

# “减负增效”背景下高中英语教师专业发展路径探究

张德海, 林冬梅, 董忻雨

喀什大学外国语学院, 新疆 喀什

收稿日期: 2023年4月17日; 录用日期: 2023年5月16日; 发布日期: 2023年5月25日

## 摘要

当前, 我国高中教师除了需要承担必要的教学任务外还承担着非教学相关的社会任务, 这严重制约着教师专业健康发展。因此本研究从“减负增效”的意义入手探讨教师专业发展的具体路径, 同时提出“减负增效”促进教师专业发展过程中需要注意的问题, 以期为我国高中英语教师的专业发展提供参考意见。

## 关键词

减负增效, 专业素养, 高中英语教师, 专业发展

## Exploring the Professional Development Path of High School English Teachers under the Background of “Reducing Burden and Increasing Efficiency”

Dehai Zhang, Dongmei Lin, Xinyu Dong

School of Foreign Languages, Kashi University, Kashi Xinjiang

Received: Apr. 17<sup>th</sup>, 2023; accepted: May 16<sup>th</sup>, 2023; published: May 25<sup>th</sup>, 2023

## Abstract

Currently, high school teachers in China not only need to undertake necessary teaching tasks, but also undertake non teaching related social tasks, which seriously restricts the healthy development of teachers' profession. Therefore, this study explores the specific path of teacher profes-

sional development from the significance of “reducing burden and increasing efficiency”, and proposes issues that need to be paid attention to in the process of promoting teacher professional development through “reducing burden and increasing efficiency”, in order to provide reference opinions for the professional development of high school English teachers in China.

## Keywords

Reduce Burden and Increase Efficiency, Professional Competence, High School English Teachers, Professional Development

Copyright © 2023 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 引言

“十年树木，百年树人，百年大计，教育为本；教育大计，教师为本” [1]。教育事业无疑是促进中华民族伟大复兴与社会繁荣昌盛的基石，教师是在这一过程中有着举足轻重的作用[2]。教师专业化发展水平将直接影响教育发展水平，同时也制约着我国社会主义教育现代化事业成果的转变。然而，忽视中学基层教师实践培养的相对独立性，由于受到社会职务层级分工设置和任务安排、教师基层培训教育活动组织方式管理流程以及其工作能力保障与机制体系完善差异等众多社会因素制约，中学一线教师自身往往除在原则上独立完成本职教育培训或实践教学相关基础性工作责任能力之外也往往同时还必须要独自承担其他大量非职责性的工作和任务。烦杂的工作环境不仅会导致学校年轻的教师群体自身复杂的学业工作心理负担，而且可能会使中青年教师产生职业倦怠，这些问题可能直接制约或困扰影响着这些中青年教师追求自己独特的学术和职业全面发展之进程，甚至最终阻碍整个社会教育事业发展和现代化教学改革战略的实现。本研究希冀通过分析高中英语教师的专业发展现状及“减负增效”的意义，论述高中英语教师专业发展具体路径以及“减负增效”促进教师专业发展过程中需要注意的问题，以便让教师有一个健康的身体以及良好的精神状态投入到教育教学工作中，提高教育教学的质量和效率，让教育回归其本真。自觉意识是教师专业发展的动力源泉，促使教师在专业思想、专业知识、专业能力等方面不断完善。自觉意识不但强调了教师自身主动的发展意识对促进其专业发展的推动作用，还表明教师的专业素质需要不断地更新和充实。高中英语教师专业发展应建立在跨学科研究基础上，不能孤军奋战。英语教师在追求专业发展的过程中，不但需要学习跨学科、多领域的知识，还需要具备梳理、整合以及运用其他相关学科的知识等方面的能力，这些都需要教师投入大量的时间和精力去学习和钻研。

## 2. “减负”与教师专业化发展的内涵

研究当前一线高中教师负担现状的一些具体行为表现与对策前必须明晰“减负”和教师专业化发展的含义。

### 2.1. “减负”

在法律和职业道德标准要求里，任何人从事任何一项工作都必须承担相应的责任和压力。同时，法律和职业道德规定公民履行责任和任务，同时减轻不合理的工作负担。在词海里，负担首先指承担责任、费用等；其次指承受的压力，比如思想压力、家庭压力。本研究里的负担主要指教学职责和工作压力。

对本课题来说,笔者查阅了《教师法》,其中明确了教师的职责范围:"教师的工作使命是为了党育人为国育才,教师的工具性是教育教学、教书育人[3]。《教师法》明晰了教师工作的基本准则和职责要求,应当忠诚中国共产党,为伟大教育事业做贡献。

《关于减轻中小学教师负担进一步营造教育教学良好环境的若干意见》精神要求在评比项目,社会事务,报表填表工作,教育治理体系和治理能力现代化等方面提出了具体要求,强化党管教育的重要性。明确了教师负担种类分为:职责性负担和非职责性负担;显性负担与隐性负担等[4]。根据“教师法”最新规定,各级教育部门应结合教师实际,要求教师履行的职责和承担教育相关的工作压力,同时各级部门应切实减轻教师工作负担,疏通教师的心理负担。

## 2.2. 教师专业化发展

教师专业化发展是指从事教育行业的教师经过一定时期专业领域文化熏陶与技能沉淀后,在职业生涯期内其教育伦理,学科知识,科学技能和学科自主研究的成长过程。《教师专业标准(试行)》(2012)[5]文件对教师在理想信念,职业能力和理论知识等方面指明了方向。目前,社会主义现代化改革实践进程中,始终把教育改革作为可持续发展的核心战略。在中国教育事业高速发展的过程中,建设出一支具有政治品质过硬、专业素质信念很强、业务技艺精湛高素质的一支新时代优秀专业化骨干教师队伍,不仅是当代教师及教育发展研究教学领域密切关注着的一大热点,更是国家和各级政府领导人以及我国社会各界精英在投身教育事业发展上的共同追求。

## 3. 推进“减负增效”与教师专业化发展的依据及其意义

### 3.1. “减负增效”与教师专业发展的关联依据

2019年中共中央国务院连续印发《中国教育现代化2035》[6]和《关于减轻中小学教师负担进一步营造教育教学良好环境的若干意见》[7]重要教育文件分别为教师专业发展和“减负增效”提供了法律依据,为了教师职业发展做好顶层设计、号召全社会重视教师职业地位,营造良好教学环境;同时提出了“减负增效”建议,这为教师职业化发展提供了制度保障。

### 3.2. “减负增效”对教师专业发展的意义

当前,党和政府深刻意识到减轻基层教师工作负担,保障中小学校全体教师权益,提高对中小学教师行政领导工作责任执行及效率考评工作要求的紧迫性。“减负增效”在国家依法有效保障中小学教师队伍高素质专业化发展及改革实施中发挥其特殊教育意义主要表现在以下的这几个方面:

第一,有助于从思想观念和制度保障上促进教师专业发展。新时代对教师队伍提出了新要求:高素质、专业化、创新型。从思维观念到工作制度保障,进而为一线教师舒适地从事教育教学以及进行专业化发展提供更加良好的工作环境[8]。

第二,学校“减负增效”专项工作实践的持续开展,有助于各级学校整体提升本校教师职业教育实践与学校管理实际工作水平。学校网络是各级教师积极开展专业教育及教学培训活动以实现自身其工作价值取向的一块主要阵地。高效扎实对一线教育工作者的业绩评价与学校育人质量成效考核是一个教师专业地位获得充分认可的现实基础,教师更要高效高质量完成学校工作任务,为人类社会发展和培养造就各类事业所需有用的创新型人才,引导高中学生实现全面素质发展,需要一个学校的科学化有效的教师工作流程安排。因此,学校管理者自觉保障本校教师权益并坚持以教师自身先进高效完善的思想教育技能与组织管理实践水平去促进该校教师能够取得个人更大的工作成就与领导责任,积极监督本校教师认真明晰本职工作并严格履行自己工作职责义务的社会义务意识与监督责任。

第三,“减负增效”工作理念作为新时代教育改革的主旋律,它的提出为教育科学研究提供了新的视角。“减负增效”激励研究者探讨教师如何减负的同时还能提高教学质量的策略,以期为一线教师提供了实践模型,为教师专业化发展提供指南和学习材料。

#### 4. 促进普通高中英语教师的专业素养发展提升的主要路径

当前高中英语教师的专业发展现状大致如下:高中英语教师不仅面临繁重的教学工作,教学压力大,而且面临着生活压力;部分青年教师学习钻研主动性不强,阅读时间少,研究课题、发表论文的主动性不强,教育科研主动性不强。此外,笔者通过文献梳理发现,不少教师光纸上谈兵很少有实际行动,这也是教育主管领导需要思考的问题。鉴于上述高中英语教师专业发展存在的不足,在“减负”背景下探讨高中英语教师专业发展的路径尤为必要。笔者认为,随着越来越多的省(自治区、直辖市)相继出台教师“减负”清单,中学教师工作的重心最终会逐渐回到教学中,教师的专业发展水平将会逐渐得到提高。在“减负增效”的背景下促进高中英语教师专业发展,笔者提出了以下路径可供参考。

##### 4.1. 教师充分把握和利用“减负增效”所赋予的发展空间,主动寻求专业发展

教师追求专业发展的方式包括主动和被动两种。如果教师只是被动地追求专业发展,没有自主、有意识地思考自己为什么要追求专业发展,那么教师只能被动地不断被推着向前进;相反,如果一位教师有意识地主动追求专业发展,那么这位教师会时刻关注自己的课堂效果如何、教学方法是否适用于学生,这种主动地追求专业发展体现了教师发自内心的发展需要,出于发展欲望的内驱力。这种内驱力可以使教师在专业发展的实践中做到高度自觉和自律,从而不断地对自身的专业发展状况进行自我监控和自我调整。

英语是一门语言学科,从这个角度来看,了解和掌握这门语言知识的最新学科动态对高中英语教师的专业发展非常必要。随着时代的快速发展,教材和学生都处在不断地变化之中。学者陆道坤则撰文认为,卓越且优秀的普通高中外语教师水平既是不能局限于只熟悉各种常用语言词义,还要求必须学会密切把握国外现代应用语言学科以及语言学相关理论知识领域内最新的一些研究及其前沿动态,进而以更准确客观的视角认识应用语言学科,理解教学活动方面的某些特定内在科学规律,用具有当今世界最新前沿研究学术理论指导现代英语的教学及实践。当前大力倡导英语学科核心素养培养以及新高考对高中英语教师提出了相应的新要求。

比如在当前的新高考改革中,高考英语试卷中很明显的一个变化是改变了传统的写作题型,增添读后续写作为其中的一种写作题型。而读后续写这种考试题型的增加给高中英语教师的课堂教学带来了极大挑战。面对这一新题型,如何指导学生提高读后续写能力是值得教师思考的问题。笔者认为,教师要在教学实践中采取及时而有效的教学应对策略,指导学生逐渐适应这种高考英语新题型。此时,教师自身过硬的教学技能就显得十分重要。

敢于应对这些变化和挑战体现了教师主动追求专业发展的强烈意识,而主动的专业发展意识反过来指导和推动教师的实践。不可否认的是,教师在主动追求专业能力提升的过程中确实会遇到不少困难,但相比于被动地追求专业发展,主动追求专业发展的英语教师能更早地发现问题所在、更游刃有余地应对这些突如其来的教学挑战,同时也更可能脱颖而出成为一位优秀的英语教师。

##### 4.2. 构建英语教师学习共同体,形成“减负增效”合力

教师“减负增效”的实施不仅需要国家、学校等的努力,教师也可以贡献自己的一份力量,为自己“减负增效”。英语教师单独备课并进行封闭的教学不但会花费更多的时间和精力,还可能使教师自身的发展受到限制。因此,构建知识学习分享共同体机制是非常有必要的。学习分享共同体意识应以实现



知识自由分享化为价值核心，其共同目的之一是共同完成了某一工作任务、解决的某一社会问题，所有成员必须共同并为之全身心投入。在这种共同目标指引下，通过彼此间良性竞争与努力，促进学习者自身能力的全面专业成长。共同体的关键核心要素是大家有了共同发展愿景，这个美好共同愿景应当能够持续促进全体成员们之间保持真诚平等对话、沟通以及交流，分享智慧与力量整合使用各种先进教学信息资源在实践中创造性灵活地有效解决这些问题，最终能使团队所有核心成员之间都可以得到充分发展。构建英语教师学习共同体的意义在于，一位教师完成不了的事情，可以在学习共同体的努力下完成，并且可以将每位教师的潜能充分地发挥出来，形成“减负”合力。同年级的教师可以共同备课，其中青年教师可以在自己力所能及的范围内帮助老教师学习计算机的操作技能等；有经验的教师可以给新手教师传授一些少走弯路的教学经验教训和实战技能；留学回来的教师可以给一直在国内发展的教师带来一些新的语言学习理念和方法，拓宽教学视野。此外，口语比较地道、表达能力比较强的教师可以担任培养学生口语和演讲能力的工作；英语语言文学功底强、表演能力不错的教师可以着重培养学生阅读英文经典著作的能力和戏剧表演方面的技能。通过这样的方式，不同年龄阶段和拥有不同特长的英语教师可以实现优势互补、共同发展。

### 4.3. 教师结合教学实际掌握行动研究的过程，在反思和实践中不断提高专业素养和能力

顾佩娅教授们认为，外语教师真正的外语专业技术成长历程是要在持续探索实践和长期反思性教育实践积累中实现升华的，有一种从稚嫩起步逐渐走向全面成熟、从勇于回应新挑战又到努力追求更卓越发展的阶段性特征，并且让这些专业外语教师能够成为新世纪优秀外语教师脱颖而出的最关键力量之一是在于教师在持续反思性学习实践历程中的对内外环境因素知识的超常悟性、把握力和驾驭[9]。对一位高中英语教师而言，此处强调的“实践”指的是当教师对自己实际教学感到疑惑或者发现问题时，敢于尝试自己在教学实践当中的一些所思所想，在实践中检验某种教学方法是否适合学生、是否能够促使教学有效地进行，而不是止步于脑中的想法；而强调教学实践要有“反思性”的原因在于，善于进行反思性教学的教师更有可能发现现有教学中的问题，这也是进行教学研究的必备条件以及必要环节。

2020年突如其来的新冠肺炎疫情使得全国许多中小学校暂缓线下授课，教育部办公厅为了应对新的挑战，立即起草《关于深入做好中小学“停课不停学”工作的方案》。“停课不停学”给教师带来了一定挑战。这种挑战对于渴望获得专业发展的英语教师会主动地迎难而上，敢于成为最早的实践者，面对线上英语教学中出现的问题，渴望获得专业发展的英语教师会将教学和研究紧密地结合在一起，他们会主动关注自己线上教学中的可取之处以及存在问题，并针对自己的疑惑和教学中的问题开展相应的行动研究，如探讨翻转课堂对线上阅读教学有什么影响，线上教学对听、说、读、写、看哪一方面能力的培养效果显著等。

纽南(David Nunan)以第二语言和外语教学环境为例，把教师行动研究的过程分为以下几个逻辑性比较强的步骤：发现问题 - 初步调查问题 - 提出问题假设 - 计划干预 - 得出结果 - 报告结果[10]。这个过程对有开展行动研究初步想法但是缺乏相关理论指导的高中英语教师而言具有重要的借鉴意义。因为行动研究的具体过程会根据具体的教学问题产生不同的变化，所以教师在这个过程中需要进行持续性的反思和实践。

教师的教学实践本身就是开展教学研究的直接素材，因而高中英语教师若能在教学实践中善于发现英语课堂中出现的问题，并采用科学而有效的方法和策略开展实质性研究，同时加以反思，那么扎根于学生与英语课堂的行动研究将对一线高中英语教师的研究能力提升产生巨大的促进作用。因此，高中英语教师需要提高面对英语课堂教学过程中的问题的感知力，及时地采取各种可能的方式获得专业成长，为有目的地提高教学质量和发展学生运用英语的能力而努力，从而促进学生英语学科核心素养发展。

#### 4.4. 借鉴国外“减负”工作经验，优化“减负增效”工作

择其善者而从之，学习借鉴西方先进经验可以实现弯道超车，事半功倍的效果。早在 2002 年，英国开始实施“减负增效”工程，并取得了阶段性成果[11]。2017 年，日本开始实施中小学教师全员减负行动探索，日本教育委员会出台了中小学校教师的减负制度改革指导计划，实施一系列减轻教师工作负担方面的改革初见实质性成效[12]。英日两国在“减负增效”重要举措可为我国提供了宝贵的经验。当然，我们不会照搬他国经验，而应根据我国国情制定具有中国特色的“减负增效”方案。

#### 4.5. 教师主观能动性助推“减负增效”

教育工作教学基本内容、教学实施过程复杂性以及学校教育培训对象及其本身性质的多重复杂性等需要广大教师们从事日常工作生活与个人成长活动过程活动中始终要坚持有一定主观及能动工作意识，积极培养树立终生为学校教育事业做出奉献者的科学价值观取向和教育远大教育理想，认真的进行教学业务技能学习提高和各类教育实践活动教学研究，合理有序安排学生工作教学与家庭生活，保持一颗积极昂扬向上奋进的和谐健康良好心态，努力自我提升教育抗压性与专业工作协调能力，以最坚强刚毅的教育意志心和毅力面对工作与个人生活中面临的实际困难。

#### 4.6. 协调多方力量，为英语教师的心理“减负”

教师想要同时处理好教学任务和非教学任务，将会面临巨大的心理压力和挑战。教师既要协调来自学生、家长、学校甚至整个社会等多方的要求和评价，还要培养出优秀的社会主义接班人，因而教师心理“减负”的重要性不言而喻。

在升入高中阶段，英语教师通常也就会要求进行了大量的情绪劳动。教师到底要去进行一项怎样的劳动职业情绪教育管理的工作劳动心理学认为教师是指作为教师或者他们对自己是在长期受到的专业和工作规范要求的和劳动职业情绪法则的双重的限制的前提下而认为必须继续长期地从事的一种劳动的职业情绪教育的一种管理的教育工作。在最近英国剑桥一项有专门报告关于如何培养一名中学英语新教师所需要具备的英语教师情绪劳动相关策略理论研究及外语教师情绪法则理论研究的一项实证性研究报告工作大纲中也曾强调，需要一些学校能在其中外语教师职业的前准教师培养教育辅导项目内容中或在其他相关在职人员英语能力培训的辅导培训项目内容安排中要积极的融入一些有关外语情绪与英语劳动等相关策略内容，适当地多一次开展有关外语教师情绪及外语劳动的相关策略讲座项目或组织和成立了一些相关策略方面的英语学习和工作坊，帮助中国的英语新教师可以更有效的利用其自身的情绪和劳动上的策略优势去促进在他们的自身能力和英语专业领域发展。

为改善英语教师面临的职业心理挑战“减负”，还要吁求有关学校教育部门和上级教育事业的部门部门密切关心一线英语新教师们的教学工作心理感受，定期通过开展与新教师交流感受经验分享研讨活动，帮助指导新教师们分析自己和认真反思学习要学会遵守科学的工作情绪法则，积极采取措施改善老教师们专业技术发展生活条件，支持鼓励新教师努力释放就业压力和学习获取职业前进动力。在此背景下，我们提炼总结出了以下两个措施：一是教师自身可以多学习如何调节自身的情绪劳动以及如何灵活运用这些策略来处理学校中的社会关系，从而为自己的心理“减负”；二是倡导学校方面采取自上而下的措施，积极改善高中英语教师专业发展条件，给教师带来积极的心理感受，从而为教师的心理“减负”。加强高中英语教师的心理建设，需要教师、学校和各级行政部门等多方面共同努力，从而为高中英语教师的心理“减负”形成合力。

### 5. “减负增效”促进教师专业发展中需要注意的问题

“减负增效”以促进教师专业化发展不能一蹴而就，是一项持久性工程，实施过程中会遇到各种挑

战。例如，减负的目的是强化教师从事教育教学本职工作，弱化非教育工作，但并非降低教学标准完全同时也不参与其他工作。再如，保障教师权益以促进教师专业发展应从多视角协同进行。因此，在“减负增效”工作过程中，还需要我们更新理念、拓宽视角、发扬大无畏的改革魄力与崇高的奉献精神以及实施科学的工作方法，创新教师教育管理的研究方法与工作实践路径。

## 6. 结语

在教师“减负增效”背景下促进高中英语教师专业发展的六条径：高中英语教师可以充分利用教师“减负增效”所赋予的发展空间，主动寻求专业发展，把握时代的机遇和挑战，主动抓住发展的机会，及时地通过各种可能的方式获得专业成长；构建英语教师学习共同体，让处在不同年龄阶段和拥有不同特长的英语教师实现优势互补，实现共同发展，形成“减负”合力；借鉴国外“减负”工作经验，优化“减负增效”工作；教师结合英语教学实际掌握行动研究的过程，在反思和实践中不断提高专业素养和能力；协调教师和学校、各级行政部门等多方面的力量，为高中英语教师的心理“减负”形成合力；发挥教师主观能动性，全面助推“减负增效”工作。总之，教师需要在“减负增效”的背景下把握机遇和挑战，努力实现自我专业发展，为提高英语学科教学质量和发展学生英语学科核心素养而努力。

## 基金项目

2019年自治区研究生教育教学改革项目，翻转课堂视域下的研究生公共英语教学模式改革研究，项目编号：XJ2019GY62。

## 参考文献

- [1] 人民出版社. 关于全面深化新时代教师队伍建设改革的意见(单行本)[M]. 北京: 人民出版社, 2018: 1.
- [2] 任友群. 教育部介绍中共中央、国务院印发的《关于全面深化新时代教师队伍建设改革的意见》颁布一年来全国各地贯彻落实情况及下一步教师队伍建设改革思路[EB/OL]. [http://www.gov.cn/xinwen/2019-02/15/content\\_5366166.htm#1](http://www.gov.cn/xinwen/2019-02/15/content_5366166.htm#1), 2019. [2020-05-16].
- [3] 全国人大常委会办公厅. 中华人民共和国教师法[M]. 北京: 中国法制出版社, 2019: 11.
- [4] 郭晓霞. 关于“减少教师非教学工作”的调查报告[J]. 内蒙古教育, 2018(7): 36-39.
- [5] 教育部教师工作司. 教育部教师工作司中学教师专业标准解读[M]. 北京: 北京师范大学出版社, 2012: 82-106.
- [6] 中共中央、国务院印发《中国教育现代化 2035》[N]. 人民日报, 2019-02-04(1).
- [7] 中央深改委审议通过《关于减轻中小学教师负担进一步营造教育教学良好环境的若干意见》(单行本)[M]. 北京: 人民出版社, 2019: 12.
- [8] 教育部. 陈宝生在 2019 年全国教育工作会议上的讲话[EB/OL]. [http://www.moe.gov.cn/jyb\\_xwfb/moe\\_176/201901/t20190129\\_368518.html](http://www.moe.gov.cn/jyb_xwfb/moe_176/201901/t20190129_368518.html), 2019. [2019-02-10].
- [9] 顾佩娅. 优秀外语教师成长案例研究[M]. 北京: 外语教学与研究出版社, 2009.
- [10] Nunand, D. (1993) Teachers Develop Teachers Research: Person Classroom Research and Teacher Development. Heinemann, Oxford.
- [11] 范冰. 英国学校改革新举措——“教师减负”工程[J]. 外国教育研究, 2003, 30(6): 54-57.
- [12] 王建梁, 韩书亚. 教师减负的路径探索——日本中小学教师减负述评[J]. 教师教育学报, 2019, 6(3): 83-90.