

## 本期导读

### 教师专访

- 甘于宁静，方能致远——专访第十四届“青教赛”参赛教师马超
- 从种子到播种者——专访第十四届“青教赛”获奖教师高广磊

### 教师专访

## 甘于宁静，方能致远 ——专访第十四届“青教赛”参赛教师马超

“学无止境，教无止境。”——马超

本期《青椒成长录》让我们走进生物学院，走近第十四届“青教赛”理工组一等奖获得者马超老师。



专访马超老师

### 知耻后勇

6年前，凭借“嗓门大、底气足”的所谓优势，我有幸第一次闯进了第九届“青教赛”决赛。清晰记得，当自己随意拎着与学院初赛时几乎毫无变动的课件，“自信”地“砸铃”讲完PPT的时候，曾“自负”地认为自己讲的近乎完美。但是，当拿到最终的比赛成绩，尤其观摩了岳瑞锋等名师的示范课后，我才幡然醒悟。原来，无知和自负真的可以限制

自己的想象力。在当时自己的观念里，“好”得标准就是“砸铃”，就是把PPT的内容按时讲完。在之后很长一段时间里，每每想起当时的表现都觉得羞愧难当！“学无止境、教无止境”，此后的几届“青教赛”，我没再报名，但每场必到，观摩学习，不断反思。知耻而后勇，名师大家的言传与身教，领导同事的支持与鼓励，让我重燃斗志！

### 厚积薄发

本次参赛的《食品毒理学》课程，我已经讲授了10个年头，历经3次教改项目建设，课程内容早已了然于胸。今年恰逢我校教务处推进精品在线课程建设，《食品毒理学》有幸被列入第一批建设名单。自暑假到9月底，我以每天15个小时以上的高工作强度翻阅了7种不同版本的教材，收集了众多毒理学案例，录制完成了460分钟的在线视频。十年一剑，丰富的素材和深厚的积累极大地增强了我参加比赛的信心。

### 集思广益

生物学院各级领导和指导团队对本次“青



## 教师专访

教赛”高度重视，在院赛前就组织学院往届优秀参赛选手分享比赛经验，并邀请康峰老师进行现场教学示范。学校教评中心也先后组织多次精彩的赛前培训，景庆虹老师、丁国栋老师和王西鸾老师给青年教师们提出了宝贵的建议。

比赛前两天，生物学院庞有祝书记亲自带队组织决赛前点评，王乃康先生、翟明普先生、张柏林副院长、翁强教授和王西鸾老师都给出了非常中肯的建议。点评会后，学院工会胡冬梅主席到办公室帮我修改 PPT 板式，逐页斟酌字体和配色，亲力亲为；指导教师孙爱东教授伴我梳理课件内容，推敲各模块间的逻辑关系，通宵达旦；数名研究生赛前陪我反复试讲，商榷互动环节的设置，尽心尽力。众志成城，课件内容终于焕然一新。



课程被列入精品课程建设名单

### 精益求精

为了达到最好的比赛效果，学院领导和指导教师一直从严要求。比赛前一晚，胡冬梅主席还叮嘱我去理发，并微信沟通确定西装和领带的搭配；在理发回来的路上，我灵光闪现与孙爱东教授确定以焦裕禄书记的藤椅作为引入案例；晚上近十点，教评中心

和教务处工作人员不辞辛劳热心为我更新课件……

“教之道，贵以专”，“技可进乎道，艺可通乎神”。教学技能的精进之路漫漫而修远，吾等青年教师需上下而求索之。



学院组织基本功比赛经验分享会

### 马超老师简历

马超，北京林业大学生物科学与技术学院副教授，研究方向为天然产物与功能食品开发。

2009年在清华大学取得博士学位，读博期间于美国 Johns Hopkins University 联合培养1年。2015-2017年，在 Yale University 访问2年。

教学方面，承担本科生《食品毒理学》、《食品卫生学》、《保健食品》等课程，承担研究生《天然产物化学》课程。2012年获得北京林业大学第九届青年教师教学基本功比赛最佳教案奖和三等奖；2012年获得“家骥云龙青年教师教学优秀奖”；2018年获北京林业大学第十四届“青教赛”理工组一等奖。

科研方面，主持国家自然科学基金面上项目、北京市青年英才项目、北京市共建项目、教育部博士点基金等课题，先后在 Food Chem, Ind. Crops Prod. 等期刊发表 20 余篇 SCI 论文。

(生物学院 教评中心)



教师专访

## 从种子到播种者

——专访第十四届“青教赛”获奖教师高广磊

“师者，大德且贤，以其昭昭，使人昭昭！”

水土保持学院高广磊老师在刚刚结束的我校第十四届“青教赛”中取得特色组一等奖的优异成绩。在实战中磨砺，在感悟中成长。荣誉背后有着怎样不为人知的酸甜苦辣？今天，就让我们一起走近高广磊老师，倾听高广磊老师的故事。



专访高广磊老师

### 教师的天职是教书育人

2014年7月，我入职水土保持学院，成为荒漠化防治教研室的一名青年教师。至今，我依然清晰记得，入职之初学院领导与青年教师集体谈话时，关于教学工作的叮咛和嘱咐。北京市教学名师、荒漠化防治教研室主任丁国栋教授也深情地告诉我：“教师是阳光底下最光荣的职业，站上三尺讲台，要永怀敬畏之心。永远记住，教师的天职是教书育人，虚心学习，用心备课，不要辜负讲台之下那一双双渴求知识的眼睛。”

按照教研室安排，我承担了“荒漠化防治工程学”的授课任务。这门课是水土保持

与荒漠化防治专业的核心课程，长期以来在全国同类高校处于领先地位，并于2004年被评为北京市精品课程。这是莫大的信任，也是莫大的挑战。怀着激动、忐忑的心情，我回归书本，认真地重新学习梳理课程知识；我回归课堂，向老先生、老教授、青年骨干教师请教学习，认真揣摩研究适合自己的教学技能技法。从刚开始的忐忑生涩，到现在的成熟自信，我经历了一场艰苦的蜕变，而其中艰辛唯有自知。但是，当我的辛苦付出得到学生、老师的认可时，我知道我所有的付出都是值得的。



### “青教赛”：一场众人拾柴的自我修炼

自入职起，每年我都会参加“青教赛”。从2014年到2018年，至今已有整整5次。从开始的漫无目的，静坐台下看决赛选手英姿英发，到最后的得心应手、自信满满，走上决赛赛场。在大家的帮助下，我一步一个脚印走上今天的领奖台，这是一场极其宝贵的自我修炼的过程。



## 教师专访

教研室初赛，教研室主任丁国栋教授高标准、严要求，教师互评、专家点评，为我提高教学技能打下了坚实基础。学院预赛，院领导高度重视，前期组织专家培训，开展获奖选手交流，预赛赛场针尖麦芒，火星四溅，能够突出重围实属侥幸。学校决赛，我披荆斩棘，勇夺桂冠，看似闲庭信步，但成绩的背后是整个团队的无私付出。

感谢学院领导百忙之中尽其所能提供的全方位保障，解决了我的后顾之忧。感谢北京市教学名师丁国栋教授、张建军教授等高屋建瓴又细致入微的指导意见。感谢北京市、学校“青教赛”一等奖选手张会兰、查同刚、王彬、张英，以及优秀指导教师王秀茹、周金星、程金花等各位老师陪我一起挑灯夜战，完成一轮又一轮的切磋研讨。

“青教赛”绝不仅仅是一次比赛。在比赛中，不仅青年教师的教学理念、技能、技巧会得到全方位的提高，我们对于教学的认识，对于职业的认识也在不断升华。



高广磊老师与专家交流

### 篇后语

我生于林区，长于林区，求学于北林，工作于北林。曾经，我是一枚林业的种子，难以忘记

家乡至亲的谆谆教诲，难以忘记学校师长的躬亲示范。如今，我愿做一名播种者，扎根三尺讲台，功成不必在我，而功力必不唐捐。

### 高广磊老师简历

高广磊，博士（后），北京林业大学水土保持学院副教授，硕士生导师。兼任水土保持学院荒漠化防治教研室副主任，中国水土保持学会风蚀专业委员会副秘书长，主要从事荒漠化防治相关教学和科研工作。2014年入选北京市优秀人才培养资助计划，主持国家自然科学基金项目、国家重点研发计划专题等各类科研项目10余项。以第一/通讯作者发表学术论文30余篇，其中SCI收录10篇，EI收录3篇，授权发明专利10项，实用新型专利7项，计算机软件著作权8项，出版专著5部。曾获联合国防治荒漠化公约第十三次缔约国大会（UNCCD COP13）嘉许状（2017）、全国林业硕士专业学位研究生优秀教学案例（2017、2018）、北京林业大学青年教师教学基本功比赛一等奖（2018）、北京林业大学“梁希实验班创办十年纪念活动”梁希实验班优秀教师和优秀课程（2017）、北京林业大学优秀共产党员（2016）等各级荣誉奖励。



(水保学院 教评中心)

