



# 到底是谁在“卷”你

□ 陈永华

“现在连开学典礼也内卷了”“学生营养餐都内卷了”……常常能听到这些带着些许自嘲和抱怨的感叹。前几年,虽然学生和家长的内卷把教师带入了内卷的圈子,但教师总能用“教育是一种社会现象”“学校教育不是万能的”“考试制度等评价指挥棒跟不上学生的发展”等客观原因为自己辩护,让自己适当地置身事外。但现在,不少教师自身也成了内卷的主角。

实际上,内卷成为热词已有多年时间。它曾入选《咬文嚼字》2020年度十大流行语之一。智库公布的“2021年度十大热词”中也有内卷一词。内卷是指当某一种社会资源有限,争夺它的人越来越多时,每个人能够得到的资源不断减少,但付出却不得不增加。内卷可以说是一种非理性的内部竞争或“被自愿”竞争的代称。

当人们说“卷死了”时,实际上是在以情绪化的方式表达对过度竞争的看法,其中既有一种不得不参与的无奈感,又有一种想力争上游却彷徨无助的焦虑感。内卷一词之所以在教师群体中广泛流传,是因为它所描述的社会现象引起了不少教师的共鸣。他们通过内卷这面镜子看到了投射其中的自我,以及那些同样对“被内卷”的现状感到不满和无奈的同道,由此产生一种共享现实的心理。在共同感受到的强大压力的作用下,群体中的个体会不自觉地选择同样的生活方式。研究表明,个体越是认同内卷的存在及其无法超越的特性,就越会进入“被内卷”的状态,进而在客观上强化这种现实。这实际上就是内卷成为一种文化现象后产生的文化影响。

社会学上,按文化在一个社会内的共享范围进行划分,可以分为主文化和亚文化。教师竞争文化

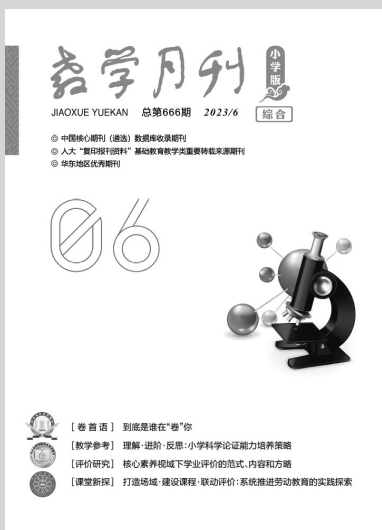
的主文化指的是多数教师共享的,在教师群体中占主导地位,用来推动适度竞争、维护竞争机制、尊重竞争规则的一种共识和氛围。自然地,内卷不应占据文化主导地位,而应是教师竞争文化中的一种亚文化。理性地看,内卷有一定的积极意义,例如可以促进精益求精,带动更多人追求上进。但当其脱离价值主义而向功利主义发展时,这一亚文化就会成为社会学意义上的“反文化”,违背原本正常的社会竞争秩序,对教师的专业成长产生负面影响。其中,有人走向“超脱主义”,成为“佛系教师”和“躺平教师”;有人加剧职业焦虑,产生不健康的心理,成为“跛脚教师”;有人不断强调自己的好胜心,成为“好斗勇士”;有人偏执地埋头苦干,丧失活力和创造力,沦为片面的“实务教师”。虽然表现各有差异,但这都是偏离教育理想的表现,会降低教师身份的神圣性,导致教育低效甚至无效。

为避免教师陷入内卷的泥沼,一方面,教师需要不懈努力,不断强化自我身份认同,反思“卷什么”“为何卷”“谁在卷”等问题,用“教师是谁”“教师为谁”等问题拷问自己,不盲从、不聒噪,促进自我意识的觉醒和文化自觉的形成。要知道,教师不仅要凸显自身的专业性,更要凸显自身的价值性。另一方面,学校需要不断匡正组织的价值立场,回归自身的教育属性,为教师创造生长与发展的空间。就当下而言,学校亟须从以数据指标为考核标准的工具治理走向由正确理念驱动的价值治理。

价值观的问题始终是学校教育的问题,也是教师发展最核心、最关键的问题。在被内卷文化裹挟的当下,重提教师是“人类灵魂的工程师”何其重要!只是,我们自身首先要守住灵魂!

# 教学月刊

小学版



主管 主办 浙江外国语学院  
出版 《教学月刊·小学版》编辑部  
社长 总编 陈永华  
副社长 副总编 谢雅琴  
主编 陈永华  
执行主编 邢佳立  
编辑 邵平阳 赵叶  
王永锋 唐婉琳  
投稿邮箱 xiaoxueban@jxyk.com  
网址 jxyk.zisu.edu.cn

刊号 ISSN 1671-704X  
CN 33-1280/G4

定价 10.00元  
出版日期 每月25日

## 卷首语

- 1 到底是谁在“卷”你 陈永华

## 本期话题

### 单元整体教学研究

- 4 深度学习理念下的单元整体教学设计  
——以 PEP《英语(新起点)》五年级上册 Unit 5 TV Shows 为例 沈茜 彭雅玺 江露 张琨
- 8 指向核心素养发展的单元整体设计  
——以 PEP《英语(新起点)》五年级下册 Unit 2 Special Days 为例 秦瑶 王孝齐 王学游 永嘉 蒋京丽
- 12 UbD 理念下的单元“教—学—评”一体化探究  
——以 PEP《英语》六年级下册 Unit 4 Then and now 为例

陈柏超 卢迪敏 闫建明

## 教学参考

- 16 小学科学实验中 学生惯性思维的干预策略例谈 范蓓
- 20 理解·进阶·反思:小学科学论证能力培养策略 吴国忠
- 24 利用道德两难问题,培养学生思辨能力  
——以小学低段《道德与法治》教学为例 洪雪飞 廖红
- 28 无痕德育理念下的道德与法治课堂教学  
——以《清新空气是个宝》一课为例 叶建丽

## 评价研究

- 31 核心素养视域下学业评价的范式、内容和方略 刘倩
- 35 数智赋能背景下学生综合评价体系的构建与应用  
——以“和睦芯”实践为例 金忠明 陈晓雁

## 38 素养导向下的小学道德与法治教学评价设计与实施

沈颖森 沈雪琚

### 课堂新探

## 41 “现象解释—驱动探究”:小学科学教学新样态

——以教科版《科学》为例

唐 塘

## 44 深互动·深融合·深加工

——例谈信息技术支持下的小学英语深度学习

倪 勤

## 48 基于核心素养的小学英语作业设计实践

裘慧慧

## 51 打造场域·建设课程·联动评价:系统推进劳动教育的实践探索

吴树超 李潘迪 俞芳萍

## 54 细化劳动课程内容,打造“生活好味道”

——小学中低年级主题式食育活动探索

毛凯琪

### 管理方略

## 班级管理

## 57 小纸条 大作用

——浅谈处理班级偶发事件的有效方式

何萍儿

## 59 共情式沟通在家校协同育人中的有效运用

——基于一个案例的实践和反思

费晓旭

### 阅读推广

## 63 阅读之旅:小学阅读生态的建设与实践

钱梦迪

### 声明

1. 为适应我国信息化建设,扩大本刊及作者知识信息交流渠道,本刊已许可国家哲学社会科学学术期刊数据库及国家哲学社会科学文献中心、中国知网、万方数据——数字化期刊群、龙源期刊网、超星期刊域出版平台、维普网以数字化方式复制、汇编、发行、信息网络传播本刊全文。如无特殊说明,所有署名作者向本刊投稿即视为同意本刊享有以任何形式(包括但不限于纸媒、电子杂志、网络、无线增值业务、手持终端等介质)编辑、修改、出版、使用或授权使用作品的权益。本刊以各种形式支付的稿酬已包含上述著作权使用费。

2. 本刊依照法规向作者支付稿酬,因故无法与作者取得联系时,敬请作者及时联系我们。

3. 凡向本刊投稿者,均应对其作品内容的合法性负责,并保证作品的原创性,保证作品不含有抄袭、剽窃他人智力成果等侵权内容。

4. 未经本刊同意,任何组织和个人不得以任何形式转载本刊刊发的作品。

地址:浙江省杭州市西湖区留和路299号

邮编:310023

电话:0571-88213112(编辑部)

88846561(发行部)

封面设计:杭州漂石广告有限公司

发行:浙江省报刊发行局

订阅:全国各地邮局

邮发代号:32-151

广告发布登记证号:杭西市管广发G-002

印刷:杭州广育多莉印刷有限公司

本刊如有印刷质量问题,请直接与杭州广育多莉印刷有限公司生产部联系(电话:0571-22805887)。



教学月刊微信公众号二维码



《教学月刊·小学版》  
公众号二维码



《教学月刊·小学版》  
(综合)邮政订阅二维码