



校园通讯

浙江大学教育学院附属学校
The Affiliated School of College of Education,
Zhejiang University





浙江大学 教育学院附属学校

2018学年暑期教师集训专刊（第三期）

为促进浙江大学教育学院附属学校教师的专业成长，打造“有教育理想、有专业特长、有研究意识、有反思实践能力”的新型教师队伍，凝聚共识，构建附校教师共同体，自2018年7月7日起至2018年8月10日，新附校人在杭二中白马湖学校开启了为期一个多月飞速成长的全新体验。

| 附校加油站 |

争做研究型教师

——《成为研究者：谈教师的科研意识与提升路径》

主讲人：
俞晓东，杭州市教育
科学研究所所长。

主持人：
祝青

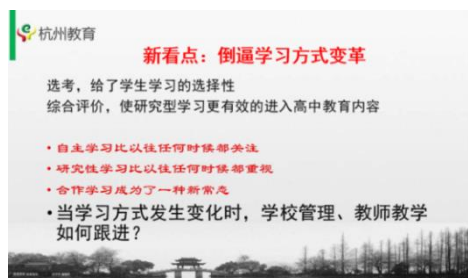
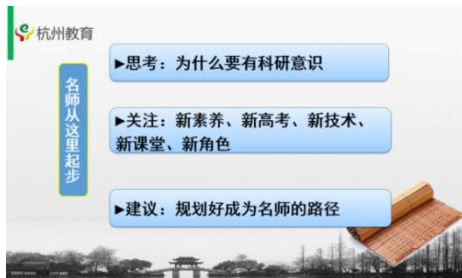
7月11日上午，杭州市教育科学研究所所长俞晓东以“成为研究者：谈教师的科研意识与提升路径”为题，和附校老师们探讨了如何成为一名研究型教师。

讲座伊始，俞所长指出要成为一名研究型教师，首先要有科研意识，具有科研意识的老师在有所积淀的基础上，才能形成自己独到的教育理念和教学风格，因此，他的课堂才显得更有灵气。在开展教育科研时，教育科研应立足于日常教育教学工作中遇到的小问题，教师需对司空见惯、貌似合理的现象及事物进行辩证思考，切不可为了完成规定性的任务而做“假研究”。

接着，俞所长表示，新教师的关注点应放在新素养、新高考、新技术、新课堂以及新角色上。他指出“培养什么样的人，怎样培养人，为谁培养人”的教育理念将始终贯穿于课程改革的全过程。这要求学校教育必须注重培养学生的核心素养，教师必须具备敏锐的洞察力和高超的研究力，这样才能培育出社会所需的创新复合型优秀人才。

最后，俞所长建议新教师应尽早规划成为“明师”的路径。在定位上，寻找自己擅长的研究方向，一次规划，逐步到位；在策略上，要善于改造吸收他人的方法，反思提炼自身经验，调查研究实际问题，积累个案研究成果。

俞所长将丰富的经验倾囊相授，让在座的附校教师深刻认识到，今天的“师者”，绝非仅仅是“教书匠”，而更应是不断发现、时刻反思的科学研究者！



| 附校加油站 |

理性积极，幸福
发展——《一个
幸福的教师：积极
心理学与教师发
展》

主讲人：
叶映华，浙江大学教育
学院应用心理交叉学
科研究中心教授。

主持人：
董天舒

7月12日上午，来自浙江大学教育学院应用心理交叉学科研究中心的叶映华教授为附校的老师们带来“一个幸福的教师：积极心理学与教师发展”的主题讲座。

讲座伊始，叶映华教授从自身经历切入主题，谈到在我们的学习、工作、生活等方面，许多影响人们情绪的事情并不是因为事情本身，而是我们对事情的认知，因此用积极的认知对抗消极的认知尤为重要。叶教授深入浅出、幽默生动的讲述引起了在座老师的强烈共鸣。

接着，叶教授向老师们介绍了目前较有影响力的心理学研究，从心理学专业理论的角度解析了我们日常生活中的某些现象，例如剧烈运动能够增加和抑郁症有关的两种神经递质的水平，从而有效缓解抑郁症状。借助这些心理学研究，叶教授向我们提供了诸多日常中保持心理健康的建议，如多运动、学会接受事情变化、控制媒体社交软件的使用等等，通俗易懂又发人深省。

青年教师往往承担着来自各方面的压力，叶教授分析道，教师的压力主要来源于高强度工作的负荷、与家长的沟通交流、学校及学生的突发事件、教师自身家庭的关系等。这些压力进而会导致教师失眠、乏力、头痛等身体反应；在情绪方面的压力反应则表现为易怒、冲动、低落、注意力不集中等，严重情况下还会导致强迫症、意义迷失和人际关系障碍。叶教授指出如果不能适当地排解压力，教师的正常生活会受到极大的影响。

因此，叶教授向附校教师提出了积极心理学的基本观点：用“坚毅”、“乐观”、“希望”、“自我效能”等积极心理品质提升人们的信心，给予人力量。叶教授告诉老师们，在遇到各种各样的压力时，要用理性且积极的认知把握现实自我和理想自我的差距，用健康的身体和良好的睡眠对抗不良情绪。

教师教书育人，责任重大，在言传身教中不知不觉地影响着学生，因此一个积极健康的心理状态不仅对自己和家庭有帮助，对于学生也有莫大的鼓舞。相信在叶教授等专家的悉心指导下，附校的全体师生都会以积极的心态迎接困难与挑战！



提纲

导入：较有影响力的心理学研究（心理健康相关）

- 一、压力源及压力表现
- 二、积极心理学的基本观点
- 三、教师压力应对与发展

三、教师的压力应对与发展

1、认知干预

ABC理论（合理情绪疗法：A指事件，B指对事件的认知，C指情绪反应或行为反应，C受谁影响？A或者B）

- 认知要理性
- 认知要积极

| 情境初体验 |



● 关键词 1：研究型教师

7月11日上午，“每日一讲”正式开讲。第一小组围绕“如何做一名研究型教师”对叶宝华主任的讲座展开了深入思考。裘丽萍老师首先分析了现在许多教师不注重科研的现象。随后，陈文聪老师指出做一名研究型教师具有重要意义，它不仅可以提高教师的幸福感，还可以改善教学方法。肖虹雨老师则从德育的角度点明，树立正确的育人观念在践行真教育过程中的重要性。接着，韩婷老师从教师自身出发，阐述了建立小组合作学习模式的质量标准评价表的想法。最后，徐小琪老师建议教师可以通过反思日记、观摩描述、实际讨论、行动研究、学生反馈五种方式进行教学反思。此次活动内容丰富，引人深思。



● 关键词 2：核心素养

7月12日上午，针对屠莉娅老师的“核心素养驱动下的课程与教学变革”的讲座，第二组在“每日一讲”中分享了基于核心素养的教学实践心得。王雨菁老师以语文中的名著阅读部分为例，阐述了方法指导阅读、综合性阅读、对比阅读、任务驱动式阅读等新方法。高倩云老师尝试整合了八年级的游记单元，展现了单元整合理论中“先学后教”的特点。徐孟珽老师以七年级两册的作文板块的单元整合设计为例，提出了统整性重构、个性化指导、深度型习作等方法来改善传统作文教学所面临的困境。孙卓佳老师认为综合性学习应贴合学生实际，建议调整、删补、重组综合性学习部分。孙晓斐老师以七年级上第三单元为例，重点讲述了社会学科中的核心素养——空间感知能力。第二小组结合具体教学实例，为大家呈现了精彩的课程与教学设计。



| 附校快讯 |

➤ 紧跟时代步伐，争做学习型教师

在互联网+时代，做一名学习型教师，既是时代背景对教师提出的要求，也是教师提高生命质量，完善自我的内在动力。近期，附校信息技术教师高焯参加了由吴明晖教授主讲的“Google 2018 CS4HS”中学信息技术师资培训班。在本次培训中，吴教授针对中学生计算思维能力和创新应用能力的培养，以图形化积木式编程软件 APP Inventor 为主线，结合人工智能及适合的硬件平台，面向中学信息技术教师开展了 Android 创新应用师资培训。



| 心情速写 |



◇ 随着知识经济的到来，相较于作为排他性有限资源的生产要素，非排他性的智力资源的重要性日益突出。传统应试教育带来的排他性不良竞争给学生的身心与人格所带来的负面影响是持久的、不可逆的，而附校将来所推行的“小组合作”的学习方式，正是在尊重个体差异的基础上去激发每一个学生的创造性，相信只要每一位学生都活跃地思考、积极地交流，最终他们一定会给所有人带来意想不到的收获与惊喜！（徐孟琨）

◇ 随着互联网+的进一步推进，时代对人才有了更高的要求，教师的角色发生了从“教书匠”到“教练”的巨大转变，要培养有创新意识的学习者，教师必须学会“多任务处理”：提高专业水平、学习前沿教育理论并应用于教学实践。这是“难事”，但这同时也是“易事”，因为在附校，每个教师都不是孤军奋战，有专家团队、附校团队的保驾护航，相信附校人定能团结一致，培养出对自己负责、对社会有用、对理想有所追求的接班人！（肖佳裔）



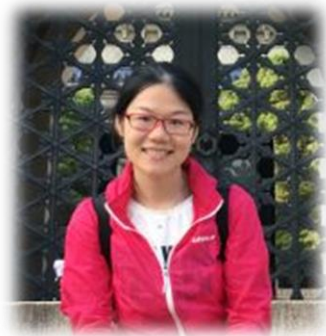
◇ 教师对学生的态度直接影响学生的成长。因此，教师在严格要求学生的同时要尽可能地尊重学生，采取积极的暗示去鼓励学生。我相信只要激发后进生的潜能，耐心等待孵化的过程，就能让教育真正发生！（陈文聪）

| 附校人风采 |



封林化，中共党员，数学学科教师（高级）。对待自己的本职工作，我时时以一个优秀教师的标准要求自己，努力工作、乐于奉献、热爱学习、不断进取、关爱学生、团结同志，在教育教学和承担学校分配的各项工作中取得了可喜的成绩。先后被评为温州市泰顺县教坛新秀、泰顺县优秀教师、泰顺县名师等称号，执教的班级多次被评为温州市优秀班集体。教育格言：赢得学生内心的尊敬和思念,是教师最大的幸福。

吕蓉蓉，数学学科教师（一级）。热爱教育事业，从教八年以来所带两届学生在中考中都取得了优异的成绩。曾获江干区优秀教师、区优秀党员、镇十佳青年教师等荣誉称号。所谓“教研活动是载体，课改教研是先导”，为此，我在教研工作中积极探索、勤于实践，参与各种教学观摩课和报告会，在教学中多加专研，在区级优质课、说课、说题、解题比赛及教学论文评比中都有获奖。教育格言：爱心是开启学生的钥匙。



王芳，中共党员，数学学科教师，研究生毕业于浙江师范大学教师教育学院学科教学（数学）专业。在校期间曾任校宣传部部长、班长、广播站主播等职位，以及宁波卓越工程、骨干校长研修班十余项项目助理；曾获校级优秀毕业生、学术创新奖、全国微课大赛初中组一等奖等荣誉。曾在杭二中及江南实验学校担任实习数学教师与实习班主任，并参与浙江省课改调研及全国优质课比赛。“所有智力方面的工作都要依赖于兴趣”，数学作为一门较为抽象的学科，其教学工作极具挑战性，但我希望，在我的课堂上，它还是一门艺术课程，一门道德课程，一门有趣的课程。让我们一起加油吧！

丁嘉程，数学学科教师，浙江师范大学数学与应用数学学士。在校期间，获国家级数模竞赛二等奖，省大学生高等数学(微积分)竞赛二等奖，多次发表省级期刊论文。曾获省政府奖学金、校一等奖学金，取得省级优秀毕业生、校优秀学生干部、三好学生、优秀实习生等称号。

《礼记》有云：“博学之，审问之，慎思之，明辨之，笃行之”，我以此为治学之道，广泛学习，慎重思考，明确分辨，踏实前行，时刻为成为一名优秀教师而努力。



（以上排名不分先后）

未完待续……

审核：欧自黎

编辑：徐孟珽

撰稿：祝青、王芳、董天舒、高焯、高倩云、徐孟珽、孙卓佳

校对：王雨菁、肖虹雨、韩婷

美工：肖佳裔

摄影：季永咏

出稿日期：2018年7月17日