是领航者 也是“护心人”

——致敬江门市培英高级中学的“她力量”

她们是讲台上的传道者，也是学科建设的攻坚者，更是学生心灵的守护者。她们以女性的细腻感知教育的脉搏，以师者的坚韧托举青春的梦想。在推动江门市培英高级中学（以下简称“培英高中”）迈向五邑地区一流高中行列的征程中，她们的身影从未缺席。

在“十五五”开局之年，我们记录这4位女教师的故事，致敬新时代女教师的专业深度与人性温度。

文/图 陈慕欢

李海玲 温度是底色 严厉是边界

教师名片：李海玲，培英高中高一物理类献章班班主任、英语教师。所带班级平均分常年位居同类班级前列，多次获学校“高考贡献特等奖”。主持参与四项课题，多篇论文获奖，曾获“江门市高中教师基本功比赛一等奖”。荣获学校“优秀班主任”“优秀德育工作者”“优秀民族教育工作者”等称号。

李海玲坦言，在学生面前，她是一位严师。个子瘦小的她，“很有威严”。

“学生的成长有时候需要推一把，也许当时不理解，但回头看，他们会感谢这份严格。”她说。比如她带过的2025届高三（3）班，就完成了一场“低进高出”的逆袭。该班44名学生中，入学时中考成绩超过江门市“最高录取线”的仅2人，高考时却有42人冲上特控线，7人过600分，刷新了培英高中创校以来的多项纪录。

这是怎么办到的？李海玲认为，营造积极向上的班级磁场是关键。她带领学生每日晨读时大声喊出激励语，让“顶峰相见、全员上岸”的愿景内化为动力；“夸夸墙”“能量加油站”“积分杂货铺”，则让教育变得有温度。

物理类献章班男生居多，怎样让这群“理科脑袋”爱上背单词、拿下作文？李海玲有自己的“独门秘籍”：用解物理题的逻辑写作文——首段引入情景，主体段进行逻辑推导，末段总结升华。当作文变成一道有公式可循的逻辑题，畏难情绪便消了一半。课堂上，她还适时组织“一分钟速读课文”“单词王者PK赛”等小游戏，让学英语变成打游戏通关，内驱力自然生长。

这就是李海玲的教育智慧——温度是底色，严厉是边界。

石沛 以德育人 以教求真

教师名片：石沛，培英高中高二年级德育级长、化学教师，广东省2024年化学骨干教师培养对象。从教11年，担任班主任7年、德育级长2年、备课组长1年。曾荣获“江门市优秀共产党员”等称号，获“广东省省级优课”“江门市教学课堂比赛一等奖”等奖项。主持广东省教师数字素养提升工程专项课题，发表论文多篇。

皮肤白皙、身材瘦削的石沛，看起来文静秀气，实际上是能撑起半边天的“铁娘子”。

作为化学教师，她的课堂有“魔法”。她喜欢做实验，当奇妙的化学现象出现时，教室里总会响起学生们的惊叹声。她主持省级课题，聚焦“手持技术赋能化学教学”，把“看不见”的反应过程实时生成图像，让微观世界变得一目了然。

作为高二德育级长，她面对的不只有本地学生，还有远离家乡的新疆班孩子，德育任务更重。她笑言：“当德育级长这两年，见的家长比过去近十年都多。”

做德育工作，难免被误解。在处理学生问题时，有时家长觉得老师太严厉，有时学生觉得老师管得太多。委屈自然少不了，但石沛心态摆得正：“德育工作总要有人做，把学生教育好，是职责，也是本分。只要心里装着学生，相信他们是能感受得到。”

“育人就是育心。”石沛说，“比如上化学课，我会跟学生讲，化学用在正处能造福人类，动歪心思则会危害社会。心态摆正了，才能真正学好。无论是教化学还是管德育，归根到底都是同一件事——让每一个孩子，在看得见的光里，长成更好的自己。”

赖均琪 蹲下身来看孩子的世界

教师名片：赖均琪，培英高中高三历史类献章班班主任、历史教师。从教23年，担任班主任工作17年，曾获“江门市优秀共产党员”，学校“优秀班主任”“优秀教师”“德育标兵”“新疆生优秀导师”等荣誉称号。

在培英高中，学生们都爱叫赖均琪为“琪姐”。

从美术班到体育班，从文科实验班到文科献章班，她带过的每一类班级都成为学校的先锋模范班。带好不同类型的学生，秘诀是什么？她说，只有一个“笨办法”：“蹲下身来，从孩子的视角看世界；张开怀抱，接纳每一个不完美的尝试。”

体育特长生犯了错，她不会急着批评，而是先问：这件事，你自己怎么看？文科班的孩子敏感细腻，她也不敷衍，而是让他们知道：规则不是为了惩罚，而是为了规范。当孩子们看见真实的她，当规则不再是高高在上的戒尺，自律便悄然发生。

高三冲刺阶段，有的学生焦虑，有的学生迷茫。赖均琪没有空泛地喊“加油”，而是给孩子们读了一段话：“今年，不祝你幸福，祝你始终有力量。”她说，这是她此刻最想为学生点燃的那盏灯——不是盲目的乐观，而是握在手里的力量。

当记者问起，23年走过来，是什么支撑您一直保持着对这份职业的热忱？她想了想，说：“孩子们是我人生里最重要的参与者。他们清白且勇敢，温暖而向上，让我在复杂的社会中，一直保持着乐观。”孩子们，就是她继续走下去的光。

李艳芳 为学生打造心理“避风港”

教师名片：李艳芳，培英高中专职心理健康教师，广东省心理健康教育名师工程成员，第三批广东省骨干教师培养对象，江门市第四批名教师培养对象，“江门好人”。从教20年，主持多项省级德育课题，获得多项省级奖项。

在培英高中，李艳芳是学生们的“护心人”。

20年一线工作，她成功处理21起校园心理危机事件，个体心理辅导达2000人次。但让她最引以为傲的是：“20年来，我最欣慰的是，孩子们带着困惑来，最后都能带着笑容走出去。毕业后还会回校探望我——这说明他们与过去的心理问题‘解绑’了。”

作为心理老师，她的课堂不只有理论。课上，她让学生演绎生活中的真实场景——和父母的冲突、与同学的矛盾，然后请全班一起“支招”。在一次次的表达和倾听中，学生们发现：原来那些自以为“不得了”的事，许多人都会经历。

除了这些充满巧思的课堂设计，李艳芳和同事们还致力于为学生们打造一个随时可及的心理“避风港”。目前，学校共有4位专职心理健康教师，大家不仅每天轮流值班守候，还经常组织心理游园会、体验活动，让学生在轻松愉快的参与中放松身心、学习调节情绪。

生活中的李艳芳，还有另一重身份——三孩妈妈。会不会有精力不济的时候？日常接收的负面情绪如何排解？她说：“其实两者并不冲突，反而互相赋能。‘不以物喜，不以己悲’，每当感到累的时候，我就提醒自己，学生愿意把心事讲给我听，这是多大的信任。这样一想，就又有了继续下去的热忱。”

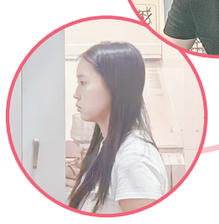
“看着那些曾经迷茫的孩子，慢慢长成眼里有光的人，这是我最幸福的事情。”李艳芳说。

江门市技师学院7位优秀女教师的坚守与热爱

以温柔塑匠心 以坚韧育匠才

在南粤职教热土江门，有这样一群“园丁”。她们或深耕于精密制造的机床旁，以严谨诠释工匠精神；或流连于三尺讲台与设计画板间，用巧思启迪艺术灵感。从电气自动化的逻辑电路，到室内设计的空间美学；从汽车工程的油泥模型，到经管系的学生工作——江门市技师学院的7位优秀女教师，以女性特有的细腻、坚韧与智慧，在职业教育的沃土上默默耕耘。她们不仅是技能的传授者，更是学生成长的引路人，以独特的“她力量”，传承工匠精神和学院“家校情怀，技能报国”的办学理念。

文/图 吕中言 江技宣



付琳 做AI时代职业教育的“温情翻译”

人物档案：付琳，信息技术系副主任、计算机专业教师。

在不少人眼里，科技是理性的、冰冷的，但在付琳看来，它恰恰需要女性“温情翻译”。

付琳深知，教师的厚度决定学生的高度。她紧跟学院“人工智能赋能”战略方向，积极参与“AI赋能工作室”的筹建与运行，化身“云梯计划”的搭建者，将晦涩的技术术语转化为通俗易懂的教学模块，带着同事们走进企业、深入课堂。在她的带动下，全系多名教师考取了“人工智能训练师”考评员资格，其中青年教师赵冠杰在结对帮扶下，勇夺省技能大赛金牌。

在教学中，付琳的温暖细腻体现在每一个细节里。编写教材时，她推开每一间教室的门收集反馈。《生成式人工智能通识与应用》等课程在她的推动下落地，让5000余名学生接触到前沿技术，让原本遥不可及的AI技术，在学生手中变成了服务社会的利器。

林慕莹 将真实电商情境引入课堂

人物档案：林慕莹，现代服务系教学教研副主任、电子商务专业教师。

“教育的魅力不在于单向灌输，而在于师生共同成长。”林慕莹这样理解教师的角色。从教以来，她不断探索数字化教学与传统课堂的融合之道，在专业教学中走出了一条特色鲜明的育人新路。

在教研教改方面，林慕莹先后获得学院工学一体化优质课堂建设评比二等奖、课程思政示范课堂评比三等奖，第六届全省技工院校微课比赛三等奖。这些成绩的取得，源于她对每一堂课的精心打磨，更源于她对技工教育规律的深刻理解。

作为学院电子商务项目竞赛教练，林慕莹将真实电商情境引入课堂，让学生在“做中学、学中做”中掌握互联网营销的核心技能，指导学生在2024年“畅享杯”全国数字商业技能大赛电子商务师–AIGC电子商务运营总决赛中获得三等奖。同时，她参加了2024年恩平市职业技能竞赛“农村电商”互联网营销师项目并获得优胜奖，实现了教学与实战的双向赋能。

何芷琪 做学生技能路上的引路人

人物档案：何芷琪，机电工程系电气自动化设备安装与维修专业骨干教师。

“技能是立身之本，教育是传心之途，我愿做学生技能路上的引路人。”作为骨干教师，何芷琪立足专业教学，积极参与专业课程标准与人才培养方案的制定，坚持“产训结合”教学理念，将岗位技能融入课堂教学。

为顺应国家低空经济发展趋势，江门市技师学院几年前就设立了江门无人机应用技术专业，何芷琪坚决选择“不躺平”，利用课余时间探索无人机教学路径，将家国情怀、本土文化与无人机教学深度融合，打造出有思政高度、有专业温度的特色课堂，并把课堂搬上大赛舞台，最终成功获得第六届全省技工院校微课比赛二等奖。

何芷琪既精于传授专业技能，也用心护航学生成长，积极开展心理健康教育活动，获得广东省“心理健康活动月”特色项目二等奖。

陈雅慧 用心呵护学生心理健康成长

人物档案：陈雅慧，财务经管系学生管理副主任、妇女委员会委员、英语教师。

“教育是心灵唤醒，双向奔赴。”任教以来，陈雅慧以此理念为初心，在学生管理中，她始终把工作重心放在学生身上，并将总结的班级管理经验应用于班主任能力竞赛中，先后获得江门市技师学院班主任能力大赛一等奖、第二届全省技工院校班主任能力比赛三等奖。

陈雅慧用心呵护学生心理健康成长，主持申报的心理健康活动获得广东省技工院校“心理健康活动月”推优展示活动特色项目一等奖，指导学院青春健康同伴社获评省“四星级学生社团”。

此外，陈雅慧在教研教改领域也屡创佳绩。2023年获得第五届全省技工院校微课比赛二等奖；2024年指导学生的作品先后获得学院科技发明与创新大赛文化创意类一等奖、第二届广东省技工院校科技发明与创新大赛二等奖、2024年国青杯全国艺术设计作品展评一等奖。

叶婷 技术与教育间自如穿梭的“汽修匠人”

人物档案：叶婷，汽车工程系教学教研副主任、汽修专业教师。

在江门市技师学院实训车间，总有一个身影步履坚定：她手持诊断仪，在汽车旁为学生解析发动机系统逻辑；转身走进理论教室，在黑板前用示意图拆解发动机的工作原理。她，就是叶婷，一位在技术与教育间自如穿梭的“汽修匠人”。

从教以来，叶婷一直在汽车工程系专业教学一线深耕，潜心育人，同时积极鼓励学生全面发展，参与校园活动，所带班级学生多次获评学院优秀学生干部、优秀共青团员等荣誉，在运动会、歌唱比赛等多项校园比赛中获得一、二等奖。

身为汽车工程系教学教研骨干，叶婷始终坚守教学一线，深耕教学研究，2022年至2024年连续三年获得省级优秀论文评选一等奖，多篇论文在《广东技工》期刊发表，曾获得广东省2025年第六届全省技工院校微课比赛一等奖。同时，她倾力传帮带，指导青年教师在省技能竞赛和教科研比赛中荣获一等奖。

林咏恩 让学生在实践中施展才华

人物档案：林咏恩，传媒设计系室内设计专业骨干教师。

艺术设计专业出身的林咏恩，拥有中级风景园林设计工程师职称和二级室内设计装饰设计师职称，曾主创国内外多个大型环境设计项目。扎实的行业实践经验，让她的课堂始终紧贴行业前沿。

任教以来，她聚焦室内设计教学与风景园林设计实践的融合探索，以行业视角赋能课堂。

在林咏恩眼中，竞赛与实践是检验学生学习成果、提升专业竞争力的核心平台。近年来，在她的悉心培育下，学生在“国青杯”高校艺术设计作品展评等赛事中屡获佳绩，她本人更荣获全国高校艺术设计作品展评“优秀指导教师”称号。她带领学生参与中国侨都华侨华人博物馆新春美陈装置设计、赤坎华侨古镇咖啡角设计等实践项目，让不同兴趣与特长的学生都能在真实项目实践中找到施展才华的舞台。

林咏恩始终以精进自我为己任，她在广东省技工院校微课比赛决赛中斩获二等奖。

樊佳乐 让晦涩理论“动”起来

人物档案：樊佳乐，先进制造系电气专业青年教师。

“三尺讲台育桃李，一片丹心向技工”。樊佳乐怀揣着对教育的初心与对专业的热爱，一毕业便投身技工教育事业。

“技工教育培养的是未来的大国工匠，根基必须扎在专业土壤的最深处。”这是樊佳乐常挂在嘴边的话。为了讲好《传感器应用技术》这门核心专业课，她曾连续数周“泡”在实训室里，反复调试每一个实验数据。她敏锐地意识到，技工院校的学生动手能力强、思维活跃，但对枯燥的理论容易产生畏难情绪。为此，她大胆革新教学形式，将晦涩的传感器原理拆解成一个个生动的“微任务”，并亲手制作微课视频。

那些深夜灯火通明的日子里，她一遍遍打磨脚本，甚至自学视频剪辑技术，只为让每一个知识点都能以最直观的方式呈现。这份匠心打磨的作品，最终在第六届全省技工院校微课比赛中斩获三等奖。