

下课后来找我

——资深老师给同行的建议

「美」罗格斯纳·艾尔登◎著

100多位资深老教师的亲身经历、经典总结
新教师摆脱稚嫩、老教师日臻完善的必选读物

常青藤 世界名师新经典系列

Remind

*See Me After Class
Advice
for Teachers by
Teachers*

Homev

Roxanna Elden



中国青年出版社
CHINA YOUTH PRESS

下课后来找我

——资深老师给同行的建议

——资深老教师的亲身经历、经典总结

摆脱稚嫩、老教师日臻完善的必选读物

格斯纳·艾尔登◎著



中国青年出版社
CHINA YOUTH PRESS

图书在版编目(CIP)数据

下课后来找我:资深老师给同行的建议/(美)艾尔登著;田丽,魏蓝,王淑花译.
—北京:中国青年出版社,2012.5

ISBN 978-7-5153-0711-4

I. 下… II. ①艾… ②田… ③魏… ④王 III. 教师—工作—文集 IV. G451-53

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 070748 号

SEE ME AFTER CLASS: Advice for Teachers by Teachers by Roxanna Elden

Copyright © 2011 Roxanna Elden

This edition arranged with RITA ROSENKRANZ LITERARY AGENCY

Simplified Chinese edition copyright © 2012 China Youth Press

All rights reserved.

下课后来找我:资深老师给同行的建议

作 者:[美]罗格斯纳·艾尔登

译 者:田 丽 魏 蓝 王淑花

责任编辑:赵 玉

文字编辑:程 艳

美术编辑:夏 蕊

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

网 址:www.cyb.com.cn 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:2012年5月第1版

印 次:2012年5月第1次印刷

开 本:787×1092 1/16

字 数:130千字

印 张:14.5

京权图字:01-2012-1337

书 号:ISBN 978-7-5153-0711-4

定 价:28.00元

我社将与版权执法机关配合大力打击盗印、盗版活动,敬请广大读者协助举报,经查实将给予举报者重奖。

举报电话:

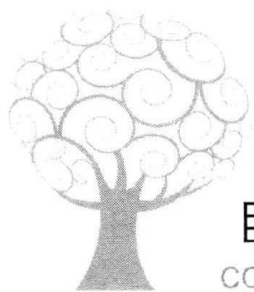
北京市版权局版权执法处

010-64081804

中国青年出版社

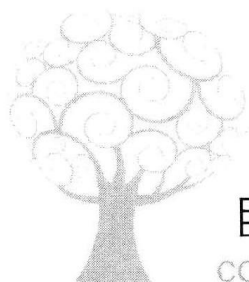
010-65516873

010-65518035



目 录 contents

- 第1章 哪些老师该阅读此书 · 005
- 第2章 应尽早知道的10条建议 · 009
- 第3章 如何应对初登讲台的不知所措 · 017
- 第4章 调整心情，轻装上阵 · 035
- 第5章 如何有效组织课堂和管理时间 · 043
- 第6章 塑造你的教师个性 · 053
- 第7章 班级管理：说起来容易做起来难 · 061
- 第8章 阻止问题发生的常用程序 · 085
- 第9章 定期抑郁症：当高期望值遇上动力不足 · 099
- 第10章 因材施教，一个也不能落下 · 107
- 第11章 学生家长：孩子成长的直接责任人 · 129



目 录

contents

- 第12章 教师休息室：与同事和睦相处的地方 · 137
- 第13章 不要在公开场合挑战校长的威信 · 151
- 第14章 面对课堂的压力 · 163
- 第15章 随堂听课 · 171
- 第16章 考试呀，考试 · 181
- 第17章 判改作业需良好心态 · 189
- 第18章 令我们感到难堪的时刻 · 201
- 第19章 如何帮助新教师 · 209
- 第20章 让明年变得更好 · 215

第

1

章

哪些老师该阅读此书

What This Book Is...and Is Not





有些人天生就是老师。从第一次走上讲台开始，他们就懂得如何启发、激励学生，制定适合他们的目标，课堂也总是井然有序，不需要时刻强调纪律。他们总是精力充沛、活力四射，把一切都安排得有条不紊，喜欢用不同颜色的笔记录下学生的成绩，根据每位学生的学习情况准备课程。他们不仅仅是传授知识，更是在启发学生的心智！每天清晨醒来，他们已经将一切准备就绪，上课需要带的资料整齐地摆放在桌子上，作业已经批改完毕，学生们充满期待地坐在教室里等待着上课。提醒一句，本书不是为这些老师准备的。

还有一些老师，没批改的作业已经堆积如山，他们常常望着这些作业，慨叹别人是如何做到高效而有条理。他们开始晚睡早起，说话时不由自主地提高嗓音；看着学生频繁地去厕所，一待就是半个小时，回到教室时浑身都是水，他们备感无奈。本书是为这样的老师准备的。当然，还有那些初登讲堂前内心忐忑不安的新老师们，本书也适合你们。

有一天，你觉得课上得糟糕透顶，完全不在状态，全班学生竟然集体“忘记”写作业，家长也当着学生的面，让你下不来台。在这倒



霉的一天里，当你如坐针毡，不知明天该如何走上讲台面对学生时，请翻开这本书，它会重新帮你打气，让你再次自信满满地走进校园。

从教育类书籍和培训课程上，你也许学到了许多绝佳的教学方法，但是经过实际检验后却往往发现它们在课堂上并不奏效：学生们听不懂，你也没有足够的吸引力让他们安分守己地坐着，费了老劲找到几幅精彩的图片，还没来得及挂到墙上就会被学生们翻得乱七八糟。在学校里折腾一天也就算了，晚上还得熬夜预习培训课程的内容。如果有过以上类似的经历，那你就是我们要找的人！让我们从真谛走向成功的实践！

本书不是为教师准备的心灵鸡汤

本书更像是为教师准备的心灵威士忌——比心灵鸡汤更浓烈。心灵鸡汤类的书告诉你老师甚至会牺牲午饭时间教孩子练习钢琴，或者带着学生去参观大学校园，但是这些“伟大”教师的感人事迹只能让你更加抓狂。

而本书的出发点是：大胆揭露老师的失败经历，利用他们的宝贵建议，去帮助菜鸟教师。此外，本书中所展现的教师“悲惨”经历可能会让有同样遭遇的你感同身受，受益匪浅。

这本书会让你感觉到很亲切，因为其中的经验都来自于从“丑小鸭”演变为“白天鹅”的高级资深优秀教师，他们也都是从菜



鸟教师逐步成长起来的。他们就是投身于教学实践的一线教师，辗转于课堂，热爱讲台。

本书不是为混日子的老师准备的

做一天和尚撞一天钟的人不应该做教师。教育是为国家培养人才，因此我们需要的是真正的教育者，思想深邃、敬业爱岗、热情洋溢。

低估了困难自然会碰壁，老师自身需要掌握复杂的知识，这不是一朝一夕能做到的。明天的“十佳教师”知道今天他们还需努力，知道自己会犯错。许多建议都会这样开头，“你只要……”你便照着努力去做，却收效甚微，直到产生躺在教室走廊上大喊的冲动，“我尽全力了……还要怎么样……怎么办啊？”

如果你对上面的话感同身受，本书正是为你而准备。

第 2 章

应尽早知道的10条建议

The Ten Things You Will Wish
Someone Had Told You



刚开始做教师的时候，如果有人告诉我一些有价值的建议，情况会好很多，我会做得好很多。我比较固执，就算经过许多艰难似乎也很难改变。希望现在的新老师不会像我一样。

——一位拥有16年教龄的老师

别误会，有时候我们需要坚持自己的观点。你一定看过关于教师的电影，里面对老师的描述往往是敬业干练，他们总能完成不可完成的任务——事实上，这些只是记录了老师们的纯教课工作。

别忘了，我们还要带着学生排好队，去食堂吃午饭。孩子们要不就是你推我挤，要不然就叽叽喳喳，刚让这一撮儿停了嘴，那一拨儿又讨论起来。因此，你的嗓门就得提高八度，“今天站不好队，谁也别想去吃饭！”哈哈！这一场景从没在电影里出现过吧？！

严格要求并没有错，但是作为一名新教师，如果有人以一副高高在上的模样对我说：“我的课堂上也遇到过类似的情况，随便几招就把他们对付了，你就试试我那法子！”这些话让我觉得不是很舒服，好像自己没啥能力。我期待有人对我说，他们也曾怀疑过自己的能力，犯过类似的错误，而不是指点江山般的“名言警句”。



为撰写此书，本人曾拜访过多位教师，有10条建议被反复提到，他们表示如果能早些知道这些建议，就能避免教学过程中出现的许多问题。也许你听过其中一些，但是需要重复以加深印象。如果还有一些没听过，相信你也很乐意去学习和接受。

1. 许多“建议”只会让你感觉更糟，而不是更好

踏上教师岗位的第一年，你可能会听到许多建议。有些虽是有帮助，却不能达到立竿见影的效果，有些可能一点作用都没有，可在没有积累一定经验时，你无法辨别区分它们。一般来说，这些建议主要来自于三种途径。

◆ **教师培训课程** 参加此类培训课程，你常常听到培训老师讲：“教学内容如果不遵循教案进行，整个学期都会被浪费掉，甚至有些学生会因此忘记以前学过的知识。”“学生们如果不提前做完预习的练习题，就无法理解课文内容。”很多以“研究显示……”开头的科学研究往往会在实际教学中得出相反的结论，尤其是当某些人试图炫耀自己比别人懂得多的时候。

◆ **其他教师** 有经验的教师往往掌握你需要的信息。遗憾的是，有些同事之间并不能畅所欲言。有些老师在提供建议时，也会有所保留。在这样的交流中，你也只能捕捉到只言片语，听得也是一知半解，似乎对你没什么帮助。

◆ **非教师类人员** 出于某种原因，一些很少与学生打交道的人，急切地向教师们表达，假如他们是老师，他们会支什么招儿

对待学生。但事实上，这些做法可能并不适宜课堂。徒劳一天之后，耳边诸如“让学生们知道你关心他们”或者“让课堂更加生动有趣”这样的非专业的建议，只会让你想逃之夭夭。当然，不能否认的是他们提出建议的初衷是好的。

2. 课堂是老师的主战场

“为了证明自己的能力，我申请去成人夜校当老师，星期六指导学生，星期日做校排球队教练，有时候，我在学校一天能待12个小时，晚上还要把学生作业带回家批改。我想参与的事情太多了，做什么事情都无法专注，所以效率很低。”

除非你被钦点去专门做一个项目的主导或者做团队的教练，在对教学驾轻就熟之前，先不要揽下其他的事情。在没有把课上好之前，先不要申请上其他业余课程。

3. 新教师的第一年，不要妄想改变学校

“我曾看到许多新教师准备克服掉教师容易犯的全部错误，踌躇满志地走进教室。他们非常自信地认为自己会对学校里的教育制度完善尽一份力，这是不切实际的！如果一开始你就试图改变一切，最终一定会备受打击。每年圣诞节之前，我们都会遇到许多老师请假。有时候，一位老师信誓旦旦地畅谈学校制度应该如何做出调整，上完一节课后就悄然离开了，这种做法对学生是极其糟糕的。”

为撰写本书进行的教师访谈中，“不要一口吃个胖子”被提到



过许多次。作为新人，毫无疑问你会轻易发现学校运行管理过程中的问题。也许你会看到许多不公平或低效率的事情，有些甚至不符合常规。即使是这样，也请你抑制住改变它的冲动，在现有的环境下，尽全力使自己成为最优秀的老师。请记住，在混乱的环境下，坚持做事有条理是优秀教师具备的重要素质之一。

4. 寻求并接受帮助

“以前，我认为选用现成的教材是懒惰的表现，用别人的想法表明自己没有观点，完全由自己设计课程教案，表示我能超越前人。事实上，我的‘独具创新’每次都会让学生无法掌握应该掌握的知识。”

作为新老师，我们经常挑灯夜战准备第二天的课程，亲自撰写教案，收集课外阅读资料，寻找实例。虽然开发一些适合自己的教学资料无可厚非，对周围专家的想法也应该采取开放的态度，虚心接受。教材是教授同样课程的专家撰写的，完全可以把别人的教学成果作为你的起点。创新和努力都很重要，但是不吸取前人经验的一味蛮干，勤奋和创新很难发挥应有的作用。

5. 无论学生们长得有多么高大魁梧，记住他们是你的学生

“一个身材粗壮、长相很凶的学生走进办公室。他的模样好像能轻松地把我踩在脚下，我对他自然格外地恭敬。出乎我意料的是，整个学期里，他的表现让我发现他是一位勤奋而且守纪律的好学生，而班上最调皮的学生竟是一个只有1.2米的小家伙。”

如果你身材中等，可能大部分初中生或高中生都会比你高，比你胖，或者更壮实。不要被学生们的个头给吓到，不要忘记他们仍是需要你教育和呵护的孩子。成功高效的课堂上，无论是个子高大还是矮小，学生都会认真听你讲话。

6. 不必强求和学生做朋友——他们甚至不必对你“一见钟情”

“许多人都曾告诉过你，不必强求和学生交朋友。可是许多年轻老师，总希望和孩子们打成一片。带着这种想法，课堂纪律可能松懈，因为想获得孩子们的喜爱，无意识地取悦学生。遗憾的是，给予自由很容易，重新受约束却很难。这样赢得孩子的喜爱是徒劳的，因为他们永远不可能像对待朋友一样对待你。在他们心中，你是一个权威。所以在学生面前，只有表现出你权威的一面，孩子们才会尊重你、喜欢你，把你当作一位值得尊敬的老师。”

如果总是记挂着孩子们是否会喜欢上你，他们会很容易就看出来，也非常善于利用这一点，刚开始表现得很乖巧，不久就会在教室里乱跑乱叫。在接下来的整个学期里，他们像撒了腿的兔子似的搞破坏，这时才发现不得不化身成恶魔才能力挽狂澜。刚开始接触起来“严厉”的老师，把课堂教学安排得井然有序，用渊博的知识征服学生，再给学生们一个亲切的微笑，这样的老师一定会备受学生的青睐。

7. 安排固定的时间批改学生作业

“我应该事先为自己安排一个固定时间批改学生作业，而不是



老想着‘明天把它批改完。’事实上，我很少在第二天真正批完。实话实说，我不喜欢批作业，我必须提前安排一个固定时间，督促自己完成任务。”

新老师经常为第二天的课程花掉整晚的时间备课，所以没批改的作业很快就摞得很高。你安慰自己周末会把它们都批完，不幸的是，把学生作业带回家并不意味着就能把它们全部批完。事实上，作业堆得越多，你就越不想批改。周末的时间，你往往会对成堆的作业发呆。下一周，学生们又交上新的作业，作业被塞到角落里，你的耳边像安了个定时炸弹，随时可能被引爆。关于学生作业，有两点应该注意：第一，批改作业是教师工作的重要部分，其重要性超出你的想象。第二，批改作业是个循环往复的工作，作为教师，必须给自己制定固定时间批改作业，并坚持下去，才能轻松地完成这一重要任务。

8. 教学是件耗费体力的工作

作为新教师，你可能起早贪黑地往返于家和学校。一整天里，大部分时间你都要站着，眼睛一刻也不肯离开学生，生怕他们伤到自己或者其他同学。回到家时，你已经累到极点，只想赶紧上床躺着，可又不得不把第二天的课程先准备好。你总是在不辞辛苦地工作，到了星期五，你甚至有可能在开车回家的路上睡着了。

9. 离开教室的时候，请务必把门锁好

“一些新老师喜欢不关门就离开，认为‘一会儿就回来’。我总



是提醒他们，即使是一分钟，也可能发生很多事情。”

把教室钥匙随时挂在脖子或者手腕上，否则，你很容易不关门就离开。小学老师很可能认为这仅仅适用于高中。小学生都还小，乖巧可爱，不是吗？下课后，他们巴不得早点离开教室，难道还会回来吗？我想提醒的是，平时表现最乖的两个四年级学生可能会在放学后，偷偷离开回家的队列，悄悄溜进卫生间躲起来，轻手轻脚地回到教室，打开抽屉，拿走同学价值不菲的玩具。第二天，学生家长找来告诉你价值上千元的玩具不翼而飞，那时你该有多尴尬啊。所以离开教室时，请务必把门锁好。

10. 一切会好起来的

“对学生不要轻言放弃，不要对自己轻言放弃。无论何种原因让你当初选择了教师这一职业，无论遇到何种困难，请回想自己当初选择教师这个职业的理由，说服自己，说服自己，再说服自己。对待学生要有耐心，让他们明白你关心他们，支持他们，愿意和他们在一起。如果学生不理解你，你只需要坚持不懈地努力，不断反思——就会有进步。同时，学生也会有进步。”

有时候你也许会想，如果当初知道做老师如此辛苦，自己是否还会选择这一职业。答案毫无疑问是肯定的。因为教育学生的过程中，会有许许多多令你感动的时刻，这些难忘的瞬间足以让你忘掉糟糕的日子。当这些难忘的时刻来临的时候，你会觉得一切付出都是值得的。