

常青藤 教师成长/专业素养系列

Routledge
Taylor & Francis Group

Seven Simple Secrets

What the Best Teachers Know and Do

[美] 安奈特·L. 布鲁肖 (Annette L. Breaux) 著
托德·威特克尔 (Todd Whitaker)

★★★
第2版

万人迷老师 养成宝典



全球教育畅销书《给教师的101条建议》姊妹篇
入选《中国教育报》“影响教师的100本图书”

掌握教学策略很简单，只需7个秘诀



中国青年出版社
CHINA YOUTH PRESS



中国教育出版社

Seven Simple Secrets

What the Best Teachers Know and Do

★★★
第2版

★★★

[美] 安奈特·L. 布鲁肖 (Annette L. Breaux) 著
托德·威特克尔 (Todd Whitaker)

万人迷老师 养成宝典



中国青年出版社
CHINA YOUTH PRESS



中国文联出版社

图书在版编目(CIP)数据

万人迷老师养成宝典 / (美) 安奈特·L·布鲁肖 (美) 托德·威特克尔著; 谷绍敏, 铮铮译.
—2版. —北京: 中国青年出版社, 2016.6

书名原文: Seven Simple Secrets

ISBN 978-7-5153-4270-2

I. ①万… II. ①安… ②托… ③谷… ④铮… III. 师资培养 IV. ①G451.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第148420号

Seven Simple Secrets: What the Best Teachers Know and Do (Second Edition) /

By Annette L. Breaux and Todd Whitaker

Copyright © 2015 Taylor & Francis

Chinese translation copyright © 2009 by China Youth Press

ALL RIGHTS RESERVED

本书中文简体翻译版授权由中国青年出版社独家出版并限在中国大陆地区销售。未经出版者书面许可, 不得以任何方式复制或发行本书的任何部分。

本书封面贴有Taylor & Francis公司防伪标签, 无标签者不得销售。

万人迷老师养成宝典

作者: [美] 安奈特·L·布鲁肖 托德·威特克尔

译者: 谷绍敏 铮 铮

责任编辑: 周 红

美术编辑: 夏 蕊 张燕楠

出版: 中国青年出版社

发行: 北京中青文文化传媒有限公司

电话: 010-65516873/65518035

公司网址: www.cyb.com.cn

购书网址: zqwt.s.tmall.com www.diyijie.com

制作: 中青文制作中心

印刷: 三河市文通印刷包装有限公司

版次: 2016年6月第2版

印次: 2016年6月第1次印刷

开本: 787×1092 1/16

字数: 136千字

印张: 12.5

京权图字: 01-2015-4009

书号: ISBN 978-7-5153-4270-2

定价: 29.00元

版权声明

未经出版人事先书面许可, 对本出版物的任何部分不得以任何方式或途径复制或传播, 包括但不限于复印、录制、录音, 或通过任何数据库、在线信息、数字化产品或可检索的系统。



Seven Simple Secrets

What the Best Teachers Know and Do

Contents

目 录

前 言 [007]

秘诀1 提前制订明确的计划 [011]

- 第一节 如何制订绝妙的计划 / 013
- 第二节 如何为课程做出充分规划 / 017
- 第三节 如何有效管理课堂时间 / 019
- 第四节 如何让你的计划更灵活 / 022
- 第五节 如何制订清晰的教学目标 / 024
- 第六节 如何不让课堂死气沉沉 / 027
- 第七节 如何具有预见性 / 030

秘诀2 有效课堂管理提升个人魅力 [037]

- 第一节 有效的课堂教学是什么样的 / 039
- 第二节 如何区分纪律和规范 / 042



- 第三节 怎样建立起纪律和规范 / 046
- 第四节 如何善加提醒和练习 / 050
- 第五节 如何让课堂有始有终 / 054
- 第六节 如何未雨绸缪防患未然 / 055
- 第七节 如何不成为一个歇斯底里的老师 / 059

秘诀3 激情教学散发魔力 [065]

- 第一节 如何让生活和教学紧密相连 / 067
- 第二节 怎样让学生积极参与 / 071
- 第三节 怎样让所有学生都成功 / 074
- 第四节 如何高效应用高科技手段辅助课堂教学 / 075
- 第五节 怎样将教学和考试结合起来 / 078
- 第六节 怎样确定合适的教学进度 / 080
- 第七节 怎样向别人传授技能 / 082

秘诀4 积极的态度具有强大感染力 [089]

- 第一节 怎样的态度取决于自己 / 091
- 第二节 教师休息室里的生存哲学 / 093
- 第三节 怎样改变学生的学习态度 / 097
- 第四节 培养自己负责任的态度 / 099
- 第五节 与消极的同事积极地相处 / 103
- 第六节 做态度最好的老师 / 104
- 第七节 怎样跟家长合作 / 106



秘诀5 持续提升专业素养成就卓越 [113]

- 第一节 怎样穿着最职业 / 115
- 第二节 怎样做到“适应”而不是“沦陷” / 117
- 第三节 怎样合理应用社交媒体 / 118
- 第四节 不断提高你的专业素质 / 120
- 第五节 让专业的“血液”流淌全身 / 123
- 第六节 竭尽全力，但不与人争 / 125
- 第七节 将学生的利益放在第一位 / 127

秘诀6 助力学生自律老师要先做到 [133]

- 第一节 藏起老师的“按钮” / 135
- 第二节 怎样使学生们保持自律 / 137
- 第三节 怎样利用心理学减压 / 139
- 第四节 好老师，坏老师 / 142
- 第五节 怎样成为学生心中的理想教师 / 144
- 第六节 怎样自我约束 / 146
- 第七节 怎样发现每个孩子的优点 / 149

秘诀7 赞扬和激励是最好的朋友 [155]

- 第一节 怎样让你的兴奋感染他人 / 157
- 第二节 怎样让每一个学生觉得他是你的最爱 / 159
- 第三节 怎样向每一个学生表达你的关心 / 162



第四节 怎样使赞扬的力量最大化 / 165

第五节 怎样恰当地使用奖励 / 168

第六节 怎样激励没有动力的学生 / 170

第七节 怎样让你的力量最大化 / 174

关于“七”的额外红利 [179]

高效能教师受家长欢迎的七件事 / 181

高效能教师受学生欢迎的七件事 / 183

高效能教师受学校领导欢迎的七件事 / 185

高效能教师每天必做的七件事 / 187

高效能教师不会做的七件事 / 189

高效能教师热爱教学的七点原因 / 191

成为高效能教师的七个途径 / 193

结 论 [195]

Seven Simple Secrets

What the Best Teachers Know and Do

★★★
第2版

[美] 安奈特·L. 布鲁肖 (Annette L. Breaux) 著
托德·威特克尔 (Todd Whitaker)

万人迷老师 养成宝典



中国青年出版社
CHINA YOUTH PRESS



中国文联出版社
CHINA FEDERATION OF LITERARY AND ART CIRCLES PRESS

图书在版编目(CIP)数据

万人迷老师养成宝典 / (美) 安奈特·L. 布鲁肖 (美) 托德·威特克尔著; 谷绍敏, 铮铮译.
— 2版. — 北京: 中国青年出版社, 2016.6

书名原文: Seven Simple Secrets

ISBN 978-7-5153-4270-2

I. ①万… II. ①安… ②托… ③谷… ④铮… III. ①师资培养 IV. ①G451.2

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第148420号

Seven Simple Secrets: What the Best Teachers Know and Do (Second Edition) /

By Annette L. Breaux and Todd Whitaker

Copyright © 2015 Taylor & Francis

Chinese translation copyright © 2009 by China Youth Press

ALL RIGHTS RESERVED

本书中文简体翻译版授权由中国青年出版社独家出版并限在中国大陆地区销售。未经出版者书面许可, 不得以任何方式复制或发行本书的任何部分。

本书封面贴有Taylor & Francis公司防伪标签, 无标签者不得销售。

万人迷老师养成宝典

作 者: [美] 安奈特·L·布鲁肖 托德·威特克尔

译 者: 谷绍敏 铮 铮

责任编辑: 周 红

美术编辑: 夏 蕊 张燕楠

出 版: 中国青年出版社

发 行: 北京中青文文化传媒有限公司

电 话: 010-65516873/65518035

公司网址: www.cyb.com.cn

购书网址: zqwtz.tmall.com www.diyijie.com

制 作: 中青文制作中心

印 刷: 三河市文通印刷包装有限公司

版 次: 2016年6月第2版

印 次: 2016年6月第1次印刷

开 本: 787×1092 1/16

字 数: 136千字

印 张: 12.5

京权图字: 01-2015-4009

书 号: ISBN 978-7-5153-4270-2

定 价: 29.00元

版权声明

未经出版人事先书面许可, 对本出版物的任何部分不得以任何方式或途径复制或传播, 包括但不限于复印、录制、录音, 或通过任何数据库、在线信息、数字化产品或可检索的系统。



Seven Simple Secrets

What the Best Teachers Know and Do

Contents

目 录

前 言 [007]

秘诀1 提前制订明确的计划 [011]

- 第一节 如何制订绝妙的计划 / 013
- 第二节 如何为课程做出充分规划 / 017
- 第三节 如何有效管理课堂时间 / 019
- 第四节 如何让你的计划更灵活 / 022
- 第五节 如何制订清晰的教学目标 / 024
- 第六节 如何不让课堂死气沉沉 / 027
- 第七节 如何具有预见性 / 030

秘诀2 有效课堂管理提升个人魅力 [037]

- 第一节 有效的课堂教学是什么样的 / 039
- 第二节 如何区分纪律和规范 / 042



- 第三节 怎样建立起纪律和规范 / 046
- 第四节 如何善加提醒和练习 / 050
- 第五节 如何让课堂有始有终 / 054
- 第六节 如何未雨绸缪防患未然 / 055
- 第七节 如何不成为一个歇斯底里的老师 / 059

秘诀3 激情教学散发魔力 [065]

- 第一节 如何让生活和教学紧密相连 / 067
- 第二节 怎样让学生积极参与 / 071
- 第三节 怎样让所有学生都成功 / 074
- 第四节 如何高效应用高科技手段辅助课堂教学 / 075
- 第五节 怎样将教学和考试结合起来 / 078
- 第六节 怎样确定合适的教学进度 / 080
- 第七节 怎样向别人传授技能 / 082

秘诀4 积极的态度具有强大感染力 [089]

- 第一节 怎样的态度取决于自己 / 091
- 第二节 教师休息室里的生存哲学 / 093
- 第三节 怎样改变学生的学习态度 / 097
- 第四节 培养自己负责任的态度 / 099
- 第五节 与消极的同事积极地相处 / 103
- 第六节 做态度最好的老师 / 104
- 第七节 怎样跟家长合作 / 106



秘诀5 持续提升专业素养成就卓越 [113]

- 第一节 怎样穿着最职业 / 115
- 第二节 怎样做到“适应”而不是“沦陷” / 117
- 第三节 怎样合理应用社交媒体 / 118
- 第四节 不断提高你的专业素质 / 120
- 第五节 让专业的“血液”流淌全身 / 123
- 第六节 竭尽全力，但不与人争 / 125
- 第七节 将学生的利益放在第一位 / 127

秘诀6 助力学生自律老师要先做到 [133]

- 第一节 藏起老师的“按钮” / 135
- 第二节 怎样使学生们保持自律 / 137
- 第三节 怎样利用心理学减压 / 139
- 第四节 好老师，坏老师 / 142
- 第五节 怎样成为学生心中的理想教师 / 144
- 第六节 怎样自我约束 / 146
- 第七节 怎样发现每个孩子的优点 / 149

秘诀7 赞扬和激励是最好的朋友 [155]

- 第一节 怎样让你的兴奋感染他人 / 157
- 第二节 怎样让每一个学生觉得他是你的最爱 / 159
- 第三节 怎样向每一个学生表达你的关心 / 162



第四节 怎样使赞扬的力量最大化 / 165

第五节 怎样恰当地使用奖励 / 168

第六节 怎样激励没有动力的学生 / 170

第七节 怎样让你的力量最大化 / 174

关于“七”的额外红利 [179]

高效能教师受家长欢迎的七件事 / 181

高效能教师受学生欢迎的七件事 / 183

高效能教师受学校领导欢迎的七件事 / 185

高效能教师每天必做的七件事 / 187

高效能教师不会做的七件事 / 189

高效能教师热爱教学的七点原因 / 191

成为高效能教师的七个途径 / 193

结 论 [195]



Seven Simple Secrets

What the Best Teachers Know and Do

Foreword

前言

想知道成为优秀老师的秘诀吗？想成为学生们由衷喜欢、同事们乐于亲近、校长完全放心的万人迷老师吗？那些成为优秀老师的人并非因为他们生来优秀，也不是因为他们拥有最高的智商。当他们刚刚成为教师的时候他们并不是最优秀的。他们之所以成为优秀教师，是因为他们都拥有七个简单的秘诀。这七个秘诀让一个平凡的老师充满魔力，成为一个校园里的万人迷。

并不是说随便一个人都可以成为老师，我们希望那些成为老师的人——那些真正想将教学作为事业的人，希望进行改进的人，也就是那些身处教育大军中的大部分人——可以真正成为最好的老师！我们写作本书的目的是向你们揭开高效能教师成功教学的秘密。你们与学生朝夕相处，在你们的手中把握着你和孩子们共同的未来。现在当你手捧这本书，若吃透它，定可助你开创一个明媚而又灿烂



的人生前景。你手中握着的，是自己的未来，现在你拥有可以使未来更加光明和灿烂的秘诀！

本书共分为七章，每章分享一个秘诀，共七个秘诀。这些秘诀都是美国顶尖教师的成功经验。每个秘诀又被分为七个部分。在每章的末尾，专门为你设计了七个问题，用以检验你对章节内容的掌握情况。本书的内容安排相互独立，又一以贯之，方便读者一次研读一章，或仅翻看挑选自己最急需的内容。不管你怎么阅读本书——从头至尾依次研读，或者信手拈来，每天阅读一些，积少成多——我们都可以保证，只要你将这七个简单的教学秘诀融会贯通、学以致用，一定可以让你的课堂更高效，助力你向梦想中的顶尖教师大踏步迈进。

作为教育者，我们经常努力学习新的教学方法，尝试使用新的教学策略，寻觅更好的能够满足学生多样化需求的教学方案；然而，我们常常是路子越走越窄，或者是进行着无休止的循环，抑或是来回回反反复复地改过来又改回去，到头来真的是“蜡炬成灰泪始干”。最后的最后，我们开始抱怨我们的工作，开始不满于繁重的工作压力，终于，我们也开始了等着领退休金的日子。

然而，事实是，不管我们在几十年的教学生涯中际遇如何，一些规律性的东西是不会轻易改变的。我们终日忙碌，甚至感到前路漫漫，看不到水平飞跃的希望，关键的问题是一些简单却重要的事情被我们忽视了。难道本书的七个诀窍果真是高效教学的精髓吗？答案是：毋庸置疑。



这一本不太重的书涵盖了顶尖教师的七个教学诀窍，这些诀窍简明深刻又通俗易懂。它没有流行一时的教育哲学，也没有噱头式的创新、技巧和方略。有的只是顶尖教师们日复一日耗费心血凝结而成的教学智慧。这些诀窍无论是课堂内外都可能有用武之地。而它们最大的意义在于，帮你更好提升学生的学习水平，甚至生活品质。

最后，作为教育界的同行，我们寄希望于每位读到本书的老师，凝心聚力，共同为孩子们的未来，也是世界的未来做些有价值的贡献，聊表心愿。

