



北京高校青年教师教学基本功比赛



北京高校管理岗位青年教职工职业能力比赛

北京高校青年教师 教学基本功比赛创办三十周年

纪念文集

北京市教育工会

2025年12月

1995-2025



北京高校青年教师教学基本功比赛



北京高校管理岗位青年教职工职业能力比赛

北京高校青年教师 教学基本功比赛创办三十周年

纪念文集

北京市教育工会

2025年12月

1995-2025

北京高校青年教师教学基本功比赛

创办三十周年纪念文集

编委会

主 编：张文涛 宋丽静

副 主 编：黄秀芳 张 磊 徐 畅 蒋汶桐 王蓓蓓

执行编辑：赵 坤 邹 锐 黄明福 邱 眯

前言

教育是国之大计、党之大计。习近平总书记强调，要把加强教师队伍建设作为建设教育强国最重要的基础工作来抓。作为首都教育界的重要人民团体和北京市总工会重要的产业工会，北京市教育工会聚焦高校青年教师这一教育强国建设的重要力量，自1995年起创办“北京高校青年教师教学基本功比赛”(以下简称“北京高校青教赛”)，已经走过三十年历程。

三十年来，北京市教育工会牢记为党育人、为国育才的初心使命，始终坚定不移走中国特色社会主义教育发展道路和工会发展道路，落实立德树人根本任务，强化教育家精神引领，大力弘扬劳模精神、劳动精神、工匠精神，着力提升青年教师课堂教学能力和教书育人本领，在各高校的大力支持和积极参与下，举办了十四届北京高校青教赛，参赛选手达2600余人次，并选派了30名选手参加历届全国高校青年教师教学竞赛，22人获得一等奖。新时代以来，北京高校青教赛的赛事体系不断完善，品牌影响持续加强，活动外延进一步拓展。2021年，首届“北京高校管理岗位青年教职工职业能力竞赛”(以下简称“北京高校青管赛”)创办，与第十二届青教赛系列活动同步举行，形成了“双轮驱动，多级赛事，以赛促建，创新发展”的格局，引导高校青年教职工树立“躬耕教坛、强国有我”的志向抱负，为其提供成长成才、建功立业的有效助推平台。

为了总结30年来北京高校青教赛的经验、成绩，总结参与青教赛的老师们的收获、成长，北京市教育工会委托北京理工大学工会，面向北京67所高校征集有关青教赛的文字、图片、视频、实物等，共征集高校和老师们的图片4952张，视频资料578分钟，稿件83篇，比赛相关文件814份，手稿教具成果123份，宣传材料573份。本文集择要汇集了诸多珍贵的文字，既是过往岁月的印记，也是心路历程的见证，包括获奖教师的深刻感悟、成长反思、具有代表性的科研论文，以及专家领导对青教赛的殷切寄语等四部分。其中，“获奖感悟”中收录了19篇文章，每一篇都承载着获奖时的激动与感悟。字里行间，有对付出的肯定，有对支持的感恩，更有对未来的期许，见证着每一次荣誉背后的努力与成长。“成长点滴”中收录了13篇文章，如同散落在时光里的碎片，拼凑出一段段鲜活的成长轨迹。这里有初涉教学工作时的懵懂与探索，有遭遇挫

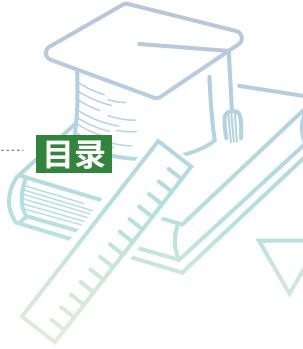


折时的坚持与反思,也有收获小成时的欣喜与沉淀,细腻地记录着一步步走来的足迹。“教研相长”中收录了6篇文章,聚焦于教学与研究之间的相互促进。既有在教学实践中提炼出的问题与思考,也有通过研究成果反哺教学的经验分享,展现了在教与研的路上不断探索、共同进步的过程。“寄语青教”中收录了17篇文章,满含着前辈对青年教师的殷切期望与真诚嘱托。从职业素养的培养到专业能力的提升,从心态的调整到目标的树立,每一句叮嘱都凝聚着关爱与智慧,为青年教师的成长指引方向。

这些文章从理论探索、实践总结与情感共鸣等多维视角,立体呈现了三十年来北京高校青教赛在推动青年教师队伍建设、促进育人能力提升方面所发挥的重要作用。该文集既是对过往经验的深刻总结,更是面向未来教育发展的重要参考。对于在新形势下推动北京高校青教赛的守正创新,加强高素质、专业化教职工队伍培养,更好地服务首都“四个中心”功能建设、提升“四个服务”水平,具有承前启后、薪火相传的重要意义。

在文集编撰过程中,北京理工大学工会文集编辑组系统梳理了三十年来青教赛与青管赛的珍贵资料,并邀请不同方面的专家对从各高校收集的各类文章素材进行了认真评审与遴选。由于文章素材时间跨度大、篇幅较多,加之编辑时间和水平所限,疏漏与不足之处在所难免。本文集仅是我们对所收集文章素材的阶段性梳理与总结,尚有许多待完善之处。恳请广大读者和各位同仁不吝指正,我们将在后续工作中持续充实改进,力臻完善。

北京市教育工会
2025年12月



目 录

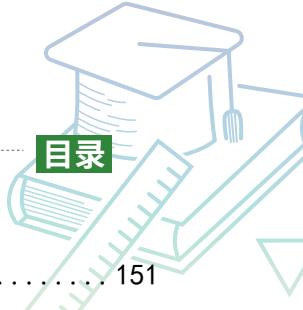
| | |
|---|----|
| 一、获奖感悟 | 1 |
| 砥砺耕耘三十载 廉续创新铸辉煌（北京师范大学 刘建武） | 1 |
| 我与青教赛（北京理工大学 薛庆） | 4 |
| 关于体育教师参加全国高校青年教师教学竞赛的思考（清华大学 彭建敏） | 6 |
| 守初心，存敬畏，暖人心，常感恩（北京交通大学 王萌） | 10 |
| 与青教赛“相识”的十年：从懵懂到热爱（中央财经大学 王文静） | 12 |
| 我和青教赛的故事——以赛促教、站稳讲台（中国人民大学 马慎萧） | 15 |
| 中央财经大学第十三届青年教师基本功比赛参赛感想（中央财经大学 陈思） .. | 17 |
| 北京市青教赛的一点回忆与感悟（北京林业大学 韩莹莹） | 19 |
| 开启青年教师教学成长新征程的钥匙（北京农学院 郭洪刚） | 22 |
| 逐光前行，铸梦教坛（北京农学院 赵文婷） | 25 |
| 以赛促教：青年教师的自我突围与成长（华北电力大学 田海鑫） | 27 |
| 躬行研教相长路 深耕思政育新人（中国矿业大学 曾庆桃） | 31 |
| 在青教赛的熔炉中追寻师道“三度”（中国农业大学 段蕾） | 33 |
| 潜下心来教书，静下心来育人（北方工业大学 王莉娜） | 36 |
| 以赛促教守初心，深耕课堂育新人（北京农学院 任俊达） | 38 |
| 协同配合，讲好故事（首都师范大学 郭政） | 41 |
| 破茧突围 向光而行（中央财经大学 李营） | 44 |
| 感恩同行 共赴卓越（首都体育学院 司惠楠） | 46 |
| 我心中的教学、教育、教育家精神（中国农业大学 程楠） | 48 |
| 二、成长点滴 | 51 |
| 我与北京高校青年教师教学基本功比赛（北京理工大学 龚绍文） | 51 |
| 从青教赛起飞 让音乐大于音乐（北京大学 毕明辉） | 55 |



北京高校青年教师教学基本功大赛

北京高校青年教师教学基本功大赛

| | |
|---|------------|
| 磨砺·成长·远行（中国人民公安大学 李宏） | 60 |
| 青教赛：一场教学路上的温暖修行（中国石油大学（北京）张晓灿） | 62 |
| 赛场淬炼初心，讲台守望成长（北京工商大学 白玉廷） | 65 |
| 于方寸讲台，见万里苍穹（北京石油化工学院 谷庆阳） | 69 |
| 从“图底”到“图景”：我的教学成长三部曲（清华大学 梁思思） | 72 |
| 教学之路——一场温暖的修行（北京林业大学 戴璐） | 75 |
| 青教赛助力青年教师成长的“破茧”之旅（北方工业大学 景柳铭） | 78 |
| 一场教学相长的“英雄之旅”（北京印刷学院 马潇婧） | 81 |
| 以赛为镜，逐光而行（北京工业职业技术学院 李光子） | 84 |
| 再学习与再出发：青教赛中的成长与感悟（清华大学 郭璐） | 88 |
| 被照亮的讲台——我的青教赛成长手记（中国石油大学（北京）戴芊慧） | 91 |
| 三、教研相长..... | 94 |
| 高校数学基础课中“四个结合”教学理念的探索与分析（清华大学 杨晶） | 94 |
| 在工科课程教学中强调“价值塑造”（清华大学 李威） | 100 |
| 赋能新文科金课建设，引领统计学课程育人创新（中央财经大学 关蓉） | 105 |
| 工科与艺术交叉学科课程思政教学改革探索（北京邮电大学 兰名荣） | 109 |
| 中国共产党人用典融入高校思政课教学的三维探视（北京交通大学 李营辉） .. | 116 |
| 春风化雨 课比天大 薪火相传 不忘初心（清华大学 冀静平 杨蕾 王岩） | 123 |
| 四、寄语青教..... | 128 |
| 薪火相传三十载 砥砺初心育英才（北京师范大学 康震） | 128 |
| 传承师道，以赛促教：致青年教师的一封信（北京交通大学 刘慧娟） | 131 |
| 以烛光为引，以岁月为鉴，坚守初心，共谱教育华章（北方工业大学 李沴岸） .. | 134 |
| 如何上好一堂课（中国人民公安大学 井晓龙） | 138 |
| 做学生心目中的好老师（北京石油化工学院 韩丽艳） | 141 |
| 在赛场上淬炼，在讲台上绽放（北京林业大学 刘松） | 144 |
| 上好一门课（中国人民大学 陶涛） | 148 |



| | |
|--------------------------------------|-----|
| 一场开心的“游戏”：青教赛与教学成长（北京师范大学 孟琢） | 151 |
| 把握平台，努力成长（北京大学 杨渝平） | 154 |
| 十年回望，初心如磐（首都医科大学 董晓英） | 156 |
| 静待花开——致青教赛三十年的同行者（北京工商大学 李娇雪） | 159 |
| 以“金玉良言”铸就高效课堂（北京印刷学院 刘玲） | 162 |
| 课堂，是青教赛永远的练兵场（清华大学 班慧勇） | 165 |
| 乘势而上，再铸辉煌：青教赛在AI时代的使命（清华大学 蒙克） | 167 |
| 以青春之名，赴教育之约（中国农业大学 韩宇） | 169 |
| 忆工会难忘岁月 感往事并不如烟（北京师范大学 张锐 王梓坤） | 171 |
| 功在当代青教赛 利于千秋栋梁才（对外经济贸易大学 郝旭光） | 173 |

砥砺耕耘三十载 赓续创新铸辉煌

北京师范大学 刘建武

(本文原载于《工会博览》2021年第25期，作者系校工会原常务副主席刘建武同志)

1991年5月，在历年举办演讲比赛、板书比赛等多个单项竞赛基础上，北京师范大学工会在学校党政领导的支持下大胆创新，组织了首届青年教师教学基本功大赛。首次“试水”成功，不仅标志着竞赛理念的转变，也标志着青年教师教学基本功大赛自此走上了学校发展的历史舞台，推动青年教师队伍培养建设向更高水平迈进。今年是北京师范大学创办青教赛的第30个年头，又值第37个教师节来临之际，在此回顾青教赛在弘扬北京师范大学“学为人师、行为师范”的校训精神中积淀“培育新人”的经验，是对教师们砥砺耕耘的赞颂，也是对赓续传承的号角。

党政支持、工会搭台，合力助推青年教师成长成才

作为培养合格教师的高校，北京师范大学对青年教师的要求似乎要更为严格。30年来，一代代教师们将全身心力倾注于青教赛，坚守传承、创新发展，用他们的严谨治学态度与精进的专业素养逐步把青教赛办成了青年教师交流展示的舞台、成长成才的平台。30年来，在北京师范大学的教师中，成百上千的老教师们发扬“传帮带”精神，无私地为青教赛参赛青年教师提供专业的意见建议……教师们在青教赛中一同奉献，在青教赛中共同锻炼，在青教赛中一并成长。

青教赛升华了青年教师的思想认识高度。全国青教赛一等奖获得者孟琢参赛后感悟到：“大学课堂不仅仅是传授知识，还是学术前沿与课堂教学的紧密结合，更是价值塑造、能力培养和知识传授的有机统一。”

青教赛提升了青年教师们的团队协作能力。北京市青教赛一等奖获得者董婧宸说，“一人参加比赛，背后是一支强大的智囊团。”比赛前夕“七八位教师围坐在一起，试讲从下午5点持续到晚上8点，每个细小的环节都不厌其烦地反复打磨，在智囊团的倾囊相授中得到升华。”

青教赛促进了青年教师们的脱颖而出。参赛教师中涌现出大批优秀教育教学人才，仅以北京师范大学校内青教赛为例，1991年以来，共产生获奖教师916名，涌现出李山、于丹、康震等知名学者和大量教学科研管理人才。



北京师范大学青年教师教学基本功大赛



北京高校青年教师教学基本功大赛

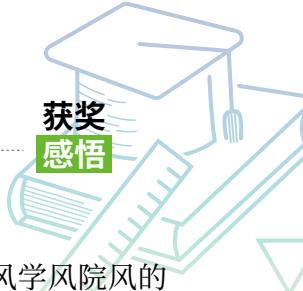
以赛促教、以赛促发展的关键在于培养过硬的教学团队

在青教赛的参与者中,一个个不断涌现的优秀个体共同支撑起一个个优秀的群体,一个个优秀的群体又不断孕育一个个优秀的个体,共同推动了“四有好老师”队伍建设,推动了学校教师教育特色异彩迸发。30年来,在一届届青年教师基本功大赛的舞台上不仅树立了一个个闪光的“标杆”,更是实现了以赛促教、以赛促研、以赛促改、以赛促发展的初衷。从个人成长的视角看,青年教师基本功大赛在引导参赛选手“更快、更高、更强”的方向上,帮助青年教师在自己的教学科研岗位产出更高水平的教学和科研成果;从团队培育的视角看,在筹备参赛、实际参赛的过程中,青年教师深刻感受到老教师们的无私精神,感受到团队合作的重要意义,由此在校园营造了爱岗敬业、争创一流、艰苦奋斗、勇于创新、淡泊名利、甘于奉献的氛围,创造了崇尚劳动、热爱劳动、辛勤劳动、诚实劳动的环境,形成了执着专注、精益求精、一丝不苟、追求卓越的良好风气。

以北师大文学院为例,在已经举办的12届北京高校青年教师教学基本功比赛中,北师大获奖选手的30%、一等奖获奖选手的53%、多位优秀指导老师来自文学院。北师大文学院的古汉语团队连续5届斩获学校青教赛一等奖,4次获得北京市青教赛一等奖,1次获得了全国高校青年教师教学竞赛一等奖。2020年11月,媒体专题报道了王宁先生带领古汉语团队传承绝学、续创辉煌的事迹。文章说,古汉语团队对教学成绩孜孜以求,却不津津乐道。他们更追求苦练教学基本功,将难教难懂的古汉语课程磨精、钻透,转化成学生易于接受的方式,在年轻学子心中播撒下文化自信的种子。

团队发挥特有的“传帮带”模式,在《汉语音韵学》教学实践中实现了一代又一代人的坚守、一代又一代人的传承、一代又一代人的辉煌。为了讲好《汉语音韵学》,王宁带领五位青年教师进行了长达五年的课程建设。每位教师的课,王宁都会认真听、全面记,并在课后一起分析课堂设计是否合理、语言现象的举例是否恰当……董婧宸说,教学团队为了使教学内容更加丰富和系统,承担基础主干课的教师们会分享教学设计和备课心得。同一门课会形成一套课件,每年的讲授教师都会对其进行修正补充,集思广益后的课件像“传家宝”一样一代代传了下来,当课件传到我这里的时候,已经有了五个文件夹,每位老师的准备各有侧重,方便相互学习和补充。

文学院的学科地位、获奖数量,文学院古汉语团队一代一代的坚守、一代一代的



传承、一代一代的辉煌,有力地证明了团队的力量、传帮带的价值、教风学风院风的稳定影响力,实现了青教赛以赛促教、以赛促研、以赛促改、以赛促发展的初衷。

辛勤耕耘育硕果,赓续力量谱新篇

30年来,一代代北师大人倾心青教赛,坚守传承、创新发展,既实现了青教赛的高度,也实现了青教赛的厚度和广度。青年教师在北京赛、国家赛中斩金夺银,赢得了荣誉,这是高度;相关学科的青年领军人物不断涌现,这是厚度。而更值得骄傲的是广度,是为青年教职工成才提供更为广阔的舞台。从北京师范大学首次举办青教赛到30年后的今天,“青年教师基本功大赛”已经成为全国教育系统最具影响力的岗位技能比赛,无数青年教师在本职岗位上发扬劳模精神、劳动精神、工匠精神,共同推动了国家教育事业的健康稳定快速发展。30年来,青教赛在比赛方式、评分标准等方面不断创新,不仅涵盖高校,也辐射中小学,不仅设立教师岗位的竞赛,也不断探索其他类型教学服务岗位的竞赛。

在北京师范大学内部,青教赛也已经成为孕育青年人才的重要载体。通过近年来的不断创新,大赛也拓展为涵盖青年管理干部岗位技能竞赛、多媒体教学软件设计比赛、后勤岗位服务技能竞赛、未来教师“三字一话”大赛等多项比赛为一体的体系。这种竞赛机制让学校的青年教职工充分意识到不论工作在校园的哪个岗位,只要肯付出、只要业务精,就一定能够发光发亮;这种竞赛体制也推动了“教书育人、管理育人、服务育人”“全员育人、全程育人、全方位育人”理念的落地落实。

30年来,北京师范大学工会始终坚持在学校党委的正确领导下,把青教赛作为教育战线弘扬劳模精神、劳动精神和工匠精神的重要载体,聚焦价值塑造、文化浸润、能力提升,促进立足岗位、提升素养、建功立业。在未来,北京师范大学工会仍将秉承创新精神,坚持传承优良传统与大胆革新的有机融合;在创新中实现发展,坚守办教育首先必须始终坚持正确政治方向的初心和使命,突出师德师风和教书育人,努力为青年教职工营造安心从教、热心从教、舒心从教、静心从教的校园氛围,以岗位竞赛为依托,搭建成长、成才、成功的平台,以赛促教、以赛促学、以赛促改、以赛促建、以赛促管、以赛促发展,以培养出更多政治上可靠、业务上过硬的优秀教师,为实现中国梦第二个百年奋斗目标而赓续奋斗!



北京交通大学青年教师教学基本功大赛

北京高校青年教师教学基本功比赛

我与青教赛

北京理工大学 薛 庆

(薛庆获2000年北京高校青年教师教学基本功比赛理工科一等奖)

2000年我参加了北京市第三届青年教师教学基本功比赛,清楚的记得参赛前,学校龚老师一遍一遍耐心指导,从课件中的字体字形选择,动画怎么设置到讲授时教鞭怎么拿,语速是否快,比赛后获得了理工A组一等奖。24年过去了,从运动员到教练员和裁判员,我与青教赛的关系始终没有终止。

获奖后,在学校受到各种表彰也由此获得了一些机会,一方面担任教代会青年委员会主任,当时的人事处师资科让我每年负责新教师培训中教学技能板块,这个过程中,我自己也在不断学习不断提升,到现在每年在教发中心组织的鸿鹄学堂都会为青年教师讲座。另一方面,从第四届北京市青教赛开始,几乎每届都参与指导学校青年教师备赛,也由此四次荣获北京市青年教师教学基本功比赛优秀指导教师奖,特别是去年北京首次面向来华留学生教学基本功展示比赛,我获2个优秀指导教师奖。

一路走来,感触颇深。

教学基本功是教师从事教学活动、完成教育教学任务的首要能力。它不仅仅是讲课,在不同的历史阶段,教学基本功是与时俱进的。24年前,人们刚开始用PPT,我参赛时边讲授边现场编程,然后运行且追踪,可视化的呈现每一步中间结果。而现在人们不仅用PPT,还有更多的工具,包括数字资源。教学基本功的内涵也更加丰富,包括选择内容、建设资源、素材展示、教学过程设计、板书设计、与学生的交流、先进教学思想教学手段,也有科教融合研教融合的体现。

以赛促教,是青年教师提升教学能力的有效手段。备赛让青年教师有机会系统思考如何讲好一堂课,对照评分指标,如何进行教学设计、教学展示,最重要的是,在这20分钟内,学生会了什么?学生能做什么?这是我指导青年教师们常说的,其实这就是以学生为中心的理念落在具体教学环节。备赛过程,教师有机会得到其他老师,特别是有多年教学经验的、有实际参赛经验的那些老师的悉心指导,以及有机会与同时参加比赛的老师进行各种交流,这也是追求卓越的过程。



以赛促升,信息化时代要注重全面提升。在当今信息技术时代,作为教师必须全面提升教学能力,包括教学认知能力、教学设计能力、教学实施能力、使用信息技术的能力、教学交流能力、教学反思能力、教学研究能力以及教学创新能力,要全面提升这些能力,青年教师必须要有跨界能力,融合能力和终身学习的能力。提升能力是从做事开始,从修炼基本功开始,青年教师要潜心教书育人,要深刻理解我们的立德树人的使命,要牢记总书记对高校教师的期望和要求,做政治素质强、教育站位高、国际视野宽、道术技术艺术学术仁术精的好老师。



关于体育教师参加全国高校青年教师教学竞赛的思考

清华大学 彭建敏

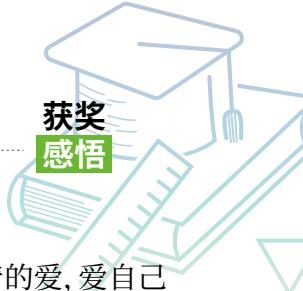
(彭建敏获2017年第十届北京高校青年教师教学基本功比赛文史类一等奖第一名，并获2018年第四届全国高校青年教师教学竞赛文科组一等奖)

2018年8月27-31日，“上好一门课，建功新时代”第四届全国高校青年教师教学竞赛决赛在浙江师范大学举行。来自全国31个省(区、市)以及新疆生产建设兵团105所高校的129名选手参加了比赛。前三届的国赛没有体育教师参加过，我作为一名清华大学体育部教师代表北京参加第四届全国高校青年教师教学竞赛决赛文科组的比赛，并获得了一等奖。我参赛的课程是《大一女生体能训练与健康》，开创了全国高校青年教师教学竞赛第一次有体育教师参赛，并一举获得一等奖的历史。我曾两次参加过清华大学青年教师教学大赛并获得一等奖，最终有机会参加北京市高校青年教师教学基本功大赛，在一举获得北京市比赛文科组一等奖第一名后，拿到了参加第四届全国高校青年教师教学竞赛决赛的资格。我于2003年成为了清华大学的一名体育教师，为了准备国赛，清华体育部给予了大力支持，学校还专门配备了指导教师团队。我克服重重困难，全力拼搏，指导教师们陪着我一道，细致打磨，精益求精，这场国赛是依靠团队作战取得了优异成绩。

体育教师参加全国高校青年教师教学竞赛决赛的思考

一种教学文化的体现。通过备赛，清华“传帮带”的教学文化最直接、最生动地体现。参赛老师和教练们的交流过程不仅传递信息、理解知识、培养能力、发展创新，同时也是一种关系的文化，过程中教练与选手的关系、选手与选手的关系、选手与自己学生的关系，都潜移默化地在滋养和升华。这是一种显性与隐性交融的文化，在备赛过程中老师们在传道、授业、解惑的同时，也传承和创新了备战期间特有的教学文化。备战国赛教学团队的教学特色、思维方式、价值观念和行为习惯，形成了属于独有的文化。

一份爱的传递。教师有一份爱的责任，对教学的爱，对学校的爱，对学生的爱。参赛是以赛促教的过程，通过比赛使得更多的体育教师更好地带动更多人爱教学、



投入教学、促进体育教学水平的提高。体育教师要带着对体育教学执着的爱,爱自己的事业,爱学生,继续把体育精神、团队精神发扬,传承融入到内心最深处的教学文化。不忘初心,继续砥砺前行。

一份责任。作为参加全国高校教学竞赛的第一位体育教师,我感到无比荣幸和自豪。但同时,这次比赛还给了我一个极其深刻的体会:体育作为文科学科的特殊性。在赛期每天的准备中,我会听到类似这样的话“怎么还有体育老师来参赛?”“体育课还能参赛?”“北京居然派体育老师代表文科?”这些问题,看似是惊讶,实则是偏见。其实,所有的误解与偏见,都源于在全国,体育教学的方向与重点是否满足了学生的需求;体育教育是授人以鱼,还是授人以渔;体育教育是否深入人心。

作为体育教育工作者,我们首先应当树立体育课是一门综合学科的观念,涵盖了一—数学、物理、化学、生物、医学等等。体育是一门理论与实践结合的非常紧密的学科,新时代的学生早已不停留在身体动作层面的了解,他们对如何根据原理,结合自身情况,设计符合自己特点的终身锻炼计划更感兴趣。解决是什么,为什么,如何做的问题,从而传授知识、培养能力、塑造价值。高校的体育教师有责任让更多的青年体育教师在北京市、在全国教学赛事有自己的身影,发出体育教育的声音,以赛促教,不仅提高整体教学水平,更应该让国赛的舞台再见到体育教师的风采不再是惊叹,而是习以为常的赞叹。

体育教师参加全国高校青年教师教学竞赛决赛的前景与对策

2014年,习总书记在看望索契冬奥会中国体育代表团时指出,“我们每个人的梦想、体育强国梦都与中国梦紧密相连。”党的十八大报告关于中国体育事业发展的建议中,明确指出:“广泛开展全民健身运动,促进群众体育和竞技体育全面发展。”体育是综合国力的体现,全民健身正是由体育大国向体育强国迈进的重要组成部分。2018年教师节,习总书记提出体育教师要帮助学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志,以立德树人铸就教育之魂。四年来,习近平总书记以“建设体育强国”为目标,将“体育强国梦”的烙印深深地打在了每一个中国人的心上。

大学阶段是学生在进入社会前的知识和体能储备阶段,学生们的身体健康和全面发展不仅是对我国高等教育的基本要求,也是国家保持可持续发展的重要保障,增强学生体质、促进学生健康全面发展关系着国家和民族的未来。因此,高校体育教学的重要意义极其明显。国家重视体育,重视高校体育教学,是促使更多体育教师研



究教学,投入教学的动力,也预示体育教师参加全国高校青年教师教学竞赛决赛的前景广阔。体育教师参加全国高校青年教师教学竞赛对策主要体现在以下几个方面:

学校与院系的支持。为了国赛,清华大学和体育部给予了大力支持,学校专门配备了指导教师团队。近半年时间里,从课程准备、教案写作到课堂展示,如何带入问题,如何控制节奏,如何把握难度,如何精化语言,共同走过了一段“脱胎换骨”的成长之旅。备战5个多月,精心准备20讲内容,内部试讲120余次,平均每讲内容修改6次以上,集体讨论记录笔记9万余字,经过极其严苛的训练、打破、重构,充分显示了团队的力量。

打磨教学重点、难点,突出教学创新点。“只有帮助青年教师不断发现特点、打磨亮点、突破难点,才能让他们在比赛时占领制高点。”文科指导教师团队组长梅赐琪认为最重要的并不是取得一等奖的结果,而是备战中探索和发现教学艺术的过程。“将参赛过程中产生的提升体育教学质量的好方法传递到更多课堂上去,让更多学生受益,这是我们寻求的最大意义。”重视比赛,以赛促教,真正打磨课程,提高教学质量,是学校重视比赛的初衷。

回归真实的课堂,实现有爱的教学。跟学生的距离近、关系亲,实现有深度、有广度、有温度的教育,做到知其心,育其人,重视教育的过程,启发学生批判性思维、培养学生创新性思维和创新能力。

教学中原理讲清楚。告诉学生本讲内容是什么,为什么,怎么做。使学生在课堂时而深入思考,时而茅塞顿开,眼前一亮,能知其然也知其所以然地为自己设计个性化的健身方案并做到坚持、努力、投入。

教学要有设计感。互动环节,设计好提问,通过思维碰撞达到启发激活思维;通过配合练习激起创新火花;好的例子,好的故事,唤醒灵魂深处的自己;通过讨论让学生在争论中敢于表达自己。语言严谨、精炼、流畅、生动要有启迪性,必要重复。语音语量语速、节奏感,抑扬顿挫。肢体语言合理、到位、精确。教态:表情、体态着装得当。除此以外,体育教师要发扬自己的风格,发挥个人魅力,“风格就是人”,每位教师都是共性与个性共塑的灵魂工程师。

努力落实基本教学技能。教学技能是教师从事教学的技巧与能力。课堂的教学设计根据课堂教学目标和要求与教学对象的特点,将教学元素,做有序安排的方案

设想。采用哪些教学方法,问哪些问题,教学步骤,遵循怎样的逻辑,又怎样的故事,人生道理,哲学深度以及教学道具,时间分配等等。

我有幸参加了一次全国赛,是一个挖掘和重新发现自己的过程。备战过程中,院系的重视,团队中的每一位成员陪着我奋斗的点点滴滴都是清华精神、团队精神、体育精神的体现,深切地感受到清华人、体育人呕心沥血、无私奉献、肩负使命、追求卓越的精神。独行快,众行远。这次参加全国赛的过程和体育教师所取得的成绩,我也会尽自己努力去影响更多年轻的体育教师,在体育教学的路上不断地创新,不断地挑战自己。

体育教师参加国赛是以赛促教的好渠道,高质量地“为祖国健康工作五十年”,每位体育教师都应将之记于心、践于行,培养肩负使命、追求卓越的大学生,为中国体育教育事业做出更大的贡献,是真正引领体育教师努力向前的旗帜。



北京高校青年教师教学基本功大赛

北京高校青年教师教学基本功比赛理工类决赛

守初心,存敬畏,暖人心,常感恩

北京交通大学 王萌

(王萌获2017年第十届北京高校青年教师教学基本功比赛理工类一等奖)

还记得2013年的夏天作为毕业生代表,在全校毕业典礼上当着台下所有人说:“成为一名老师是我一直以来的梦想,希望通过自己的努力让更多的人得到收获和成长”,带着这样的“肺腑之言”,我来到了红果园,毕竟是当着众人发过的“誓”,所以2013至今就是守初心、行梦想的十二年,是理想路上的小小一步。

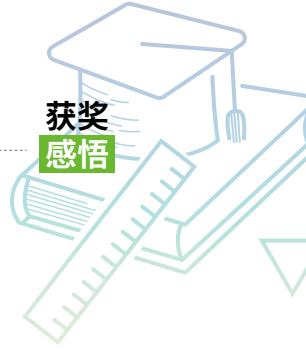
教书育人是件大事,要永远抱有敬畏之心、感恩之心

当真正站上讲台,我发现想要上好一门课,不是那么容易的事情,这不是工作汇报也不是科研交流,这是知识的传承,是心灵的互动,是一件神圣的使命,需要时间的投入、经验的积累、精心的准备、持续的打磨。正如人民教育家于漪老师所说:一辈子做教师,一辈子学做教师。

2016年有幸了解并参与教学基本功大赛,从院赛到校赛到国赛,虽然在准备的过程中,有迷茫,有困惑,也有丧失信心的时候,但在很多前辈老师的指导和帮助下,直面自己的不足,勇于迎接挑战,了解同学的需求,懂得了换位思考,持续改进,保持初心,也感受到自己的蜕变,最后取得了北京市高校第十届青年教师教学基本功比赛一等奖、最佳演示奖的成绩。这段宝贵的经历,我深切地觉得收获的不仅仅是一次比赛,是一次教学能力的集训,教学思路的梳理,教学理念的碰撞,以赛促教,更让我深刻明白教学是件大事儿,要永远抱有敬畏之心、感恩之心。

没有最好的教学方法,只有最适合的教学方法

经历了青教赛的锻炼和打磨,从17年开始我主要讲授两门本科生必修专业基础课《钢结构设计原理》和《土木工程材料》,年均授课84课时,希望通过自己的努力能够增强同学们的专业自豪感、课程参与感与能力获得感。我被同学们称为“板书最多的老师”,我很喜欢这个称谓,将传统手段和新媒体方法有机融合,增强与同学们的互动,契合记忆规律,取得更好的效果。总结的教学方法“《钢结构设计原理》中的三节课”也受邀在国内重要会议上作大会报告,同时在校内教学工作坊进行交流,利用有情怀的应用场景、有理想的实践应用、可视化目标导向、有温度的互动、营造氛围



感等手段,与老师们探讨教学方法,共同提升授课效果。

教书育人的魅力正是在于教学成长、互相成就

老师前行的动力主要来自于同学们的肯定和认可。每次看到评教中学生们温暖的评价,我更觉得任重而道远,要更努力才不辜负同学们的信任。我有一名非结构工程专业的学生,是我钢结构设计原理课程的课代表,课程结束之后,他选择跟我开展钢结构方向的毕业设计,因为专业课程的差异,即使面对很多困难,但在我们的共同努力下,该同学的毕业设计取得A成绩。毕业后这位同学选择在钢结构方向继续读研深造,他感激我的引导,但其实我更感激他的信任,让我体会到付出的乐趣,给予我继续努力的动力。

课题组就是家,永远是最坚强的后盾

作为研究生导师,我很希望把我收获到的回馈给学生。我注重培养研究生独立科研能力以及细致、严谨的工作态度;通过开展科技论文写作专题以及科研手段培训专题等活动,让研究生熟悉并掌握必要的科研手段和方法;通过课题组组会以及带领学生参加学术会议,扩展学术视野,充分锻炼展示汇报能力;通过接触实际工程,深入了解行业需求,将基础理论研究与工程需求有机结合。我特别强调积极的做事态度,养成良好的科研、工作、生活习惯,为今后走向工作岗位锻炼应具备的素质。我很喜欢学生毕业后还继续和我分享所有的成绩、进步、困惑,感谢他们在遇到人生选择的时候还愿意听听我的建议,这是家人才有的信任。

今年是我从教的第十二年,觉得自己非常幸运,感谢青教赛对我的启蒙和鼓励,是我成长路上的一盏明灯,照亮前行的路,感恩遇到这么温暖的集体和可爱的学生,助我为学,给我力量,伴我成长。“未必光芒万丈,始终温暖有光”我觉得是对教师这个职业最好的诠释,在成为一名“好老师”的路上需要努力的地方还有很多,学生的信任和初心的力量是我前行的不竭动力。



与青教赛“相识”的十年：从懵懂到热爱

中央财经大学 王文静

(王文静获2017年第十届北京高校青年教师教学基本功比赛文史类一等奖)

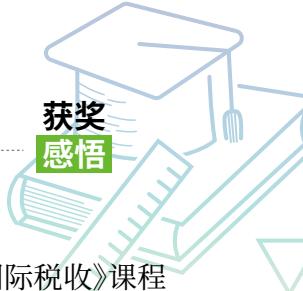
从2015年第一次参加学院青教赛，再到2025年写下这篇文章，十年间我从初入高校的教学新手成长为热爱探索的教改实践者。青教赛的参赛经历，不仅为我找寻到适合自己的高校教师发展路径，也成为激励我不断突破教学瓶颈的动力源泉。

初识青教赛

2015年的春天，学院通知要进行校级青教赛的选拔，这是我第一次听说这个比赛。在此之前，我已有一年多的讲课经验，而且教评成绩优异，因此我毫不犹豫地报名了学院的比赛。我还清晰记得当时准备的是《国际税收》课程内容里难度最大的一个知识点，在比赛现场我非常流畅地讲完了这个知识点，正如在课堂教学一样。而当其他同事开讲，我才意识到什么是教学比赛。同事从一个个有趣的税收小故事逐步延伸到专业知识，作为听众的我被深深吸引，这种讲课模式让我大开眼界、备受启发。

两年后的2017年，我带着全新的国际税收教案再次走向青教赛的舞台，不断打磨知识点和教学设计，反复调试课件呈现，一次次练习讲稿内容，怀揣着对自己能走多远的未知定位，从院赛、校赛，一路走到了市赛。在备赛过程中，我并非一个人在奋斗，特别感谢我的指导老师姜老师、以及学校工会刘主席、谭老师和陈老师提供的无私指导与帮助！还记得马上要上场了，负责为参赛老师佩戴话筒设备的那位老师笑着对我说：“老师你自己都化好妆了，化的挺好的，不用我再给化了。”我紧张的情绪瞬间放松下来，心里乐开了花，理发店50块钱的化妆费值了。整个比赛过程让我印象最深刻的就是，在我提出需要辩证看待国际避税地时台下评委老师肯定的目光，让我更加自信地阐述了大国税收治理的重要性，为这20分钟的教学片段画上了圆满的句号。

回顾这两年的备赛经历，我不再仅仅关注教材知识点和内容的讲授，而是通过查阅更多的文献、资料和数据，开始形成自己对国际税收理论与政策体系的思考与分析，并且围绕国际税收选题获得了国家自然科学基金青年项目立项。与此同时，我



还积极承担《外国税制》《国际税收筹划》的教学任务,这两门课程为《国际税收》课程提供了非常有力的知识与逻辑支撑。青教赛为我开启了教研相长的全新发展路径,也让我更加热爱国际税收这个领域的教学与科研工作。

反思与沉淀

在市赛获奖之后,我又面临着全新的挑战。饱满的参赛热情并不能在赛后立刻消散,在很长一段时间内,我处于教学创新改革探索的迷茫中。过于重视知识的趣味性与拓展性,尽管可以有效激发同学们的专业兴趣,但是不利于同学们掌握最基础、最核心的专业知识。如何平衡教学内容与教学手段,如何充分调动同学们的自主性,成为我无法回避的教学瓶颈。在那段时间,我常常回想起青教赛的比赛场景,一遍遍追问自己为什么要在课堂上进行教学创新改革,当“想让同学们有更多的专业收获和更好的课堂体验”这个答案反复出现时,我就再次充满了勇气与力量,继续坚持摸索改进以学生为主体的“参与式”教学模式。

2021年春天,我带着积累的教学创新素材参加了首届北京市高校教学创新大赛。这是一场全新的赛事,在面对未知挑战时,青教赛的参赛经历让我更加从容。我有幸进入复赛,向专家评委介绍了我所理解的“参与式”教学创新理念以及《国际税收筹划》这一小众专业课的教学创新实践。在备赛过程中,我和教学团队的老师们多次讨论“什么是教学创新”“如何评价教学创新”,虽然并未形成全面一致的共识,但是教学创新大赛获奖既是对已有创新改革实践的认可,也让我进一步坚定了将教学创新融入课堂的努力方向。

重新再出发

教学创新大赛结束了,但是我却觉得教学更难了。教学创新如何不流于形式?教学创新如何能被同学们接纳并且激发同学们的专业潜质?教学创新如何在100人以上的教学大班开展?将45分钟课堂分割为两个青教赛参赛片段是否可行?一连串的问题摆在我面前。而其中最关键的难题就是,如何让同学们热爱这个课堂并且非常愿意参与其中?也许是在与同学们闲聊的某个课间,我突然意识到,可以在小组成果展示环节引入同学们喜爱与擅长的形式。同学们的才艺与创新能力远远超乎我的想象,有的小组用专业术语重新填词了世界名曲,有的小组编写并现场演绎了专业场景剧本,有的小组对动画片段和影视片段重新设定台词并配音,有的小组创作了三句半……在这一过程中,同学们不仅围绕设定的主题问题开展了专业研究,而且充



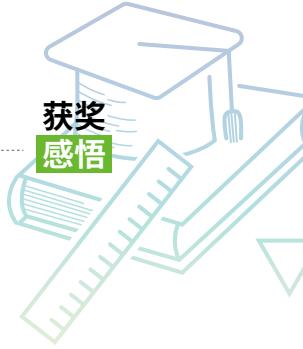
中国科技大学青年教师教学能力大赛



中国科技大学青年教师教学能力大赛

分融入了自己对税收问题、税收治理以及税收事业发展的思考，美育浸润、思政育人与专业提升三重目标得以有效融合，同学们的课堂体验也更加多元化。虽然需要投入大量时间精力对同学们的成果进行一对一指导，但是在课堂呈现的最终结果是令人惊喜的。2023年我将专业课程中美育与思政育人的探索成果形成教改论文，投稿了青教赛教学论文比赛。

十年间，从讲课比赛到教学论文比赛，青教赛不断鼓励着我在教学领域的探索前行。如果时间回到2015年，我还是会积极报名参加学院青教赛的选拔。未来，我也将继续带着青教赛的珍贵记忆坚守热爱教学的那份初心。



我和青教赛的故事

——以赛促教、站稳讲台

中国人民大学 马慎萧

(马慎萧获2019年第十一届北京高校青年教师教学基本功比赛社科类一等奖，并获2020年第五届全国高校青年教师教学竞赛思政组一等奖)

第五届全国高校青年教师教学竞赛已经渐渐远去，但大赛给我的洗礼和升华如同大海潮涌，深沉而无可阻挡地推进着我今天的教学和科研，我想，这道潮涌也将持续涌向我的未来，伴我站稳讲台。

2018年12月开始，从中国人民大学的初赛、复赛、到北京市赛，直至2020年10月全国赛，经历了两年时间；从1个ppt及教案准备到5个ppt及教案和20个ppt及教案的准备，经历了雀跃兴奋到行之维艰的过程；青教赛给了我负重日累、举力日竭的持续训练，不断塑造和磨刻着我的身心灵魂。备战比赛，越是打磨到后期，越是清晰的知晓自己认知的限度，而教学表达深深受限于自己的认知和理解水平、受限于理论积淀不足，这一认识让我的备赛过程充满痛苦、无法突破；我想，这个痛苦的过程，也正是不断砥砺自己、超越自我的过程。

“以透彻的学理分析回应学生，以彻底的思想理论说服学生，用真理的强大力量引导学生。”习近平总书记对我们思政课教师的要求，指明了思政课教师思想力、召唤力和引领力的建设方向，是思政课教师将用毕生心血去领会和实践的课题。2018年，我参加校赛的时候，结合课程和我的研究，设计了主题，带着强烈的表达欲望参加青教赛，就想表达一个观点，马克思说：“一切资本主义生产方式的国家，都周期性的患上了一种狂想病，企图不用生产过程作媒介而赚到钱。”我以“经济金融化”为主题，讲得非常的自信而痛快，非常的自如；而等我从准备北京市赛的5个主题到准备全国赛的20个主题，这份自如就不再了，我深知，只有对理论问题有非常深层次的透彻认知，才能在课堂表达中深入浅出、游刃有余，但是我很难找得到20个深入研究、理解彻底的有思想性的问题，也就更难展开透彻的学理分析、展示真理的力量。这时才真正理解全国青教赛的示范引领和督促作用，也才真正理解上好一门课的不易。我也深刻的体会到，一方面要更加踏实研究，深入钻研习近平新时代中国特



北京交通大学青年教师教学能力竞赛



北京高校青年教师教学能力竞赛

色社会主义思想,把当代马克思主义最新成果融入教学之中,另一方面要真诚的表达我的所思所想,即使是阶段性的思考,要向学生们展示真实的自我,这样才能教学相长,教研相长。

青教赛给了我出征荣誉,也给了我磨砺自我的机会,是学校集体力量和智慧让我站上了青教赛领奖台。站在我背后给我无私支持的,是我们人民大学德高望重、学识渊博的专家学者和精心组织、热心呵护的领导老师,他们无私地给我提供素材、启发我的思路、不吝时间精力帮我指点迷津,给我醍醐灌顶。针对我准备的20个ppt及教案和我模拟讲课,学校持续组织了5个月的每周定期打磨指导,师长们或娓娓析理或犀利指教,其情真意切非直观无以言表。这种参赛经历为提高我的教学质量和学术水平发挥了巨大作用,我由衷感叹“集体真好”。

两年的冲刺,没有辜负师长的嘱托、学校的期待、自己的努力,获得第五届全国高校青年教师教学竞赛思政组一等奖第一名的好成绩,荣获了2021年全国五一劳动奖章,并且收获了更多交流、表达、展示、提升的机会和舞台。从赛场回到学校,回归到我熟悉的讲台,走进我日常的教室,面对学生们渴求知识的脸庞,我更加期待和雀跃。经过比赛的磨练,作为新时代的教师,更加主动担当,立时代之潮头、发时代之先声,扎根中国实践与现实,为培养接续奋斗的社会主义建设者和接班人讲好课、站稳讲台。

中央财经大学第十三届青年教师基本功比赛

参赛感想

中央财经大学 陈思

(陈思获2021年第十二届北京高校青年教师教学基本功比赛文科类一等奖)

本届青年教师教学基本功比赛刚刚结束,回想这几个月从院赛到校赛的准备过程,留下深刻印象的不仅是自身在教学方法和技能上的学习收获,更有对一路上为我提供无私帮助与全力支持的学校学院领导和老师们的深深感激。感谢教师教学发展中心给了我这个机会分享自己的一点感想,希望与各位同事交流共勉!

作为首次参加教学基本功比赛的“菜鸟”一枚,去年12月底,我怀着忐忑的心情参加了我院的教师基本功比赛。由于当时正值资产评估专业硕士学位点参与全国专业学位水平评估的关键阶段,比赛准备时间比较紧张,我就选取了正在讲授课程的一个片段进行了院赛的授课展示。令我非常感动的是,在展示后,学院的各位教学经验丰富的评委老师,从参赛课程及授课主题的选择、授课内容的安排、思政元素的结合、PPT等教学手段的运用、仪容仪表及语速等各个方面给出了非常细致全面的意见建议。各位教学名师一针见血的点评不仅为我后续的修改完善指明了方向,也让我感受到面对教学应有的认真严谨精益求精的态度。

在有幸获得院内比赛一等奖推荐到学校参赛后,今年的1月到3月,我开始了校赛的准备阶段。2月26日开学后,何杨院长为我们三位参赛教师再次组织了青教赛校赛的试讲演练,邀请老师们进一步对我们进行深入细致的指导。根据院赛及试讲演练中各位老师们提出的意见建议,我从以下四个方面对参赛的教学展示进行了完善。

参赛课程及授课主题的选择。为了进一步凸显学院与学科特色,我改选了更具代表性的《资产评估》课程作为参赛课程,并以“有特色、有趣味、有深度”为标准,从资产评估的基本概念、基本方法、具体资产类型的评估应用三个层面各选取了一个教学片段确定了三个教案主题。

课程内容的安排。在与院内各评委老师的交流中我发现,虽然教学基本功比赛中的展示源于课堂,但由于时间的限制,需要在15分钟内呈现一个相对完整的教



北京高校青年教师教学基本功大赛

北京高校青年教师教学基本功大赛

学单元,因此逻辑清晰、结构合理就显得尤为重要。借鉴曾荣获北京高校青年教师教学基本功比赛一等奖的王文静、王怡璞两位老师的课堂设计思路,我采取了“案例引入——知识讲解——案例应用——思考拓展”的总体框架,并依据资产评估的课程特点和自身的授课节奏进行了各部分内容的完善与调整。

思政元素的结合。课程思政是践行立德树人教育理念的重要途径。在近几年的授课过程中我逐渐感受到,为思政而思政的强行植入未必能达到最佳效果,将思政融入到学生耳熟能详的生活案例中,启发学生自己对现象进行分析思考进而得出结论,往往能达到“润物细无声”的效果。在比赛的课程展示准备中,我也延续了这一思路。例如,在其中一个课堂设计中,我提供给学生国有资产交易中的一些实务数据资料,学生在自己应用所学评估方法对国有资产价值进行评估后,与该国有资产的实际交易价做对比,以两者巨大差距唤起学生对国有资产流失的关注,激发学生发挥资产评估的价值尺度功能促进国有资产保值增值的信念感和责任感。

授课风格的凸显。如何将准备好的课程内容以最佳的状态呈现出来,不仅是日常教学中应当关注的问题,也是作为教学基本功比赛参赛者面临的挑战。在比赛前,我对自己的三个教学主题进行了多次的演练,并将每次的演练过程通过PPT的“录制幻灯片演示”功能保存下来,不断回放寻找问题,思考更精炼的表达方式,提升整个授课过程的流畅性,强化个人授课风格特色。同时,在不断的练习中增强对时间的把控。在最终的校赛展示中,我恰好于规定时间截止前完成本次课程的结尾展示,希望能够通过把控课堂节奏呈现最佳的教学效果。

回顾这一路历程,我深感自己是站在巨人的肩膀上,从资深的教学名师到优秀的同辈榜样,从学院领导的重视关怀到各位行政教辅老师的倾力相助,我所收获的太多太多,在此一并表示感谢。可以说如果没有各位老师们的帮助,我是不可能取得任何一点点成绩的。陆游曾在传授儿子写诗经验的时候讲到“工夫在诗外”,通过这次备赛经历,我深感教学也是如此。教学水平的提升不是一朝一夕,而是要在日常的教学过程中不断的学习、实践和反思。路漫漫其修远兮,吾将上下而求索。我也将继续努力,以各位优秀教师为榜样,在教学提升的路上不断求索!

北京市青教赛的一点回忆与感悟

北京林业大学 韩莹莹

(韩莹莹获2021年第十二届北京高校青年教师教学基本功比赛理科类一等奖)

“下课！”伴随着我话音的落下，计时器的铃声响起，鞠躬起身，望向台下几位陪同我而来的老师与学生们赞许与肯定的眼神，我内心有许多触动与感激，掌声中我的北京市教学基本功比赛就此正式画上了句号。

赛事已告一段落，当再次想起此次教学从市赛选拔、市赛准备到决赛现场的每个环节，我不禁感叹，这短短的一个月对于我来说其实是十分不易的。市赛要求每位选手准备5讲授课教案与PPT，而当我获悉通过学校选拔赛之时，距离最终理科组决赛日仅剩1个月的时间，要在如此短的时间内拿出经过精心打磨与经得起推敲的5份教学教案与教学展示内容，时间是极其紧张与宝贵的，可以说压力感与紧迫感无时无刻不敲打着我，我唯一能做的就是夜以继日的准备，通宵达旦的查找资料、梳理思绪、撰写文稿、反复斟酌、推翻重来，夜里还要拖着疲倦的身体哺喂家里8个多月的宝宝，这就是当时的常态。那段时日，睡眠于我而言就是奢侈品，现在回想起来，依然觉得十分艰辛。然而，当时的自己似乎也没有觉得无法承受，虽然累，偶尔也有过精神崩塌想要想放弃的瞬间，但因为热爱教学、热爱讲台，因为团队给予的鼓舞之力，因为家人的关爱与体谅之情，当时的自己如同在前线保家卫国的战士，充满战斗力，最终顺利走完了这段赛程。

教学比赛是什么？它是华而不实的表演吗？参加教学比赛有意义吗？这些问题其实在早期参加学院教学比赛的过程中，我思考过，也质疑过。直到2018年，我再一次参加学院青教赛选拔赛，从中脱颖而出，紧接着的校赛准备与打磨，让我对教学比赛有了全新的认识。我真切的感受到“以赛促教，教赛相长”是真真切切可行的。教学比赛其实是教师日常教学内容、方式及特色的高度浓缩的精华展示，它似表演但又不是表演，我更觉得它像是一场高水平的教学实战演练，与日常教学不同的是，因为比赛的原因，它在一定程度上被赋予了舞台的性质，换句话来说，对短短20分钟的教学呈现提出了更高、更严苛的要求。从院赛、校赛、市赛选拔赛到现如今的市赛，每一次的参赛经历，都让我对教学比赛“刮目相看”，也让我对教学有了更深刻的认识和更



北京林业青年教师教学能力大赛



北京林业青年教师教学能力大赛

高的追求,激励着我不断的追求更卓越的教学殿堂,也让我心底那份“对教学、对讲台、对学生的热爱”始终如一、更加坚定。

除此之外,此次市赛也收获了一定的荣誉,但这些荣誉绝对不属于自己个人的,它是属于我们动物学科动物生理学教学团队的,属于我们学生的,属于我们生物科学与技术学院的,属于北京林业大学的。因为它承载了我们团队师生的汗水与心血,更承载了学院以及学校对我们的大力支持与鼓舞。在此次备赛过程中,从学科到学院到学校都给予了极大的重视。整个备赛期间,学科内的师生们都是全程陪伴着我审核教案文本、查找教学素材、参与教学演练,他们一路陪伴着我,给我打气,是我最信赖的后援团。我们学院领导也是极为重视此事,学院书记、院长等领导多次询问我备赛的需求,尽可能创造条件满足我,学院及校工会都分别多次邀请校内外教学名师、专家评委、国赛市赛的获奖者,对我的参赛教学演示进行专业点评与打磨,评委专家们更是知无不言、言无不尽,大到内容选题、逻辑思路、板书设计,小到声音节奏、教棍摆放、讲台站位等,都提出了严苛而细致的要求,带着他们的建议与经验,我一遍遍地修改教学设计,精雕细琢的研磨教学内容,又时不时的推翻重来。在这样的反复打磨与历练中,我的教学能力与教学技法也得到了提升,教学演示时的把控也更加得心应手,这所有的一切努力与准备都为正式比赛的发挥打下了重要的基础。

那究竟如何才能够在教学比赛中脱颖而出呢?这个问题也是我备赛期间反复思考的问题。其实,即便赛程归来,我觉得自己还没有足够的经验来完整的回答这个问题。在这里,我只能依据我浅显的比赛经历,简单的分享我不完善的观点与认知。我认为,从形式上来看,好的课程应该是没有定式的,它们就应该不拘一格,千变万化的,如此才能够有创新,才能够耳目一新、引人入胜。但没有定式、不拘一格并不是说它们没有共同特征。据我观察,优秀的教学比赛案例都有以下共同特征的:

优质教学内容。其实单纯就教学内容而言,它本身并无好坏之分,教学大纲、教材都是固定的,教学内容本身就客观的放置在那里。不同的是,优质教学内容不是照本宣科的,是要进行整合和加工的,最终呈现出具有逻辑性强、知识完整的教学内容。对于这一点,我个人的感触就是不要被教材的知识框架局限住,不破不立,只有将知识吃透、揉碎、再组合,才能够呈现出适合教学比赛呈现的优质内容。

真正做到以学生为中心。“以学生为中心”是当代教学的基本教学理念,而在比赛的过程中,师生互动可以说是最容易、最便捷的“以学生为中心”的展示方式



了。互动一定是要真的是从学生角度出发,经过思考与设计的简短互动,是真互动,而不是假互动。

拥有自己的教学特色或风格。因为比赛的特征,教学比赛是表演也不是表演,它是融入了表演与讲演的讲课,是结合了舞台与展示平台的讲台,是纳入了学术与学养的学问展示。所以,拥有自己独特教学风格是极具有优势的,你可以激情澎湃、可以温柔典雅、可以幽默风趣、也可以严谨专业,但前提一定是要教态得体、声音有跌宕起伏、板书字迹工整。

拥有一个有力的后援团。不要孤军奋战,要有后援团,他们不仅能够在备赛准备的过程中给予你帮助,更能在关键的时候,给予你的温暖与鼓励,这一点极为重要,精神上的鼓舞与支撑才能给你源源不断的力量去全力以赴。

对于我个人而言,教学比赛它不是终点,它仅仅是我教学职业生涯中的一个加油站,督促着我更好的开展教学工作。赛程归来,我想我需要继续从心出发,把教学比赛中收获的教学经验与技巧带入实际教学中,继续追寻着我“热爱教学、热爱讲台、热爱学生”育人初心。



北京高校青年教师教学基本功大赛

北京高校青年教师教学基本功比赛工科组

青教赛心得体会

——开启青年教师教学成长新征程的钥匙

北京农学院 郭洪刚

(郭洪刚获2021年第12届北京高校青年教师教学基本功比赛工科一等奖)

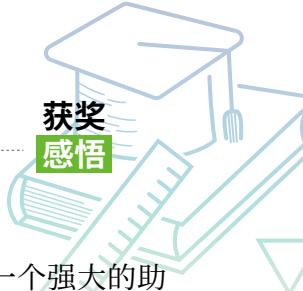
青年教师是高校教学工作发展的中坚力量,其教学能力的强弱直接影响高校教学质量。但多数高校青年教师是非师范生,博士毕业或博士后出站后即立刻步入高校讲堂,不仅缺少系统性的教育教学理论的培训,更缺少实践教学历练,表现出教学理论不先进、教学能力不扎实、教学方法不灵活等问题,教育教学能力的提高迫在眉睫。近年来,以青年教师教学基本功比赛为代表的教学类赛事,逐渐发展成为高校帮助青年教师提升教学能力的抓手和有效途径。本文将以作者参加青年教师教学基本功比赛获奖后,教学成长过程为实例,具体阐述青教赛如何成为大学青椒开启教学成长新征程的钥匙。

青教赛搭建了青年教师教学信心的培育平台

青年教师教学竞赛,无疑是一座为青年教师精心构筑的教学信心培育平台。以笔者自身经历来说,2021年踏上青教赛征程时,正处在教学事业蹒跚起步的阶段。初入教坛,面对复杂的教学内容、多样的学生需求,时常感到迷茫与无措,对自身教学能力也充满了怀疑。

面对以上问题,参加青教赛成为笔者高校教学职业生涯的重要转折点。备赛过程中,通过对专业课程进行深度剖析,重新梳理教学思路,精心设计每一个教学环节。这个过程虽充满艰辛,却也是自我提升的快速通道。在与来自不同院校、不同学科背景的优秀青年教师同场竞技时,收获的不仅仅是比赛经验以及众多资深教师和专业评委的宝贵点评与认可,更重要的是得到了教学能力的提升。这些收获就像一束束温暖而明亮的光,照亮了笔者教育教学的前行道路。

尤其在荣获青教赛一等奖后,笔者获得了更多的机遇与资源,依托青教赛直接晋升副教授岗位。这种因教学成果而带来的正向反馈,极大地增加了个人价值实现的满足感。曾经在教学中那些不自信的阴霾逐渐消散,取而代之的是满满的动力与热情,激励着自己更加积极主动地投身于教育教学工作。从课程设计的不断优化,到



教学方法的持续创新,每一次的尝试都变得更加坚定。青教赛就像是一个强大的助推器,让青年教师在教学之路上,凭借着逐渐建立起来的信心,勇敢地探索与前行。

青教赛搭建了青年教师教学风采的展示平台

青教赛既是一场教学竞赛,更是一场青年教师教学风采的展示。以笔者为例,备赛阶段,精心打磨每一个教学细节,从课程内容的深度挖掘与实际植保案例的巧妙整合,到教学方法的创新运用,到课堂互动环节的精心设计,再到通过讲述个人的实践经历,引导学生投身祖国的三农建设,无一不凝聚着个人的智慧与心血。当比赛的号角吹响,笔者自信满满地走上讲台,始终保持自信的微笑,用坚定而温和的目光与学生、评委交流,传递出对知识的热爱和对教学的热忱。适当的手势辅助讲解,增强表达的感染力,让重点内容更加突出。同时,严格把控时间节奏,确保每个教学环节都能完整呈现,做到张弛有度。不仅展示自己对教学过程的精准把握,更向教育同行展示植保教学魅力、传递投身三农理想的珍贵契机。比赛结束后,笔者依托北京高校青年教师先进(创新)教研工作室项目,获得了更广阔的展示平台,通过“名师引领”报告会—邀请国家级教学名师、北京市教学名师等开展专题报告会;“青椒”沙龙座谈会—邀请青教赛、教学创新赛获奖选手,通过教学示范等形式,与青年教师开展教学交流与座谈;“青椒”发展培训会—邀请省部级教学课题负责人、教学经验丰富的教师、教学督导等,以交流座谈会的形式,分享教学经验、教改思路,为青椒们提供了教学分享、教学研讨与教学碰撞的平台,让青教赛舞台成为每一位青年教师的成长摇篮与梦想起点。

青教赛搭建了青年教师教学改革的实践平台

课程是青教赛的核心,荣获青教赛一等奖成为笔者深耕教学领域、追求卓越教育的新起点。为进一步提升《作物昆虫学》这门课程的吸引力,充分发挥其在专业人才培养中的关键作用,笔者毅然开启了对《作物昆虫学》的系列性课程改革建设。

《作物昆虫学》课程是面向本校农学专业开设的一门专业基础课,着重介绍农作物害虫的发生、发展、消长规律及防治措施。在本校农学专业人才培养方案的指引下,针对课程“内容点多面广、实践易脱节、师生互动不足”的痛点问题,结合案例教学法开展课程设计,建成以实践案例为基础的“三例递进、两阶梯度”课程创新思路。该思路具体可以解释以“案例分析”为主线,采用“问题链”式的教学方法,结合“三例递进式”理论体系(由一个教学实践案例,一个科学前沿实例,一个思政故事案

例,形成“生活-专业-情怀”递进的三类启发理论教学内容)和“两阶梯度式”实践体系(以课堂实践为主,专业嵌入实验为辅,“课堂进阶-实战升阶”的两轨阶梯实践内容)双核心课程模式,打造“案例启发-两阶实践-链式讨论”的立体化课堂(图1)。在不断的课程改革过程中,荣获省级教学奖励6项,包括第四届北京高校教师教学创新大赛新农科组优秀奖、北京高校优质本科课程、北京高校优质本科教材课件、北京高校优质本科教案;全国高等农林院校课程思政优秀案例(两项)。获批省级教改课题2项,包括北京高等教育学会重点项目、北京市数字教育研究课题。带领学生参加学科竞赛获得省级奖励22项,包括中国国际“互联网+”大学生创新创业大赛北京赛区复赛“一等奖、二等奖、三等奖”;“青创北京”2024年“挑战杯”首都大学生创业计划竞赛主赛道“银奖”;京彩大创第二届北京大学生创新创业大赛乡村振兴赛道“三等奖”等,一项大创项目入驻北京高校大学生创业园(沙河园)。

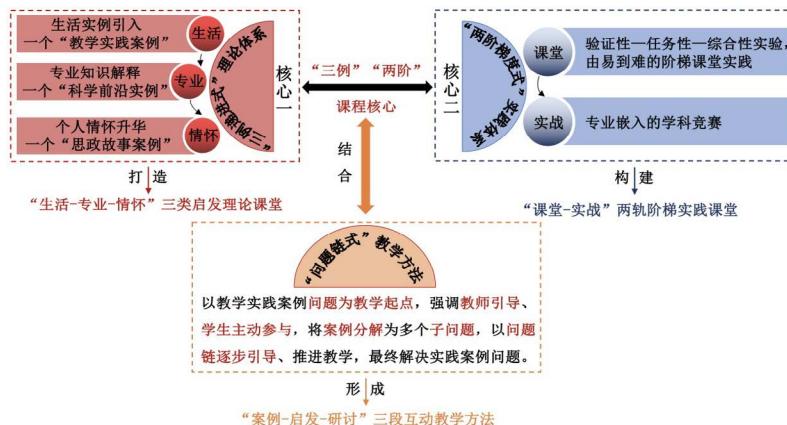


图1. 《作物昆虫学》课程改革思路

回望初入教坛时的青涩,到如今能自信且从容地站在三尺讲台,积极投身教学改革,这一切的转变都离不开青教赛的助力。青教赛是一场知识与技能的深度淬炼,它给予青年教师信心,让我们敢于在教学的海洋中破浪前行;它提供展示风采的舞台,让教育理念与热情得以绽放;它搭建教学改革的实践平台,推动教育创新,培养更多优秀人才。展望未来,希望作者能不忘初心,继续以青教赛为新起点,持续深耕教学领域;同时也期待更多青年教师能踊跃参与青教赛,汲取养分、突破自我,实现专业能力的飞速提升。相信在青教赛的激励下,青年教师必将成为高校教学的中流砥柱,为培养适应时代发展需求的高素质人才贡献力量,共同书写高校教育事业的辉煌篇章。



逐光前行，铸梦教坛

北京农学院 赵文婷

(赵文婷获2021年第十二届北京高校青年教师教学基本功比赛理科类一等奖)

作为一名北京农学院的分析化学教师,有幸参加第十二届北京市青教赛并获得理科B组一等奖、最受学生欢迎奖、最佳教案奖和最佳教学反思奖,这不仅是对我个人教学工作的高度认可,更是我的教学生涯中一段极为宝贵且难忘的经历。值此青教赛创办三十周年之际,回顾备赛、参赛的全过程,诸多感悟涌上心头。

初心如磐,砥砺深耕

投身教育事业,我始终怀揣着对知识的敬畏与对学生成长的殷切期望。分析化学作为一门重要的基础课程,既有严谨的理论体系,又与实践紧密相连。如何将复杂的知识以生动有趣、易于理解的方式传授给学生,一直是我努力探索的方向。在备赛过程中,我深刻体会到“台上一分钟,台下十年功”的真谛。从课程内容的精心选择与编排,到教学方法的反复打磨与创新,每一个环节都倾注了大量心血。为了将分析化学中抽象的概念形象化,我查阅了大量的文献资料,结合生活实例与科研前沿,设计出一系列生动的教学案例。例如,在讲解“色谱分析”章节时,我将食品安全检测中对农药残留分析作为导入案例,让学生直观地感受到分析化学在保障民生中的重要作用,极大地激发了他们的学习兴趣。同时,为了使教案更加完善,我不断地搜集资料、进行教学研讨、反复打磨,从教学痛点的抓取、教学重难点的解决方案,到教学过程的逻辑连贯性,都进行了细致入微的修改。

赛场磨砺,破茧成蝶

比赛的过程是紧张而激烈的,每一位参赛选手都展现出了极高的专业素养与教学水平。站在讲台上,面对评委与学生,压力不言而喻,但多年教学积累与充分的赛前准备让我迅速调整状态,全身心投入到教学展示中。在授课过程中,我时刻关注学生的反应,灵活调整教学节奏与方法,注重与他们的互动交流,努力营造积极活跃的课堂氛围。

在这个过程中,我深刻认识到教学不仅仅是知识的传授,更是情感的传递与思想的碰撞。通过与学生的眼神交流、问答互动,我感受到了他们对知识的渴望与对我



的信任,这让我更加坚定了以学生为中心的教学理念。而获得最受学生欢迎奖,更是对我这一理念的有力肯定,它让我明白,只有真正走进学生内心,关注他们的成长需求,才能赢得学生的喜爱与尊重。

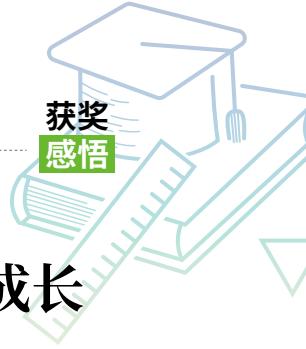
反思沉淀,行稳致远

每一次授课结束后,我都会对教学过程进行深入反思,回顾教学目标的达成情况、教学方法的实施效果、学生的学习反馈等。通过反思,我发现了一些在教学中容易被忽视的问题,例如部分学生在某些知识点的理解上存在困难,可能是由于教学方法不够直观或者讲解不够细致。针对这些问题,我及时调整教学策略,在后续的教学中采用更加多样化的教学手段,如利用动画演示、小组讨论等方式帮助学生突破难点。教学反思不仅是对教学过程的回顾与总结,更是一个不断优化教学、提升自我的过程。它让我在教学实践中不断探索、创新,逐渐形成自己独特的教学风格。教学反思与教案编写相结合,使教案更加贴合学生的实际需求,更具科学性与实用性,这也是我获得最佳教案奖的重要原因之一。凭借在日常教学中对课程内容、教学方法持之以恒的总结与革新,次年,我有幸荣获北京市教师教学创新大赛二等奖,这份荣誉也成为了我继续深耕教学的有力鞭策。

三十载风华,共筑教育梦

青教赛历经三十载,已成为北京市青年教师展示风采、交流学习的重要平台。它见证了无数青年教师的成长与蜕变,为教育事业的发展注入了源源不断的活力。在这三十年的发展历程中,青教赛的比赛形式与评价标准不断与时俱进,更加注重教学创新、以学生成长为中心,以及教师的综合素养,这也引领着广大青年教师在教学改革的道路上不断前行。

作为青教赛的参与者,我深感荣幸与自豪。此次参赛经历,不仅让我在教学能力上实现了质的飞跃,更让我对教育事业有了更深层次的理解与感悟。教育是一项伟大的事业,它关乎着学生的未来、社会的发展。作为一名青年教师,我们肩负着培养新时代人才的重任,需要不断提升自己的专业素养与教学水平,以更加饱满的热情、更加严谨的态度投身于教育教学工作中。同时,我也希望更多的青年教师能够积极参与到青教赛中来,在这个舞台上展现自己的风采,共同推动教育事业的蓬勃发展。相信在青教赛的引领下,北京市的教育事业必将迎来更加灿烂辉煌的明天!



以赛促教：青年教师的自我突围与成长

华北电力大学 田海鑫

(田海鑫获2021年第十二届北京高校青年教师教学基本功比赛文科类二等奖)

当手握获奖证书的那一刻，我忽然意识到手里沉甸甸的，远远超过了它的物理重量。作为东道主增加名额的“幸运”参赛选手，这段历时数月的参赛历程不仅是一次教学基本功的淬炼，更是一次教育生命的深层觉醒。当赞美声如潮水般涌来时，那些挑灯备课的深夜、反复打磨的教案、不断调整的试讲、专家犀利的点评、学生期待的眼神……都化作晶莹的碎片，在记忆的长河中折射出璀璨的光芒。于我而言，这既是一场漫长而艰苦的征程，也是蜕变与成长的闪耀舞台，更是对未来教学之路深远影响的起点，其中的酸甜苦辣，交织成了弥足珍贵的回忆，也化作了前行路上的明灯，照亮我教书育人的漫漫征途。

破茧：从参赛到突围的蝶变之旅

2020年寒冬的教学楼走廊还透着点点灯光，参赛通知像一粒石子投入平静的湖面。在“青年教师必须参加”的硬性要求下，我抱着完成任务的心态提交了参赛意向。因为我在上一届已经参加过校内的比赛，只获得了三等奖，有点儿沮丧，这次参加也就没有报任何期望。幸运的是，我通过了学院的选拔，又来到了校赛。但是，期末是比较忙碌的，我要不要认真准备呢？教研室的一位教授鼓励我说：“尽力而为，一定会比上一次表现更好的。”于是，我决定再拼一次，认真对待校赛。未曾想这个仓促的决定，竟成为教学生涯的重要转折点。一开始，作为只有五年教龄的青椒，我在讲台上只会照本宣科地复述着备好的讲稿，台下的评委老师紧锁的眉头像一记警钟，让我突然意识到教学不能只是知识的搬运。

学院几位教学骨干教师专门针对我的教学问题进行指导，记得那个下午，阳光慵懒地照在堆满教案的办公桌上。“你的课堂像精心设计的工艺品，却少了教育的温度。”这句评语如醍醐灌顶。我开始重新审视自己的教学理念和教学设计，在翻阅有关资料时，看到了《礼记·学记》中的一句话“道而弗牵，强而弗抑，开而弗达。”这句古训让我豁然开朗。原来真正的教学艺术，在于通过引导而非强迫，激励而非压抑，启发而非直接告知，这样才能培养学生的自主学习能力和创新思维。



北京师范大学附属中学高二年级

30th

校赛之前,夜里的办公室灯火通明,备赛团队正在为我的《民事诉讼法》课程设计争论不休。“能不能把正义女神的形象和程序公正的价值建立连接?”这个大胆的建议让整个课程架构焕发新生。当我用正义女神的形象和我国古代包青天的形象并置作为课程引入时,东西方传统文化对立又统一的表达成为一个很好的课程切入点。

功夫不负有心人,最终我在校赛中取得了突破,获得了二等奖,虽然没有得到一等奖,但取得了文科最佳的名次。转眼之间,年后开学一个多月了,校工会的老师通知我,因为学校主办北京市青教赛,可以增加一个参赛名额并且决定把这个机会给文科的老师,而我就是这个幸运儿。得到通知之后,又惊又喜,参加市赛是多么宝贵的机会,但是也知道自己一个寒假都没有准备,而比赛只有一个半月的时间了,想到这不禁惊出一身冷汗。

淬火:教学设计的涅槃重生

从得知参赛的那一刻起,备赛的日子便开启了“白加黑”“五加二”的节奏。首先是教学内容的选择,这要与教学大纲契合、适合比赛时长、能充分展示教学设计,感受学科魅力,我反复斟酌,最终选定核心知识点,开启艰难的备课之路。尽管选定了内容,但在备赛过程中我的教案经历了数次颠覆性修改。每个深夜凌晨,面对电脑屏幕上排列着好几种不同的课程导入方案:从静态图片到影视片段,从网络话题到社会案件。每一种导入方案都让学生体验了,以学生的视角出发,到底哪个方案更加有吸引力,直到让学生眼前一亮:“原来法学还可以这么有意思!”备赛期间我参加了市教育工会、校工会组织的各类培训,向长辈和同行请教;课件制作常熬夜,只为呈现完美的一页;撰写讲稿,反复打磨教学语言,斟酌措辞,力求准确清晰。这一阶段,虽然我感觉到压力越来越大,但看到不断完善的教学设计,又充满动力。

教学演示环节的打磨近乎苛刻。我用手机从多角度拍摄记录试讲过程,通过微表情分析发现,当讲解到理论难度较大的内容时,我的眼神会不自觉地避开学生视线,似乎自己也没有足够的信心把这个问题讲明白。为了克服这个下意识的逃避,我在镜子前反复练习了上百次眼神交流,直到能从容地捕捉每个听众的情感共振。

课程思政的融入也成为一大挑战。在解析司法公正时,如何避免生硬的价值灌输?受最高人民法院拍摄的纪录片《中国司法》的启发,我假设了两种不同的司法审判方式,让学生进行角色扮演,体验究竟哪一种司法审判方式更能体现出“让人民群



众在每一个司法案件中感受到公平正义”的价值理念。这种浸润式互动式的思政教育，在教授们口中获得了“如盐入水”的高度评价。

我的几位陪练学生在这段时间也付出了很多精力，他们不厌其烦地听我讲，每次都精神饱满地跟我互动，与我讨论课程设计如何优化，比赛之前我们放松了一下，去逛街吃了大餐，还为比赛购买了统一的服装，可谓英姿飒爽。

绽放：比赛现场的得失沉浮

比赛当天的候场区弥漫着看不见的硝烟。我注意到前排选手翻阅教案时颤抖的手指，闻得到空气里淡淡的提神薄荷的味道。当主持人报出我的参赛序号时，心跳声突然变得清晰，但触摸到胸前号码牌的瞬间，一股温暖的力量从指尖传遍全身——此刻我不仅代表个人，更是整个备赛团队的化身。

站上讲台的刹那，仍然是有些紧张的，甚至大脑有些空白了，但凭借之前反复训练的肌肉记忆，仍然能比较顺畅的展开教学内容。在写板书的时候，粉笔断了两次，似乎卡壳了。我深吸一口气，用仅存的粉笔头写完了板书。课程进行到中段，我看到了台下评委老师和同学们的目光是温和的、鼓励的，也看到了评委们频频点头，这让我更加投入到教学当中，几乎忘掉了是在进行比赛。但是，进入到课程总结部分，意想不到的事情又发生了，看着倒计时的时钟，我感觉如果按照预定的内容总结，很可能超时，这就不得不舍弃部分内容，于是我临场改变了课程总结的方式，最终我提前40秒结束了课程演示，虽然浪费了宝贵的时间，但是毕竟做到了没有超时扣分。这不得不说，是一个遗憾。也许不完美才是人生吧。

在教学反思环节，我终于长舒一口气，先是冷静地分析了教学演示的得失，直面自己的不足，这些失误让人遗憾，但也让我明白临场应变和时间把控的重要性。然后将本次参赛的所思所感化为敲击的字符输入电脑，给当天的比赛画上了句号。

远眺：教育星火的永恒传递

比赛结束，生活归于平静。数天后成绩揭晓，最终我荣获文科类A组二等奖、最佳教案奖、最佳教学反思奖。付出和收获是完全成正比的，比赛当天的不完美确实配不上一等奖的殊荣，但是反复打磨的教案和理性的教学反思应当值得被褒奖。比赛落下帷幕，虽有得失，但我收获满满。我深知，比赛只是教学生涯的一个节点，无论成绩如何，其意义远超结果本身，比赛让我在磨砺中成长，积累经验，在反思中进步，找到教学方向和动力。校工会的老师鼓励我说：“这是近年来学校文科里非常好的成绩



北京市教育委员会

中华人民共和国教育部

了,二等奖不是终点,而是发现教学真谛的起点。”这句话让我想起备赛期间反复修改的教案,那些被删除的华丽辞藻,那些重写教学案例,原来都是在剥离教育的浮华表象,直抵“以文化人”的本质核心。

这次比赛收获的不仅是教学基本功的质变,更是教育认知的升维。我开始在常规课堂引入由比赛而形成的设计和教学方法,用连续追问激发深层思考;建立课程资源库,把学生的多种需求转化为教学资源;开发线上互动平台、拍摄慕课,让学生通过线上方式无障碍地进行交流。这些创新实践正在产生奇妙的化学反应。

如今站在讲台上,我能更敏锐地捕捉学生眼中的星光。当看到有学生在研讨课上主动引用我参赛时的分析方法时,我忽然明白:教学比赛的真正价值,不在于打造完美的表演课例,而在于点燃那些可能影响学生一生的思想火种。这簇在比赛中燃烧的教育星火,终将在代际传递中照亮更辽阔的天空。

对我而言,青教赛是成长的加速器,是提升教学能力、交流学习的平台,让我积累经验,感悟教学真谛,明确努力的方向;是磨砺意志、突破自我、增强职业使命感的舞台,鼓励我投身教育事业,助学生逐梦飞翔;更是融合教学与科研、推动教育创新、培养高素质教师的摇篮,推动教育事业高质量发展。

青教赛的奖状终究会蒙上岁月的尘埃,但那些在教学设计中顿悟的瞬间、在师生对话中收获的感动、在教育本质思考中的精神突围,早已融入血脉,成为支撑我走向三尺讲台的力量源泉。青教赛教会我最重要的一课:教学不是独奏,而是永远在路上的生命交响;教育者的幸福,就在于见证一个个灵魂破茧成蝶的永恒春天。

躬行研教相长路 深耕思政育新人

中国矿业大学 曾庆桃

(曾庆桃获2021年第十二届北京高校青年教师教学基本功比赛文科类三等奖)

教育是国之大计，思政课是立德树人的关键课程。2021年，我有幸在学校青年教师教学竞赛(青教赛)中获得一等奖，并被推荐到参加北京市青教赛。作为《中国近现代史纲要》的授课教师，历史早已融入我的血脉，而青教赛的舞台让我重新审视：如何让历史不再是课本上的铅字，而成为学生心中的灯塔？如何让思政课从“知识传递”升华为“价值引领”？这场比赛，既是对教学能力的锤炼，更是对教育初心的回望。

以史为纲：在历史经纬中锚定思政课的深度

思政课的本质是培根铸魂，而历史素材是涵养学生价值观的鲜活教材。在备赛过程中，我以“大历史观”为脉络，将课程内容融入历史叙事，实现“史论结合、以史育人”。一是历史案例的深度挖掘。例如，在讲授“全民族抗战”专题时，我选取了海外华侨参与抗战的历史案例，结合“南侨机工——白雪娇抗战家书”诵读，通过无数中华儿女的家国情怀引发学生情感共鸣。学生从“南侨机工抗战故事”“陈嘉庚为抗战奔走”等故事中，在中华民族面临生死存亡的紧要关头，海外华侨始终与祖国同呼吸、共命运，以各种方式支援祖国抗战。二是历史逻辑的课堂重构。例如，通过设计“新文化运动”环节，学生通过角色扮演体验青年学生的对救国思潮的选择，将历史事件转化为现实启示。引导学生从历史当事人的视角分析问题。这种教学方式不仅强化了知识内化，更培养了学生“以史为鉴”的思维习惯。三是历史使命的当代传承。在讲授以爱国主义为核心的伟大民族精神是中国人民抗日战争胜利的决定因素时，结合当前中国特色社会主义进入新时代，更需要团结海外华侨华人和归侨侨眷，发挥侨胞参与祖国现代化建设、促进祖国和平统一、推进中外人文交流，不断增强海内外中华儿女的凝聚力。

以新为径：在方法创新中拓展思政课的广度

思政课教学需突破传统模式，以创新思维回应时代之问。在青教赛的备赛与展示中，聚焦“内容新、方法新”，打造互动式课堂。首先，在内容上回应现实关切。在讲

授“资本--帝国主义的侵略”时，教学设计了“租界是资本-帝国主义侵略中国的‘桥头堡’”，引入了当前热门电影《八佰》中的四行仓库与租界，启发学生思考“为何一河之隔，一半天堂一半地狱？”，让学深刻认识到租界是西方列强干涉中国内、破坏中国革命，扶植反动势力，镇压中国人民革命的桥头堡。其次，在方法上强化主体参与。运用“红歌一起唱”教学模式。例如，“土地革命战争”教学环节，设计大家唱《毛主席和我们在一起》；“海外华侨支援祖国抗战”教学环节，设计大家唱《我的中国心》歌曲；“抗战胜利”教学环节，设计大家唱《黄河大合唱》，“解放战争胜利”教学环节，设计大家唱《没有共产党就没有新中国》歌曲。

以赛促教：在价值引领中升华思政课的高度

青教赛不仅是竞技舞台，更是教学反思与改进的契机。青教赛不仅是教学技能的比拼，更是育人初心的淬炼。备赛过程中，我系统反思思政课教师的角色定位：既要成为理论功底扎实的“经师”，更要成为涵养家国情怀的“人师”。第一，竞赛倒逼教学反思：从“经验依赖”到“精准设计”。在校赛的备赛过程中，有专家指出我过去的教学存在“重史实轻逻辑”的倾向。为此，我重新梳理课程框架，将“历史事件—历史规律—价值内核”作为三级目标，每个知识点均配备“历史镜鉴”“现实映射”“青年行动”三个维度。这种结构化设计使教学更具系统性和穿透力。第二，同行切磋：在比较中突破教学瓶颈。在赛前，我反复观摩历年青教赛获奖选手的比赛视频，比赛期间也通过直播平台认真观摩其他选手和其他学科的教学比赛，学习各位青教赛选手的教学专长和亮点，为以后自己在思政课教学中积攒经验。第三，价值升华：从“教学竞赛”到“育人实践”。青教赛的最高价值不在于奖项，而在于将竞赛经验反哺日常教学。例如，在“抗日战争”讲授中，我引入参赛时研发的“抗战家书情感分析”模块，让学生从字里行间感受抗战英雄的家国情怀。这种“以赛促教”的转化，使课堂教学真正实现了知识传授、能力培养与价值塑造的统一。

正如李大钊所言：“无限的‘过去’都以‘现在’为归宿，无限的‘未来’都以‘现在’为渊源。”这次青教赛的征程，让我深刻体会到，思政课教师不仅是知识的传播者，也是价值的引渡人。唯有以历史为根脉，以创新为羽翼，以育人为旨归，才能让思政课既承载“国之大者”，又贴近“青年之心”。比赛虽落幕久已，但教学的探索永无止境。未来，我将继续深耕思政课的沃土，让每一堂课都成为一场跨越时空的对话，让每一次讲授都化作点亮学生信仰的火种。

在青教赛的熔炉中追寻师道“三度”

中国农业大学 段 蕾

(段蕾获2021年第十二届北京高校青年教师教学基本功比赛文科类一等奖，
并获2023年第六届全国高校青年教师教学竞赛思政组一等奖)

当老师、教书育人，是我大学时代的梦想。很荣幸，在青教赛这个熔炉里，我得以更深层次地追寻师者的技艺与生命价值。当三尺讲台成为生命对话的场域，当育人使命化作毕生追寻的星辰，我深知：青教赛的淬炼早已超越普通赛事的意义。当北京市青年教师教学基本功比赛迎来三十周年，回望那些与星光相伴的备课长夜，那些淬炼成长的备赛瞬间，恰似星辰在记忆深处灼灼闪耀。青教赛于我，既是一场破茧成蝶的蜕变，更是教育生命拔节生长的修行之旅，让我深刻体悟：新时代的青年教师，当以“三度”为帆，在育人航程中破浪前行。

信仰如磐，铸就师道高度

在备战市赛的深夜，教育哲学家雅斯贝尔斯的箴言常萦绕耳畔：“教育是人的灵魂教育，而非理性知识的堆积。”我讲授的是落实立德树人根本任务的关键课程——思政课，为此我始终将“为谁培养人”的命题作为教学设计的元问题。讲台上，始终铭记钱三强先生“人生矢量论”的比喻：业务能力决定矢量的长度，而正确的价值观决定矢量的方向。思政课正是要校准青年人生矢量的航向。为了让正确价值观的意义具象化，我构建了“三维锚定”法：在历史纵轴上梳理精神谱系，在现实横轴上寻找当代映照，在个体坐标上触发价值共鸣。从泛黄的《醒农》杂志里解读早期共产党人的觉醒密码，在斑驳的南泥湾犁铧上触摸自力更生的精神纹路，从为改天治碱的奔波中体悟老一辈学者为民造福情怀的温度，这些备赛中反复淬炼的教学案例，让红色基因不再是悬浮的概念，而是化作可触可感的生命叙事。当学生看到老一辈科学家用脚步丈量盐碱地时，恍然顿悟“科研报国”的厚重底色。

这种教学境界的升华，源于青教赛对“为谁培养人”的持续叩问。青教赛的讲台教会我：思政教师的信仰高度，既体现在对马克思主义原理的学理穿透，更彰显于将真理转化为学生人生导航的实践智慧。那些在备赛中反复打磨的“教学三问”——是否能让学生眼中泛起光芒？是否在心灵深处引发回响？是否在行动维度产生推力？如



北京市青年教师教学基本功大赛



北京高校青年教师教学基本功大赛

今已成为我每堂课的精神绳尺。

科研赋能,深挖教学深度

青教赛的备赛历程,堪称一场教学学术化的深度修行。为构建“有筋骨、有血肉、有温度”的思政课堂,我“以科研精神深耕教学”,将BOPPPS模型与思政课程有机融合,创新提出:“POWER”教学模式:Preview(问题锚定)-Organize(知识建构)-Witness(历史见证)-Explore(现实观照)-Reflect(价值升华)。这种“教学学术化”的探索,让我的课堂既具理论锐度又富人文温度。

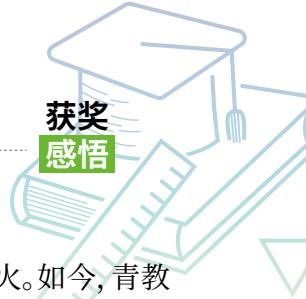
比如在讲授五四运动史的时候,我摒弃线性叙事,改用“思想地图”教学法:以《新青年》编辑部为原点,用思维导图呈现思想流派的交锋轨迹。当学生发现陈独秀与胡适在思想网络中既联结又分离时,让《中国近现代史纲要》课堂成为充满张力的思维实验场。这种方法还激发了学生对历史事件背后深层次原因的兴趣和思考,学生们表示这种互动性强的教学方式让他们更加深刻地理解了那段波澜壮阔的历史,以及它对我们今天生活的深远影响。此外,那些“笨功夫”带来的蜕变同样深刻:仅仅为打磨一个不到2分钟的课程导入,我查阅23部文献,请教5位名师,历经17次迭代。这种精益求精的治学态度,让学生感慨:“老师把学术严谨性带进了课堂。”

以心传心,传递教育温度

备赛期间,我多次重读钱穆《国史大纲》,一遍遍体悟“对历史温情与敬意”的真谛——教育不是冰冷的复述,而是搭建贯通古今的桥梁,是让历史照进现实,让知识温润心灵。为此,在改革开放史教学中,我带着学生对比1978年小岗村血手印与2023年“千万工程”实景图,在时空对话中感悟改革伟力。当学生发现乡村振兴战略中的“文化密码”时,眼中的光芒印证了教育的真谛——用心灵唤醒心灵。

这种教育温度的传递,在师生共写教学叙事中尤为动人。记得一个冬日下课后,有个学生塞给我一个纸条,上面写着:青年周恩来“面壁十年图破壁”的誓言,让我重新审视“精致利己”的狭隘。这些闪耀的思想火花,正是教育叙事最动人的篇章。青教赛教会我:真正的教学艺术,是在知识传授中编织情感纽带,在价值引领中构筑精神家园。

站在三十周年的历史节点回望,青教赛早已超越竞技的范畴,成为北京青年教师的精神图腾。那些前辈倾囊相授的深夜研讨,同事相互扶持的温暖瞬间,专家鞭辟入里的精准点拨,共同铸就了首都教育界的薪火相传。青教赛虽已落幕,但那些备赛



中的顿悟、磨课中的智慧、反思中的情怀，早已化作教育生命的永恒星火。如今，青教赛馈赠的“三度”育人智慧，已内化为我的教育基因，让我懂得：真正的师者，当以信仰高度引领方向，以学术深度夯实根基，以人文温度润泽心灵，用“三度”之光照亮青年学子成长之路。

潜下心来教书，静下心来育人

北方工业大学 王莉娜

(王莉娜获2023年第十三届北京高校青年教师教学基本功比赛文科类一等奖)

我是来自北方工业大学经管学院的一名普通教师，王莉娜。与很多老师“前半段读书、后半段教书”相比，我的经历稍微有一点儿曲折。09年研究生毕业后，我在商业银行工作6年，16年才又回到学校攻读博士学位，19年有幸进入我校成为一名教师。5年来学校、学院和系里给与了我很多帮助，加上自己的努力实践，在教书育人方面，有了一点儿体会，在此与大家分享。

潜下心来教书

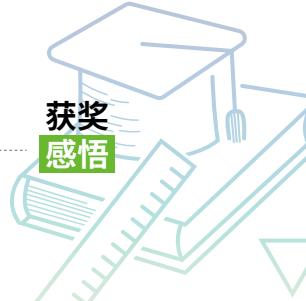
犹记得第一学期第一次登上讲台前的忐忑。我从一个礼拜之前就开始焦虑，自己从未给别人上过课，能从容地推开教室门走进去吗？表情、站姿能达到教师的规范吗？对课堂的设计合理吗？能够在课堂时间内讲完要讲的内容吗？与学生的互动能够很好的完成吗？拖堂会引起学生反感吗？……我焦虑的东西真的很多很多。

纠结无益，还是行动吧。我沉下心来，认真地将教案从头到尾梳理一遍，重新思考每一个授课环节，一遍一遍地站在镜前进行演练，打磨自己的表情、动作、和语言。同样身为教师的爱人甚至嘲笑我“不至于吧，不就是一次讲课吗……”我说：“至于。想到全班80多位同学，带着对知识的憧憬和大学的向往来到学校，来到课堂。面对这么多双渴望的眼睛，我无论怎么准备都不为过。”功夫不负有心人，付出总会有回报。第一学期期中学评教，同学们给我打出了全院第一的分数。

在学校、学院和系里的大力支持下，我还参加了青年教师基本功比赛。去年，我获得了北京高校第十三届青教赛文科类B组一等奖；2024年，我又获得了第四届北京高校教师教学创新大赛二等奖、第五届“匠心筑梦 领航未来”全国高校教师技能创新大赛一等奖。

静下心来育人

我的读书生涯中遇到了许许多多优秀的老师，师恩一直铭记在心。我自己当老师的5年时间里，完整地带了一届金融20-2班的学生，今年6月份刚把他们送走。值得自豪的是，其中1名被保送到北京师范大学，并获得北京市优秀毕业生称号；1名被保



送到中南财经政法大学。

总结我带学生的经验和教训，主要有两点：一是注重思想品德，自己用真心对待学生；二是注重平等交流，始终做学生的朋友。下面举几个例子。

学生代瀛杰，因身体不好未上高中，凭自学考入大学。新生入学后不久，该生就陆续出现了晕倒在地铁站、教室、宿舍等情况。作为班导师，我与学院一起，多次与其父母见面沟通学生病情，根据学生身体情况制定学习计划，让其既能兼顾身体又能保证学习。平时，只要学生能正常来校上课，我都尽量与其多谈心，了解学生身体状况和学习情况，帮助其解决学习和生活中的难题。大学4年，学生因心脏、眼睛等多次住院，有时恰逢期末考试，我一方面协助其安排考试事宜，一方面带领班委到院探望，使学生感受到学校和班级的温暖。毕业离校时，学生到我办公室告别，一句“谢谢王老师”，让我们师生都彼此动容。

学生李浩东，承担了金融20-2班的班长职务。结合他性格外向、善于与人交往的特点，我鼓励他在抓好学习的基础上，多参加校内外实践活动。最终，李浩东获首都部分高校国防人防大赛第一名、北京市全民国防知识技能竞赛第五名，获国家奖学金、北京市三好学生、学校五四青年奖章等荣誉，省部级以上十余项奖项，发表SCI等多篇学术论文。获评服贸会“优秀志愿者”，被推免到北京师范大学。前几天，他悄悄地发微信告知我，“老师，我之后在王桥院士的团队了。”

学生潘文诜，对京津冀协同发展感兴趣。本科论文选题的时候，我协助她选择了“京津冀金融发展”这一题目。她研究起来特别有动力，还同时使用宏观数据和微观数据进行两重实证分析。最终，她的论文获得北方工大优秀本科毕业论文，学生也被保送至北京工业大学。暑假前，她也发微信告知我：“老师，我从北京工大毕业了，后面会去对外经贸攻读博士。感谢老师对我的科研启蒙。”

曾经，我未曾想过自己会成为一名老师；如今，我深深地感受到老师是最幸福的职业。学生的成绩和肯定就是一名老师最高的荣耀。曾经，我深受师恩才成长至今；如今，我愿秉承师恩，继续传承，用爱心、耐心、热心指引学生们前行。



北京高校青年教师教学基本功大赛

北京高校青年教师教学基本功比赛工科类决赛

以赛促教守初心，深耕课堂育新人

北京农学院 任俊达

(任俊达获2023年第十三届北京高校青年教师教学基本功比赛工科类一等奖)

2023年对我来说,注定是极不平凡的一年。作为一名高校青年教师,我有幸代表学校参加了北京高校第十三届青年教师教学基本功比赛。经过将近一年的全力备战,在2023年10月12日下午于北方工业大学登上了现场展示的舞台,并完成了教学反思。最终,在比赛中获得了包括工科类B组一等奖、最佳教案奖、最佳现场展示奖、最受学生欢迎奖、最佳教学回顾奖在内的全部单项奖,我的指导教师也获得了优秀指导教师奖。这段经历不仅是对教学能力的检验,更是一次自我突破与成长的旅程。回顾备赛、参赛的全过程,我深刻体会到“教学是一门艺术,更是一场永无止境的修行”。

以“匠心”打磨课程:从知识传授到价值引领

比赛要求教师在20分钟内完整呈现一堂课的精华,这对教学设计的逻辑性、创新性和感染力提出了极高要求。备赛阶段,我反复思考:如何让教学内容既有理论深度又贴近学生需求?如何将课程思政“润物无声”地融入专业课堂?以我的参赛课程《农业植物病理学》为例,课程主要讲授农作物病害发生、发展规律及其防治原理和方法,主要任务是学习农作物病害发生、发展规律,掌握病害的变化动态,预防新病害的发生与危害,同时密切结合生产实际,学习应用植物病害的综合防治措施。通过该门课程的学习培养学生解决生产实际问题的能力,并能深化学生基础理论、基本知识和基本操作技能。从而培养学生热爱专业、独立思考、独立完成工作的能力。教学设计中我以问题为导向,以服务生产实践为目标,采用多维互动式教学,改变传统“物化”为“人化”让学生真正作为教育主体站在与教育者对等的位置上,充分发挥主体作用,达到变被动学习为主动学习的效果。课程充分考虑思政元素与教学目标和知识点有机结合,多角度深入挖掘思政元素,包括重大历史事件、时事政治、学科进展、国家涉农政策、文件和法律法规、优秀事迹以及生活中有趣的植物保护学现象等。

以“创新”激活课堂:技术赋能与教学艺术的融合



此次比赛让我深刻感受到现代教育技术对课堂教学的革新作用。在教学设计中,我尝试将虚拟仿真实验、雨课堂等工具融入教学,及时收集学生反馈,动态调整授课节奏。现代化教学工具(视频、多媒体课件等)与传统教学工具(标本教具、板书等)的结合,为学生提供了快速学习和掌握知识的路径。这些技术手段不仅提升了课堂互动性,也让复杂知识更直观易懂。但我也意识到,技术始终是“手段”而非“目的”。我们也更加注重课程的“精神内核”,将OBE教学理念与BOPPPS教学模式有机融合。突出强调“以学生为中心”,并将教学过程创新为前测、导入、目标、参与式学习、后测、总结6个步骤。将病害诊断过程模拟为福尔摩斯探案,深化探究式教学模式,增强趣味。增设前测和后测小游戏环节,探索游戏式教学模式,调动课堂气氛的同时检验知识掌握情况。同时,善于利用互动弹幕、名人字画、病害防治绕口令、动漫形象、诗词歌赋、二维码等新颖方式吸引学生注意力。注重积累校园和身边的病害案例,拉近与学生的距离。

以“反思”叩问初心:比赛之外的成长启示

团队力量是坚实的后盾。备赛过程中,校工会邀请了多位专家为我们进行打磨。学院也组织了“专家课堂”系列活动,邀请了多位教学名师从教学内容重构到教姿教态调整,给予我全方位指导。一次次的模拟授课、细节打磨,甚至是一个手势、一句过渡语的反复推敲,都让我体会到“好课多磨”的真谛。这份荣誉的背后,凝聚着团队的智慧与付出。

教学比赛是起点而非终点。通过与其他高校优秀教师的同台竞技,我既看到了自身特色(如课程思政融合能力、真正以问题为导向进行教学设计等),也发现了不足:例如对学情差异的关注度不足、高阶思维训练环节的设计仍需加强、情绪感染能力还有待提高,这些反思为我的教学改进指明了方向。

回归育人本质方能行稳致远。在日常教学中,每当讲到教学比赛中的授课内容,学生的抬头率明显提高。这也让我深刻意识到,比获奖更重要的是如何将比赛积累的经验反哺日常教学。如今,我正尝试将比赛中的经验和思路引入常规课堂,鼓励学生从被动听讲转向主动探究,让“以赛促教”真正落地生根。

最后,衷心感谢北京高校青年教师教学基本功比赛这一赛事,作为一个“过来人”,深切体会到这是一个完全公平、公正、公开的比赛,给热爱教学的老师们一个展示自己的舞台。值此青教赛创办三十周年之际,衷心祝愿这一比赛越办越好。也衷心



北京师范大学教育学部高教所



北京师范大学教育学部高教所

感谢学校、学院搭建的成长平台，感谢校工会的大力支持，感谢导师的倾囊相授，感谢同事们的无私帮助。未来，我将以此次比赛为新的起点，继续深耕三尺讲台。做“学习型”教师：持续更新教育理念、主动探索AI赋能、跨学科融合等教学新范式；做“研究型”教师：将教学实践转化为教研成果，破解“痛点问题”；做“有情怀”的教师：以专业知识传递真理，以人格魅力浸润心灵，助力学生成长为“立大志、明大德、担大任”的时代新人。教学之路，道阻且长，唯有热爱，可抵岁月漫长。愿与所有教育同行者共勉，在平凡的岗位上书写不平凡的教育人生！

协同配合，讲好故事

首都师范大学 郭政

(郭政获2023年第二届北京高校管理岗位青年教职工职业能力竞赛一等奖)

在本届比赛中,我与谷雨、果昊组队,在第二届青管赛中获得一等奖。我们的组合名字,取了我们三位的姓氏,叫做“果郭谷”组合,又称“鸡叫组合”,因为拉长音就像公鸡打鸣,我们自己戏称希望能如名字一样,一鸣惊人。

去年8月底,我得知要代表学校参加青管赛,在接到付老师的电话那一刻开始,我还在回北京的高铁上,就已经开始想我应该怎样架构整个方案的思路,应该寻找什么样的队友。这次比赛的题目是设计“首都大学”育人工作体系2024年度工作计划并制定其中两个特色项目的具体工作方案。经过与付老师多次汇报沟通,领导非常支持我的想法,上个学期开学期前,我们的队伍就组建起来,基本的思路也框定了。

在备赛、比赛和总结过程中,我有三个比较突出的体会。我想用三句“不仅...更是...”来概括。

第一句:我们不仅是工作组,更是学习组。

第二句:我们不仅是“三人行”,更有“人从众”。

第三句:我们不仅有“好项目”,更有“好故事”。

我分别谈谈感想。

首先,不仅是“工作组”,更是“学习组”。

如果说是工作组,我们三个应该是“超长业余工作组”,我们基本上都是在本职工作以外的时间来筹备比赛。我们经常线上线下召开“午餐午休工作会”“下班研讨会”“深夜头脑风暴会”等等。下班后的会一开就到半夜。在头脑风暴、思想碰撞之间,时间不知不觉就过去了,真理也越辩越明。

因为今年的题目是聚焦高校育人工作,这是高校的核心工作。我们最初虽然形成了自认为比较有创新点的方案,但总体显得比较单薄,主要问题是理论背书不够充分,这也从一个侧面反映出我们在学习高校育人的重要理论、政策方面的不足。于是,我们的工作组变成学习小组,每周两次进行集体学习,与思政专业老师、马院博士、硕士共同讨论,将立德树人、三全育人、五育并举和为谁培养人、培养什么人、怎



么培养人等等育人问题的底层逻辑进行细致、全面梳理，加强理论根基，让我们的方案逻辑更通畅、更有针对性和说服力。

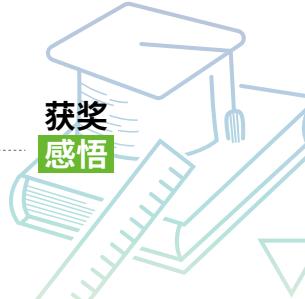
然后，不仅是“三人行”，更是“人从众”。

三人行，必有我师。我们三位学科背景各不相同。我工作年限更长，从工作经验出发，主要把握整体思路、方向和创新点。谷雨有语言学、音韵学的学科背景，所以从遣词造句、行文规范、演讲音韵上做出了很大的贡献，果昊是古代汉语的学科背景，所以在语言文字表达的意蕴方面有专长，让我们项目中的每一种创新表达，都很精准且充满丰富的文化底蕴和内涵。比如她把首都大学的育人生态以校名藏头，提出“首善知行、都荣成兹、大智达慧、学于大同”，细品起来非常彰显功力。总之，三人行，我们互相扬长避短、取长补短，力求完成一份用情、用心、用功的能够尽可能接近完美的材料。

当然三人行的同时，更是人从众的支持和帮助。每一版过程性材料校工会的付主席、冯主席、安主席都认真审阅，给我们提出非常中肯的改进意见，诗朦老师、戴宁老师陪我们练习、参赛。付主席还邀请孙建部长、延敏部长、云云处长、栗睿主任等领导老师多次现场指导，还有齐成龙部长、邓衍雷老师、张志杰老师等也为我们提供了很多必要指导和关键资料。所以，我们能取得比较不错的成绩，得益于学校一直以来“聚力攀登”精神内核下形成的群情激昂、团结一致的“人从众”干事创业模式。

最后，不仅是“好展示”，更是“好故事”。

我们最终汇报的总体方案叫作《在立德树人的田字格上书写栋梁》，两个特色项目方案分别是《在“大思政”视野下开辟三全育人的新航道》和《打造通识课里的中国》。总体方案聚焦首都“四个中心”建设的根本需求和优势资源，在四种育人策略的综合施策下，形成具有学校特色的四维育人生态，培养四优人才，精准服务首都“四个中心”建设，形成育人闭环。而三全育人的新航道，就是打造第一护航机制、第一领航队伍和第一引航阵地三位一体的全过程、全员、全方位的育人系统，创新开展大学生思想政治教育。而通识课里的中国，则是通过建设“中国大通识课”课程群，将通识教育与中华优秀传统文化、中国具体实际相结合，培养具有家国情怀、中国底色的优秀人才。我们的这些想法和提法，从未出现在各类文献资料或者互联网上，可以说是有一定的创新性的，所以在完善和呈现这些想法的时候，我们非常的兴奋和激动，加之一直以来“强调视觉呈现”的理念，我们自信地认为我们最终的汇报是五十多个汇



报中的“好展示”之一。

但这个“好展示”的基础，是一个又一个“好故事”，是一代又一代咱们首都师大人书写下的那些好故事。四维育人生态、四优人才等概念的提出，源于多年来团学系统一脉相承的育人信条——“一切为了学生、为了学生一切、为了一切学生”；第一领航队伍、第一引航阵地的提出，分别源于学校“第一班主任”和“五育并举实践基地”等成熟工作案例；“中国大通识课”课程群建设方案的思路是受到了外国语学院“双文化导向”的复合型外语人才培养理念的启发。可以说，每一个首师好故事讲起来都好听，讲起来都给力。正是因为有了这么多好故事，才能成就我们自诩的“好展示”。不仅仅是这次比赛，未来我们也愿意成为“首师好故事”的讲述者和宣传员，让更多人了解、认识、走进这所充满活力又不断向上攀登的首都师大。



北京高校青年管理干部学院

北京高校管理岗位青年教职工职业能力竞赛

破茧突围 向光而行

中央财经大学 李营

(李营获2023年第二届北京高校管理岗位青年教职工职业能力竞赛二等奖)

非常有幸参加了北京高校第二届管理岗位青年教职工职业能力竞赛。随着比赛的落幕,我们各自回到自己的岗位上继续埋头苦干,但是回想起来仍旧是满是精彩,一段很“难”过、很充实又很昂扬的日子。

“不试试怎么知道自己不行?”——走出舒适区的勇气

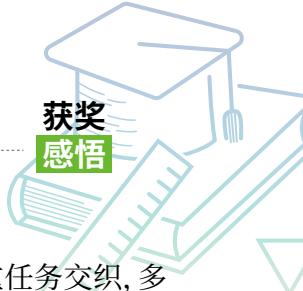
站在比赛起点,心情复杂。忐忑么,离开学生生涯,日复一日的行政事务让生活成为两点一线的循环,远离竞技比拼已久,不确定自己能不能找回状态,更担忧代表学校的压力难以承受;焦虑么,在有限的时间内,在繁重本职工作和备赛的压力之间如何取得平衡;期待么,如此难得的机会,走出学校,认真检视自己,与顶尖高校同行对话,向专家大师请教学习,挖掘潜力,拓宽视野,值得一搏。不能只在自己的舒适区里游刃有余,是时候给自己的职业生涯按下一次刷新键了,不试一试怎么知道自己不行呢?不闯一闯明天的自己一定会后悔。

“要跳出教育看教育。”——思维破壁的三重跃迁

作为一名高校青年管理干部,我们常常埋头于琐碎工作,被六尺见方的办公桌困住了脚步,有时忘了要抬头看路、仰头看天。来到更广阔的视野里,发现过去的思维太过于局限了,思想的高度决定了看问题的角度,决定了设计方案的深度。要跳出岗位看事业,跳出学校看育人,跳出教育看教育,从初期考虑思政育人、文化育人,到培养拔尖创新人才,到服务社会,服务高质量发展战略目标,对“教育、科技、人才是国家发展的基础性、战略性支撑”的理解深刻再深刻,真切感受到理论之光给予思想之芒照亮实践之途。

“每个人都可以是全能选手……”——全能选手进化论

单一的专业能力是远远不够的。看似“方案撰写+展示汇报+回顾总结”的竞赛模式简直就是高校青年管理干部的日常,再简单不过,但却考察了思维全局性、逻辑系统性,问题解决、创造创新、团队协作、组织协调、资源整合等综合能力,同时也是对每个选手自我时间管理和抗压能力的考验,这大概也是组委会埋设的深层命题。不



过比赛毕竟是模拟，实际上我们面临的情景和问题往往更加复杂，多重任务交织，多种身份和角色切换。这样一场场比赛是重新认识自己的过程，我们每个人都可以是全能选手，实现“专业深度+多元广度”的动态平衡，构筑成个人发展提升的“护城河”，也成为推动学校事业发展、建设教育强国的“加速器”。

“你不是一个人在战斗！”——三人成峰的团队哲学

无数个挑灯作战的夜晚，每一个濒临放弃的时刻，你都能够坚定地坚持下去，精益求精，那是因为你知道，你不是一个人在战斗！我们都来自不同单位、不同背景，思维方式和工作风格迥异，但在短时间内，我们需要磨合彼此的思路，找到最佳的解决方案，实现同频共振。我们有过很多的意见不统一，会为一段文字的表达争论不休，会情绪上涌而置气，但同时我们也为了团队共同目标学会接纳，会在队友遇到困难时的时候积极补位，会在头脑风暴出好点子的时候击掌欢呼，相互鼓励支撑。真正的团队协作不是消除差异，而是让不同的光谱能量汇聚成虹。我想我知道为什么要求三人组队了，大概是因为“三足鼎立”，三个人就是最稳定最坚强的组合，互为彼此最强大的支撑和后盾。

“强国建设，矢志不渝”——向光而行的新坐标

沉甸甸的证书，与伙伴们激烈讨论和鼓励的微信消息，标注着名字缩写和日期的文档，推翻又重来的PPT和道具设计，都是对那段“精彩”的留念，也都化作前行路上的指引。以赛促研，以赛促干，这次的比赛带给我们职业能力的跃升，更帮助我们确立了新的成长坐标。作为一名教育工作者的价值从不在于处理了多少文件，而在于我们能否以战略眼光参与祖国的宏大叙事。我们会牢记习近平总书记“练就过硬本领，发扬担当和斗争精神”的要求，肩负“立德树人 财经报国”的使命担当，更加主动作为、开拓进取，为高等教育事业的发展贡献应有力量，强国建设，矢志不渝！



感恩同行 共赴卓越

首都体育学院 司惠楠

(司惠楠获2023年第二届北京高校管理岗位青年教职工职业能力竞赛二等奖)

2023年10月,在郑维书记的带领下,我有幸与王荣波队长、郑晓霞队友一起代表学校参加了北京市第二届青年教师管理岗比赛,我们共同奋战,最终斩获北京市二等奖。这份荣誉不仅是对我们努力的肯定,更是一段珍贵的成长记忆。回首备赛的日日夜夜,心中满是感激与感慨。

团队协作,凝心聚力

整个备赛过程中,团队的力量成为我们最坚实的后盾。在郑维书记和王荣波队长丰富的经验和卓越的领导能力下,我们团队各成员经过协商和讨论,制定了科学合理的分工和备赛计划。从资料收集、整理和分析,到材料撰写和ppt制作,我们携手跨过一个又一个难关。记得在方案设计阶段,我们对如何突出学校的“体医工”融合特色感到困惑,王荣波队长组织我们进行头脑风暴,大家各抒己见,从不同角度提出了许多创新的想法。每一次的讨论,我们都坦诚相待,毫无保留地分享自己的想法和经验。遇到分歧时,我们以理服人,共同寻找最佳解决方案。这种良好的沟通氛围,不仅提高了我们的工作效率,也让我们之间的关系更加紧密。借此机会我也要再次感谢我们的指导老师郑维书记、队长王荣波老师和队友郑晓霞老师,这份荣誉,属于我们团队的每一个人。

个人成长,收获蜕变

对我个人而言,这次比赛让我在专业能力和综合素质方面都得到了极大的提升。通过收集资料和学习,我更深入得了解了学校的育人理念和“体医工”融合发展战略,对学校的办学特色和育人目标有了更深刻的理解。在准备比赛的过程中,我还锻炼了自己的抗压能力和应变能力。面对高强度的备赛压力,我学会了如何调整心态,保持积极乐观的态度。在比赛现场,面对评委和镜头,我能够冷静应对,展示自己的观点和内容。这些经历让我更加自信,也让我明白了只有不断挑战自我,才能不断成长。

展望未来:砥砺前行



这份荣誉的取得,离不开学校领导的关心和支持。学校为我们提供了良好的备赛环境和丰富的资源支持。在备赛过程中,学校邀请了多位专家为我们进行指导,帮助我们解决了许多实际问题。学校领导还多次关心我们的备赛情况,鼓励我们放下包袱,轻装上阵。这种关怀和支持,让我们感受到了学校大家庭的温暖,也让我们有了更多的信心和动力。在此我要感谢帮助过我们的每一个老师,马岩老师、茹秀英老师、刘海元老师、侯方老师、邱丽玲老师等等。他们对我们的方案从选题的确定到方案的完善,从答辩技巧的培训到心态的调整,都给予了细致的指导和修改,他们的专业素养和敬业精神,深深地感染了我,也为我树立了榜样。

总之,通过这次比赛的经历,让我深刻认识到,作为一名青年教师,我们肩负着培养社会主义建设者和接班人的重任。在未来的工作中,我将继续秉持学校育人理念,努力将比赛中的经验和收获转化为实际行动,为学校的发展和学生的成长贡献自己的力量。这份荣誉将激励我在今后的工作中更加努力,不断追求卓越。



北京高校青年教师教学基本功大赛

北京高校青年教师教学基本功比赛工科组能力竞赛

我心中的教学、教育、教育家精神

中国农业大学 程楠

(程楠获2023年第十三届北京高校青年教师教学基本功比赛工科类一等奖第一名，并获2024年第七届全国高校青年教师教学竞赛工科组一等奖)

我是食品科学与营养工程学院的青年教师程楠，能够在喜迎第四个教师节这样一个重要的日子暨“立德树人”这样一个盛大的论坛上发言，我感到非常荣幸，也非常激动！

我是中国农大培养长大的孩子，从硕士、博士、博士后的学生时代，到青年教师的职业生涯，以及结婚生子等人生大事，一切都发生在这片土地上。这就是我的学校，这里都是我的老师、我的学生、我的亲人！所以，我想用我的青春去建设、去传承、去守护。这份感情很朴素却很浓烈，包括但不限于对学校和学院的感谢、对师长和前辈的崇拜、对学生的关切和承诺，此外还有很多千丝万缕的感情我始终表达不出，一直模糊的保留在心中。

直到一周前，我参加完第七届全国高校青年教师教学竞赛，在巨大的备赛压力得以释放之后，学校工会组织食品学院和我所在团队，进行了系统的赛事复盘。我突然发现，自己有了很多新的收获和感悟，学到的教学理论和教育观点，让我心中模糊的感受逐渐变得清晰、明朗。这似乎就是我一直在追寻的答案！非常荣幸，能够借着这个机会，也把这些学习心得和体会向各位领导、老师进行一个汇报：

其一，我学到了“教学是一场渡人渡己的修行”。

“教学”是一个非常复杂的过程，是教育理念、教学方法、教学设计、教学展示、教学技巧、教学手段等多维因素的综合呈现，所以“教学”也是我从一名只需要搞科研的“博士后”到一名“青年教师”的身份转变和身份认同过程中，所面临的最大挑战！

此时，教师发展中心组织的培训和各种能力提升活动，给了我很大帮助，让我知道教学要从知识与技能、过程与方法、情感态度价值观三个维度去思考和设计，也让我知道设计的关键是从学情出发，把握学生的思维角度、关注学生的思想内核、共情学生的情感体验，与学生一起在“教学相长”中向更高层次迈进。这套理念被教师发



展中心凝练为铿锵有力的八个字,叫做“学为中心、关注成长”。它不仅写进了我的比赛教案,也深刻的影响着我所有的教学工作,这是我对“教学渡人渡己”的初体验。

而后,在校团委挂职两年,更学到了很多“从学生需求出发”的思考方式和工作态度。不久之后,本科生院在全校开展了核心通识课《沟通与写作》的教师招募,在一系列的考察遴选之后,我很幸运地成为了首批教学团队的一员。在教学实践过程中,我强烈地感受到“主题式、小班制、强互动”的教学模式对学生成长发展有很大意义。同学们经过系统性学习之后,表达会更为流畅自信、思维会更加逻辑缜密、书写会更为规范有章法。同时,我也收到了一些同学们的好评和鼓励,尤其评教分数居然获得了去年秋季核心通识课的全校第一名,这些来自学生的正反馈是一切的基石,也是我对“教学渡人渡己”的第二次体验!

接下来,工会组织的青教赛拉开帷幕。校赛20个教学片段的准备,非常具有挑战性!但事实证明,没有这样的高标准、严要求,我也很难迅速完成从“听好一门课”的“学生”到“上好一门课”的“老师”的角色转变。而后来市赛和国赛的两年备赛,更像完成了一场破茧成蝶的洗礼。在这里,我要特别感谢工会的各位领导、老师和食品学院的党政领导,以及所有给我悉心指导的老师们、前辈们,没有他们的全力支持、备赛保障和专业意见,就没有我对“教学渡人渡己”的更深刻体会!

今天的论坛,也来了有很多刚刚入职的青年老师,以上这些心路历程与大家共勉!

其二,我还学到了“教育是一项点亮生命的事业”。

教学只是教育过程中的一个具体环节,而教育是一种全面的、终身的、影响广泛而深远的培养。我的这一领悟,与我的研究生导师、也是我的青教赛教练——罗云波教授密不可分。“师者,所以传道授业解惑也”,通过他的悉心指导,我精进了专业知识和教学技能,也在他的家国情怀熏陶下,我渐渐理解了教育是一项“用生命点亮生命的事业”!

罗老师虽然已经退休,但他对教育事业的热情丝毫未减。备赛期间,仍然不辞辛苦的为我修改讲稿、不厌其烦的指导试讲,一丝不苟的推敲每一个细节,并写下了“食品安全是对每一个人生命健康的重要保障,也是我国最基本的民生战场”“想要将食品安全问题消灭于萌芽,让未雨绸缪代替亡羊补牢,那就离不开食品人的专业守护”;还有“安全的食品不是检测出来的,而是生产出来的”等等众多脍炙人口、增强



北京师范大学建校30周年纪念册

专业认同感的金句。他总说，“为谁培养人、培养什么人、怎样培养人”始终是教育的根本问题。我知道，这不仅仅是比赛的课程思政，更是资深老师帮助青年老师凝练育人思想、启迪新一代学生的事业传承！

今天的论坛，也有很多像罗老师一样的师长、前辈，我谨代表您的学生向各位老师们致敬并道一声“感谢”！

其三，我还学到了“教育家是一种薪火相传的精神”。

就在青教赛国赛的颁奖典礼上，丁文江院士送了我一块仿制西汉的古铜镜。这块镜子承载了他青年时期的研究课题和老先生们对他的殷殷嘱托。他以镜子为寄托，希望青年教师也能将老先生们的教育家精神延续下去。

收到院士的礼物让我非常激动，同时也从院士的祝语感受到沉甸甸的责任和使命！未来，我将努力以老师们、前辈们为镜，时时提醒自己、事事鞭策自己，将教育视为生命中最神圣的使命，将教育家精神传承下去。希望有一天也能成为教育家型的好老师，成为学生心目中的“镜子”！

虽然不是每一个教育工作者都能成为教育家，但却都需要有教育家精神。习近平总书记提出并深刻阐述的教育家精神，涉及了理想信念、道德情操、育人智慧、躬耕态度、仁爱之心、弘道追求六个方面，不仅蕴含着“因材施教”“不愤不启，不悱不发”“德高为师，身正为范”等传统教育智慧，也融入了“心有大我、至诚报国”等新的时代特质，为我们成长为更优秀的教师提供了遵循。

在这个“人民教师，无上光荣”的伟大时代，我们一定努力绽放出我们“为党育人、为国育才”“躬耕教坛、强国有我”的光芒，为教育的星空增添更多的璀璨星辰！

我与北京高校青年教师教学基本功比赛

北京理工大学 龚绍文

(龚绍文曾担任北京高校青年教师教学基本功比赛第一届-第四届的评委，其中第二届担任工科评委组组长，第三、四届担任理工评委组组长)

从1995年北京市教育工会主办北京高校青年教师教学基本功比赛至今，已过去30年。我荣幸担任此赛事第一到第四届的评委，第二届工科评委组组长及第三、四届理工评委组组长，回顾前四届赛事情况，分享参与评委和青年教师培养工作的感受与体会付诸笔端，供大家参考。

历史背景和先导活动：板书比赛

上个世纪90年代中期(1994年底至1995年初)，北京高校课堂教学秩序有些混乱、教学质量有些滑坡，各方都在积极寻求改善之法，如北京市教委高教局就组织了专家开展了北京地区高校课堂教学调查(本人就是调查组成员之一)。此时，北京各高校工会也不满足只做一些“职工福利”方面的工作，尝试创新做一些配合学校中心工作的事情。而课堂教学就是学校的中心工作之一，于是有人想到用板书比赛的方式来促进这个工作。北京理工大学就这么做了，而且效果不错，获得了青年教师与学院教学院长们的认可。其它学校如北京师范大学等也有类似的做法。市教工得知后，决定在全市高校进行更贴近课堂实际的“讲课比赛”。赛事规则为：各校按每1000名在编教职工推1名选手，选手提交1课时教案并现场讲授20分钟，由评委打分。定名为“北京高校青年教师教学基本功比赛”。当时市教工主席为刘祚屏，主管该事的副主席是杜自中，领导强调赛事旨在“配合学校中心工作，激发青年教师教学积极性，提升北京高校课堂教学水平”。

第一届(1995年11月)

地点在北京师范大学，参赛学校约34所、选手约68名，比赛分理科和文科两个组。理科组选手约45名。我是理科评委组的成员，组长是清华大学的一位数学教授(名字记不清了)。首届比赛各校高度重视，观赛领导与同行众多，赛事紧张有序。

当时教学手段相对单一，多数选手都只使用黑板辅助教学。然而，北京邮电大学纪越峰老师独树一帜，使用了计算机辅助教学。由于比赛场地(即北师大的教室)

没有投影屏幕,他只能借助台式计算机的小屏幕进行讲解,授课内容是关于光纤通信。这种新颖的教学手段令评委耳目一新,加上其他方面也有出色表现,最终获得了理科组一等奖的第一名。

这一创新举措虽属个别现象,但其示范效应显著,从后续比赛中使用多媒体教学手段的选手越来越多即可看出。

(注:首届参赛人数和学校数是估算值,是依据2004年出版的《站在大学讲台上——北京高校第四届青年教师教学基本功比赛教案选编》附录中的获奖名单推算得出的。)

第二届(1998年11月21日、22日、28日、29日)

地点仍在北京师范大学,参赛学校55所、选手95名,比赛分文科、理科、工科、和外语四个组进行。本人任工科评委组组长,成员有清华大学薛克宗、北京科技大学罗圣国、北京交通大学张世演、北京化工大学张常群、北京工业大学汪庆宝等教授。本届约1/3选手使用了多媒体教学手段。

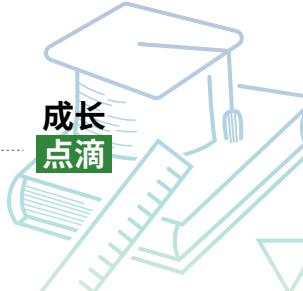
第三届(2000年11月25日、26日,12月2日)

地点在北方交通大学,参赛学校45所、选手96名,比赛分文史与理工两个组进行,两组又分A组(所谓重点高校的选手)与B组(所谓非重点高校的)。本届理工组评委共10人,本人任组长,成员包括清华大学的薛克宗、北京大学医学部的于英心、北京化工大学的张常群等教授(其余成员姓名记不清了,但该届理工评委组全体合影已载于《北京教工》2000年第6期封底内页,日后可慢慢辨认)。本届比赛有两个特点:一是几乎所有选手均使用了多媒体教学手段;二是北医大与北大合并后的北大,其选手提交的教案具有统一的格式,说明他们对教案怎么写进行了认真的研究,这一形式统一的教案极具启发意义——当时多数选手非师范出身,无系统教学法训练,不知如何撰写教案,北大的教案为评委与其他学校提供了参考范本。

12月15日,该届总结发奖会在北京国际关系学院举行。文科组一等奖第一名获得者、北京师范大学的于丹分享了体会;本人(理工组组长)与北京师范大学王向远教授(文科组组长)分别进行了点评;中国教科文卫体工会副主席万明东做了发言,北京市教育工会领导做了总结。

第四届(2004年11月)

地点在北京理工大学,参赛学校50所、选手约118名,比赛分文史、理工、和英语



三个类别,各组仍设分A/B组。

该届理工组评委共9人,本人任组长,成员有清华大学的薛克宗、北京大学医学部的于英心、北京航空航天大学的孙善利、北京林业大学的高孟宁、北京邮电大学的纪红、中国协和医科大学的沈宁、北京工业大学的隋允康和北方交通大学的王金华诸教授。本届涌现出多位后续有社会影响力选手:如文史类一等奖获得者、北京师范大学的康震;文史类二等奖获得者、中央民族大学的蒙曼;理工类二等奖获得者、清华大学的于歆杰(被誉为“中国慕课第一人”,主讲《电路原理》);此外,理工类还出现了双语教学和研究性教学,如理工类一等奖获得者、北京大学第三医院马彩虹。

除以上诸位,前四届赛事还涌现了诸多优秀青年教学人才,如:第一届理科组原北京医科大学刘玉村(后任北京大学第一医院院长)、文科组原北京师范大学的王向远(后任该校教授、博导,北京青教赛第二届评委)、原北京体育大学的高峰(后任该校常务副校长);第二届文科组原中国人民大学的陈雨露(后任中国人民大学校长、北京外国语大学校长、中国人民银行副行长、南开大学校长)、原北京大学的关成华(后任北京师范大学教授、博导、校务委员会副主任);第三届理工组原北京理工大学的薛庆(现任该校教授,全国模范教师、北京市教学名师)、原北京大学医学部的乔杰(后任中国工程院院士、北京大学常务副校长、医学部主任)。

评委历练

作为北京高校青教赛的资深评委,我的参与不仅见证了赛事对青年教师成长的巨大推动,也促使自身实现了教学能力的“再成长”。这段经历催生了一系列教学研究与实践成果:为确立评课标准,我结合赛事案例撰写了《关于如何讲好一堂课的十个问题》,系统提出了“一堂好课”的十条标准,该文后被核心期刊《电气电子教学学报》发表;基于此,我受邀赴北京、华北、东南等地二十余所高校举办讲座,推广教学经验;随后,应教学培训之需,我进一步撰写了30万字的专著《大学青年教师教学入门》,被多所高校列为青年教师培训参考书;此外,我还受邀为多所高校参赛选手提供一对一辅导,曾连续三届指导北京电子职业技术学院教师获得市级青教赛一等奖;相关工作也获得了社会认可,于2009年接受了中国教育电视台《教育人生》栏目的专访。这些成果的取得,均深深植根于青教赛所提供的实践平台与反思契机。

心得感悟

在职时,我的工作范围限于学校、对象为学生,相对封闭,虽有积累但影响力有



北京高校青年教师教学基本功大赛

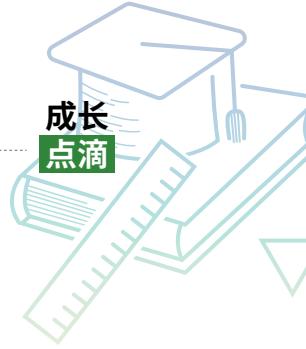


北京高校青年教师教学基本功大赛

限；退休后，工作覆盖北京乃至全国高校，对象为广大，感谢青年教师，加之互联网信息传播迅速，工作成果更易被知晓。

事实上，我的所有工作均离不开他人的指导和支持，而北京高校青教赛的实践让我收获很多。在此，我衷心感谢所有支持我的人，感谢北京市教育工会组织，感谢北京高校青年教师教学基本功比赛和前四届青教赛的参赛选手。你们成长了，我也成长了。

祝北京高校青教赛越办越好！



从青教赛起飞 让音乐大于音乐

北京大学 毕明辉

(毕明辉获2011年第七届北京高校青年教师教学基本功比赛文史类一等奖第一名，并获2012年第一届全国高校青年教师教学竞赛文科组二等奖)

音乐能穿墙而过，在我的教学生涯里，第一堵需要被穿透的“墙”，恰恰是作为一位年轻教师自身对教学理解的局限。而帮我凿开这堵墙的那把利斧，就是北大和北京市的“青年教师教学基本功大赛”。

享受比赛过程

2007年，我结束博士后研究，怀揣着对教育的热忱与执着回国，踏上北大讲台。然而，现实的“第一课”打击来得很快：我那门精心准备的《音乐与文化系列专题》，最初只有寥寥6名学生。在北大这片思想与文化的密林里，我自以为拥有的专业知识理应是一把珍贵的种子，却远未找到让它们在这片独特土壤中蓬勃生长的播撒之法。我深刻意识到，在综合大学，尤其是在北大，仅有专业的深度是远远不够的，我必须找到一种“翻译”的转化能力，将音乐的密码变成不同学科背景的“孩子们”都能心领神会的语言。

从专业和教学的跨文化、跨领域实验与实践中，我开始这一“转译”的艰难探索。2011年，历经几年的摸索，开设了十几门不同主题和不同形态的课程后，尤其是我从课堂到社团、从知识到心灵均与北大学生打成一片之后，这一探索迎来了它的关键节点。经过北大青教赛的选拔，我代表北大站上了北京市第七届青年教师教学基本功大赛的赛场，并最终获得文科A组一等奖第一名，并于次年代表北京市参加全国比赛。

就我个人体验而言，北大和北京市青教赛对我的影响后劲特别大，这不仅是因为北大学科林立、人才济济，更在于北京市云集了全国最多且最优秀的高校资源。一路走来，实在是既有荣誉，又有荣幸；既有挑战，又有飞跃。备赛的过程，是一次对教学的“刮骨疗毒”，它逼着我跳出以往那种凭借知识储备和即兴发挥的惯性，去审视教学流程的每一个细胞。我所选择的参赛课题《音乐的空间》是将长期跨学科多向思考的精华进行集约压缩的结晶。如何在20分钟的现场比赛时间里，既条分缕析又主

次分明,既让音乐现身说话又发生灵魂震撼,既能让受众,包括评委和学生切身“听见”颠覆传统观念的个人思考,又在方法论层面上将现场营造成为问乐与悟道的全息场域?这成了我教案设计的核心。

回首那段日子,我几乎着了魔。夜深人静时,我反复推敲教学场景的每一个环节,如同一位作曲家设计音乐结构一样地安排课程的起承转合、急徐轻重。我思考如何用语言去描绘复杂的听觉问题,如何用比喻形象地将音乐作为空间艺术的真谛变得可感可触。我深刻地记得,在第几分钟说出哪个典例,也从不会忘记为找到富于穿透力的金句如何冥思苦想。我清晰地记得,参加北京市青教赛恰逢我刚结束北大-台大互访活动从台北飞回北京的第二天,那时真是无知者无畏,居然没有提前去现场踏勘便横冲直上。当时的沉浸式体验和沉潜式历练已让我无暇旁顾紧张或焦虑,就像一件高速运行的精工仪器,只要一句“同学们好”开场,自己便瞬间切换到最佳教学模式中。从那时起,我意识到,青教赛赋予我的不仅仅是知识的传递力,更是感知模式的刷新,从而渐渐告别过去的自己,成为一位真正意义上的、放之四海皆代表北大水准的教师。

撰写教案,更是一次思想和品行的淬炼。不同于音乐学院惯常的经验+模仿的教学方式,综合大学课堂要求教师面对众多学生,不仅有强大的现场互动力与驾驭力,更要处于无声处显神通的操控“教什么”的议题骨架、“为何教”的战略眼光和“如何教”的战术布局。我所选定的每一个核心知识点,都必须反复自问:它的必要性是什么?它如何与学生的既有经验连接?它能为下一个知识点铺设怎样的阶梯?精心打磨教案,完全不输于写学术论文,而最终呈现的教案,绝非一份讲课提纲,它是我早期教学思想最重要的系统性和严谨性的物化外显,它无处不在、无时不在地记录着我对“何所谓有效教学和有效课堂管理”的追求。

青教赛的舞台很像一座冶炼炉。它熔炼掉的是年轻教师的青涩、随意与模糊,锻造出的是对教学的整体而精准的把控、对课堂语言的千锤百炼以及对学生反应的敏锐洞察。当我在北京市青教赛的讲台上,清晰地看到评委眼中那种从疑惑到理解、从聆听到共鸣的光芒时,我真正体验到教学作为一种艺术的巅峰体验。那不仅仅是知识的送达,更是思维的共振。最终,我获得了包括一等奖第一名在内的5个奖项。这份荣誉,于我而言,其重量甚至超过几篇学术论文的发表,成为我教学生命乃至人生最可纪念的“成人礼”。



荣幸参加国赛

2012年,我代表北大出征全国青教赛。备赛期间,我浸润在北大浓厚的教学传统中,前辈们的倾囊相授,团队伙伴的思维碰撞,让我深刻领悟到“教学相长”的真谛。北大之所以为北大,正在于她对“教书育人”“学高为师、身正为范”这一根本使命近乎神圣的敬畏。全国比赛的那段经历,令我的教学视野开始投向更为广阔的天地,我既看到中国高等教育对教学质量的最高追求,也看到了北大音乐教学置身于全国和全球坐标中的独特位置与潜在差距。一个念头在我心中愈发清晰:北大的音乐通识教育,不应只是国内最好,它理应成为世界一流。

从青教赛归来,我仿佛打通了任督二脉。我的教学风格开始形成鲜明的个人印记:以学术的深度为根基,以跨学科的视野为框架,以精妙的“转译”能力为砖瓦,为学生搭建起通往音乐世界的立交桥。我在更加自信之余,也更具雄心。这种自信,不是源于傲慢,而是源于青教赛所赋予我的、被实践验证过的教学方法论。我将从青教赛中收获的“设计思维”全面注入自己的课程。《20世纪西方音乐》不再仅仅是风格史的线性叙述,而是成为一个融艺术音乐、流行音乐、电子音乐、电影音乐乃至音乐文化产业于一体的多元文化场域。2013年这门课程升级为全球慕课,目前已知的注册学习者超过50万,我经常收到来自全球各地素昧平生人士的来信和问候。由于该课程的双语化,很多学生都是外国人——他们关于我对西方现代音乐的理解和分析表现出跨文化的认同和欣赏。2016年,我从德国回来后,深感中国大学生在听觉能力和文化解读方面的弱点,决定结合最前沿的研究和实践经验,以《西方音乐欣赏》开始系统地构建“健脑化、科学化、实践化、精锐化”的四阶聆听模式,为学生掌握“如何听”音乐的方法利器,这也成为个人关于听觉文化研究的转捩点,成就了后来关于全球音乐力和全球音乐史的新方向。让每一门课都具备像参赛教案那样充满清晰的逻辑结构、精准而生动的语言表达和有效有质的互动设计,成为我教学的基本标准,而北大“思想自由、兼容并包”的学术环境,允许我在课堂中极尽所能的尝试各种课题与教学模式。据不完全统计,2008年到青教赛的几年里,我在北大的开课门次达近60门,其中相同名称的课程之下,每学期的教学内容都是不同的。所有这一切,的确不乏青教赛之功,且正拜如上合力所赐,我在北大最大规模的各门通选课,常常是在线选课系统开放30秒内,便500个席位一抢而空。

感恩同行之人



北京高校青年教师教学基本功大赛



北京高校青年教师教学基本功大赛

很多前辈和同仁是我北大生涯中的恩人和贵人，非常欣赏和厚爱我。时任校长的化学家周其凤院士，格外重视一线教学，在我感到音乐教学工作不易开展时，曾醍醐灌顶地鼓励道“没有音乐，世界会怎样？缺少音乐，北大会怎样？”，时至今日，每每想起，依旧心潮澎湃；时任副校长、今中山大学校长的化学家高松院士，为了支持我的工作，专款改造理教108，给予我北大最高音响配置的音乐教室；时任教务长、数学家方新贵先生，多次提醒我“教学是个无底洞，慢慢滋养，不要着急”；历史学家、北大教学卓越奖得主阎步克先生一直被我树为榜样，他让我领略到“文科必须要有打磨十年的慢功夫才能获得真正意义上的教学精进”的道理；教育学家、与我在教学和学术上无话不谈的挚友林小英教授，全程目睹我的北大音乐教学和音乐社团实践，充分赞同我所秉持的“让音乐大于音乐”的理念。2017年秋，在数学家、北大前副校长王杰教授的带领下，我以助教的身份加盟《音乐与数学》课程建设。在统筹课程、参与教学以及管理由北大中乐学社爱乐学子中选拔、后被誉为北大第一助教天团的过程中，我的教学雄心和学术志趣也随之成长。我希望自己的教学工作不仅要让学生爱上音乐，更要让北大的音乐教学模式成为全球高校可供借鉴的范本。我理想中的北大音乐课，不仅应该是领先世界的，它更应该拥有最前沿的课程理念——打破中西分立的观念局限，拥抱全球声音景观；它应该拥有最科学的教学方法——将聆听训练系统化、技术化、可操作化；它应该拥有最强大的技术支撑——从量身定制的音响教室和舞台到覆盖全球的网络课程交流平台。我常对学生说：“我始终质疑自己的音乐教学是大学水准的吗？我要做的是让北大音乐课堂跻身全球综合大学音乐通识教育精品课程的第一梯队。”

这份“野心”的背后是青教赛烙留在我身上的精神印记——对教学基本功的极致追求，对每一堂课的全情投入，以及对美育价值近乎偏执的信念。没有青教赛的淬炼，我或许仍可成为一名优秀的专业知识传授者，但绝无可能形成今天这样清晰而坚定的教育哲学，也无从获得在综合大学与音乐学院之间自由穿梭的底气。2021年，在回归音乐学院后，我始终没有离开北大的讲台。个人教学固然与时俱进地开始侧重专业技能的精深与艺术表达的纯粹，但北大对我而言是任何学校和讲台都无法替代的。正是这一方沃土让我必须成为一位知识的“策展人”、思维的“催化剂”和文化的“发动机”；我需要用数学的逻辑来解释旋律的几何美，用文学的叙事来解读奏鸣曲的戏剧张力，用物理的原理来剖析声音的振动，用实证的方法向学生展示音乐



如何精准而自由地成为思想。也正是青教赛所强化的那种以学生为中心、追求教学有效性和开放性的核心能力,让我从容面对任何背景的听众,无论是在国际学术论坛,还是在公益讲座现场,我都能迅速找到与听众的共鸣点,让音乐穿墙而过,直抵人心。

回望来路,青教赛对我而言,绝非仅仅是一场赛事,它是一个年轻的大学教师教学生命的起飞跑道。它让我深刻领悟到,教学是一门需要穷尽一生去打磨的艺术。青教赛的核心词“基本功”三个字,真是选的精准。对我这个从小学琴的人来说,基本功真是一探音乐艺术最坚实的底座。回首那段全情投入、纯心为教的备赛岁月,那种对每一个教学细节反复推敲的坚韧,至今仍是我精神世界里不灭的灯塔和实践行动中不二的法宝。

北大和北京市青教赛一晃已是近15年前的事了,这次接到稿约,意外让我找到一个机会表达对它的感激。我尤为感恩北大校领导、工会、教务处、电教中心、艺术学院的领导和老师们,永远铭记共同参赛和建设课程、诸多来自不同院系的同仁好友、北大学生的襄助。青教赛照亮了我前行的路,他们则助燃了我心中那团火——让北大音乐教育和校园音乐文化,不仅温暖和激励每一个北大乃至中国学子的心灵,更盼有朝一日,北大能以中国独具的听觉模式、世界级的艺术水准、全人类共同体的价值高度,屹立于全球大学教育之林。

忘了我,记住音乐!这是我所有北大课程最后的结语。我永远忘不了青教赛,就像忘不了北大至今依旧还在赠与我的一切那样。坚守“让音乐大于音乐”的信条,我自当更加努力!



北京高校青年教师教学基本功大赛

北京高校青年教师教学基本功比赛

磨砺·成长·远行

中国人民公安大学 李 宏

(李宏获2019年第十一届北京高校青年教师教学基本功比赛社科类一等奖)

2019年,我有幸参加了北京市第十一届青年教师教学基本功比赛。那次比赛,是职业生涯中的一次难忘经历。于我而言,它早已超越竞技本身,是一次教学的朝圣,一场教育的启蒙,一回对教师职业灵魂的深刻叩问。

赛事磨砺

本届青教赛和往届相比,赛制发生了巨大改变。这届比赛以“上好一门课”为理念,需要在较短时间内,准备5节教学展示、5份教案,极具挑战性。备赛的过程,异常辛苦,但能够有机会将自己的教学内容进行深耕、加工,在比赛中磨练和提升教学能力,收获远大于付出。现在回想起那段岁月,依然倍觉感慨。从校级比赛冲向北京市级的“青教赛”,并站上最高领奖台,考验了每一名教师的心理素质和专业素养,同时也需要团队成员的彼此成就。今天,在回忆这些场景时,感觉一切就像刚刚经历一样,记忆犹新。我们一遍又一遍地打磨课件、梳理思路、凝练观点,合作的可贵在这样一场比赛中被体现的更加纯粹和闪耀。在备赛一个月的时间里,我几乎是全力以赴。从课程设计、课件制作、现场展示,包括教学反思都做了认真全面的准备,特别是认真学习了一些好的教学呈现方式并反复修改完善参赛课件的每一个细节。参加教学比赛,虽然离不开长期以来对教学经验的不断积累,但是对于比赛的精益求精、追求完美是最终走上领奖台的重要一环。只有做到了对所讲授内容的不断完善和精益求精,才能更好在赛场上把握节奏,将自己最满意的状态发挥出来。

荣誉激励

荣誉的光芒会渐渐褪去,但比赛淬炼出的教学情怀,已经如种子般深植于心,并在回归日常教学后生根发芽。比赛归来,我重新理解了“基本功”三个字,它不仅是普通话、板书、课件制作、时间把控、道具使用、教学互动等这些外显技能,更是对学科思想的深刻把握,是对学生学习心理和知识储备的敏锐洞察,是能够“用心用情”与学生进行思想与灵魂的交流与对话。它是“道”与“术”的融合,是“教书”和“育人”的统一。习近平总书记曾讲:“教师是人类灵魂的工程师,承担着神圣使命。传道者自



己首先要明道、信道。高校教师要坚持教育者先受教育，努力成为先进思想文化的传播者、党执政的坚定支持者，更好担起学生健康成长指导者和引路人的责任。”作为一名思政课教师，更需要不断推动课程创新和改革，既要传播知识，更要传播思想、传播真理、塑造灵魂、塑造生命。在赛后，我积极总结参赛心得，推动前期教学成果的实践转化。我立足公安院校行业办学特色优势，围绕公安特色文化资源融入思政课建设，开展教学改革、积极打造具有公安院校特色的思政“金课”，先后中标3项省部级教改课题，1项教育部高校思政课教师择优资助专项。团队成员撰写的《以忠诚教育为核心的“五位一体”人才培养模式的研究与实践》获评北京市高等教育教学成果一等奖，荣获首届北京高校教学创新大赛特等奖，全国高校教学创新大赛三等奖，北京高校优质本科教案等教学荣誉。

成长未来

教学是一场没有终点的远行。今日看到的一些如画风景，体会到的一点妙曼滋味在来日也许都微不足道，人生需要在这样的“漫漫求索”中实现自我超越，也需要在无数次的思考，践行，甚至是痛苦的内省之中沉淀积累，趋于完善。参加青教赛，所收获的远不止于教学能力的提升，更多的是，它可以促使你真正思考“教学的真正意义”何在，何为真正上好了一门课。在教学的旅程中，最美的风景，永远在能够被完整呈现、体系脉络清晰，同时有现实关切，具有价值与情怀的内容里，永远在能够被不断创新、反复打磨，倾情讲授的课堂上，永远在每一个被知识点亮，被信仰感染、被智慧启迪的眼神里，在教师与学生之间在深度交流后产生灵魂震荡和心灵共鸣的时刻里。我想，这才是教学的魅力，它远远不止于参加比赛，获得荣誉。这是作为教师需要持续努力的方向，也是作为教学工作者能够体会到的最大乐趣和最高成就。“三尺讲台”虽是“小天地”，但“一腔赤诚”也可以写出“大文章”！教学，从来不是一场疾风骤雨式的革命，而是一场浸润心灵的“慢功夫”。它需要的，不是一时灵感的迸发，而是坚持不懈的持续努力，如同溪水穿石，在静默中蕴含着改变山河的力量。从这样的意义上来说，我们一直都在路上，并努力走向远方。



北京高校青年教师教学基本功大赛

北京高校青年教师教学基本功大赛

青教赛：一场教学路上的温暖修行

中国石油大学（北京） 张晓灿

（张晓灿获2021年第十二届北京高校青年教师教学基本功比赛理科类一等奖）

那年秋天，我第一次独立承担《大学化学》课程的教学任务。站在教室门口，望着台下几十双明亮的眼睛，掌心不自觉地沁出薄汗。尽管备课时查阅了大量资料，精心设计了教学课件，但当真正面对这些认真端坐的学生时，那些原本熟悉的化学原理仿佛一下子变得艰涩难懂。

记得在讲授“稀溶液的依数性”时，我试图用日常事例引出概念，却发现所举的例子与学生的实际生活相距甚远。课后，一位学生轻声问我：“老师，您说的‘凝固点下降’和我们冬天在路面上撒盐融雪有什么关系吗？”这个问题让我恍然大悟：教学不仅是知识的传递，更是心灵与心灵的对话。在资深教师的点拨下，我开始尝试用“问题链”的方式引导思考：从“为什么撒盐能融雪”开始，逐步深入到“盐溶液的凝固点为何低于纯水”，最后探究“不同浓度盐溶液凝固点变化的规律”。这种循序渐进的启发式教学，帮助学生们一步步理清了抽象概念背后的逻辑关系。

那段日子，我经常备课到深夜，反复斟酌每一个教学环节的设计。有时为了完善一个实验演示的细节，我会查阅各种文献资料，在实验室反复操作验证。虽然过程充满挑战，但当我看到学生们眼中闪现的领悟之光时，所有的付出都化作了满满的收获。

遭遇挫折：坚持中的反思

与青教赛的初次相遇要追溯到2018年。一天，在图书馆附近偶遇系里的负责老师，得知学校将举办青年教师教学竞赛，要求准备20分钟的授课展示。由于原定人选无法参赛，老师询问我是否愿意尝试。面对那期待的眼神，我像平时接受教学任务一样欣然应允。

回到办公室，我才认真查阅了解这项赛事的详细要求。从接受任务到参加校赛只有不到两周时间。幸运的是，得益于多年来对课程的认真准备、对教学资料的持续积累，以及对知识要点的深入思考，我得以迅速进入状态。在整理教案、准备课件的过程中，我有幸得到许多优秀前辈的悉心指导，他们毫无保留地传授经验，让我受益



良多。一位资深教师在观看我的试讲后说：“如果能冲出学校，再进一步打磨。”“冲出学校”这四个字如同一道亮光，瞬间点亮了我的教学视野。

2019年，我代表学校参加北京市青教赛。虽认真准备，最终却只获得二等奖。这个结果让我倍感失落，同时也对自己的教学理念进行深刻反思。我意识到，自己过分追求知识的系统性和完整性，反而忽略了学生的兴趣点与真实需求。比如在讲解“配位化合物”时，虽然形成机制和性质特点进行了详尽阐述，学生们却普遍反映内容枯燥，难以产生共鸣。于是，我尝试将化学原理与生活实际更紧密地结合。在介绍时，我引入了敦煌壁画中青金石颜料（群青）的变色现象，通过展示壁画褪色前后的对比图像，引导学生在分析光照射条件下铜离子与有机配体的配位反应过程中，理解抽象的化学概念。这种融合专业知识与文化传承的教学方式，让学生们对配位化合物有了更直观的认识。

收获小成：欣喜中的沉淀

青教赛表面上是教学技能的比拼，实则考验的是教师教学基本功的扎实程度。在相当长的一段时间里，我严格对照教学大纲，对每一个知识点进行系统性梳理、深入剖析，直至融会贯通。备赛过程中，情绪时常随着准备进度而起起落落。一次又一次地推翻重来，也曾经历过多次自我否定，但这恰恰是无可替代的成长历程。同时，我也得到了多轮实战演练的机会。从学院专家、学校专家到市级专家，各位老师以他们专业独到的眼光，对我的授课进行细致审阅并提出宝贵建议。在此基础上，再与指导老师深入讨论，进行必要的优化调整。

2021年，我再次站上市级青年教师教学竞赛的舞台，最终获得北京市青教赛一等奖，这也是我校在该赛事中的首个一等奖。这份喜悦让我更加坚定了自己的教学信念。我开始将竞赛中获得的经验融会到日常教学中，不断优化课程设计，丰富教学手段。在《大学化学》课堂上，我为石油工程学院的学生开设能源化学专题，与油气储运专业的学生分享材料腐蚀与防护的典型案例；我热衷于通过汉字演变历程阐释化学概念，欣赏那些穿越千年的符号在现代科学的土壤中继续绽放光彩。

后来，我主笔的教案获得北京高校优质本科教案奖，个人获评北京市青年名师。我也逐渐从参赛者转型为助力者，积极支持青年教师的专业发展。依托北京市“创新教研工作室”平台，我将这份教学初心化作铺路之石，为青年教师搭建通往优质课堂的成长阶梯。看到他们在教学舞台上大放异彩，我更加确信：教育是一场温暖的



热烈庆祝第30个教师节



北京教育系统师德师风建设能力竞赛

接力,需要每一代教师的持续奉献。

反思与展望:教育是一场双向奔赴

如果要总结青教赛对我的深远影响,那就是帮助我找到了那个宝贵的“支点”——既包含对教学规律的敬畏,也体现对育人初心的坚守。从初登赛场的探索尝试,到再度出征的执着前行,这段经历见证了我从注重教学技巧到理解教育真谛的转变历程。这些年来,我从一个略显生涩的新手教师,逐渐成长为能够在知识传授中融入价值引领的教育工作者。最让我感动的是,曾经教过的一位学生如今也走上讲台,他在来信中写道:“您当年在课堂上建立的化学与文化的联系,至今仍对我的教学产生着深远影响。”

站在新的起点回望,青教赛对我而言早已超越了比赛本身。它让我深刻领悟到:教学需要不断地反思与创新,教育是生命与生命的相互滋养,教师的成长永无止境。如今,我依然保持着初登讲台时的那份敬畏之心,始终铭记那个秋日接下任务时的赤诚初心。在教育这条永无止境的道路上,我愿继续做那个“一边踉跄前行,一边重振旗鼓”的赶路人,与更多教育同行者携手并进,守护每一颗求知的心灵,点燃每一个可能的梦想。因为我深知,教育的真谛不在于打造完美的教学流程,而在于珍惜那些不完美却真实成长时刻——正是这些点点滴滴的积累,最终汇聚成教育路上最美的风景。



赛场淬炼初心, 讲台守望成长

——青教赛给予我的教学修行

北京工商大学 白玉廷

(白玉廷获2021年第十二届北京高校青年教师教学基本功比赛工科类一等奖)

站在2025年的初秋课堂上, 尽管已经是工作了6年的一名“老教师”, 我还是会想起2021年那个盛夏, 在北京高校第十二届青教赛备赛室和比赛现场的点滴, 还会想起看到北京教工公众号获奖公示的瞬间。青教赛这方舞台, 如同锻造师手中的熔炉, 将我从初涉讲台的“新兵”, 淬炼为坚守立德树人初心的教学耕耘者。

初登讲台, 从懵懂到坚定

2019年, 我从北京理工大学自动化学院博士毕业, 怀着对教育事业的憧憬, 加入了北京工商大学计算机与信息工程学院(现计算机与人工智能学院), 成为一名青年教师。

初登讲台, 我面对的不只是崭新的工作环境, 更是从学生到教师身份转变的挑战。还记得入校第一学期跟着拥有丰富教学经验的苏维均老师听课学习, 再后来终于可以独立地登上讲台。然而, 最初的课堂却和自己预期有着很大出入——当我照着课件按部就班讲解传感器原理时, 台下学生眼中的迷茫像冷水浇醒了我。这些课程内容较为抽象, 如何把复杂的专业知识转化为学生易于理解的教学内容, 成为我面临的首要难题。在入校的前几年, 我真切意识到, 如何上好一门课, 是一名老师最基本也是最重要的任务。那段日子, 我学习前辈经验的同时, 也在不断反思到底该如何组织课堂。

幸运的是, 学校为青年教师成长提供了全方位支持。通过入职培训、微课录制、研究生课程试讲、教研室研讨以及日常教学等多方面的锻炼, 我的教学技能水平得以不断提升。

备战青教赛, 在磨砺中成长

2020年, 学校首届“教学标兵”评选成为我教学探索的第一个练兵场。在准备院赛时一开始无从下手, 第一反应就是去网上找教学比赛资料进行观摩学习, 也就是从这个时候开始逐步了解青教赛。经过一段时间准备, 似乎找到了教学展示的思路



北京交通大学青年教师教学基本功大赛



北京高校青年教师教学基本功比赛

和感觉,在学院试讲比赛中也取得了较好效果,但专业评委们还是指出了众多小问题、给出了宝贵的建议。之后又面临校赛的挑战,当时采用线上比赛的方式,我又开始思考如何打破常规的屏幕共享比赛模式,并不断打磨参赛课件和讲授方式。

2021年,我迎来了教学生涯的重要契机——经过学校推荐参加北京高校第十二届青年教师教学基本功比赛。青教赛自1995年首次举办至今,累计吸引了800余名青年教师积极参与,逐步建立起“院级普遍开展、校级竞赛推荐、市级争先夺冠”的三级竞赛机制。

备赛过程充满了挑战。在学校工会和教务处的精心组织下,我们接受了系统的赛前培训。学校邀请了资深专家和往届一等奖获奖选手为我们指导。他们从授课内容、授课形式、语言风格、语速节奏、课堂互动、文稿演示设计等方面进行了专业细致的讲解。

一轮一轮对授课内容的反复打磨、一版一版对教学方案的推倒重建,成为备赛期间的常态。我筛选了5个知识点,从收集教学素材到梳理教学流程,从师生互动设计到课件制作呈现,每一个环节都精益求精。这个过程让我对课程有了新的理解、对教学有了新的思考。

在比赛中,我选择了自动检测技术的日常应用作为讲课内容,通过生动案例、精简的语言逐步深入展示了专业知识,现场展示效果得到了评委的认可。最终获得工科类B组一等奖及三个单项奖,这份荣誉不仅属于我个人,更属于支持和培养我的学校和团队。

以赛促教,教学相长的升华

青教赛的经历,成为我教学生涯的重要节点。比赛结束后,我深刻体会到“以赛促教,以赛促学,以赛促改,以赛促建”的深刻内涵。通过比赛,我不仅磨练了教学技能,更从其他优秀青年教师身上汲取了营养,这些收获使我在后续的教学工作中受益匪浅。

青教赛的辐射效应很快显现。我带着青教赛打磨的教学理念征战全国高校自动化类青年教师讲课(说课)竞赛。不同于青教赛,这个比赛更强调课程体系的完整性与创新性。得益于青教赛期间积累的教案设计经验,我将《检测技术及仪表》课程拆解为基础理论、前沿技术、系统应用三个模块,结合实践项目与课程思政建设等,最终获得全国二等奖。这次经历让我发现,青教赛锤炼的不仅是单节课的讲授技巧,更



是对课程整体设计的系统思维。

2024年,第四届北京高校教师教学创新大赛成为检验我教学成长的又一战场。此次参赛我聚焦课程改革的深层突破,提出课程体系数字式升级、教学手段智慧化、能力培养实践化、课程思政定制化、教学评价反馈化的教学创新模式。这一模式的诞生,正是源于青教赛备赛时对教学痛点的持续思考。最终,我们团队为学校斩获该项赛事首个市级二等奖,这份成绩背后,处处可见青教赛打下的坚实基础。

课程建设的深化之路也因青教赛而加速。主讲课程获评北京市优质本科教案、学校智慧教学示范课程一等奖,我获学校课程思政优秀教师评选一等奖。我主持了北京市教育科学规划课题、教育部自动化教指委教改研究面上项目、学校教育教学改革研究重点项目等,并发表了多篇教改论文。

坚守讲台,从教学竞赛到育人使命

十余载求学路,六载从教行,青教赛让我对“教师”二字有了更深刻的体悟。所谓“以赛促教”,并非为了比赛而教学,而是以比赛为契机,回归教育的本质——让每个学生都能在课堂上获得成长的力量。这种感悟,既来自赛场的淬炼,更来自日常教学的点滴反馈。

有学生曾在评教访谈中提到,“白老师讲传感器时,经常会结合当前的最新技术和我国的创新突破,让我意识到学自动化不只是找份工作,更能为国家做点事。”这句话让我深受触动。青教赛备赛时,指导老师反复强调“工科课程要讲出家国情怀”,如今我真正明白,好的工科教学既要教会学生解决技术问题,更要培育他们的专业自信与社会责任感。

青教赛还为一等奖获得者配套支持了北京高校青年教师创新教研工作室。作为工作室负责人,工作室成立以来我们复刻了青教赛的“磨课模式”,组织青年教师开展教学研讨,指导多名教师在各级教学竞赛中获奖。“教案反复改不是苛求,而是对学生的负责;反复打磨演示细节不是作秀,而是教学态度的体现。”看到年轻教师们从初登讲台的紧张到赛场从容的蜕变,我仿佛看到了当年的自己,更深刻理解了青教赛三十年薪火相传的意义——它不仅成就了一个个优秀教师,更构建了高校教学质量提升的良性生态。

青教赛三十年历程恰是北京高校青年教师培养与教学能力提升的持续努力的缩影。从初登讲台的懵懂,到青教赛的磨砺,再到今日的坚守,我的每一步成长都离



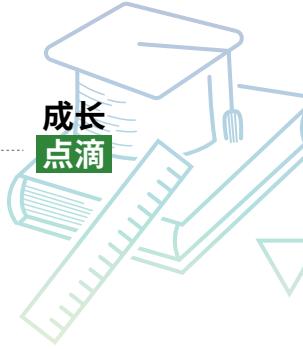
清华大学青年教师卓越奖得主



清华大学青年教师卓越奖得主

离不开这个平台的滋养。

站在讲台上，我不只是知识的传递者，更是无数青年学子学术道路和人生价值的引路人。这份责任，将激励我不断前行，在教书育人的道路上继续追求卓越。



于方寸讲台，见万里苍穹

——我的青教赛成长感悟

北京石油化工学院 谷庆阳

(谷庆阳获2021年第十二届北京高校青年教师教学基本功比赛理科类一等奖)

提笔凝神，时光仿佛在指尖倒流。当受邀为青教赛三十年纪念文集撰文时，我教学生涯中的无数个瞬间，如同散落的珍珠，被这条名为“成长”的丝线重新串起，闪耀着温润而坚实的光芒。从初登讲台时的些许惶恐，到站在北京高校第十二届青教赛的讲台上从容展示；从对教学理论的懵懂认知，到荣获“北京市青年教学名师”的深刻体悟，这一路走来，我深切地感受到，教育是一场双向的奔赴，教师在引导学生探索万里苍穹的同时，也拓宽着自身生命的广度和深度。教学，它不仅是一门需要严谨对待的科学，更是一门需要毕生心血去揣摩、用生命热情去滋养的艺术。

理念破茧：在知行合一中重构教学价值

青教赛于我而言，是一次教学理念上的“破茧”之旅。在准备《无机与分析化学》中“化学平衡移动原理”这一参赛内容时，我陷入了长时间的沉思。这个知识点理论性强、抽象难懂，传统教学往往陷入“教师讲得费力，学生听得迷糊”的困境。如何打破这一僵局？经过反复研读教育理论、深入分析学情，我决定构建一个“从实践中来，到实践中去”的完整教学闭环，让知识在真实世界的土壤中生根发芽。

我的教学设计以“粮食安全”问题为切入点，通过化肥工业引出合成氨技术，以我国合成氨工业的奋斗历程激发学生的家国情怀。通过“如何提高合成氨产率”这一核心问题，自然引出化学平衡移动原理的讲解。在理论剖析环节，重点阐释平衡移动的定义、判据和影响因素，并将原理应用于工业化生产的优化分析。最后，通过展示科技进步对农业发展的推动作用，回归粮食安全主题，形成首尾呼应的教学闭环。

这一教学探索让我深刻认识到：教学设计的灵魂在于建立知识与现实的内在联系。通过创设真实问题情境，将抽象理论转化为解决实际问题的钥匙，不仅能够激发学生的学习兴趣，更能培养他们的科学思维和社会责任感。这种“知行合一”的教学理念，成为我后续教学改革的思想源泉，指引着我在教学创新的道路上不断前行。

精雕细琢：在赛场上外化教学内功



青教赛的舞台,锤炼的不仅是教学设计的“内功”,更是将教学思路清晰、生动、富有感染力地“外化”于课堂的综合能力。回首备赛的那段岁月,可谓是“衣带渐宽终不悔,为伊消得人憔悴”。无数个深夜,教研室的灯光见证了我与教学设计的反复“较量”。

在每一个微观细节上都力求完美。为了将一个抽象的“平衡移动”过程可视化,我自学了动画制作软件,将分子碰撞、旧键断裂与新键形成的动态过程,以最直观、最科学的方式呈现出来。课件中的每一张图片、每一段视频、甚至每一个颜色的搭配、字体的大小,都经过精心考量,确保其在传达知识意图的同时,能给予学生美的享受。板书设计则如同建筑的骨架,我精心规划版面,将核心概念、推导过程、案例关键词以逻辑清晰、布局美观的方式呈现于黑板,使之成为学生构建知识体系的导航图。

正是这种对教学每个环节的极致追求,让我在北京高校第十二届青教赛的赛场上,不仅荣获了一等奖,更荣幸地囊括了所有最佳单项奖:最佳教案奖、最佳现场展示奖、最受学生欢迎奖和最佳教学反思奖。这段追求卓越的经历,为我后续的教学创新之路注入了无穷的信心与动力。正是凭借这份在青教赛中打磨出的综合教学素养与创新锐气,我又相继荣获北京高校优质本科课程重点项目、北京高校优质本科教案、全国高等学校本科化工专业优秀课程思政案例大赛二等奖、首届全国高校化工与材料类专业教师教学创新大赛二等奖、第二届北京高校教师教学创新大赛三等奖。

薪火相传:从个人突破到课程建设

青教赛的收获,其意义远超越奖杯与证书的范畴,更在于如何将竞赛中淬炼的宝贵经验,转化为推动整体教学水平提升的持续动能。赛后,我积极承担起教学示范与经验传承的责任:曾代表北京市教育工会赴内蒙古师范大学开展示范课交流,与当地高校教师分享教学心得;受学校教务处邀请,在本科教学建设专家讲坛作《聚焦教学竞赛,提升教学能力》专题报告;应教师发展中心之邀,为新入职教师开展教学理念与方法培训,还以《行而不辍,未来可期》为题分享教学科研融合经验。

作为《无机与分析化学》课程负责人,我着力推动团队共同成长。通过定期组织专题教研活动,系统分享青教赛中的感悟,特别是关于课程思政元素的深度挖掘、驱动学生思维的核心问题链设计等关键议题。团队围绕“打造具有高阶性、创新性与挑



战度的金课”展开深入研讨，在思想碰撞中迸发创新火花。我们共同构建了系统化的课程教学资源库，将我备赛过程中积累的优质素材——包括精心设计的教学案例、高质量多媒体课件、创新实验方案等与团队全面共享，同时鼓励每位教师贡献各自的“教学秘籍”，形成持续更新、充满活力的教学资源生态。

更重要的是，我们将青教赛中领悟的“教学闭环”理念全面融入日常教学与课程建设：推动理论课与实验课深度融合，构建“理论预测-实验验证-分析探讨”的一体化流程；系统推进课程思政建设，将专业伦理、科学精神和家国情怀如盐化水般融入知识传授，实现价值塑造与能力培养的有机统一。

砥砺前行：从教学名师到永恒追求

回望来路，青教赛于我，是一座永恒的里程碑。它记录了我教学生命中最浓墨重彩的一次蜕变，也开启了我对教学艺术永不疲倦的追寻。那段备赛的岁月，那些与星光为伴、反复打磨教学设计的日日夜夜，那些在挑战自我极限后的豁然开朗，都已沉淀为我职业生涯中最宝贵、最温暖的精神财富。

“于方寸讲台，见万里苍穹。”这方寸之地，是有限的物理空间，却因教育的无限可能而变得海阔天空。在这里，我将继续秉持“学为人师，行为世范”的箴言，以扎实的学识引领学生探索科学的奥秘，以高尚的品格浸润学生的心灵，以温暖的情怀陪伴学生成长的旅程。我愿永远做一名点燃者，用自己的智慧、汗水与热爱，为每一位学子通往各自心中那“万里苍穹”的梦想之路，点亮一盏盏明亮而坚定的引路之灯。这，便是我作为一名人民教师，无上的荣光与幸福的归宿。



北京高校青年教师教学基本功大赛

北京高校青年教师教学基本功大赛

从“图底”到“图景”:我的教学成长三部曲

清华大学 梁思思

(梁思思获2021年第十二届北京高校青年教师教学基本功比赛文科类一等奖，并获2023年第六届全国高校青年教师教学竞赛文科组一等奖)

在城市设计中，“图底关系”是最基础的分析方法。我们通过勾勒清晰的“图”(建筑、广场)，来理解和塑造它所在的“底”(城市肌理、空间本底)。回望我十余年的教学生涯，特别是在青教赛这段珍贵的旅程中，我恍然发觉，自己的成长也宛如一次对教学“图底关系”的不断探索与重构。最初，我站在讲台上，满怀专业知识，却时常困惑：为何自己精心绘制的“图”(教学内容)，难以在学生思维的“底”上留下清晰而深刻的印记？正是青教赛这把“刻刀”，帮助我完成了从混沌的“底”到明晰“图景”的蜕变。

迷茫之底：初上讲台的“规划失语”

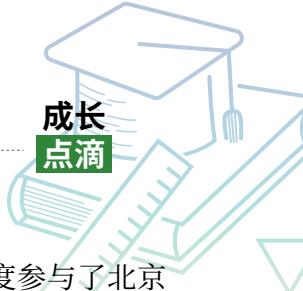
十五年前，从美国宾夕法尼亚大学博士毕业，回到母校清华大学建筑学院任教。角色的转换并非一蹴而就。从前是坐在台下汲取知识的学生，如今是站在讲台传授知识的教师。这种从“学什么”到“教什么”乃至“如何教好”的转变，带来了巨大的挑战。

我教授的《城市设计理论与实践》面向的是来自建筑、景观、环境、经济、社会等多元背景的学生。起初，我或许不自觉地陷入了“技术的傲慢”，试图将复杂的城市模型、前沿的设计方法、海量的空间案例一股脑地传授给他们。我讲得口干舌燥，却发现台下的一些目光带着迷茫，兴趣寥寥。那种感觉，像极了一位城市规划师，对着一片充满潜力的土地，滔滔不绝地讲述着宏大的蓝图，却找不到与土地本身对话的语言。我遭遇了教学上的“规划失语”。

我意识到，面对清华这些全国最优秀、思维最活跃的学生，仅仅传递知识是远远不够的。如何点燃他们的兴趣，激发他们的思辨能力和创造力，是比任何知识传授都更核心、也更艰难的课题。这份初期的懵懂与挫折，成为我教学求索之路的起点。

探索之笔：在实践与互动中勾勒雏形

走出迷茫，始于将课堂从方寸讲台，延伸到广阔的真实世界。城市设计不是象牙



塔里的学问,它归根结底要服务于人民的生活。我和我所在的团队深度参与了北京首都功能核心区总体城市设计、雄安新区建筑风貌导则、玉树灾后重建等国家城乡建设的前沿实践。这些“顶天立地”的工程,成了我课堂上最鲜活、最有力的案例。

印象最深的是2020年疫情期间,我们关注到老旧小区破败的出入口。作为海淀区街镇责任规划师,我带领学生,用环保的工业纸筒作为结构,为梅园社区设计并搭建了一个遮风避雨的出入口亭子。这个被居民亲切地称为“社区玄关”的小建筑,后来被居民张灯结彩,当成了自己的“家门口”来爱护;再后来,被作为示范项目写入了国际建筑师协会的2030可持续议程指南。当看到我们的设计真正融入居民生活,解决真实问题,并承载起他们的情感时,我深刻地体会到何为“人民城市人民建,人民城市为人民”。这个瞬间,抽象的理念化为了具体而微的感动,不仅教育了学生,更洗礼了我自己。身体力行的实践,是最好的人文教育,它能最有效地激发学生服务社会、报效祖国的热情。

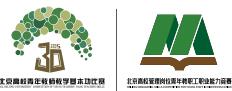
在课堂内,我也努力改变“满堂灌”的模式。我不再问“街道有哪些类型”,而是问“你记忆中最深刻的家乡街道是什么样?它给了你怎样的感受?”这些问题没有标准答案,却能引导学生从切身体验出发,重新审视和感知城市。课堂的主角,渐渐从教师转向了学生。我开始懂得,教学的“笔触”,不在于教师展示了多少,而在于能否在学生认知的“底”上,勾勒出能引发他们主动思考与探索的线条。

淬炼之彩:青教赛中的深层打磨与理念升华

参加青教赛,是我教学生涯的一次“脱胎换骨”。从校赛、市赛到国赛的几年历程,我最初的理解被彻底颠覆了。教学比赛的目的,不是打磨一节精彩的“表演课”,而是对“一门课”的深度梳理与体系重构。

这个过程是艰苦的。在保证日常教学科研的同时,我需要将城市设计这门庞杂课程的知识点、能力线、价值观目标全部打通、融会贯通。幸运的是,我并非孤军奋战。清华大学拥有一个极具奉献精神的青教赛教练团队,他们来自不同学科,却秉持着共同的“课比天大”的信念。他们陪伴着我,从课程主逻辑的搭建,到每一页PPT的图文,都进行着“众心如城”般的精细打磨。

也是在这个过程中,我对教学细节的理解达到了新的高度。我学会了设计“真问题”——不是为了互动而设问,而是直指学生心中所“疑”、能牵引思维走向核心内容的關鍵之問。我的板书变得极度凝练,用“拆-保-微更新”三个字,就能概括老城平房



北京高校青年教师教学基本功大赛
北京高校青年教师教学基本功比赛

更新的整个逻辑脉络。我巧妙地运用教具，几块彩色乐高积木，就能将抽象的城市设计管控机制演绎得直观而生动。这些从赛场上学到的“匠心”，最终都反馈于我的真实课堂，极大地提升了学生的学习成效。

更重要的是，我深切体悟到“教学也是学术”。我将自己参与的背景城市副中心总体城市设计等实践案例和最新科研成果融入教学，让课堂始终站在行业最前沿；同时，教学中的提炼与设问，也为我后续的科研开启了新的窗口。教学与科研，从此相得益彰，共同构成了我学术生命的双翼。

结语：绘就“育人”的永恒图景

回首来时路，我的成长正是一个从关注“我教了什么”到关注“学生学到了什么”并最终思考“我将培养出怎样的人”的过程。青教赛带给我的，不仅是全国一等奖第一名和全国五一劳动奖章的荣誉，更是一种信念的升华与责任的沉淀。

“课比天大”，这沉甸甸的四个字，已内化为我的职业信仰。作为一名高校教师，我们的使命不仅是传授专业知识，更是立德树人。我们要培养的，是如吴良镛先生所倡导的，兼具“科学求真、人文求善、艺术求美”素养的规划师与建筑师，是能扎根中国大地、心怀“国之大者”的时代新人。

如今，我已从青教赛的选手身份走出，在次年的全国青教赛中，我也成为了教练，指导教师再次摘取了全国青教赛的桂冠；同时，我也承担起学院、书院的教学管理的责任。角色的叠加，意味着责任的接力。我愿将这份从青教赛中汲取的养分，毫无保留地传递给更多青年教师，更多的青年学子。我将继续行走在清华园里，行走在祖国城乡的大地上，与我的学生们一起，用心、用情、用智慧，共同绘就那幅最为宏丽而永恒的“图景”——那就是一代代青年的成长，以及他们必将创造的、更加美好的人居未来。

教学之路——一场温暖的修行

北京林业大学 戴璐

(戴璐获2021年第十二届北京高校青年教师教学基本功比赛工科类一等奖第一名，并获2023年第六届全国高校青年教师教学竞赛工科组二等奖)

时光荏苒，回首2017年那个初秋，我怀着对学术的敬畏与对教育的憧憬，略显青涩地站上了大学的讲台。彼时的我，博士论文的墨香似乎还未散尽，身份却已从埋头书斋的学子，转变为需要传道授业解惑的师者。那份懵懂与忐忑，至今记忆犹新。

初涉讲台：在笨拙与探索中启航

我的第一门课是一门专业基础课。为了每节课短短的四十五分钟，我花费了数倍的时间准备。讲稿写得密密麻麻，PPT每一页都累积得满满当当，仿佛要将自己掌握的所有知识都倾倒给学生。然而，现实很快给了我温和的提醒。课堂上，我口若悬河，台下却有些眼神茫然；我自认为逻辑清晰，却有学生课后怯生生地提问：“老师，这个地方我还是不太懂……”

最初的挫败感是真实的。我意识到，教学并非知识的单向传输，而是一场需要共鸣的双向奔赴。光有“一桶水”不够，关键是如何巧妙地给学生“一杯水”。于是，我开始了一段艰难的探索期。

我成了学校教学发展中心工作坊的“常客”，学习“BOPPPS”教学模型，了解如何设计有效的课堂互动。参加每一次学校组织的青年教师教学基本功比赛，并邀请有经验的老师帮助我磨课。积极地去旁听学院里几位口碑极佳的老师授课。我看到他们如何用一个生动的案例点燃全场，如何用一句恰到好处的提问引发深思，又如何在下课后被学生团团围住，耐心解答。那一刻，我明白了，教学是一门艺术，更是一颗仁心。

我开始“改造”我的课堂。减少了PPT上大段的文字，增加了更多的图表和案例；尝试着在讲授中设置“思考暂停”，鼓励学生提问；引入了小组讨论，让课堂从“一言堂”变成“群言堂”。过程是琐碎而辛苦的，常常为了设计一个能贯穿知识点的课堂活动而绞尽脑汁，也曾在尝试新方法后因为效果不佳而自我怀疑。但每当看到有学生的眼睛亮起来，看到课间开始有学生主动来交流，那份微小的成就感，便成了我继



续前行的动力。

淬炼成钢：从市赛一等奖到国家二等奖的跃迁

2021年，学校启动了北京市青年教学基本功比赛的校内选拔。在指导老师的鼓励下，我抱着学习和锻炼的心态报了名。备赛的过程，无异于一次对自身教学理念、方法和内容的全面“体检”与“淬炼”。

我选择的参赛课程片段，是专业中一个公认的难点。如何将它讲得深入浅出、引人入胜？那几个月，我的办公室深夜常亮。一遍遍地打磨教学设计，思考每一个环节的起承转合；一遍遍地对着空教室试讲，用手机录下来，反复观看，挑剔自己的语言、仪态甚至每一个停顿。教研室的同事们成了我最好的“磨课团”，他们犀利的点评和无私的经验分享，让我受益良多。

印象最深的是，在一次模拟演练中，一位前辈指出我的课程虽然逻辑严谨，但“趣味”不够，未能将知识背后的认知冲突与文化传承精神传递出来。这句话如醍醐灌顶。我重新审视我的内容，加入了趣味实验与学科发展史上的小故事，融入了该知识点在解决现实问题中的应用，让冰冷的公式和理论有了生活的温度和思想的深度。

2021年的比赛场上，当我站在讲台上，面对评委和观众，心中反而一片澄澈。我不再是那个照本宣科的“知识搬运工”，而是一个试图引领学生探索知识美景的“导游”。最终获得北京市一等奖的成绩，是对我过去几年所有摸索与努力的最大肯定。那份喜悦，不仅仅是源于获奖本身，更是源于我真切地感受到了自己在教学上的蜕变与成长。

然而，征程并未结束。2023年，我获得了代表北京市参加国家级教学竞赛的资格。如果说市赛是区域性的检验，那么国赛则是全国高手如云的华山论剑。平台更高，挑战也更大。面对来自顶尖高校的优秀同行，我看到了更广阔的教学视野和更多元化的教学创新。

这一次，我更加注重教学的前沿性与思政元素的有机融合，着力于如何通过专业课程，塑造学生的科学世界观与社会责任感。我不断追问自己：我的教学，除了知识，还能给学生留下什么？最终，国家级二等奖的结果，于我而言，是一份沉甸甸的认可，更是一面清晰的镜子。它让我看到了自己已经达到的高度，也让我清醒地认识到山外有山，教学的精进永无止境。

沉淀与前行：在平凡中坚守初心



竞赛的聚光灯熄灭后,我回归到了日复一日的常规教学中。获奖是过去的里程碑,而不是未来的终点。近两年来,我将竞赛中积累的经验与反思,系统地反哺于我的所有课程。

我主持申报了校级教学改革项目,将生态文明思想与文化传承精神融入课程教学。尝试将“项目式学习”引入课堂,让学生以小组形式解决真实的、复杂的问题,将被动学习转化为主动探索。我开始建设在线课程资源,利用信息技术拓展教学的空间与时间。我更珍惜与学生的每一次课后交流,他们的一个困惑、一个灵感,都可能成为我改进教学的最佳源泉。

如今,走在校园里,会有不熟悉的学生礼貌地打招呼:“老师,我听过您的课”;指导毕业论文时,看到学生能够熟练运用所学知识,展现出严谨的思维和创新的火花;毕业季,收到学生写着“感谢您的课,让我对这个专业产生了真正的热爱”的卡片……这些瞬间,远比任何奖状和证书更让我感到满足与幸福。

回望2017年至今的八年,我从一个教学的“门外汉”,一步步成长为一名略有心得的高校教师。这条路,有初涉时的懵懂,有挫败时的迷茫,有探索时的艰辛,也有收获时的欣喜。我深深体会到,教学,从来不是一场华丽的表演,而是一场温暖的修行。它需要我们沉下心来,耐得住寂寞,经得起打磨,始终怀着一颗对知识的敬畏之心、对学生的仁爱之心。未来的路还很长,我愿继续做一名教育的修行者,在平凡的讲台上,点燃更多求知的心灵,与我的学生们,共同成长。



北京高校青年教师教学基本功大赛

青教赛助力青年教师成长的“破茧”之旅

北方工业大学 景柳铭

(景柳铭获2023年第十三届北京高校青年教师教学基本功比赛工科类一等奖)

作为一名2019年入职的高校青年教师,刚参加工作时带着对成长的渴望和对未来的期待。在北方工业大学组织的新进教师培训中,有往届青教赛优秀获奖选手进行现场教学演示,丰富且合理的教学设计、从容大气的授课姿态、极富感染力的语言组织,深深的感染了我。像刚播下的种子,在新教师心中努力扎根、发芽。经过5年的任教,我也从台下的听众变成了台上的选手,青教赛就像一场及时雨,滋润着我初涉教坛时干涸的心田,见证了我从懵懂无知到从容的成长历程。

步入教坛:懵懂中的无畏探索

犹记得2019年初入北方工大校园,我带着满腔的热忱与对未来的美好憧憬,踏上了那方神圣的三尺讲台。那时的我,就像一个怀揣着宝藏地图却不知如何开启的冒险者,面对一群充满好奇与活力的学生,心中既有兴奋又有紧张。

第一次备课,教授《电力系统暂态分析》,我认真备课,将知识点反复推敲,力求做到尽善尽美。然而,当真正站在讲台上,面对学生们那一双双求知若渴的眼睛时,我却发现自己的精心准备在现实面前显得如此苍白无力。原本在脑海中流畅的教学思路,到了课堂上却紧张又茫然。我努力地想要把每一个知识点都清晰地传授给学生,可课堂节奏却总是难以掌控,讲课忽快忽慢,板书缺乏设计。那一刻,我陷入了迷茫之中,找不到前进的方向。

但我坚信,“只要精神不滑坡,办法总比困难多”。于是,我开始了一场无畏的探索之旅。我经常会观看北京交通大学郝亮亮老师的《电力系统分析》课程,从中汲取了很有有益的知识,同时积极参加各种教学研讨活动,向经验丰富的老教师请教。每一次的学习和交流,都像是在黑暗中点亮了一盏明灯,让我逐渐看清了前行的道路。我尝试着将所学的教育教学方法的理论知识运用到实际教学中,不断调整自己的教学方法和策略。虽然过程中充满了挫折和失败,但我始终坚信,只要坚持不懈,就一定能找到适合自己的教学方式。

首次参赛:挫折里的坚守反思



2020年的秋天,第一次参加学院的青教赛,当时参赛课程选用的是《电力系统暂态分析》,这门课当时正在给电气工程专业大四学生进行讲授。在备课过程中,内心既充满了期待,又夹杂着一丝忐忑。学院比赛前,认真准备了课程教案、教学设计,力求做到尽善尽美。然而在院内比赛过程中,板书不够清晰,互动环节更是缺少设计,评委们客观给出了评价,“课件准备的不错,缺少互动”,“板书没有合理的设计”。这些话语在我耳边回荡,让我不由自主的反思,到底如何该上好一门课?

那段时间,我开始反思自己的教学,是不是自己的教学方法有问题?是不是对教材的理解不够深入?是不是没有充分考虑学生的实际情况?我重新审视自己的教学理念,发现自己在教学中过于注重知识的传授,而忽略了学生的主体地位。于是,我开始尝试转变教学方式,以学生为中心,设计更加生动有趣的教学活动。后来珍惜每一次讲台上授课的机会,按照青教赛的标准高规格准备日常的上课设计,学生感受到了老师的真诚和用心,给予了较好的反馈。

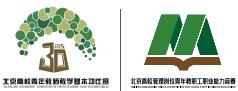
在上课之余,积极观看国内优秀同行教学视频,借鉴了许多优秀的教学案例,不断修改和完善自己的教学设计。每一次的修改都是一次痛苦的蜕变,但我告诉自己,只有坚持下去,才能迎来破茧成蝶的那一刻。

赛场逐梦:成长中的自信绽放

经过3年的磨练和成长,在2023年迎来了参加北京高校第十三届青教赛的机会。站在赛场上,看着台下评委和观众们期待的目光,我的心情既紧张又激动。但与以往不同的是,这一次我多了几分自信。因为我知道,自己已经为这一刻付出了太多的努力。

在讲课过程中,我仿佛进入了一个全新的世界。我按照精心设计的教学流程,引导学生积极参与课堂讨论,鼓励他们大胆发表自己的见解。板书设计简洁明了,讲解过程生动有趣,当看到学生们脸上洋溢着理解的笑容,听到他们积极回应的声音时,我知道,自己的努力没有白费。那一刻,我仿佛看到了自己在教学道路上的成长和进步,所有的辛苦和付出都化作了激动的。

比赛结束后,当听到自己获得优异成绩的消息时,内心平静的接受这一切。通过参加青教赛,我不仅在教学基本功上有了很大的提升,更重要的是,我的教学理念得到了更新和升华。我深刻认识到,教学不仅仅是知识的传递,更是心灵的沟通和学生综合素质的培养。只有紧跟教育发展趋势,我们才能不断更新自己的教学理念和方



法,为学生提供更加优质的教学服务。

赛后成长:交流合作中的持续奋进

青教赛不仅仅是一场短暂的竞技,更是一个促进青年教师成长、推动教育教学改革的重要平台。通过参加比赛,我有机会结识了许多志同道合的同行。在备赛过程中与赛后的交流活动中,共同探讨教育教学问题,分享教学经验和心得。这种交流和合作不仅拓宽了我的视野,也让我更加坚定了自己从事教育教学方法探索的信心。

如今,我已经回到了日常的教学工作中,但青教赛带给我的影响却从未消失。我带着在比赛中收获的自信和经验,踏踏实实地上好每一门课。我更加注重与学生的沟通和互动,关注他们的个性差异和学习需求。同时,我也不断地学习和研究新的教育教学理论和方法,努力的将人工智能等最新技术引入到课堂教学中,持续提升自己的业务水平。

青教赛,是我教育生涯中的一次重要洗礼,它让我在挫折中坚守,在反思中成长,在交流中奋进。在未来的日子里,我将继续以青教赛为动力,不断探索和创新,在教育的道路上砥砺前行,为培养更多优秀的人才贡献自己的力量。

一场教学相长的“英雄之旅”

北京印刷学院 马潇婧

(马潇婧获2023年第十三届北京高校青年教师教学基本功比赛文科类一等奖)

自2020年从上海大学博士毕业后,我带着对动画艺术的热爱和对教育的执着,踏入了北京印刷学院新媒体学院,开始了我的执教生涯。电影剧本写作基础、动画剧本创作、中外电影史、三维动画创作……这些课程不仅是我教授内容,更是我与学生共同探索的奇妙世界。

我至今仍清晰地记得自己第一次走上讲台的情景。那是一堂《电影剧本写作基础》,台下坐着几十双充满好奇和审视的眼睛。初见时,因为我性格内向,所以总给人一种“酷酷的”印象,话不多,表情也不算丰富。其实我内心有些忐忑,我常常在想学生们会喜欢我的课吗?他们会不会觉得我太严肃?当我打开PPT,开始讲述的时候,我决定抛开所有顾虑,只做一件事,那就是真诚。这份“真诚”,对我而言,是毫无保留地分享我对教授内容的真正热爱。所以,一旦开讲,我仿佛切换了开关,瞬间“变了个人”。我不再是那个担心自己“酷不酷”的内向老师,而是一个急于分享电影魅力的“引路人”。我用自认为风趣幽默的语言,去分享我第一次创作电影剧本的大胆,我用丰富贴切的案例,将复杂的剧作理论拆解得简单易懂。我发现,当我不再专注于“扮演”一个老师,而是“成为”一个真诚的分享者时,那种激情与活力便自然而然地流露出来。我相信,只有在这样轻松、真实的氛围中学习,学生才能够真正释放自己的潜力,实现自我突破。

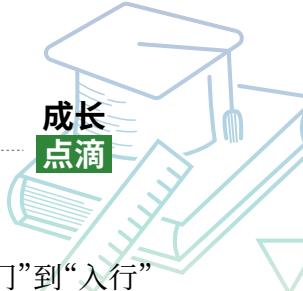
我深信,每个学生的学习旅程都是一场“英雄之旅”。在这段旅程中,他们不仅是知识的探索者,更是自我成长的勇士。因此,我尝试将约瑟夫·坎贝尔的“英雄之旅”叙事模式融入教学,让学生在完成学习任务的同时,体验成长的喜悦。我引导他们认识到,课程中的每一个难题都是“启程的召唤”,每一次创作的瓶颈都是“必须战胜的恶龙”,而最终的结课作品,就是他们带回的“宝藏”。为了让他们更直观地理解这个旅程,我常常会这样激励他们:“在这个过程中,你将体验到创作的艰辛与乐趣,你将以文字为媒介,与自己的想象力和创造力共舞。你将以编剧的身份,守卫你的故事世界,在经过一段段神奇而惊险的冒险旅程后,你将成为这个奇幻故事世界的英雄。”

但“英雄之旅”并非总是一帆风顺，我的教学探索也遭遇过“拒绝召唤”的时刻。我曾遇到一位想象力丰富但异常内向的学生，她对课堂练习表现出疏离，作业也只是应付了事。我最初的“真诚”和“激情”在她面前仿佛撞上了一堵无形的墙。那段时间，我陷入了深深地反思，到底是我的“真诚”不够，还是“英雄之旅”的模式出了问题？我意识到，我不能强行将“我的”英雄模式套在“她的”身上。每个人的“旅程”都应该是独一无二的。我决定“蹲下来”，不再作为“导师”去“指引”，而是作为“伙伴”去“聆听”。在一次课后，我与他聊起了她喜欢的电影和游戏。慢慢地，她打开了话匣子。我发现她内心有着极为丰富的奇幻世界。我鼓励她：“为什么不把你脑海中的故事写出来呢？那才是属于你一个人的‘英雄之旅’。”结课时，她交上了一部极富创意的奇幻电影剧本。那一刻也让我明白，教师不是英雄的塑造者，而是英雄的唤醒者。我们的职责是发现每个学生独特的“召唤”，然后鼓励他们踏上征途。

我认为每一个学生都是一颗璀璨的星辰，所以我珍视他们的每一次作业，每一份努力。他们因为问题而困惑时，我会耐心解答，他们因为进步而喜悦时，我也会与他们一起分享。我相信，只要给予足够的关注和支持，他们就能绽放光芒。这种“共同成长”的氛围，也体现在我们的日常科研环境中。在数字水墨动画实验室内，我们团队打造了一个自由、开放的学术讨论空间，摒弃严肃的会议模式，转而采用“沙发派”“茶话头脑风暴会”。无论是日常交流、科研学习、项目推进会等，我们与学生围坐在一起，共同探讨学术问题，分享创作心得，探讨创意。教育，在这里成为一种心灵的碰撞与交融。

如果说日常教学是“慢工出细活”的沉淀，那么参加青教赛，则是一场高强度的“淬火”。从院级，到校级，再到市级比赛，虽然备赛过程中充满着艰辛和焦虑，但这对我来讲同样是一段无比珍贵的成长之旅。我深刻地明白了，教学比赛不仅是讲好一堂课，更是对教师个人实现价值塑造、能力培养、知识传授的教育过程的集中检阅。正所谓“功夫在场外”。我们在赛场上展示的20分钟，其背后是为了更好地完成教学和育人所投入的专业度和使命感的集中展现。备赛的过程，是一场对自己身心的双重“极限挑战”。为了打磨课程，无数个深夜，我对着电脑逐字逐句地修改教案和PPT，反复推敲一个案例是否恰当，一句话的表述是否精准。灵感枯竭时，也曾将写好的逐字稿全部推翻重来。

我的参赛课程是《电影剧本写作基础》。为了这20分钟，我重新梳理了5个参



赛教案和教学展示内容,创造性地提出了电影剧本写作从“入戏”“入门”到“入行”的三个重要阶段。我将五个教学展示内容都分别撰写了逐字稿,并反复打磨内容的组织,持续训练自己的表达,再根据呈现的效果进行及时的调整修改,直到语言的承上启下、知识内容的逻辑串联和情感的表达都变得更加自然。然而,从“讲明白”到“学生会用”并不是一件容易的事情。电影剧本写作的重点,不仅在于技巧,更在于故事和价值诉求。我常对学生说:“所有人的生命都需要一个故事来填充。”讲故事的人也就是我们编剧,是用叙事筑起人类的意义大厦。所以我们需要从千万重复的故事中,寻找到值得叙述的意义。因此,在备赛和实际教学中,我没有选择艰深晦涩的艺术电影,而是选择了《万里归途》《战狼2》《奇迹笨小孩》《满江红》等新主流、温暖现实主义作品来贯穿和展示电影剧本的故事元素、冲突、主角塑造、英雄之旅情节模式和悬念与反转技巧等核心知识点。我希望学生明白,这些电影能引起观众的广泛共鸣,不仅因为技巧,更因为故事内核触及了人物、命运与现实生活,饱含着对人类困境与未来发展的深度共情。当这种情感共鸣发生时,剧本写作的技巧才真正“润物细无声”地融入了同学们的心中。

回望这段旅程,我深深感谢学校和学院提供的平台,更要感谢一路悉心指导我的领导和导师们。青教赛不仅是展示的平台,更是锻炼和提升的熔炉。我学习了很多优秀教师的现场教学视频,而在自己的每一次磨课中,导师们都会针对我的表现提出宝贵的意见。他们的指导细致入微,大到教学方法、课程逻辑,小到教学姿态、课件调整、板书设计,甚至“每一个手势、每一个表情”。我记得杨丽珍教授、高妍玫教授都曾一针见血地指出我的教学“你要的不是灌输,而是点燃。”孙玉秋教授也提醒我:“你的手势要更坚定,不是随意挥舞。”正是这些“点滴”的打磨和方向的引领,我才能够在比赛中更加从容自信。

三十年风雨兼程,青教赛见证了一代代青年教师的成长。对我而言,这场比赛不仅是职业生涯的一次检阅,它更像是我自己教学路上的“英雄之旅”。我经历了参赛“启程的召唤”,遭遇了备赛的“试炼与强敌”,得到了“导师的助力”,最终带回了对教学的全新认知的“宝藏”。我不再仅仅是那个初登讲台、内心还有些许忐忑的“酷”老师,我更愿成为一名学生“英雄之旅”的守望者和引路人。教育之路,道阻且长,行则将至。我将带着这份在青教赛中淬炼出的初心与热忱,继续前行。



北京高校青年教师教学基本功大赛



北京高校青年教师教学基本功比赛

以赛为镜，逐光而行

——一名“小青椒”与青教赛的成长之约

北京工业职业技术学院 李光子

(李光子获2023年第十三届北京高校青年教师教学基本功比赛工科类一等奖)

阳光透过教室玻璃窗，在板书“建筑钢材应力-应变曲线”上投下细碎的光斑，恍惚间竟与三年前初登讲台时的场景重叠。彼时握着粉笔的手还带着几分颤抖，面对台下数十双求知的眼睛，满脑子都是“千万别讲错知识点”的紧张。而此刻，我已能从容地将行业最新案例融入教学，在学生的提问与讨论中自如切换教学节奏。这份蜕变的起点，正是那场让我至今回想仍心潮澎湃的北京高校第十三届青年教师教学基本功比赛。作为一名仅有三年教龄的大学教师，青教赛于我而言，不仅是一次教学能力的竞技，更是一场关于教育初心的修行，一场与自我对话、与教育对话的成长之约。

初涉杏坛：在“手忙脚乱”中触摸教学的温度

2022年初秋，我怀揣着对教育事业的憧憬，走进了北京工业职业技术学院这所充满活力的高职院校，成为一名建筑装饰专业的“新晋青椒”。入职前，我曾以为凭借扎实的专业知识和提前备好的教案PPT，就能轻松驾驭课堂。然而，当真正站在讲台上的那一刻，我才发现教学远非“照本宣科”那么简单——它是一门需要实时应变的艺术，一场需要多线程处理的“复杂工程”。

记得第一堂《建筑材料》课的前一晚我还在反复修改课件，在教案上写下每一句话的衔接词，甚至对着镜子演练表情和肢体动作。可上课铃响后，原本背得滚瓜烂熟的开场白突然变得生硬起来。讲课时，我一边盯着课件担心讲得太快，一边还要留意学生是否在记笔记，偶尔有学生举手提问，大脑瞬间就会陷入卡顿，既要快速判断问题的核心，又要思考如何用通俗易懂的语言解答，同时还要想着接下来的教学环节该如何衔接。一堂课下来，我汗流浃背，喉咙沙哑，下课铃响的那一刻，竟有种“完成了一项艰巨任务”的虚脱感。回到办公室后，我翻看着教案上那些精心设计的互动环节，发现大半都因为紧张而被省略，学生们的反应也远不如预期热烈，一种强烈的挫败感涌上心头。



这样的手忙脚乱持续了将近一个月。每节课后，我都会看着黑板上凌乱的板书和课件上未完成的标注，反复回想哪里出了问题。我开始意识到，教学不是单向输出，而是双向互动。教案和课件只是教学的“骨架”，真正让课堂活起来的，是教师对教学节奏的把控、对学生需求的感知，以及将专业知识转化为学生可接受内容的能力。于是，我开始尝试改变：在备课时，除了撰写教师活动和学生活动，我会特意标注出“可能的学生提问”和“应对方案”。我会提前了解学生们感兴趣的领域，把最新的行业新闻、科技成果融入教学案例。慢慢地，课堂上的笑声多了起来，举手提问的学生也越来越多，我终于不再像最初那样紧张，甚至开始享受这种与学生共同探索知识的过程。

青教赛之旅：在“打磨锤炼”中解锁教学的深度

入职一年后，学院组织青教赛选拔，张丽丽院长鼓励我们新教师报名参加。当时的我心里既忐忑又期待——忐忑的是担心自己经验不足，期待的是想通过比赛检验一下自己的教学成果。抱着“试一试”的心态，我参加了比赛，没想到这一“试”，竟让我走上了一条充满挑战与收获的打磨之路。

备赛初期，我最大的问题是教学风格和教姿教态。我发现自己的讲课时总有一些不自觉的小动作，语言表达也不够精炼，这些问题在平时的教学中或许不明显，但在比赛中却会被无限放大。于是，我开始拜师学艺——只要没课，我就去听教学经验丰富的老教师讲课，仔细观察他们如何运用肢体语言、如何通过语气变化强调重点、如何与学生进行眼神交流。

板书设计的转变，是我备赛过程中的一个意外收获。在此之前，我一直觉得多媒体时代板书是“可有可无”的，内容都放在课件里就足够了。直到有一次，我听一位老教师讲《建筑材料》中的“水泥凝结硬化过程”，她没有急于播放课件，而是在黑板上一步步画出水化反应的示意图，边画边引导学生思考“不同养护条件下水泥强度发展有何差异”。随着粉笔在黑板上的移动，学生的思路也跟着清晰起来，最后黑板上留下的不仅是反应图，更是一条完整的思维路径。那一刻，我突然明白，板书不是简单的教学内容标题或重点罗列，而是“思路的生发器”和“节奏的控制器”——什么时候写什么，哪里擦掉什么，最后在黑板上留下什么，都需要提前精心设计。从那以后，我在备课时都会一边试讲，一边在纸上模拟板书的布局，甚至会标注出板书的书写顺序和停留时间。我发现，精心设计的板书不仅能帮助学生梳理知识脉络，还能

让教学节奏更加从容有序,原本需要用大量语言解释的知识点,通过板书的动态呈现,学生们一下子就明白了。

比赛当天,我站在北京市赛的讲台上,按照平时打磨的流程从容展开教学:先是用“瘦身钢筋危害建筑安全”的案例导入,引发学生对钢材性能重要性的思考。接下来通过“视频演示+实物体验”让学生掌握拉伸性能的四个阶段——当学生们用橡皮筋感受弹性形变、用面团观察屈服现象时,课堂气氛瞬间活跃起来。最后,我组织小组讨论“作为工地材料员如何避免使用瘦身钢筋”,引导学生将知识转化为职业能力。一个月后,我收到了获得一等奖的好消息,为这次青教赛旅程画上了一个圆满的句号。

赛后沉淀:在“示范引领”中延续教育的热度

青教赛让我更深刻地理解了“上好一堂课”的真谛——它不仅要求教师有扎实的专业知识,更要有创新的教学理念、灵活的教学方法和对教育事业的满腔热爱。带着青教赛的经验,我将更多的精力投入到日常教学和教研中,也带着这些经验去参加职业院校的教学能力比赛,和指导学生参加技能大赛,都取得了一些成绩。这个过程,让我自己更快成长。

作为青教赛的受益者,我深知自己肩负着“示范引领”的责任。我把自己在教学和备赛中的经验毫无保留地分享给新入职的教师——从教案设计到课堂管理,从板书技巧到互动方法,我希望能帮助更多的“小青椒”少走弯路,快速成长。每次看到年轻教师们在课堂上越来越自信,我都会想起当初那个站在讲台上紧张得发抖的自己,也更加明白青教赛“以赛促教、以赛促学”的意义所在。

以赛为镜,逐光而行

青教赛创办三十年,见证了无数青年教师的成长与蜕变。于我而言,这场比赛就像一面镜子,照见了我初涉教学时的懵懂与不足,也照亮了我在教育道路上前行的方向。它让我明白,“上好一堂课”从来不是终点,而是永无止境的追求。教学能力的提升也不是一蹴而就的,需要在每一节课的讲授中反复打磨,在每一次与学生的互动中不断反思。

如今,我依然会在课后坐在空教室里,看着黑板上的板书和课件上的标注,但此时的我不再是迷茫的,而是充满期待的——期待下一堂课能有更精彩的互动,期待能把更多的知识和热爱传递给学生,期待能在教育这片沃土上不断成长。未来,我将继



续以青教赛精神为指引,带着这份对教学的热爱与执着,逐光而行,努力成为一名让学生喜爱、让学校放心的优秀教师,为青年教师队伍建设与教育高质量发展贡献自己的一份力量。



北京高校青年教师教学基本功大赛

北京高校青年教师教学基本功大赛

再学习与再出发：青教赛中的成长与感悟

清华大学 郭 璐

(郭璐获2023年第十三届北京高校青年教师教学基本功比赛文科类一等奖第一名，并获2024年第七届全国高校青年教师教学竞赛文科组一等奖)

2014年的7月我获得了清华大学博士学位，开始了从一名学生向一名老师的身份转化。在求学期间，清华园中，无数优秀的老师教育和引领了我的成长，当我获得博士学位，以为自己的求学生涯终于结束了的时候，却没想到又开始了新一轮，更漫长、更综合、也更具挑战的学习之路，就是学习如何成为一名合格的老师。

现在我还记得刚刚走上讲台时的忐忑不安和手足无措，因为担心讲课忘词，每一页PPT下都要做详细的逐字稿标注；而且时不时就要看一眼教室里的钟表，唯恐30分钟就讲完45分钟的内容。是教学团队和院系的老师给予我莫大的鼓励、帮助和指导，使我逐步成长，摆脱了心虚和不安。

但是，就在我自认为已经成长为一个自信的教师时，青教赛又给了我当头棒喝。2022年在学院的号召和同事的带动下我报名参加了清华大学第十届青年教师教学大赛，本以为是去讲一个20分钟的课程节段，却没想到其实是去学一门4学分的选修课。清华大学校工会在每周四下午都安排了众多教学名师的教学讲座，以及往届青教赛获奖选手的示范课，刚开始还有些懵懂，但是伴随着一次次的学习，我忽然开始问自己：是不是一直以来在教学中都有些过于自以为是？常常是以我自己熟悉的学术研究的逻辑来讲课，但其实它有时与学生的认知逻辑并不能完全一致。

在校赛以前，学校还安排了专门的教学工作坊，邀请教练对我们准备的教学内容进行专门辅导。我当时讲的是唐长安地区的空间布局与自然地形的关系，这个问题我做过深入研究，在知名期刊上发表过文章，还获得国际学术组织的论文奖，相关成果也已经出版了专著，准备时可以说是信心满满。但是一拿出来，教练们的各种问题就扑面而来，“你的核心问题到底是什么？三种地形都讲，三种都没讲清楚！”“三种地形之间的逻辑转化是什么？”“剖面图表达不清，通识课的同学不能很好理解！”“古文献没有充分讲解，理解不畅！”在那几周时间里，我脑海中始终萦绕着一个问题“我怎么就没有讲清楚？我怎样才能讲清楚？”



青教赛的磨砺与成长

万幸的是,诘问与思考带来了教学上的一定提升,通过校赛的选拔得以参加2023年北京高校第十三届青年教师基本功大赛,并进一步参加2024年第七届全国高校青年教师教学竞赛。如果说校赛的学习是初入门径,市赛和国赛的学习就是真正地登堂入室了。在此过程中,校工会又组织了多位不同学科的资深教师,组成教练团队,开展至少每周一次的集体辅导,教学中的方方面面都被置于聚光灯下观察。

在此过程中,我也曾一度陷入强烈的自我批判,问题不明确、线索不清晰、逻辑不通畅、重点不突出、阐释不深入,等等等等,每天都有一大堆的问题困扰着我,等待我去解决,让我莫所适从。是教练们及时地帮我分析、矫正、提高,让我从自我否定走向了感悟、成长。我所讲授的课程是《中国古代城市规划史》,这是一门在清华大学有着悠久传统的课程,我也已经参与了多年的课程教学。通过青教赛的培训,我对课程的认识切切实实地有了一次质的提升,逐步领悟到作为历史类的课程,不管是一门课还是一节课,我此前做的都远远不够:在一门课的内容建构上既不能从猿到人、面面俱到,也不能断章撷句、挂一漏万,而是要放宽视界,以在中国城市规划史上的代表性为标准,抓住重点和转折点;在一节课的内容设计上,要抓住讲授对象所蕴含的规划理论和思想的关键问题,抽丝剥茧,逐层剖析,形成从空间形态到规划方法再到历史规律的认知链条。我想这可能也是青教赛的选手们才能享受到的水平极高的“教学训练课”,我也推荐青年老师们也来尝试“选修”青教赛这门课程,一定会经历“暴击”,也一定会收获“成长”,是教学能力的赋能,更是对启智润心、因材施教的育人智慧的传承。

青教赛促进课堂教学

在结束了8月底的全国教学比赛之后,紧接着就是新学期的开始。比赛的状态要立刻转化为日常教学的状态,但一以贯之的是“上好一门课”的理念。在新学期的备课和教学中,我深切地体会到教学比赛的磨练让我对以往教学中常常存在的一些困惑的启迪。比如:“老师以为的”与“学生理解的”之间的差距如何弥合?教学比赛中教案的撰写是一个重要的组成部分,而教案中非常核心的一个内容就是学情分析,要深入分析学生的知识储备与欠缺、认知特色和局限,这引导我以此为教学的起点,在准备课程时更多地去思考“学生会怎么想”,从学生视角去进行教学的组织。再比如:每节课想讲的内容有很多,怎么在有限的课时内有效组织?教学比赛一讲只有20



北京高校青年教师教学基本功大赛



北京高校青年教师教学基本功大赛

分钟,需要有一条清晰的主线来组织,这引导我在日常教学中将庞杂的教学内容进行进一步地梳理,分析其内部的层次关系,从中提炼出有限的核心问题,再将这几个问题组织为一个清晰的线索,力图起到举一纲而万目张的效果。凡此种种,教学是一个漫长的探索之路,问题会不断产生,思考也会不断继续,青教赛对我的滋养浸润也会绵绵不绝。

当然,教学比赛的经历更使我认识到,学无止境,学习成为一个优秀教师的路还有很长。我至今还记得与我的博士导师吴良镛先生初次见面时的情景,当时在建筑馆二楼吴先生的办公室里,阳光正好,他笑盈盈地对我说:“我带研究生,既要我认识研究生,也要研究生认识我。”当时不解其深意,只道寻常,但当自己也成为了一名老师,才又反复思考,更体会到这句话的深意,反复拷问自己,我是否认识了学生?学生又是否认识了我?学生和老师间的这种双向奔赴何以实现?

前辈师长为我们树立了杰出的楷模,“课比天大”“春风化雨”的青教赛精神更给予我们思想上的启迪和激励。在青教赛中再学习,也从青教赛中再出发。我辈唯有上下求索,砥砺前行,不辜负前辈的期许与时代的重任。

被照亮的讲台——我的青教赛成长手记

中国石油大学（北京） 戴芊慧

（戴芊慧获2023年第十三届北京高校青年教师教学基本功比赛理科类一等奖第一名，并获2024年第七届全国高校青年教师教学竞赛理科组二等奖）

从院赛、市赛再到国赛，从2022年9月到2024年8月，我的青教赛之旅持续了两年。但是，如果把时间的钟摆拨回我第一次站上线性代数课堂的时候，那还是2016年的秋天。原来不知不觉间，我与这门课已经相伴八年。八年里的每一次备课、讲课、反思、答疑、研讨，像一颗颗攒在手里小石子，慢慢铺成了走向赛场的路。当市赛讲台的灯光亮起，我站在那里心潮涌动：原来八年里那些细碎的历练都在悄悄为这一瞬间蓄力。

任务转身，使命在肩

我所在的理学院是教学大院，重视教学，教学能手多，每年都会办院赛。我热爱教学，但对比赛的热情时高时低。后来想想，一个重要原因是很长一段时间里，比赛于我而言是一个缺乏内驱力的“任务”。真正变了想法，是在备赛时看前人的获奖视频。一个精彩的比赛视频，可以让我对一个原本陌生也无兴趣的课程、学科、学院、学校，突然感到兴趣盎然、满心欣赏。就这样，我萌生了一个愿望：想让我热爱的课程、学科、学院、学校，因为我的课，也被更多人看到，被更多人喜欢。

院赛前的一天，当我和后来我的指导老师交流时，他突然对我说：“你讲起这门课的时候，眼里有光，能看出是真想把它讲好。”应该也是在那一次，我想明白参赛的意义：不是去应付一个“任务”，而是去接住一份“使命”——站在更大的舞台，经由我讲授的《线性代数》，把我们学院传承的教学初心、我们学科藏在数字和符号里的温度，好好讲给更多人听。

突破表演，拥抱成长

除了缺乏内驱力之外，在很长一段时间里，我对青教赛还有一些畏惧，不是畏惧结果，而是畏惧改变。起初，我总觉得把这门满是矩阵、线性方程组的课，弄得像“表演”一样精致，是在舍本逐末。毕竟重点是让学生听懂、会用，那些课堂上的小设计、语言上的巧打磨在我看来都是“花架子”。尤其想到要把课程中的抽象概念，用生



北京师范大学附属中学高二年级



北京教育出版社高中教材工读能力训练

动的案例来重构、用有趣的互动来展现，我就打怵。我习惯了用粉笔一步步推导，觉得这样才严谨；让我挖掘应用、穿插故事甚至设计讨论，总怕打乱节奏。我还安慰自己：教学要实在，没必要追求“表演”式的呈现，学生学会就行。

直到备赛培训，一位前辈说：“觉得矩阵运算枯燥，可以把它和密码联系起来，学生眼睛都会亮。所谓‘表演’，不过是让抽象知识落地的桥梁，每节课都这么用心，那它该是一门多有意思的课啊！”被这句话打动的我开始尝试改变：挖掘案例、设计问题链、制作动画、精进板书……这才认识到，之前抵触的“表演”，其实是对教学细节的打磨，是从“会教”到“教好”的转变，改变也没有想象中那么困难，反而让我发掘了自己的潜能。

以前觉得教了几年有经验就够，可备赛让我看清，教学没有终点，只有持续成长，而我也在这场看似“表演”的比赛里，找到了更该有的老师模样。

赛场为始，课堂为终

赛事终有落幕，但三尺讲台的教学时光，始终向前流淌。从赛场回到课堂，我能感受到这场比赛未完待续的深意——它不是终点，而是让教学焕新的起点。

曾经为比赛挖掘的案例、精心设计的导入，如今成了课堂上的常客。当我不再是为“竞技”而呈现，而是带着备赛时积累的巧思，把无人驾驶汽车与“坐标变换”结合、用三原色讲透“矩阵的秩”时，我能清晰感受到自己内心更足的底气，能看到学生眼里更闪耀的光。那些曾被我视作“表演”的细节，此刻成了拉近知识与学生的纽带。比赛之于参赛者的意义从不在那短短二十分钟的输赢，而在它推着我们把“最好的一课”，变成日常课堂里的“每一课”。

赛场是一时的试炼，课堂才是长久的检验。赛场上，要面对的是评委的目光；课堂里，要接住的是学生对知识的期待。课程的知识不会变，但学生的认知节奏、时代对教学的要求一直在变。我深知，自己目前的积累还远远不够，或许今天能用一个案例启发思考，明天就需要找到更鲜活的方式让计算不再枯燥，唯有带着赛场上的打磨精神，在课堂里不断试错、思考、调整，才能不辜负讲台，不辜负学生，也不让自己在日复一日的教学里停下成长的脚步。

一人逐光，众人护航

回望青教赛这段路，难忘的不仅是赛场的瞬间，更是身后团队的陪伴与身旁战友的同行——“成长”从不是一个人的孤军奋战，而是“一人”被“众人”托举着、与“众



人”并肩着，一步步变得更坚定。

备赛时，我对着课件反复修改，却总觉得“矩阵乘法”的设计不流畅，是课程团队里的教师集体开会帮我调整方案；每个动态演示，都是同事根据我的定制专门打造；就连我的研究生，也会在我熬夜改课件时，悄悄递一杯热咖啡，说句“老师别太累，我们都陪着你”；学院、校工会和教务处的全方位保障让我有底气沉着应战。那些细碎的温暖，让这场“一人”的备战，被“众人”的善意裹满了前行的力量。

而赛场上认识的那些战友，更让我明白“同行”的意义。我们来自不同专业，却有着同样的焦虑：有人怕专业课讲得太枯燥，有人担心时间把控不好。市赛前的学校集训里，同校的几位选手常凑在一起讨论教案，当彼此贴心的听众。更让我意外的是外校前辈的慷慨，北科大、地大的多位往届选手都曾倾囊相授。青教赛就是这样一个地方——超越个人与校际利益，薪火相传，开放共享，协同共进。

如今再想起青教赛，我格外庆幸：庆幸有团队做我最坚实的后盾，让我敢放手去闯；庆幸有战友与我并肩同行，让我在疲惫时能找到共鸣。这份“一人”与“众人”的羁绊，早已成了比比赛结果更珍贵的收获。



高校数学基础课中“四个结合”教学理念的探索与分析

——以《线性代数》课程中的一个教学单元为例

清华大学 杨晶

(杨晶获2017年第十届北京高校青年教师教学基本功比赛理工类一等奖)

摘要: 在清华大学“三位一体”理念指导下的教育教学改革中,我们在数学基础课程中提出了抽象与形象结合、代数与几何结合、基础知识与高观点相结合、数学与文化相结合的教学理念,并展开了相关教学实践与探索。本文以《线性代数》课程中的一个教学单元为例,阐述与分析了上述教学理念与实践的情况与成果。

关键词: 三位一体;数学基础课;教育教学改革;线性代数

数学基础课程是高等教育中重要而基本的组成部分,对培养大学生严谨的逻辑思维能力有重要的作用。以《微积分》、《线性代数》和《概率论与数理统计》等课程为代表的数学基础课,几乎是所有理工科学生的必修课程,且为后续各门专业课必须的先修课程。

然而,目前国内高校的数学基础课程教学中普遍存在以下几个问题。

第一,课程知识点的讲授较为抽象,较为形式化,缺少生动的类比、例子与应用。很多数学概念和方法都经过高度的抽象与简化,脱离了知识产生的背景和动机,概念引入的诸多历史沉淀在教材中却是2~3行的精炼描述,抹杀了其归纳总结过程中思维的火花。

第二,过于讲究知识点的逻辑体系,涉及的应用案例较少,对学生探索精神强调不够。数学基础课程往往都有自身独立的知识体系,现行教学方式比较强调自身演绎体系,应用案例背景较为专业,低年级本科生在学习时不易明白。教学内容经过中外名师千锤百炼,几乎没有“悬而未决”的公开问题。学生缺少探究未知的机会。

第三,大班上课师生互动难以展开,学生课堂专注度容易丢失。由于师生比等原因,目前国内大多数高校的数学基础课堂一般都是80~150人的大课堂,甚至超



过200人。教师在教学中无法兼顾到每一个学生,师生互动很难展开。实际课堂教学中,学生专注度容易丢失。

清华大学在创建“世界一流”大学的征程中,提出建立价值塑造、能力培养和知识传授“三位一体”的教育模式与教育理念。从2017年开始,清华大学全面推行大类招生和大类培养,将四十余个招生专业整合为16个大类,并展开了全面的课程体系改革,改革课程教学方法和教学内容。本文拟在“三位一体”的教学理念下,以《线性代数》课程的一个教学单元“n维向量空间”为例,探讨我们在数学基础课中教学过程中一些实践与探索。

一、抽象与形象相结合:在抽象思维的讲述中加入创新性的形象思维的元素

数学是一种知识体系,是经过严密的逻辑推理而形成的系统化的理论知识总和,它既反映了人们对“现实世界的空间形式和数量关系”的认识,又反映了人们对“可能的量的关系和形式”的认识。数学来自现实世界的直接抽象,指导人类的思维,视角和劳动创造。数学中,高度的抽象是为了高度的概括性。然而,抽象是一把“双刃剑”,高度抽象会带来学习者认知的困难与学习主动性的破坏。《线性代数》课程中很多概念的叙述都高度的形式化与抽象化,使学生在学习中面临很大困难。例如:行列式的概念,矩阵乘法的定义等,对初学者来说都很抽象且突兀,与学生在中小学所学的数学与常规认知有很大距离。学生往往听完定义就晕了。

为了有效地解决这个问题,我们努力把抽象思维和形象思维结合起来,通过



图1. 形象方式解释抽象数学概念的例子

在抽象概念中加入形象思维的元素,用生活中鲜活生动的例子,使得学生更加深刻地理解、并能够熟练应用抽象思维的内容,并克服只使用单一数学工具解决工程问



题。在课程设计中,我们对很多抽象的数学概念和推导的过程,均给出了形象元素的类比,使得抽象的数学概念“看得见也摸得着”,力图让学生在学习数学的过程中,不再觉得枯燥和深奥。例如:(1)、创新性地加入了以授课教师为原型的卡通漫画形象,拉近了与青年学生的距离;(2)、以经典的科幻小说《平面国》中的主人公为原型,提取出扑克牌“平面小A”的形象,展开思想实验,循循善诱,层层深入,引导学生探究问题;(3)、用“圈羊行动”与生态圈类比封闭性与代数系统;(4)、摄影中的延时拍摄技术来解释数学中“向量不相等”的概念。

在“抽象”与“形象”之间找到平衡点,让数学既能深刻,又能变得好看好玩起来,这正是我们教学改革与探索中所遵循的重要的教学理念之一。

二、代数与几何相结合:“数形结合百般好,隔离分家万事休”

英国数学家大卫·希尔伯特说过:“算术记号是写下来的图形,几何图形是画下来的公式。”许多数学大师们都认为几何基础要以算术为起点,却又不能脱离几何直观。然而,在我国近年来的高等数学教育中,几何的内容被严重忽视,作为数学基础课的《微积分》和《线性代数》,往往过于强调自我演绎体系。这从逻辑和审美观点看很好,但缺点是“形”与“数”固有的内在联系被割断了。

针对此问题,我们在实际教学中将代数与几何紧密结合起来。例如:在“ n 维向量空间”教学单元内,我们分别从几何层面与代数层面分析了如何从熟悉的二维,三维空间推广到一般的 n 维空间。在这里我们引导学生意识到几何与代数分别是同一事物的不同层面,正所谓“横看成岭侧成峰,远近高低各不同”,选取最合适的视角和观点,有助于我们最清晰地认知事物的本质。在介绍完子空间的概念后,由于子空间的概念比较抽象,为了让学生更好的理解概念,我们从几何角度,以一维子空间为例,分析了实际上它就对应了一条直线,并鼓励同学自行展开课下讨论,决定三维向量空间中所有可能的子空间及其对应的几何图形,帮助学生通过对三维空间中的几何图形,扩展思维认识更高维空间中的数学概念与理论。

我国著名数学家华罗庚先生曾说:“数缺形时少直观,形少数时难入微;数形结合百般好,隔离分家万事休。”代数与几何结合,数与形并重是我们教学改革与探索中的另一教学理念与特色,也是对传统教材新的理解和补充。

三、基础知识与高观点相结合:更高观点与理念的渗透,力图做到高屋建瓴,融会贯通



德国数学家、教育学家菲利克斯·克莱因(哥廷根学派的创始人)倡导“高观点下的数学”。在克莱因看来,一个数学教师的职责是:“应使学生了解数学并不是孤立的各门学问,而是一个有机的整体。”基础数学的教师应该掌握或了解数学的各种概念、方法及其发展与完善的过程以及数学教育演化的经过,只有观点高了,事物才能显得明了而简单。例如:在实数域里,不好理解的某些数学概念,从复数的观点来看就很清楚;在欧式空间里某些不好解释的几何现象,从射影空间的观点来看,就有满意的说明。

“站得高看得远,如坐井只观天。”学生在初学时,难免局限于知识点本身,只看到“树木”;而作为“过来人”的老师,有必要也有责任告诉学生“故事发展的整体脉络和趋势”,引导学生“既见树木又见森林”,才能引导学生避免走弯路,“绕过悬崖,渡过险滩”。

具体在“ n 维向量空间”教学单元的教学设计中,我们站在更高的角度,引入了“封闭性”与“代数系统”等高观点下代数学的概念。《线性代数》是“代数学”分支的第一门课程,后续还有《抽象代数》,《代数数论》等代数类的课程。传统的《线性代数》课程,出于简化的目的,往往是回避“封闭性”与“代数系统”这样更高的代数学观点与理念的,但这两个概念在《抽象代数》等后续课程中,均为重要的概念。实际上,在《抽象代数》中,介绍“群、环、域”等更抽象的概念时,往往把《线性代数》中的矩阵、向量空间、线性空间等概念作为例子来引用的。所以,《线性代数》作为基础课程与后续课程有千丝万缕的联系。既然如此,我们何不把后续课程中更高的代数学观点渗透到《线性代数》的授课过程中呢?

然而,高观点下的概念往往比较抽象,比较复杂难懂,如何让低年级的学生也能欣然接受这些概念呢?这是一个具有挑战意义的问题。在本单元的教学实践中,我们把上述观念以简单形象的方式呈现给学生,例如:我们用画圈来比喻封闭性;用“闭合流域”来比喻代数系统;用精彩的集体舞蹈表演与优美的梯田风光的照片,来类比代数系统内的结构与层次。这也是我们的一个特色和创新性探索,是对经典课程的拔高与提升。

一名称职的基础数学教师,应当站在更高的视角来审视、理解基础数学中的问题,引导学生将基础数学中的概念和结论,放到更高的理论结构内,方能真正理解其中的合理性与深刻性,方能“既见树木,也见森林”。这是我们教学改革与探索中所遵



循的重要的教学理念之三。

四、数学与文化相结合:注重数学与世界的广泛联系,注重数学文化

南开大学顾沛教授认为,“从狭义上说,数学文化即数学的思想、精神、方法、观点、语言及其的形成和发展过程;从广义上说,除了狭义的内容外,数学文化还包括数学家、数学史、数学美、数学教育、数学发展中的人文成分以及数学与各种文化的关系”

在具体实践中,我们教学设计的一个重要目的,是带领学生用数学的眼光来认知世界,得到更新的更清晰准确的看法。数学不仅仅是一系列技巧和逻辑,更重要的是,数学的应用价值与指导意义。数学中蕴涵了世间万物的运行规律。

例如,在“n维向量空间”教学单元中,我们不断地鼓励同学们发散思维,认识数学与其他学科、其他领域的联系,如:数学与天文物理,数学与文学,数学与摄影文化,数学与电影文化等。特别是用数学方式解释赫拉克利特的哲学命题。古希腊哲学家赫拉克利特曾提出“人不能两次踏进同一条河流”的著名哲学命题。这一命题在历史上曾经让很多人费解,然而我们用向量相等的概念,即可简洁精确地说明这个命题。在4维空间中,若时刻 $t_1 \neq t_2$,则有向量

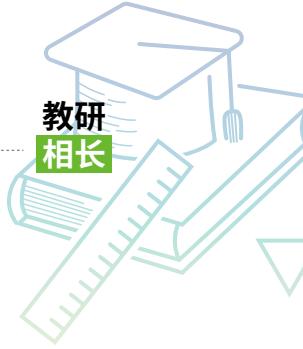
$$(t_1, x, y, z) \neq (t_2, x, y, z).$$

上述两个向量就代表了两条不同的河流。进一步还可举一反三。赫拉克利特之后,他的学生克拉底鲁又进一步提出了“人一次也不能踏进同一条河流”的命题。这个命题在历史上更是饱受争议,但我们结合线性代数中向量相等和微积分中无穷小的概念,同样可以给出其数学解释,即

$$(t+\varepsilon, x, y, z) \neq (t, x, y, z) \quad (\text{对任意 } \varepsilon > 0).$$

鼓励学生继续探索和发现数学和哲学之间广泛的联系。以上做法,旨在以点带面,激发学生进一步思考数学与哲学的联系,用数学理论加深对这些基本规律的理解和认识;反之,以哲学作为世界观,为进一步学习数学提供指导,并引导学生体会“数学之精确,数学之精炼,数学之精彩”。

古希腊哲学家数学家毕达哥拉斯曾说:“万物皆数”,世间万物的运行都蕴含着数学原理,数学是一门自然科学,也是一种文化,数学如果脱离了其丰富的文化基础,就会被简化成一系列的技巧,它的形象也就被完全歪曲了。真正好的数学课的教学过程是要带领学生认知数学,更要引导学生认知世界。这是我们在教学实践与探



索中所遵循的第四个重要的教学理念。

五、结语

总之,我们将抽象与形象结合、代数与几何结合、基础知识与高观点相结合、数学与文化相结合的教学实践与教学理念,是在“知识传授”的基础上,更加侧重“价值塑造”与“能力培养”。这是清华大学教育教学改革中一次有益的尝试,也为我国高校数学基础课程在新形势下的教学改革这一系统工程,提供了一些参考与借鉴。

参考文献

- [1] 清华大学. 清华大学关于全面深化教育教学改革的若干意见 [J]. 清华大学教育研究, 2014, 35(6).
- [2] 恩格斯. 反杜林论 [M]. 北京: 人民出版社, 1999.
- [3] 王元. 华罗庚(修订版) 科学家传记系列 [M]. 南昌: 江西教育出版社, 1999.
- [4] 吴文俊. 世界著名科学家传记: 数学家 [M]. 科学出版社, 1990.
- [5] 王元. 华罗庚(修订版) 科学家传记系列 [M]. 南昌: 江西教育出版社, 1999.
- [6] 菲利克斯·克莱因(著), 舒湘芹等(译). 高观点下的初等数学. 上海: 复旦大学出版社, 2008.
- [7] 顾沛. 南开大学的数学文化课程十年来的探索与实践——兼谈科学教育与人文教育的融合 [J]. 中国高教研究, 2011(9): 92–93.



北京高校青年教师教学基本功大赛



北京高校青年教师教学基本功大赛工科组

在工科课程教学中强调“价值塑造”

清华大学 李威

(李威获2017年第十届北京高校青年教师教学基本功比赛理工类一等奖，
并获2018年第四届全国高校青年教师教学竞赛工科组一等奖)

摘要：在清华大学“价值塑造、能力培养、知识传授”核心教育理念中，价值塑造是放在首位的。本文结合第四届全国青年教师教学竞赛备赛经验，对如何在工科课程教学中融入并强调价值塑造进行了分析，探讨了在“三位一体”理念下，如何进行相关课程方案的设计。

关键词：工科课程教学；价值塑造；教学理念

在《清华大学关于全面深化教育教学改革的若干意见》中，提出了学校全面深化教育教学改革的总体目标，其中提到要建立价值塑造、能力培养和知识传授“三位一体”的教育模式。在2017年教育部本科教学审核评估中，专家组对这一人才培养模式进行了充分肯定，认为这是“重大而深刻的变革”。但专家组也指出了在具体实施过程中落实度不够的问题，一些教师也认为理念的内涵理解和具体落地存在一定困难[1]。

本文作者有幸作为清华大学和北京市的代表参加了2018年在浙江金华举办的第四届全国青年教师教学竞赛。在备赛过程中，通过教练团队的共同指导，在不断深化、精炼教学内容的基础上，对“三位一体”理念的落实进行了一些有益尝试，尤其是尝试将“价值塑造”理念有机融入在每一节课程的设计和讲授中，最终获得工科组一等奖第一名。本文主要结合备赛过程中的经验，重点介绍如何在工科教学中强化价值塑造。

一、为什么要在工科课程中进行价值塑造

价值塑造是一个高屋建瓴的概念，其实质就是意识形态的培养。意识形态是人对事物的理解和认知，它不是人生来就有的，而是源于社会。人的意识形态受思维能力、时代和社会环境，特别是教育和宣传的影响。

在一般的课堂教学过程中，通常是知识传授在先，通过这个过程培养能力，然后



进行价值塑造。这三者中,知识传授是最主要的组成部分,是后续能力培养和价值塑造的载体。在信息爆炸且通讯高度发达的社会背景下,知识更新频率加快,其获取也变得相对容易。在学生完成课堂学习若干年后,对某个具体的知识点很可能会模糊甚至遗忘,但在知识学习和训练过程中凝练的能力,乃至传输的价值观念会留下深刻的印象。所谓育才必须先育人,因此在这三者之中将价值塑造放在首位。

工科是利用科学和技术的原理,解决社会发展中遇到的问题。工科和人民生活以及社会发展密不可分,工科学生是未来建设中国特色社会主义的骨干力量,他们的价值观对整个社会的价值观有重要的影响。如果仅重视对理工类知识的学习,对人文社科方面的知识重视不够、思考不足,造成的可能结果是一部分学生掌握了科学技术知识,但忽视了要“成为什么样的人,为谁而学习”的问题。部分教师在其自身的成长过程中就缺乏价值观方面有意识的塑造,认为传递价值观只是思想政治课程的任务,就有可能忽视了对根本问题“培养什么人、怎样培养人、为谁培养人”的回答。

习近平总书记强调,要把立德树人融入思想道德教育、文化知识教育、社会实践教育各环节。由此可见,价值塑造并不仅仅是思想政治课程的内容,而应该融入教育教学的方方面面。为了提高工科学生的综合素质,引领学生形成共同的理想价值标准,需要积极探索在工科课程教学中融入价值观教育的方法,将价值塑造真正落地。

二、如何在工科课程中进行价值塑造

为了改变当前在工科课程中价值塑造受重视程度不足的情况,关键在于从思想上真正认识价值塑造的重要性,将其作为工科课程的重要任务,并将其融入到课堂教学的各方面中。

以往的课程教学设计中,教师通常只重视知识和能力方面的内容。列出学生需要掌握的知识点,标明需要培养的能力,便完成了课程的授课目标设计。教学的创新往往只限于教学方法和技巧方面的改变。要改进当前情况,需要摒弃价值塑造只是思政类课程任务的陈腐观念,从源头上重视价值塑造,将塑造价值作为工科课程的教学目标之一。在课堂上塑造的价值包括社会主义核心价值观,另外还包括对科技的探索,对人文的关怀,对工程伦理的思辨等。更具体的,例如,一个工程师要本着对国家,社会和人民负责的态度,认真扎实对待相关的工程工作,这就是需要传递的正



北京高校青年教师教学基本功大赛



北京高校青年教师教学基本功大赛

确价值观。

以笔者参加全国高校青年教师教学竞赛的准备过程为例。在课程中有一讲《混凝土的高温爆裂》，知识方面主要是讲授混凝土在火灾下的一种特殊现象——“爆裂”，包括概念、机理、防治措施等。通过对知识点的讲解，并比较不同爆裂机理的由来及异同，培养学生对比分析的能力，通过对防治措施的介绍，培养学生从工程角度出发解决问题的能力。以往教学中，上述知识和能力方面的目标列出后就基本完成了教学目标的设计。但这样做势必造成价值层面目标的缺失，影响课程“价值塑造”功能的发挥。在平时上课和备赛过程中，教师从教案设计开始就重视价值观这一重要组成。将教学目标分成“价值”、“能力”和“知识”三个层面，厘清各层面目标之间的关系，在方案设计阶段就强调课程的价值塑造。

怎样在看似平淡的知识讲解中提炼出背后的价值呢？知识本身是客观的，但如何发现或创造这些知识，如何利用和更新这些知识，其中蕴藏着价值。提炼价值的关键在于教师对知识和问题的深入理解和思考，也需要教师本身有正确的价值观念。例如，合理利用知识过程中体现的社会和职业责任感是大多数工科课贯穿始终所需要塑造的最重要价值——“爱国、敬业”，在许多课程中都可以将其作为价值层面的授课目标。结合某堂课所讲授的知识内容进行挖掘，就能得到具体知识背后蕴藏的价值观。例如，《混凝土的高温爆裂》这一节课上重点介绍的两种“爆裂”机理，都是国外研究人员提出的，有着各自的局限性。在一般参考资料上只介绍了这些机理，但对这些机理怎么提出来的，它们的局限性，以及相关发展介绍较少。对于学生来说，知道爆裂机理本身固然重要，但这只是“知其然”，更重要的是“知其所以然”。看清楚机理如何被发掘的以及它的局限性，才能对真正理解这方面的知识、以至将来在此基础上创造新的知识有帮助。这节课的价值目标之一就可以设定为对知识来源的追溯。设置了这样价值层面的教学目标，就相当于课程有了价值主线，知识的传授就会变得更有意义。

树立了课程的价值目标，在授课过程中如何具体落实呢？方式方法是多种多样的。对某个事件的分析，对知识来源过程的探究，对某个问题的见解，都可以成为价值观传递的载体。每节课堂上如何正确向学生传递社会和职业责任感呢？再如《混凝土的高温爆裂》这一节课，在课程引入阶段，教师列举了2009年央视新台址北配楼重大火灾的案例。如果仅局限于列举案例本身是不能对价值塑造带来作用的，还需要



指出混凝土爆裂对结构承载力带来了很大的影响,直接威胁到受火结构的安全,而对爆裂混凝土的修复更是直接影响火灾后的结构安全。这一引入不仅指出了课程内容的重要性,更点明了学习者,也是将来的工程相关人员所肩负的责任。这就自然而然地将课程主要内容和价值塑造目标挂起钩来。教师自身的行为也是传递价值观的关键载体。以传递上述“追问”精神为例,在一般教材上没有相关论述的情况下,教师通过检索找到原始文献,仔细对比研究后将结果在课堂上呈现。在授课中,将这一研究和分析过程还原给学生。这节课的“核心价值”就是教师用自己应对“未知问题”的处理方式告诉学生做学问要“追问”,要有质疑和追求真理的精神。课堂讲授过程中,在研究进展部分介绍了课题组参与的央视大楼的修复工作,利用课题组提出的受火受力全过程分析模型,对火灾作用后结构承载能力进行评估,并在此基础上提出了修复加固的优选方案。这样的修复方案使得加固后的结构力学性能比原结构增强了,并且抗火能力也得到了改善,受到了业内评审专家们的一致认可,也在国际顶级期刊上发表了相关学术论文。在此基础上进一步向学生展示了教学相关研究领域进展,传递了自主创新的意识。这种价值塑造的方式比一般的讲解更为有力,因为这是教师用自己科研与教学相结合实例向学生亲身示范和传递。

在课堂教学中价值塑造方面需要注意哪些问题呢?首先切忌生搬硬套。价值塑造通常是依附于某个具体知识点而不是孤立存在的。对于具体的课程而言,由于学时等方面的限制,并非每个知识点都需要树立价值塑造的教学目标,也并非所有主题和章节内容都适合价值塑造。空喊口号、生硬拔高等有时会适得其反。其次不能画蛇添足。知识传授还是绝大部分课程的主体,价值塑造应该对课程内容起到画龙点睛的作用。对价值塑造方面的内容不要过分拓展,要巧妙的融入在教学时间内。工科课程中的价值塑造应该是“润物细无声”,通过对技术分析、工程案例、科技前沿的学习,让学生在潜移默化下自觉接受教师传递正面的价值,达到“入脑、入耳、入心”的效果。

三、结语

工科学生是社会发展的生力军和未来行业的领导力量,工科知识是科技和社会的结晶体,工科课堂应该是价值教育的重要阵地和渠道。教师必须从思想源头真正重视工科课程在价值塑造方面的重要作用,自觉主动的在课程中强调价值塑造,并不断提升自身的价值观念。要结合工科学生群体的特点,在科技课程教学内容中有



北京高校青年教师教学基本功大赛



北京高校青年教师教学基本功大赛

机渗透和融入价值观教育,使他们真正从思想上深刻认识领会价值塑造的内涵和精髓,引导学生自觉主动的实现由认知到认同的转变。使工科课程的价值塑造真正落到实处,这方面的教育教学改革任重道远。

参考文献

- [1] 杨斌. 践行“三位一体”教育理念全面建设一流人才培养模式. 清华大学教育研究. 2018, 39 (3) :1-6.

赋能新文科“金课”建设，引领“统计学” 课程育人创新

中央财经大学 关 蓉

(关蓉获2019年第十一届北京高校青年教师教学基本功比赛理科类一等奖)

摘要：在高等教育改革进程中，“金课”建设是提升人才培养质量的关键。本文以笔者的实践为依据，深入探究高校青年教师教学基本功比赛（“青教赛”）对新文科“金课”建设的促进作用。青教赛驱动“统计学”课程在教学设计上创新，通过案例教学提升学生实践能力；完善育人体系，实现知识、能力与情感目标的融合；深度优化内容与方法，形成财经特色体系并借助案例攻克重难点；产生广泛的示范引领效应，在校内校外均获高度认可，为新文科“金课”建设提供了宝贵经验。

关键词：青教赛；新文科；“金课”；统计学；课程建设

在高等教育持续追求创新发展、全力提升人才培养质量的时代背景下，“金课”建设已成为高等教育改革的核心任务。教育部发布的《关于一流本科课程建设的实施意见》等政策文件明确指出，“金课”应具备高阶性、创新性和挑战度。这一要求旨在通过打造高质量课程，全面培养学生的综合素养、创新能力和批判性思维，使其能够从容应对未来社会的复杂挑战，为国家和社会输送大量高素质专业人才。

高校青年教师教学基本功比赛（以下简称“青教赛”），秉持“上好一门课”的办赛理念，涵盖教学设计、现场教学展示、教学反思等多个关键环节，是助力青年教师教学能力提升的重要平台。它不仅全面检验教师的教学基本功，还在推动教师更新教学理念、创新教学方法、优化教学内容等方面发挥着重要作用，激励青年教师不断提升教学水平，在教育教学领域充分实现自身价值。

“统计学”课程在培养学生运用数据思维解决文科问题、提升文科研究科学性方面发挥着不可替代的关键作用，有力推动了文科教育的创新发展。笔者凭借“统计学”课程参加北京高校第十一届青教赛，荣获一等奖、最佳教案奖、最佳现场展示奖、最佳教学回顾奖。此后，该课程获评第二批国家级一流本科课程。这段经历使笔者深刻认识到青教赛对课程建设的积极影响。基于此，本文结合自身实践，深入探究

青教赛对新文科“金课”建设的促进作用，分享相关经验与思考，期望能为新文科“金课”建设提供有益参考。

一、青教赛助力“统计学”课程的全方位革新

青教赛作为提升青年教师教学能力的重要平台，其评分标准涵盖教学设计、现场教学展示、教学反思等多个方面，对高校课程建设具有重要的指引作用。在青教赛的引领下，“统计学”课程在多个维度实现了革新与进阶，持续朝着新文科“金课”的目标迈进。

第一，教学设计的创新突破

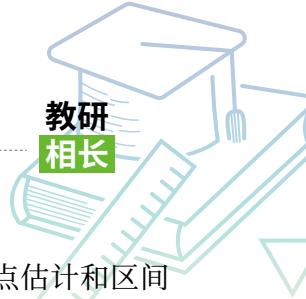
青教赛对教学设计的高要求推动“统计学”课程在这方面实现创新突破。在案例教学中，课程严格遵循青教赛教学内容需理论联系实际的标准，精心选取贴合财经专业实际的案例，充分挖掘统计学在经济领域的应用价值。以二手房房价分析案例为例，引导学生收集所在城市不同区域二手房的多维度交易数据，如房屋面积、房龄、周边配套设施等。学生运用数据描述知识制作统计图和统计表，直观呈现数据特征，再利用推断统计方法分析影响房价的关键因素，建立回归模型预测房价走势。这一过程不仅使学生掌握了统计方法，还使其深刻理解了统计学在房地产市场分析中的重要作用，有效提升了学生将理论知识应用于实际问题的能力，契合青教赛对教学内容和能力培养的要求。

考核评价体系的创新同样源于青教赛对教学形式和手段的重视。课程以全过程考核为核心，全方位跟踪学生的学习过程。课前，借助在线学习平台布置预习任务，让学生观看相关统计知识微视频并完成小测试，检验预习效果并将其计入平时成绩。课堂上，组织小组讨论案例、学生上台讲解分析思路等互动环节，依据学生的参与度和表现进行评分，充分调动学生的学习积极性。课后作业除书面练习外，还布置实践作业，如让学生分组分析产品销售额的影响因素。这些环节的设计充分体现了教与学的有机结合，全面提升了教学效果。

第二，课程育人体系的完善升级

青教赛强调教学内容要凸显立德树人理念，这为“统计学”课程育人体系的完善升级指明了方向。课程以培养拔尖创新人才为根本导向，构建了全面且层次分明的教学目标体系。

在知识层面，注重让学生扎实掌握统计学基本概念和方法原理。例如，在讲授参



数估计时,结合某企业产品质量参数估计的实际案例,帮助学生理解点估计和区间估计的概念、计算方法,以及在不同场景下选择合适估计方法的要点,使学生深入领会统计理论与实际问题的紧密联系,夯实知识基础。

在能力层面,着重培养学生分析和解决问题的能力。比如,以产品销售额影响因素分析为实践项目,引导学生在学习相关与回归分析后,将经济管理中的销售额问题转化为统计分析问题,运用所学知识开展数据的收集、描述和分析工作,为企业制定营销策略提供有价值的建议,切实提升学生运用统计方法解决本专业现实问题的能力。

在情感层面,通过融入课程思政元素实现价值引领。例如,在讲解统计数据收集和分析时,引入国家宏观经济数据统计分析案例,让学生认识到准确统计数据对国家政策制定和企业决策的重要性,树立“以数据为准绳”的定量思维,培养严谨的治学态度和社会责任感。

第三,课程内容与方法的深度优化

青教赛对教学内容特色和前沿性的要求,促使“统计学”课程形成具有鲜明财经特色的內容体系。从应用角度出发,课程精心整合内容,精简前序课程已学的概率论和基础理论部分,避免重复教学,同时融入主成分与因子分析、聚类分析等对财经专业学生发展至关重要但传统教材未涉及的多元统计方法。例如,在“因子分析”教学中,以金融市场多个股票收益率数据为例,讲解如何通过因子分析挖掘潜在因子,帮助学生理解其在金融风险评估、投资组合优化等方面的应用,充分体现课程内容的特色和前沿性。

在教学方法上,青教赛对教学方法运用灵活、恰当的标准促使课程坚持理论与实践相结合,通过案例分析讨论攻克课程重难点。以假设检验教学为例,以某品牌产品质量检测为案例,引导学生提出假设、选择检验统计量、依据p值进行决策,使学生深刻理解假设检验的基本原理以及p值、两类错误等难点内容。

第四,课程示范引领效应的广泛辐射

青教赛对教学效果的高要求促使“统计学”课程在提升自身质量的同时,产生了广泛的示范引领效应。在学校内部,课程深受学生喜爱和专家认可。笔者的授课评教分数表现优异,多次位列全校前10%。从学生反馈来看,超过95%的学生认为课程锻炼了思考和探究能力;92.5%的学生认为课堂案例分析环节很有挑战性,激发了学

习兴趣和挑战精神。校内教学督导评价课程能够充分调动学生的积极性,师生互动精彩,教学环节设计合理。

在校外,课程同样获得高度赞誉。笔者受邀请面向全国教师做教研报告,分享课程在混合式教学、课程思政方面的建设经验,介绍课程利用线上学习平台进行课前预习、课后巩固,以及融入思政元素的做法,受到广大教师好评,为其他高校“统计学”课程建设提供了有益借鉴,充分发挥了课程的示范引领作用,进一步彰显了青教赛对课程建设的积极影响。

二、结语

在高等教育改革不断深化的背景下,新文科“金课”建设成为提升文科教育质量、培育适应时代需求文科人才的核心驱动力。青教赛在“统计学”的“金课”建设中意义重大,赛后的持续努力是巩固和扩大比赛成果、推动课程不断发展的重要保障。未来,应继续深入探索新文科理念下“统计学”课程的创新发展路径,紧密结合文科各专业的实际需求,进一步优化课程内容体系;充分利用现代教育技术,持续创新教学方法;加强与其他文科课程的融合与协作,打破学科界限,培养学生的跨学科综合素养,使“统计学”更好地服务于新文科人才的培养。

参考文献

- [1] 吴岩.建设中国“金课”[J].中国大学教学,2018,(12):4-9.
- [2] 原弘.以青年教师教学竞赛引导课堂教学改革和质量提升[J].中国大学教学,2017,(11):77-81.
- [3] 李博通,范玉妹.青教赛后关于教学设计的一些体会与范例[J].大学数学,2024,40(05):115-120.

工科与艺术交叉学科课程思政教学改革探索

——以智能开源硬件基础课程为例

北京邮电大学 兰名荣

(兰名荣获2023年第十三届北京高校青年教师教学基本功比赛教学论文一等奖)

摘要: 课程聚焦数字媒体技术等工科与艺术交叉融合专业需求,引入BOPPPS教学模式,面向社会“真痛点”、“真需求”,研讨智能感知、人机交互、5G物联网、AI等应用技术,引导学生自顶向下模仿企业提出产品,组建团队研发项目、设计架构、拆分任务、分解技术,个人回归课程探索和学明白,继而融入在课程实践中集团队力量研发、交付项目,达到创新源于社会、服务社会且终于社会的大思政目的,为高校同类交叉学科课程的改革做出前瞻性探索研究。

关键词: 艺工交叉学科;课程思政;电路类课程;课程改革

习近平总书记指出:“高校立身之本在于立德树人”。全面推进课程思政建设,是落实立德树人根本任务的战略举措。2020年6月5日,教育部发布了具有里程碑意义《高等学校课程思政建设指导纲要》,第五点中明确指出,结合专业特点分类推进课程思政建设。工学类专业课程,要注重强化学生工程伦理教育,培养学生精益求精的大国工匠精神,激发学生科技报国的家国情怀和使命担当。艺术学类专业课程,要在课程教学中教育引导学生立足时代、扎根人民、深入生活,引导学生自觉传承和弘扬中华优秀传统文化,增强文化自信。

国内已有部分院校开展了交叉学科专业中相关课程的思政建设。中南大学的石金晶等以量子信息类课程为基础开展了面向新兴交叉学科的课程思政教学改革探索[1],东北大学的孙雷等开展了人文社科与工程科技交叉融合下的工程专业课程建设探究[2],北京语言大学的沈庶英等基于学科交叉的统整建构,开展了来华留学课程的思政建设探索[3],西安电子科技大学的陈朝晖等以生物医用材料课程为例,探索前沿交叉学科课程思政教学改革[4],江南大学的王濛濛等以《影视经典作品鉴赏》为例,探索媒体影视交叉学科课程思政化教学改革[5],广西民族大学的禤华丽等以科技考古学专业课程为例,探究立德树人理念下文理交叉学科课程育人研究[6]。



北京交通大学图书馆

本课程立足于数字媒体技术、智能交互设计等工科与艺术交叉融合的专业,开展《智能开源硬件基础》等智能硬件系列课程思政建设,以“设计思维”为驱动,以“智能硬件技术”为支撑,以“设计与技术相融合的创新”为课程特色。设计思维:中国传统文化运用,突出文化自信。智能硬件:民族复兴理想与责任,突出工匠精神。课程特点为团队合作,学会以大局意识团队综合成果为目标,不计个人得失“牺牲小我,成就大我”的工匠精神,将创新意识融入到作业之中,以答辩代替考核的行成性评价机制。

一、课程改革目标

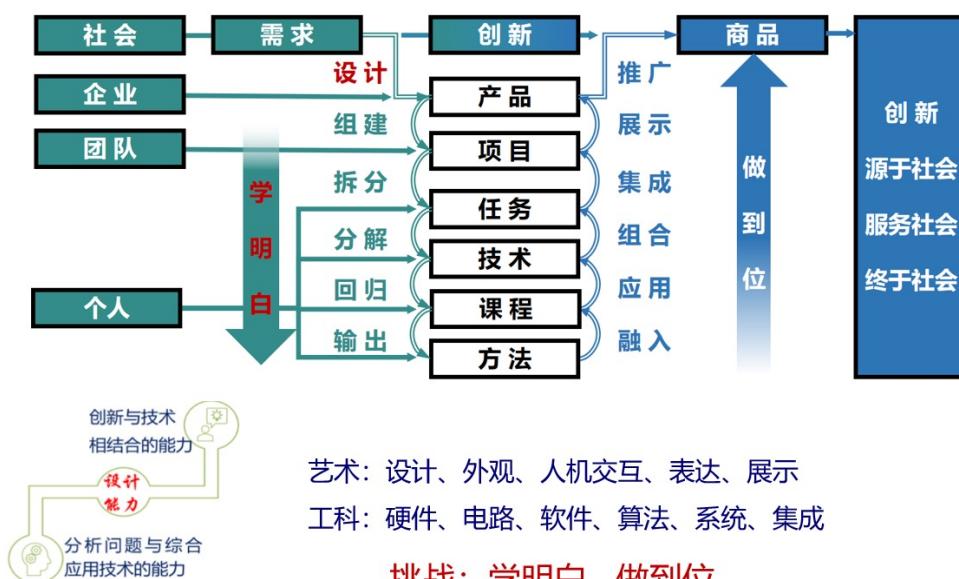


图1. 《智能开源硬件基础》课程理念

课程以现代科技与文化创意的交叉融合为导向,围绕互联网和数字创意产业,聚焦数字媒体技术、智能交互设计等工科与艺术交叉专业人才培养需求,研讨电路基础、智能感知、人机交互、物联网等应用技术,增加大量基于Arduino的基础型、应用型、创新型实验。面向社会“真痛点”,引导学生自顶向下模仿企业提出产品,如图1所示,组建团队研发项目、设计架构、分解技术,个人回归课程探索和学明白,实现硬件电路控制与音乐、动画、图像等多学科的结合,继而融入在课程实践中集团队力量研发项目,以培养具有创新能力、系统思维、解决复杂工程问题、挑战性问题的综合



能力和高级思维的卓越拔尖人才为目标,为高校同类交叉学科电路类课程的改革做出前瞻性探索。

二、课程改革举措

课程与教学改革要解决的重点问题

数字媒体技术专业的原电路类课程为《电路分析》《计算机硬件技术基础》,讲授8086、汇编语言等,无法满足现代科技与文化创意的交叉融合趋势下对此类交叉学科专业的人才培养需求,因此,自2017年起,开设《智能开源硬件基础》课程,建设适用于数字媒体技术、智能交互设计等工科与艺术交叉学科类专业的硬件电路类课程,需解决教什么、怎么教、怎么考等重点问题,具体如下:

- (1) 电路类课程内容改革,以满足工科与艺术交叉学科专业人才培养需求;
- (2) 教学方法和模式改革,以适应当前以学生为中心的教学需求;
- (3) 考核方式改革,以适应新时代下面向产出的课程需求;
- (4) 课程思政改革,以满足立德树人的培养需求;
- (5) 育人体系改革,以满足当代工程师的培养需求。

课程建设历程和改革要点

课程内容改革

原有电路课程理论部分过深和难,缺少动手实践。课程与教学改革要解决的首要问题是,此类交叉学科专业的电路类课程教什么,即在学分和学时数有限的情况下,如何精简和优化理论内容、降低硬件入门门槛、增强动手能力和多学科交叉思维。在校级高新课程建设、教改项目支持下,每年课程持续改革20%教学内容,主要如下:

(1) 理论部分内容精简和优化为搭建硬件电路需要的最基本理论,包含电路分析部分的电路基础知识、一阶电路,模拟电路部分的二极管、放大电路、模拟集成电路,数字电路部分的布尔代数、卡诺图、组合逻辑电路、时序逻辑电路,传感器部分的常见传感器,短距离通信技术部分的蓝牙、WIFI等。

(2) 实践部分引入开源硬件Arduino,降低交叉学科学生成员硬件的入门门槛,设置呼吸灯、交通灯、倒车雷达、火灾报警器等10个常规基础性实验,灯光交互、全息投影等4个挑战性任务,一个贯穿整学期的开放性创新实践项目。

教学方法改革



改变传统教师满堂灌、填鸭式授课方式,通过合理教学设计和课程安排,鼓励学生开展创造式、探究式、项目式、团队式的学习方式,使学生“学会、会学、勤学、成学、乐学”。

(1) BOPPPS教学模式串联一次课堂

采用BOPPPS教学模式进行课堂教学设计,以教育目标为导向,以学生为中心,将课程导入、学习目标、预评估、参与式学习、后评估和总结六个教学环节串联课堂教学内容和课堂进程,能够充分调动学生学习的主动性。

(2) CDIO创新实践项目拓展训练贯穿整个学期

创新实践项目拓展训练通过学期初开题、期中阶段检查、期末的结题汇报贯穿整个学期。鼓励学生团队合作,在开学初经过头脑风暴、调研论证、开题答辩,提出一个有一定应用价值的智能硬件项目,并制定研究方案和开发计划,在期中完成一半以上的开发,并在教师指导下及时调整存在的问题,在期末完成创新实践项目结题。

混合式教学设计

课程利用雨课堂、飞书平台、微信、教学云等数字化教学工具,结合智慧教室,开展线上线下立体式全天候混合教学。在教学云平台布置学习资料和发布课后作业,方便学生课前预习和课后提交作业。授课时线上利用雨课堂时刻掌握课堂学生动态,记录学生整个学期学情,发布线上考试,提高课堂学生参与度,降低教师管理学生、批改工作量,形成教学数据日志。与字节跳动共建课程,通过飞书工作台的云文档模块、项目管理模块、多维表格模块,可以促进学生创新实践项目开发时制定项目进度、共享协作和项目管理。通过飞书、微信即时通讯群组时刻管理学生,课外及时与学生互动、答疑等。线下充分利用智慧教室,开展BOPPPS教学模式中参与式学习,显著强化课堂教学师生互动、生生互动。

课程成绩评定方式改革

建立行程性考核机制,健全能力与知识考核并重的多元化课程考核评价体系,完善学生学习过程监测、评估与反馈机制。引入答辩机制,鼓励原创性项目。综合应用课堂讨论发言、基础实验、开放性项目等多种形式,全面考核学生对知识的掌握和运用。对学生分类分层次施教,强化实践。课程考核方式为考查,注重学生理论基础、软硬件动手能力、写作能力、展示能力以及团队合作能力的整体考核。

课程思政建设



深挖思政元素,如图2所示,课堂上采用思政引领式教学,创新实践项目环节深挖思政课题,以社会需求为驱动,以项目产出为导向。课程被评为校级课程思政示范课程,教学团队入选课程思政优秀教学团队,授课教师被认定为课程思政教学名师。

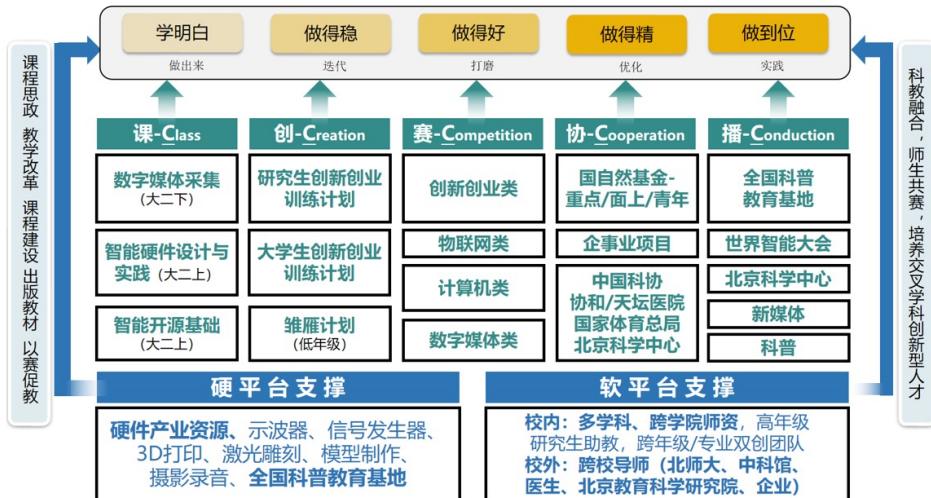


图2.《智能开源硬件基础》课程思政总体设计

构建5C维度智能硬件育人体系

构建5C“课-创-赛-协-播”五位一体育人体系,如图3所示,课程创新实践项目完成产品雏形,通过雏雁计划、大学生创新创业训练打磨升级迭代产品,参加中国“互联网+”等双创类竞赛模拟推广商品,达到创新源于社会、服务社会且终于社会的大思政目的。

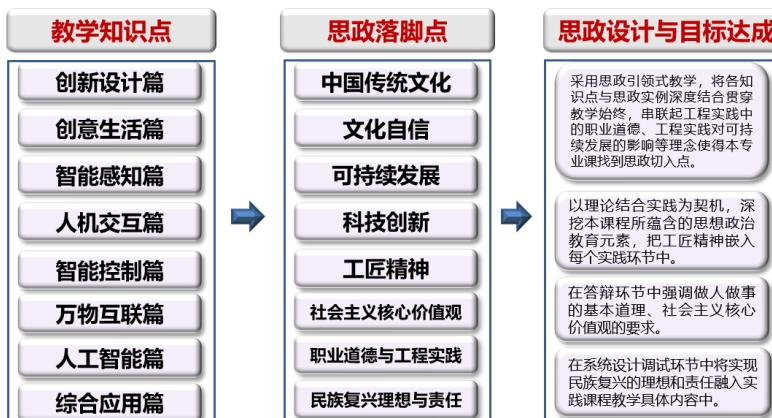


图3.“课-创-赛-协-播”五位一体育人体系



北京交通大学青年教师教学能力竞赛

北京教育科学研究院工程能力竞赛

三、课程评价及改革成效

北京教育科学研究院对课程进行全方位追踪和观测后，在评价报告中指出，课程通过探究式学习培养学生解决复杂问题的综合能力和高阶思维，体现OBE人才培养理念，课程挑战度高。

课程主讲教师高立在第六届全国高等学校电子信息类专业人才培养高峰论坛受邀做专题报告，汇报课程改革与双创结合。课程负责人兰名荣获第七届全国高等学校电子信息类专业青年教师授课竞赛决赛二等奖、华北赛区一等奖，获校级青教赛一等奖，并作为授课教师和评审专家，为每年新入职教师做教学培训。

学生从被动学习转化为主动学习，从只会做理论题转化具有创新思维、软硬件动手能力、展示汇报能力，初步具备了以目标为导向、以解决实际问题为驱动的学习方式。课程教学评价位列全校排名前7%。课程产出的项目在校内外比赛中高比例获奖。本课程孵化出双创项目100余项，获国家级、省部级各类型竞赛获奖近100项。课程授课教师均获得“省部级优秀创新创业指导教师”荣誉称号。

课程被评为北京邮电大学课程思政示范课、高新课、双创精品课，出版教材已用于哈尔滨工业大学、北京理工大学等高校。

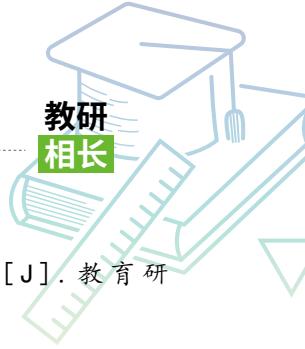
总结及展望

课程特色为适用于工科与艺术交叉学科类专业的硬件电路类课程，引入BOP-PPS教学模式和CDIO工程教育理念，梳理和优化电路理论知识，结合开源硬件平台降低交叉学科学生硬件入门门槛，通过教学改革逐步解决教什么、怎么教、怎么考等重点问题。课程多元化、过程化考核，坚持知识、能力、思维、技能和认知层面的有机融合，将多学科交叉思维的培养方式引入课堂，培养学生的创新能力、解决复杂工程问题、挑战性问题的综合能力，为高校同类交叉学科硬件类课程的改革做出前瞻性探索研究。

参考文献

[1] 石金晶, 黄端, 奎晓燕, 冯艳艳, 徐洪峰, 施荣华. 面向新兴交叉学科的课程思政教学改革探索与研究——以量子信息类课程为例[J]. 工业和信息化教育, 2022(03): 27-32+43.

[2] 孙雷, 胥孝川, 王青, 顾晓薇. 人文社科与工程科技交叉融合下的工程专业课程创新[J]. 新课程研究, 2021(30): 62-63.



[3] 沈庶英. 来华留学课程思政：基于学科交叉的统整建构[J]. 教育研究, 2021, 42(06):92-99.

[4] 陈朝晖, 吴巍炜, 胡波, 吕锐婵. 前沿交叉学科“课程思政”教学改革实践探索——以生物医用材料课程为例[J]. 教育教学论坛, 2020(47):57-58.

[5] 王濛濛, 李栋宁, 江琳娜, 李剑, 章立, 盛歆漪. 媒体影视交叉学科课程思政化教学改革思考——以《影视经典作品鉴赏》为例[J]. 中国多媒体与网络教学学报(上旬刊), 2020(11):102-104.

[6] 褚华丽, 袁增箭. 立德树人理念下文理交叉学科课程育人探究——以科技考古学专业课程为例[J]. 教育观察, 2020, 9(21):27-29.



北京交通大学青年教师教学基本功大赛

中国共产党人用典融入高校 思政课教学的三维探视

北京交通大学 李营辉

(李营辉获2023年第十三届北京高校青年教师教学基本功比赛文科类一等奖，并
获2024年第七届全国高校青教赛思政组二等奖)

摘要:作为承载记忆的特殊符号,用典蕴含厚重的历史经纬、文化基因、现实关照、价值意蕴。中国共产党人善于用典、精于用典,是马克思主义基本原理同中国具体实际相结合、同中华优秀传统文化相结合的生动体现。将中国共产党人用典融入高校思政课教学价值意蕴丰富、内容架构完整、实践路径清晰,是新时代高校思政课教学的宝贵资源。要充分挖掘、积极发挥用典育人育才的重要作用,久久为功持续提升高校思政课教学实效性。

关键词:中国共产党人;用典;思政课;教学

明理引乎成辞,征义举乎人事,乃圣贤之鸿谟,经籍之通矩也。作为承载记忆的特殊符号,“用典”是指作者对历史人物、史实事件、典章制度、史籍箴言、诗词名句的旁征博引,以达借古喻今的修辞手法。回望百余年奋斗历程,中国共产党人善于用典,将中华优秀传统文化、无产阶级领袖政治智慧和中国革命建设改革的理论实践贯穿融合。党的十八大以来,习近平总书记以高超的用典艺术和高度的文化自信精于用典。不论是沿用原意、拓展寓意或是反出新意,总书记“典”明要义,以深刻的大历史观、深邃的文化涵养和深入的政治视角诠释了新时代坚持和发展中国特色社会主义的理论实践,治国理政智慧深入人心。立德树人是新时代高校的根本任务,作为思想政治教育的主阵地,将中国共产党人用典融入高校思政课教学价值意蕴丰富、内容架构完整、实践路径清晰。要充分发挥好用典育人的重要作用,持续提升高校思政课教学实效性。

一、中国共产党人用典融入高校思政课教学的价值意蕴

中国共产党人用典具有强大的历史厚重感和现实穿透力,是马克思主义基本原理同中国具体实际相结合、同中华优秀传统文化相结合的生动体现。与此同时,用



典与高校思政课教学所需的思想文化性和教育启发性高度耦合,具有丰富的价值意蕴。

第一,以典思辨,知古鉴今,有利于提升高校思政课教学的现实向度

马克思主义基本原理同中国具体实际相结合,其实质就是让马克思主义在中国开花结果,既寻求正确的中国道路,以解决中国社会主要矛盾和根本问题,推进中国发展进步,也创新发展马克思主义。^[1]不断坚持和发展新时代中国特色社会主义,实现中华民族伟大复兴既是当今中国的最大实际,更是新时代开展思政课教学的重要主题。而如何将这个“最大实际”贯穿教学全过程,让讲授更有学理性和说服力,引典用之十分契合。典故属于历史资源范畴,而用典往往为关照现实所需。^[2]以史为鉴知兴替,将用典融入思政课教学可帮助学生讲清楚百年未有之大变局下“东升西降”之趋势,国家治理体系和治理能力现代化下“中治西乱”之对比。特别结合全面建成小康社会、脱贫攻坚与乡村振兴有机衔接等鲜活素材,引导学生以现实维度更加认同中国共产党为什么能、中国特色社会主义为什么好、归根到底是因为马克思主义行的这一重大论断,消弭部分思政课教学存在的理论枯燥、与现实相脱节的桎梏,进一步将宏大逻辑和深刻道理说清道明,提升理论关照解决现实问题的力度。

第二,文以化之,文以铸之,有利于提升高校思政课教学的文化厚度

习近平总书记强调:“中华优秀传统文化是中华文明的智慧结晶和精华所在,是中华民族的根和魂。”^[3]马克思主义基本原理同中华优秀传统文化相结合,其实质就是使马克思主义在中国落地扎根,运用马克思主义立场观点方法对中华优秀传统文化进行创造性转化和创新性发展,就是马克思主义经典作家从政治文化角度出发,对传统修辞手法的巧妙运用和历史关照。^[4]用典内涵的精神真谛是对民族文化的珍视承继与发展,彰显了民族文化的哲学智慧与魅力。以文化人是开展思想政治教育的重要抓手,善用中国共产党人用典中的文化元素并融入思政课教学,一方面有利于彰显中国共产党人文化修身的领袖形象,弘扬百年大党的文化基因;另一方面有利于提升学生的文化自信,消弭部分思政课教学存在的文化荒漠桎梏,共同传承好典故背后的文化基因,守护好中华民族的精神家园。

第三,史论关照,文典诠释,有利于提升高校思政课教学的历史维度

欲知大道,必先为史。中国共产党人用典既承载了中华民族五千年文明史之精华,又呈现了中国共产党带领中国人民走过的奋斗史、中华人民共和国的建设史、



北京交通大学图书馆学系



北京交通大学图书馆学系

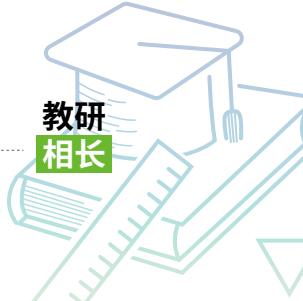
改革开放的成就史、新时代的辉煌史。这既是一堂悠久文明的历史课，更是一堂气壮豪迈的“四史”课。将用典融入思政课教学，可全面提升大学生的历史知识和人文素养，引导学生置身历史情境分清主流和支流、现实与虚无、延续与变革，更可向学生阐明历史智慧、历史转折、历史经验、历史规律，帮助其树立正确唯物史观、大历史观和党史观，为培养堪当民族复兴重任的时代新人提供坚强意识形态保证。

二、中国共产党人用典融入高校思政课教学的内容架构

中国共产党人用典不是辞藻的简单堆砌和文学的意象叠加，而是在对中华优秀传统文化探赜索隐基础之上得以实现的，彰显了其对辩证唯物主义与历史唯物主义的深刻理解和准确运用，是对马克思主义理论与中华优秀传统文化耦合性的思考与推进。必须要把握住“融入”这一根本问题，通过融入让古籍里的文字“活起来”，助力思政课“火起来”，最大程度发挥用典资源的育人能效。

第一，融精妙典感悟思想伟力

要按照现行高校思政课程体系建设，有所侧重融入中国共产党人用典，帮助学生领悟中华优秀传统文化的浩瀚繁星，在引经据典中汲取历史文化营养。要通过用典引导学生不断深化对共产党执政规律、社会主义建设规律、人类社会发展规律的把握认识，感悟马克思主义执政党的执政智慧、党的创新理论的科学真谛。例如，在《马克思主义基本原理》课程中，可融入习近平总书记“一勤天下无难事”之实践笃行用典[5]，深化学生对辩证唯物主义中认识论的把握；在《毛泽东思想和中国特色社会主义理论体系概论》课程中，可融入毛泽东同志“人固有一死，或重于泰山，或轻于鸿毛”之敬民为政用典[6]，深化学生对中国共产党执政为民根本性质的把握；在《中国近现代史纲要》课程中，可融入邓小平同志“十目所视、十手所指”之从严治党用典[7]，深化学生对中国共产党始终坚持自我革命的把握；在《思想道德与法治》课程中，可融入江泽民同志“温故而知新”之求学笃实用典[8]，引导学生树立积极的青年价值观；在《形势与政策》课程中，可融入胡锦涛同志“相知无远近，万里尚为邻”之国际视野用典[9]，深化学生对中国处理对外关系基本准则的把握。特别是在《习近平新时代中国特色社会主义思想概论》课程中，要全面、完整、准确融入习近平总书记所引用的崇高理想用典、仁贤廉政用典、辩证审视用典、求新思变用典、修身立德用典等，引导广大学生认真领会人民领袖鲜明的话语方式、高度的文化自信、真挚的为民情怀，进一步将习近平新时代中国特色社会主义思想学懂弄通、应知应会。



第二, 融精妙典洞察精神谱系

深入诠释中国共产党人精神谱系是新形势下思政课教学重点。而中国共产党人用典贯穿于中国共产党带领中国人民革命建设改革全过程,亦是中国共产党人精神谱系的艺术表达。建党初期,毛泽东同志所作《沁园春·长沙》,典引杜甫《乐游园歌》、杜牧《山行》、王实甫《西厢记》等多部著作,以长沙秋景为绘,抒发对青春革命的无限回忆和胸怀天下的豪情已任,与伟大建党精神高度同源;长征途中,毛泽东同志所作《七律·长征》,反用李白《战城南》“万里长征战,三军尽衰老”之意,将长征精神展现淋漓尽致;新中国成立后,毛泽东同志所作《水调歌头·游泳》典引《论语·子罕》“子在川上曰:逝者如斯夫”,以江河流淌比喻光阴一去不复还,鼓舞广大人民只争朝夕投身社会主义建设,以文之笔力诠释了铁人精神、红旗渠精神、北大荒精神、塞罕坝精神、“两路”精神等精神谱系;奋进新时代,习近平总书记躬身表率将先贤圣哲智慧画龙点睛,象征科学家精神的“苟日新,日日新,又日新”[10]、诠释丝路精神的“桃李不言,下自成蹊”[11],等等。总书记灵活化用典故,为中国共产党人的精神谱系提供了浓厚传统文化的脚注释义。高校思政课教学要重视中国共产党人的“典”精之笔,深刻挖掘典故背后的精神启迪,指引广大学生内化于心外化于行,让精神谱系真正成为青年一代的前进动力。

第三, 融精妙典关照时代之光

融精妙典故就是要革故鼎新,将历史经验与现实伟业融合,阐释好中国道路、中国制度、中国文化、中国方案,增强典故的现实意义和实践价值。党的十八大以来,习近平总书记精于用典的背后往往是聚焦问题,以新时代中国特色社会主义发展过程中的突出现实问题为着眼点。例如,关于以人民为中心的发展思想,总书记典引“得众则得国,失众则失国”[12],强调人心是最大的政治,我们党只要与人民同呼吸、共命运、心连心,就定能跨越新长征路上一个又一个“娄山关”、“腊子口”;关于国家治理体系和治理能力现代化,总书记典引“常制不可以待变化”[13],强调必须要主动适应新形势新任务新要求,用自我革命精神推动机制体制现代化建设;关于文化强国建设,总书记典引“笼天地于形内,挫万物于笔端”[14],强调新时代文艺工作者必须要坚守艺术理想,不断提高学养涵养和修养;关于法治中国建设,总书记典引“法令行则国治,法令弛则国乱”[15],强调全面依法治国是实现中华民族伟大复兴、跳出“历史周期率”的制度保障,等等。高校思政课除思想性、政治性、理论性外,理应兼



具现实性和文化性,中国共产党人用典将历史与现实、问题与主义、文化与思想相联结,能够从不同维度关照现实问题、解决现实之惑、提供方法之径,为广大教师提供优质教学素材同时,更可为广大学生厚重丰富的精神滋养。

三、中国共产党人用典融入高校思政课教学的实践理路

思政课的本质是讲道理,将中国共产党人用典融入思政课教学的目的就是要讲好道理。中国共产党人用典学理性强、文学性高,如何将书面语言转化为教学语言,处理好宏大用典谱系与有限教学空间时间的冲突是教学难点。可通过以典促教、以典促学、以典促文、以典促评等四大理路提升高校思政课教学实效。

第一,以典促教重视教师主导作用

思政课教学离不开教师的主导。而教师主导教学的全过程,就是带领同学由浅至深、由表及里认识马克思主义理论的全过程。认识论揭示了感性认识和理性认识的辩证关系,即感性认识是认识的初级阶段,理性认识是认识的高级阶段,感性认识有待于发展、深化为理性认识,而理性认识依赖于感性认识。一堂思政课教学中,课程导入多属感性认识层面,理论讲授、理论重难点解析、价值升华多属理性认识层面。课程导入部分,可善用典故叙事法,多采用事实论证引用中国共产党人曾引用的人物、故事、诗文、熟语等,讲清楚典故的发生背景、经过和意义,展示中华优秀传统文化的无穷魅力以完成教学起点;理论讲授部分,可善用史实贯通法,讲清楚大历史观下为什么中国共产党人典引的理论依据,引导学生反思启迪以完成教学中点;理论重难点解析部分,可善用文理结合法,将中国共产党人用典与马克思主义立场观点方法有机结合以完成教学重难点;价值升华方面,可善用现实关照法,与新时代中国特色社会主义理论和实践相联结,回应学生关切问题,对应理论涵养培育以完成教学落脚点。

第二,以典促学发挥学生主体作用

从“要我学”到“我要学”,以典促学可充分发挥学生的主体性作用,提升学生的学习参与度。中国共产党人用典之所以具有亲和力和感染力,其核心就在于构建起了平等话语体系。没有居高临下的话语教导,取而代之的是说者亲和、听者昭昭的润物无声。思政课教学离不开学生的主动参与,传统单一的灌输式教学、非对话场域并不符合当代大学生知识接受特点。一方面要重视话语主体创新。相较枯燥的理论术语,学生对于用典兴趣颇深。思政课教师可以发挥翻转课堂之作用,引导学生开展毛



毛泽东诗词朗诵会，“平语近人”讨论会等充分调动主体能动性，以诵读用典、体味用典等形式使学生成为教学话语中的主人翁。另一方面要挖掘可视化媒介应用创新。中国共产党人用典本身就是较为生动的教学案例，而其往往与党的历史事件、决议、文件等紧密相关。大学生对于可视化媒介应用熟悉度高，思政课教师可用好课堂专题实践等模块，引导学生利用短视频、VR技术等制作展示中国共产党人用典案例，让思政课更具有时代感、吸引力、说服力，真正让有意义的课变得更有意思。

第三，以典促文提升师生培育效果

以典促文是以文化人的特殊形态，更是提升文化自信的关键举措。将中华优秀传统文化与思想政治理论课程融合创新，就是要善用典故，引领广大加深中华优秀传统文化、革命文化和社会主义先进文化的认识把握。教师要在阐明典故的同时，将用典与时代境遇相结合、与学生身心特点相结合，把“为我所有”的典故转化为“为我所用”。以典促文对教师提出了更高要求。教师在深耕马克思主义理论和教育教学规律的基础上，要不断拓展中国历史、汉语言文学等领域的知识维度，讲清楚典故背后的历史脉络背景、文学基本常识，以深厚传统文化底蕴赢得学生信任。思政课教师要想成为学生“领头雁”，自身必须要坚定文化自信，不断提升个人魅力，把用典精髓转化为育人实践，让用典育人焕发生机活力。^[16]

第四，以典促评提高课堂教学质量

科学评价是实践的导向，用典融入的实效良莠必须要引入评价机制。要以学生为中心，结合大数据分析、SPSS软件等对教师侧和学生侧两方面展开评价。从教师侧审视，要重视理论教授质量，即结合用典后的知识传导过程能否契合教材体系、教学目标和教学内容，促进教学本位从“供给者”向“需求者”的角色转换；要重视思想引导质量，即教师能否善用用典引领大学生对马克思主义理论真学、真懂、真信、真用，特别是在坚定文化自信方面发挥作用。^[17]从学生侧审视，要重视学生课堂表现，即学生抬头率、点头率、出勤率等是否提升，发言作业等过程性考核质量是否改善；要重视学生评教反馈，即学生在教学创新、教学启发，特别是主观留言中的正面评价是否提高，等等。要通过建构教师学生双侧教学评价，以典促评、以评促优，在教学反馈中优化评价体系，久久为功提升高校思政课教学实效。



北京交通大学图书馆



北京高校数字图书馆联合参考咨询平台

参考文献

- [1] 韩庆祥. 全面深入理解“两个结合”的核心要义和思想精髓[J]. 马克思主义研究, 2021 (10) : 93-105.
- [2] 杨肇中. 近年来马克思主义中国化与中华优秀传统文化研究述要[J]. 毛泽东邓小平理论研究. 2022 (02) : 13-23.
- [3] 习近平在中共中央政治局第三十九次集体学习时强调 把中国文明历史研究引向深入 推动增强历史自觉坚定文化自信[N]. 人民日报, 2022-05-29 (01) .
- [4] 罗贤宇. 习近平总书记关于“四史”学习重要论述的思想内涵、理论逻辑和时代价值[J]. 山东行政学院学报. 2022 (05) : 10-16.
- [5] 习近平. 在同全国劳动模范代表座谈时的讲话[N]. 人民日报, 2013-04-29 (02) .
- [6] 毛泽东选集 (第三卷) [M]. 北京:人民出版社, 1991:1004.
- [7] 邓小平文选 (第一卷) [M]. 北京:人民出版社, 1994:149.
- [8] 江泽民文选 (第三卷) [M]. 北京:人民出版社, 2006:337.
- [9] 胡锦涛文选 (第二卷) [M]. 北京:人民出版社, 2016:533.
- [10] 习近平用典 (第一辑) [M]. 北京:人民出版社, 2018.
- [11] 习近平用典 (第二辑) [M]. 北京:人民出版社, 2018.
- [12] 蓝晓霞. 试论立德树人根本任务的三大逻辑[J]. 中国高等教育, 2021 (24) : 31-33.
- [13] 王惠英. 中国共产党精神谱系融入高校思政课实践教学研究[J]. 南方论刊, 2022 (04) : 89-91.



春风化雨 课比天大 薪火相传 不忘初心

—清华大学青教赛“赛训结合 以赛促教”经验总结

清华大学 冀静平 杨蕾 王岩

摘要：本文是对清华大学二十年的青年教师教学比赛发展历程和赛训体系及其成果进行了较为全面和系统经验总结，以青教赛教学培训实践体系助力学校的教师教学能力培养和教师队伍建设工作。

关键词：青教赛；教学培训；以赛促教

高校的根本任务是立德树人。教育部长陈宝生在高校教学指导委员会成立大会上指出：“高校教师不管名气多大、荣誉多高，老师是第一身份，教书是第一工作，上课是第一责任”。邱勇校长也多次强调“一流大学的底色是一流的本科教学”，“世间百年名校无非育人 天下第一等事还是教书”。教书育人是学校的核心使命。

提高人才培养能力和水平的关键因素是教师队伍建设，青年教师是学校的未来，也是学校教书育人的主力军。清华大学工会始终坚持服务于学校的中心工作，坚持以人才培养为中心工作，以青教赛为平台，以赛促教，助力学校提高青年教师教学能力和水平。

一、立足根本，使命驱动

教书育人是教师的根本任务，多渠道帮助青年教师提高教学能力和水平是校工会的重要使命之一。通过青教赛平台助力青年教师更好地履行教书育人的职责，需要“了解三个现状因素，达到两个共同认识，遵循一个客观规律”。

三个现状因素：当前青年教师是教学的主力军，清华大学青年教师占教师的60%，占教学一线的80%。目前教学培训体系中缺乏针对这个时期的青年教师教学能力发展特点的培训。第一，入职培训中关于教学培训的内容比较基础，缺乏学科针对性；第二，入职培训之后基本没有进一步的连续的、系统的教学培训；第三，传统教研组形式的削弱，使得青年教师更多靠个人摸索、探索，教学能力提高的效率低、效果差。

两个共同认识：第一，优秀科研学术能力不等同于优秀教学能力。当前高校新教



北京高校青年教师教学基本功大赛



北京高校青年教师教学基本功大赛

师入职时考察更多的是其学术科研能力,绝大多数新教师在其博士阶段主要训练科研能力,没有受过系统的教学能力训练。第二,优秀教学人才的成长不能仅靠自己摸索成才,他们需要也希望有人帮助他们更快、更好地提高。

一个客观规律:青年教师教学能力发展有客观规律,从一个新手教师逐渐发展为成熟胜任教师,新教师的前6年是其教学职业生涯的关键时期,是教学能力发展的形成期。

清华大学工会找准发力点,以青年教师对教学能力提高的迫切需求为切入点,以开展青教赛培训和比赛为抓手,将青教赛培训与入职培训相衔接,帮助青年新教师在3-6年成长为教学能力较强的教学骨干,帮助青年教师形成教学能力自我培养发展的能力,真正做到“以赛促教”服务学校中心工作。

二、薪火相传,不忘初心

清华大学青教赛的发展历程可以概括为四个阶段。从1999年到2004年,从教评优秀者中选派教师去参加北京市教学比赛。2004年开始,举办了第一届校赛,从校赛中选拔优秀者参加北京市市赛,并且在校赛、市赛前组织教学培训,赛后组织总结会。2014年之后,创立了一系列赛前培训和赛后总结交流的创新形式。2018年经过学校第25次教育工作讨论会决定青教赛全覆盖,青教赛教学培训体系成为学校教育教学培训的一个重要平台。经过长期的发展和探索创新,清华大学青教赛形成了“培训—点评—总结—示范”四阶段和“院系—校级—市级—全国”四层级的教学培训与比赛模式。

更重要的是,清华青教赛“以赛促教”强化了跨专业、跨学科的教学研究组织和氛围,形成了清华大学青年教师培养中薪火相传不忘初心的新形式。

高质量的赛前培训

各层级的教学比赛,工会都要组织赛前培训。赛前培训经过多年的发展,形成了“有分有合,合而交融开拓思路,分而专业精细培训”的特色,积累了很多经验和创新,例如邀请教学经验丰富的校领导和专家进行专题培训,参赛教师挖掘教学创新点,举办教学工作坊等。

清华青教赛的赛前培训突破了学科限制,建立起多学科交叉、文理交融的培训形式和内容,是区别于传统培训模式和内容的重要创新。

高水平的赛中点评



赛中点评是清华大学青教赛的重要创新，也是重要的培训形式。通过赛中点评，使参赛教师得到一对多、多专业、多角度的反馈，交叉融合，举一反三，开拓思路，纠偏补缺。

全覆盖的交流总结

教学沙龙是清华大学工会创立的赛后总结交流的主要平台。每学期一次的教学沙龙的参加者不仅是参赛教师和指导教师，还包括院系教学负责人、教改项目负责人等多方面的教学研究者和实践者，通过教学沙龙的发言、讨论和分享，为青年教师们提供一个多个视角、多专业、交叉融合的培训平台。

高保真的示范推广

校工会通过组织各种场合的示范课和示范课解析点评等方式，积极宣传推广各级比赛获奖教师和指导教师，将青教赛的培训比赛经验与成果传播、影响更多青年教师和热爱教学的教师，使培训成果最大范围地发挥示范引领作用。

四层级的完整赛制

校工会建立了对开展“院系-校级-市级-全国”四层级教学培训比赛保驾护航的工作体系。

对院系级教学培训和比赛，校工会提供制度保障、经费支持、工作指导，要求各院系结合自身学科特点开展形式多样的每学期的教学培训和每两年的教学比赛。校工会对院系开展的教学培训和比赛根据其提交的工作计划提供经费支持。

校工会负责全程计划、组织、开展校级教学培训和比赛，覆盖到学校全体青年教师，把工会对青年教师的关心和帮助送到每一位青年教师。

校工会负责计划、组织市赛和国赛的赛前培训，提供后勤保障，组织参赛并现场服务参赛教师，保证参赛教师心无旁骛的投入备赛和比赛，为参赛教师取得好成绩提供保障。

“重视、传承、热爱、协同”的文化氛围

清华青教赛教学培训比赛体系实践的成功，关键因素是学校重视教学的传统和传帮带优良传统，有热爱教学钻研教学无私奉献的教师队伍，相关院系的支持和学校各部门的配合，工会和教务部门有效的组织和服务。

学校重视

学校领导赛前参与教学培训，与青年教师分享多年来教学工作的感悟和经验；



北京高校青年教师教学基本功大赛



北京高校青年教师教学基本功大赛

赛前与参赛教师座谈动员,听取大家对教育教学的意见和建议;赛中观摩比赛、担任评委,了解青年教师发展情况;赛后参与总结交流,增加与青年教师直接交流的机会;为优秀青年教师提供更多宣传推广的平台和机会(例如获奖优秀教师积极参与本科教学评估,为获奖教师举办建功立业报告会等)。

代代传承

校工会注重培养和发展培训教师新鲜血液,发扬传帮带的优良传统,引入往届获奖优秀教师作为比赛培训教师,老中青相结合形成有传承的培训教师队伍,使得以赛促教可持续发展。

扎根热爱教学无私奉献的教师群体

热爱教学、钻研教学、无私奉献的教师群体是清华青教赛发展成长壮大的基础,二十年来这些教师与青教赛风雨与共,携手同行,以青教赛为载体继承发扬清华优良教育教学传统,充分体现了“价值塑造、能力培养、知识传授”三位一体的教育教学和人才培养理念。

协同学校相关部门和政策

校工会积极与教务处、人事处协同配合,组织市赛的辅导教师和参赛教师为新教师做教学培训,校赛培训已成为教务处首次开课教师的培训课时,学校将教学培训工作认定为一定的教学工作量。

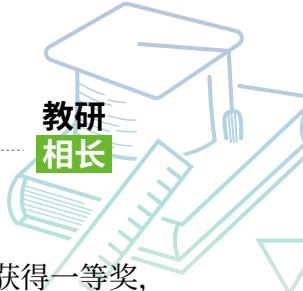
校工会积极为青教赛优秀教师争取学校资源、争取人事考核和教学考核上的认可。例如,校赛优秀者提供国外培训的机会,市赛成绩成为学校人才房申请的条件之一,市赛成绩作为申请清华青年教师教学优秀奖的名额和机会,教学比赛成绩作为人事考核、职称晋升的优先考虑条件等。

清华青教赛搭建教学交流发展的平台、提供教学能力展示的窗口,凝聚起一批热爱教学、钻研教学的教师群体,发现、培养了教学工作的领军人,形成了“以赛促教”的成功经验。

三、春风化雨,课比天大

依托于“四段+四级”制度体系,培育“重视、传承、热爱、协同”的文化氛围,清华大学工会二十年来筚路蓝缕,一步一脚印扎实前行,在以科研为主要评价指标的风气下,不忘初心,坚持以教学为重,取得了优异的比赛成绩。

到目前为止,清华共有336名老师参加了学校的比赛;共有101人参加北京市的



比赛,其中48人获得一等奖,10人获得第一名;4人参加了全国比赛,均获得一等奖,其中3人第一名,1人第二名。历年参加教学比赛的青年教师很多已成为教学骨干,多人多次获得了学校“青年教师教学优秀奖”、“年度教学优秀奖”、“清韵烛光·我最喜爱的教师”、“良师益友”奖等,4人获得“新百年教学成就奖”,2位教师获得北京市教学名师,3名教师获得北京市青年教学名师。

但是我们认为更重要的是,通过青教赛发现培养了许多学校教学工作的领军人,积极推动培训比赛成果“辐射”、“反哺”课堂,使最终的受益者是清华的学生,达到最终目的是培养人才。青年教师的参赛之旅,就是一个探索和发现教学艺术的旅程,每一位教师都在这个“行走过程”中挖掘和发现了“新的”自己。随着越来越多通过比赛走出去的优秀青年教师回到课堂发挥引领示范作用,带动了更多青年教师讨论教学、钻研教学、提升教学质量,真正将比赛成果“辐射”到课堂中去。通过发挥老教师的传帮带作用、“结对子”一对一的教学辅导、丰富多样的活动形式等让教学比赛从过去的点“辐射”到面,从院系中来,又回到院系中去,真正做到了“以赛促教”。

在学校第八届青年教师教学大赛开幕式上,全国教科文卫体工会主席章国贤参加开幕式并发言,评价“清华大学青教赛已经做成了全国的精品项目,品牌效应逐步显现,是提高青年教师教学水平,培养师德高尚、业务精湛的高素质教师队伍的工作抓手和有力保障”。杨斌副校长在开幕式发言中总结“青教赛精神是落实全国教育大会精神的体现,是清华大学优良教学传统的体现”。

在课程的知识传授和能力培养中践行价值塑造,体现清华三位一体的教育教学理念和人才培养理念,清华青教赛充分体现发扬了“课比天大”“春风化雨”的清华优良教学传统,形成了清华青教赛精神,书写了清华园新的传奇。青教赛已经成为学校青年教师教学能力建设的重要平台,成为学校教师队伍建设培养的重要力量,为学校双一流建设贡献力量。



北京高校青年教师教学基本功比赛



北京高校青年教师教学基本功比赛

薪火相传三十载 砥砺初心育英才

北京师范大学 康震

(康震，北京师范大学党委常委、副校长，获2004年北京高校第四届青教赛文科类一等奖)

北京高校青年教师教学基本功比赛创办已经三十周年，时光荏苒，岁月如梭。回顾自己二十多年前参赛的点滴往事，难以忘怀。关于教师、教学、教育的思考，也时时萦绕在心头。

对于教师来说，他的根本任务是什么？课程的根本任务又是什么？韩愈说：“师者，所以传道受业解惑也。”这三件事的核心其实就是育人，培养人。因为追求知识、思想、真理的根本目的，不仅仅是认识世界，更是学生的全面成长。具体到一门课程来说，教师的授课过程，不仅是在传递教师所拥有的专业知识，也是在传递、展示他的思想、道德、伦理观念，他所拥有的的人生经验、成长体验与价值取向。我在授课时，每当讲到李白、杜甫、苏轼、李清照等文学家的人生经历、思想成长时，学生们就听得格外认真，课堂上非常安静；每当我结合成长体验，结合我们民族的文化传统、发展历程，深入解读古代经典诗文的现实内涵、当代价值，以及与学生未来发展的内在联系时，同学们就会产生强烈的思想情感共鸣，课堂氛围就格外活跃，有时甚至群情振奋。我想，这也许就是教书育人最具魅力的地方吧！怎样才能讲好专业课，让课程发挥思政作用？要对学生有感情，对专业有使命，对课程有责任，对育人有追求，对党和国家无比忠诚，充满信心。对于一名党员教师来说，在这方面就更要有自觉的追求。教师的职业素养、育人水平、师德形象、人格魅力，也正是在这一门门专业课的讲授中逐渐形成的。而这种形象与魅力，也许就是课程思政急需的影响力！

三十年来，青教赛在首都高校拥有越来越广泛而深远的影响力，成为青年教师传承育人初心、探求师者道路、追寻教育本质的竞技场、加油站。三十年来，青教赛见证着一代代青年教师的成长与创新，引领着大家走向更广阔的人生舞台。站在三十周年的新起点，我谈一点自己的体会与感悟。

第一，坚守师者仁心。教师是知识的传授者，是学脉的传承者，更是学生成长的引领者。课堂内外，既要传授“何以为学”，更要启迪“何以为人”。要倾听学生的



心声，见证他们的成长，使学生真正“亲其师”“信其道”。这份师者仁心，是教育最温暖、最坚韧的底色，也是教师手中最宝贵财富。

第二，坚守教学相长。教学过程中，学生是学习的主体，教师是引导的主体，这两个主体要协同好，教学才有效果。在教学中，我常常引导学生主动走进有血有肉的诗词当中。讲太白“天生我材必有用”，自然带出他的人生浮沉和理想追求；讲东坡“一蓑烟雨任平生”，必要体会他坎坷过后的“人生突围”与价值导向。要善于与学生交流思想，培养他们融会贯通的思维能力，将学科知识凝练为鲜活的人生问题，实现师生的协同共进。

第三，坚持笃学深耕。深厚的学术土壤才能滋养出教学的累累硕果。我们的课程要有知识的“流量”，更要有思想的“增量”。不仅要解学生一时之惑，更要赋予其终身学习、自主探索的能力。要引导学生链接人文与科技、古典与现代、学术与现实，培育其应对复杂世界的综合素养与全局视野。要鼓励学生打破学科壁垒，不仅提升解决学科问题的能力，更要提升解决经济社会发展问题的能力。

第四，坚持守正创新。时代在发展，教育在变革。面对人工智能等新技术浪潮，我们要坚守育人初心，又须主动拥抱变化，探索智慧教育新形态。这些年，参与《中国诗词大会》《经典咏流传》等节目，我看到李白的月光照进了观众的眼睛，杜甫的茅屋浸湿了观众的心灵，数字技术带给受众以革命性的切身感受。我们在守护教育“精神内核”的同时，更要运用新技术“破圈”，以智能化的教学过程刷新教与学的全新体验。

“潮平两岸阔，风正一帆悬。”青教赛的火炬已传递了三十个春秋，还将继续引领着一代代的“青椒”传承育人智慧。希望我们共同努力，为加快推进新时代教育强国建设作出一代学人的应有贡献。谨以此文，致敬北京高校青教赛辉煌三十年，并与所有教育路上的同行者共勉！



北京师范大学教育学部



北京高校青年教师教学基本功大赛

自小刺头深草里，而今渐觉出蓬蒿。
时人不识凌云木，直待凌云始道高。

北京高校青教赛创办三十周年贺词
青教赛助力后学，泽被青椒，溉育之功甚巨。余不敏受惠良多，常怀感恩之心，不敢稍有懈怠。特书唐人杜荀鹤《小松》诗一首以纪之。乙巳二月廿五康震书于北京师范大学



自小刺头深草里，而今渐觉出蓬蒿。时人不识凌云木，直待凌云始道高。

北京高校青教赛创办三十年誌賀。青教赛助力后学，泽被青椒，沾溉培育之功甚巨。

余不敏受惠青教赛良多，常怀感恩之心，不敢稍有懈怠。特书唐人杜荀鹤《小松》诗一首以纪之。乙巳二月廿五康震书于北京师范大学

(北京师范大学康震书法作品 贺北京青教赛创办30周年)



传承师道，以赛促教：致青年教师的一封信

北京交通大学 刘慧娟

(刘慧娟获2007年第五届北京高校青年教师教学基本功比赛理工类一等奖)

时光荏苒，韶华如驶。当“北京高校青年教师教学基本功比赛三十年”的旗帜扬起时，我的思绪瞬间被拉回到十八年前。2007年，自己荣幸获得第五届青教赛理工组的一等奖和最佳演示奖，那段在北京林业大学二教110教室展示教学风采、在切磋较量中淬炼育人本领的经历，至今仍是我教学生涯中最为珍贵、最富能量的记忆之一。

三十年，于历史长河不过一瞬，于一项赛事、于一代代青年教师而言，却是一段从破土新芽到枝繁叶茂的壮阔征程。站在这个承前启后的历史节点，作为一名“老”青教赛人，我心潮澎湃，有万千感慨与期盼，愿与诸位分享。

回首来时路：青教赛是我教学生涯的“催化剂”与“磨刀石”

或许你们正在为即将到来的比赛而紧张备战，或许你们正对那片赛场心向往之。我想告诉你们，青教赛于我，绝非仅仅是一张奖状、一份荣誉，它更像是我教师职业生涯中的一次关键“化学反应”的“催化剂”，一块打磨教学利刃的“磨刀石”。

我至今仍清晰地记得备赛的那些日日夜夜。那是一次对教学内容“掘地三尺”般的深度挖掘。为了二十分钟的授课节段，反复推敲每一个知识点的引入、每一个概念的阐释、每一个案例的选取是否精准、是否生动、是否前沿。对着镜子一遍遍练习手势、表情和语速，邀请同事、学生当听众，恳请他们提出改进的建议。这个过程，是痛苦的“煎熬”，更是痛快的“淬炼”。它强迫我跳出教学的“舒适区”，去思考教学的底层逻辑：我究竟要教会学生什么？如何才能让他们不仅“听懂”，更能“会用”，甚至“爱上”《电机学》这门课？

赛场上的二十分钟，是高度浓缩的精华。当站上讲台，面对评委和同行审视的目光，所有的紧张都化作了表达的专注与思想的流淌。那不仅是个人教学风采的“绽放”，更是一场教学的“盛宴”。我聆听着其他选手的精彩讲授，从文科老师的旁征博引、情理交融，到理科老师的逻辑严密、化繁为简，深受震撼与启迪。那一刻我明白，教学的世界如此广阔，优秀的教师各有千秋，而比赛的真正价值，正在于这“以武会



北京师范大学附属中学高二年级



北京教育出版社教师教学能力竞赛

友”般的思想碰撞与视野开阔。

获奖的喜悦是短暂的，但比赛带来的“涟漪效应”却深远而持久。它给予我的，是一种被认可的信心，一种“我能把书教好”的坚定信念。这份信念，转化为了日后面对更大课堂、更复杂学情时的从容与底气。它让我知道，教学可以如此精致，如此充满创造力。从此，我不再仅仅满足于做一个知识的“传递者”，更立志要成为课堂教学的“设计师”和学生思维的“点燃者”。

青教赛，成为了我教学远航的新起点。

作为从青教赛中走过来的“过来人”，我深知你们正处在职业发展的黄金期，既面临前所未有的机遇，也承受着科研、教学、生活的多重压力。在此，我想结合自身的感悟，向诸位提出几点期望。

期望你们能坚守“立德树人”之本，做心怀“国之大者”的大先生

青年教师往往专注于专业知识的精深，这无可厚非。但请切记，教育的根本任务在于“立德树人”。我们的课堂，传授的不仅是公式、代码、定理，更应是科学精神、人文素养和家国情怀。尤其在理工科领域，我们要善于挖掘专业知识背后所蕴含的哲学思想、伦理考量和社会价值。要将你们的科研项目、国家的重大战略需求、人类面临的共同挑战融入教学，让学生明白，今日之所学，将来必能用于服务人民、贡献国家、造福人类。

一位好老师，影响的不仅是学生的知识结构，更是他们的人生观与价值观。

期望你们能永葆“热爱学生”之心，做学生为学、为事、为人的引路人

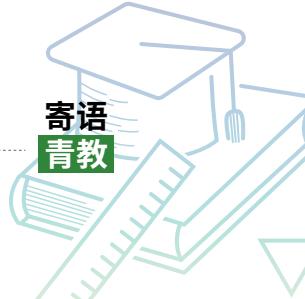
教育是充满情感的事业。德国哲学家雅斯贝尔斯说，教育的本质是“一棵树摇动另一棵树，一朵云推动另一朵云，一个灵魂唤醒另一个灵魂。”这种“唤醒”，离不开教师对学生的真诚热爱。

请走下讲台，走进学生的世界。了解学生的困惑，欣赏学生的奇思妙想，包容学生的偶尔失误。你们的耐心解答、一次及时的鼓励、一个信任的眼神，都可能成为照亮某个学生前行道路的灯塔。

要努力成为学生眼中的“自己人”，做他们学业上的严师，生活中的益友，人生路上的向导。

期望你们能锤炼“站好讲台”之艺，做学识渊博、技艺精湛的艺术家

教学是一门艺术，而讲台就是我们的舞台。满足于“照本宣科”是对教师这个职业



业的辜负。

希望你们能持续打磨自己的教学技艺。不仅要拥有“一桶水”的深厚学识，更要研究如何“倒出一杯水”的艺术。要积极拥抱新的教育技术和教学理念，无论是翻转课堂、项目式学习，还是智慧教学工具的运用，都要勇于尝试，敢于创新。

要追求一种境界：让枯燥的知识变得鲜活，让复杂的理论变得简明，让每一堂课都成为一次愉悦的思想之旅。请记住，一个优秀的教师，必然是一位永不停歇的学习者。

期望你们能涵养“守正创新”之志，做教育改革的奋进者与先行者

“守正”是坚守教育规律，尊重人才成长规律；“创新”是回应时代变化，勇于突破与变革。当前，科技革命日新月异，社会对人才的需求也在不断变化。青年教师思维活跃，最具创新活力。

希望你们不只做现有教学模式的被动执行者，更要成为教育改革的积极参与者和推动者。将你们的科研前沿洞察转化为教学的新内容，将你们对社会的观察思考转化为教学的新案例。大胆改革考核方式，探索跨学科融合教学，用你们的实践，为高等教育的内涵式发展注入新的活力。

青年教师朋友们，你们站立的地方，正是中国高等教育迈向未来的希望所在。你们怎样，未来的教育便怎样。

青教赛是一把火，点燃了我们曾经的激情；愿它成为一座桥，引领你们走向更广阔的教育天地。

教师职业，平凡而伟大，辛苦却幸福。愿你们能传承历代师者的薪火，坚守初心，不辱使命，在教书育人的宏伟事业中，书写属于自己的无悔青春，培育出更多堪当民族复兴大任的时代新人！

最后，衷心祝愿北京高校青教赛薪火相传，历久弥新！祝愿各位青年教师朋友在教学的道路上乘风破浪，前程似锦！

以烛光为引，以岁月为鉴， 坚守初心，共谱教育华章

北方工业大学 李沴岸

(李沴岸获2007年第五届北京高校青年教师教学基本功比赛理工类一等奖)

2025年是北京市青年教师教学基本功比赛举办整三十年。18年前,我作为北方工业大学的选手,忐忑地登上北京市青教赛的赛场,幸运地获得理工B组一等奖。这一荣誉,宛如我教学生涯的崭新里程碑,自此,我站在这个全新的起点上,历经数次“蜕变”,从一名懵懂青涩的青年数学教师,逐步成长为成熟稳重的教育者。此刻,我愿以“数学教育摆渡人”的身份,与即将在青教赛中绽放璀璨光芒的青年教师们,分享几点感悟,期望这些经验能化作大家教育生涯中的璀璨星辰,照亮前行之路。

高校教师的教学基本功,是高校教师的立身之基。青年教师在长期教学实践中精心锤炼而成,是保障教学质量、提升学生学习成效的核心能力。它宛如建筑的地基,坚实而稳固,决定着教育大厦的稳定程度与所能达到的高度。教学基本功,是缜密逻辑与完美艺术的精妙融合。它既需要如微积分推导般严谨,容不得半分差错;又要如动人旋律般优美,富有感染力。在二十余载的教学生涯中,我深切体会到:基本功的修炼永无止境,唯有不断攀登,方能触及新的高度。

高校教师的基本功体现在扎实的专业知识储备上。高校课程往往具有高度的专业性与前沿性,内容涵盖从基础理论到前沿研究,从经典案例到创新实践,每一个知识点都需准确无误地传达给学生。倘若教师自身知识储备匮乏,在讲解过程中便极易出现知识错误或概念模糊不清的情况,进而导致学生产生认知偏差。以数学教学为例,一个公式的推导错误、一个定理条件的疏漏,都可能使学生在后续的学习中陷入迷茫与困境。而拥有深厚专业知识的教师,则能够深入浅出地剖析复杂概念,将抽象的知识转化为生动易懂的内容。学生可能会提出各种富有挑战性的问题,此时,专业知识渊博的教师便能旁征博引,结合学科前沿动态和实际应用案例,引导学生深入思考,拓宽学生的学术视野,激发学生的灵感火花。

高校教师教学基本功体现在精准且富有魅力的语言表达上。授课语言的精准性,恰似数学公式中的等号,看似平凡无奇,却承载着连接教与学两端的关键使命。



它不仅是学科知识准确传达的保障,更是培养学生严谨思维、激发学术创新的重要引擎。尤其在高等教育阶段,当学生从“知识接受者”逐步转变为“批判性思考者”的过程中,教师语言的精准度直接决定着教学目标的达成与学术素养的养成。从基础学科来看,数学、物理、化学等学科的概念、定理和公式都有着严格的定义和适用范围。教师在讲解时,必须字斟句酌,容不得丝毫偏差。我曾亲耳聆听一位教师将“导数连续”误述为“连续可导”,这一细微的错误导致学生对知识的理解出现偏差,甚至可能对数学概念的本质产生误解,进而影响后续知识的学习。然而,仅有精准的语言是远远不够的。高校课堂若只是枯燥的知识灌输,很容易让学生感到乏味和厌倦。此时,语言的魅力便成为激发学生兴趣、提高教学效果的关键因素。教师可以通过生动形象的比喻、幽默风趣的案例、引人入胜的故事等方式,将抽象的知识变得具体可感,让学生在轻松愉快的氛围中学习。精准与魅力并非相互对立,而是相辅相成、有机统一的。精准的语言为魅力提供了坚实的基础,只有内容准确无误,才能让魅力的表达更具说服力和可信度;而魅力的语言则为精准注入了生机与活力,让精准的知识不再枯燥乏味,而是充满了吸引力。

高校教师的教学基本功体现在灵活多样的教学方法运用之中。倘若将教学基本功视作一座巍峨大厦,那么灵活多样的教学方法运用便是这座大厦里最为灵动闪耀、熠熠生辉的装潢。不同学科、不同课程、不同学生群体,需要适配的教学方法。它不仅是提升教学质量的关键,更是培养学生综合素养和创新能力的保障。灵活多样的教学方法,宛如一把神奇的钥匙,能够激发学生的学习兴趣和主动性。传统的“满堂灌”教学方式,如同单调的乐章,容易让学生感到枯燥乏味,进而产生厌学情绪。而采用新颖、有趣的教学方法,诸如项目式学习、角色扮演、翻转课堂、情景模拟等,则能为学生开启一扇全新的学习之门,让学生从被动的知识接受者转变为主动的探索者,在探索中收获知识与成长。然而,要做到灵活多样地运用教学方法并非一蹴而就之事,这需要高校教师具备扎实的专业知识、丰富的教学经验以及不断创新的精神。教师需深入了解不同教学方法的特点和适用范围,依据教学内容、学生特点和教学目标,合理选择并巧妙组合教学方法。同时,教师还需不断反思和总结教学实践中的经验教训,及时调整教学方法,以提升教学效果,让每一堂课都成为学生成长的精彩旅程。

高校教师的教学基本功体现在优秀的课堂组织与管理能力上。一位具备出



色管理能力的教师,宛如一位技艺高超的指挥家,能够在课堂上建立明确的规则和纪律,通过眼神交流、言语提醒等细腻的方式,及时纠正学生的不当行为,营造出安静、有序的学习环境,让学生能够全身心地专注于知识的汲取。优秀的课堂组织能力,还意味着教师要能够灵活引导学生参与教学活动。根据教学内容和学生特点,精心设计多样化的教学活动,引导学生深入思考,让他们从被动的听众转变为积极的参与者,提高课堂的互动性和实效性,使课堂成为知识的盛宴、思维的碰撞场。管理课堂节奏也是教师课堂组织与管理能力的重要体现。教师要根据教学内容的难易程度和学生的学习状态,合理安排教学进度。对于重点、难点知识,要放慢节奏,详细讲解,如同工匠雕琢艺术品般精益求精;同时,教师还要注意把握课堂的情感节奏,适时运用幽默、故事等方式调节课堂气氛,缓解学生的学习压力,让学生在轻松愉快的氛围中学习,如沐春风。

高校教师的教学基本功体现在多种教学手段的运用上。传统教具如黑板、粉笔、模型等,具有直观、便捷的特点,它们是教学中不可或缺的得力助手。记得初登讲台时,曾有位老教授指着黑板说:“板书是课堂的灵魂,它是知识的脉络。”我曾观摩一位青年教师的《线性代数》课,他用“模块化”设计板书,左面书写概念体系,中间展示证明过程,右面列举例子,用箭头清晰表达逻辑关系,用框线突出重点,边推导边书写,将思维过程完整展现。学生们纷纷拍摄板书,赞叹道:“老师的板书比教材还漂亮!”随着科技的飞速发展,多媒体设备、电子白板等现代教具在高校教学中得到了广泛应用。多媒体课件可以整合文字、图片、音频、视频等多种资源,丰富教学内容的呈现形式,营造出生动的教学情境,激发学生的学习兴趣,仿佛为学生打开了一扇通往知识新世界的窗户。在线教学平台为高校教学提供了新的途径和方式,方便学生随时随地进行学习,打破了时间和空间的限制。虚拟仿真技术可以创建虚拟的实验环境和场景,让学生在虚拟环境中进行实验操作和实践训练,为学生提供了更加真实、直观的学习体验。高校教师应不断学习和掌握新的教学手段和技术,根据教学内容和学生特点,灵活运用各种教学手段,将传统教具与先进技术相结合,为学生提供更加优质的课堂教学,让课堂焕发出新的活力。

我们深知:高等教育的真谛,不在于培养多少知名专家,而在于让学生学会用理性的眼光观察世界,用逻辑的思维解决问题,用艺术的审美感受生活。愿广大青年教师以严谨为舟,以创新为帆,在高等教育的海洋中引领同学们扬帆远航,书写属于

新时代高等教育的新篇章。也许在二十年后的某一天，你们也白发苍苍地站在讲台上，看着新一代青年教师茁壮成长时，会发现那些追寻卓越教学基本功的日日夜夜，已化作生命中最灿烂的星辰，照亮自己前行的道路，也照亮了无数学生的未来。



北京高校青年教师教学基本功大赛

如何上好一堂课

中国人民公安大学 井晓龙

(井晓龙获2011年第七届北京高校青年教师教学基本功比赛文史类一等奖)

我是中国人民公安大学教师井晓龙,曾在2011年参加了第七届北京市青年教师基本功大赛,获得了总成绩一等奖、最佳演示奖、最受学生欢迎奖、最佳教案奖等全部最高奖项。参赛的经历使我对走上讲台、站稳讲台更加充满信心,更锻炼了我的心理素质和授课业务能力,时至今日我时时回想起当年的比赛过程,都是对我现在面对工作压力的激励。这个平台既锻炼教师又成就教师,是青年教师展示自己业务能力的最好的平台。

以教为本,教学科研互相促进

十九年的高校专任教师工作使我深切认识到高校的教育中教学、科研是密不可分的,其中教学是身为教师的立身之本,我在2006年入校时,当时的侦查系主任郝宏奎教授就对我说过,作为教师首先要站得住课堂,这是根本。当时我从未上过课堂,心理难免会紧张,尤其是担心在课堂上准备的东西讲完了,但是还没有打下课铃,那是非常尴尬的,所以首先是充分的备课,当然第一步就是认真研究教学大纲,大纲是一门课的总领,明确指出了课程的教学目的、重点、难点和要求,这也是教学四要点之首“教学目的清晰明确”。教师必须明了每次课教什么,重点是什么,难点在哪里,怎么教?否则一节课糊弄过去了,自己都不知所云,教学质量可想而知。

教学内容不能仅仅局限于书本知识,写在书上的内容也是实践经验的总结和升华。教学比较经典的战法、战例的系统化表述,但是时代在发展在进步,新的技术在不断应用升级,那么教学的内容也要跟得上实践的发展,应把最前沿的实践应用范例融入到教学内容之中。我在入校之初包括现在的做法是这样的:我会利用一切时间听公大名师讲课,在允许的情况下全程录音,尤其是和自己相关的专业课,回来之后整理分类,放在手机里反复的听,吸取其中精华,取百家之长补己之短。除此之外我也会利用假期时间随北京、郑州、杭州等地的刑侦部门亲身办理案件,掌握第一手资料,把握案件进程的每一个细节,这样结合书本知识才能讲得生动,让学生能听进去,其实讲课要掌握四个字:“听懂、听动”,所谓听懂就是把课程内容讲得明白,把知



识要点阐述的清楚,分条列项让学生有一个清晰的认识。而为了能让学生能够听懂、能够记住,“听动”就显得尤为重要了,所以教学的方法应当丰富多样,比如学生对这节课认识不够,学习态度不积极时,我们就要提出有趣的相关话题,调动其积极性,有句话说的好:“讲知识不如讲故事,讲故事不如讲笑话。”要迅速的把课堂气氛活跃起来,把知识融入到故事当中,或结合亲身经历讲更有带入感,关于笑话,不能是刻意的讲,这需要在讲故事和亲身经历时通过学生的反映现场抓哏,相声术语里这叫现场砸挂。举个例子:当我讲到作为一名侦查员应当具有证据意识,对痕迹物证不同的处理方式将会使证据的证明力大相径庭,听起来不太好理解,我就举了一个自办的案件,这就进入了讲故事的阶段,其中又根据学生的回馈,现场抓哏。

最后要讲究语言艺术。教学语言在课堂中占有相当重要的地位,即便教学内容再精彩,如果教师的语言枯燥无味,缺乏感染力,必然使教学效果大打折扣。我平时的业余爱好是听评书、相声,有时候我会借鉴曲艺形式的语言精华渲染课堂教学内容,用艺术化的优美语言形式诉诸学生感官,使其入耳、入脑、入心,这样才能轻松地完成教学任务,最终达到优化我们的课堂教学。比如当我讲到郑州92案件总结体会时就借鉴了相声当中的小贯口技法,提升教学效果。当讲到犯罪嫌疑人的心理时,借用了评书的经典语言渲染气氛,让学生换位思考,具有强烈的带入感等等。

要讲好一堂课必须从两方面考量,分别是学生和教师。

首先是学生层面:学生是课堂的主体,以前有人把我们的课堂教学比喻成三部曲非常形象:第一步是赶鸭子,就是把学生像鸭子一样从室外赶入教室,端端正正的坐在座位上,当观众、当容器;第二部就是填鸭子,教师满堂灌、满堂问,学生被动接受;第三部就是烤鸭子,考考老师的法宝,分分分学生的命根,这样考来考去学生就成了板鸭子,那么在全面推行教学改革的今天,我们要做出何种改变来扭转这一局面呢?首先应当明确的是,学生是课堂的主体,调动主体的学习积极性是关键,提高学生的课堂参与度就是有效的途径之一,那当然需要教师对于讨论议题的提前设计,另外每名学生的理解力、思维能力也是不同的,不能期待所有人都会得出教师所期待的答案,不同的答案不一定就是坏事,为学生提供一个开放的思维空间可能会收到意想不到的效果。因为教学中的答案并不重要,重要的是积极地思考、探索状态。举个例子吧,当然这个例子不是关于侦查教学的,但是很有启发性。

老师:皮球掉进山洞里,应该如何办呢?学生齐声达到用水灌。显然,这是解决



北京师范大学附属中学高二年级



北京教育出版社·基础教育课程教材中心

问题的传统办法。如果仅此而已,这无异于老师把答案直接告诉学生。那就毫无意义了。重要的是学生的探索和思考的意识,老师就可以去追问:水倒进山洞,山洞一直漏,始终灌不满怎么办?学生回答,用钳子夹出来。如果洞特别深,夹不到怎么办?学生回答,用竹竿儿掏。如果山洞是弯的,用锄头凿开。如果山洞都是石头凿不动怎么办?教师就是用这种八面受敌的方式。来营造积极探索的气氛。八方受敌的意思。就是从多方面为自己树敌。对自己的设想。进行否定和非难。从而促使自己多方面的创造性思维,最后终于有学生说,为什么费这么大力气去拿那个球,不如再买一个算了。老师最后总结好,说的好办事就要讲究效率。我们现在很多人的思考都被之前的限定条件和限制。而不是这种开放性的思维。最后这个学生的答案规避掉了一定要把皮球弄出来的前提限制。思想豁然开朗,这就是开放性思维的一种思辨模式。在侦查教学当中如何发现犯罪嫌疑人,确定犯罪嫌疑人的身份。我们也可以用这种方式来进行探讨。在回溯了经典案件的侦破过程之后,那么我们就要考虑是不是还有其他的途径可以更加有效地达到我们的侦查目标呢?等等让学生的思维活跃起来。让课堂的主体活跃起来。才是教学的关键。只要积极探索,奇迹就在身边。

从教师层面来讲,教师是课程实施的设计者、组织者和合作者。所以在这里备课就显得尤为重要。在备课的过程当中,我们要将参与式教学的设计理念融入其中。在开始教学活动的时候,我们并不是一个旁观者。而是要按照之前的设计组织教学的进程。同时我们是学生汲取知识的合作者。对于课程实施过程当中,各组学生的表现要记录清楚,以便于后期的总结点评,好的表现要及时肯定,不吝溢美之词,需要赞美是人的天性,人人都需要赞美,就像天天吃饭一样,没有饭人会生理不适,没有赞美和肯定人会精神失落,赞美属于关怀,赞美是对别人付出的一种报偿,是对人类行为的一种激励,赞美是让学生喜欢你的课的秘诀。当然思考方向偏离,导致分析失误,也要委婉地指出,课堂教学就是总结经验吸取教训的过程,唯如此学生才能快速成长。



做学生心目中的好老师

北京石油化工学院 韩丽艳

(韩丽艳获2011年第七届北京高校青年教师教学基本功比赛理工类一等奖)

我主讲工程制图课程,2011年参加的北京市青教赛获得理工B组一等奖。从03年参加工作至今,一门课已讲了二十年,20年很长也很短,20年中有忙碌、有欣喜、更有收获。我时常会问自己这样几个问题:我为了什么?我又做了什么?我得到了什么?下面我就结合这几个问题和青年老师们共勉。

为了什么

教师是我的职业,讲课是我的职责,把课讲好是我一直的追求。站在讲台上,我能忘掉一切,激情满怀的投入,这种激情会使学生受到感染,潜能得到激发。即便他想打瞌睡也不得不提起精神。

我热爱我的工作,更爱我的学生们。他们使我感到生活更加幸福!

去年,有一位同学在他作业本上这样写到:老师,这是最后一次交作业了,也就意味着这门课即将结束了,有些不舍。听您的课,从我原有的想抄作业糊弄,到认真真的完成。从我原有逃课到从未缺习您的课。我很想对您说:你是一名优秀的教师。

短短的几行字,我很欣慰,也很骄傲,课堂上学生获得的不仅仅是知识,更是从内心深处给予共鸣。

让每一节课都能精彩,这就是我的目的。

巴西教育家Freire在其名著《被压迫者教育学》中提出:教学不仅仅是语言上的交流和沟通,还应包括实际行为的塑造。你若讲述,他会聆听;你若演示,他会关注;你若让他参与,他会掌握。

做了什么

研究

教师上课,一遍又一遍,而从学生的角度讲,就听你一遍。知识不是简单的从一个脑袋搬到另一个脑袋,要将学科的知识体系以及学科之间的交融性展示给学生,要将工程意识、职业理念融入知识的传授过程之中,这样才使教学新意常在,给人以



启迪。这不仅要在教学细节上下工夫,还要有不断的理性指导和实践总结,教学研究更需要严谨的态度和不倦的追求。教无定法,与时俱进!

讲授制图课程,立体感好的同学,入门很快且学的好。但大多数立体感差的同学就怎么也想不出其结构,怎么办?为此,我对课程、知识点进行了“生成式”的总结与归纳,将复杂问题剖析化、简单化,提炼出解决问题的3步口诀,或5种方法等等。复杂的问题简单化,不是删减,而是凝练!!

用心

为把课讲好,我听过很多老师的课。年轻时我在网上查课表,曾以一名学生的身份真正到其它院校的实际课堂中听课,有北航的、北理工的、教学名师的、还有基本功比赛各位选手的。印象之中,我至少听过三届基本功比赛各选手的讲课。听课的过程,亦是提高受教的过程,观察其优点,运用于我教学。还有教案展览等,我都认认真真的读过,深受启发。教学法研讨等,我都积极参加过。我认为这些对教学基本功的提高都有很大帮助。

讲课过程中,有些问题很枯燥。比如说国标中A0图纸,尺寸是1189X841,这就是规定或是规则,没什么好说的。为此,我查过很多资料。不妨一试,两数相乘 $1189 \times 841 = 999949$ 平方毫米,约为1平方米。那两数相除呢? $1189 / 841 = 1.4137$,约为1.414,为什么是这个数呢?因为它接近黄金分割点。这样一来,学生感受到你这门课有点意思。所以,我认为重要的一点就是用“心”做事。

得到什么

我得到了尊重,我得到了真诚,我得到了快乐。

去年教师节我收到这样一条短信,老师,可能您不记得我,我的制图是补考通过的,如今工作中我真的在画图呢,谢谢您。我不是您最出色的学生,但您却是我最尊敬的老师。是我的付出,获得了学生的尊重和真诚。

在教书育人的职责中我取得了成绩,感受到了快乐。同时更进一步认识到自己的责任和义务。

积跬步,以致千里。

教书是我一辈子要做的事情,要以爱为驱动,潜心教书,用韧来支撑,才能成为学生心目中的好老师。多年来,我真心感谢教育!感谢青教赛的平台,是挑战和磨炼促进我快速的成长,当老师是我们的工作,工作也是生活,生活就应该是快乐的,

阳光的。青年教师基本功比赛是我们青年教师不可多得的交流理念、学习提高的平台；也是一个挖掘自己，展现风采的好机遇。学生心目中的好老师就是我人生价值坐标系上，理想与事业的追求，挑战自我、完善自我的途径。



北京高校青年教师教学基本功大赛

北京高校青年教师教学基本功比赛理工类决赛

在赛场上淬炼，在讲台上绽放

北京林业大学 刘松

(刘松获2011年第七届北京高校青年教师教学基本功比赛理工类一等奖第一名，
并获2012年第一届全国高校青年教师教学竞赛理科组二等奖)

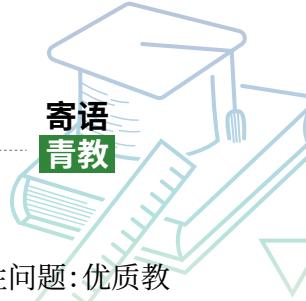
时光清浅，岁月沉香。当我提笔为《北京高校青教赛三十年纪念文集》撰写寄语时，那些关于赛事的温暖记忆悄然浮现眼前：备赛时的精雕细琢，登台前的微微紧张，收获肯定时的由衷喜悦……历经岁月沉淀，这些片段依然熠熠生辉，成为我职业生涯中弥足珍贵的财富。

作为青教赛的一名“老兵”，我深知，青教赛更像一场教育的接力赛，每一代人都有自己的一段路程要跑。它亦如季羡林先生所说的链条，由许多环组成。每一环本身，或许微不足道，但没有这一环，链子就无法成形。我们每一代教师都有自己的责任和使命，而青教赛，正是这一宝贵传承的载体——传递着赛场淬炼出的拼搏意志、切磋萌生的同窗情谊、压力铸就的坚守品格。

致青年教师：珍视磨砺，追寻教育的幸福

亲爱的青年教师朋友们，我们必须认识到：好老师不是天生的，是要在教学实践中、在教育改革的实践中锻炼成长起来的。在漫漫的为师道路上，教学的成长需要一个好的开端。青年教师教学基本功比赛不仅为广大的青年教师提供了这样的宝贵机会，同时也因为凝聚了团队的力量，而成为有效提高青年教师队伍教育教学专业素质的捷径。

参加青教赛，正是一次无比珍贵的个人磨砺。在这个过程中，你一方面能获得专家、领导和同事毫无保留的帮助，让教学水平飞速提升；另一方面，你也会深切体验压力、辛酸与忍耐。而正是这些体验，恰恰能帮助我们生发出更深厚的同理心，更能体会身边每一位优秀同仁的付出与艰辛，从而更加懂得珍惜与感恩。当心态因此变得愈发平和时，我们生活中的幸福感也会与日俱增。正如体育竞技，青教赛的魅力远不止于最终的荣耀，更在于那生生不息的拼搏精神，以及超越竞技本身的人生感悟。因此，我由衷希望各位能珍视并认真对待教师基本功比赛，它馈赠的远比我们想象的更多。



然而,在追求教学技艺精进的同时,我们或许更应深思一个根本性问题:优质教学的源泉究竟何在?优质教学不能够局限于技术层面,优质教学一定是来自于教师的内心,来自教师的自身认同和职业认同。方法固然重要,但真正能赋予实践以灵魂和持久力量的,必定是内心深处支撑我们的某种信念。这个信念,正源于我们对“教师”这一身份的深刻认同。如果不认可自己,不认可自己的职业,能力再强,也总有“内力”不足之时,难以跨越职业倦怠的沟壑。

归根结底,教育是一场深刻的相互成就。经过二十多年的教学磨砺,我深信:对学生进行教育,既是我们老师的崇高责任,也是赋予我们自身的恩赐。这不仅源于学生成长路上需要的引领,更因为我们教师同样需要学生青春的洞察与活力,来不断更新我们自己的生命。这正是许多优秀教师历经数十载,依然对工作充满感激的缘由——没有什么工作比教学更能滋养心灵。教师工作的魅力之一,就在于它给我们提供了不断与年轻人相遇的机会,满足了我们一种深层的需要:一种与成长中的生命保持联系、在每一代新人身上感受世界活力的需要。

当我们深谙此理,便会意识到,好的教学本质上是一种慷慨的“款待”——我们满怀诚意地敞开自己的精神世界,将知识、思想与关怀悉心呈现。心里深谙这个道理的老师,自然会将全心全意为学生成长服务奉为圭臬,能够将这种丰盈的精神生活作为职业的支柱。而这份亲切的款待,终将为我们教师赢得一个更被理解、尊重和信任的世界,从而真正地将自我、所教学科与学生联合成一个充满生命力的学习共同体。这,正是超越一切技术层面,达到优质教学至高境界的不二法门。

珍惜赛事,分享几点期望:

愿你们将“赛场”视为“练兵场”,回归教学的本心。

备赛是对教学的系统性打磨,但核心是“以赛促教”。请借此机会深入思考:我这门课的核心价值是什么?我希望学生获得怎样的成长?当你能在压力下清晰回答这些问题,你的教学便实现了一次飞跃。

愿你们视“学生”为“中心”,涵养为师的大爱。

一堂好课,是知识的传递,更是思想的碰撞与情感的共鸣。请怀揣一颗敬畏与关爱之心,去点燃学生眼中的光,这是超越一切技巧的最动人的教育力量。

愿你们把“创新”当“习惯”,拥抱时代的浪潮。

大胆融合前沿技术,勇于尝试新的教学模式,让课堂成为培养学生批判性思维



北京师范大学附属中学高二年级组

与创新能力的沃土。记住,创新是为了更好地育人。

更愿你们,致力于成为课堂”能量场”的构建者。

新时代的教师,不应仅是知识的传播者,更应是课堂场域的营造者、学生思维的调频者与价值觉知的启迪者。请深刻理解:一堂好课,吸引学生的是信息内容,而能真正留住他们的,是课堂的能量场域。对学生的有效影响,必然是”信息流”与”能量流”的双流合一。因此,请通过打造”提升自己,造福他人”的课堂文化,有意识地觉察,有策略地干预,有情感地赋能,引导师生全情投入,共同将课堂打造为学生流连忘返、有爱有料的理想成长空间。

致青教赛:而立之年,薪火相传

站在三十年的历史节点回望,青教赛已从一颗破土而出的幼苗,茁壮成长为一片荫庇一代代青年教师的森林。作为亲历者与受益者,我心中充满感恩,也对它的未来怀揣殷切期盼。

我期盼,青教赛能持续成为教学创新的”风向标”。

希望赛事能不断优化评价体系,鼓励更多元、更前沿的教学探索。尤为重要的是,青教赛应强化”反思”与”反馈”的核心机制。日常教学需勤于反思,竞赛中则有专家给予精准指导——反思与反馈,恰似成就优秀教师的两把精密刻刀,能帮助我们深度打磨教学技艺,实现从”知”到”智”的飞跃。

我期盼,青教赛能更好发挥”接力赛”与”链环”的辐射效应。

建议建立更常态化的交流与传承机制,让获奖教师的宝贵经验从”个体优势”转化为”群体财富”,真正实现”聚是一团火,散是满天星”的引领格局,照亮更多青年教师的成长之路。

我期盼,青教赛能精心构建一个温暖的”教师发展共同体”。

这个共同体汇聚丰富的成长资源,引导我们超越个人化的教学框框,建立持久而深入的专业对话,让拼搏与互助的精神得以延续,使青教赛从一个阶段性赛事,延伸为一个贯穿职业生涯、充满活力的支持系统。

当我们每一位教师都能将自身的独特优势整合于课堂教学、贡献于共同体发展,在与自我、学生、学科的深刻联系中彰显生命本质时,我们便能焕发出真正有效的教育力量,完整实现教师的价值与尊严。

基于未来:立德树人育英才



三十年春华秋实，三十年桃李芬芳。青教赛的三十年，是无数青年教师成长、成才的生动见证。

当我们把时间花在一件事情上的时候，相当于倾注了我们生命的一段。无论比赛结果如何，那段为之拼搏的岁月，那群并肩作战的伙伴，那些对教学精益求精的思考，都已深深嵌入我们的生命，成为不可分割的一部分。人生的幸运在于能够用“正确的方式做正确的事情”。选择教育，选择在青教赛的舞台上锤炼自己，这本身就是一件值得投入生命的、正确的事。而什么是正确或更好的方式，什么事情真的值得去做，则需要我们运用良好的心智，在不断的教学实践与反思中做出尽可能准确的判断。

愿青教赛这座灯塔，能继续照亮你们前行的路，帮助你们辨明方向。愿你们在赛场上淬炼真本领，在讲台上绽放魅力，以激情与智慧，担负起为党育人、为国育才的光荣使命！

祝愿北京高校青教赛薪火相传，历久弥新！

祝愿各位青年教师朋友前程似锦，教学之花灿烂绽放！



北京高校青年教师教学基本功大赛



北京高校青年教师教学基本功大赛

上好一门课

让立德树人在课堂生根 让双向成长在赛场实现

中国人民大学 陶 涛

(陶涛获2013年第八届北京高校青年教师教学基本功比赛文史类一等奖)

1995年,北京市教育工会举办了首届北京高校青年教师教学基本功比赛。没有LED,没有PPT,粉笔屑在日光里飘,却吸引众多“青椒”摩拳擦掌。三十年后,赛事已覆盖首都教育工会系统全部高校,黑板变成了智慧屏,粉笔搭配上了激光笔,赛制不断优化创新,竞争也愈发激烈,但不变的是立德树人的评价导向,是教书育人的赤子之心。在比赛中彰显担当,突出立德树人、教书育人根本任务;在备赛中追求卓越,立足学科前沿、紧扣时代脉搏,将党的创新理论融入比赛全程;在总结中实现升华,持续深化“以赛促教、以赛促学、以赛促研”机制,传承青教赛薪火相传的精神内核,为首都高等教育高质量发展与教育强国首善之区建设贡献力量。

赛场亦是课堂:我的“双重身份”与“双向成长”

北京高校青教赛赋予我们练兵切磋的宝贵机会。2013年,我29岁,刚刚入职,初生牛犊不怕虎,在校赛中误打误撞,有幸代表中国人民大学参加第八届市赛。市教育工会、校工会通过赛事为参赛选手搭建了提升教学基本功、加强教研融合的宝贵平台,诸多选手在此训练场获得教学基本功质的飞跃,诸多同行经市赛“大熔炉”熔炼,脱颖而出、成为各自岗位上的佼佼者。当时本校共选送了五位选手参赛,在参赛之前,大家分属不同的学科,交集较少。是在共同备赛、打磨、互相切磋的过程中,我们切磋了教学技艺,更建立了长久深厚的战友情谊。

获得第八届市赛文史类一等奖第一名后,我虽因为怀孕遗憾错失了参加国赛的机会,但也从此与青教赛结下了不解之缘。此后十年,我参与了中国人民大学校赛评审和市赛、国赛的培训指导与评审工作,有机会与大量志同道合的青年教师一起讨论教学,获益良多。第十一届市赛文科组是由人民大学承办的,我有幸深度参与办赛、备赛的全过程。数月间,校工会牵头开办多少次动员协调会、专家调研会、选手座谈会,正是各单位各部门协同作战、形成合力,才不负市教育工委、教育工会重托,使市赛举办取得圆满成功,使人民大学再次取得辉煌成绩。



随着青教赛影响力的不断扩大,学校对青教赛市赛选手的培训和打磨也在不断升级。除了邀请往届冠军来传授经验之外,还邀请了ppt专家、礼仪专家、服饰专家甚至发音专家。电视台主持人王老师的“特异功能”我至今印象深刻,任何人只要跟他说一句打招呼的话,他就能精确说出对方的省份。培训之余,还给每位选手配备了一对一导师,每周进行集体磨课。身份转换下,我更加深刻领会到组织参与市赛的深刻意义——专家导师、评委与选手同为育人共同体的一员,我们一起磨课、一起反思、一起复盘、一起总结,双向成长,真正落实“以赛促教、以赛促学、以赛促研”。青教赛严格苛刻的训练让青年教师们对未来的教学变得既敬畏又从容,青教赛共同战斗的经历会将新老教师紧紧凝聚在一起,并不遗余力地把这种传帮带精神一届一届传承下去。青教赛不仅是学校青年教师提升教学技能、拓展职业发展渠道的重要平台,更在推进建设高素质专业化教师队伍、传播先进教学理念、促进新老教师代际传承方面发挥了积极作用。

致“青椒”:在“上好一门课”中把教育家精神具象化

市赛已走过三十年,我与市赛的情缘也已结下十二年之久。不论是在上讲台参赛,还是在幕后指导、组织,我见证了越来越多的青年教师在市赛中拼搏、在市赛中收获,也见证了诸多资深评委和指导教师们投入了大量时间帮助选手认真打磨,无私贡献宝贵的经验和智慧,把课件打磨变成备赛期间每周常规工作,培育一代又一代教学标兵、让教育家精神在青年教师心中生根生长的过程。每每和选手交流经验心得,也从他们身上学到很多。我将感悟总结为三句话,与新一代青年教师共勉。

第一,坚持立德树人,课比天大。青年教师虽常面临科研论文、项目申报、职称评审等多重考核压力,但站好讲台是不可动摇的职业根基。青教赛恰是这样一方纯粹的“练兵场”,它让青年教师可以暂时卸下浮躁,心无旁骛地聚焦一堂课的打磨。从教学目标的精准定位到教学环节的层层递进,从知识点的巧妙拆解到互动设计的匠心巧思,从语言表达的精炼生动到板书课件的相得益彰,观赛时惊叹于同行的巧思妙想,备赛时沉浸于细节的反复雕琢,会发现短短的20分钟竟然可以表达这么丰富的内容,一旦用心课堂竟然可以如此精彩,这正是青教赛赋予“课比天大”最生动的注解。

第二,心怀感恩感激,用好平台。感谢北京市教育工会搭建了这样一个探索先进教学理念和教学方法的高精尖平台,也感谢学校领导对教学的高度重视和校工会等



北京高校青年教师教学基本功大赛

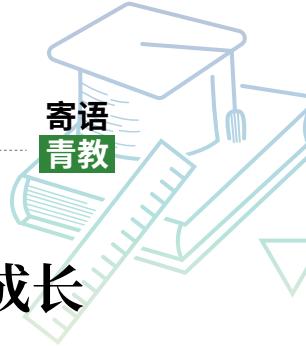


北京高校青年教师教学基本功大赛

各部门的充分筹备,精心组织。随着青教赛的影响越来越大,人民大学对青教赛、对青年教师的教学能力提升也越来越重视,不仅邀请资深指导为青年教师提供专业指导,还从制度层面将青教赛纳入学校教学奖励体系并加大奖励力度,将青教赛获奖作为人才评聘重要优先考虑指标。青年教师要珍惜机会,从中持续获得在职业道路上深耕努力的动力源泉。

第三,做好赛后发力,再次出发。把市赛作为职业生涯重要一站看待,让“赛”成为“研”的起点。做好赛后复盘,将评审意见内化为今后授课、研究的指南。做好转化工作,将所教授的课程按照备赛的标准加以久久为功的打磨,努力打造标杆金课。青教赛获奖只是一个开始,以我校青年教师的成长路径为例,有老师用青教赛准备的教学节段顺利拿下中国人民大学年度十大教学标兵,更有老师在市赛后顺利夺冠国赛。青教赛不仅是学校青年教师提升教学技能、拓展职业发展渠道的重要平台,更是践行“经师”与“人师”相统一的领袖嘱托,让“一次精彩”成为“一生精彩”的重要平台。

三十年,92所高校,数万余名青年教师,北京高校青教赛用无数热忱的面庞、鼓舞的场景记录下对首都高等教育事业发展的深情。而立之年的青教赛,将继续做“立德树人”最坚定的赛场,也做“教育家精神”最明亮的灯盏。衷心祝愿北京高校青教赛越办越好,成为更多青年教师成长的摇篮,续写盛会辉煌!



一场开心的“游戏”：青教赛与教学成长

北京师范大学 孟琢

(孟琢获2013年第八届北京高校青年教师教学基本功比赛文史类一等奖，并获2014年第二届全国高校青年教师教学竞赛文科组一等奖)

青教赛是一段难忘的经历，也是一个“青椒”在比赛中不断深入理解教学意义、提高教学素养的过程。对我而言，这还是一个充满趣味与挑战的过程。因此，愿意把我参加青教赛的经历和体会，落诸笔端，与更年轻的同道们分享。

追溯中奋发

我知道“青教赛”，是因为我的两个师姐——卜师霞、凌丽君，在我之前就获得了北师大青教赛的一等奖。当时她们工作不久，还是胆怯的“青椒”，得奖之后，很快就成了自信的“青椒”。这给我留下了难忘的印象，青教赛对于青年教师的成长至关重要，这既是挑战，也是机遇，要认真把握。轮到我参加北师大“青教赛”，是2012年，那时候我才28岁，算是不折不扣的青年教师。对于那些40岁上下的青年教师，我当时还讽刺他们是“伪青椒”。弹指一挥，现在我也是“伪青椒”的年纪了。参赛的题目是“古今汉语的词义差异”，在汉语汉字的历史发展中，理解中国文化的古今变迁。认真设计，用心备课，拿了北师大的一等奖第一名。说起来，北师大文学院古代汉语研究所，从王宁先生以下，没有讲课不好的，没有不重视教学的。我们是首批“黄大年团队”，有优良的教学传统。

到了2013年，我被学校选拔去参加北京市的“青教赛”。选拔会上，王静爱老师还跟我开玩笑，“你这是上课呢，还是说评书呢。”我的指导老师是李芒老师，教学大咖，我很佩服他。李老师喊我去他办公室，把课讲了一遍，用摄像机录下来，仔细分析缺陷。人出现在镜头里，往往丑陋不堪，我也就深刻领会了自己的缺点。回去调整了一下，李老师说讲一次够了，所谓“一鼓作气，再而衰，三而竭”。我也不喜欢重复讲一个内容，干脆保持锐气，直接参加比赛。比赛前还有个小插曲，要穿西服、打领带，我那时候穷的不行，没有领带，也不舍得买。李老师说借我一个，我就戴着他的领带去比赛——幸运领带啊！比赛之后很久，这个领带我都不舍得还他，直到他发短信催我要。说起来是故事，留下的是情谊——在准备青教赛的过程中，得到了很多前辈老



师的关爱,这是职业生涯中难忘的记忆。

打磨中成长

比赛当天,校工会的龚河华老师、院工会的周晓文老师都在,他们特别理解选手的心情,没怎么跟我说话,让我自己“默课”。无为而治,是最好的支持!这也是比赛中体会到的管理智慧。比赛发挥不错,甩的包袱学生评委都接住了,讲完了他们还给我鼓掌。最后拿了北京市一等奖第二名。现在看当时的比赛录像,发现自己还是太年轻,缺乏一种沉稳的东西,也就注定拿不到第一名。参赛太早了,是个小遗憾。

到了2014年的暑假,我临时接到通知,让我一个月后去全国比赛。咦,怎么突然来了这么个事儿?原来全国比赛必须是一等奖第一名参加,结果那年的“状元”是位女同志,怀孕了,八个月。北京市工会刘欢副主席说了,时值酷暑,武汉将近40度的天气,不能让人家挺着大肚子,从北京赶过去参赛吧。结果就便宜我这个“老二”了,这不是天上掉馅饼嘛!但这个馅饼可不好接,全国比赛要准备20个课,现场抽签讲一个,还要写详细教案。临时受命,时间紧迫,颇有退缩之意,但荣誉感和责任感鼓舞了我——咱们北京高校的老师,不能怂啊!

咬咬牙,三天半时间,昼夜赶工,弄出了六七万字的教案。接下来就是备课,从1节课到20节课,这也不是容易的事儿。青教赛不仅靠发挥,也考验人的意志力!当时工会负责的是王琼老师和周静敏老师,她们都是充满智慧的人,无为而治,从不催促,给我信任与自由。我去武汉比赛,北医三院和北理工都去了一堆人,北师大就我自己,那叫一个轻松自在,还抽空去看了越王勾践剑。因为没有压力,反而踏实了,现挂!抽签抽到“因形求义”,古汉语的老题目,现场准备了半个小时,上台讲课。讲完课,我自己觉得一般,有点儿沮丧。同去参赛的杨渝平兄、赵鲁涛兄密切关注比分,我一个人在招待所里睡觉,没想到都晚上十点多了,迷迷糊糊被他们叫起来庆祝,三个人都是一等奖。他们是实至名归,对我来说,真是走大运了。

比赛中收获

一路走来,青教赛给我带来很多收获。第一,我觉得自己的教学心态发生了很大变化,自信了,坦然了,更加热爱了。这种教学自信,对青年教师的成长很重要。第二,在准备比赛的过程中,逐渐形成了自己的教学风格,这一点至今受益。第三,整个过程下来,收到了很多老师的关怀与照顾,这是生命中难忘的温暖。全国获奖之后,王琼老师还专门组织了一个会议,请了学校不同部门的老师来探讨“鼓励”问题,



让我颇为忸怩。记得教务处何丽平老师说：“你们要给他时间，让他安心做学问，不要太折腾他了。”几年之后，讲了若干新课，被教学累得半死，职称还是讲师，方能领会何老师当年的善意。第四，青教赛对我的教学素养，特别是控场能力和表达能力都是极大的锻炼。自从参加比赛之后，我在任何学术会议上发言从未超时。主持人往往会对说，孟老师的时间控制得真好，我心中会微微一笑：“哥们练过！”

到了2019年，还有一个有意思的事儿，我们学科的董婧宸老师也拿了北师大的一等奖，去北京市参加比赛，我这个年过卅五的“伪青椒”，成了她这个“真青椒”的指导老师。董老师性格憨厚，表达朴素，但妙笔丹青，善于画画，我们就帮她设计，如何在课堂上把古文字画出来。多讲象形字，肯定有意思！结果她也拿了北京市的一等奖，我还拿到了一等奖指导教师的奖状。说起来，北师大文学院古代汉语学科的青年老师们，拿过五个北师大一等奖，四个北京市一等奖，还有我的全国奖，也真是挺骄傲的事儿。至于做指导老师的心得，则是深感风气之变化，现在青年老师参加比赛，更为积极认真，卷出了更高水平，可谓后浪可敬。学校工会也高度重视，紧锣密鼓，安排了若干个环节的试讲，各种鼓舞打气，还有专门设计的服装——给小董订制了一款青绿色的紧身旗袍，我说：“你笔名叫草虫，穿上还真成蚂蚱了。”最后，还是建议她穿自己的衣服去比赛，心态自然舒展最重要。工会的积极作为，让人钦佩，世上怕就怕“认真”二字。从“无为”到“有为”的变化，也让我恍然领悟了《史记》将老子与韩非同传的道理。

对我来说，青教赛是一场难忘的游戏，充满乐趣与温暖。不要小看游戏，游戏对人的成长是有根本意义的。比赛让我享受教学、热爱教学、思考教学。有趣的经历必然伴随反思，我以前写过这么一段参赛总结：“大学课堂不仅仅是传授知识，还是学术前沿与课堂教学的紧密结合，更是价值塑造、能力培养和知识传授的有机统一。练好内功不光为自己，更为学生和职业操守。在教学中安放生命的价值。”现在看这番话，多少有点儿脸红，但也确实出自真诚。从2012年到现在，“在教学中安放生命价值”的初心从未改变。因此，把这句话复制在这里，算是与亲爱的同行们共勉吧。

把握平台，努力成长

北京大学 杨渝平

(杨渝平获2013年第八届北京高校青年教师教学基本功比赛理工类一等奖，并获2014年第二届全国高校青年教师教学竞赛工科组一等奖)

我曾经很幸运地有机会代表医院和科室在4年里先后参加了院级、校级、市级和两个不同的国家级教学比赛，得了9个一等奖，1个特等奖，也因此获得了2015年的全国五一劳动奖章。整个经历让我体会最深的是：这些成绩显然不是仅仅靠自己一个人的努力就能够获得的，实际上在这些比赛背后的医院和科室文化传承和多个层级的青年教师教学培训平台培养，起了至关重要的作用。

成长收获

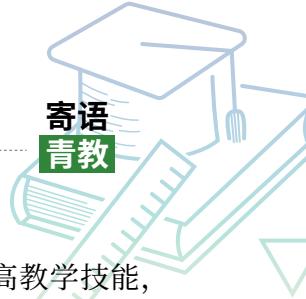
自从我进入北京大学第三医院运动医学科，就特别幸运地耳濡目染了中国运动医学的奠基人——曲绵域老师的言传身教，以及后来我的研究生导师敖英芳教授的精心培养和教学主任崔国庆的悉心指导。后来有了参加青教比赛的机会，就先后受到北医三院、北大医学部、北京大学甚至北京市的众多教学专家多轮次的悉心培训和辅导，最终才让当时我那个对医学教育只有初步概念、几乎没有什么教学技巧的青年医师，一步步成长为对医学教学比较了解、教学技巧比较丰富的临床教师。使我们在后面的实际临床教学工作中，能够比较好地将医学知识传授给临床医学生，甚至基础医学生、护理系学生、临床研究生等。

而当我们这样的青年教师得到这个平台的培养提升之后，又具备了反哺这个平台的能力，让它更加丰满和完善，形成良性循环。例如我和许多参加过各级教学比赛的同事，就成为了北医教学发展中心的导师、各级教学比赛的辅导专家、教学比赛评委等，又把我们学习到的教学经验和技巧继续传承下去，让更多的青年教师受益。

正因为亲历了这一切，因此特别想借此机会把我多年成长心得介绍给我更年轻的临床青年教师们，希望更多的青年教师能够充分利用这样的平台，快速促进自身的成长。

微薄之见

真正教学水平的提高，其实是需要一颗红心两手准备的，一颗红心就是热爱教



学,有主动教学的信念;两手准备就是说,一是经常去锻炼、实践,提高教学技能,第二,就是经常思考观摩,反思自己的教学过程、教学经历,让自己找到问题,逐步提高。但是,单纯依靠自身的经历和悟性,很难在短期内达到教学基本功和整体能力质的提升。因为每个人都很容易受限制自身的知识水平和思维定式,大多数都需要更有经验的老师和前辈的帮助,帮助自己找到弱点,纠正不足,提升信心。

因此我有三个方面的建议:

第一,如果有机会,一定要尽量在青教体系中接受教学基本功的培训,练好各项教学基本功。青教比赛及其培训体系,会从别人的角度,帮自己找到自身的差距和不足。这个体系会在这方面起到非常重要和现实的作用。但毕竟每个人都有自身的特点,其它人的建议,也的确是供参考而非决定性的方式,青年教师主要是要将学习到的方法内化于心,展示于行,找到最适合自己的教学方式,才能最终达到最佳效果。

第二,如果没有好的教学实践机会,教学基本功其实也很难得到真正的提高。所以从这一点上来说,我们应该想办法找各种机会参与到真正的教学工作中。除了通常的授课,还可以充分利用教学查房甚至科普讲座等机会多多参与,然后多做教学反思,一般还是能够获得相对比较快的提升。

第三,要从内心去热爱教学。因为通过教学,也就是教学相长,青年教师不但能够提升教学能力,还可以同时提高表达沟通能力、逻辑思维能力甚至克服困难的自信心,这些对于年轻人的成长其实非常重要。甚至对于提升年轻医师的临床思维能力、课题和文章写作能力以及跟患者的沟通能力都会有显著的帮助,这样更利于年轻医师的健康快速成长。尤其在这一点上,我自己有着深刻的体会和满满的收获。

最后,希望我们年轻的医师们,能够充分利用和把握青教比赛平台给大家提供的机会,努力学习,不断成长,让自己成为一个具备良好甚至优秀教学能力的好医生!好老师!

十年回望，初心如磐

——寄语青年教师与青教赛共成长

首都医科大学 董晓英

(董晓英获2015年第九届北京高校青年教师教学基本功比赛理工类一等奖)

十载春秋，倏忽而过。回首十年前站在北京高校青年教师教学基本功比赛讲台上的那一刻，那份紧张与激动依然清晰如昨。作为第九届理工类一等奖获得者，那场比赛不仅是我教学生涯的一个重要里程碑，更是一粒深深埋入教育沃土的种子，历经十年滋养，已悄然生根、发芽、开花、结果。值此青教赛三十周年华诞，谨以此文，与诸位青年教师分享我的感悟与期盼。

教学相长：从技艺锤炼到心灵共鸣

参加青教赛的经历，于我而言，远不止于获得一项荣誉。它更像是一次系统的教学“体检”与“淬炼”。为了那二十分钟的展示，我反复打磨《黄帝内经》课程的教学设计、语言表达、课件制作、课堂互动，对每一个知识点、每一个案例、甚至每一个手势语态都精益求精。这个过程，让我深刻体会到“台上一分钟，台下十年功”的真谛，也让我对“教学”二字有了脱胎换骨的理解。

经常听人说，教学比赛不过就是一场表演，没有实质意义。经历之后，才发现并非如此。记得从比赛归来，我将备赛过程中收获的理念、方法与激情，持续灌注于日常教学。作为一名中医教师，我的使命不仅是传授《黄帝内经》的条文奥义，更是要点燃学生们对中医经典、对中华优秀传统文化的热爱之火。于是，从一个二十分钟的比赛课件准备，演变成整门课程81学时每一个幻灯片都是那二十分钟的讲述水平。十年来，我欣喜地看到，课堂上学评教的分数持续领先，看到学生们眼神中闪烁的求知光芒，听到他们分享将经典理论应用于临床见习初获成效的喜悦，感受到他们从“了解中医”到“热爱中医”、立志成为“真正中医人”的信念转变。

教学，是一门“良心活”，这份“良心”，源于对三尺讲台的敬畏，对莘莘学子的责任。它要求我们不仅要有扎实深厚的专业积淀，如同中医强调的“博极医源，精勤不倦”，更要有对教学本身不计名利、全情投入的热爱。当你摒弃浮躁，潜心钻研，将知识的种子播撒在学生心田，见证其萌芽、生长，那种“得天下英才而教育之”的快乐，



是任何外在名利都无法比拟的真实的心灵幸福感。在那次获奖之后,2016年我参加全国中医药社杯青年教师基本功比赛获得二等奖、2017年我带领学生过五关斩六将冲进全国《黄帝内经》知识竞赛总决赛、2018年我指导多名学生获得《黄帝内经》征文大赛一二等奖、2019年我又获得校级教育教学奖、2022年我获得北京市健康科普短视频大赛二等奖……于我而言,正是这份初心与坚持的水到渠成。

医教协同:从课堂理论到临床实践

中医学的生命力在于临床。教学,不仅提升了我的授课能力,更深刻地促进了我的临床水平。对《黄帝内经》等经典理论的反复讲授与深入阐释,促使我不断回溯本源,深化对中医思维模式、诊疗理念的理解。这种理解,自然而然地迁移到我的临床实践中。

在诊室里,我始终秉持“以病人为中心”的原则,努力将经典中的智慧灵活运用于辨证论治。无论是运用《素问·上古天真论》的理论指导疾病预防和养生,还是依据《伤寒杂病论》的进行六经辨证,经典理论为我的临床决策提供了坚实的支撑,显著提高了临证疗效,收获了数十面锦旗。这个过程,本身也是对教学内容最生动的验证和丰富。我用自己的临床实践,为学生树立了一个活生生的榜样:一个优秀的中医人,必然是理论与临床俱佳的实践者。教学,因此实现了从课堂到诊室的自然延伸与闭环,形成了“教学促临床,临床哺教学”的良性循环。

研教互促:从知识传承到思维启迪

高校教师的使命,除了教学与临床,还离不开科学研究。青教赛所倡导的严谨态度、创新思维和系统规划能力,同样在我的科研工作中发挥了重要作用。我积极带领学生参与科研创新项目,引导他们探索“中医如何进行科研”这一重要课题。

我们共同研读古代医家的医案,尝试用现代科学语言阐释其有效性;我们设计实验方案,探索经方的作用机制;我们探讨如何建立符合中医自身规律的评价体系。在这个过程中,我不仅是知识的传授者,更是学生科研思维的启蒙者。我引导他们从被动接受知识,转向主动发现问题、分析问题和解决问题,培养他们的批判性思维和创新能力。看到指导学生在科研项目中一次次获奖,我深感欣慰。这不仅是人才培养层次的提升,也是中医学术能够在继承中创新、在创新中发展的希望所在。

回首十年之路,我由衷地感慨,青教赛这一平台,其意义远不止于一场比赛。它像一座熔炉,锤炼了我的教学基本功;它像一座桥梁,连接了我的教学、临床与科



研；它更像一束火把，点燃了我们内心对教育事业持久不衰的热情。它促进了作为高校教师的我，在教学、临床、科研多个层面的协同发展与全面成长。

寄语未来：用心热爱，共赴山海

站在青教赛三十周年的新起点，我满怀期待地寄语各位青年教师：

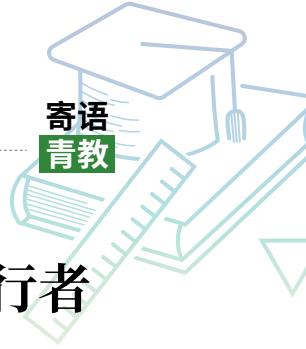
珍惜机遇，用心准备。青教赛是挑战，更是机遇。它为你提供了一个展示风采、交流互鉴、快速成长的宝贵平台。请认真对待备赛的每一个环节，将其视为一次难得的教学反思与提升之旅。深入钻研教材，精心设计教案，反复模拟演练，力求在比赛中展现最好的自己。

坚守初心，追求本真。教育的根本在于育人。无论比赛还是日常教学，都应回归教育本源，关注学生的成长与发展。保持对专业的热爱与敬畏，将教书育人作为一项需要倾注心血的“良心事业”。当你放下对结果的过度执着，专注于过程的精益求精与对学生的真诚影响时，成长与收获便会不期而至。

融会贯通，协同发展。努力打破教学、科研、临床实践之间的壁垒。让教学成为科研灵感的源泉，让科研和临床成果反哺教学内容的更新与深化。形成多轮驱动、相互促进的良好生态，实现个人综合素养的持续提升。

相信传承，教学相长。教育的魅力在于“教学相长”。在引导学生成长的同时，我们自身也在不断收获新知、升华情感、净化心灵。用心去热爱你的学科，热爱你的学生，热爱这三尺讲台。最终，你将收获的不仅是学生的爱戴与专业的进步，更是自我生命的丰盈与成长，是见证“学生受益”、实现“教学相长”的终极快乐体验。

青教赛三十年，是里程碑，更是新起点。感谢青教赛给了我难得的机会，愿我们所有教育同仁，都能以此次纪念为契机，重温初心，砥砺前行。愿青教赛的精神能如星火般，感染和带动更多青年教师投身到这伟大的育人事业中，共同为培养堪当民族复兴大任的时代新人，为中华民族的伟大复兴，贡献我们教育工作者的一份光和热！未来已来，愿我们与青教赛，与我们所热爱的教育事业，继续温暖同行，共赴山海！



静待花开——致青教赛三十年的同行者

北京工商大学 李娇雪

(李娇雪获2015年第九届北京高校青年教师教学基本功比赛文史类一等奖)

时光如梭,转眼间参加第九届青教赛已是十年前的事。当年那个站在讲台上讲解《视听语言》课程的年轻教师,如今已在教学路上行走了十余个春秋。青教赛于我,不仅是一场比赛,更是一次教学的启蒙,一场教育理念的淬炼。

教学的锤炼:从“知道”到“启迪”的升华

备战青教赛的那段日子,至今记忆犹新。我的参赛课程是视听语言,具体讲解的是“光线的类型与功能”。如何将专业知识点转化为生动易懂的教学内容,曾让我反复思索。最初的设计中,我按照教科书式的思路,先抛出概念再举例说明。直到一位同事提醒:“何不先展示一组光线对比强烈的摄影作品,让学生自己发现光线的奥秘?”这个建议让我恍然大悟:教学顺序的调整,竟能让知识从枯燥的概念变成引人入胜的探索。

更让我受益的是指导教授的建议。他看出我的教学设计中案例过于零散,便建议我寻找一个能够贯穿始终的大案例。“一个好的教学案例就像一部好电影,要有完整的情节,让每个知识点都成为推进剧情的重要环节。”经过反复打磨,我最终选择了一部经典电影作为分析对象,通过其中不同场景的光线运用,串联起所有知识点。这次修改让我深刻体会到:教学的魅力不在于知识的堆砌,而在于思维的启迪。

同行的启迪:在交流中收获智慧

青教赛带给我的另一份珍贵礼物,是结识了一群志同道合的教学同行。十年过去了,我们依然保持着密切的交流,在教学的路上互相扶持。

我在设计“广告创意思维”课程时,遇到了一个难题:如何将思政内容自然地融入创意课程?生硬的说教显然不符合创意课程的特点,过于刻意的融入又显得做作。就在我苦恼之际,当年一起参赛的老师给了我启发:“为什么不从创意本身的社会责任入手?让学生意识到,好的创意不仅要吸引眼球,更要传递积极的社会价值。”

这个建议让我茅塞顿开。我重新设计了课程框架,从“创意的社会责任”“广告的



价值观传递”等角度入手,让学生在掌握专业技能的同时,自然而然地树立正确的价值观。比如在讲解广告策划时,我特别强调了创意不能违背公序良俗,要传播积极向上的社会风尚。这样的教学设计,既保持了创意课程的活力,又实现了育人目标。

教育的本质:尊重每一个生命的独特性

十年的教学生涯,让我对教育有了更深的理解。每个学生都像一颗独特的种子——有人是西瓜,需要充足的生长空间;有人是辣椒,在适度压力下反而更加出色。教师的职责,不是用同一个模子塑造所有学生,而是帮助每个生命成长为最好的自己。

这一认知彻底改变了我的教学方式。在现在的课堂上,我更加注重因材施教。对于善于思考的学生,我鼓励他们深入理论探索;对于感知敏锐的学生,我引导他们发展艺术直觉;对于动手能力强的学生,我支持他们在实践中成长。这样的教学理念,让课堂成为了百花齐放的花园。

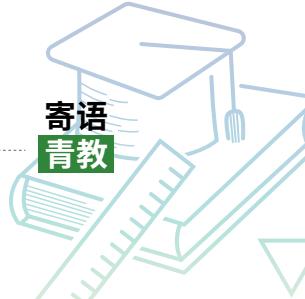
特别是在人工智能快速发展的今天,这种教育理念显得尤为重要。当学生可以轻易从网络获取知识时,教师的价值就不再是信息的传递,而是思维的启迪。我们授课的逻辑脉络、案例的挑选思路、课堂的互动方式,都在潜移默化地向学生传递着不同的思考方法。这种带着教师个性烙印的思维范式,才是这个时代最珍贵的教育内容。

课堂的变革:构建平等对话的空间

现代教育正在经历深刻变革,课堂也从单向传授的场所转变为师生平等对话的空间。在这个空间里,教师不再是唯一的权威,学生也不再是被动的接受者。我们共同探讨问题,互相启发思考,这种转变让教学成为了真正的双向奔赴。

为了实现这样的课堂,我彻底改变了课程设计思路。讨论和互动不再只是教学的点缀,而成为了课堂的主线。每个知识点的讲解都留有思考的空间,每次案例分析都鼓励多元解读。这样的设计让课堂充满了思想的碰撞,那些超出预设的意外往往成就了最精彩的教学时刻。

记得在一次讨论“广告中的文化认同”时,一位学生提出了我从未想过的观点:广告不仅是商业行为,更是文化交流的载体。这个见解让整个课堂讨论提升到了新的高度。那一刻,我深深体会到“教学相长”的真谛——在教育学生的同时,我们也在被学生所影响。



致青年同行：在育人路上共同前行

在青教赛创办三十周年这个特殊时刻，我想对青年教师们分享一些体会：

请珍惜青教赛这个特别的平台。它不只是一场比赛，更是一次教学的深度修行。那些反复打磨教学设计的夜晚，那些在导师指导下豁然开朗的瞬间，都将成为你教学生涯中最宝贵的财富。在这个过程中，你收获的不仅是教学技能，更是对教育本质的理解。

要勇于突破教学的框架。在这个快速变化的时代，教育形态正在发生深刻变革。青年教师要有勇气尝试新的教学方法，更要有智慧在创新与传承之间找到平衡。记住，最好的教学不是技术的堆砌，而是能够触动心灵的艺术。

永远保持学习的心态。教学是一门永无止境的艺术。我们要像学生一样保持求知的热情，在教与学的循环中持续成长。特别是在AI时代，教师要善于利用新技术，更要坚守那些机器无法替代的教育本质——情感的交流、思维的碰撞、价值的引领。

精心设计每一堂课。在信息触手可及的今天，课堂的价值不仅在于知识的传递，更在于思维方式的塑造。我们选择什么案例、如何组织讨论、怎样引导思考，都在向学生传递着独特的思维范式。这种带着教师个性烙印的思考方式，才是最有价值的教育内容。

最重要的是，永远不要忘记教育的初心。我们面对的是一个个独特的生命，每个生命都有其成长规律。教师的智慧在于认识并尊重这些差异，用心呵护每个生命的独特光芒。当我们帮助每个学生成为最好的自己时，教育的真义就在其中得到了实现。

三十年春华秋实，青教赛见证了一代代青年教师的成长。愿我们都能在这场教育的接力中，既做传递者，也做追寻者，在教书育人的道路上相互扶持，共同前行。因为教育最美的风景，不仅在于知识的传承，更在于生命的相互成就——在这条路上，我们永远都是同行者。

以“金玉良言”铸就高效课堂： 新时代高校教学的守正与创新

北京印刷学院 刘 玲

(刘玲获2017年第十届北京高校青年教师教学基本功比赛文史类一等奖)

在信息技术迅猛发展、知识获取方式日益多元的今天，高等教育正面临着前所未有的挑战。学生群体的知识背景日趋复杂多样，“网络原住民”成为课堂主体，他们习惯于碎片化阅读、即时性反馈和多线程信息处理。传统的“三尺讲台”在“万维空间”的冲击下，面临着吸引力下降、互动性不足、教学实效性减弱等问题。许多教师感叹“学生不听讲”“低头族泛滥”，但与其将问题归咎于学生，不如反躬自省：我们的课堂是否依然具有不可替代的价值？我们的教学是否真正触及学生的心灵与思维？

“师者，传道、授业、解惑也。”这一千年古训至今仍熠熠生辉。而“传”“授”“解”的实现，皆依赖于一个核心载体——“言”。教师之“言”，不应是照本宣科的复读，也不应是机械呆板的陈述，而应是凝聚智慧、饱含情感、富有启发性的“金玉良言”。这“言”比金更贵，比玉更纯，是点燃学生求知欲望的火种，是指引其思维航向的灯塔。唯有以99%含金量的“言”，才能真正实现“传好道、授好业、解好惑”的教育使命。

言之有物：以精心设计的教案夯实教学根基

一堂精彩纷呈的课程，绝非临场发挥的即兴之作，而是源于精心打磨的教学设计。教案讲稿，恰如导演的剧本、建筑师的蓝图，是课堂教学的“施工图”与“路线图”。它不仅是教学内容的文本呈现，更是教师教育理念、教学思想与专业素养的集中体现。没有高质量的教案，就难以保障高质量的课堂。

优秀的教案应从学生的认知结构出发，科学组织教学内容，巧妙设计教学流程。导入如何引人入胜？提问如何启发思维？互动如何激发参与？板书如何提纲挈领？情绪如何适时调动？甚至在学生注意力下降时如何“抖个包袱”以重燃兴趣？这些细节都应在教案中如电影分镜头般细致规划。唯有如此，教师才能在课堂上游刃有余，从容不迫，将教学节奏牢牢掌握在自己手中。教案的价值不仅在于“写”，更在于“用”。它应是动态调整的“活页本”，而非一成不变的“固定稿”。教师需根据课堂实际反馈不断优化内容与方法，使每一次授课都成为一次教学艺术的再创造。可以说，撰



写出一份高质量的教案,讲课便已成功了一半。

言之有理:以逻辑清晰的板书构建知识体系

在多媒体技术广泛应用的今天,板书的价值非但不应被削弱,反而更应被重新认识与重视。好的板书,是教师思维的外化,是知识结构的凝练,是课堂生成的“艺术品”。它能将复杂的内容高度浓缩,删繁就简,突出重点,化解难点,使知识脉络清晰可见。

优秀的板书设计,往往能将知识点“串成线、结成网”,形成系统化的认知框架。通过标题层级、关键词标注、箭头连接、图表辅助等方式,帮助学生构建起完整的知识图谱。这种视觉化、结构化的信息呈现,远比单纯的口头讲述更利于学生理解与记忆。

同时,板书还具有不可替代的生成性与互动性。教师在书写过程中,思维逐步展开,学生也随之同步思考,形成“思维共频”。板书内容随教学进程逐步呈现,节奏可控,便于学生消化吸收。一堂课结束,黑板上留下的不仅是知识的痕迹,更是教师教学功力的见证——那清晰的结构、工整的字迹、巧妙的布局,无不彰显着一位教师对教学的敬畏与热爱。

言之有情:以生动感染的语言激发学习动力

课堂讲授是一门语言的艺术。教师的语言,不仅是传递知识的工具,更是沟通心灵的桥梁。生动、富有启发性与亲和力的语言,能够有效调动学生的学习积极性,营造积极向上的课堂氛围。“感人心者,莫先乎情。”教师的情感投入,是课堂感染力的核心。唯有真正热爱学生、热爱教学,才能以情动人,引发共鸣。当教师用充满激情的声音讲述一个科学发现的曲折历程,或用深沉语调剖析一段历史的深刻教训时,学生所接收到的不仅是信息,更是一种精神的感召与价值的引领。教师的声音应力求准确规范、清晰流畅,音色圆润集中,表达朴实明朗。在语速、语调、重音的处理上,应做到刚柔并济、虚实相生、变化自如。恰当的停顿可引发思考,适度的强调可突出重点,抑扬顿挫的节奏则能有效维持学生的注意力。

此外,体态语言是课堂教学语言的重要组成部分。一个鼓励的眼神、一个肯定的手势、一次走近学生的巡视,都能传递出无声的关怀与期待。当口头语言难以尽意时,得体的肢体动作往往能“此时无声胜有声”,使教学信息更加丰满、准确。声音与体态的和谐统一,共同构成富有张力的课堂表达系统,极大增强了教学的感染力与



北京交通大学图书馆



北京交通大学图书馆

实效性。

言之有方：以个性化互动提升教学效能

面对知识背景多元、学习风格各异的学生群体，教师必须摒弃“一刀切”的教学模式，转向以学生为中心的个性化教学。这意味着要深入了解学生的专业基础、兴趣爱好与认知特点，因材施教，精准施策。

在教学方法上，应灵活运用案例教学、问题导向、小组讨论、翻转课堂等多种形式，鼓励学生主动参与、合作探究。通过设置开放性问题、组织课堂辩论、引导项目式学习，激发学生的批判性思维与创新能力。同时，教师应善于利用现代教育技术，拓展教学时空。例如，通过在线平台发布预习资料、收集学习反馈、开展课后讨论，实现课内外的有机衔接。但技术的应用应服务于教学本质，而非喧宾夺主。真正的智慧课堂，不在于炫技，而在于以技术为翼，让教学更高效、更深入、更人性化。

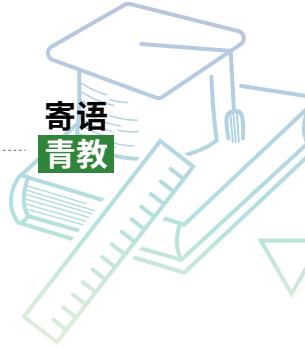
言之有恒：以持续精进的教学基本功成就教育人生

教学是一门需要终身修炼的艺术。教学基本功的提升，非一日之功，而需在长期的教学实践中不断探索、反思与积累。每一次备课、每一堂授课、每一次课后反思，都是教师专业成长的阶梯。教师应树立“讲好每一堂课”的职业信念，把每一节课都当作一次庄严的承诺。课前充分准备，课中全情投入，课后及时总结。通过听课评课、教学研讨、教学竞赛等方式，不断汲取同行智慧，优化自身教学。

更为重要的是，教师应保持对知识的敬畏与对真理的追求。唯有不断更新知识体系，拓展学术视野，才能在课堂上言之有据、游刃有余。教育者首先应是终身学习者，唯有如此，才能引领学生走向更广阔的知识天地。

寄语

教育的本质是点燃，而非灌输。在新时代的挑战面前，高校教师更应坚守育人初心，以“金玉良言”重塑课堂价值。通过精心设计的教案夯实基础，以逻辑清晰的板书构建体系，用生动感染的语言激发兴趣，借个性化互动提升效能，最终以持续精进的教学基本功成就教育人生。让我们少一些抱怨，多一些行动；少一些形式，多一些实效；少一些说教，多一些共情。用999含金量的“言”，为学生传好道、授好业、解惑惑，让每一堂课都成为学生生命中不可复制的精神盛宴。唯有如此，三尺讲台才能在万维空间中屹立不倒，教师之“言”才能在信息洪流中熠熠生辉。



课堂,是青教赛永远的练兵场

清华大学 班慧勇

(班慧勇获2019年第十一届北京高校青年教师教学基本功比赛工科类一等奖,并获2020年第五届全国高校青年教师教学竞赛工科组一等奖)

值此北京高校青年教师教学基本功比赛三十周年之际,作为一名参赛教师,回首备赛历程,心中充满感激与感悟。青教赛于我,不仅是一段比赛经历,更是一次深刻的教学反思与理念重塑。

青教赛是教学认知的升华之路

青教赛让我深刻认识到,教书育人是教师的神圣使命,同时页是一门充满魅力、值得深入探索的学问。它让我体会到,课堂可以既是严谨的知识殿堂,又是灵感激荡的创意空间。教学不再是简单的“传道授业”,而是成为一场与学生共同成长的旅程。这种认知的转变,让我收获了前所未有的职业满足感,也更加坚定了我投身教学、钻研教学的决心。愿每一位青年教师都能在教学中发现乐趣,在育人中实现价值。

青教赛是思维与表达的训练场

青教赛犹如为教师量身定制的“写作与沟通课”。它教会我如何将价值理念、能力方法与知识体系融会贯通,并以清晰、生动的方式传递给学生。这种训练不仅提升了我的教学能力,更深刻影响了我的科研与学术表达。我学会了在复杂问题中提炼主线,在多元视角中构建逻辑,而这正是科研探索与学术沟通的核心素养。愿青教赛持续成为青年教师思维进阶的阶梯,助力大家在教学与科研的双轨上行稳致远。

青教赛是育人精神的辐射源

青教赛的意义远不止于赛场,它更是一场润物无声的育人实践。它既锤炼了参赛教师,也深深影响着参与其中的学生。我的助教在备赛过程中不断成长,他潜移默化地吸收了青教赛所倡导的教学理念与沟通方法,甚至能在学术沙龙中娴熟运用,帮助他人优化表达。当他凭借清晰的逻辑与感染力在博士生论坛中获得最佳报告奖时,我深感青教赛的育人精神已跨越课堂。

青教赛是教育理想的启航点



北京师范大学青年教师教学基本功大赛



北京高校青年教师教学基本功大赛

比赛的落幕不是终点,而是教学实践的新起点。青教赛所点燃的教学激情、所沉淀的思想方法,最终要回归课堂、反哺学生。我会将青教赛中的收获融入日常教学,让每一堂课都成为青教赛精神的延伸与拓展。愿所有经历过青教赛的老师,都能带着这份热爱与执着,在讲台上不断书写新的教育诗篇。

三十年砥砺前行,青教赛已成为高校青年教师成长的重要平台。愿未来的青教赛继续坚守“以赛促教、以赛育人”的初衷,为更多青年教师成长提供更广阔的平台;让青教赛精神,照亮一代代青年教师的从教之路。愿青年教师们永远怀揣对教学的好奇与热情,在青教赛的舞台上磨练技艺,在平凡的课堂中播种未来。春风化雨,课比天大,我们一同努力!



乘势而上，再铸辉煌： 青教赛在AI时代的使命

清华大学 蒙 克

(蒙克获2019年第十一届北京高校青年教师教学基本功比赛社科类一等奖第一名，获2020年第五届全国高校青年教师教学竞赛文科组一等奖)

作为一名曾经的北京市青年教师教学基本功比赛的获奖者，每当回想起那些为了准备比赛而挑灯夜战、反复打磨教案的日日夜夜，心中总是充满了无限的感慨与感激。青教赛于我，早已不仅仅是一场比赛，更是一座熔炉，淬炼了我的教学技艺，砥砺了我的从教初心，也为我后来的学术与教学生涯，打下了坚实的基础。今天，站在这历史与未来交汇的节点，我想以一名“青教赛人”的身份，向这个曾经成就了我的平台，以及未来的参赛者和同仁们，分享一些感悟。

特殊历史使命

青教赛自1995年创办以来，便肩负着特殊的历史使命。它诞生于中国高等教育改革不断深化的时代浪潮之中，旨在通过“以赛促教”的方式，迅速提升青年教师的教学能力，为首都高校培养和选拔一批批优秀的教学骨干。回望过去，青教赛始终与时代同行，其赛制设计、考察重点，无不反映着不同时期国家对高等教育人才培养的期盼与要求。从最初对教学语言、板书设计等基本功的严格要求，到后来对教学设计、课堂互动、思政融入的日益重视，青教赛的每一次演进，都是对当时教育潮流的精准回应和积极引领。它告诉我们，教学绝非一成不变的“手艺活”，而是一门需要不断学习、不断反思、不断创新的艺术。正是这种顺应历史、勇立潮头的精神，铸就了青教赛在首都乃至全国高等教育界的卓越声誉。

机遇挑战并存

如今，我们正迈入一个由人工智能(AI)定义的全新时代。AIGC、大语言模型的出现，正以前所未有的力量，深刻地重塑着知识的生产、传播与获取方式，也对传统的教育模式和教师角色发起了根本性的挑战。当学生可以随时随地从AI那里获得标准化的答案时，我们教师的价值何在？我们的课堂，又该如何呈现？这不仅是每一位教育工作者必须面对的“时代之问”，更是青教赛这一金字招牌，在新时代必须回答



的“发展之题”。

我认为,挑战与机遇并存。AI的强大,恰恰凸显了人类教师在启发智慧、涵育品格、点燃热情方面的不可替代性。未来的教育,必然是人机协同、教学相长的教育。因此,新时代的青教赛,也应当与时俱进,成为引领这场教育变革的重要平台。我期待,未来的青教赛能够更加注重考察青年教师运用AI等新技术赋能教学的能力,看他们如何利用智能工具创设更具吸引力和启发性的教学情境;如何引导学生进行批判性、创造性地学习,而非简单的知识灌输;如何培养学生成为信息洪流中辨别真伪、独立思考的核心素养。青教赛应当鼓励参赛者们大胆探索AI时代的教学新范式,将前沿科技与立德树人的根本任务深度融合,从而为新时代的高等教育,树立起新的标杆与典范。

成长经验分享

在此,我想对即将走上青教赛赛场的青年教师们说:请将这次比赛,看作是你们迎接AI时代教学挑战的一次全面预演。它将迫使你走出舒适区,去思考那些最前沿、最根本的教学问题。这个过程无疑是艰苦的,但经历过这番淬炼,你们收获的将不仅仅是一座奖杯,更是面向未来的教学自信与创新能力。

同时,我也想对所有未来的大学教育者们说:我们正身处一个百年未有之大变局,教育的形态正在被重新定义。拥抱变化,学习新知,将科技的“变量”转化为育人的“增量”,是我们责无旁贷的使命。愿我们都能以青教赛所倡导的卓越、创新、严谨、求实的精神为指引,不断精进,共同探索和构建面向未来的高等教育新生态。

历史的接力棒已经传到我们手中。让我们共同肩负起时代赋予的重任,让青教赛这一光荣的传统在AI时代焕发出更加璀璨的光芒,引领我们去培养更多、更优秀的、能够担当民族复兴大任的时代新人!



以青春之名，赴教育之约

中国农业大学 韩宇

(韩宇获2019年第十一届北京高校青年教师教学基本功比赛工科类一等奖，并获2020年第五届全国高校青年教师教学竞赛工科组一等奖)

当晨曦穿透教室的窗棂，当粉笔在黑板上勾勒出知识的轮廓，我总想起我们共同的名字：青年教师。我们知道，一场关于成长与热爱的奔赴，正悄然启程。青教赛，这方承载着教育理想的舞台，从不只是技艺的角逐，更是青春力量的汇聚，是教育薪火的传递。在此，谨以一份殷切寄语，赠予每一位怀揣初心的青年教师。

青春是什么？于教师而言，青春是伏案钻研时的专注，是站在讲台时的热忱，是面对学生疑问时的耐心，是探索教学创新时的勇敢。它不是转瞬即逝的时光，而是藏在每一次教学设计里的匠心，藏在每一次与学生交流中的真诚，藏在每一次攻克教学难题后的喜悦。青春，是面对未知的勇敢，是投身理想的纯粹，是相信“一个灵魂可以唤醒另一个灵魂”的执着信念。青教赛，正是为这份青春搭建的舞台，让青年教师的才华得以展现，让教育的初心得以彰显。

曾记得，评委席上的专家们，鬓角或许已染霜华，目光却始终如炬。他们曾轻抚着参赛教案上密密麻麻的批注，语重心长地说：“青年教师是教育的新鲜血液，你们手中握着的，不仅仅是课本，更是未来科技创新的火种。”他们期待的，从不是完美无缺的演示，而是那份敢于突破的锐气——敢于将晦涩的理论转化为生动的实践，敢于用青春的视角解构复杂的学科难题，敢于在讲台之上，点燃学生探索未知的好奇。他们嘱托，要在严谨的教学逻辑中注入温度，让生硬的板书成为连接知识与梦想的桥梁；要在反复打磨课件的深夜里坚守初心，明白每一次教学设计的精进，都是对“立德树人”使命的践行。

亦难忘，往届获奖的同仁们，回望赛场时眼中的光芒。他们说，青教赛不是终点，而是成长的“加油站”。那些为了一个教学环节反复推演的日日夜夜，那些为了一句课堂提问辗转思索的瞬间，那些在评委点评中豁然开朗的顿悟，都化作了职业生涯里最珍贵的养分。他们真诚嘱托：“不必畏惧打磨的艰辛，每一次推翻重来，都是向更优教学的靠近；不必焦虑暂时的不足，青春本就是在试错中成长的旅程。”他们希望，青



北京市青年教师教学基本功大赛



北京市青年教师教学基本功大赛

年教师能在赛场上汲取经验，在赛后的教学实践中沉淀升华，让赛场的光芒，照亮日常讲台的每一个角落。

期盼着，青年教师赛后的精彩示范课堂。每一节课都能有逻辑的骨架，也有情感的肌理；有数据的严谨，也有人文的温润，将理性的严谨与感性的澎湃，熔铸为教育的合金。我们期盼着，青教赛能成为教育的一片沃野，不催百花争艳，只让每一朵花都开出自己的姿态。我们期盼着，这个舞台能让更多青年教师将先进的教学理念、创新的方法，带入千千万万个课堂。

亲爱的青年教师们，请带着最本真的“青涩”踏入这片赛场。那不是不足，而是未被尘封的创造之源。不必模仿任何权威的声音，你的时代，正渴望着你独特的频率。

青春正好，未来可期。愿你们以青教赛为起点，在教育的征途上，保持初心，勇往直前，以青春为种，以热爱为犁，以思考为露，以坚守为光，做教育沃野上的耕作者。相信你们会在三尺讲台上孕育出下一个改变世界的创意，守护好每一份未经雕琢的潜能，终有一天让青春的光芒，在教育的天地里，熠熠生辉！

忆工会难忘岁月 感往事并不如烟

北京师范大学 张 锐 王梓坤

(张锐曾担任北京师范大学工会常务副主席, 王梓坤曾担任北京师范大学校长)

人们在回忆老师时, 大多是敬仰他们的人品学识, 这无疑是正确的, 但不全面。老师和学问家不同, 老师不仅要自己优秀, 而且要善于传授知识技能, 并且以身作则, 影响学生的人格发展, 使学生也优秀。这样就必须讲究教学方法, 尤其是课堂教学基本功。

我听过许多老师的讲课, 体会到要讲好一堂课, 必须想方设法, 极大限度地调动听众的思维积极性, 让学生不仅被动地听, 而且听得津津有味, 全心投入。所以讲课是师生相互配合、共同探索、彼此默契、会心而笑的思维发展过程。能否调动学生主动参与是讲好一堂课的关键。为此, 讲课有两个层次, 一是目标明确, 内容准确精炼, 逻辑性和科学性强, 表达清晰, 书写端正, 由易到难, 循序渐进, 时或有幽默、诙谐和趣味; 更高一层是讲课有感情, 有体会, 有惊奇, 有赞叹, 能调动学生的好奇心和探索愿望; 如能有自己的新观点新发现, 或提出启发性的新问题, 那就更好了。

校工会在教书育人方面做了一些开创性工作, 一是大力开展弘扬教书育人传统的工作。我们先后请了教育系的教育史专家夏之莲教授和他的团队, 在学校工会系统以及北京市教育工会各个部门做了关于教书育人的意义以及教书育人传统的发掘和推广的报告, 动员和号召更多教职工, 投入到教书育人活动中来, 是起到很好推动作用的。

二是不断的强化教书育人的理论建设。首先提出了全员育人意识, 全程育人措施, 全方位育人格局的理论架构, 将教书育人工作的整体思路和成功做法予以总结和提升。

三是动员和组织青年教师教学基本功大奖赛。因为教好书上好课, 需要教师教学基本功过硬, 教学效果好才能获得学生的认可和欢迎, 这个切入点可以说是校工会富有创意的一个工作方面。因为校工会不是一个权威行政部门, 但它的优势是善于组织各种活动, 做到寓教于乐。通过竞赛的形式, 抓青年教师教学基本功, 实际上



北京交通大学校庆30周年



北京高校青年教师教学基本功大赛

是抓教职工教书育人能力建设。记得当时提出的教学基本功，指的是教学的指导思想要做到育人与知识传授、能力培养到位相结合，以及生动的讲课技能技巧和板书的设计。记得当时还没有兴起教学课件，只是当场要书写板书，看他的架构、字迹、快速书写的速度和美观度，每次大奖赛都会邀请一些校级教学能手，专家教师作为评委，当场予以点评指导。后来学校的人事处、教务处，以及一些行政单位，也都认可这项比赛成绩，并且把它作为教师评选先进和晋升的一个参选条件。这项教学基本功大奖赛很快在全北京市各高校工会予以推广，让人高兴的是，这项大奖赛活动延续至今并且又增加了很多时代跟进的内容，使这项活动常办常新，赋予了教师可持续发展的潜力与动力。

功在当代青教赛 利于千秋栋梁才

对外经济贸易大学 郝旭光

(郝旭光曾担任2013年第八届北京高校青年教师教学基本功比赛评委)

01

三秩耕耘筑讲台，传薪引路育英才。
今朝雏凤争高下，杏苑新篇次第开。

02

杏坛春晓育文昌，铁砚经书饱墨香。
三尺讲台言不尽，新雏老凤话韶光。

03

一溪滩石疏林绿，润物无声玉树人。
各领风骚诗意图，挥毫泼墨夏清伦！

结束语

时光荏苒，笔墨留痕。这本凝聚了三十年光阴的纪念文集，至此已悄然合页，但其中回荡的热忱与思考，却远未终结。它既是一次深情的回望，也是一次郑重的交接。

书中收录的每一篇文章，都是北京高校青教赛、北京高校青管赛发展历程中鲜活的时代注脚。“获奖感悟”中真挚的喜悦与感恩，“成长点滴”里坚韧的跋涉与自省，“教研相长”间严谨的求索与洞见，以及“寄语青教”中深沉的关怀与期盼——它们共同编织出一幅有温度、有厚度的人才成长画卷，见证了无数青年教职工从青涩到成熟、从探索到引领的蜕变之路。

三十年来，北京高校青教赛早已超越一场赛事的意义，它已成为孕育教学名师、推动教育改革、传承育人精神的重要平台。这本文集，正是这段非凡历程的思想结晶与精神传承。它告诉我们，卓越并非一蹴而就，它源于每堂课的用心打磨、每次挫折的深刻反思、每项研究的沉潜深耕，以及一代代教育者之间无私的托举与智慧的传递。

展望未来，教育的内涵与技术正经历深刻变革，但教育的初心——立德树人，以及教师追求专业成长的责任感永远不会改变。愿这本文集能成为一盏灯，照亮来路，亦启迪新程；愿它激励新一代青年教师和管理者，站在前辈的肩膀上，继续书写下一个十年的卓越与辉煌，为首都高等教育高质量发展和“四个中心”功能建设注入不绝的生机与力量。