

浅谈高校青年教师自我成长的方法与体会

谢 斐 郝雨濛 赵庆杰 张大志

(海军军医大学药理学系有机化学教研室, 上海 200433)

摘要: 刚毕业进入高校承担教学任务的青年教师, 大部分缺少教学经验, 导致课堂效果差强人意, 亟需尽快提高个人教学水平。笔者作为一名青年讲师, 结合自身授课经历, 从思想意识、备课过程、课堂教学和授课后四个角度进行分析, 交流青年教师自我成长的方法与体会。首先要端正个人态度, 热爱教育事业; 在备课中深下功夫, 反复琢磨设计, 通过跟班听课和三级试讲做好充分准备; 在课堂实践时, 注重与学员交流互动; 课后做到及时总结与反思。

关键词: 青年教师; 成长方法; 教学体会

近年来, 越来越多的青年教师加入到我校教学岗位, 其中大部分是刚毕业留校的研究生, 学历水平高, 科研能力强。然而在教学方面往往是零基础, 未经过系统的教育学、心理学等专业师范课程的训练, 也没有一定的教学实习经历, 就开始承担了部分教学工作。常由于自身教学经验、规律和方法上的欠缺, 导致实际课堂效果大打折扣, 暴露出了许多亟待改进的问题。

如何尽快完成从高校毕业生向高校教师的角色转变, 如何在各项教学活动中快速成长, 最终成为一名合格的高校教师, 成为了摆在众多青年教师面前首要解决的课题。

笔者作为一名刚承担授课任务的年轻讲师, 结合自身备课经历, 就面临的教学问题和应对方法展开讨论, 交流青年教师自我成长的途径与心得体会。

一、青年教师个人思想意识方面

(一) 加强对教育事业的认识

“师者, 传道授业解惑”。作为一名教师不仅要教书, 更重要的是育人。首先, 自身要有高尚的品德和纯洁的思想, 在教学工作中严格要求自己, 怀着对学生、学校和社会高度的责任感和使命感, 站好三尺讲台。在授课时, 可引入“思政元素”, 弘扬正能量, 帮助学生树立正确的人生观和价值观。其次, 要充分认识到教育工作是一项神圣的职业, 怀着对本职工作的热情和敬畏之心, 将这种主观能动性转化为教学中的动力, 站在讲台上的精深状态就不同。这种源自内心的感觉会在潜移默化中影响到学生, 营造良好的课堂氛围。

(二) 尽快完成角色的转变

对于刚毕业从学生走向讲台的青年教师来说, 必须端正态度, 调整好心态, 迅速适应角色转换的要求。可以先从教学相关的辅助方面入手, 熟悉了解教学规律和程序, 比如参与教研室集体备课、课程监考、教材编写、教学档案整理等。对于初上讲台教学效果不理想的情况, 也不要过于气馁, 任何职业都需要长时间的经验积累, 成为一名优秀教师更是如此。应多虚心接受他人的批评建议, 有助于从思想上完成学生向教师身份的转变。

(三) 保持不断学习的活力

高校青年教师思维活跃, 工作热情高, 应充分发挥主观能动作用, 不断学习新的知识, 在思想上保持终身学习的观念, 时刻关注学科前沿和时政要闻。大学课程与高中课程不同的地方在于, 大学课程是科学和技术的体现, 是前人研究的成果。授课时可将本领域的最新科研成果引入到课堂中, 激发学生学习兴趣, 为今后的教学、科研做好铺垫。在立足掌握教材内容之余, 还需不断扩充个人知识面, 使教学内容始终充满活力。

二、青年教师在授课准备过程中

(一) 精心设计反复演练

“台上一分钟, 台下十年功”。青年教师要想在讲台上完成基本的课堂教学, 在备课环节就要静心凝神, 深下功夫。从理解教学大纲要求、熟读教材内容, 到组织语言撰写脚本式教案, 在此基础上完成授课幻灯的制作, 每一个环节都需要反复磨练。对于每张所讲的幻灯, 笔者建议青年教师均需标明备注, 将要讲的话以文字形式记录下来, 供备课时斟酌修改。在自我演练时, 可利用演讲者模式, 一方面能尽快熟悉内容, 一方面可以对每张幻灯计算时间。自行设置时间“检测点”, 即以每 10 张幻灯或每 10 分钟计时, 将总体时间控制在 40 分钟一节课内。

在课堂设计时, 可以利用贴近生活的案例教学、与学员互动的启发式教学、基于问题为导向的教学 (Problem-based learning, PBL) 多手段多方面进行设计, 更好的引发学员兴趣。除了课堂设计, 还要了解学员。教学包含了两个方面, 不仅是教师的个人行为, 更重要的是学生的反馈。要深入了解授课班次学员的学习能力、学习情况、专业分组等, 主动与学生交流沟通。可以通过组织教学联系会、教学准备会等方式, 拉近彼此间的距离, 有助于建立相互信任。最后还需要熟悉教室, 青年教员上课前容易紧张, 最好提前 30 分钟到达教室, 检查多媒体能否正常使用的同时, 可以在讲台上来回走动, 做深呼吸缓解情绪, 也可以提前书写部分板书, 规划黑板安排, 做到心中有数, 自然就不会过于紧张。

(二) 充分做好跟班听课

“他山之石, 可以攻玉”。对于广大青年教师来说, 听课既是教学工作的重要组成部分, 也是提高教学水平的一种有效方法。跟随老教员听课, 小到学习老教员的精神姿态、所站位置、语音语气, 甚至一个眼神等细节, 大到整体上领悟课程内容、重点难点的讲解方式。青年教师应抓住一切听课的机会, 多听取不同老教员的授课, 可以是本教研室的课程, 也可以是与专业相关的其他课程。在每位老教员身上发现能够学习借鉴的地方, 集百家之所长逐渐形成个人风格。

(三) 立足课程专业内容

青年教师在日常工作中, 要抓紧时间完善自身的知识体系,

给予学生“一碗水”前，自己要有“一桶水”。首先要将课程的专业内容全部弄懂吃透，不能存有侥幸心理，对拿不准的知识概念应及时请教。在熟练内容的基础上，还要兼顾前后章节知识点的相互联系，为学生建立一套系统的知识体系。注意表达的专业严谨性，避免口语话、大白话的表达方式。对于核心知识的理解更要确保准确无误，达到上好一堂课的最低要求。

（四）通过三级试讲考核

为确保新教员授课的教学质量，我校实行的是新教员三级试讲制度，即新教员上课前，必须通过教研室试讲、院系试讲和校级试讲，分别由教研室主任、院系分管领导、校教学考评中心把关，随机指派督导专家担任评委，对试讲结果存档备案。新教员全部通过后方能上讲台授课。这种严格的试讲制度一方面督促了青年教师认真备课，一方面也有助于他们的快速成长。

笔者所在的有机化学教研室承担了我校临床医学五年制、药学、生物技术、麻醉、护理等专业基础有机化学课程，每年学时数大，受学员广。因此为确保授课质量，我们教研室一直施行“青年教员导师负责制”和“教研室集体备课制度”。由资深老教员组成导师组，负责青年教师的试讲，传授教学经验。在教研室试讲时，全程模拟实际课堂，从多媒体的放映、幻灯翻页的节点、教鞭在哪部分使用，到板书的在哪块书写、写什么，都有一定的规划，甚至根据课堂情况设计了多种方案。

三、青年教师在教学实践环节

经历了备课和三级试讲，真正踏上讲台面对学生的授课感觉肯定不同，即使准备再充分，也难免遇到其他情况，比如学生过于活跃或过于沉闷，都会影响前期的准备效果。青年教师对课堂把控能力尚不成熟，容易导致授课节奏发生变化。此时可以适当停下来，观察学生反应，灵活运用一些讲课技巧，比如自己表述不准确的地方，可以反问“这种表达正确吗？”而不是推翻重讲一遍；遇到学生不理解的地方，应适当重复，但不可过多停留耽误后续内容，可以“请同学们思考，有问题课后交流”。要明确学生是课堂的参与者，教师不能始终摆出一种说教的姿态，让学生参与感很低。而是要鼓励他们参与到课堂活动中，通过“聊天式”语言或走下讲台，多与学员互动。对能够积极参与的同学，应提出表扬，以点带面很大程度上能增强学生们的积极性。

青年教师往往责任心强，备课认真，在授课时常准备了很多内容，会“一股脑”的灌输给学生，但忽略了学生接受消化的能力，导致实际效果反而不好。针对这种用力过猛的情况，需要认识到大学课堂的教学特点以“少、博、精、深”为主，重点在于启发学生的思想和培养兴趣，而非照本宣科面面俱到。一些非课程的重点内容，可安排自学或小组调研的方式学习，培养学生自主学习的能力。

四、青年教师授课任务结束后

下课后，青年教师会感觉暂时松了一口气，而没有针对课堂中存在的问题及时总结，失去了进一步提高的时机。其实每次授课后，教师本人都有一定的感受：哪部分是临时发挥的，哪部分

没有讲清楚，都需要总结反思。可以根据每节课后同学集中的问题，回想一下这部分知识点是否在课上讲解透彻、重点是否突出，或者每次下课后，在教室里停留几分钟，与学员交流整体的听课感受，记录反馈意见，有目的性的改进和反思有助于快速提高个人教学水平。

五、结语

青年教师作为刚踏入高校接触教学工作的年轻群体，自身热情高涨，但大部分尚处于教学起步阶段，还要克服生活和工作中的各种困难。成为一名合格的优秀教师需要花费大量的时间精力，首先在思想上要摆正个人位置，端正态度尽快适应教师的职业要求；在备课过程中需要反复的演练修改，多利用跟班听课的机会，向老教员请教学习；在通过三级试讲考核后，课堂教学时要注重与学生的互动，以学生为主体，多鼓励他们参与到课堂活动中；完成授课后，应做到及时的总结反思。通过不断的实践与经验积累，找到教学规律和方法，最后形成自己的教学风格，成长为一名具有独立教学能力的优秀青年教师。

参考文献：

- [1] 常宏，丁培杰，先小乐，等.论青年教师如何提升教学基本功[J].中国中医药现代远程教育，2021，19（06）：183-185.
- [2] 刘江彩，齐丹丹.高职院校青年教师成长路径探析[J].时代报告，2021（02）：164-165.
- [3] 糜丽，熊加祥，熊鹰，等.借助教研室平台培养青年教师探讨[J].山西医科大学学报（基础医学教育版），2010，12（06）：665-667.
- [4] 傅金英.高校青年教师快速成长方法初探[J].成都中医药大学学报（教育科学版），2009，11（04）：47.
- [5] 辛霁虹.高校青年教师个人成长途径与方法[J].农场经济管理，2020（11）：62-64.
- [6] 张雪娇.有关青年教师听课的几点建议[J].西北医学教育，2010，18（04）：819-820.
- [7] 赵庆杰，邹燕，胡宏岗，等.青年教员导师负责制之我见[J].新课程学习（下），2011（01）：139.
- [8] 赵敬德，周亚素.教学方法的层次与青年教师的成长[J].纺织教育，2011，26（04）：276-278.

*基金项目：海军军医大学药理学系教学研究与改革项目（指令性课题，编号：Z202009）；海军军医大学药理学系教学研究与改革项目（指令性课题，编号：Z2020004）；海军军事医学有机化学课程重点建设项目。

第一作者：谢斐（1992-），男，讲师，硕士，主要从事有机化学教学和抗真菌药物合成。

通讯作者：张大志（1966-），男，教授，主要从事有机化学教学和抗真菌药物研究。