年里，我一直把研究作为自己工作的有机组成部分，把研究作为自己的生活方式，在研究中提高工作效率，在研究中促进自身成长，在研究中享受教育生活。

研究并不神秘，研究并非高不可攀，研究就在我们每一个教师的身边。另外，教师的“草根研究”和有名分的正规的“课题研究”，在适当的条件下是可以自由转换的。最重要的是，教师的研究，要把学习、工作和实践有机地结合起来。

让研究把我们的教育生活变得更加美好！让我们都积极投身到研究者的行列中吧！

为“教师研究”正名

“科研兴校”“科研强师”的口号,大家都是耳熟能详的。“教育科研是第一生产力”的提法也非常给力。但是,在“校校有课题,人人搞研究”这一浮躁现象的背后,有很多问题值得我们思考。令人尴尬的是,在不少教师的眼中,教育科研已成了“浮云”。

教育科研成“浮云”背后的原因是值得我们思索的。教育科研应该有两大作用:一是科研兴校,主要是指通过教育科研促进教师的专业成长,提升学校的管理水平,推动学校的发展;二是科研名校,主要是指通过教育科研提高学校的知名度和美誉度,使学校获得更大的社会影响力。不可否认,受功利因素的影响,教育科研偏离了正确的航向。在现实中,大家往往忽视了教育科研的“兴校”作用,而过度强化了教育科研的“名校”作用,致使不少学校虽然通过课题研究获得了很多奖项,但是这些研究并没有真正促进教师专业水平和学校办学水平的提高,而仅仅成为美丽的花瓶和学校的亮丽名片。

对中小学教育科研而言,研究过程比结果更为重要,不少学校正是在课题研究中提高了办学水平,不少教师也正是在课题研究中获得了专业成长。这也说明,“科研兴校”和“科研名校”是可以有机地结合起来的。但是,受研究动机功利化的影响,不少学校把教育科研的主要精

力放在了立项和结题上,而最重要的研究过程却往往被忽略,一些学校甚至出现了“课题立项后束之高阁,结题时旧话重提”的反常现象。于是,寒暑假往往成了课题包装的“黄金季节”,不少学校直接指派几个“笔杆子”教师在专家的“指导”下“闭门造车”,或者干脆请几位“枪手”直接操刀完成结题报告。

这样的课题研究与教师毫无瓜葛。因此,教育科研在教师的眼中自然就成了“浮云”。鉴于此,我们更需要正确认识教师研究的价值和意义。

教师的主要工作是教书育人,教师的工作对象是不断成长中的学生,这就要求教师更深入地去研究学生、研究自身的教学。可以这么说,教师的工作性质决定了教师是研究者,需要在研究的状态下工作。美国学者萨马拉斯在《教师的自我研究》一书中提到,研究不是某些教师的特权,每个教师都可以去做,它是教学的合理延伸。

但是,这里的研究,绝非指有着严格规范的课题式研究,而是教师对自身教育教学中的问题进行反思的实践性研究。在西方,在中小学教师中占主流的研究也并非课题式研究,而是对日常教育教学实践的研究。魏书生“边教学、边研究”的成功经验,同样不属于规范化的课题研究之列。

如果教师自身对课题式研究感兴趣,而且想突破某一方面的教育理论与实践,尝试开展课题式研究时也理应得到鼓励和支持。另外,学校的各级课题式研究,也应尽可能让更多的教师参与,让教师能体验研究的全过程,从而提高教师的研究能力。

另外,有一点不容忽视,那就是教学与研究不是“两张皮”。在某校的教育科研专题会上,某教研组长提出了“先把教学搞好,再来进行教育科研,毕竟教学是第一位的”的观点,得到了大家的响应,可见“教学

与科研两张皮”的观点是很有市场的。

但是,教师的研究不是另起炉灶,而是为了改进教育教学,提升教育教学的科研含量,促进教育教学效果的提高。比如在减负背景下,教师布置作业如何做到精而有效,这对教师而言就是一项实实在在的研究。2016年初,浙江省教育厅出台了《关于改进与加强中小学作业管理的指导意见》,对教师作业的布置提出了更高的要求。这样的研究,并不是给教师添麻烦,而是服务于教育教学,是教育教学的有机组成部分。

教师要研究,必须要参考大量的资料。阅读各种资料的过程,同样也是教师自身学习提高的过程,这有利于教师的专业发展。

研究也是教师丰富自我的有效方式。教师作为助人的职业,本身就容易出现职业倦怠,研究可以使教师的日常工作多点探索的味道,也就多了些新鲜感,还可以收获各种副产品——各类奖项或者在各级刊物上发表文章。同时还可以避免教师在职评路上或名优教师评审中因缺少论文而被一票否决的尴尬。

教师的研究,是跟实践、阅读、写作有机结合起来的。但到最后,教师的研究往往需要通过写作来体现。在这方面,有一点值得引起重视,即教师不是作家,也不是写手,其写作的目的是改进工作,丰富自我。因此,学校不应以教师发表文章的多寡来评定教师。对于教师来说,教育教学工作才是主业,写作是服务于这一主业的。

“教育科研应该成为每位教师的共同专业,教师应该选择自己需要而又有优势的问题作为研究课题,形成‘好看又好吃’的研究成果,研以致用,加快自己的专业发展。”中国教科院副院长曾天山关于教育科研的论述,很值得我们思考。

对于教师而言,研究应该成为一种专业生活的方式,一种改进教学的