

关键词：春风化雨，聚力扶智

这些年，响应东西部协作号召，宁波一次次开启“组团式”教育帮扶。老师们有的远赴西藏，有的奔向新疆，还有的走进大凉山。他们贡献自己的智慧，在教学岗位上兢兢业业，为当地打造一支带不走的教师队伍。他们付出过，也收获过。

“虽没有干过大事，但在平凡中收获汉藏情谊” 选择继续援藏 只为那些期盼眼神

原计划8月19日进藏的第十批“组团式”教育援藏的老师，因疫情影响，延迟了进藏步伐，开启在家线上教学模式。五乡中学的英语老师刘足就是其中一员。

刘足是第九批“组团式”教育援藏留任下来的老师，之前已经在拉那一高任教一年半。新学年，她将承担高三两个班的英语教学，同时担任英语教研组长。自8月25日开始，她已为拉萨那曲第一高级中学高三的同学们上了一周的线上英语课。

□现代金报 | 甬上教育
记者 王伟



和西藏学生在一起。受访者供图

1 女儿中考之年 她踏上教育援藏之旅

怀揣二十多年的支教情怀，2021年3月5日，刘足作为第九批“组团式”教育援藏的轮换人员，来到拉萨那曲高级中学开始了她的教育援藏之旅。

那一年，正值她女儿中考。“女儿很懂事，知道我有支教情怀，所以当我回家和她商量时，她想了一下对我说：‘去西藏支

教可能只有这一次机会，听从你自己内心的想法吧，不用考虑我和爸爸，我们会照顾好自己’，那一刻我有点感动。”

带着女儿和先生的支持，刘足来到拉萨。然而，刚下飞机，强烈的高原反应就令她感到头晕恶心，随后是上吐下泻。幸好，睡了一觉后，第二天便开始慢慢好转。一

开始，40分钟的课一度令刘足觉得非常困难，上到后来需要大口大口喘气，感觉呼吸不过来。这个时候，学生们就会关心她，劝她歇会儿再讲。

“现在好多了，暑假再过去应该也不会有大的反应，不过血压增高心跳加快是常态，问题不大。”刘足说。

2 创新教学方式 收获成绩提升与同学喜爱

作为一名英语教师，进行英语教学是首要任务。初到高原，刘足接手高一两个班。相比宁波学生，当地学生的英语水平普遍较为薄弱，同学们掌握的词汇量不能满足平时听说读写的需求。这种情况下怎么教英语？经过调查研究，刘足在援藏教学过程中，创新教学方法，无论对学生还是对当地老师，都起到很好的作用。

比如，刘足会通过图片展示、动画演示，或者播放动画片、影视短片这些学生

感兴趣的方式来呈现词汇，调动他们的学习积极性。她每天在课前花4-5分钟的时间给同学们看一集英文版动画片《西游记》，看完后在黑板上列出视频中涉及的高考高频词并加以讲解。事实证明，这个方法是非常奏效的。同学们的学习兴趣大大提高，有几次上课碰到比较长难的单词，当刘足正要解释时，学生们脱口而出地说出单词含义，并会说：“刘老师，monkey在里面出现过好多次。”

刘足还自掏腰包，给每位学生购买一本《高中英语词汇分级速记手册》，方便同学们随时查找生词。慢慢地，她所教两个班的英语成绩，由年级倒数稳定在二、四名，2021学年第二个学期期中考试，其中一个班甚至跃居到年级第一名。

同学们非常喜欢刘足，于是当他们得知刘足即将结束支教时，一次次地希望她继续留下来，当他们知道刘足真的留任时，都无比开心。

3 当地老师说 跟着援藏老师学到很多东西

除了教学工作，援藏更重要的目的，是要对本地教师进行传、帮、带，把浙江先进的教学理念和丰富的教学经验融入到西藏的教育教学当中去，变“输血”为“造血”，为西藏教育打造一支带不走的队伍。于是，援藏老师们不仅高质量地给本地老师开设示范课，也会非常耐心地指导他们上公开课，在他们上完课后还会非常认真的对课进行点评。“事实上，评课过后，本地老师尤其是年轻教师都会深入地跟我们交流，从这一点来看，我们也算是达到援藏的初衷。”刘足说。

2022年5月，刘足还邀请宁波市惠贞书院的王爱敏老师给拉那一高全体英语老师进行一次题为《Change thinking, better teaching——英语说课及教学设计的几点思考》的远程培训指导，青年教师们纷纷表示王老师的讲座使自己受益匪浅。

作为青年教师的导师，刘足指导徒弟

贡觉卓玛参加学校2022年青年教师赛课，获得一等奖。

2021年11月，那曲市举行高中“爱国主义”主题英语演讲比赛。拉那一高派出的六位选手斩获1-6名，囊括所有一二三等奖。这可喜可贺的成绩背后，不仅蕴含着同学们的努力，也和学校英语教研团队的精诚合作密不可分。这里面，自然有英语教研组长刘足的一份功劳。

刘足回忆，有一次，年轻老师郭家铭跟她聊天：“跟着你们援藏老师，真的能学到很多东西。”听到这样的话，刘足感到自己多年来支教的心愿，终于有了实实在在的意义。

“援藏一年半，虽然没有干出什么轰轰烈烈的大事，但是在平凡的点点滴滴中，我收获汉藏情谊，收获藏族学生对援藏老师的尊重，也收获别样人生……援藏经历，是我人生中不可磨灭的一抹亮色，

必将成为我这一生值得永远珍藏的宝藏。”刘足在援藏总结中这样写道。

如今的刘足，一边上着线上课程，一边等待疫情清零后随时奔赴拉萨。

这几天的线上教学，令刘足感动的是，有很多学生身处牧区，家里没网络，要到山上去寻找信号，但是后台数据显示，学生的上线率几乎是100%。

同学们克服各种困难，没有电脑就拿着手机如期收看网络直播；很多同学课后通过网络跟她互动交流，询问一些学习上的问题；有的同学跟她说还想再看一遍直播内容，然后去看直播回放；还有同学加她微信，请求老师帮他们推荐学习APP，他们在网上订购的教辅书因为疫情被退订了……

同学们的学习热情感动并感染着刘足，她表示，一定不忘初心，疫情期间把线上教学工作做好，疫情之后随时开启下一阶段的援藏工作。