**追光前行**

新北区魏村中学 陆红梅

我是除了领衔人朱俊老师外，培育室年龄最大的一位了。非常感谢朱老师给我机会，让我这个大龄青年进入这么优秀务实的团队，在朱特的引领下，和小伙伴们一起追光前行，共同成长。回顾这三年在培育室的点点滴滴，感动，感恩，感慨，更多的是感激。下面我从3个方面具体介绍：

1. 融入团队，协同奋进

团队阵容强大，有初中有高中，有新成员还有上期元老，以老带新。活动形式多样，有线上有线下，有同课异构，有初高中衔接教学，有读书分享，有专家讲座，有现场论文修改与课题指导，还有野外实践等等。任务细致，要求严格，三年来我们每个成员都能克服困难，潜心专研，很好很快地融入这个团队，协同奋进。

1. 坚持不懈，共同成长

每个人都有自己的困难和不易，不为懒惰找借口。在朱特的引领下，在小伙伴们的相互促进下，通过团队的力量三年来我坚持不懈，顺利完成进培育室制定的三年发展目标，课堂、理论、课题和论文等方面都有优化和提升。1.花样同题异构：2020.12与曹华老师进行了传统的同题异构，2022.3与吴秋萍老师尝试了同一批学生不同老师上下承接式的同题异构，今年2月又和徒弟李盛曦老师进行了同题异构。还有在西夏墅中学开展了初高中衔接同题异构，课题为初高中都有的《免疫》（DNA是主要的遗传物质）。2.理论学习分享 期间精读了4本理论专著：《追求理解的教学设计》、《生物学学科核心素养的教学与评价》 、《深度学习：走向核心素养》、《建模式教学》，多种专业杂志：《中学生物学》、《中学生物教学》等。这些是我做过的分享。每次都认真阅读，精心准备，积极参与、主动分享。团队协同奋进，追光同行。3.论文与课题。三年间，有两篇论文发表，一篇论文获区一等奖，还有一篇论文市三等奖。期间主持了两个区级课题。（虽然其中一个在中期评估时，由市级降为区级，但我觉得这正好给了我和小伙伴们更好的历练机会和成长空间。）

三、积微成著，笃行致远

像种子一样向下扎根，向上生长，追光前行。这三年我收获了创智滨江优秀教师奖，市劳动教育优秀指导老师，实验教学技能比赛区级、市级一等奖，新北区优秀教育工作者等。

（与朱特相处中，我感动的是，朱特对每一位成员都兢兢业业，倾囊相授，不求回报，只为培育室成员在她的带领下都能真正学有所得。）一个人可能会走得快，一群人走的更远，且不容易迷路。我很幸运，我有个我们。在我们学校，我们学科十几年来都只有我一个人，我一直觉得朱特就是我的贵人，是新北区生物教育的贵人，感恩遇见。我很感慨，我这样的年纪还给机会加人团队，直到行政区划调整，奔牛划归到新北区，遇到朱特，让我找到家的感觉，不胜感激。

积微成著，笃行致远。我希望自己和小伙伴们在以后的工作和学习中也都能够以朱特为榜样，追光前行，有朝一日成为一束光。做一个热爱生活，有教育情怀的优秀教师。