< 教育实习简报> **第二期** 编辑：任娜 李乐乐 校对：任娜

教育实习简报



图 1 通山一中 通山实验高级中学

实习学校：通山一中
通山实验高中

带队老师：王树婷
主　　编：任 娜　李乐乐
校　　对：任 娜

内容提要

- 卷首语
- 砺行篇
- 实习感悟篇
- 寄语篇

▶ 卷首语 ◀

金秋十月，实习工作步入实践探究阶段。经过九月的观摩适应，湖北科技学院 28 名实习生于通山一中、通山实验高级中学，由课堂旁听者逐步转变为教学实践者。大家立足各个学科，积极开展试讲授课、集体教研、习题讲评、学情分析等教学工作；同时全面投入班主任实习工作，参与班级日常管理、主题班会、学生谈心谈话等德育实践。

教育不止于讲台之上的知识讲授，更藏于日常点滴的育人陪伴。本期简报记录实习生十月试讲实战、班级管理实践与反思成长，见证大家在备课磨课、班级实务中补齐短板、锤炼师者本领。愿全体实习生知行合一，在真实教育场景中沉淀经验，朝向合格人民教师稳步前行。

〔前言负责人：任娜〕

▶ 砺行篇 ◀

主题：砺行践讲台，实践促成长

知行合一，砺行不辍。实习路上，每一句谆谆叮嘱，都是指引我们踏路前行的路标。10 月 19 日，通山一中实习成长座谈会顺利召开，为全体实习生下一阶段的实习工作明晰目标、划定准则。

十月，这场实习成长座谈会为我们的实习之路锚定前行坐标。年级组组长张海峰老师、年级组主任李详买老师为全体实习生送来殷切指导。张海峰老师着重考务培训：他强调务必严守考务纪律，细致落实月考监考的各项规范；要自觉管好个人社交账号，时刻谨记师范生身份，严于律己、端正言行；张老师同时希望实习教师要把握机会，主动站上讲台，于真实课堂中勤学深耕，积累授课经验。李详买主任则贴心叮嘱大家，妥善安排日常生活，保持饱满的精神面貌；沉心做好跟学工作，多向指导老师虚心请教；在点滴事务中坚持复盘反思，持续打磨教学本领与班级管理能力。谆谆嘱托，催人奋进。我们必将牢记师长的指引，把各项要求转化为实际行动，兼顾学科教学与班

主任实习工作，脚踏实地，砺行致远，在教育一线的实践中不断成长蜕变。

循着师长的指引，全体实习生积极投身教学一线。从研读教材、精心备课，到反复磨课、走进课堂，大家珍惜每一次站上讲台的机会。课余坚持常态化听课，观摩指导教师的课堂设计、语言表达与课堂调控技巧，认真做好听课记录，及时开展课后反思，将所学的理论知识转化为实实在在的课堂教学能力，在一次次实践当中锤炼基本功。





〔砺行篇负责人：任娜〕

▶ 实习感悟篇 ◀

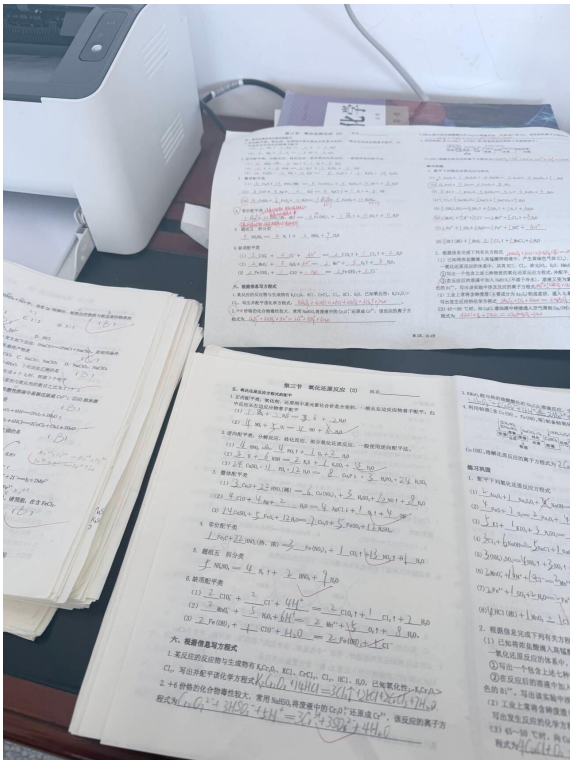
一、化 学

〔第二期撰稿：李乐乐〕

这段时间，是我在教育实践中不断积累、慢慢成长的一段日子。十月初，我继续在通山一中跟岗实习，跟着带教老师走进化学课堂，在一次次听课、记录和反思中，慢慢体会化学课堂的魅力，真切感受到概念课教学的分量。



我听的这一堂化学课，是《氧化性与还原性》。坐在教室后排，我看着授课老师如何把抽象的化合价变化、电子得失转化成学生能够理解的内容。氧化还原概念本身枯燥难懂，老师没有直接抛出结论，而是依托之前学过的反应一步步引导，带着学生标出化合价、分析电子转移，再顺势引出氧化剂、还原剂，层层铺垫、不断设问。那一刻我意识到，概念课最难的不是把定义念出来，而是搭好台阶，带着学生一步步建立电子转移和物质性质之间的联系。



批改配套练习给了我另一重触动。学生的错题像一面镜子，照出他们容易混淆的地方：分不清氧化剂、氧化产物，不会判断物质具有氧化性还是还原性。也让我第一次从“教的人”的视角去思考，哪里是学生思维容易卡住的地方。晚自修的答疑、课后对易错点的梳理、和学生一对一的交流——这些讲台之外的事，慢慢拼出一名化学老师日常的全貌：教育不止发生在四十分钟的新课讲授，也藏在习题讲评和答疑引导里。

这段时间走下来，我从最初安静记录的旁观者，慢慢变成愿意主动思考教学设计、预判学生易错点的参与者。我知道自己距离上好一节概念课还有不小距离，但每一步都踏实。接下来，我希望继续打磨氧化还原这一部分内容，把听课学到的思路内化，争取早日独立讲好这类抽象理论课。

二、物理

〔第二期撰稿：谢明轩〕

步入高中物理教育实习中期，本月我在通山一中持续深耕课堂教学与班级管理工作，积极参与日常教学、考场监考、晚自习值守、班会协助等各项实习任务。在指导老师的悉心指导下，我完成了从观摩听课到独立讲授新课的进阶成长，同时积累了扎实的班主任工作经验，也清晰认识到自身教学存在的短板与不足。现将本月实习工作情况、收获感悟与改进方向总结如下。

在课堂教学实习方面，本月我坚持常态化听课学习，观摩指导老师及其他优秀物理教师的课堂授课，累计听课若干节。通过听课，我深入学习高中物理课堂的授课节奏、知识点讲解逻辑、师生互动方式以及课堂把控技巧，重点钻研高一物理力学模块的教学方法，为独立授课筑牢基础。

在充分听课积累后，我独立完成了新课《重力与弹力》的正式授课，这是我本月教学工作的核心突破。



本节课作为高中力学的基础内容，概念抽象、知识点琐碎，是学生建立力学思维的关键课程。课前我认真研读教材、梳理教学重难点、设计教学流程、撰写教案课件，力求贴合高中生的认知规律，保证课堂教学的完整性。课后指导老师针对我的授课表现，给出了精准的点评与专业的指导，为我后续教学提升指明了方向。

老师明确指出我当前的核心教学问题：课堂知识点之间的衔接不够自然流畅，教学过渡生硬，课堂语言的逻辑性和连贯性有待提升。同时老师给出针对性改进方案，建议我摒弃简略式教案，将备课内容细化为逐字稿形式，打磨每一句课堂话术、每一个教学过渡环节，精准把控教学节奏。这让我深刻意识到，高中物理教学不仅是传递知识点，更需要完整、流畅、层层递进的教学逻辑，精细化备课是上好一堂课的核心前提。

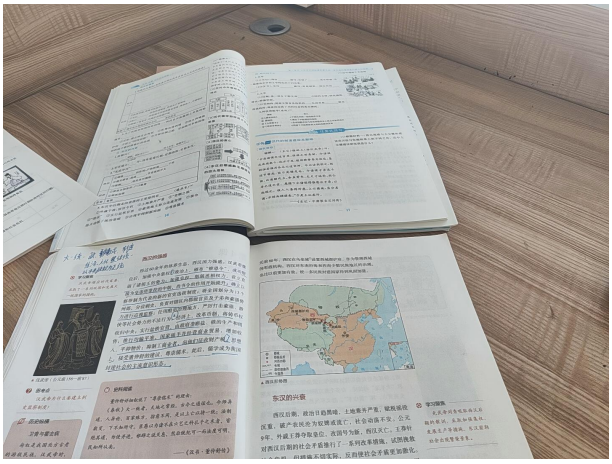
在班主任实习工作中，我全程跟随指导班主任参与班级日常管理工作，深度熟悉高中班级管理模式。本月我协助老师开展主题班会，主要负责配合

总结班级本周整体情况，从卫生内务、课堂学习、量化加减分三个维度梳理班级问题，对优秀学生予以表扬，对存在懈怠问题的学生进行督促提醒。

三、历 史

〔第二期撰稿：张宗昊〕

第一个月做班主任实习，更多是“跟班”——早读跟、课间操跟、自习跟，主要任务是记住学生名字、熟悉班级常规。第二个月，指导老师开始放手让我独立处理一些班级事务，我才发现班主任工作的复杂度远超想象。印象最深的是处理一次学生矛盾。两个男生因为课间玩笑闹翻，我按照“标准流程”分别谈话、讲道理、让双方道歉。表面上事情解决了，但第二天两人依然互不理睬。后来指导老师提醒我：“你有没有问过他们为什么觉得委屈？”我重新找两人聊，才发现矛盾背后是长期积累的“被忽视感”——一个觉得对方总在众人面前让他难堪，另一个觉得自己只是开玩笑却被上纲上线。当我帮他们把“情绪”翻译成“需求”后，两人自己找到了和解的方式。



这件事让我明白，班主任不是裁判，而是帮学生学会理解自己和他人的引导者。第二个月我开始参与班会课的设计。结合历史学科特点，我设计了一节“历史上的少年”主题班会，讲了几位历史人物在青少年时期的选择，然后让学生写下“如果我是他，我会怎么做”。那节课后，好几个平时不太说话的学生主动找我聊他们的困惑。我突然觉得，班主任和历史老师这两个身份，在这一刻重合了。

第二个月的关键词是“从旁观到参与”。历史教学上，我初步建立了“问题驱动”的课堂意识，但史料选取的精度和设问的层次感还需要打磨；班主任工作上，我学会了“先听再管”，但对班级整体氛围的营造还缺乏主动设计。下个月的目标很具体：历史教学方面，争取每节课至少设计一个让学生“产生分歧再达成理解”的讨论环节；班主任方面，试着独立策划一次班级活动，从方案到执行全程负责。实习过半，越来越觉得教师这份工作

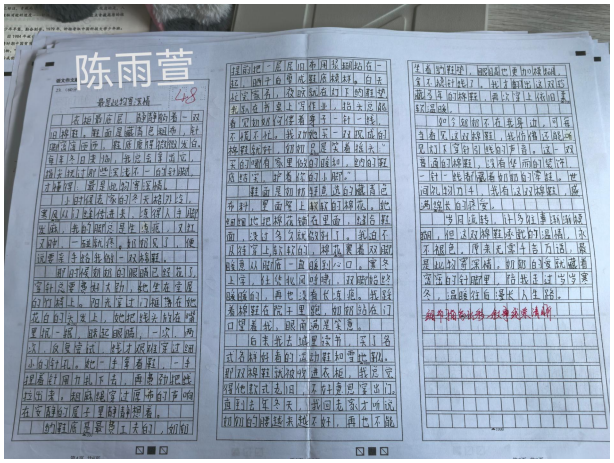
“功夫在诗外”——台上四十分钟，台下是无数次的观察、思考和调整。继续学，继续做。

四、语　文

〔第二期撰稿：李亦菲〕

本月我跳出单纯听课学习的阶段，全方位参与语文教学全流程，独立承担作业批改、试卷讲评、作文教学、新课授课等核心教学工作，教学实践能力得到大幅提升。

在常规教学工作中，我负责班级日常作业、练习试卷的批改与讲评工作。批改过程中，我细致梳理学生共性错题、薄弱知识点，针对性整理错题清单；课堂讲评时，摒弃单纯对答案的模式，聚焦解题思路、答题规范和知识点延伸，帮助学生查漏补缺、巩固所学，助力学生养成规范的答题习惯。



在作文教学方面，我独立完成全班学生作文的批改、打分与点评工作。针对学生作文的立意、结构、语言、素材运用等维度逐一批注，精准指出优缺点。同时创新课堂模式，组织学生开展作文互评、自主讨论评析活动，引导学生换位思考，主动发现优秀作文的亮点和习作中的常见问题，在交流探讨中提升全体学生的写作鉴赏与创作能力。

在新课教学上，我独立备课、磨课，成功完成宋词《声声慢（寻寻觅觅）》的公开课授课任务。课前我深入研读教材、查阅史料、梳理词作背景与情感脉络，结合高一学生的诗词鉴赏能力，设计分层教学环节，重点讲解叠词妙用、意象内涵、词人凄苦孤寂的家国之思与身世之悲。课堂上注重引导学生沉浸式品读词作，带领学生感受古典诗词的文学魅力，顺利完成新课教学任务，积累了完整的高中古诗词授课经

本月我全程协助班主任开展班级管理工作，深度参与学生管理、德育教育、校园考务等各项事务，全面了解高中班主任工作内容与育人职责。



在家访工作中，我跟随班主任上门家访，近距离沟通学生家庭情况、成长环境，倾听家长诉求，反馈学生在校学习、生活状态，搭建家校沟通的桥梁。通过家访，我深刻体会到家校共育的重要性，学会了如何结合学生家庭特点，针对性关注学生成长。

在校园常规工作中，我积极参与高一年级月考监考工作，严格遵守考场纪律，认真完成监考、考场秩序维护、试卷收发等工作，助力学校考试工作平稳有序开展。

同时，我立足高中生德育成长需求，独立策划并开展食品安全、交通安全两大主题班会。通过案例讲解、知识科普、互动问答等形式，向学生普及饮食安全、出行防护、交通法规等知识，纠正学生日常不良习惯，强化学生的安全防范意识和自我保护能力，落实立德树人的根本任务。

五、数　学

〔第二期撰稿：吴盼〕

日常教学中，我承担作业批改工作，《课后素养评价》练习册、试卷，我逐题审阅，标注共性错题，整理学生高频易错点。在办公室里，我经常整理、打印习题与试卷，为课堂训练、限时练习做好准备。晚自习、课后服务时间，我走进教室，为学生答疑解惑，针对基础薄弱的学生梳理基础题型，给学有余力的学生拓展思路。

在独立授课与习题讲评的实践里，我慢慢学会把控课堂节奏，规范数学解题板书，引导学生理清逻辑。同时我也清楚看到自身不足：课堂设问的层次感、对学生即时反馈的应变能力仍需要持续打磨。

作为班主任助理，我深度融入班级日常管理，跟进班级各项常规事务。每天早晚自习按时到班，巡查自习纪律，观察学生学习状态。照片里安静的自习课上，同学们埋头刷题、伏案演算，我在一旁维持秩序、观察学生状态，及时提醒走神、浮躁的同学收心学习。

我协助班主任落实考勤、卫生、仪容仪表管理，传达学校通知，整理班



级台账。关注高中生的心理状态，他们学业任务重、压力大，我利用课间和课后的时间，和学生轻松交流，倾听他们学习上的烦恼，给予鼓励疏导。我也参与班级集体活动，和同学们一起参与集体班会，感受班级氛围，学习如何在管理中做到严慈相济。

在和学生朝夕相处的过程中，我慢慢懂得，班主任不只是纪律管理者，更是学生成长路上的陪伴者、引导者。

六、英 语

〔第二期撰稿：许馨予〕

本月我首次参与了学校的监考工作。正式监考让我体会到考试秩序的重要性，需要全程专注、认真巡查考场纪律，提醒学生规范作答、诚信应考，保证考试公平有序进行。这项工作让我更加理解学校教学管理的严谨性，也更加体会到教师工作细致、严谨的一面。

在班主任实习工作中，我主要协助老师管理班级日常纪律。课间、课前我会主动巡查班级状态，及时提醒吵闹、走神、追逐打闹的学生，督促大家快速收心、安静准备上课。通过简单的纪律管理，我真切发现：班级良好的学风，离不开日复一日的细节督促。看似简单的管纪律，其实需要耐心、分寸和观察力，也让我初步积累了班级常规管理的经验。



相较于第一个月的陌生与紧张，这个月的我更加沉稳、踏实，对待教学和班级事务更加认真。同时我也清楚自身仍有不足：课堂讲题效率仍需提升，面对学生调皮松懈的情况，管理方式还不够熟练。

▶ 寄语篇 ◀

时光流转，十月实习生活已落下帷幕。经过这一个月的历练，同学们不再仅仅坐在教室后排听课学习，而是勇敢站上讲台，开展试讲授课，同时全身心投入班主任实习工作，亲身体会教学与德育双重职责。

可喜的是，面对教育场景的各类问题，大家敢于实践、不怕暴露不足，虚心接受指导教师的评课建议，坚持课后复盘反思，教学意识、责任意识得到显著提升。但同时也要看到，大家在课堂把控、教学设计、班级沟通管理上依旧存在进步空间。

希望同学们珍惜余下宝贵的实习时光：钻研课堂，反复打磨教案、板书与课堂语言，积极把握每一次登台授课机会；心系学生，在班主任工作中学会观察、学会倾听，做到教书与育人并举；多请教、多记录、多反思，把实践中的困惑转化为自我提升的动力。

教育是一棵树摇动另一棵树。愿各位实习生永葆教育热忱，心怀对课堂的敬畏、对学生的仁爱，不断锤炼本领，在实习路上收获成长，努力朝着“四有”好老师的目标奋力前行。祝各位实习同学笃行不怠，学有所获！

带队老师：王树婷

2026 年 10 月 31 日