

专业、权威、实用的教师培训经典用书

# 给教师的 40堂培训课

The Ten-Minute Inservice  
40 Quick Training Sessions that Build Teacher Effectiveness

教师学习与发展的最佳实操手册



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

40天，每天10分钟，快速打造卓越教师

继畅销书《给教师的101条建议》《“互联网+”时代，如何做一名成长型教师》

(《中国教育报》“影响教师的100本图书”)

《从优秀教师到卓越教师》(浙江省教师节用书)之后，

作者首度公开全美教师培训精华



专业、权威、实用的教师培训经典用书

The Ten-Minute Inservice  
40 Quick Training Sessions that Build Teacher Effectiveness

# 给教师的 40堂培训课

教师学习与发展的最佳实操手册

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

40天，每天10分钟，快速打造卓越教师



中国青年出版社  
CHINA YOUTH PRESS



中文传媒

## 图书在版编目(CIP)数据

给教师的40堂培训课：教师学习与发展的最佳实操手册 / (美)托德·威特克尔，  
(美)安奈特·布鲁肖著；张乐译。—2版。—北京：中国青年出版社，2019.1

书名原文：The Ten-Minute Inservice: 40 Quick Training Sessions that Build Teacher Effectiveness  
ISBN 978-7-5153-5278-7

I . ①给… II . ①托… ②安… ③张… III . ①师资培训 IV . ① G451.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 198934 号

All Rights Reserved. This translation published under license. Authorized translation from the English language edition, entitled The ten-minute inservice: 40 quick training sessions that build teacher effectiveness, ISBN 978-1-118-47043-5, by Todd Whitaker, Annette Breaux, Published by John Wiley & Sons. No part of this book may be reproduced in any form without the written permission of the original copyrights holder

Simplified Chinese translation copyright © 2014 by China Youth Press.

## 给教师的40堂培训课：教师学习与发展的最佳实操手册

作者：[美]托德·威特克尔 安奈特·布鲁肖

译者：张乐

责任编辑：肖妩嫔

美术编辑：靳然

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：010-65511270/65516873

公司网址：[www.cyb.com.cn](http://www.cyb.com.cn)

购书网址：[zqwts.tmall.com](http://zqwts.tmall.com) [www.diyijie.com](http://www.diyijie.com)

印刷：三河市文通印刷包装有限公司

版次：2014年1月第1版

2019年1月第2版

印次：2019年7月第2次印刷

开本：787×1092 1/16

字数：140千字

印张：15

京权图字：01-2013-2424

书号：ISBN 978-7-5153-5278-7

定价：39.90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。

中青版图书，版权所有，盗版必究

此为试读，需要完整PDF请访问：[www.ertongbook.com](http://www.ertongbook.com)

# 目 录 *Contents*



前言 给孩子最好的教育 / 003

## 第 1 部分 课堂管理 009

---

- 第 1 课 吸引学生的注意力 / 011
- 第 2 课 让学生遵守课堂纪律的秘诀 / 017
- 第 3 课 有效处理学生的不当行为 / 024
- 第 4 课 鼓励学生“犯错” / 030
- 第 5 课 消消气，别发火 / 035
- 第 6 课 教师最容易犯的错误 / 040
- 第 7 课 学会合理忽视小问题 / 045
- 第 8 课 控制情绪的小技巧 / 052

## 第 2 部分 教学实践 059

---

- 第 9 课 高效教学的诀窍 / 061
- 第 10 课 优秀的教学是练出来的 / 066
- 第 11 课 认真规划课堂上的每一分钟 / 070
- 第 12 课 像最好的演员一样教学 / 076
- 第 13 课 像伟大的教练一样授课 / 080
- 第 14 课 掌控你的课堂 / 086

第15课 每堂课都要有意义 / 091

第16课 令教学充满乐趣的50个方法 / 096

### 第3部分 改善教学氛围

---

101

第17课 如何赢得学生家长的支持 / 103

第18课 每天问候学生 / 108

第19课 做一个善意的提醒者 / 113

第20课 为学校感到骄傲 / 117

第21课 赞美学生 / 124

第22课 如何应对消极的同事 / 129

第23课 10分钟教室大变样 / 134

第24课 巧妙利用教师休息室 / 139

第25课 和家长进行有效的沟通 / 144

### 第4部分 提升教学水平

---

151

第26课 教师评测卡 / 153

第27课 最好的建议来自学生 / 160

第28课 在同事中找一个“学习好朋友” / 164

第29课 经验分享会 / 168

第30课 观摩卓越课堂 / 174

## 第5部分 如何成为卓越教师

---

179

第31课 以学生为第一要务 / 181

第32课 赢得学生青睐 / 187

第33课 专业的态度 / 192

第34课 改变关注点 / 198

第35课 笑容的魔力 / 204

第36课 你还好吧? / 209

第37课 成为学生喜欢的教师 / 214

第38课 榜样的力量 / 218

第39课 道歉心理学 / 222

第40课 教师的信条 / 227

结语 教师的进步能让孩子发现最好的自己 / 232

专业、权威、实用的教师培训经典用书

The Ten-Minute Inservice  
40 Quick Training Sessions that Build Teacher Effectiveness

# 给教师的 40堂培训课

教师学习与发展的最佳实操手册

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

40天，每天10分钟，快速打造卓越教师



中国青年出版社  
CHINA YOUTH PRESS



中文文艺

## 图书在版编目(CIP)数据

给教师的40堂培训课：教师学习与发展的最佳实操手册 / (美) 托德·威特克尔，(美) 安奈特·布鲁肖著；张乐译。—2版。—北京：中国青年出版社，2019.1

书名原文：The Ten-Minute Inservice: 40 Quick Training Sessions that Build Teacher Effectiveness  
ISBN 978-7-5153-5278-7

I. ①给… II. ①托… ②安… ③张… III. ①师资培训 IV. ①G451.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 198934 号

All Rights Reserved. This translation published under license. Authorized translation from the English language edition, entitled The ten-minute inservice: 40 quick training sessions that build teacher effectiveness, ISBN 978-1-118-47043-5, by Todd Whitaker, Annette Breaux, Published by John Wiley & Sons. No part of this book may be reproduced in any form without the written permission of the original copyrights holder

Simplified Chinese translation copyright © 2014 by China Youth Press.

## 给教师的40堂培训课：教师学习与发展的最佳实操手册

作者：[美] 托德·威特克尔 安奈特·布鲁肖

译者：张乐

责任编辑：肖妩嫔

美术编辑：靳然

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：010-65511270/65516873

公司网址：[www.eyb.com.cn](http://www.eyb.com.cn)

购书网址：[zqwts.tmall.com](http://zqwts.tmall.com) [www.diyijie.com](http://www.diyijie.com)

印刷：三河市文通印刷包装有限公司

版次：2014年1月第1版

2019年1月第2版

印次：2019年7月第2次印刷

开本：787×1092 1/16

字数：140千字

印张：15

京权图字：01-2013-2424

书号：ISBN 978-7-5153-5278-7

定价：39.90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。

# 前言

*Introduction*



## 给孩子最好的教育

你希望学生热爱课堂吗？你希望学生在未知的道路上勇敢前行吗？你希望自己成为卓越教师，并为学生创造一个轻松愉悦的学习环境吗？那么，请努力提高你的教学技能吧，本书将为你提供40堂美国最权威的教师培训课程，我们用这40个方法成功地让成千上万的教师快速成长为卓越教师。

也许你现在正忙于各种教学琐事，也许你的工作中总是充斥着会议、项目以及各种各样的紧急事项，甚至忙得连喝水的时间都没有，更别提专心研究教学技巧和参加教师培训了。那么，在如此忙碌的工作节奏中，我们如何才能提高自己的教学水平，给孩子们最好的教育呢？

本书所介绍的40堂教师培训课程，将以简洁明了的方式教会你如何成为卓越教师。本书中每一堂课都是相对独立的，因此你可以根据自己的实际情况，自行选择教学安排和进度。我们在每一堂课中将教给你一项简便、易行以及十分有效的教学方法，最为关键的

是，它只需花费你短短的10分钟时间。

本书最重要的目的就是要让每个教师都对教学充满激情，并迫不及待地第二天的课堂上实践自己在本书中所学到的新技巧、新方法。通过本书，你将领会高效教学的诀窍，并开始期待每一堂全新的课程。

**真相：优秀的教学方法能造就优秀的学生，有效地提高成绩。**

如果你是一名刚入职的新教师，你的进步则意味着你班级里所有学生都将获得进步。如果你是一名经验丰富的老教师，你在原有基础上获得的更大进步，则意味着班级里的所有学生也将获得更大的进步。如果你是一名优秀的学校管理者，那么你的职责就是让每位教师每天都能持续不断地进步，这样，学校里所有的学生也都会获得更快的进步。

现在，马上开始你的教学培训旅程吧！我们坚信，你一定能借助每次短短10分钟的课程和简单的步骤，学会运用这些简便、高效的方法，从一点一滴开始做出改变。一旦你做到了这些，你的每一堂课、每一位学生都将比昨天更加进步，而你也将因此成为更加优秀的教师，更加卓越的教育领导者！

# 目 录 *Contents*



前言 给孩子最好的教育 / 003

## 第 1 部分 课堂管理 009

---

- 第 1 课 吸引学生的注意力 / 011
- 第 2 课 让学生遵守课堂纪律的秘诀 / 017
- 第 3 课 有效处理学生的不当行为 / 024
- 第 4 课 鼓励学生“犯错” / 030
- 第 5 课 消消气，别发火 / 035
- 第 6 课 教师最容易犯的错误 / 040
- 第 7 课 学会合理忽视小问题 / 045
- 第 8 课 控制情绪的小技巧 / 052

## 第 2 部分 教学实践 059

---

- 第 9 课 高效教学的诀窍 / 061
- 第 10 课 优秀的教学是练出来的 / 066
- 第 11 课 认真规划课堂上的每一分钟 / 070
- 第 12 课 像最好的演员一样教学 / 076
- 第 13 课 像伟大的教练一样授课 / 080
- 第 14 课 掌控你的课堂 / 086

- 第15课 每堂课都要有意义 / 091
- 第16课 令教学充满乐趣的50个方法 / 096

### 第3部分 改善教学氛围 101

---

- 第17课 如何赢得学生家长的支持 / 103
- 第18课 每天问候学生 / 108
- 第19课 做一个善意的提醒者 / 113
- 第20课 为学校感到骄傲 / 117
- 第21课 赞美学生 / 124
- 第22课 如何应对消极的同事 / 129
- 第23课 10分钟教室大变样 / 134
- 第24课 巧妙利用教师休息室 / 139
- 第25课 和家长进行有效的沟通 / 144

### 第4部分 提升教学水平 151

---

- 第26课 教师评测卡 / 153
- 第27课 最好的建议来自学生 / 160
- 第28课 在同事中找一个“学习好朋友” / 164
- 第29课 经验分享会 / 168
- 第30课 观摩卓越课堂 / 174

## 第5部分 如何成为卓越教师

---

179

第31课 以学生为第一要务 / 181

第32课 赢得学生青睐 / 187

第33课 专业的态度 / 192

第34课 改变关注点 / 198

第35课 笑容的魔力 / 204

第36课 你还好吧? / 209

第37课 成为学生喜欢的教师 / 214

第38课 榜样的力量 / 218

第39课 道歉心理学 / 222

第40课 教师的信条 / 227

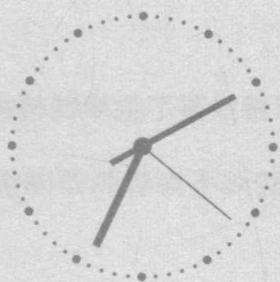
结语 教师的进步能让孩子发现最好的自己 / 232



# PART 1

*Classroom Management*

## 课堂管理





## 第1课

# 吸引学生的注意力



### 目标

真相1 所有优秀教师都掌握了高效管理课堂的方法。

真相2 即使最优秀的教师也会不断努力提高自己的课堂管理水平。

真相3 并不是所有的教师都能高效管理课堂。

真相4 没有高效的课堂管理，高效教学实践就无从谈起。

真相5 所有教师都希望提高自己，但很多人因为管理水平不高而失败。于是又回到了真相1：所有优秀的教师都掌握了高效管理课堂的方法。