

1994年9月，我进入西北师范大学地理系学习。在课堂上，系主任肖星老师兴之所至，自豪地给我们介绍了一位值得大家学习的榜样——甘肃省最年轻的地理特级教师(39岁)。当他说出这位特级教师的名字时，我惊讶地发现，他就是我高中母校的地理教师李亦武。

不经意间，一颗梦想的种子就这样在我心中播下：成为像李亦武老师那样的人，成为像他那样的特级教师。

大学毕业两年后，我调入张掖市第二中学，与李老师成为同事。面对“熟悉”的老师，我感到惴惴不安；面对“陌生”的特级教师，我觉得高不可攀。因缘际会，在学校的安排下，李老师成为我的专业指导老师。自此，我开始踏上成长之路，迈上圆梦之旅。

### 课堂教学中的启蒙模仿

在调入高中前，我在乡村初中教了两年语文，没有接触过高中地理，对高中地理课堂非常陌生。征得李老师的同意后，每次上课前，我都是先听他的课，做他的学生，然后书写教案，再“临摹”他的课堂，现学现教。

当时，我教6个班的地理，由于对教材和学情不熟悉，再加上年轻，我与学生经常发生冲突，导致家长的意见很大。因此，李老师每次听我的课都是带着任务来的。当时看到他在下面“打呵欠”的场景，我在讲台上更加紧张了。课后，他把我单独叫到办公室，指出我在教学中存在的问题，分析我在教材理解上的不足，并提出合理的改进意见和建议。得益于李老师的面对面指导，我在教学方面进步明显，不仅很快改变了学生和家長对我的认识，还逐渐成为学科教学的新秀。

2004年秋季学期，学校经过选拔，推荐我参加张掖市高中地理课堂改革实验课竞赛。竞赛题目出来后，我发现《常见天气系统》是非常难上的章节。于是，李老师带着学科组的同事一起开展听课和磨课活动，一次次帮助我完善上课流程：教学过程，如何选择可视化视频；学情分析，如何面对突发问题；素材使用，如何利用名著情境与天气谚语；难点突破，如何进行动态演示；教学环节，如何完善环节步骤；学生活动，如何训练学生思维进阶；作业练习，如何完成分层评价。

教学设计，一次又一次修改，精确到每一个词语的转折；课件设计，一次又一次修正，精确到每一个字体的排版；素材选择，一次又一次置

在持续深化教育教学改革的当下，教师如何实现从知识传授者到育人研究者的角色转变？多年的教研管理实践和身边人的成长经历让我坚信，教研写作是实现教师专业成长的重要途径，而走好这条路离不开“三心”——用心观察、潜心思考、精心提炼。这“三心”宛如三级台阶，引领教师从实践者向研究型教师稳步迈进。

### 用心观察 于细微处发现真问题

教育研究始于观察，但这绝非普通的“看到”，而是要带着研究者的敏锐视角，从看似平淡无奇的教育日常中挖掘出值得深入探究的真问题。

苏霍姆林斯基在《给教师的建议》一书中真挚地写道：“如果你想让教育工作给教师带来乐趣，让每天的授课不再是单调乏味的义务，那就请把每位教师引上研究的幸福之路。”在我看来，这条幸福之路的起点正是用心观察。

福建省安溪县中学语文教师白老师的经历很有代表性。她在批改作文时，没有停留在评判对错、划分分数上，而是敏锐地捕捉到一个现象：尽管学生身处安溪这片飘满铁观音茶香的土地上，但他们描写朝夕相处的茶叶香气时，词汇格外贫乏，反复使用“香”“很香”这样苍白的表达。她随即对班上50名学生进行了一次小调查，结果



显示80%的学生在描写茶叶时仅能使用不超过3个形容词。这个细微的发现激起她强烈的探究欲：为什么生长在茶乡的孩子反而说不出茶叶的美？于是，她开始系统观察学生的语言表达习惯，连续一个月记录学生在课堂发言、日常聊天和书面表达中关于本土文化的描述情况，收集了近百条典型语料，细致梳理了学生在描述本土文化时遇到的具体困境。这种持续、有明确目标的观察，最终让她锁定了一个兼具本土价值与研究潜力的课题“基于本土文化资源的中学生语言表达能力提升研究”。

这样的观察，是教师专业敏感性的体现。它要求我们打破视而不见的惯性，始终保持刚走上讲台时的鲜活眼光，于平常处发现不平常，于细微处窥见真问题。

### 课题研究中的专业成长

李老师常常对我们说，教师一定要根据成长需求开展课题研究，因为教而不研则浅，研而不教则空。

### 经验之谈

## 教研写作的“三心”修炼

□ 陈建全

论图谱相连接，从个别现象中发掘普遍意义，实现思维层次的跃升。正如杜威所强调的，反思性思维的本质在于将困惑与疑难的“情境”转化为清晰、连贯的“问题”，这一过程本身就需要思维的跃升，而非停滞不前。我的同事中学数学教研员林老师从普通教师到市学科带头人的成长正是对此的生动诠释。

在基层学校任教时，林老师在教学中发现学生解答应用题时困难重重。通过对所教两个班级共102名学生进行专项测试，他发现许多学生在理解题意环节就出现了困难，而不仅仅是计算错误。刚开始，林老师也难免陷入“学生基础差”的简单归因，但他没有止步于此，而是进行了深刻反思：这不仅是计算问题，还与文本理解、信息筛选、逻辑建模等能力密切相关。将具体的数学教学问题与更广泛的阅读能力、学科素养等理论概念相联系后，他深入研读相关专业著作，借鉴书中的理论框架设计了针对性的诊断工具，成功地将教学困惑转化为研究课题“初中数学阅读障碍的诊断与干预策略研究”。该课题不仅获得上级教研部门的立项并顺利结题，还起到了良好的示范引领作用。

### 潜心思考 连接实践碎片与理论图谱

观察能够帮助我们发现真问题，思考则让问题产生真正的价值。潜心思考要求我们跳出就事论事的局限，将零散的实践碎片与系统的理

论图谱相连接，从个别现象中发掘普遍意义，实现思维层次的跃升。正如杜威所强调的，反思性思维的本质在于将困惑与疑难的“情境”转化为清晰、连贯的“问题”，这一过程本身就需要思维的跃升，而非停滞不前。我的同事中学数学教研员林老师从普通教师到市学科带头人的成长正是对此的生动诠释。

在一次次课堂蜕变中，我奠定了专业成长的基础，也夯实了参加特级教师评选的条件。

但接下来的申报书填写，核心概念界定、国内外研究现状述评、选题意义、研究价值等，我根本读不懂，也不理解，更写不出来。针对我的这些问题，李老师从专业的角度耐心教我如何界定核心概念、如何查询国内外研究现状，告诉我选题要立足课堂研究、研究要服务教学……在李老师的耐心指导下，我顺利解决了上述问题。

基本问题解决了，但新问题还是不断冒出来。面对研究目标、研

究内容、研究假设和拟创新点等研究内容，我又陷入了困境，不知道从哪里入手。这时，李老师又站出来，从实际出发带着我一起制定研究目标、确定研究内容、推理研究假设、拟定创新点。在李老师的细心指导下，我顺利完成了研究目标、研究内容、研究假设和拟创新点的撰写工作。

在一次次的精雕细刻中，我的第一项课题成功申报为省级研究课题。顺利结题后，李老师对我依然厚爱有加，又先后指导我完成了“自组织背景下网络研修平台的探索与构建”“基于馆校合作的研学旅行课程开发与实践融合研究”等课题。

通过课题研究，我学会了课题申报的方法，掌握了课题研究的技能，更新了教育理念，提升了教学素养，而这也为我提升教学质量注入了新活力，为实现心中梦想准备了新条件。

### 合作实践中的蝶变升华

2013年3月，李老师应甘肃省教育科学研究所邀请，担任《甘肃省普通高中地理学科学业水平考试大纲解读》(简称《大纲解读》)一书主编，编写符合省域学情的学业水平测试手册，指导省内高一学生的会考和学习。通过李老师的

推荐，我负责分册二(选择性必修二)的编写。

按照编写组的要求，我认真编写大纲解读和测试试题，但在李老师那里却屡屡碰壁，当时我百思不得其解。在认真阅读李老师编写的资料后我才真正明白，我与李老师的差距不是一般的大。在教材认知方面，我理论水平相对较低，驾驭不了教材的深浅度；在教材使用方面，我也把握不了教材的难易度。因此，我编写的内容与李老师编写的内容不在同一层次，融合不到一起，形不成一个整体。

为此，我认真阅读往年考试大纲解读，调整编写策略，紧扣命题依据和原则，力求做到难易适当、题量适当，不出偏题和怪题，保证大部分学生都能通过学习《大纲解读》理解学业水平知识难度。之后，我认真制定双向细目表，先确定考试内容和题型、考试要求、难度等考查内容和目标，再确定选择题等题型的考查内容，同时确保各模块题量分配、分值与考试大纲的要求一致，兼顾试卷的覆盖面和全面性，让大部分学生通过学习《大纲解读》达到学业水平测试要求。

《大纲解读》出版后，得到了省内教师的一致好评。之后，李老师又推荐我参加甘肃省地理学科学业水平测试命题工作。我结合命题要求撰写的《高中学业水平考试是怎样命题的》一文发表于《教学考试》杂志上，对学业水平测试的命题命制环节与流程作了详细介绍，为一线教师进行学业水平测试备考提供了科学的复习依据。

在李老师持续不断的关心下，我的专业发展稳步向前，陆续完成“区级骨干教师—市级骨干教师—省级青年教学能手—省级骨干教师”的成长进阶，具备了参加特级教师评选的资格。2016年3月，我第一次参评特级教师，因当年只有一个名额，我的参评未被市教育局通过，但我没有气馁，只当是一次亮相；2019年9月，我第二次参评特级教师，因刚晋升正高级教师，我的参评未被区教育局通过，但我没有灰心，始终认为参与才有机会；2022年5月，我第三次参评特级教师，一路闯关，最终成功晋级，成为一名特级教师。

为了这一人生梦想的实现，我努力了28年。成为特级教师的那一刻，我潸然泪下，不禁感慨：只要播下理想的种子，付出汗水，持续浇灌，一定会在某一时刻汇聚成一种机遇，助力自己实现人生梦想。

感谢李老师，是他一路指引、悉心栽培，让我得以实现梦想，成为像他那样的特级教师。

(作者系正高级教师、特级教师，广东省佛山市季华中学教师)

识地对这些素材进行分类编码、整合重构。她按照“情境创设”“活动设计”“效果评估”三个维度进行整理，通过对比分析找出了教学效果最佳的情境类型和活动组合。

经过反复打磨，叶老师不仅成功提炼出“生活化英语学习”的方法体系，形成了鲜明的个人教学风格，还推动这一成果落地见效。该方法在她所在学校推广后，学生的课堂参与度显著提高。叶老师自己也实现了快速成长，成为市级教学名师。

正如叶圣陶所言：“教师之为教，不在全盘授予，而在相机诱导。”精心提炼，就是要学会用精准的语言提炼出深刻的思想，用严谨的结构整合零散的经验，用鲜明的观点照亮实践的迷雾。这是一个需要反复推敲甚至精心打磨的过程。在这个过程中，共同体式的交流至关重要。希望有越来越多的学校能够通过教研沙龙、论文研讨、读书分享等活动搭建学术交流平台，让教师在思想碰撞中相互启发，在观点交锋中完善见解，从而提炼出更具深度和价值的成果。

在我看来，“三心”并非线性递进的关系，而是循环促进、螺旋上升的有机整体。观察激发思考，思考推动更深入的观察，提炼则让思考成果得以固化和升华，最终促使教师形成自己的教育见解与独特理念，从而实现专业突破，完成从课堂实践者到教育思考者的蝶变。

(作者系福建省晋江市晋江中学、福建省安溪县教师进修学校党总支副书记、副校长)

### 第一次

回望走过的教育路，我40年的乡村教育生涯是由许多个“第一次”串联起来的。其中的三段“第一次”经历尤为刻骨铭心，标记了我从青涩走向成熟的关键转折，也像三束微光次第照亮了我前行的方向。

**第一次“主动叩问”，推开专业之门。**1986年，我中专毕业回到母校任教。最初的几年，备课、上课、批改作业，日子平静如水，我却总感到一种说不清的匮乏——教学似乎缺少了一点灵魂。

转变发生在一个平常的集体备课日。那天，我们讨论的是四年级课文《捞铁牛》。负责主讲的学校教导主任何伟俊深入剖析了怀丙和尚利用水的浮力捞牛的科学原理，并精辟地指出，这一古人智慧的核心在于对自然规律的深刻理解和巧妙运用。

按照惯例，分析完后他问大家有什么想法。会议室里依旧是一片熟悉的沉默。但那天，我脑子里反复盘旋着学生七嘴八舌地复述“把沙子铲到河里”“大船往上浮”等具体动作的场景。我鼓起勇气，第一次举起了手，从学生更易感知的“操作步骤”角度，对何主任强调的“科学原理”补充了自己的视角。

何主任眼睛一亮，立即肯定了我的思考，并由此展开讲解如何将“原理”与“过程”在课堂上融合。那一刻，我仿佛听见了专业认知的门轴转动之声。第一次主动叩问让我明白：成长始于打破沉默，将自身的观察勇敢置入专业对话之中。

此后，我从被动的聆听者变成了主动的追问者，并将每一次追问后的思考记录下来，尝试在自己的课堂进行实践。1995年，我的第一篇教学文章在《小学教学参考》上发表。我永远记得这个“第一次”——它告诉我，身边就有灯塔，但需要你鼓起勇气，划船过去。

**第一次“长途寻书”，看见远方的光。**20世纪90年代，信息闭塞。作为乡村教师，我渴望看到更精彩的课堂，却苦于无门可寻。1992年秋天，我从一份报纸的中缝看到一则小消息：南京新街口新华书店新到一批特级教师课堂实录。一个念头瞬间涌上我的心头：去把课堂实录买回来！没有任何犹豫，我抓住难得的星期天，第一次为了几本书，独自踏上一段旅程。

我凌晨从戴南出发，乘长途汽车颠簸近5个小时到南京，直奔书店。我在书架前如饥似渴地挑选，李吉林、于永正……这些大家的智慧就凝结在一本本书里。一个多小时后，我抱着重重的一摞书，又匆匆赶往车站。返程路上，怀里抱着书，我感到前所未有的充实。

当时，有同事不解：“为了几本书，值得跑这么远吗？”我的回答是值得。深夜灯下，我第一次系统地研读课堂实录，仿佛一位位大师就坐在我对面，亲自授课。我模仿他们的设计，揣摩他们的意图，并将思考付诸笔端。正是这次长途寻书带回来的星光，照亮了我后来发表系列文章以及主持省级课题的道路。

**第一次“云端寻友”，找到同行的星河。**2010年左右网络教研初兴，我怀着好奇加入了《小学语文教学》杂志的线上作者群。群里名家荟萃，大部分时间我只是默默看着大家交流。

当时，我正被“语文课如何教出‘语文味’”这个问题深深困扰，身边无人可讨论。纠结许久，我决定第一次在“高手如云”的群里抛出自己不成熟的想法。我写道：“各位老师，我在教学中总觉得‘语文味’这个概念很虚，怎么把它做实呢？想听听大家的见解。”

消息发出后，长久的寂静让我满脸发烫，开始后悔自己的冲动。但几天后一封长长的邮件弹了出来，是一位素未谋面的广东刘老师发来的。他不仅分享了自己的精彩案例，还对我粗浅的提法进行了犀利的追问。那一刻，我握着鼠标的手在抖——不是难堪，是激动！千里之外，竟有人如此认真地回应一个陌生同行的孤独困惑。

正是这次破冰，带来了一系列积极的反响。《小学语文教学》杂志编辑部以此为话题，组织了专题研讨并邀请我主持。那年，我被杂志社评为“网络教研先锋”。还是那年，我主持的市级课题“小学语文教学中‘语文味’的探索与实践”顺利结题。这些荣誉的分量在于让我真切地触摸到了专业共同体的温度：教育从来不是孤岛，当你主动发出信号，就可能连接起一片灿烂的星河。

这三个“第一次”，发生在我教育人生的不同阶段，指向不同的专业维度。但它们教会我的归根结底是同一件事：成长的关键时刻往往就隐藏在你决定突破惯性的一瞬间。第一次主动开口，第一次抬脚远行，第一次朝网络海洋投出一颗询问的石子……正是这一个个“第一次”，汇聚成了照亮我40年来乡村教育路的星光。这光，不仅来自远方，更来自那个始终愿意去尝试、去探寻的自己。

(作者单位系江苏省兴化市戴南中心小学)

## 『三束微光』照亮成长路

□ 姚年旺