

快速成为名师的三个原则——

丰满却克制的设计内容

巧妙而多变的课堂技巧

不喧宾夺主的辅助手段



从教师蜕变 成名师

刘文勇◎著

你就是下一位名师!

新东方教育科技集团董事长 俞敏洪

启德教育集团首席执行官 黄 娟

中央财经大学国际经济与贸易学院教授 唐宜红

跟谁学创始人、董事长兼CEO 陈向东

国家青年千人、浙江大学研究员、博士生导师 钟文兴



联袂推荐



关注公众号免费获取
文勇老师音频解读课

机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS

文勇的
33堂名师
修养课

快速成为名师的三个原则——

丰满却克制的设计内容

巧妙而多变的课堂技巧

不喧宾夺主的辅助手段



从教师蜕变 成名师

刘文勇◎著

本书致力于通过完整且系统的讲解，实实在在地提高“一线教师的授课能力”。完全适用于教师线下课程以及线上课程的教学应用环境，分别从上课应该上什么、上课应该怎么上，以及上课可以用什么三个方面着手，深入探讨一线教学内容设计及技巧使用，并通过具体的教学案例展开细致甚至逐句的分析，将作者多年的教学经验及对授课模式的专门研究全面且系统地呈现给读者。除此之外，本书还包含针对每个模块内容而设置的具体的落地练习，读者可以按图索骥，步步为营，取得看得见的进步。

本书适用于从事英语教学的教学工作者，也适用于课堂教学研究。

图书在版编目 (CIP) 数据

33 天，从教师蜕变成名师 / 刘文勇著. —北京：机械工业出版社，2018. 10

ISBN 978 - 7 - 111 - 61221 - 6

I. ①刘… II. ①刘… III. ①英语-课堂教学-教学研究 IV. ①H319. 3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 245608 号

机械工业出版社 (北京市百万庄大街 22 号 邮政编码 100037)

策划编辑：孙铁军 责任编辑：苏筛琴 王庆龙

版式设计：张文贵 责任印制：孙 炜

保定市中国画美凯印刷有限公司印刷

2019 年 1 月第 1 版·第 1 次印刷

169mm × 239mm · 21 印张 · 1 插页 · 357 千字

标准书号：ISBN 978 - 7 - 111 - 61221 - 6

定价：49.80 元

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社发行部调换

电话服务

服务咨询热线：(010) 88361066

读者购书热线：(010) 68326294

(010) 88379203

封面无防伪标均为盗版

网络服务

机工官网：www.cmpbook.com

机工官博：weibo.com/cmp1952

教育服务网：www.cmpedu.com

金书网：www.golden-book.com

给三疯

推荐序

文勇的这本新书，关心的是教育行业中最重要的事情：教师们的自我提升。名师成长的路线或许很难重复，但那些日复一日的打磨、思考、归纳与修正的经验，相信能够给大家提供指引与共鸣。马克·吐温说“历史很难重复，但却押韵”，我想教师成长的路也是如此。

——新东方教育科技集团董事长 **俞敏洪**

很少看见文勇老师的书名那么鸡血，《33天，从教师蜕变成名师》，标题非常吸引人！我的第一反应是：那几天可以从小白成为教师？还有，我能成为教师吗？我能蜕变成名师吗？然后就鸡血满满地开始看。

一直特别佩服文勇的是他的博学，不仅引经据典，连电影、漫画什么的都用上，生动幽默，深入浅出，不用说教，却说出了很多大道理。我特别喜欢这本书，除了里面有很多干货文勇老师无私地拿出来分享了，更重要的是看见文勇那颗希望每一个老师进步的教育心，希望通过更多更好的老师去帮助更多学生的初心，特别让我感动。我为有一个这么好的同事骄傲，也为我们业界有一个这么认真无私的教育工作者庆幸！

——启德教育集团首席执行官 **黄娴**

文勇副教授不但自己愿意花费大量的时间和精力来思考和关注教学中的诸多细节，还愿意将自己的思考和实践进行归纳与总结，并与大家一起分享，实属难得。而这些授课的经验是超出学科限制的，受众面较广。我愿意将这本书推荐给刚刚走上讲台的青年教师们！

——中央财经大学国际经济与贸易学院教授 **唐宜红**

中国的教育行业正在面临巨大的升级，而教师这个古老的职业也需要不断精进才能应对这层出不穷的挑战。文勇的新书，为广大一线教师的自我认知和自我规划指出了一条不错的实现路径。

——跟谁学创始人、董事长兼 CEO **陈向东**

与其说这是一本指导教师如何上课的操作指南，不如说这是一部留学考培行业老师优秀职业素养的养成宝典。

——国际教育教师能力标准委员会 (BCSTIE) 秘书长、
全国留学英语教师学术联盟理事长 **徐清之**

文勇博士以科学家的严谨思维、文学家的流畅笔墨、段子手的幽默睿智，细致地描述了成为优秀教师的诸多方面。我将这本书推荐给青年教师。

——国家青年千人、浙江大学研究员、博士生导师 **钟文兴**

不得不赞叹文勇的勤奋，转眼间，又一部专著要面世了。而这一本，我多希望他在 20 年前出版，让当时刚刚开始从事教学工作的我，能有一本深入浅出、满满干货的教学指南。

有幸在出版前就拿到几十页样章。依旧是幽默的风格、清晰的逻辑，如行云流水。文勇真是一位慷慨的作者：把对教学的感悟和经验精华完全展示在读者面前，并切中教学过程中每一个痛点和难点。文勇真是一位体贴“学生”的老师：不仅在每一重要的教学方法要点之后，给出了教学活动设计或反思练习，每一个练习还给出了“参考答案”案例。如此友好而直接的帮助，真是让人意外惊喜，击节赞叹。当然，对于曾经作为文勇读者或学生的教师们，大抵对他的这种细致风格，已经习惯了吧！

借一句经常被引用的话 (by William A. Ward) “普通老师讲述，好老师释疑，非凡老师行道示范，伟大老师激发灵感”，来感谢文勇：你的示范，将激发多少英语教师的灵感！将帮助多少学子打开世界的大门！善莫大焉！

——ETS 官方托福顾问、Propell 托福教师研讨会讲师 **朱翀**

文勇老师一直是语培行业的先驱和领军人物，他的学者风范和科学思维在本书中体现得淋漓尽致，无论是线性思维方式还是结构化授课都给行业内不成体系的教学现状建立了明确的标准，《33 天，从教师蜕变成名师》必将成为语培行业的圣经，开辟一个科学治学、逻辑授课的新时代。

——云莘英语创始人 **李达**

文勇老师是圈内非常勤奋的一位老师，从业以来一直笔耕不辍，所著的各出国留学考试类参考书籍长期霸占着畅销榜。这次的新作是他把“魔爪”从指导学生学习的领域转移到指导教师提高业务水平方面的极有意义的尝试，也非常具有创新和实用性。

众所周知，教师培训难，一是教学中通法较为抽象，在缺乏大数量案例的经验积累前提下不容易实施知识迁移与推广。二是不同学科教学特点差异较大，不容易形成通法。三是对师训，尤其是短期培训行业的师训，进行的科学性、操作性研究在国内还属于很初级的阶段。大部分机构的所谓师训，实质上还停留在批课、磨课等依赖非系统形式的低效随机层次。文勇老师的新作，实际上是他在教师业务水平提高方面一个系统性的尝试，通过对教学高频情景的有效切分，以提供情景的具体解决方案建议，去扎实地解决教师的实际问题，同时又形成了一定的系统性和对解决问题的开放性，并融合了参与尝试的大量基层教师的智慧与经验。这使得本书成为一本理论性和操作性都有较高价值的创新作品，相信对培训行业教师提高业务水平大有帮助。

——中国著名出国考试培训领域权威、从事出国考试培训16年、新东方广州分校初创时期元老、优生项目开创者并曾任分校校长 **黄卓明**

经验和天分并不是成为好老师的必要条件，科学的训练、投入更多时间观察学习，才能带来自我成长。《33天，从教师蜕变成名师》是所有想要获得自我提升的老师的必备读物。

——启德考培产品中心北美项目负责人 **陈佳东**

平日聊天时，文勇老师经常能用简短但准确的语言表达一个大家说不清楚的观点。这本书便又是一例。

——清华大学 **姚班 董沛**

文勇的减肥壮举不大容易复制，但是他的教学经历相当值得参考。在出国考培领域，我只看文勇。

——最敢说真话的自媒体“我叫MKT”

文勇老师是一个非常能折腾的斜杠学者，是国内留学领域少有的高学历大咖，多年来一直笔耕不辍，从早期被考生视为备考圭臬的黄金阅读，到后期一系列的备考教材，成为广大考生留学路上的良师益友。这本《33天，从教师蜕变成名师》是他多年一线教学的心血结晶，把留学教学领域的教学方法阐述得极为清晰，填补了留学语培行业教师系统培训理论的空白，成为留学行业老师的必备参考用书。

——青岛大学 SAT 中心主任 **高志龙**

教学是一项要求多能力结合的工作。成为合格的教学工作者需要长期打磨进而达成意识和实践层面的提升。文勇老师在本书中不仅仅展示了教学的理论和实践方法，更深入浅出地阐明成为一个优秀教师的高效路径，以及如何让你的课程变得有效 + 有趣的独家秘笈。

新老师可以从中学学习到提升教学能力的不二法门；有经验的老师从中可获得共鸣和启发；教学管理者，可以整理出教学管理的核心要素和理念！满满干货！

——启德考培教学总监 **陈思请**

文勇是我相识近十年的老友。在绝大多数留学语培行业里的其他从业者还在做着 PPT 教研的时候，文勇就已经把以 TOEFL 为代表的考试培训的知识点图谱整理完毕，并制作完成了知识点相配合的原创习题。不可谓不是留学语培行业里的一股清流。《33天，从教师蜕变成名师》不仅仅是文勇 10 多年来的教学经历的总结，更是文勇从学生的老师到老师的老师的一次华丽的蜕变。真心希望这本文勇呕心沥血完成的《33天，从教师蜕变成名师》可以帮助到更多的老师完善自己的教学，并最终可以服务好更多学生。

——卓出教育联合创始人 **刘翟**

This is a fantastic teaching manual. It provides a well-organized curriculum that is both grounded in educational theory and easy to digest. Insightful and comprehensive, the information is structured in a way that

speaks directly to educators in the Chinese context, and the format of the book makes it practical as both a reference book and a workbook. This is a great resource for individual teachers, as well as for training programs at educational institutions aiming to raise the overall level of a varied teaching team.

——EIC Training Director **Johnny Yang**

谦谦君子，文如其人。

深入浅出，旁征博引。

经验与思考同行，用心和理性并存。

不管您是什么阶段的教育工作者，定能从此书中解除疑惑，获得启发，找到灵感。

——启德考培产品中心英联邦项目负责人 **邱洁玉**



01 教学是一门艺术

原始人中擅长沟通的人成了巫师，别人负责打猎，而他负责吃饱喝足、与神说话聊天^①；诸葛亮舌战东吴群儒，比20万士兵厉害，自然封侯拜相得意扬扬。显然，交流就是生产力，“善于表达”是一种值得被每一个人细细打磨的工作技巧。更何况我们是老师。

Education is more an art than a science.

—Walter Phelps Hall

虽然我们常常会说：“教育不是科学，而是艺术。”但我们并不因此放弃追寻成为优秀教师的可能规律。常有人认为，一个好的课堂是“欢声笑语的课堂”^②。但这个结论怕是过度地强调了幽默的重要性，令绝大部分新教师们望而生畏。诚然，幽默是有效课堂中的一环，但并不是最重要的，更不是全部。将幽默视作对课堂的一大要求不合宜，并不是因为幽默对课堂无意义，而在于幽默的能力大抵源于天赋，难以被模仿或复用。幽默的人做老师自然就幽默，我们却很难要求一个并不爱开玩笑的新教师幽默起来。真正值得被强调的，也能够被下功夫去准备的，是如下这三个方面：1) 丰满而克制的设计内容；2) 灵活且多变的课堂技巧；3) 有效却不喧宾夺主的辅助手段。这也就是我在这本图书里准备与大家探讨的三个话题。

① 当然了，讲得不好的巫师只能被其他原始人吃掉。

② 国内的巨型培训机构“新东方”居然还因此遭受了许多无端指责。

02 上课需要考虑的要素很多

我写过好多好多本书了：37本考培图书，3本学术专著。看上去很多，可相比于上课，还是写书容易些^①。因为书本有天然的结构框架：重要的东西可以加粗，也可以罗列一个目录，让读者瞬间提纲挈领地了解作者所要表达的内容。更关键的是，学生读书是一个主动适应的过程，作者只顾表达清楚便是，读者自然会根据自身的水平来调整最佳的阅读速度。好理解的部分读者会读得快些，而难的部分，自然会减慢阅读速度。

可是上课则大不相同。

尽管我已经在一线教了十几年书了，却依旧在每一次上课时都如履薄冰。因为即便有了板书（或幻灯片等其他教辅工具）的协助，在绝大多数情况下学生们听课的过程还是一个线性的过程：如果把听课抽象成为很多信息钻入学生脑子里面的过程，那么对于学生来说，他们所收到的若干信息，在形式上并不会自然带有主次、结构、关系、框架的概念。老师们要尝试通过很多办法，譬如语音语调变化，结构化内容设计，或是配套、伏笔、印证等方法来促使这个线性的过程变成有序框架。具体我们该如何做到这一点呢？让我卖个关子，以上所提及的若干关键词，我都留着与你在书中讨论“结构化”的章节时来分享。

对了，当我在讨论影响课堂的若干要素时，我尽可能脱离了具体的科目。尽管不时用托福、雅思、GRE等科目举例，但这些要素同样适合于其他科目的教学。

03 上课的现场感很重要

社会变化很快，我从2015年开始转型写代码，因为我相信计算机（当时还不流行AI的概念）将会改变一切。如果这一切是真的^②，那老师上课中有什么东西是很难被替代的？我想上课所营造的“现场感”应该是一个重要的方面。

什么是现场感？让我举一个例子：我是一个NBA球迷，每天沉迷于NBA的

① 此处有明显的谦虚成分，哈哈哈哈哈，因为写书其实也有许许多多需要注意的要素，找机会一定与大家分享这些小窍门。

② 至少从热火朝天的资本市场对教育品类计算机技术的投资浪潮之中，我们能够清晰地感受到“计算机力量将给教育模式带来巨变”的可能性。

转播视频之中。后来有一次真的有机会坐在球场里，感受到球员出场时的喷火器热浪糊在脸上，看到一群两米多、三百斤的大汉在四百平方米的场地上横冲直撞，听到天崩地裂的欢呼呐喊，震得我耳膜发疼、心脏发慌，我才感觉到自己进入了一个新的娱乐项目。最重要的是，之后即便是看视频直播，我也更加感同身受。

作为老师，我们亦是如此，追求现场感，想让知识真正地融入学生自己的知识体系中，也只有这样，学生才会对知识真正意义上地感同身受。即便是离开了课堂也忘不掉，才好。如何做到这一点，除了天赋之外，有若干值得尝试的准备工作，在本书第二章的末尾处我们将讨论到。

04 练习对学生来说很重要，对老师也一样

当本书就要付梓的时候，编辑老师说“尽管内容精彩且扎实，但感觉还缺点儿具体的落地指引”。我当然能意识到，这句评论的前半部分是为我保全面子（我仍享受得很），后半部分才是人家真正想说的。我心里有些嘀咕：书都快要出版了，才提这种问题，而且不是已经设计了练习题了吗？直接做就好了啊，这难道还不够清晰吗？难道还得有个参考答案？这样愤愤不平的想法，一直在我心中萦绕。

直到2018年1月的线下教师研修班课上，我突然起意，让班上的每一位老师同仁来挑选或者被分配练习题，排好序，然后到了自己所属日期的那一天就在微信中进行分享。而我自己，则承诺陪每一位同仁一起写作业。每天写一个参考答案，供大家参考的同时，也供大家伙儿批评。

我从来都拥有冒冒失失的人生：在当众做出这个承诺之前，我压根儿一篇作业的参考答案都没有准备好。但这不重要，反正大话已经说出去了。一次作业无非两三千个字而已，坚持二十一天，中间不停息，就好了。

于是我开始了。

其实一天写两三千个字并不是一件不可能做到的事情：大概是一个小时多一点的工作量。我坚持了二十一天，一共写了十万字（含文本）。早上起床之后写一个初稿，晚上睡觉之前修订一下，然后发到群里供大家伙儿参考。早上喝咖啡，晚上喝红牛，实在不行就做俯卧撑，有奇效。然后，我写完了。

这就是大家所看到的：这本书每一个小节的末尾处，都有一个关于本节内容的思考题，以及我对这个思考题所做的参考答案。尽管这个参考答案我自己

也未必完全满意，但大家至少可以做个参考，最好大家自己也试着动动手，真的把书里所讨论的诸多要素给融会贯通且归纳吸收。真正让这本书能够帮助你们少走一些我自己曾经走过的弯路。

05 感谢

让我感谢一下我的团队：我们之间从来不是从属关系，而是维持了一种奇妙的共生关系。你们保护、培育甚至纵容了我脆弱的创造力：保护我远离诸多风暴，培育我生长出一种难以言表的自信力量，纵容我进行各种诡异的尝试。这种力是“我”的，更是“我们”的财富。如果这源源不断的创造力是一种有效的商业竞争资源，那么这种资源将由保护这种创造力的人所共同拥有。

感谢这么多期研修班的每一位同仁，我无偿地享受了你们的诸多反馈，更感谢你们的陪伴。

06 最后的话

在漫长的教师生涯中，我曾无数次地想要放弃这个低薪的职业，但却总会被奇妙的成就感鼓舞。阿瑟·克拉克（Arthur C. Clarke）^①曾说过：

任何足够先进的科技，都与魔法无异。

Any sufficiently advanced technology is indistinguishable from magic.

若是沿用这个说法，教师作为传递知识的职业，就是那传递魔法口诀给新人的大法师。这个人设简直太刺激了，听得鸡皮疙瘩都要起来了，如何能舍得放弃啊。

我猜想你们也如此吧。那么，让我们一起来修炼更厉害的魔法吧。

文勇

2018年夏

① 英国科幻小说家。其科幻作品多以科学为依据，小说里的许多预测都已成现实。尤其是他的卫星通信的描写，与实际发展惊人地一致，地球同步卫星轨道因此命名为“克拉克轨道”。

目录

Contents



推荐序

前言

■ 第一章 上课应该上什么？

丰满却克制的设计内容 / 001

第一节 总论 / 003

- Day 1 1 别怕上课内容重复：为了更好地改进 / 004
- Day 2 2 别想什么都能教完：努力克制地表达 / 015
- Day 3 3 不同教学目标分层：知识知晓或熟练 / 028
- Day 4 4 分级教学引申探讨：颗粒化知识分割 / 036

第二节 构造 / 043

- Day 5 1 建立稳定的学生预期：授课内容的结构化 / 044
- Day 6 2 授课内容的前后联系：埋下伏笔的内容对应 / 061
- Day 7 3 课堂内容的使用路径：如何使教学建议可行 / 070
- Day 8 4 学生最感兴趣的内容：创造有效的学习技巧 / 083
- Day 9 5 考试的经验主义“巫术”：识别并归纳后的“诡计” / 092
- Day 10 6 体系化的记录与穷举：老师辛勤工作的理想 / 110
- Day 11 7 练习的构造及其目标：为什么逼迫学生练习 / 116

第三节 阐述 / 124

- Day 12 1 数据罗列：最强壮的说服工具 / 125
- Day 13 2 类比：说服中的思维跳跃与并线 / 133
- Day 14 3 举例：如何选择最有效的课堂案例？ / 141
- Day 15 4 共同价值观：说服中的秘密武器 / 150

第四节 扩充 / 156

- Day 16 1 题型之间的扩充 / 157
- Day 17 2 科目之间的扩充 / 170
- Day 18 3 学科之间的扩充 / 193

■ 第二章 上课应该怎么上?

巧妙而多变的课堂技巧 / 203

第一节 准备工作：教学中的自我反思 / 205

Day 19 1 自我主动反思：录音 / 206

Day 20 2 学生帮助反思：反馈 / 212

Day 21 3 同事帮助反思：批课 / 220

Day 22 第二节 如何使同样的教学观点变得更具吸引力? / 234

第三节 如何建立最大说服效果的权威感? / 241

Day 23 1 自述权威或是他述权威 / 243

Day 24 2 使用最新信息制造权威感 / 250

Day 25 3 使用历史信息制造权威感 / 257

第四节 如何在课堂中让学生感到亲切? / 265

Day 26 1 使用自身经历：“学生是曾经的我。” / 266

Day 27 2 揣摩学生心思：“如果我是学生呢?” / 271

Day 28 第五节 通过互动保持亲切：无可替代的现场感 / 279

Day 29 第六节 如何使学生受到两种激励? / 285

Day 30 第七节 如何在课堂中适当展现幽默? / 294

■ 第三章 上课可以用什么?

不喧宾夺主的辅助手段 / 301

Day 31 第一节 如何控制自己的声音来帮助学生理解教学内容? / 303

Day 32 第二节 如何选择更适合自己的课堂展现工具? / 307

Day 33 第三节 最新的计算机系统到底能带给老师怎样的改变? / 318

第一节 总论

我们在第一章的目标是讨论作为老师，我们所要教授的课堂内容应该如何才能被设计出来；期待即便是对设计内容胸有成竹的老教师，也能够通过本章内容来了解如何增补、打磨乃至修订课堂内容。课堂内容重要却难以讨论：每个老师的授课科目不同，习惯不同，面对的学生也不相同。让我们先从“总论”开始说起。看上去“总论”的内容并不涉及具体的内容构造技巧，却都是十分有益的操作路径。让我们一起来开始探讨吧：)

