

# 依托课模建设 提升国家重点帮扶地区普通高中教育教学质量

## ——以云南省怒江州兰坪县第一中学建设“有效课堂”为例

寸得钦

云南省德宏州民族第一中学

**摘要：**怒江州兰坪县位于云南省西北部、怒江州东部。兰坪县地处国家深度扶贫的“三区三州”，是国家脱贫攻坚和乡村振兴重点帮扶县。自2022年8月至今，笔者随同其他5名帮扶教师一直奋斗在怒江州兰坪县教育帮扶的一线。在帮扶学校的大力支持下，笔者根据被帮扶学校的实际情况，因地制宜，创立了“有效课堂”教学模式。围绕“背、考、讲、练、点、测、做”开展新授课、习题课和复习课，通过一年多的推广实践，为兰坪一中的教育教学发展贡献了积极的力量。

**关键词：**怒江；兰坪；有效课堂

**【DOI】** 10.12252/j.issn.2096-6288.2024.12.022

### 引言

怒江州兰坪县位于云南省西北部、怒江州东部。总人口21.8万，其中农村人口17.9万，占总人口的82.1%。兰坪地处“三江并流”世界自然遗产腹地，位于横断山脉纵谷地带，境内峰峦林立、江河纵横。兰坪民族众多，兰坪是全国唯一的白族普米族自治县，境内有14个民族，少数民族人口占总人口的95.09%。兰坪县地处国家深度扶贫的“三区三州”，是国家脱贫攻坚和乡村振兴重点帮扶县。

为了更好地用教育阻断贫困代际传递，振兴云南省薄弱地区县域高中。根据云南省教育厅统一安排，德宏州民族第一中学对口帮扶怒江州兰坪县第一中学。笔者随同其他5名帮扶教师自2022年8月至今，一直奋斗在怒江州兰坪教育帮扶的一线。在充分调研、实践、总结的基础上，笔者根据被帮扶学校教育教学的实际情况，依据德宏州民族第一中学的“智慧课堂”教学模式，因地制宜，创立了兰坪一中“有效课堂”。通过一年多的推广实践，为兰坪一中的教育教学发展贡献了积极的力量。

### 一、怒江州兰坪县第一中学教育教学概况

兰坪县第一中学，承载着兰溪郡厚重的历史，于1951年建成。2022年1月，被云南省人民政府教育督导委员会办公室、云南省教育厅认定为“云南省一级三等高完中”，学校进入了云南省一级中学行列。建校73年以来，兰坪县第一中学为上一级学校和各条战线输送了30000多名人才，为兰坪的经济、社会发展作出了应有的贡献。

然而近几年来，曾经辉煌的兰坪一中受制于生源流失、优秀教师调离等多种因素的制约，在学考过关率、高考升学率等方面大幅下降，成为了从中央、省里、州里、县里重点关注和帮扶的对象。

### 二、兰坪一中“有效课堂”课堂教学模式

为了尽快提升学校的教育教学质量，兰坪一中全体师生明确了教学是学校的中心工作，学校必须做实教研，努力实现“教研兴校”。学校要从课前、课中和课后抓好教育教学工作，关注“前半程”，重视“后半程”。通过一段时间的探索，逐步形成了适合兰坪教育发展实际的“有效课堂”教学模式。

#### （一）“有效课堂”新授课教学模式

新授课课堂要统一流程，坚持同课同构。新授课课堂应具备以下8个环节：背、考、讲、练、点、测、评、做。

1. 背——课前回顾环节一。教师要组织学生背概念、公式、好词好句、单词、化学方程式等需要重点记忆的知识，建议安排时间5分钟左右。

2. 考——课前回顾环节二。借助听写、默写、复述、习题限时训练等手段考核背诵效果。通过“考”督促学生“背”。

3. 讲——教师精讲。教师讲授学习内容。教师需要加强对高考题和日常习题的研究，在讲解过程中，高度整合归纳讲授内容，坚持“考什么，就讲什么；讲什么，就练什么；练什么，就考什么”的原则，让讲解更有针对性。

4. 练——学生精炼。一个或几个知识点、考点讲完，马上呈现针对性强的习题，让学生及时练习，体现讲练结合的原则，坚持“讲的就是练的”，让学生真正

感受到“学有所获”，倒逼学生认真听课。在练习完成的基础上，教师可以根据班级学生的实际情况或教学内容的具体要求，组织学生小组讨论，并安排学生课堂上展示小组的讨论成果，从而实现“兵教兵”“兵练兵”“兵强兵”的目的。并将未能解决的问题及时反馈给教师。

5. 点——教师点拨。针对学生反馈和教师巡视发现的难点、难题，教师及时介入点拨，为学生答疑解惑，指点迷津。让学生形成解题模式，固化解题方法。

6. 测——当堂测试。根据学生的难点问题，在教师点拨的基础上，再安排一至二题的变式习题，跟进测试。测试之后及时了解掌握学生的完成情况，为下一节课的教学安排提供重要依据，真正做到“以学定教”。

7. 评——课堂小结。教师可以自己，也可以安排学生进行课堂小结。针对学生在本节课的收获情况，及时布置有针对性的课后作业。

8. 做——课后作业。课后作业，教师要坚持全批全改。对于重点关注的学生，必要时需要及时面批，跟进指导。并在下一次课的课前回顾之前，对作业完成情况做出反馈。

早晚读内容应该上墙、上黑板或屏幕，同时执行第一条背和第二条考的要求，效果会更明显。

## （二）“有效课堂”试卷讲评课教学模式

试卷讲评课（习题课）要避免两种错误的做法：一是从头到尾逐题讲解，感觉每一题都很重要，平均发力，从而使得讲解过程中让学生找不到重点，重点不突出；二是让学生简单的对、抄答案，就提讲题，就题论题，浅尝辄止。试卷讲评过程中，要做到有的放矢，围绕本次试卷讲评课（习题课）要突破的题型，要把试卷中的有关题型讲深讲透。试卷讲评课（习题课）不用面面俱到，不是每个题都要讲，大家都会的不用讲，讲了都不会不用讲，偏题怪题不用讲，高考热点重点题型要讲，讲了大多数学生会有收获的要讲。

基于“有效课堂”教学模式的试卷讲评课（习题课）应具备以下8个环节：背、考、讲、练、点、测、评、做。

1. 背——课前回顾环节一。教师要组织学生背诵本次考试或做题中发现的学生记忆不牢固从而直接影响做题准确性的重要的概念、公式、单词、化学方程式等需要重点知识。

2. 考——课前回顾环节二。借助听写、默写、复述、习题限时训练等手段考核背诵效果。通过“考”督促学生“背”。

3. 讲——教师精讲。教师首先利用3到5分钟的时间，介绍本次测试的年级、班级总体情况，考试中反映出来的突出问题，或者是习题完成后，在教师全批全改的基础上发现的突出问题，明确接下来教师重点讲解的题型和学生讨论解决的重点题型。教师按照本节课课时明确的重点突破题型，抓住解题要点，帮助学生形成解题方法，简洁快速准确的讲解习题。重点放在分析试题，讲解思路，而不是对答案，抄答案。教师要总结解决这类问题的最好方法，帮助学生形成解题模型。鼓励学生利用学习小组讨论解决能够解决的习题。教师直接讲解和学生讨论解决要结合起来，以保证学生在习题课上学习的积极性，避免习题课的低效行为。学生要及时向教师汇报讨论解决的情况，教师根据学生的汇报和巡视过程中发现的问题，及时有针对性的讲解。

4. 练——学生精练。一个或几个题型讲解完，立即点名学生起来复述解题过程，倒逼学生认真听课。然后马上呈现刚才所讲习题的变式题，让学生及时练习，做到举一反三。变式题不用太多，一至二题即可。通过针对性训练，达到掌握这一类习题的目的。

5. 点——教师点拨。针对学生变式题中发现的难点、难题，教师及时介入点拨，为学生答疑解惑，指点迷津。教师概括规律，学生讨论记忆。让学生形成解题模式，固化解题方法。同时组织学生复述刚才所复习的知识点和解题过程。强化学生对知识点和解题方法的记忆。

6. 测——当堂测试。根据高考的重点难点问题、本次试卷或本套习题的重点题型，在教师点拨的基础上，再安排一至二题的变式习题，跟进测试。测试之后及时了解掌握学生的掌握情况，为下一节课的复习教学安排提供重要依据，真正做到“以学定教”。

7. 评——课堂小结。组织学生结合变式题和当堂检测题进行小结，让学生从试卷或习题中反思，回顾教师所概括出的解题方法。引导学生总结本节试卷讲评课（习题课）所讲解的习题的解题方法。鼓励教师采用提问追问等方式评价学生收获。

8. 做——课后作业（变式训练）。习题课结束后，教师要布置安排变式训练、跟踪练习来实现强化训练，巩固知识和方法的目的。变式训练不要太多，每个学科的内容要与当日复习的内容相对应，每个学科在15分钟内完成即可。教师要坚持全批全改，对于重点关注的学生，必要时需要及时面批，跟进指导。并在下一次课的课前回顾之前，对作业完成情况做出反馈。

## （三）“有效课堂”复习课教学模式

兰坪一中“有效课堂”复习课的基本要求是：借助

高考蓝皮书、新教材、新课标、新高考真题，加强对高考试题的研究，总结高频考点，归纳解题方法，形成解题模型，借助解题模型针对性地加强习题训练，有效提升分数。真正做到“考什么就讲什么，讲什么就练什么，练什么就考什么”的高效复习。

基于“有效课堂”教学模式要求的复习课应具备以下8个环节：背、考、讲、练、点、测、评、做。

1. 背——课前回顾环节一。教师要组织学生背最近复习的重要的概念、公式、单词、化学方程式等需要重点记忆的知识。

2. 考——课前回顾环节二。借助听写、默写、复述、习题限时训练等手段考核背诵效果。通过“考”督促学生“背”。

3. 讲——教师精讲。教师讲授复习内容。首先教师需要在学科组集体备课充分研讨的基础上，向学生介绍本节复习内容在高考试题中是如何体现的，借助课件和学案，让学生切实认识本节课所复习的知识点在高中的地位，提高学生对本节复习课的重视，并让学生能够最短时间把握近几年这部分知识点在高考化学中所考察的重要题型。其次教师带领学生梳理复习本节知识点，帮助学生总结解决这些问题的最好方法，以口诀、解题模型等形式呈现给学生，引导学生强化记忆，达到事半功倍的效果，提高学生的应试能力。

4. 练——学生精练。一个或几个知识点、考点复习完，马上呈现针对性强的习题，让学生及时练习，体现讲练结合的原则。这些习题应当选择合适的高考变式题、针对性强的模拟题，题量不要太多，规定学生在课堂上迅速完成，并可以借助小组互助、小组展示，及时了解学生的掌握情况，教师适时介入点拨，让复习效果体现在学生解题能力的提升上，提高学生的解题速度和准确性。

5. 点——教师点拨。针对学生练习发现的难点、难题，教师及时介入点拨，为学生答疑解惑，指点迷津。教师概括规律，学生讨论记忆。让学生形成解题模式，固化解题方法。同时组织学生复述刚才所复习的知识点和解题过程。强化学生对知识点和解题方法的记忆。

6. 测——当堂测试。根据高考的重点难点问题，在教师点拨的基础上，再安排一至二题的变式习题，跟进测试。测试之后及时了解掌握学生的掌握情况，为下一节课的复习教学安排提供重要依据，真正做到“以学定教”。

7. 评——课堂小结。组织学生结合测试练习进行小结，让学生从练习中反思，掌握运用教师所概括出的规

律。引导学生总结本节复习课所复习的知识点，掌握这类问题解题方法。鼓励教师采用提问追问等方式评价学生收获。

8. 做——课后作业。复习课结束后，教师要布置相对应的课后作业及时巩固提高。课后作业不要太多，每个学科的内容要与当日复习的内容相对应，每个学科在15分钟内完成即可。教师要坚持全批全改，对于重点关注的学生，必要时需要及时面批，跟进指导。并在下一次课的课前回顾之前，对作业完成情况做出反馈。

### 三、推行“有效课堂”取得的初步成绩

随着“有效课堂”教学模式在兰坪一中的推广，再也看不到课堂上“教师满堂讲，学生满堂的听或者满堂练”的低效行为，取而代之的是“讲练结合”“小组合作”“小组展示”“当堂检测”等有效课堂教学行为的充分体现，通过一年半的实践学校教育教学质量已经有了明显的提高。兰坪一中2025届学子在云南省普通高中学业水平合格性考试中创造了兰坪一中自参加学考以来的最好成绩。截止2024年1月，2025届高二年级共有七个学科参加考试，具体过关情况如下：政治合格率达99.7%；英语合格率达97.9%；物理合格率达97.5%；历史合格率达97.99%；地理合格率达99.71%；化学合格率达98.71%；生物合格率达99.86%。特别是地理、生物的得A率也创造了历史最好成绩。

### 结语

通过笔者一年多的帮扶实践，借助建设“有效课堂”，为怒江州兰坪一中的教育教学发展贡献了积极的力量，取得了一定的成绩。但是面对“三新”高考的新要求，如何解决国家重点帮扶地区县域中学的教学困境，还有许多需要抓紧解决的实际困难。但是只要坚持课模建设，推广使用课模，让教师和学生动起来，提升教育教学质量一定指日可待。

### 参考文献

- [1] 寸得钦. 探索高中理科教学中试卷讲评课的有效模式——以德宏州民族第一中学“智慧课堂”试卷讲评课为例[J]. 中学化学, 2023(06): 5-7.
- [2] 陈超群. “三疑三探”模式下高中化学习题课教学策略[J]. 中学化学教学参考, 2023(06): 71-74.
- [3] 刘晓静. “问题导向”新授课模式下渗透学科阅读的尝试——以《集合的含义与表示》为例[J]. 中学教学参考, 2021(15): 34-35.
- [4] 文尚平. 指向“学教评一体化”的数学问题解决教学模式的构建与实践——以单元复习课“平面向量数量积”教学为例[J]. 中学教学参考, 2024(05): 1-5.