

摆渡者教师书架

这样教书



不累人

严育洪◎著

教师角色的精神束缚、管理体制的僵化、教育思想的贫乏、教学行为的模式化、工作方式的孤立、师生关系的对立都会让我们的教师倍感劳累。本书旨在提出一些具有实效意义的教育建议，与广大教师共勉。



教育科学出版社

Educational Science Publishing House

摆渡者教师书架

这样教书不累人



严育洪◎著

ZHEYANG JIAOSHU
BULEI REN

教育科学出版社

·北京·

责任编辑 黄海鹰

责任校对 刘永玲

责任印制 曲凤玲

图书在版编目 (CIP) 数据

这样教书不累人/严育洪著. —北京: 教育科学出版社,
2009. 10

ISBN 978 - 7 - 5041 - 4806 - 3

I. 这… II. 严… III. 教学法—中小学 IV. G632. 41

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 179745 号

出版发行 教育科学出版社

社 址	北京·朝阳区安慧北里安园甲 9 号	市场部电话	010 - 64989009
邮 编	100101	编辑部电话	010 - 64989443
传 真	010 - 64891796	网 址	http://www.esph.com.cn

经 销 各地新华书店

印 刷	莱芜市东方彩印有限公司	版 次	2009 年 10 月第 1 版
开 本	700 毫米×1 000 毫米 1/16	印 次	2009 年 10 月第 1 次印刷
印 张	13.25	印 数	1 - 6 000 册
字 数	230 千	定 价	27.00 元

如有印装质量问题,请到所购图书销售部门联系调换。

教书不累歌

“师心”篇

好教书，非教主
生需要，才施教
画蓝图，图腾飞
思想变，行随变
忙偷闲，乐充电
不冒火，不冒进
水自流，人自转
挺身出，敢弄潮
爱比拼，才会赢
何付出，何回报
看好人，出好才
不失真，得实绩
距离美，发现美
人有格，出无格
脑活络，教活路

“师道”篇

重视听，明耳目
语不锈，人不愚
言相近，心相通
要成才，呈优材
黑板字，不抛弃
多色调，高品位
通情物，成好事
出奇招，援其手
顺学情，定教法
选自信，信自选
想互动，相互动
知时节，上好课
大学堂，大学问
争先进，创优秀
急难及，悠而优

让我们千万次地问：怎样教书不累人？

(代序)

现如今，我们经常会听到“幸福指数”这个词，这是经济学家、社会学家衡量社会和谐程度的一个量化标准。这几年，在教育界也一直都在讲要提升教师的职业幸福感。然而，如果把这问题抛向我们的教师，得到的回答几乎都是“不幸福，好累”！

中国人民大学公共管理学院组织与人力资源研究所和新浪教育频道联合启动了“2005年中国教师职业压力和心理健康调查”，参考国内外职业健康心理学的研究成果，从“工作压力”、“教师工作倦怠”、“教师心理健康”、“教师生理健康”与“教师工作满意度”五个方面对教师的生存状况进行了全面的分析。结果表明：超过80%的被调查教师反映工作压力较大；近30%的被调查教师存在严重的工作倦怠，近90%的被调查教师存在一定的工作倦怠；近40%的被调查教师心理健康状况不佳；20%的被调查教师生理健康状况不佳；超过60%的被调查教师对工作不满意，部分被调查教师甚至有跳槽的意向。从中我们可以明显地看出，教师的累主要表现为两大方面，一是工作压力，二是工作倦怠。

前几年，我有幸参加了江苏省教研室万伟老师主持的江苏省教研室第六期重点课题“新课程背景下教师生存状态研究”，后来的相关课题又成为无锡市委宣传部的专项资助项目。在研究中，我们感觉教师的累有以下几种情况：教师角色期待神圣化给教师带来的心理压力和精神束缚，僵化的教师管理体制给教师带来的身心枷锁，教师教育思想的贫乏，教学行为模式化，工作方式的“封闭”与孤立，师生关系的对立，等等。概括地说，可以用“忙”、“盲”、“莽”和“妄”来形容，它们是造成教师累的直接原因，也是造成学生累的间接原因。

1. 教师累在“忙碌”

教师教书的日常事务和常规工作本来就比较多，几乎具有“无边界性”，

但只要教师掌握了一定的方法，并能够抓大放小，就能做到得心应手。而有些教师却总是喜欢事必躬亲，事事到场、事事插手、亲自过问了才放心。这种重“管”不重“理”的教师的工作方式只能让自己感到身心疲惫，也让学生感到心理紧张。教师除了这种忙“里”，还要忙“外”，各种会议、研讨、比赛、进修、培训让教师赶来赶去，其中一些教师并不愿意参加的活动只能让教师忙而无效，为保证教师参加活动而调在一起的连课和合在一块的作业只能“拖”累学生。

2. 教师累在“盲目”

教师的工作还具有“不确定性”，但许多教师把教书只理解为“技术活”和“力气活”，凭经验和模式做事，不懂得研究和反思，不懂得改进和变化，对不同的教学内容、不同的教学对象、不同的教学环境只会“一视同仁”。这种“想当然”只会造成教师的盲目行事，使自己的教育教学行为不符合教育教学规律和学生身心发展规律。例如，有些教师认为多多才益善，不加选择地、不分层次地布置学生作业，结果既做苦了学生也批累了自己。

3. 教师累在“莽撞”

有些教师喜欢追求时尚，一味地使用教学的新式“武器”，例如逢课必探究、逢课必合作，这样不顾实际的唯“新”主义只会让教学效果适得其反，最后教师就会受到自己冲动的惩罚，学生也会为教师这种不合时宜的激进付出代价。例如，学生为迎合教师而违心地装模作样地探究、装腔作势地合作，为配合教师的喜好而累着。

4. 教师累在“妄想”

有些教师不甘心教书的默默无闻和循序渐进，妄想能够一鸣惊人、一夜成名，于是就常常表现为教学的“两面人”，公开教学时热情洋溢、尊重学生、教学生动，而日常教学时态度冷漠、自以为是、教法老套。如此“冰火两重天”的教学景象让学生感到无所适从，只得看教师的脸色学习，为满足教师的欲望而累着。

分析了上述教书挺累“人”（累教师也累学生）的几种表现后，我们就可以思考“怎样教书不累人”的对策，这也就是本书编写的动机和愿景。崔允灏教授对此也曾真诚地与教师共勉：“有今天，也有明天；有内容，也有外容；有生存，也有生活。”

本书中，我根据自己的教书经历和别人的教书心得提出了一些参考建议，例如，对于教师的“忙碌”，提出了“教师，不是学生的‘救世主’”、“教师，一生做好一种事”、“教师，每天为自己挤出一小时”等教书建议；对于

教师的“盲目”，提出了“教师，富‘人’先富‘心’”、“教师，让学生‘好好’学习”、“教师，不做教育的‘复印机’”、“教师，识时务者为俊杰”等教书建议；对于教师的“莽撞”，提出了“教师，都将为自己的行为‘埋单’”、“教师，为学生的好学按动‘快进键’”、“教师，给学生睿智的选择”、“教师，明人不说‘暗话’”等教书建议；对于教师的“妄想”，提出了“教师，有一种需要叫做‘不需要’”、“教师，相‘成’何太急”、“教师，让学生在‘悠然’中‘自得’”、“教师，创造‘真情实意’的教学幸福”等教书建议。

当然，这些教书建议之间是相互关联的，没有严格的界限，也没有必要完全分开。另外，这些教书建议尽管是从教师教书的角度来展开的，但学生的学习也是有关联的，因为教师的累会“连累”学生，也就是说，要让学生学得不累，首先教师应该教得不累。

此外，为了让读者读得不累，本书插入了一些故事和案例，希望以此能达到为读者理解书中的论述不累人的阅读效果。假如您还有什么建议和问题，请将您的读后感发至我的电子邮箱 13861472533@139.com。

严育洪

2009年3月编写于江苏无锡

目 录

“师心”篇：做一个有心的明师

[好教书，非教主]

教师，不是学生的“救世主” / 2

[生需要，才施教]

教师，有一种需要叫做“不需要” / 8

[画蓝图，图腾飞]

教师，一生做好一种事 / 13

[思想变，行随变]

教师，富“人”先富“心” / 21

[忙偷闲，乐充电]

教师，每天为自己挤出一小时 / 29

[不冒火，不冒进]

教师，相“成”何太急 / 35

[水自流，人自转]

教师，像流水那样“活”着 / 40

[挺身出，敢弄潮]

教师，站出来才能看得见 / 45

[爱比拼，才会赢]

教师，在教学中寻求“对手” / 53

[何付出，何回报]

教师，都将为自己的行为“埋单” / 59

[看好人，出好才]

教师，让学生“好好”学习 / 66

[不失真，得实绩]

教师，创造“真情实意”的教学幸福 / 73

[距离美，发现美]

教师，让学生触摸教育的风景 / 80

[入有格，出无格]

教师，不做教育的“复印机” / 88

[脑活络，教活路]

教师，练好脑筋“急转弯” / 95

“师道”篇：做一个有道的名师

[重视听，明耳目]

教师，让学生“耳聪目明”般伶俐 / 102

[语不锈，人不愚]

教师，明人不说“暗话” / 109

[言相近，心相通]

教师，动听着教学的“花言巧语” / 114

[要成才，呈优材]

教师，玩转教学的“魔方” / 121

[黑板字，不抛弃]

教师，用好擦亮黑板的“驻颜术” / 127

[多色调，高品位]

教师，让教学“色”“味”俱佳 / 133

[通情物，成好事]

教师，为学生送上“定情之物” / 141

[出奇招，援其手]

教师，给学生意外的惊喜 / 146

[顺学情，定教法]

教师，为学生的好学按动“快进键” / 153

[选自信，信自选]

教师，给学生睿智的选择 / 159

[想互动，相互动]

教师，让教学过程“流动”起来 / 164

[知时节，上好课]

教师，识时务者为俊杰 / 172

[大学堂，大学问]

教师，教学何处无学问 / 180

[争先进，创优秀]

教师，让学生先下手为强 / 186

[急难及，悠而优]

教师，让学生在“悠然”中“自得” / 193

“师心”篇：

做一个有心的明师

教师，不是学生的“救世主”

教师不要太像教师，应成为学生健康成长的导师；上课不要太像上课，应成为学生自主学习的功课。

在生活中曾经发生过这样的故事。

有一对夫妻。她从小丧母，生活困顿，窘迫得只能住在单位的小仓库里。他看见她这么可怜，就娶了她，想给无处安身的她一个属于自己的家，更想通过自己的帮助，让她能够幸福，不再那样可怜无助。时间一天天过去，出乎所有人意料的是，她并没有在这场婚姻里感受到幸福，反而时刻担忧自己被丈夫抛弃，更无法回馈他的感情。而那位一心拯救妻子的丈夫，反而在这场绝望的婚姻里崩溃了。

丈夫的善意没有错，但是他选择了一个错误的拯救方式，因为婚姻可以是爱与情、灵与肉，但绝不是一场拯救。因为拯救意味着奉献，它注定施予者会高高在上。一个从一开始就不平等的婚姻，如何能够让人感觉安全与幸福？

萧伯纳说：“恋爱不是慈善事业，所以不能慷慨施舍。”婚姻不是一场拯救，教育也同样不是一场拯救。假如教师把自己看成是学生的“救世主”，那就注定教育将存在一种形近而心远的情感“隔离带”。正如人们常说的那样：不经过本身的努力，就永远达不到自己的目的。任何外来的帮助也不能代替本身的努力。教师的“师范”只能成为学生自主发展的外力。

一、减少教师留给学生学习上的阴影

1. 莫让学生感觉到与教师的“落差”

教师留给学生的天然的感觉就是一位师长（“师傅”与“长辈”）的高大形象，毕竟教师年长学生许多。所以，学生一开始就会对教师有一种敬畏感（既有“崇拜感”也有“畏惧感”），这是理所当然的。然而，这种“代沟”在教育教学中很容易成为阻碍学生与教师之间交流的“鸿沟”，所以教师有必要降低身份去感受学生童真的可爱，还有必要“伸展身姿”去振奋学生童心

的力量，让学生由对教师的“敬畏”转化成对教师的“敬爱”。这是教好书的最大价值的情感投资。

然而，现实教育中，我们的教师总是“念”着和“恋”着自己教师的身份，下意识地在某些场合——特别是在学生不合教师心意或不合教材文意的场合“抖搂”一下教师的威风与威力，让学生在教师突然爆发的汹汹气势中心惊胆战地感受着教师态度的阴晴变化。这常常会使学生产生一种不信任感和不安全感，让学生在疑心和担心中与教师小心相处。这种教师态度的“无常”与“反常”的背后是教师始终认为自己是学生的“教书主”。

曾经有一个成绩优秀的学生忍不住对着时时“关心”自己的任课教师大喊一声：“我的成绩不是你教出来的。”这一声呐喊伤透了教师的心，更伤透了教师的脑筋。实际上，教师在“呕心”为学生学习做“嫁衣”的辛苦中，给了学生太多的包办，给了学生太多的包袱，给了学生太多的包装，教师这种把自己的“影子”附身于学生的做法，无意中却严重影响着学生的自主与自信，结果只会包裹得学生感觉“呕吐”。

许多教师总是期盼着学生能够明白自己的苦心，现在乃至以后能知恩图报，然而换来的常常是许多学生的冷漠。有一些成绩原本比较好的学生并不认为自己是教师“教”出来的，反而认为教师的“教”常常压抑了他们的学；相反，有一些成绩原本比较差的学生也并不认为自己是教师“救”出来的，反而认为教师的“救”常常伤了他们的心。教师这种好心办坏事的“独幕剧”经常在教育教学中上演。

2. 莫让学生感受到教师教的“划痕”

有人说，如果让学生感觉到了教师教的痕迹，这样的教育是不成功的。所以我们常说教育要“润物细无声”般的潜移默化。

这种“无痕”教育体现在课堂教学中，首先教师的教不能牵制学生过多的学而使学生缺乏学习的自主性。教师对学生的引导应体现这样一种从“扶”到“领”到“推”的探测与定位过程，其对学生学习的作用力呈现出一种由强逐步变弱的走向。“扶”，指的是教师手把手地帮助学生学习；“领”，指的是教师在前方带领学生学习，学生朝着教师所指明的学习方向，只需要考虑采用什么学习方法与学习工具紧随教师前进；“推”，指的是教师在学生学习有困难时在其背后轻轻地推上一把，至于前进的方向以及采用的学习方法与学习工具都需要学生自己探索。在教学时，教师应该先由“推”入手引导学生的学习，如果学生仍然不得要领，教师再考虑增加引导的力度，试用“领”直至“扶”。也就是说，教师引导的强度系数应该由学生的学力水平而定。

“无痕”教育在课堂教学中还体现在教师教的环节不能太模式化，不能给人僵硬的感觉。例如，我们的教学环节设置多，环环相扣虽然可以“扣”住教学的走向，使教学不偏离应有的轨道，但也很容易“扣”住教学的生成，使教学无法充分舒展学生的个性。我们的教师在很多情况下过分注重教学形式的“形”，因为它可以最大限度地保证课能像“课”，并且它也是能够让听课者看得见、让上课者摸得着的课的外貌。让普通教师普遍“害怕”的是，如果完全顺应学生的生成教学有时会让课的模样很“难看”，甚至不像“课”——经常会少了传统课的循规蹈矩与循序渐进，让上课者难以把握课的进程与节奏，也让听课者感到课的不流畅和不舒畅，因为学生不再是教师教学设计中的“套中人”，而是已经成为焕发自己学习活力的“性情中人”。所以有人说，课不要太像课。

二、加大教师促进学生学习中的影响力

那么，教师在教育教学中应该扮演怎样的角色？

1. 教师是学生的“朋友”

在幼儿园和小学低年级，教师常称呼学生为“小朋友”，但教师真的把学生当朋友了吗？很多情况下，这样的称呼已经沦落为一种标签与符号，是学生姓名的替代与泛指。一开始，学生自作多情地接受着教师对他们这一称呼的暖意，心中充满着希望与期望。一段时间后，他们就会发现这一称呼名不副实，是一个几乎没有情感色彩的“伪”名词，他们就会失望与失落，师生关系无形中也蒙上一层不真实的阴影。其实，教师就应该成为学生的朋友，与学生谈谈生活中的心事与学习中的新事，为学生排忧解难。

2. 教师是学生的“同学”

到了高年级，教师常称呼学生为“同学们”，但教师真的把学生当同学了吗？固然，教师有责任、有义务把知识传授给学生，但并不总是这样一种自上而下的单向的知识传输过程。在信息化时代，学生的某些知识的获得超前于教师、思维的创新领先于教师，这是完全有可能的。此时，教师就应该虚心向学生讨教与学习。在这个意义上，教师与学生就会成为“同学”式的学习伙伴。

教师与学生的“朋友”角色，能促使教师成为与学生互通心意的“护花使者”；教师与学生的“同学”角色，又能促使教师成为与学生互通新意的“赏花学者”。教师要能拥有这样的“花心”，就不能像上述生活故事中的那位丈夫那样以拯救者自居，而应该做一个用如下态度看待学生和对待学生的

“能屈能伸”的“大丈夫”，这样才有可能让学生“心花怒放”。

(1) 蹲下身子，让自己看到学生的风景

教师要与学生平等，一种形象化的说法是教师要蹲下身子看学生，其真正意义不在于教师与学生“体位”的平等，而在于教师与学生“地位”的平等。教师要做到想学生所想、急学生所急，从而触摸学生的心思、触动学生的心灵，以此教师也拥有了一颗“童心”，与学生彼此感应、彼此感动。师生心的平等，才是真正的平等。

[案例1]“老师，您坐下来看”

在教学苏教版课程标准《数学》三年级上册的“观察物体”时，课前，我给每组的学生准备了三个同样大小的正方体，以便他们在上课时拼摆、观察。

上课后，我先投影出示右图 ，并引导学生先摆一摆，再画出从侧面看到的图形。

经过一番操作、观察，绝大多数学生画出了右边的图形 ，大大出乎我的意料。没道理呀！从侧面看到的图形应该是 。不行，得让学生再观察观察。然而，不少学生第二次观察后仍然振振有词，并坚持自己的意见。

我刚准备说些什么，这时，小红同学大声地对我说：“不信，老师，您坐下来看！”

坐下来看？我边琢磨着，边来到小红旁边。小红站起身，把她的座位让给了我。

位置太小，很不舒服！真难为他们了！更难为的是，与我们视线的水平线相比，小正方体位置太低。我只得和他们一样，把头向右侧歪过去——

我愣住了：眼前看到的分明是和他们说的完全一样。原先水平的两个正方形竟然“立”了起来！

我一下子全明白了：从侧面看，不等于侧过头看。侧面与正面的区别不等于视角的“侧”与“正”，而在于观察者是否以身体正对物体的侧面，视线是否垂直于物体的侧面。

怪不得孩子们！在我们成人的“想当然”中，侧面、正面的内涵十分浅显、简单。然而，孩子们究竟如何看待这两个问题，他们的想法和我们一样吗？说实话，这些问题我们关注得太少。现在看来，这当中的细节因素，如视角的调节、位置的移动等，就很值得我们仔细琢磨。

不需要再解释什么了。我真诚地邀请孩子们把身体移到小正方体的侧面

来，并再一次进行观察。“噢，原来是这样！”问题迎刃而解。

我们时常挂在嘴边的一句话是：站在孩子们的角度看问题。然而，我们却常常不自觉地以自己的思维替代孩子们的思考，以自己的主观臆断推测孩子们的认识。看来，是到了“坐下来看看”的时候了！

（2）抱起学生，让学生看到高处的风景

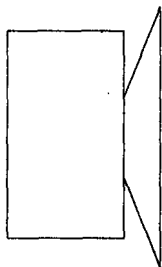
师生的平等，不仅表现在我们常说的教师能够蹲下身子，其实更可以表现在教师能够大胆地抱起学生，让学生看到高处的风景。例如，在知识的温度上热一热，激发学生的兴趣；在知识的进度上放一放，锻炼学生的能力；在知识的广度上拓一拓，开阔学生的视野；在知识的深度上挖一挖，提升学生的思维。这样，我们的教学才会更具“高度”、更显“大度”，也更有“气度”，这是一种有内涵、有品质的“生”成（让学生成功）的教学。

【案例2】“更上一层楼，你能看到什么？”

教学“三角形的认识”时，教师们经常设计这样的环节：用纸遮住一个三角形，使其露出一角，让学生判断这是一个什么三角形。学生通过分析探讨得出：如果露出的是直角（或钝角），那么这个三角形就一定是直角（或钝角）三角形；如果露出的是锐角，那么就无法判定这个三角形是什么三角形了。这样的教学设计，提高了学生学习的兴趣，使他们在“猜一猜”中深刻认识到三类三角形角的特征，效果显著。

但这一环节能否再往更深的层次去考虑，再向前迈一步呢？一节研究课让我深受启发。

在学生判断只露一个角的三角形是什么三角形后，教师出示露出两个锐角的三角形（如图），让学生判断这是个什么三角形。学生首先是根据三角形的三个角的特征来考虑，他们认为，每类三角形都有两个锐角，所以无法判定这个三角形属于哪一类。



教师对学生的这种分析给予肯定，并启发他们继续观察，看能否判定是哪类三角形。这时学生的思路不再拘于“三角形三个角的特征”上，而是结合具体的图形进行观察和思考。有些学生很快就判定它是一个钝角三角形，把遮住的那个角的两条边延伸就能发现它是个什么角了。

在教学中，教师要更多地让学生去寻找解决问题的途径，运用多种感官去参与学习、体验知识。我们如果能像案例中的执教者一样，往深层次去考虑，在原来较成功的教学设计的基础上向前再迈进一步，挖掘出培养学生能力的素材来，就能更上一层楼，站得高，看得远。

教师角色的“能屈”，更多的是为了能让自己看懂学生的心境；教师角色的“能伸”，更多的是为了能让学生看清知识的远景。

教育不是拯救，教师唯有“淡忘”、“遗忘”自己的“教主”甚至“救主”的身份，才能从根本上确立与巩固、凸显与弘扬学生的“学主”地位，让学生在學校与课堂中实现“我的地盘我做主”的美好愿景。