



六字教学真经，点亮我的从教之路

□冯恒仁

不少新教师入职初期，都会陷入一种“无效努力”的困境：备课细致入微，授课面面俱到，整日扎根课堂、埋头批改作业，最终教学成绩却不见起色。刚参加工作时，我也曾走入这样的典型误区。幸而恩师传授我“留白、留痕、留意”六字教学真经，让我及时走出教学困境。

20世纪80年代末，我师范毕业，被分配到一所偏远的农村初中任教。报到之初，我结识了谦和干练、经验丰富的学校数学教研组长钱老师。初到学校时，他热心帮我安顿住宿、办理入职手续，校长也特意叮嘱我多向这位资深骨干教师学习。开学后，我顺利与钱老师结成师徒对子，在他的一对一帮扶下潜心备课授课，我立志尽快站稳讲台。

为站稳讲台，我尽心打磨教学，精细打磨课堂各个环节，教案翔实、事事亲力亲为，坚信只要我足够付出，学生便能学好。

可入职后的首次统考，我所带班级成绩垫底。深耕教学却收效甚微，让我倍感委屈迷茫，随即向恩师钱老师倾诉困惑。钱老师肯定了我的备课功底与课堂把控能力，同时点出核心问题：我的课堂讲解过满、包办过多，没有留白，学生没有独立思考的空间，教学讲究的是方法，而非时间和体力。

过度包办课堂看似尽责，实则弊端重重：学生被动接收知识，无需动脑试错、自主归纳，长期如此会弱化学生的思维能力与学习主动性，看似饱满的课堂实则低效。钱老师以数学教学举例，基础题型梳理、错题归纳等内容，均可交由学生自主完成，教师再针对真实问题精准点拨，远比单向灌输效果更好。他让我明白，教师重在引导，学生才是学习成长的主体。这番话彻底颠覆了我的教学认知。我随即调整课堂模式，减少满堂讲授，为学生留出充足的思考、讨论

与练习时间。初期我虽心存顾虑，但实践证明，课堂留白、适度放手有效调动了学生主动性，课堂互动愈加活跃。之后，我持续优化教法、摒弃满堂灌，班级成绩稳居前列。在入职后的第三年，学校破格安排资历尚浅的我接手初三毕业班教学工作。

这在当时的学校是从未有过的情况。我向钱老师吐露了自己的顾虑。他告诉我，毕业班压力大，但也是教师成长最快的阶段。毕业班题型综合、备考节奏紧凑，能快速打磨教师的课堂把控能力和教研思维。他让我放心尝试，全程陪我磨课研课，有问题随时沟通。

同时，他又给了我两个受用终身的教学建议。第一是教学留痕。毕业班课堂生成资源丰富，学生的巧妙解法、课堂亮点与共性问题都极具价值，及时复盘记录，既能优化备考课堂，也能沉淀专属教研经验。第二是用心留意。教学

切忌机械照搬经验，需结合学情灵活调整；教师既要深耕学科知识，也要研习教育心理，遵循教育规律、读懂学生，才能让教学方法真正落地见效。

简单的几句话，驱散了我的焦虑。我不再盲目埋头教书，而是开始带着思考上课、带着反思成长，找到了清晰的职业提升方向。此后我常年承担毕业班教学工作，持续打磨课堂、沉淀教研，教学成绩稳步提升。几年后，凭借稳定的教学能力，我被调入高中任教。

离开初中校园后，我一直感念钱老师的教诲。从前每年我都会专程返校看望他，他退休移居苏州后，我便常年电话问候。每次说起当年的指点，他从不居功，只说我自己勤奋肯钻研。

如今我也开始帮扶学校的新教师。看着很多年轻人和当年的我一样，埋头苦干却收效甚微，我总会把“留白、留痕、留意”这六个字分享给大家。

群诗教学的“种子”长成了树

□程 霖

于我而言，对群诗教学的探索，始于一粒偶然落下的“种子”。初登讲台第一年，年级组安排我执教公开课，篇目是李白的《峨眉山月歌》。经过反复打磨，这堂课收获了学生的热烈反响与教研组的一致好评。课堂上的美好体验，像一粒种子，悄然在我心底扎了根。

不久后的另一节公开课，我接触到李白的《渡荆门送别》。深夜研读文本时，我发现这首诗与《峨眉山月歌》创作于同一时期，皆是诗人青年时仗剑出蜀、远赴他乡的作品。一个想法油然而生：将两首诗串联讲解，能让学生更全面地感受青年李白的意气风发。就这样，我的诗歌教学探索从单篇研读，逐步转向群文阅读。群诗教学的这粒种子，悄然绽放第一朵花。

一年后，市级青年教师教学大赛如期举行。为全力备赛，无数个夜晚，我守在学校一楼录播教室，桌前堆满教案与诗集，静谧的夜里

只余下阵阵打字声。忙碌至凌晨一点，《身陷苦与冷，心犹系民艰》主题群诗课例终于完成。我提炼出《石壕吏》之“苦”、《茅屋为秋风所破歌》之“冷”、《卖炭翁》之“惨”，希望学生通过比较阅读，深刻体会几位诗人忧国忧民的情怀。时至今日，我依旧记得深夜走出教室时，头顶一轮明月皎洁如盘，校园里桂香悠悠。此次比赛我最终斩获二等奖，心中虽有遗憾，收获却更为丰富——对群诗教学的深度思考与实践，远比奖项更有价值。彼时我便心生期许，愿群诗教学这朵花，能如校园里的桂花树一般，深深扎根课堂，常驻学生心间。

就在这时，我有幸跟随特级教师袁老师参与《初中语文1+X比较阅读》一书的编写工作。整个盛夏，我伏案深耕、研读各类教材，对群诗教学形成了更为系统的认知，也越发坚定了深耕研究的决心。之后，我怀着忐忑的心情，提交了

市级课题《“1+X”模式下群诗阅读教学研究》的立项申请。令人欣喜的是，在收到书籍样刊的同时，课题立项通知书也接踵而至。我既激动又倍感压力：群诗教学的研究构想终于落地，但前路该如何走？怎样才能让群诗教学的芬芳，走出我的课堂，惠及更多师生？

课题研究之路从非坦途。组建团队、撰写报告、开展实践，每一步都是全新的挑战。我与团队潜心钻研，打造的多个课例在各级赛事中频频获奖。从秋日群诗、建安诗文，到李清照专题、乡愁曲作等系列课程，教学形式持续创新。课堂上学生踊跃参与、学以致用，真实的反馈，让我们不断感受到群诗教学独有的价值与魅力。

课题推进的三年间，我和团队在群诗教学领域踏实耕耘，按照“准备—实施—总结”三个阶段稳步推进工作。我们系统梳理部编版初中古诗篇目，确立多项教学议题，累计开发13个精品课例，

配套形成多套教学设计与课件；先后开展3次问卷调查、12次课题研讨，及时优化研究策略，推动理论与实践深度融合。团队累计发表论文4篇，我自己编著著作2部，搭建起“选诗—设问—活动—评价”完整教学模式。研究期间，课题组斩获省级奖项2项、市级奖项14项，指导学生发表作品6篇。如今，本课题已顺利结项。

一路走来，我亲眼见证群诗教学从一粒兴趣种子，生根、萌芽、开花，直至枝繁叶茂、馨香满园。借着这份收获，今年我又申报并成功立项省级作文教学研究课题，即将在语文教育的园地里，栽下另一棵新的“花树”。

回望这段求索之路，我深有感悟：请珍视教育路上每一个萌生的兴趣点，它或许就是职业成长的一粒种子，指引我们走上专业研究之路。只要始终坚守、用心浇灌，终会等到繁花满树、香气满园的美好光景。

教子有方

我和儿子的『反向监督』契约

□段小华

当班主任十几年了，我总觉得自己也算是个“教育老手”。无论面对多么“调皮捣蛋”的学生，我总能找准方法、摸出门道。可面对8岁的儿子，那些在班级里屡试不爽的招数，竟完全不起作用。尤其是每天辅导作业时，看着他龙飞凤舞的字迹，我总会火气上涌。我忍不住在一

旁提醒，俨然成了专职“监工”，嗓门也不自觉抬高：“字怎么写成这样！一笔一画认真写！”或许是碍于我的威严，他当下能把字写工整，可到了第二天，作业依旧让人头疼，不是字迹歪歪扭扭，就是笔画出错。每天为作业争执，家里气氛总是紧绷，我身心俱疲，儿子也满心委屈。

前段时间，我读了刘一乐的《和孩子沟通的底层逻辑》，书中不少观点令我深受启发。书里提到“冰山理论”：孩子表面的拖拉、敷衍、字迹潦草，只是冰山露出水面的角。水面之下，往往是孩子缺乏内在动力，或是对家长无声的抗拒。

我这才猛然醒悟，大吼大叫根本解决不了根源问题。想让孩子写好字，单靠我时刻紧盯行不通，必须把“要我写”转变成“我要写”，唤醒他的内驱力。

该如何做出改变？我想起班里曾有个书写潦草的男孩，我用主题贴纸积分制帮他慢慢改正了书写习惯。于是我决定把这个方法用在家里。既然是居家相处，我便不能再端着“班主任”的架子。我决定改变相处模式，不再只是我单方面评价孩子，而是换成双向监督、互相打分。

晚饭后，我把儿子叫到身边，面露难色地说：“儿子，妈妈最近有个烦恼。下班后我总忍不住看手机，不仅伤眼睛，也少了很多陪你玩耍的时间。这个坏习惯我总改不掉，你已经是8岁的小男子汉了，能不能帮帮妈妈，当我的监督员？”

一听说当妈妈的监督员，儿子立刻来了兴致，眼里闪着光，用力点点头，拍着小胸脯爽快地答应下来。

我趁热打铁，拿出提前准备好的贴纸，和他郑重签下这份“反向监督契约”。规则很简单：如果晚上我能管住自己，不玩手机，专心陪伴他，就能获得一张“自律贴纸”；他如果不用我提醒，自觉把作业写工整，同样可以得到一张贴纸。谁先集齐十枚贴纸，就要满足对方的一个心愿。

契约生效第一天，我下意识地拿出手机，屏幕还未点亮，儿子立刻凑到我身边：“咳咳，妈妈，你要违约啦？”我故作恍然：“哎呀！好险，差点拿不到贴纸了，多亏有小监督员提醒！”那晚没有往日的剑拔弩张，我也静下心来读了几十页书。

临睡前，儿子认真撕下一枚星星贴纸贴给我，还拍拍我的肩膀说：“妈妈，你今天表现很棒，明天继续加油！”看着他小小的模样，我心中满是欣慰。往日这个时间，我总在不停催促他洗漱、睡觉，而今晚，我们却能这样开心地说笑。

随着“反向监督”一天天推进，我发现儿子远比我想象中优秀。如今他不用我催促，放学回家第一件事就是拿出作业本。更让我惊喜的是，他的作业因字迹工整被评为优秀作业，还得到了老师的表扬。

我终于明白，儿子用心写好字，不再是因为惧怕我的脾气，而是生出了责任心。身为监督员，他想要做好榜样，内在的主动性也自然而然被激发了。

望着墙上渐渐贴满贴纸的积分表，我深有感触：家庭教育，从来不是居高临下的发号施令，更不是单向的指责与挑剔。当我们放下“纠错监工”的身份，让孩子主动参与其中，孩子便能在信任之中，慢慢生出强大的内驱力。



□朱金鑫

作为一名普通教师，我曾陷入一个尴尬的循环：听完一场激动人心的培训，记满笔记本，回到讲台却发现一切照旧。十几年来教龄，教学状态却仿佛停留在原地。直到我将AI视作“认知伙伴”，而非单纯的“标准答案机”，这个困局才得以打破。结合自身实践，我梳理出三条实践路径，以及应用AI必须坚守的三条底线。

从“盲目培训”到“精准照镜子”：我的第一课

以往，我的课堂反思常停留在“课堂气氛不错”“教学重点突出”这类笼统表述上，流于表面、收效甚微。后来，我借助AI分析一节常规课的授课录像，结果令我汗颜：整节课我快速提问32次，留给学生思考作答的平均时间不足1秒。系统给出的建议简单却极具针对性：“每次提问后默数3秒，再请学生回答”。坚持三周后，我的课堂等待时长有所提升，学生作答的思考深度也明显改善。

我的体会是，AI不是评判优劣的裁判，而是一面高清镜子。它不主观评价课堂好坏，只客观呈现真实状态。倘若教师得不到课堂实景的精准反馈，各类培训终究难逃“听时激动，回去不动”的困境。

实操建议：选取一节常规课进

“词语是表达思想情感的载体，也是展现社会生活变化的窗口。当前，世界之变、时代之变、历史之变正以前所未有的方式展开。青年是常为新的，在你的成长过程中，你对哪一个词语的理解发生了变化？这变化有你成长的印记，对你有特殊的意义……”

当我看到语文全国I卷的作文题目时，心中涌起了一股复杂的情感波澜。那些年里头苦读的日子、考场上的紧张与期待、成长路上的点点滴滴，仿佛都在这一瞬间被唤醒。我不禁感慨万千，高考不仅是一场考试，更是一段青春的缩影。

词语，是岁月沉淀的注解，是个人成长的刻度，更是时代变迁的镜像。人这一生，对许多词语的理解会随阅历增长悄然迭代。于我而言，“高考”一词，从年少时期的命运赌注，到初为人师的青春淬炼，再到深耕教研的育人载体，三次变迁，串联起我的半生流年，也映照出四十余年时代发展的恢宏图景。

年少之时，我对高考的认知沉重而单一，带着一代人的期待与执着。我的高考记忆，定格在20世纪80年代的7月。烈日当空，暑气蒸腾，彼时，全社会的共识朴素而坚定：高考是一次改写命运的机会。

少年心事滚烫倔强，我们背负期许、怀揣梦想，整装出发。那时的高考，是孤注一掷的拼搏，是背水一战的奔赴。我对高考的记忆刻骨铭心：考前日夜苦读、枕书而眠，考后漫长等待、心神焦灼，那种滋味不足为外人道。十余日的期盼与忐忑交织，欢喜与惶恐纠缠，年少的我笃定：高考成败，即人生成败。彼时的高考，于我而言是宿命的关口、人生的独木桥，这单薄而沉重的认知，支撑起我整个青春的信仰。

岁月流转，身份更迭。我走上讲台，扎根汉江工具厂子校。当时厂子里子校缺少政治老师，我毕业第一年就直接站上了高三讲台，自此与高考岁岁相伴。十七载深耕高三一线，十五载坚守班主任岗位，我从当年赶考的青涩少年，变成了守护学子逐梦的引路人。日复一日的陪伴，让我对高考的理解悄然褪去功利色彩，渐渐生出温暖与责任。

每年考前，我都会带领学子入城休整，帮他们隔绝外界喧嚣，抚平浮躁心绪，静心备考。考前我千叮万嘱，要沉心稳神、从容落笔；每场考毕，我又逐一收好学生的准考证，区区之举安定了少年们的心神。岁岁高考，工厂都会安排专车护送学子，领导亲临为考生鼓劲，这份温情岁岁相传。

十七载栉风沐雨，我陪着一届届学子披星戴月、鏖战题海，见证他们破茧成蝶、圆梦山海。我渐渐懂得：高考从来不是冰冷



□宋瑞宏

的筛选机制，而是青春最郑重的淬炼。它考验的不只是学识，更是坚持、坚韧与担当。此刻，高考于我而言，不再是个人命运的赌局，而是无数少年青春成长的见证，是师者初心的见证。

告别一线带班的晨昏劳碌，我深耕教研二十余载，始终紧跟高考改革步伐，紧盯命题趋势、精研备考方略，为学子护航。功夫不负有心人，我先后获评陕西省教学名师与陕西省领军人才称号，牵头搭建省级名师工作室教研平台。在三尺讲台之外，我投身大中小学思政一体化建设，可临近高考，我依然会奔走于各地校园，开展考前冲刺指导——解读命题方向、精讲应试技法、疏导考前焦虑——以半生教学积淀，为高三学子送上最后的助力。

站在时代潮头回望，我对高考的理解完成了最终的升华。时代巨变，今非昔比。我辈当年赛道狭窄、出路单一，只能寄全部希望于高考一搏；而今日少年生于盛世，成长赛道多元，人生选择丰盈，高考早已不再是改变命运的唯一渠道，但山河换新颜，奋斗永不变，高考的精神内核从未褪色。无论时代如何变迁，高考依旧是庄重的洗礼和珍贵的历练。挑灯夜读的坚守、并肩逐梦的赤诚、迎难而上的勇毅，都会沉淀为青年学子一生的品格与底气，滋养人生、成就人生。

“高考”筛选人才，更培育品格；丈量学识，更淬炼初心。

流年不语，岁月有痕。一词经年，尽览成长与变迁。往后余生，我仍将怀揣教育热忱，坚守育人初心，以教研赋能成长，以温情守护芳华，岁岁护航，步履不停。

借AI破局 走出成长困局

行录音，借助简易课堂分析工具，重点关注提问后等待时长。专注优化这个细节，坚持两周，便能看到明显改变。

告别“感觉派”：当AI揪出我的口头禅

还有一件事让我深受触动。AI统计发现，我一节课里说了35次“对不对”。这句口头禅看似无伤大雅，实则无形中引导学生一味迎合标准答案。刻意减少这类用语后，课堂状态悄然转变，学生不再被动等待答案，而是主动阐述思考与理由。

这也让我醒悟：很多时候我们自认“互动氛围良好”，不过是主观感受。数据，让我们看见平日里忽略的自身问题。

实操建议：录制一节完整常规课，统计课上“对不对”“是不是”这类口头语的使用频次。制作简易自检清单，下周优先改正一个问题。一次聚焦一个短板，远比同时整改多个问题更有效。

把事务性工作剥离出去：把时间还给真正的教学

从前，我每周要花3个小时批改作业、整理错题。如今借助AI自动生成错题本与变式习题，省下的时间，我用来钻研如何帮助学困生吃透知识点。这并非偷懒，而是将

自身精力从机械事务中解放出来，实现从“教书技工”到“学习设计师”的转变。我深刻认识到，批改作业、统计分数、填报表格等重复性工作，占据了教师大量时间，让我们无暇开展深度教学研究。AI帮我们卸下这类负担，我们才能真正关注到每一位学生，尤其是平时疏于留意的群体。

不妨尝试：用AI完成一项机械工作，比如生成分层作业、批改客观题。将节省下来的时间，用心观察一位平时较少关注的学生。技术的价值从不在于形式花哨，而在于为教育回归人本留出空间。

必须守住的三条底线：人机协同不能“丢了人”

在探索AI赋能教学的过程中，我也曾走过弯路，由此总结出三条不可逾越的底线：一是不把AI当作“答案机”。二是情感关怀必须亲力亲为。三是严守数据安全，坚持内容审核。

总而言之，标准化的工作交由AI完成，个性化的教育坚守由人主导。只有在效率与温度之间找准平衡，教师才能真正跳出“培训激动、回去不动”的成长怪圈。唯有先成为善用AI的成长型学习者，我们才能更好地培育面向未来的学生。