



# 学有所思，行之有向

“国培计划”——陕西省市级骨干培训团队深度研修项目第二阶段

分享人：段燕妮

CONTENTS

# 目录

01

培训之安排

02

培训之收获

03

培训后打算





## 一、培训之安排

## 国培计划——陕西省市级骨干培训团队深度研修第二阶段 课程安排

| 时间          |                   | 培训内容                      | 主持人/<br>主讲人    | 备注      |
|-------------|-------------------|---------------------------|----------------|---------|
| 6月3日<br>星期一 | 下午<br>14:00-18:00 | 培训课程设计                    | 项目组            | 陕西师大老校区 |
| 6月4日<br>星期二 | 上午<br>8:30-9:00   |                           | 项目组            |         |
|             | 上午<br>9:10-12:00  | 教师培训课程设计——8分钟微课设计展示策略     | 湖南幼儿师范高等专科学校 王 |         |
|             | 下午<br>14:30-17:30 | 【专题讲座】<br>培训团队建设与文化构建     |                |         |
|             |                   | 【经验分享】<br>实践应用            | 群林教师进修学校 孙波    |         |
|             |                   | 陕西师范大学教育博物馆观摩             |                |         |
|             |                   | 【问题研讨】<br>制定指导校本研修        | 郴州             |         |
| 6月7日<br>星期日 |                   | 【经验分享】<br>区域实践案例          |                |         |
|             | 9:00-12:00        | 教师培训团队教学成果的凝练与发表          | 湖南第一师范学院 曾     |         |
|             |                   | 【参与式培训】<br>培训的设计与组织实施     |                |         |
|             |                   | 【经验分享】<br>培训管理者执行力提升      | 陕西学院 杨         |         |
|             | 14:30-17:30       | 【专家讲座】<br>《学科教研组如何有效开展活动》 | 西安市教科院 王兰英     |         |

| 时间           |                   | 培训内容                            | 主持人/<br>主讲人 | 备注            |
|--------------|-------------------|---------------------------------|-------------|---------------|
| 6月9日<br>星期日  | 上午<br>9:00-12:00  | 【专题讲座】<br>《一线教师论文写作与投稿》         | 孙鹏伟         | 陕西师大老校区逸夫楼403 |
|              | 下午<br>14:30-17:30 | 【参与式培训】<br>《以学员为中心的教师培训方案设计与实操》 | 王 婧         |               |
| 6月10日<br>星期一 | 上午<br>9:00-12:00  | 【分享交流】<br>教师如何有效阅读和反思           | 朱文明         |               |
|              | 下午                | 国家智慧教育平台关于教师研修                  |             |               |
|              |                   | 【经验分享】<br>案例培育与提炼的              |             |               |
|              | 14:30-17:30       | 【心理建设】<br>心理建设与心理调适             | 陕西师范大学 陈熙海  |               |
|              | 上午<br>9:00-12:00  | 实践观摩：沔东第一实验小学                   | 董健姝         |               |
| 6月13日<br>星期四 | 9:00-12:00        | 量发展呼唤课堂教学                       |             |               |
|              | 下午<br>14:30-17:30 | 实践观摩：沔东第一实验小学                   |             |               |
|              |                   | 基于教师学习理论                        |             |               |
| 6月15日<br>星期六 |                   | 【问题研讨】<br>区域培训项目整体诊断设计与规划       | 曹永川         |               |
|              |                   | 区域培训项目整体规划案例展示：参训学员组内展示         | 曹永川         |               |
|              | 上午<br>9:00-12:00  | 班委代表分享培训心得<br>项目总结结业典礼 返程       | 项目组         |               |

培训团队建设

教学成果凝练

培训管理者

教师研修活动

校本研修

参与式培训

心理建设

培训项目设计



## 二、培训之收获

# 我们曾经做过的培训项目……



## 学员动力不足

- 缺乏兴趣和动机
- 培训内容与实际需求脱节
- 缺乏有效的激励机制



## 任务提交敷衍

- 学员缺乏责任感
- 任务要求不明确
- 缺乏有效的监督和评估机制



## 研修成果无特色

- 缺乏创新思维和方法
- 培训内容过于理论化
- 缺乏实践和应用环节



## 培训转化不理想

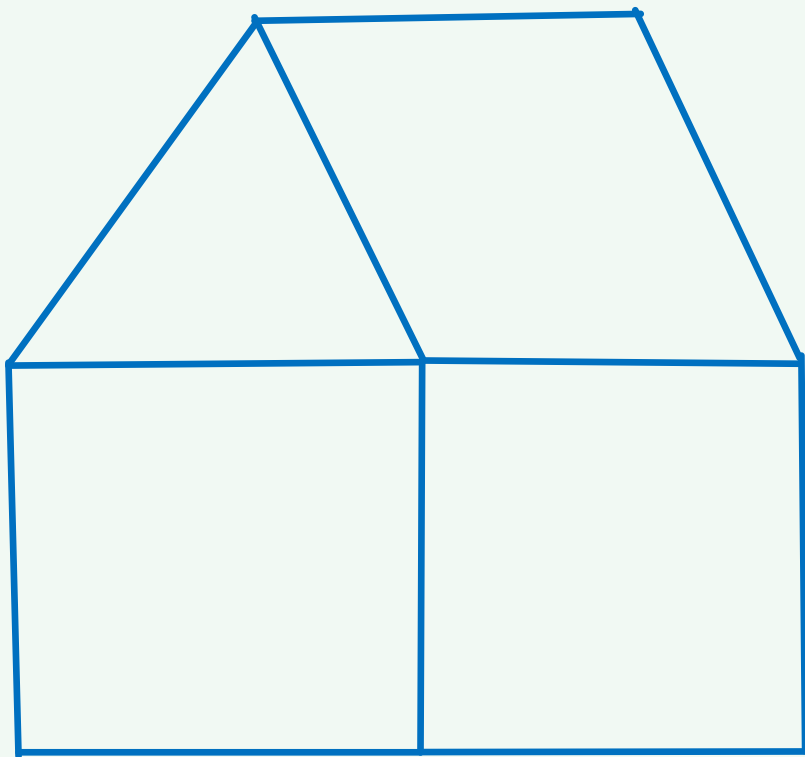
- 缺乏有效的跟进和支持
- 学员应用能力不足
- 培训效果难以量化和评估



（一）唤醒激活教师，  
打开思路之门，引领教学  
方向。

# 小游戏

请移动一根火柴，使小房子改变朝向。



我们不可能将房子拆卸掉，但可以改变他的方向。培训亦是一样，虽然是小小的改变，但也会造成很大的实质性变化。



# 如何唤醒和激励

一是打开教师的思维

二是告知方法路径

# 好培训有法则

**分享：**

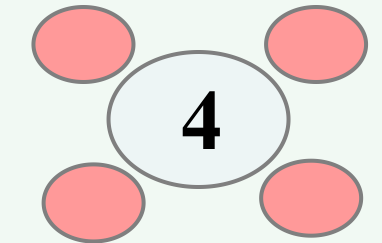
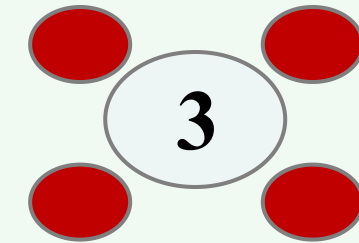
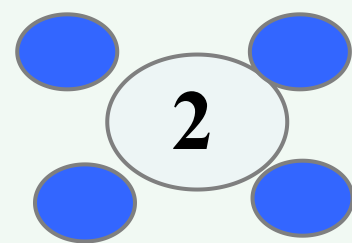
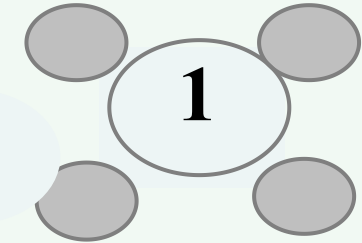
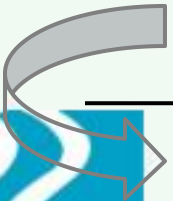
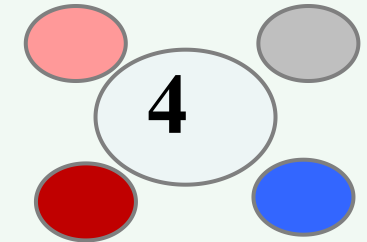
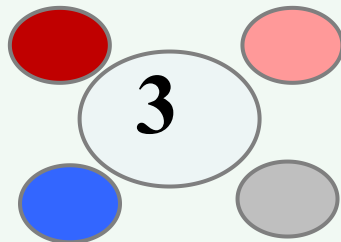
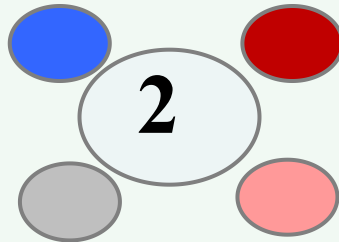
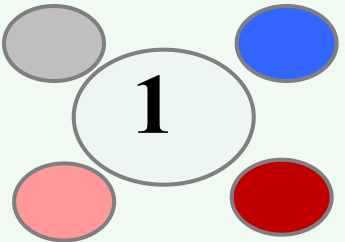
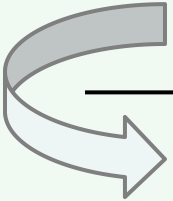
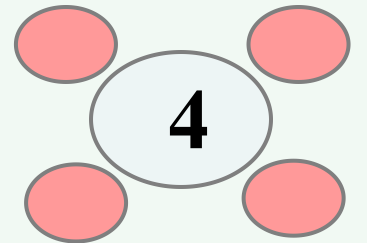
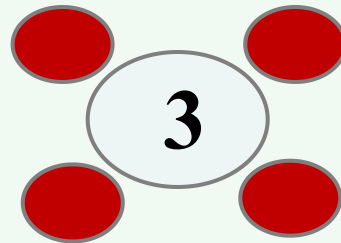
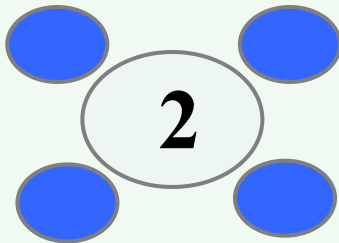
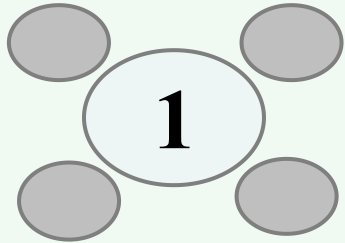
**您参加过的培训项目中印象最深刻的是什么项目？为什么印象深刻？**

专家

课程

管理







## ☉ 世界咖啡汇谈礼仪

- ☒ 紧扣主题，杜绝跑题
- ☒ 关上电脑手机，不再网络查询，一心一意
- ☒ 每人积极发言、每次发言不超过1分钟，避免一言堂、开小会，杜绝有人不发言，桌长协调
- ☒ 桌长负责组织、协调、记录、整理、安排汇报
- ☒ 严格管理好时间，按照流程活动
- ☒ 声音不要太大，防止相互干扰，教室声音不要嘈杂
- ☒ 每桌不超过7人



# 好的培训“三有”法则：



有收获



有效果



有回味



课程活动

课程设计

活动设计

评价设计

技术问题

培训解决什么问题

文化管理



学习目标

成长规划

成长策略

动力问题



（二）研究提升培训，明晰方向之路，彰显专业力量。

# 1. 把握教师培训发展的趋势

## 国培1.0

- 09年开始培训，10年在全国普及推广

## 国培2.0

- 2015年开始

**培训团队**

## 国培3.0

- 2018年开始

**提质增效**



# 国培计划3.0版

## 提质增效

### 教师培训工作的主题

提高教学质量，提高培训品质，提升县域教育质量。

任友群：以国培计划提质增效为工作落点，助力教师校长职业能力提升。

教师培训者的培训是确保教师队伍素质“源头”质量的培训。

# 新阶段 新国培 新要求



培训不能代替管理解决问题      培训可以帮助管理解决问题

## 努力的方向要正确



**0.01的力量**

$$\text{方向正确} = 1.01 \times 1.01 \times \cdots \times 1.01 = 37.78$$

365天

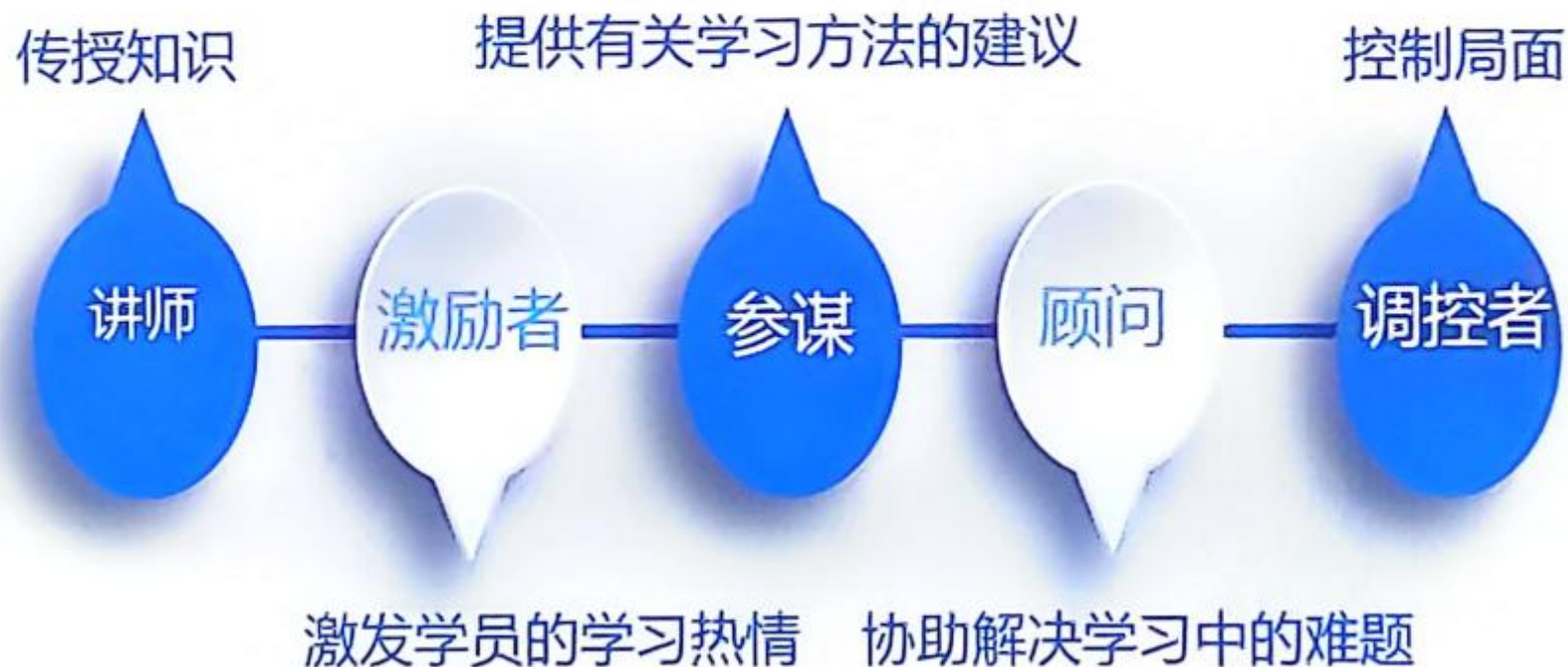
$$\text{方向错误} = 0.99 \times 0.99 \times \cdots \times 0.99 = 0.026$$

365天

$$\frac{\text{方向正确}}{\text{方向错误}} = 1453\text{倍}$$

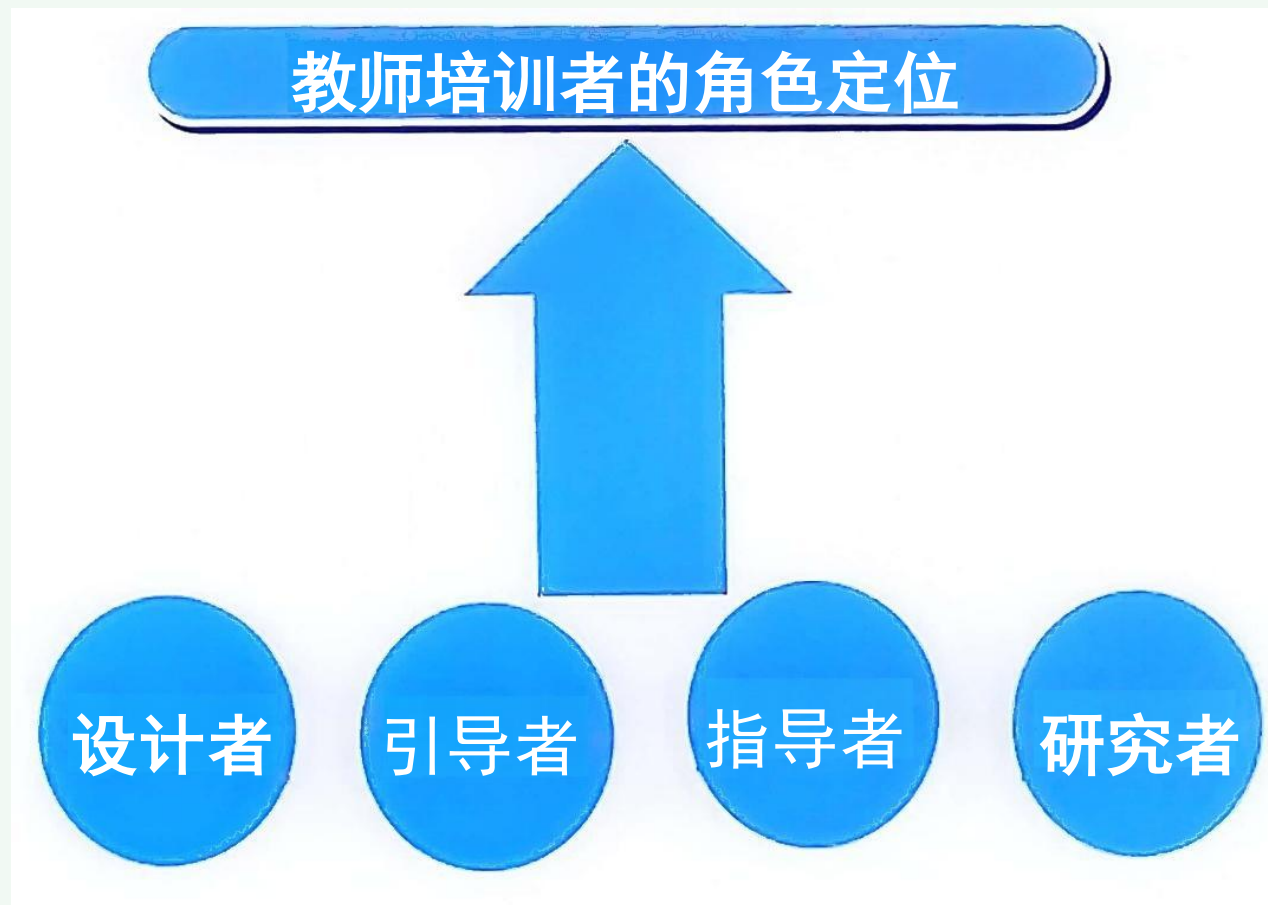
人生短短三万天：活着，只是标配；活好，才是高配；  
活出价值，却是顶配！

## 教师培训者的职责定位



教师培训者之职业角色是多元的、动态的、立体的

# 做研究型的教师培训者



# 做研究型的教师培训者

## 养成自我研究的习惯和能力



# 教师教学、教研要学会系列化、序列化

## 教学策略

---

- |             |                     |
|-------------|---------------------|
| 1. 课堂导入的策略  | 12. 课堂小结的策略         |
| 2. 课堂讲授的策略  | 13. 课堂表扬、鼓励的策略      |
| 3. 课堂提问的策略  | 14. 课堂批评、惩罚的策略      |
| 4. 课堂板书的策略  | 15. 有效利用生成资源的策略     |
| 5. 课堂演示的策略  | 16. 课堂教学中运用非言语行为的策略 |
| 6. 课堂讲解的策略  | 17. 控制课堂时间的策略       |
| 7. 课堂讨论的策略  | 18. 课堂时间分配的策略       |
| 8. 课堂训练的策略  | 19. 学会关心的教学策略       |
| 9. 课堂强化的策略  | 20. 处理课堂问题行为的策略     |
| 10. 课堂复习的策略 | 21. 课堂学习民主化的教学策略    |
| 11. 课堂作业的策略 | 22. 课堂学习个性化的教学策略    |



# 教师教学、教研要学会系列化、序列化

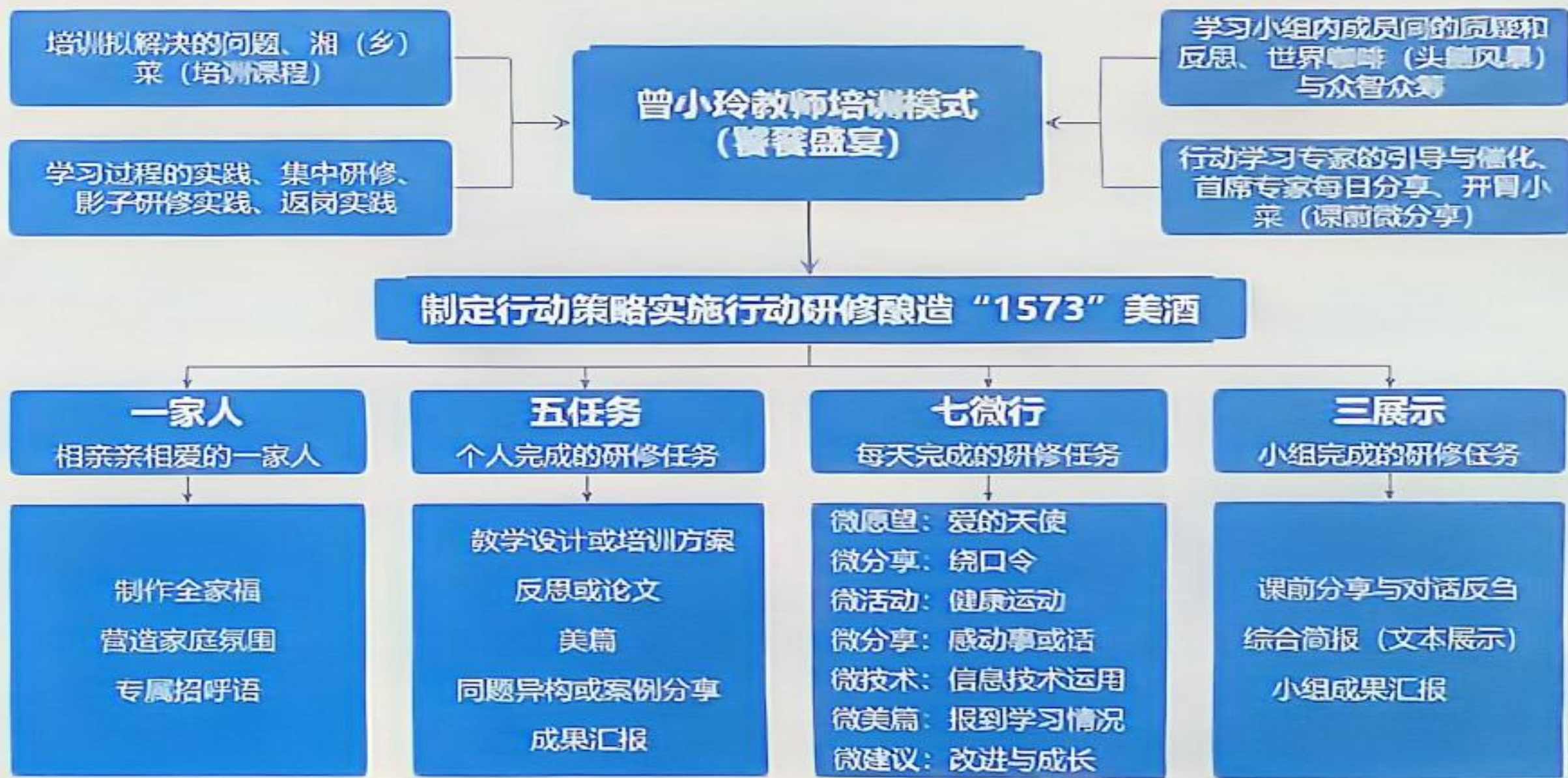
## 学习策略

1. 课堂教学中激发学生学习动机的策略
2. 课堂教学中激发学生学习兴趣的策略
3. 课堂教学中激发学生学习活力的策略
4. 课堂教学中激发学生主动学习的策略
5. 课堂教学中激发学生情感的策略
6. 课堂教学中激发学生参与的策略
7. 课堂教学中激发学生探究的策略
8. 课堂教学中激发学生记忆的策略
9. 课堂教学中激发学生创造性的策略
10. 课堂教学中融洽师生关系的策略
11. 课堂教学中小组讨论的策略
12. 课堂教学中尝试学习的策略
13. 课堂教学中培养学生学习习惯的策略
14. 课堂教学中师生互动的策略
15. 提高学生认知技能的策略
16. 提高学生情感技能的策略
17. 提高学生动作技能的策略
18. 给予学生更多学习机会的策略
19. 课堂教学中发挥学生主体性的策略
20. 课堂教学中发挥学生探究性的策略
21. 课堂教学中体现师生民主性的策略
22. 课堂教学中发挥学生创造性的策略
23. 基于关注和倾听学生的课堂教学策略
24. 高中新课程选修模块教学策略

主题可以围绕学校、年级或学科中存在的问题、急需解决的问题、学校(区域)发展需要将要面临的问题来产生， 通过不同的途径（载体）来实施。



# 创新教师研修项目的培训模式





### （三）见微知著：智慧凝聚，助力成长

# ■1.内涵定位： 什么是微讲座

微讲座是指聚焦**某个**微小主题，在简短的时间内简明扼要地讲授或开展教学活动。

- 突出“**微小**”，不追求覆盖所有的知识点，集中一个知识点。
- 不在乎教学环节的完整性，但基本的环节如**导入、开讲、总结、组织教学**等要素要有。
- 注重**问题解决**或者呈现出**主要观点**。





### ❖现象：

- ❖这事要是我来做，肯定做得比他好！”
- ❖“我要是努力起来，清华北大都不在话下。”
- ❖“所有化妆的女人卸了妆都没有我漂亮。”
- ❖“他除了有个好爹剩下一切都没有强的。”
- ❖“中国队踢得真差，要是我在场上肯定不能这么踢；只要教练听我的，肯定能赢！”



之一、全面了解学生的能力

•**故事：**很久以前有个王子，得了一种怪病：总觉得自己变成了大公鸡，整天躲在桌子下面学公鸡“喔喔”地叫，没有一个医生能治好他的病。最后国王悬赏：无论是谁，只要能治好王子的病，重重有赏。一个流浪汉揭了榜，他向国王保证：“治不好，你就砍了我的头！”流浪汉一看王子，两眼就直了：“哇！你是大公鸡！我也是！”，说着，**走进学生心灵：融进去，诱出来**也跟着“喔喔”地叫，王子跳下桌子，**流浪汉和王子融进去了**，两人成了好朋友。有一天，流浪汉突然从桌子底下钻出来：“我不做大公鸡了，我要做人咯！”王子也钻了出来：“我不做大公鸡了，我要做人咯！”就这样王子的病治好了。





## 微分享：

如果由您承担下列课题的讲座，您认为选择多长时间最合适？

案例1：义务教育数学课程标准的三个“学会”总目标是什么

案例2：怎样设计小组合作学习

案例3：班主任如何处理学生打架事件

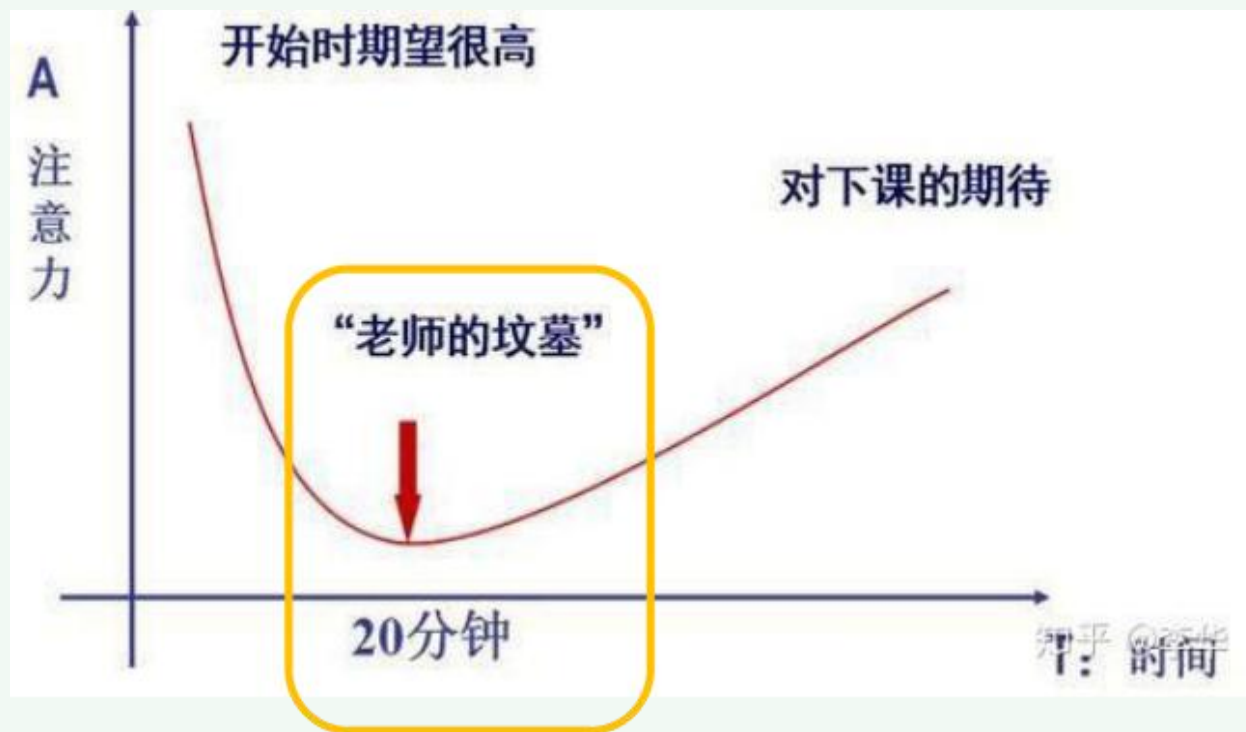
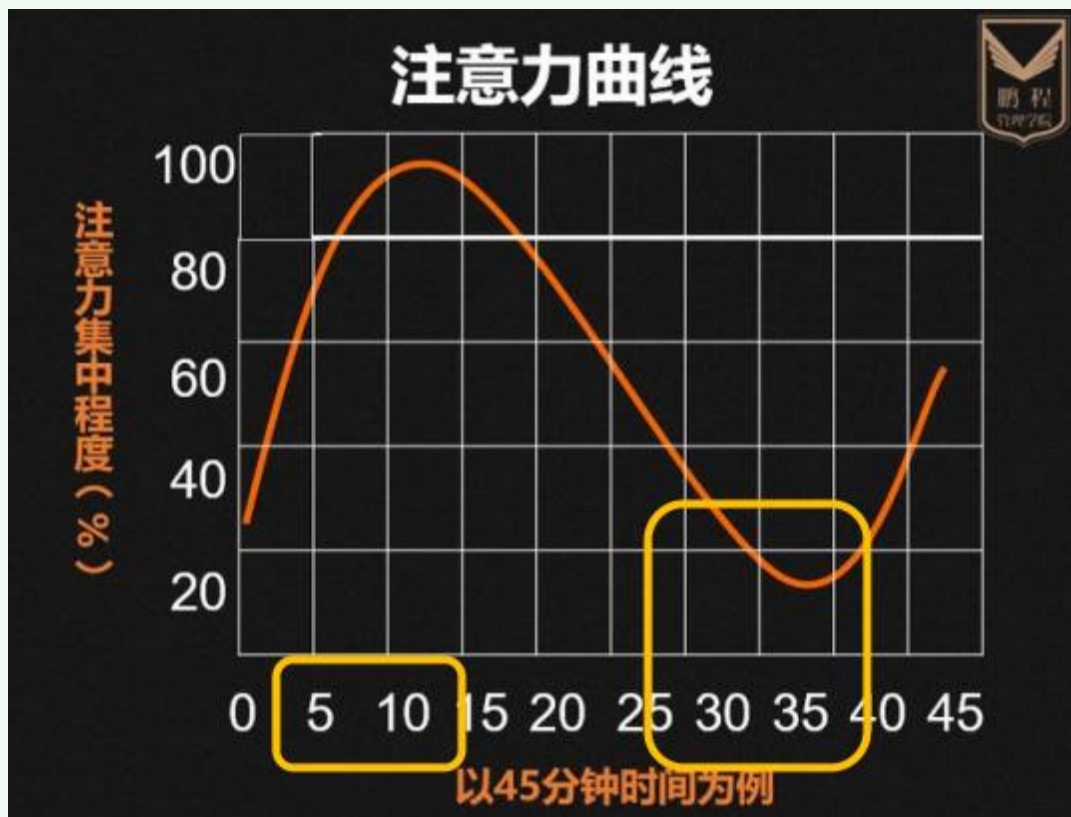
案例4：如何运用行为目标ABCD法撰写教学目标

案例5 图文式板书设计

**聚焦、实效原则**

# 微讲座的时长如何设计？

帕拉迪诺：《注意力曲线》是2009年中国人民大学出版社出版



## ■2.外延定位：微讲座的时长设计



8——12分钟



8分钟：干脆利落讲重点



30——35分钟



35分钟：举一反三讲透彻



20分钟



20分钟：

事理结合讲具体





只可意会，  
不可言传

只可言传，  
不能学会



二雷是神枪手，为什么说起打枪经验“我不知道，真的不知道”？

翰林没摸过枪，但谈到打枪经验时，为什么“说得一点儿都对”？

### ■3.价值定位：微讲座的作用

内容聚焦

必须取舍

言简意赅

时间简短

提升教师  
基本功

提升教育  
教学实效



# 培训授课的N个为什么

您的教学经验很丰富，为什么讲不出来？

您的经验分享得清晰有趣，为什么学员就是学不会？

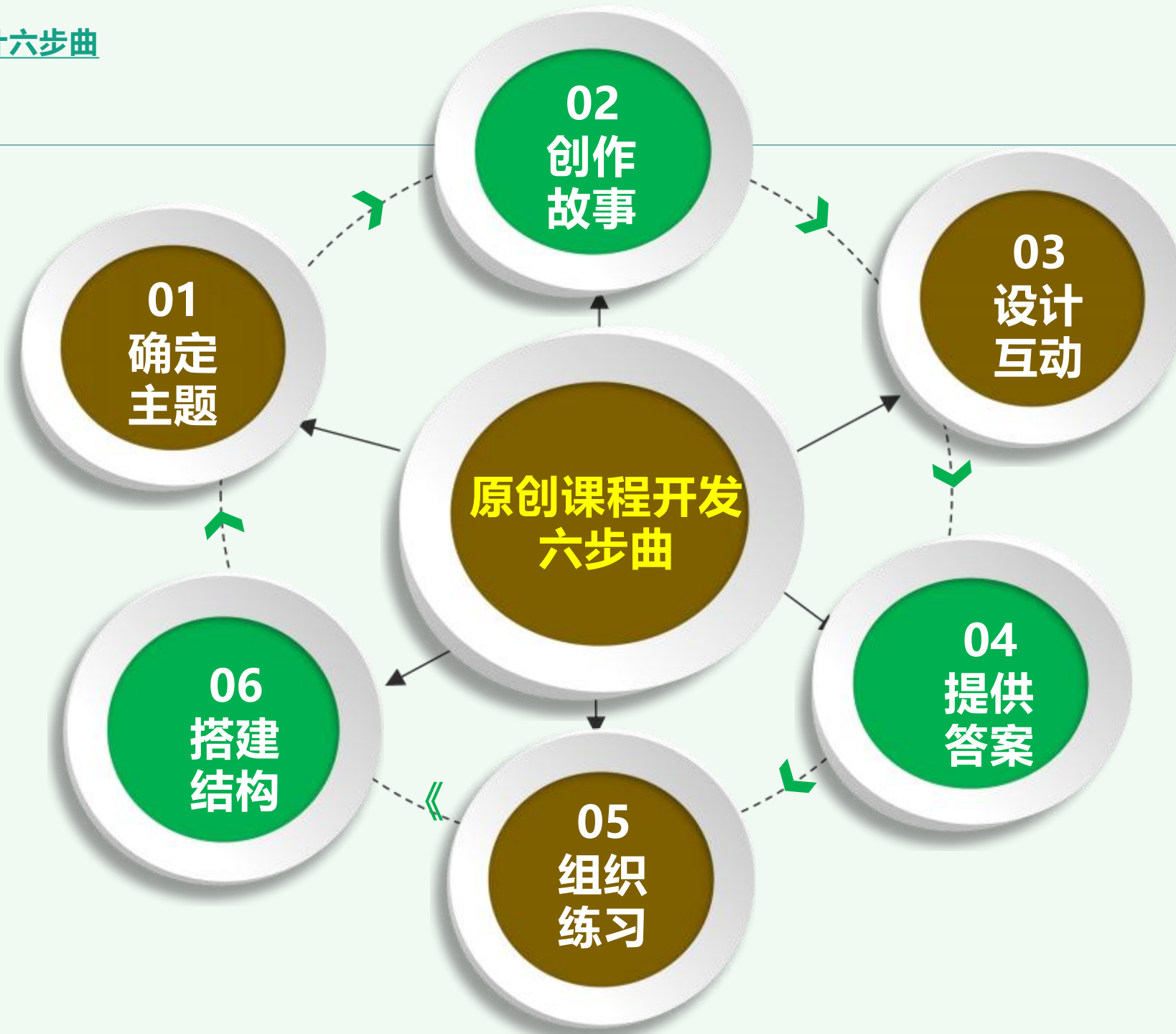
您的培训授课为什么会让学员稀里糊涂？



# 应用理论指导培训设计



大卫·库伯的经验学习圈理论



# 一、确定主题



# 对象意识：学为中心，学员主体

## 授课的三种境界：

(1) 我有什么，就讲什么

(2) 你要什么，就讲什么

(3) 讲的是我，说的是你

读心：懂你是最深刻的温暖

我不一定认识你，但我一定懂你。

# 你刚好需要，我恰好出现

我们越了解培训对象存在的问题，  
越能更好地传递信息、满足需求。

---

洞察、聚焦问题“四问”：

- (1) 培训对象有哪些**难点痛点盲点**问题？
- (2) 问题的本质是什么？
- (3) 我能帮助解决哪些问题？
- (4) 怎么解决这些问题？



# 微讲座主题更要精选

## 聚焦、实效原则

案例1：义务教育数学课程标准的**三个“学会”**总目标是什么

案例2：如何运用行为目标ABCD法**撰写教学目标**

案例3：**图文式**板书设计

## 二、创作故事



## 微分享：苗老师的故事有什么魅力？



# 做一个有故事、会讲故事的培训师

- 每个老师都是有故事的人，每一个故事都会增加教育生涯的厚度。
- 一个会讲故事的培训师，其教育经验更为丰厚，教育思想更为深邃，培训授课更受欢迎。

# “五性故事” 表单（培训师使用）

| 特性  | 要义                                                                         | 陷阱                                      |
|-----|----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| 真实性 | 1.亲身经历， 真实发生， 真正感人2.图文并茂，<br>有图有真相                                         | 1.童话故事、 寓言故事、 伟人故事； 2.虚构故事              |
| 典型性 | <b>1.价值导向</b> ： 经常发生， 有挑战性， 有价值引领，<br>有教育思想； 2. 目标导向： 有主题， 解决问题，<br>易学易做   | 1.没有价值引领；<br>2.不解决实际问题                  |
| 冲突性 | 1.非线性叙述， 设置悬念、 设计反转， 凸显矛盾<br>冲突、 情感起伏和强烈反差<br>2. <b>诱发思考</b> ， 激发比较、 观察和反思 | 1.平铺直叙， 没有思考的空间；<br>2.“一见阳光就灿烂”等小儿科     |
| 细节性 | 1.关键点浓墨重彩描绘， 其他一笔带过， 形成反<br>差； 2.用动词生动再现场景， 让听众身临其境、<br>置身现场； 3.多用短句       | 1.平均用力<br>2.一句话表达几重意思<br>3.拖沓冗长（如超过8分钟） |
| 启迪性 | 1.讲述小故事， 领悟大道理<br>2.讲道理不如讲故事， 但 <b>故事中一定有道理</b>                            | 没有挖掘提炼                                  |

## 三、设计互动



# 好的培训形式，利于达成目标及效果

## 多重感官 20分钟

成人能带着吸收的能力去倾听的时间是20分钟。

每20分钟左右，要有改变节奏、增强内容多样性、变换形式的元素：提问—故事—视频—图片—数字—活动—游戏.....

培训时间越长，需要越多的变化与多样性。

## 动静结合

动起来，重在参与  
静下来，重在反思



请分析演讲者是如何创作故事、设计互动的？提供了什么答案？





# 四、提供答案

技术•道理

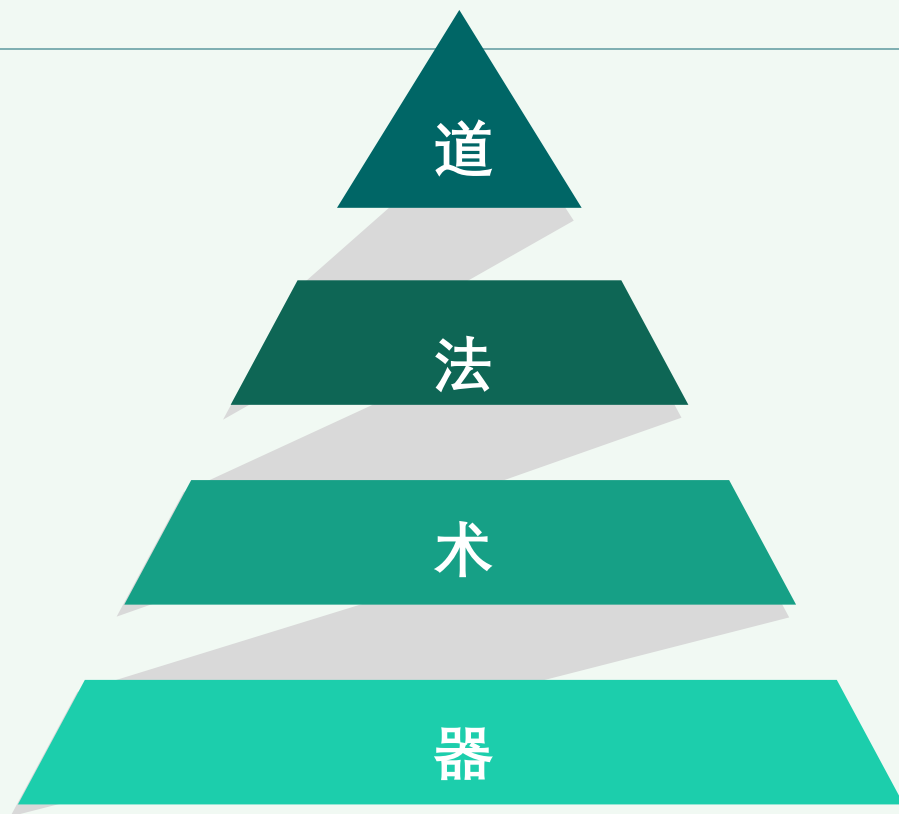


# 道

价值、思想、规律

# 术

手段、途径、做法



# 法

战略、学理、制度

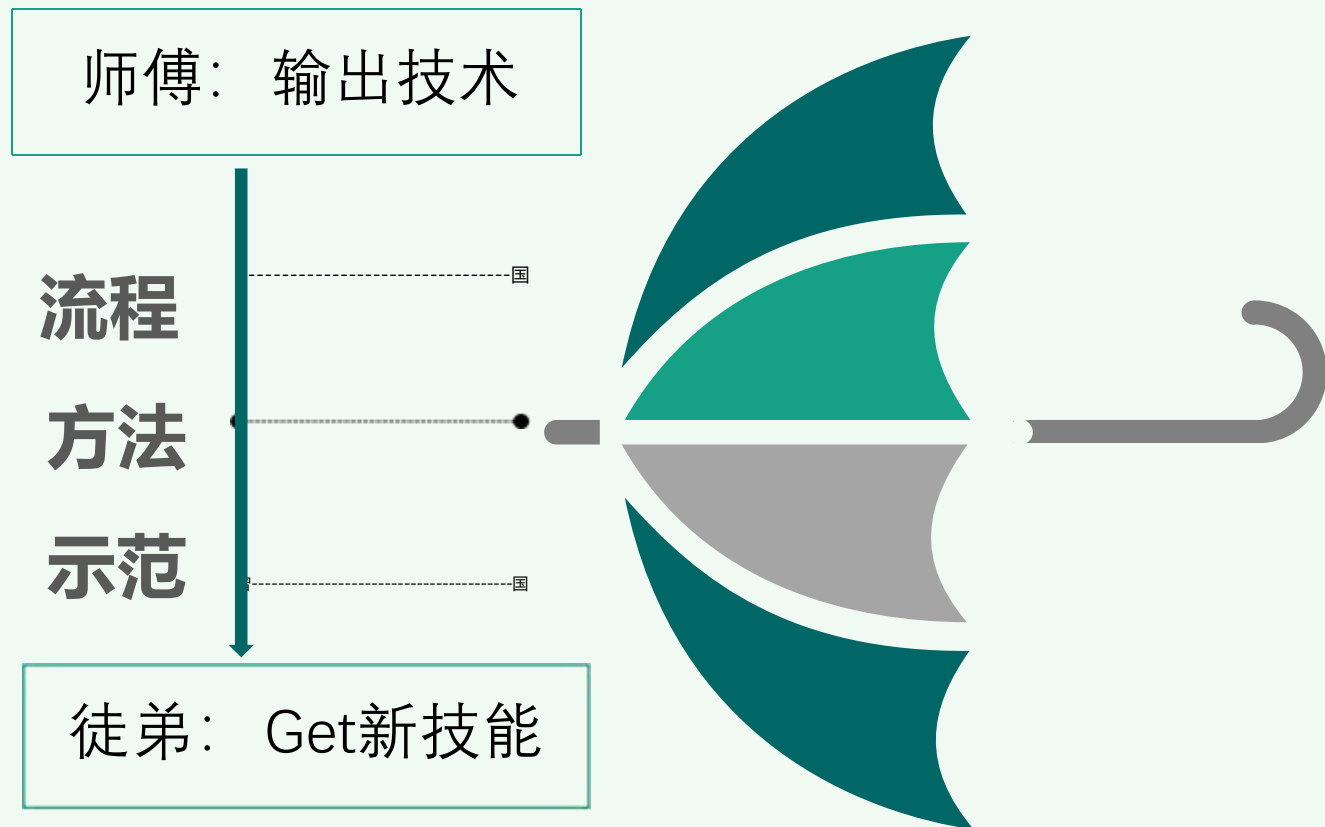
# 器

实用工具

形而上者谓之道，形而下者谓之器（《易经系辞》）。

# 1.技术输出

“师徒结对” 如何带徒弟?



## 2.系统认识

### 凝练金句

言简意赅、通俗易懂、合乎逻辑。

### 总结提炼

从感性到理性，有总结有提炼，形成自己的认识。

### 有关政策

国家和地方的法律法规、政策文件等。

认识有依据

认识有高度

认识有深度

说者：省时省力



听者：Get新观点



## 3.学理支撑

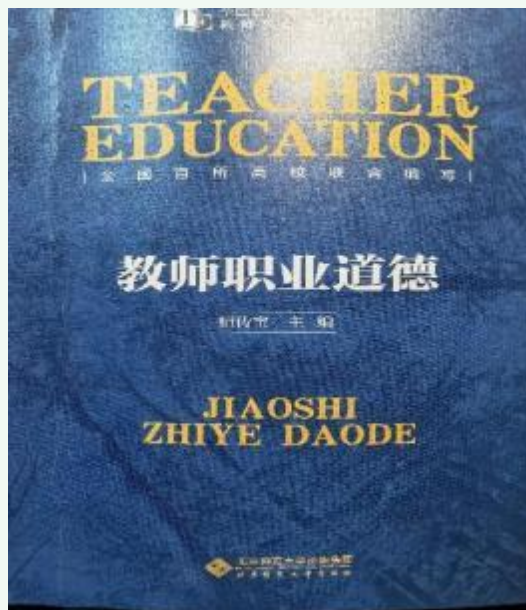
找到必要的学理支撑，凸显科学性。

发现固有的、内在的规律，凸显规律性。

### 中小学教师培训课程指导标准 (师德修养)

#### 第一部分 前言

教师是教育发展的第一资源，是国家富强、民族振兴、人民幸福的重要基石。中共中央、国务院要求各级党委和政府要从战略和全局高度充分认识教师工作的重要性和紧迫性，把全面加强教师队伍建设作为一项重大政治任务和根本性民生工程切实抓紧抓好。为深化中小学教师培训改革，整体提升教师队伍综合素养，建设高素质专业化创新型教师队伍，教育部制定了《中小学教师培训课程指导标准》，通过统一制定师德修养、班级管理、专业发展培训课程指导标准，分科制定学科教学教师培训课程指导标准，进一步规范和指导各地分类、分科、分层实施五年一周期的教师全员培训工作。



培训课标

专业书籍

优秀论文



KEYWORD



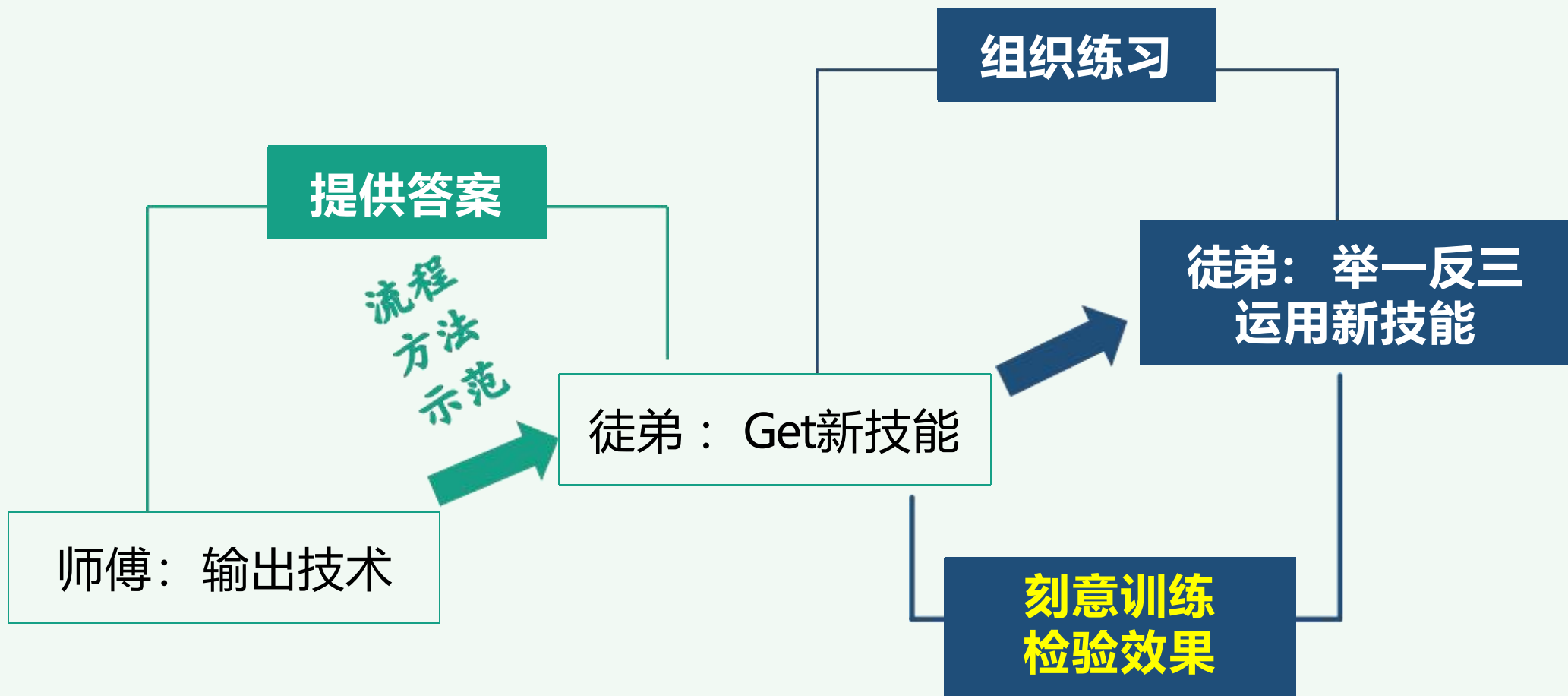
KEYWORD



KEYWORD

## 五、组织练习





## 六、搭建结构





# 结构的关键是逻辑

逻辑有两种不同层次和角度的含义

- (1) 逻辑是一种说明顺序，也是一种思维规律；
- (2) 逻辑需要归类，归类然后总结。

# 思考：一堂培训课，讲几个要点比较合适？

多数人的短期记忆一次只能记住7个左右的信息模块，而且通常是开头和结尾记得比较牢，中间的部分被忘得很快。大脑比较容易记住的是**3个**，当然最容易记住的是1个。

——米勒博士《神奇的数字7±2》

---

7 ± 2

舍得舍得  
有舍才得  
多就会少  
少就是多

# 收获



01

唤醒激活

02

明晰方向

03

见微知著



### 三、培训后打算

- 
- （一）在项目设计上要创新
  - （二）不断学习新的理念
  - （三）统筹谋划，做好培训的每个环节。

### （三）统筹谋划，做好培训的每个环节。

- 做好培训需求调研，对培训主题、目标、内容确定，课程设置、培训对象遴选，培训机构和专家的遴选，培训组织管理与服务，在学员考核，训后对学员的跟踪、指导、调研等方面下功夫，力求科学性，确保每期每项培训的质量。专家讲到：培训中，目标是核心，课程设置是关键，实施培训是保障，培训评价是监督。具体做法：
  - 1. 下基层，进校园，进课堂，参与听评课活动，诊断问题所在，了解培训需求，引导需求，跟踪指导。
  - 2. 合理课程设置，理论与实践相结合，通识课程（师德师风与心理健康）与专业课程相结合，且占比要合理。
  - 3. 遴选外请专家和本土专家以课程内容为依据，避免专家特长与课程内容不匹配的现象。重点培养本土专家。
  - 4. 创新培训模式。集中培训与线上培训相结合，集中培训与实地考察相结合，培训工作重心逐步下移到学校或教研共同体。培训中要有交流研讨、课例展示、专家点评等。
  - 5. 秉承做好培训工作的组织、管理与服务。
  - 6. 融合各方资源，如高校资源、培训机构资源、教研室资源等。

- 
- 学之愈深，知之愈明，行之愈远。每一次学习，都是一场美好的开始；每一次培训，都是一场自我的修行；每一次启程，都将跨越新的成长之阶。通过此次学习，我会将学习的内容内化于心，外化于行。将所学的内容充分运用到教学实践中，力争让培训硕果在执教事业中大放光彩！





我们的决定，决定了我们。 ---萨特



# THANKS

培训是一场修行，  
结伴而行，方能远行！