

木里中学（高中部）2026年春季学期

“青蓝工程”说课比赛方案

一、指导思想

为进一步加强青年教师培养，创新青年教师培养模式，优化人才成长环境，有效促进师资队伍整体素质水平的提升，努力打造一支“师德优良、素养过硬、目标清晰、充满活力”的高水平教师队伍，大力倡导“团结协作、共同成长”的团队合作风尚。根据《木里藏族自治县中学关于印发“青蓝工程实施方案的通知》（木中发〔2025〕33号），特制定木里中学（高中部）2026年春季学期“青蓝工程”说课比赛方案，通过搭建“以赛促学、以赛促教、师徒共研”的平台，引导徒弟教师深入理解新高考理念，提升说课与教学反思能力，同时充分利用各学科常规教研活动时间，促进学科组内教学研讨氛围。

二、参赛对象

木里中学高中部第一期“青蓝工程”的徒弟教师。

三、比赛形式与时间安排

（一）比赛形式

1.分学科开展：语文、数学、英语、物理、生物、历史、地理七门学科利用本学科常规教研活动时间分别组织比赛。

2.说课内容：由教导处从各科高一年级上期教材中随机选择说课内容。

3.参赛流程：“青蓝工程”徒弟教师在参赛前（临时通知）抽签决定说课顺序，每人根据教导处统一提供的资料进行 20 分钟的说课准备，准备完成后进入说课教室进行说课，时间为 10 分钟。

4.评分方式：由本组的教研组长、“青蓝工程”的师傅、行政人员及未参赛教师组成评分小组，根据统一的说课评分表客观公正地进行打分，在所有参赛选手完成说课比赛后，由教研组长和“青蓝工程”的师傅组织全组成员对各位参赛选手的说课进行点评和总结。

5.比赛地点（如有调整，灵活通知）

1.准备室：求索楼 306；

2.说课室：求索楼能量教室。

（二）时间安排（2026 年 4 月 23 日-30 日）

比赛时间	科目	参赛教师	指导师傅
周一下午	英语	张学红	车梦德
		颜慧琳	
		金兰	孔丽
		张光星	
		杨小会	
		陈国萍	拉初
		廖阳阳	
周二上午	生物	罗智文	刘江
		王德兵	黎平
		扎西龙布	

周三上午	数学	许帅	杜东洋
		王丽	
		念六平	
		蒋学珍	苟一泉
		王阿咱	
		邱春明	钟波
		胡冬升	
周四上午	语文	吉尔伍呷	刘代萍
		崩嘎	周菊明
		付国荣	
		伍福孝	
		杜基拉姆	龚霞
		仁青者姆	
周四下午	物理	邓云杰	杨振
		沙天豪	
		李茂兰	
		石大街	李军
	地理	曲木阿木	骆泽群
		朱自宏	
		马大双	金贵
		向超	
周五上午	历史	余佳洋	邱君益
		贺楷	
		周余竹	
		杨国芬	

三、评分标准

评价 维度	评分标准	分 值
----------	------	--------

教学目标	1. 基于课程标准与学业质量水平，明确体现学科核心素养（4分） 2. 目标具体、可测，体现基础性、综合性、应用性、创新性（3分） 3. 关注学生发展差异，体现分层或进阶目标（3分）	10
教学内容与学情分析	1. 教材分析：把握单元整体结构及本课定位，明确重难点（3分） 2. 学情分析：结合新高考下学生选科、认知特点与已有基础，精准诊断学习障碍（3分） 3. 内容体现大概念、结构化、情境化，适当整合跨学科或时代性资源（4分）	10
教学方法与策略	1. 采用问题式、项目式、探究式等深度学习方式，促进学生高阶思维发展（8分） 2. 设计真实或模拟的学科任务情境，对接新高考命题情境化趋势（8分） 3. 合理使用数字化工具或实验，服务核心素养培养（4分）	20
教学过程	1. 环节清晰，体现“导—探—用—评”或其他学习进阶逻辑（5分） 2. 突出学生主体活动（自主、合作、展示、质疑），体现“以学定教”（5分） 3. 重难点突破策略有效，设计变式训练或迁移任务，对接新高考题型特点（5分） 4. 嵌入过程性评价，体现“教学评一致性”（5分）	20
教学评价设计	1. 设计指向核心素养的评价任务（4分） 2. 评价方式多元，关注思维过程与规范表达（3分） 3. 能基于评价结果预设教学任务或作业分层（3分）	10
教师专业素养	1. 语言准确、逻辑清晰，体现学科本质与思维方法（4分） 2. 板书结构化、可视化，辅助呈现思维过程（3分） 3. 教态从容，具备新高考改革意识与学科思维（3分）	10
说课创新与特色	1. 体现大单元教学、跨学科融合或深度学习设计（6分） 2. 说课逻辑独特，避免“背稿式”说课（5分） 3. 能体现对新高考命题趋势的回应（4分）	15
时间控制	规定时间10分钟，超时≤1分钟扣1分，超时>1分钟扣4分。	5

四、奖项设置

1. 一等奖4名；二等奖8名；三等奖13名；

2.最佳说课奖（1名）；最佳教学设计奖（1名）；说课创新奖（1名）。

备注：总分低于 60 分不予评奖。

五、人员分工

由教务处统筹协调，根据教务处人员的上课和教研时间灵活分工，各学科组教研组长和备课组长协同完成。

九、注意事项

- 1.结对师傅对徒弟进行赛前的专题指导。
- 2.参赛选手认真准备，积极参与。
- 3.评分人员客观公正，严格依据评分标准进行评价。

未尽事宜，后续补充！

木里中学教导处

2026 年 4 月 16 日

