

校长首先要做筛子，避免教学外琐事落在教师身上

黄春

当下，教师群体普遍面临繁重的工作负担：备课授课、批改作业、管理班级、迎接检查、家校沟通……他们的时间被切割成无数碎片，身心不得不在多重角色间频繁转换。随着教师心理健康问题日益凸显，为其减负减压的呼声也日渐高涨。我始终认为，如果教师不快乐，我们很难教出真正快乐的学生。简单地试图让教师快乐，未必能让孩子快乐，仅仅从教师自身寻找快乐的根源，可能也不够全面。我们还需要关注家校之外的社会舆论等环境因素。如果这个环境出了问题，那么校园的围墙也无法围出一方快乐的净土，教育良性生态环境很重要。

教师压力从何而来？

从非专业视角来看，教师压力主要源于两个方面：首先是事务性压力，源于繁杂的工作任务所带来的身心俱疲；其次是能力性压力，即虽明晰工作标准却难以达成的无力感。当陷入这种无奈与困顿的境况时，个体便会承受巨大的精神重负。然而通过横向职业比较，中小学教师职业在理论上不应成为高压领域。我国社会传统观念中，教师始终被视为理想职业，那么为何现实状况与理论认知形成如此反差？

值得深思的是，教师职业准入机制存在特殊现象。相较于飞行员选拔需经过严格心理素质评估，教师行业除高考分数外，缺乏对从业者特质匹配度的甄别机制。这种准入标准的缺失，导致许多从业者在入职前严重低估了职业难度。他们往往基于“教师是光辉神圣职业”的片面认知，而非对职业实质的清醒认识选择从业，这种认知偏差为后续的职业适应埋下隐患。

新入职教师面临的压力尤为显著，这主要源于两个维度：其一是心理预期落差。许多师范生在就业前仅接触了“人类灵魂工程师”的职业光环，却未认知到需要处理家校矛盾、应对行政事务等现实挑战。其二是专业能力准备不足。师范教育体系尚未系统培养教师处理复杂教育情境的能力，例如当面对全班学生的负面情绪时，教师既需要保持自身情绪稳定，更要具备转化群体情绪的专业能力——这种核心素养恰恰是当前教师培养体系的薄弱环节。

当前师范大学的培养体系知识虽然可以在入职前掌握，但若未站上讲台、未接触学生，往往难以深刻理解。无论是大学教育还是职后培训，都忽略了一个关键问题：帮助教师成为有趣的个体。如果教师本身缺乏趣味，学生又怎能感受到学习的乐趣？这种无趣最终会形成反噬，使教师愈发沉闷。我期待师范大学能将学生培养成丰富有趣的人。唯有自己拥有有趣的灵魂，才可能成为塑造灵魂的工程师。针对压力缓解，从教师个人层面来说，建议从两个路径着手：其一是自我调节能力的培养。这与所有职业人士面临的共性需求一致，需要通过运动、休闲等个性化方式建立压力释放通道。其二是专业能力的持续提升。以家校沟通为例，当处理学生沉迷网络、同伴冲突等典型问题时，教师能否提供令家长信服的专业指导？正如患者对资深医师的信任源于其专业权威，教师同样需要通过展现教育专业素养赢得家长尊重。当教师建立起超越学生、家长乃至教育管理部门的专业自信时，便获得了抵御职业压力的坚实基础。

为教师减压，校长可以做什么？

作为一校之长，我始终相信，虽然一个人的力量有限，但只要真正付诸行动，我们完全可以在力所能及的范围内，为教师撑起一片更从容、更受尊重的教育天空。我担任校长的第一天，我的师傅就告诉我：校长应该像筛子，筛孔的大小决定了教师承受教学外事务的多少。这些事务完全可以由他人处理，或通过其他方式完成，不必全部压在教师身上。同时，校长还要做专家，只要教师行为得当、未违法纪，有些教师难以处理的矛盾，应该由校长出面解决。校长及领导部门应当承担起这样的职责，为教师遮风挡雨。要尽量避免仅按成绩分数发放绩效与奖金。教育是育人的工作，班级成绩的好坏并非全由教师决定。尤其不应将奖金集中于毕业年级，学生的成长是一个完整的过程，教育成果不独属于初三或高三教师。我们应当重视过程而非仅仅看重结果。教师往往无力改变现状，但校长却有能通过具体行动改善教师的生存状态——关键在于是否愿意付诸实践。

(摘自公众号：光明社教育家)

本期主编 翟文文

滕州教研

TZJY TENGZHOUJIAOKEYAN

2026年2月9日星期五 2025—2026 第17期（总第450期）滕州市教育事业发展研究中心主办

以训赋能强科研 精准指导促提升

—滕州市省市级教育科学“十四五”规划课题申报培训会成功举办



为深入贯彻落实教育高质量发展要求，精准把握省级规划课题申报核心要领，规范申报材料撰写流程，切实提升2025年度山东省教育科学“十四五”规划课题申报质量与通过率，2月4日下午，局教科所抓住省规划课题申报前的关键“窗口期”，在滕州市第二实验小学为全市推荐申报的省市级教育科学规划课题进行一次集中辅导培训。本次培训由滕州市教育科学研究所主办，滕州市第二实验小学承办，局教科所所长、局教研室副主任程明进，我市教科研课题专家、姜屯镇姜屯中学副书记张庆坦出席本次活动，近100名来自全市各单位课题组核心成员和部分教师代表参加培训活动。

培训伊始，程所长立足教育课题申报实践，聚焦申报材料中存在的突出问题展开深度剖析。从格式规范、学术规范、成果预期规范三大维度，系统梳理了申报过程中出现的共性问题，并针对“严进严出”的工作原则和“做有组织的教科研”的工作思路，提出了针对性整改建议，为参训教师规避申报误区、规范材料撰写提供了明确指引。

随后，特邀主讲嘉宾张书记结合《选题指南》核心要求，作了题为《从题目拟定到内容优化-课题申报书的撰写》专题报告，报告从课题类别界定、选题方向把控、申报材料规范、研究方法创新等关键维度展开深入讲解，以系统化、专业化的视角，围绕课题申报书撰写的核心环节开展专题指导。张书记详细阐述了在申报课题过程中需要注意的事项，从行文格式、规范题目表述、组织选题说明、梳理学术史、活页评审的标准等十个关键模块，通过理论阐释、案例分析、要点提炼等方式，深入解读了申报书撰写的逻辑架构、核心要求与实操技巧。重点强调了学术史梳理需兼具“综、梳、述、评”，研究价值要区分学术价值与应用价值，研究框架需体现关联性、层次性与递进性等核心要点，为参训教师提供了全面、细致、可操作的申报指导方案。通过专业指导，更为课题申报的冲刺阶段蓄力赋能。

会后，展开了一场别开生面的“课题门诊”，与会教师结合自身在课题申报中遇到的困惑与思考，与专家们进行了一对一、面对面的深度交流，局教科所及特邀专家以严谨的学术眼光审视每一份申报材料，从选题价值、文献综述、研究设计、创新之处到文本规范，进行全方位的“诊断”和“开方”，与申报者共同探讨修改的地方，不断碰撞新的研究灵感。

最后由局教育科学研究所程明进所长作了重点工作强调。

赋能课题路，启智科研行。此次培训紧扣教育科学规划课题申报关键环节、聚焦实践难点问题，精准纠错与技巧传授并举，既扫清了教师对课题申报的认知盲区，又以专业赋能激发科研热情。通过专家引领与案例解析，有效提升了课题申报的科学性与规范性，为我市省级课题备选筑牢了质量根基，也为滕州市乃至枣庄市教育科研水平的提升注入强劲动力，助力更多优质课题在省级平台脱颖而出，推动教育科研与教学实践深度融合。（杜光）



按：2026年1月27日，山东省大中小学思政课一体化建设教学研讨会在济南稼轩学校召开。市教研室副主任、教科所所长程明进代表我市以《扎根地方 贯通学段 面向未来——县域层面大中小学思政课一体化建设的“滕州路径”》为主题，详细介绍了我市典型做法，获得了与会专家以及各地代表的高度评价。现将发言材料刊发于此，供大家学习借鉴。

扎根地方 贯通学段 面向未来 ——县域层面大中小学思政课一体化建设的“滕州路径”

滕州市教育事业发展中心 程明进

滕始于黄帝，因境内泉水“腾涌”而得名。滕州是“科圣”墨子、“工匠祖师”鲁班、造车鼻祖奚仲、孟尝君、毛遂的故里。贞观年间，唐太宗李世民的弟李元婴曾被封于山东滕州故为滕王，且于滕州筑中国历史上第一座“滕王阁”。这里不仅是“班墨故里”，文化昌明之地，也是一座正在努力让思政课“活起来、实起来、联起来”的“中华善城”。现在，就我市在推进“大思政课”建设、深化思政课一体化改革方面的探索与实践，向大家作一汇报。我汇报的题目是：《扎根地方 贯通学段 面向未来——县域层面大中小学思政课一体化建设的“滕州路径”》。我们从机制破题：

一、以“新机制”为核心，健全“大思政课”工作机制

一是坚持“一盘棋”统筹推进。强化顶层推动，建立“县级中枢”。在市委教育工委的统筹领导下，成立了滕州市“大思政课”建设协同育人工作领导小组，定期研究部署“大思政课”建设相关工作。二是健全“一体化”制度保障。滕州市相继印发《关于深化新时代学校思想政治理论课改革创新的实施意见》《滕州市学校思想政治理论课改革创新行动计划（2023—2025年）》《全市中小学深入推进“大思政课”建设 构建“立体化育人”格局实施方案》等一系列政策文件，这些文件明确了全市“大思政课”建设的指导思想、三年目标、重点任务和保障措施，将一体化建设的要求具体化为可操作、可考核的“滕州行动”。三是建立“一体化”协同机制。

二、以“新思想”为核心，建设“大思政课”课程体系

我们致力于培养具有“政治认同、法治观念、科学精神、公共参与、健全人格和责任意识”五大核心素养的学生，着力构建纵向衔接、横向贯通、内外联动的“大思政课”课程体系。

一是纵向衔接：打破学段壁垒，实现循序渐进。1. 开展“一体化课程内容梳理工程”。2. 建立学段间沟通机制。三是系统编撰地方读本。二是横向贯通：融通各类课程，实现“同向同行”。1. 实施“学科课程思政目标化落实行动”。2. 是打造“一校一品牌”。三是内外联动：链接社会课堂，实现“行走育人”。我们坚持“思政小课堂与社会大课堂相结合”，充分整合社会资源，拓展育人空间。1. 建立特色实践基地。2. 是推出精品研学路线。3. 开展特色主题活动。各学校积极推进“一校一品”特色校园文化德育品牌建设，结合自身优势开展主题活动。4. 搭建数字化育人平台。推进国家智慧教育平台建设使用，打造滕州云上“大思政课”网络平台。

三、以“新理念”为核心，建构“大思政课”教学体系

我们不断创新教学方式方法，完善大中小幼一体化教研机制，探索形成理论学习与行为实践相融合的综合评价体系，加快构建“大思政课”教学体系，努力实现全员、全过程、全方位育人。

一是开展“大思政课”课堂提质行动。1. 是建构课程思政达标课堂。全面落实枣庄教科院“新课堂达标”活动，积极建构课程思政“教—学—评”一体化的达标课堂模型。2. 开展“共上一堂思政课”研讨活动。3. 深化评价改革。滕州是省教育评价改革试点单位，我们积极探索县域增值评价范式，赋能教育均衡发展。二是开展“大思政课”科研助力行动。1. 坚持课题项目推动。2. 加大教学成果培育。聚焦课程思政融合、评价改革等课题，搭建线上资源平台与线下实践基地，加大优质教学成果培育力度。三是开展“大思政课”教师培优行动。1. 完善培养培训体系。我们系统构建中小幼思政课教师一体化专业成长发展体。2. 搭建专业成长平台。实施思政课教师在职学历提升计划，依托教学研究共同体，实现教师城乡双向交流。

四、总结反思促提升，绘就一体化学人新蓝图

在总结成绩的同时，我们也清醒地认识到，思政课一体化建设仍处于深化阶段，仍面临诸多挑战，针对实践中存在的问题，下一步工作我们将聚焦：1. 在“精准衔接”上再深化。2. 在“资源转化”上再发力。启动“本土思政资源深度开发工程”，组织专家团队对核心地方资源进行深度研发，形成一批高质量的专题教学资源包。3. 在“评价引领”上再突破。4. 在“智慧赋能”上再拓展。推动智慧思政平台从“有”到“优”，深化大数据在学情分析、教学诊断、个性化辅导中的应用。

大中小学思政课一体化建设是一项关乎立德树人根本、关乎民族复兴伟业的长期性、系统性工程。县域是教育改革的“最后一公里”，也是育人实践最丰富的“试验田”。1月23日，2026年全省教育工作会议召开，会上提出要全面抓好新一年“十大重点任务”，其中第一项就要求我们实施立德树人“一号工程”，创新“大思政”育人体系，做好“五育”融合大文章，构建家校社协同育人大格局。任务已经下达，我们要牢记嘱托、实干担当，以开放、进取的姿态，为培养担当民族复兴大任的时代新人，贡献基层的智慧与力量！

扎根地方 贯通学段 面向未来 ——我市在山东省大中小学思政课一体化建设教学研讨会上作典型发言



1月27日，山东省大中小学思政课一体化建设教学研讨会在济南稼轩学校召开。市教育体育局教研室副主任、教科所所长程明进以《扎根地方 贯通学段 面向未来——县域层面大中小学思政课一体化建设的“滕州路径”》为主题，详细介绍了我市典型做法，获得与会专家以及各地代表的高度评价。近年来，市教育体育局深入学习贯彻习近平总书记关于思政课建设的重要指示精神，全面落实立德树人的根本任务，搭桥铺路、系统贯通，逐步走出一条具有滕州特色的“大思政课”建设路径。一是以“新机制”为核心，健全“大思政课”工作机制。二是以“新思想”为核心，建设“大思政课”课程体系。三是以“新理念”为核心，建构“大思政课”教学体系。开展“大思政课”课堂提质行动、“大思政课”科研助力行动和“大思政课”教师培优行动，构建了高水准的教学体系。我市将以此次会议为契机，实施立德树人“一号工程”，创新“大思政”育人体系，做好“五育”融合大文章，推动全市“大思政课”工作迈向新高度。（李振）

云端共研新教材 线上赋能新成长

——市初中英语新教材培训活动在滕南中学举行

2月5日，2026年春季学期人教版初中英语新教材网络培训在滕南中学举办。本次培训由市教育事业发展中心精心组织，初中英语教研员甘丽老师和全市初中英语七、八年级教师参加了此次培训活动。枣庄市教育科学研究院初中部主任金开迪莅临现场指导本次初中英语新教材网络培训活动，对老师们积极的学习态度与学习氛围给予了高度评价。本次培训内容充实、针对性强，切实提升了我市初中英语教师对新教材的理解与运用能力。相信全体英语教师将以此次学习为新的起点，共同推动我市英语教育质量的整体提升。（甘丽）



把握新方向 赋能新课堂

——市初中体育与健康课程培训活动在北辛中学举办



2月2日，2026年春季义务教育国家课程人教版初中体育与健康新教材网络培训在北辛中学墨子校区成功举行。全市初中体育兼职教研员、骨干教师齐聚一堂，共同参加了本次集中观看与研讨活动。本次线上培训活动由市初中体育兼职教研员钟以涛老师主持，钟老师在整个观看过程中引导思考，并在会后组织部分教师进行了简短的现场交流。相信全体体育教师必将以此此次培训为新的起点，将学习所得内化于心、外化于行，积极深化课堂教学改革，为全面提升学生核心素养、促进我市学校体育工作的高质量发展贡献力量。（张俊刚）

工作简讯

- 1. 2月2日在实验小学墨子湖校区举行2026年春季学期人教版小学英语新教材网络培训。
- 2. 2月5日在至善学校举行2026年春季学期人教版初中物理新教材网络培训。
- 3. 2月6日在龙泉实验学校举行2026年春季学期人教版初中历史新教材网络培训。

下周工作早知道

- 1. 筹备教科研工作例会。
- 2. 小学部组织小学教师教学述评论坛初评工作。
- 3. 初中部继续命制九年级模拟试题。
- 4. 初中、高中部梳理分析期末考试成绩。
- 5. 高中部到一中腾云部高三教学视导。
- 6. 高中部指导高中学校假期安排。
- 7. 教科所组织2025年度山东省教育科学“十四五”规划课题网上申报。

