

# 追求卓越

—— 王晓东中学物理名师工作室  
教育活动纪实

王晓东 主编

 时代出版传媒股份有限公司  
安徽教育出版社

# 追求卓越

——王晓东中学物理名师工作室教育活动纪实

顾问:黄灿明

主编:王晓东

编委:丁红 丁佩磊 马小六 方情 牛中伟 王春卉

王晓东 叶兴臣 李飞 张玮 张毅 张全三

张新怀 陈振利 钱会会 韩明 程长贵 葛永福

校审:韩明 丁

图书在版编目 ( C I P ) 数据

追求卓越:王晓东中学物理名师工作室教育活动纪实 / 王晓东主编.  
—合肥:安徽教育出版社,2014.4  
ISBN 978-7-5336-6356-8

I. ①追… II. ①王… III. ①中学物理课—教学研究  
IV. ①G633.552

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 044845 号

追求卓越——王晓东中学物理名师工作室教育活动纪实  
ZHUIQIU ZHUOYUE ——WANGXIAODONG ZHONGXUE  
WULI MINGSHI GONGZUOSHI JIAOYU HUODONG JISHI

---

出版人:郑 可  
质量总监:武常春  
责任编辑:徐家莉 李桂荣  
装帧设计:阮 娟  
责任印制:何惠菊

出版发行:时代出版传媒股份有限公司 安徽教育出版社  
地 址:合肥市经开区繁华大道西路 398 号 邮编:230601  
网 址:<http://www.ahep.com.cn>  
营销电话:(0551)63683012,63683013  
排 版:安徽创艺彩色制版有限责任公司  
印 刷:合肥创新印务有限公司

开 本:720×1000 1/16  
印 张:16.5 彩 插:2 页  
字 数:300 千字  
版 次:2014 年 4 月第 1 版 2014 年 4 月第 1 次印刷  
定 价:48.00 元

---

(如发现印装质量问题,影响阅读,请与本社营销部联系调换)

# 序

中国历来就有“名师出高徒”的古训。振兴民族教育,培养和造就高素质人才,靠的就是名师。名师自有名师的风采、名师的品格、名师的业绩。正像王晓东老师说得那样:名师就是要有很高的教学水平,还要有与时俱进的教育思想;名师应是专家型的教育工作者,而不是只顾埋头教学的教书匠;名师不仅要自己工作做得好,更重要的是要有示范和引领作用。对于这些,王晓东老师说到了,也做到了。作为名师,王晓东名副其实、当之无愧。

“王晓东中学物理名师工作室”成立已届三年。三年的时间,对于平庸者来说,也许只是白驹过隙,转瞬即逝,空留下碌碌无为的悲哀;而对于勤奋者,却可以凭借奋力拼搏,收获累累硕果。王晓东老师和他的工作室成员就是这样的勤奋者,三年来,他们一方面担负着学校繁重的教育教学任务,另一方面又主动承担工作室计划安排的多项工作。他们先后到农村中学送教几十次,送课和专题讲座几百节,几乎走遍了全县农村中学;积极开展县区之间、城区之间的学习交流,提升了团队的专业水平;帮扶薄弱学校,实现学科资源共享;编写多篇教辅材料,服务全县中学物理教学;加强科研,开展课题研究;利用网络,开办视频讲座;撰写论文,在教育学期刊上发表;参与评教和评星活动,成果颇丰。

党的十八届三中全会通过的《中共中央关于全面深化改革若干重大问题的决定》指出要“深化教育领域综合改革”,这无疑是当前摆在全县教育工作者面前的首要任务。“物理名师工作室”的全体成员要再接再厉,继续发扬勇于创新、敢为人先的精神,努力把“物理名师工作室”打造成为“名师的摇篮、研究的平台、成长的阶梯、辐射的中心”,充分发挥“物理名师工作室”在教育教学、教育科研、师资培养等方面的示范引领作用,为丰富“学在蒙城”的内涵、引领蒙城教育走向新境界而作出新的贡献。

是为序。

蒙城县教育局局长 张旭东

2014年1月10日

# 目 录

## 关怀篇

市县领导专家指导名师工作室工作剪影	\001
-------------------	------

## 风采篇

名师颂	\004
培养青年教师 促进人才成长	\005
因为热爱 所以执著	\016
许身孺子终不悔	\017
化作春泥更护花	\018
人生的目标在于不断追求	\019
满腔热血为人师	\020
一生秉烛献春华	\021
教学的艺术在于不断激励	\022
一切为了学生 为了学生一切	\024
为明天播种知识和希望	\025
我的人生夙愿是当一辈子老师	\026
心有多大世界就有多大	\027
举起的是别人 奉献的是自己	\028
时间就像一张收获的网	\029
润物无声求创新	\030
让爱心叩开情感世界的每一扇窗	\031
生活点燃理想	\033
追求卓越的教育教学	\034

## 建构篇

关于申报蒙城县中小学名师工作室的通知	\035
交流的平台 成长的阶梯	\036
名师的摇篮 辐射的中心	\038
中学物理名师工作室硬件建设	\040
中学物理名师工作室三年规划	\042
中学物理名师工作室成员三年规划	\047
中学物理名师工作室规章制度	\064
中学物理名师工作室年度工作计划	\065
中学物理名师工作室年度工作计划	\066
中学物理名师工作室年度工作计划	\069
中学物理名师工作室成员工作量化考评细则	\071

## 成长篇

### 【第一部】 送教活动

中学物理名师工作室送教到楚村中学	\074
中学物理名师工作室送教到岳坊中学	\075
中学物理名师工作室送教到赵集中学	\076
中学物理名师工作室到蒙城八中进行教学交流	\077
中学物理名师工作室到汇贤中学进行教学交流	\078
中学物理名师工作室到蒙城六中进行教学交流	\079
中学物理名师工作室到利辛高级中学进行教学交流	\080
中学物理名师工作室送教到立仓中学	\081
中学物理名师工作室到蒙城二中进行教学交流	\082
中学物理名师工作室送教到双涧中学	\083
中学物理名师工作室送教到板桥中学	\083

中学物理名师工作室送教到坛城中学	\084
中学物理名师工作室送教到小涧中学	\085
中学物理名师工作室送教到立仓中学	\085
中学物理名师工作室送教到马集中学	\086
中学物理名师工作室送教到篱笆中学	\087
中学物理名师工作室在蒙城一中进行教学交流	\087
中学物理名师工作室到涡阳四中进行教学交流	\088
中学物理名师工作室送教到三义中学	\089
中学物理名师工作室到利辛一中进行教学交流	\090
中学物理名师工作室到涡阳二中进行教学交流	\090
中学物理名师工作室到蒙城八中进行教学交流	\091
中学物理名师工作室教研会在蒙城一中召开	\092
中学物理名师工作室送教到双涧中学	\093
中学物理名师工作室参加学术报告会	\094
中学物理名师工作室到蒙城五中进行教学交流	\095
中学物理名师工作室送教到赵集中学	\096
中学物理名师工作室送教到蒙城中学	\096
中学物理名师工作室送教到柳林中学	\097
中学物理名师工作室在蒙城一中进行教学交流	\098
<b>【第二部】 学科帮扶</b>	
关于举行“蒙城县中学物理名师工作室帮扶双涧中学挂牌仪式”的通知	\099
中学物理名师工作室学科帮扶到双涧中学	\099
中学物理名师工作室帮扶双涧中学学科建设协议书	\101
学科帮扶 共同提升	\102
<b>【第三部】 成长之路</b>	
我与高效课堂共成长	\106

千里之行 始于足下	\111
“学习+反思”使我受益匪浅	\113
教学是这样炼成的	\115
绝知成长要躬行	\116
思想决定行动 态度决定高度	\118
不经风雨何以见彩虹	\120
在蜕变中成长 在成长中蜕变	\122
成长源于奋进	\126
打铁还需自身硬	\127
名师助我速成长	\129
将自己置身于学习和研究之中	\131
细节决定成败	\132
孜孜不倦地追求	\133
反思是成长的助推器	\135

## 成果篇

教研的基地 名师的摇篮	\137
学习型班级的构建策略	\149
实践与创新是教育发展的永恒主题	\154
宜扩宜拓 宜索宜创	\162
“喻之教学”使我得心应手	\167
上好课必须备好课	\171
高中物理课堂提问要高效	\174
只要在路上 总会有收获	\177
课堂教学要注重设问点的选择	\180
好课堂必须具有高效性	\183



电教媒体使我的课堂教学多姿多彩	\186
苦尽甘来终有时	\188
物理需要走向生活	\190
梅花香自苦寒来	\194
收获源于探究和讨论	\199
课堂教学要注重创新设计	\203
新理念 新方法 新收获	\206
实践出真知	\212
初高中物理教学衔接问题的处理方法	\213
此处无声胜有声	\217
幽默是教育教学的兴奋剂	\219

## 展望篇

用爱浇灌心灵我一如既往	\222
为了事业注定要终身学习	\224
做理想教师是我永恒的追求	\225
愿做一位“五心”级教师	\226
千教万教 教人求真	\228
甘做一个向前的车轮	\228
认识自我并不断超越	\229
从教之心磐石坚	\230
而今迈步从头越	\231
面对未来我踌躇满志	\232
心若在 梦就在	\233
在平凡中闪光	\234
投身教育科研我在路上	\235

生命不息 奋斗不止 \236

为人师表 以德立身 \237

## 附录

中学物理名师工作室活动大事记 \239

安徽省中小学名师工作室管理办法(试行) \253

后记 \257

市县领导专家指导名师工作室工作剪影



市教育局副局长石磊视察工作室



县教育局局长张旭东视察工作



市教育局副局长张勇指导工作



市教科所所长刘光杰指导教科研工作



蒙城一中校长马腾飞作教科研报告



市教科所副所长黄灿明谈教育科研



县教育局副局长王政和教研室主任杨超在工作室会议上



县教育局副局长袁辉在工作室会议上作教科研报告



县教育学会秘书长杨同贺和教研室副主任李荣指导工作



市县领导和专家莅临蒙城一中  
指导工作室工作



市县领导和专家莅临蒙城一中查阅工作室资料



王晓东中学物理名师工作室  
专题会议现场



物理工作室 2012 年度被县委  
县政府授予先进集体荣誉称号



物理工作室 2013 年度被县委  
县政府授予先进集体荣誉称号

## 风采篇

## 多彩杏坛



王晓东（中排右三）和他的工作室成员们

### 名师颂

王晓东

创建工作室，师名教育昌；  
杏坛吾师徒，尽展风采扬；  
青蓝大工程，传帮带成长；  
投身教科研，成绩创辉煌；  
丹心向未来，热血写华章。

## 培养青年教师 促进人才成长

我的福分——做个园丁，我的职业——教书育人，我的工作——传道授业，我的骄傲——桃李芬芳，我的源泉——教育科研，我的梦想——追求卓越。

引领科研方向，打造精品课堂；培养青年教师，恪守学术规范；加强成果转化，扩大社会影响；提升教育品质，促进人才成长，是我一生的向往。



王晓东，1958年8月生，中共党员，安徽省利辛县人。中学物理正高级教师和特级教师，安徽省高级教师职务评审专家组成员，安徽省教育科学省级课题鉴定专家组成员，安徽省物理奥林匹克竞赛教练员，安徽省中学物理专业委员会理事，亳州市中级教师职称评审委员会主任，亳州市高中物理学科基地主任，亳州市教科所兼职物理教研员，蒙城县教师进修学校兼职教师，蒙城县中学物理名师工作室主持人。教育部教育科研先进工作者，亳州市首批专业技术拔尖人才，首批市政府津贴获得者，市十佳德育工作者，市教育科研先进个人和优秀教师，蒙城县十佳党务工作者，蒙城县十佳教导主任。历任教研组长、年级组长、教导主任、副校长等职务。在34年的教育生涯中，勤勤恳恳、兢兢业业，以扎实的工作作风和出色的工作成绩，得到社会各界的一致好评。

勤于笔耕，积极撰写教育教学方面的论文。先后在《物理教师》《教学与管理》《中学物理教学参考》《物理通报》《中学生物理》《物理教学探讨》《中学物理教学》《理科考试研究》《中学物理》《安徽教育科研》《中国教育论坛》《现代教育科学》《今日中国教研》《科教新时代》《试题调研》《青苹果》等20余家省级、国家级杂志上发表论文40多篇。

任教导主任期间，创办校刊《教与学》杂志；主编《教研信息报》和《教研科研论文集》；领导教研组实施“教科研课题工程”；参与省级课题“中学物理实践活动研究”的研究，已经结题并受到了专家的好评；主持省级课题“高中课堂教学评估研究”的研究，已经结题并获奖；主持省级教育科研课题“基于有效教学理念的课堂教学改革实践研究”的研究，主持市级教育科研课题“普通高中物理学科教科研基地建设”的研究，均已取得阶段性成果。

积极进行校本课程开发研究，策划编写普通高中课程标准校本教科书《漆

园风韵》，由安徽教育出版社出版发行。策划并主编普通高中课程标准校本教科书《物理大课堂》，由安徽教育出版社出版发行，此书在安徽省 2012 年教科院举办的十年教学成果评选中，荣获省级三等奖。

教学之余，著书立说，颇有成就。主编《重·难·典一点通——中考物理总复习》《求实创新铸辉煌》（安徽大学出版社），《高二物理——跟踪导练》《高一物理——跟踪导练》（安徽文艺出版社），《高中物理 1+1 同步学习（必修 1）》《高中物理 1+1 同步学习（必修 2）》（安徽师范大学出版社），《高考物理百日通》（山东济南出版社），《中考物理 60 日》（南方出版社）等 8 本；开发校本教材《物理大课堂》《漆园风韵》等 2 本；独著《重·难·典一点通——高考物理总复习》（安徽大学出版社），《百日决胜——3+X 高考物理》（安徽科学技术出版社），《走进教育科学》（光明日报出版社）等 6 本；参与教学辅助材料编写若干本；其教育教学工作实绩已入选《中学骨干教师辞典》和《中国专家大辞典》两部人物大典。

在奥林匹克竞赛辅导方面，成立物理学科兴趣小组，强化“科大创新实验班”的管理，通过小班教学、超前学习、个别指导等方法，调动学生的学习积极性。蒙城一中奥林匹克竞赛成绩辉煌，每年有百人左右获得省级一、二、三等奖的好成绩。为此，蒙城一中被中国科技大学授予创新人才实验班培养基地。我辅导多名学生获省级物理奥林匹克竞赛奖，所撰论文《中国科技大学创新人才实验班管理探索》，发表在国家级杂志《教学与管理》2010 年第 12 期上。

## 我的人生观

说到就要做到，要做就做最好。

换一种心情，换一种思维方式，也许就会有另一种结果。优秀是一种习惯。

人生就像一条正弦曲线，有希望的巅峰，也有失落的低谷，这是每个人的必经之道。没有一个人敢说他的生活中只有欢乐与愉悦，没有痛苦与彷徨；也没有一个人敢说他的生活道路是康庄大道，只有平坦，没有坎坷；更没有一个人敢说他的一生只有鲜花与掌声相伴，没有荆棘与陷阱相随。没有意义的生活对我而言就是一种对人生的浪费，我不喜欢浪费，所以我选择有意义的工作和生活。

对于做事，一个人不需要做得很成功，很优秀，但必须做好自己的本职工作，做事虽要量力而行，但绝不是一遇到困难就放弃，要勇敢地去挑战。俗话说世上无难事，只要肯攀登，没有什么事是做不到的，只有你想不想做到，敢不



敢做！成功，只不过是一种心态！

对于做人，要学会尊重他人，还要学会自尊。“自尊者人必尊之，自贱者人必贱之。”要懂得倾听他人意见，要学会与人分享。懂得“你就是我，我就是你，你就是你，我就是我”的道理。要学会包容，学会发现别人的闪光点。要学会独立，在这个世界上人人都是平等的。要学会感恩，当别人遇到困难的时候，要伸出自己的双手竭尽全力去帮助，做到“滴水之恩，当涌泉相报”。

## 我的教育观

教育不是职业，而是事业。

职业和事业，是两个不同的概念，更是两种不同的价值取向。职业是一种谋生手段，事业是一种人生追求；职业有八小时之内和八小时之外、工作日和节假日之分，而事业往往是“全天候”的、全身心的；职业一般只需要物质和技术，而事业需要理想、精神和情感。

随着市场经济的日渐深入，社会分工越来越细，许多工作都呈现出职业化趋势。对大多数行业来说，职业化是一种进步。但教育工作不能职业化，如上课人来、下课人走，上班尽职、下班兼职等。我们可以有职业球员、职业演员、职业经纪人、职业建筑师、职业律师，甚至可以有职业外交家、职业医生等，但绝不可以有职业教育家。

投身教育工作，必须将教育作为事业。只有将教育作为事业，才能有强烈的事业心、崇高的使命感；才能视教育如生命，视学校如家庭，视学生如子弟；才能朝夕思虑其事，无私奉献，鞠躬尽瘁；才能拒绝平庸、追求卓越、出类拔萃，以第一等的正气、第一等的襟怀、第一等的追求，达到第一等的境界，取得第一等的业绩。志小则易足，立大志才能办大事，必须将教育作为事业，志存高远，才能创造辉煌。

## 我的培养观

终身学习是青年教师专业成长的加油站；  
反思教学是青年教师专业成长的纠偏仪；  
上公开课是青年教师专业成长的催化剂；  
教育博客是青年教师专业成长的助推器；  
教育科研是青年教师专业成长的肥沃土。  
结对子、压担子、搭台子、树牌子，让青年教师在校本教研中茁壮成长。