

教育实习简报 / 第一期

梓山湖畔·初为人师

梓山湖北大邦实验学校



作者：邱玉

九月十五 / 初入梓山湖

17名师范生 / 走进北大邦

绿意校园 / 家的温度

9月15日，湖北科技学院17名师范生在程洪老师带领下，走进梓山湖北大邦实验学校，开始短暂却意义非凡的教育实习。

宿舍窗明几净，空调、独立卫浴与24小时热水；食堂荤素相宜、每日不重样，将陌生熨帖成家的温度。

梓山湖北大邦实验学校

见面会上 / 三大实习任务



01 教学实习

跟班听课、备课授课，
在真实课堂里把理论知识
浇灌成教学能力。



02 班主任工作

晨读暮省、班级管理，
在细碎日常中读懂学生
的成长节律。



03 教育调研

以真实问题为起点，在
观察与复盘地完成一份
教育调研。



04 心理辅导

面向小学与初中，开展
心理课、团辅与个体咨
询，守护心灵成长。

一个月实习 / 关键数字

从初听课时埋头记录的专注，到试讲时被指导老师点醒的恍然，再到正式授课后学生围上来追问的欣喜，成长都有迹可循。

粉笔灰里的忐忑、晨读声中的感动、与学生谈心时的温暖，都化作笔尖下最真实的文字。

湖北科技学院师范实习生

17名

已完成的个体心理咨询学生

4位

心理课、团辅与家庭讲座
覆盖小学初中

3学段

六位同学代表的实习关键词

1 沈雪 | 汉语言文学：批改作业、管理班级

2 许亚丹 | 英语：拆分音节攻克词汇难点

3 刘靓靓 | 应用心理学：四位同学的咨询

4 寇逸飞 | 应用心理学：心理课与家庭讲座

5 年级拓展 | 四年级心理游园会顺利完成

6 持续推进 | 后续年级活动相继开展

教学与心理 / 双线成长

实习不只是走上讲台，更是在真实课堂里被点醒、被需要、被追问。
教学与心理辅导两条线并行，让这群年轻人第一次读懂“教师”二字的重量。



TEACHING

教学实习 · 站稳讲台

从协助批改作业、管理班级，到全程跟进教学流程，在备课与授课中体会“台上一分钟，台下十年功”。



COUNSELING

心理辅导 · 守护心灵

面向小学与初中开展心理课、团辅与个体咨询，用倾听、共情与陪伴守护学生心灵。

四位同学的成长感悟

✱ 沈雪（汉语言文学）：教学并非简单传授知识，从批改作业到班级管理，锻炼了耐心与沟通能力。

✱ 许亚丹（英语）：用拆分音节、词根词缀和情景记忆攻克词汇，鼓励学生在讲台上自主讲解。

✱ 刘靓靓（应用心理学）：学会倾听与共情，也体会到咨询关系中耐心与边界的重要性。

✱ 寇逸飞（应用心理学）：从课堂到游园会，在活动中贴近学生，深化对专业的理解。

反思四象限 · 看见成长

站稳讲台 /
仍需打磨

01

课堂设计、讲解节奏与突发状况应对，在反复磨课中一点点靠近合格教育者。

个案能力 /
有待深入

02

个案概念化还需加深，咨询的深度与专业判断需要在督导中持续积累。

活动细节 /
有待把控

03

心理游园会等活动，从策划到现场执行，细节把控仍有提升空间。

接下来的 /
努力方向

04

多向指导老师请教，多复盘、多积累，把每一次课堂与咨询都变成成长的养分。

实习任务与分工一览

同学	专业	实习岗位 / 任务	阶段性成果
沈雪	汉语言文学	语文课堂教学、作业批改、班级管理	走进课堂，体会教学的责任与温度
许亚丹	英语	词汇教学、课堂练习设计、小组讨论	用音节与词根法攻克词汇难点
刘靓靓	应用心理学	心理课、团辅、个体咨询、游园会	完成4例咨询，组织心理园游会
寇逸飞	应用心理学	心理课、家庭讲座、班主任团辅	每日个体咨询，组织心理小游戏
团队全体	跨专业协作	教学、班主任、教育调研三线并行	17名师范生共同成长

蓄力前行 / 未来可期

梓山湖的波光会记住这个秋天

记住一群年轻人初为人师的模样。
实习仍在继续，成长正在发生。

梓山湖北大邦实验学校

