



教育实习通讯

LeShan Normal University

主办：乐山师范学院教师教育学院 顾问：农向 主编：黄宽娜 编辑：徐波 章含颖 李纤 梅宝丹

编者寄语：一段实习旅程，一场初心修行。站在三尺讲台，你们褪去青涩，试着读懂学生、深耕课堂。从忐忑试讲到从容授课，从懵懂观摩到主动担当，每一次付出都有收获，每一次尝试都在成长。教育之路道阻且长，愿你们带着这段时光里的热忱与感悟，坚守育人初心，步履不停，在未来的教育征途上闪闪发光。

以笃行赴教育新程

春风化雨润桃李，笃行实干启新程。实习是我走出校园、完成角色蜕变的成长历程，更让我在教育一线的真实日常中，从懵懂生疏稳步迈向熟稔热爱。

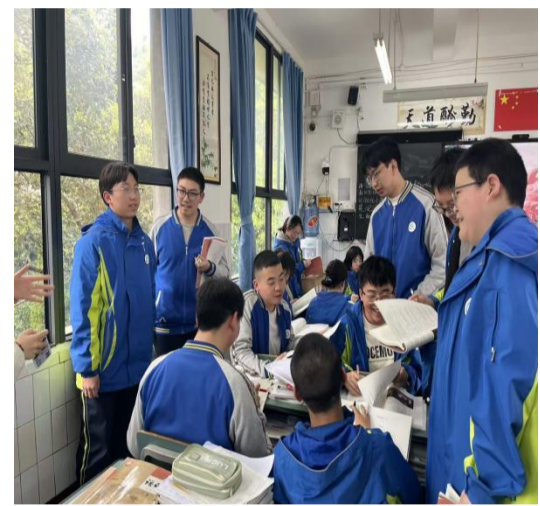
初抵实习岗位，我怀揣忐忑与憧憬，开启了全新征程。从校园学子到实习教师，身份的转换让我既满怀热忱又难掩不安。面对既熟悉又陌生的教室、亲切专业的指导老师，以及一群朝气蓬勃的学生，我一时茫然无措，只能静心观察、潜心求教。每日紧跟指导老师深入课堂听课，细致梳理教学流程与管理技巧，逐步学着读懂学生、贴近学生。

近两周的实习时光里，我主要协助开展教学辅助与班级日常管理工作：认真批改每一份作业，从字迹与作答中洞悉学生的学习状态；耐心维持课堂纪律，陪伴学生专注自习；主动投身班级事务，关切学生的学习与生活。这些看似琐碎的事务，让我逐步融入实习生活，也真切体悟到教师工作的平凡与不易——我不再是被动汲取知识的学生，而是要主动扛起责任、守护成长。

在日复一日的实践磨砺中，我渐渐适应了岗位节奏。从起初的手足无措，到如今的从容笃定；从听闻“老师好”时的腼腆局促，到主动与学生交流互动，我在点滴中蜕变，在陪伴中收获。指导老师的倾心点拨，让我少走弯路；学生们的真挚笑脸，予我满心温暖。教育一线的真实图景，让我深刻领悟：教师不仅是知识的传递者，更是学生成长路上的引路人。

实习仍在稳步推进，我将以更严谨踏实的态度，虚心向指导老师求教、沉淀经验，全力提升专业素养，为成为一名有爱心、有担当的合格教师筑牢根基。

撰稿人：乐山市草堂高级中学实习生 赫祺



以初心赴讲台 以实践促成长

在乐山市草堂高级中学的英语实习时光，是我从校园迈向讲台、从学子蜕变为实习教师的珍贵历程。这段日子里，我浸润于草堂高中浓厚的育人氛围中，既积累了扎实的教学实践经验，更深刻体悟到教育的本真与初心，心中满是沉甸甸的收获与真切的感悟。

初入草堂高中，学校“珍爱学子、铸梦草堂”的育人理念便深深触动了我。这里的教师师德高尚、教艺精湛，对学生满怀耐心、恪尽责任，成为我实习征程中的引航明灯。带教老师倾囊相授教学经验，从英语教案的撰写、课堂环节的构思，到知识点的拆解技巧、课堂氛围的灵活调动，每一个细节都耐心点拨，助我迅速掌握高中英语教学脉络，也让我明晰：一堂优质的英语课，不仅要传递知识，更要点燃学生的学习热忱。

实习期间，我从听课观摩、精心备课，逐步走向讲台独立授课。面对草堂高中活泼好学的学子，我着力以鲜活案例、互动式课堂设计，让英语学习摆脱枯燥。课堂上，见学生们踊跃举手、自信开口表达，我真切触摸到教学的成就感；课后批改作业、为学生答疑解惑，更让我读懂教师肩上的担当，每一份用心的付出，皆是为了助力学生拔节成长。

在与师生朝夕相伴的时光里，我不仅锤炼了教学本领，更掌握了与学生沟通的艺术、课堂把控的诀窍。草堂高中浓郁的艺术气息与严谨的治学氛围，让我看见教育的多元与温情，也让我笃定：优质的教育，是尊重每一位学生的个性，以真心守护他们的成长之路。

这段实习经历，是我教师生涯的启航点。感恩草堂高中给予的宝贵契机，感恩带教老师的悉心栽培，也感恩可爱的学生们赋予我的温暖与感动。未来，我将带着实习的沉淀与收获，坚守教育初心，持续打磨教学功底，立志成为一名兼具温度与专业素养的英语教师，在教育之路上笃定前行。

撰稿人：乐山市草堂高级中学实习生 胡佳妮

在实践中成长 在坚守中前行

作为乐山师范学院大四英语专业学子，我怀揣期待与忐忑，踏入乐山草堂高级中学，正式开启为期十二周的教学实习征程。从课堂观摩到独立授课，从班级管理到教研实践，这段宝贵经历让我褪去学子的青涩，深切体悟“师者，传道授业解惑也”的厚重内涵，更收获了沉甸甸的成长与真挚的感动。

初入草堂高中，学校英语组“优化教学、深耕素养”的浓厚教研氛围便深深感染着我。在指导老师的悉心引领下，我以听课为核心，潜心学习骨干教师的教学智慧，细致梳理课堂互动设计与重难点突破技巧，尤其聚焦跨文化意识与批判性思维在英语教学中的有机渗透，这与我英语专业实习课程“践行立德树人”的目标高度同频。

当第一次站上讲台，我才真切领悟到理论与实践的鸿沟。预设的教案需依据课堂实际灵活调整，学生的疑问需耐心细致回应，课堂秩序的把控更是考验智慧的必修课。得益于指导老师的耐心点拨，我反复打磨教案、优化课件，精心设计梯度化提问，尝试以生活化类比拆解语法难点，逐渐摸索出贴合学情的教学节奏。

实习期间，我既深耕教学一线，又协助班主任处理班级日常事务，参与主题班会策划，为基础薄弱的学生提供精准辅导。看着学生在我的助力下英语成绩稳步提升，自信的笑容绽放脸庞，我深切触摸到教师职业的价值与担当。同时，深度参与学校英语组教研活动，让我洞悉中学英语教学改革的前沿趋势，教研反思能力也在实践中稳步提升。

这段实习历程，是我从校园迈向社会的桥梁，更让我真切明晰英语教师的使命与担当。未来，我将满载实习的收获与体悟，深耕专业知识、锤炼教学本领，立志成为一名有理想、有本领、有温度的人民教师，不负母校栽培，不负学生期许。

撰稿人：乐山市草堂高级中学实习生 黄鑫



躬行践师道 青蓝启新程

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”这段实习时光，是我从师范生向人民教师蜕变的关键试炼场。在这段历程中，我于实践中褪去青涩，在坚守里体悟师者初心，每一次付出与成长，都让我对“师者，所以传道授业解惑也”的内涵，有了愈发真切的领悟。

在数学教学实践中，我主要承担批改作业、听课研习、值守每日一练并批改反馈的工作。起初，批改作业仅停留在辨对错、划优劣的浅层；经指导老师悉心点拨，我逐步参透“随风潜入夜，润物细无声”的教学智慧——从作业错题中精准捕捉学生的知识盲区，为后续教学找准方向。听课过程中，我潜心揣摩指导老师的授课艺术，看她如何以简洁话语拆解复杂知识点，如何用巧妙提问激发学生主动思考，这才深刻明白，“因材施教”绝非空洞口号，而是深植于每一次课堂互动、每一份作业反馈中的用心与坚守。

班主任工作则让我深切体悟师者的责任与温情，更读懂了“桃李不言，下自成蹊”的育人力量。我协助班主任值守自习、检查卫生，这些看似琐碎的日常事务，实则是班级管理的坚实基础。值守自习时，我既要维护课堂秩序，更要细致留意每一位学生的学习状态，在静谧的教室里，真切感受陪伴的温度与意义。

这段实习经历，是我教育之路的启航点，更是一场心灵的修行之旅。它既让我清晰看见自身的短板，也为我锚定了前行的方向。“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”，未来，我将满载实习的收获与感悟，怀揣对教育事业的赤诚热爱，扎实锤炼专业本领，以师者之诚、师者之责，笃定奔赴属于自己的教育征程，静待桃李满枝、芬芳满径。

撰稿人：乐山市草堂高级中学实习生 李思潜





自 3 月 16 日开启实习以来，我始终以聆听美术课为核心任务，在一节节生动鲜活的美术课堂中，近距离体悟美术教学的独特魅力，研习教学方法，收获满满，也对美术教育有了更为深刻的认知。

听课过程中，我专注梳理指导老师的教学思路与课堂设计。无论是绘画技法的细致讲解、手工创作的精准指导，还是审美素养的循序渐进培养、创作灵感的巧妙启发，老师们均能紧扣学生特点，将专业知识转化为趣味化、生活化的内容。课堂之上，老师不仅传授美术技能，更着力引导学生观察生活、放飞想象，鼓励每位学生绽放独特创意，让我深切领悟到美术教育“以美育人”的深层内涵。

通过沉浸式听课，我深刻体悟到，美术教学绝非单一的技法灌输，而是审美感知与创造力的双向培育。优质的美术课堂，能让学生在动手实践中感知美、创造美，在浓厚的艺术氛围中陶冶情操。同时，我也清醒认识到自身在教学实践层面的短板，明晰了理论知识唯有与课堂实际深度融合，方能切实赋能教学。

这段实习经历，让我对美术教育事业的热爱愈发笃定。后续实习中，我将持续秉持虚心求教的态度，认真复盘教学经验，不断提升专业能力与教学素养，立志成为一名有爱心、有巧思、有温度的美术教育工作者，以艺术之光点亮学生的童年。

撰稿人：乐山市草堂高级中学实习生 邓全容



以行践知 以心育人

初到乐山市草堂高级中学实习，转眼已历两周。从学生到实习教师的身份蜕变，让初入高二二班教室的我，心中难免忐忑青涩，真切生出“纸上得来终觉浅”的茫然。但随着与同学们的相处日益深入，那份疏离感悄然褪去，取而代之的是熟稔与亲近，更让我切实触摸到教师职业的沉甸甸责任与暖融融温度。

每日清晨值守早自习、课间操整队、眼保健操提醒，课后核查教室卫生，这些看似细碎的日常片段，串联起班主任工作的完整图景，也让我于点滴实践中，逐步适应新角色。如今，我与学生的交流日渐频密，课间饭后的闲谈里，我能洞悉他们在学业压力下的迷茫，也能共情生活中那些细微却真切的喜怒哀乐。我愿以耐心为舟、以倾听为桨，缓缓走进他们的内心，陪伴他们探寻属于自己的成长答案。

“随风潜入夜，润物细无声”。我渐渐彻悟，班主任工作从无小事，细微之处方见育人初心。每一句细致的叮嘱、每一次耐心的引导，都是在为班级筑牢成长根基。同学们的一声问候、一抹微笑，抑或课堂上专注的眼神，都让我深切感知这份职业的温暖与价值。这份珍贵的实习经历，不仅让我熟悉了教学与班级管理的全流程，更让我领悟责任与坚守的分量，也为我未来的教师之路，添了一份“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”的笃定与期许。

撰稿人：乐山市草堂高级中学实习生 范馨





2026年3月16日，我怀揣对教育事业的热忱与憧憬，正式踏入乐山市草堂高级中学，开启教育实习征程。从初入校园的青涩忐忑，到融入集体的从容笃定，转眼间实习已走过半月。这段扎根课堂、贴近学生的实践时光，让我跳出书本理论的框架，真切触摸教育的真谛，收获了知识与能力的双向成长。

初入草堂，一场温馨细致的实习生见面会，为我的实习之路照亮方向。会上，我深入了解草堂高中深厚的文化底蕴与鲜明的办学特色；会后，我结识了学科指导教师颜老师与班主任李老师，明确了听课规范、班级管理、日常值守等核心任务，迅速找准实习定位，褪去初来乍到的迷茫与不安。

实习期间，我陪伴高二九班的同学开启早读时光，见他们专注诵读、认真识记的模样，浓厚学风深深浸润着我；大课间时分，整齐有序的跑操队伍、铿锵有力的步伐，尽显青春朝气与蓬勃活力；午休时段，我维持班级秩序，守护同学们的休憩时光，跟进自习课堂，切身感受班级踏实浓厚的学习氛围。

半月实习时光悄然流转，这段日子里，老师们耐心讲解、倾囊相授。听课时，我认真梳理教学思路、详实记录听课笔记，潜心研习颜老师精湛的教学方法与灵动的课堂艺术；班级管理中，我协助李老师做好日常考勤、纪律维护等基础工作，在实践中积淀班级管理经验。

在剩余的实习时光里，我将倍加珍视每一次实践契机，持续深耕专业知识、不断淬炼教学技能，以更饱满的热情与更坚定的信念奔赴教育之路，用心践行育人使命，努力成长为一名有温度、有情怀、有担当的人民教师。

撰稿人：乐山市草堂高级中学实习生 丰萍



在教学与育人中践行初心

在乐山市草堂高级中学的高二下数学实习已近两周，这段扎根课堂、陪伴学子的时光，让我真正完成了从学生到准教师的身份蜕变。在数学教学与班主任工作的双线实践中，我深切体悟到教育的沉甸甸责任与暖融融温度，更对教师这份职业萌生出滚烫的热爱与笃定的向往。

数学教学实践中，我聚焦高二下数列、导数模块的课堂教学，认真梳理每节课的重难点剖析、例题讲解逻辑与课堂互动设计。指导老师教学经验丰富，总能将抽象的数列通项、求和公式，以及导数的单调性、极值应用等知识，结合生活实例与高考题型讲得深入浅出，以分层提问引导学生主动思考，让我领悟到数学教学绝非照本宣科，而是要为学生搭建思维进阶的桥梁。

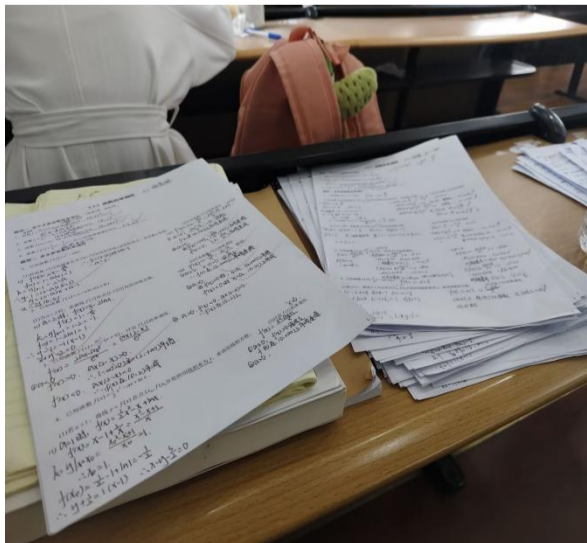
课后，我主动参与备课、细致批改作业，从学生的错题中精准梳理学情，重点整理数列放缩、导数分类讨论等高频易错点并反馈给老师。看着学生们从对导数分类讨论一头雾水，到逐步理清思路、主动求教，我愈发明晰教书育人的价值，也逐步掌握了贴合学生认知规律的讲解方法。

班主任工作实践中，我全程协助指导老师统筹班级日常事务。从早自习考勤、课间纪律维护，到午休值守、督促学生规范出操，再到协助开展学风建设主题班会、关注学生心理状态，琐碎的日常里，处处藏着育人的细腻细节。

我也会主动与学生沟通，倾听他们在学习中的困惑、备考中的焦虑，以自身的学习经验帮他们调整备考状态。见证学生们从浮躁走向踏实、从畏难迈向进步，我真切感受到陪伴的力量，也深刻懂得，班主任不仅是班级的管理者，更是学生成长路上的引路人与暖心陪伴者。

这段实习经历，让我跳出课本的框架，真切触摸到教育的重量与温度。未来，我将带着这份收获与热爱，深耕教学本领，坚守育人初心，努力成长为一名让学生信赖、让家长放心的数学教师。

撰稿人：乐山市草堂高级中学实习生 李仙蓉



守心伴青衿 探理赴师行

“道阻且长，行则将至；行而不辍，未来可期。”这段实习之旅，是我从理论深耕迈向实践淬炼的蜕变征程。高一学子的懵懂与朝气、物理学科的严谨与思辨、班主任工作的琐碎与坚守，让我以全新视角体悟师者担当，在一次次躬身践行中，读懂教育的本真与力量。

物理教学实践中，我主要负责听课研习与批改默写，这让我深刻领悟“善学者尽其理，善行者究其难”的治学与育人真谛。初听物理课时，我由衷惊叹于指导老师将抽象的受力分析、运动规律，转化为贴近生活的鲜活实例，以严谨逻辑拆解知识难点，让枯燥的公式定理变得可感可触、易学易懂。我渐渐明晰，物理教学绝非单纯的知识传递，而是对学生探究精神与逻辑思维的系统培育——正如“纸上谈兵终觉浅”，唯有让理论与实践深度交融，方能助力学生真正吃透原理、学以致用。

班主任工作的琐碎日常，更让我参透“单丝不成线，独木不成林”的育人深意，也深切体悟到师者的温情与担当。我协助班主任值守自习、检查卫生，这些看似细微的事务，实则是筑牢班级秩序、培育学生良好习惯的坚实根基。

这段实习经历，是一场关乎成长与坚守的修行，让我褪去师范生的青涩稚嫩，逐步触摸教师职业的核心要义。“功不唐捐，玉汝于成”，未来，我将满载实习的感悟与收获，坚守教育初心，深耕物理教学，把握严与爱的平衡：以严谨的态度传授知识，以温暖的陪伴守护成长，在教育之路上步履不停、笃行致远，不负师者使命，不负青春韶华。

撰稿人：乐山市草堂高级中学实习生 刘芋良



以双岗实践 悟育人初心

2026年3月16日至3月21日，是我在乐山市草堂高级中学担任地理实习教师与实习班主任的首周时光。在指导老师的悉心引领与精准点拨下，我逐步熟悉高中地理教学与班级管理的双重职责，于实践中沉淀宝贵经验，也对教师这份职业有了愈发深刻的体悟。

教学实践层面，我全程跟随指导老师听课研习，细致梳理每一节高中地理选择性必修2课堂的教学脉络、知识点拆解思路与课堂互动策略。本周聚焦资源枯竭型城市的转型发展这一核心内容，指导老师摒弃生硬的理论灌输，而是依托阜新、玉门、焦作等典型城市案例，引导学生剖析“资源依赖—经济衰退—生态破坏”的发展困局，再循序渐进探寻产业升级、生态修复等转型路径。课堂上，老师助力学生领悟“因地制宜实现可持续发展”的核心要义，让抽象的区域地理知识变得鲜活可感，也让我深切体悟到，高中地理教学需兼顾专业性与趣味性：既要以严谨逻辑阐释区域发展规律，又要结合本土案例搭建知识与生活的联结，方能真正唤醒学生的探究热情与责任担当。

班主任工作层面，我严格遵循班主任老师的部署，深度融入班级日常管理。每日清晨提前到班，督导学生完成公共区域与教室卫生清扫，维护早读秩序，以温和的口吻提醒学生调整学习状态；课间午休时段，我主动走进班级与学生谈心交流，倾听他们的学习困惑与生活烦恼，努力成为学生信赖的倾诉对象；同时协助老师统筹班会、课间操、班级卫生大扫除等事务，及时化解同学间的小摩擦、处理课堂纪律等细微问题，于琐碎事务中感知班级管理的温度与担当。

首周实习让我满载收获，既锤炼了地理学科的教学实践能力，也初步掌握班级管理的核心方法，更深刻领悟教师“教书育人”的初心与使命。后续实习中，我将持续以指导老师为榜样，勤听课、重实践、善反思，精心打磨每一节地理课的教学方案，用心落实班主任的每一项工作，矢志成长为一名让学生喜爱、让师长放心的合格实习教师。

撰稿人：乐山市草堂高级中学实习生 刘欢



以行践知 筑梦讲台

——草堂高中教育实习纪实

三月中旬，身为历史学专业大三学子，我踏入乐山市草堂高级中学，正式开启教育实习征程。这段充实的时光里，我追随优秀教师深耕教学与班级管理，投身校园实践活动，于实践中淬炼师者初心，收获蜕变与成长。

实习期间，我以班主任乔老师为标杆，沉浸式研习班级管理之道。从日常考勤、自习纪律管控，到班会统筹、学生谈心疏导，乔老师耐心细致地为我传授班级事务处理经验，让我深切体悟班主任工作的责任与温情。与此同时，我跟随历史学科唐老师钻研授课技艺，通过课堂观摩、协同备课、批阅作业，研习如何将枯燥的历史知识转化为鲜活的课堂内容，掌握史料解读、课堂互动等教学技巧，为后续独立授课筑牢根基。

此外，我踊跃投身学校组织的消防安全演练活动，与同学们一同学习消防知识、掌握逃生技能，在实践中筑牢安全意识，也拉近了与学生的心灵距离。课余时间，我主动融入学生群体，借助课堂互动、课后沟通，逐步洞悉他们的性格特质与学习诉求，从陌生走向熟稔，搭建起真挚的师生情谊。

实习仍在稳步推进，这段经历让我对教师职业的认知愈发深刻。未来，我将满载实习的收获与感悟，持续深耕专业知识、锤炼教学本领，矢志成长为一名有温度、有担当的历史教师，在三尺讲台镌刻青春华章。

撰稿人:乐山市草堂高级中学实习生 刘源溪



以数为舟 笃行致远

春风送暖，草木蔓发，我怀揣对数学教育的赤诚热忱，踏入乐山市草堂高级中学，正式开启高二数学实习征程。从课堂的聆听者蜕变为讲台的讲述者，从理论知识的储备迈向教学实践的深耕，这段时光让我在数与形的交融中参透数学教学真谛，实现了知行合一的成长跨越。

扎根课堂，完成从理论到实践的进阶。高二数列、导数等知识抽象晦涩，初次备课时，我反复打磨教案、推演例题。站上讲台，我将抽象公式具象为生活实例，借助几何画板让枯燥的计算过程变得鲜活生动。指导老师指出我讲解节奏偏快、疏于兼顾基础薄弱学生的问题后，我在作业批改中梳理易错点，答疑时放缓语速、因材施教，逐步摸索出贴合学情的教学节奏。

教学相长，成就师生间的双向奔赴。我深度参与班级管理，早读时陪学生梳理公式，课间为他们答疑解惑。相处之中，我见证学生攻克难题的执着、突破瓶颈的喜悦。当有学生探寻数学的价值时，我告诉他们，数学蕴藏着严谨的逻辑智慧与解决问题的核心思维，这也让我深刻领悟：数学教学绝非单纯的知识传递，更是对学生思维的深度启迪。

实习的点滴沉淀，皆化作我教育之路的珍贵勋章。我深知，成长为一名合格的数学教师，道阻且长。未来，我将携实习的收获深耕课堂、淬炼本领，以数为舟、以爱为桨，在数学教育的浩瀚海洋中陪伴学生扬帆远航，做一名笃行不怠的教育追光者。

撰稿人:乐山市草堂高级中学实习生 钦荣华

