

实习

湖北科技学院

简报

咸宁市浮山学

咸安区梓山湖北大邦实验学校

第一期



编辑：王慧玲 叶菲

审定：实习带队教师卢会醒

2025.09.28

幸

内容提要

怀着对“三尺讲台”的向往与一份“临事而惧”的审慎，我们的身份迎来了一场静默而深刻的变革。曾几何时，我们还是荀子笔下“青，取之于蓝”的学子，安坐于讲台之下，仰望着知识的星空；而今，我们却要尝试成为那个“诲人不倦”的点灯人，站上讲台，开启我们的“新手教师”初体验。

这些书香氤氲的校园，为我们翻开了一页名为“教育实习”的序章。它仿佛是横亘于“知”与“行”之间的一条河流，我们正从熟悉的此岸，摆渡至充满未知的彼岸。古人云：“教学相长”，此刻方觉，所谓师者，或许永远是讲台上求知的学生，而今日的学生，又何尝不是启迪我们如何为师的先生？

这段旅程，是师范生的必修课，更是一场关于传承与成长的浪漫实践。我们将在此，郑重落下第一笔。



咸宁市浮山学校

是一所由市、区共建的九年一贯制公办学校，涵盖小学和初中阶段。学校位于咸宁市咸安区浮山街道青龙社区，校园占地面积约100亩，整体布局分为教学区、运动区和生活区，环境优美，设施齐全。

值得一提的是，学校在未成年人思想道德建设方面成就突出，于2020年被评为“全国未成年人思想道德建设工作先进单位”。此外，它还荣获过“湖北省法治建设示范学校”、“湖北省校园文化百强学校”等称号，展现了其深厚的办学底蕴和良好的社会声誉。

除此之外，学校的办学理念与特色也让我印象深刻。学校以“本真教育”为引领，秉承“让生命之花自由绽放”的办学理念，践行“修身立本，砺学求真”的校训，致力于回归教育常态，尊重学生成长规律。

学校还构建了独具特色的德育课程体系，例如通过“绳彩飞扬”校本课程，将跳绳活动与道德、法律教育相结合。同时，通过“模拟小法庭”、“小交警室”等体验式教育活动，让思想道德教育更加生动有效。

与其他中小学不同的是，学校还开设了丰富的课程和活动，例如“国学”、“拉丁”、“陶艺”、“智慧英语”等三十多门活动课程，并积极组织军训、廉洁文化教育、“五老”开学第一课等活动，促进学生全面发展。

这是一所让人眼前一亮的学校，也是一个可以让学生们得以全面发展健康成长的校园。

实习学校介绍

咸宁市北大邦实验学校

是一所由全国十大教育创新力榜样人物、全国课改十大知名校长、北大邦教育集团总校长汪兴益先生担纲主政梓山湖北大邦实验学校，从集团分校遴选优秀管理人才组建学校核心管理层，建立新的学校管理制度，推行现代化学学校民管理。聘请云南省教育厅原厅长罗崇敏先生、全国知名校长杜金山先生等组建梓山湖北大邦实验学校专家顾问团队。负责学校的课程开发、课堂建设、文化发展、师资培训、办学评价等，全面保障学校的办学理念执行到位，办学目标高效达成。

同时还打开了教师队伍大门，让各种优秀教师走进北大邦。北大邦教师结构由近亲转向杂交，由单一师范转向多种院校，由单一国内转向国内外院校，由专职教师转向兼职兼有。师资队伍结构由经验型骨干名师（含咸宁地区十名名师）、国内知名院校优秀毕业生、海外顶尖师资人才、集团内部名师资源组成。学校教师队伍是多元化的，不同地域、不同学校、不同学历、不同学科、异质人才交汇，产生团队优势。



难忘初遇

若将实习比作一段未知的航行，让人感到幸运的便是在这片教育的瀚海中，得遇许多秀的领航员们——咸宁市·浮山学校的晏芳老师便是其中之一。

初识晏老师，她眉眼间总漾着一抹温和的笑意，周身仿佛自带一种令人安然的“气场”。但很快就会让人意识到，这份轻松并非源于随意，而是根植于深厚专业素养的从容。她的课堂犹如一部精心谱写的交响曲：有激发思辨的“快板”，亦有静水流深的“柔板”。她举重若轻，以巧妙的设计与风趣的点评，将艰涩的语法知识化作跃动于讲台之上的音符，使学生于无形中凝神贯注，尽得真知。这恰如那句箴言所言：“优秀的老师让学生发现真理，而非直接奉上答案。”

而更令学生为之动容的，是她如静水深流般的耐心与包容。曾有一次，面对一位学生情绪激动的诘问——“你凭什么管我？”“你就是在针对我！”——晏老师未显半分怨怼，亦未置之不理。她平静地告诉学生，她理解那份年少的不驯与敏感，更谆谆引导：“我们的言语，不该化作利刃；话语脱口而出的刹那，所伤者不止他人，亦有自身。”此后，在我每一次的听课记录中，都见证着那个曾经倔强的背影渐渐挺直了脊梁，笔记也一日日丰盈起来——教育的春风化雨，正悄然滋养着一颗心灵的成长。

她以自身的言行，让学生们真切体悟到“教育无他，唯爱与榜样而已”的深刻内涵。能追随这样的师者，实为实习航程中最明亮的灯塔。

于无声处听惊雷

坐在晏芳老师的课堂上，我常常感觉自己像一名发现宝藏的探险家。大学的教科书里，那些抽象的“交际教学法”、“情境导入”理论，在这里都变成了鲜活而流动的风景。

我观察到，晏老师的课堂有一种举重若轻的节奏。她从不急于将知识“倾倒”给学生，而是像一个巧妙的导游，善于设置悬念和路标。一个看似随意的提问，一个贴近学生生活的情境短剧，都能瞬间点燃全班的好奇心，让思维的涟漪从教室中心荡漾开去。我印象最深的是她处理学生错误的方式——那从来不是一个需要立刻纠正的“故障”，而是一个珍贵的教学契机。她总会用一个鼓励的眼神、一句风趣的化解，或者一个巧妙的追问，引导孩子自己发现答案，完美诠释了何为“春风化雨，润物无声”。这让我明白，一堂好课的标准，不仅是流程完美，更是要呵护住每一个孩子眼中求知的光。

听课心得

幸

“我们在国旗下成长”

如果说课堂是知识流淌的河，那么每周清晨的升旗仪式，便是精神拔节的土壤。它于我们而言，早已超越形式，成为一堂无声却重若千钧的“大思政课”。

实习第二周，我们以教师身份立于队伍后方，从“参与者”转为“观察者”，才真正读懂了这场仪式的深意。曾经作为学生，感受的多是庄严肃穆；而今放眼望去，孩子们笔直的脊梁、凝视国旗时清澈的眼眸，无一不在诉说着秩序的自觉与情感的凝聚。当国歌划破晨霭，五星红旗与朝阳同步升起，那份肃穆中迸发的生命力，深深撼动着大家。正如“素月分辉，明河共影”，德育从来不在远处，就浸润于这雷打不动的仪式之中，它比任何言语都更具穿透力，于无声处，将家国情怀与集体认同镌刻进年轻的心灵。

更令人触动的是，在一个平日活泼好动的男生。唱国歌时，他神情庄重，歌声清亮，朝阳为他镀上一层光晕——那一瞬，“我们在国旗下成长”这句话忽然有了具象的诠释。原来这面旗帜见证的，不仅是国家的兴盛，更是每一个少年精神的拔节、品格的塑造。这种成长，是纪律的萌芽，是归属的建立，亦是一颗名为“认同”的种子悄然生根。

作为一名未来的教师，这一幕也引发了许多同学的教学遐思：是否能在讲解“节日与庆典”主题时，引导学生用英语讲述国旗与国歌背后的精神？是否能将升旗仪式中所感动的文化自信，自然融入跨文化交流的语境，让“中国故事”拥有更辽阔的回响？

国旗之下，万物明朗。这一刻，老师与孩子们一样，都在向着光，共同生长



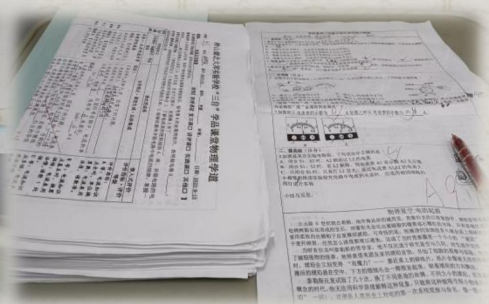
幸

实习感悟

“知行合一，方能致远”

这段经历于我而言，是一次深刻的思想洗礼。它让我褪去了部分学院派的理想化，看到了理论在复杂现实情境中灵活应用的挑战与智慧。我更坚定了自己的选择：心理学最终的目的，不是为了诠释高深的概念，而是为了赋能每一个普通人，无论是老师还是学生，都能拥有更丰盈的内心力量。

——北大邦实习生宋千慧



半个月的实习匆匆而过。在初三物理教研组各位老师，特别是我的指导老师辛时应老师的悉心指导下，我观摩学习，对初中物理教学，尤其是毕业年级的教学有了更为全面和深刻的认识。通过半个月的沉浸式学习，我也清醒地看到了自身的差距：

1. 知识表达的“转化”能力不足：我虽然理解物理概念，但如何用最生动、最贴切、最符合初三学生认知水平的语言表达出来，仍是一大挑战。我的语言有时会不自觉地“学术化”，不够“儿童化”。
2. 对学情的预估能力欠缺：我在备课时，常常想当然地认为某个知识点很简单，但在实际听课和批改作业中发现，学生遇到的困难点往往出乎我的意料。这说明我对初三学生的前概念和思维障碍了解还不够深入。
3. 教育机智有待提高：面对课堂上的突发状况（如学生的古怪提问），我的第一反应是紧张和不知所措，而辛老师总能从容化解。这需要丰富的经验积累。

半个月的听课实习，让我对教师这个职业的复杂性与创造性有了更深的敬畏。它不仅是科学，更是艺术。



时光从容，半月虽短，却已在浮山学校这片教育热土上，将“教师”二字从铅墨书卷还原为鲜活的风景。我的角色悄然转变——从初立讲台时的青涩局促，到渐能从容回应那声“老师好”；从手忙脚乱地撰写教案，到在晏芳老师春风化雨般的指引下，初悟“教学相长”的真谛。我珍视每一个与星夜为伴的备课时分，也感动于国旗之下少年们澄澈而坚定的目光。教育，不仅是知识的传递，更是品格的塑造与精神的扎根。愿在接下来的旅程中，我的课堂既能成为学生眺望世界的窗，亦能成为他们心中不忘来路的灯。半月虽逝，序章初启。感恩所有相遇，未来仍愿以诚挚之心，与光同行。

——浮山学校实习王慧玲

精彩活动

破茧新生，心向未来

为助力新入职教师顺利完成角色转换，提升职业幸福感与团队归属感，增强应对工作挑战的心理韧性，北大邦学校于近期精心策划并举办了以“破茧新生，心向未来”为主题的新教师专属心理团辅活动。

本次活动聚焦新教师群体在适应期可能面临的工作压力、人际适应、自我期待与现实落差等共性挑战，旨在通过专业的团体心理辅导形式，为其提供一个安全、支持性的分享与成长空间。活动在学校心理辅导中心的专业指导下进行，融合了表达性艺术治疗、积极心理学和团队动力学等理念。

团辅过程中，新老教师们在葛小霞老师的引导下积极参与了“教师关键词提取”、“压力事件分享”、“资源加油站”等一系列富有启发性和互动性的环节。大家通过象征性的卡片解读，逐步敞开心扉，分享入职初期的迷茫、压力与期待，也在彼此的倾听与共鸣中感受到深深的理解与支持。活动特别注重引导新教师发掘自身优势、建立社会支持网络、学习实用的压力调适方法，并共同展望积极的职业未来。

活动现场氛围温馨而热烈。新教师们普遍反馈，此次活动如同一场“及时雨”，有效缓解了初入职场焦虑与孤独感，增强了归属感与凝聚力。他们不仅学到了具体的心理调适技巧，更在团队互动中获得了宝贵的情感支持和前进动力，对如何平衡工作与生活、实现自我成长有了更清晰的认识。

“破茧”寓意突破适应期的困惑与挑战，“新生”代表着职业生涯的崭新开始。本次心理团辅是北大邦学校加强教师队伍建设、落实人文关怀的重要举措之一，体现了学校对新教师专业成长与身心健康的高度重视。未来，学校将持续关注各阶段教师的发展需求，营造更加支持、包容、积极的育人环境，助力每一位教师与学校共同成长，心向未来，绽放光彩。——北大邦新教师专属心理团辅





带队教师寄语

法国文豪雨果说，任何科学上的雏形，都有它双重的形象：胚胎时的丑恶，萌芽时的美丽。教育，它也是这样一门科学。我们历经几年的学习，已经拥有了许多科学的知识。纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。因而教育，它也是一种经历，给受教育者在以文化人的历练中成长，止于至善。教育见习因而更是这样一场复杂的躬行活动。立德树人，知行合一。在教育家精神的指引下，我们也在一路磕磕绊绊、笨脚笨手的尝试中逐渐找到感觉，站稳脚跟，不那么焦虑，不那么迷茫。教学有法，但教无定法。因而教育也是一种艺术化过程，那些指导教师的身正示范就是最好的展示。良好的开端，等于成功的一半。欲穷千里目，更上一层楼，继续加油！