



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：教育实习，是师范生叩响教育之门的试金石，更是理想与实践碰撞的练兵场。从初登讲台的忐忑，到从容把控课堂的笃定，每一步都是成长的勋章。愿各位实习学子，以热忱为笔，以耐心为墨，在三尺讲台深耕细作，在与学生的双向奔赴中读懂教育的温度。愿这段实习时光，成为你们教育路上的坚实起点，怀揣初心，向合格的人民教师稳步迈进！

以心赴教，以行悟知

踏入乐山东辰外国语学校的初中校园，我正式开启美术实习生涯，转眼已逾两周。这段时光里，虽尚未正式站上讲台独立授课，却在沉浸式听课与班主任辅助工作中，收获了独属于教育实践的成长与深刻体悟。

我的日常，多是静坐于教室后排，全神贯注地聆听指导老师的美术课堂。课堂上，老师们彻底打破了课本理论的桎梏，将略显枯燥的美术技法巧妙融入趣味情境：从线条勾勒的细致拆解，到色彩搭配的实操演示，再到引导学生捕捉生活中的灵动之美，每一个教学环节都环环相扣、张弛有度。我不仅认真梳理老师的授课逻辑与课堂互动策略，更悉心观察学生的课堂反馈——初中生对美术的蓬勃好奇与天马行空的想象，总能碰撞出意想不到的思维火花，这也让我对后续独立授课，积攒了更多深度思考与热切期待。

除却听课学习，我更以实习班主任的身份，深度融入班级日常管理工作，清晨的早读值守便是每日的必修课。当看到同学们挺直脊背、声情并茂地朗读时，我真切体悟到班主任工作的琐碎与沉甸甸的责任。从细致提醒学生整理仪容仪表，到温和维持早读的纪律秩序，这些看似细碎的小事，不仅悄然拉近了我与学生的距离，更让我精准把握了初中生的性格特质，为日后美术课堂的高效师生互动筑牢了根基。

两周的实习历练，让我褪去了初来时的青涩懵懂，真切触摸到教师职业的温暖底色。我深刻明白，美术教育绝非局限于教学生描摹画作，而是以美为引，引导他们发现生活之美、创造心灵之美；而班主任工作则让我懂得，教育的本质，是用心陪伴、用爱守护的双向奔赴。

展望接下来的实习时光，我将继续扎根课堂认真听课，全方位积累教学经验，潜心打磨授课技巧，怀揣热忱与初心，期待早日站上美术讲台，与学生们一同遨游艺术的浩瀚天地，共赴一场发现美、创造美的温暖旅程。

撰稿人：乐山东辰外国语学校实习生 陈曦



在讲台前读懂教育真谛

这段时间的初中化学实习，推动我从一名大学生稳步向实习教师蜕变，更让我对教育教学的内核有了深切的体悟。初到学校时，我既心怀忐忑，又满怀憧憬，唯恐自身经验匮乏，难以胜任实习岗位。幸而在指导老师的悉心引领下，我逐步融入校园节奏，也真切寻得了身为教师的责任担当。

实习过程中，我的核心任务涵盖听课、批改作业、辅助课堂管理与辅导学生课业。每听一节课，我都会细致梳理老师的教学脉络与课堂应变策略，潜心钻研如何将抽象的化学知识转化为生动易懂的表达。待到自主备课时，我才深切领悟，一堂课的背后，需要反复雕琢教案、精心设计实验、预判学生可能出现的疑问，每一个环节都容不得半点疏漏。

当我走上讲台，悉心守护每一位学生，逐一为他们答疑解惑后，我愈发明晰，教师的职责远不止于知识传递，更要时刻关注学生的课堂反馈。初中生好奇心旺盛，却易注意力涣散，唯有凭借生动的语言和趣味实验，才能牢牢抓住他们的目光。目睹学生们专注听讲、踊跃举手作答的模样，我心中充盈着满满的成就感，投身教育事业的信念也愈发坚定。

此次实习，是我成长征程中至关重要的里程碑，既让我沉淀了实战经验，也明晰了前行的方向。在未来的学习与工作中，我将持续精进自我，补齐短板，矢志成为一名兼具爱心与专业素养、深得学生喜爱的人民教师。

撰稿人：乐山东辰外国语学校实习生 艾昭怡

苔花如米 亦沐春风



三月的风携着嘉州的温润，拂过乐山东辰外国语学校的门楣，那一刻，我深知，属于我的教育实习，正踏着春光正式启航。从师院宿舍奔赴“田园别墅”般的实习居所，从熟悉的校园迈向陌生的讲台，这一程，初到的忐忑与相处的暖意交织，更让我对“教师”二字，有了穿透纸背的真切体悟。

初入校园，细节里的温情便悄然叩动心弦。六人间宿舍配套周全，窗外劳动教育基地绿意葱茏，食堂阿姨递来的暖心免单，成了异乡求学路上的温柔慰藉。纵使食堂餐食不及师院合口，办公室的工位却让我与课堂近在咫尺——与九年级七班的孩子们初见，晚自习上，我紧张得话语卡壳，那句“来日方长”，既是给自己的鼓劲，更是与孩子们立下的温柔约定。

实习的时光，在早读的晨光、课堂的韵律与细碎的事务里徐徐铺展。六点二十的闹钟，是每日与梦想的初逢；跟着指导老师聆听七八年级的复习课，见证强基班的严谨缜密、冠培班的自主思辨，我才恍然，同一堂课竟藏着多元的打开方式。守着早读看孩子们书声轻越，课间帮他们抽查英语，那个背诵磕绊的小姑娘，让我瞬间想起初中时的自己，这份跨越时光的共情，成了我与孩子们心贴心的纽带。

校园里的点滴趣事，是疲惫日常里的甜润微光。同事找寻板凳时，小胖那句“抢我板凳还踩我一脚”的嗔怪，让办公室笑语满堂；校门口憨态可掬的金鱼、楼道偶遇的傲娇美短，为实习生活勾勒出灵动的底色。五楼封闭天桥旁的咖啡馆，是我忙里偷闲的栖息地，捧一杯奶茶，望窗外车流渐疏，竟品出了“偷得浮生半日闲”的悠然。当然，也有小插曲相伴：为打印听课记录在教学楼辗转迷路，为装床帘熬夜奋战至深夜，这些细碎波折，反倒为实习经历晕染出鲜活的底色。

月考监考，更是一场特殊的成长洗礼。值守数学、物理、英语考场，看孩子们或凝神作答、或偶有走神，我仿佛与当年的自己隔空重逢。批改道法卷时，那些脑洞大开、“政治正确却答非所问”的答案，让我忍俊不禁，也终于读懂了老师批改作业的深意——不止于评判分数，更在于循循善诱的引导。教研会上，老师们围坐探讨中考命题、研磨教学技巧，我静坐旁听，仿佛推开了一扇通往专业教学的崭新大门，视野与认知悄然拓宽。

如今，实习已逾半月。从最初的慌乱无措，到如今能从容值守自习、协助学生整理考场，我渐渐彻悟，教育从不是惊天动地的壮举，而是如春风化雨般的无声浸润。那些早读时的朗朗清音、课间的嬉笑喧闹、教研时的思维激荡，都在轻声诉说：教师的价值，从不在于讲台上的璀璨高光，而在于陪伴孩子成长的每一寸光阴、每一个瞬间。

苔花如米小，亦抱牡丹志。作为一名实习老师，我虽尚显稚嫩，但每一次沉浸式听课、每一次与孩子的真诚对话、每一次复盘反思，都在为我向“合格教师”的目标稳步迈进积蓄力量。未来，我将怀揣这份滚烫的初心，在三尺讲台深耕不辍，以笔墨为犁，以爱心为种，书写属于自己的教育篇章，静待满园桃李芬芳。

撰稿人:乐山东辰外国语学校实习生 敬楠



三尺讲台初体验 青春逐梦正当时

首次以教师身份站上讲台，我才真切领悟“师者，所以传道授业解惑也”的千钧分量。教育实习，绝非专业知识的简单践行，而是一场融合责任、热忱与成长的深度修行。

初入校园，望着一张张稚气未脱的脸庞，我既难掩紧张，又满心憧憬。从备课构思、教案撰写到课件打磨，每一环我都全力以赴，不敢有半分松懈。本以为吃透课本知识便能驾驭课堂，待真正站上讲台才恍然，课堂节奏的精准把控、知识点的清晰阐释、与学生的高效互动，皆需千锤百炼。首堂授课时，我因紧张语速失控，课后指导老师悉心点拨，教我以提问启发思维，用案例活化知识，让课堂焕发生机。

实习期间，我不仅是知识的播撒者，更是学生成长的同行者。课间，我与学生倾心交流，聆听他们的困惑，分享实用学习方法；课堂上，我鼓励怯懦的孩子勇敢举手，见证他们一步步褪去羞涩，绽放自信。凝视着学生们眼中炽热的求知光芒，我投身教育事业的信念愈发笃定。

批改作业时，我精心撰写每一条评语，盼以温情文字为学生注入力量；组织班级活动时，我与学生并肩策划、共同参与，共赴集体的温暖怀抱。这段经历让我深知，教育是一场以真心换真心、用爱心育童心的双向奔赴。

实习时光虽短，却价值厚重。我于实践中沉淀经验，在反思中拔节成长。三尺讲台承载日月，一支粉笔书写春秋。未来，我将怀揣这份热爱与担当，持续精进自我，以更加昂扬的姿态投身教育事业，用青春与汗水滋养祖国的花朵，在漫漫教育征途上，步履铿锵，逐光奋进。

撰稿人:乐山东辰外国语学校实习生 蒋艾



师路初启 笃行不怠

在乐山东辰外国语学校的实习时光，是我从师范生迈向教师岗位的关键阶梯，这段浸润着热忱与成长的历程，不仅让我对教育事业生出更深刻的体悟，更在心底深植下矢志从教的热爱。

实习期间，我有幸得遇两位良师，在他们的倾心指引下稳步成长。我跟随李良辉老师潜心研习班主任工作技能，也在李晓婷老师的指导下精研打磨学科教学能力。两位老师以深厚的专业素养与笃定的责任担当，为我勾勒出优秀教师的模样：李良辉老师秉持细致入微的班级管理智慧，以春风化雨的耐心引导每一位学生，让我深切领悟到，班主任绝非单纯的管理者，更是引领学生拔节生长的引路人；李晓婷老师秉持严谨求是的教学态度，凭借灵动鲜活的课堂设计，将扎实的教学技巧倾囊相授，让我在教学实践中收获满满。两位老师的谆谆教诲，化作我前行路上的珍贵养分，让我受益匪浅。

与此同时，作为九年级6班的实习班主任，我邂逅了人生中第一批求知少年。这群可爱的少年各有熠熠闪光点，让我真切触摸到教育的温度与力量。尤其是何同学，平日里虽活泼好动，却总能在关键时刻主动帮老师分担事务，用质朴的行动传递着真诚与热忱。在与他们朝夕相伴的日子里，我见证着他们的点滴蜕变，也愈发读懂“人类灵魂的工程师”这份职业的千钧重量——教师的使命，是以自身的喜怒哀乐为笔，托举学生的成长轨迹，在琐碎与忙碌交织的日常里，悉心守护每一份蓬勃鲜活的青春。

这段实习经历，让我褪去了初入职场的心悸青涩，明晰了清晰的职业规划，更深刻参透了教育的美好真谛。未来，我将怀揣这份沉甸甸的收获与滚烫的热爱，步履铿锵、笃行不怠，在漫漫教育征途上稳步深耕，努力成长为一名兼具温度与担当的人民教师，用初心与坚守，浇灌满园桃李芬芳。

撰稿人：乐山东辰外国语学校实习生 鲁银萍



践教实习磨本领 笃行逐梦育新人

自踏入乐山东辰外国语学校开启实习之旅，我便完成了从学生到实习教师的悄然蜕变。实习全程，我始终秉持谦逊严谨的态度，全力配合指导老师落实各项工作，于日常实践中深耕经验、锤炼本领，也真切读懂了教师这份职业沉甸甸的责任与背后的艰辛。

实习期间，我专注于聆听化学指导老师的课堂。不同于以往学生身份的被动接收，我转而以教师视角，细致捕捉老师的教学方法、授课节奏，以及与学生互动沟通的巧思。课后复盘时，我深刻体悟到，一堂优质的化学课，既需以扎实的专业知识为根基，更离不开十足的耐心与细腻的心思。

此外，我承担起学生化学作业的批改重任，逐题细致审阅，精准标注错漏，梳理高频易错点，第一时间向指导老师反馈，协同开展针对性讲解。同时，我全力协助班主任开展班级管理工作，组织学生有序开展体育锻炼、眼操与大课间活动；遇老师分身乏术时，我便主动值守自习课堂，维护秩序、答疑解惑，筑牢班级管理防线。

在与学生的朝夕相处中，我愈发懂得教育的真谛藏于细节的关怀里。课间时分，总有几个学生围在我身边，或是请教一道难解的化学题，或是分享生活中的琐碎趣事。面对基础薄弱的学生，我会特意将复杂的知识点拆解成通俗易懂的小案例，用生活中的常见现象帮助他们理解；面对情绪低落的学生，我会停下手中的工作耐心倾听，用温和的话语给予鼓励。这些看似平常的互动，不仅拉近了我与学生的距离，更让我明白，教育不仅是知识的传递，更是心灵的滋养，唯有以真心换真心，才能走进学生的内心世界。

实习中，指导老师的言传身教也让我收获了远超预期的成长。每当我为课堂节奏把控不佳而苦恼时，老师总会耐心帮我复盘课堂细节，从知识点的衔接过渡到提问的时机选择，逐一给出细致的建议；每当我因班级管理难题陷入迷茫时，老师又会分享自己多年的经验，教我如何用包容的心态化解学生间的矛盾，用智慧的方法引导班级形成良好氛围。这些悉心的指导，不仅让我快速掌握了教学与管理的实用技巧，更让我看到了一名优秀教师应有的专业素养与教育情怀，这份榜样的力量，成为我前行路上最坚实的底气。

这段实习虽无惊天动地的壮举，却满是沉甸甸的收获。我清醒洞察自身在专业运用、课堂应变等方面的短板，却也愈发笃定投身教育事业的初心。未来，我将怀揣这份实习沉淀，补齐短板、打磨本领，以热忱为笔、以担当为墨，立志成为一名兼具温度与专业实力的化学教师，不负师范培育的厚望，不负教育初心的坚守。

撰稿人：乐山东辰外国语学校实习生 钟晓芬



以行践知 在实践中成长

为期数月的教育实习，是我从数学师范生迈向准教师的关键蜕变之旅。三帧鲜活的画面，串联起这段时光里的深耕与觉醒，也让我对教育事业的内涵，有了更为厚重且通透的理解。

第一帧画面，定格在绿茵球场上学生们肆意奔跑的身影间，这让我彻悟：教育从不止于方寸课堂。身为数学实习教师，我们的使命绝非局限于知识的单向传递，更要锚定学生的全面成长。实习期间，我深度融入班级体育活动与日常管理，见证学生们在跃动中迸发的蓬勃活力，在协作里凝聚的团队精神。我愈发笃定，教育是一场心与心的双向奔赴，唯有俯身走进学生的生活，以耐心为帆、以尊重为舵，方能守护他们的成长航程，稳稳托举他们成为更好的自己。

后两帧画面，聚焦于实验室的探索场景，让我真切触摸到数学教学与实践的深度共振。在物理实验课的旁听与协助中，我目睹学生们于亲手操作中验证原理，在数据推演里探寻规律。这份场景，让我重新审视数学教学的本质：数学绝非悬浮于空中的冰冷公式与抽象定理，而是扎根现实、解决实际问题的有力工具。在实习授课时，我大胆尝试将生活实例与实验逻辑嵌入数学课堂——用实验数据拆解晦涩的统计知识，借几何原理剖析实验装置的搭建逻辑，让抽象的数学知识落地生根，也让学生们真切领略到数学的实用魅力与思维价值。

实习的征程中，我历经了从初登讲台的慌乱无措，到从容把控课堂节奏的进阶；从照搬教案的生硬讲授，到依据学生反馈灵活调整教学方法的蜕变；从单一聚焦知识灌输，到兼顾学生个体差异与心理状态的觉醒。每一步成长，都离不开指导老师倾囊相授的智慧引领，更离不开学生们的包容与信任。我深切体悟到，一名优秀的数学教师，既要筑牢扎实的专业根基，更要锤炼精妙的教学设计能力、过硬的课堂管理本领，更要怀揣温暖厚重的育人情怀。

这段实习时光，褪去了我身上的青涩懵懂，沉淀下扎实的成长底气。未来，我将怀揣这段旅程的感悟与收获，深耕数学教育沃土，以爱为桥搭建师生沟通的纽带，以知为炬照亮学生的求知之路。我愿在教书育人的漫漫征途中笃行不怠，努力成长为一名让学生真心喜爱、让家长托付放心的数学教师，用初心与坚守，书写属于自己的教育答卷。

撰稿人：乐山东辰外国语学校实习生 杨志



英语讲台前的成长与觉醒

踏入实习岗位的第一个月，于我而言，是一场从理论到实践的深度蜕变，更是英语师范生向教育实践者转身的关键起点。在真实的校园课堂里，我一步步褪去学生的青涩懵懂，学着以教师的姿态，扛起责任、传递知识，更以真心陪伴学生拔节生长。

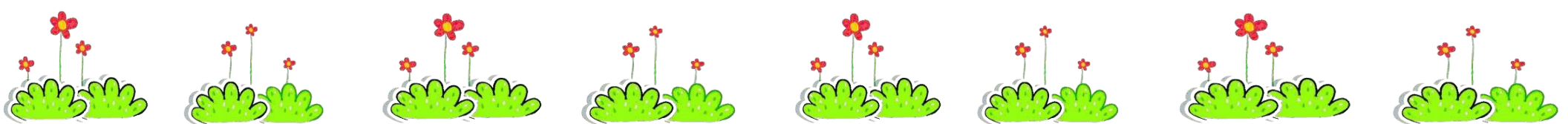
实习首周，是我快速锚定教师角色的攻坚期。学科指导老师余老师悉心引领，带我全面熟悉英语教学的全流程：从逐本批改学生作业，在错题的字里行间精准梳理每个学生的知识漏洞；到严格监督课文背诵、精心组织单词与句子听写，为学生筑牢语言根基；再到配合班主任杜老师，全程跟进班级早读，带领学生放声朗读课文、细致梳理动词变化规则，晚饭后牵头开展听力训练，陪伴学生养成每日浸润英语的习惯。这些看似细碎的日常，却让我第一次真切触摸到教学的温情与重量。

随后的两三周，我在沉浸式听课与跟班实践中收获了扎实的成长。课堂上，我全神贯注地观察余老师的授课巧思，研习她如何巧妙设计互动环节、精准引导学生深度思考、耐心纠正学生的不良学习习惯；余老师还特意带我旁听其他英语老师的课堂，让我领略到多元灵动的教学风格，也洞悉了不同班级的学情差异。大课间时段，我全程跟班出操，在整队列队、维持秩序的过程中，我逐渐熟稔每一位学生的性格特质，学会了用差异化的方式引导调皮的孩子、用温暖的鼓励点亮内向的学生，对班级管理的艺术也有了更为深刻的认知。

首月的最后一周，我深度参与月考监考工作，独立负责三场考试的全程监考。在庄严肃穆的考场上，我愈发深切地体悟到教师肩负的责任与严谨，也深刻懂得了公平公正对待每一位学生的分量——这份坚守，是教师职业最朴素也最珍贵的底色。

实习历练，让我彻悟教师这份职业，绝非简单的知识搬运，而是要以爱心为灯、以耐心为帆、以责任心为锚，照亮学生的成长征途。接下来的实习时光里，我将继续深耕打磨自己，扎实积累实践经验，怀揣热忱与初心，期待早日自信站上讲台，成长为一名兼具温度与专业实力的合格人民教师。

撰稿人：乐山东辰外国语学校实习生 吴月



从“管住”到“理喻”

实习刚开始，我怀揣着忐忑，随指导老师一同步入喧闹的教室，满心顾虑皆绕着“如何管束这群半大的孩子”。可当第一次站上讲台，这份忐忑顷刻间烟消云散——前排几名男生交头接耳，我厉声批评后，教室霎时鸦雀无声，可那份令人窒息的压抑，却让我整晚都如坐针毡。

我攥紧手中的水瓶，心中滋味百般交杂。他们并非本性顽劣，只是不懂该如何袒露心声。自幼在责骂中成长，叛逆早已成为他们自我保护的铠甲。可即便如此，责骂过后，他们仍会记挂你沙哑的嗓音。

后来我留意到，这里的老师皆是如此。课堂上，他们是嗓门最洪亮的严师；下课后，却能与学生蹲在走廊里谈天说地。责骂发自肺腑，关怀同样真挚。一位老教师曾语重心长地对我说：“你以为我愿意责骂？不严加管束，他们便要肆意妄为。但责骂之后，必须要管，放任不管，孩子就真的走偏了。”

我渐渐摸索出相处的门道：课上严格要求，课后倾注关怀。谁家突生变故，谁近期情绪低落，但凡能搭把手的，我绝不袖手旁观。日子久了，就连那几个曾爱挑事的“刺头”，遇见我也会主动点头问好。

老师的首要职责是育人先于教书。这份工作固然疲惫，可每当捕捉到他们不经意流露的懂事，我便觉得，一切坚守都值得。

最令我动容的，是某个课间。下课铃响，同学们陆续走出教室舒展身心，我路过楼梯间时，耳畔忽然响起一句温暖的问候——“老师好！”那一刻，我真切触摸到了身为教师的价值与分量。

这段实习经历让我彻悟，教育绝非居高临下的管控，而是一场平等的沟通与灵魂的唤醒。在技工学校这片孕育希望的沃土上，每个学生都是蓄势待发的种子，只要施以恰当的土壤与阳光，终能绽放出属于自己的芳华

撰稿人：乐山市医药高级技工学校实习生 赖思伪



数融医校 悟教知新

在乐山医药高级技工学校的数学实习时光，助我真正挣脱课本理论的桎梏，真切领略到职教数学教学的独特风采，更在与医药专业学子的朝夕相伴中，收获了教学实践与育人初心的双重沉淀，这份经历如同一束光，照亮了我对教育本质的认知之路。

初入课堂，身为实习数学老师的我，直面职教学子数学基础参差不齐的现状：部分学生对抽象公式、复杂计算心生畏难，课堂参与度始终低迷。幸得指导老师倾心点拨，我深知不可急于灌输知识，而是要沉心研判学情，梳理学生的高频易错点，潜心学习拆解难点、化繁为简的技巧。从协助批改作业时精准标注疏漏，到听课时研习通俗化的知识讲解方法，再到尝试设计轻量化的课堂互动，我逐渐领悟，职教数学教学的核心在于耐心疏导，唯有先驱散学生的畏难阴霾，方能引领他们主动叩响数学课堂的大门。这一过程中，我还会利用课余时间主动与学生交流，倾听他们对数学学习的真实想法，让教学调整更具针对性，也让师生间的信任纽带悄然筑牢。

课堂之上，我紧扣职教学子的学习特质，巧用趣味形式激活课堂氛围：以凝练口诀梳理解题脉络，借小组抢答夯实知识根基，让原本沉闷的数学课堂焕发蓬勃生机。我还会结合医药专业特点，将药物剂量计算、实验数据推导等实际案例融入教学，让数学知识与专业场景深度联结，帮助学生理解数学在专业学习中的实用价值。课后，我主动为基础薄弱的学生答疑解惑，循着他们的思维轨迹耐心引导，当看到他们理清逻辑、算出答案，脸上绽放出满是成就感的笑容时，当有学生主动分享“用数学方法解决了专业实验中的难题”时，我深切触摸到了教师职业的价值内核——那不仅是知识的传递，更是点亮学生专业探索之路的微光。

这段实习经历让我笃定，职教数学教学既要筑牢知识根基，更要锚定专业需求、贴合学生实际。我明白，职教课堂没有一成不变的模板，唯有以学生为中心，以专业为导向，才能让数学真正成为学生专业成长的助力。未来，我将持续深耕教学技能，钻研职教数学与医药专业的融合路径，打磨更具实用性和趣味性的课堂，让数学知识切实赋能学生的专业进阶，矢志成为一名兼具专业底蕴、育人温度与教学智慧的职教数学老师，在三尺讲台为职教学子的专业梦想筑牢数学根基。

撰稿人：乐山市医药高级技工学校实习生 刘佳一



秉烛传薪火 倾心育栋梁

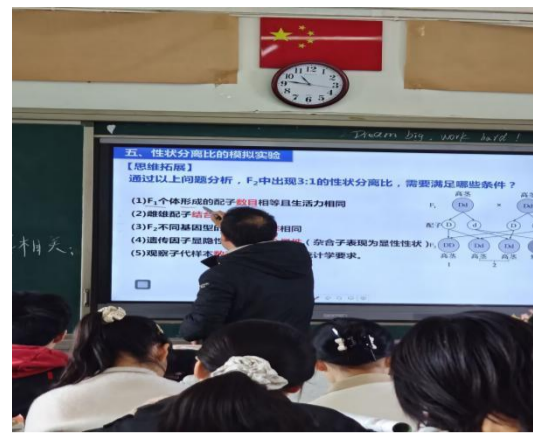
时光流转，我在牛华中学的实习已然步入第二个月。身为生物科学专业的师范生，这段珍贵的实践历练，不仅让我对教师职业的认知愈发深刻，更在课堂教学与学情洞察的磨砺中，沉淀下诸多成长感悟。

听课学习，是我专业成长的坚实根基。历经一个月的沉浸式听课观察，我深切体悟到，因材施教、以学生为本，正是教学的核心要义。这里的学生生物基础相对薄弱，授课老师并未盲目追逐教学进度、堆砌知识难度，而是精准锚定学情，果断舍弃超出学生认知边界的难点，将教学重心牢牢锚定在核心概念的深度剖析与反复夯实上。老师以通俗易懂的表述拆解抽象知识，借助反复强调、实例佐证的方式，助力学生真正吃透、掌握，这般立足学情、务实高效的教學智慧，令我深受触动。

今日，我首次独立讲授《基因在染色体上》一课，更真切触摸到教学的深层真谛。备好教材仅是教学的起点，读懂学生才是破局的关键。这节课的知识点抽象晦涩，若一味照搬教材理论，学生势必难以理解。备课时，我紧扣前期观察所得的学情，简化复杂逻辑，聚焦核心内容，全力贴合学生的认知节奏。课堂之上，我时刻捕捉学生的反应，动态调整讲解节奏，由此深刻领悟：教学绝非教师的单向灌输，而是基于学情的精准适配。唯有吃透教材、摸清学情，量身定制契合学生的方案，方能让课堂迸发高效活力。

这段实习经历让我笃定，优秀的教师，绝非单纯的知识传递者，更是学生求知路上的引路人。未来，我将秉持虚心求教的姿态，紧扣学生实际，深耕教材教法，矢志成为一名懂学情、重实效、以生为本的生物教师，在教育征程中笃行致远，步履不停。

撰稿人：乐山市牛华中学实习生 李欣月



润物滋兰畹 倾诚化栋梁

三月中旬，我怀揣着忐忑与热切的期待，踏入牛华中学的校门，正式在高二三班开启了英语教学实习的崭新旅程。不同于预想中聚焦讲台实操的场景，这段时间我主要深耕于听课、听写与值守自习等基础工作，却正是在这些看似琐碎的日常环节里，我真切触摸到了英语教学的鲜活脉络，也收获了沉甸甸的成长与蜕变。

日常听课，是这段实习的核心主线与成长基石。我紧跟指导老师的步伐，扎根高二三班的英语课堂，不仅细致记录知识点的讲解逻辑，更用心捕捉老师应对课堂突发状况的灵活智慧、调动学生积极性的巧妙技巧。我逐渐发现，高中英语课堂绝非枯燥的知识堆砌——指导老师紧扣高二学生的认知特点，将枯燥的语法知识巧妙融入生活情境，用贴合学生日常的鲜活例句拆解难点，还通过精准提问、小组讨论等多元方式，引导学生主动思考、积极表达。这让我深刻领悟，英语教学既要保障知识的精准传递，更要精准契合学生的接受节奏，摒弃机械灌输，让课堂真正成为思维碰撞的场域。

参与听写与值守自习，则让我得以近距离洞察学生的学习日常，读懂他们的知识短板与成长需求。听写时，我不再局限于机械报词，而是细致关注学生的书写规范、拼写易错点，课后逐一批改、梳理共性问题，在反复梳理中精准摸清班级学生的英语基础短板；值守自习时，我全程陪伴学生完成作业、答疑解惑，看着他们为一道语法题反复纠结，又在点拨后眉眼舒展、豁然开朗的模样，我真切触摸到了教学的温度与力量。与此同时，我学会了耐心倾听学生的困惑，尝试用更通俗、更易懂的语言拆解知识点，在一次次交流中，慢慢搭建起与学生的信任桥梁，让彼此的距离悄然拉近。

在与指导老师的常态化交流中，我收获了远超预期的专业指引。每当我在教学细节上陷入困惑，比如如何平衡课堂进度与学生理解程度、怎样设计分层任务满足不同基础学生的需求，老师总会结合多年教学经验，耐心为我拆解难题。她会从课堂环节的时间分配，到针对不同学情的提问策略，事无巨细地分享实操心得，还会带着我复盘每节课的亮点与不足，引导我站在学生视角反思教学设计。这些针对性的指导，不仅帮我快速理清了教学思路，更让我明白，优秀的教学从来不是一蹴而就，而是在反复打磨与虚心求教中不断精进的过程。

这段看似基础的实习时光，不仅褪去了我初入职场青涩与局促，更让我深刻意识到，教学的魅力从来不在宏大的叙事里，而是藏在每一个细节的打磨、每一次耐心的回应中。接下来，我将继续以谦逊之心珍惜每一次听课学习的机会，在沉淀中积累经验、打磨本领，为后续正式走上讲台筑牢根基，在英语教学的道路上稳步前行，以更扎实的姿态践行教育初心。

撰稿人：乐山牛华中学实习生 李雅玲

