

# 国培计划(2015)

## **National Teacher Training Program(2015)**

中小学教师示范性集中培训暨中西部  
农村教师短期集中培训

# 简 报



班级：

北京外国语大学英语一线优秀教师培训技能提升研修班

队组：

启 航 队

时间：

2015 年 10 月

# 目 录

队伍简介.....	3
卷首语.....	4
培训感悟.....	6
训后规划.....	11
队员寄语.....	15

# 启航队简介

启航队全队 12 人，来自祖国西南的贵州、云南、西藏、四川、新疆。全组人员团结、互助、协作、向上。

队伍口号：启航、启航！北外相聚，扬帆启航！

队伍藏名诗：红梅丽方永爱国，晶霞高朋再乾进。（这句诗的每个字都出自本队 11 名老师的名字，赵荣老师由于队伍调整后安排在本队，故此诗句中未含她的名字。）

队伍励志歌：超越梦想一起飞，北外培训一起高飞！



启航队员协力书写的“藏名诗”

# 卷首语



今秋十月，我们从祖国各地相聚在北京外国语大学外研社国际会议中心，参加 2015 “国培计划” 一线优秀教师技能提升研修。当培训正式拉开帷幕，走近我们身边时，我们早已为来到祖国的首都欢喜不已，更是沉浸在此次培训之中。满怀着收获的喜悦，憧憬着教学的启迪。

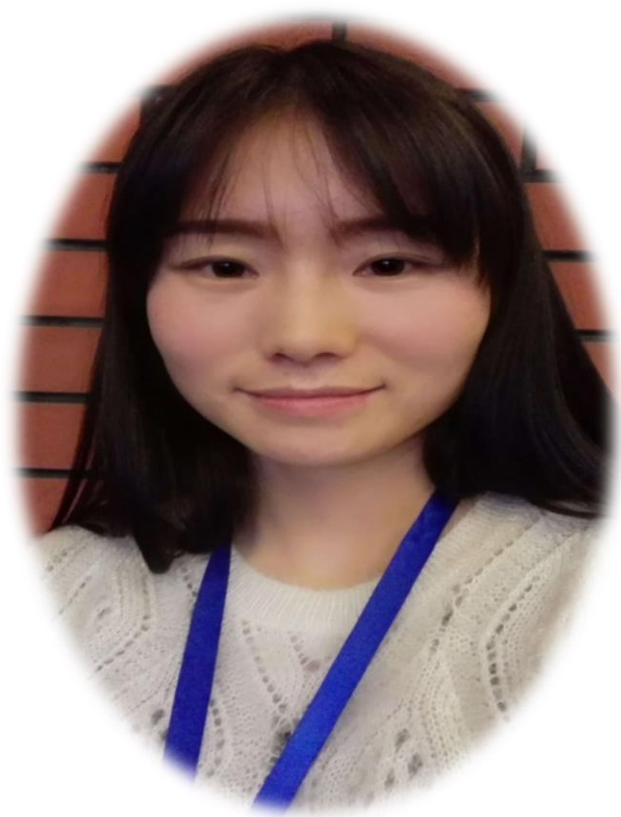
挥手别离的瞬间，是永恒难忘的时刻；心头荡漾的希冀，是春风化雨的硕果。满怀期待的培训，踏雪无痕，却留下一段岁月，让我们细细品味、慢慢咀嚼。

花开的日子，记住的是灿烂的微笑；培训的时光，品尝的是教学的佳肴。时光转瞬，  
岁月难留，唯有教学之路无限延伸，教学方法精益求精，教学精神永不磨灭。难忘，记忆的  
瞬间；谨记，美好的沉淀；不息，奋斗的脚步；面对，教学的时光；雕刻，一生的梦想。

十天的时间我们不敢说此次培训我们全然吸收，但我们能说的是我们受益颇多，我们确实得到了一把开启今后教学的钥匙，受到了启迪。知识只有分享才有力量，我们用文字记录此次培训中一些点点滴滴，记录我们成长的过程。

生命不止，奋斗不息。教无止境，学海无涯。相聚北外，  
奋力启航！  
(撰稿：幸乾钊)

## 培训感悟



### 美的感受, 心的聆听

像一条潺潺的小溪, 欢快的奔向前方;  
像一首婉转的小曲, 轻轻的低吟浅唱;  
像一只翩翩的小鸟, 自由的徜徉天空;  
像一阙清新的小令, 缓缓地阐述知识……

这便是高琨老师给我的印象, 语言清晰流畅, 气质清新脱俗。教室里因为有这样的老师, 大家都被吸引了, 只剩下静静的聆听。

印象最深刻的便是高老师所分享的阅读方法。在一篇短文



阅读里面，安排了题目解读，猜单词词义，填单词，打乱顺序重新排序，续写这些环节。短短一篇文章安排了两个课时，却能训练学生的很多技能。高老师的这节课带给我思想上的洗礼，心灵上的震撼，理念上的革新。

培训的时光短暂而又漫长，说它短暂，是因为觉得时间较短，我们还没有学够，还有许多东西需要值得学习；说它漫长，是因为国培计划已深入人心，任重道远，在今后的工作中还要继续学习，精益求精，为了祖国的教育事业，为了学生的发展，我要不断地进行教学反思，改进教学方法，完善自我。

（撰稿：胡永红）



## 李晨老师报告有感

2015 年 10 月 15 日（星期四）下午 14:00-17:00 听了李晨老师关于“培训者能力维度解析”的报告，李老师从“What makes a good English teacher? What makes an expert teacher? 和 What makes a good teacher trainer?”三方面对培训者能力维度进行解析，他用自己的成长经历、求学之路、亲身经历来告诉我们他自己是如何成为一名培训师的。

那怎样才能成为一名培训师呢？首先要有较强的专业能力；其次要有先进的教育教学理念和丰富的教育教学经验；最后要抓住成年人的特点，只有这样才有资格去做成人培训工作。那 How to teach adults in a fun and exciting way?

1. 尊重成年人喜欢按照自己的节奏做事的习惯；
2. 利用成年人的自身经历这个“富矿”；
3. 关注成年人的家庭、婚姻、和职业等日常生活；
4. 成更关注年人“实际能力提升”、“接地气”和“即学即用”；
5. 成年人通过亲身体验得来的感受更有用；
6. 幽默、开心和学习成效成正比；
7. 让他们上手和实践。
8. 抓住成年人注意力集中时间短进行有效培训。

同时也告诉我们要对自己的职业发展做出规划，李老师对教师的专业能力做出了细致、准确的描述，旨在增强英语教师对自身专业能力发展阶段的元认知，并明确下一步的发展目标和方向。作为教师之师的培训者，应关注各个维度，

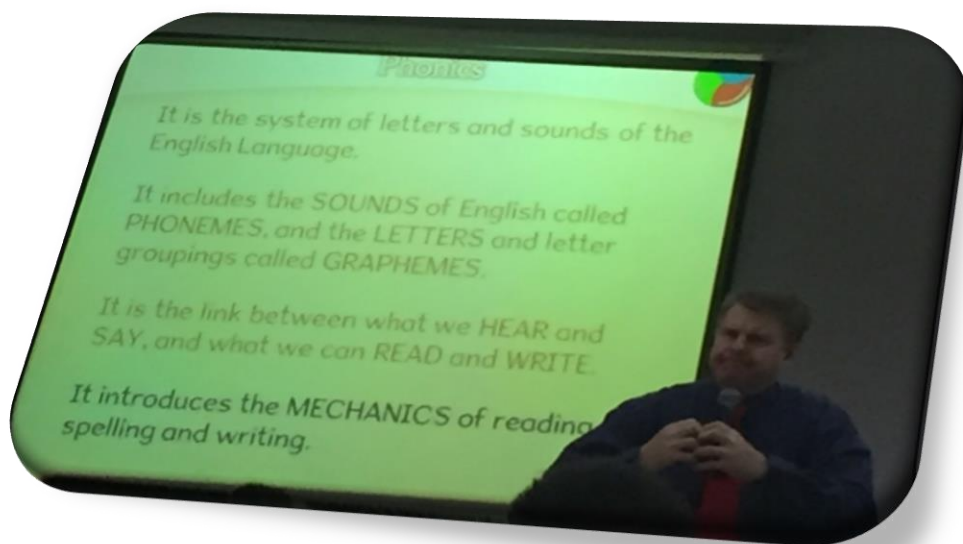


查缺补漏，与时俱进，不断提升个人专业素质。

（撰稿：唐爱芬）

## 我在国培中

16 号的早晨，国际知名英语教学培训师和专业作者 Craig Wright 为我们上了一堂异常生动、精彩的讲座！Craig 老师的“全语言自然拼读教学”让我们换位体验了一把老式课堂中学习第二语言的感受，它的直观与冲击，让我对孩子是学习的主体，要从孩子的角度出发去考虑教学设计有了更真切的理解。对于英语初学者而言，自然拼读是一门实用、有趣又有效的启蒙课程。如能掌握，则孩子不需要借助音标，就能读出约 80%的英语单词。自然拼读把枯燥无味地记单词变成一件轻松、有趣的事，从而达到事半功倍的效果。



今天 Craig 老师的讲座特点鲜明，实用性高！没有听不

懂的学术风格，告诉你的就是实实在在的方法。再配上他幽默风趣的案例再现和教学情境模拟，课上没人打瞌睡，没人玩手机，每个人都聚精会神，异常的投入！Mr.Craig，给你十万个赞哦！

（撰稿：何方）



# 训后规划



## 北外国培感悟

今年 10 月我走进了北外参加了“国培计划(2015)——中小学教师示范性集中培训暨中西部农村教师短期集中培训”，它让我有了脱胎换骨的感觉。这次培训内容丰富，学术水平高，充溢着对新课程理念的深刻阐释，充满了教育智慧，使我开阔了眼界。北外张连仲教授深邃的、精彩的教育理论讲座为我的头脑增添了许多新的教育理念；蒙林教授亲切和蔼的阐述教师听评课教育让我收获了一份快乐心情；Graig Wright 精辟的自然拼读法有效教学使我知道如何

提高课堂教学质量；北外李晨老师轻松诙谐有趣演绎了教师培训教学。领略优秀教师创设的积极互动的、精彩纷呈的、精致细腻的课堂教学，使我获益匪浅。国培，不是空头理论的繁琐分析，是理论和实践对接的内化；国培，就像一盏启明灯，照亮了我们前进的方向，帮我们解决了很多教学过程中的困惑和烦恼。国培学习给了我探索课堂改革的方向，也让我对教育教学工作有了一种新的理解和认识，给了我信心和勇气。在国培中，我不仅仅收获着、进步着、同时也在不断地反思着。：只有通过学习，帮助解决我在实际教学中遇到的很多疑难问题，特别是使自己在教育理念、教学方法等各方面有了很大的提升；驾驭课堂、把握教材、交流沟通、教学设计有了很大的提高；为今后的教学工作，进一步提高课堂教学效益打下了良好的基础。

（撰稿：王丽霞）

## 队员寄语



幸乾钊:国培给予我们相聚,学习, 交流的机会, 知识和快乐  
只有分享才会有力量, 我们一同成长, 大家扎西德勒!



赵荣：欣赏别人的谈吐会提高我们的口才，欣赏别人的才华  
会开阔我们的眼界，生命不息，学习不止。

贾丽娜：感受名师风采，领略独到的见解，结识同道好友，  
积累教学经验，展现个人才华，感受家的温暖，国  
培让我们受益终生。

陈进：不断学习，做一个幸福的老师。

王丽霞：we are difference ,but together we can make  
a difference.

韩晶晶：你我皆知教书苦，苦中作乐才幸福。

杨鹏：与优秀为伍，超越自我。



唐爱芬：祝老师们身体健康，工作顺利，万事如意！

胡永红：一起学习，一起进步！

冯再梅：祝愿北外的国培欣欣向荣，更愿国培给我们更大的  
动力，加油！





何方：我来自新疆吐鲁番，希望我们对英语教育事业能像火焰山的温度一样，有增无减！

高凤国：感恩国培，感恩北外！