

如何高质量 教学

How to teach high quality?

高质量工作室/著

畅销
修订版

数 学

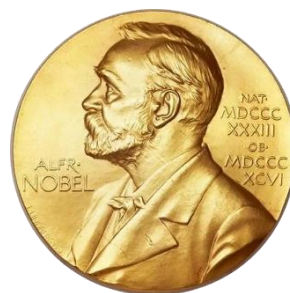
胎 教 - 入 土



全国优秀教师

邹益群

鼎力推荐



诺贝尔教育奖



全国高质量教材特等奖



全国优秀教材特等奖

参与本书编撰人员：（以姓名音序排列）

主 编 江韦澄 劳逸宸 张嘉恒 张梓烁

编写人员 陈志俊 江韦澄 劳逸宸 熊梓涵 张嘉恒 张梓烁

美术编辑 江韦澄 张嘉恒

顾 问 程山洪 钟 舜

校 对 江韦澄 劳逸宸 钟 舜 张嘉恒

特别鸣谢 廖佩君（提供网页素材） 邹益群（提供本书创意） NBS 公众号（提供封面素材）

非义务教育教科书 数学

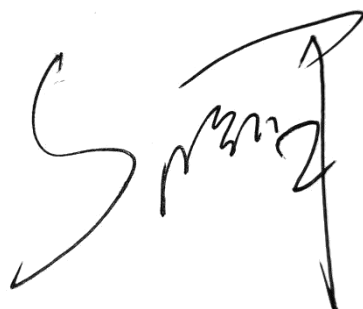
高质量工作室组织编写

出 版 高质量出版社
网 址 <https://high-quality-studio.gitee.io/>
发 行 南海双语实验学校 602 班
印 刷 劳逸宸的打印机
版 次 2022 年 7 月第 2 版
印 次 2022 年 7 月第 2 次印刷
开 本 210 毫米 × 297 毫米 A4
字 数 5683 字
书 号 ISBN 978-7-114-54120-3
定 价 1145.14 元
批准文号：粤发改价格[2022]114514 号

未经许可不准采用任何方式擅自复制或使用本产品任何部分 • 违者顺着网线爬到家
如有印刷质量问题，请拨打电话：1145141919810-88356677（语言：火星语，上班时间：火星时间 9:00-17:00）。

For Teacher Zou

谨以此书，献给高大、帅气、威猛……的邹老师

A stylized handwritten signature in black ink. The first character is a large, sweeping 'S' shape. The second character is more complex, with a vertical stroke and a horizontal stroke that loops back, resembling the Chinese character '邹' (Zou).

序

如何高质量教学？这是教育界一个千古难题，许多年以来，各地的教师、学者们反复探究，追寻这个答案。同样，我们高质量工作室也早已深究这个问题多年。曾有幸在现场听到了邹教授的课，深受启发。邹教授的课生动有趣，高效高质量，这无疑是高质量的课堂。得到启发后，我们工作室就总结概括出一些高质量的教育方法，希望对广大教育学者们有一丝帮助。本书主要涉及讲题，批评，口误等方面。虽然我们这些方法可能并不是一个十分完美的答案，但我们希望能在众多教学方法中做一股清流，开创一个新的教育时代，给以学生更好的教育。

在听邹教授的课时，他反复提到一个词——狼的野性。我十分疑惑：这个词具体指什么呢？课后，我向邹教授请教，他微微一笑，说：“拼搏的精神，敢拼，主动出击。”相信各位一定能知道具体指什么了。而“狼的野性”这一词也成为了高质量工作室的核心教育理念——“狼的野性，敢打敢拼，主动出击，拼搏向上的狠劲！”。

最后，让你我在学习、生活、工作中都拥有一股“狼的野性”！

让教育有情，让学习有趣！

《如何高质量教学？》主编 劳逸宸

邹教授
劳逸宸

目录

Part 0. 主编的话.....	1
Part 1. 如何高质量讲题	2
Part 2. 如何高质量批评	6
Part 3. 如何高质量口误	10

Part 0. 主编的话

欢迎您选择《如何高质量教学？》！

高质量教学的首要目标是：让教师们扫清与同学们的交流障碍。如果达到了这个目标，您不仅会毫无悬念地成为一名优秀教师，而且还能持续提升您的教学质量，为国家培养栋梁之材。

那有教师会问：教学方式真有那么重要吗？

从前，一位想让学生们数学成绩得到提升的数学教师，向著名的数学家、教育家邹益群教授请教该如何培养学生，特别是，应该如何教学？邹益群脱口而出：“高质量。”“嗯，好的。”那名教师继续追问，“然后还要如何教学？”邹益群告诉他：“更高质量。”教师继续追问：“然后呢？”“更更高质量。”数学家邹益群，像一个蜘蛛吐完了一生中最后的丝。

之前苏黎世联邦理工大学学生潘周聃，和篮球巨星蔡徐坤曾做过一项实验，把学生分为两组，分别使用高质量教学和普通教学。结果高质量教育组的学生能学会六七十个公式，而普通教育组的学生只能学会二三十个公式。该项目被哈尔滨佛教大学、清远华美大学等多个顶尖大学的多项大数据追踪研究反复确证：决定同学们的学习能力高低的根源并非同学们本身，而是教师教学的质量，所以教学一定得有要高质量。

教学，什么才是最有效的教学方法？一句话：高质量。

《如何高质量教学？》主编 张嘉恒



Part I. 如何高质量讲题

1. 《讲烂了》：一道题都讲烂掉了。

指一道题讲了很多遍，已经非常熟悉了。

2. 《讲了 101, 102..... ∞ 遍了》：一道题讲了 100 多遍。

指一道题讲了很多遍。

3. 《这题非常重要》

指这题很重要（其实一点儿也不重要）。

4. 《这题打上重点记号》：☆, x, $\sqrt{\quad}$

指一道题很重要，让同学打上记号。

5. 《这题我在别的班都不用讲》

指别的班比本班好，激发同学上进心。

6. 《这个题在我们班经常讲，竟然还有人错》：指一种题型的题目在本班常讲，却还有人错。

没有点名批评，维护同学自尊，激发同学斗志。

7. 《听懂の举手》：让同学听明白了就举手。

为了了解听课情况，及时回答疑问（其实没谁不举手，尽管没懂）。

8. 《说白了》：为上文解释。

指为了让同学更明白，承上启下，为刚刚讲的知识点解释。

9. 《请看大屏幕》：提醒同学看屏幕/白板，常配合用指关节用力敲击白板的动作。

吸引同学注意力，提醒同学不要开小差，然后开始讲题。

10. 《这么简单都不用算》：指这道计算量很小，可以口算（其实很复杂）。

委婉地告诉同学们算数很重要，要多练。

11. 《嘘——》

生动有趣地让学生们安静下来。

12. 《OK》：（译：好的）。

把英文带入课堂，活跃课堂气氛，数学英语同时学，加快进度。

13. 《sit down please》：（译：请坐下）让同学坐下。

把英文带入课堂，活跃课堂气氛，数学英语同时学，两全其美。

14. 《放》：让举手的同学把手放下，常用于不想回答学生时。

为了让老师专心讲课，免得被同学打断思路，就要让学生放下手。

15. 《一节课讲了两节课》：一节课的内容讲了两节课（虽有点儿语病，但无伤大雅）。

委婉地表达上课进度慢，希望同学认真听讲。

16. 《这题不讲》：指题目过于简单，所以不讲。

虽不讲，但大概率会又讲一下，引起同学公愤，活跃课堂气氛。

17. 《一直在重复×2》：（重音在“一”上）一道题或一个知识点讲很多遍。

指一题极重要，让学生记住。

18. 《的啦》：句末语气助词，无实在意义。

装可爱，引起同学哄堂大笑，让枯燥无味的课堂焕发生机。

19. 《唱歌》：用歌、口诀一类传授知识。

使知识简化，让学生更容易记住，学得更有兴趣。

20. 《用分数不香吗？》：用于使用分数就可以使计算简便的题。

把香气带入课堂，既能告诉同学们分数的好处，也能活跃课堂气氛。

21. 《全班读一遍》：让全班把一个知识点或题目读一遍。

让同学加深记忆，培养同学的读题习惯，从而做题能做对。

22. 《调整坐姿》：让同学坐好点，通常用于一节课的开始。

巧妙地提醒同学们上课了，让同学们进入上课状态。

23. 《完了》：句末语气助词，常用于讲完简单的题目后。

提醒同学本题已讲完了，突出题目的简单。

24. 《Sb》：指圆柱的底面积为 S ，高为 b ，则体积为 Sb ，不太文明。

做反面教材，让同学文明用语。

25. 《点同学报一下》：指点同学报一道题的答案。

大多时候又会自己讲，引起公愤。

26. 《最简单的方法的方法》：指老师讲的方法十分简便。

凸显了方法的简单，让同学们重视，从而使记忆更深刻。

27. 《高度集中》：指听课精神集中在老师身上。

让我们认真听讲，看他操作。

28. 《啊，啊，啊？！》^①：常用于学生答错时，常伴随将手放下的动作。

用语气词代替批评，实乃妙也！

29. 《哦》：表示了解了。

装可爱，生动有趣，让同学大笑。

30. 《我点到名字的啊》：常用于同学吵闹时，常常后面不加惩罚。

故意降低老师的威严，与同学们亲近。

31. 《继续》：让回答问题的同学继续讲，常用于答案错误时，常伴随写字的手放下的动作。

运用欲擒故纵的兵法，既教兵法又教数学，两全其美，让学生扩展视野。

32. 《3~1》：用于倒数时，本来是“3~2~1”，因为学生喊了“2”，所以直接喊“1”。

养精蓄锐，用更多的精力讲题。

33. 《绝——对不是》：重音在“绝”，用于同学答案错得很彻底时。

强调学生答案错误，希望下次能回答正确。

34. 《老老实实的啊》：常用于老师要离开教室时，让同学不要吵闹。

让同学们认真学习，既教成语又让同学们安静下来，一举两得。而且叠词词，恶心心！

35. 《画图简单一百倍》：指运用画图解题就可以使题目变简单。

运用夸张的修辞手法，强调画图的重要性。

36. 《它不说我也知道》：用于题目没有给出一个条件，但是可以通过推理得出的题目。

体现出老师的知识渊博，让学生起敬畏之心。

① 常连读，读作“啊——”，发三次“啊”音，语调依次升高。

Part 2. 如何高质量批评

1. 《第一列，第二列，xxx^①在动……》：一列一列地看同学有没有搞小动作、坐姿不端正，常用于“调整坐姿”后。

委婉地让被点到名字的同学坐端正。

2. 《我看得都头晕》：常用于上课了，同学却翘着椅子，摇来摇去。

激发同学们对老师的同情心，好好回到位置上上课。

3. 《再给 5 秒钟时间》：用于上课时同学们吵闹，给同学们 5 秒钟时间安静。

让同学们知道时间紧迫，珍惜学习时间。

4. 《我看我不说话，你们能不能安静下来》：提醒同学们安静（虽然已经说话了，有点儿语病，但无伤大雅）。

制造病句，活跃课堂气氛。

5. 《请——坐》：（重音在“请”）多用于罚站后，让学生坐下。

表现老师的生气，希望同学以后不再被罚站。

6. 《有没有发烧》：询问同学身体情况，用于答案很离谱时。

关心同学，希望同学以后能回答正确。

7. 《站好》：用于同学回答错误时，让同学站着。

通过罚站鞭策同学，希望以后同学能回答正确。

① 指某个同学的名字。

8. 《傻傻的》^①：批评同学笨。

生动地批评同学，常引发哄堂大笑。

*若同学在适当的时候说出，将触发老师点赞技能。

9. 《xxx 你给我听好》：让 xxx 认真听讲。

点名批评，具有威慑力。

10. 《扣 100 分^②》

用大量分数震慑同学，但大多数时候不会扣。

(@张嘉恒 @张梓烁)

11. 《靠墙，扣十分》：靠墙，指站到课室后墙壁处。

让同学打起精神，认真听讲。

12. 《课代表记好》：用于扣/加分后，让课代表记录。

凸显扣分的威力，提醒课代表记录无误。

13. 《屁》：表示否定，略微文明。

做反面教材，让同学文明用语。

14. 《棍子呢》：指要找棍子，常伴随环顾四周的动作。常用于回答问题错误时。

恐吓同学，让学生认真上课。

15. 《拿棍子来，打骨折！》：指用棍子打到骨折，常用于一些简单问题回答错误时。

震慑同学，使他们认真听讲，以后回答正确。

16. 《一巴掌扇过去》：指扇学生的脸，略有暴力倾向。

恐吓学生，迫使其认真听课。

① 常读作“sǎ sǎ de”。

② 指在班级优化大师上的分数。

17. 《我看谁在笑》：让学生停止嬉笑。

让学生认真听课，提升听课效率。

18. 《我看你要上天》：常用于学生十分放肆时。

既管理学生，又讲神话故事，给予同学很大期望。

19. 《这题报错了，站一节课》：用于老师让同学报十分简单的题的答案时。

恐吓同学以认真思考题目，不开小差，起到警醒的作用。

20. 《这么简单！》：指讲到的题目十分简单。

激起同学上进心。

21. 《有人没听讲》：让所有同学听讲。

没有点名，维护同学自尊，从而激发上进心。

22. 《真的是》：语气助词。

突出老师的生气，撒娇子气。

23. 《错远去了》：指一道判断题的错误很明显。

运用夸张的修辞手法，突出题目的简单。

24. 《你犯了一个致命的错误》：常用于同学答案十分离谱时。

用尖锐的语言批评同学，突显出错误的点十分重要。

25. 《多此一举》：指学生的步骤很繁琐，可以更简便。

既教成语，又教数学，一举两得。

26. 《懂不懂规矩啊》：用于同学们上课不遵守规矩。

警告同学出来混要懂规矩，提醒了以后踏入社会要懂规矩。

27. 《别摇^①了》：让学生不扇风。

让学生认真听课，提升听课效率。

28. 《怪事》：同学们作业质量差或成绩差时感到奇怪。

表现出很奇怪，认为同学们可以做得好，给同学们鼓励。

29. 《啥也不是》：用于同学们因为考得好飘飘然了。

警告同学们踏入社会不能骄傲。

30. 《癌症》：指一个知识点错得十分严重，就好比身体里的癌症。

运用比喻的修辞手法，生动形象地写出了错得严重。

31. 《不正常》：老师在煲鸡汤^②时常用，指出学生态度问题。

关心学生学习状态，让学生懂得老师的爱，更好好听课。

32. 《混过来》：指之前的知识点没有掌握好，之前的时间都是混过来的。

让同学好好复习之前的知识，鞭策同学上进。

① 指用扇子、本子一类的东西扇风。

② 指心灵鸡汤。

Part 3. 如何高质量口误

编者注：经历了这么紧张的学习，也该放松一下了。本章将会为您列出我们在听邹教授的课时发现的一些口误细节。希望可以帮助您捧腹大笑。我们将会列出邹教授的口误词语、原句还有例句。所以，开始欣赏吧！ P.S. -(邹科别打我们啊!)-

1. 《 $2 \div 1 = 1$ 》： $2 \div 1 = 2$ 。

例：直接 $2 \div 1 = 1$ ，完了。

2. 《数码战机》：数码相机。

例：这个数码战机的价格时 1145.14 元。

3. 《启示发》^①：本来想读启发，却读成启示，后面加个发。

例：听完这道题，你有什么启示发？

4. 《飘柔》：跳楼。

例：别整天飘柔飘柔的！

5. 《鼻孔》：笔筒。

例：我们把五支笔放进四个鼻孔里。

6. 《两个绿的》：PPT 上是两个蓝的。

例：这里有两个绿色的球（实际是蓝的）。

^① 读作 “qǐ shì fā”，“示” 发音较短。

7. 《会不会有两个一样的袜子》：会不会有两个一样的球。

例：我问，这里会不会有两个一样的袜子？

8. 《我国人均鸡得配》：我国人均 GDP。

例：今年 ZZS 国的鸡得配总值为 1145141919810 美元。

9. 《我不喜欢举手回答》：我喜欢举手回答。

例：乱七八糟，我不喜欢举手回答问题！

10. 《东机》：东西。

例：什么东机！

11. 《第一波》：第一步

例：第一波，先求出底面积。



未完待续……

但是，恐怕，没法再续了。

再见了！邹老师！

有了这本书您应该能记住我们了吧

高质量教育不仅仅是一种语言，更是一种教育方式，能更好地改善教学质量，师生关系。书中有许多让我恍然大悟的地方，在阅读中我就清楚地知道，自己能在教育中运用这个方法，达到教育的真正目的。

——全国优秀教师 邹益群

教育界始终有个难题，就是如何攻克老师与学生之间沟通的沟壑。而这本书却不像以往任何一本教育书刊，成功地填平了这个沟壑。

——热心网友

提到教育，你会想到什么？是在一次次讲课中锻炼，还是听一些优秀教师讲座？

教育是一门十分有趣，十分严谨的学科，不容得一点差错。本书将介绍魅力无穷的教育精华。看完后，你将扫清与学生的沟通障碍。从与学生普通地交流，一跃成为一名与学生高质量交流的老师。

如何高质量讲题？如何高质量批评？如何高质量口误？这些都是本书的研究范围。

如此激动人心，令人心潮澎湃的学问，仅让一部分教育学家，老师独占实在太可惜了！

捧起眼前的书，沉浸在高质量的世界里吧。

让教育有情，让学习有趣！

high-quality-studio.gitee.io

打开网址了解更多



定价：1145.14 元