

# 北京市第十三届青教赛文科组一等奖选手

## 经济管理学院邵玲老师获奖体会

2023年10月底，我完成了北京高校第十三届青年教师教学基本功比赛的全部环节。如果从参加系内选拔算起，这场比赛已经与我相伴一年零四个月有余。回首整个过程，有艰辛有感动，有汗水有喜悦。

### 第一阶段：备战学院比赛（2022年6月）

我于2014年进入地大工作，至今已九年有余。按每两年一次来算，这是我第四次参加系里及学院的基本功比赛。参加系里选拔赛时，同准备历届比赛一样，我找出了以往上课中数据、资料都还算比较丰富的一个教学片段，再添上一段视频（因为道听途说加视频可能效果比较好）、替换几张图片、补充几个案例（彼此散乱且无关联），就匆匆忙忙上场了。为了控制好时间，我还准备了逐字的讲演稿，而且也在比赛前排练了好多遍将其念熟，一如我当年刚刚走上讲台时的做法。现在回头看来，这些行为用一句话概括来说就是：“热情有余，然不得法”。

好在这个“不得法”并未如以往一样延续下去。经过系里选拔后，学院由时任书记王雷老师主导、李华姣老师和高

湘昀老师具体操作，组织了数场专门的基本功培训。华姣老师代表学院和学校的文科老师首次出征北京市青教赛便获得了一等奖的殊荣，载誉归来后又倾心反哺学院学校的众多选手们，实在是我辈之福。经过她本人以及邀请的校外专家的讲解，我终于对青教赛有了初步的认识。其中最大的收获是得到了华姣老师倾囊相授的参赛 PPT 和教案，此外还知道了青教赛 APP 的存在。

华姣老师说，她备赛期间几乎把历届所有获奖选手的参赛视频都看了一遍，受益匪浅。听了这话，我也从善如流，先下个 APP 准备观摩一番。这一看就看出了差距和机会，有个可能是法学专业的老师讲了专利，相关内容《国际贸易》课程也有所涉及，当然角度不同。我狠心把之前征战了两三次青教赛的老 PPT 舍弃了，围绕“国际技术贸易”重新组织了 PPT。APP 上的获奖老师使用了“王老吉”当教具，给我留下了非常深刻的印象。于是我也购置了大大小小若干瓶可口可乐背到了比赛现场，PPT 则照着华姣老师的“猫”画了个比较粗糙的“虎”。当时由于还有学生的期刊论文要赶截止日期，比赛前一日我基本熬了通宵才赶完 PPT 的制作。当时怎么也没想到，这居然拉开了未来一年多无数个不眠之夜的序幕。

最后我侥幸以第三名的成绩晋级校赛，我现在回想、包括后面与评委交流，认为能出线的最大原因是讲课内容、尤其 PPT 有设计感（虽然不多），而且貌似是唯一准备了教具的。另外虽然我由于紧张讲完主体内容时还剩很多时间，但靠作业等硬生生拖满了 20 分钟。总的来说，虽然天赋差（表达能力等），但因为用心去学了，至少有一点“得法”的架势了。

## **第二阶段：备战学校比赛（2022 年 7 月-9 月）**

出线后，时隔短短一周，王雷书记就召开了专门的备战会议，给我们三位选手做了充分的思想动员。华姣老师随后做了周密的计划安排、配齐了强大的校内校外专家团，再加上学院李彦昌老师的大力支持，终生难忘的磨课生涯就开始了。整个暑假就在绞尽脑汁想题目、焦头烂额组织 PPT、提心吊胆讲 PPT、心服口服记录专家意见的五轮循环中度过。实话说，这段时间我还没进入很好的状态，每次磨课都觉得有点疲于奔命。因为准备起来才知道自己以前上课讲的内容根本都没法看，全部都要推翻重来。此外，也充分体会到了自己的教学基本功有多差，经常一个效果的实现或一个数据的查找就要花费大半天的时间。现在回过头看来，这可能也是必须的过程，基本功可能就是在这样的忙乱中提升起来的，而“法”也会在日复一日的磨砺中慢慢得到。



每一次磨课我都收获了校内校外专家的诸多意见建议，不管是针对我还是针对其他两位老师的。当时只觉得句句是金玉良言，但离真正将意见内化到自己的讲课中还有很远的距离。现在回想起来，我个人认为专家们统一最强调的是每一讲一定要确定一个主题贯穿始终，围绕这个主题确定各部分教学内容，理清各部分内容之间的内在逻辑关系，再围绕教学内容去组织材料。材料的来源可以多元，案例可以多样，但一定不能离开主题，同时要服务于内在逻辑。比如我最后在市赛中抽中的教学片段，主题就是“我国新能源汽车出海

如何有效规避关税壁垒”。内容分别按照“进口国名义保护-我国海外设厂、进口国有效保护-我国出口零部件、进口国其他保护-我国产业链出口”内在逻辑依次展开，每块内容都有不同的材料和案例支撑。比如第二部分引入了汽车行业的CKD和SKD生产方式来说明我国不出口整车、而是出口零部件，第三部分引入了本地化率数据来说明我国未来很可能不能继续出口零部件。

虽然后面我还经历了市赛备战，但可能是准备时间长、抑或是已经初步得法，所以并没有备战校赛时那般紧张和忐忑。我七月在新疆，白昼长黑夜短，经常忙着忙着不知不觉天色就已经亮了起来。八月底去包头开会，正好冯天天老师也参加同一个会。我俩刚做完会议报告就冲上楼去参加在线磨课，也是一段非常有趣的经历。我俩再加高湘昀老师，经常相互诉苦、相互安慰、相互“谦让”讲课顺序（都想往后排），结下了难忘的磨课友谊。更让人感动的还有王雷书记，她尽管工作繁忙，却每一次磨课都从头到尾陪着我们，还时不时的给我们加油打气，做心理辅导工作。

不知不觉中就到了校赛，由于是挂车尾出学院，而且平时都是各种被专家挑剔吐槽，所以我的心态倒是很平和，想着坚持到比赛那天就算结束了。印象比较深刻的是三人组都抽到了不错的签。另外我比赛前一天晚上拖到很晚才去拷

PPT，学校教室的电脑版本太老，格式出了好多问题，改到很晚才走，耽误了工会老师很多时间。结果这也成了一个序幕，后期备战市赛期间我数不清多少次拖到最后时刻才提交材料，给校工会陈萍老师添了无数麻烦，真是非常感谢她的耐心和体贴。比赛当天因为我出场顺序晚，我去旁边的备赛室讲了好几遍，这也是受华姣老师当年事迹的感染鼓舞，所以说榜样的力量是无穷的。尴尬的是，比赛时又提前讲完了，最后又是拖到了时间满。比赛完特别兴奋，刚到反思室还跟工作人员攀谈，感谢另外写反思的老师没有还我以白眼。最后的结果也很出人意料，居然是我逆袭了。我总感觉别的老师都比我优秀，但居然命运把任务安排给我，那就坦然接受吧，这么着就开始了备战市赛的艰难之旅。

### **第三阶段：备战北京市赛（2022年10月-2023年10月）**

校赛结束后，以王志坚主席为首的校工会就接手了“磨课”大业。天团级的专家阵容（还是想一一列出他们的名字并致以最衷心的感谢：于炳松老师、高世臣老师、郭颖老师、杨宗锋老师、由雪莲老师、李华姣老师、杨越峰老师），全方位体贴暖心的备赛服务（何巧玲老师和陈萍老师）；虽然备赛很苦，心里却一直都暖洋洋的。在一轮轮的打磨中，“法”的轮廓逐渐开始清晰起来。王国维大师说人生有三重境界，

我虽未成大事业、大学问，却也有类似的感悟。当然各种感悟还在不断地更新迭代，迄今凝练出有这么几条：

1、每一讲要有一个好问题引入，而这个问题一定得是一个现实中的真问题，不能是假设出来的假问题。这是参加培训时（感谢教师教学发展中心邓雁希主任的大力支持）听国赛一等奖选手清华大学蒙克老师说的。他举了自己课程的一个例子，即提问“清朝为何在第一次鸦片战争中输给了英国？”这个说法对我启发非常大，还是以我上面提到的这一讲为例。之前这个教学片段的引入是借由两个卡通小人的对话引出“关税是否一定能保护国内生产者”这个问题。这个问题虽然也算是现实问题，却不是从真问题而来，吸引力就没有那么强，解决问题给听众带来的触动也就没有那么大。后期在我的指导教师、也是我们学院院长吴三忙老师的悉心帮助下，经过几轮非常痛苦的推翻再思考，最终才将问题敲定为“我国新能源汽车出海如何有效规避关税壁垒”。这个问题与中国现实紧密结合，且思政属性强，最终在市赛上取得了比较好的成绩。

2、教学内容的组织一定要从听众的角度出发，组织好逻辑，讲清楚讲透你想讲的事。这是王志坚主席专程请国赛第一名选手中国人民大学马慎萧老师来给我单独辅导时我学会的道理。马老师当时花了很大的精力跟我剖析每个教学

片段想要说清楚的事以及这件事该怎么去说。经过讨论，我发现内容还有非常大的改进空间。就像“全球价值链”这个教学片段，我之前默认大家都懂贸易逆差这个概念，以此为前提安排了很多比较复杂的专业内容，直接能把大家讲晕。经马老师启发后，我先解释了什么是逆差，进而结合逆差的本质去论述全球价值链背景下海关统计逆差存在的问题。在让听众听的更清楚的同时，升华了内在逻辑，整节课都得到了质的提升。学生的引入和参与也非常有助于内容的把握，在此也想专门感谢我可爱的备赛学生们，不仅给我提了各种有益的意见，还各种鼓励我给我打气。

3、要积极借助专业老师的帮助。三人行，必有我师；三师行，就更有无数可供借鉴的。我在这方面做的其实并不好，由于自己成长的比较慢，讲课内容一直没有定下来，最终定下来后离比赛时间已经很近了，导致除吴三忙老师外没有机会再请经济学的各位老师提意见，也是留了一个遗憾。在备赛早期，吴老师曾组织学院和经济学系的众多老师帮我选题，后来又得到了刘慧芳老师、马洪云老师、闫晶晶老师、周玲玲老师和郭也老师的专门指导帮助，在此也一并感谢。

由于受疫情影响，一开始大家都没有预期备战战线会拉到这么长。但这对我其实是好事，因为我的领悟和成长的确是花了很长的时间。把自己关在暗无天日（纯粹心理作用，



其实重修后的教四楼条件堪称全校天花板)的306(怕影响同办公室的杨谨老师,备赛期间我一直借用隔壁刘淘宁老师和李莉老师的办公室),熬过了一轮又一轮的打磨,最终我站上了市赛的讲台。我其实当时已经不太在意比赛结果了,因为我对教学工作更加热爱、心智也被磨砺的更加成熟稳定,这已然是最大、最珍贵的收获。比赛我抽中最后一个上场,在备赛室等待的时候,比赛主办方的一位老师专程来跟我说看了我的PPT,觉得我的讲课内容非常好。非常遗憾我当时没有留下那位老师的联系方式,但至今都非常感恩,这样的肯定、包括未来学生可能的肯定对我来说才是最有价值的。最后比赛取得了还不错的成绩,我的青教赛生涯也告一段落。

回首整段经历,如果用一句话来总结我的经验教训,那就是“得法者得天下”。基本功比赛是有一定的章法可循的,如果天资愚钝的我经过学校学院这么多人的指导帮助和自己的努力后可以,那任何一个你都可以。总有人说基本功就是一场表演,表面形式大于内容,我这么总结仿佛印证了这一说法。但假如我们将“法”引申到更深更广,直指教授之法、为师之道,那是不是可以扭转这个说法。马慎萧老师曾经说过一句话让我久久不能平静,她说:“(水平提升后)我觉得实在太对不起我之前教的学生了”。我现在也经常诚

惶诚恐，觉得我的教学能力还有太多需要提升的地方，而我在教学工作上还有太多能做而没有做的。基本功大赛的核心目的之一是以赛促教，而我的亲身体会也证实了“上好一门课，爱上教学事业”原来并不是假大空。未来的工作生活中，我要将在青教赛中收获的传承下去，以饱满的热情投入到教师生涯的每一天，助力学生成长成才，也尽我所能去帮助每一个人。