



国培计划 (2015)

National Teacher Training Program (2015)

中小学教师示范性集中培训



高中英语教研班

集结号组简报



目录

➤ 卷首寄语	3
➤ 专家映象	5
➤ 学员感悟	
国培之旅 风光无限	7
“集结”国培，纵享“盛宴”	8
采撷大海中最漂亮的浪花	10
研修感言	11
➤ 三句半	12
➤ 卷尾语	16

【卷首寄语】

秋意浓，韵无穷

——寄语于“国培计划”教研员培训



谢忠平老师代表一线优秀教师培训技能提升研修项目团队在开学典礼上的发言。

款款而来的秋风吹散了北京的雾霾，染红了片片枫叶，带来了静美的清秋，也带来了2015“国培计划”一线优秀教师培训技能提升研修项目高中教研班的开班。

一、“借问清秋月，先悬第几峰。”

“国培计划”是全国最高水平和最大规模的中小学教师国家级培训计划，从2010年起，北京外国语大学培养了国家级学科骨干近2000名。而高中英语教研员班是项目启动以来的第一次，从报名的全国各省、市教研员之中选拔了30位幸运儿，赴北京外国语大学的外语教学与研究出版社，集中进行十天的封闭式培训。可以说，能来京参加这次国训，既是对以往工作的肯定，也是对日后提升的期许和展望。

二、“解落三秋叶，能开二月花。”

本次教研员培训的主题是“培训提升与工作坊主持人的素养”，希望通过“视野拓展、课程开发、教学提升、技术更新、科研辐射”提升优秀教研员对教研和培训工作认识的高度和培训素养。为此，北

京外国语大学在本次高中英语教研员培训中，开设了“七个模块”的培训课程，整个培训过程都在促使教研员参与活动、积极互动、及时反思，转换教研员的培训理念，由此提升教研员的各项技能，以适应新形势下学生的学习需求及其个性发展、未来发展的需求。

三、“落霞与孤鹜齐飞，秋水共长天一色。”

为了便于学习活动，参与本次国培的30位高中英语教研员被分成了四个学习共同体（小组）。我们第二小组的队名为“集结号”，“集结号”集结了各自统帅一方的八名精英。而班级团队课程的开发使我们每一位组员真正体会到团队存在的价值和意义。整个半天“走进北外”课程的活动设计也让我们领悟到只有同心合力，方可获得“其利断金”之效。和谐共进的团队也带来了更好的自己，合作所形成的巨大战斗力能让我们提高工作效益，成就了自身。

四、“自古逢秋悲寂寥，我言秋日胜春朝。”

走进国培，对我们教研员而言，成了自我突破的绝佳途径——摘下过往的光环，脱下“老大”的华服，在先进的培训理念指引下，做一个虚心求教的学习者。自我否定、自我反思是自我超越、自我改进的契机。超越自我、谋求发展是我们的信念，我们会将培训过程中习得的理念和提升的技能应用于各自分管的研训上，在自我要求、自我超越之中产生高效益的教学成果，收获培训方式改变后的累累硕果。清秋静美，秋韵无穷，在这样一个季节，相信不断进取的耕耘，总会有令人欣喜的收获。

（上海 谢忠平）

【专家映象】

2015 国培，有许多大名鼎鼎的专家，他们风格各异的讲座如“一夜春风”，带来“千树万树梨花开”。



北外张连仲教授的主题为《亿万孩子的成长服务——英语课程改革的认识与思考》，让我们体会到“北外能提供的是精神粮食”的真正

含义，也让我们重新认识外语教学的本质——“以人为本，塑造什么样的人的问题”。

来自北外的杨鲁新老师给我们带来了《扎根课堂，教研一体》的专题讲座，她结合大量的教学、教研案例让我们了解该如何引领和指导一线教师成长同时与教师一起成长。



知名英语培训师 Craig Wright 的主题为“Presentation Skills”的讲座给我们带来的

是轻松愉悦的感受，他诙谐幽默的风格感染着每个学员，运用对比法、讲故事、举例子、当堂检测等多种形式把我们吸进他的课堂。

北外网络教育学院男神——李晨老师的“如何做培训师”让我们跳出了一种思维定势，懂得了

“Training is different from educating”，小李老师以其亲身的体验告诉我们怎样才是合格的培训师。



北外的张莲老师的《外语教学研究课题设计》讲座主要是从基于课堂的课题研究如何开展，让我们较系统地了解如何引领老师做有关英语教学的课题设计。

来自北京教育学员的余新教授的《如何系统设计教师培训项目方案》讲座，让我们了解了教师培训方案的核心要素，以实际案例让我们了解如何设计教师培训方案。

（湖北 汤利平）

【学员感悟】**国培之旅 风光无限**

重庆 梁正理

国培是一扇通向专业幸福成长的大门，让我信步走进外面精彩的



世界，感动着我的感动，快乐着我的快乐。尽管这次在外研社国际会议中心参加的国培并没有我们想象中优美的环境、优越的条件，但在培训旅途中一路的温

馨和感动、欢声和笑语、收获和反思让我确实饱享了高品质的“精神大餐”。在这里教育名家们丰富的知识内涵、精湛的理论阐述给了我强烈的感染和引领，给了我心智的启迪、情感的熏陶和思维火花的迸发；在这里培训专家们诙谐的语言、有趣的游戏、开心的互动以及鲜活的案例给了我培训理念的浸润和培训方式的提升；在这里一线优秀教师和教研员们活跃的经验分享和独到的教育教学见解让我开阔了视野。

国培像一座明亮的灯塔，指明了我前进的方向。与名家的对话让我更加明白作为一名英语教研员肩负的重要使命。国培更像一



面明镜，让自己明白了自己和优秀教研员的距离相距甚远。我相信差

距将成为我今后自身修炼和自我发展的原动力，我将以此为起点，努力使自己成为一个有责任、有担当、有思想和不断进步的一线优秀教研员，在教研工作中走出一路的风采。国培真好，真给力，我很期待下一次的国培之旅。

“集结”国培，纵享“盛宴”

甘肃省张掖市实验中学 杨晓静



聆听专家的讲座，领略专家的风采，与教师同行的深入切磋，这一场场高品质的“文化盛宴”让我们得到了心智的启迪、情感的熏陶和精神的享受，让我们接触了新的

的教育教学理念，学习到了名师专家的教研精髓，领略了教育教学的内涵与境界，感受颇多，受益匪浅。

一、聆听专家，纵享盛宴

专家们讲座为我们的教育教学注入了源头活水。他们人性的魅力、平和的语气、恬淡的心境，感染着我们，让我们不由自主地去注视、去倾听；他们精彩的报告和渊博的知识给我们带来了心智的启迪、情感的熏陶和精神的享受，让我们饱享了一场场高规格的“文化盛宴”；他们精辟的解读，深入浅出的剖析和精彩的以身示范，让我们真正意识到教育的真谛。

二、互动交流，受益匪浅

在每一次的互动交流研讨中，我们都会结合自己的教学实际谈体会。每一个话题都会引发小组成员的热议，每天都有不小的收获。在交流中，大家独到的见解和无私分享使我们有了更宽阔的视野。因此

研讨交流充实了我们，让我们获得了进步。

三、享受教育，收获快乐

学习是辛苦的，但我们收了快乐。我们懂得了只有不断地为自己充电，才能适应现代化的教学模式。在整理中思考，在行动中研究，这将是今后所追求的目标。

国培带给了我们思想上的洗礼，心灵上的震撼、理念上的革新。它使我们提高了认识，理清了思路，找到了自身的不足以及与一名优秀教师的差距所在，我将以此为起点，不断梳理与反思自我，促使自己不断成长。

采撷大海中最漂亮的浪花

福建晋江 黄惠汝

“国培计划 2015”学员手册本身就是很好的培训规划设计范本，阅读手册就是对培训规划框架的初步学习和认识。本次培训按照规划主题、课程设计等方面有条不紊地进行，鲜明的主题、特色而又精彩的内容和一流的培训师无不在唤起培训学员的学习热情和欲望，这种标杆性学习的建立对受训老师是一种引领、一种启示。

张连仲教授的《英语课程改革的服务与思考》，资深的外籍培训师 Craig Wright 的幽默风趣，杨鲁新教授“实践理论化，理论实践化”



的课堂研究的方式，北京外国语大学网络教育学院李晨老师的对培训 train 的界定，北京教育学院余新教授的教师培训方案

的阐述，南京资深教研员曹荣苏的教研经历分享等等，所有这些课程都让我明白我们在应对英语课程改革的新要求的背景下，必须不断地加强自身素养的修炼，拓宽视野，更新知识结构，广泛涉猎科学文化知识，加强学科知识储备，提高自身可持续发展能力，才能做一个能顺应时代发展，有理念、有信仰、有能力、有学识、有品行、有学习能力的“明”师。

路行之而成。学习永无止境，永远行进在路上……。

研修感言

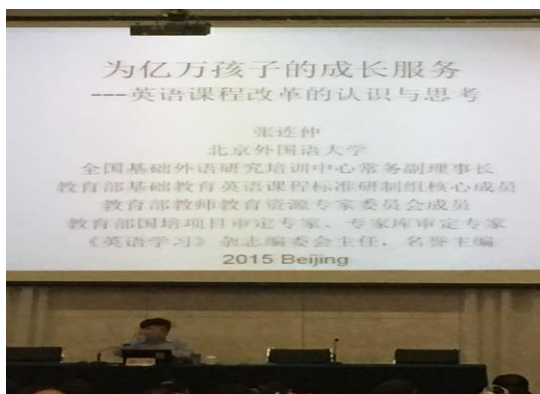
青海 孙军

美丽的金秋十月，秋高气爽，我怀着憧憬、带着期盼、更带着一份激动来到北京外国语大学外研培训中心参加北京外国语大学英语学科高中教研班的学习。北京没有了常见的雾霾，秋日的暖阳使美丽的外研培训中心更增添了几份魅力。



10 天来，我作为高中教研班中的一员，切切实实又回到了学生时代。每天心底纯净地坐在教室里听课、记笔记，不用去想忙碌的工作，生活变得简单、快乐、

充实。10 天来，我深切感受了北京外国语大学独立自由的学术思想，严谨、勤奋、求真、务实的治学态度……



这次培训秉承“量腹而受，量身而衣”的原则，根据训前调研结果，结合不同学员的需求，精心设

计课程模块，围绕“优秀培训者观摩”、混合式研修理念助力培训“等模块，帮助大家通过课堂



观察和案例分析，挖掘优秀培训者核心品质，通过网络研修、微课制作，建构“互联网+培训”模式。

回顾十天的学习生活，收获颇丰。十天的培训学习，使我对教研和培训工作有了新的认识，我不仅丰富了知识，转变了观念，我感到更多的是责任，是压力，真正感到教育是充满智慧的事业，深刻意识到自己所肩负的责任。

三 句 半

湖南省怀化市湖天中学 杨志国

一五国培已过半
即兴来个三句半
如果说的不够好
别嫌！

十三报到在大兴，
地点好像是乡村，
公交只有八四0，
烦人！

会议服务热情高，
事事都能照顾到，
安排管理都很好，
真棒！

中心伙食很清淡，
花卷咸菜加稀饭，
吃啥喝啥无所谓，
减肥！

培训课程很高端，
学术团队忒不错，
让我挨个说一说，
别急！

首席专家张连仲，
开朗风趣又严格，
核心素养新理念，
点赞！

拓展训练促合作，
团队力量体会到，
时间拖得有点晚，
六点多！

在职发展并不怕，
常态课需精品化，
精品课要常态化，
简单！

Craig 大叔讲 ‘presenting skills’，

不仅需要 ‘proficiency’ 和 ‘profession’，

而且需要你的 ‘passion’，

真行！

李晨不愧是男神，

能力维度解析深，

颜值学历实力真，

真帅！

北京四中李俊和，

幽默谈吐主意多，

慷慨分享他所有，

谢谢！

教研探索热情高，

现场互动出高潮，

线上培训讲得好，

高！

下校考察课程开，

理工附中等咱来。

午餐准备好多菜，

真不赖！

北外校园走一走，
一睹名校真风采，
我辈岂能枉峥嵘，

Hello！

国培搭桥连你我，
学术牵线缩距离，
东西南北共成长，

飞翔！

项目点燃新火炬，
需要学员去传递，
祝愿各位火炬手，

成功！

【卷尾语】

“国培 2015”，我们一起走过，我们一起研习、探讨，我们一起分享教学工作和生活点滴，我们成为伙伴，成为挚友，成为了“集结号”家庭中的手足兄妹。



此次培训跨越了省市间的时空距离，让我们得以和



来自全国各地的同行与专家共同交流、探讨、合作、学习。无论是团队拓展活动，还是聆听讲座，抑或与课程专家和

一线教师的交流研讨，大家都获益匪浅，在提高了自身的专业水平与



知识素养，完善了教学理念的同时，也让我们听到了那么多默默无闻的教育工作者实践探索的脚步声；让我们看到了那么多心怀高远的执著

寻梦人！

“欲穷千里目，更上一层楼”。国培研修的平台像一架云梯，让我们能不断地向上攀登。在这里，那么多的学员文笔流畅，才思敏捷，学识渊博，像磁石一样吸引了大家，在这里我们增长了知识，忘记了辛苦；增添了欢乐，摈弃了烦恼；增强了自信，收获了友谊！

相聚一团火，分手满天星。我想我们大家都将以得益于本次国培研修的巨大进步为契机，在今后的教育生涯轨道上继续付出自己的汗水和执着！



(福建 薛蓉)

集结号成员

组长：谢忠平（上海） 汤利平（湖北）

组员：孙 军（青海） 杨志国（湖南）

梁正理（重庆） 蔡惠汝（福建）

杨晓静（甘肃） 薛 蓉（福建）

2015 年 10 月 20 日