



青海师范大学

顶岗支教简报

第六期

乌兰县实习分队

带队教师：刘炎林 时间：2026年4月18日

扎根牧区一周行，笃行育人践初心

一、实习工作概述

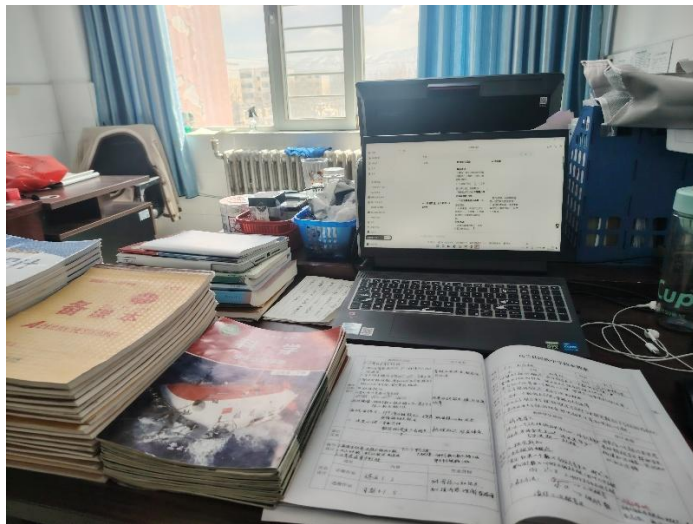
上周实习期间，我严格遵循实习安排与学校各项工作要求，踏实完成教学实践、日常管理及校园活动等各项任务，主要参与**七年级数学教学、五年级科学教学、每日陪餐、接受教师听课、课后评课交流、参与学校地震防震演练**六项核心工作，在实践中积累教学与校园工作经验，全方位提升自身综合能力，顺利完成本周实习任务。

二、具体工作内容

(一) 常态化课堂教学

严格按照教学计划，每日按时开展七年级数学、五年级科学教学工作。课前认真研读教材、梳理知识点，结合学生特点与学习基础，精心备课、撰写教案，设计贴合课堂的教学环节与互动内容；课中立足教学目标，清晰讲解知识要点，注重调动学生学习积极性，引导学生主动思考、参与课堂，有序维持课堂秩序，保障教学流程稳步推进；课后及时梳理课堂问题，做好教学复盘，扎

实落实日常教学各项工作。



(二) 每日陪餐工作

认真落实每日陪餐任务，全程配合学校管理要求，有序引导学生规范就餐、文明就餐，细心关注学生就餐状态与实际需求，耐心做好服务与保障工作。陪餐过程中主动配合带队老师维护现场秩序，及时处理就餐过程中的小问题，切实履行陪餐工作职责，保障学生就餐安全有序。



(三) 接受教师听课指导

上周实习期间接受教育局张主任及其他任课教师听课，每次授课前全力做好备课、梳理清晰教学思路，做好充分授课准备；授课过程中，认真完成各教学环节，全力呈现完整课堂，积极配合老师们的课堂观察与教学指导，全程以严谨认真的态度对待听课环节。



(四) 课后评课交流

积极参与课后评课研讨活动，结合自身授课实际与听课情况，主动融入交流探讨。认真聆听各位老师的评课意见，学习从教学目标达成、教学环节设计、

课堂效果反馈、学生知识吸收、课堂管理等专业角度复盘课堂，主动分享自身授课心得与教学困惑，虚心听取前辈的指导建议，在交流中查漏补缺，深化对教学工作的认知。



(五) 参与学校地震防震演练

积极参与学校组织的地震防震应急演练活动，提前学习防震避险、应急疏散的相关知识流程；演练过程中，严格按照学校安排，协助指导学生规范完成避险动作、有序疏散撤离，全程坚守岗位，提醒学生遵守秩序、注意安全，保障演练顺利开展，切实履行实习教师的安全引导职责。



三、实习收获与感悟

1.通过独立开展七年级数学、五年级科学日常教学，将教育理论知识充分融

入教学实践，逐步熟悉备课、授课、课堂管理等基础教学流程，对不同学科、不同学段的教学规律有了更深刻的理解，教学实操能力稳步提升。

2.每日陪餐工作进一步强化了自身责任意识与服务意识，学会细致耐心地处理学生日常事务，积累了基础的学生管理与现场协调经验。

3.接受教师听课与参与评课，让我清晰看到自身教学中的短板与不足，在专业指导下明确了改进方向，学会站在专业视角反思课堂、优化教学，教学素养得到有效提升。

4.参与地震防震演练，不仅掌握了实用的防震避险与应急疏散知识，更深刻体会到校园安全工作的重要性，提升了自身的安全责任意识与学生安全引导能力，对校园日常管理工作有了更全面的认知。

四、存在不足与改进方向

不足：日常授课中，教学重难点讲解不够精炼，课堂互动形式较为单一，

教学节奏把控不够灵活；接受听课时偶尔会出现紧张情绪，临场教学状态有待优化；防震演练中，对学生的引导细节不够到位；评课发言时思考不够深入，见解不够专业；日常工作应对突发情况的灵活性仍需提升。

改进：后续将深耕教材、精心备课，精准把控教学重难点，丰富课堂互动形式，刻意练习教学节奏把控，调整授课心态，提升授课稳定性；针对听课、评课提出的问题及时整改总结，多学习优秀教学案例；主动学习校园安全管理与应急引导技巧，细化工作流程；多反思、多实践，全面提升教学能力与综合工作能力，更好地完成各项实习工作。