

# 数字素养视域下师范生模拟试讲的效能提升 与实施策略创新研究

刘运动

(周口师范学院,河南周口 466001)

**[摘要]**模拟试讲是师范生实践教育的重要环节,能够帮助师范生理解教学本质、发现不足、促进师生交流并形成批判性思维,提升其教学反思能力。在试讲过程中需多维度推进以下策略:综合运用现场、录像、微格教学等多样化试讲方式;构建完善反馈机制,明确目标与标准、建立多元化渠道并利用信息技术提升效率,确保反馈及时有效;强化自我改进意识,养成主动寻求反馈与自我反思习惯,制定改进计划并建立成长档案。通过系统实施,师范生可将理论转化为实践,提升教学技能与职业素养,为成为优秀教师奠定基础。

**[关键词]**模拟试讲;效能提升;实施策略

**[中图分类号]** G652; G434; G642.0 **[文献标识码]** A **[文章编号]** 2096-711X(2026)12-0009-03

**doi:** 10.3969/j.issn.2096-711X.2026.12.004

**[本刊网址]** <http://www.hbxb.net>

以学生核心素养为核心的教育目标对师范生教学技能提出了更高要求,师范生作为未来基础教育教师的预备力量,其教学技能的提升就显得非常重要。在师范教育中,模拟试讲作为一种有效提升教学技能的训练方式,能够为师范生提供一个模拟真实课堂的教学环境,帮助他们提前适应教师角色和提升教学实践能力。为进一步提高模拟试讲的效果,提升师范生培养质量,对师范生模拟试讲的作用与实施策略等方面进行系统探讨就显得尤为重要。

## 一、模拟试讲对提升师范生教学技能的作用分析

师范生教学技能构成是一个综合体系,主要包括教学设计能力、教学实施能力和教学评价与反思能力等在内的多个方面的内容。这些能力的培养和提升对师范生未来职业发展有重要意义。

### (一)模拟试讲对提升师范生教学设计能力的作用

#### 1. 促进师范生对教学目标与教学内容的深入理解

首先,师范生在模拟试讲之前,必须认真分析课程标准和教学内容,制定出明确的、具体的、具有可操作性的、符合核心素养要求的教学目标。还需要根据课程标准的要求、教学内容的特点以及学生的实际情况,准确的确定出教学重难点。在模拟试讲中,师范生根据制定好的教学目标和确定的教学重点和难点的要求,在核心素养理念的指导下转化为具体的教学行为。通过这一实践过程,不仅能够培养师范生的教学技能,还能够引导学生熟练掌握教学相关的理论知识。实现了由理论知识到实践能力的转变,从而达到提升师范生教学能力的目的。

#### 2. 模拟试讲是提升师范生教学技能与教学实践能力的重要途径

在模拟试讲过程中他们能够不断的尝试和检验不同的教学方法和教学策略,逐步摸索出如何激发学生的学习兴趣、如何能够让学生深度参与课堂活动、如何管理课堂、如何与学生进行有效互动以及如何处理课堂上可能出现的突发情况等问题答案。此外,这一过程还可以逐步增强学生的语言表达能力、教学自信心和课堂应变能力,这些都为撰写出一篇高质量的教学设计打下良好的基础。

### 3. 模拟试讲对教学设计的完善与不断改进具有非常重要的作用

师范生根据在模拟试讲中所存在的问题,不断提高教学目标的设定水平,优化教学内容的安排,提高选取和运用教学方法的技能以及课堂教学管理水平,从整体上提高教学设计水平。

师范生模拟试讲对教学设计水平的提高具有重要意义。它不仅有利于师范生更加深入的理解教学目标与内容的内涵、提升教学技能与实践的能力,还能够不断促进教学设计的完善与改进,为培养高质量的师范生提供有力支持。

### (二)模拟试讲对师范生教学实施能力提升的作用

模拟试讲在提升师范生教学实施能力方面的作用是多方面的,它不仅为师范生提供了一个教学实践训练的平台,也给师范生提供了宝贵的实践机会,能够在多个方面促进师范生专业成长。

#### 1. 模拟试讲可以帮助师范生缓解紧张情绪,增强自信心

一般情况下,多数师范生可能会因为训练机会少,缺乏自信而感到紧张,出现语无伦次、教态不够自然或无法与学生进行有效沟通等情况。经过在一个相对熟悉的环境中反复练习,逐渐适应讲台的氛围,并逐渐学会调整自己的情绪和用眼神及肢体语言与学生进行沟通。通过这些训练,不断克服紧张情绪,使得师范生在面对真实的课堂时能够更加从容地展现自己。

#### 2. 模拟试讲可以为师范生积累丰富的教学经验

在模拟试讲训练中,师范生不仅能够把自己撰写好的教学设计运用到教学实践当中去,而且还能够观察和参与评价同伴的试讲,这将帮助他们学习到不同教学风格和教学策略。比如,可以从其他师范生那里学到如何选取教学方法,如何组织课堂学习活动,如何开展小组讨论等促进学生的深入思考。能够直观地去感受不同教学策略对学生学习效果的影响,从而找到适合自己的教学风格。他们还可以大胆尝试各种创新的教学手段,比如项目式学习、翻转课堂或微课等。这些教学经验的积累和不断的探索尝试,不仅能够提升师范生的教学实施效果,还能够激发他们对教学工作的热情

收稿日期:2026-1-23

基金项目:本文系2025年河南省教师教育联动发展共同体(豫东片区)周口师范学院教师教育教学改革项目“基于本科生教学实践能力提升的54321人才培养模式研究与实践”的阶段性研究成果(项目编号:JYLD2025028)。

作者简介:刘运动(1977—),男,河南鹿邑人,周口师范学院副教授,主要从事历史课程与教学论的教学和研究。

和创新精神。使师范生在未来的教学工作中能够更加灵活地应对各种教学情境,更加有效地激发学生的学习兴趣和学习参与度。

### 3. 模拟试讲是奠定师范生课堂教学基本功的重要环节

在模拟试讲过程中,师范生多次训练课堂教学的基本流程,比如有启发性的课堂导入、有序的课堂组织管理、有启发学生思考的课堂提问等。将理论知识与实践相结合,通过模拟真实的教学场景,细致地准备教案,精心设计教学活动。通过对这些基本功的锻炼,使学生能够逐渐形成自己的教学风格,并自觉建立起一套行之有效的教学方法体系,从而提高教学吸引力和有效性,为将来成为一名优秀的中学教师奠定坚实基础。

#### (三) 模拟试讲对提升师范生教学反思能力的作用

“教学反思能力作为教师教学能力的重要组成部分,在教师能力结构中占据重要位置,也是较难发展的教师能力之一”。师范生模拟试讲对提升教学反思能力具有显著作用。它不仅为师范生提供了一个真实的实践平台,而且还能够促进他们教学反思能力的提升。

1. 模拟试讲给师范生提供了扮演教师角色,撰写并实施教学设计的机会

在模拟试讲过程中,师范生不仅能够亲身实践从备课、授课到评课的各个环节,而且还更加深刻地理解了教学的本质和要求,在这一实践过程中充满了挑战和学习的机会,使师范生能够发现自己的不足,从而产生反思的需求和动力。

#### 2. 模拟试讲促进了师范生与指导教师之间的交流

一般情况下,在模拟试讲后,师范生应该对自己的教学表现进行客观的自我评价,同时也应该接受其他师范生的评价以及指导教师的点评。多渠道地听取他人的意见和建议,有利于师范生从不同的角度评价自己的教学活动,有利于发现自己教学实践的优点和不足,也能够拓宽教学思路,启发教学灵感,从而在将来的教学实践中更加注重细节和学生的实际需求。

#### 3. 模拟试讲有益于师范生形成批判性思维

师范生在反思自己的教学行为过程中,要做出自己的分析和判断,明确哪些教学行为是有效的,哪些是需要进一步优化改进的。这种批判性思维的培养不仅有利于师范生提升教学反思能力,而且还能够促进他们在未来的教学实践中不断创新和进步。

师范生通过模拟试讲,能够深入理解教学本质,发现自己的不足,促进师生之间的交流,并形成批判性思维。这些“教学反思能力是师范生教学技能培养中不可或缺的一部分。通过对自我教学行为进行反思,师范生可以对课堂教学有更深刻的认识,并对教师职业充满信心,进而激发其职业热情和教学动力”。

## 二、师范生“模拟试讲”的实施策略创新

为全面提升师范生的教学技能,实施系统化的模拟试讲策略显得尤为重要,采用多样化的模拟试讲方式是确保模拟试讲效果的有力保证。构建一个健全的反馈机制是发挥模拟试讲作用的关键,强化师范生的自我改进意识是持续提升教学技能的核心。通过有效实施这些策略,可以使师范生更加自信地迎接未来的教学挑战。

### (一) 综合运用不同的模拟试讲方式

师范生模拟试讲的主要方式有现场模拟试讲、录像模拟试讲、微格教学模拟试讲以及片段模拟试讲与全课模拟试讲等。这些方式各有优势,师范生可以根据自己的实际情况和需要进行选择和组合使用,以提升自己的教学技能。

#### 1. 现场模拟试讲

现场模拟试讲就是在没有中学生的情况下,师范生面对

指导教师和同学进行模拟教学。这种方式的试讲可以全面考察出师范生的教学组织能力、语言表达能力、课堂应变能力等。在试讲过程中,师范生准备好详细的教学设计,配合使用各种教学辅助工具,综合运用各种教学技能来展现自己的教学能力和教学风采。

#### 2. 录像模拟试讲

录像模拟试讲是指师范生将自己的试讲过程录制下来,然后通过观看录像进行自我反思和评价。在试讲的内容方面与现场模拟试讲是一样的,不同的是录像模拟试讲可以帮助师范生更加客观地了解自己的教学表现和发现自身存在的问题和不足,使师范生能够更有针对性地进行改进。同时,录像模拟试讲还可以为师范生提供反复训练和观摩的机会,可以更加仔细地观察自己的肢体语言、面部表情以及与学生互动情况,以便在以后的训练试讲中做出相应的调整和优化。

#### 3. 微格教学模拟试讲

“微格教学是一种注重教学细节、利用现代化教学手段培训教师的具有较强实践性”的教学训练方法,微格教室配备有摄像设备和反馈系统,师范生可以在一个受控的环境中进行教学实践,同时可以获得即时的反馈和建议。在微格教学中,师范生被分成若干小组,每组成员分别在微格教室里进行十分钟左右的模拟教学。然后小组成员和指导教师对试讲者进行教学技能的实施情况进行评议和分析,以帮助师范生发现自己在教学中存在的问题和不足,帮助其不断解决问题,提高其教学技能水平。微格教学模拟试讲具有针对性强、反馈及时等优点,是师范生提升教学技能的有效途径。

### (二) 构建完善的师范生模拟试讲的反馈机制

构建师范生模拟试讲的反馈机制是一项系统而细致的工作。它不仅关乎师范生个人的成长,也影响着未来教育的质量。为了确保这一机制的有效性,我们需要从多个维度出发,细致地规划和实施。

#### 1. 明确反馈目标和营造良好的反馈文化氛围

明确模拟试讲的目的是帮助师范生在训练中磨炼技能,提升他们的教学技能和教师专业素养。因此,反馈就应当围绕如何帮助师范生更好地分析课程标准和教学内容、恰当选取和运用教学方法、优化教学语言和增强课堂互动等方面展开。为确保反馈更有针对性,需要制定一套全面、具体、可操作性强的反馈标准。反馈标准的内容应当涵盖教学的各个方面,包括对课程标准和教学内容的分析、教学设计的撰写质量、课堂教学开展情况、核心素养目标的贯彻实施、教学理念的执行情况以及课堂教学组织情况等。尤其是应该着重强调有关学生的批判性思维、创造力的培养和核心素养目标的基本要求。反馈标准应该具体且可衡量,以便于在试讲后进行评估和改进。每一个环节都应该有明确的评价指标。例如,在分析课程标准方面,就要有评价师范生是否能够准确把握课程标准指导思想的标准,在教学方法的选择上,就要有考察师范生选取和运用教学方法技能的评价标准。另外,在反馈过程中,营造良好反馈文化氛围、构建积极的反馈文化是保证反馈质量的基础,应该让师范生保持积极向上、乐观进取和开放包容的心态,主动接受批评和建议。树立自信心,克服紧张情绪,在积极的反馈文化氛围中不断进步。

#### 2. 建立多元化的反馈渠道,利用现代信息技术提高反馈效率

如果有条件的话,可以邀请中学一线专业教师来现场指导,他们常年奋斗在中学教学第一线,有丰富的实践教学经验,能够提出更为专业和更加深入的教学评价意见。师范院校的指导教师通常长期从事教学论课程的教学和研究,同样具有丰富的教学实践经验和指导学生的经历,能够对师范生

提出针对性很强的建议和指导。师范生之间的反馈更直接更真实。此外,自我反思也是师范生自我提升的重要途径,通过自我评价和反思,能够更深刻地认识到自己的不足,更有利于问题的解决和教学能力的提升。

同时,我们应该充分利用现代信息技术手段提升反馈效率。比如可以通过在线问卷、实时投票工具等技术手段,快速地收集师范生试讲的反馈意见,并可以利用数据分析工具对反馈信息进行科学的分析,从而为师范生提供更加个性化和精准的改进建议。更值得一提的是,“通过网络可减少面对面评价时的一些尴尬场面,使学生间互评更加客观和全面”。

### 3. 构建反馈的及时性和有效性机制

试讲结束后,师范生能够清晰地回忆起试讲的每一个细节,所以应该及时的开展反馈活动,让师范生在试讲的余韵中及时获得反馈,这更有利于师范生进行反思和改进。同时,也可以突破时间和空间的限制,利用在线平台传递反馈意见,让师范生随时随地都可以及时的获取反馈信息,提高反馈的便捷性和时效性。另外,还应该注意,为便于师范生根据反馈意见有针对性的改进和完善,反馈的内容不但要具体、详细和明确,就像医生开处方一样,具有很强的可操作性,避免使用模糊或泛泛之词。而且还要给出具体的改进建议。

构建一个健全的师范生模拟试讲的反馈机制,不仅能够帮助师范生在模拟试讲中获得宝贵的经验,还能够为他们将来的教育事业奠定坚实的基础,为培养更多优秀的中学教师做出贡献。

#### (三) 强化师范生模拟试讲的自我改进意识

##### 1. 养成主动寻求反馈意见和自我反思的习惯

师范生应该积极主动的向指导教师、同学展示自己的试讲,主动索要并虚心接受他们的意见和建议。保持积极开放的健康心态,要深刻意识到指导教师和同学的意见越深刻、问题越尖锐越有利于自身教学水平的提高,批评的越严厉越能够显示出指导教师和同学的真诚和对工作的认真负责。此外,师范生可以主动与指导教师和同学交流自己的意见和想法,并不是一定要全盘接受指导教师和同学的意见和建议,可以通过讨论和交流合理地吸收和接受。

因为“教学反思能力在教师的专业发展中具有不可替代的重要作用。在国家强师计划推进落实的背景下,培养师范

生教学反思能力是促进教师专业可持续发展的保障。”所以,师范生还要养成主动自我反思的习惯,每次模拟试讲结束后,应该及时回顾整个试讲过程,从课堂导入到学习活动的开展,再到课后总结,每一个环节都值得仔细分析,准确地找出需要改进的地方。

##### 2. 制定改进计划和建立成长档案

师范生在反思或接受反馈意见后,应根据反馈的问题和改进建议,制定出详细的改进计划。主要内容应包括改进的内容、预期目标以及改进计划进度时间表,并能够将计划付诸行动,通过不断的练习和调整,逐步提高自己的教学技能。另外,还需要建立一个成长档案,把模拟试讲的视频、反思日记、教学设计文本、学生及指导教师的反馈意见有序的保存起来,通过记录自己在模拟试讲中的成长历程,可以清晰地看到自己从开始到现在的进步和不足。这些记录不仅有利于师范生在将来的教学工作中避免出现重复的错误,还能激发他们不断追求卓越。

### 三、结语

模拟试讲是提升师范生教学技能的重要途径。也是在师范教育中必不可少的一个训练环节,通过系统的模拟试讲,将理论知识转化为实践技能,不仅锻炼了他们的教学设计、课堂的组织管理和自我反思等多方面的能力。还能够有效提高师范生的教育教学技能和职业素养,在巩固专业知识、探索教学方法使用技能以及奠定课堂教学基本功等多方面都发挥着重要作用。为将来成为一名优秀的中学教师打下坚实基础。

### 参考文献:

- [1] 赵潇. 教师教学反思能力的影响因素与提升策略[J]. 教学与管理, 2019(12).
- [2] 陈艳. 师范生教学反思能力培养的必要性、影响因素及实现路径[J]. 教育理论与实践, 2024, 44(27).
- [3] 全建强. 微格教学的历史、发展与重构[J]. 历史教学问题, 2017(1).
- [4] 黄映玲, 韦宁彬. 从学生角度分析微格教学技能评价环节现状[J]. 电化教育研究, 2012, 33(9).
- [5] 柳立言, 曹生林, 吴向文. 微格教学中反馈策略对师范生教学反思能力培养的影响研究——基于多模态数据循证的视角[J]. 教师教育研究, 2023, 35(4).

## Analysis on the Functions and Innovation of Implementation Strategies for Simulated Teaching Practice of Normal University Students

LIU Yun-dong

(Zhoukou Normal University, Zhoukou Henan 466001, China)

**Abstract:** Simulated teaching is a vital component of practical education for pre-service teachers. It helps them understand the essence of teaching, identify their shortcomings, facilitate teacher-student communication, develop critical thinking, and enhance their teaching reflection ability. During the teaching process, it needs to be advanced from multiple dimensions: comprehensively employ diversified teaching methods such as on-site, video-recorded and microteaching approaches; establish a sound feedback mechanism by clarifying goals and standards, building diversified channels, and utilizing information technology to improve efficiency, ensuring timely and effective feedback; strengthen self-improvement awareness by cultivating the habit of actively seeking feedback and engaging in self-reflection, formulating improvement plans, and establishing growth portfolios, among other strategies. Through systematic implementation, pre-service teachers can translate theory into practice, enhance their teaching skills and professional literacy, and lay a solid foundation for becoming excellent teachers.

**Key words:** simulated trial lecture; effectiveness analysis; implementation strategies

(责任编辑:桂杉杉)