



湖北科技学院

HUBEI UNIVERSITY OF SCIENCE AND TECHNOLOGY

# 通城县二中、三中 教育实习简报

第三期

指导老师：吴远航

主 编：王 昊

撰 稿：吕佳璐 宋希奥 邵天奇  
王雨松 吴 怡 谢池艾  
葛 棉 游 悠

2025年11月

## 前言

金风送爽，丹桂飘香。自金秋九月起，湖北科技学院 22 级师范生怀揣“学高为师，身正为范”的初心，奔赴通城县第二中学、第三中学，开展为期四个月的教育实习。转瞬之间，一季耕耘已成过往；回望来时，满腔热忱犹在耳畔。

通城二中、三中倚幕阜之雄，携雋水之灵，以“厚德、笃学、砺志、创新”为训，为我院学子搭建了真实而广阔的教育舞台。在这里，我们从“听课者”转变为“授课者”，从“书生”成长为“人师”：备课室里挑灯钻研，实训场上反复磨课，课堂之中师生互动，课后教研思维碰撞。一次次修改教案，一回回聆听指导，让我们深切体会到教育的温度、教师的分量。

本期简报以“育见·成长”为主题，分“实习掠影”“课堂风采”“教研之光”“反思札记”四大板块，撷取第三个月中最鲜活、最动人的片段，既为记录，更为启程。

今天，我们带着通城山水浸润的质朴、带着指导老师授予的技艺、带着学生眸中闪烁的星光，走过了实习的第三个月；明天，我们将以更笃定的步伐走向教育的讲台，把在这里写下的“教育诗”续成一生的“教育史”。



通城县第二高级中学



通城县第三高级中学

## 一、实习掠影

(通城三中 王昊) 11月悄然来临, 实习的生活也如白驹过隙, 到三中已经一个半月的时间, 在这里我时刻谨记自己身为老师的职责, 不仅在教学上有了很大的进步, 在物理的学生竞赛和兴趣小组也都积极观摩学习, 并作为高二年级的竞赛指导老师, 参与了2025届咸宁市科技文化交流活动的“未来太空车”项目, 并取得了不错的成绩。



11月中旬, 通城三中举办了运动会, 其中能看到每位学生在赛场上奋斗的样子, 他们的青春气息感染着我, 让我不自觉想起自己的高中时期; 作为一名实习老师, 我也积极参与运动会的老师项目, 与各位老师和学生拉进关系, 参与到校园生活中。

(通城二中 吕佳璐) 踏入通城二中的校园, 首先被其浓厚且独特的校园文化所吸引。漫步校园, 随处可见的文化长廊展示着学校的发展历程、优秀师生事迹以及各类学科知识拓展内容, 不仅为校园增添了书香气息, 更让学生在潜移默化中汲取知识与精神养分。学校也十分注重学生的全面发展。老师们悉心指导, 学生们积极参与各类活动, 每一个活动都凝聚着大家的心血。这种以学生为主体、教师为引导的校园文化氛围, 让我深刻体会到教育不仅是知识的传授, 更是对学生综合素质的培养与塑造。同时, 学校的师德师风建设也深入人心, 老师们以身作则, 用严谨的教学态度和无私的奉献精神, 诠释着教育工作者的责任与担当, 这也为我树立了良好的职业榜样。



## 二、课堂风采

(通城二中 吕佳璐) 在实习期间，我跟随指导老师以及学校其他优秀教师观摩了多节不同学科、不同年级的课堂教学，收获颇丰。不同教师的教学风格各具特色，让我看到了课堂教学的多样性与可能性。

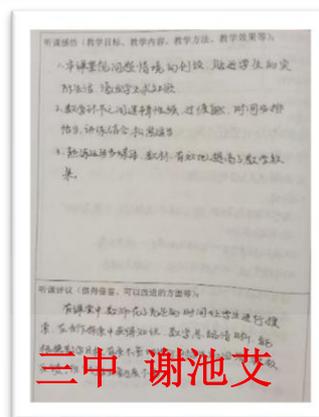
通过观摩，我深刻认识到一堂优秀的课不仅需要扎实的专业知识，更需要精心的教学设计、灵活的教学方法以及对学生的充分关注。教师要根据学生的实际情况和学科特点，因材施教，让课堂成为学生主动学习、积极探索的乐园。



(通城二中 葛棉) 在通城二中实习期间，我深切感受到校园浓厚的体育文化氛围——师生活力满满，课间操整齐有序，运动精神深入人心。通过观摩资深教师课堂，我学到了趣味化教学技巧与课堂组织方法，将新课标理念融入实践。参与教研活动时，与同事交流教学设计、探讨学情问题，收获颇丰。反思过往，我在课堂把控上仍有不足，未来将继续打磨教学技能，提升专业素养。



(通城三中 谢池艾) 在通城三中实习的这个月我已经正式走向了讲台，从最开始的措手不及，到后面渐渐侃侃而谈是不断进步的过程，我由一个旁听者成为一位正式的教师。开始参与教学与教研，与其他教师一起备课逐渐成为他们的其中一员；我开始将重心放到课堂上，开始关注每一个学生，注意他们在课堂上的表现，自己的能力在这个过程中不断提升，也从中获得了宝贵的经历，我相信，这段经历在我以后的教学生涯中必将是一段举足轻重的经历。



(通城二中 游悠) 近一个月深度参与学校运动会筹备与执行，从赛事方案研讨、场地布置到现场秩序维护、运动员引导，全程沉浸式体验。学校浓厚的体育氛围与师生拼搏精神令人动容，也让我对体育赛事组织有了实操认知。

观摩指导老师 15 节分层教学课堂，学到针对不同体能学生的教学技巧；教研中与同行交流运动会组织经验，收获颇丰。反思自身，在突发情况应对上仍有不足，后续将深耕教学与赛事组织能力，践行体育教育初心。



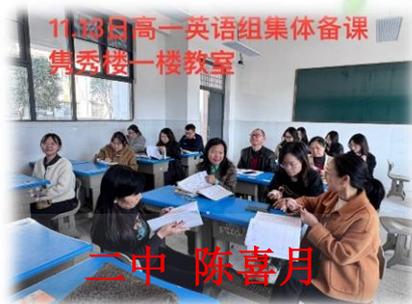
### 三、教研之光

(通城二中 吕佳璐) 学校丰富的教研活动为我的专业成长提供了宝贵的平台。我积极参与学校的集体备课、教学研讨会、公开课评课等教研活动，与老师们交流教学经验、探讨教学难题，在思维的碰撞中不断提升自己的教学认知和实践能力。

在集体备课中，老师们各抒己见，分享自己的教学思路和教学设计，共同探讨教学中的重点和难点。通过参与讨论，我学会了从不同角度思考教学问题，拓宽了教学视野，也掌握了更多实用的教学方法和技巧。在教学研讨会上，老师们围绕特定的教学主题，结合教学实例进行深入分析，分享最新的教育理念和教学研究成果。我认真聆听记录，学习先进的教学理念，并思考如何将其运用到实际教学中。而在公开课评课环节，老师们本着客观、严谨的态度，对授课教师的课堂进行全面点评，既肯定优点，也指出不足并提出改进建议。这种互评互学的氛围，让我学会了如何客观评价一堂课，也能从他人的课堂中反思自己的教学，发现自身的问题并及时改进。

此外，指导老师也给予了我悉心的指导。在我尝试备课、试讲的过程中，指导老师耐心地指出我在教学设计、教学语言、课堂把控等方面的问题，并给出具体的改进建议。通过不断地实践与反思，我的教学能力得到了明显提升，也更加明确了自己在专业发展上需要努力的方向。

(通城二中 吴怡) 在过去一个多月的时间里，我将大量精力投入到听课学习中。这一个月里，我站上了讲台，从“听课者”转变为“授课者”，这对于我来说是一个巨大的挑战，更是成长。在备课的过程中，老师从教学目标设定、重难点突破到活动环节衔接等方面给予了我细致入微的指导，特别是针对教学互动环节的可行性提出了更优方案。我仍然记得第一次课站上讲台时的紧张，学生们新奇、期盼的眼神于我而言既是鼓励也是压力。我将大学所学的教育学心理学、课程论知识与真实学情相结合，不断调整自己的语速、教态和提问方法。课后指导老师的点评和同学们的反馈成为我修正教学、提升课堂驾驭能力最直接的养分。



## 四、反思札礼



(通城二中 王雨松) 校园文化赋予我们“共同体”的归属感：在这里，我们既被允许试错、鼓励突破，也学会责任与担当；既汲取知识的力量，也沉淀做人的底色。它像一棵大树，根系是学校的精神传承，枝叶是师生的共同践行，而我们在这片树荫下，慢慢长成有温度、有韧性、有追求的模样。

(通城二中 吕佳璐) 此次实习是我从校园走向社会的重要一步，在这段时间里，我在教学实践、专业成长和职业认知等方面都有了很大的收获，但同时也清晰地认识到自身存在的不足。

在教学方面，我虽然掌握了一定的教学理论知识，但在实际教学中，还存在课堂把控能力不足、教学方法不够灵活、对学生的反馈不够及时等问题。面对课堂上突发的情况，有时会显得手足无措，不能迅速做出有效的应对。在专业知识方面，虽然能够满足基础教学的需求，但知识的深度和广度仍有待拓展，对学科前沿知识的了解还不够深入。

反思这些问题，我意识到自己需要在今后的学习和实践中不断努力。一方面，要加强专业知识的学习，不断充实自己，提升专业素养；另一方面，要多参与教学实践，积累教学经验，锻炼课堂把控能力和应变能力。同时，要保持积极的学习态度，虚心向优秀教师请教，不断吸收先进的教学理念和方法，形成自己的教学风格。

(通城三中 宋希奥) 实习期间的听课与讲课，让我受益匪浅，并总结了以下几点要。

1. 听课中观察到一线教师对高一数学重难点的精准把控，课堂节奏贴合学生认知，学会了如何将抽象知识通俗化呈现。

2. 批改作业时，清晰掌握了学生常见易错点，为后续习题课和答疑提供了明确方向，提升了针对性教学能力。

3. 晚自习答疑与习题课实践，让我体会到因材施教的重要性，也在与学生的互动中积累了沟通技巧和课堂应变经验。



(通城二中 邵天奇) 在完成高中化学难点课程《原电池》的授课时，课堂的流畅与高效，根源在于课前深入、细致的备课工作。反复研读《普通高中化学课程标准》中关于原电池的要求，明确其核心是理解“将化学能转化为电能的原理”。再结合对班级学生的了解，预判他们已有的知识基础（氧化还原反应）和可能遇到的认知障碍（电子/离子流向的微观想象）做学情分析。

针对微观粒子移动的难点构建“可视化模型”，精心设计了板书流程图和多媒体动画相结合的教学方案。用不同颜色的箭头清晰标注电子、电流、离子的路径，化“看不见”为“看得见”。

模拟真实课堂，优化教学流程，提升应变能力。充分的预演不仅是对教学内容的熟悉，更是对课堂节奏的把控和信心的积累。继续坚持这种深度备课的习惯，不断探索更优的教学设计。

## 实习队小结

通城三中实习队长 王昊

在经过两个半月时间的学习，大部分的实习老师都开始走上讲台，在教育教学中我们始终坚持在自己的岗位上。各位实习老师已经适应了学校的教学节奏和管理模式。在教学过程中我们与指导老师协调合作，开展教学实习、班主任工作、教研活动等各项任务，整体进展顺利。

在教育教学中，各位实习老师始终坚持教育的初心，将身心全部投入教学中，不断提升自身的技能，磨练自身，培养出更加专业的能力，以便更好地进行教学。

在这一个月中，我们开始将注意转移到课堂和学生上，很多老师已经能够独立的完成课程的教学，是破茧成蝶的关键时期，我们不断反思、不断耕耘、不断进步。这必将为接下来最后一个月的实习打下坚实的基础。

让 花 成 花

让 树 成 树

## 带队老师评语

实习三月，如白驹过隙，却把“教师”二字，从你们略显稚嫩的笔尖，写进了清晨六点半的操场，写进了深夜十一点仍亮着灯的办公室。第一次踏上讲台，你们把教案攥出了汗，却把最亮的目光留给學生；第一次听到“老师好”，你们脚步还踉跄，却回头把最稳的微笑还给他们。于是，粉笔灰在空气里飘成光，你们就在那束光里，悄悄拔节。

我听见你们在教研会上怯怯却坚定地发言，听见你们在走廊里俯身给初一孩子擦去泪花，听见你们回到宿舍仍复盘课堂的叹息与惊喜。三个月，你们把“学科知识”翻译成“少年能懂的语言”，把“教育理论”写成“蹲下来与孩子平视”的动作；你们用一次比一次清晰的板书，把“学高为师，身正为范”八个大字，写进了自己的脊梁。

当然，你们也写过错字：声音发抖、时间失控、作业堆成小山，可你们把每一次“失误”圈成红色的“反思”，第二天就改出一份更从容的教案。于是我知道，那支粉笔不仅磨短了你们的指甲，也磨亮了你们的初心——教育不是灌满一桶水，而是点燃一把火，你们正学着做那个点火的人。

愿你们把这三月的晨读声、批卷灯、队列口哨，全部折进行囊，带向更辽阔的讲台；愿你们永远记得：第一次被学生喊“老师”时，心脏那一下滚烫的跳动——那是教师职业最珍贵的“教师资格证”，盖在灵魂上的钢印。前路尚远，愿你们脚下有风，眼里有光，心中永远住着那个愿意为学生多停留三分钟的自己。

（带队老师 吴远航）