

庆祝第41个教师节特别报道

“楚天名师”、十堰东风高级中学教师陈先龙：

跨越山海 以身立教见胸怀

记者吕超

在十堰东风高级中学，有这样一位教师：他的课堂革新为全省物理教学提供范式，他的教研成果照亮基础教育改革之路，他的名师工作室成为区域教师成长的“孵化器”。他，就是湖北省“楚天名师”、东风高中物理学科骨干教师陈先龙。



陈先龙的物理课堂贴近生活、贴近社会。(资料图片)

成为“楚天名师”，首先要有穿透地域壁垒的教育视野。2016年，42岁的陈先龙在家人的支持下，主动请缨加入首批“组团式”援藏队伍，奔赴西藏山南市第一中学。初到雪域高原，他便被当地的教学现状触动：由于实验器材匮乏，物理课还停留在“黑板画实验”的阶段，学生对着抽象的公式和示意图比较茫然，不少人甚至对物理产生了畏难情绪。

“教育不能等，孩子的成长更不能等。”作为湖北选派的骨干教师，陈先龙深知自己肩上的责任——不仅

在陈先龙的教学生涯里，“钻研”二字如同一条主线，贯穿始终。而他的每一项成果，都带着鲜明的“可复制、可推广”的价值，因为他始终坚信：好的教育研究，必须能解决教学中的真问题。

在教学实践中，陈先龙始终坚信“物理即生活，生活即物理”，他打破传统物理教学中“就公式讲公式、就实验论实验”的学科壁垒，像一位“生活解密者”，将看似枯燥的物理原理拆解成学生触手可及的日常场景，让课堂成为连接书本知识与现

“名师的价值，不在于个人光环，而在于能否照亮更多人。”作为湖北省“楚天名师”，陈先龙始终将“带动区域教师成长”视为核心使命。2024年，他牵头成立了东风高中物理名师工作室，这句朴实的话，成了工作室的初心与方向。

工作室成立之初，陈先龙就敏锐地发现了当前教学中的一大痛点：不少教师忙于日常教学，无暇深耕教研，导致“教”与“研”脱节；竞赛辅导往往只针对少数尖子生，与常规课堂割裂，难以惠及多数学生。

立教为民

“楚天名师”的初心底色

要教好课，更要把湖北成熟的“探究式教学”模式播种在雪域高原。他走遍山南的街道和田园，从藏区生活中寻找教学灵感：利用他们放羊用的“乌拉朵”讲解圆周运动与离心运动；利用藏区充足的太阳能资源，带领学生组装简易太阳能装置，在测量发电量的过程中讲解能量守恒定律；甚至将书法艺术融入课堂，运笔时笔尖的指向便是毛笔所受的摩擦力的方向，

这样生动的情景让学生豁然开朗。

三年援藏时光里，陈先龙不仅带出了一支能独立开展实验教学的本地教师队伍，更让山南一中的物理平均分实现了跨越式提升。一位藏族学生在毕业赠言中写道：“陈老师让我们知道，物理不是书本上的符号，而是藏在放羊的过程中、在阳光里、在毛笔尖上的智慧。”这段经历也让陈先龙对教育有了更深的领

悟：“援藏不是单向的输出，而是双向的滋养。藏区孩子对知识的渴望，让我更坚定了‘教育本质相通’的信念——无论在哪里，能让学生爱上学习、学会思考，就是教育最大的成功。”

这份跨越山海的初心，成为他后来扎根湖北教育沃土的精神原点。回到东风高中后，他常对同事说：“教育者的眼睛里不能只有成绩，更要有天地。”这种胸怀，让他的教学始终带着“接地气”的温度与“看远方”的高度。

研思并行

“楚天名师”的专业锋芒

实世界的桥梁。

早在2011年，当多数课堂还在沿用“满堂灌”时，他就敏锐捕捉到“学生主体”的重要性，利用寒假编印的《高中物理必修2导学案》，将知识点拆解为“预习质疑—实验验证—生活应用”三环节，在东风高中试点后，所教班级物理优秀率大幅提升。

近年来，他的研究视野更投向“技术与学科融合”这一前沿领域。

2023年，他牵头完成的十堰市教育科学“十三五”规划课题《手机传感器在中学物理教学实践中的发掘与整合研究》，首次系统论证了智能手机作为实验工具的可行性——用加速度传感器测重力加速度，用磁场传感器探究电磁感应，让“人人皆可做实验”成为现实。

“教研不是闭门造车，要解决真问题。”这是陈先龙常对青年教师说

的话。多年来，他的研究始终紧扣“如何让学生真正理解物理”这一核心：《高中阶段关于引力势能的研究》获教育部优秀教学成果一等奖，为高中物理难点知识的教学提供了全新思路；《深度学习理念下的高中物理教学研究》被中国管理科学研究院基础教育研究所评为优秀课题，从认知规律层面破解了“学生听懂却不会用”的教学难题。这些成果之所以能在全省推广，正是因为它们都带着“可操作的方法论”，能真正帮一线教师解决教学中的困惑。

辐射引领

“楚天名师”的使命担当

为此，他提出了“三度合一”的工作思路——让研究进度、教学进度、竞赛进度同步推进，“要让研究服务教学，让竞赛反哺课堂，最终惠及每一个学生。”

在青年教师培养上，他推行“双导师制”：自己带教学理念，邀请省内外专家带科研方法。每周2次集体备课、每月1次跨校交流、每学期1次成果展示，形成了“学习—实践

—反思—提升”的闭环。在他的指导下，工作室成员中3人获市级优质课一等奖，2人完成市级课题。

他的辐射力更延伸到全省教研活动中。作为十堰市教育学会中学物理专业委员会常务理事，他每年承担2-3次省级公开课；他撰写的《汽车城中话学习》被《教育科研》最新一期录用，文中“将地方产业资源转化为教学素材”的思路，成为“本

土教育资源开发”的典范。“身边的资源就是最好的教材，让学生从熟悉的事物中学习，才能真正感受到知识的力量。”这种理念已在全省多地推广，让物理课堂更贴近生活、贴近社会。

“楚天名师不是终点，是新起点。教育的路很长，能带着更多人一起走，才更有意义。”陈先龙用行动诠释着：“楚天名师”的“名”，不在奖杯与头衔，而在对教育规律的敬畏、对育人初心的坚守、对区域教育的担当。